

だんだんと秋が深まってきました。10月は、暑さがやわらぎ1年の中でも過ごしやすい気候ですが、日中と朝晩の気温差が大きく、体調管理には注意が必要です。食事から栄養をしっかりとって、風邪をひかない体をつくりましょう。



10月 食品ロス削減月間 食べ物を大切にしよう

皆さんは、給食を残さずに食べていますか？ 苦手な食べ物や味つけだったり、準備に時間がかかって食べる時間が少なかったり、太りたくないからだったり、さまざまな理由で残している人がいるのではないのでしょうか。しかし、一人が残す量がたった一口分だったとしても、それが集まればすごい量になります。給食は、成長期にある皆さんの健康や発達のために、栄養バランスを考えて作られていますので、なるべく残さず食べるよう心がけてほしいと思います。ただし、食べられない理由は人それぞれです。決して、周りの人に食べることを無理強いすることのないようにしましょう。

毎年10月は国が定める「食品ロス削減月間」、10月30日は「食品ロス削減の日」


食品ロスとは、まだ食べることができるのにゴミとして捨てられてしまう食品のことで、日本では年間で約612万トン※もの食品ロスが発生しています。この量を国民1人あたりに換算すると、約お茶わん1杯分の食べ物を、毎日捨てていることとなります。食品ロスを減らすために、できることから始めてみませんか？

※農林水産省・環境省「平成29年度推計」

10/31 ハロウィン

古代ヨーロッパに暮らしていた原住民ケルト人の収穫感謝祭と、キリスト教の祭日「万聖節」の前夜祭が結びついて生まれた行事です。この日に、亡くなった人の霊が家に帰ってくると信じられており、一緒にやって来た悪い霊を追い払うため、「ジャック・オ・ランタン(お化けかぼちゃ)」を作り、お化けや魔女などの仮装をするようになりました。ハロウィン発祥の地とされるアイルランドでは、ドライフルーツ入りの「バームフラック」というケーキを作り、この中に指輪や布切れなどを入れておき、運勢を占う風習があるそうです。



「米」という字

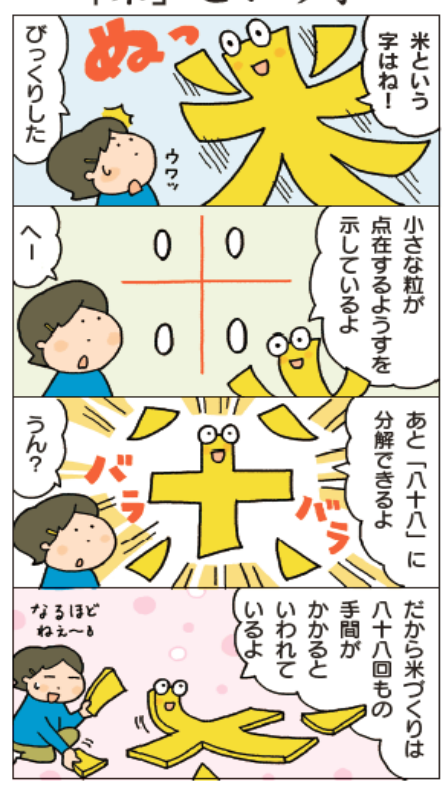
米という字はね！

小さな粒が点在するようすを示しているよ

あと「八十八」に分解できるよ

だから米づくりは八十八回もの手間がかかるといわれているよ

なるほどねえー



今年も新米の季節がやってきました。地域のお米も収穫されて、給食でも提供していきます。農家の方が心を込めて育てたおいしい新米を、ぜひ味わって食べてください。