

給食だより

令和元年度 11月号
さいたま市立大宮東小学校

実りの秋です。みなさんは、地域で生産したものを地域で消費するという意味を持つ「地産地消」という言葉を聞いたことがありますか？地産地消は、安心安全で新鮮な食べ物が食べられるだけでなく、食料自給率の向上にもつながります。地域でつくられている食べ物について、ぜひご家庭でも話題にしてみてくださいはいかがでしょうか？

～～食料自給率と地産地消～～

日本の食料自給率は約40%！？

食料自給率とは、その国で食べている食料のうち、どのくらいが国内でまかなえているかをあらわす割合です。日本は多くの食べ物を外国から輸入していて、食料自給率は約40%（カロリーベース）しかありません。輸入に頼っている食生活で、万が一輸入がストップするような事態が起こると、わたしたちの食生活は成り立たなくなってしまいます。ですから、地域でつくられているもの、国産のものを大切にしていける必要があるといえます。



地産地消のよさを知ろう



地域で生産されたものを地域で消費することを地産地消といいます。地産地消にはたくさんのよいことがあります。

- ① 自給率アップ
地産地消は、食料自給率の向上につながります。
- ② 新鮮
輸送する時間が短いので新鮮な食材が手に入ります。
- ③ 安心安全
身近で作られているので生産者がわかり、安心して食べられます。
- ④ 環境に優しい
輸送にかかるエネルギーが少なく、地球環境に優しいといえます。



～～感謝して食べよう～～

11月23日は勤労感謝の日

11月23日は「勤労感謝の日」です。この日は、「勤労をたつとび、生産を祝い、国民たがいに感謝しあう」日とされています。

わたしたちは、普段何気なく食事をしていますが、その裏には、食べ物を育てる人や運搬をする人、料理をする人など、さまざまな人たちの働きがあります。あらためて、毎日おいしい食事が食べられることに感謝しましょう。



食事のあいさつ

「いただきます」「ごちそうさま」

食べ物を食べるということは、動植物の命をいただくことにもつながります。その食べ物をいただくことや、料理をしてくれた人に感謝の気持ちを込めて、「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつを忘れないようにしましょう。

