

10月の給食だより

都立青島特別支援学校
校長 高橋 馨
栄養士 小平 香織

今年も新米の季節がやってきました。近年の米の値上がりは、異常気象による不作や、米農家の高齢化により、生産量が減っていることなどが一因になっています。「米」の漢字を分解すると「八十八」になります。このことから、米作りは88回もの手間がかかるといわれています。農家さんに感謝して、お米を味わっていただきましょう。

◆ 今月の献立より ◆

6日(月) ～十五夜献立～

今年の十五夜は、9月ではなく、10月6日です。

十五夜の日には、すすきや月見団子、里芋などをお供えしてお月見をする風習があります。給食では、かぼちゃを使った団子汁を献立に入れました。

10日(金) ～目の愛護デー献立～

目の健康をサポートする栄養素は、アントシアニンやビタミンAがあります。給食では、アントシアニンが豊富なブルーベリーや、ビタミンAが豊富な卵やにんじんなどを使った献立にしました。

～10月の行事食～

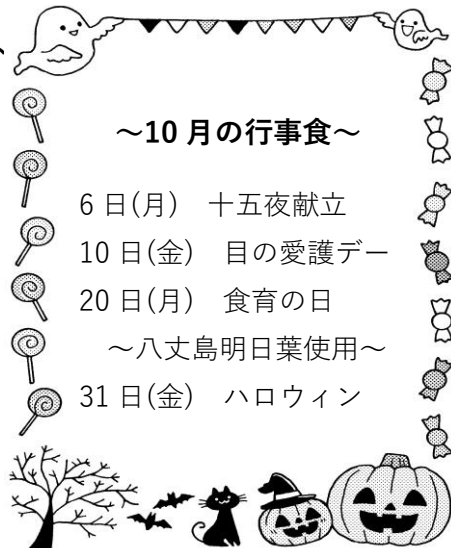
6日(月) 十五夜献立

10日(金) 目の愛護デー

20日(月) 食育の日

～八丈島明日葉使用～

31日(金) ハロウィン



10月16日は世界食料デー

世界食料デーとは、世界の一人ひとりが、
基本的人権である「すべての人に食料を」
のもと、世界に広がる栄養不良や飢餓、極
度の貧困を解決していくことを目的とし、
国連が制定した日です。

これを機に、食料問題の解決について調
べたり、周りの人たちと話し合ってみたり
して、解決に向けて何ができるのかを考え
てみましょう。



たくさんの食品が捨てられている「食品ロス」

世界中で飢餓に苦しむ人々に向けた世界の食料支援量は、年間370万トン(2023年)です。一方、日本の食品ロスの量は、年間464万トン(2023年度)ですが、これは食料支援量の約1.3倍になります。一人ひとりができるところから、食品ロス対策を始めていくことが大切です。