



給食だより6月

6月は梅雨時でもあり、平年四国では6月5日あたりに梅雨入りをして、6月26日あたりに梅雨明けをするそうです。湿度も気温も高く、食中毒が発生しやすくなります。梅雨の晴れ間は熱中症にもかかりやすいです。手洗いや水分補給をしっかりといきましょう。

〇6月は食育月間です！「食」について考えてみよう！

平成17年に「食育基本法」が制定・施行され、「食育推進基本計画」により毎年6月は食育月間と定められました。では、この「食育推進基本計画」とはどういったものでしょうか？

食育推進基本計画は5年ごとに見直されていて、平成28年～令和2年度までは第3次食育推進基本計画が有効になっています。第3次では、これまでの10年間の取組・社会環境の変化による国民の状況や問題を踏まえて、「食」に関して推進していきたい5つの重要課題を柱とした取組、施策を推進しています。

□5つの重要課題

- 1 若い世代を中心とした食育の推進
- 2 多様な暮らしに対応した食育の推進
- 3 健康寿命の延伸につながる食育の推進
- 4 食の循環や環境を意識した食育の推進
- 5 食文化の継承に向けた食育の推進

※ 健康寿命とは、日常的・継続的に介護や医療を必要としないで、元気にいられる寿命のことです。

健康寿命 女性：74.21歳 男性：71.19歳

平均寿命 女性：86.61歳 男性：80.21歳

(平均寿命－健康寿命) 女性：12.40歳 男性：9.02歳

この1～5の重要課題に沿った目標が、21項目設定されています。どんな目標があるのか、少しだけ紹介します。

| 番号 | 具体的な目標 | 現状値 (H27年度) | 目標値 (令和2年度) |
|----|--|-------------|-------------|
| 1 | 食育に関心を持っている国民の割合 | 75.0% | 90%以上 |
| 4 | 朝食を欠食する子供の割合 | 4.4% | 0% |
| 6 | 中学校における学校給食実施率 | 87.5% | 90%以上 |
| 8 | 学校給食における国産食材を使用する割合 | 77.3% | 80%以上 |
| 9 | 主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日2回以上ほぼ毎日食べている若い世代の割合 | 57.7% | 70%以上 |
| 13 | ゆっくりよく噛んで食べる国民の割合 | 49.2% | 55%以上 |
| 16 | 食品ロス削減のために何かしらの行動をしている国民の割合 | 67.4% | 80%以上 |

このように、目標が決められていて現状値から5年でどれくらい改善されるかを調べています。若い世代からお年寄りまで健康で過ごす期間を長くするための目標や、環境に配慮した16番のような目標もあります。



皆さんは、食品ロスという言葉を知っていますか？食品ロスとは、まだ食べられるのに捨てられてしまう食品のことを言います。コロナで給食が止まった分の食品は、施設など必要な所に回せない時は捨てられたものもたくさんあるそうですが、これも食品ロスです。この3月あたりに給食の牛乳がスーパーで売られていたのを知っていますか？食品ロスを減らすために地域で協力していましたね。

給食における食品ロスでは、一概に「給食で残さずに全部食べる！」ということではありません。皆さんが食べているものは、誰かが汗を流して毎日必死に育てた大切な食品です。どんな食品でも1日で育つものはありません。出荷できるまでに毎日土の状態や温度に気を配り、毎日動物に餌をあげて体調を見て、毎日誰かが汗を流して必死に育てたものです。どの食品も生産者が魂を込めて作っています。皆さんの給食はその生産者だけでなく、前の月から献立を作り、毎日朝早くから調理をして、安全に食べられるように厳しく衛生管理をして、給食開始時刻までに学校に運ばれてきて、皆さんの手元に届きます。残さず食べることはとても大切です。でも、給食は1年生から3年生の男の子・女の子の食べるべき栄養素の平均値を満たしているのに、量が多いと思っている人もいます。自分のお腹・体調に合った分を好き嫌いせず満遍なく食べて、それでも残してしまう分は仕方ありません。残しても、「美味しい給食を作ってくれてありがとう」の気持ちは忘れないようにしましょう。そうすれば、皆さんの中で残すことについて何か捉え方が変わってきませんか？



