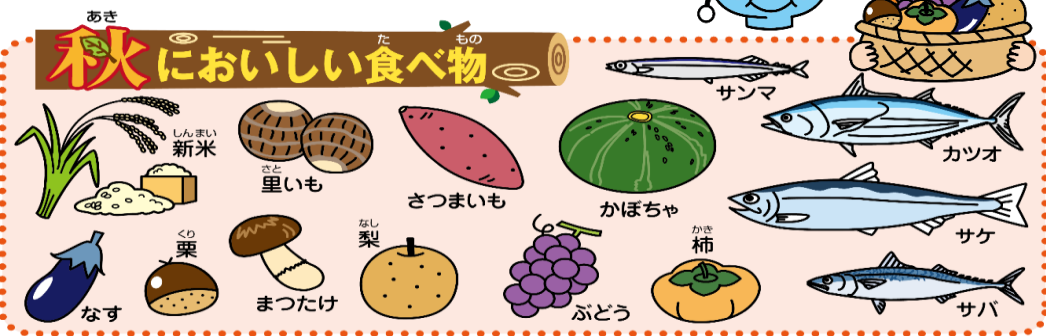


# 10月 食育だより

## 実りの秋・食欲の秋 旬の味覚を楽しもう!

「暑さ寒さも彼岸まで」というように、日に日に暑さがやわらぎ、過ごしやすい気候になりました。秋は、お米や大豆、里いもなど、昔から日本人の食生活に欠かすことのできない作物が収穫を迎える季節です。また、漢字で「秋刀魚」と書くサンマをはじめ、サケ、サバ、カツオなどの魚は、秋になると脂ののっておいしくなります。秋の实りや自然の恵みに感謝し、旬の食べ物をおいしくいただきましょう。



希望献立を募集します!



今までの給食の中で、食べたいものを下の用紙に、また、我が家の自慢料理がありましたら、別紙に記入し、10月中に担任の先生へ提出してください。給食なので、料理や食べ物の組み合わせを考えてください。希望の多い料理や組み合わせの良い献立は、3学期の給食に取り入れる予定です。

学校 ( )  
 氏名 ( ) ※氏名には必ずふりがなをつけてください。学年・クラス ( 年 組 )  
 の中に記入してください。

主食 (ごはん・パン・めん)	飲み物	主菜 (おかず: 肉・魚・卵料理など)
副菜1 (おかず: 野菜料理など)	副菜2 (おわん: 汁物・煮物)	その他 (ふりかけ・デザートなど)

※提出していただいた献立が選ばれた場合には、3学期の献立表に学校名・学年・氏名が掲載されますことをご了承ください。

# 身近な「SDGs」を意識してみませんか?

ここ数年で、「SDGs」という言葉をよく目にするようになりました。SDGsとは「持続可能な開発目標 (Sustainable Development Goals)」を略した言葉で、国際連合に加盟する193の国々が、2030年までに達成すべき17の目標です。現在、世界では気候変動、飢餓、紛争、感染症など、さまざまな課題を抱えていますが、これらを解決し、世界中のすべての人びとが、安心して暮らし続けられる社会を目指すものです。

## SDGs 17の目標

- 1 貧困をなくそう
- 2 飢餓をゼロに
- 3 すべての人に健康と福祉を
- 4 質の高い教育をみんなに
- 5 ジェンダー平等を実現しよう
- 6 安全な水とトイレを世界中に
- 7 エネルギーをみんなに そしてクリーンに
- 8 働きがいも経済成長も
- 9 産業と技術革新の基盤を作ろう
- 10 人や国の不平等をなくそう
- 11 住み続けられるまちづくりを
- 12 つくる責任 つかう責任
- 13 気候変動に具体的な対策を
- 14 海の豊かさを守ろう
- 15 陸の豊かさを守ろう
- 16 平和と公正をすべての人に
- 17 パートナーシップで目標を達成しよう



## 日常生活の中で、できることから取り組んでみませんか?

### 学校給食におけるSDGs 給食ではこんなことに取り組んでいます!

- 栄養バランスを考えた献立を提供しています
- 安心して食べられるよう衛生的に調理しています
- 地産地消を推進しています
- みんなで同じものを食べることができます



### 給食時間にできるSDGsの取り組み 一人ひとりが意識してみよう!

- 自分が食べられる量を考え、食べる前に調整する
- 給食から、バランスのよい食事について学ぶ
- 食器を大切に使う
- 食べられる人は、なるべく残さず食べる

