

センターだより



<お願い>

食器やスプーンは、みんなが気持ちよく使えるよう大切に使いましょう。

しょうがくせいよう
小学生用

れいわ ねん がつごう
令和8年2月号

かわぐちしりつもとごうがっこうきゅうしょく
川口市立元郷学校 給食センター



食べ物を大切にしよう



12

つくる責任
つかう責任



エスディジーズ
SDGs

もくひょう
目標12

エスディジーズ せかい みらい か
SDGsとは世界の未来を変えるための17の目標

2030年までにお店や家庭で捨てられる食料（1人当たりの量）を半分に減ら

し、また生産者からお店への流れの中で、食料が捨てられたり、失われたりする

ことを減らすことを目標にしています。

どうすれば「食品ロス」は減らせるだろう？



まだ食べられるのに捨ててしまう「食品ロス」が大きな問題になっています。私たちの住む日本では、年間約464万トンもの食品ロスが発生しています。1人当たりで考えると、102グラムを毎日捨ててしまっていることになります。どうしたら「食品ロス」を減らせるか一緒に考えてみませんか？

※農林水産省（令和5年度推計）

買いすぎ

ちょうり つか
調理に使いきれずに捨てられた

もの

過じょう除去

ちょうり ほんらい た
調理のときに本来食べられる

ぶぶん す
部分まで捨てられたもの

主な原因



期限切れ

しょうみきげん しょうひきげん き
賞味期限・消費期限が切れて

す
捨てられたもの

食べ残し

た のこ
食べきれずに捨てられたもの

「食事は残さず食べる」「食べものは、必要な時に必要な分だけ買うようにする」など、自分ができそうなものから始めてみましょう。他にもないかお友達やお家の人とも話してみましょう。

こんねんと
今年度のこんだてのテーマ



かむ力を育てよう！

だいこうよう
8大効用 ひみこのはがーぜ

ぜ

ぜんしん たいりよくこうじょう ぜんりよくとうきゅう
全身の体力向上と全力投球



はなら うんどうのうりよく かんけい ちから
歯並びと運動能力には関係があり、力をいれてかみしめたい

とき、歯を食いしばることで、力がわきます。

こんだて紹介

ごはん、牛乳、かみなり汁



わかさぎフリッター、筑前煮

かみなり汁には、カルシウムが多く含まれている豆腐を使用しています。また、カルシウムの働きを助けるビタミンDを多く含むしいたけも使用しています。わかさぎフリッターは、丸ごと食べられるので、カルシウムが効率よくとれます。筑前煮は、れんこんやごぼうなどの根菜類が多く使われていたり、こんにゃくなど、自然とかむ回数が増える食材が使われていて、かむ力が育ちます。

こんげつ
《今月はリクエスト給食があります》

こんだて紹介

やなぎさきしょうがっこう
柳崎小学校のリクエスト

ごはん、牛乳、トック入りスープ、豚キムチ炒め



しばしょうがっこう
芝小学校のリクエスト

ミートソーススパゲティ、牛乳



はなやさい
花野菜のサラダ、米粉のチョコクレープ