

10月 給食だより



令和 7 年 9 月 30 日
台東区立忍岡中学校

まだまだ暑い日もありますが、暦の上では秋になりました。秋は芋や栗、ぶどうや柿など、おいしい食べ物がたくさんあります。給食でも旬の食材を積極的に取り入れています。おいしく秋を楽しみましょう。



10月は食品ロス削減月間です



食品ロスは「**食べられるのに捨てられてしまう食品**

のことをいいます。日本では1人当たり毎日茶碗1杯分の食べ物を捨てていることになります。国際連合では、2030 年までに世界全体の1人当たりの食料の廃棄を半減されるなどの目標が設定され、世界的にも関心がもたれています。

私たちにできること

- ・必要な分だけ購入する
- ・食べ残しをしない
- ・野菜は皮の剥きすぎに気を付ける
- ・冷蔵庫の片づけをして、家にあるもので料理をする 等



「たいとう食ハピDay」を知っていますか？

「たいとう食ハピ Day」とは…

台東区では、毎月 30 日を「たいとう食ハピ Day」として、食品ロスを減らしていくための取り組みを進めています。「たいとう食ハピ Day」という名称は、区民からの公募で生まれたもので、区内小学生が考えた名称に決まりました。「食品ロスがなくなって、作る人も食べる人も、みんなが幸せになれるように」という願いが込められています。



台東区ホームページでは、
「たいとう食ハピ Day」に関する
毎月おススメの取り組みを紹介しています。



<https://www.city.taito.lg.jp/kurashi/gomi/namagominogenryo/osusumeshokuhapi.html>

★今月の給食紹介

★十五夜 10/6

旧暦 8 月 15 日の夜を指すことが多く、この夜に見える月を「中秋の名月」と呼びます。中秋の名月は一年で最も美しい満月とされ、月見を楽しむ行事として知られています。給食では、秋の食材を使った混ぜご飯や、団子を入れた汁を提供します。



★戻りかつお 10/

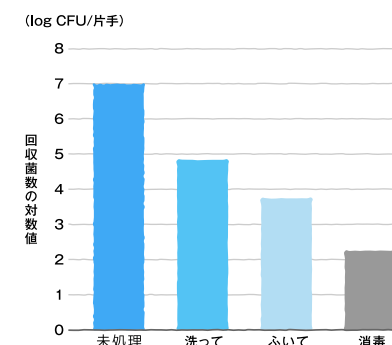
9 月中旬から 10 月下旬にかけて、三陸沖から房総半島に南下してくるものが「戻りかつお」です。戻りかつおは、太平洋のプランクトンや小魚をたっぷり食べたあとで南下してくるため脂肪がのりきった濃厚な味わいがあります。



★世界手洗いの日 10/15

自分の体を病気から守る、最もシンプルな方法のひとつが、石鹸を使った手洗いです。正しい手洗いを広めるため、毎年 10 月 15 日が「世界手洗いの日」と定められました。汚れた手を石鹸で洗うと、菌量が 100 分の 1 になり、ペーパータオルで汚れと水を拭き取ると、さらに 10 分の 1 になります。最後にアルコール消毒をすると、菌はほぼ検出できなくなります。「洗って、拭いて、消毒」はとても効果的です。

【大腸菌で汚染された手指に対する予防効果】
サラヤ(株)より引用



★たいとう食ハピ Day 10/30

食品ロス削減を目指して、給食でも取り組みます！

- * **エコふいかけ** …「豆腐のカレー煮」用のだしを取ったかつお節と昆布を使って作ります。
- * **皮ごと人参ソースのサラダ** …人参を皮ごとすりおろしてソースを作ります。