

# 給食だより 10月号



熊谷高等学校 定時制  
令和元年度10月 発行

気持ちのよい秋空が広がる季節となりました。秋は、芸術の秋、スポーツの秋、読書の秋といわれるように、いろいろなことにじっくりと取り組むことができる時期でもあります。そして、味覚の秋といわれるように、今が旬のさつまいも、くり、きのこ類など食べ物がたくさんあります。実りの秋に感謝して、美味しい秋の味覚を楽しみましょう。

## 食べ物を無駄にしていますか？



10月には国が定める「食品ロス削減月間」です。食品ロスとは、まだ食べることができるのにゴミとして捨てられてしまう食品のことで、日本では1年間で600万トンを超える量が発生しています。このうち約半分は家庭からのものであり、私たち一人ひとりが食品を無駄にしないように意識して取り組む必要があります。

今年5月、「食品ロスの削減の推進に関する法律」（食品ロス削減推進法）が公布され、食品ロス削減月間が定められました。



<p>必要なものを、使い切る分だけ買う</p>	<p>食品ロスを防ぐためにできること</p>	<p>余った食品を使い切る日を設ける</p>
<p>すぐに使うなら、賞味期限や消費期限の近いものを選ぶ</p>		<p>冷蔵庫や食品庫は整理整頓し、「見える化」する</p>
<p>家族が食べきれぬ量を考えて、料理を作る</p>		<p>冷凍できるものは、新鮮なうちに冷凍する</p>

### 「賞味期限」と「消費期限」

賞味期限	消費期限
<p>美味しく食べることが出来る期限。この期限を過ぎても、すぐに食べられなくなるというわけではない。</p>	<p>期限を過ぎたら食べない方がよい期限。</p>
<p>スナック菓子・カップ麺・缶詰など</p>	<p>弁当・サンドイッチ・生麺など</p>

一度開けてしまった食品は、期限に関係なく早めに食べよう！