

3月食育たより

【今月の目標】

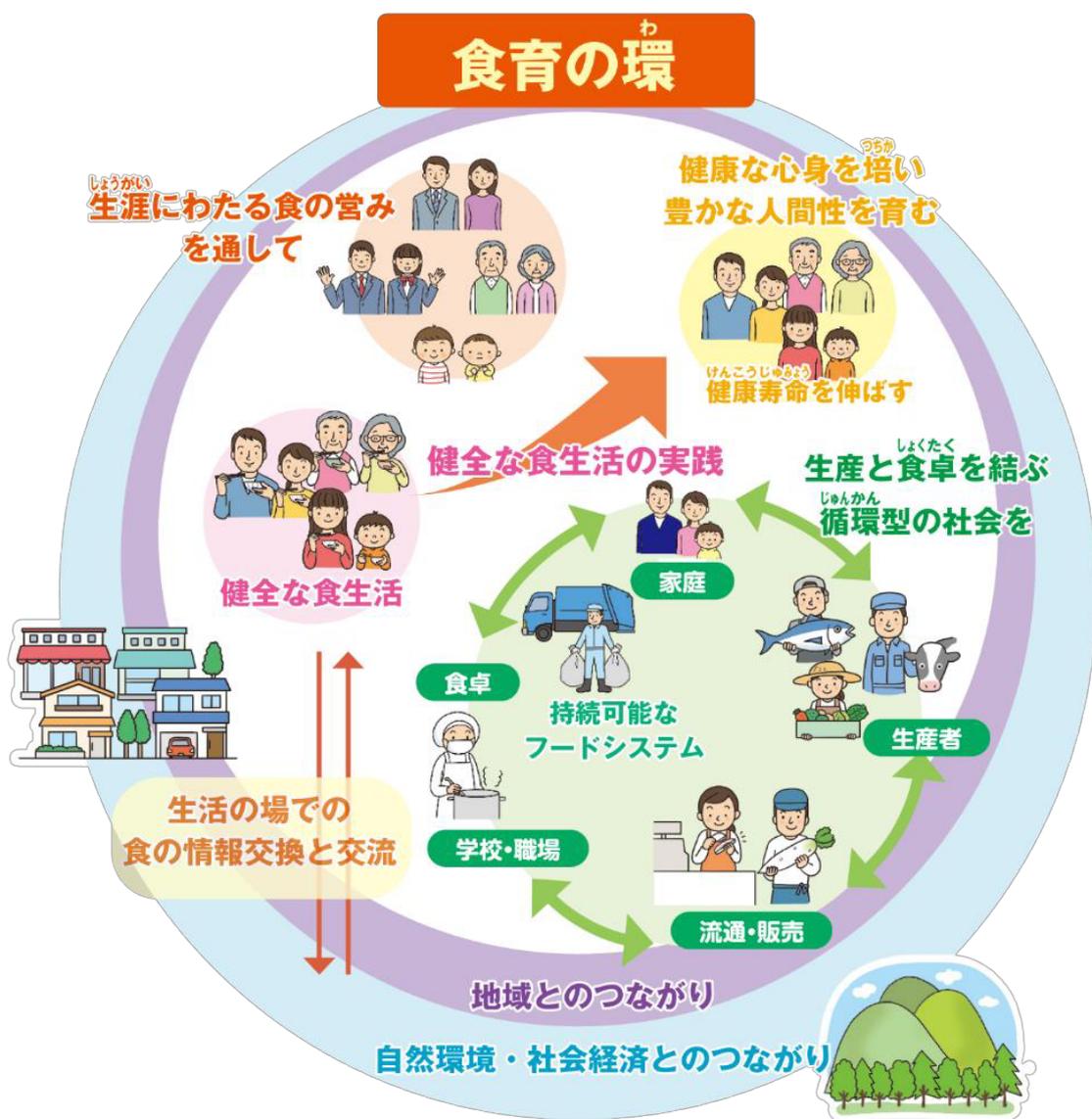
食育について考えよう。

令和4年3月 中学生用

私たちが育む食と未来



①みなさんは毎日、学校給食を通して食育を学んでいます。その食育の場面は、実は学校給食以外にもたくさんあります。小中学校では、植物を育ててその成長について観察したり、お店や工場、農家さんの仕事について調べたりしました。食べ物がどのようにして育てられ、どのように私たちの食卓まで届けられるのかを学ぶことも食育です。さらに、食べ残しなどのごみはどのように処理されるのか環境センターを見学したことも覚えていますか。



②左は、「食育の環」というイラストです。健全な食生活を毎日実践すれば、心も体も健康で長生きできます。食育は家庭はもちろんのこと、学校や職場でも営まれているということが描かれています。

③そして食べ物があらゆる場面で食卓にあがるまでも、生産流通に関わる様々な人々に支えられています。

④嫌いなものを食べ残したり、買ったのに賞味期限が過ぎて捨ててしまったり、「食品ロス」について考え取り組んだ学校もありましたね。

⑤食べ物の生産と、消費（食べること）がうまく循環すると、地域がよくなり、地球環境もよくなります。学校ではSDGsの学習をしていますが、「持続可能」を英語で言うと「サステナブル」です。中学生のみならず、サステナブルな社会の実現と、健康な体で豊かな人生を送るために、身近なことからできることをはじめましょう。

