

給食だより 10月

すっかり秋らしくなり、過ごしやすい季節になりました。
「運動の秋」「読書の秋」「芸術の秋」、そして「食欲の秋」
ですね。この時期は季節の変わり目です。体調を崩さないよう
に、食生活の面からも十分に気をつけましょう。



よく味わって食べていますか？

皆さんは、どんな味が好きですか？食べたときに感じる味は「甘味・塩味・酸味・
苦味・旨味」という5つの基本味に分けられ、料理は、この基本味の組み合わせに
よって、さまざまな味わいが生み出されています。また、おいしさを感じるのは、
味だけでなく、料理の見た目、噛んだときの音や噛み応え、口に入れたときの温度
などが関係しています。食事のときは、意識してよく味わって食べましょう。



おいしく作っています



10月にはお月見があります。この頃は空が澄
み、一年中で月が一番美しいとされていたので、こ
の日の月を大切にしてきました。日本では昔から四
季おりおり、お祭りや行事が行われ、人とのかわり
を大切にしながら喜びをわかちあってきました。
皆さんが食べている給食も、人とのかわりを考
えて作られています。残さず食べてもらえるとやり
がいがあるのですが・・・

都立農産・南葛飾高等学校グループ

身近な「SDG s」を意識してみませんか

ここ数年で、「SDG s」という言葉をよく目にするようになりました。SDG s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
すべての人々が安心して暮らし続けられる社会を目指すものです。



SDG s 17の目標

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

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SDG s

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SDG s の取り組み

一人ひとりが意識してみよう！

給食からバラ
ンスのよい食事
について学ぶ

食器は大切
に扱う

食べられる人は
なるべく残さず
食べる

食べ物への感
謝の気持ちを
持つ