



# 飛鳥学園 食育通信

後期課程



卒業や進級など節目を迎える時期となりました。給食は、「体はもちろんのこと、心の栄養にもなるように」「自分の体をつくる食べ物や地域について考えることができるように」「日本の食文化を学べるように」など、たくさんの思いを込めて作っています。みなさんは、給食を食べながら、どんなことを感じ、どんなことを学んだでしょうか？



9年生はいよいよ卒業ですね。これからは、自分で食事を選択する機会がぐんと増えます。私たちの体は自分の食べたもので作られています。自分の体を健康にするのも、その逆も自分自身です。今まで学んできたことを生かし、自らの健康を大切にしていってくださいね。

## 今月の目標 食生活の反省をしよう

日ごろの食生活を振り返り、よくできたと思うものに○を付けましょう。

朝ごはんを毎日欠かさず食べている

おはしを上手に使うことができる

正しい姿勢で、よくかんで食べている

苦手な食べ物にも挑戦している

おうちで食事のお手伝いをしている

家族や仲間と食事を楽しんでいる

○の数が…

5~6個



3~4個



1~2個



0個



# 減農薬野菜生産者の皆様に感謝する会

2月20日(木)に8回目の減農薬野菜給食が行われました。今年度最後でもある今回の減農薬野菜給食は、野菜を納入して下さった生産者の方や村長さんたちをお招きし、「減農薬野菜生産者の皆様に感謝する会」が行われました。



給食委員会から生産者の方に行ったインタビューを紹介します。なぜ減農薬野菜を作っているのですか?という質問に対する回答です。「みなさん、薬は好きですか?

苦い味がして好きではないですよ。野菜も一緒。野菜も薬(農薬)は好きではありません。だから人間にも、野菜にも、そして環境にもよいように、農薬を使わずに野菜を育てているんですよ」というお話がありました。また、「野菜を育てている人、調理してくれる人など、たくさんの人に支えられて、給食が食べられていることに感謝してほしい」というお話もありました。たくさんの思いが伝わるインタビューでした。みなさんは生産者の方のお話を聞いて、どんなことを感じましたか?

## 持続可能な社会を目指そう

～食ではなくお

ゆたかな心～



私たちの住む地球は、地球温暖化やごみの量の増加、生物多様性の危機など、さまざまな環境問題を抱えています。これは、私たちの生活が地球の自然がもつ許容量を超えるほど、地球環境に大きな負担を与えているからです。限りある資源を大切にするために、環境のためにできることを考えて実行していきましょう。



## 日本は地球の環境を大切にできていない!?

日本の食料自給率は低く、多くの食料を外国から輸入しています。それにもかかわらず、国内では大量の食料が捨てられています。これは、食料そのものを無駄にしているだけでなく、食料を作ったり運んだりするために使ったエネルギーも無駄にしています。さらに、ごみを処分するために余分なエネルギーを消費しているのです。

## できることから始めよう! 環境によい生活

持続可能な社会のために、食べ残しをしない、レジ袋をもらわないなど、自分でできることを考えて、ごみを減らしましょう。

今日からチャレンジ ごみを減らそう



9年生の皆さんは、社会科「私たちと国際社会」で現代社会に見られる課題の解決について考えました。よりよい国際社会の実現のために、自分にできることを実行していきましょう。