

食育通信 12月号

令和5年12月発行
柏市立富勢中学校

残菜・残乳0週間 結果発表

12月11日～15日に
残菜・残乳0週間を行いました。

【各学年 優勝クラス】

1年生	2年生	3年生
1, 2, 3, 5組	1, 3組	3組

今年は、同率1位がとて多くなりました。また、1年生で優勝したクラスは、5日間とも全て完食でした。素晴らしいです！

惜しくも1位を逃してしまったクラスも、いつもと比べて残菜がとて少なかったです。どのクラスも、本当によく頑張ってくれました。

【全校分 日にち別残菜・残乳量 (kg)】

	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目
残菜	8.87	8.09	2.86	8.64	12.66
残乳	3.34	1.58	1.10	1.09	0.26

最終日はいつもより一品多い、4食器の日でした。4日目までに比べると残菜が多く見えるかもしれませんが、普段の4食器の日と比べると、はるかに少ないです。

残乳は、毎日新記録を更新しました。最終日は260g、なんと全校で約1本分しか残りませんでした。お見事です！

【11月平均残菜・残乳量との比較 (kg)】

	11月平均	0週間で 5日間平均	11月平均との差
残菜	18.68	8.2	-10.48
残乳	4.71	1.47	-3.24

5日間合計で考えると、残菜は52.4kg、牛乳は16.2kg、合計で約68.6kgの食品ロス削減をしたこととなります。本当にありがとうございました。

【残菜・残乳0週間で終えて】

この5日間、多くの方が食に向き合ってくれました。「今日もたくさん食べました！」という声や、「いつもは残しちゃうけど、今日は頑張りました！」という声が聞こえてきて嬉しかったです。

また、調理員さんたちも、「たくさん食べてくれて嬉しい！」「食べ残しが少ないので、片付けが楽です。午後の洗浄が早く終わります」と喜んでいました。本当にありがとうございました。

今回の残菜・残乳0週間のために、呼びかけやキャンペーンポスターの作成をしてくれた給食委員さん、いつもよりたくさん食べてくれた皆さんに、給食室一同感謝いたします。

これからもたくさん食べて、健やかな心と体を育ててくださいね。

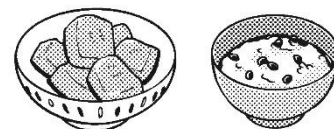
昔から伝わる行事を大切にしよう

冬至

冬至は、一年中で昼間がもっとも短く、夜がもっとも長い日です。この日を境に昼間が長くなっていくことから、太陽がよみがえる日とも考えられています。かぼちゃや小豆がゆを食べたり、ゆず湯に入ったりする風習があります。

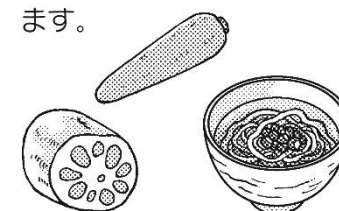
かぼちゃ・小豆がゆ

冬至にかぼちゃを食べるとかぜをひかないなどといわれています。小豆がゆの小豆は、赤い色が邪気をはらうとされています。



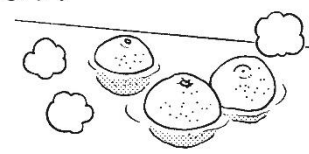
「ん」のつく食品

れんこん、にんじん、うどんなど、「ん」のつく食べ物を食べると幸運につながるといいうい伝えがあります。



ゆず湯

ゆずを浮かべた風呂に入ると、かぜをひかないといわれています。ゆずには、血行をよくする効果があります。



食育クロスワード

□に当てはまる文字を考えてみよう

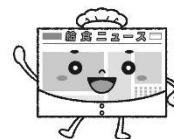
1	A	2		3	E
4			5	B	
		6	D		7
	8				
9			10		
F		11	C		

タテのカギ

- 豆などの種子を日光に当てずに発芽させたもの。
- 「ヒヒーン」と鳴く動物。
- 物を売ったり買ったりする場所。
- 魚のすり身を油で揚げたもの。〇〇揚げ。つけ揚げ、てんぷら、揚げかまぼこもいいます。
- 器に入れて持ち歩く食事。
- 苦しみがなく、楽しさに満ちあふれた場所。
- 名前の後につけて尊敬する気持ちをあらわします。
- 手紙を読まずに食べた動物は？

ヨコのカギ

- 寝る時にかけると暖かい。
- 人が腰をかけるための家具。
- 頂上目指して出発！
- 海の〇〇、山の〇〇。
- 食後のデザートは〇〇〇〇!?
- 秋が旬で脂がのった細長い魚。
- 日本の古い呼び方。
- 「おーい」。誰かの呼ぶ〇〇が聞こえた。
- リズムやメロディーをつけて歌う言葉。



A～Fの文字を当てはめてみよう。どんな言葉が出てくるかな？

A □ B □ の C □ D □ E □ F □ にちゅうい