



新学期が始まり、早くもひと月が過ぎようとしています。5月は気候が穏やかで過ごしやすい時期ですが、急に気温が上がることもあり、体調管理には注意が必要です。学校のある日はもちろん、休みの日にも「早ね、早おき、朝ごはん」を心がけ、健康的な生活リズムを身につけましょう。

「食品ロス」について 考えてみませんか？

日本では現在、まだ食べられるのに廃棄される食品 = 「食品ロス」が年間621万トンあるとされ、このうち282万トンは家庭からのものと推計されています（農林水産省「平成26年度推計」）。

家庭における食品ロスは主に、過剰除去、食べ残し、期限切れなどによる直接廃棄によるものです。ご家庭でも、できることから食品ロス削減に取り組んでみませんか。



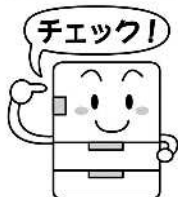
食品ロス621万トン=日本人1人当たり「お茶わん約1杯分
(約134g)の食べ物」が毎日捨てられています。



家庭でできる食品ロス削減の工夫



買い物



事前に冷蔵庫の中などをチェックし、必要な食材を必要な量だけ買う。傷みやすい野菜などの生鮮食品は、こまめに買うようにすると無駄にならない。

調理



野菜や果物の皮は薄くむく。

調理は食べ切れる量を作り、余ったらほかの料理に作り替えるなど工夫する。

残っている食材から使うようにし、定期的に食材を整理する日を決めて食べ切るようにする。

(例：残り野菜を使ったスープ、お好み焼き、かき揚げなど)

食品の期限表示を正しく理解する

●消費期限…… 食べても安全な（期限を過ぎたら食べない方がよい）期限



弁当、総菜、サンドイッチなど



期限内に食べ切るようにする。

●賞味期限…… おいしく食べることができる期限



缶詰、菓子、カップめんなど

期限が過ぎてもすぐに廃棄せず、自分で食べられるかどうか判断する。

5月生乳産地予定

東京都・群馬県・山梨県・
岩手県・宮城県・青森県・
秋田県

給食費についてのお知らせ

5月より、学校給食費の口座引き落としが始まります。別紙のお知らせをご確認ください。今月の引き落とし日は5月25日(金)です。ご協力よろしくお願ひいたします。

3月生乳産地実績

千葉県・岩手県・宮城県・
青森県・秋田県・北海道
予定であった群馬県の
実績はありませんでした。