

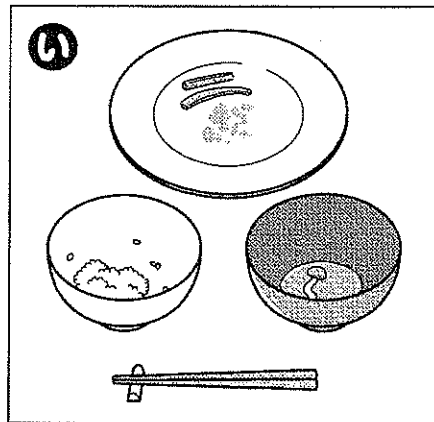
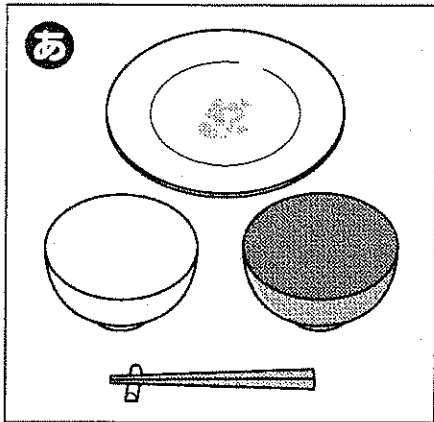
4月 子育て情報誌

暖かな春の陽気と共に、新年度がスタートしましたね。子育て情報誌では、「子育て」や「育児」等色々なものをテーマに、お子さまをもつ保護者の方を応援する情報を載せていきます。

もったいないの気持ちを大切に

「もったいない」という言葉は、ものを大切にする気持ちのあらわれです。食べ物を無駄にはしてはいけないと思うのも、「もったいない」のひとつです。「もったいない」の気持ちを大切に、家庭での食品ロスの削減に取り組んでみてください。

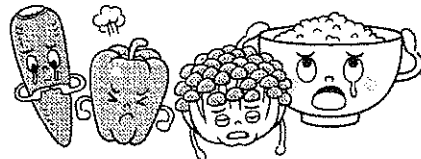
ごちそうさま もったいないのは どちらかな？



こたえ ①

にんじんと ピーマンと
ごはんと しめじが
のこって いるよ

のこすと ごみに
なっちゃうよ！



令和5年4月1日
社会福祉法人えどがわ
宇喜田おひさま保育園

食べられるのに捨てられる「食品ロス」

2020年度の食品ロス量は、新型コロナウイルス感染症の流行の影響もあり、推計を開始した2012年度以降、最少の522万トンでした。

食品ロスの約47%は家庭から出ており、発生要因は「食べ残し」や「手つかずの食品」、「皮のむき過ぎ」などです。まずは家庭から食品ロスを減らしていくことが大切です。



出典 農林水産省・環境省「食品ロス量(令和2年度推計値)」

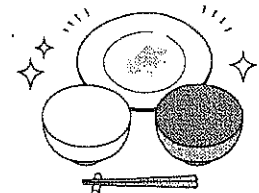
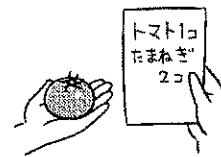
できることから取り組んでみませんか

買い過ぎない つくり過ぎない 食事を残さない

買い物前に家にある食材をチェックして、使う量だけを買きましょう。

家族の体調や予定も考えて、食べ切れる量をつくります。

食事は、ごはん粒ひとつまで、すべて食べ切るように心がけよう。



子どもが「残さず食べられた」と思える工夫を



子どもの食欲がない時は、食器にふだんの半分くらいの量を盛りつけ、食べたらかわりをするようにすると、子どもが「残さず食べられた」という意識を持つことができます。また、食事の時に空腹になるように、間食をとり過ぎないようにして、食事の前にジュースなどの飲み物は控えるようにしてください。