

食育だより

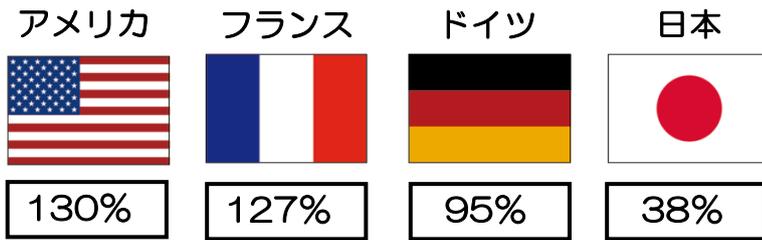
令和元年度 No.2 日光市立大沢小学校

「食育」とは？

- 生きる上での基本であって、知育、徳育、及び体育の基礎となるべきもの
- 様々な体験を通じて「食」に関する知識と「食」を選択する力を習得し、健全な食生活を実践することができる人間を育てること

現在の日本では、国内はもとより世界各国の食材がスーパーなどで手に入ります。国内で消費される食べものが国内の生産でどのくらいまかなえるかを示す指標を食料自給率といいます。日本の食料自給率は低水準です。食料自給率が低いと何が問題なのでしょうか？ 今回の食育だよりでは、日本を取り巻く食料事情についてお知らせします。

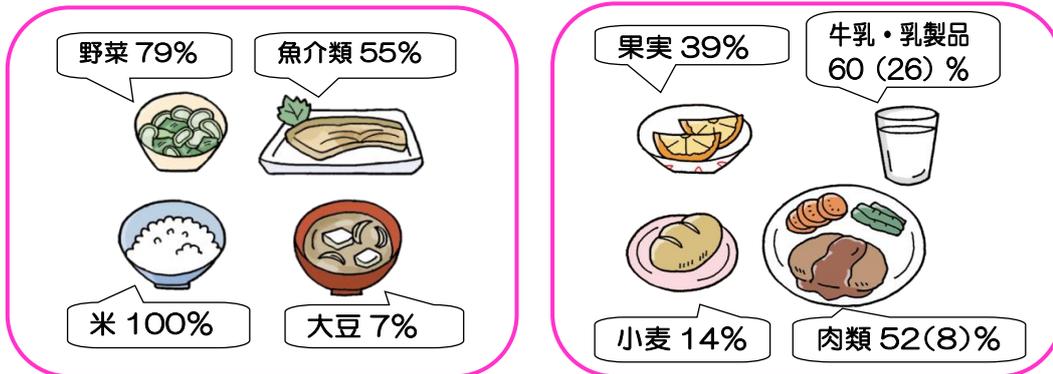
～ 世界の食料自給率くらべ ～



※日本は 2017 年度、そのほかの国は 2013 年の値
出典 農林水産省「平成 29 年度食料需給表」

日本の食料自給率(カロリーベース)は、38%です。世界の食料自給率とくらべてみると、アメリカは 130%、フランスは 127%、ドイツは 95%で、日本では昭和 40 年度は 73%でしたが、平成 29 年度には 38%と、先進国の中で最低の水準です。

～ 食品の自給率ほどのくらい？ ～



※ () は飼料自給率を考慮した値。 出典 農林水産省「平成 29 年度食料需給表」



◆日本は外国から多くの食品を輸入しており、品目別で見ると、国産品のみでまかなえているのは、主食の米だけです。

～ 食料自給率をアップさせるには？ ～

①今が旬の食べものを選ぼう

②地元でとれる食材を食べよう

③ごはん中心のバランスのよい食事をしよう

④食べ残しを減らそう

⑤自給率向上の取り組みを知り、応援しよう



*食料自給率向上のために、自分たちにできることをしましょう。

※裏面に続く



Q. 食料を輸入に頼っているとどうなるの？

A. 日本は、食べ物の多くを外国産に頼っているため、世界のできごとの影響を受けやすくなっています。例えば、世界的な人口増加で食料が足りなくなったり、外国の経済事情で輸入ができなくなったり、地球温暖化や異常気象で収穫量が減ったりすることも考えられます。安心して食べるためには、食料自給率を上げることが必要です。



まだ食べられるのに捨てられてしまう食べものを食品ロスといいます。食品ロスには、売れ残りや期限が切れたもの、調理の時の皮のむきすぎ、食べ残しなどがあります。食品ロスを減らすためには、家庭や社会全体でさまざまな取り組みを行うことが必要です。

◆ 日本の1年間の食品ロス 約643万トン！ ~



日本の食品ロスは1年間で約643万トンです。食品メーカーや飲食店などから約352万トン、一般家庭からは約291万トン発生しています。日本は多くの食べものを輸入していますが、その一方で、大量の食べものを捨てています。



世界の食料援助量よりも多い！！

2017年の世界の食料援助量は約380万トンでした。つまり日本では、世界の食料援助量よりも多い食べもの（食料援助量の1.7倍）が捨てられています。また、日本の食品ロスを国民一人当たりで換算すると、「お茶わん約1杯分（約139g）の食べもの」が毎日捨てられていることとなります。

減らそう！
食品ロス



食品ロスは食品メーカーや小売店、飲食店や家庭など、様々な場所で発生します。食品ロスを減らすためには、1人ひとりの心がけが大切で、残さず食べることも食品ロスの削減につながります。国でも「食品ロスの削減の推進に関する法律」（食品ロス削減推進法）が令和元年5月31日に公布、10月1日に施行されています。

早ね 早おき 朝ごはん すっきりスタート 学力アップ