



市内公立小学校における食育出前講座 中山台小学校(4年生)へ行ってきました。

【日 時】 令和6年(2024年)11月28日(木)
13時45分～14時30分
【場 所】 中山台ホール
【内 容】 食品ロスについて学ぼう
「もったいない! 食べ物を大切に」



講師は、NPO 法人 C・キッズ・ネットワークの酒井富美子さん。(右写真)
楽しいクイズを交えながら、食べ物の大切さについて学んでもらいました。

まずはみなさんへの質問から始まりました。

「今日の給食を残さなかった人?」の質問に、「👉はい」と元気な声と共に一斉に手が挙がりました。冒頭から今日は楽しい講座になる予感がありました。

まず、ルーツを探そう! 「あなたはだあれ?」クイズ。

「ちくわ」「プリン」「ほうれん草のお浸し」「豚骨ラーメン」など、おいしそうなお料理が画面に現れます。

子どもたちには、一人ひとりに配られた「魚・牛・豚・鶏」の4枚のカードから、その料理に入っていると思う動物のカードを挙げてもらいました。

「プリン」のルーツはだれだ?・・・牛のカードを挙げる人、鶏のカードを挙げる人。牛も鶏のカードを挙げる人。

友達の挙げたカードをキョロキョロ見ながら楽しそうにカードを挙げていました。

それぞれの食べ物のルーツを考えながら『魚にも肉にも、みんな命があるよね。私たちはその命をいただいているのだから、残したりすると、いただいた命に申し訳ないよね。それにもったいないよね』

生きるために、たくさんの命をいただいていることについて、学んでもらいました。

次に、「食品ロス」の意味について3色クイズがありました。

- 青 食べ物を他の人に取られてショックを受けること
- 黄 まだ食べられるのに捨てられる食べ物のこと
- 赤 食べ過ぎて気持ち悪くなること

中には赤色のカードを挙げている人もいましたが、ほとんどの人が黄色いカードを挙げていました。

正解ですね◎ 赤色のカードを挙げた人も大丈夫。覚えて帰ってくださいね。



日本の食品ロスは、年間 472 万トン。1 人あたりにすると年間 38 kg、1 日に 103 g、おにぎり 1 個分を捨てていることになるそうです。

この量は、国連（その中にももちろん日本も入っています）から、世界の援助が必要な国へ届けられている食糧＝480 万トンとほぼ変わらないそうです。

捨てられていた食べ物を支援に回せば、もっとたくさんの食料を外国に届けることができますね。

クイズが出題されました。

「家庭からの食品ロス」と「店や工場等からの食品ロス」どちらから出る食品ロスの量が多いでしょうか。

いろいろなカードが挙がりましたが正解は
「同じ」だそうで、2 トントラックで換算すると
約 3,200 台分の食品を毎日捨てているそうです。



世界中のことも考えてもらいました。

SDG's＝持続可能な開発目標の話もありました。

阪急電車では、SDG's トレインも走っているそうです。私も知らなかった・・・

事業者の努力の結果、「店や工場等からの食品ロス」はかなり減ってきているようです。

SDG's の目標では、2000 年に 980 万トンあった食品ロスの量を、2030 年までに 489 万トンに減らす目標もあるそうです。

しかし、家庭から出る食品ロスの量はまだまだ多いそうです。

その理由は、食べ残し、傷んだことが原因で捨てた、賞味期限が過ぎた・・・等
（賞味期限は、味の目安の期限なので過ぎても食べて大丈夫なのに・・・）

ここでまたまたクイズが出されました。

廃棄される食品を見ながら、なぜ店頭に並ばないのか、撤去される理由や店や消費者の事情について考えてもらいました。

例) 1 房のバナナの中に、1 本だけ真っ黒のバナナが混じっている写真

なぜ、このバナナは捨てられてしまったのでしょうか。

⇒ 黒いバナナが入っていると売れないので、捨てられています。

例) ひなあられの写真

なぜ、ひなあられは捨てられてしまったのでしょうか。

⇒ ひな祭りが過ぎてしまい売れ残ったので捨てられています。

黒いバナナ1本だけ外して安く売るといいのにね。

季節もので時期が過ぎても、みんなが買ってくれるといいのにね。

お店側は、消費者が新しい食品の方が安心だと思うだろうなあ、見た目が悪い食品は嫌だと思っだろうなあ・・・と思って、捨ててしまっています。

他にも、品切れになると困るだろうなあと思ってたくさん準備をしています。消費者の気持ちになって考えているそうです。

『賞味期限ぎりぎりでもかまわないや・・・シーズンが過ぎても構わないや・・・と、みんな（消費者）の意識が変われば、お店も変わります。解決することもありそうですね。』
・・・と、食品ロスが出る理由や、その解決方法について、わかりやすく説明がありました。

少し難しい「1/3ルール」についての説明もありました。

例えば、8/1に製造したものの消費期限が10/31だとすると・・・

まだ1か月も期限が残っているのに、10/1には店頭には並べられないという事業者だけ決めているルールがあるそうです。

捨てるのはもったいないよね。

賞味期限と消費期限の違いやフードバンクについても学んでもらいました。



せっかくの参加型の講座、みんなに答えてもらいたい♡という気持ちから、講師の酒井さんは、前へ後ろへと大忙しでマイクを持って走り回っていました。

それに応えるかのように、熱心に話を聞いて、元気いっぱい手を挙げて質問にも答えてくれた中山台小学校の4年生のみなさん、ありがとうございました。