

10月食育だより

2025(令和7)年 10月
毎月19日は食育の日
八尾市立高美中学校



10月は『世界食料デー』月間です！



10月は世界の食料問題について考え、行動する『世界食料デー』月間です。国際連合が制定した10月16日の『世界食料デー』にあわせて、企業や国連機関などが食料問題を解決するための活動や情報発信に取り組まれています。



世界にはどんな食料問題があるの？

大きな問題のひとつに「飢餓」があります。世界が2030年までに解決をめざす目標SDGs(持続可能な開発目標)でも2番目に『飢餓をゼロに』という目標があります。



どうしてこんなに飢餓の人が？
食べ物が足りていないのかな？

今、世界では何人の人が 飢餓に苦しんでいるの？

今、約億6億7300万人、世界人口の12人に1人が飢餓に苦しんでいます。多くはアフリカ・アジア・南アメリカの人々です。

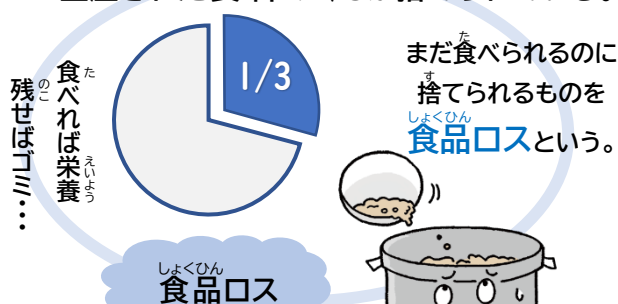
(2024年国連食糧農業機関(FAO)など5つの国連機関の報告書より)

いいえ、世界では、すべての人が十分に
食べられるだけの食べ物が作られて
いるのです。



世界では、食べ物は十分に作られている。すべての人が食べられないのはなぜ？

生産された食料の1/3が捨てられている。



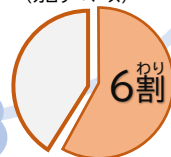
食品ロスの廃棄のため



輸送でCO2排出。



日本では食料の6割を海外から輸入(カロリーベース)



地球温暖化
異常気象

自然災害の数が
1970年代から
約4倍に増加。



飢餓の問題は、さまざまな原因があり、簡単には解決できません。でも、わたしたちの生活の中でも、できることがきつとなにかあるはず。食べる幸せを世界のみんなで分かち合おう。



貧困や格差

紛争の増加

紛争や異常気象などで

食べ物を育てられない。届かない...

価格高騰

燃料や肥料の値上がり、
農作物の不作によって
食べ物の値段が上昇。





し ょ く
食

ひ ん
品

ロ

ス

CHECK



普段の生活をふり返って、チェックしてみよう



食事は、なるべく残さないようにしている。



食べきれなかった食品は、きちんと保存しておく。



自分が食べきれる量を盛り付けるようにしている。



食べものを捨てると、悲しい気持ちになる。



食事をするとき、食料を生産した人や、料理を作ってくれた人に感謝している。



保存してあった食べものは忘れずに食べる。



外食をするときは、食べられる分だけ注文する。



買い物は必要ときだけ行く。



必要なものを確認してから買い物に行く。



すぐに食べるときは、てまに並んでいる商品を選んで買う。



野菜などを買うとき、多少のキズや形は気にしない。



消費期限と賞味期限の違いがわかっている。



チェックが

9~12個

食品ロスがほとんど出ていないようです。
このまま続けよう！

GOOD



チェックが

6~8個

食品ロスはあまり出ていないようです。
さらに減らすために
できることがないか
探してみましょう。

チェックが

3~5個

食品ロスが出やすい生活になっています。
見直せるところから食
品ロスを減らすよう心
掛けてみましょう。

チェックが

0~2個

食品ロスを多く出してしまっているかも…
限りある資源のこと
を考え、生活を見直
してみましょう。