

Let's 食育! vol.6

食を通じて育てよう! 「健やかな体」「豊かな心」

もったいない!

食べられるのに捨てられる「食品ロス」

経済の発展とともに増加した食品廃棄物。その中でも「本来食べられるのに廃棄される食品」を食品ロスと呼びます。イメージしやすいもので言えば「家庭、飲食店での食べ残り」「賞味期限切れ加工食品」「形が崩れたりした規格外の加工食品」などがあります。

日本では一体どれほどの食品ロスがあるのでしょうか。日本の食品ロス量は、年間600万トンを超えると言われていいます。これは世界全体が援助している食料の量の約2倍に相当し、その廃棄コストは年間2兆円にも及び経済的にも非合理的な現状と言えるでしょう。

一人ひとりが食品ロスを減らすための小さな行動に取り組むことで、大きな削減につながります。買い物時「買いすぎない」、料理を作る際「作りすぎない」、外食時「注文しすぎない」、そして「食べきる」ことが重要です。消費者が意識改革していくことが食品ロスを減らす一番大きな力となるのです。

食育のススメ

ママのクッキング教室【すくすく広場】

9月10日(火) に子育て支援事業「すくすく広場」を開催しました。当日は、親子5組が参加し、無果汁ジュースの中に添加物がどれだけ入っているかなどの講話を受けた後、無添加食品を使った調理実習を行い、煮込みハンバーグやスープを作りました。参加者からは「無添加食品を使った料理なので、子どもにも安心して食べさせられます。」と語られていました。



ひだまりサロン

10月17日(木)

10時~12時 ミニ脳トレ・カラオケ
13時~15時 健康体操・カラオケ

10月29日(火)

10時~12時 クリスマス飾り作り
13時~15時 カラオケ

場 所 あいくる教養娯楽室 問合せ 社会福祉協議会

参加費
午前・午後
各100円

弁護士による無料法律相談会(10月)

相談時間 13時~16時(1回30分程度) ※要予約

4日	長沼町社会福祉協議会	☎0123~82~5040
11日	由仁町社会福祉協議会	☎0123~82~2167
18日	栗山町社会福祉協議会	☎0123~72~1322
25日	南幌町社会福祉協議会	☎011~378~2088

10月健康カレンダー

項目	日程	場所	備考
乳幼児健診 幼児歯科検診	29日(火)	あいくる	個別通知あり
各種予防接種	毎週月曜日、木曜日 【受付時間】13:30~16:00 ※接種希望日の前週木曜日までに要予約	町立病院	定期予防接種、おたふく:無料 その他予防接種:有料
快足シャキッと倶楽部	1日(火)、4日(金)、8日(火)、 11日(金)、15日(火)、18日(金) 10:30~11:30	あいくる	
	3日(木)、10日(木)、17日(木) 10:30~11:30	夕張太ふれあい館	
こころの健康相談	21日(月) 10:00~11:00	あいくる	要予約