



# 給食だより 1月号

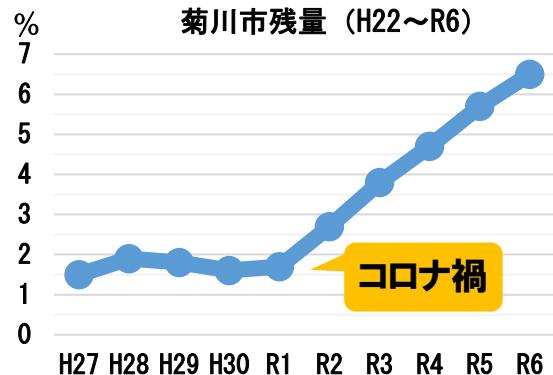
令和7年12月18日 菊川市立菊川学校給食センター

給食目標

## 伝統食を知ろう 給食への理解を深めよう

### ～給食残量について～

菊川市の給食の残量は、コロナ禍前は2%以内と大変少なかったものの、コロナ禍後は増え続け、昨年は6.5%（33,500kg）でした。コロナ禍で残量が増えたのは、感染を防ぐために、食べる前の給食の量を調節できなくなったり、おかわりを禁止したりしたことなどが原因にあります。現在では、コロナ前の給食風景に戻りつつありますが、残量は右肩上がりです。



### ～給食は食べきる方がいい? 無理に食べきらなくていい?～

河城小学校の4年生では、学活の授業で、給食を食べきる方がよいグループと無理に食べきらなくてよいグループの2つに分かれ、ディベートを行いました。

菊川市では、令和3年頃から給食の残りを、西方にある鈴与商事株式会社に回収していただいている。回収された給食の残りは、微生物が分解して、肥料にしたり、二酸化炭素を光合成に使ったりして、トマトやアスパラガスを栽培するために利用されます。今年度、初めて6月のふるさと給食週間に菊川産のトマトとアスパラを使った献立を提供しました。

ディベートの授業では、給食の残量も肥料になり、また給食で野菜として使われ循環されるので、無駄にならないから残しても大丈夫という意見がある一方で、残量の回収にお金がかかることや、給食を作る人の思いを知ったり、自分の体の健康や成長を考えたりする中で、児童の振り返りでは「残さないようにする」「できるだけ食べるようとする」という意見が多くありました。

### 給食の残量はどうなるかな?



↑河城小授業の様子

アスパラとコーンのソテー（菊川産アスパラガス使用）  
ミネストローネ（菊川産トマト使用）

# ◆伝統的なおせち料理の意味や込められた願い

※地域や家庭によって違いがあります。



- 一の重  
二の重  
三の重

## ◆一の重（祝い肴・口取りなど）

	<b>黒豆</b> まめ（まじめ・健康）に暮らせるように。
	<b>数の子</b> 子宝に恵まれるように。
	<b>田作り（ごまめ）</b> 豊作を願って。
	<b>たたきごぼう</b> 家族や家業が土地に根を張るように。
	<b>伊達巻き</b> 知識や教養が身につくように。 ／着るものに困らないように。
	<b>きんとん</b> 金運に恵まれるように。
	<b>紅白かまぼこ</b> 赤は魔除け、白は清浄を表す。

## ◆二の重（酢の物・焼き物など）

	<b>ブリ</b> 出世できるように。
	<b>タイ</b> 「めでたい」の語呂合わせ。
	<b>エビ</b> 長生きできるように。
	<b>紅白なます</b> お祝いの水引を表す。

## ◆三の重（煮物など）

	<b>里いも</b> 子宝に恵まれるように。
	<b>れんこん</b> 将来を見通せるように。
	<b>くわい</b> 出世できるように。
	<b>昆布巻き</b> 「よろこぶ」の語呂合わせ。

食べて！減らして！考えよう！

### 今日から君も食ロス削減リーダー

3010(さんまるいちまる)運動を  
知っていますか？

年末年始は、家族や友人と会食の機会が増えます。ホームパーティーや外食、テイクアウトなど、華やかな料理を前に話が弾みますよね。

「3010 運動」は食品ロスを減らすための運動です。会食や宴会の乾杯からの「30分間」とお開き前の「10分間」は席を立たずに自分の席で料理を楽しみ、食べ残しを減らしましょう、というものです。

食べ残しは食品ロスになります。

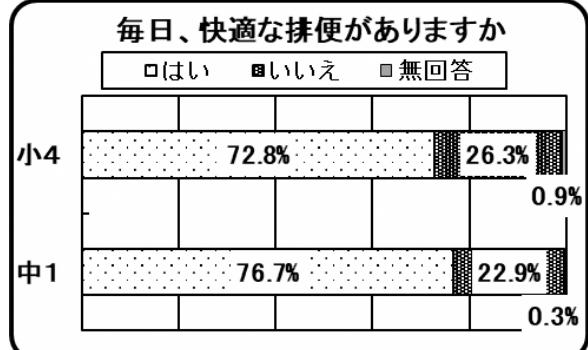
食品ロス削減にご協力お願いします！

【環境推進課】



## 小笠の食生活を考えよう

### 1月「体からの便りを意識しよう」



小笠地区学校保健会 令和7年度食生活アンケート結果より  
(対象: 小4・中1 児童生徒 3272名回答)

排便から自分の体の調子を知ることができます。健康的な便のためには食物繊維が多く含まれる野菜や海藻を食べ、適度な運動と水分をとることが大切です。

自分の体からの便りで健康状態を確認してください。

