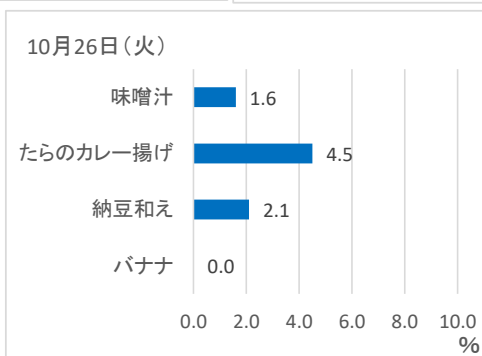
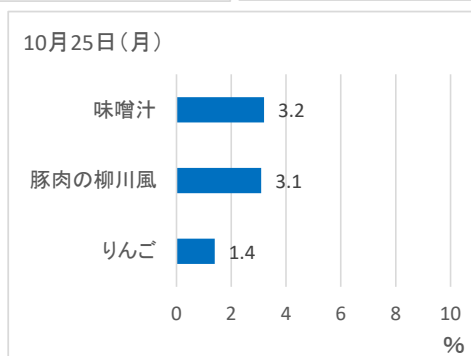
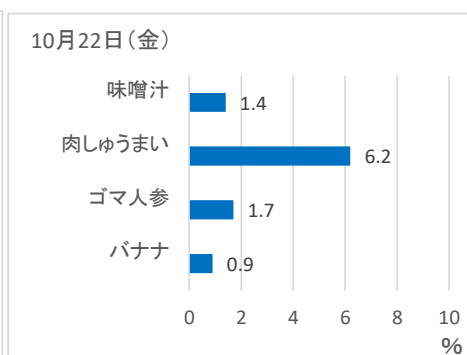
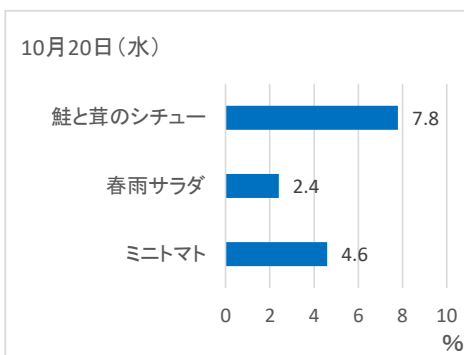
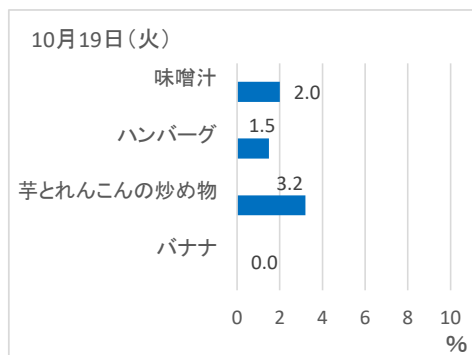




## 残食調査を実施しました

公立保育園の昼食で、10月19日から26日までの5日間で残食調査を行いました。主食以外の献立について、3歳以上児の子どもたちがどのくらい食べているかを調べるため、給食室で献立ごとの残量を計測しました。公立保育園2園の平均の結果は次のとおりです。

### 残食調査結果



### —残食調査の結果より—

※今回の調査ではすべてのメニューで残食率が10%以下でした。また前回調査(7月実施)よりも2園合計の残食量が減りました。

※「鮭と茸のシチュー」はシチューの中の魚の食感を苦手とする子がいるため、やや残食が多かったようです。「肉しゅうまい」はしゅうまい自体になじみがなかったり、食べ慣れていなかったりする子がいるため、やや残食が多かったようです。

※今後も引き続き、必要な栄養価を満たしながら、子どもがおいしく楽しく食べられる給食の提供を心がけていきます。



# 海の危機！環境問題は「食」とつながっている！

今年9月中旬から道東沖で「赤潮」が確認され、サケやウニなどが大量に死んでしまいました。また、地球温暖化で北海道のサンマやスルメイカ、サケの漁獲量が少なくなってきました。

海に異変が起っています。海の生き物に被害を与えるだけでなく、私たちの食生活にも影響が及び、これまで食べていた魚などが食べられなくなるかもしれません。

## ★海洋ごみ(かいようごみ) ★マイクロプラスチック

海岸に打ち上げられたり、海面を漂ったり、海底に積もったりしているごみのこと。

6割以上がプラスチックごみで、毎年2～6万トンのプラスチックごみが日本から海に流れていると推定される。

①洗顔料や歯磨き粉のスクラブ剤や化粧品などに利用される小さなプラスチック

②ビニール袋やペットボトルなどの海洋ごみが劣化や波の作用で破砕されて小さくなったもの  
とても小さいため、海に流れ出たものの回収は難しい。

## ★赤潮(あかしお)

海水温上昇などによってプランクトンが異常に増えて、海の色が変わること。

プランクトンがえらに付着して魚が呼吸できなくなったり、プランクトンが酸素を大量に消費して魚が死んだりする。



海の生き物が間違っ  
てごみを食べてしま  
うこともあります！！



マイクロプラスチックを  
食べた魚を人間が食べると  
どうなる…？



このままのペースだと2050年には**魚よりプラスチックごみが多い海**になると予測されています。

海洋ごみの8割は、街でポイ捨てされたごみなどが雨とともに川を経て海に流れ出たものです。

海水温上昇は地球温暖化の影響が大きいです。不漁も地球温暖化や海洋環境の変化が原因です。

### 私たちにできること

- ★外で出たごみは家に持ち帰る、ポイ捨てしない
- ★ごみは決められた場所で処分する
- ★暮らしの中でできるだけごみを出さないようにする(エコバックやマイボトルを持ち歩くなど)

### 私たちにできること

**温室効果ガスを減らす行動を！**

- ★電気をこまめに消す
- ★エコドライブを心がける
- ★ウォームビズ・クールビズで冷暖房の使用を控えめに



## 今が旬の果物☆柿

主な生産地は和歌山県や奈良県で、旬は9～11月頃です。

柿1個(200g程度)にはビタミンCが140mg含まれていて、大人は一日1個、子ども(1～9歳)は一日1/2個食べれば、一日に必要なビタミンCをとることができます。

道内では「種なし柿」がよく出回っており、「庄内柿」や「おけさ柿」とも呼ばれています。種があるものや果肉に黒い斑点があるものなど、他にもさまざまな品種があります。

## 11月15日は



七五三は子どもの節目の歳(7歳、5歳、3歳)に神社や寺にお参りし、子どもの健やかな成長を願う行事です。

昔は7歳までの子どもは特に病気にかかりやすいと言われており、元気に育つように祈願していた儀式が現在の七五三に受け継がれています。

お祝いに食べる「千歳飴」は長生きできるように水あめを長く引き伸ばして作られています。

