

食べものと友だちになろう！

 SDGsラジオを読んでみよう！

みなさん、食べることは好きですか？ごはんを食べることは、生きていくうえで欠かせない、とても大切なことです。ごはんで未来の元気をつくる「一富士フードサービス」は、幼稚園や保育園の子どもたちに、食べるものの楽しさや大切さを伝える「食育」を行っています。たとえば、おもを掘ったり、野菜を洗って皮をむいたり、おにぎりをつくったり、といった体験ができます。自分の手でやってみると、食べものへの興味や、つくってくれる人への「ありがとう」の気持ちが生まれます。また、子どもの日の「こいのぼり寿司」やハロウィンの「おばけシチュー」など、季節に合わせた給食メニューで、行事や文化に親しむ楽しさも伝えています。小さなころから食について学ぶことは、体と心の成長につながっていきます。食べることは、元氣のもと。まずはみなさんも、今日のごはんを大切に味わってみませんか？

 SDGsラジオの内容を、もっと詳しく知ろう！

「食育」とは、食べものの大切さやえらび方、食べることの楽しさを学ぶことです。また、その食べものがどこで育ったのかを知ることも、食育のひとつです。「食べものはどこからくるのか」「だれがつくっているのか」を知ることは、とても大切です。そこで目されているのが、みなさんが住んでいる地域でとれた食材を使う「地産地消」です。地元の食材は新鮮でおいしく、それが地域の農家を応援することにもつながります。

画像参照：地域で育った食材のイメージ



画像参照：「こいのぼりカレー」の給食
(一富士フードサービス公式HPより)



画像参照：給食をつくっているようす(一富士フードサービス公式HPより)

 キーワード

地産地消

地域でとれた食材を、その地域で食べることです。新鮮でおいしいだけでなく、地域の農家も元気になります。

食文化

食べものや食べ方に関する、その国や地域ならではの、習慣や工夫のことです。行事食や家庭の味など、くらしの中で大切に受けつがれています。

食物アレルギー

ある食べものを食べたり触れたりすると、体が敵だと思って反応し、かゆみや痛みがでることです。食材や調理のしかたを工夫する必要があります。

 対象ゴール

みなさんにできること！

まいにち 每日のごはんに使われている食材が、どこで育ったのか調べてみましょう。

- 「食育」は、食べものの大切さや食べることの楽しさを知り、元気な体と心を育てるための大切な学び。
- 「地産地消」について知ることも、食育の中でとても大事なポイント。
- 一富士フードサービスは、食べものにふれる体験や行事の給食メニューなどを通して、子どもたちへの食育を行っている。

メモ



SDGs ラジオ