

給食だより

平成22年

10月

さいたま市立本太中学校

校長 野口 英世

給食室

みんなで食べる幸せを

世界食糧デーは、国連が制定した世界の食糧問題を考える日です。



世界の一人ひとりと協力し合い、世界に広がる栄養不良、飢餓、極度の貧困を解決していくことを目的としています。

この日をきっかけして自分自身の生活を見直して、世界の人々とともに生きることを実践する人が増えていくことが「世界食糧デー」の願いです。

私たちの国は食べ物が豊富にあり、時には食べられるものが捨てられたりしています。でも…

世界の飢餓人口は9億2500万人、6人に1人が苦しんでいます。

飢餓は、地域や引き起こされる原因によって、**突発的な飢餓**と**慢性的な飢餓**の2つに大きく分けられます。

突発的飢餓は、天候不順や地震、紛争などで一時的に食料が不足してたくさんの方が餓死し重度の栄養不良になり、緊急食料支援が必要でニュースでも大きくとりあげられます。

一方、慢性的飢餓は、栄養不足人口のほとんどを占めているのに、緊急性に乏しいと思われ解決が後回しにされがちです。十分な食料を手に入れられず慢性的栄養不良に陥ることで、病気にかかりやすく、治りにくくなります。なかでも、成長期の子どもたちが受ける影響は深刻です。心身の発達に遅れがでたり、肺炎や下痢などで亡くなる子どもも多くいます。世界の5歳未満の子どもの死亡原因の1/3に栄養不良が関係しています。

飢餓人口は、99%は開発途上国に住む人々です。アジアが最も多く、サハラ以南のアフリカが続きますが人口に占める割合は30%と高くなっています。

どうして食料が足りないの？ 人口増加で食べ物が不足しているからではありません

世界の食料の生産量は世界の人口をまかなえる量です。問題は豊かな食料が公平に分配されないことです。これらの食料の多くは経済的に豊かな先進国の方が優先して買い上げて食べています。なかでも日本は食料自給率40%、海外に頼る食生活です。しかも食べられずに廃棄される食料も相当な量です。

私たちにできることは？

食事傾向を見直してみる

・食べ過ぎ、肉に偏りがち、お菓子が多いなどに気付くかも。

感謝して、残さず食べる

地産地消の推進

・食料自給率を上げる努力をする

買い物は計画的に

・あるのに買ってしまい、使いきれずに捨てたなんてことはありませんか。

環境問題に関心を持つ

・温暖化防止、気候変動による不作をなくそう



「国際子ども食料会議」での《平和宣言》より

2004年11月4日

私たち人間は、みんなこの地球に生まれ、同じように平和を求め続けてきました。それなのに、ある人は食事を食べ残すくらい満足に食べることができて、またある人はほとんど食べたり飲んだりできずに飢えています。このように不公平な世の中で、恵まれている私たちにできること…それは食べ物を絶対に、粗末にしたり食べ残したりしないことです。小さなことかもしれないけれど、小さな一歩が大きな夢の実現につながるということをだれもが信じています。世界中のみんながしっかりとごはんを食べられるような世界の平和の実現に向けて、少しずつ歩いていきましょう。



飢餓とは？

- ・ 長期間にわたり十分に食べられず、栄養不良となり生存と生活が困難になっている状態。
- ・ 栄養不良とは、食事の量の不足による栄養不足、食事の質の不足による健康に生きるために必要な栄養素の不足、さらに子どもの場合は、身体の発達の遅れが含まれている。
- ・ 生命の維持だけでなく、健康で社会的な活動を行えるかが基準

参考文献

学校給食2007 9月

食育ブック 1 食と健康編 食とスポーツ

日本栄養士会 埼玉県支部 健康教育部会

講演会 平成20年10月11日 スポーツ選手と栄養について

ヤクルト・マネジメントサービス 管理栄養士 藤田裕子