



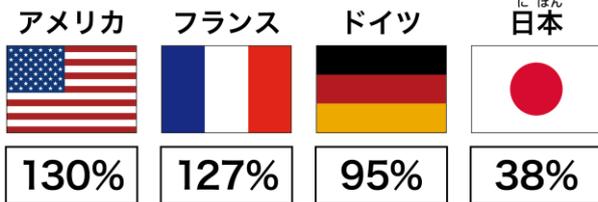
# \* 給食だより \*

渋谷区立富谷小学校  
令和4年度 10月号

食料自給率とは、国内で消費される食べ物が国内の生産でどれくらいまかなえているかを示す指標です。日本の食料自給率は低水準です。食料自給率が低いと何が問題なのかを知って、食料自給率を上げるためにできることを考えてみましょう。



## 世界の食料自給率くらべ



日本の食料自給率（カロリーベース）は、38%です。世界の食料自給率とくらべてみると、アメリカは130%、フランスは127%、ドイツは95%で、日本は先進国の中でも最低の水準です。

※日本は2017年度、そのほかの国は2013年の値。 出典 農林水産省「平成29年度食料需給表」

## 食料自給率アップの取り組み

- ① 今が旬の食べ物を選ぼう
- ② 地元でとれる食材を食べよう
- ③ ごはん中心のバランスのよい食事をしよう
- ④ 食べ残しを減らそう
- ⑤ 自給率向上の取り組みを知り、応援しよう



食料自給率向上のために、自分たちにできることをしましょう。

今月の給食目標は

### 食事のあとは 静かに休もう

です。

★食事のあと、胃や腸は食べたものを消化し、体に栄養を取り込みます。

すぐに激しい運動をすると消化が悪くなってしまいます。給食時間が

終わるまで静かにやすみましょう。

