



市内公立小学校における食育出前講座 西谷小学校(3・4年生)へ行ってきました。

【日 時】 令和8年(2026年)6月23日(火)
3時間目 10時40分~11時25分
【場 所】 3・4年生の教室
【内 容】 食品ロスについて学ぼう



講師は、NPO 法人C・キッズ・ネットワークの大森節子さん。(右上写真)
パワーポイントを使った説明だけでなく、クイズも盛り込みながら、食べ物の大切さについて楽しくお話してくださいました。

自己紹介が終わると、早速、問題に出されたお料理は何からできているのかを当てる「ルーツをさがそう! あなたはだ〜れ?」のクイズが始まりました。

子どもたちは、あらかじめ配られた「魚・牛・豚・鶏」の4枚のカードから『これだ!』と思うカードを挙げていました。

「お好み焼き」が出てきました。「あなたは、だ〜れ?」講師の先生の声が続けてみんな自分が思うカードを挙げてくれました。

豚だけの人、卵も入っているよ〜と豚と鶏のカードを挙げてくれる人、かつお節も入っているよ〜と魚のカードも挙げてくれる人も・・・楽しそうにカードを挙げていました。

ハンバーグ・・・親子丼・・・出てくる問題に、みんな一生懸命に考えていました。

『魚にも肉にも卵にも、みんな命があるよね。私たちはその命をいただいているのだから、残したりすると、いただいた命に申し訳ないよね。それにもったいないよね』

生きるために、たくさんの命をいただいていることについて、学んでもらいました。



次に、まだ食べられるのに廃棄された食品について、なぜ捨てられたのかをクイズ形式で考えてもらいました。その名も「なぜ捨てられたの?」クイズ。

捨てられた理由を「♥と■」のマークのついたカードを使って選んでもらいました。

○1房のバナナの中に、1本だけ真っ黒のバナナが混じっている写真

⇒ 正解は・・・黒いバナナが入っているので
売れないから捨てられていました。

○ひなあられの写真

⇒ 正解は・・・ひな祭りの時期が過ぎてしまい、
売れ残ったので捨てられていました。



元気にカードを挙げている様子

お店側は、消費者が『新しい食品の方を買いたいと思うだろうなあ・・・』『見た目が悪い食品は嫌だと思うだろうなあ・・・』と思って捨てています。他にも『品切れになると困るだろうなあ・・・』と思ってたくさん準備をしています。消費者の気持ちになって考えています。

でも・・・『賞味期限ぎりぎりでもかまわないや・・・』『シーズンが過ぎても構わないや・・・』
みんな（消費者）の意識が変われば、お店も変わります。

📌 なんだか、みんな（消費者）の意識で解決できそうですよね。

食品ロスが出る理由や、その解決方法について、わかりやすく説明がありました。

日本から海外へ届けている食糧が約 370 万トン、
日本の食品ロスは 1 年間で約 464 万トン。
日本の食品ロスは、世界の援助量よりも多いそうです。

○残さず食べる。

○買う前に確かめる。

○食べきれないときはお裾分けをする・・・

1 人ひとりが少し意識するだけで、食品ロスを減らすことができるそうです。

ちなみに・・・食品ロスの量をおにぎりに例えると、日本国民全員が、毎日🍙おにぎり 1 個分を捨てている計算になるそうです。びっくりですね！！

その他、賞味期限と消費期限の違い、フードバンクやフードドライブ（車のことじゃないよ）についてなど、様々なことを学んでもらいました。

この日までに、みんなで調べて疑問に感じたことを、講師の先生に送ってくれていたそうです。とっても意欲的に取り組んでいて👍素晴らしいですね！

みんなですぐに調べられるように、教室には、関連する本もたくさん並んでいました。



当日、疑問に思ったことについて、講師の先生からわかりやすく説明がありました。

【質問】食品ロスは増えてきているの？減ってきているの？

【回答】食品ロスはだんだんと減ってきているそうです。

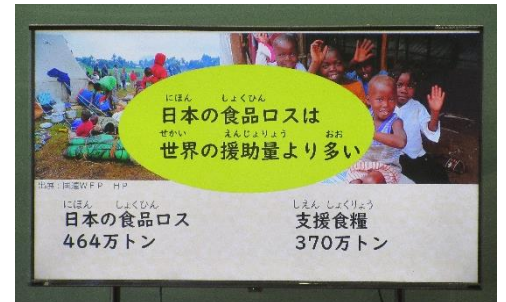
ちなみに・・・2000 年に 980 万 t あった食品ロス、2023 年には 464 万 t ま
で減っているそうです。すごいですね！

今後、まだまだみんなで頑張らないといけないですね(^_-)-☆

【質問】食品ロスが一番多い国はどこ？

【回答】中国だそうです。

人口が多い（約 14 億人）ことや、お客様には、食べきれないほどのお料理を出す
「おもてなしの文化」があることなどが理由だそうです。



【質問】食品ロスの問題にお金がかかっているの？

【回答】食品ロス問題には、お金がかかっているそうです。

ごみ処理にかかる税金・・・1,400 円～6,500 円/国民 1 人あたり/年間

📌こんなところにも税金が使われているなんて、知らなかったですね。

1 人当たりということは、日本全体ではいったいどれだけの税金が・・・

3 人家族で、家庭で無駄にしてしまった食べ物を金額計算すると・・・

約 2,500 円/1 か月 ・ 約 30,000 円/年

📌30,000 円あれば、家族 3 人で美味しいものがたくさん食べられそう😊

最後にみんなでの振り返りで、今日のお話を聞いて気づいたことや思ったことを自由に発表してもらいました。

- ・食品ロスは中国に多いことがわかった。
- ・食品ロスは、2000 年ころから比べると減っていてすごいと思った。
→ これは、みんなが努力している賜物だそうです
- ・ごみを燃やすためにかかる 1 人あたりの税金の高さに驚いた

担任の先生からこんな感想がありました。

ごみを燃やすことにお金を使っているということは、お金を捨てていることと同じことだよ！

ごみを燃やすということは、地球が汚れていっていることにつながっているんだよ！
自分事として、とても胸に刺さりました。

この日、オープンスクールに来ていた保護者からみんなにお願いがありました

一緒に買い物へ行き、「食いたい」「買って欲しい」と言われて買った食べ物は、自分で食べて欲しい。買っても食べないことがよくありとてももったいないです。

→ お家の人に買ってもらったものは、特に責任をもって食べてくださいね。

食品ロスの勉強をするようになって、食いたい友達に少し食べてもらったり、給食を残さず食べる方法を考え、残食も減ってきているそうです。

知識だけでなく、実際に行動していること、本当に素晴らしいと思いました。

これからも、お金のことや環境のこと、いろいろなことを考えて、食品ロス削減に取り組んでくださいね。

西谷小学校の 3・4 年生の皆さん、熱心に講師の先生の話聞いてくれてありがとうございました。

