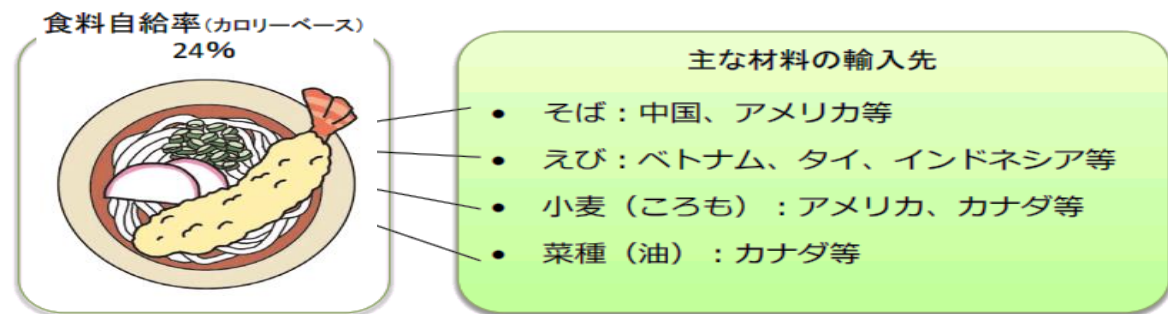


## 食べ物はどこから

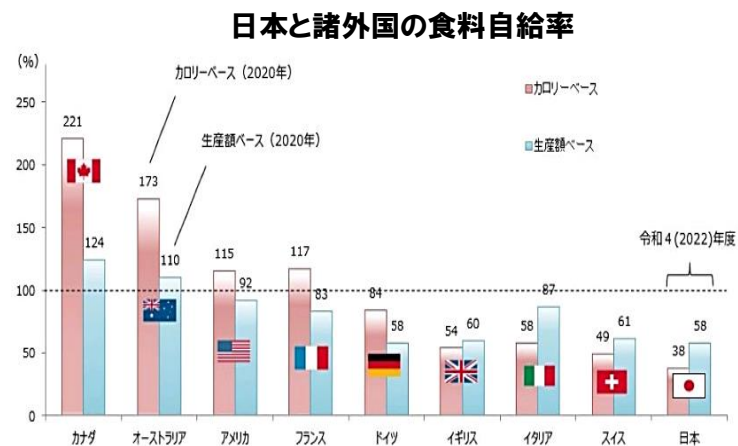
私たちがいつも食べている食べ物は、どこで作られているのでしょうか。たとえば、天ぷらそばの食材がどこからきているのか調べてみましょう。



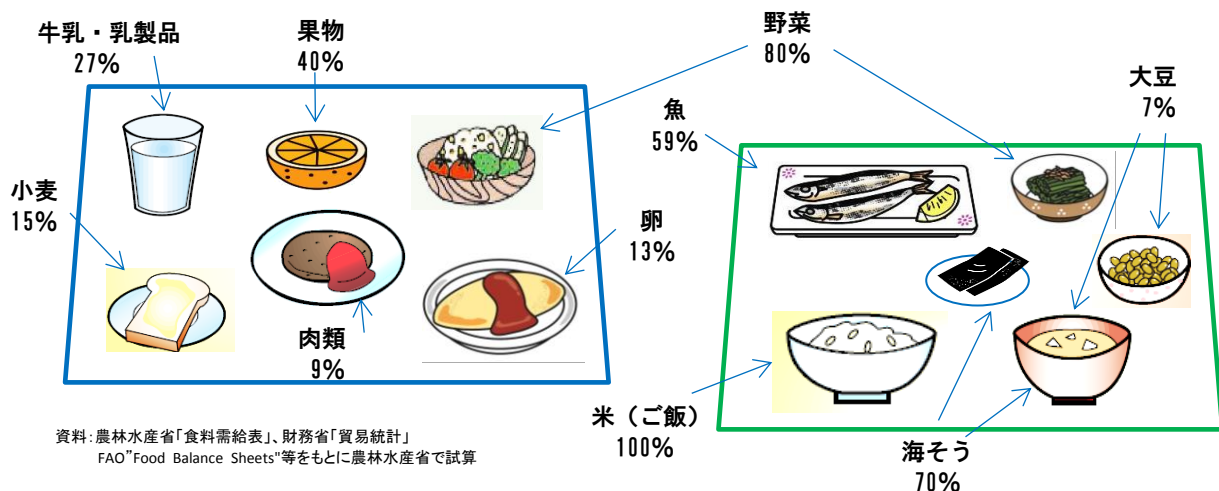
資料：農林水産省「食料需給表」、財務省「貿易統計」 数値は平成27年度(概算値)

### 食料自給率とは？

自分の国の食べ物が、自分の国でどれくらい作られているのかを表す割合を「食料自給率」といいます。  
日本の食料自給率は、先進国の中で最下位にあり、食料の60%以上を外国から輸入しています。



### 日常の食事の食料自給率



資料：農林水産省「食料需給表」、財務省「貿易統計」  
FAO「Food Balance Sheets」等をもとに農林水産省で試算

★献立表、にしわきっ子は、ホームページでもご覧になれます。  
「西脇市 献立」、「西脇市 食育だより」で検索  
右のQRコードからも給食センターのホームページにアクセスできます。



給食や給食センターに関するお問い合わせはこちらまで

TEL/FAX 0795-22-6041  
TEL(栄養教諭あて) 0795-22-6333  
メール n-kyushoku@city.nishiwaki.lg.jp

### なぜ食料自給率を上げなければならない？

日本は、生きるために必要な食料の多くを輸入にたよっていますが、世界では、今後人口が増加して食料は不足すると予想されています。また、気象条件の悪化や、戦争、燃料高騰などで、食料の価格が急に上がったり、輸入できる量が少なくなることも考えられます。  
将来にわたって安定した食料を確保するためには、国内で生産できるものはできる限り国内で生産して、食料自給率を上げていく必要があります。

### 食料自給率を上げるためにできること

#### ① 旬の食材を味わいましょう

旬の農産物は、一番成長しやすい時期に作られるので、余分な手間や燃料などがありません。味もよく、栄養もたっぷりで体や環境にやさしい農産物です。

#### ② 地元のを味わいましょう

地元の農産物はとれたてで新鮮です。また、地元の農産物を選ぶことが地域の農業を応援することになります。

#### ③ 栄養バランスよく食べましょう

油をとりすぎることなく、たっぷりと野菜を取り入れたご飯中心の食事は、健康に良いだけでなく、食料自給率も高くなります。

#### ④ 食べ残しを減らしましょう

日本は食料を大量に輸入している一方で、大量に捨てています。食品をむだに捨てることや、食べ残しが世界の食料不足につながっています。

#### ⑤ 自給率を上げる取り組みを応援しましょう

地元や国産の農産物、またそれらを使った食品など、自給率を上げるための取り組みを知り、味わうことで自給率を上げる取り組みを応援しましょう。

### 給食でも取り組んでいます

西脇市の学校給食でも、お米や野菜などは、西脇市産の農産物を優先して使用しています。また、兵庫県産、国産の食材も、できるかぎり使用しています。



#### ☆長期欠食者の給食費の取り扱いについて☆

連続5日以上欠食する場合は、あらかじめ欠食の届出があった分のみ給食費の還付対象となります。  
長期欠食する場合は、速やかに学校に連絡をお願いします。

まだ食べられる食べ物を...

1人1日あたり  
**114g**



1人1年間で  
**42kg**  
捨てているって！

資料：総務省人口推計  
(2021年10月1日)  
令和2年度食料需給表  
(推定値)