

## ●生活体験③

## 食事

12 つくる責任  
つかう責任

## 概要

食事は、バランスよく摂ることで、心の豊かさや満足感をもたらすとともに、健康的な生活を営むことができる大切な活動です

## 人数

・一度に160名

## 対象

・誰でも



## 実施期間

・通年

## 所要時間

・45分～1時間

## 活動場所

・食堂

## 指導のねらい

・マナーの大切さを知り、日常生活全般に役立てることができる

## 活動のながれおよび留意点

## 【事前学習】

## 〈利用方法〉

①食堂の利用方法の動画を確認する

※動画はこちら (URL)

②配膳係などの役割を決める

③自分が座る席を把握しておく

## 〈食品ロスへの取り組み〉

①別紙ワークシート「食品ロスを減らすためのアクション」を活用して、自分でできることを考えてみましょう

## 【当日】

## 〈準備〉

①宿泊棟で手洗い・手指消毒をする

②部屋ごとに、食堂に移動する

③配膳者は、マスク、エプロン、三角巾、手袋をつけて食事を配膳する

④食事を受け取り、決められた席へ座る

## 〈おかわり〉

⑤配膳者が、③と同様の装備で対応をする

## 〈片付け〉

⑥食器は重ねず、各自でカウンターへ食器を運ぶ

※食事後は、テーブルの消毒が必要

## 準備物品

【山の家で貸出可能なもの】

・机用消毒液、テーブル、ふきん

【団体で準備するもの】

・マスク、エプロン、三角巾 (配膳者)、手袋

## 備考

・食堂利用 (アレルギー等) の詳細はホームページで

## ワークシート 食品を減らすためのアクション

12 つくる責任  
つかう責任



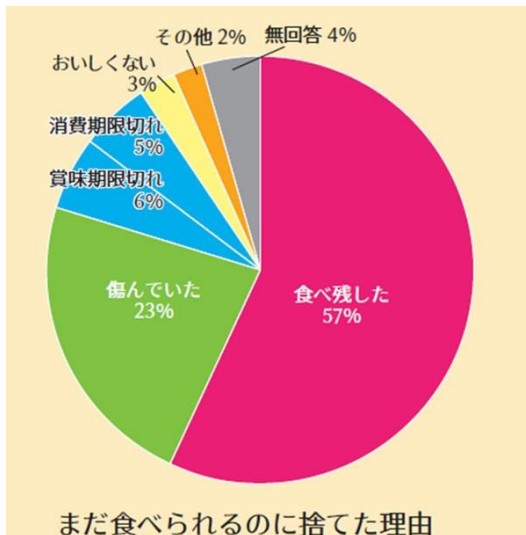
(グループで取り組もう！)

1. 計算してみましょう。

日本で、食べられるのに捨てられる「食品ロス」の量は年間 612 万トンといわれています。さて、日本人一人当たりの「食品ロス」の量は何 kg でしょうか？

答え 約 \_\_\_\_\_ kg

2. 次の図は、まだ食べられるのに捨てた理由です。この図を見てどのような感想を持ったか、グループで話し合い、話し合った内容を書いてください。



3. 日常の中で食品ロスを減らすためにどのような取り組みができるか、グループの中で話し合い、明日からすぐにできるアクションを書いてください。

私たちは食品ロスを減らすために、

をします！

※児童で代表の方は、このワークシートを山の家職員へ渡してください。  
もしくは、電話やZOOMでどのような意見が出たか事前に教えてください。