

●生活体験③

食事 (動画あり)

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
- 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1) 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、手袋

備考

・食事(アレルギー等)の詳細はホームページ施設案内から

・食堂の利用方法については、動画または(別紙2)食堂割当図(動線確認用)を参照

ワークシート 食品ロスを減らすためのアクション



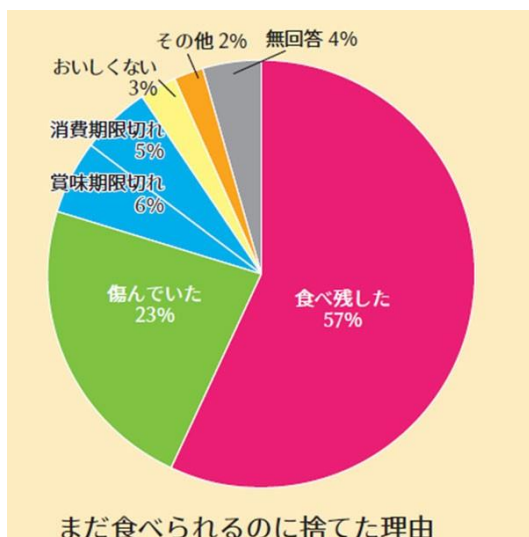
(グループで取り組もう！)

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。

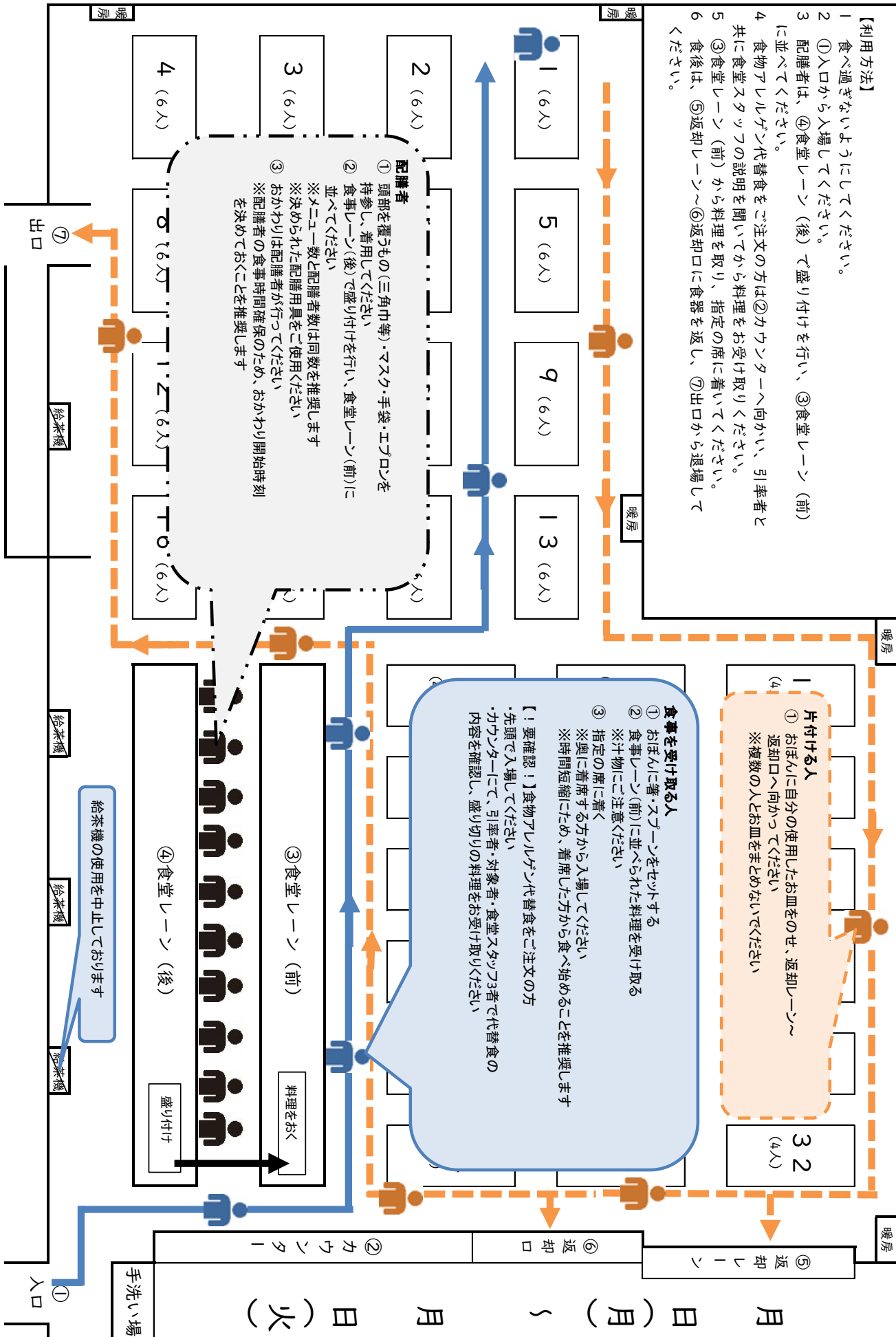
私たちは食品ロスを減らすために、

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。

食堂割当図 (動線確認用)

- 【利用方法】
- 1 食べ過ぎないようにしてください。
 - 2 ①入口から入場してください。
 - 3 配膳者は、④食堂レーン(後)で盛り付けを行い、③食堂レーン(前)に並べてください。
 - 4 食物アレルギー代替食をご注文の方は②カウンターへ向かい、引率者と共に食堂スタッフの説明を聞いてから料理をお受け取りください。
 - 5 ③食堂レーン(前)から料理を取り、指定の席に着いてください。
 - 6 食後は、⑤返却レーン～⑥返却口に食器を返し、⑦出口から退場してください。



月 日 (月) ~ 月 日 (火)

給茶機の使用を中止しております