

●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

・山の家利用団体

実施期間

・通年

所要時間

・45分～60分程度



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

【事前準備】

- ① 食堂の利用方法を確認する
※ 別紙1、動画参照
- ② 盛り付け担当者(引率者)を決めておく
- ③ 自分が座る席を把握しておく
- ④ 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、自分にできることを考える
※ 別紙2参照

【当日】

・方法は別紙1を参照

準備物品

【山の家で貸出可能なもの】

・消毒用バケツ

【団体で準備するもの】

・盛り付け担当者

マスク、エプロン、三角巾、使い捨て手袋

・食堂利用者全員

使い捨て手袋(食事回数分)

備考

食堂の利用方法(セルフサービス方式)

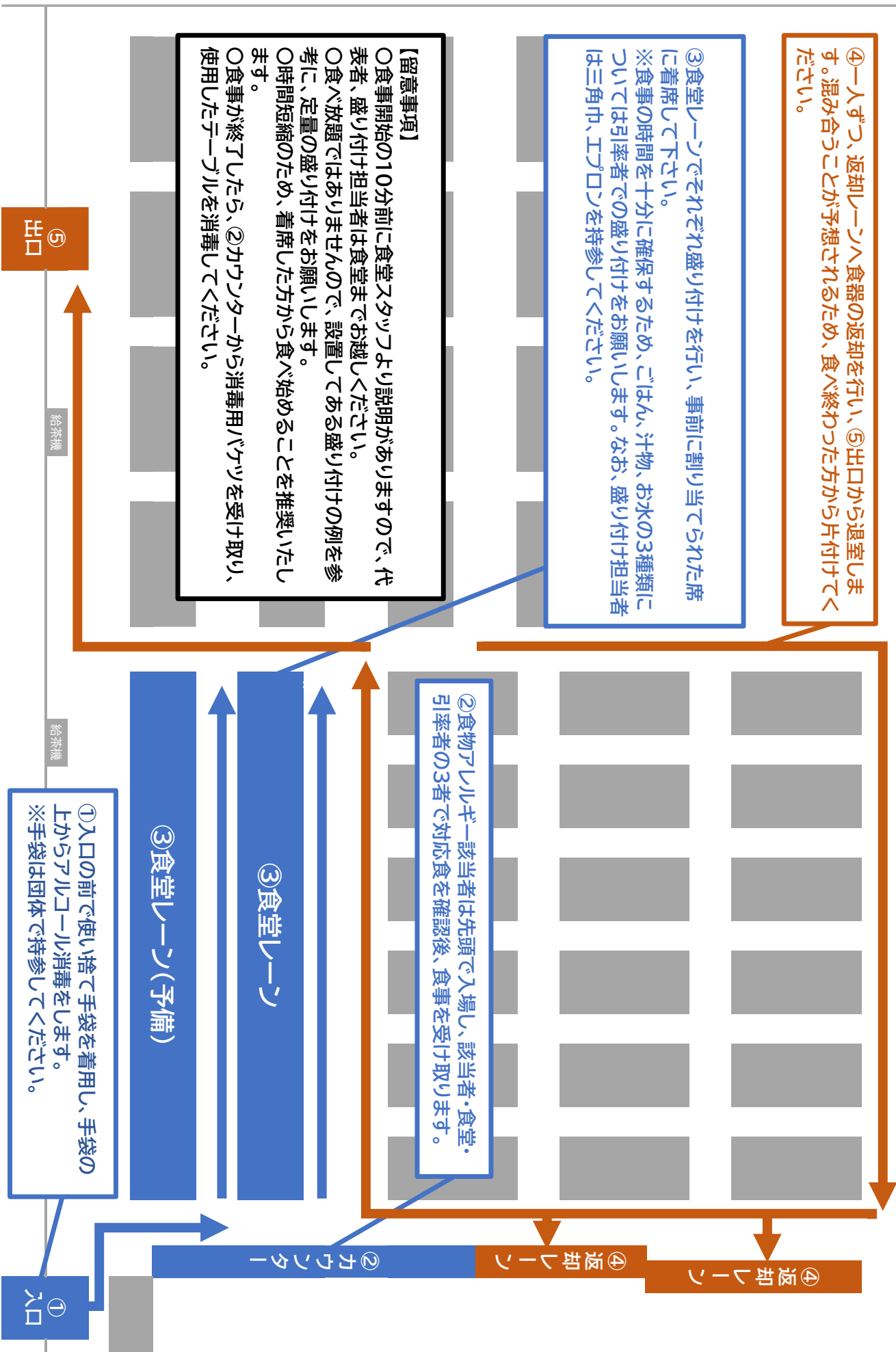
④一人ずつ、返却レーンへ食器の返却を行い、⑤出口から退室します。混み合うことが予想されるため、食が終わった方から片付けてください。

③食堂レーンでそれぞれ盛り付けを行い、事前に割り当てられた席に着席して下さい。
※食事の時間を十分に確保するため、ごはん、汁物、お水の3種類については引率者での盛り付けをお願いします。なお、盛り付け担当者は三角巾、エプロンを持参してください。

【留意事項】
○食事開始の10分前に食堂スタッフより説明がありますので、代表者、盛り付け担当者は食堂までお越しください。
○食が放題ではありませんので、設置してある盛り付けの例を参考に、定量の盛り付けをお願いします。
○時間短縮のため、着席した方から食が始めることを推奨いたします。
○食事が終了したら、②カウンターから消毒用バケツを受け取り、使用したテーパーを消毒してください。

②食物アレルギー該当者は先頭で入場し、該当者・食堂・引率者の3者で対応食を確認後、食事を受け取ります。

①入口の前で使い捨て手袋を着用し、手袋の上からアルコール消毒をします。
※手袋は団体で持参してください。



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!)

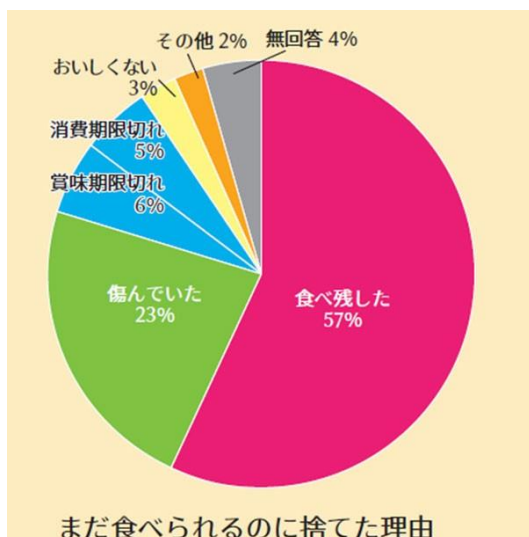


1. 計算してみましょう。

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。