

# 給食だより

令和5年度 第 1 号  
愛教研伊予支部栄養教員部

## 食の視点から考えるSDGs

～海の豊かさを守ろう～

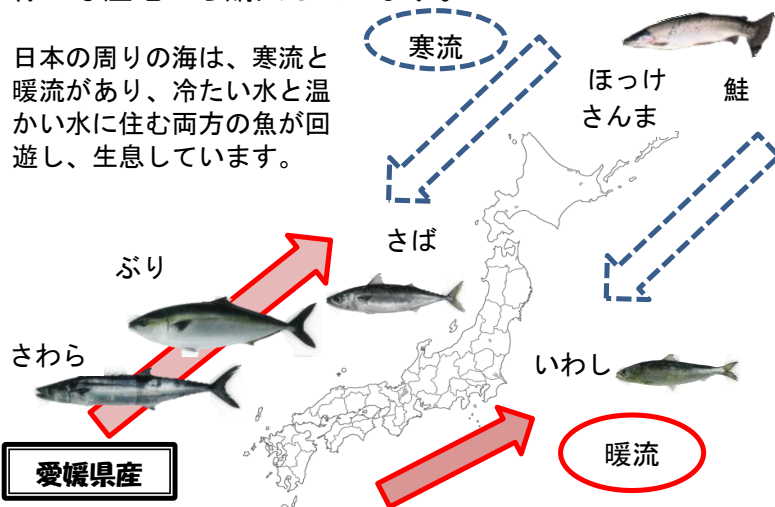


近年、世界各地で地球温暖化による漁獲量の減少や海洋ごみなどの環境問題による生態系への影響が懸念されており、宇和海や瀬戸内海に面し豊富な漁獲量を誇る私たちが住む愛媛県も少なからず影響を受けているものと思われます。この機会に、海の環境のことや私たちにできることを考えてみませんか。

### 給食で使っている海産物

給食では、焼き物、揚げ物、だしなど様々な料理に海産物を使用しています。地元の魚だけでなく使う時期によって様々な産地から購入しています。

日本の周りの海は、寒流と暖流があり、冷たい水と温かい水に住む両方の魚が回遊し、生息しています。



#### 砥部町

鯛めし



#### 松前町

ハモの磯辺揚げ



#### 伊予市

たこ飯



#### 愛媛県産

- ・鯛
- ・ハモ
- ・さば
- ・たこ
- ・小煮干し
- ・ちりめん
- ・さわら
- ・きびなご

### 漁獲量の減少

世界の漁獲量の約3割が過剰に漁獲された魚と言われ、稚魚が減少しています。また、地球温暖化によって海水温が上昇し、魚の獲れる地域が変化しています。そのため、価格の高騰や、使用できる海産物の種類が減少するなど、学校給食も影響が出てきています。

### 海洋ごみの増加

海に漂うごみやプラスチック片を魚や海の生き物が間違えて食べることによって、生態系への影響が懸念されています。

### 私たちにできること

食品ロスを少なくするために残さず食べる、ゴミを分別して捨てる、ゴミのポイ捨てをしないなど、身近にできることから始めてみましょう。

12 つくる責任 つかう責任



### 作ってみませんか

#### 【白身魚のレモンハーブ焼き】

<材料 (4人分)>

白身魚(切り身) 4切	バジル 少々
食塩 少々 A	レモン果汁 大さじ1
こしょう 少々	オリーブ油 大さじ1
酒 大さじ1	

#### <作り方>

- ① 白身魚に酒・食塩・こしょうで下味をつける。
- ② Aの調味料をよく混ぜ合わせ、①の魚にまぶす。
- ③ ②の魚を鉄板に並べ、175℃に予熱したオーブンで15分程度焼く。

フライパンやグリルで焼くときは、ホイル焼きにすると簡単!

