

ペロリン週間の実践と効果

～子供たちが考える食べ残し削減案～



2017年2月20日
京都府宇治市ごみ減量推進課



【モデル事業名】

「食べきり 広げよう ゼロの輪 ～もったいないから学ぶ宇治市の食品廃棄物の削減～」

【モデル事業の目標】

長期目標・・・宇治市全体のごみの削減！

短期目標・・・学校給食の好き嫌いによる食べ残しの削減！



【モデル事業の背景】

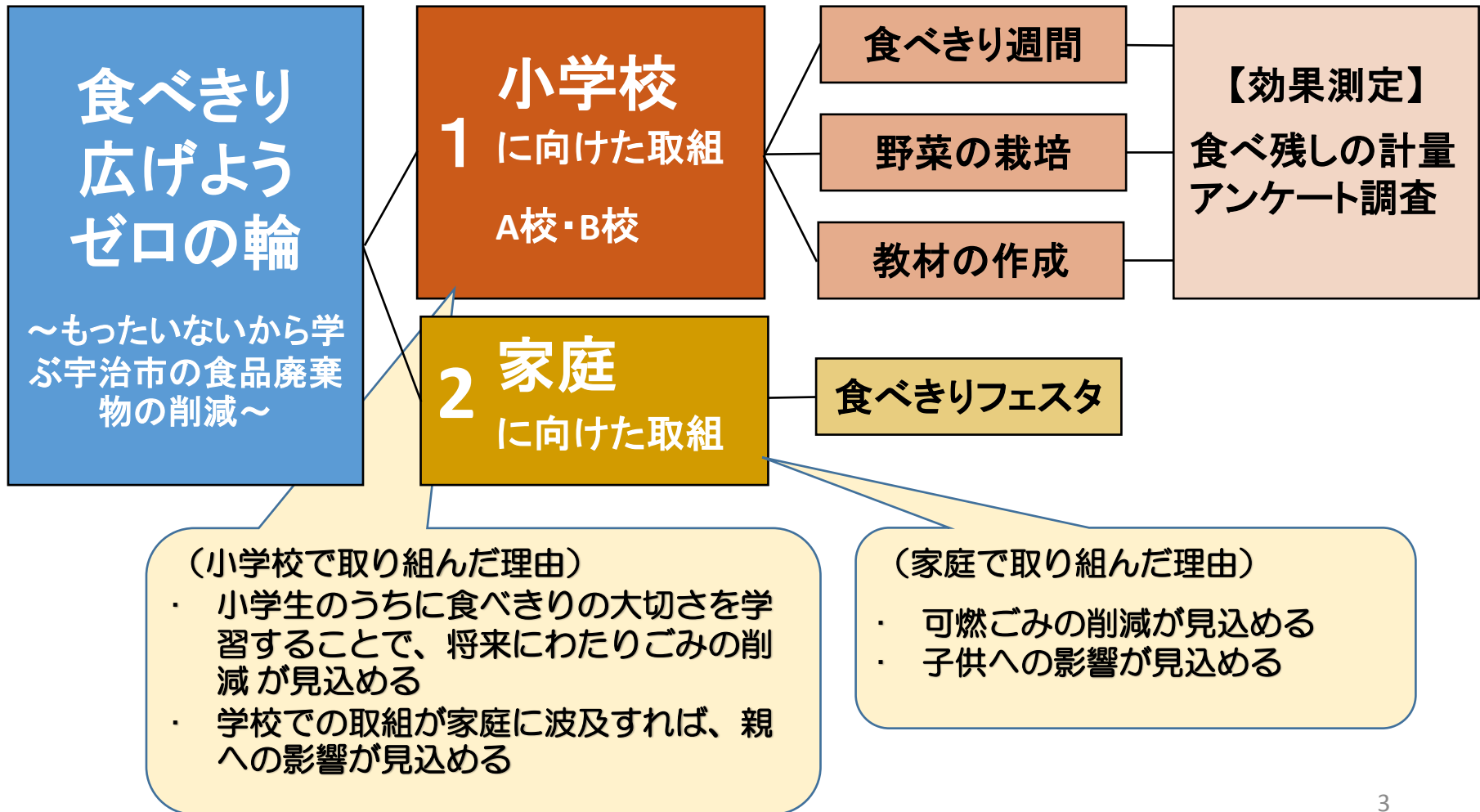
宇治市のごみ減量化チャレンジ目標（平成19年度実績548g/人・日を基準とする）

ごみの種別	項目	現状 (平成27年度)	目標 (平成30年度)
家庭系 ごみ	可燃ごみ・不燃ごみ 1人1日あたり平均排出量	450 g/人・日	➡ 416g/人・日
		17.9%削減	➡ 24%削減

チャレンジ目標を達成するためにごみの更なる削減を目指して！

【モデル事業の概要】

子から親へ、親から子へ、**双方向から**意識啓発を行い、
市民全体の食品ロスへの意識向上を図り、循環型社会の構築に！



1. 小学校に向けた取組

【宇治市の学校給食の食べ残し排出量の現状】

※ 同一メニューの日の食べ残しを各校で計量（調査期間3日間）

市内6校の1人1日あたりの食べ残し平均排出量

20.5g

- 学校ごとに食べ残し量に差があること
⇒ **食べ残しには地域性がある**
- メニューにより食べ残し量が変わること
⇒ **好き嫌いがある**



【小学生に向けた取組のねらい】

好き嫌いによる食べ残しをゼロに！



【協力校の選定経緯】

校長会で取組説明



興味を持った学校に説明

- ・低・中・高学年の3区分を3校で実施したい旨
- ・取組内容の協議



2校に決定

- ・低・高学年で実施

【モデル事業の詳細】

①小学生に向けた取組内容（協力校2校）



食べきり週間

- ・給食学習会
- ・給食交流会
- ・食べ残しの計量
- ・アンケート調査



野菜の栽培（B校のみ）

- ・じゃがいもの栽培



教材の作成

- ・全小学校全児童に配布
- ・全6ページ

「食べきることの大切さ」

「食べ物の体への影響」

「もったいないと思う気持ち」などを学ぶことによって、意識の向上及び行動の変化を明らかにし、食べ残し量を検証する。

【A校での取組】

- 取組名：「ペロリン週間 ～あとひとくちのちから～」
- 対象者：全児童
- ねらい：給食委員から全児童へ学習会を行うことによって児童自らが食べ残しを自分たちの問題と捉え、自主性を促し、好き嫌いによる食べ残し量を減らす

＜ペロリン週間とは＞

食べきりを学校全体で取り組むことで、各クラスが食べ残しを減らすための目標を立て、目標が守れたらペロリンコイン、一週間食べ残しがゼロならペロリン賞がもらえる学校独自の取組



●取組詳細：

①給食学習会

市職員が食べきり・食べ物の大切さについて、
5・6年生の給食委員に説明する

②全校集会

給食委員が全児童に食べきり・食べ物の大切さ
について説明する学習会

③給食学習会2

市職員が食べきり・食べ物の大切さについて、
5年生の2クラスで説明
(全校集会のみのクラスとの比較検証)

④クラスごとの目標設定

全クラスでペロリン週間中の目標を設定

⑤給食交流会

5年生と市職員が給食を一緒に食べながら
「食」について学ぶ交流会

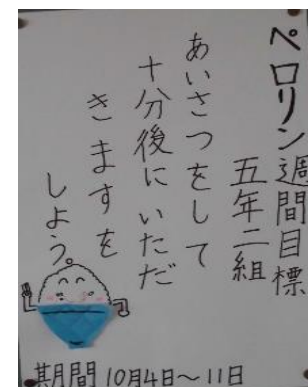
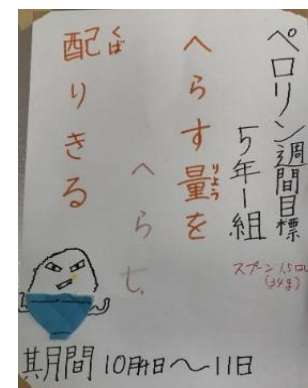
⑥食べ残し量調査

取組中、市職員と給食委員と一緒に計量
※給食学習会前にも実施



<ペロリン週間でのクラス目標>

1-1	残さず食べよう
1-2	給食を残さず食べる！
2-1	ごはん 大・小おかずから2つは食べきろう
2-2	自分のお皿はきれいに全部食べきり、全体で3つ中2つは食べきろう
3-1	減らす量を少なくして一口でも多く食べてメダルをゲットしよう
3-2	残す前に、あと一口がんばろう
4-1	ごはんと大か小おかずのどちらかは食べきる
4-2	めざせ！！パーフェクトペロリン！！ ・一人一人が一口でも多く食べる ・かたづけも毎日ピカピカ。ピカリンペロリン
5-1	へらす量をへらし、配りきる
5-2	あいさつをして10分後にいただきますをしよう(配膳時間を短くする)
6-1	全部は減らさず食べるようにする
6-2	全部食べきろう



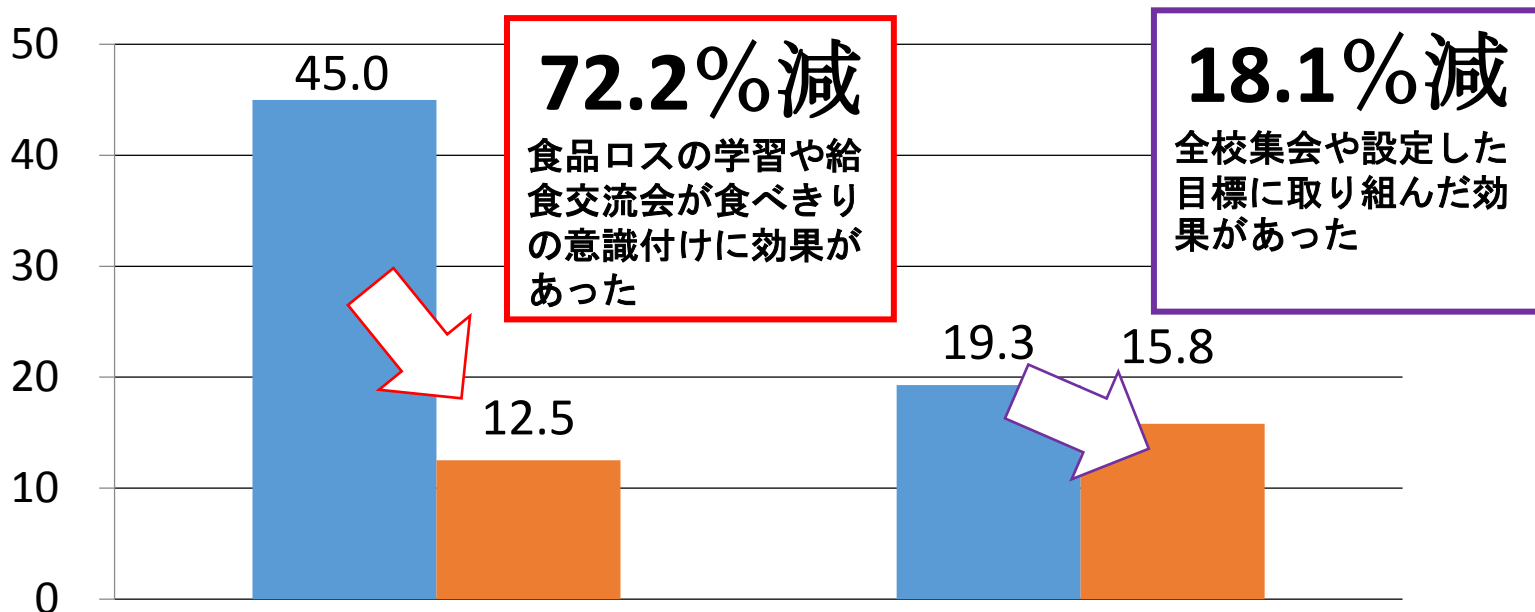
●目標決定までの流れ

(例) 5年2組

- ①朝の会 (10分) で児童自らが食べ残しの原因と改善策を考える (複数)
- ②目標の選定…全員が配膳に時間がかかり食事時間が足りないと感じている
- ③明確な目標値の設定 (10分) …ペロリン週間前に配膳可能時間を探る
- ④目標決定

【A校のまとめ：食べ残し量の削減効果】

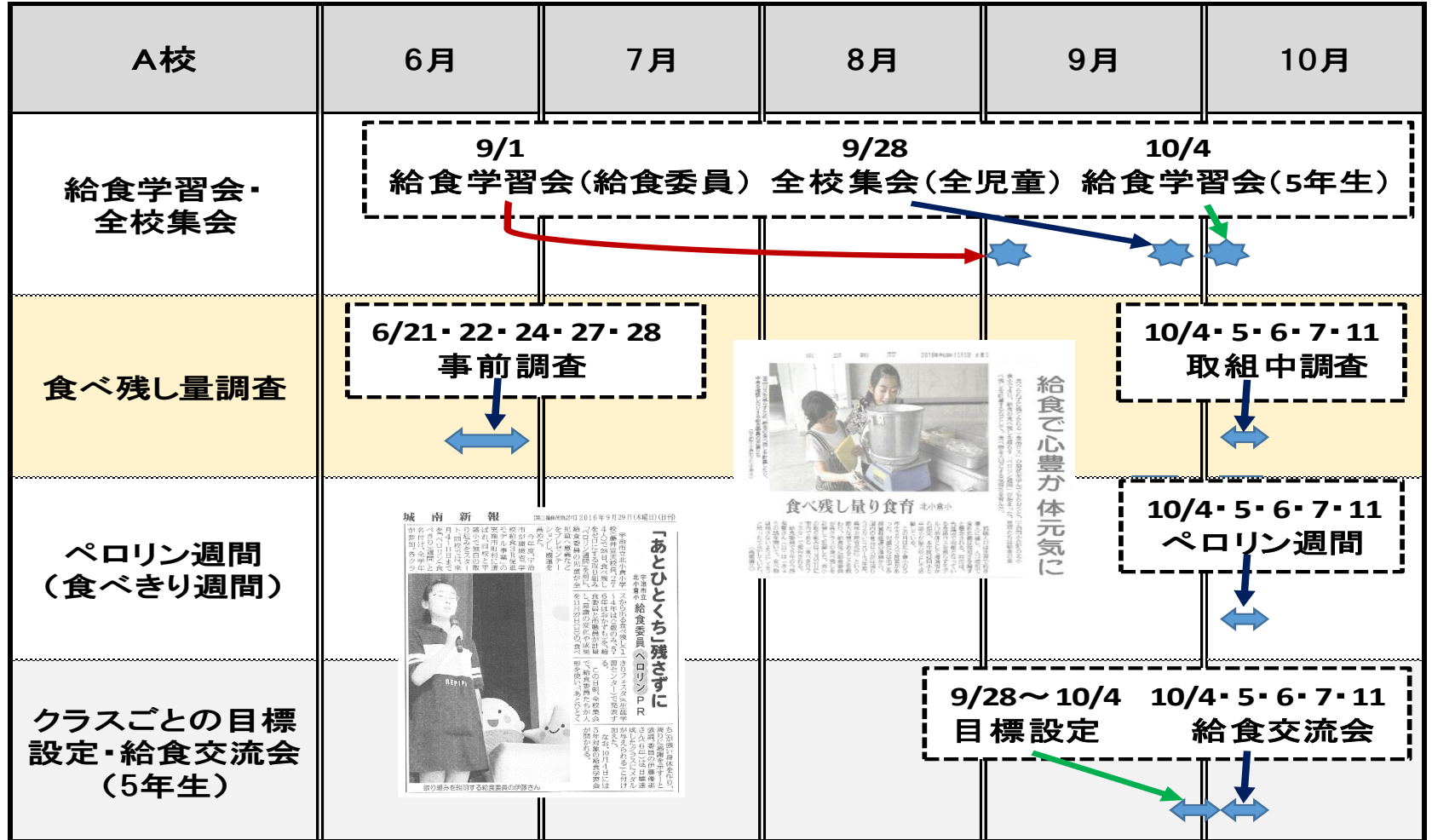
給食学習会前後の食べ残し量(g)の調査結果



	5年生	3・4・6年生
取組内容	全校集会 給食学習会(約20分) クラスの目標設定 ペロリン週間中の給食交流会 (5日間)	全校集会 クラスの目標設定 ペロリン週間
良い点	目標達成時にもらえるペロリンコインのクラスごとの取得数がわかる ボードを児童の昇降口に設置。意欲向上につながった。	

※ 調査期間中の1人1日あたりの平均量 (g)

【A校での取組スケジュール】



【B校での取組】

●取組名：「食べきり週間」

●対象者：1・2年生

●ねらい：食の循環を学ぶため、たい肥を利用した作付けから収穫という一連のサイクルを体験する野菜の栽培(体験学習)を通して、低学年の児童自らが食べ物に対する興味を持つ機会と感謝の気持ちを育み、好き嫌いによる食べ残しの量を減らす



●取組詳細：

①給食学習会

市職員が市オリジナルの紙芝居などを使い、食べきり
・食べ物大切さについて説明する学習会

②目標の設定

食べきり週間での目標設定

③給食交流会

1・2年生と市職員が給食を一緒に食べながら「食」
について学ぶ交流会

④食べ残し量調査

取組中、市職員が計量を行った
※給食学習会前にも実施

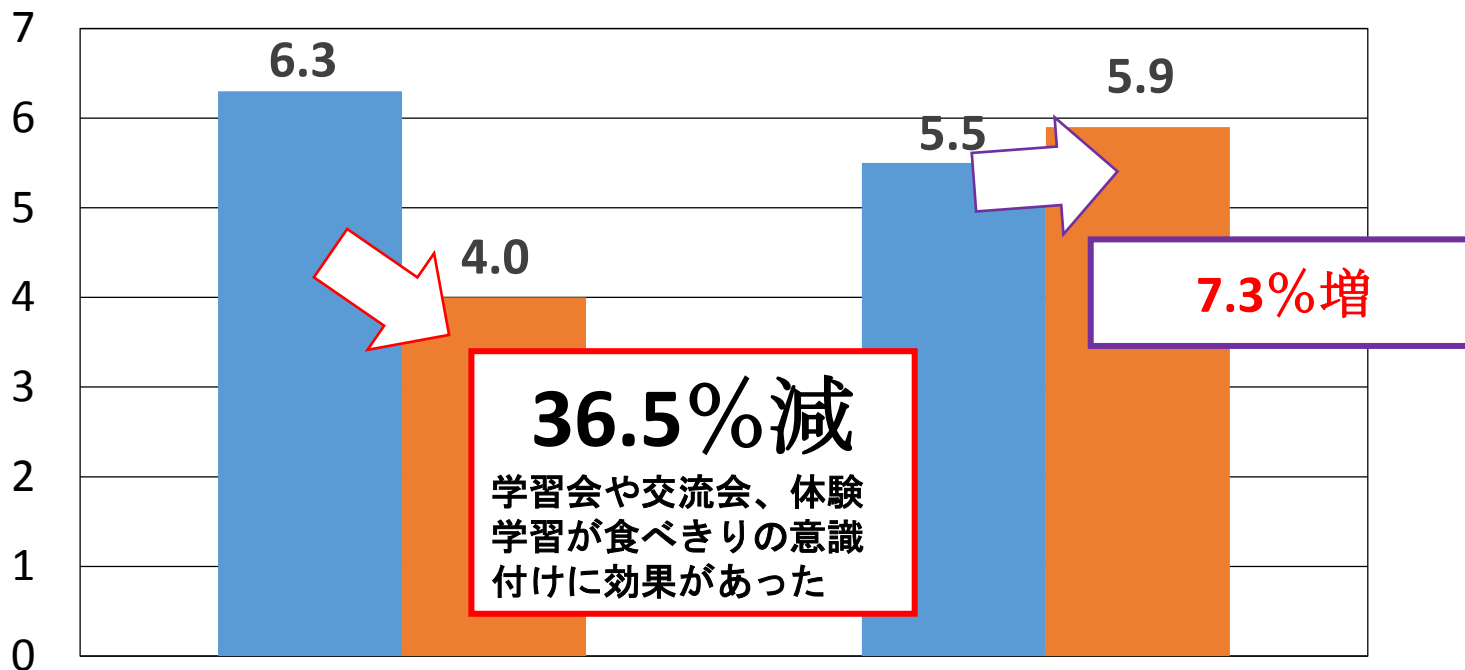
⑤野菜の栽培

じゃがいもの作付から収穫までを行う
(他校の給食残渣から作成した堆肥を使用)



【B校のまとめ：食べ残し量の削減効果】


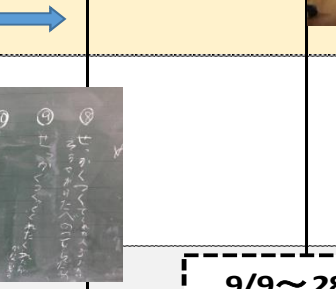





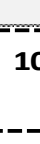


給食学習会前後の食べ残し量(g)の調査結果



	1・2年生	3・4・5・6年生
取組内容	給食学習会(約45分) クラスの目標設定 食べきり週間中の給食交流会 (5日間) 野菜の栽培	なし

※ 調査期間中の1人1日あたりの平均量 (g)

【B校での取組スケジュール】

B校	9月		10月	
給食学習会	<div style="border: 1px dashed black; padding: 5px; text-align: center;"> 9/9 給食学習会 (1・2年生) </div> 			
食べ残し量調査	<div style="border: 1px dashed black; padding: 5px; text-align: center;"> 9/2・5・6・7・8 事前調査 </div> 		<div style="border: 1px dashed black; padding: 5px; text-align: center;"> 10/17・18・19・20・21 事後調査 </div> 	
食べきり週間			<div style="border: 1px dashed black; padding: 5px; text-align: center;"> 10/17・18・19・20・21 食べきり週間 </div> 	
目標の設定・給食交流会	<div style="border: 1px dashed black; padding: 5px; text-align: center;"> 9/9～28 目標設定 </div> 		<div style="border: 1px dashed black; padding: 5px; text-align: center;"> 10/17・18・19・20・21 給食交流会 </div> 	
野菜の栽培 (じゃがいも)	<div style="border: 1px dashed black; padding: 5px; text-align: center;"> 9/9野菜の栽培 (1・2年生) </div> 		<div style="border: 1px dashed black; padding: 5px; text-align: center;"> 10/20野菜の土入れ (1・2年生) </div> 	

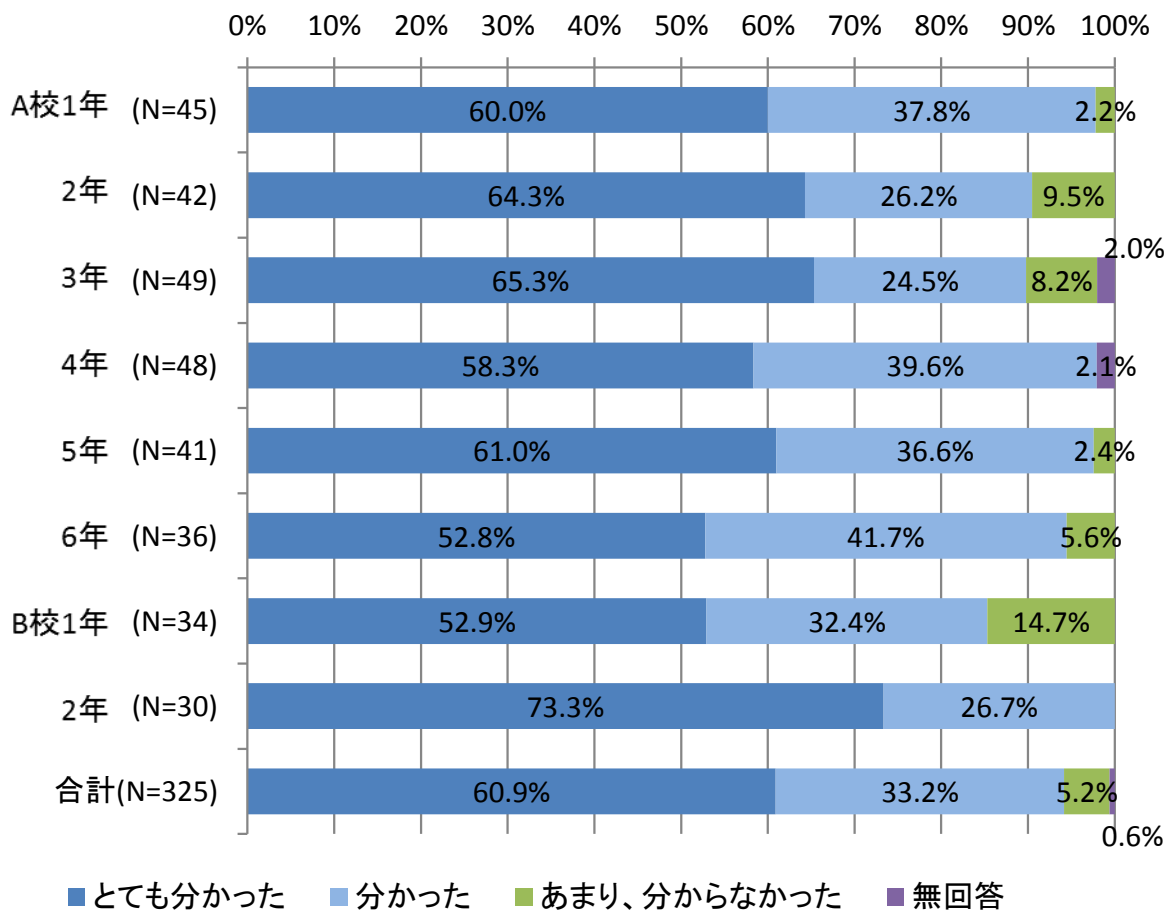
【アンケート結果（A校1～6年生、B校1・2年生）】

1 食べ物・食べきりの大切さの意識変化

約 90%

●食べ物のおお切さの理解度の向上

食べきり週間や給食学習会により、食べ物・食べきりの大切さが「とても分かった」「分かった」と回答した児童は、いずれの学年においても合計で約9割であった。

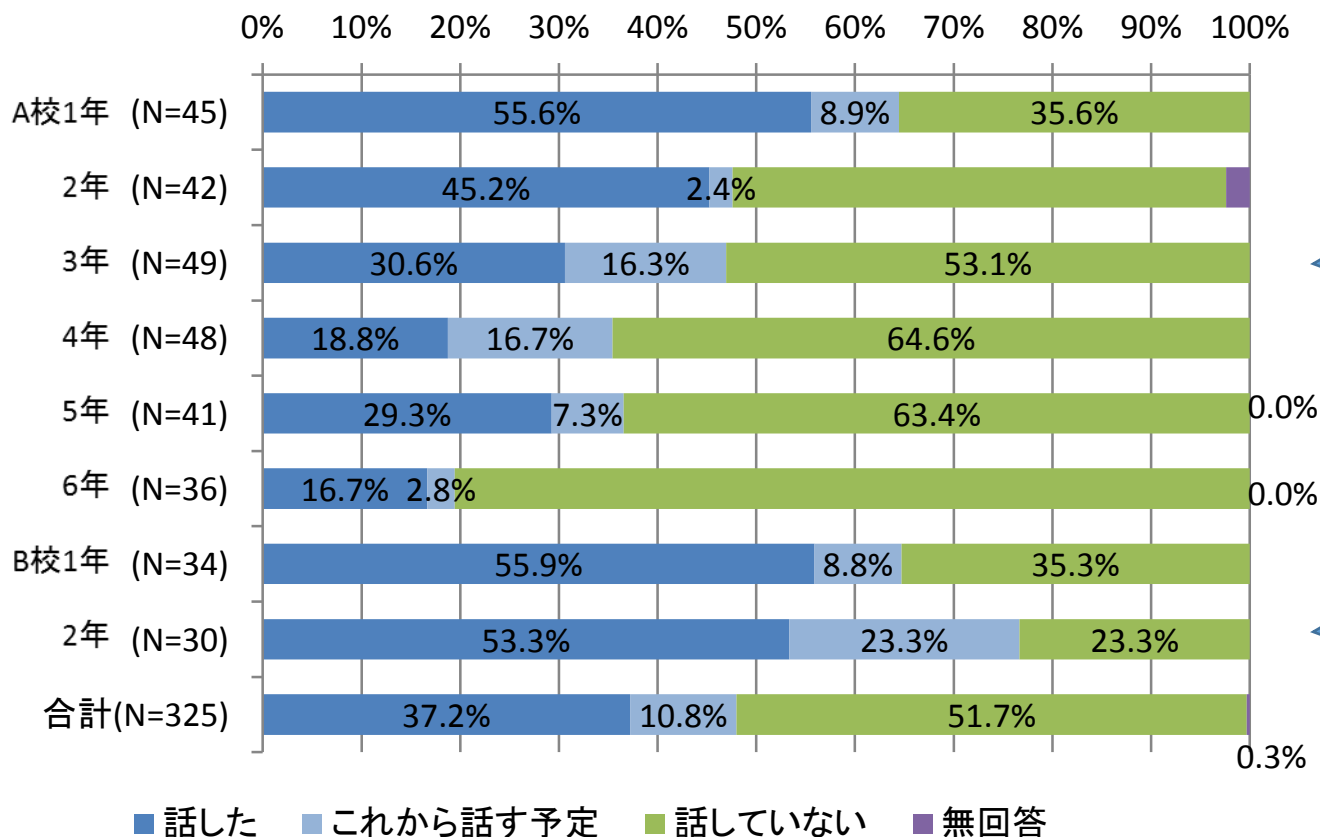


2 家庭への波及効果

●保護者に取組を伝えた児童の割合

学校での食べきり週間や給食学習会、全校集会で勉強したことを家庭で話したかどうかについて尋ねたところ、全体で37.2%の児童が「話した」、10.8%が「これから話す予定」と回答した。

約 50%



学校での啓発は、約半数の家庭に波及

低学年のほうが高学年に比べ「話した」の割合が高い

【児童・先生のコメント】

＜児童のコメント＞

- これからは残さず食べる。家でも残さず食べる。
- ありがとうと伝える話、食べ残しが一日136gある話、丈夫な体や病気になりにくい話を聞いて、驚きました。
- 全クラスでこんなに食べ残しをしていたんだと思った。
- 給食ってこんなに大事なんだと思いました。
- 嫌いなものが食べられたのでうれしかった。

＜先生のコメント＞

- クラスで目標を決め、それに向けて自分たちの力で頑張って残食減の成果を出せた。
- キャッチフレーズの「あと一口」と言うと、ご飯をもらってくれる子が多くいた。
- 食事がごみに変わっていることを知り、食事を大切にする気持ちが芽生えた。
- ペロリン週間に市職員と給食を食べ、目標を意識できた。
- クイズを出してもらって、楽しんで食べられた。
- ペロリン週間が終わるとまた残す児童が出てきている、習慣化させるのが難しい。

【教材の配布】

●配布数：宇治市内全小学校（22校）全児童・教職員分 約12,000部

●配布時期：平成29年1月13日
（全国学校給食週間 1月24日～30日）

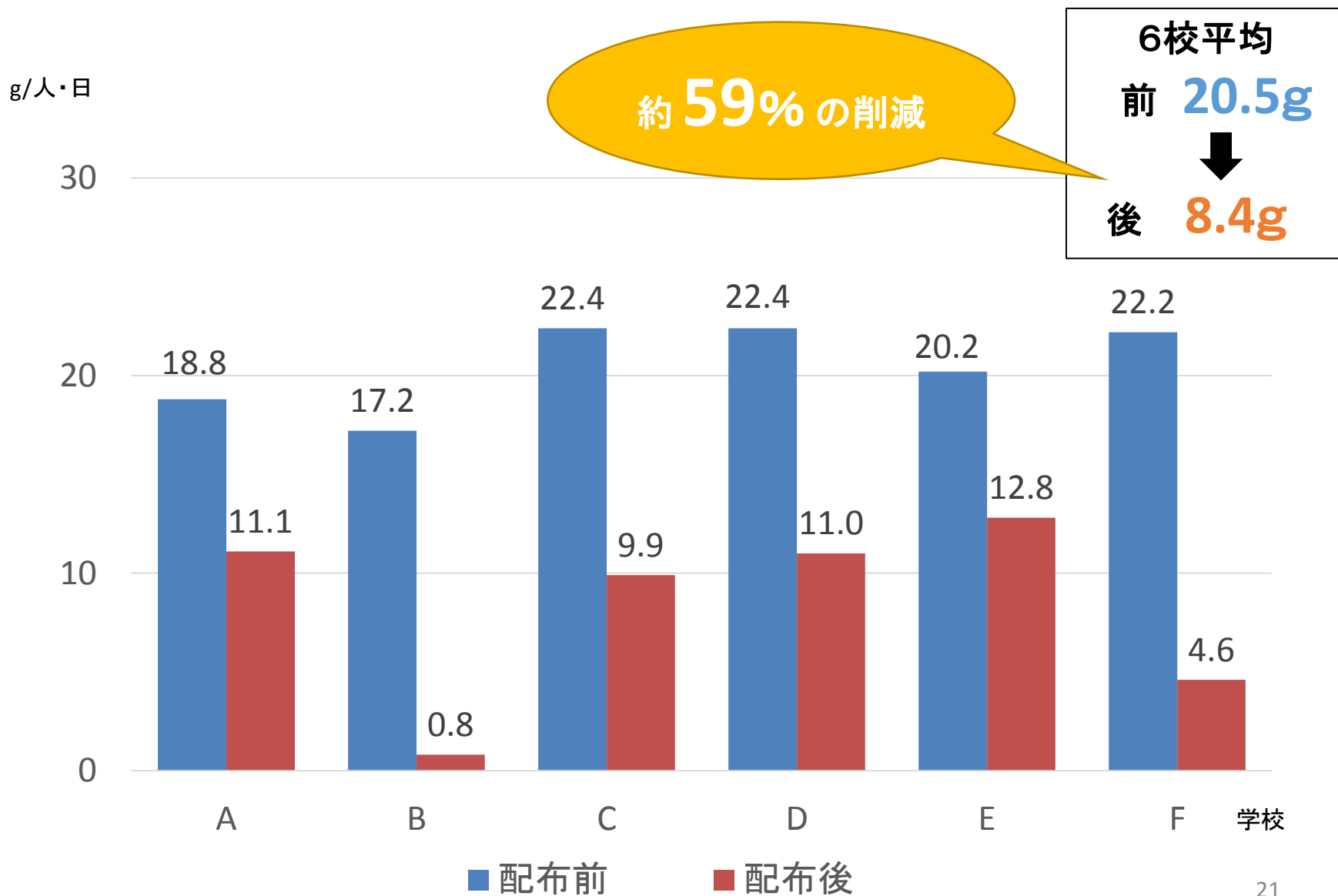
●教材内容：全4章で構成

- 第1章「給食の食べ残し量は毎日変わる！」
- 第2章「食品ロスについて！」
- 第3章「どうして食べることが大切なのか？」
低学年…気持ちを伝える
中学年…食べ物の働き
高学年…食べられない人たち
- 第4章「私たちにできること！」

配膳時間を短縮し、食事時間を増やす

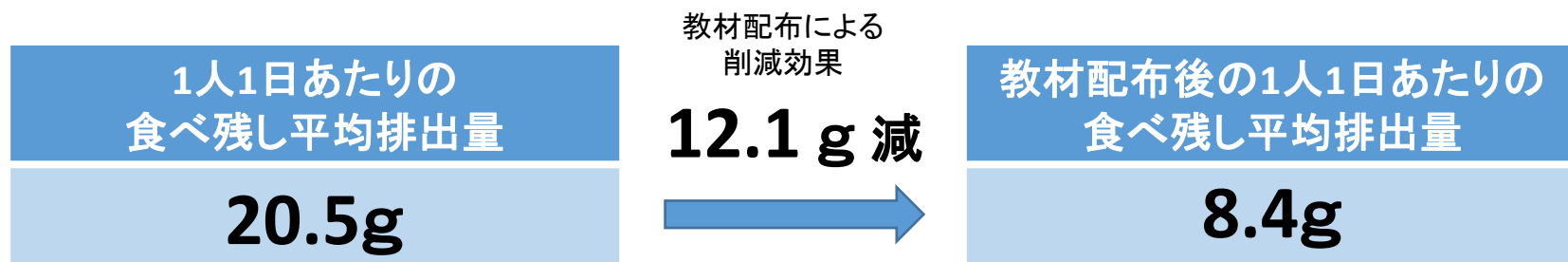


●教材の効果：教材配布前後の学校別1人1日あたりの食べ残し量（g・3日間平均）



【小学生に向けた取組のまとめ】

- ① 児童から児童に伝えると効果がある（全校集会）
- ② 座学だけでなく、体験（給食交流会・野菜の栽培）を伴うと学習効果が大きい
- ③ 学習は、繰り返し行くと効果が大きい（全校集会・給食学習会）
- ④ 一部の学年だけでなく学校全体の取組とすることで学校全体の食べ残しが減る
- ⑤ 他クラスの目標達成具合や食べ残し量が分かると児童の意欲がより湧く
- ⑥ 児童が学校での体験を家庭で保護者へ話すことで、波及効果が見込める
- ⑦ 宇治市内の全児童数で換算すると、次のような結果となり、この事業を展開し継続すべき



宇治市内の全児童が食べきりを習慣づけできたら

12.1g × 11,019人（全児童数） × 20日

1か月で**2.7 t**の削減効果

【取組にあたっての留意点・課題】

●注意したこと

- ・ 期間中の目標については児童自ら発案させること。
- ・ 食べきることを無理強いしないこと。
- ・ アレルギーの児童もいるので、市職員がおかわりの配食をしないこと。
- ・ 児童らが自ら食べようと思うように声かけをすること。
- ・ 給食学習会では、学年によって学習内容を変更する。

●実施してわかったこと

- ・ 学校では児童自身が自分に合った食事量に変えていた。
- ・ 他学年や他クラスの食べ残し量の話は耳を傾けやすく、取組む意欲が増す。
- ・ 宇治市の給食は、統一食材・統一献立のため、メニューの追加や変更ができず、ふりかけやおにぎりなども検討したが、実施できず。
- ・ じゃがいもの栽培には長所・短所がある。
長所…保存がきく、世話が容易
短所…発育状況が分かりにくい、生食不可
- ・ 調理残渣と共に食べ残しも生ごみ処理機で処分している学校があるため、正確な食べ残し量の計量ができていない。（学校別計量時）

2. 家庭に向けた取組

②家庭に向けた取組内容

【啓発イベント】

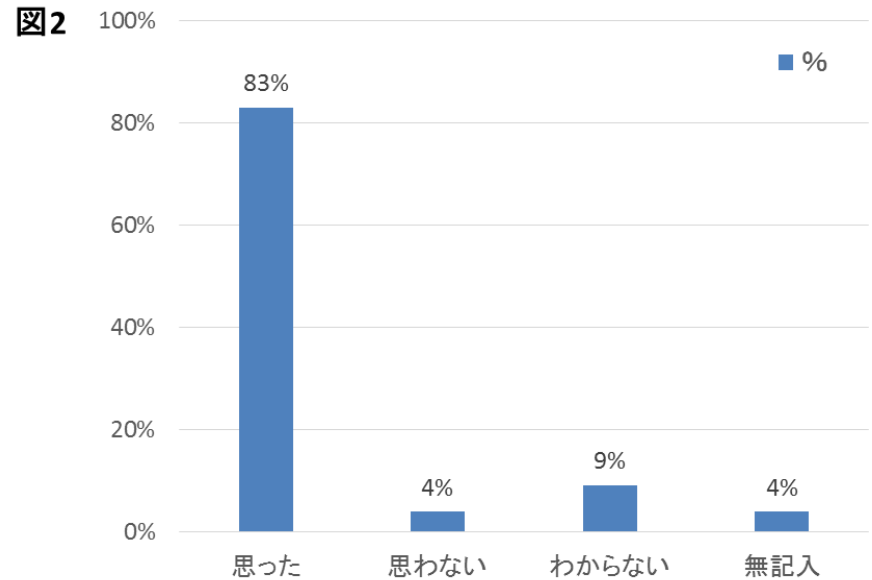
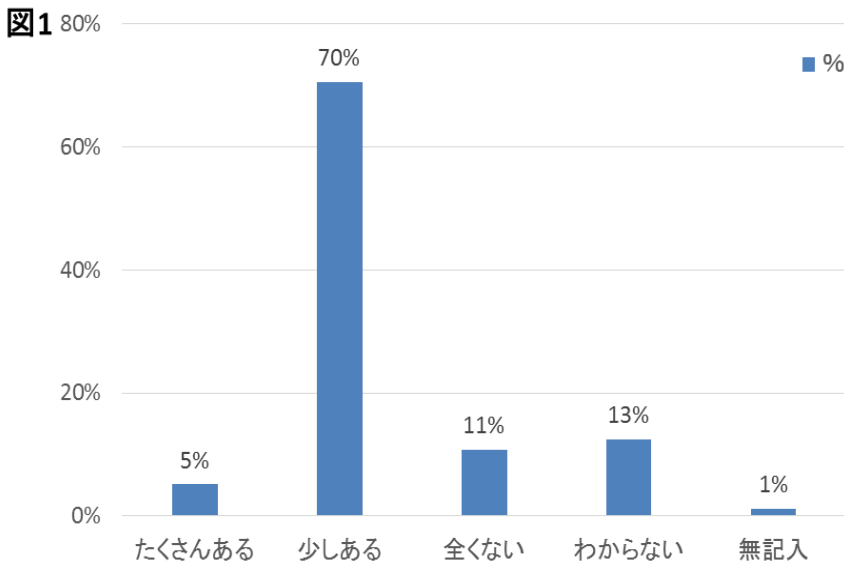
- 名称：「食べきりフェスタ 2016
～食品ロスから学ぶごみ減量～」
- 日時：平成28年11月27日（日）10時00分～15時00分
- 来場者：延べ800人
- 内容：モデル事業の発表・展示（市職員）
記念講演（南極料理人 西村淳氏）
親子料理教室（B校で栽培したじゃがいもを使ったエコレシピ）
学校給食試食会（カレーライス、フルーツヨーグルト、揚げパン、牛乳）
オリジナル脱出ゲーム「タベモンGO」（食品ロスをテーマにした問題）
ステージイベント（5団体）
食育・環境・リサイクル工作などの啓発ブース他



- ねらい：小学校での取組・結果の発表の場とする。また、食品ロスの周知・啓発を行うことで来場者から他者へと内容を話すことにより、食べきりの啓発が行われ、その結果、市民全体に影響を与え、家庭からの食品ロスが削減されることを目指した
- 工夫：多種多様な来場者が来るように、様々なイベントを実施
ステージ参加者に市内で活動するサークルや高校生、子供を入れ、ステージ目当てに来る者やステージ参加者の子供・親が来るように工夫。各イベント前に行う食品ロスの説明や啓発ブースから食べきりの大切さを実感してもらえらる内容とした。また、それら様々な啓発ブースに足を運んでもらえるように、各啓発ブースに問題を散りばめ、解きながら進めていくオリジナル脱出ゲーム「タベモンGO」を実施した



●調査結果：来場者アンケートで、家庭での食品ロスの有無について「たくさんある」「少しある」と回答した方は約7割強であった。（図1）また、イベントを通じて周知・啓発を行うことで約8割の方が、「食品ロスについて減らそうと思った」と回答した。（図2）この結果、食品ロス削減へとつながると考えられる。



【今後の課題・展開】

1. 取組が終了すると食べ残しが以前と同じに
↳ 継続的に定着させる仕組みが必要
2. 給食の食べ残しをもっと減らすには？
↳ 早期に依頼をし、学校全体の取組に

→ ◎ペロリン週間を全小学校で実施

3. 宇治市の可燃ごみをもっと減らすには？
↳ 食品ロスの啓発を継続的に行う

→ ◎食べきりフェスタを実施

今回の取組＝子供たち・大人の意識の変化、動機づけに貢献

継続的な取組
例☆ペロリン週間を
全小学校で実施

家庭へ食品ロスの啓発
例☆食べきりフェスタの実施

定着させる仕組み
例☆学校で教材を使って
食育教育の充実
☆給食の配膳時間を10分にする

小学生と家庭を両輪に！宇治市全体の取組みへ！

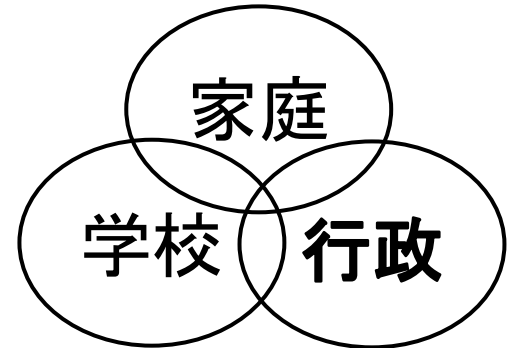
子供たちへの周囲の大人の支援（家庭・学校・行政3者の協働）

「明日は頑張って食べようね！」

「体の成長のために食べきろう！」

「命をいただいているから食べきろう！」

「作ってくれた親・調理員さんに感謝して食べきろう！」



食べることができる子供に！
食材の買い過ぎ、作りすぎをしない大人に！



食べ残すことに罪悪感やもったいないと感じられる大人へ！
食品ロスをしていない大人へ！

⇒次世代につなげ、宇治市にゼロの輪を作る！



ご清聴ありがとうございました



京都府宇治市

