

## 2 飢餓をゼロに



# 目標2：食の格差をなくそう



国内の飢餓を学び、何ができるか考え、行動に移そう！

## 「食品ロス」が問題になっているものの…



日本では年間約 600 万トンの食品が捨てられています。毎日国民一人一人がご飯茶碗 1 杯分の食べ物を捨てている量です。一方で食べ物を十分に得られずに困っている人もいます。

## 貧困がもたらす飢餓問題

国内の子どものうち、7人に1人が相対的貧困であると言われています。日本で生活するにあたって、身だしなみやスマホなどの通信機器を整えることが当たり前になっています。

そのため、食事にお金を十分につけられない人がいます。

その結果、給食が出ない長期休みで体重が減少してしまう子供がいるのです。

(引用：内閣府)



## 食の格差がもたらす悪影響

### ・病気にかかりやすくなる

十分な食事を取れていないと、栄養失調になってしまい元気に生活することができません。また、様々な病気にかかるリスクが上がったり、病気を治せなくなったりしてしまいます。

### ・学力格差

欠食、栄養状態の偏りは健康面以外にも悪影響を及ぼします。朝食を習慣的に食べる子どもは、そうでない子どもより比較的学力が高いというデータがあります。(引用：文部科学省)

お腹を満たせばいいわけではない

1日3食多く食べていても、栄養バランスが良くなければ意味がありません。

特に子どもの場合、特定の栄養素が足りないと健全に成長できなくなってしまいます。

## どんな取り組みがされているの？

### ☆給食

当たり前になっている学校給食も、子どもの栄養失調を防ぐ取り組みのひとつです。1食約 200 円と比較的安い値段で栄養バランスの整った食事が食べられることは、子どもの健全な発育に大きく貢献します。



### ☆子ども食堂

日本各地には地域の人や自治体が運営し、無料もしくはかなりの低価格で温かい食事を提供している食堂を「子ども食堂」と呼びます。この食堂に来ることによって、栄養状態が改善できるだけではなく、アットホームな雰囲気の中で一緒に楽しく食事をとれるので、新たな居場所の形成にもつながります。

## 何ができる？—アクション例—

まずはこの問題について理解を深めよう！自分なりの解決策も考えてみよう！

**知** る：インターネットや本で日本の子どもの栄養失調について調べる など

**行** 動する：自分なりに解決策を考え、友達と話し合う など

**広** める：SNSでこの問題について発信する、この問題を知らない人に伝える など

## 自分でアクションを起こそう！ —自分の目標と計画を立てて行動に移そう—

- すぐにできること：
- 頑張ればできそうなこと：
- 挑戦したいこと：

