

栄養士養成課程の学生を対象とした食料自給率等に関する意識調査

Results of the Food and Nutrition Course Students' Awareness Regarding Food Self-Sufficiency

中島 君恵, 関崎 悦子, 横山 紗織, 茂山 華子, 松岡 千枝子, Herchel T.C.Machacon,
瀬野尾 章

要 約

栄養士課程の学生が「食料自給率」をはじめとする現在のわが国の食に関する問題についてどのように認識しているかを明らかにするため、食料自給率に対する認識度と食料を購入する際の行動状況調査を行った。その結果、「食の安全性」「食料自給率」「食の環境」といった現在のわが国の食に関する問題を認識し不安を抱えていることが明らかになった。しかし、食料自給率の数値といった具体的内容については十分といえない状況もわかった。また、食生活については食生活指針の内容が多く選択され、食生活を管理する力が養われつつある状況が示唆された。

キーワード：食の安全性, 食料自給率, 食の環境

はじめに

平成16年6月に成立した食育基本法の中で、「21世紀における我が国の発展のためには、子どもたちが健全な心と身体を培い、未来や国際社会に向かって羽ばたくことができるようにすることが大切である。」とした上でさらに「こうした食をめぐる環境の変化の中で、国民の食に関する考え方を育て、健康な食生活を実現することが求められるとともに、都市と農山漁村の共生・対流を進め、食に関する消費者と生産者との信頼関係を構築して、地域社会の活性化、豊かな食文化の継承及び発展、環境との調和のとれた食料の生産及び消費の推進並びに食料の生産及び消費の推進並びに食料自給率の向上に寄与することが期待されている。」と述べられている。わが国は世界最大の食料輸入国であり、食料自給率は40%を示し、主要先進国の中で最も低い水準となっている¹⁾。また、近年一般消費者の間では、BSE問題をはじめとする食品の安全性や品質に対する関心が大きく高まっている。これらに共通する背景としては食卓と食料生産の現場との距離が拡大していることが原因として考えられる²⁾。

今回、食と環境問題について、食のスペシャリストを目指す栄養士課程の学生への食教育の指針を図

ることを目的として、わが国の食糧自給率に対する認識度と食料を購入する際の行動状況調査を行ったので報告する。

方 法

食料自給率について

調査対象：生活科学科食物栄養コース2年73名

調査期間：2006年9月に自記式質問紙調査票を配布し、質問紙を回収した。

調査内容：食糧自給率に対する認識度と食料を購入する際の行動状況調査

食材料の調査

調査対象：生活科学科 健康栄養コース 調理実習

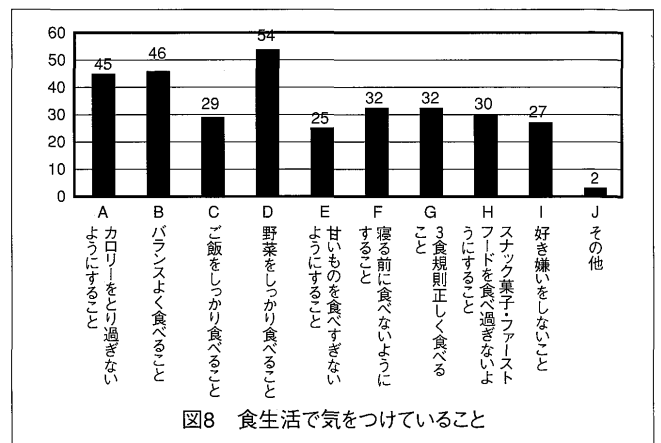
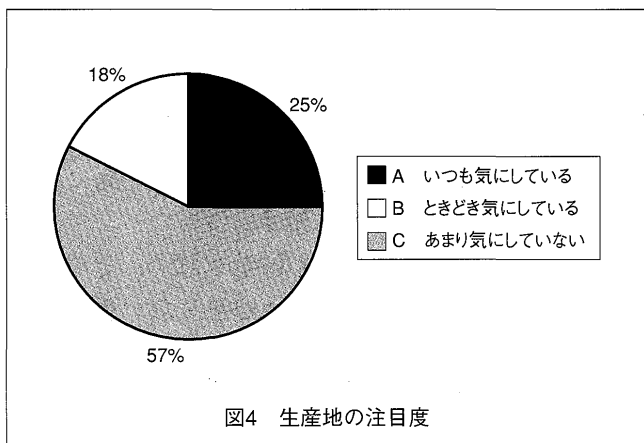
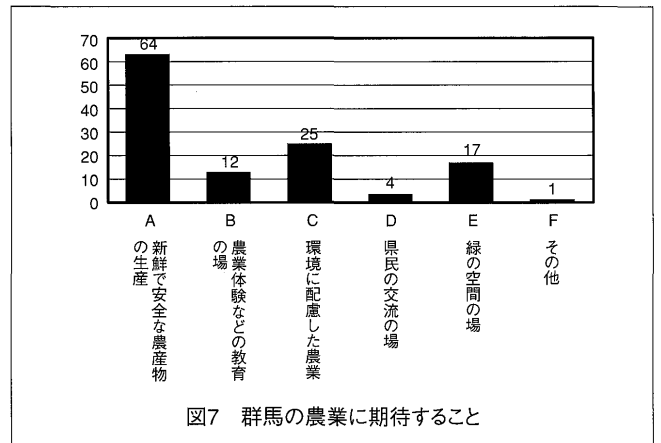
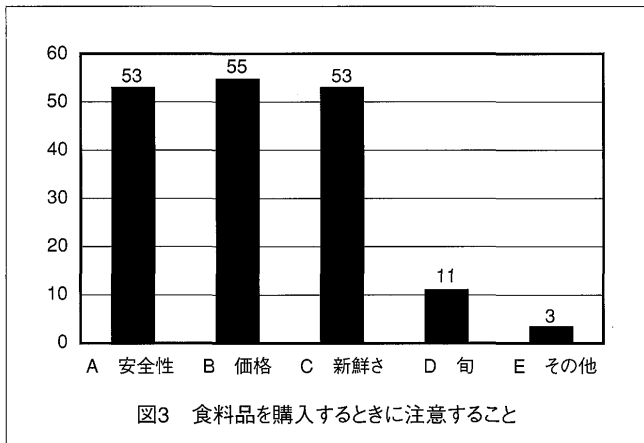
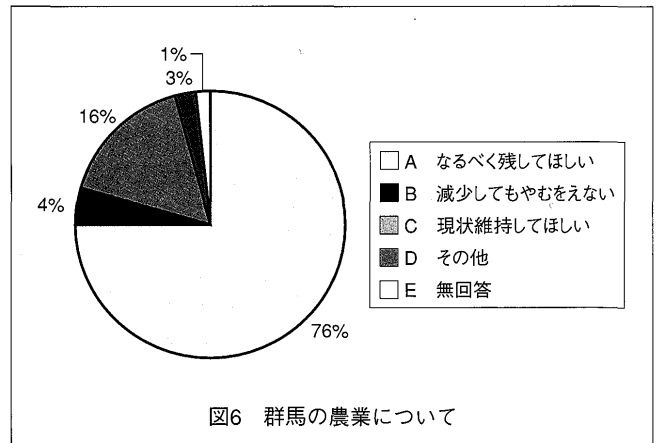
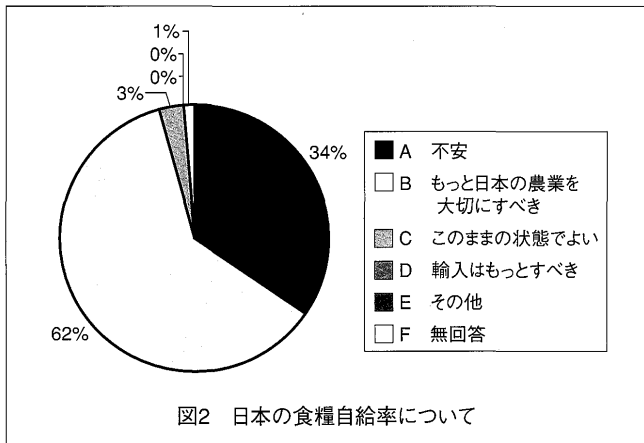
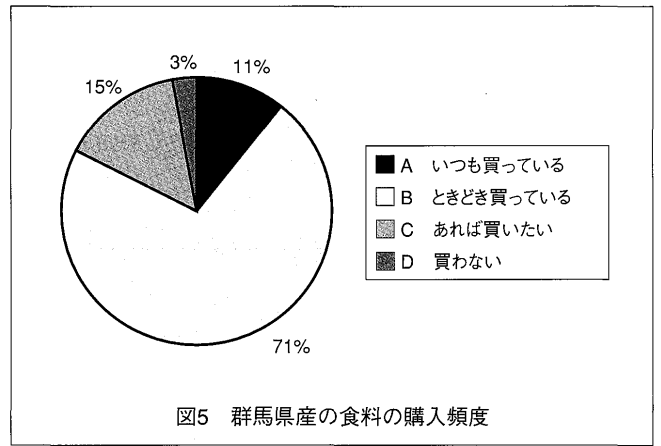
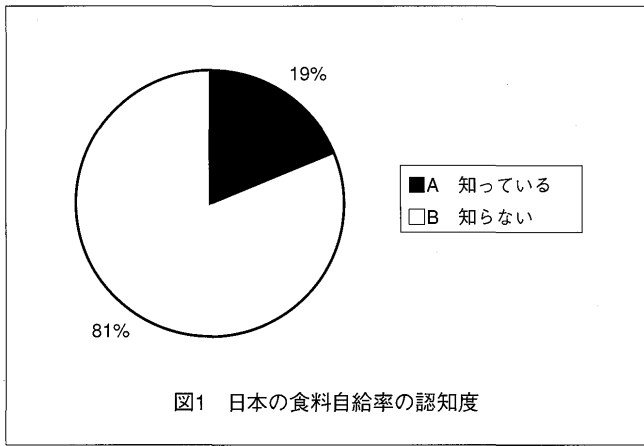
調査期間：2006年9月

調査内容：調理実習で使用した食材料の生産地調査

結 果

食料自給率に関する調査結果は図1から図8に、食材料の調査については表1に示す。

日本の食料自給率の認識度を図1に示す。その結果は81%の学生が「知らない」と回答した。更に「知っている」と回答した者の中にも不正解者がおり、正確な食料自給率を把握している者はわずかに12%であった。



日本の食料自給率について図2に示す。その結果は62%の学生が「日本の農業を大切にすべき」と回答して最も多く、次いで「不安」と回答した者が34%で続いている。

食糧品を購入する際に注意することについて図3に示す。「安全性」「価格」「新鮮さ」などの回答が多かった。

生産地の注目度について図4に示す。その結果は約半数の者が「時々気にしている」と回答し、「いつも気にしている」が回答者の4分の1を占めていた。また、「あまり気にしていない」と回答した者も凡そ2割程いた。

群馬県産の食糧の購入頻度について図5に示す。その結果は約7割の者が「時々買っている」と回答し、「いつも買っている」を選択している者とあわせると、8割にも達している。

群馬県の農業について図6に示す。その結果は「なるべく残してほしい」と回答した者が最も多く、次いで「現状維持してほしい」との回答が多かった。

群馬の農業に期待することについて図7に示す。その結果は「新鮮で安全な農産物の生産」を選択した者が最も多く、次いで「環境に配慮した農業」が多かった。

食生活で気をつけていることについて図8に示す。その結果は「野菜をしっかりとること」「カロリーを取り過ぎないようにすること」「バランスよく食べること」などが多く選択されていた。

今回健康栄養コースの調理実習で使用した食材料

について表1に示す。生産地の調査を行った結果16品目中5品目が群馬県産の食材料であった。

考 察

日本の食糧自給率について、正確に認識している学生はわずか12%であった。しかし、日本の食糧自給率については「日本の農業を大切にすべき」「不安」と回答した学生を合わせると9割を超える。正確な食糧自給率を認識していないまでも、日本の食糧自給率が危機的状況にあることを把握していることがうかがえた。

また、食料品を購入する際に「価格」「新鮮さ」と並んで「安全性」と回答する者が多く、食の安全性を重要視している傾向が表れていた。そして、生産地については、「注目している」と回答している反面、「あまり気にしていない」を選択した者が2割いることから、食料品を購入する際には両者が相関関係にあるという回答結果になった。

さらに、群馬県の農業については、「新鮮で安全な農産物の生産」を選択した回答が最も多く、「食の安全性」「食糧自給率」「食の環境」といった現在の我が国の食に関する問題について不安を抱えていることを反映した結果となっていると推察される。

食生活で気をつけているところについても、食生活指針であげられている内容が選択されており、自分で食生活を管理する力が養われつつある状況を把握することができ、今後は具体的行動にいかに関わりつけるかが課題と考えられる。

今回調理実習で使用した食材料の生産地の調査を行った。現在学校給食では地場産野菜の活用のメニューを増やし、地場産野菜の使用拡大と食教育の重要性から試みが行われている。これらは食料の生産地から食卓までの距離に着目し、なるべく近くでとれた食料を食べた方が、輸送に伴う環境汚染が少なくなるという英国の消費者運動家ティム・ラング氏が1994年から提唱したフード・マイレージにも通じていて、欧米では消費者団体や環境団体を中心に市民運動が広がっている。栄養士課程の実習においても地場産食材が使用されている献立に印をつけたり、地場産物について紹介する給食便りの作成などを行うことで、さらに地場産物に興味を持ち、食料自給率、フード・マイレージに対する意識の向上につながるような環境作りが必要であると考えられる。

表1 実習で使用した食材料の生産地

食品名	数量	産地
にんじん	500g	北海道
さやえんどう	150g	北海道
たまねぎ	500g	北海道
ごぼう	1kg	青森県
米	3,360g	岩手県
鶏ささ身	840g	岩手県
こんにゃく	500g	群馬県
油揚げ	400g	群馬県
みつば	7束	群馬県
なす	45個	群馬県
いんげん	50本	群馬県
セロリ	3kg	長野県
かつお節	200g	愛媛県
ゆず	4個	徳島県
干ししいたけ	100g	中国
レモン	8個	アメリカ

表2 食生活指針

食事を楽しみましょう。

- ・心とからだにおいしい食事を、味わって食べましょう。
- ・毎日の食事で、健康寿命をのばしましょう。
- ・家族の団らんや人との交流を大切に、また、食事づくりに参加しましょう。

1日の食事のリズムから、健やかな生活リズムを。

- ・朝食で、いきいきした1日を始めましょう。
- ・夜食や間食はとりすぎないようにしましょう。
- ・飲酒はほどほどにしましょう。

主食、主菜、副菜を基本に、食事のバランスを。

- ・多様な食品を組み合わせましょう。
- ・調理方法が偏らないようにしましょう。
- ・手作りとお外食や加工食品・調理食品を上手に組み合わせましょう。

ごはんなどの穀類をしっかりと。

- ・穀類を毎食とって、糖質からのエネルギー摂取を適正に保ちましょう。
- ・日本の気候・風土に適している米などの穀類を利用しましょう。

野菜・果物、牛乳・乳製品、豆類、魚なども組み合わせる。

- ・たっぷり野菜と毎日の果物で、ビタミン、ミネラル、食物繊維をとりましょう。
- ・牛乳・乳製品、緑黄色野菜、豆類、小魚などで、カルシウムを十分にとりましょう。

食塩や脂肪は控えめに。

- ・塩辛い食品を控えめに、食塩は1日10g未満にしましょう。
- ・脂肪のとりすぎをやめ、動物、植物、魚由来の脂肪をバランスよくとりましょう。
- ・栄養成分表示を見て、食品や外食を選ぶ習慣を身につけましょう。

適正体重を知り、日々の活動に見合った食事量を。

- ・太ってきたかなと感じたら、体重を量りましょう。
- ・普段から意識して身体を動かすようにしましょう。
- ・美しさは健康から。無理な減量はやめましょう。
- ・しっかりかんで、ゆっくり食べましょう。

食文化や地域の産物を活かし、ときには新しい料理も。

- ・地域の産物や旬の素材を使うとともに、行事食を取り入れながら、自然の恵みや四季の変化を楽しみましょう。
- ・食文化を大切にして、日々の食生活に活かしましょう。
- ・食材に関する知識や料理技術を身につけましょう。
- ・ときには新しい料理を作ってみましょう。

調理や保存を上手にして無駄や廃棄を少なく。

- ・買いすぎ、作りすぎに注意して、食べ残しのない適量を心がけましょう。
- ・賞味期限や消費期限を考えて利用しましょう。
- ・定期的に冷蔵庫の中身や家庭内の食材を点検し、献立を工夫して食べましょう。

自分の食生活を見直してみよう。

- ・自分の健康目標をつくり、食生活を点検する習慣を持ちましょう。
- ・家族や仲間と、食生活を考えたり、話し合ったりしてみましょう。
- ・学校や家庭で食生活の正しい理解や望ましい習慣を身につけましょう。
- ・子どものころから、食生活を大切にしましょう。

まとめ

食生活の乱れや食料自給率の低下、そして様々な加工食品と食品添加物の出現など、現代の食をめぐる環境は変化している。これからの日本人の健康は食生活に係っており、生活習慣病の予防による医療費の削減にも関係するため、平成12年6月にこの事態を重く見た厚生労働省、農林水産省、文部科学省の三省が合同で「食生活指針」をまとめた。(表2)

従来は厚生省と農林水産省がそれぞれの立場で、別々に食生活指針を策定していたが、文部省が子供たちへの食教育も重要であるという観点から、三省合意のもとで定められた。今回の「食生活指針」では国民が日々の生活の中で「何をどれだけ、どのように食べたらよいのか」を具体的に実践できる目標としてまとめられた。まず、栄養摂取の目安ではなく、「食事を楽しみましょう」という、これまで当たり前とされてきたことを改めて掲げているのがこれまでの指針とは異なる。さらに健康・栄養面からだけでなく、食料資源の有効活用及び環境問題、さらには学校・家庭における食教育、行事食を取り入れるなど食文化を大切にしようという視点もいれられている。

先に述べた食育についても、「食育とは人々がそれぞれの生活の質 (quality of life: QOL) と環境の質 (quality of environment: QOE) のよりよい共生につながるように、“食の成り立ち (育ち)” の全体像を育てつつ、その成り立ちを生かして食を選択し、実践できる力を育てること、並びにそれを実現しやすい食環境を育てるプロセスである。」とそれぞれの食育の概念や方法を検討し、共有するための提案が生まれている。³⁾

食の国際化を押し進める要因として、外国に依存する食料供給の問題がある。わが国の食料自給率の推移をみると、供給熱量自給率は、1965年度の73%から1998年度には40%にまで低下した。また、海外の食料自給率を見ると、アメリカが132%、ドイツが100%、フランスが141%であり、日本は先進国では低い水準であると共に、世界一の農産物輸入国となっている。日本の食料自給率が低下してきたのは、国土面積が狭く、平地が少ないため、国民一人当たりの農業面積が極端に小さいという国土のハンディキャップがある中で、国民の食生活が多様化し、自給品目である米の消費が減少すると共に、畜産物や油脂類の消費増に伴い、これらの生産に必要な飼料

穀物や油糧種子の輸入が大幅に増加したことが大きな要因になっている。

わが国の食料輸入を特徴づけているのは、その量の大きさもさることながら、むしろ諸外国に比べてかなりの長距離を輸送されてきているということである。フード・マイレージの品目別の構成をみると、飼料穀物や油糧種子の輸入が大部分を占めている。その理由として、こうした品目が比較的かさばることに加え、その多くをアメリカ、カナダ、オーストラリアの遠隔地から輸入しているためと考えられる。わが国のこの大量かつ遠距離の食料輸入は、輸送面で環境に対しかなりの負荷を与えていることが予想される。現在のわが国の食料供給構造は、相対的に高コストとならざるを得ない国内生産から低コストの輸入品に依存した結果であると考えられる。しかしながら、前報⁴⁾でも述べたように環境問題に対する意識は高まっているが行動への展開という段階では十分とはいえない現状の中で、経済効率性という観点にとどまらず、環境負荷等への対策が課題と考えられ、環境に重点に置いた食教育の重要性が今後さらに必要不可欠となると考えられる。

引用文献

- 1) 中田哲也：「フード・マイレージ」の試算について。農林水産政策研究所レビュー，2：44-50，2001。
- 2) 中田哲也：食料の輸入量・距離（フード・マイレージ）とその環境に及ぼす負荷に関する考察。農林水産政策研究所レビュー，11：9-15，2004。
- 3) 足立己幸，後藤久美：「食育」に期待されること。栄養学雑誌，63（4）：201-212，2005。
- 4) 中島君恵ら：桐生短期大学における環境問題に対する意識について（第2報）。桐生短期大学紀要，15：55-60，2004。

Results of the Food and Nutrition Course Students' Awareness Regarding Food Self-Sufficiency

Kimie Nakajima, Etsuko Sekizaki, Saori Yokoyama, Hanako Shigeyama, Chieko Matsuoka
Herchel T.C. Machacon, Akira Senoo

Abstract

A survey was conducted on the Food and Nutrition course students on their awareness regarding food self-sufficiency. The results show that the students are fully aware of the current problems facing the country such as "food safety", "food self-sufficiency", and "food and the environment". The guidelines on eating habits were largely chosen and it was shown that management of eating habits was given much importance.

Keywords: The food safety, Food self-sufficiency, Food environment