

## 第1回食生活指針検討委員会議事概要

開催日時:平成11年9月29日(水)10:00~12:00

開催場所:第2特別会議室

### 概要

**事務局:**ただいまから第1回食生活指針検討委員会を開催する。

#### **事務局:**挨拶

- ・「消費者の視点の重視」は食料・農業・農村基本法の大きな柱の一つ。
- ・現在の我が国の食生活の状況をみると、食料の相当部分を海外に依存する一方で、脂質の過剰摂取等栄養バランスの崩れ、食べ残しや食品の廃棄等の無駄の発生、朝食の欠食や孤食等食生活上の各種問題が顕在化しており、これまでとは異なり、消費者に対して警鐘を鳴らし、食生活の改善を促すことが必要。
- ・現在我が国は少子高齢化が急速に進展し、国民医療費が年々増大。
- ・食料・農業・農村基本法の第16条第2項では、「国は、食料消費の改善及び農業資源の有効利用に資するため、健全な食生活に関する指針の策定、食料の消費に関する知識の普及及び情報の提供その他必要な施策を講ずるものとする。」と規定。
- ・これを受け、本検討委員会では食生活指針及び今後の食生活改善施策のあり方等について検討。

**事務局:**委員紹介(井上委員、本多委員は欠)。

- ・厚生省、文部省の担当官が出席。
- ・当省から、食品流通局長の他、石原審議官(遅れて出席)、長大臣官房参事官出席。
- ・資料は検討委員会終了後、公表扱い。
- ・事務局で議事概要を作成の上、座長の了承をとって公開。
- ・坂本元子委員が座長に選出。

#### **座長:**挨拶

- ・食生活の関係では、1992年のFAO/WHOの世界栄養会議におけるフードベーストダイエタリーガイドライン(FBDG)の策定に関する世界宣言と行動計画が重要と思料。
- ・食生活指針は本来、食料・栄養の確保、食料生産計画、加工・配分、適正な消費と利用を促すのに、重要な役割を持っている。これらの結果、すべての人々の、それぞれのライフステージを通して健康な、栄養的に配慮された生活を営むことができる。

**事務局:**資料3「食生活指針検討委員会の開催について」説明。

- ・食生活に問題があるということや、食料・農業・農村基本法の「食料消費の改善及び農業資源の有効利用に資するため、健全な食生活に指針の策定、食料の消費に関する知識の普及及び情報の提供その他必要な施策を講ずるものとする」ということを受けて本検討委員会を開催して検討。
- ・関連する省庁と十分連携しつつ、指針そのものの内容について検討するとともにその普及定着のための方策についても検討。
- ・必要に応じ委員を追加し、有識者を招いて話を伺う。
- ・今後、今年度中に数回、本委員会を適宜進捗状況に応じて開催し、少なくとも年度内には委員会としての報告をとりまとめ。

資料4「食生活をめぐる事情について」説明。

#### ・1ページ

我が国の食料消費は、経済成長に伴い量的に拡大するとともに、主食である米の消費が減少する一方で、畜産物、油脂類の消費が増加するという変化を示している。

#### ・2ページ

社会情勢の変化に伴い消費者ニーズとそれを供給するサイドとの対応とが相まって、外食ある

いは調理食品の利用が増え、いわゆる食の外部化、サービス化が進展。

・3ページ

戦後における公衆衛生水準あるいは、生活水準の向上から我が国の平均寿命は著しく伸びて世界最高の水準。

ただし、今後、少子高齢化の進展に伴い、今後、生産年齢人口が減少傾向をたどることが見込まれている。

また、老年人口の増加により、年々医療費がかさんでいく。

・4ページ

栄養素等の摂取状況は、ほぼエネルギーについては適正摂取になっているが、カルシウムを除く栄養素については所要量を上回っている。

PFCバランスは、脂質エネルギーの比率が増加傾向にあり、特に、20歳代から40歳代において脂質の適正比の上限とされる25%を上回っている状況。

・5ページ

肥満とやせについて、年齢階層別にみると、男性の場合、20歳代で4人に1人、30歳代で3人に1人が肥満か過体重、逆に女性の場合、20歳代の女性では、2人に1人がやせとなっている。

・6ページ

食生活が非常に豊かになっているという中で、食べ残しや廃棄が食品産業あるいは家庭でも発生。

食料需給表の供給熱量と国民栄養調査の摂取熱量をみると、調査方法の差により単純には比較できないものの、その差は平成9年度で約630kcal。これは、供給純食料の24%を占め、この相当部分が食べ残しとか廃棄によるものと考えられる。

食品を捨てる理由については、東京ガスの調査報告によると、古くて食べられない、賞味期限が過ぎているということが非常に多いという結果になっている。

家庭における食品の廃棄に関して、事例調査によれば、1日1世帯当たりの可食部分の食べ残しや食品の廃棄は台所ゴミの37.5%となっているとの結果がある。

米国の場合、小売と外食、消費者段階での可食食料の年間ロス総量は、約4,360万トンで、これは供給総量の27%。

・7ページ

朝食の欠食率は増加傾向にあり、特に男性の20歳代は、3人に1人が朝食を食べていないという状況。

児童生徒は、朝食を欠食することのある割合が、約16%、全く食べていない者の割合が、約4%。

・8ページ

朝食を子供が1人で食べている割合は、小学校で5%、中学校で14.4%。

・9ページ

食卓作りでなにを重視するかを約千人の主婦の方を対象にしたアンケート調査結果によると、手間をかけない、家にある材料からメニューを考える、子供さんの好みを考えるという3点が上位を占めている。非常に堅実な考え方で取り組んでいると思料。

・10ページ

食料消費モニター制度による食事に対する考え方についての調査によれば、「食事によって、栄養をバランス良くとり、健康を維持したい」「家族の団らん、ふれあいを深める」という2つでほとんどを占めている。昭和62年と平成8年の調査を比較すると若干数字が動いている。年齢によっても若干の答の比率が違っている。

・11ページ

食に関する知識をどの程度持っているかと考えているかを主婦にアンケートをとった結果によると、「栄養・機能」「調理の仕方、料理」が知識をもっているとする割合が高いのは、身近で直接触れているものであるからかと思われる。「コメ、野菜、畜産物の生産・流通についての知識」は相対的に知識がないという結果。

国民栄養調査によると、自分にとって適切な食事内容・量を知らない人の割合は3割程度。

・12～13ページ

我が国の食生活は、国民所得の増大等を背景に、米の消費が減少する一方、畜産物、油脂類等の消費が増加する等大きな変化が生じた結果、米、野菜、魚、大豆を中心とした伝統的な食生活パターンに、肉類、牛乳・乳製品、鶏卵、油脂、果物が豊富に加わって、多様性があり、かつ、栄養バランスがとれ健康的で豊かな我が国独自の「日本型食生活」が形成。

食生活の改善の取組について農林水産省では、この「日本型食生活」の維持・定着を図るために、昭和58年には望ましい食生活の指針を策定し、平成2年にはこの指針を日常生活のなかで実現するための行動指針を策定し、その啓発・普及に努力。具体的な取組としては、テレビ、情報誌等の各種メディアを通じた普及啓発、食文化交流プラザ事業等のイベントの開催、「消費者の部屋」等における相談対応を実施。

日本型食生活の周知度については、平成6年のアンケート調査によると「知らない」とする割合は2割弱で言葉自体の周知度は高いが、実践の状況については、他の調査によれば、「心がけている」が6割となっている一方、「関心はあるが実践できない」とする割合も3割あった。

・14～15ページ

厚生省における取組では、「国民栄養調査」の実施、「日本人の栄養所要量」を5年ごとに改訂しているということがある。

また、食生活改善のために「6つの基礎食品」の普及や昭和60年には「健康づくりのための食生活指針」の策定を行い、平成2年には対象特性別の食生活指針を策定しその普及に努力。現在では、健康医療水準の指標となる具体的目標を定め、これを達成するための諸施策を体系化した「健康日本21計画」の策定を進めている。がん、たばこ等の分科会があり、その中間報告では、栄養・食生活分科会の目標が栄養レベル、食べ物レベル、行動レベル等で定められている。

・16ページ

文部省における取組では、学習指導要領の改訂により、食に関する指導を学校教育活動全体を通じて充実を図り、「食」に関する指導のあり方について、関係者の理解と指導の一層の充実を図り、食に関する指導事例を蓄積し、指導内容・方法等を体系的にとりまとめた「食に関する指導参考資料」を作成し、親が自信をもって子育てをおこなう「家庭教育手帳・ノート」に、家族一緒に食事の大切さを盛り込む等、家庭における食事の在り方を見直すよう促進。

資料5「健全な食生活の検討に当たって」は、食生活の現状や課題を踏まえ、次のような視点から考えることが適当ではないかと思料。

消費者の「自立」を促すという視点で、健康や栄養という面、食材の保存方法や料理方法等についての基礎的知識の理解や実践につながるもの

「栄養」という視点で、所要量の充足や過剰について、脂質摂取比率(過剰)やカルシウム不足の状況の是正

「資源及び環境」という視点で、食べ残しや廃棄等の無駄をいかに減らすか、また、地場の産物の利用促進や旬を大切にすること

食生活がもつ「社会、文化、精神、経済」的な面という視点で、家族の団らん、コミュニケーション、しつけという社会的な面、伝統文化の尊重、新たな食べ方の創造、食環境としての器、盛りつけ、彩り等の文化的な面、食べることの満足感、喜び、感激、やすらぎという精神的な面、食料消費や食生活が与える経済的な影響という面をどう取り込んでいくか。

さらに、これらを全体に通してみると、「栄養素」というミクロから「食品、食料」さらに「食事」そして「社会、文化、精神、経済」というマクロへと発展する形ではないか。

また、食生活指針は、科学的にみでの妥当性、わかりやすく、インパクトのある表現ぶり、覚えやすさ、実践しやすいものといったような要件を備え持つべき。

**座長:**事務局から「食生活をめぐる事情について」の説明、「健全な食生活を検討するに当たって」の提案があったが、質問・意見等あればお願いしたい。

**委員:**PFCバランスについては、十分に検討する必要。厚生省は脂質比率の上限を25%としているが、農林水産省の独自性を打ち出すため、厚生省に追随するのではなく、基本から議論を行うことも考えてはどうか。

そもそも欧米は、1980年代、脂質が40%を超えているという状況で30%という目標を設定したのに対し、日本の現状は欧米の40%の2/3と低い水準である。疾病と脂質比率の関係をみると、沖縄は28%～29%と脂質比率は平均を上回っているが脳卒中の数は少ないし、長寿県である。

また、日本の脂質の割合の増加は、脂質が1975年の57gから1995年の60gと20年間に3g増え、一方、総摂取カロリーは2,200kcalから2,000kcalに減少したという分母変化によるところが大きい。

子どもの脂質エネルギー比率は30%であっても、成長が止まったときは25%になる。

**委員:** 今回の指針では安全性のことが触れられていないので、安全性のことも取り上げてほしい。テレビ、新聞等で、食品添加物が騒がれたり、遺伝子組換え食品の安全性が騒がれたりした。遺伝子組換え食品を扱わない小売店も出現しており、イギリスでもそうだ。この問題は、食品、食生活を論ずる場合、避けて通れないと思う。

また、多くの家庭、特に女兒のある家庭では拒食症が悩み、イギリスでは、ダイエットを助長するようなテレビコマーシャルは禁止されている。対して、我が国ではたれ流しの状況にある。行きすぎたダイエットのコマーシャルは規制すべき。

**委員:** 食料経済の観点から意見を述べたい。食料については、川上の農業、川中の食品産業、川下の消費者を全体としてとらえたフードシステムといった考え方がある。

諸外国の食事指針が資料として出されているが、今後の議論の参考とするため、その背景にある食パターンについて次回以降に資料提供してほしい。

また、日本型食生活について、東アジア周辺地域を一体的にとらえた形で、いわば東アジア型として定義することは可能か考えていただきたい。

**委員:** 食べ残し、廃棄に関連して、テンブラの揚げ油の使い古しの廃棄や、0157以降、原因究明のため施設給食の食材及び調理済み食品の保存・検証のための量が増大した影響も大きい。これらは必要量として考えるべき。

**委員:** 消費者の立場で意見を申し上げたい。特に若者の食生活の乱れが気になっていたが、資料4の1ページをみて、昭和60年以降、食生活の変化が一段落したようで安心した。国内産品を食べたいとの希望を国民の8割が持つなかで自給率の低さにも関心を強めさせることが必要。

昔の食を知っている最後の世代として、今の人は本物の味を知らないため、原料から摂取する割合が減り、加工食品を摂取する割合が大きくなっている。

消費者が自由に選択できるよう、十分な情報提供を行うことが重要。次世代を担う子どもたちが適切な判断ができるようにするため、「食物ができるまで」や新技術等を学校場で教育すべき。加工食品への依存度の高まりもあり食品選択の情報が必要。

**委員:** 食生活指針はきちんと啓蒙する必要。日本型食生活の周知度(資料4の13ページ)をみても、農水省のモニターの方でもこの程度かという感がある。ほとんど分かっていないのではないかと思う。食品企業に働きかけて表示をしていくとか、予算化して実践の場でどう扱うか十分検討することが必要。

関係省庁と連携してやっていくべき。厚生省や文部省のストラテジーをきかせてほしい。高齢化社会に対し文部省では生涯学習に積極的であるが、文部省に働きかけること等が必要ではないか。

また、農林水産省として「食」に関する研究を充実するべき。

**委員:** 日本のガイドラインを作る上で他国と違って難しい問題がある。かなり国民一般の知識水準が高い。知っているが実行できない人々に対しどのようなガイドラインを作るのか。アメリカや中国、インドとはおのずと違った工夫がいる。今までと同じようなものをつくるのではなく、付加価値をつける必要。

脂質摂取の上限について、農林水産省の独自性を出すため、厚生省とは別の数字を出すべきという意見があったが、各省で別々というのは問題。他省庁との連携については、厚生省、文部省もそれぞれ懇談会を開いて食生活、食教育について検討しているが、相互の検討状況を知る場を作っていただきたい。他省庁の方向がまとまった時に、縦割りの批判がでないようにしてほしい。

**座長:** 今の発言について、事務局の方から何かあるか。

**事務局:** ただいまの発言については、まったく同感。統一的な形で整合性を図っていくべき。指針を策定した後、全国的に運動していく中で、実践の部分で工夫していく必要がある。また、家庭だけでなく、産業界の協力が必要。

また、安全性対策については、生産から製造、流通段階の各段階で取り組んでおり、また家庭

でも取組が必要。これは施策の仕分けの問題と考えるが、資料5においては、「自立」の欄を設け、食に関する知識ということで、安全性についてもここで検討するというこでよいのではないかと整理した。

**委員:** 今回の指針を出すに当たっては、「なぜ今なのか」についてはっきりさせないと社会に対するインパクトが薄い。

栄養学の定説はぐらついている気がするので、はっきりとさせる必要があるのではないか。そうしないと我々の提言が笑いものになる恐れもあるという気がする。

一般論だけではだめで、具体的に、少なくとも、年齢、性別、地域別といったように類型化を行い、問題の所在を明らかにして、若者、高齢者の問題等、類型別にやっていく必要。

調理食品の安全性については、食品産業は表示に取り組んでいるが、消費者にも加工食品の使い方を勉強してほしい。また、消費者の行きすぎた鮮度志向が、廃棄を増大させているのではないか。

**委員:** 調理する者と食べる者とが分離し、作る時間を省略するために主婦はものづくりから離れていっている。惣菜の売上げのうち、半分以上が弁当の売上げである。消費者は安直に弁当を買って、外や家庭で食べている。

ものをつくる側の常識が消費者と共有できない事例が増えている。たとえば、大学生がご飯を炊くとき洗剤で米を洗ったという笑い話があるが、どうしてあさりの佃煮に貝殻が入っているのかとの質問には返答に窮した。このようなことが増加しつつある。

教育の問題に関連するかもしれないが、ものを消費するだけでなく、自分たちで作ることが文化だと思う。

表示には限界がある。たとえば、自分で魚を買って料理した場合には自分で腐っているかを判断しないとイケないが、パックに入った煮魚を買ってくると消費期限で判断する等。

**委員:** 食生活については、食べることだけを切り取って考えるのではなく、様々なライフスタイルの変化や高齢化や家族の様々な暮らし方等の影響のもとに今の食生活があるというように考えるべき。現在の食生活に問題がないとはいえないが、食生活だけを切り取って改善していこう、健全なものにしていこう、といってもどこまで実行されるのか疑問。

食品の廃棄について調査を行うと聞いているが、具体的にどのように行うのか。資料4で平均的な数字、大まかな食生活の状況は想像できるが、具体性がない。今後の食生活を担っていく20代後半、30代前半女性の食べ物観と食生活の実態をケーススタディーした調査がある。その調査を行った方を呼んで話を聞く機会を設けられないか。その報告では、健康志向と食品の簡便化がまったく矛盾しないでとらえられている。食生活に対する考えが変わるのは子供が生まれたときだけであり、デINKスはそのままいってしまう。

資料5の「健全な」食生活はもっとソフトな表現に変えた方がよいのではないか。個人的に努力してかなりできる部分とできない部分がある。それを駄目なんだから健全なものに変えようというキャンペーンは実施しにくいのではないか。

諸外国の指針をみてこの程度でよいのかと気が楽になったが、指針本体とは別に細かな指針、考え方を示しておく必要がある。

サポート体制を考えていただきたい。食生活が加工食品にかなり依存している現状からみても、食品産業、食品流通業が果たす役割は大きい。

**委員:** 生きる力を身につけるため、小、中学校の教育の場では苦労して体験学習を入れる努力をしている。文部省でも学習要領の改訂を進めており、食に関する教育を重視しているが、食教育を実践する場合に、厚生省の指針も参考としている。今回の指針もなるべく学校の教育にも活かせるものにしていただきたい。年齢別に見ると中学校の食生活も非常に課題が多い。

**委員:** 座長の挨拶で食生活指針は国際的にはフードベースになって、それを基にフードピラミッドができており、これらは栄養素で表現すると消費者の理解が困難なためという話があったが、別な見方をすると従来のスローガン方式では消費者はどう行動してよいか分からないということ。ある食品を増やすとか減らすとかいうと、その食品が良い、悪いということにつながってしまう懸念がある。アメリカのフードピラミッドで6つの食品群を示したのはすべての食品が健康のために必要というメッセージ。食生活指針を従来のスローガン型にするのかフードベース型にするのか基本的な

議論が必要。

**委員:**厚生省の「健康日本21」の中間報告や、文部省の資料を見ても文章の書き方は、「させる」ばかりで、お役所的。消費者施策の重視ということであれば食生活の指針は消費者の立場からの書き方にすべき。

**委員:**食べ物は身体だけでなく精神も含め人間を形成。いろいろな食教育の一層の推進が必要。子供は家庭科等でやっているが、その母親が問題。作りたくない、説得できない、忙しいことにかまけている、自信の裏付けがない等問題が多い。子供の教育と同時に母親への教育が必要。新しい食とはどのようなものか。加工品をうまく組み合わせ、途中から作ったり、仕上げだけ行ったりといったことで自分の食を作れるよう教育に連携して取り組んでほしい。子供への教育については実践の教育と文化的教育が必要。その具体的方策をつめてほしい。賞味期限の設定が短く無駄につながっているのでは。発酵食品等、食品の特性を考慮して賞味期間を決めるべき。

**座長:**資料5の検討の範囲について何か提案はないか。

**委員:**視点では食料施策と栄養施策のリンクが希薄。そもそも食料・農業・農村基本法の第15条と第16条はセットになっていると理解している。食料・農業・農村基本問題調査会で議論している際には、そもそも国が食生活に介入することには賛成ではなかったが、「健康に悪い水準まで食料自給率を高める」ことまでは言わないということで納得した。食料政策の視点が資料5では希薄であり、もっと強く言うべき。ノルウェーでも水産物を意識しており、表に出さないまでも、何らかの形で精神を取り込むべき。

**座長:**FBDGでは食料生産のあり方は消費のあり方に重要な影響を及ぼすということで、多くの国がそのような指針を策定している。

**委員:**委員にマスコミ関係者がほとんど入っていないが、食に関する情報の提供が重要。消費者は生産段階の知識をもっていない。メーカー等も生産、流通はそれぞれの観点からの宣伝を一生懸命しているが、横断的な観点からの情報提供が抜けている。TVの料理番組等も活用する等工夫すべき。高齢化、小子化が進むと家庭で多品目の食品を食べることは困難になる。その点から(幕の内)弁当については悪者扱いするのではなく多品目の食品をとれるものとして位置付け、その改善についての検討も必要ではないか。

**委員:**生産者団体としてこれまで地道な努力をしてきた。今回の検討の結果が日本型食生活と全然違う方向に変わらないようお願いしたい。

無駄の削減については、イベントで料理を用意する場合、無駄がたくさん出る。ホテルでは料理は余るように出さないと、客が不機嫌になるといったことがあり、単純ではないと感じた。

**座長:**時間もきたので、今回はこれにて終了。事務局の方から何かあるか。

**事務局:**本日は時間も少なかったということもあり、次回以降、踏み込んで議論をしていただければと思う。委員からも提案があったように、現場の取組を紹介していく必要があるし、他の省庁の取組状況も踏まえ、そういった場を作っていきたいと考えている。効率的な議論を進められるよう、進め方については、座長と相談させていただきたいと思っている。

**座長:**ありがとうございました。

**事務局:**ありがとうございました。

<了>

## 第1回食生活指針検討委員会配布資料一覧