

平成 25 年度

食材提供の場を活用した食育実践活動事業 報 告 書

平成 26 年 3 月

一般社団法人

J C 総 研

もくじ

1. 調査の目的と概要	1
調査の目的	
調査方法	
調査の概要	
2. 地域の食生活の把握（事前調査）	5
食習慣調査（BDHQ調査）	
食に関する意識調査	
3. 地域の食生活の改善方策と検討と実践	12
店舗の概要	
店舗での実践	
4. 効果の検証（事後調査）	29
食習慣調査（BDHQ調査）	
食に関する意識調査	
食事日誌調査	
5. 本事業の成果と課題	44
6. 資料編	46

1. 調査の目的と概要

J C 総研では、生産者と消費者の交流拠点である農産物直売所において、地域のより良い食づくりとともに地場食材の消費拡大に効果的な食育活動について調査・検討した。

調査の目的

食育基本法の策定から 8 年が経過し、多様な食育活動が展開されている。食の重要性に対する認知は浸透しつつある中、次に目指すのは、国産農産物の消費拡大を視野に入れつつ、実際の食生活を変えていくということである。

地産地消の拠点である農産物直売所は、生産する場と消費する場が近く、食材の先にある農業、農村、生産者までを伝える食育が可能である。そこで本事業は農産物直売所が生産者の所得向上とともに、地域の健全な食づくり（食育）の拠点という社会役割の可能性を明らかにし、実現するために必要な方策を調査・検討した。

調査の方法

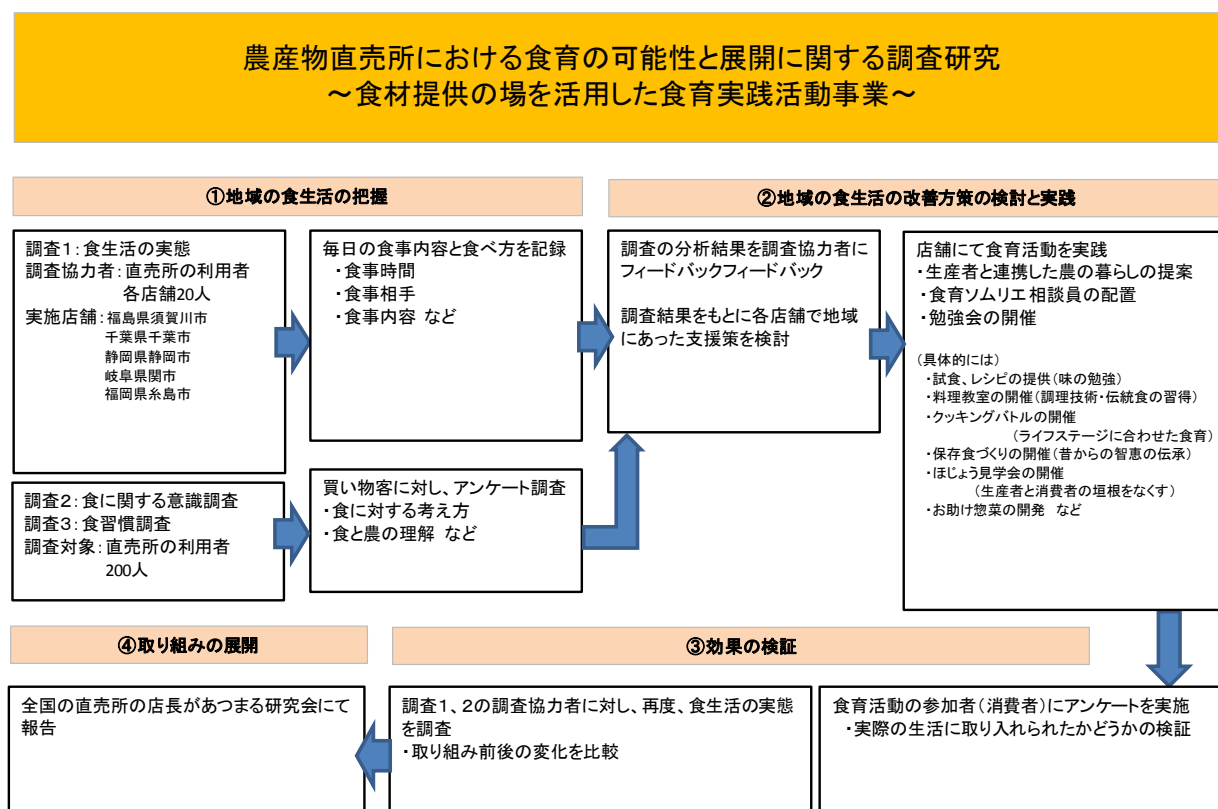
全国の農産物直売所 5 か所で食生活調査および実践的取組（食育活動）を実施した。

店舗名	所在地
J A すがわ岩瀬 はたけんぼ	福島県須賀川市
J A 千葉みらい しよいか〜ご習志野店	千葉県習志野市
J A 静岡市 南部じまん市	静岡県静岡市
J A めぐみの とれったひろば関店	岐阜県関市
J A 糸島 伊都菜彩	福岡県糸島市

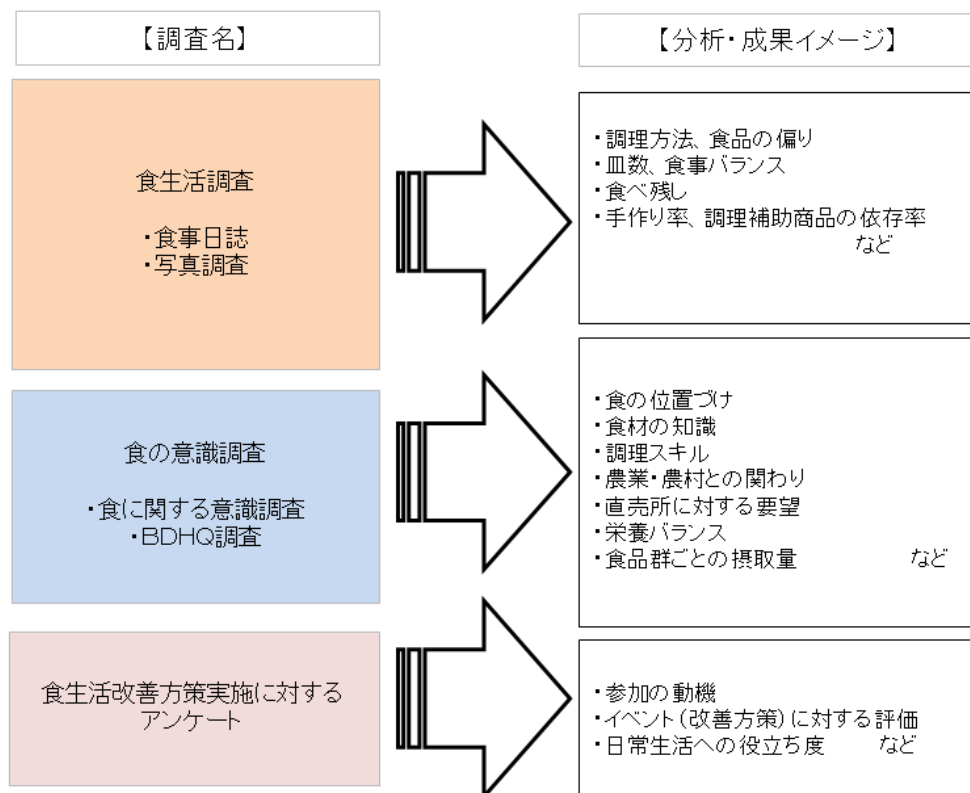
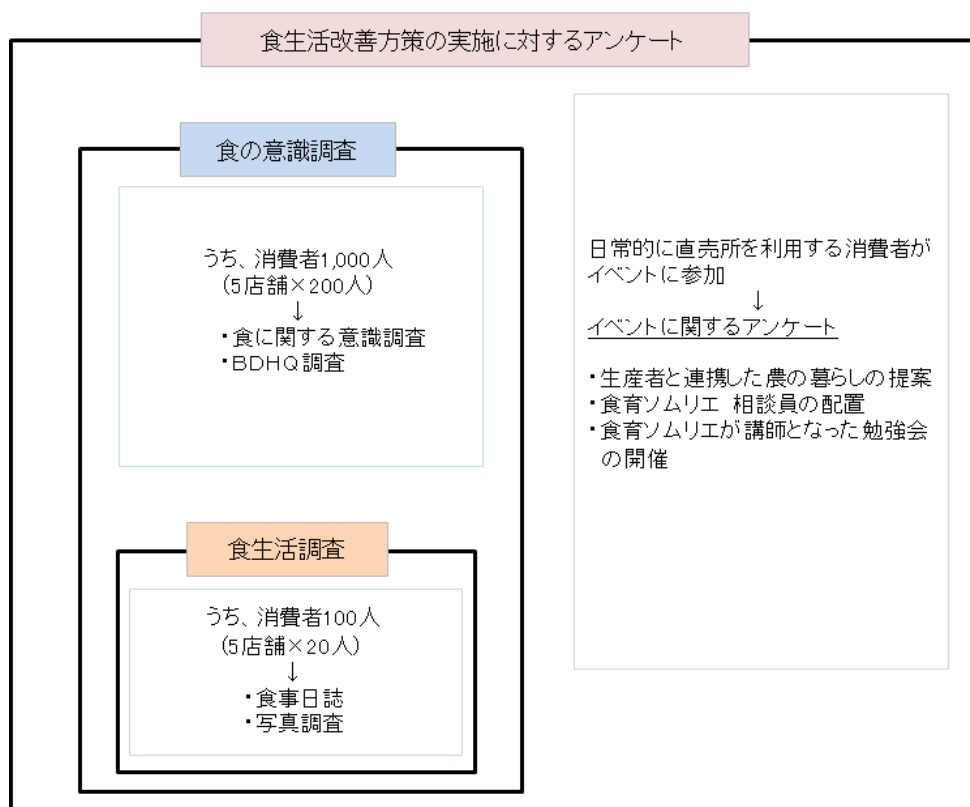
調査の概要

消費者の食生活を把握するため3つの調査を実施した。その結果をもとに、課題克服に向けた食育活動を各店舗にて実施し、その効果を検証した。また、本事業を進めるにあたり有識者等を委員とした検討委員会を設置し、農産物直売所で実践する効果的な食育活動のあり方について検討した。

事業全体のフロー



調査の内容



検討委員会の開催

■検討委員名簿（五十音順 敬称略）

所属	氏名
J A 静岡市 販売企画課 課長	浅場 貞文
日本大学 助教	久保田 裕美
J A 糸島 販売部 部長	小金丸 肇
サロンピルッフアス 料理研究家	斉藤 かすみ
東京家政学院大学 准教授	酒井 治子
J A すがわ岩瀬 はたけんぼ 部長	佐藤 貞和
J A 千葉みらい しょいか〜ご店長	高浦 浩一
J A めぐみの 直売部 課長	山田 智
F M 総研(株) 代表取締役社長	山本 雅之

■実施時期と内容

会議名	開催日時・場所	内容
第一回検討委員会	平成 25 年 9 月 2 日 東京（飯田橋レインボービル）	事業概要の説明 今後の進め方 アンケート調査の内容について
第二回検討委員会 （現地視察）	平成 25 年 10 月 22 日 福岡（J A 糸島 伊都菜彩）	現地視察（食育活動の事例） アンケート調査の中間報告 食育担当者との意見交換
第三回検討委員会	平成 26 年 2 月 17 日 東京（飯田橋レインボービル）	アンケート調査の結果報告 食育活動の実施内容について 多店舗への展開について
第四回検討委員会 （食育活動報告会）	平成 26 年 3 月 18 日 東京（飯田橋レインボービル）	食育活動の効果と課題について 報告書のまとめ方について



2. 地域の食生活の把握（事前調査）

素材を中心とした売り場である農産物直売所を利用している消費者は、野菜や果物摂取量が比較的多いのではないかと想像できるが、実際はどうか、また農産物直売所への要望なども合わせて調査した。

食習慣調査（BDHQ調査）

調査日：平成 25 年 9 月上旬

対象店舗：はたけんぼ（福島県）

しよいか〜ご習志野店（千葉県）

南部じまん市（静岡県）

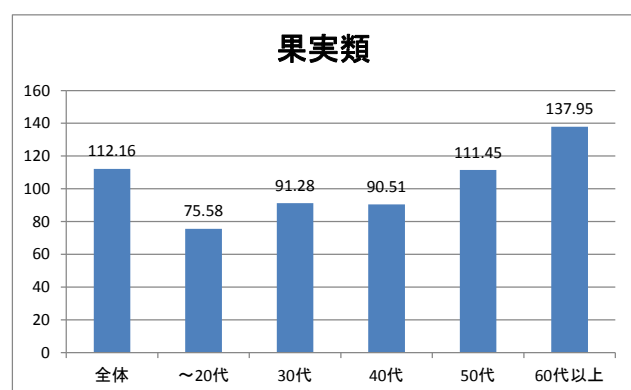
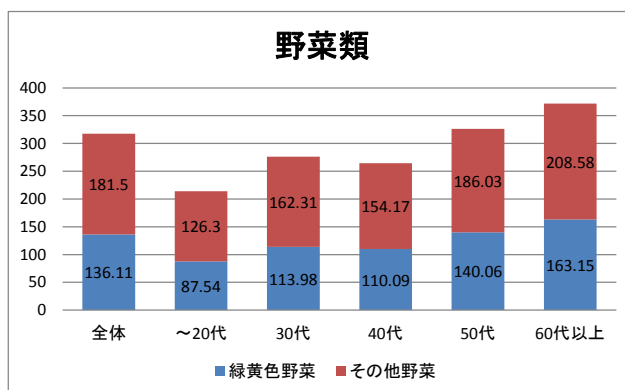
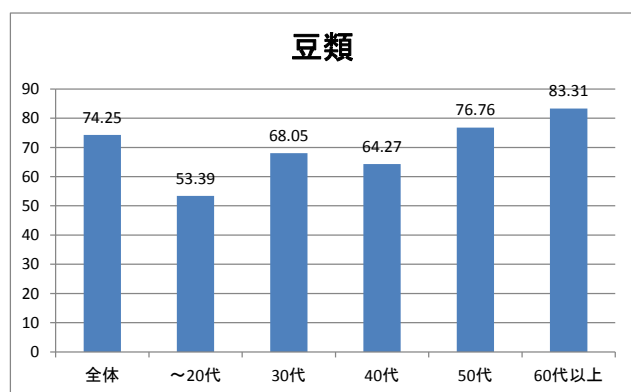
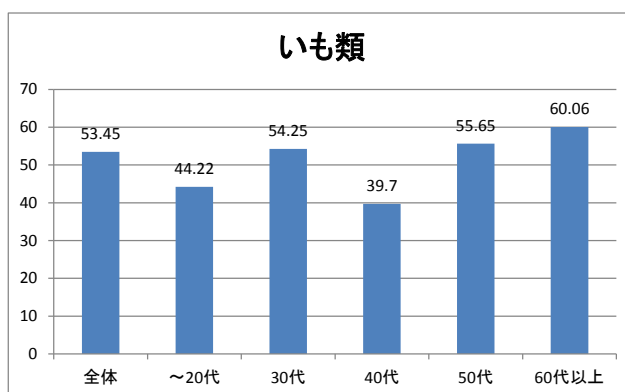
とれったひろば関店（岐阜県）

伊都菜彩（福岡県）

調査対象者：店舗利用者各 200 人

回収数：782 人

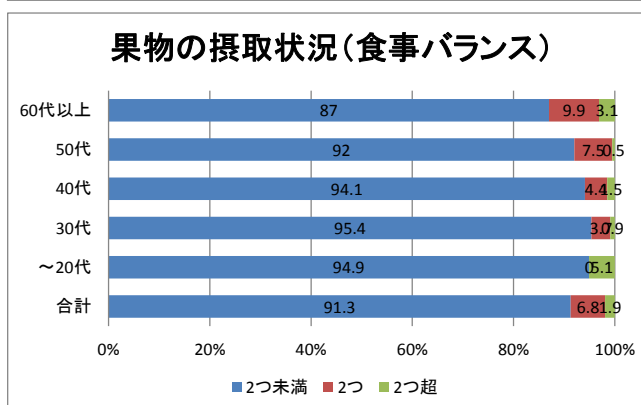
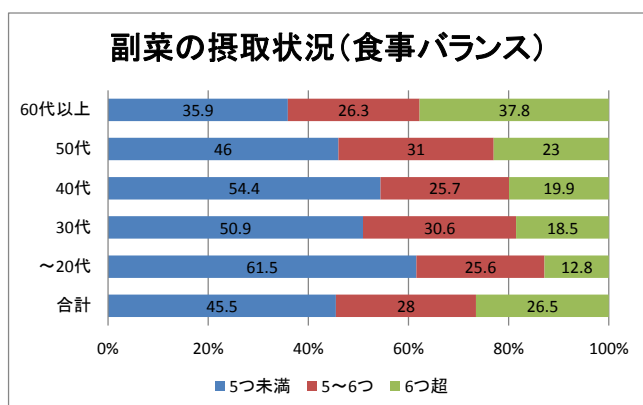
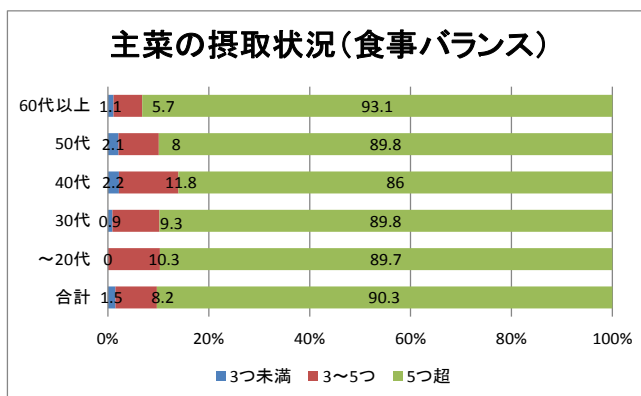
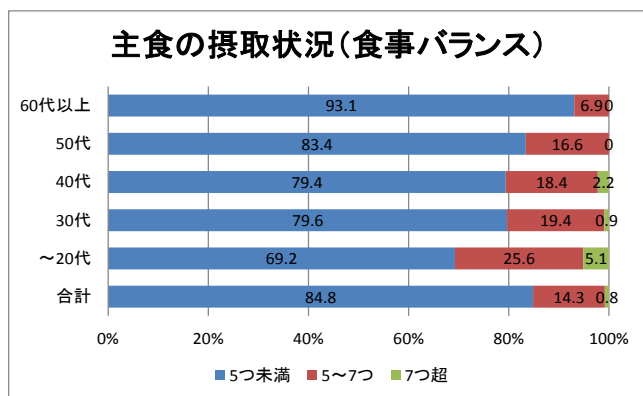
年齢層が上がるほど野菜、果物の摂取量が増加傾向に



いも類の摂取量は 53.45 g、豆類の摂取量は 74.25 g。60 代以上が最も摂取量の多い世代である。

野菜の摂取量は 317.61 g、果物は 112.6 g。40 代を除き、年代が上がるほど摂取量が増加する傾向にある。いも類、豆類も同じ傾向が見られた。

栄養バランスのとれた食事をとっている人は少数



年代や性別、運動量などにより理想的な食事バランスは異なるが、一般的な食事バランスで見ると、主食のごはんやパン、麺などの摂取量の理想は5~7つであり、それを満たしている人の割合は約1割であった。

肉や魚など主菜の目標とする摂取量3~5つを満たす人の割合は約1割であり、それより多く摂取している人が大部分であった。

野菜などの副菜の摂取量を見ると、目標とする5~6つを摂取している人は約3割、果物の目標とする摂取量2つを満たしている人は約1割しかない。

食に関する意識調査

調査日：平成25年9月上旬

対象店舗：はたけんぼ（福島県）

しよいか〜ご習志野店（千葉県）

南部じまん市（静岡県）

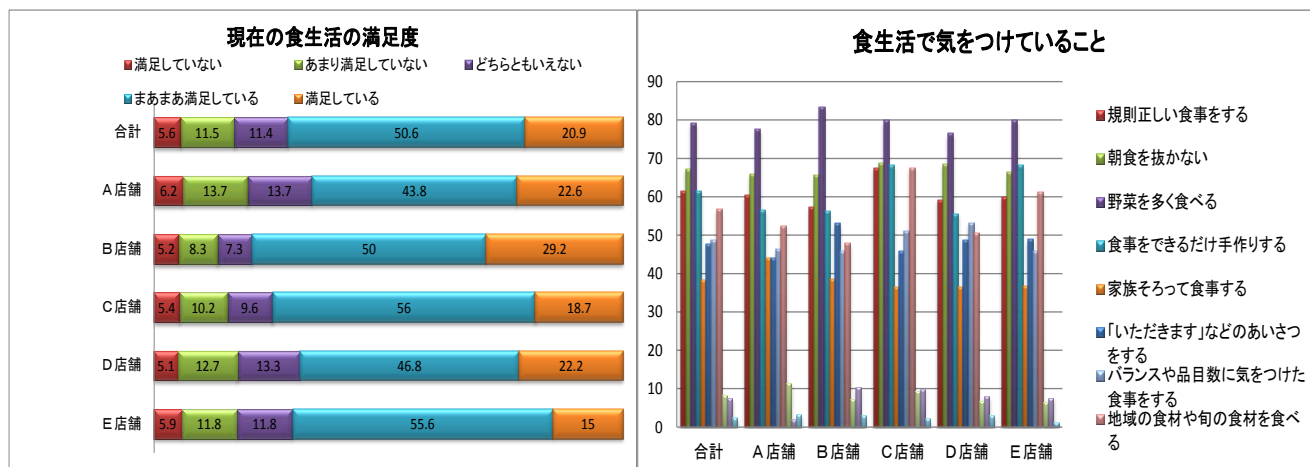
とれったひろば関店（岐阜県）

伊都菜彩（福岡県）

調査対象者：店舗利用者各200人

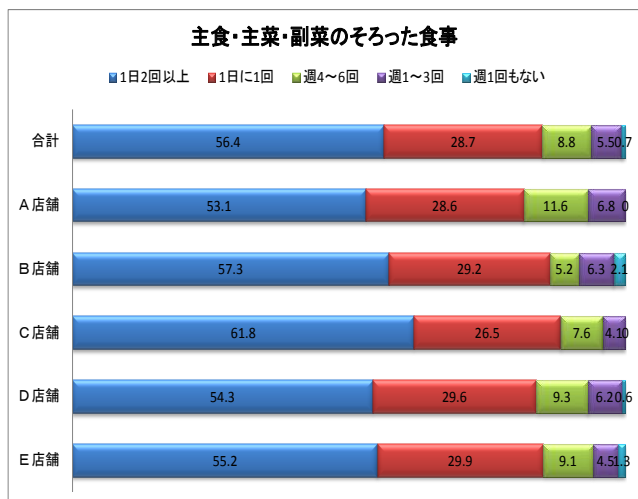
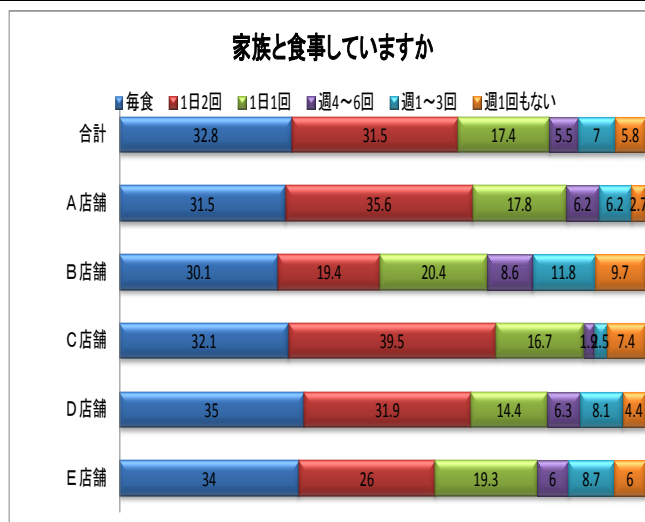
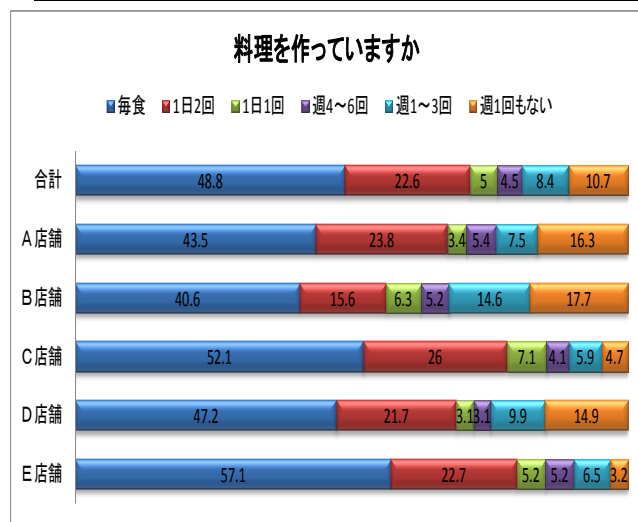
回収数：782人

食生活で気をつけていることとして「地場食材や旬の食材を食べる」は約 6 割



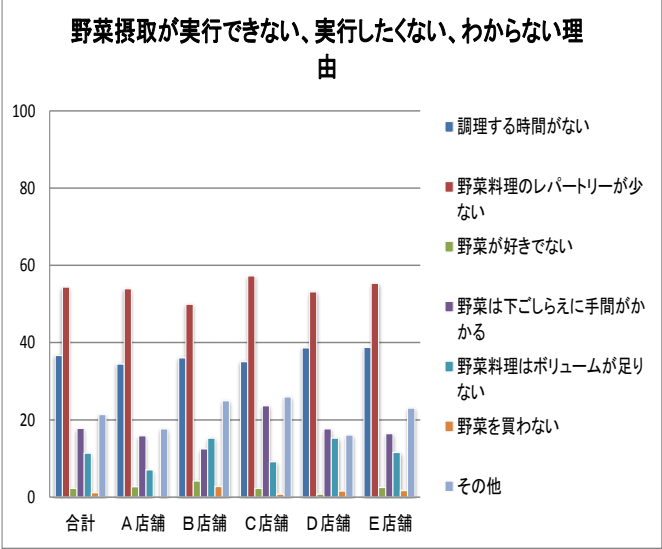
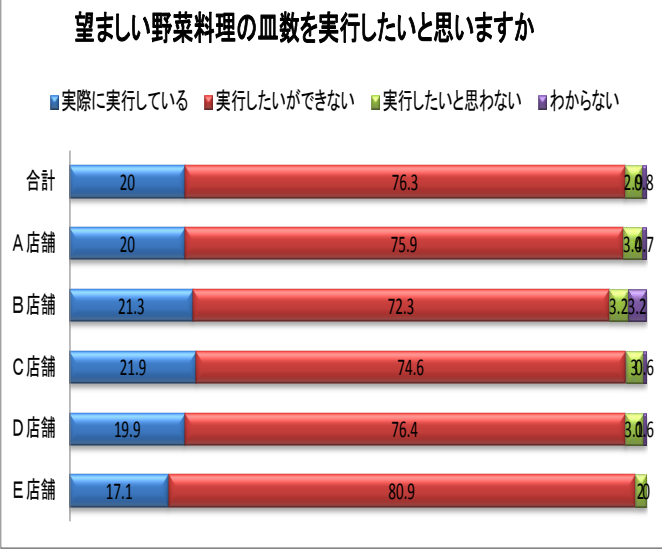
現在の食事に満足している人は約 7 割であった。食生活で気を付けていることとして「野菜を多く食べる」と回答した人は約 8 割、次いで多かったのが「朝食を抜かない」で約 7 割であった。「地域の食材や旬の食材を食べる」と回答した人は約 6 割であった。店舗により違いはあるが、直売所利用者はよりよい食のため地産地消を意識し実践している人が多い。

料理を作る回数が多く、共食率も高い



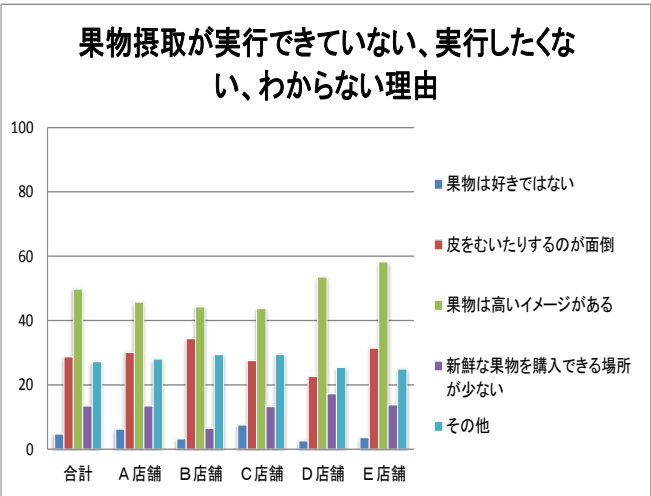
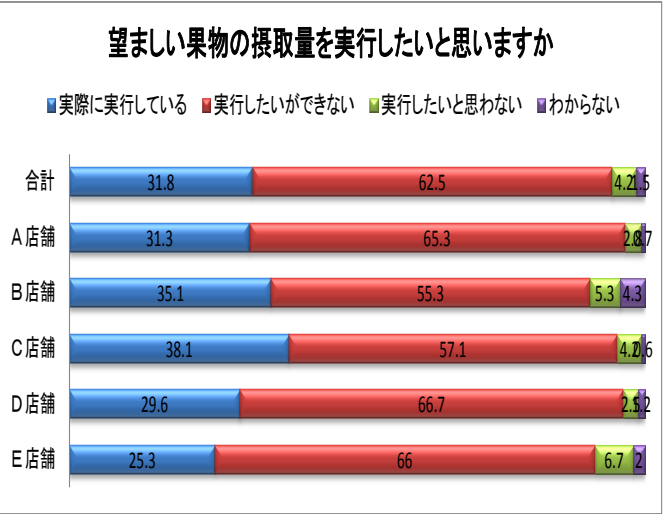
1 日 2 回以上料理を作っている人が約 7 割であった。また、1 日 2 回以上家族と食事をしている人は約 6 割であった。主食・主菜・副菜のそろった食事を 1 日 1 回以上していると回答した人は約 9 割であった。

「野菜料理のレパートリーが少ない」「調理する時間がない」が野菜を食べない理由



望ましい野菜摂取が出来ていない人は約 8 割であった。その理由を聞いたところもっとも多い理由として「野菜料理のレパートリーが少ない」で約 6 割であった。次いで、「調理する時間がない」で約 4 割であった。

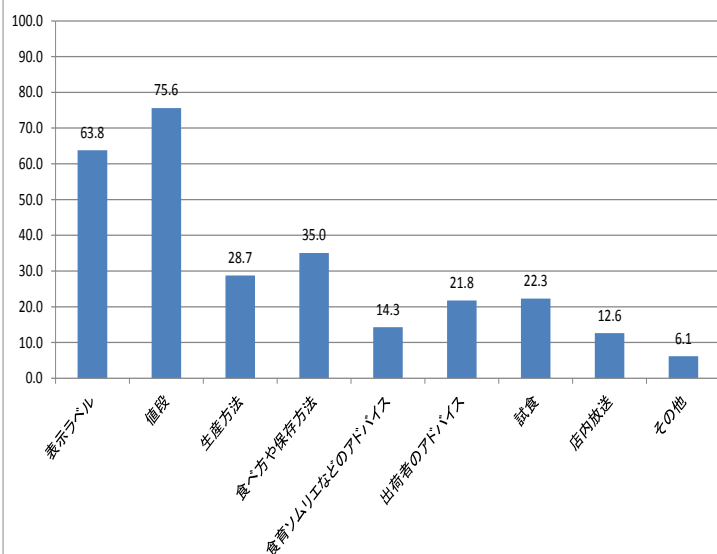
「果物は高いイメージがある」が果物を食べない理由



望ましい果物の摂取が出来ていない人は約 6 割で、その理由としては「果物は高いイメージがある」で約 5 割、次いで「皮をむいたりするのが面倒」で約 3 割であった。

食材購入時に参考にする項目は、「値段」「表示ラベル」

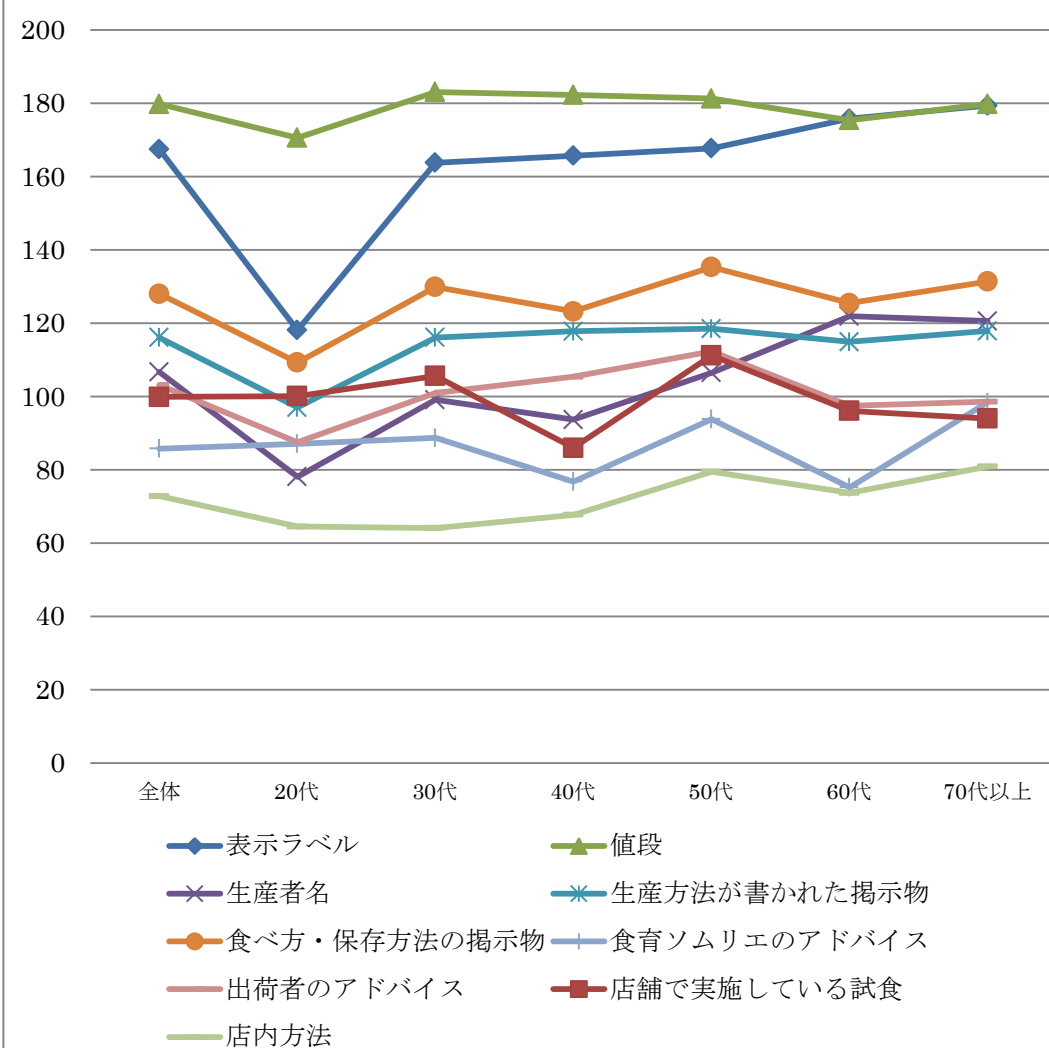
購入時によく参考にする項目



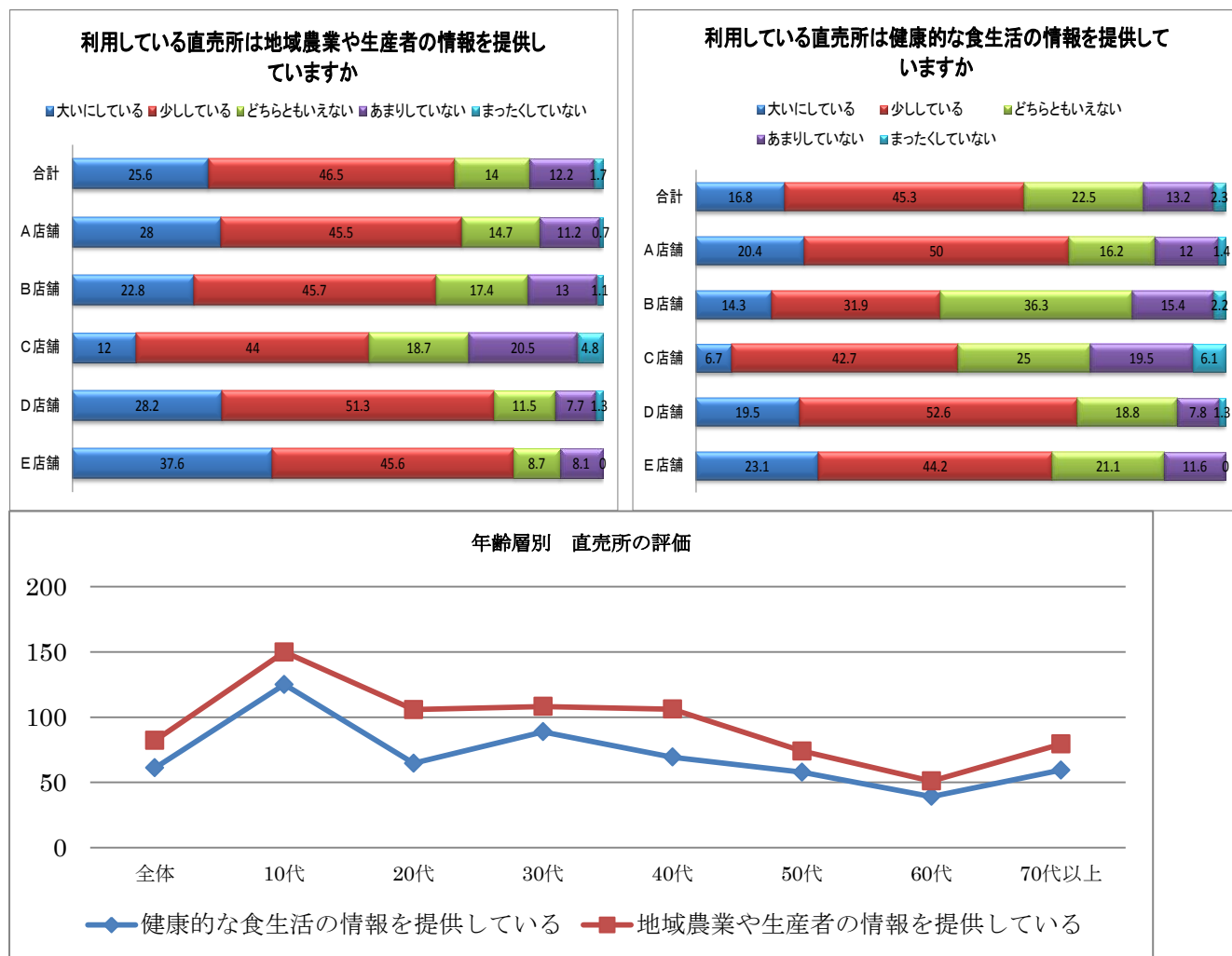
食材購入の参考になるのは「値段」や「表示ラベル」である。

年齢層別にみると、子育て世代の30代は様々な項目を参考に購入している。40代は子育ておよび仕事が多忙で経済的・時間的制約のある世代。食材購入は値段重視の傾向にある。50代は食育ソムリエのアドバイスや出荷者からのアドバイスを参考にするなど、コミュニケーション重視。60代以上は生産者名で購入するなどこだわりの買い物スタイルを実践していることがうかがえる。

年齢層別 食材購入時に参考にする項目

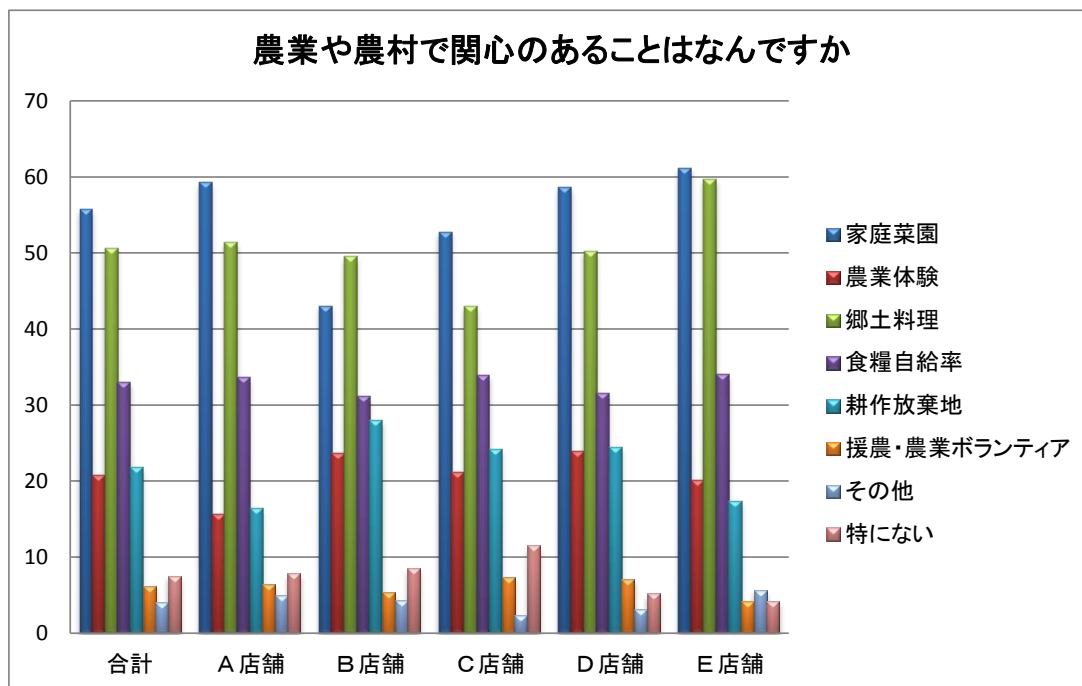


直売所は「地域農業や生産者の情報を提供している」と評価している人が約 7 割



直売所に対し、「健康的な食生活の情報を提供している」と評価している人は約 6 割、「地域農業や生産者の情報を提供している」と評価している人は約 7 割であった。年齢層や店舗により評価に差がある。

農業や農村に対し、関心で高い項目は「家庭菜園」と「郷土料理」



農業や農村に関することでも最も関心のあるものは「家庭菜園」で約6割、次いで「郷土料理」で約5割であった。「耕作放棄地」や「援農・農業ボランティア」など毎日の生活でかかわりの低いものは関心も低い。食材だけでなく食を含む環境について関心を持ってもらうかが課題。