

6(2) 第二部 ～パネルディスカッション～

テーマ：「米・野菜を中心とした日本型食生活の普及について」

コーディネーター：大村 直己 氏（ほねぶとネット主宰）

パネリスト：渡邊 昌 氏（社団法人 生命科学振興会理事長）

矢野 洋子 氏（東京消費者団体連絡センター事務局長）

梅谷 羊次 氏（株すかいらーく 顧問）

石川 裕一 氏（株ニチレイフーズ商品本部健康価値事業部長）

（以下、敬称略及び内容抜粋）

【大 村】第二部では米や野菜を中心とした日本型食生活をいかに普及・推進いくのかという点から、外食や中食や加工食品等を提供する企業がどんなことができるのか、あるいは学校給食や一般の家庭にどのように浸透させていくのかということについて、様々な立場から取組のご報告をいただきながら、話し合いを進めていきたいと思っております。早速ですが各パネラーの皆さんから取組の御報告をお願いしたいと思います。まず東京消費者団体連絡センター事務局長、矢野洋子さんからお願い致します。



【矢 野】私ども、東京消費者団体連絡センターは一言でいうと東京で活動している消費者団体の連絡会です。現在は約20団体が参加しています。主な活動は、消費者行政の充実のための取組や食の安全や安心をもとめる取組をしまして、消費者団体といっても少なからず食育に関する取組もしております。地域の消費者団体では食の安全・安心を求める運動や食品表示、自給率向上、学校給食、地産地消などの取組をしまして、それから東京都内の消費者団体が集まって月間の実行委員会というのをつくっています。また都内の主だった生協も連絡センターに参加していますが、それぞれ、テーマを掲げて多彩な活動しております。それから食育リーダーを養成し、実際に小学校のPTAの活動で食育リーダーさんが食育講座を一緒に展開しています。さまざまな食育の活動を通して自分自身の食の在り方が追及でき、それに向かって実践できる消費者になっていくことが求められているのではないかというような捉え方をしながら、今日これからの討論に参加していきたいなと思っています。

【大 村】ありがとうございました。続きまして、株式会社すかいらーく 顧問：梅谷羊次さんからお願いします。

【梅 谷】レストラン業は食育業だと数年ほど前から思っています。また、外食が産業になるためには広い意味で健康産業化しなければならないと思います。食育基本法の中にも食生活が多様化し、食の外部化が進むにつれて日本人の食が乱れていると言われているよ



うな状態ですから。ロイヤル時代、業績のよくないシズラーというサラダバーレストランを担当した時の話です。サラダバーで野菜を出していますが、野菜を美味しく食べていただき、たくさんの栄養を取るためにカット野菜をやめました。野菜の持つ栄養素は人間の体にとって大事です。そのために農家が野菜をどういう方法で作られているかを確認したうえで、購買先を決定し、さらに生産地表示も始めました。お客さまに美味しい食事を提

供するために、生産者と連携し、お客様の評価を得て、シズラーを再生していきました。同時に食育活動も始めました。私は「レストラン業は食育業」と考えていますが、食育活動のイベントだけではなく、レストランそのものが食育業でなければならないと思っています。すかいらーくでも食育活動の取り組みを始め、高齢者の食育やお子さまの食育イベントをやっていきました。一方で、健康メニューの開発をしました。すかいらーくグループの中の500店舗でヘルシーメニューを提供したのです。これからの外食産業が健康産業化し、店がその地域の健康をサポートするステーションになることができれば、日本の食も変わってくる。外食は食生活の中で40%近くのシェアがあります。食の外部化が進み、外食の影響を受けながら中食のメニューも作られ、家庭の食卓もファミリーレストランと同じような料理になりつつあります。そのような社会ですから、外食産業が健康産業化していけば、この時代の中で求められる産業になっていけるのではないかと考えています。

【大村】ありがとうございます。それでは、株式会社ニチレイフーズ：商品本部健康価値事業部長でいらっしゃいます石川裕一さんからお願いします。

【石川】ニチレイフーズは加工食品メーカーです。基本的には冷凍食品を中心とした会社です。元々は低温物流ということで倉庫業が機関物流ということになっています。現在では冷凍食品販売のほか、畜産業等をやっております。そのほかバイオテクノロジーやバイオサイエンス等もあります。日本で初めて冷凍食品を作った会社ですが、実は20年くらい前から糖尿病を対象にしましたレトルト食品というものを始めまして、それが現在では美味しさを伴ったカロリーコントロール食というところに行きついています。そういったところを強化して、今カロリーコントロール技術を入れていきたいと思っています。また、若い方にはダイエット・美容の市場があり、それから生活習慣病予防ということで40代、50代の方もカロリーコントロールというところが大切なキーワードであり、高齢を迎えるにあたっては、抗加齢と定義しておりまして抗加齢の対応市場というのがカロリーコントロールを中心とした技術でサポート出来るのではないかと考えています。それから子供食とは食育と捉えておりまして、立ち上げをしっかりとサポートすることで、最後高齢になっても元気にいられる。そして食育という活動は子供のときだけじゃなくて死ぬまで食育だという観点で活動をしています。その他にわれわれが攻めていきたい事業としまして「気づき食」というようなキットを作っています。

【大 村】ありがとうございます。三人の方々にそれぞれのお立場から取り組みの報告をいただきました。渡邊先生にそれぞれのパネラーの方々の取り組みをお聞きになったの御感想をお伺いしたいと思います。

【渡 邊】いずれの方も現場で本当に消費者の方を考えて取り組んでいるということに感心しました。少子高齢化がどんどん進み、社会が急速に変貌している中で戦後大きく食生活でこれが変わったなあというのを考えてみますと、ひとつに梅谷さんからお話しがあったファミリーレストランというのがでてきたということだと思います。また昔はコンビニでお弁当買って外で食べるというのが多かったのですが、最近は高齢者の御夫婦とか一人暮らしの方がコンビニで買って、家で食べるという風になってきました。共稼ぎの若い夫婦もコンビニで弁当買って、うちで食べるというような人もいますので、やはり外食産業のかたが健康に対する責任というのが大きくなっていると思います。また食品表示にしても分かりやすい仕様でこれは何単位としていただくと分かりやすいと思います。表示部門のところに工夫してもらえととってもいいのではないかと考えています。



【大 村】はい、ありがとうございます。高齢者の方もコンビニでお弁当を買って家で食べるというようなシーンも増えてきていますし、女性の就労や共働き家庭も増え、一人暮らしの増加というのもポイントになってくると思います。一人暮らしは今後さらに増え、20年後くらいには3世帯に1世帯が単身だというデータもあります。東京は特に単身者の割合が多く、先生がおっしゃるように外食や中食や食品企業の役割あるいは企業への期待が大変大きいのではないかなと思います。そんな中で食品企業の方々に今後、農業との連携ですとか、食と健康の取組ですとか進めていただくためには、どんなことが課題になるとお考えでしょうか？先程、（渡邊）先生がおっしゃった単位制のお話しも含めて、梅谷さんからお伺いしたいと思います。

【梅 谷】食の外部化率は4割強です。例えば、消費者がスーパーで惣菜やパンなど加工食品を買うことを食の外部化に含めて考えると食の外部依存は8割、9割だと思います。食を外部に依存していくのはやむを得ない流れなので、食品産業の役割は大きいと思っています。食べ物で人間は生きているわけですから、健康と食との関係を私たちがもっと学習することによって、食の源である農業の大切さにも関心が高まり、農業の発展につながっていくと思います。先程渡邊先生のデータにもありましたように、日本人の野菜の摂取量は少ないですね。政府が「1日350gくらい食べなさい」といっても増えるものではないです。人は食事を美味しいから食べるのです。お隣の国、韓国は野菜の消費量が日本の倍ですよ。なぜなのかというと日常的にキムチの白菜を食べますね。キムチは白菜だけではありませんが。またビビンバやナムルみたいに乾燥野菜を戻してしてたくさん使います

よね。野菜を乾燥させると旨み成分が増えますから美味しい。ですから塩味をたさなくても良い。そんな工夫をしていながら、美味しくて体に良いメニューを開発し、結果的に野菜の消費量が増えればと思います。日本人の野菜の摂取が増えれば、野菜の自給率高いわけですから、野菜の生産も増える。また、カロリーや栄養成分の表示単位は加工食品に付けるのは簡単だと思います。ただ外食の場合はそのお店でちょっと塩をふるだけ塩分が違ふとか、揚げ物の油吸収量が違ふとか、鳥の皮を何グラム使うかによって脂質類が違ふとか、非常にコントロールが難しいのが現状です。またメニューブックにフードアイコンを付けた時に、レストランが楽しい食事の場になるか？ということですね。表現の仕方はこれから考えていかなければなりません。課題はありますが、栄養成分などの情報開示を進めることにより、外食産業の存在が健康的な食生活につながり、さらに農業をサポートすることができるのではないかと考えています。

【大 村】ありがとうございます。レストランなどでも、日本人がずっと食べてきた乾物なども上手く取り入れたメニューを提供して下さったりすると、これがまた家庭の食卓に復活するというようなことが起きてくるかもしれませんね。

【梅 谷】そうですね。旨味を出すために乾燥食品にするっていうことですよ。日本のだしは、昆布、かつお、しいたけくらいですよ。もっとたくさんの食品を乾燥させることによって旨み成分が出せれば、油と塩の使用量が少なくても美味しく食べることができるし、栄養成分も変わってきます。そのような料理を開発する責任は私どもにあると思っています。

【大 村】ありがとうございます。石川さんはいかがでしょう。

【石 川】加工食品メーカーという立場から食と健康ということで考えますと、課題点は二つの視点があると思います。まずは生活者の視点ですが、カロリーコントロール食です。実際にそれをメタボの方、生活習慣病予防の方に召しあがっていただきたいという思いで、発売しました。ところが生活習慣病予防が必要な方というのは40代、50代の元気な方で、もちろん太っていらっしゃっても実際に病気ではないので痛いだとか辛いだとかないんです。ですからメーカーがいくらいいですよ、食べたほうがいいですよといっても、訴えても、その方たちは買いません。その食べてほしい人が食べないということが一番の問題でいかに気づいていただくかという活動を我々がやっていくかというのがとても大切だと思います。それからメーカーサイドから見た場合というのは、農業について、実はメーカーの加工食品メーカーって農業のノウハウなんか何にもないんです。ただし加工する技術はあるということで農業の生産地とメーカー、流通、小売業が手を組める機会をたくさんつくって、お互いのメリットをいかに出すような取り組みを増やすというようなことが企業側からみた課題かなと思います。

【大 村】ありがとうございます。今度は消費者の側から考えてみたいと思います、先程、渡邊先生がおっしゃったように、この30~40年の間に日本は世界でもトップクラスの便利

で豊かな社会になってきたかなと思います。消費者のニーズに対応する中でさまざまな商品やサービスが提供されるようになってきましたが、そんな中で食料自給率の低下や飽食の問題、食べすぎの問題、偏食、個食、あるいは孤食等の問題が指摘されるようになってきました。矢野さんはそのあたりについて、どのようにお考えになりますでしょうか。

【矢野】私たちは物を食べるときにまずは安全なものということで、それから出来れば美味しいものは食べたい、そしてやはり価格は安いに越したことはない、というような切実な素朴な要求は持っています。ただ価格に関しては、水産業の人とか畜産業の人たちが本当は自分たちはこんな価格で売っていれば生活は出来ないというような投げかけもありました。私たちはただ安いものを求めているわけではなくて、価格のその裏側、背景を知る機会がないというか、作っている人たちの声を受け止める、知る機会がまだまだ不十分なんじゃないかな、とうような面もあると思います。やはり私たちがどういうふうな食べ方をしたらいいのか、どんな情報を得ていくのかというのは、学びとったり選んでいく力がある意味では食育とか、小さい時は学校の教育の場やさまざまな場で培う力を育てていかなきゃいけないのではないかと考えています。また生協の活動ですが、消費者が一定の知識やそれから情報を選び取る力をもって、それからどんな食を目指していくのかという力が付いていくとそのことで消費行動に結びついていく、そしてその数が大きくなれば社会さえも変えていける。100万人が行動すれば様々な取り組みをした中で意識が少しずつ変わってきたというような手ごたえを得ているということです。食の現状を変えていく力を十分消費者が持っているのではないかと受け止めています。

【大村】大きな運動になっていくというのが期待されるころかなと思いますけれど、私は以前、企業の研究所におりまして、お弁当や中食の商品開発に関わるテストをしたり、調査をおこなったり、モニターテストなどをして、望ましい商品を提案するんですけども、そういった商品が必ずしも売れない。ヘルシーな商品が必ずしも売れないみたいなことを色々経験してきました。今、外食デフレ時代といわれますけれども、そんな中でも値下げをしないケンタッキーフライドチキンの売り上げが伸びているとか、そんなニュースを見ると、食育が広がる中で意識して自分の食を管理していこうという人と、食べたいものを優先して食べるような人と、二極分化しているような気がします。企業のお立場からも健康への取組を考える中で色々御苦労されている部分もあるのではないでしょうか。石川さん、いかがでしょうか。

【石川】実は私ども冷凍食品業界は昨年度は大変な逆風でした。ギョーザ事件というのがあり、そのあとに11月にいんげん事件というのがありました。これは私どもが供給しているいんげんの一袋から農薬がでたということで全面回収いたしました。ところがその一袋の中に同じマスターカード、段ボールに入っているもののいんげんも全部回収できまして、その周りには穴が開いていたということなので、開いていけば、農薬が周りに染み出ているはずなのですが、ところがいっさい出ない。でもその一袋だけで十万袋回収してもいっさいでてこない、農薬は出なかったということなんです。皆様の御記憶では冷凍餃子事件、いんげん事件、同じ印象で終わってるのではないかと思うんですね。ですから情報

って大変重要なんです。未だに中国の業者さんからいんげんは輸入できておりませんし、禁止のままです。食の安全だとか安心だとかということもあるんですけど、なかなか訴えるすべがなく、大変情報というのは大切だなと思っております。

【大 村】ありがとうございます。情報提供の仕方がポイントということですね。梅谷さんは同じテーマでいかがでしょうか。

【梅 谷】お客様がメニューを選択するときに、体にいいということで選ぶという方もいらっしゃるんですが、選択する順序としてはまずは値段ですね。価格に対するニーズのほうに圧倒的に多いです。二番目は見た目におしゃれであるということ、三番目はおいしいということ、そして、最後に体にいいということです。すかいらーくグループでは、雑穀食が増えています。6年前のお米の中に占める雑穀米の使用量は0.6%ですが、去年は8%まで上がっています。6年で10倍以上になっています。なぜかということ、美味しく健康にいいからです。健康志向も確かですが、健康情報をたくさん出すのではなくて、それをベースにしながら、美味しさとかおしゃれ感など、ポジティブなイメージを出していくことによってお客様から支持されていくと思います。何事も商売にならないと持続しないですから、そういう工夫が必要ではないかと思えます。

【大 村】ありがとうございます。美味しさとおしゃれ感と情報の出し方というところで企業の方々にも色々努力していただきながら家庭にも広がっていくといいなと思います。話題を変えて、大消費地、東京ならではの、という視点から日本型食生活の普及について、それぞれのお立場からお聞きしていきたいと思えます。矢野さんいかがでしょうか？

【矢 野】東京は大人口を抱え、食育を進める上で、米・野菜を中心とした日本型食生活の普及のためには、消費者がつくられている現場、農にもっと触れ合ったり近づく必要があるんじゃないか、それが東京で可能ではないかと思っています。東京都が「東京の農業」に関して昨年、アンケートをとっていますが、東京に農業・農地を残したいと「思う」人は85%で、50代では96%の人が欲している。東京の場合は税制の問題で手放しにかかる方が結構多いんですけど、しかし、やはり東京にも農地があったほうがいいし、東京に農業があったほうがいいと圧倒的な人が支持をしています。東京に農業や農地はあるわけですから可能な限り、そこを活用してわざわざ遠くの産地に行かなくても、触れ合う場、そして作ることを体験する中で食べ物の大切さや食べ物がどんなふうに見えるかなど、色んな事が身について、それが選び取るひとつにもなってくると思えます。もうひとつは東京都内で生協に加入している世帯は昨年のデータで、すでに186万世帯、これは都内の総世帯の3割に達しています。地域によってはすでに5割を超しているという市もあります。特に多摩地域は平均しても4割が生協に入っている状況です。そういう意味ではわたしは生協にもっと頑張ってもらいたいと思っています。生協の組合員さんだけに食育を提供するのではなくて、出前の授業など、もっと都民に発信をしていって生協の持っている食育のノウハウを都民のみなさんに伝えたり、輪を広げていく。それを生協にも期待していますし、都民が活用してもいいのではないかと思えます。そういった形で大消費地、

東京の中でももっとお米や野菜を中心とした食生活も広がるきっかけもあるのではないかと考えています。

【大 村】ありがとうございます。梅谷さんいかがでしょうか。

【梅 谷】地産地消を東京とか神奈川とか千葉、埼玉とかいう行政単位で考えることはあまり意味がないと僕は思っています。東京も多摩川を渡れば神奈川で、江戸川を渡れば千葉ですね。東京都はそういう意味では周辺に大農業地を抱えています。私がシズラーを担当した時の話ですが、長野県の有機野菜のレタスを使いました。そこに深夜、みんなで収穫作業を手伝いに行きました。その農家のレタスを鹿が食べた跡がありました。ところがその畑の周りは農薬と化学肥料を使っているから鹿が食べにこないのです。人間は分かりませんが、野生動物はちゃんと体に良いものと悪いものをかぎ分けますから、病気にならないし、生きていけるのでしょう。それで、その朝とれたレタスをその日のランチに出したいと企画しました。長野から東京へは2時間くらいで来られますから。千葉などは30分ですからね。東京は近くに大農業地をかかえているのです。長野県のレタスを東京で出すのも地産地消だと思います。野菜の調達で近隣農業との連携をやっていないのは外食産業の大いに反省するところで、これからは進めていかなければならないと思っています。

【大 村】ありがとうございます。続いて石川さんお願いします。

【石 川】大消費地だという視点から考えたときに、絶対人口で圧倒的に多いのは当然、東京ですね。メーカーからとりますと絶対数が多いということが大変魅力です。それからもうひとつは私は「情報」にこだわるのですが、ファッション、ブームというと日本人は食物も流行なのだと思えます。そのさいたるが東京だなあと思えます。たくさんの人口、あらゆる世代に進めていくのも東京ですが、流行りすたりがあるというのも多いにあります。そういう中で我々にとっておもしろいなあと思うのは、なんでもやりたいことが近くですぐにできるというのは、メリットではないかと思えます。情報と合わさって、都心ならではの日本食だとか、日本型のところへいけるかなと思っています。

【大 村】ありがとうございます。では渡邊先生、総括してお願いします。

【渡 邊】「トレンドはヘルシー」というのは私も本当にそう思います。消費者目線で考えますと、やはり食の安全というのは餃子事件をきっかけに非常に関心が高くなったと思います。それで加工食品というのは何がどこからきているのか注意を払うようになった人が多くなってきたと思います。消費者の意識も変わってきていると思います。また、リスクの大きさというのは本当は相対化して何がどれくらい危険なのか、きちんと対策がなされているのか、そういうのが必要だと思えます。食品の裏に、これは農水のJAS法により量が多い順位で書くようになっていますが、ヨーグルトなんか見ますと「乳製品、乳、ぞう粘剤」なんて書いてあります。ぞう粘剤が3%なのか30%なのか消費者には分からな

いですよ。この辺については私がつくりました「食品表示協議会」でもきちっと検討していきたいと思っております。

【大 村】最後にパネラーの方々に一言ずつお願いします。

【石 川】美味しいものをつくっても情報の伝達がうまくいかないとそこから先に進めないというのを事業の中で痛感しておりますので、そういったことをどうやったら取り組めるだろうかと、もう少し深堀をしていきたいと思っています。

【梅 谷】食べ物で人間の体は出来ている。家畜動物は病気になるけれど野生動物は病気にならない。冒頭話された医療費が30数兆円で、介護医療費を含めると42、43兆円。2025年にはこれが85兆円～95兆円になるという予測がでています。なんと50兆円増えます。団塊世代が後期高齢者になるという時代に、国民が負担できるでしょうか。医療費が増えることによって、その分野の経済は循環しますが、医療費を实际使うのは収入のない人達になっているわけで、一方通行のお金の流れになります。それで、渡邊先生がすすめられている予防医学、予防医療の中に食産業がきちんと入っていくことによって食産業市場を伸ばすことができるだろうと思います。薬や医療費にかかるある部分を食に振り向けることができるはず。そうなればみんなハッピーになれるのではないかと思います。

【矢 野】これから表示に関しては私たちがどんな食べ方をしたらいいか、何が一番活用しやすいか、栄養機能表示についてはもっと勉強しながら、期待をもっていますので頑張ってくださいなと思っています。食は社会を映す鏡ではないかというふうにも捉えています。単にハウツウ的に食を考えるのではなく、社会的に私たちはどういう食べ方をしたらいいのか、どのように食べ物を手に入れていったらいいのか、様々な情報を選び取って、そして日本型食生活が確かにいいんだと普及できるように、そして食を元気に農を元気に一緒に頑張っていきたいと思っています。

【渡 邊】100歳以上でお亡くなりになった方ばかりを集めてどのように亡くなっているのか調べた事があるんです。やはりピンピンコロリでお亡くなりになったかたが多いんです。ピンピンコロリでは語呂が悪いので、私は死ぬときに三途の川を飛び越えて向こうにいけるくらいのピンピンジャンプくらいの生き方がいいんじゃないかと思っています。それを達成する方法があります。厚労省は一に運動、二に食事、しっかり禁煙、最後に薬をスローガンにしていますが、まさにこれが守れば相当の確率でピンピンジャンプでいけると思います。

【大 村】本日は企業、消費者団体、学校関係、栄養士等、さまざまなジャンルで食に携わる方々に御集まりいただきましてありがとうございました。本日のお話し合いの中には日本型食生活の普及につなげていただくのに、ご参考になる内容がたくさんあったかなと思います。皆様の明日からのお仕事にいかしていただければ幸いです。