

## 食育セミナーにおける意見交換会実施概要

群馬農政事務所地域第一課

- 1 日時  
平成21年10月20日(火)10時00分～13時00分
- 2 開催場所  
藤岡公民館  
群馬県藤岡市藤岡1639-5
- 3 共催：群馬農政事務所地域第一課 藤岡公民館
- 4 参加者：一般消費者等 25名  
対応者：加藤課長補佐、大竹表示・規格指導官、萩原農政業務管理官
- 5 参加者への説明概要  
群馬県産の身近な旬の野菜を使用することにより、参加者に「地産地消」・「旬産旬消」の意識を調理体験を通して高めてもらうとともに、食事バランスガイドの紹介、食料自給率向上について、食品表示についての説明を行い、意見交換会を行なった。
- 6 意見交換の概要  

(質) 食事のバランスが大切だと思った。  
バランスガイドの様に、理想的な食事バランスに少しでも近づけたらと思いました。  
毎日の食事に気を付けていきたいです。

(答) 食事バランスガイドは、生活習慣病予防対策として、また、食料自給率向上のための健全な食生活の実現のため、「何を」「どれだけ」食べたら良いかを一目でわかりやすく示したものです。  
まずは、普段の食事が、「何が多く」「何が足りない」のかを知る手段として、使っていたらと思います。

(質) 地元の野菜をたくさん使い、家に帰ってもすぐにできるメニューで参考になった。

(答) 地域で生産された食材を地域で消費する「地産地消」や、旬のものを旬の時期にいただく「旬産旬消」は、自給率向上とも大変関係の深いものです。  
恵まれたことに、私たちの住んでいる群馬県は、おいしい農産物がたくさん作られています。  
「食事バランスガイド」を参考に、ぜひ、地元のおいしい旬の農産物を毎日の食事に取り入れていただきたいと思います。

(質) 畜産物の自給率がこんなに低いということを知らなかった。  
「国産」とあっても、輸入された餌で育てられた畜産物はカロリーベースの自給率には入らないということが、とても勉強になった。

(答) 家畜を育てるのに必要な餌となる飼料や、油の原料となる大豆などの穀物は大半を輸入に頼っています。

同じように、輸入した原料を使って生産された加工品、お醤油、味噌、お豆腐等、どれも日本食の代表のような食品ですが、原料の大豆の自給率が5%と非常に低いため、これらの食品の自給率も低くなってしまいます。

(質) 「米粉」を使った料理が初めてだったので、とても良かった。

(答) 穀物の中で、唯一100%の自給率を誇るのが「お米」です。その米の粉を、自給率の低い小麦粉の代用品として使用することで、自給率向上を目指す取組がされています。

最近では、様々な米粉製品、米粉料理の開発が進められていますので、ぜひ、ご利用いただきたいと思います。

(意見・要望等)

食品表示の見方・使い方。大変参考になった。

たくさんの資料をいただき大変参考になった。

今後勉強したい。

子どもの学校でも料理教室をしてもらいたい。

セミナーの時間がもう少し欲しかった。

食後ではなく、料理教室の前に、ゆっくり時間をとった方が良かったのでは。

このような機会を、また、ぜひお願いしたい。

輸入米、古米の処理方法が大変不満。



【バランスガイドの説明を聞く参加者】