

● 食の安全及び消費者の信頼の確保を目指して！

● 消費者へ情報を提供しています。

農政局の1階に消費者の皆様との対話交流を図る場として「消費者の部屋」を設置し、農業、農政をはじめ食の安全、食生活に係わるパネル等の展示や情報の提供、消費者相談等を行っています。

また、テーマを設定した特別展示やイベント会場を借りての「移動消費者の部屋」や各種イベントへの出展等も行っています。

● 消費者とのコミュニケーションを進めています。

消費者、生産者、食品関連事業の皆様へ食の安全・安心及び食育に関する情報をホームページ、メールマガジン等を通じてわかりやすく発信するとともに、食品の安全性等に関する「意見交換会」、「リスクコミュニケーション」及び食育に関する「セミナー」を開催しています。

● 日本型食生活の普及・啓発を進めています。

日本型食生活の特徴である米を中心に栄養バランスのとれた食生活と地域の食文化への理解促進のため、東海地域の郷土料理等を料理例に盛り込んだ「東海食事バランスガイド」等で普及・啓発を進めています。



※各Vとはサービング（食事の提供量の単位）の略
「ほおぼすし」のような主食、副菜、主菜といった組み合わせによる総合的な料理については、【 】にそれぞれの区分における量の基準にない、数量の調整をしています。

「食事バランスガイド」は、食事の望ましい組み合わせとおおよその量をイラストで示したものです。

- 日本でも古くから親しまれている「コマ」をイメージして描き、食事のバランスが悪くなるのを防いでしまうこと、回転（運動）することによって初めて安定するということを表しています。水・お茶といった水分を軸として、食事の中で欠かせない存在であることも強調しています。
- コマの中では、1日分の料理・食品の例を示しています。これは、ほとんど1日履って仕事をしている運動習慣のない男性にとっての適量を示しています（このイラストの料理例を含めると、おおよそ2200kcal）。まずは、自分の食事の内容とコマの中の料理を見比べてみてください。
- コマの中のイラストは、あくまで一例です。実際にとっている料理の数を数える場合には、右側の「料理例」を参考に、いくつ（SV）となっているかを確かめることにより、1日とする目安の数量と比べることができます。

作成：東海農政局 消費・安全部 消費生活課 協力：森 基子（岐阜市立女子短期大学名誉教授） 西村 聡子（愛知教育大学教育学部教授） 成田 英代（三重大学教育学部教授）
（社）岐阜県栄養士会 （社）愛知県栄養士会・食育サテライトSALN （社）三重県栄養士会