

食から日本を考える。

NIPPON FOOD SHIFT

「食」は人を育み、生きる力を与え、そして社会を動かす原動力となるもの。すべての人は「食」と無関係で生きることはできません。日本社会が大きな変化に直面している今、これからの「食」はどうあるべきか。私たちが真摯に向き合わなければならないテーマは少なくありません。食料自給率、環境との調和、新しい生活様式、健康への配慮、食育、サプライチェーンの状況、昨今では輸入原材料の高騰など、日本の「食」の課題は山積。「食」について考えることは、これからの社会を考えること、人の生き方を考えること。変えるべきは変え、守るべきは守り、新しい挑戦を応援しながら、今こそこの時代にふさわしい日本の「食」のあり方を考える機会ではないでしょうか。消費者、生産者、食品関連事業者、日本の「食」を支えるあらゆる人々と行政が一体となって、考え、議論し、行動する国民運動、「ニッポン フード シフト」が進行中です。





名前や形は様々ですが、日本の伝統食おにぎり。
包んだり、包まれたり、混ぜたり、
ご飯と合わせる色々な食材を通して、
日本の「食」のことを考えてみませんか。

**NIPPON
FOOD
SHIFT**



■ から日本を考える。
WEBサイト

■ から
日本を考える。



農林水産省

今やニッポンの国民食とも言われるカレー。
肉や野菜、スパイスなど、
使用される食材の一つひとつを紐解きながら、
日本の「食」のことを考えてみませんか。

NIPPON
FOOD
SHIFT



カレーから日本を考える。
WEBサイト

カレーから
日本を考える。



農林水産省

食が交わると書いて餃子。

肉や野菜、魚介など自分好みの食材を包んで、

思い思いの食べ方で、

日本の「食」のことを考えてみませんか。

**NIPPON
FOOD
SHIFT**



餃子から日本を考える。
WEBサイト

餃子から
日本を考える。



農林水産省



食から日本を知る。
**NIPPON
FOOD
SHIFT**



イラスト/浅井いかり

ふだんのひとり暮らしに防災を
“ちょい足し”からはじめませんか



鳥取県

夏のゲレンデ生まれの 真っ赤なイチゴ



ニッポンフードシフト
公式サイトにて
全文掲載中

鳥取県若桜（わかさ）町の氷ノ山（ひょうのせん）。この山には「わかさ氷ノ山スキー場」があり、オフシーズンの土地を有効活用しようと、ゲレンデの一角でイチゴを栽培しています。冷涼な気象条件を好むイチゴの特性と、標高が高くて涼しいゲレンデという2つの特徴を活かして生まれた夏イチゴです。

イチゴ畑は、氷ノ山の標高900メートルにあるゲレンデにあります。栽培するのは、スキー場を経営する山根政彦さん。イチゴは気温が高いと酸味が強くなることから夏場の生産量が少なく、業務用は輸入で賄われている実態を知り、栽培を決意。2011年から10年がかりで一定の品質を保てる技術を確立。今では10アールで夏イチゴ用の2品種を栽培しています。夏イチゴは果実が硬くてしっかりしており、日持ちするのが特長です。やや酸味が強いので、スイーツとの相性も抜群。国産にこだわる製菓店のほか、規格外はジャムやアイスクリームなどの加工品にして、インターネットで全国に発送しています。

山根さんは「おいしいと喜んでもらえるのが何よりの励みです。町の特産品として品質を高められるよう、努力を重ねたい」と力を込めます。

（一部抜粋）

島根県

離島の農漁業と移住者の ベストマッチ



ニッポンフードシフト
公式サイトにて
全文掲載中

高齢化や人口減少に直面する過疎地の農・漁業者は若い働き手を求めています、繁忙期だけ雇用したいというのが本音です。一方、農・漁業に魅力を感じ地方に移住したいと考える若い人は増えていますが、安定収入が得られないと定住に踏み切れません。そんなミスマッチを防ごうと（一社）海士町（あまちょう）観光協会では2012年からマルチワークを導入。シーズンによって繁忙期が異なる仕事を渡り歩けるようにし“通年雇用”を実現しました。

その実績が評価され、2020年11月に設立した海士複業協同組合が、国がその手法に助成する「特定地域づくり事業協同組合」に初めて認定されました。ある職員は、4～6月は定置網漁に従事した後、7～9月は海産物の加工業者、10月からは牛の肥育業者のもとで働いています。同組合では、今後、全国各地にできる他の「特定地域づくり事業協同組合」とも連携を図ることで職員が自分の適性に合った働き場所を広く探せるようにするなど、若い人が地方で働くやりがいや楽しさをさらに磨き上げていこうとしています。

（一部抜粋）

岡山県

「もったいない」 を実践



ニッポンフードシフト
公式サイトにて
全文掲載中

岡山県の株式会社ハローズは店から出る廃棄食品の有効利用で効果を上げています。ハローズで発生する食品ロスは毎日1店舗あたり約30キログラム。「このまま廃棄するのはもったいない」というパート社員のひと言から、取り組みが始まりました。タッグを組むのはフードバンク。

当初は運搬や仕分けに時間がかかり、提供できるのは缶詰やレトルトなど長期保存できるものに限られていました。そこで支援団体と店舗が直接取引する現在の方式に切り替えると、食品を用意したその日のうちに渡せるので消費期限の短い青果や乳製品、ハム・ソーセージ類も扱えるように。

輸送コストやCO2の削減効果もあり、食品を捨てずに済む社員のモチベーションアップにつながりました。“もったいない”の実践で地域を支える取り組みは「ハローズモデル」と呼ばれ、岡山から全国のスーパーやドラッグストアに拡大しています。

(一部抜粋)

広島県

柑橘と養蜂の“二刀流” に挑む



ニッポンフードシフト
公式サイトにて
全文掲載中

広島県廿日市市で「はつはな果蜂園」を営む松原秀樹さん。冬期は柑橘の収穫と出荷、夏期はミツバチを飼育してハチミツを収穫します。採れたハチミツは養蜂場ごとに分けて販売するほか、サイダーやあめ、レモンカードに加工。自信を持って薦められる食べ物を消費者に届けています。

松原さんは大学卒業後、就農への思いを強くしていた中、東日本大震災を経験。故郷の広島で、農業をゼロから始める決意をしました。当初は、柑橘栽培で生計を立てるつもりでしたが、農作業が冬に集中し、夏は収入が見込めないことから、ミカンを蜜源にする養蜂に着目。2015年、柑橘と養蜂の“二刀流”にシフトチェンジしました。

ハチミツは、蜜源によって味も香りも異なります。厳島神社で知られる世界遺産の宮島には、原生林にコジイやソヨゴ、サカキなどの蜜源植物が自生し、他にはないハチミツが採れるそうです。「ハチミツには、地域のテロワールが映されるので、柑橘やハチミツを通じて、その土地の物語も届けたい」と話す松原さん。農園や養蜂場の見学も受け入れるなど、二刀流に磨きがかかります。

(一部抜粋)

山口県

“スミ”におけない 焼き鳥



ニッポンフードシフト
公式サイトにて
全文掲載中

日本のソウルフード、焼き鳥。養鶏業が盛んな山口県長門市では市内の焼き鳥店と森林所有者が連携し、地元の山林から伐採した木で作った炭で調理した焼き鳥を武器に、地域おこしが始まっています。食材と燃料の全てを地場産で賄い、肉を焼いた後に発生した灰を山に戻して土壌改良剤として活用するというサステナブルな取り組みです。

市内の焼き鳥店で組織する「長門やきとり横丁連絡協議会」の会長・青村雅子さんと三隅地区の森林所有者で構成する「三隅林業研究グループ」により2020年に森林所有者と焼き鳥店関係者の協働プロジェクトが始動。関係者で木を切り出して炭焼きに挑戦、「みすみすみ」と名付けました。SDGsをテーマにした親子イベントで炭をお披露目したところ、大盛況。林業や地産地消への理解も深まり、「おいしいと喜んでくれたお客さんに『地元の炭を使っています』と胸を張れることが何よりうれしい」と自信を深める青村さん。研究グループ会長の山本英雄さんも「山林が見違えるようにきれいになった。これからも山の資源を有効活用する活動を続けたい」と意欲を燃やします。

(一部抜粋)

徳島県

ユズれない！ 品質の高さ



ニッポンフードシフト
公式サイトにて
全文掲載中

ユズの栽培で60年以上の歴史を誇る、徳島県那賀町木頭地区では、農業法人が栽培から加工品までを手掛け、海外からも高い評価を得るなど、人気はうなぎ上り。過疎化に悩む地域において、高齢者の生きがいつくりや若者の定住など、地方創生の新たな形を目指しています。

木頭地区の恵まれた気象条件と栽培技術の進歩によって、「木頭ゆず」はブランドとして急成長。2013年に農業法人「黄金の村」が「木頭ゆず」の果汁や果皮を原料とした食品や化粧品などの製造・販売に乗り出したのです。果汁は収穫後、24時間以内に搾汁するなど、質の高さを武器に、2015年12月からはフランスなどEU諸国やイギリスに冷凍果汁を本格輸出。現在はタイやシンガポール、アメリカなど9カ国に輸出しています。売り上げも2022年には3億円を超え、国内外からの高い評価は、高齢者のやりがいやを喚起するだけでなく、ここ数年は若者が移住したり、Uターン組が増えたりして、地域に新しい風を吹き込んでいます。「木頭ゆずの価値をもっと海外に発信して、世界中の方々に喜んでいただきたい」と取締役の神代晃滋さん。ユズの未来に期待しています。

(一部抜粋)

香川県

うどん県の新たな挑戦



1世帯あたりのうどん消費量が日本一の香川県。薬味に欠かせない葉ねぎも古くから栽培され、近年はカットねぎの需要が全国的にも伸びています。こうした加工・業務用の葉ねぎは根を地中に残したまま地上部だけを収穫するので、1回の植付けで年3回は収穫が可能です。収入の安定化にもつながり契約栽培を始める農家が増えていますが、収穫はすべて手作業で労力がかかるため、生産拡大の妨げにもなっていました。

この課題に取り組んだのが香川県農業試験場。地元の老舗農機具メーカーに技術協力を求め、2017年から収穫作業を省力化する収穫機の開発が始まりました。こうして完成したのが電動モーターで葉ねぎを刈取り、収穫用コンテナに収納する収穫機です。作業時間は従来の手作業に比べ63%削減できます。

また、香川県農業試験場では「地域の実情に応じて開発を進めたい」と収穫する時期や量をICTで予測できる計画出荷支援システムを開発するなど、農業の未来を塗り替える果敢な挑戦が続いています。

(一部抜粋)



ニッポンフードシフト
公式サイトにて
全文掲載中

愛媛県

地域の海の幸・山の幸 をコラボ



ニッポンフードシフト
公式サイトにて
全文掲載中

愛媛県はタイやブリの養殖が盛んです。そして全国有数の柑橘類の生産県でもあります。ミカンをジュースにする際、捨てられていた搾りかすをブリのエサにすればポリフェノールの効果で鮮度を保持できるのではないかと。そんな発想で「みかんブリ」として商品化したのが2012年のこと。効果は鮮度保持だけではありませんでした。柑橘香が魚に移り生臭さが消えたことで、魚が苦手な人が「おいしい」と口にするようになったのです。大手すしチェーンや量販店で次々に販売されるようになりました。

続いて「みかん鯛」も商品化。さらに、海外から安い輸入品が入り、食卓ではタイやブリと競合するサーモンを、それまで経験のなかった養殖からチャレンジし、「宇和島サーモン」として発売します。サーモンの養殖適期を研究してみると、タイ、ブリのちょうど端境期に当たることもわかり、“二毛作”ができるという副産物も生み出しました。

魚を生で食べる習慣を海外に根付かせるべく近い将来には輸出も視野に入れるなど、新たな挑戦はまだ続きます。

(一部抜粋)

高知県

土佐生まれの地鶏、 卵も肉もうまいぜよ



ニッポンフードシフト
公式サイトにて
全文掲載中

高知県特産の地鶏「土佐ジロー」は、中山間地域の農家が所得を確保しやすくするために開発された鶏で、小振りながら卵も肉も濃厚な味が売り。限られた飲食店や小売店などでしか味わえない希少価値も相まって、根強い人気を誇っています。

「土佐ジロー」は、高知県原産の天然記念物「土佐地鶏」のオスと、アメリカ原産の「ロードアイランドレッド」のメスを交配。高知の特産に育てるには、「土佐地鶏」の血統が欠かせないとして開発に着手しました。「土佐ジロー」と名乗れるのは、生産者団体「高知県土佐ジロー協会」に入会している会員で、土佐ジロー飼養マニュアル通りに生産された鶏だけ。卵は、SS～SサイズでMサイズ並みの重量があり、これが濃厚な味を引き出しているのです。また、平飼いで育てた肉は脂肪分が少なめで弾力があり、噛むほどに地鶏のうま味が口の中に広がります。

高知県土佐ジロー協会の会長を務める一圓（いちえん）信明さんは「卵も肉も自信を持ってお勧めできるので、これからは後継者も育てたい」と抱負を語ります。

（一部抜粋）

やってみよう！食から日本を考える。

食料自給率クイズ

Q1

令和5年度の日本の食料自給率（カロリーベース）は何%でしょう？

- ① 48% ② 38% ③ 28%

Q2

令和4年度の岡山県の食料自給率（カロリーベース）は何%でしょう？

- ① 64% ② 37% ③ 22%

Q3

豚肉の令和元年度の自給率は49%（重量ベース）ですが、飼料自給率*を反映した自給率は何%でしょう？

* 国内に供給された飼料に対する国内生産された飼料の割合

- ① 46% ② 26% ③ 6%

Q4

次の3つの野菜の中で、最も自給率（カロリーベース）への寄与度が大きい野菜（生産量が多く、カロリーが高い野菜）はどれでしょう？

- ① たまねぎ ② レタス ③ もやし

