



北陸農政局 「消費者の部屋」

展示期間：令和3年9月1日（水）～9月30日（木）

展示テーマ：【知って安心♡簡単cook!
～ココロに美味しい冷凍食品～】



※新型コロナウイルス感染拡大の状況から、しばらくの間、「消費者の部屋」を閉室しております。
ご利用の皆様には大変ご迷惑をおかけしますが、何とぞご理解のほどよろしくお願いいたします。

【知って安心♡簡単cook! ~ココロに美味しい冷凍食品~】①

今や私たちの食生活に欠かせない冷凍食品。
 コロナ禍により冷凍食品の利用者が増加しています。
 「消費者の部屋」では、身近な冷凍食品に着目し、
 おいしさの秘密や魅力に迫ります。

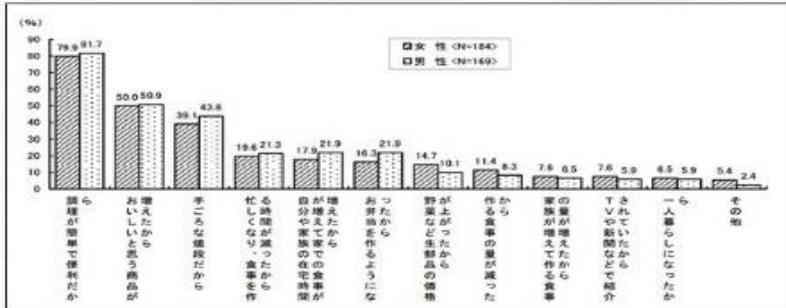
一般社団法人日本冷凍食品協会が、令和3年2月20日から2月22日（10都県で緊急事態宣言発令中）にかけて、冷凍食品の利用者を対象に、『“冷凍食品の利用状況”実態調査』（インターネット調査）を実施しました。
*調査対象：冷凍食品を1月1回以上利用している25歳以上の男女各625人
 『“冷凍食品の利用状況”実態調査』の調査結果の一部をご紹介します。

➤ 冷凍食品を利用する頻度は、1年前に比べて変わったか。

		増えた	変わらない	減った	わからない
全 体 (N=1250)		28.2	61.6	6.6	3.5
「性別」	女性 (n=625)	29.4	60.2	8.5	1.9
	男性 (n=625)	27.0	63.0	4.8	5.1

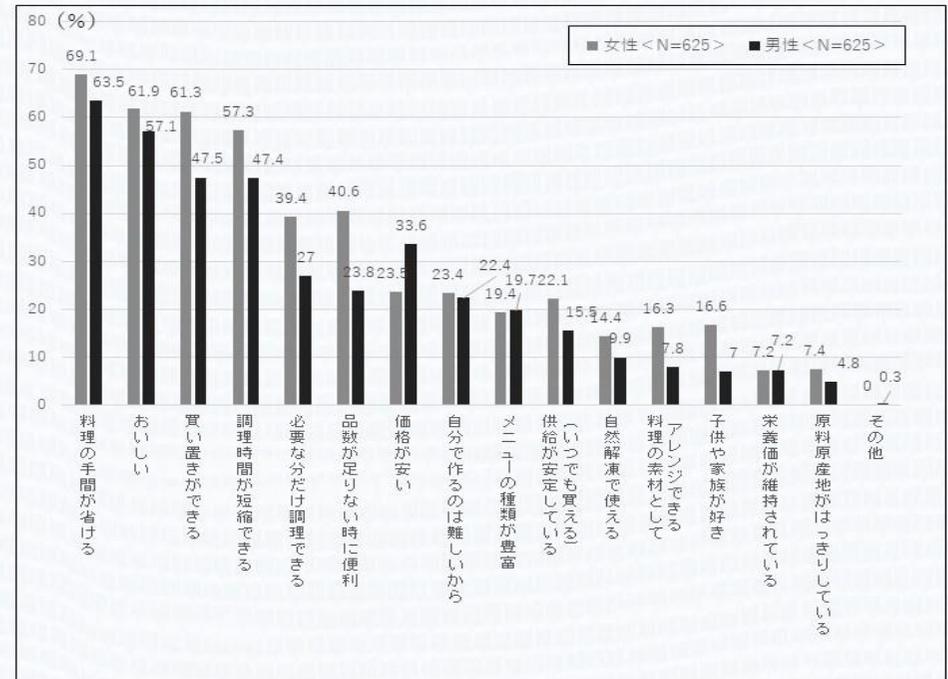
◆ 「増えた」が男女とも3割近くで、「減った」を大幅に上回っている。

➤ 冷凍食品を利用する頻度が増えた理由（複数回答）



◆ 調理が簡単で便利、おいしいという理由で利用される方が多くなっています。

➤ 普段冷凍食品を購入する際、どこに魅力を感じて購入しているか（複数回答）



◆ 男女とも6割を超える方が、冷凍食品は「手間が省ける」しかも「おいしい」と回答しています。



【知って安心♡簡単cook! ~ココロに美味しい冷凍食品~】③



冷凍食品普及の大きなきっかけ①

1957年 南極観測船「宗谷」の食事に冷凍食品が採用される

1957年(昭和32年)に戦後初めて日本から南極観測隊が派遣され、観測船「宗谷」に越冬用食料として、えび、ほたて、あじ、ほうれん草、枝豆、漬物、茶わん蒸し、みかんなど約70種類、約20トンの冷凍食品が積み込まれました。



南極は氷の国だから、野外に放りだしておけば、食料は腐らないと思われがちで、準備委員会も冷凍庫の準備をしていなかったそうです。

そのため越冬生活を始めた第1次越冬隊は、棚氷(陸上から海上にのびている氷)に掘った穴に冷凍食品を保存した、それが右の写真です。
なお、当時の日本では冷凍冷蔵庫は普及しておらず、第1次南極観測隊が冷凍食品を採用したことをきっかけに、冷凍食品が広く普及していきました。



冷凍食品市場の活性化

主なできごと

- 1965年(昭和40年)** **冷凍**
コールドチェーン動告が出される
当時の科学技術庁資源開発局から、低温流通体制を整備する必要性を指摘する目的で、いわゆるコールドチェーン動告が出された。これにより、低温流通の技術開発が大きく発展。
また、これを背景に、1969年(昭和44年)に「社団法人日本冷凍食品協会」が設立された。
- 1986年(昭和61年)** **冷凍**
「1万人の大試食会」開催
日本冷凍食品協会による、「冷凍食品市場活性化対策特別事業」として、「冷凍食品10,000人の大試食会」「新鮮豚肉10kgバイキング」が東京・品川で開催。
一般消費者7千人が参加し、各種冷凍食品133品を試食。盛況の様子を、メディアにも大きく取り上げられた。
- 1990年頃~(平成2年)** **冷凍**
商品バラエティの充実、売り場の拡大
生活様式の変化や、家電製品の普及などに好影響を及ぼすようになり、おいしさや機能性に優れた様々な商品がメーカー各社から発売。あらゆるジャンルの商品が出現するようになった。
2008年には、大手コンビニエンスストアが冷凍食品を本格輸入。また、ドラッグストアでも食品の取り扱いが増加するなど、冷凍食品の売り場がますます拡大。
- 2019年(令和元年)** **冷凍**
国内の冷凍食品消費量が過去最高に
冷凍食品の国内生産量に輸入量を加えた、国内消費量は約295万トンと過去最高に。
日本国民1人当たりの年間消費量は、23.4kg(約94食分)となり、1食=250g)となった。
また、今年は、冷凍野菜の輸入量も過去最高となった(財務省貿易統計より)。



冷凍食品普及の大きなきっかけ②

1964年 東京五輪の選手村食堂で冷凍食品が好評。注目され、急速に拡大

東京オリンピック選手村の食堂でさまざまな冷凍食品が利用され好評。このことをきっかけにホテルやレストランで利用され、冷凍食品が急速に拡大していきました。



大会期間中、選手村では延べ60万食にのぼる選手向けの食事の食材調達が必要でした。そこで、帝國ホテルの村上信夫シェフは解決策として、価格高騰を抑え、新鮮食品と同様のおいしさを実現できる冷凍食品を採用します。

大会に先立って開催された「試食会」では、生鮮品から作ったメニュー、冷凍食品を活用したメニューを混在させて提供されましたが、当時の佐藤栄作首相に「これは実にうまい!」と、すべての料理が高く評価され、冷凍食材の使用が認められました。
こうして東京五輪の選手村では、各国の料理など、多彩なメニューの提供を可能にした冷凍食品が大活躍。世界の選手に絶賛されました。東京五輪における冷凍食品の活躍は、冷凍食品の歴史の中で欠かせない大きな出来事のひとつといえます。



こんな
あるんだ!

いろいろな冷凍食品

介護食

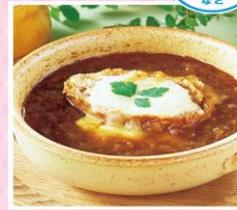
介護施設
など



柔らかさや味付けにこだわって、食べやすさを追求した冷凍食品。

スープ

飲食店
外食店
など



冷凍なら食材も豊富。本格的なあつたかスープが簡単調理で!

パン

飲食店
外食店
など

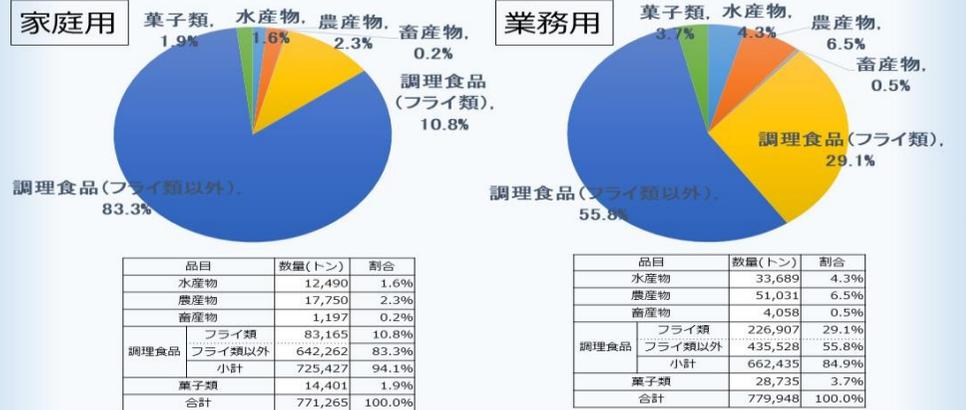


焼きたてを急速冷凍しているから、自然解凍でサクサク、ふんわり食感が味わえる!

【知って安心♡簡単cook! ~ココロに美味しい冷凍食品~】④

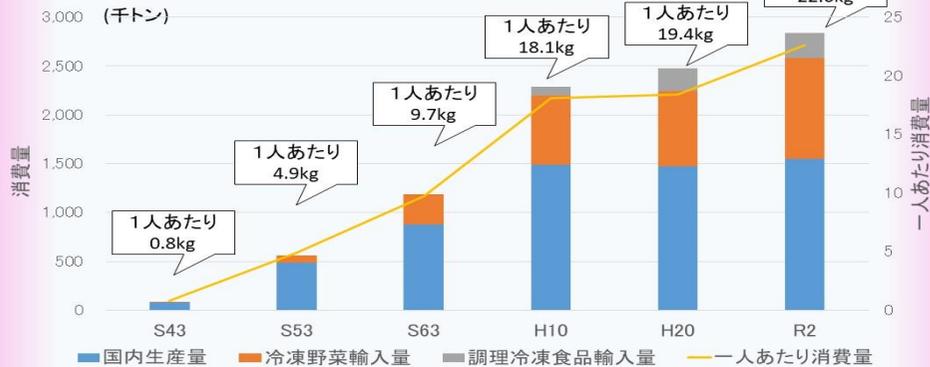


令和2年の冷凍食品国内生産量と品目別生産量



出典: (一社)日本冷凍食品協会統計資料

国内消費量の推移



消費量は、国内生産量、冷凍野菜輸入量、調理冷凍食品輸入量を合算したものとしています。
注1)冷凍食品国内生産量と調理冷凍食品輸入量は日本冷凍食品協会調べ。
なお、調理冷凍食品輸入量は日本冷凍食品協会会員のうち、輸入冷凍食品を扱う36社を対象とした調査結果であり、平成9年から調査を実施したものです。
注2)冷凍野菜輸入量は「日本貿易統計」による(財務省)。

出典: (一社)日本冷凍食品協会統計資料

国内生産量ランキング(令和2年)

- | | | | |
|------|----------|------|---------|
| 第1位 | うどん | 第11位 | シュウマイ |
| 第2位 | コロッケ | 第12位 | 卵製品 |
| 第3位 | 炒飯 | 第13位 | グラタン |
| 第4位 | ギョウザ | 第14位 | 洋菓子 |
| 第5位 | スパゲッティ | 第15位 | おにぎり |
| 第6位 | ハンバーグ | 第16位 | ポテト |
| 第7位 | ラーメン類 | 第17位 | 春巻 |
| 第8位 | カツ | 第18位 | ミートボール |
| 第9位 | たこ焼・お好み焼 | 第19位 | パン・パン生地 |
| 第10位 | ピラフ類 | 第20位 | 魚類 |

出典: (一社)日本冷凍食品協会統計資料

冷凍食品とは何？

1 前処理している

食べられない部分を取り除き、調理の手間を省いている。

2 急速凍結している

食品の組織が壊れて品質が変わってしまわないようにしている。

3 適切に包装している

汚れや型崩れを防ぐ。原材料名や調理方法等の情報が表示されている。

4 品温を-18℃以下で保管している

生産・貯蔵・輸送・配送・販売を通じ、一貫して-18℃以下を保つよう管理している。



冷凍食品購入のポイント

選ぶときには・・・

- 品温が-18℃以下のもの
- ガッチリ凍っているもの
- 包装がしっかりしているもの
- 認定証マークのついているもの



買い物の一番最後に

ドライアイスや氷、保冷バッグを使う

できるだけ早く帰宅し、すぐに冷凍庫へ



家庭での保存の方法

庫内には
冷凍食品を多く
入れ、**隙間を
少なくする**

庫内の温度が
上がらないよう、
**扉の開閉を
少なくする**

一度開封
した冷凍食品は、
袋の中の空気を抜き、
口をしっかりと閉め、
**手早く冷凍庫に
戻す**

解かして
しまった
冷凍食品は
再凍結しない

解凍・調理の基本

冷凍野菜

- ほとんどの野菜は、凍ったまま調理する
- 一般的に7~8割加熱して急速凍結しているため、家庭での加熱は生の野菜の2~3割の時間で十分
- 加熱しすぎに注意

水産冷凍食品

- 半解凍状態にして調理する。解凍しすぎないことが大切
- グレーズ(氷の膜)が付いているものは、半解凍後水分をふき取ってから調理

畜産冷凍食品

- 完全解凍状態にして調理する

冷凍果実・果汁

- 半解凍状態にして調理する

調理冷凍食品

- 凍ったまま加熱解凍する

電子レンジ調理の注意事項

- ① 商品ごとに調理方法が異なるので、調理方法をよく読んでから調理しましょう。



- ② 袋ごと調理できる商品と袋から取り出して調理する商品があります。アルミを使った袋は発火することがありますので、レンジに入れしないでください。

- ③ 量・大きさ・厚さ・形などによって解凍時間が異なるので注意しましょう。

- ④ 「あたため」などのオート調理ではなく、手動で、商品パッケージ記載の出力・調理時間に合わせて調理してください。オート調理は加熱ムラが起きやすく、オープン機能を併用した機種では焦げや発火などの思わぬ事故につながる可能性があります。



冷凍食品認定制度



現行の冷凍食品認定証マーク

認定工場数: **365工場**
(令和2年9月1日時点)

日本冷凍食品協会の「冷凍食品認定制度」は、協会会員の冷凍食品工場を厳密な基準で審査し、適合した工場を認定しています。その工場で製造された冷凍食品のうち、基準を満たしたものに「認定証マーク」を付けることを認めています。なお、冷凍食品事業者向けのHACCP(※)に基いた衛生管理の手引書は、冷凍食品認定基準から抜粋されています。

「冷凍食品認定制度」の主な変遷

年	実施内容
1970	「冷凍食品自主検査制度」を制定し、認定制度がスタート
1983	認定証マークが改訂され、「品質・衛生指導製品」の表示が「確認工場製品」となる
2002	「HACCPを考慮した確認工場の施設・設備基準」施行
2009	認定制度を改定し、HACCP等の安全安心対策を強化
2018	「冷凍食品事業者向けHACCPに基づく衛生管理のための手引書」を厚生労働省と協会のホームページに公表

※HACCPとは?

食品の製造工程において起こりうる危害の要因を予め分析し、重点的に管理する点を決め、それを管理することで安全を守る管理方法のこと。日本では2018年6月に公布された食品衛生法等の一部を改正する法律で、原則としてすべての食品事業者がHACCPに沿った衛生管理に取り組むことが義務化されました。

「知っている」と更に安心♪

ロードラインは安全の境界線

冷凍食品のオープンショーケースの中に引かれている線をご存知ですか？この線は「ロードライン(積荷限界線)」と呼ばれ、ケース内の温度を-18℃以下に保つことができる限界の高さを表しています。



●フリーレポート1●



食の安全への取り組み

~各工場が「食の安全」のためにしていること~

衛生管理の徹底



髪の毛やホコリが落ちないように専用の制服を着るんだよ!

服に着いたホコリをローラーで取るんだ。



エアシャワーで制服についた目に見えない小さなホコリや糸くずを吹き飛ばすんだ!すごい風!

品質管理の徹底

「おいしさの実現」のベースにあるのは、**先進的品質管理システム**なんだよ!



作っているものは違うけど、どの工場もボクたちが**信頼して冷凍食品が食べられるように気をつけて**くれているんだね!

●フリーレポート2●



チャーハン工場の巻



あおり炒めの焼豚炒飯ができるまで



パラッとした食感にするために蒸気炊飯器でお米を炊いているんだよ。



ツツツに炊きあがったご飯は釜に入れて具材と合わせるんだよ。

人気中華レストランの味を再現するために作られた**世界にここだけしかないオリジナルの機械**なんだって!



パラッとふっくらとした食感にするために特製の機械で炒めているよ。



おいしさを逃がさないために冷風で粗熱と湿気をとばし、-35℃の部屋で3分間急速凍結させるんだよ。



凍らせたチャーハンは機械で正確に450グラムずつ計って、自動で袋詰めされるんだ。



袋詰めした後はX線で中身をチェックして、合格したものだけが箱詰めされるんだよ!

マルハニチロ株式会社 大江工場

●フリーゼレポート3●



パスタ工場の巻



冷凍パスタができるまで



イタリアから届いたトマトペーストを煮込み感を出すために3000~4000人分ものソースを作る大きなお釜で調理するんだ。

この機械ではソースごとに一番おいしくマッチする太さのパスタをゆでているよ。



おうちでパスタをゆでる時にくっつかないように混ぜる動きをこの機械が再現しているんだって!



パスタや具材を盛り付ける人、ソースをかける人、ひとりがひとつの作業を集中して行っているんだって!

全てのトッピングが終わった後、急速凍結してから包装されるんだ。



品質へのこだわり



研究を重ねて一番おいしく、ソースにマッチする太さのパスタを使っているんだ。
そして出来上がった冷凍パスタは細菌検査や食味検査などの厳しいチェックを受けるんだよ。

日本製粉株式会社

●フリーゼレポート4●



コロッケ工場の巻



かにクリームコロッケができるまで



かにと牛乳、小麦、バターでたくさんのクリームを作っているよ。



コロッケの
おいしさの秘密は
衣の2度付け
なんだって!

でき上がったコロッケは人の手でチェックしながら詰めて急速凍結させるんだよ。



クリームを凍らせて衣をつけて、油で揚げているんだよ。

環境と自然と、工場



工場がどれだけ環境に気を使っているかを知ってもらうために自然環境を再現した「ビオトープ」というところだよ!
ここに流れている水は、工場で使った水を浄水したもの。メダカが住めるほどキレイなんだ。

日本水産株式会社 安城工場

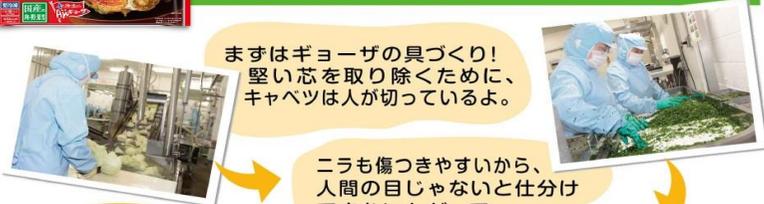
●フリーゼレポート5●



ギョーザ工場の巻



ギョーザができるまで



まずはギョーザの具づくり!
堅い芯を取り除くために、
キャベツは人が切っているよ。

こちらも傷つきやすいから、
人間の目じゃないと仕分け
できないんだって。

ハイテク技術も
多いけど、
人が手をかけるから、
その技術が生きて
くるんだね!!

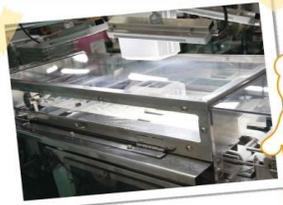


でき上がったギョーザは
すぐにトレーに載せられて、
蒸し器で蒸してから急速凍結させるんだよ。

作り上げて包装するまでは
全自動で行っているよ。

超近代的なチェック!

びっくりしたのは、チェックの厳しさ!
包装する前と包装した後の写真と
X線写真が保存されているんだよ。
ギョーザのパッケージに書かれた番号
で、製品になった時の写真や重さなど
のデータ、それからX線写真を全部
見ることができるんだ。



味の素冷凍食品株式会社 関東工場

●フリーゼレポート6●



今川焼工場の巻



今川焼(あずきあん)ができるまで



煮汁をたっぷり使って
炊くとともにアクもしっかり
取り除いているから、風味
豊かなあずきあんに
なるんだ。



「専門店の焼き方」を再現しているんだよ!

凍結後に検査機
(金属・X線)で
しっかりチェック
してるよ。
最後に包装。ここは
完全に自動化。
ここでも包装後に
検査機でチェック。



「急速凍結」することで、
できたてのおいしさを
保っているんだ!



工程ごとに
しっかりチェック
することが大切なんだね。



焼き上がり後
-40℃以下の
冷凍庫で急速
凍結するよ。

生地へのこだわり



気泡を細かくして、ふんわりしっとり
した生地に仕上げてるよ。
ほんのり甘い生地を作るために
「ハチミツ」を入れているんだって!

株式会社ニチレイフーズ



ずっと**-18℃以下**
で**管理**されている
から衛生的で
おいしさもキープ。

腐敗や食中毒の原因になる細菌は低温状態では活動できません。冷凍食品は生産から販売までずっと-18℃以下で管理されているため衛生的。およそ1年間はおいしさがキープできるんです。



下ごしらえいらずで、
食べる分だけ使える
から、**とってもエコ**。

冷凍食品は前処理がしてあるので、捨てるところがなく無駄もありません。さらに食べたい時に食べる分だけ使えるから、とってもエコなんです。



急速凍結で食品の
細胞をこわさず、
栄養もそのまま。

低温で急速に凍結された冷凍食品は
おいしさや栄養もそのまま。
だから上手に解凍すれば、とれたて
つくりたてを再現できます。
旬の状態でも一年中いつでもおいしく
食べられます。



しっかりした
安全管理で、
信頼して使える。



【認定証マーク】

日本冷凍食品協会会員メーカーの冷凍食品は、
冷凍食品認定制度に基づいて原材料の徹底
した管理、製造工程のチェック、従業員教育
など安全対策をきちんと行っています。
常に厳しいチェックがされている冷凍食品。
認定制度に適合した工場の製品には「認定証
マーク」がつけられています。

【知って安心♡簡単cook! ~ココロに美味しい冷凍食品~】 ⑬



「冷凍食品」の 知っておきたいポイント

ずっと**-18℃以下**で**管理**されているから**衛生的**で**おいしさ**も**キープ**。

下ごしらえいらずで、**食べる分**だけ使えるから、**とってもエコ**。

急速凍結で**食品の組織**を**こわさず**、**栄養**も**そのまま**。

しっかりした**安全管理**で、**信頼**して使える。



【認定証マーク】

冷凍食品で簡単! ひとくふうレシピ



冷凍 鶏のから揚げ

肉の処理やカットなどの下ごしらえが大変な鶏のから揚げ。味付けされた調理済みの冷凍食品なら、いつでも揚げたてのから揚げが楽しめます。

ユーリンチ(油淋鶏)



カロリーの目安 調理時間の目安
192kcal 10分
※1人分あたり

■材料(2人分)	
冷凍鶏のから揚げ	150g
〈たれ〉	
砂糖	大さじ1½
しょうゆ	大さじ2
A 酢	大さじ2
赤唐辛子(小口切り)	少量
ねぎ(粗みじん切り)	7~8cm
レタス(1cm幅)	2~3枚

作り方

- ① Aを合わせてたれを作る。
- ② 凍ったままの鶏のから揚げを袋の表示どおりに加熱する。
- ③ 皿にレタスを敷いて温めた鶏のから揚げをのせ、たれをかける。

冷凍食品で簡単! ひとくふうレシピ



冷凍 チャーハン

卵と油でご飯が一粒ずつコーティングされたチャーハンは、香りや食感も良く、いろいろな素材を組み合わせて、オリジナルな一品を。

かにかまのあんかけチャーハン



カロリーの目安 調理時間の目安
463kcal 10分
※1人分あたり

■材料(1人分)	
冷凍チャーハン	塩、こしょう 各少量
1/2袋(225g)	(水溶性片栗粉)
かにかま(かに風味かまぼこ)	片栗粉 大さじ1
40g	水 大さじ1
さやえんどう 3枚	しょうが汁 小さじ½
〈スープ〉	
水	カップ1
鶏がらスープの素	小さじ½

作り方

- ① かにかまはほくし、さやえんどうは筋をとって斜め1/2に切る。
- ② 凍ったままのチャーハンを袋の表示どおりに加熱し、器に盛る。
- ③ 小鍋でスープを温め、かにかまとさやえんどうを加えてさっと煮る。塩、こしょうで調味し、しょうが汁も加える。水溶性片栗粉を回し入れてとろみをつけ、②にかける。

【知って安心♡簡単cook! ~ココロに美味しい冷凍食品~】⑭

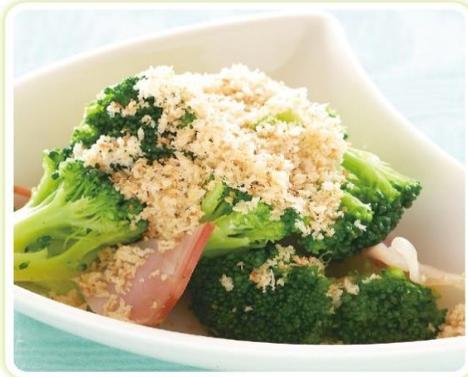
冷凍食品で簡単! ひとくふうレシピ



冷凍 ブロッコリー

緑鮮やかで様々な素材との相性もよいブロッコリー。あらかじめ下ゆでされているので、短時間で調理できます。

ブロッコリーのバターパン粉かけ



カロリーの目安 調理時間の目安
155kcal 10分
※1人分あたり

■材料(2人分)

冷凍ブロッコリー 150g
ハム(1枚を8等分に切る) 薄切り2枚
塩、こしょう 各少量
〈バターパン粉〉
バター 大さじ2
パン粉 カップ½

作り方

- ① フライパンにバターを入れ溶かし、パン粉を加えて中火でゆすりながら黄金色になるまでよく炒める。
- ② 器に凍ったままのブロッコリーをおき、軽く塩、こしょうする。上にハムをのせて600Wの電子レンジで2分30秒加熱する。
- ③ 皿に②を盛り、上から①のバターパン粉をたっぷりかける。

冷凍ブロッコリーは「乾煎り」すると、もっとおいしくなるんです!

水分を飛ばすとさらに歯触りよく生の食感に近づきます。ビタミンが豊富なブロッコリーは、毎食でも摂りたい野菜。特に外食が多い方は、冷凍ブロッコリーを買い置きしておくとなんて便利! コンビニ弁当に添えて野菜不足を補ったり、深夜に小腹が空いたときの夜食としても活用できます。

電子レンジでチンしたり、お湯でさっと茹でて調理する方法もありますが、今回はフライパンひとつでさらにおいしく調理する方法を特別にご紹介。

それはズバリ「乾煎り」です。油を敷かず熱したフライパンに凍ったままの冷凍ブロッコリーを投入し、あとは水分が飛ぶまでじっくりと炒めるだけ。解凍に失敗するとベチャッとしてしまうこともある冷凍ブロッコリーが、シャキッとした歯ごたえに仕上がりに、まるで生から茹でてたような食感に!

だまされたと思ってぜひお試しを。いつもよりワンランク上のおいしさが味わえますよ。



引用: 冷凍ONLAIN_冷凍食品のススメ



一般社団法人 日本冷凍食品協会の活動

10月18日「冷凍食品の日」イベント

10月18日「冷凍食品の日」に、冷凍食品の優れた特性を広く周知するためにイベントを開催。冷凍食品にまつわるトークと試食会を実施。



一般社団法人 日本冷凍食品協会



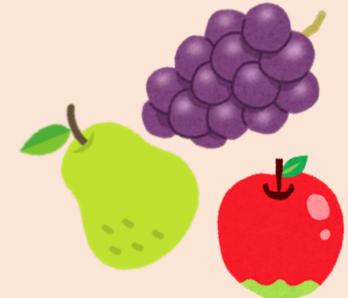
一般社団法人 日本冷凍食品協会の活動

子育て世代やシニアへのPR活動

各種イベントにて消費者とのコミュニケーションを図りながら、ブースの出展やステージでの講演などを実施。



一般社団法人 日本冷凍食品協会



一般社団法人 日本冷凍食品協会の活動

メディア活動

冷凍食品の優れた特性や役立つ情報を、テレビ・ラジオ・新聞など様々なメディアを通して紹介。



一般社団法人 日本冷凍食品協会



一般社団法人 日本冷凍食品協会の活動

冷凍食品の基礎知識 講習

一般消費者や食品に携わる大学・専門学校生を対象に、冷凍食品の基礎的な知識をテーマにした講習を実施。



一般社団法人 日本冷凍食品協会



冷凍食品の役立つ情報が盛りだくさん!



冷凍食品を活用したレシピや、コラムなどのコンテンツも充実!

冷凍食品のススメ

知る・役立つ

コラム

アレンジレシピ



南極料理人

映画「南極料理人」でおなじみの西村淳さんによる、おもしろくて、ためになる冷凍コラム。



冷凍食品専門のWebサイト

冷食ONLINE

ココロに
おいしい
冷凍食品

<https://www.reishokukyo.or.jp>

冷食ONLINE

検索

