

# 展示テーマ

食から日本を考える。

NIPPON  
FOOD  
SHIFT

# 餃子から日本を考える。



みんなが大好きな餃子。この身近な餃子を通して、日本の食をめぐる課題についてひも解いてみましょう。



北陸農政局「消費者の部屋」

展示期間：令和6年9月2日（月）～9月30日（月）

# 【ニッポンフードシフト】①

食が変わると書いて餃子。  
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。

**餃子の王将** 農林水産省 **NIPPON FOOD SHIFT**

餃子の王将 餃子会館ウェブサイト  
ニッポンフードシフト 公式ウェブサイト

## なぜ餃子？

身近な食べ物である餃子。野菜や肉を含む具材はもちろん、皮、調味料にいたるまで、作り方、食べ方は人それぞれ。  
その材料1つ1つに生産者がいて、消費者に届くまでのストーリーがあります。  
餃子を紐解いて、日本の食料事情を知っていただきたいのです。  
材料を1つ変えるだけでも自給率がアップ。  
さあ、あなたはどんな餃子を作りますか。

餃子から  
日本を考える。

QRコード

詳しくはこちらから！



# 【ニッポンフードシフト】②

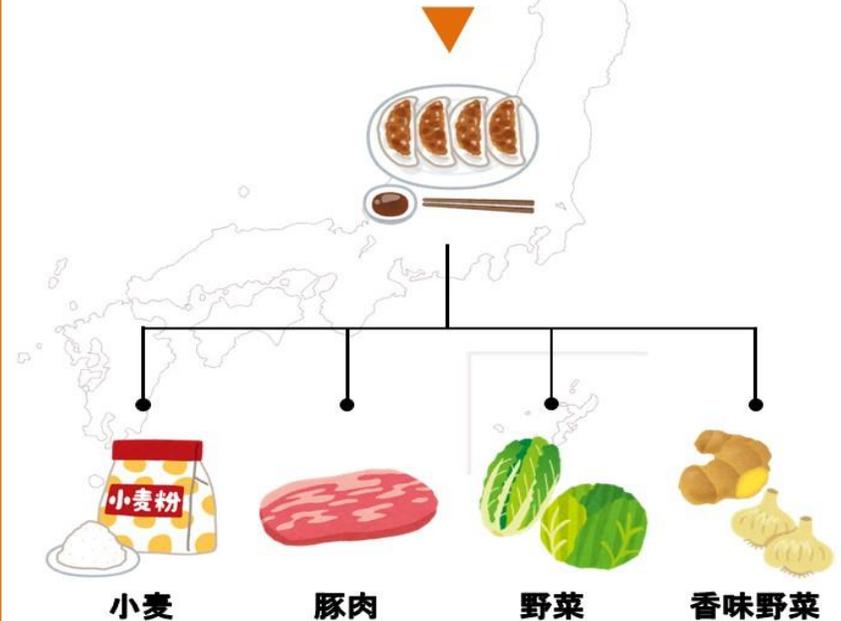


餃子から

日本を考える。

## 餃子をひも解く。

小麦粉の皮で具材を包む料理は世界各地にあります。その中でも私たちにとって身近な餃子に使用される食材を一つひとつひも解いてみましょう。



## 小麦を考える。

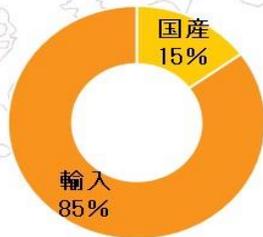
### 現状

餃子の皮の原料である小麦は、  
8割以上を海外からの輸入に依存しています。

### 取組

国内での生産を増やすために、  
消費量が減少した米の代わりに田んぼを  
活用して小麦を生産する取組を進めています。  
また、国産小麦や米粉を使うことで、  
食料自給率を向上させることができます。

小麦の自給率



小麦の国別輸入内訳



資料：農林水産省「総合食料自給率（カロリー・生産額）、品目別自給率等」、「食料需給表」、「農林水産物輸出入概況」を基に作成

## 豚肉を考える。

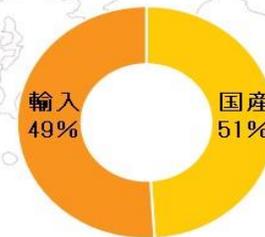
### 現状

豚肉の自給率はグラフの通りですが、  
国産の豚肉であっても  
餌の原料（トウモロコシ・大豆油かす等）の  
多くを海外から輸入しています。

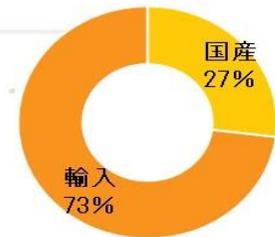
### 取組

餌の原料として、飼料用米やエコフィード  
（規格外農産物や余った食品）を活用し、  
飼料の国産化を進める取組も広がっています。

豚肉の自給率



飼料の自給率



資料：農林水産省「総合食料自給率（カロリー・生産額）、品目別自給率等」を基に作成

## 野菜を考える。

### 現状

餃子の具に欠かせない  
キャベツや白菜。  
その多くは国産です。

野菜の自給率



資料：農林水産省「総合食料自給率  
(カロリー・生産額)、品目別自給率等」を基に作成

### 取組

産地リレーや倉庫整備等により、  
年間を通じた供給に努めています。  
更に、生産者が高齢化する中で  
作業負担を軽減するための  
スマート農業化が進んでいます。



キャベツの自動収穫機



農業用ドローン

## 香味野菜を考える。

保存の効かないニラやシソは、  
ほとんどが国産です。  
にんにくや生姜については、  
海外からの輸入もありますが、  
国産のものを使用する動きも見られます。

## タレを考える。

餃子を何につけて食べますか。  
つけダレも人それぞれ。  
あなたにピッタリの餃子の食べ方を見つけて  
日本の食を考えてみませんか。



地域の特産品を使った餃子の  
食べ方を紹介しています。

ニッポンフードシフト  
特設ページへ！



食から日本を考える。

NIPPON  
FOOD  
SHIFT

# 餃子から 石川県を考える

～インターン生が考えてみた①～

## 1. 餃子に なにを入れる？

- 材料
  - 皮：キャベツ
  - あん：豚肉、ニラ、れんこん、  
しいたけ、中島菜
  - 調味料：塩胡椒、生姜、にんにく、  
しょうゆ、油
  - ソース：トマト
- その材料はどこから来ている？
  - 豚肉、れんこん、中島菜：石川県
  - キャベツ：福井県
  - ニラ：新潟県
  - しいたけ：徳島県

## その材料、これからも買える？

### 世界中で必要な食料の量が増える

- ✓ 世界の人口が増加することで、食料の消費量は増加
- ✓ 特に、経済発展した国では肉類や油脂類の消費が増加



### 食料を安定的に供給していく上で不安な点

- ✓ 地球温暖化による異常気象の頻発
- ✓ 飼料や肥料、燃料などの価格の高騰
- ✓ 輸入食料の価格の高騰
- ✓ 鳥インフルエンザなどの家畜伝染病
- ✓ 輸出国による規制



量かおると、多くの国では、肉をたくさん食べるようになるよ。  
でも、肉を作るためには、その何倍も穀物（とれたるこの穀物の）をエサとして食べさせるから、たくさんの穀物が必要になるんだ。

農地や水、肥料も使える量は限られているから、このままではいづれ足りなくなると言われているよ。

### みんなで考えよう



日本はこれまで、世界中から食べ物を大量に買ってきましたが、近年では豊かな国が増え、他の国が買う食料の量も増えています。また、日本は食料や燃料、肥料などの資材を外国からの輸入に頼っているため、外国での異常気象や国際情勢などの影響を受けやすくなっています。

これからも安定して食べ物を確保していくためには、どんなことが必要かみんなで話し合ってみましょう。

## 2. 国産の材料で作ってみたら？

・足りない材料は何だろう

豚肉、胡椒、醤油、油

・豚の餌は輸入に頼っている

・香辛料は自給率が低い

・醤油の原料である大豆は輸入に頼っている。

## 3. 国産材料×石川のオリジナル餃子を 考えてみよう

・醤油を作るための大豆は国産が7%のみだが、代用することは難しいため高くても国内産を用いる。

・石川県のオリジナル餃子を作るときに差別化するために加賀野菜や石川県の特産品を用いる。春はたけのこ、夏はトマト、秋や冬は加賀蓮根や加賀一本太ねぎを使用して時期に合わせた野菜を使う。旬の野菜を使うことは食べ物と生産者を結びつけることにつながると考える。

## 4. 販売戦略

ターゲット：Z世代（18歳～20歳前半）

販売方法：スーパーマーケットの惣菜コーナーに並べる

冷凍したものをスーパーマーケットに並べる

若者向けの居酒屋、レストランでメニューに加える

名前：厄介モノ餃子、わんぱく餃子、ぼたん餃子

キャッチコピー：包んで食べてみイノシシ肉！

## 5. 取組で 気付いたこと

- ・「オリジナル餃子を作る」というテーマで作った餃子は3人それぞれ視点が異なっていて興味深かったです。
- ・加賀野菜、能登野菜は名前だけ知っているものがあり、その特徴を捉えて活用することが大切だと考えました。
- ・主に調味料が国内で生産することが難しい、または大量生産できない中で、国内のみの食糧になったときにどのように食事を楽しむことができるだろうと思います。
- ・販売するとなったときに価格がどうしても高くなりやすいですが高くても良いものを選択することはZ世代には金銭的に大変かもしれないと考えます。

私たちに  
できること  
は何だろう

- ・この先も美味しい餃子を食べていくためには何が必要だろう？
- ・調味料、香辛料たっぷりの餃子に慣れないこと
- ・国内で作られた野菜を優先的に選ぶこと
- ・餃子のように中に何が入っているか分かりにくい料理でも、食材に気を配って食事すること

食から日本を考える。

NIPPON  
FOOD  
SHIFT

# 餃子から 石川県を考える

～インターン生が考えてみた～②

## 1. 餃子に なにを入れる？

### ・材料

キャベツ・ネギ・生姜・豚肉・ニラ・  
砂糖・ニンニク・塩・胡椒・醤油・片栗  
粉

### ・その材料はどこから来ている？

国産：キャベツ・ネギ・ニラ・ニンニ  
ク・塩・生姜・醤油・片栗粉（ジャガイ  
モから製造）

外国産：胡椒・豚肉・砂糖

## 2. 国産の材料で作ってみたら？

- ・足りない材料は何だろう

豚肉・胡椒・砂糖・醤油（大豆）

## 3. 国産材料×石川のオリジナル餃子を 考えてみよう

- ・砂糖を国内で製造されているてん菜やさとうきびから作られたものを用いる。
- ・豚肉は餌を輸入された配合飼料に頼っているため、国内で製造された餌を与えられているものかジビエを用いる。石川県ではイノシンによる農作物被害額が7割に昇る。イノシン肉を使い野生鳥獣駆除を行う人達や獣害に合った人たちのサポートになり石川県産を用いることができる。
- ・胡椒は国内で大量生産することが難しい。そのため他の調味料で代用する必要がある。旨味の成分は和食で用いられる昆布と鰹節を用いる。また、味にアクセントを入れるために中島菜を入れる。

## 3. 国産材料×石川のオリジナル餃子を 考えてみよう

キャベツで包んだ餃子の他にも

・北陸の海の恵みを使った海鮮餃子

皮の材料：米粉、もち粉、片栗粉、甘えびの殻

あんの材料：能登豚、甘えび、キャベツ、ニラ、レンコン

甘えびを丸々一匹入れ、外から甘えびが見えるようにする

皮に甘えびの殻の粉末を練りこむことでSDGsだけではなく、ほんのり色づいた皮が話題に

餃子の皮は小麦粉で作るのではなく、自給率が高い米粉を使う

あんにレンコンを入れることで食感のアクセントに

## 3. 国産材料×石川のオリジナル餃子を 考えてみよう

普通の皮で包むのではなく、キャベツで包んで蒸し餃子風にする

あんにレンコンを入れて食感のアクセントに、中島菜を入れることで辛味が入り味のアクセントに

たれ代わりにソースに石川県産のトマトを使ったトマトソースを添える

洋風に仕上げたい場合はコンソメを入れたり、和風に仕上げたいときは昆布を入れてみる

## 3. 国産材料×石川のオリジナル餃子を 考えてみよう

・スイートポテトみたいな焼き餃子

材料：五郎島金時  
栗の渋皮煮  
砂糖  
牛乳  
卵黄



普通の餃子みたいなおかずとしてではなく、小腹がすいたときにつまめるようなおやつ餃子として

栗の渋皮煮を五郎島金時で作ったペーストで包む

さらにパイ生地やクッキー生地で包んで形を餃子にし、最後は餃子の焼き印を入れる

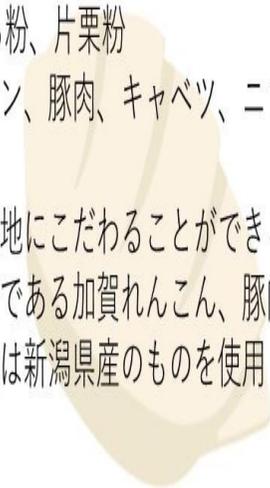
おやつ餃子は珍しいため、話題性を呼ぶ

## 3. 国産材料×石川のオリジナル餃子を 考えてみよう

・産地にこだわった一般的な餃子

皮の材料：米粉、もち粉、片栗粉

あん材料：レンコン、豚肉、キャベツ、ニラ



家庭的な餃子でも産地にこだわることができる

レンコンは加賀野菜である加賀れんこん、豚肉は能登豚、キャベツは福井県産、ニラは新潟県産のものを使用

## 4. 販売戦略

---



新しい餃子を食べてみたい家族層



スーパーマーケット、コンビニ、カフェが併設されたレストラン、自動販売機で完成品だけではなく生や冷凍でも売る



ロールキャベツ風餃子



北陸の恵みを詰め込んだ餃子

## 4. 販売戦略

---

- 晩御飯のプラス一品になるようにスーパーマーケットやコンビニ、自動販売機で販売する
- 完成品だけではなく、様々な生活スタイルに合うように生餃子や冷凍餃子でも販売する
- スーパーマーケットやコンビニで何種類も販売する場合、一つのパックに2~3個ずつ入ったセットを販売する
- 飲食店で販売する場合、バイキング形式にして販売する

## 5. 取組で 気付いたこと

・餃子の概念は幅広く、考え次第でいろんな種類の餃子ができることが分かった。

・国内産のものでも原料などが外国産であることが多く、100%国内産の餃子を作ることは難しい

・国産の食材を選んで買うことが国内の生産者を助けることにつながる

私たちに  
できること  
は何だろう

・この先も美味しい餃子を食べていくためには何が必要だろう？

・食卓に並んでいる食材が一体どこから来たのかを意識することが食に対して興味を持つきっかけになる

・国産の食材を選んで買うようにする

## 1. 餃子になに入れる？

### ・材料

皮 お肉 (豚ひき肉) キャベツ ニラ  
ニンニク 塩 コショウ 生姜 砂糖  
醤油 片栗粉 ネギ 油

### ・その材料はどこから来ている？

#### 国産

キャベツ ニンニク ニラ 塩 生姜  
砂糖 醤油 ネギ 片栗粉

#### 外国産

皮 お肉 (豚ひき肉) コショウ 油

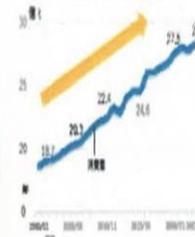
## その材料、これからも買える？

世界中で必要な食料の量が増える

✓世界の人口が増加することで、食料の消費量は増加

✓特に、経済発展した国では肉類や油脂類の消費が増加

〈世界全体の穀物消費量〉



豊かになると、多くの国では、肉をたくさん食べるようになるよ。  
でも、肉を作るためには、その何倍も穀物(せりふのくわい)をエサとして食べさせるから、たくさんのがんが必要になるんだ。

国際連盟 (FAO) | World Agricultural Supply and Demand Estimates | 国際農業政策センター

食料を安定的に供給していく上で不安な点

地球温暖化による異常気象の頻発

✓飼料や肥料、燃料などの価格の高騰

✓輸入食料の価格の高騰

✓鳥インフルエンザなどの家畜伝染病

✓輸出国による規制



温暖化 価格高騰



家畜伝染病 輸出禁止

農地や水、肥料も使える量は限られているから、このままでは何れ足りなくなると言われているよ。



### みんなで考えよう

日本はこれまで、世界中から食べ物を大量に買ってきましたが、近年では豊かな国が増え、他の国が買う食料の量も増えています。また、日本は食料や燃料、肥料などの資材を外国からの輸入に頼っているため、外国での異常気象や国際情勢などの影響を受けやすくなっています。

これからも安定して食べ物を確保していくためには、どんなことが必要かみんなで話し合ってみましょう。



## 2. 国産の材料で作ってみたら？

・足りない材料は何だろう

皮（小麦粉）

肉（豚ひき肉）

コショウ

油

（日本の生産率が低いものや家畜の餌の輸入量が多いことが考えられる）

・理由

日本の気候では小麦や油、コショウを育てるのに適しておらず、畜産は家畜の餌を用意することが難しいため国産の材料で作ることが難しい

## 3. 国産材料×石川のオリジナル餃子を 考えてみよう

国産で用意することが難しい食材の代わりに違う国産の材料に変える

皮

小麦粉→米粉

肉（豚ひき肉）

家畜の餌を変える

→お米を食べさせて育てる（鶏など餌をお米にして鶏肉を使った餃子にする）

餌を給食の残飯にしてみる



## 3. 国産材料×石川のオリジナル餃子を 考えてみよう

国産で用意することが難しい食材の代わりに違う国産の材料に変える

コショウ

肉を違う食材に変えるのであればオリジナルの餃子には必要ないかもしれない

コショウ→からし（二塚からしな種(からしの原材料)を使用し、辛さなどの種類を変える)

油

地中熱を利用して能登など油を栽培することが困難な地域での栽培を可能にし、油の生産率を上げる  
(石川県立大学の百瀬先生の研究であるヒートパイプを利用したオリーブオイルの生産)

## 3. 国産材料×石川のオリジナル餃子を 考えてみよう

お肉の代わりに違う食材を使用することで石川のオリジナル餃子を作る

加賀レンコン

歯ごたえを楽しめる餃子にする

レンコンを大量に使用することで「レンコンデカ盛り餃子」などの話題性を高める

たけのこ

歯ごたえや季節感を楽しめる餃子にする

季節感を楽しむことによって餃子に飽きることがないようにする

## 3. 国産材料×石川のオリジナル餃子を考えてみよう

お肉の代わりに違う食材を使用することで石川のオリジナル餃子を作る

宇津木赤皮甘栗かぼちゃ

甘い餃子を作ることでお子様にも食べやすい餃子にする

ご飯というよりもお菓子のようない餃子にする（新感覚のデザート）

黄色の餃子にすることでインスタ映えなどSNSに映える餃子にする

魚介類

魚介類をミンチにして使用し、お肉の代わりに弾力のある餃子にする

## 4. 販売戦略



誰をターゲットにする？



どうやって売る？



名前は？



キャッチコピーは？

## 4. 販売戦略

---

### • ターゲット

Z世代 (18歳から20代前半)

### • 売る場所

飲食店とのコラボ

スーパーマーケット (お惣菜など)

### • 宣伝の仕方

国産やSDGSであることをアピールする

インスタなどで#SDGS (ハッシュタグをつけてみる)

YouTubebar (食レポや時事問題を取り上げている方) とコラボ

## 4. 販売戦略

---

### • 名前

農家さん応援餃子 持続可能な餃子 国産100%餃子 SDGS餃子

### • キャッチコピー

餃子を食べてSDGS 餃子を食べて農家さんを応援しよう

あなたの消費によって農家さんを救うことができます

(一人一人の消費行動によって農家さんを救う、日本の将来のためになることが伝わるようなキャッチコピーにする)

## 5. 取組で 気付いたこと

今回の活動で自分の消費行動が農家さんや日本の未来にかかわってくるのだと実感しました。今までは何気なく食べている食材はどのように、誰が作ったのかを考えることはあまりできていませんでしたが、今後はそれらを意識して消費していきたいと考えました。

私たちに  
できること  
は何だろう

•この先も美味しい餃子を食べていくためには何が必要だろう？

どこで作られた食材なのかをもっと知り、日本の農家さんを応援できるような、支持できるような消費行動をとること。