



食料事情をめぐる。

～豊かな「食」の未来のために、選ぶ。備える。考える。～



北陸農政局「消費者の部屋」

展示期間：令和8年1月5日(月)～1月30日(金)



【食料事情をめぐる。：朝ごはんから日本を考える。①】

朝ごはんから日本を考える。

未来につなぐ食のために
あなたは毎朝、何を食べますか？

あなたが普段から食べている朝ごはんを観察してみましょう。

食から日本を考える。
**NIPPON
FOOD
SHIFT**

【食料事情をめぐる。：朝ごはんから日本を考える。②】



【食料事情をめぐる。：朝ごはんから日本を考える。③】



ご飯

北陸各県のコメ新品種

都道府県名	主な品種	新品種
新潟県	コシヒカリ こしいびき ゆきん子舞	新之助 (しんのすけ) 大粒で綺麗な艶。粒感があってほぐれやすいが、粘りも強く、冷めても硬くなり にくく、香りの良さと甘み・コク、味の厚みが豊潤なおいしさを醸し出すお米。 高湿耐性に優れた晩生品種。 (令和6年度米)生産量 25,190t。 (県シェア 6.0%)
富山県	コシヒカリ てんたかく てんこもり	富富富 (ふふふ) 粒揃いが良く、きわだつ旨みと甘み。炊き上がりの香りと一粒一粒の艶の良さな ど、豊かな旨みの広がるお米。 高湿耐性に優れた中生品種。 (令和6年度米)生産量 10,430t。 (県シェア 8.5%)
石川県	コシヒカリ ゆめぴりか 能登ひかり	ひやくまん穀 大粒で、味わい・食感ともに食べごたえがあり、粒感・粘りの絶妙なバランスが とれ、時間が経っても硬さや粘りの変化が少なく、冷めても美味しいお米。 コシヒカリに比べて2週間ほど収穫が遅い晩生品種。 (令和6年度米)生産量 10,780t。 (県シェア 13.5%)
福井県	コシヒカリ ハナエチゼン あきさかり	いちほまれ コシヒカリを超える米として「前のような白さと艶」「口に広がる優しい甘さ」、 「粒感と粘りの最高の調和」との評価があるバランスの良いお米。 いもち病の低抵抗性遺伝子を持ち、高湿耐性に優れた晩生品種。 (令和6年度米)生産量 8,553t。 (県シェア 10.8%)

◎近年、良食味で栽培のしやすい品種の育成やブランド化が全国各地で盛んにおこなわれています。

◎北陸地域でも、今までの品種に比べ優れた特徴を持った新品種が発表されました。

より良い未来に向けたフードアクション



◎JAXA認定のベンチャー企業「天地人」(東京)、米卸業「神明」(東京)、農業IT企業「笑農和」(富山)の3社は共同で、人工衛星が観測したデータを活かし、気候変動に対応できる米作りへの挑戦をしています。

◎データを活用し、稲作の条件に合った土地を割り出し、早生で多収のオリジナル品種を作付け、IoTシステムにより田んぼの水の温度や量を自動で調整した米作りです。

◎この結果、猛暑にもかかわらず色や形などの見た目最高評価の「I等米」の収穫に成功しています。

出展：北陸農政局「北陸農業の概要(令和7年7月)」
ニッポンフードソフトHP



みそ汁



【太子食品工業株式会社】

太子食品工業(株)では、豆腐を手軽に楽しめる新しい商品として国産大豆を使った豆腐バーを2023年2月に発売。2024年3月には大豆原料を100%国産にし、さらに美味しく進化しリニューアル。



【マルコメ株式会社】

マルコメ(株)では、国産大豆の利用拡大に向けた取り組みとして、2023年から基幹商品である「純美人」の大豆原料を100%国産に切り替えるとともに、大豆ミートについても100%国産大豆の商品を製造・販売。



◎味噌、豆腐については、国産大豆へのニーズもあることから、国産大豆の使用を売りにした商品も販売されています。

◎味噌の国産比率は17%、豆腐の国産比率は31%となっています。今後、国産使用の増加が期待されています。

より良い未来に向けたフードアクション



◎和歌山市にあるめぐみと森のようちえんでは、月に2度「おみそ汁の日」を実施しています。

◎この「おみそ汁の日」は、食育活動、人が集まって話す場作り、食材のサルベージ(捨てられる寸前の食品を回収し、有効に活用すること)など、さまざまな役割があります。

◎この「おみそ汁の日」では、各家庭から食材を集めることで、食品ロス削減、や普段口にしない食材を楽しめるなどの利点があります。

出展：農林水産省「大豆をめぐる事情(令和7年12月)」
ニッポンフードソフトHP



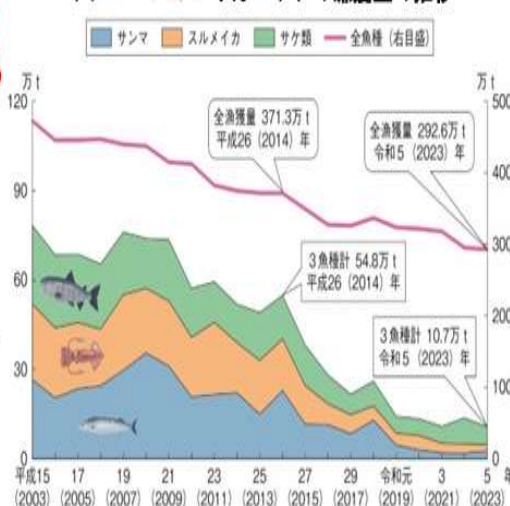
【食料事情をめぐる。：朝ごはんから日本を考える。④】



焼き魚

- ◎近年、気候変動の進行により、海洋等において急速な変化が起こっています。
- ◎日本の食卓で親しまれている魚種においても不漁が長期化しています。

サンマ・スルメイカ・サケの漁獲量の推移



より良い未来に向けたフードアクション



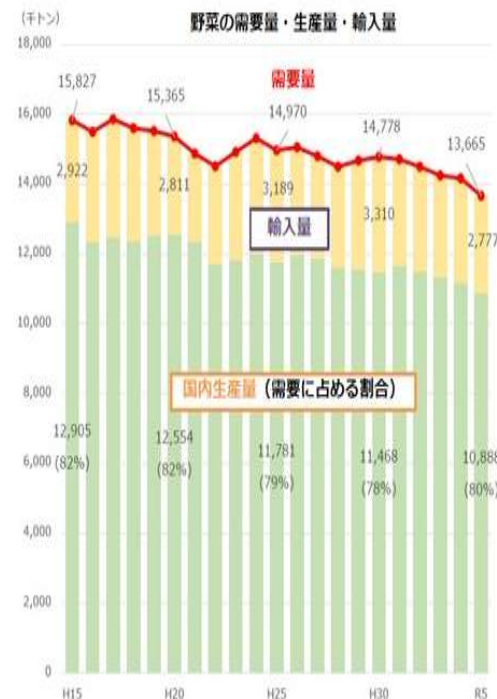
- ◎愛媛県はタイやブリの養殖が盛んです。そして全国有数の柑橘類の生産県でもあります。
- ◎愛媛県宇和島では、ミカンジュースにする際、捨てられていた搾りかすをブリのエサとして育てた「みかんブリ」を商品化しました。
- ◎みかんのポリフェノール効果で鮮度が保持されるだけでなく、柑橘香が魚に移り、生臭さが消え、魚が苦手な人でも「おいしい」と食べられるようになりました。

出展: 水産庁「令和6年度 水産白書」
ニッポンフードシフトHP



漬物

- ◎漬物の原料である野菜の需要量は約20年間で1割程度減少。
- ◎需要量のうち国産の割合は約8割。
- ◎野菜の需要は家計消費から加工・業務用に徐々にシフトしており、ライフスタイルの変化の影響が見られます。



より良い未来に向けたフードアクション

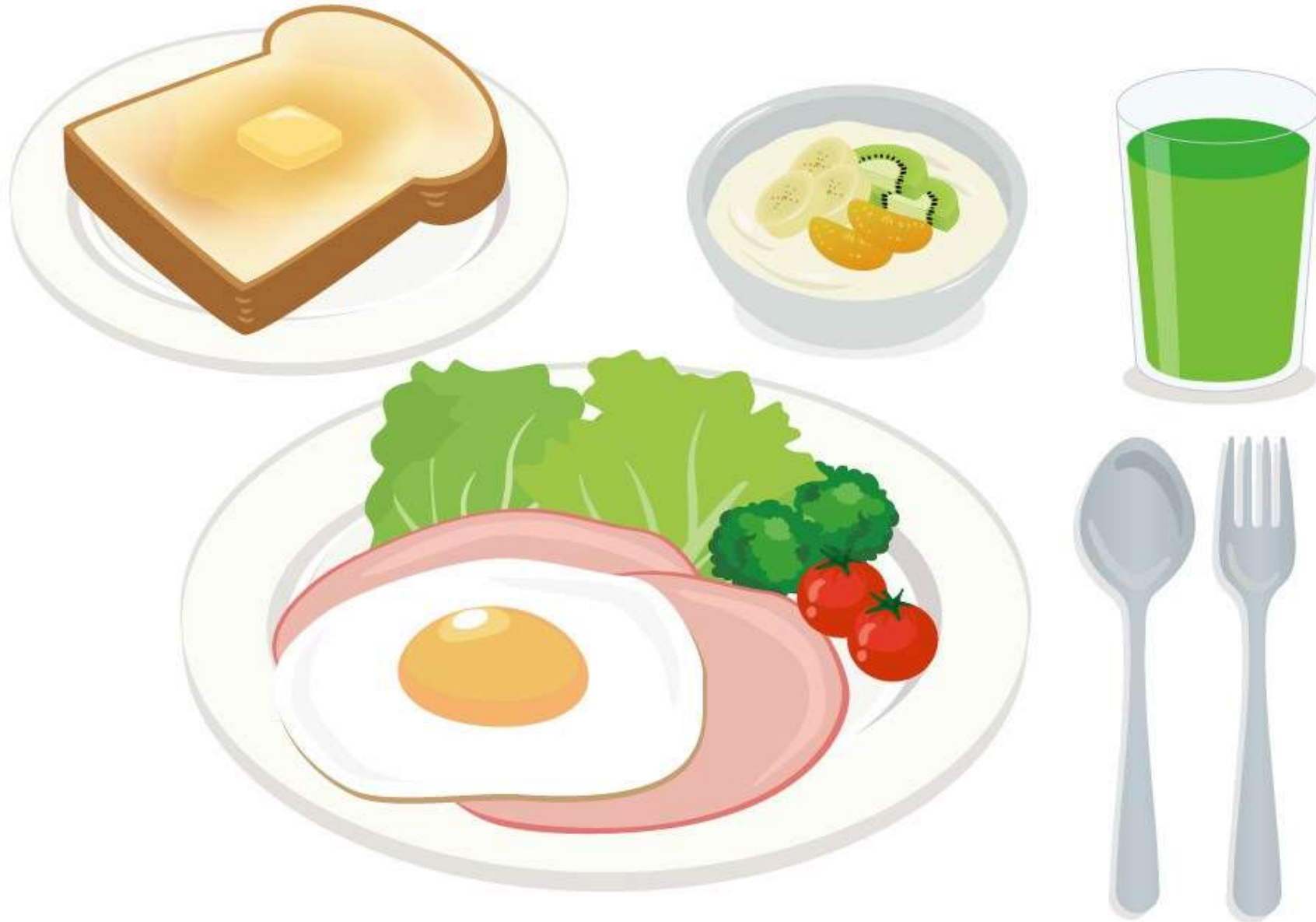


- ◎ニッポンフードシフト推進パートナーである株式会社ベルグリーンワイズでは、青果物の鮮度保持の研究や高鮮度保持袋「オーラパック」などの機能性包装資材の企画・製造・販売事業を行っています。
- ◎鮮度保持袋を使うことで美味しく食べられる期間が少しでも長ければ、結果的にフードロス削減につながります。

出展: 農林水産省「野菜をめぐる情勢(令和7年10月)」
ニッポンフードシフトHP



【食料事情をめぐる。：朝ごはんから日本を考える。⑤】

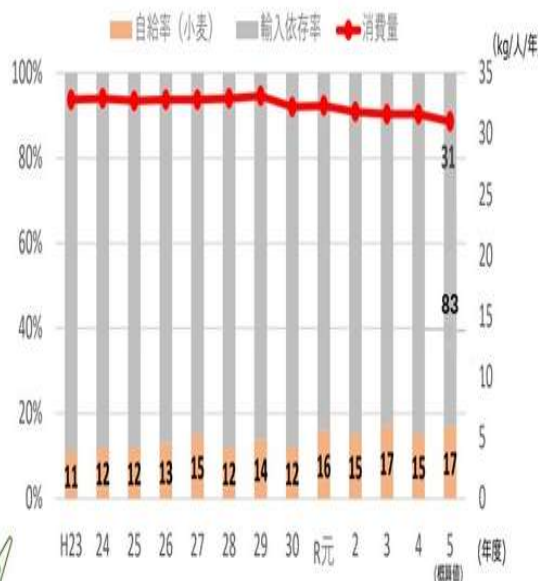


【食料事情をめぐる。：朝ごはんから日本を考える。⑥】



パン

小麦の自給率と消費量の推移



◎令和4年度の小麦の食料自給率は15%。
◎年間消費量の約8割を外国産が占めています。

より良い未来に向けたフードアクション

国産小麦を使用した商品



・国産小麦「ゆめちから」や「きたほなみ」を使用した菓子パンと食パン。

・某全国チェーンの飲食店において、原料となる小麦粉を100%国産に切り替えた餃子と麺類を提供。

◎近年品種改良が進み、パン・中華麺用小麦の作付比率が上昇しており、国産麦の使用が進んでいます。

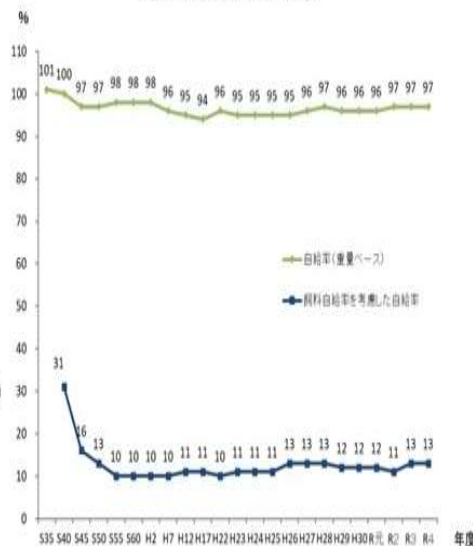
◎また、円安の傾向が続く近年において、外国産の麦に代替するものとして、国産米粉の注目も高まっています。

出展：農林水産省「麦の生産をめぐる事情(令和7年12月)」
ニッポンフードシフトHP



目玉焼き

鶏卵の自給率の推移



資料：農林水産省「食料需給表」
注：R4年度は概算値。

より良い未来に向けたフードアクション



◎高知県特産の地鶏「土佐ジロー」は、県が作出した卵肉兼用のF1種(一代交雑)です。

◎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すが、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。

出展：農林水産省「鶏卵に関する資料」
ニッポンフードシフトHP

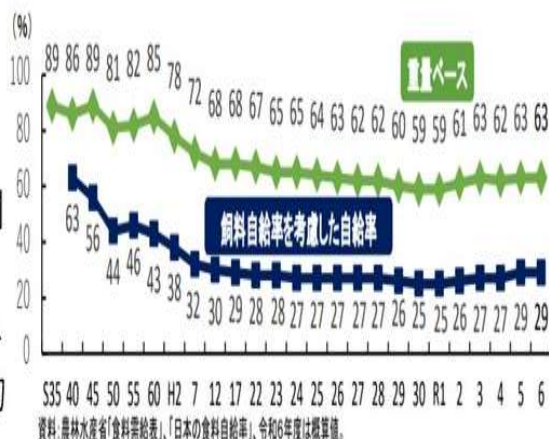


【食料事情をめぐる。：朝ごはんから日本を考える。⑦】



ヨーグルト

牛乳乳製品の自給率の推移



- ◎牛乳乳製品の自給率(重量ベース)は約6割で横ばいで推移しています。
- ◎飼料自給率とは、畜産物に仕向けられる飼料が国内でどの程度賄われているかを示す指標です。そのことをふまえると、自給率は約3割です。

より良い未来に向けたフードアクション



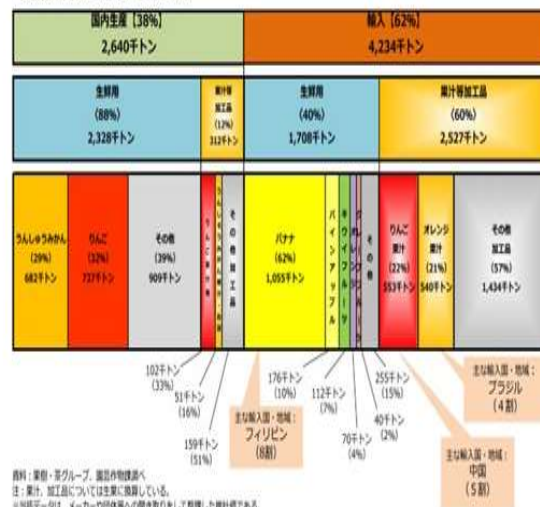
- ◎北海道津別町では、日本で初めて有機畜産による有機牛乳の生産に成功しました。
- ◎有機畜産とは、農薬や化学肥料を使わない草場で栽培された飼料を食べる家畜を、定められた方法で生産することです。
- ◎2006年に日本で初めて有機畜産物の認定を取得し、オーガニック牛乳と認められました。

出展：農林水産省「畜産・酪農をめぐる情勢(令和7年11月)」
ニッポンフードシフトHP



スムージー

◎果実の需給構造(令和4年(推計))



- ◎スムージーの原料である果物は、国産品は約4割です。
- ◎国内生産のうち約9割が生鮮用として供給されています。

より良い未来に向けたフードアクション



みる × えらべる = みえるらべる
みえるらべる

- ◎果樹や野菜など23品目を対象に温室効果ガスの削減や生物多様性の保全など、環境負荷を減らす農業に取り組んでいることを、農産物やこれを原料とした加工品に等級ラベル「みえるらべる」で表示できる制度が始まりました。
- ◎この制度は環境にやさしい農業で生産された農産物を消費者が選択できる仕組みとなっています。

出展：農林水産省「果樹をめぐる情勢(令和7年11月)」
ニッポンフードシフトHP



【食料事情をめぐる。：FOOD SHIFTセレクション①】



改正食料・農業・農村基本法の理念

- (1)食料の安定供給の確保
- (2)農業の有する多面的機能の発揮
- (3)農業の持続的な発展
- (4)その基盤としての農村の振興

2025年度から、改正食料・農業・農村基本法の理念に則した優良な産品を発掘するコンテストが始まりました。

「最優秀賞」・「優秀賞」を受賞した
北陸農政局管内の産品をご紹介します！



部門 01 地産地消または国産農林水産物の消費拡大に寄与する
農林水産物・加工食品等の産品

かね七株式会社 「水橋産ほたるいか沖漬」 (富山県富山市)

商品の特徴

富山市水橋の漁師さんが獲ってきた「ほたるいか」をしょうゆなどで味付け調味熟成した「ほたるいかの沖漬」です。ほたるいかを獲ってきた漁師さんたちの顔が浮かぶ商品です。



🍷🍷🍷🍷🍷🍷 販売店 🍷🍷🍷🍷🍷🍷

大阪屋ショップ(富山他)、呉羽PA上り売店、
平和堂アルプラザ銘店(富山店、小杉店)、
有磯海SA上り売店、富山駅とやマルシェ北水、他

出展：ニッポンフードHP「FOOD SHIFTセレクション」



【食料事情をめぐる。：FOOD SHIFTセレクション②】



部門
01 地産地消または国産農林水産物の消費拡大に寄与する
農林水産物・加工食品等の産品

加賀味噌食品工業協業組合 「ひやくまん穀味噌」 (石川県白山市)

商品の特徴

本商品は、石川県が9年の歳月を経て
生み出したブランド米「ひやくまん穀(石
川県産)」と石川県産大豆を使って仕込
んだ加賀みそです。粒の大きい「ひやくま
ん穀」を使用しており、米麴の風味をは
じめ、しっかりとした味わいが特徴です。



販売店

マルエー、どんたく、アルビス、北野エース、
石川県内スーパー各社

出展：ニッポンフードHP「FOOD SHIFTセレクション」



部門
01 地産地消または国産農林水産物の消費拡大に寄与する
農林水産物・加工食品等の産品

株式会社金沢錦 「割烹総菜 金沢おばんざいセット6品入」 (石川県金沢市)

商品の特徴

地元金沢などを中心に作られる厳選の原
材料を使用して、伝統的で家庭的なクラフト
そうざいを手作業で作っています。できる限
りシンプルに原材料を使用し、素材本来の
味や旨味を存分に活かしたやさしい味に仕
上げています。



販売店

ビオセボンジャパン各店舗、ムスブビガーデン各店舗、
たべるとくらすとオンラインモール、
産直アウルオンラインモール、自社ECサイト

出展：ニッポンフードHP「FOOD SHIFTセレクション」



【食料事情をめぐる。：FOOD SHIFTセレクション③】



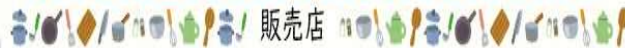
部門
01 地産地消または国産農林水産物の消費拡大に寄与する
農林水産物・加工食品等の産品

株式会社デキタ 「和食に合う粒マスタード」 (福井県若狭町)



商品の特徵

山内かぶらの種を使用しており、後味にほんのりとしたかぶの風味とやさしい辛さが広がります。山内かぶらは100年以上前から若狭町山内で細々と栽培されてきたGI認証も受ける伝統野菜のかぶです。また、調味液には若狭町産の梅酢を使用しています。



販売店

無添加商店 尾条 三重VISON店、だし尾条 麻布台ヒルズ店、京都錦 田邊屋、ふくい食の國291、道の駅南えちぜん山海里、道の駅若狭美浜はまびより、道の駅三方五湖、道の駅若狭熊川宿、道の駅若狭おばま、八百熊川フロント

出展：ニッポンフードHP「FOOD SHIFTセレクション」



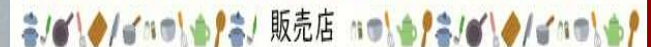
部門
01 地産地消または国産農林水産物の消費拡大に寄与する
農林水産物・加工食品等の産品

有限会社 いまい 「千夜の軌跡 福珠」 (福井県高浜町)



商品の特徵

この商品は、ふぐの卵巣の粕漬けです。天然ふぐの卵巣を、2年塩漬けて毒を抜き丁寧に水洗いをした後、天日で乾かします。そこからさらに福井の銘酒「梵」の純米大吟醸の酒粕に1年漬けて味をしみ込ませています。原材料は卵巣・酒粕・塩のみで、素材の味を最大限に引き出した逸品です。口当たりは柔らかく、噛むたびに酒粕の甘みが広がり、その奥に感じる塩味がより食欲を掻き立てます。



販売店

ふぐ料理五作荘 店頭販売、
ふぐ料理五作荘 ホームページ
(<https://fugu-gosaku.com/delivery.html>)

出展：ニッポンフードHP「FOOD SHIFTセレクション」



【食料事情をめぐる。：FOOD SHIFTセレクション④】



部門
02 みどりの食料システム戦略の推進に寄与する
農林水産物・加工食品等の産品

株式会社プラントフォーム「新潟チョウザメパスタソース」 (新潟県長岡市)



商品の特徵

アクアポニックス農法で育てた国産チョウザメを長岡特有の発酵調味料で熟成させた商品で、オリジナルブランドFISH VEGGIES (フィッシュベジ) の1つです。アクアポニックス農法とは、お魚の排泄物をバクテリアで分解して肥料化(液肥)し、それを養分として野菜を育て、その際野菜が天然の浄化装置の役割を果たし、綺麗になった水で再び魚を育てる循環型システムで、環境に優しい持続可能な未来の農業・養殖業による商品となっています。

※FISH VEGGIES: 人にも、環境にもやさしい、アクアポニックス農法で育てた無農薬・有機肥料のお野菜とお魚のブランド。

🍴🍴🍴🍴🍴🍴🍴🍴🍴🍴🍴🍴🍴🍴🍴🍴 販売店

新潟ばんしゅ館 新潟驛店、長岡店、湯沢店、吉乃川醸蔵、九州屋伊勢丹店、ピカリ産直お富さん、吉乃川ココロ新潟店 など

出展：ニッポンフードHP「FOOD SHIFTセレクション」



部門
02 みどりの食料システム戦略の推進に寄与する
農林水産物・加工食品等の産品

加賀味噌食品工業協業組合「有機加賀みそ300g」 (石川県白山市)



商品の特徵

国産の有機米と有機大豆を使用して仕込み、天然醸造でじっくりと熟成させた有機米みそです。大豆に比べて米麹を多く使用した十二割麹で仕込んでおり、上品で豊かな味わいが特徴です。

🍴🍴🍴🍴🍴🍴🍴🍴🍴🍴🍴🍴🍴🍴🍴🍴 販売店

コープ北陸

出展：ニッポンフードHP「FOOD SHIFTセレクション」



【食料事情をめぐる。：食料自給率について考える①】

食料自給率の長期的推移

- 食料自給率は、長期的に見ると、米の消費が減少する一方で畜産物や油脂類の消費が増大する等の食生活の変化により、低下傾向が続いてきたが、2000年代に入ってから概ね横ばい傾向で推移している。
- 令和6年度食料自給率は、カロリーベース食料自給率が38%、生産額ベース食料自給率が64%。

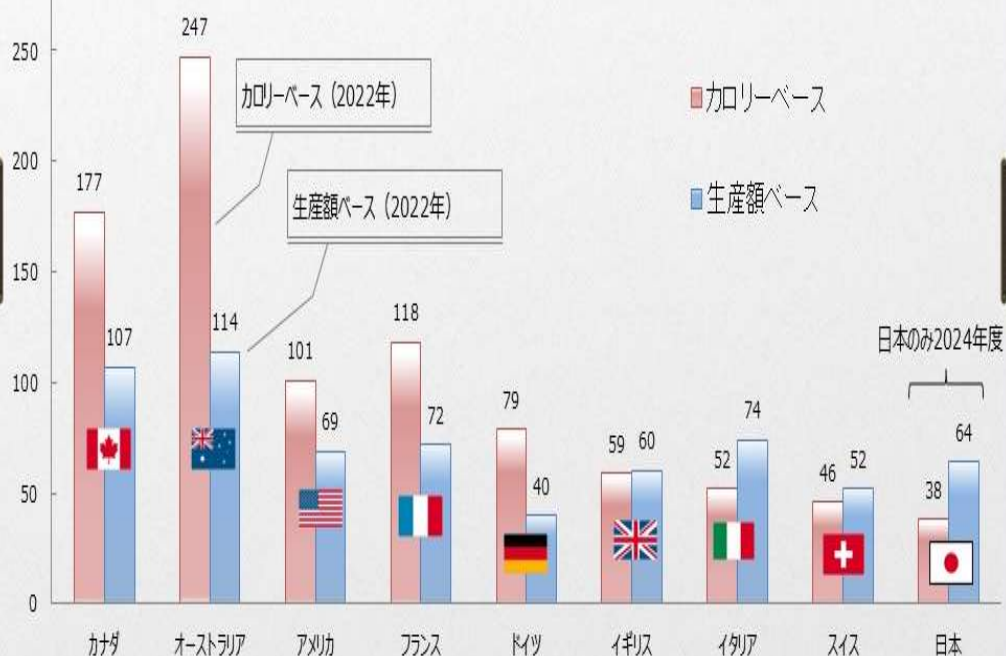


資料：農林水産省「我が国の食料事情について」を基に作成

我が国と諸外国の食料自給率(試算)

- 諸外国の食料自給率の試算値を比較すると、
 - ① カロリーベースについては、国内の消費人口が小さく、カロリーベースに寄与する穀物、油糧種子等の生産量が多いカナダ、オーストラリア等の国が上位に位置づけられる一方、
 - ② 生産額ベースについては、野菜・果実等の輸出量が多いイタリアがドイツ、イギリスを上回るなど、カロリーに比して価格の高い野菜・果実、畜産物の動向がより反映される傾向にあります。
- 我が国の食料自給率は、諸外国と比較すると、カロリーベース、生産額ベースともに低い水準にあります。

我が国と諸外国の食料自給率(2022年)



資料：農林水産省「食料需給表」、FAO「Food Balance Sheets」等を基に、カロリーベース食料自給率は農林水産省が東京大学デジタルオブザトリ研究推進機構と連携、生産額ベース食料自給率は農林水産省がEYSTレージー・アンド・コンサルティング株式会社に業務委託して試算（いずれもアルコール類等は含まない）。

注1：数値は暦年（日本のみ年度）。スイス（カロリーベース）及びイギリス（生産額ベース）については、各政府の公表値を掲載。

注2：畜産物及び加工品については、輸入飼料及び輸入原料を考慮して計算。

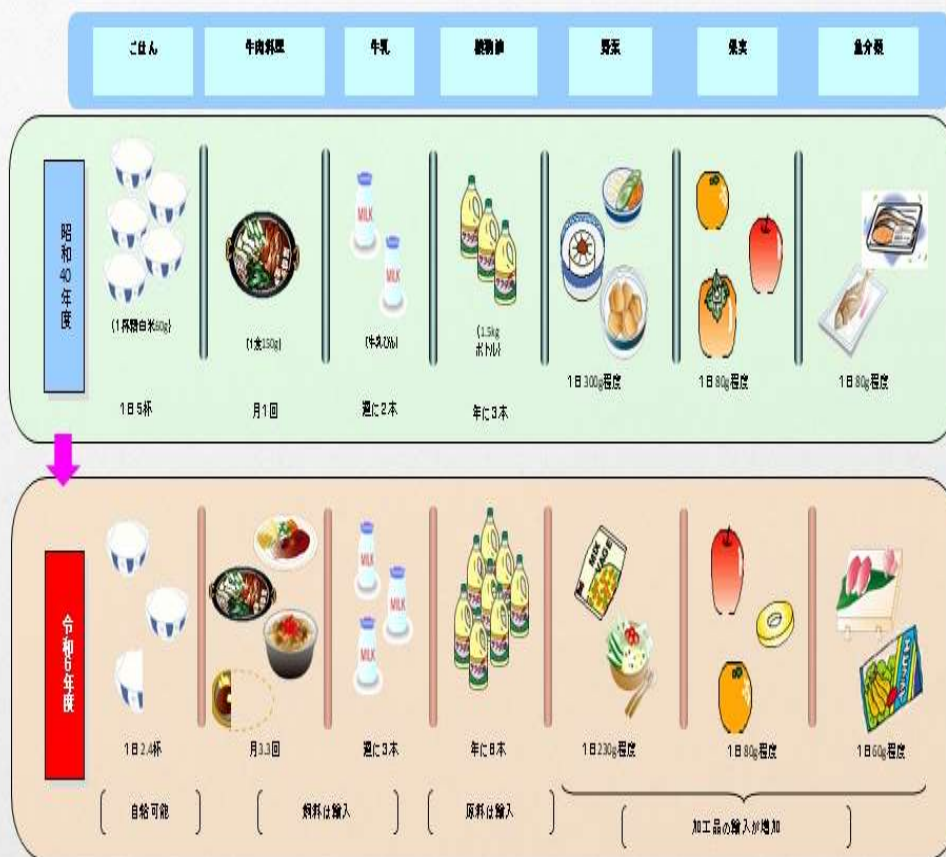
資料：農林水産省「我が国の食料事情について」を基に作成

【食料事情をめぐる。：食料自給率について考える②】

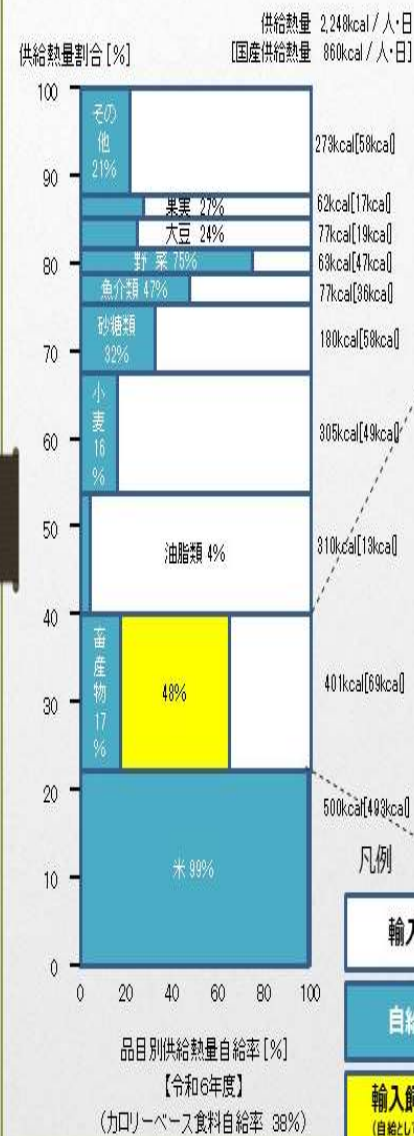
(参考)食生活の変化

- 我が国の食料消費は、時代とともに大きく変化。
- 食生活の変化により、米の消費が減少する一方で、肉類や油脂類の消費が増大。

■食生活の変化のイメージ(1人当たり消費量の変化)



令和6年度品目別供給カロリーベース食料自給率



食料自給率 (飼料自給率を反映)

畜産物の食料自給率
(カロリーベース)

17%



- ・国産飼料のみで生産可能な部分を厳密に評価できる。
- ・国産飼料の生産努力が反映される。

➤ 我が国の食料安全保障の状況を評価

食料国産率 (飼料自給率を反映しない)

畜産物の食料国産率
(カロリーベース)

65%



- ・需要に応じて増頭・増産を図る畜産農家の努力が反映される。
- ・日ごろ、国産畜産物を購入する消費者の実感と合う。

➤ 飼料が国産が輸入にかかわらず、畜産業の活動を反映し、国内生産の状況を評価

【食料事情をめぐる。：家庭備蓄について考える①】

家庭備蓄のすすめ

はじめよう！おうちで楽しく食品ストック

最低 **3** 日分、
できれば **7** 日分
月 火 水 木 金 土 日



要配慮者なら **2** 週間分
月 火 水 木 金 土 日
月 火 水 木 金 土 日

？ 備蓄食品を用意する際の分類のヒント！

備蓄食品は、大きく分けて「非常食」と「日常食品」の2種類があります。普段食べている食品を多めに買い置きするだけで、備蓄になるんです。これらをバランスよく備えることが大事です。

非常食

災害時の備えとして用意し
主に災害時に使用するもの

【非常食は、場面に応じて日常でも利用が可能】

日常食品



日常から使用し、かつ、
災害時にも使用するもの
【ローリングストック】



日頃からどんどん食べて
好みの味を探しましょう！



<http://www.maff.go.jp/j/zyukyu/foodstock/index.html>



SUSTAINABLE
DEVELOPMENT
GOALS

詳しくは農林水産省WEBサイトの
「家庭備蓄ポータル」で！

農林水産省 大臣官房政策課
食料安全保障室

<http://www.maff.go.jp/j/zyukyu/foodstock/index.html>

農林水産省

なぜ 食品の家庭備蓄が必要なの？

過去の経験によれば、災害発生からライフライン復旧まで1週間以上を要するケースが多くみられます。また、災害支援物資が3日以上到着しないことや、物流機能の停止によって、1週間はスーパーマーケットやコンビニなどで食品が手に入らないことが想定されます。

このため、**最低3日分～1週間分×人数分の食品の家庭備蓄**が望ましいといわれています。



自治体が作成するハザードマップなどを確認し、

お住まいの地域の状況に応じて2週間分など多めに備えることも大切です。

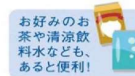
家庭備蓄の例

1週間分 / 大人2人の場合

必需品



水 2L×6本×4箱
※1人1日およそ3L程度
(飲料水+調理用水)



お好みのお茶や清涼飲料水なども、
あると便利！



カセットコンロ・
カセットボンベ×12本
※1人1週間およそ6本程度

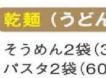
主食



米 2kg×2袋
※1袋消費したら1袋買い
足す(1人1食75g程度)



乾麺 (うどん・そば・そうめん・パスタ)
・そうめん2袋(300g/袋)
・パスタ2袋(600g/袋)



その他 (適宜)
・LL牛乳
・シリアルなど

主菜



レトルト食品
・牛丼の素、カレー等18個
・パスタソース6個



缶詰 (肉・魚)
・お好みのもの18缶

副菜



日持ちする野菜類
・たまねぎ、じゃがいも等



梅干し、のり、乾燥わかめ等



調味料
・砂糖、塩、しょうゆ、めんつゆ等

その他 (適宜)



野菜ジュース、果汁ジュース等



インスタントみそ汁や即席スープ



チョコレートやビスケット
などの菓子類も大事！

あなたの食生活別 選び方のヒント

- ・ 普段料理をする ▶ 常備菜・乾物がおすすめ：梅干し、缶詰、切り干し大根など。
- ・ 中食が多い ▶ 必需品+推奨備蓄食品：レトルト食品、フリーズドライ食品など。
- ・ 普段料理をしない ▶ 必需品+好きなもの：カップラーメン、菓子類、非常食など。

【食料事情をめぐる。：家庭備蓄について考える②】

備蓄食品の選び方

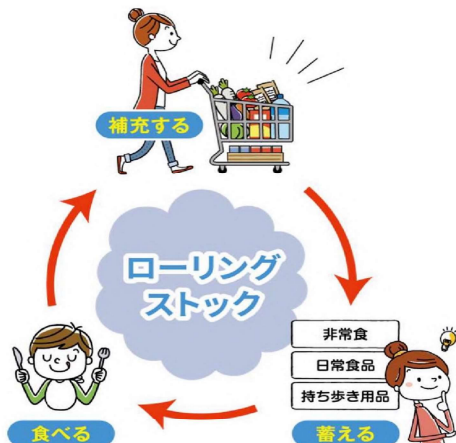
日頃から、栄養バランスや使い勝手を考えて各家庭に合った食品を選ぶことが大切です。

- 1 家庭にある食品をチェックしましょう。
- 2 栄養バランスを考え、家族の人数や好みに応じた備蓄内容・量を決定。
- 3 足りないものを買い足す。
- 4 賞味期限が切れる前に消費し、消費したものは買い足す。

簡単!「ローリングストック」



「ローリングストック」とは、普段の食品を少し多めに買い置きしておき、賞味期限を考えて古いものから消費し、消費した分を買い足すことで、常に一定量の食品が家庭で備蓄されている状態を保つための方法です。



ココがポイント

- ・費用、時間の面で、普段の買い物の範囲でできる
- ・買い置きのスペースを少し増やすだけで済む



備蓄の目安 = 家族の人数 × 最低3日分

※できれば1週間分を備えましょう

災害時に備えて、赤ちゃんや高齢者をはじめ配慮が必要な方のための食品備蓄を始めましょう

- ▶ **まず第一に水。**命を守るため、水を備えておくことは絶対に必要です。
そしてカセットコンロとカセットボンベ。
お湯を沸かせれば、温かい飲み物や食事が用意できます。
- ▶ 災害時には、物流機能の停滞により、特殊食品が手に入りにくくなるのが想定されます。平時から少なくとも2週間分を備蓄することが推奨されます。

要配慮者のための食品備蓄のポイント

乳幼児

- 粉ミルク
- 哺乳ビン
- 紙コップ、使い捨てスプーン
- 多めの飲料水



- レトルトなどの離乳食
- 好物の食品、飲み物



高齢者

- レトルトやアルファ米のおかゆ
- 缶詰・レトルト食品・フリーズドライ食品
- インスタントみそ汁、即席スープ等
- 食べ慣れた乾物

- 栄養補助食品
- 好物の食品、飲み物



食べる機能(かむこと・飲み込むこと)が弱くなった方

- やわらかいレトルトご飯
- レトルトなどのおかゆ
- スマイルケア食などのレトルト介護食品
- 缶詰・レトルト食品・フリーズドライ食品

- 栄養調整食品
- 好物の食品、飲み物



慢性疾患の方

- ① 代謝性疾患【糖尿病、脂質異常症(高脂血症)、高尿酸血症(痛風)】
 - ② 高血圧
- 一般の方と共通した備えで、献立を工夫



- ③ 腎臓病 → 低たんぱく、低カリウムのレトルト食品など、特殊食品を多めに備える

食物アレルギーの方(原因食物(アレルゲン)が含まれていない食品)

- アレルギー対応の粉ミルク
- アレルギー対応のレトルトなどの離乳食
- レトルトなどのおかゆやご飯食べ慣れた乾物
- 缶詰・レトルト食品・フリーズドライ食品
- 好物の食品、飲み物

注意

- 各食品の内容は購入時に原材料表示や食品メーカーのHPで必ず確認を行い、不明な点は各社に問い合わせましょう。
- 利用される方の原因物質(アレルゲン)が含まれていない食品を選びましょう。

【食料事情をめぐる。：家庭備蓄について考える③】



国産・地元のサステナブルな食材で 朝をもっと美味しく、もっと楽しく サステ鍋

あったかお鍋で食料自給率を考える

鍋は、地域や季節ごとに変わる食材を活かすことができ、調理が簡単で、家族や仲間とみんなで囲めて会話が弾む、日本の食文化に欠かせない料理です。

鍋に使われる野菜類は自給率の高い品目であり、野菜たっぷりの鍋は**食料自給率の向上**にもつながります。

さらに、農林水産省では、私たちの食を取り巻く課題を解決するアイデアが詰まった「サステ鍋」を提案します。

以下のテーマに取り組むことで、**もっと美味しく、もっと楽しく鍋を食べながら**解決できます。ぜひ、皆様一緒に考えてみませんか。

サステ鍋
例 01

日本全国の地域で採れた旬の食材を使用した地産地消の鍋



サステ鍋
例 02

有機農産物、みえるらべる※取得農産物などを使用した鍋



※みえるらべる：生産者の環境負荷低減の取組を星の数で表したラベル

サステ鍋
例 03

引き継がれてきた郷土の味やレシピを使用した鍋



サステ鍋
例 04

規格外野菜や賞味期限が近づいている食品などを使用した鍋



農林水産省



備蓄に適した食品の例