



北陸農政局「消費者の部屋」

展示期間：令和4年9月1日（木）～9月30日（金）

展示テーマ：【NIPPON FOOD SHIFT】

これからの食と農のあり方を考えてみませんか



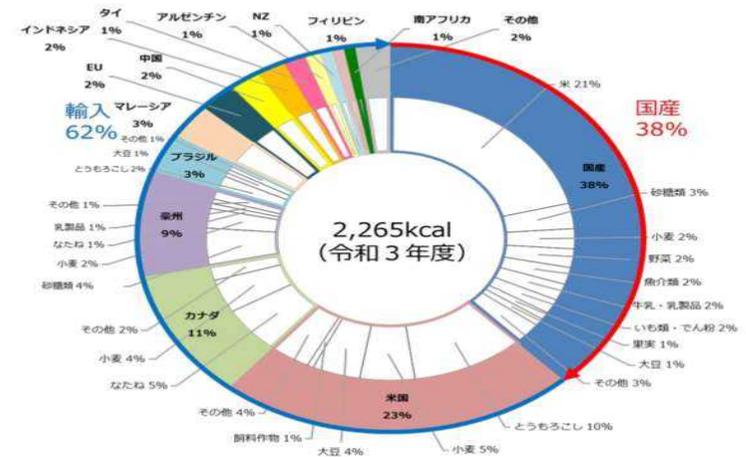
【NIPPON FOOD SHIFT】①

ニッポンの 現在の 食料事情。

供給カロリーの国別構成（試算）：令和3年度

- 我が国の食料供給は、国産（38%）と、米国（23%）、カナダ（11%）、豪州（9%）、ブラジル（3%）からの輸入で供給熱量の大部分（84%）を占めている。
- 我が国への輸出品目の多くは、自給率が100%を超えている。

我が国の供給カロリーの国別構成（試算）：令和3年度



- 注1：輸入熱量は供給熱量と国産熱量の差とし、輸出、在庫分は捨象した。
- 注2：主要品目の国・地域別の輸入熱量を、農林水産省「令和3年農林水産物輸出入概況」の各品目の国・地域毎の輸入量で按分して試算した。
- 注3：輸入飼料による畜産物の生産分は輸入熱量としており、この輸入熱量については、主な輸入飼料の国・地域毎の輸入量（TDN（可消化養分総量）換算）で按分した。

出典：令和3年度食料自給率・食料自給力指標について（令和4年8月農林水産省）



【NIPPON FOOD SHIFT】②

食料自給率はどれくらい？

消費される食料に対して、自分の国で作られた割合を表す数字を「食料自給率」といいます。生命と健康を維持するために必要なエネルギーで表したものを「カロリーベース食料自給率」、作られた食べものの価値をお金で表したものを「生産額ベース食料自給率」といいます。

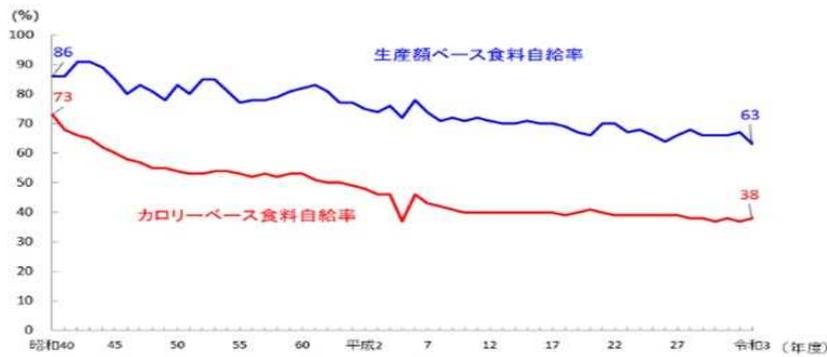


日本の食料自給率は諸外国と比べて低いんだ。

資料：農林水産省「食料需給表」等

令和3年度食料自給率はカロリーベースで38%、生産額ベースで63%

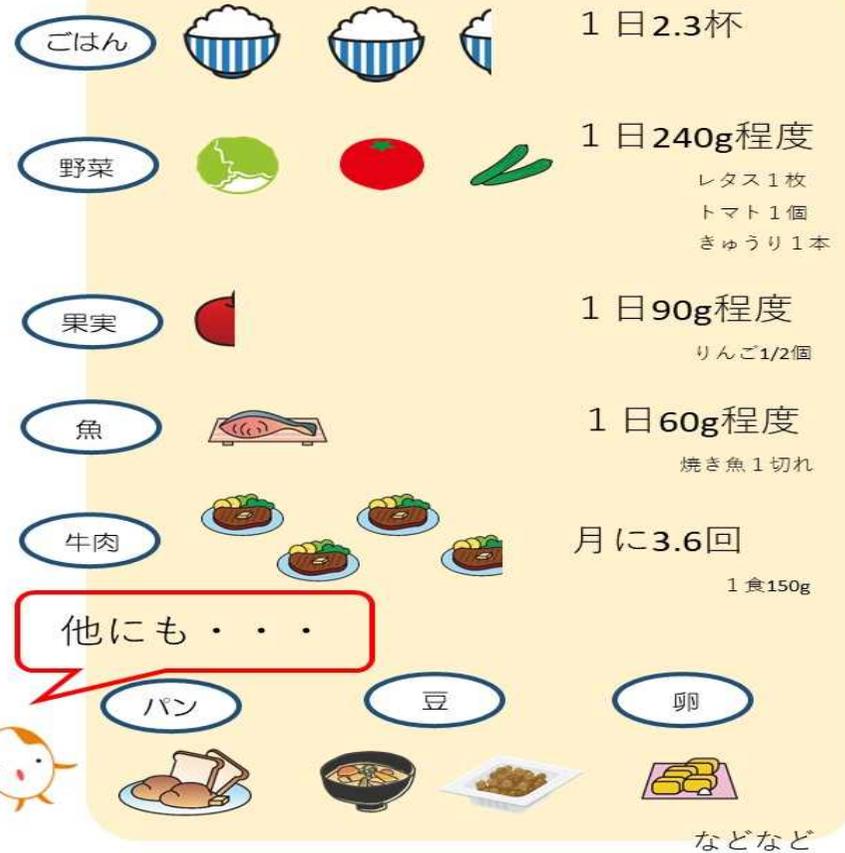
昭和40年度以降の食料自給率



資料：農林水産省HPより

私たちは、毎日どのようなものを食べているだろう？

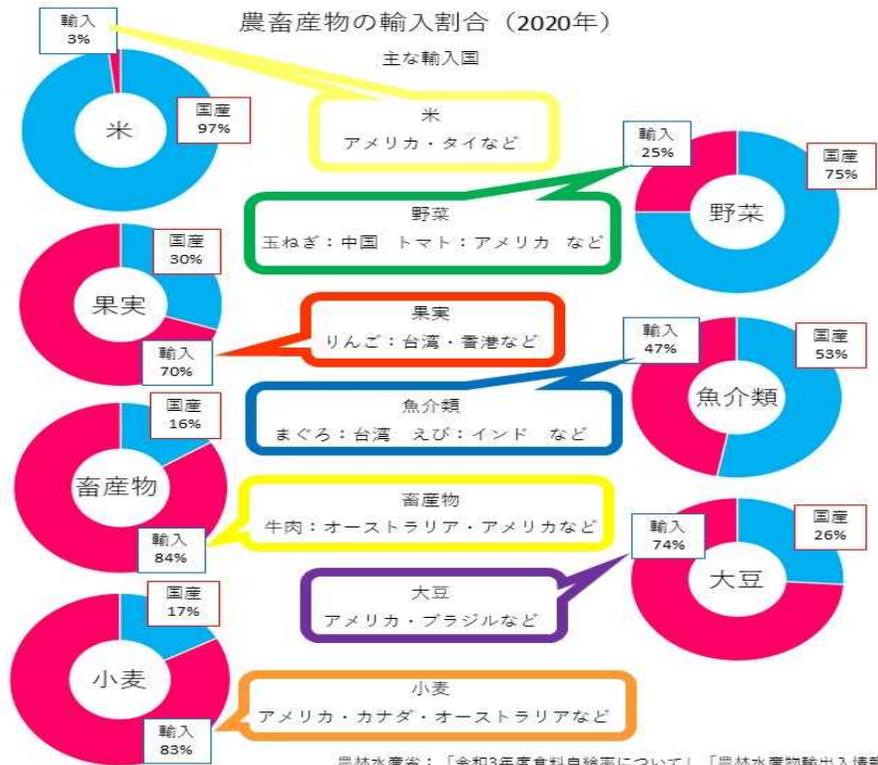
<主な食べ物の食べる量 (2020年度)>



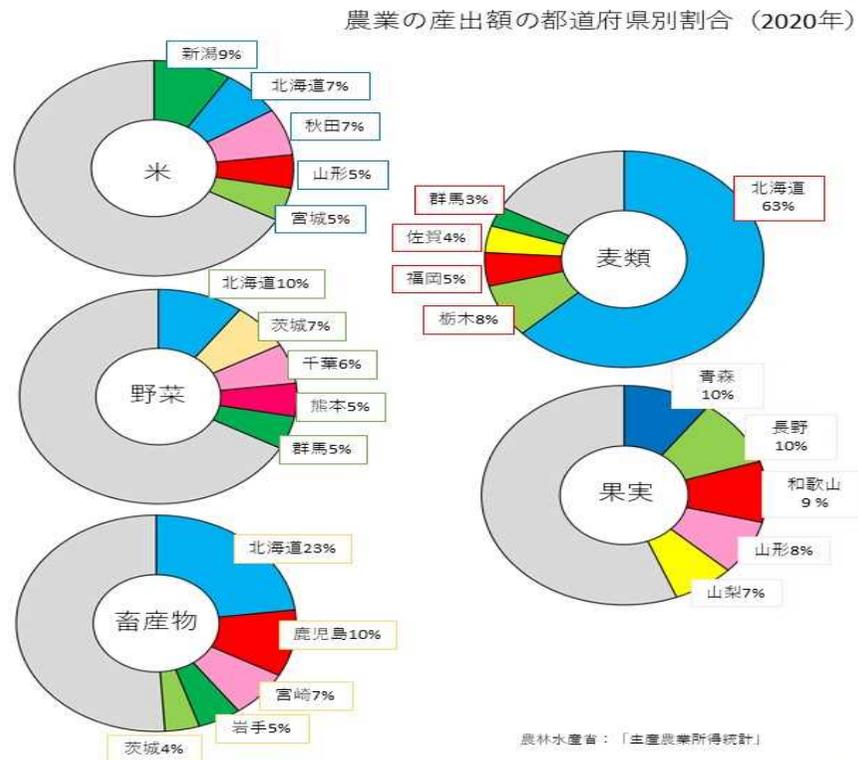
(出典) 農林水産省：「ジュニア農林水産白書2022版」

【NIPPON FOOD SHIFT】③

食べるものはどこからきているのだろう



全国各地でどのような農畜産物が生産されているのだろう？



米が北海道、東北、新潟県で生産量が多いのは、寒いところでもできる品種改良や栽培技術が向上したことや、昼の気温と夜の気温の差が大きいことが稲の生育により条件となっているためです。

ジャガイモが北海道で生産が多いのは、原産地の気候風土に似ていることから、盛んに栽培されるようになったためです。ピーマンが茨城県で生産が多いのは、温暖で水はけのよい土壌に恵まれるとともに、首都圏に近く輸送が便利のためです。

りんごが青森県や長野県で生産が多いのは、平均気温が低いことが栽培に適しているためです。みかんが和歌山県で生産が多いのは、日当たりがよく温暖な気候に恵まれているためです。

酪農が北海道で盛んなのは、広い土地で乳牛のえさとなる牧草などを多く生産できることや、北海道は暑さに弱い牛にとって住みやすいためです。

(出典) 農林水産省：「ジュニア農林水産白書2022版」

生鮮食品

加工食品

～食品の産地表示について～

お店で売られている食品には、生鮮食品であれば「産地」が表示されています。加工食品であればその製品が製造された場所や、原材料の原産地が表示されています。*

買った物をする時に、どこの国や地域で作られたものか見てみましょう！

※加工食品の原料原産地表示は、令和4年4月から完全に義務付けられました。

(出典) 農林水産省：「ジュニア農林水産白書2022版」

【NIPPON FOOD SHIFT】④

これから外国から食べものを買われ続けるのかな？

世界では、人口の増加（2021年の79億人が2050年には97億人※）などで必要な食料の量が増える一方、食料の生産を増やしていくことについて不安な点があります。

※国連「World Population Prospects: The 2019」

消費量は増える

- 世界の人口増加
- 経済発展した中国などで肉類や油脂類の消費が増加



生産を増や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
- 砂漠化の進行
- 水不足
- 鳥インフルエンザなどの家畜伝染病



食料の生産を増やすためには限られた農地を有効に使うことが大切だね。

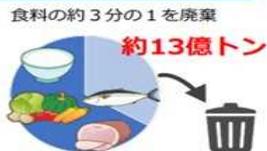
【関連ページ】
食料・農業・農村白書
第1章第2節



～食品ロスについて～

世界の食料廃棄量は年間約13億トンであり、人の消費のために生産された食料の約3分の1が廃棄されています。その中、飢えや栄養不足で苦しんでいる人々は約7.7億人いると推計されています。

世界の食料廃棄の状況



日本でも食料が捨てられている

日本国民1人当たり食品ロス量
1日 113g
※茶碗1杯のごはんの量に近い量



食品に表示されている「賞味期限」は、おいしく食べられる期限だよ。その期限を過ぎたからといってすぐに食べられなくなるわけではないよ！



【関連ページ】
食料・農業・農村白書
第1章第4節



みんなでどんな取組ができるかな？

みんなが国産の農産物を選ぶと、国内での生産が増えて食料自給率は向上します。

ごはんを1日にもうひとつ（14g）食べる



国産米粉パンを月にもう約6枚（390g）食べる



食料自給率の1%に相当するもの

国産大豆100%使用の豆腐を月にもう約2丁（563g）食べる



国産小麦100%使用のうどんを月にもう約2玉（600g）食べる



農業の持つ役割を理解して、みんなで国産の農産物を選ぶことが大事だよ。

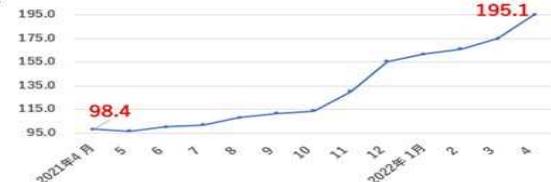
最近、食品が高くなっていると感じることはありますか？

たまねぎ価格約2倍！

その原因は！？



たまねぎの消費者物価指数(R2=100)



資料：消費者物価指数（令和6年4月）

北海道(出荷量1位)

佐賀・兵庫(出荷量2、3位)

1. 例年夏ごろから翌年の春まで貯蔵して出荷しているが、高温・少雨により不作

2. 例年続く春先から出荷が始まるが、多雨により生育が遅れた。



産地のリレーがうまくいかず

フライドポテトが消えちゃった！？

ファストフード店でポテトの販売が停止



買えないよ

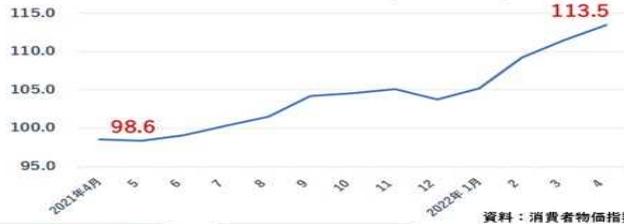
どうして？

コロナ渦で外国からの物流が止まってしまったんだ...

【NIPPON FOOD SHIFT】⑤

小麦粉が高い！

小麦粉の消費者物価指数(R2=100)



資料：消費者物価指数（令和4年4月）



こんなにたくさん原因があるんだね！

資料：農林水産省輸入小麦の政府売渡価格について

サケの値段が上がる！？

サケの消費者物価指数(R2=100)



資料：消費者物価指数（令和4年4月）

回転寿司が100円じゃなくなる！？

人気者『サーモン』

私はどこからきたのでしょうか



出典：財務省貿易統計等

我が国における主要穀物等の輸入状況

- 農産物は、生産量に占める輸出品の割合が比較的 low、多くを自国の食料として消費しています。
- 小麦、とうもろこし、大豆は、主要生産国で世界総輸出品の約8～9割を占めています。
- 小麦、とうもろこしは主要輸出国が多様化していますが、大豆はブラジル・米国の2か国が大半を占めています。
- 国内生産では国内需要を満たすことができない品目は、品目ごとの国際需給及び価格の動向を踏まえた安定的な輸入や備蓄を通じて、国内への安定供給を図っています。

我が国の品目別輸入状況

国内消費（令和4年度）



輸入内訳（令和3年度）



注1：主な用途は、小麦は食糧用、とうもろこしは飼料用、大豆は油糧用である。
 注2：国内消費は、農林水産省「食料需給表」（令和2年度）、国産とうもろこし（飼料用のみ）の値は農林水産省調べ（令和2年度）。
 注3：輸入内訳は、財務省「貿易統計」（2023年）を基に農林水産省にて作成。
 注4：小売点以下卸輸入のため、合計値が合わない場合がある。
 注5：単純化のため輸出、在留分は除き、国内消費＝国内生産＋輸入と仮定。
 注6：国内消費における国産、輸入については、食料自給率算定方法に依り、加工品も原料換算して含めた（例：ビスケットに含まれる小麦分を小麦としてカウント）値としている一方、輸入内訳については、加工品の原料分は含まない値である。

【NIPPON FOOD SHIFT】⑥

どうする？
何か変えないといけない？
何を变える？
どうやって変える？
誰が変える？
国？農林水産業関係者？
それとも...？

食から日本を考える。

NIPPON FOOD SHIFT

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。

「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。
今こそ、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、
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。

【NIPPON FOOD SHIFT】⑧



石川県 加賀市 加賀市 加賀市

食から日本を考える。
NIPPON FOOD SHIFT

有限会社たけもと農場 / 松井 悠さん

石川県から、ニッポンフードシフト。

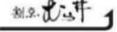


石川県 加賀市 加賀市 加賀市

ニッポンフードシフトが始まっています
「食は人を育み、生活をかたちとし、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活す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かあるべきか、私たちが真摯に向き合っていかなければなりません。食料の生産から消費までの一連の過程を、消費者と生産者の間に寄り添った形でつなぐことが、食のあり方を考える機会にはないでしょうか。消費者、生産者、食品関連事業者、日本の食を支える人々と行おう。一歩として、考え、議論し、行動する。国民運動「ニッポンフードシフト」が実行中です。

企画制作 全国新聞社

私たちが
ニッポンフードシフト。



農林水産省



石川県 加賀市 加賀市 加賀市

食から日本を考える。
NIPPON FOOD SHIFT

株式会社 ef(エフ) / 伊藤 美音さん(左)・伊藤 彩華さん(中央)・伊藤 優希さん(右)

福井県から、ニッポンフードシフト。

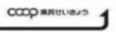


石川県 加賀市 加賀市 加賀市

ニッポンフードシフトが始まっています
「食は人を育み、生活をかたちとし、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活す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かあるべきか、私たちが真摯に向き合っていかなければなりません。食料の生産から消費までの一連の過程を、消費者と生産者の間に寄り添った形でつなぐことが、食のあり方を考える機会にはないでしょうか。消費者、生産者、食品関連事業者、日本の食を支える人々と行おう。一歩として、考え、議論し、行動する。国民運動「ニッポンフードシフト」が実行中です。

企画制作 全国新聞社

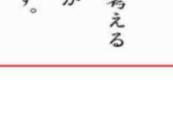
私たちが
ニッポンフードシフト。



農林水産省

三姉妹が描く農業の未来
「食は人を育み、生活をかたちとし、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活す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かあるべきか、私たちが真摯に向き合っていかなければなりません。食料の生産から消費までの一連の過程を、消費者と生産者の間に寄り添った形でつなぐことが、食のあり方を考える機会にはないでしょうか。消費者、生産者、食品関連事業者、日本の食を支える人々と行おう。一歩として、考え、議論し、行動する。国民運動「ニッポンフードシフト」が実行中です。

【NIPPON FOOD SHIFT】⑨

 北海道新聞	 山梨県新聞	 山梨県新聞	 山梨県新聞	 山梨県新聞	 山梨県新聞	 山梨県新聞	 山梨県新聞	 山梨県新聞	 山梨県新聞
 日本経済新聞	 中部経済新聞	 中部経済新聞	 中部経済新聞	 中部経済新聞	 中部経済新聞	 中部経済新聞	 中部経済新聞	 中部経済新聞	 中部経済新聞
 東京新聞	 東京新聞	 東京新聞	 東京新聞	 東京新聞	 東京新聞	 東京新聞	 東京新聞	 東京新聞	 東京新聞
 山陽新聞	 山陽新聞	 山陽新聞	 山陽新聞	 山陽新聞	 山陽新聞	 山陽新聞	 山陽新聞	 山陽新聞	 山陽新聞
 中央経済新聞	 中央経済新聞	 中央経済新聞	 中央経済新聞	 中央経済新聞	 中央経済新聞	 中央経済新聞	 中央経済新聞	 中央経済新聞	 中央経済新聞
 山陽新聞	 山陽新聞	 山陽新聞	 山陽新聞	 山陽新聞	 山陽新聞	 山陽新聞	 山陽新聞	 山陽新聞	 山陽新聞
 中央経済新聞	 中央経済新聞	 中央経済新聞	 中央経済新聞	 中央経済新聞	 中央経済新聞	 中央経済新聞	 中央経済新聞	 中央経済新聞	 中央経済新聞

食から日本を考える
NIPPON FOOD SHIFT

「食」を考えると、日本の未来を考えると、その未来を担う人が頼り、努力、技術、術を大いに活用して、先端技術の活用、産業界によるサステナビリティの実現、海外マーケットへの進出など、若い力を発揮して「食」を盛り上げていきます。

出典：日本経済新聞 2022年1月10日

【NIPPON FOOD SHIFT】⑩

推進パートナー募集中!

あなたもニッポンフードシフト

ご登録について

ニッポンフードシフトの運動趣旨に共感いただける方であれば、活動の有無に関わらず、登録いただけます。賛同いただける方は、企業、団体、個人問わず、いずれもご登録可能です。また、企業でご登録された担当者の方は、個人でも別途ご登録いただけます。

※登録は、企業・団体（政治団体・宗教法人および反社会的勢力を除く。また、公的機関・地方公共団体・個人事業主を含む）及び個人での登録となります。

主な特典

01

本運動公式ウェブサイトへ
社名掲載、本運動の
ロゴマーク利用

02

本運動公式
ウェブサイトや
関連媒体などで取組の紹介



ニッポンフードシフトの取組みで 生まれたもぐもぐふぁーむラボ



もぐもぐファームラボとは食の
ハッピーイノベーションを起こし
たいという思いをもったZ世代
が集まって活動しているチーム
です。



Z世代食のアイデア プロジェクト一部抜粋!!



もぐもぐファームラボでは、Z世代（1995年以降に生まれた若者世代）が日本の食の課題を解決するプロジェクトを実行しています! 日本各地を拠点とするもぐらボメンバーは、「自分自身の食に対する悩み」を起点に、最新のイノベーション手法を学びながら日本の食をより良くするワクワクアイデアを発案中です!!

ぶどう山椒の発祥地を未来へつなぐプロジェクト



生産者の高齢化と後継者不足により、産地存続の課題を抱えるぶどう山椒の発祥地 和歌山県有田川町。「そんな産地を未来へつなごう」と和歌山大学経営学部藤岡ゼミは、2019年から様々な活動に取り組んでいます。



ぶどう山椒情報誌



オンラインコミュニティ (Facebook)



ぶどう山椒フェア

Issue (地域課題)

ぶどう山椒農家の高齢化、老木化による収穫量減
産地存続の危機

Marketing (マーケティング)

ぶどう山椒を使った新商品の開発やプロモーションの企画、実行
高付加価値化、認知促進

- カレー、スライスミックスなどぶどう山椒を使った新商品の開発・販売
- 学生食堂でのぶどう山椒フェア開催
- オンラインコミュニティ(Facebook等)や情報誌「はじかみ」を作成

Z世代が考える！「未来の都市農業」教育プロジェクト



立正大学法学部西谷ゼミでは、都市農業をテーマに、フィールドワークで学んだ学生たちが、自ら先生となって小学生に出前授業を実施しています。
今回は、持続可能な未来の都市農業をテーマに、実体験を踏まえた若者独自の視点から発表します。



大学生が都市農業についてフィールドワークで学んだことを、品川区の小学生に教えた上で、都市農業の課題解決に向けてZ世代で発表や議論を行い、持続可能な未来の都市農業の発展につなげます。



BEAMS JAPANもニッポンフードシフト

「たがやすBEAMS JAPAN ～食のカルチャーとスタイルを伝える～」は、農林水産省が行っている国民運動「ニッポンフードシフト」の取り組みにBEAMS JAPANが共感し、より多くの人が「食」と「農」に興味を持つきっかけを作るために、ビームス目線で取り組むプロジェクトです。
プロジェクトのタイトルは、BEAMS JAPANが発信してきた「文化 (culture)」と、農業の基本作業である「耕す (cultivate)」の英単語がいずれも、「耕す」を意味するラテン語の「colere」を語源とする共通点に着目し、BEAMS JAPANならではの農業カルチャーを伝えたいという想いが込められています。
これまで様々な日本の文化や魅力を発信してきたBEAMS JAPANが、日本が世界に誇る「食」を支える「農業」に注目し、農家の後継者不足や農業への関心低下といった課題に対して、ビームスならではのアプローチで農業カルチャーを紹介します。



農家兼ファッションディレクター

本プロジェクトのディレクションは、自身が農家であり、ビームスの人気オリジナルブランドSSZ (エス エス ズイー) ディレクターでもある加藤志幸氏が担当しています。
期間中、店内で農家から直接野菜を買い取る「BEAMS JAPANソクバイジヨ」や、ストリートカジュアル要素を取り入れた農業ウェアが登場し、2足のわらじを履く加藤氏の日常をドキュメントする「たがやす THE MOVIE」や、農業素人のビームススタッフが、店舗の屋上で野菜を育てた様子を綴った絵日記を公開するなど、日々の暮らしの中で「食」とその背景にある「農」を考えるきっかけづくりを目指しました。
詳しくはBEAMS JAPAN 特設サイトもご覧ください。
https://www.beams.co.jp/special/teamjapan/tagayasu_beamsjapan/



【NIPPON FOOD SHIFT】⑫

全国47都道府県 よしもと住みます芸人体験動画

“よしもと住みます芸人”が、日本各地の「フードシフト」を動画でご紹介。

北陸管内からピックアップ



【石川県】
先進的な農業高校で
柚子ピールを使った
スイーツ作りを体験
芸人：ぶんぶんボウル



【新潟県】
都市住民、
女子サッカー選手の
棚田保全活動
芸人：大谷ってヤツですよ



【富山県】
食材を活かした地産地消
芸人：ノピ山本



【福井県】
小浜酒造で瓶詰め体験！
芸人：飯めしあがれこにお

この部屋のモニターで流しています！



食から日本を変えよう。

NIPPON FOOD SHIFT FES.



日本の食がかかえる課題や目指す未来について
ともに考えるきっかけとなるイベントを開催。

<p>2022.2.23 WED [三重]</p> <p>DEPARTMENT PROJECT 2022年 2022年2月23日(水)・24日(木) VISION 豊原 [三重]</p>	<p>2022.2.19-2.25 SAT-FRI [広島]</p> <p>高屋書店 2022年2月19日(土)～2月25日(金) 広島 高屋書店 [広島]</p>	<p>2022.2.19-2.20 SAT-SUN [福岡]</p> <p>博多 2022年2月19日(土)・20日(日) 大丸福岡天神店 [福岡]</p>
<p>2022.2.15-2.21 THU-FRI [北海道]</p> <p>札幌 2022年2月15日(火)～2月21日(月) 江別 高屋書店 [北海道]</p>	<p>2022.2.15-2.21 THU-FRI [北海道]</p> <p>高屋書店 2022年2月15日(火)～2月21日(月) 江別 高屋書店 [北海道]</p>	<p>2022.2.10-2.16 THU-FRI [福岡]</p> <p>高屋書店 2022年2月10日(水)～2月16日(火) 六本松 高屋書店 [福岡]</p>
<p>2022.2.10-5.9 THU-FRI [京都]</p> <p>マカロン 2022年2月10日(水)～5月9日(月) 京都回廊マンガミュージアム [京都]</p>	<p>2022.2.5 SAT [茨城]</p> <p>2022年2月5日(土) イオンモールつくば [茨城]</p>	<p>2022.2.2-2.8 SAT-FRI [名古屋]</p> <p>高屋書店 2022年2月2日(水)～2月8日(火) 名古屋みなと 高屋書店 [名古屋]</p>
<p>2022.1.26-2.28 MON-FRI [東京]</p> <p>BEAMS JAPAN 2022年1月26日(水)～2月28日(月) ビームズジャパン (新宿) [東京]</p>	<p>2022.1.15-1.16 SAT-SUN [大阪]</p> <p>2022年1月15日(土)・16日(日) グランフロント大阪 [大阪]</p>	<p>2021.10.29-10.30 SAT-SUN [東京]</p> <p>2021年10月29日(金)・30日(土) 六本木ヒルズアリーナ [東京]</p>



【NIPPON FOOD SHIFT】 ⑬



吉本興業とのコラボ

よしもとも
ニッポンフードシフト



YOSHIMOTO 110th
×
農林水産省

よしもともニッポンフードシフト

「よしもと」とニッポンフードシフトがコラボレーション！
よしもと芸人が、日本各地の「フードシフト」を動画でお届けします。

※動画は順次追加予定です。お楽しみに！

農林水産省 MAFF職員×よしもと芸人



【三巻特撮】水産庁職員が渾身のギャグ披露！予想外のクオリティにサバナン八木が大感で！？
芸人：サバナン
*原案 水産省 *脚本 水産庁長官 *撮影 水産省
*制作 水産省



【革命】ご飯のお供にこんなアプリ！？ライス・節町が究極した絶品食材とは？
芸人：ライス
*原案 水産省 *脚本 水産省 (監入)
*制作 水産省



【噂を検証】牛乳を飲めば電気ビリビリが怖くない！？COWCOWが挑戦！
芸人：COWCOW
*原案 水産省 *脚本 水産省 *制作 水産省



【和牛・水田】絶品和牛を食りポ！連コメント選んで農水省職員が挑戦！？
芸人：和牛
*原案 水産省 *脚本 水産省 (監入)
*制作 水産省

農林水産省 ニッポンフードシフト浸透化プロジェクト

農研機構×フルーツポンチ



【三巻特撮】水産庁職員が渾身のギャグ披露！予想外のクオリティにサバナン八木が大感で！？
芸人：サバナン
*原案 水産省 *脚本 水産庁長官 *撮影 水産省
*制作 水産省



【革命】ご飯のお供にこんなアプリ！？ライス・節町が究極した絶品食材とは？
芸人：ライス
*原案 水産省 *脚本 水産省 (監入)
*制作 水産省



【噂を検証】牛乳を飲めば電気ビリビリが怖くない！？COWCOWが挑戦！
芸人：COWCOW
*原案 水産省 *脚本 水産省 *制作 水産省

農研機構×ライス



【前編】
芸人：ライス
*原案 水産省 *脚本 水産省 (監入)
*制作 水産省



【後編】
芸人：ライス
*原案 水産省 *脚本 水産省 (監入)
*制作 水産省



【コント編】
芸人：ライス
*原案 水産省 *脚本 水産省 (監入)
*制作 水産省



災害時にそなえる 食品ストックガイド

準備者向け



1. 災害発生時の準備

災害発生時の準備として、食料のストックを確保することが重要です。食料のストックは、災害発生時に必要な食料を確保するための重要な手段です。

2. 食料のストック方法

食料のストック方法には、常温保存と冷蔵・冷凍保存があります。常温保存は、常温で保存できる食品を指し、冷蔵・冷凍保存は、冷蔵・冷凍庫で保存する食品を指します。

3. 食料のストック量

食料のストック量は、家族の人数や災害の種類によって異なります。一般的には、家族1人あたり1週間分の食料を確保することが推奨されています。

4. 食料のストック場所

食料のストック場所は、災害発生時に安全な場所であることが重要です。例えば、2階以上の部屋や、外壁のない部屋などが適しています。

5. 食料のストックチェック

食料のストックは定期的なチェックが必要です。賞味期限や消費期限を確認し、腐敗した食品は処分してください。

6. 食料のストックの種類

食料のストックの種類には、主食、副食、飲み物があります。主食は、白米、乾飯、インスタント食品など、副食は、缶詰、脱水野菜、脱水果物など、飲み物は、ミネラルウォーター、ジュースなどがあります。

7. 食料のストックのコスト

食料のストックのコストは、家族の人数や災害の種類によって異なります。一般的には、家族1人あたり1週間分の食料を確保するために、数千円から数万円のコストがかかります。

8. 食料のストックのメリット

食料のストックのメリットは、災害発生時に必要な食料を確保できることです。また、食料のストックは、災害発生時のストレスを軽減する効果があります。

9. 食料のストックのデメリット

食料のストックのデメリットは、食料のストックにスペースが必要であることです。また、食料のストックには定期的なチェックが必要であり、コストがかかります。

10. 食料のストックのまとめ

食料のストックは、災害発生時に必要な食料を確保するための重要な手段です。食料のストック方法、ストック量、ストック場所、ストックの種類、コスト、メリット、デメリットを把握し、適切な食料のストックを確保しましょう。

1. 災害発生時の準備

災害発生時の準備として、食料のストックを確保することが重要です。食料のストックは、災害発生時に必要な食料を確保するための重要な手段です。

2. 食料のストック方法

食料のストック方法には、常温保存と冷蔵・冷凍保存があります。常温保存は、常温で保存できる食品を指し、冷蔵・冷凍保存は、冷蔵・冷凍庫で保存する食品を指します。

3. 食料のストック量

食料のストック量は、家族の人数や災害の種類によって異なります。一般的には、家族1人あたり1週間分の食料を確保することが推奨されています。

4. 食料のストック場所

食料のストック場所は、災害発生時に安全な場所であることが重要です。例えば、2階以上の部屋や、外壁のない部屋などが適しています。

5. 食料のストックチェック

食料のストックは定期的なチェックが必要です。賞味期限や消費期限を確認し、腐敗した食品は処分してください。

6. 食料のストックの種類

食料のストックの種類には、主食、副食、飲み物があります。主食は、白米、乾飯、インスタント食品など、副食は、缶詰、脱水野菜、脱水果物など、飲み物は、ミネラルウォーター、ジュースなどがあります。

7. 食料のストックのコスト

食料のストックのコストは、家族の人数や災害の種類によって異なります。一般的には、家族1人あたり1週間分の食料を確保するために、数千円から数万円のコストがかかります。

8. 食料のストックのメリット

食料のストックのメリットは、災害発生時に必要な食料を確保できることです。また、食料のストックは、災害発生時のストレスを軽減する効果があります。

9. 食料のストックのデメリット

食料のストックのデメリットは、食料のストックにスペースが必要であることです。また、食料のストックには定期的なチェックが必要であり、コストがかかります。

10. 食料のストックのまとめ

食料のストックは、災害発生時に必要な食料を確保するための重要な手段です。食料のストック方法、ストック量、ストック場所、ストックの種類、コスト、メリット、デメリットを把握し、適切な食料のストックを確保しましょう。



災害時のために、 備えていますか？



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週間は食品が手に入らないことが想定されます。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。

いざという時のために、まずはここから食品備蓄をはじめましょう

— 家庭での備蓄例1週間分 大人1人の場合 —

必需品 ・水 ※1日おおよそ3L程度 (飲料水+調理用水) 2L×6本×2箱 ・カセットコンロ ・カセットボンベ 6本 ・お好みのお茶や 清涼飲料水なども あると便利
主食 (エネルギー及び炭水化物の確保) ・米 ※1袋消費したら1袋買い足す (1人1食75g程度) 2kg×1袋 ・乾麺 (そば・うどん・そうめん・パスタ) 2kg×1袋 (300g/袋) 2kg×1袋 (600g/袋) ・カップ麺類 3個 ・パックご飯 3個 ・その他 (シリアルなど) ・お茶 ・牛乳 (LL牛乳)
主菜 (たんぱく質の確保) ・レトルト食品 ・牛丼の素、カレーなど9個 パスタソース3個 ・缶詰 お好みのもの 9缶 ・チョコレートやビスケット などの菓子類も大事
副菜・その他 冷蔵 ・日持ちする野菜 (たまねぎ、じゃがいも等) ・野菜ジュース、 果汁ジュース等 ・梅干し、のり、 乾燥わかめ等 ・塩、砂糖、しょうゆ、 めんつゆ等の調味料 ・インスタント味噌汁や 即席スープ

※高齢者、乳幼児、慢性疾患の方、介護を要する方、食物アレルギーの方へ配慮した食品は別途準備しましょう。

食育(ママ)知識

ローリングストック法について

普段の食品を少し多めに買い置きし、消費した分を補充するローリングストック法で、手軽に備蓄に取り組むことができます。



詳しくは

災害時に備えた食品ストックガイド【農林水産省】
<https://www.maff.go.jp/j/zyukyu/foodstock/guidebook.html>



抜粋：農林水産省「第4次食育推進基本計画」



みどりの食料システム戦略 (具体的な取組)

食料・農林水産物の生産力および持続性の向上をいかに進めようか

消費 1. 食料・水資源の確保に 向けられる輸入・加工品化、 廃棄物削減の推進 2. 持続可能な食料生産と 食料の確保 3. 食料のロス削減 4. 食料のロス削減 5. 食料のロス削減	生産 1. 生産力向上に向けた 技術開発・人材育成 2. 生産力向上に向けた 技術開発・人材育成 3. 生産力向上に向けた 技術開発・人材育成
---	--

～私たちにできること～
 「食」を考えよう！生産者を理解しよう！

みどりの食料システム戦略 実現に向けた各市町村の取組

後援市における取組概要

取組事例

1. 食料・水資源の確保に
 向けられる輸入・加工品化、
 廃棄物削減の推進

2. 持続可能な食料生産と
 食料の確保

3. 食料のロス削減

4. 食料のロス削減

5. 食料のロス削減

ご自由にお取り下さい

食料ロフ