

## 第2節 食料自給率と食料消費の動向

我が国の食料消費は、高度経済成長期の所得の増大等を背景とした量的な拡大を経て、質的にも多様化が進んだ。一方、国内農業生産は、自給品目である米については消費量の減少を背景に生産は縮小した。消費が拡大した畜産物や油脂類については国内生産が拡大する一方で、その生産に必要な飼料穀物や油糧種子の多くを海外に依存してきた。また、食の外部化が進展するなかで、食品産業においては、安定調達や価格面から原材料の多くを海外に依存し、近年その度合いを強めている。このようななかで、我が国の食料自給率は主要先進国の中で最低水準である40%まで低下している。

本節では、まず、我が国の食料自給率の低下要因について様々な角度から分析するとともに、食料・農業・農村基本計画で示された平成22年度目標との比較等を通じ、食料自給率の向上に向けた消費・生産両面の取組の方向を明らかにする。また、食料消費や食生活の変化を性別、年齢層の違いや世帯の観点から明らかにするとともに、国民一人ひとりが自らの食生活について考える習慣を身に付けるうえで有効な食育の重要性を指摘する。さらに、我が国の食生活を支える食料産業の現状及び課題を明らかにする。

### (1) 食料自給率をめぐる動向

#### ア 我が国の食料自給率

##### (食料自給率の考え方)

食料自給率は、国民の食料消費が国内生産によってどの程度賄われているかを示す指標であり、その示し方として、品目別自給率、穀物自給率、総合食料自給率の3通りが用いられている。このうち、総合食料自給率については、一般的に、国民の食料消費に着目する場合にはカロリーベース、国産農産物の経済的価値に着目する場合には金額ベースが用いられている。

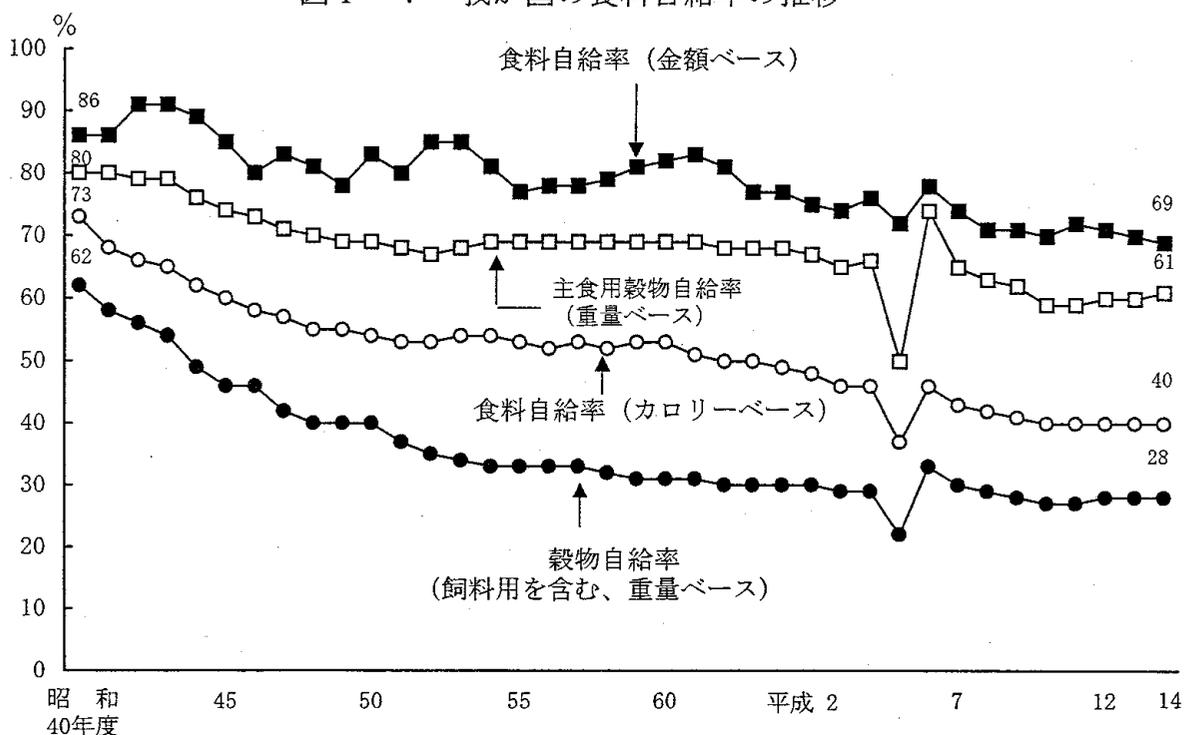
我が国においては、世界の食料需給が中長期的にはひっ迫する可能性もあるなかで、エネルギーの確保に視点をおくという考え方に立ち、通常、カロリーベースの食料自給率が用いられている。しかしながら、カロリーベースの食料自給率には、カロリーの低い野菜や果実等の需給動向が必ずしも十分反映されないという面もあるため、食料消費、国内生産についての評価は、カロリーベースの食料自給率だけではなく、品目別自給率、穀物自給率、金額ベースの食料自給率の各指標を組み合わせる示すことが重要である。

##### (我が国の食料自給率は諸外国に比べて極めて低い水準となっている)

我が国の食料自給率の動向をみると、カロリーベースの食料自給率は昭和40年度の73%から平成14年度には40%、穀物自給率は同期間に62%から28%に、主食用穀物自給率は同期間に80%から61%にいずれも大きく低下している(図I-7)、(表I-3)。

主な先進国の2001年(平成13年)におけるカロリーベースの食料自給率は、オーストラリア265%、米国122%、フランス121%、ドイツ99%、イギリス61%となっており、我が国は主要な先進国の中で最低の水準となっている(図I-8)。また、穀物自給率をみると、我が国は世界173の国・地域のうち130番目、OECD加盟国の中では30か国中28番目

図 I - 7 我が国の食料自給率の推移



資料：農林水産省「食料需給表」

表 I - 3 食料農水産物の食料自給率の推移

(単位：%)

品 目		昭和40年度	50	60	平成7	12	13	14 (概算)
主要農水産物の品目別自給率	米	95	110	107	104	95	95	96
	小麦	28	4	14	7	11	11	13
	大豆	11	4	5	2	5	5	5
	野菜	100	99	95	85	82	82	83
	果実	90	84	77	49	44	45	44
	鶏卵	100	97	98	96	95	96	96
	牛乳及び乳製品	86	81	85	72	68	68	69
	肉類 (鯨肉を除く)	90	77	81	57	52	53	53
	砂糖類	31	15	33	31	29	32	34
	油脂類	31	23	32	15	14	13	13
魚介類	100	99	93	57	53	48	46	
穀物 (食用+飼料) 自給率		62	40	31	30	28	28	28
主食用穀物自給率		80	69	69	65	60	60	61
供給熱量総合食料自給率		73	54	53	43	40	40	40
金額ベースの総合食料自給率		86	83	82	74	71	70	69

資料：農林水産省「食料需給表」

注：1) 米については、国内生産と国産米在庫の取崩しで国内需要に対応している実態を踏まえ、平成10年度から国内生産量に国産米在庫取崩し量を加えた数量を用いて、次式により品目別自給率、穀物自給率及び主食用穀物自給率を算出している。

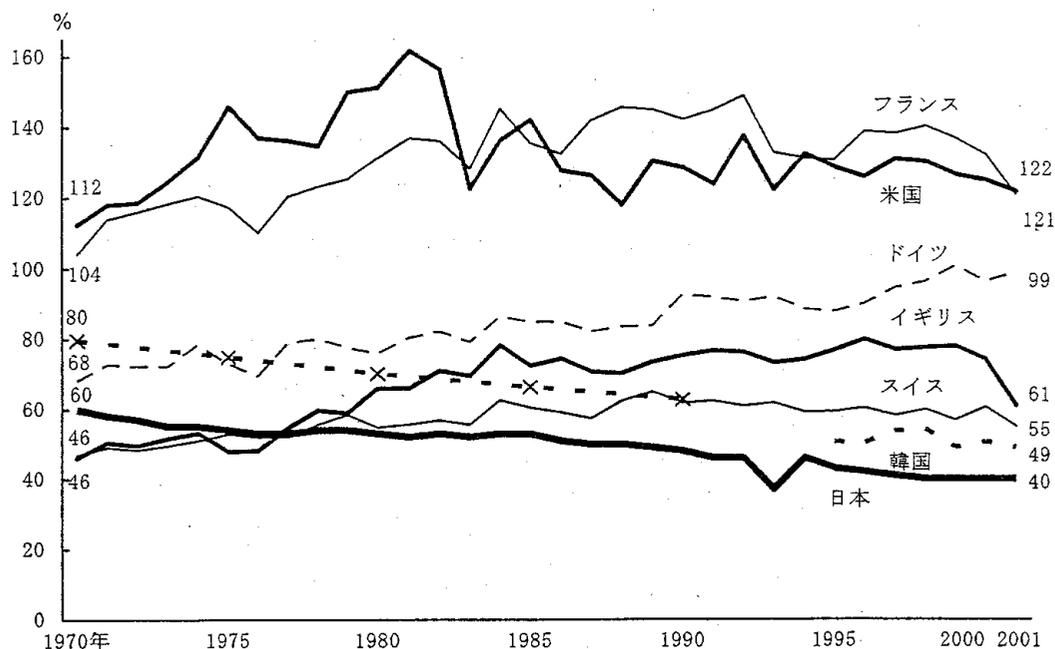
$$\text{自給率} = \frac{\text{国産供給量 (国内生産量+国産米在庫取崩し量)}}{\text{国内消費仕向量}} \times 100 \text{ (重量ベース)}$$

なお、国産米在庫取崩し量は10年度が500千トン、11年度が223千トン、12年度が24千トン、13年度が262千トン、14年度が243千トンである。

( ) 内の数値は、主食用自給率である。

2) 魚介類は飼肥料向けを含む。

図 I - 8 諸外国の食料自給率の推移

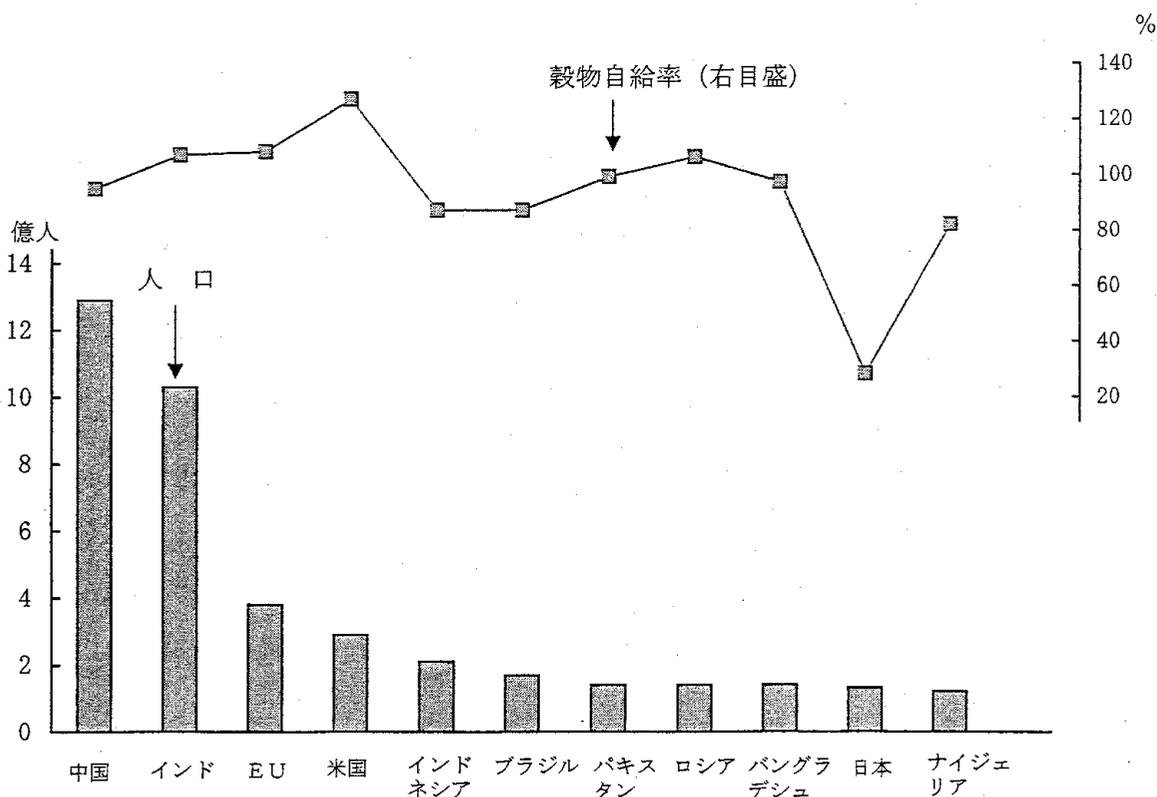


資料：農林水産省「食料需給表」、F A O「Food Balance Sheets」、韓国農村経済研究院「Korean Food Balance Sheet 2001」

注：フランス、米国、ドイツ、イギリス、スイスについてはF A O「Food Balance Sheets」等を基に農林水産省で試算（1970～2001年）。

また、韓国については、韓国農村経済研究院「Korean Food Balance Sheet 2001」による（1970、1980、1990及び1995～2001年）。なお、1990年以前と1995年以降では算出方法が異なるため、データは連続しない。

図 I - 9 1億人以上の人口をかかえる国の穀物自給率（2001年）



資料：農林水産省「食料需給表」、F A O「Commodity Balances」を基に農林水産省で試算。

で、アイスランド、オランダに次いで低い。さらに、人口1億人を超える10か国（EUは含まない）の中では最下位であり、各国に比べ際だって低い水準にある（図I-9）。

#### （我が国の食料消費は量的な変化から質的な変化に移行している）

カロリーベースの食料自給率は、国産熱量（分子）と総供給熱量（分母）の比率であるため、食料自給率の低下要因はそれらの動向を分析することにより捉えることができる。

1人1日当たり供給熱量により我が国の食料消費の動向をみると、昭和40年代は肉類、牛乳、鶏卵等の畜産物や油脂類の消費量が大幅に増加する一方、米などの穀類やいも類の消費量が大幅に減少した（図I-10）。50年代は、40年代の傾向が継続するものの、その変化の度合いは比較的緩やかになり、60年代（昭和60～平成7年度）には牛肉、牛乳・乳製品などを除いて品目ごとの変化はさらに小さくなった。その後、平成7年度以降は品目ごとの変化がほとんどみられなくなっている。

このような食料消費の変化の背景としては、所得の向上に伴う食生活の洋風化、さらに女性の社会進出に伴う食の外部化等があげられる。昭和40年における食料消費に占める生鮮食品の割合は5割、同じく加工食品は4割、調理食品と外食は1割であったものが、平成15年の生鮮食品の割合は3割まで低下し、調理食品と外食は3割に上昇した<sup>\*1</sup>。このように、我が国の食料消費は、高度経済成長以降、所得の向上等を背景として量的に大きく変化してきたが、近年は量的にはほぼ飽和状態となるなかで需要の多様化や健康・安全性志向の高まり等に伴い、質的な変化が強まっている。

一方、我が国の農業生産は、昭和60年頃までは畜産物をはじめ野菜、果実等の生産が増大していたが、近年は担い手の減少や高齢化等により全体的に縮小傾向となっている（図I-11）。

#### （我が国の食料自給率の低下は、長期的には食料消費の変化によるところが大きい）

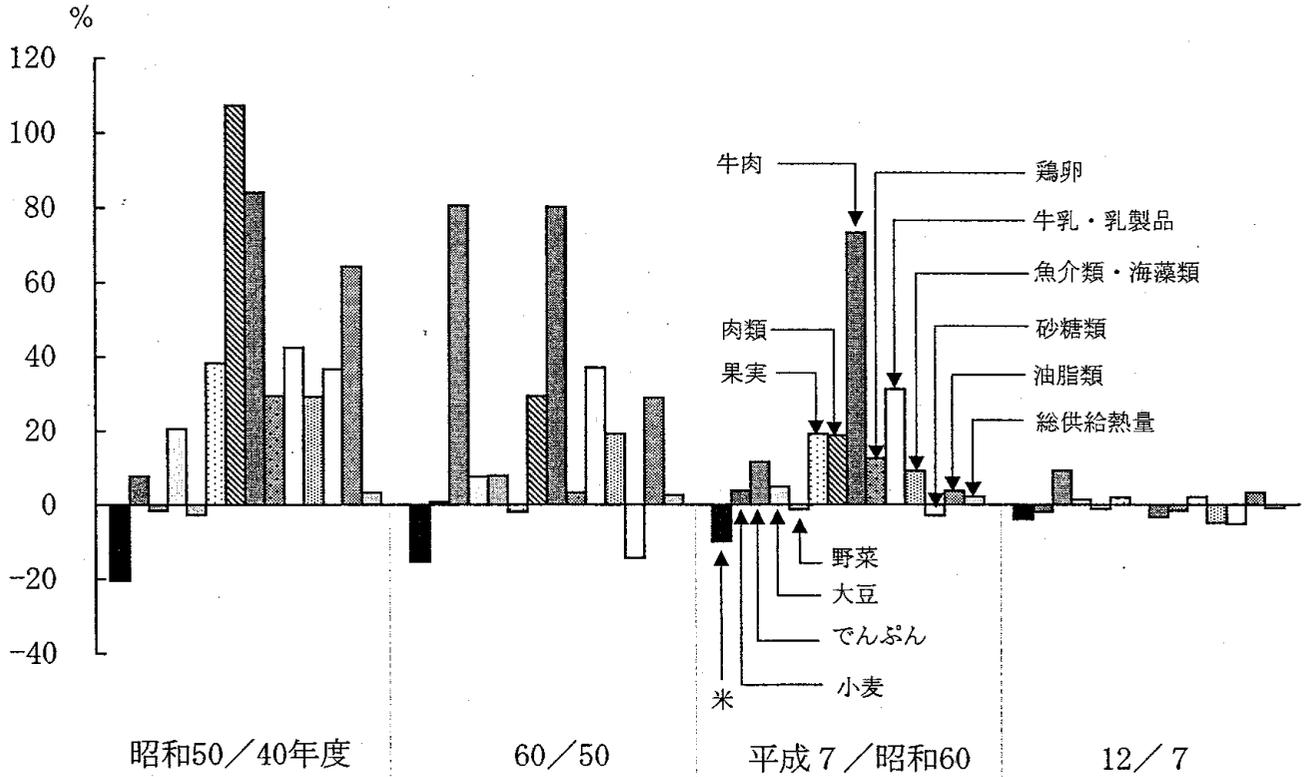
このような食料消費と農業生産の動向を踏まえて、昭和40年度と平成14年度の国民1人1日当たりの供給熱量の構成を比較すると、総供給熱量は2,459kcalから2,599kcalとやや増加である一方、総供給熱量に占める各品目の構成比は大きく変化している（図I-12）。具体的には、自給品目である米の占める割合は44%から24%と大きく減少した。一方、畜産物や油脂類の供給熱量はそれぞれ2.5倍、2.4倍となり、これら2品目の占める割合は13%から30%へと大幅に増加した。

畜産物や油脂類については、需要の拡大に対応して国内生産を増大させたが、畜産物の生産に必要な飼料穀物（とうもろこし等）や植物油脂の原料となる油糧種子（大豆等）を国内で賄うには広大な農地面積が必要となる。我が国は人口規模に比べ農地が狭く平坦でないなどの国土条件の制約から、これらの飼料や原料の需要拡大に国内生産で対応することが困難であったため、その多くを海外に依存せざるを得ない状況となった。

このように、長期的には食生活の変化に伴い食料需要の品目構成が変化し、国内生産の

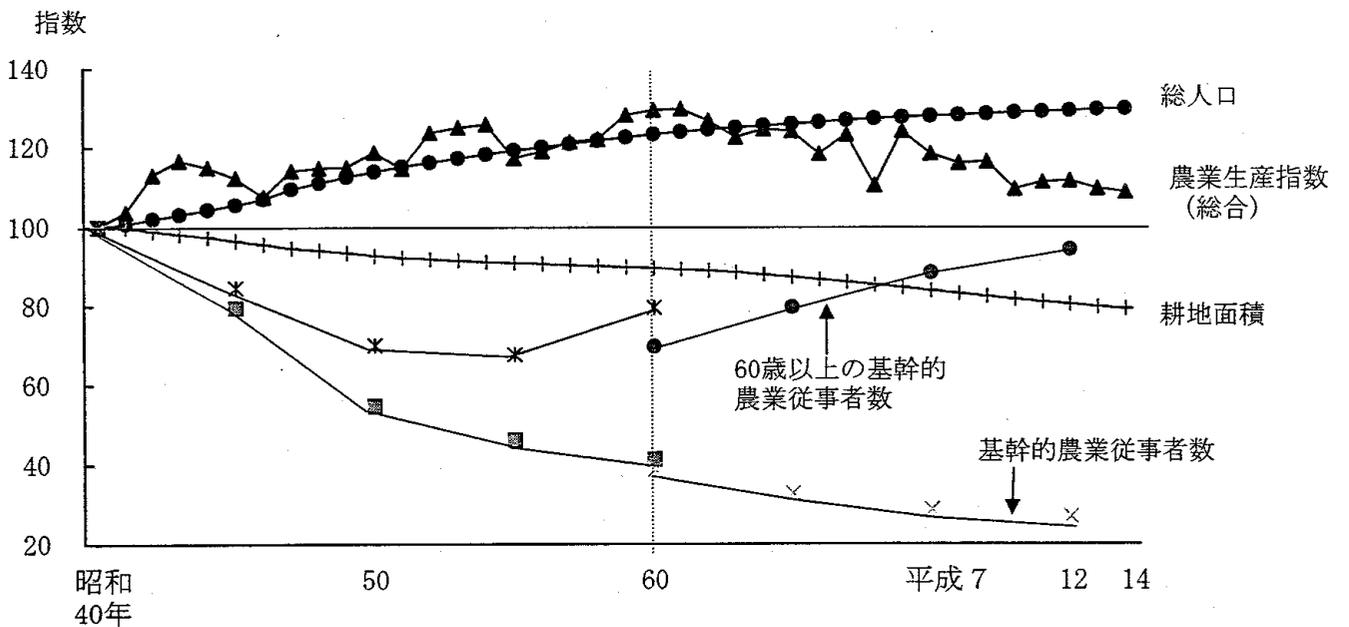
\*1 総務省「家計調査」を基に農林水産省で作成。家計調査の「米類、生鮮魚介類、生鮮肉、卵、生鮮野菜、生鮮果物」は生鮮食品、「パン、めん類、他の穀類、塩干魚介、加工肉、牛乳・乳製品、乾物・海藻、他の野菜・海藻加工品、果物加工品、菓子類、飲料、酒類」は加工食品として分類した。

図 I - 10 1人1日当たり供給熱量の増減率



資料：農林水産省「食料需給表」  
注：各年度の数值は、3か年平均値を用いている。

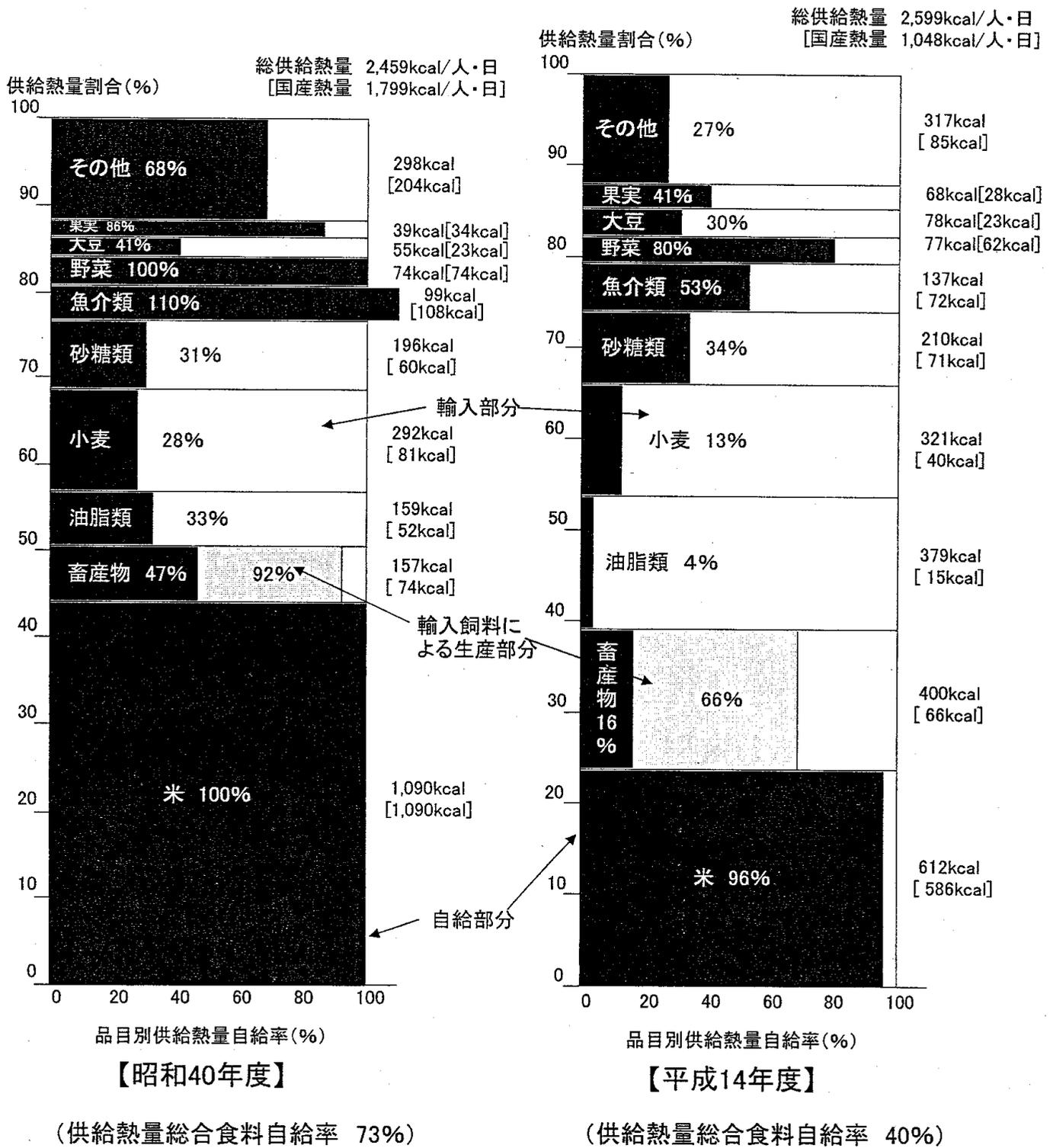
図 I - 11 総人口と農業生産等の推移 (昭和40年=100)



資料：総務省「国勢調査」、「推計人口」、農林水産省「農林水産業生産指数」、「耕地面積統計」、「農林業センサス」を基に農林水産省で作成。

注：基幹的農業従事者数は、昭和60年以前は総農家であり、60年以降は販売農家の値である。

図 I - 12 供給熱量の構成の変化と品目別供給熱量自給率



資料：農林水産省「食料需給表」

不足を補う形で輸入が増加したことが、我が国の食料自給率の低下の大きな要因である。

なお、肉類1kgを生産するのに必要な穀物（とうもろこし）は、牛肉で11kg、豚肉で7kg、大豆油1kgの搾油に必要な大豆は5kgと試算されている。これらの飼料用穀物や油糧原料をはじめ、我が国の主な輸入農産物の生産に必要な農地面積は約1,200万haと試算される。すなわち、我が国は自国の農地の2.5倍の面積を海外に依存していることになる。

#### （米の消費の減少と畜産物及び油脂類の消費の増加は代替関係がある）

食料消費と所得の関係については、一般的に所得の増加に伴い比較的単価の安い穀類の消費量が減り、畜産物や油脂類の消費量がふえる傾向にある。

米、畜産物及び油脂類をあわせた供給熱量をみると、昭和40年度の1,413kcalから平成14年度の1,391kcalへとわずかに減少している（図I-13）。この内訳をみると、米は478kcal減少しているのに対し、畜産物は243kcal、油脂類は220kcal増加している。このように米の消費量の減少と畜産物及び油脂類の消費量の増加の量はほぼ同水準であり、これら3品目は代替関係にあることがうかがわれる。

#### （需要や用途の変化に国内生産が対応できていないことも食料自給率低下の要因である）

このような長期的な変化のなかで、前述のとおり昭和60年前後を境にして、食料消費や農業生産の動向に変化がみられるため、ここでは、食料自給率の低下要因を40～60年度と昭和60～平成14年度に分けて分析する。

総供給熱量は、昭和40年度から平成14年度にかけて6%の上昇にとどまるなかで、昭和40～60年度では、総供給熱量に占める米の割合が16.3ポイント低下する一方、畜産物及び油脂類の占める割合はそれぞれ5.6ポイント、7.1ポイント上昇した（図I-14）。昭和60～平成14年度では、総供給熱量に占める米の割合が4.5ポイント低下する一方、畜産物及び油脂類の占める割合はそれぞれ3.1ポイント、1.0ポイントの上昇にとどまっており、総供給熱量の品目構成の変化は昭和40～60年度の方が大きいことがうかがわれる。

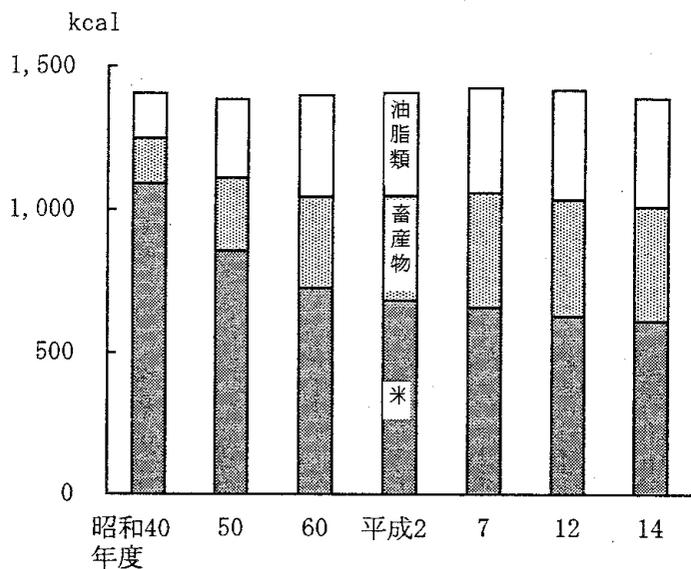
品目別自給率は、40～60年度では、米と砂糖類を除きすべて低下したが、昭和60～平成14年度では、小麦、大豆、砂糖類がほぼ横ばいであるのに対し、野菜、果実、魚介類等は昭和40～60年度の下げ幅以上に低下した。

そこで、昭和60～平成14年度において、野菜、果実、魚介類の3品目の国内生産が減少した原因をみると、野菜、果実については、食の外部化、多様化のなかで、加工・業務用需要が高まっているものの、国産の野菜、果実は主に家庭消費に仕向けられ、加工・業務用需要への対応の遅れから生産が縮小している面があり、それらの結果が自給率の低下につながっているものと考えられる。また、魚介類については、周辺水域における資源状況の悪化等から国内生産が減少傾向にあるため、魚介類の自給率は低下傾向で推移している。

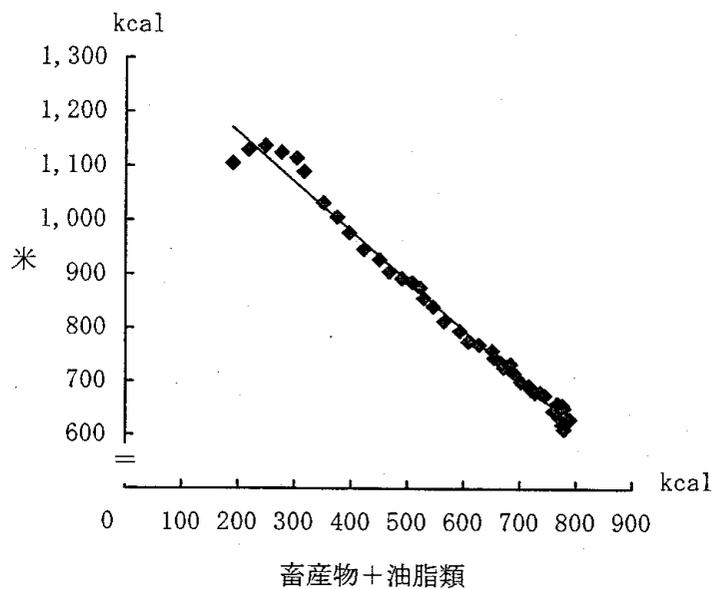
以上のことから、昭和40～60年度においては、米の消費量の減少及び畜産物、油脂類の消費量の増加などの食料消費の変化が食料自給率の低下に大きく影響したことがうかがわれる。一方、昭和60～平成14年度においては、食料需要の品目構成の変化の度合いが緩やかになるなかで、需要、用途の変化への対応が遅れている野菜及び果実、周辺水域において資源状況の悪化している魚介類等の国内生産の縮小が食料自給率の低下に一定の影響を与えているものと考えられる。

図 I - 13 米と畜産物・油脂類の消費量の推移

米、畜産物、油脂類の消費量の推移



米と畜産物・油脂類の消費量の代替関係



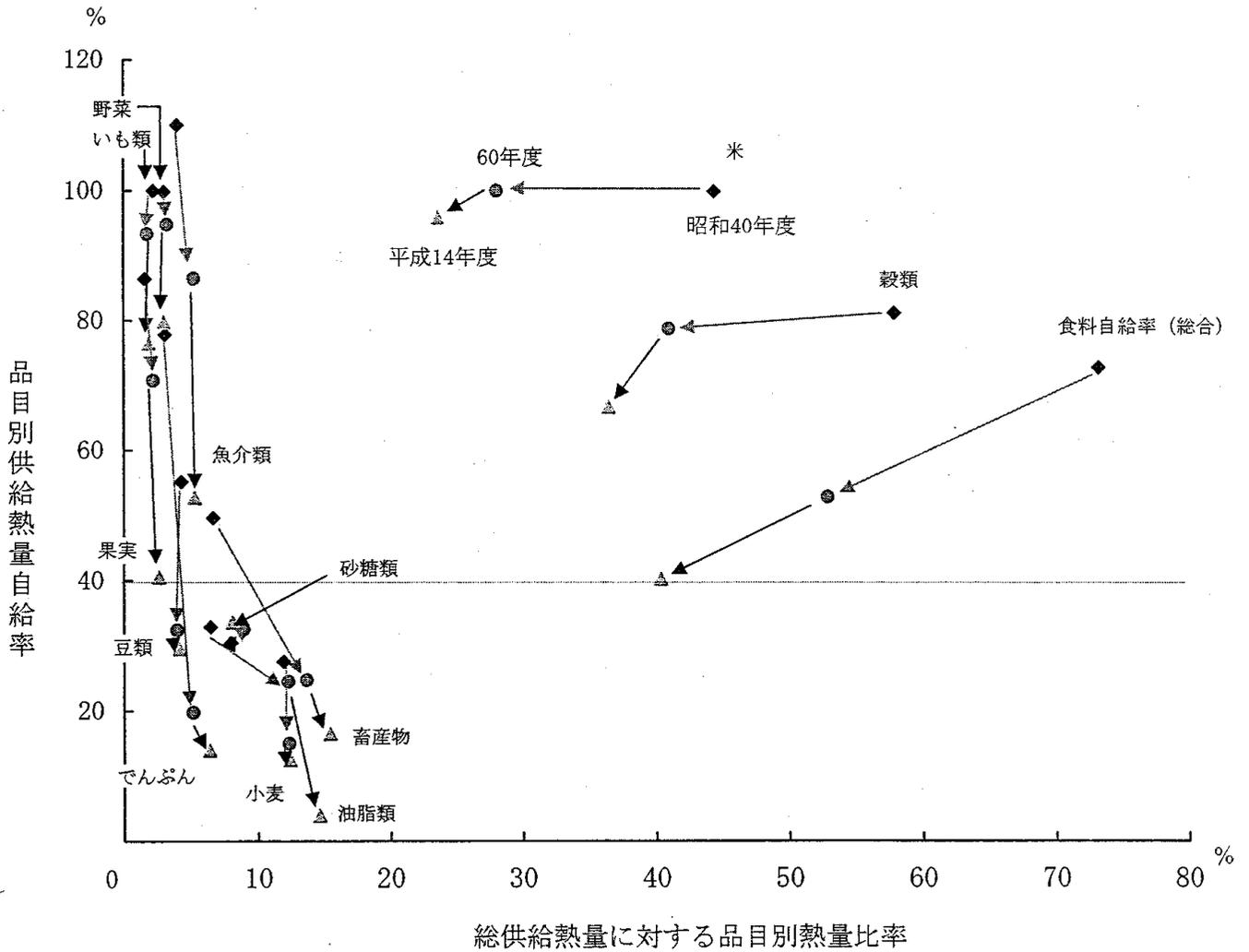
資料：農林水産省「食料需給表」

注：1) 消費量は、1人1日当たりの供給熱量である。

なお、畜産物とは肉類（鯨肉を除く）、牛乳・乳製品、鶏卵の合計である。

2) 米と畜産物・油脂類の消費量の代替関係は、昭和35～平成14年度の各年度値により求めた。

図 I - 14 品目別の自給率と供給熱量について



資料：農林水産省「食料需給表」

注：品目別供給熱量自給率は、カロリーベースの自給率（畜産物は飼料自給率を考慮等）である。

### （食料自給率目標の意義）

我が国は、多くの国民が豊かで多様な食生活を享受している反面、カロリーベースでみて食料の6割を海外に依存する世界最大の食料純輸入国となっている\*1。また、我が国の農産物輸入は、少数の特定国に依存する構造となっており、輸入先国の作柄や作付けの変動等の影響を受けやすい状況にある。

一方、世界では、現在でも約8億人が飢餓や栄養不足に直面している状況にあり、さらに、世界の人口は開発途上国を中心に増加を続け、2050年には89億人に達すると推計されている\*2。これらの開発途上国においては、所得水準の上昇等に伴い飼料用を含む穀物の需要が大幅に増加する可能性が見込まれている。このようななかで、近年、収穫面積の減少や単収の伸びの鈍化により穀物等の生産量はほぼ横ばいで推移している。このほか、水資源の枯渇や不安定化、過度な放牧や耕作による土壌の劣化や砂漠化の進行といった資源・環境問題の顕在化により、中長期的には世界の食料需給はひっ迫する可能性もあることが指摘されている。

食料は、人間の生命と健康の維持に欠くことのできない最も基礎的な物資であり、国民に対してその食料の安定供給を確保していくことは、国の重要な責務である。このため、食料・農業・農村基本法においては、我が国の食料需給の実態を踏まえ、国内農業生産の増大を図ることを基本とし、これと輸入及び備蓄を適切に組み合わせて食料の安定供給を確保していくことが規定されている。

食料自給率は、国内の農業生産の増大を図る際に、国内の農業生産が国民の食料消費にどの程度対応しているかを評価するうえで有効な指標である。また、食料自給率は国内の農業生産だけではなく国民の食料消費のあり方によっても変動するものであることから、食料自給率の目標を掲げることは、食料消費と農業生産の両面にわたる国民参加型の取組の指針として重要な意義を有している。

### （食料自給率目標達成のための前提）

「食料・農業・農村基本計画」においては、22年度までの計画期間を、関係者の努力により食料自給率の低下傾向に歯止めをかけ、その着実な向上を図っていく期間と位置付け、食料消費及び農業生産における課題が解決された場合に実現可能な水準として、45%（食料自給率（カロリーベース））の目標が設定された。

食料自給率は、その分母に相当する国民の食料消費のあり方によっても左右される。このため、基本計画においては、まず「望ましい食料消費の姿」として、主要品目別の1年当たり国内消費仕向量及び1人1年当たり供給純食料（消費量）を示した。これらの数値は、栄養バランスについて脂質の摂取割合を減らして適正水準にすること、脂質を多く含む肉類、鶏卵、油脂類の消費が減少する一方で米を中心とした穀類の消費が堅調に推移すること、カルシウム等の微量栄養素や食物繊維の摂取の増加の必要性から野菜、豆類、いも類の消費が増加すること、食品の廃棄や食べ残しが減少することを前提に設定された。

\*1 我が国の農産物貿易については、本章第3節（2）（P.95）を参照。

\*2 2002年国連人口推計。

一方、分子に相当する国内の農業生産の増大は、国内産の農産物等が消費者や実需者に選択されることを通じて初めて実現されるものである。このため、基本計画においては、主要品目別に生産性の向上、品質の向上等の課題を明確化したうえで、これらの課題が解決された場合に実現可能な国内生産の水準を「生産努力目標」として設定した。主要品目のうち麦、大豆については、現状では自給率が著しく低いものの、水田の有効活用の必要性等から、需要に即した国内農業生産の増大を図る戦略作物として位置付けられた。また、同様に自給率の低い飼料についても生産の大幅な増大を図ることとされた。

## イ 基本計画策定以降の食料自給率の動向 (望ましい食料消費の姿と実際の消費動向)

22年度における「望ましい食料消費の姿」(以下、本節において「望ましい食料消費の姿」で示した各品目ごとの消費水準については、「望ましい消費水準」という。)と実際の主要品目の消費動向を比較すると、米の1人1年当たり消費量は、消費量が最も多かった昭和37年度の118.3kgに比べほぼ半減し、平成14年度には62.7kgとなり、望ましい消費水準である66kgを大きく下回っている(表I-4)。米は、食料自給率の分子に当たる国産熱量の過半を占めており、食料自給率の水準を大きく左右するものであることから、その消費の増大が図られない限り食料自給率目標の達成はきわめて困難である。小麦は、9年度の32.4kgから14年度には31.9kgとほぼ横ばいであり、望ましい消費水準である33kgを下回って推移している。大豆は、納豆用の需要が増加したこと等により、9年度の6.6kgから14年度には6.7kgとわずかに増加しているものの、望ましい消費水準である7.9kgを下回って推移している。

野菜は、緑黄色野菜が増加傾向であるものの、だいこん等の重量野菜の消費の減少や食の簡便化の進展による野菜の調理機会の減少、食の外部化の進行等により減少傾向で推移している。14年度の野菜の消費量は、国内生産量の減少等に伴い96.6kgとなり、望ましい消費水準である108kgを下回っている。果実は、近年40kg程度とほぼ横ばい傾向にあるが、望ましい消費水準である39kgを上回って推移している。

肉類は、BSEの影響により13年度は減少したものの、9年度の27.8kgから14年度には28.4kgへと増加しており、栄養バランスの改善の観点から抑制的に見込んだ望ましい消費水準である27kgを上回って推移している。鶏卵は17.2kgから16.8kgへとわずかに減少傾向で推移しているが、依然望ましい消費水準である16kgを上回って推移している。牛乳・乳製品については、少子化の影響や他の飲料との競合等により、9年度から14年度にかけて93kg程度とほぼ横ばいで推移しているが、望ましい消費水準である100kgを下回っている。

魚介類は健康志向を背景におおむね37kg程度と横ばいで推移しており、望ましい消費水準である35kgを上回って推移している。

油脂類は、動物油脂の消費が減少する一方で、堅調な中食需要を背景に業務用を中心として植物油脂の消費が増加していることから、15kg程度とほぼ横ばいで推移しており、望ましい消費水準である14kgを上回って推移している。

このように、望ましい栄養バランスの実現の観点から摂取を増加・維持すべき米、野菜、果実等の消費量は減少ないし横ばい傾向にある一方、摂取過多を抑制すべき肉類、鶏卵、油脂類の消費量は増加ないし横ばい傾向にある。

表 I - 4 主要品目の消費動向

(単位：kg/人・年)

	平成9年度	10	11	12	13	14	22
摂取を増加・維持すべき品目							
米	66.7	65.2	65.2	64.6	63.6	62.7	66
小麦	32.4	32.2	32.4	32.6	32.1	31.9	33
大豆	6.6	6.8	6.5	6.4	6.6	6.7	7.9
野菜	101.9	99.4	102.2	101.5	100.7	96.6	108
果実	42.1	39.1	42.1	41.5	44.3	41.9	39
牛乳及び乳製品	93.2	92.4	93.0	94.2	93.0	92.9	100
魚介類	37.3	35.5	35.8	37.2	40.2	37.4	35
摂取を抑制すべき品目							
肉類	27.8	28.1	28.5	28.8	27.8	28.4	27
鶏卵	17.2	16.9	17.0	17.0	16.8	16.8	16
油脂類	14.9	14.6	15.1	15.1	15.1	15.0	14

資料：農林水産省「食料需給表」

注：1) 14年の供給純食料は概算値である。

2) 22年度の数値は、食料・農業・農村基本計画（12年3月閣議決定）の「望ましい食料消費の姿」において示された数値である。ただし、魚介類については、水産基本計画（14年3月閣議決定）に基づく24年度の数値である。

表 I - 5 主要品目の生産動向

(単位：万 t)

	平成9年度	10	11	12	13	14	22
米	1,003	896	918	949	906	889	969
小麦	57	57	58	69	70	83	80
大豆	14	16	19	24	27	27	25
野菜	1,431	1,365	1,386	1,367	1,357	1,327	1,498
果実	459	396	429	385	413	388	431
生乳	863	855	851	841	831	838	993
牛肉	53	53	55	52	47	52	63
豚肉	129	129	128	126	123	125	135
飼料作物	394	390	379	393	378	373	508
魚介類	673	604	595	574	549	516	682

資料：農林水産省「食料需給表」等

注：1) 14年度は概算値である。

2) 飼料作物はTDN（可消化養分総量）ベースである。

3) 22年度の数値は、食料・農業・農村基本計画（12年3月閣議決定）において示された生産努力目標である。ただし、魚介類については、水産基本計画（14年3月閣議決定）に基づく24年度の目標である。

また、「望ましい食料消費の姿」では、1人1日当たり総供給熱量が2,571kcal<sup>\*1</sup>程度になると見込んでいるが、この水準は食べ残し・廃棄の抑制を見込んで設定されている。14年度における同熱量は2,599kcalと9年度に比べ52kcal減少（2%減）しているが、その要因としては主に米の消費の大幅な減少（39kcal減）によるところが大きく、食べ残し・廃棄の抑制が進んでいるとはいいがたい状況にある。

#### （生産努力目標と実際の国内生産の動向）

国内生産の動向をみると、米は、消費量の減少を背景に生産調整面積が拡大していることから、生産量は9年度の1,003万トンから14年度には889万トンに減少しており、22年度の生産努力目標である969万トンを大幅に下回っている（表I-5）。小麦及び大豆は、12年度から開始された「水田農業経営確立対策」における助成水準の引上げ等を契機として、9年度の実産量はそれぞれ57万トン、14万トンであったが、14年度には83万トン、27万トンに増加しており、目標水準の80万トン、25万トンを上回っている。

野菜及び果実は、生産者の高齢化や労働力不足、輸入の増加の影響による価格の低迷等を背景として、9年度の実産量はそれぞれ1,431万トン、459万トンであったが、14年度には1,327万トン、388万トンに減少しており、目標水準の1,498万トン、431万トンを大幅に下回っている。

生乳は、需給動向を反映した生乳生産者団体による計画生産等のもとで、生産量は9年度の863万トンから13年度には831万トンに減少したが、14年度は飲用牛乳等の表示の見直し等を背景に牛乳やはちみつ等の需要が堅調であったことから前年に比べ0.8%増加の838万トンとなったものの、目標水準の993万トンを大幅に下回っている。

牛肉は、BSE発生の影響により生産量は13年度には減少したものの、9年度の53万トンから14年度には52万トンとほぼ横ばい傾向で推移しており、目標水準の63万トンを大幅に下回っている。豚肉は、小規模層を中心とした農家の離脱等を背景として、生産量は9年度の129万トンから14年度には125万トンに減少しており、目標水準の135万トンを大幅に下回っている。

飼料作物は、畜産農家の減少に加え、利便性や円高の進行による輸入飼料の増加等の影響により生産量は9年度の394TDN<sup>\*2</sup>万トンから14年度は373TDN万トンに減少しており、目標水準の508TDN万トンを大幅に下回っている。

魚介類は、我が国周辺水域の資源状況の悪化等に伴い、生産量は9年度の673万トンから14年度には516万トンに減少しており、水産基本計画に基づく24年度努力目標である682万トンを大幅に下回っている。

このように、基本計画の基準年である9年度以降の国内生産は、小麦、大豆等の一部の品目を除いて総じて減少傾向にあり、22年度の実産努力目標をかなり下回る水準で推移している。その要因としては、高齢化の進行、農業労働力の減少、輸入の増大等に加え、生産性の向上、技術の開発・普及による単収や品質の向上、生産・流通コストの低減等生産

\*1 22年度目標及びすう勢については、文部科学省資源調査会編「日本食品標準成分表」が「四訂」から「五訂」に改訂されたことから、これにあわせて修正している。

\*2 TDN（可消化養分総量）とは、エネルギー含量を示す単位であり、飼料の実量とは異なる。

努力目標の提示に際して設定された主要品目ごとの課題の解決が十分に図られていないことが影響していると考えられる。

#### (食料自給率目標設定後の食料自給率は横ばいで推移している)

基本計画策定時の基準年<sup>\*1</sup>である9年度と14年度の供給熱量を比較すると、食料自給率の分母に当たる総供給熱量は52kcal(2%)減少し、特に米は39kcal減少した(図I-15)。また、食料自給率の分子に当たる国産熱量は52kcal(5%)減少した。

主な品目別にみると、小麦や大豆、砂糖類の国産熱量の増加は食料自給率の向上要因となっている。しかしながら、自給率の高い米の消費量の減少や魚介類及び果実の生産量の減少に伴う国産熱量の減少、さらに自給率の低い肉類や油脂類の消費量の増加が自給率の低下要因となっており、14年度の食料自給率は9年度に比べ1ポイント低下している。

現在、食料自給率は5年連続で40%の水準を維持しているものの、これまでみてきたとおり、米の消費量の減少が続き、栄養バランスの改善がみられないことや、ほとんどの品目において生産努力目標の水準を下回って推移していることなどから、現段階では食料自給率の低下に歯止めがかかったとはいえない状況となっている。

#### (食料自給率向上のためには消費・生産両面の取組が重要である)

我が国の食料自給率が40%の水準にあることに対して、消費者及び農業者ともに「大幅に引き上げるべき」とする割合が9割を占めており、国民の多くが食料自給率の向上を望んでいる<sup>\*2</sup>。

食料自給率目標の達成のためには、消費・生産の両面にわたり、国のみならず消費者、食品産業事業者及び農業者、さらには地方公共団体を含めた関係者全体で努力することが重要である。具体的には消費面では、「食生活指針」の理解と実践の促進等により、脂質の摂取過多の改善等栄養バランスの改善を図るとともに、食品の廃棄や食べ残し(いわゆる食品ロス)を減らして食料資源の有効活用を図るなど、「望ましい食料消費の姿」の実現を目指し食生活の見直しに取り組む必要がある。また、食品ロスを減らし、それに相当する食料の輸入を減らすことができれば食料自給率の向上につながることから、消費者や食品産業事業者がその意義について理解を深め、食品の食べ残しや廃棄の抑制を実践していくことが重要である。さらに、食料消費と食料自給率との関係、地域固有の食材や食文化の維持等について国民一人ひとりが理解を深めていくことが求められる。

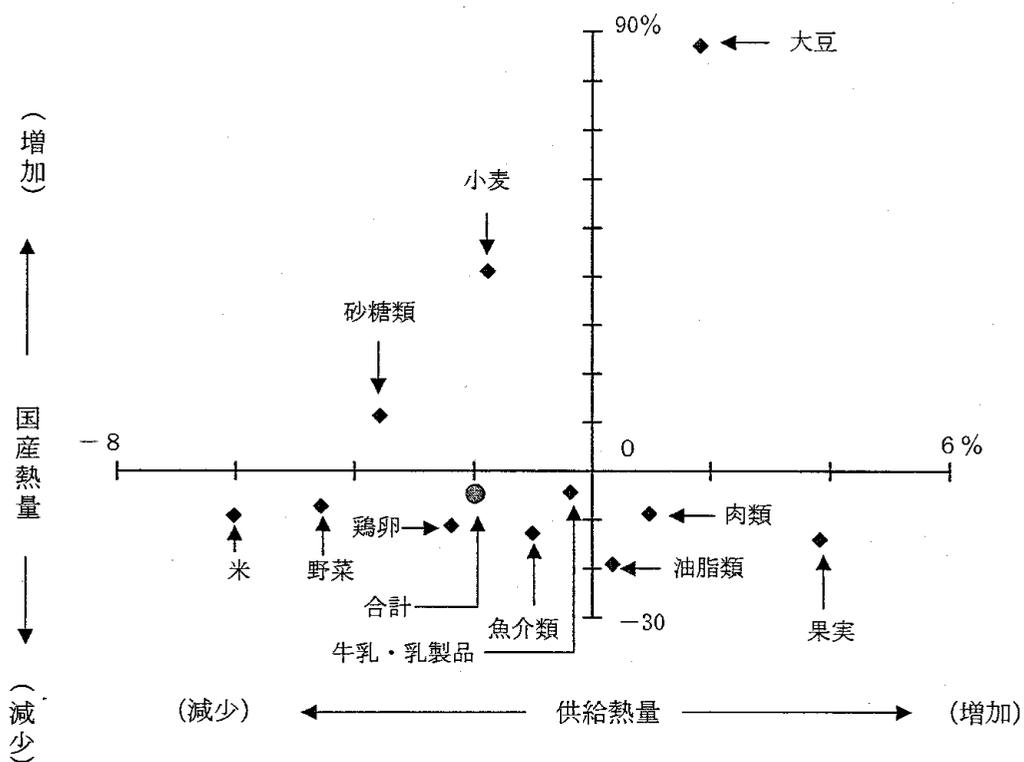
一方、生産面では、消費者や実需者のニーズに応じた農産物の生産に努め、その農産物が消費者や実需者に選択されることで国内生産の維持・拡大が可能となる。このため、農業者や農業生産に携わる関係者は、食料・農業・農村基本計画で示された生産性や品質の向上等の品目ごとの課題の解決に向け積極的に取り組んでいくことが重要である。

このようななかで、国としても、食生活の大切さを教える食育の推進に向けた国民的な

\*1 食料・農業・農村基本計画(12年3月閣議決定)においては22年度までの食料自給率目標(45%)を定めている。この策定に当たっては、9年度の食料自給率(41%)を基準に目標が定められた。

\*2 農林水産省「食料自給率目標に関する意識・意向」(15年11~12月調査。農業者モニター等を対象とするアンケート調査で、農業者モニター3,224名(回収率82.7%)、消費情報提供協力者1,480名(回収率87.4%)を対象としたものである。)

図 I - 15 供給熱量と国産熱量の増減率 (平成 9 ~ 14 年)



資料：農林水産省「食料需給表」

注：供給熱量（食料自給率（カロリーベース）の分母）と国産熱量（食料自給率（カロリーベース）の分子）は、1人1日当たりの熱量である。

運動を展開するほか、農地や担い手の確保、生産基盤の整備、技術の開発・普及等の施策を推進している。

また、食料・農業・農村基本計画の策定以降、市町村において、「独自の新たな生産努力目標等を策定し自給率向上を意識した取組を行っている」ものは5.4%、「独自の既に作成していた生産計画等を基に自給率向上を意識して取組を行っている」ものは14.3%であり、食料自給率の向上に意識的に取り組んでいる市町村は2割にとどまっている。一方、これらの市町村では、取組の成果について「かなり成果が出ている」または「多少成果が出ている」とする割合が8割となっている\*1。また、特に自給率向上を意識した取組を行っていない市町村の理由としては、46.4%が「市町村段階では自給率向上を意識した取組には無理があるため」としている\*2。

今後、食料自給率等の向上に向けた取組を進めるに当たっての重視すべき点として、「消費者に対して安全・安心な農産物を届ける取組を強化することによる国産需要の確保・拡大」、「国内の農業生産力を支える農地、水資源、担い手などの地域資源の維持・確保に対する支援」、「食育の推進、食生活指針の普及等、国産需要の確保・拡大につながる食料消費面での働きかけ」をあげる市町村がそれぞれ7割以上となっている。

このように、食料自給率向上に向けた意識については市町村により差があるものの、農業や食生活は地域の諸条件に根ざしたものであることから、食料自給率向上に向けた具体的な取組は、基本的には地域の特色を踏まえつつ地域段階において日々の生産活動、食生活や食育の場等を通じて主体的かつ積極的に行うことが重要であり、地域段階での取組をさらに図っていく必要がある。

#### （食料安全保障の確保に向けた取組）

食料は、人間の生命の維持に欠かせないものであるだけでなく、健康で充実した生活の基礎として重要なものである。しかしながら、農業生産は、自然条件の制約により生産量が変動しやすく、かつ、生産に一定の期間を要することから、需給事情の変動に迅速に対応することが困難であるという特質を有している。このことに加え、世界の農産物市場においては、特定の少数の国・地域が主要な農産物の輸出量について大きな割合を占めており、このため、世界の食料需給は、主要輸出国における作柄変動等の影響を受けやすくなっている。また、近年、世界的に発生しているテロ攻撃や紛争等による食料需給への影響も懸念される。

我が国の食料自給率が長期的に低下傾向にあるなかで、多くの国民が食料の安定供給に強い関心を寄せており、我が国の将来の食料供給について、「非常に不安を感じる」または「ある程度不安を感じる」とする者は、消費者及び農業者とも9割を占めている\*3。

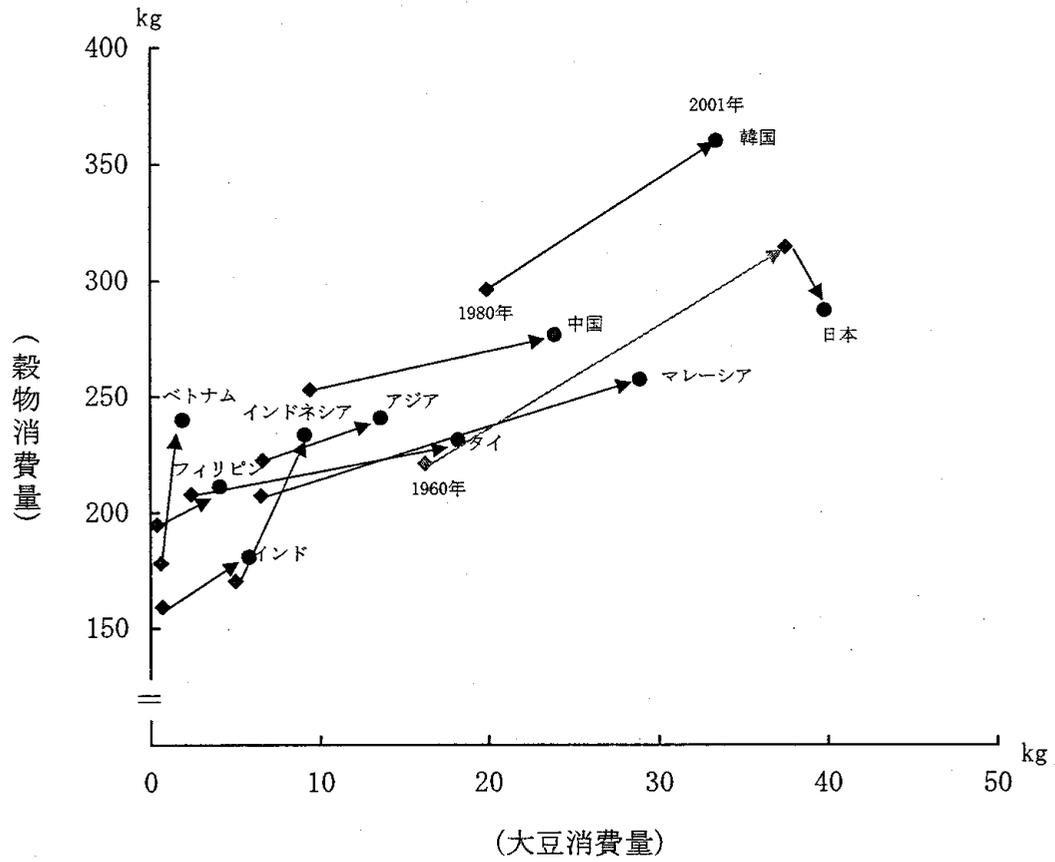
一方、アジア地域では、近年の経済発展等を背景に畜産物や油脂類の消費量が増加傾向にある国が多い。このため、畜産物の飼料用等を含めた穀物需要量と大豆油の搾油用

\*1 農林水産省「農業・農村の持続的な発展への取組に関する調査」（15年12月調査。全国の3,175市区町村の農政担当者に対して実施したアンケート調査であり、回収率は51.5%。）

\*2 \*1に同じ。

\*3 農林水産省「食料自給率目標に関する意識・意向」（P.47脚注参照）

図 I - 16 穀物と大豆の 1 人 1 年当たり消費量の推移



資料：農林水産省「食料需給表」、F A O「FAOSTAT」

- 注：1) 穀物消費量は飼料向け等を含む穀物全体の国内消費仕向量を人口で除して求めた。  
 2) 大豆消費量は搾油向け等を含む大豆全体の国内消費仕向量を人口で除して求めた。

等を含めた大豆需要量は増加傾向を強めており、特に、中国、韓国、インドネシア、タイ、マレーシアでは著しく増加している（図 I-16）。

このようななかで、国民に対する食料の安定供給を確保するためには、平素から、重要な生産要素である農地、農業用水の確保・有効利用、担い手の育成・確保、農業技術の向上等による国内での基本的な農業生産と食料供給力の維持・拡大を図ることが重要である。さらに、適切かつ効率的な備蓄の実施、安定的な輸入の確保等に努めるとともに、凶作や輸入の途絶等の不測の要因により国内における食料の需給がひっ迫するような事態においても、国民が最低限度必要とする食料の供給を確保することが必要である。このため、14年3月には、不測時において政府として講ずべき対策の基本的な内容、根拠法令、実施手順等を定めた「不測時の食料安全保障マニュアル」が策定されている。

## （2）食料消費構造をめぐる動向

最近の我が国の経済動向をみると、14年初頭に景気の谷を迎えた後に回復局面に入ったとみられていたが、その後の回復の動きは弱かった。15年に入ると企業収益や設備投資を中心に景気は持ち直しの動きがみられるが、家計部門にはまだ動きがみられない。15年の実質家計消費支出は、多くの月で前年同月を下回って推移しており、食料品価格は15年5月以降、8か月連続で前年同月を下回っている。

非農家世帯の世帯員1人当たり実質食料消費支出は、9年度以降5年連続で減少していたが、14年度にはわずかに増加した（表 I-6）。

これを品目別にみると、米は前年度に比べ3.5%減少し、8年度以降7年連続で減少した。魚介類は2.3%減少し、米と同様7年連続で減少した。牛肉は11.3%増加し、BSEの発生により落ち込んだ消費は回復しつつある。一方、豚肉及び鶏肉は13年度にBSEの発生に伴う代替需要もあって一時的に増加したものの、14年度以降は牛肉消費の回復に伴い前年同期を下回って推移している。

15年4-12月期の食料消費は、調理食品等一部の品目を除いて多くの品目で前年を下回ったことから、前年同期に比べ2.2%の減少となった。

### （年齢層や世帯形態によって食品の購買行動は大きく異なっている）

一般世帯（単身世帯を除く）における食料消費支出の構成比を世帯主の年齢別にみると、世帯主の年齢が高いほど魚介類、野菜・海藻、果物の占める割合が高い（図 I-17）。また、世帯主が若いほど外食や肉類の割合が高い傾向にあるが、穀類や調理食品の占める割合は、世帯主の年齢にかかわらずほぼ一定となっている。

次に、単身世帯における構成比をみると、外食が4割を占めている（図 I-18）。年齢別にみると、特に34歳未満の男性の単身世帯では外食の割合が6割となっており、調理食品、菓子類、飲料、酒類等の家庭内調理と関係の薄い食品を含めると、食料消費支出の9割を占めている。一方、65歳以上の男性単身世帯では、これらの食品の占める割合は6割となっており、このような世代による違いは、仕事などの忙しさに加えて調理の経験、食事の嗜好、所得等の要因が働いていると考えられる。また、女性の単身世帯についても、34歳未満では食料消費支出の5割を外食が占めており、男性と同様、家庭内調理と関係の薄い食品への支出が8割を占めている。一方、65歳以上の女性ではこれらの食品の占める

表 I - 6 食料消費支出(実質)の推移(全国・全世帯、対前年同期比)

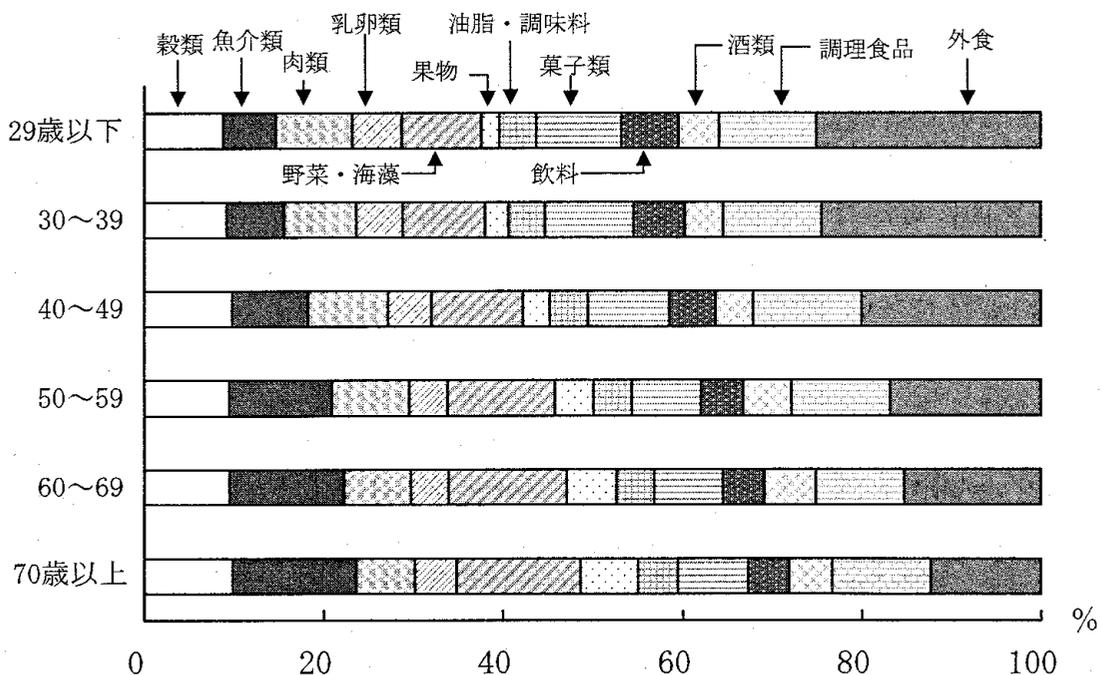
(単位：%)

	平成7年度	8	9	10	11	12	13	14	15(4-12)
消費支出	1.3	2.3	▲ 2.4	▲ 0.1	▲ 0.9	1.0	▲ 1.5	1.1	▲ 1.2
食料	1.2	1.0	▲ 1.3	▲ 0.1	▲ 1.3	▲ 0.6	▲ 0.5	0.5	▲ 2.2
主食(穀類)	2.9	0.1	▲ 2.7	0.2	▲ 1.9	▲ 1.4	▲ 0.8	▲ 0.2	0.0
米	4.1	▲ 1.4	▲ 4.7	▲ 0.6	▲ 3.6	▲ 0.9	▲ 1.3	▲ 3.5	▲ 2.5
パン	▲ 0.2	2.7	▲ 0.7	1.6	0.2	▲ 2.7	▲ 1.3	3.2	2.7
めん類	▲ 1.0	0.3	▲ 0.6	▲ 0.6	▲ 0.7	▲ 1.6	0.6	1.5	0.7
副食	1.8	0.5	▲ 0.9	▲ 0.5	▲ 0.8	▲ 0.7	▲ 0.9	0.4	▲ 1.9
魚介類	2.2	▲ 3.2	▲ 2.6	▲ 2.3	▲ 3.7	▲ 1.9	▲ 0.3	▲ 2.3	▲ 3.8
肉類	1.5	▲ 3.1	▲ 0.9	▲ 1.8	▲ 1.3	▲ 1.4	▲ 7.8	2.9	▲ 2.9
うち牛肉	▲ 0.7	▲ 9.4	0.3	▲ 5.3	▲ 1.8	▲ 2.8	▲ 23.2	11.3	▲ 0.8
豚肉	1.3	4.0	▲ 2.9	0.0	▲ 0.9	▲ 1.2	5.9	▲ 0.1	▲ 6.8
鶏肉	2.5	4.1	▲ 3.1	▲ 3.0	▲ 1.6	▲ 1.8	3.9	▲ 2.4	▲ 5.8
乳卵類	▲ 0.8	4.0	0.4	1.7	▲ 1.3	▲ 2.8	▲ 1.5	3.5	▲ 3.3
野菜・海藻	2.2	3.1	▲ 3.5	▲ 1.6	0.4	▲ 0.6	▲ 0.2	▲ 1.1	▲ 3.2
油脂・調味料	1.4	4.9	▲ 0.2	2.8	▲ 0.4	0.8	▲ 0.6	3.3	1.3
調理食品	2.9	2.3	3.6	1.9	1.7	1.5	3.4	0.5	1.5
うち主食的調理食品	9.4	6.4	5.5	3.7	2.2	3.1	4.3	0.5	1.4
弁当類	5.3	8.9	7.0	4.2	1.8	2.2	4.8	1.2	1.3
他の調理食品	▲ 0.3	0.2	2.5	0.7	1.4	0.5	2.9	0.4	1.6
嗜好食品	▲ 2.1	1.2	▲ 1.5	0.5	▲ 1.2	▲ 0.2	2.0	0.7	▲ 2.1
うち果物	▲ 1.8	▲ 2.7	0.2	▲ 1.6	▲ 0.3	2.6	4.3	▲ 1.5	▲ 8.7
菓子類	▲ 2.8	0.5	▲ 0.3	▲ 0.6	▲ 2.8	▲ 1.4	3.0	0.9	▲ 0.2
飲料	▲ 0.9	4.2	▲ 1.0	1.7	3.7	▲ 0.4	2.0	3.0	1.3
酒類	▲ 2.3	3.0	▲ 5.1	3.1	▲ 3.7	▲ 0.4	▲ 1.7	▲ 0.1	▲ 2.3
外食	3.4	2.2	▲ 0.9	▲ 0.5	▲ 1.3	▲ 0.1	▲ 2.0	0.9	▲ 4.0

資料：総務省「家計調査」、「消費者物価指数」を基に農林水産省で作成。

注：農林漁家を除く2人以上の世帯の1人当たり支出である。

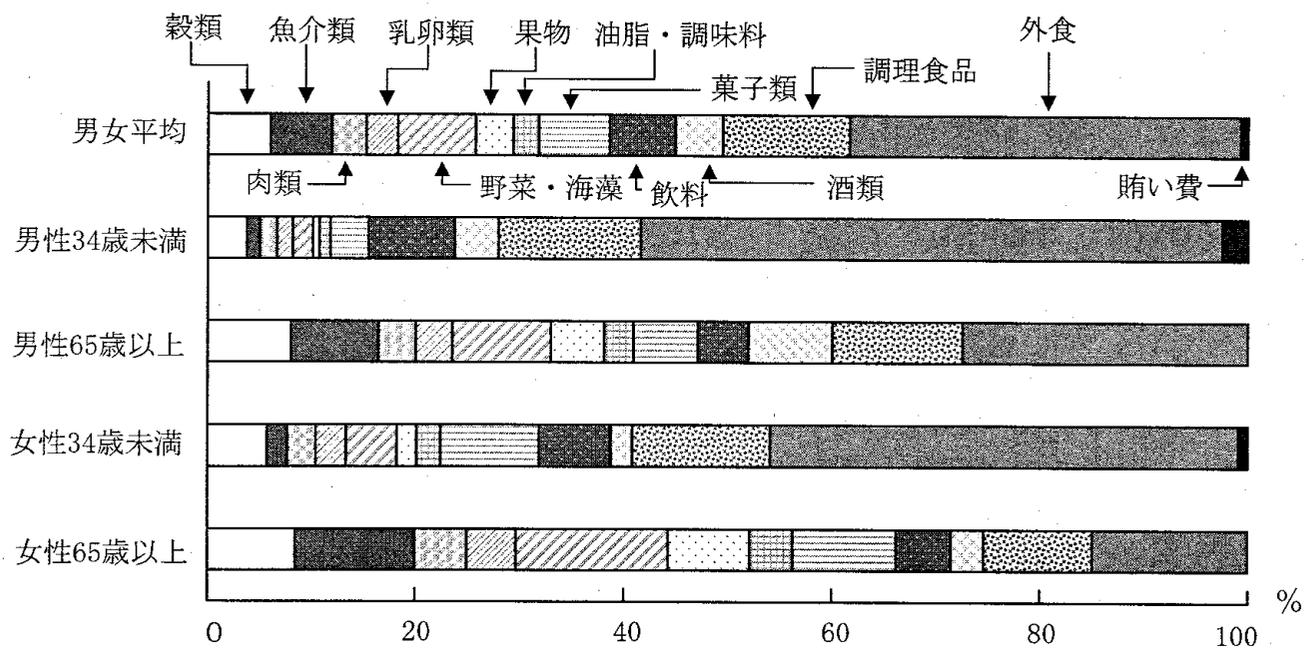
図 I - 17 世帯主の年齢別にみた飲食費構成(平成15年)



資料：総務省「家計調査」

注：農林漁家を除く2人以上の世帯である。

図 I - 18 単身世帯の年齢別飲食費構成 (平成15年)



資料：総務省「家計調査」

注：農林漁家を除く。

割合が4割となっている。

これらのことから、相対的にみると、男性に比べて女性が家庭内調理を行っているものの、若い単身世帯では男女を問わず仕事の忙しさや調理の技術や経験の乏しさ、食事の嗜好等の要因によって調理が必要な食品への支出が少なくなっていることがうかがわれる。

#### (加齢や年代の違いによる食料消費の変化)

食料消費は、加齢や世代によって大きな違いがあり、さらに、戦後の高度経済成長以降の経済社会の変化のもとで、同じ年齢層であっても時代によって大きく変化してきている。厚生労働省「国民栄養調査」を基に世代別の食品摂取量の変化をみると、20歳代を中心とした若い世代では肉類、油脂類、菓子類の摂取量が相対的に多い。一方、60歳代では果実類、魚介類、豆類、藻類等の摂取量が多くなっている。

次に、世帯主の年齢別に消費支出（世帯員1人当たりの実質額）と購入数量の長期的動向をみていくこととする\*1。

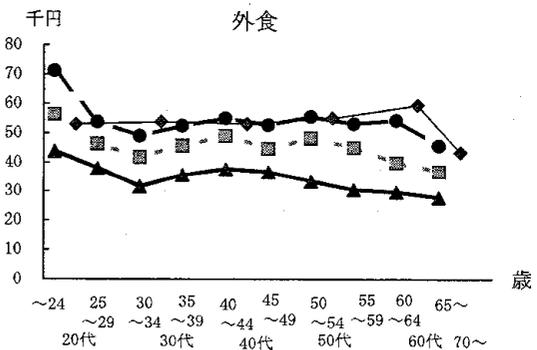
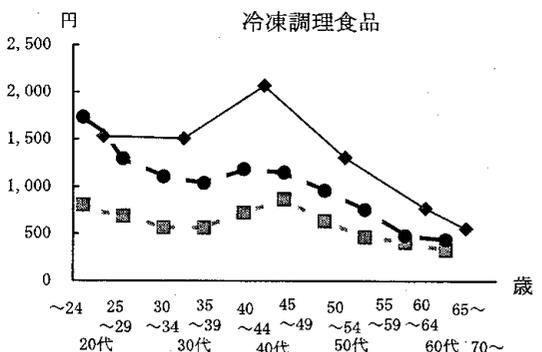
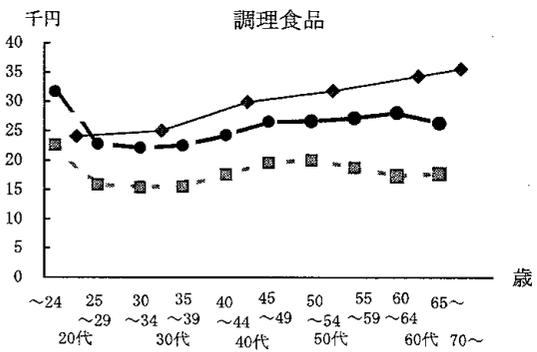
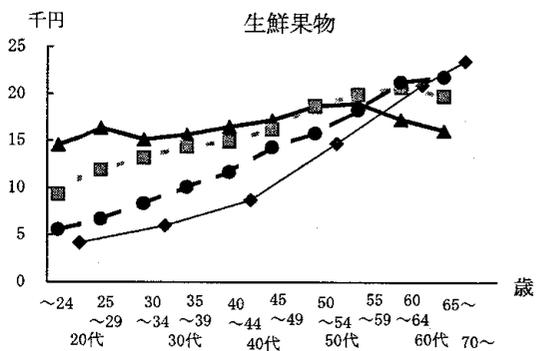
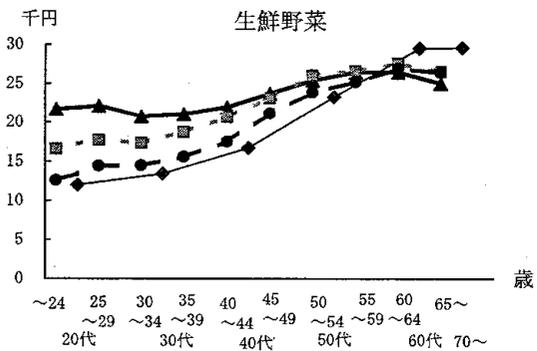
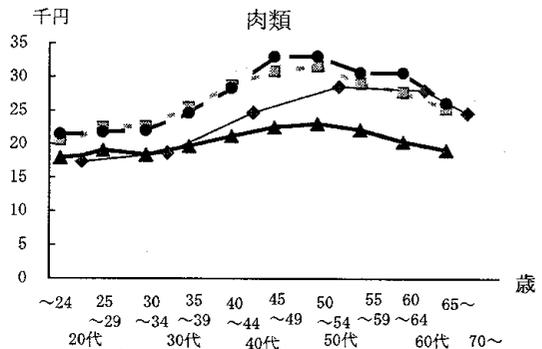
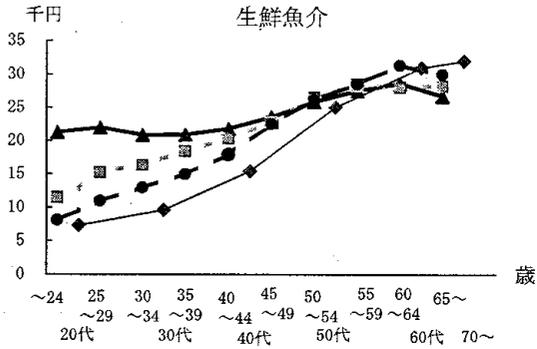
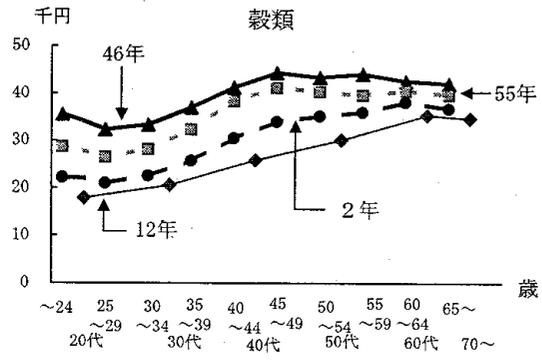
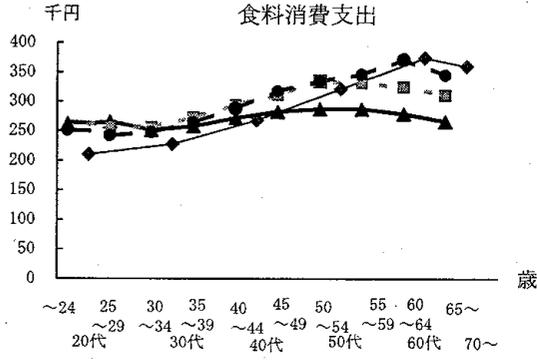
全体の食料消費支出をみると、昭和46年では世帯主の年齢の違いによる大きな差はみられないが、近年では若い世代で減少し、高齢世代で増加している（図I-19）。品目別にみると、穀類は各世代とも減少しており、特に近年では40歳代から50歳代で大幅に減少している。生鮮の魚介、野菜、果物は46年には世代による大きな違いはみられなかったが、若い世代はその後、大幅に減少しているのに対して、60歳代以上の世代では増加している。また、60歳前後の世代では、最近に至るまで魚介、野菜、果実の消費の増減にほとんど変化がみられない。さらに、調理食品、冷凍調理食品、外食は各世代とも増加しており、特に高齢世代で調理食品が増加している。

なお、世帯における1人当たりの食品の購入数量は、加齢に伴う嗜好の変化に加えて、世帯主の加齢、すなわち家族のライフサイクルによっても変動すると考えられる。一般的に20歳代から30歳代にかけては幼少期の子どもを養育していることから、世帯員1人当たりで換算した購入数量は少なく、子どもの成長とともに増加し、中壮年以降は子どもの独立等により減少するとみられる。しかし、このようなライフサイクルに伴う購入数量の変化を念頭において品目別の動向をみると、例えばパンは46年から55年にかけてすべての世代で増加していること、米は中壮年世代でも減少していることなど、ライフサイクルの変化で説明できない生活様式等の要因に基づく消費の変化が生じてきていると考えられる（図I-20）。

引き続き少子高齢化が進み、我が国全体の消費構造に与える高齢者層の影響力が強まるとみられるなかで、これまでみてきたような世代による食料消費の違いが、農産物需要や食品産業に与える影響力も強まると考えられる。

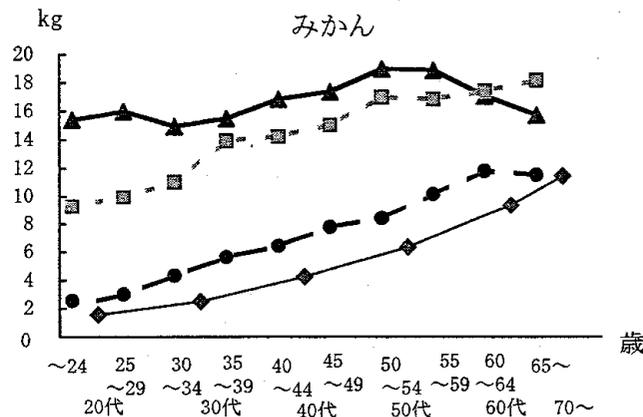
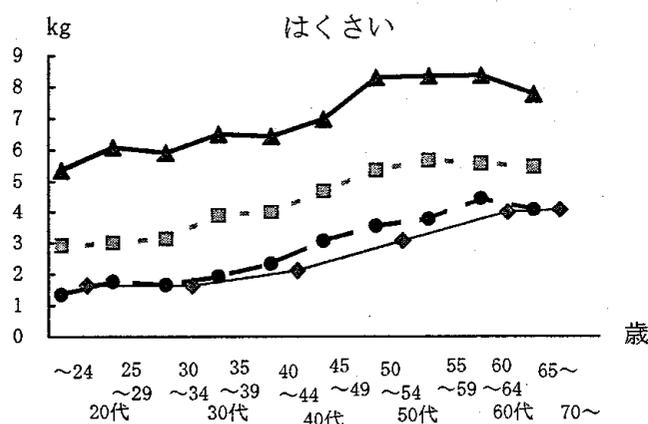
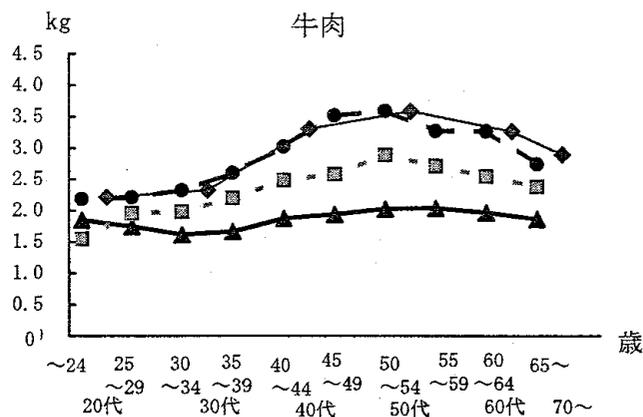
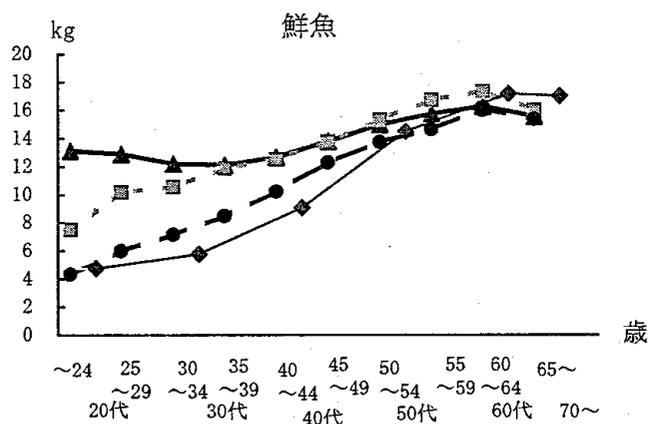
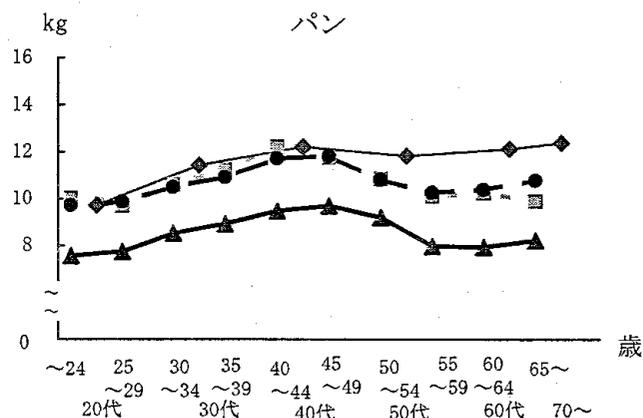
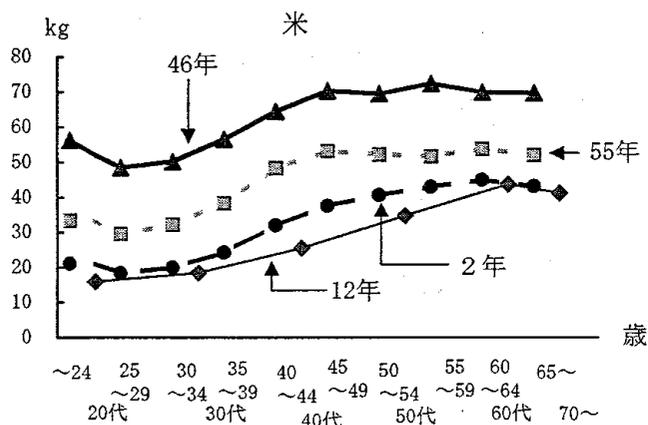
\*1 年齢別1人当たりの摂取量を長期に遡及できる資料がないため、ここでは家計としての1人当たり消費支出でみることにする。家計の食費に占める割合をみると、年齢が上がるにつれて魚介類、野菜・海藻類、果物への支出割合が高くなる。この点では厚生労働省「国民栄養調査」による1人当たり食品摂取量と同じ傾向を示している。

図 I-19 1人あたり実質消費支出の変化（世帯主の年齢別）



資料：総務省「家計調査」、「消費者物価指数」を基に農林水産省で作成。  
 注：1) 農林漁家を除く2人以上の世帯の消費支出である。  
 2) 冷凍調理食品の実質化に当たっては、冷凍コロッケの消費者物価指数を用いた。

図 I-20 1人あたり購入数量の変化 (世帯主の年齢別)



資料：総務省「家計調査」を基に農林水産省で作成。  
 注：農林漁家を除く2人以上の世帯の購入数量である。

### (調理食品を主体とした食の外部化の進展)

食料消費支出が減少傾向にあるなかで、外食及び調理食品の支出割合は増加しており、現在では食料消費支出の3割が家庭外で調理された食品で占められている(図I-21)。調理食品についてみると、購入単価はほぼ横ばいで推移しているが、購入頻度は高まっており、特に単身世帯よりも2人以上の世帯で購入頻度が高い(図I-22)。一方、外食については購入頻度、購入単価ともに横ばいで推移しているが、それぞれ単身世帯でかなり高くなっている。これらのことから、近年の食の外部化<sup>\*1</sup>は2人以上の世帯で利用する機会が多い調理食品の伸びに支えられる形で進行していることがうかがわれる。

中食<sup>\*2</sup>と外食を利用する機会をみると、中食は平日の昼食及び夕食、休日の昼食で利用する機会が多く、外食は休日の昼食及び夕食、平日の昼食で利用する機会が多くなっている<sup>\*3</sup>。休日の外食利用は、家族の人数が多くなるほど利用機会もふえており、休日の外食は家庭での料理の手間を省くためだけでなく、家族団らんという一面があることがうかがわれる。

なお、調理済み食品については、60歳代では3割を超える者がその利用を好まないのに対し、20歳代、30歳代ではその割合は1割程度となっており、若い世代で中食が食生活のなかに浸透していることがうかがわれる<sup>\*4</sup>。

### (女性の社会進出と核家族化のもとで食の外部化が進行している)

食の外部化が進行している要因としては、世帯構成の変化、生活水準の向上等に加えて、女性の社会進出が影響しているとみられる。

配偶者のいる女性就業者は昭和45年から平成2年の間に39%増加しているが<sup>\*5</sup>、その間に家庭での炊事時間は13%減少しており<sup>\*6</sup>、女性の実質賃金もこの間に大幅に増加している<sup>\*7</sup>。これらのことから、女性の社会進出に伴う家庭で調理することの機会費用<sup>\*8</sup>の増大が調理食品や外食への食の外部化を促す一因であると考えられる(図I-23)。さらに、核家族化が進行して家族の人数が減少し、一人ひとりの食事の好みや内容も多様化してきている。このため、家庭での食品の購入が小口化し、食材費の節約が図りにくくなったことや、家族の人数の減少に比べ調理の手間がそれほど軽減されないこともその要因となっている。

\*1 巻末〔用語の解説〕を参照。

\*2 巻末〔用語の解説〕を参照。

\*3 農林漁業金融公庫「中食や外食の利用に関するアンケート調査」(15年6～7月調査。過去に農林漁業金融公庫が実施した調査の回答者の中から全人口の年代構成比に応じて無作為に抽出した1,250人を対象とした調査であり、回収率は64.0%。)

\*4 日清製油(現日清オイリオ株式会社)「2001年、日本人の食卓風景」(13年1～2月調査。全国の20歳以上の女性1,281名を対象に実施したアンケート調査。)

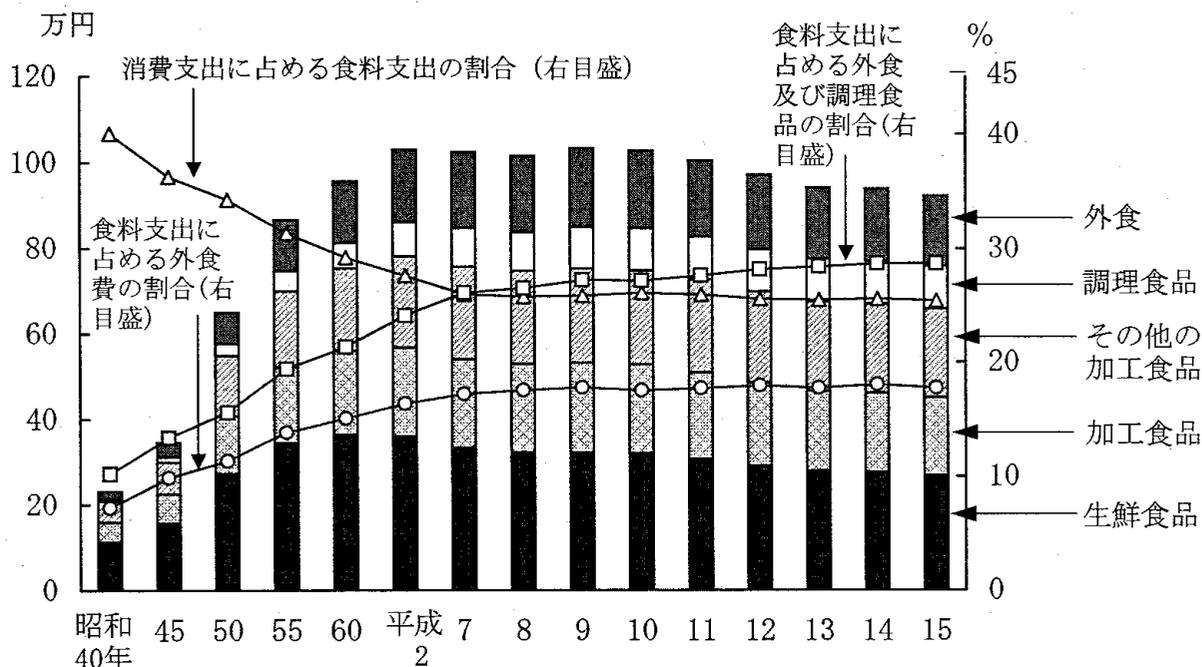
\*5 総務省「労働力調査」

\*6 NHK「国民生活時間調査」

\*7 厚生労働省「賃金構造基本統計調査」及び総務省「消費者物価指数」に基づき、女性の名目賃金を、持家の帰属家賃を除く総合指数(12年基準、全国)で除して求めた。

\*8 巻末〔用語の解説〕を参照。

図 I - 21 食料消費の用途別支出構成(名目)

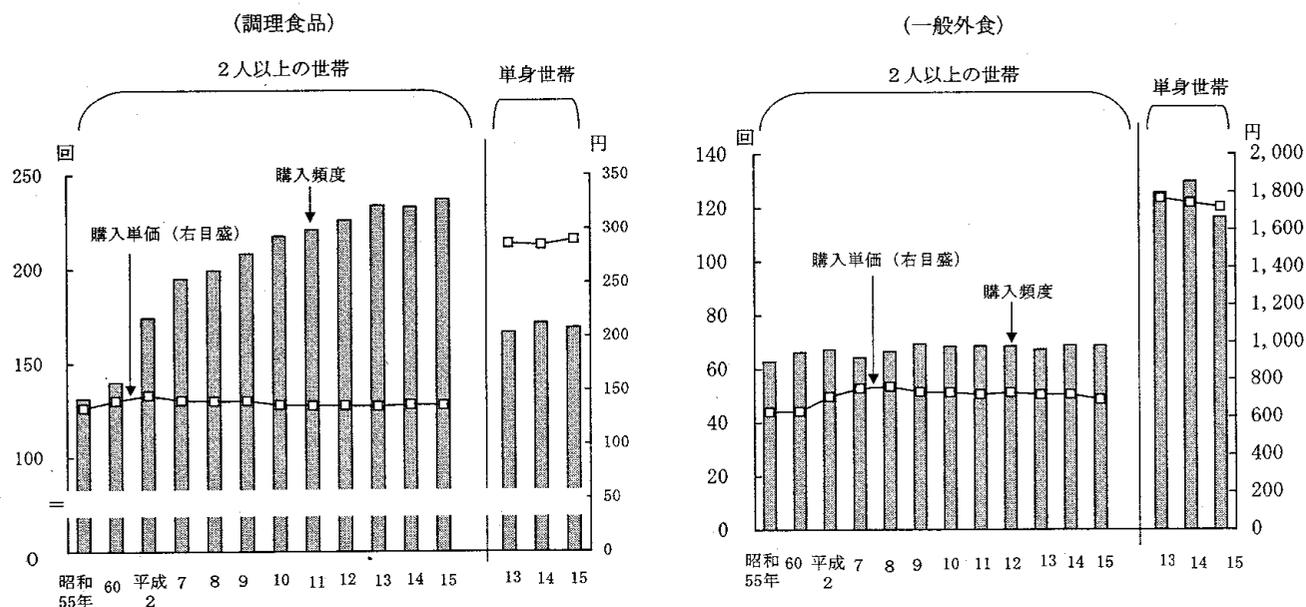


資料：総務省「家計調査」を基に農林水産省で作成。

注：1) 農林漁家を除く2人以上の世帯の年間の支出である。

2) 家計調査の「米類、生鮮魚介、生鮮肉、卵、生鮮野菜、生鮮果物」は生鮮食品、「パン、めん類、他の穀類、塩干魚介、魚肉練製品、他の魚介加工品、加工肉、牛乳・乳製品、乾物・海藻、大豆加工品、他の野菜・海藻加工品、果物加工品」は加工食品、「油脂・調味料、菓子類、飲料、酒類」はその他の加工食品として分類した。

図 I - 22 調理食品及び外食の頻度及び単価



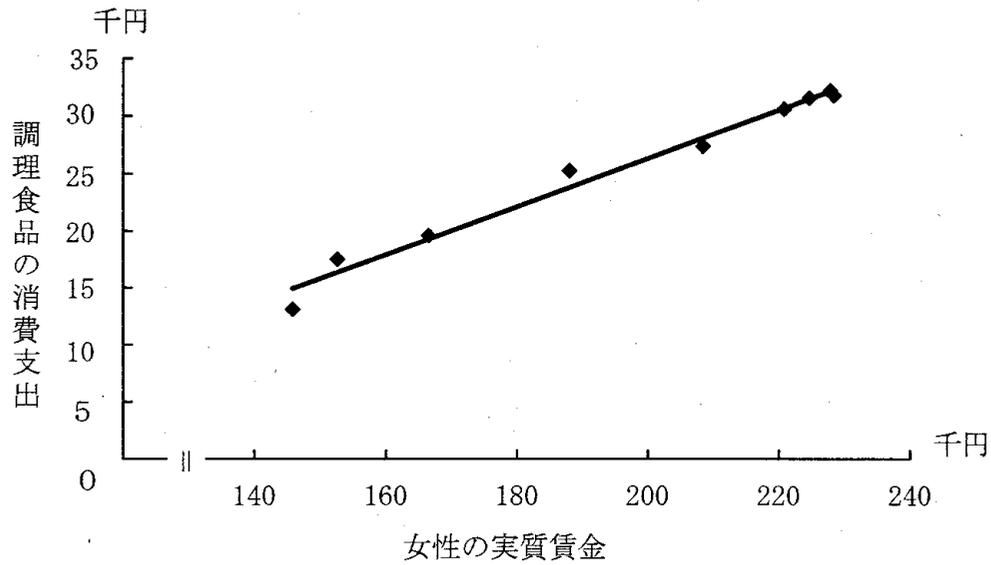
資料：総務省「家計調査」、「消費者物価指数」を基に農林水産省で作成。

注：1) 購入単価は実質化している。

2) 購入単価は次式により算出した。

購入単価 = (1世帯当たり購入金額 × 100 ÷ 100世帯当たり購入頻度) ÷ (1世帯当たり世帯員数)

図 I - 23 女性の実質賃金と調理食品の消費支出



資料：総務省「消費者物価指数」、「家計調査」、厚生労働省「賃金構造基本統計調査」を基に農林水産省で作成。

注：1) 昭和51年、55年、60年、平成2年、7年、12年、13年、14年、15年の数値である。

2) 実質賃金は、名目賃金を、持家の帰属家賃を除く総合指数（12年基準、全国）で除して求めたものであり、1か月当たりの数値である。

3) 調理食品の消費支出は、農林漁家を除く2人以上世帯の、年間1人当たり実質消費支出である。

### (3) 食生活の現状と食育の推進

#### (諸外国と比較した我が国の食生活の特徴)

食生活は、それぞれの国や地域の気候風土に適した農業と食料を基礎に、長い年月をかけて形成されてきた。しかし、最近では、経済発展の度合いやし好の変化、健康への関心の程度等を反映し、変化がみられる。

世界各国の供給栄養素（P：たんぱく質、F：脂質、C：炭水化物）の構成比（PFCバランス）をみると、欧米諸国では脂質が4割を占めているのに対し、ベトナム、タイ、インド等のアジア諸国は炭水化物が7割を超すが脂質は2割弱と低くなっている（図I-24）。中国については、以前は他のアジア諸国と同じような水準であったが、最近では、炭水化物の割合が低下し、脂質の割合が増加してきており、我が国のPFCバランスに近くなっている。また、中国でのたんぱく質の摂取は、植物性由来のものが多いものの、動物性たんぱく質の摂取内訳をみると肉類がその過半を占めている。

一方、我が国の食生活は、穀類を多く摂取する他のアジア諸国と、肉類、牛乳・乳製品、油脂類を多く摂取する欧米諸国のほぼ中間に位置しており、さらに魚介類を多く摂取するという特徴がある。このように我が国は、栄養バランスが優れたいわゆる日本型食生活を実現していたが、近年、脂質の摂取過多等に伴う問題が発生している。

#### (健康上望ましい体型と人々が理想としている体型にずれが生じている)

我が国では、主食である米の消費の減少に伴い、炭水化物の摂取割合が減少する一方で脂質が過多になっている。また、世代別にみると、特に若い世代で栄養面での問題が生じている。1人当たりのエネルギー所要量と実際のエネルギー摂取量を比較すると、男性で18歳から49歳、女性で15歳から29歳の間でそれぞれ所要量を満たしていない<sup>\*1</sup>。また、カルシウムや鉄も若い世代での不足が目立っている。

これらの要因の一つに、若い女性を中心として食事に関する誤った知識が広がっていることがあげられる。女性の体重についてみると、60歳以上では肥満者の割合が3割と高くなっているが、20歳から39歳の世代では低体重者（やせ）の割合が高い<sup>\*2</sup>。特に20歳代では4人に1人がやせに属しており、20年前の同世代と比較すると20歳代、30歳代ともに2倍に増加している。さらに、厚生労働省「国民栄養調査」（14年）によると、10歳代のやせ気味の女性のうち18%が自分は太っていると認識し、60歳代までの全世代では、普通の体型であっても自分は太っていると認識している。なお、男性では自己の体重を適正に認識している。一方、都内企業に勤務する20歳代から50歳代についてみると、女性ではやせ気味の人44%が自分は太っていると認識しているのに対し、男性では太り気味の人15%が自分が太っていることを認識しておらず、男女の間では自分の体重や体型に対する意識に大きな差がみられる<sup>\*3</sup>。

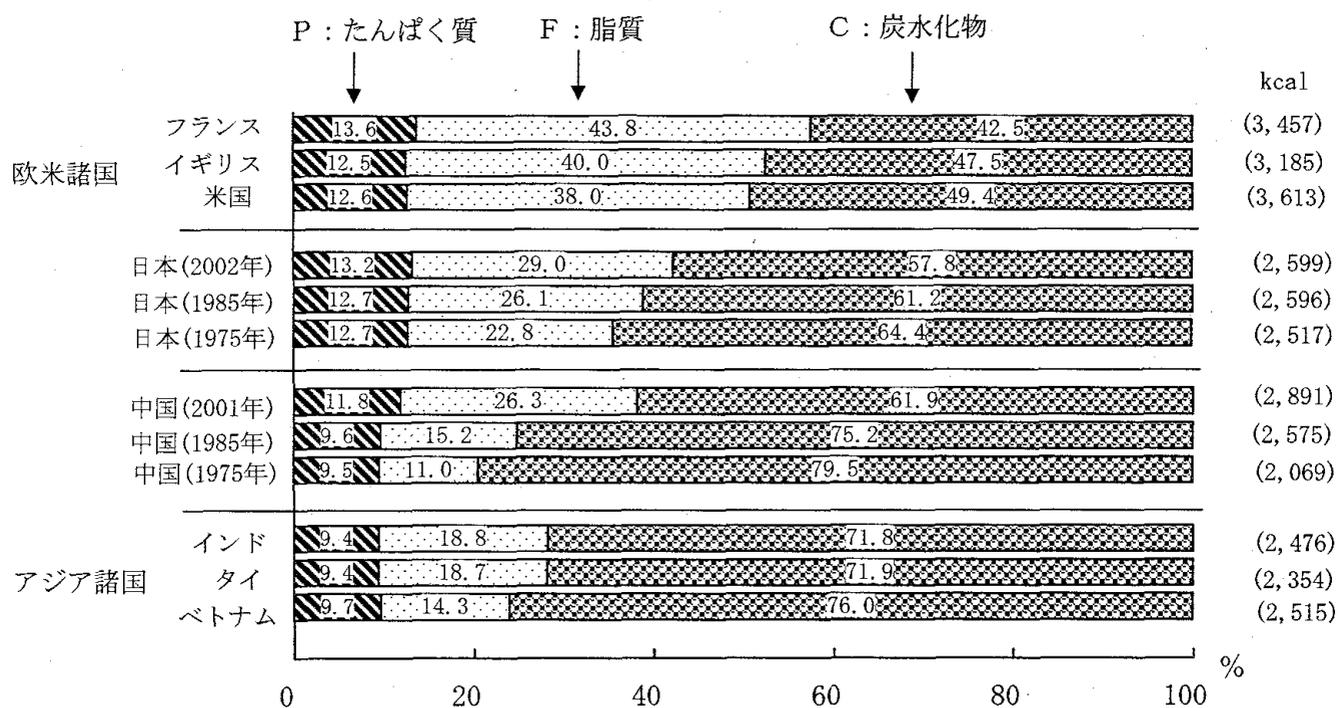
こうしたことから、若い女性を中心に理想的な体重とは異なる細身の体型が望ましいと

\*1 厚生労働省「国民栄養調査」（13年）を基に、国民の大半が該当すると思われる生活活動強度Ⅱ（やや低い）のエネルギー所要量と比較した。

\*2 厚生労働省「国民栄養調査」（13年）

\*3 カネボウ(株)化粧品事業本部「ダイエット。その理想と現実」（15年1月27日～2月7日調査。首都圏在住で都内企業に勤務する20～50歳代の働く男女300人を対象とした調査であり、回収率は90.0%。）

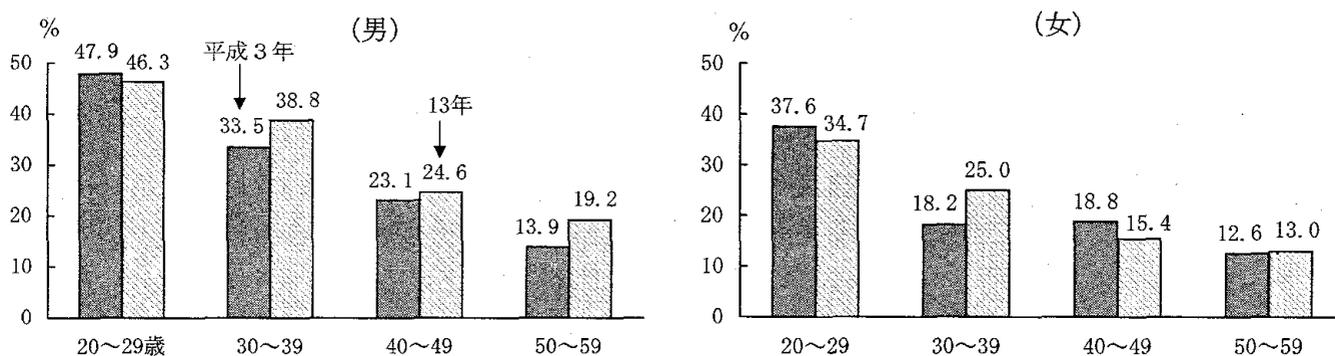
図 I - 24 諸外国の P F C 供給熱量比率



資料：農林水産省「食料需給表」、FAO「Food Balance Sheets」を基に農林水産省で試算。

- 注：1) 特に表記がない限り2001年の値である。  
 2) グラフ右の( )内の数値は1人1日当たり供給熱量である。  
 3) 供給熱量にアルコール飲料は含まない。

図 I - 25 欠食習慣がある者の割合



資料：厚生労働省「国民栄養調査」

注：15歳以上の者を対象に実施したものである。

いう考え方が広がっていることや、中壮年の男性には自分の体重管理に無関心な人がいることがうかがわれる。特に女性では、運動することよりも食事量を減らすことで体重を減らすことを優先する傾向もみられるため、鉄やカルシウム等の必要な栄養素がかなり不足する傾向が強い。さらに、拒食症や過食症といった摂食障害は中学校や高校で増加傾向にある<sup>\*1</sup>。中学及び高校の養護教諭に対するアンケート調査によると、生徒の食事の仕方や行動面での課題として、「朝食抜き」や「ダイエットの話題が多い」をあげる割合が高くなっている。

### （若い世代に欠食習慣が多い）

欠食する習慣が、ほとんど毎日または週2～5回である者は男女とも20歳代で最も多く、男性で46.3%、女性で34.7%となっている（図I-25）。しかし、欠食習慣がある者の割合を10年前と比較すると、男性では30～59歳、女性では30歳代で増加するなど欠食の広がりがみられる。なお、世代ごとに平成3年と13年の欠食率を比較すると、どの世代も加齢とともに減少している。

一般に20歳代は、進学や就職等に伴い一人暮らしをする割合が高くなり、食事を自ら作る機会がふえる世代である。しかしながら、最近では、調理の技術や経験が乏しいことに加え、食事を作ることが面倒なことやダイエット等の理由から、食事を作ることや食べることに興味関心が低くなる傾向が強くなっていることが考えられる。その後、結婚や出産に伴う生活習慣の変化や加齢に伴う健康への関心の高まりを背景に食生活への関心も高くなり、欠食率が減少してくると考えられる。

10歳代の欠食の要因としては、「時間がない」、「食欲がない」といった点があげられている。これは現代の子ども達が塾や習い事に追われて食事にかかる時間のゆとりが少なくなっていること、夜遅くまで起きていたり、夜食を食べる機会が多くなるなどの不規則な生活を送っていることが関係しているとみられる。また、児童の不定愁訴（身体に明白な異常がないにもかかわらず、「だるい」など様々な不調を訴える状態）についてみると、朝食を必ず食べる児童でいつも体がだるいと感じる児童は8.5%であるのに対し、朝食をほとんど食べない児童では23.8%と高くなっている<sup>\*2</sup>。

### （いわゆる健康食品等の市場が拡大している）

食の簡便化や健康志向の高まりを背景に、これまでみてきたような食生活の乱れという要因も加わって、近年、いわゆる健康食品等の市場が拡大しており、特定保健用食品<sup>\*3</sup>の市場規模は9年の1,316億円から14年の5,669億円へと急激に拡大している。厚生労働省「国

\*1 厚生労働省研究班「10代若者における摂食障害発症の危険性、その早期発見と対策等に関する調査研究」（14年11月～15年6月調査。秋田・愛媛・大阪・岡山・静岡・千葉・栃木・富山の8府県のすべての中学（1,197校）、高校（1,055校）の養護教諭に対して郵送で行った調査であり、回収率は56.1%（中学59.9%、高校48.7%）。）

\*2 独立行政法人日本スポーツ振興センター「児童生徒の食生活等実態調査」（12年度）（全国の完全給食実施校の公立小学校5年生120名、中学校2年生120名を対象に行われた調査であり、回収率は88.6%である。）

\*3 身体の生理学的活動に影響を与え、その摂取により特定の保健の効果があると厚生労働省の審査により科学的に証明され、許可された食品。

民栄養調査」(13年)によると、「必要な栄養素を食事からとれていない」とする者は若い世代に多く、特に20歳代の女性では4分の1が「とれていない」としている。また、それらの者のうち、男性の2割、女性の3割が錠剤、カプセル、顆粒、ドリンク状のビタミンやミネラルを摂取している。

いわゆる健康食品等は、上手に活用すれば保健上の効果や栄養素の補給という効果を発揮することが考えられる。しかし、食事は、単に必要な栄養素を補給する行動ではなく、食品のもっている「おいしさ」を味わい、味覚を発達させること、自然の恵みへの感謝の気持ちをはぐくむこと、人と人とのコミュニケーションを円滑にすることなど、様々な効用がある。このため、食事や食品についての正しい知識を身に付けたうえで、健康づくりのためにはバランスのとれた規則正しい食事を基本とすることが重要である。

#### (環境の保全や資源の節約のためにも食生活の見直しが重要である)

これまでみてきたように、我が国の最近の食生活は、若い世代を中心として栄養バランスの崩れや欠食等がみられる。さらに、食品の廃棄や食べ残し等の、いわゆる食品ロスの増加が問題となっている。

世帯における食品ロス率は4.8%となっており、その内訳は3.1%が廃棄、1.6%が食べ残しである<sup>\*1</sup>。食品の廃棄や食べ残しが発生する理由としては、調理や保存方法がわからないことや必要以上に食事や食品が提供されることがあげられる。また、1人1日当たりの供給熱量と摂取熱量<sup>\*2</sup>の差は、ほぼ1回の食事分に相当する730kcal程度となっている。このような食品ロスは、食料自給率の低下、食料資源のむだ遣い、包装容器や輸送エネルギーの浪費、廃棄物の処理段階での環境負荷等様々な悪影響を及ぼすものである。このため、食に関する知識の向上や食料に対する意識の向上を通じて、食品ロスを減少させていくことが重要である。

#### (安全・安心への関心の高まりから地産地消やスローフードの取組が進展している)

消費者の食に対する関心の高まりとともに、生産者と「顔の見える関係」を構築しようとする動きが広がっている。地域で生産された農産物を地域内で消費する、いわゆる地産地消は、生産者にとっては消費者の反応が直接わかるという利点が、消費者にとっては新鮮で生産者の顔が見え、由来が明らかである農産物が手に入るという利点がある。さらに、地産地消は輸送のコストが少なく、輸送に伴う二酸化炭素の排出等の環境への負荷も低減される。

最近では、学校給食に地元産の農産物を取り入れるという取組が各地で活発に行われている。子ども達にとってはおいしいというだけでなく、自分たちの身近にいる生産者が作ったものを粗末にしてはいけないといった意識が自然に働き、食べ残しが減るという効果も現れている。また、生産者にとっても、地域の子どもの達に対し、安全・安心な農産物を提供しようという気運がさらに高まるという効果がある。

また、これまでの食生活をもう一度考え、伝統的な質の良い食材や地域に根ざした豊かな

\*1 農林水産省「食品ロス統計調査」(15年)

\*2 巻末「用語の解説」を参照。