

# 食から日本を考える。

## ～ニッポンフードシフト～

大臣官房政策課 食料安全保障室



食から日本を考える。

# NIPPON FOOD SHIFT

「食」は、人を育て、命を支え、社会を動かす大切な力です。  
すべての人は、日々の暮らしの中で「食」と深く結びついています。

いま、日本では社会の変化が加速し、  
「これからの食をどうしていくか」が大きな課題になっています。

- 食料自給率
- 環境との調和
- 新しい生活様式
- 健康への配慮
- 食育
- サプライチェーンの状況



など、真摯に向き合わなければならないテーマは数多くあります。

「食」を考えることは、これからの社会と私たちの生き方を考えること。



「食から日本を考える。」  
ニッポンフードシフトムー  
ビー | ニッポンフードシフト

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。

### 国民運動

## 「ニッポンフードシフト」 始動。

ニッポンフードシフトは、  
食と農の課題や未来について  
「自分ごと」として考え、  
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・行政が一体となって、  
日本の“これからの食の未来”を  
つくる国民運動です。



# おにぎりから日本考える。

## ～おにぎりから、ニッポンフードシフト～



食から日本を考える。

# NIPPON FOOD SHIFT

大臣官房政策課 食料安全保障室

### なぜ「おにぎり」？

おにぎりは様々な具材をご飯で包んだ日本の伝統食。使用される食材を一つひとつひも解いてみると！

#### 調味料で味付けしたおにぎり

大豆や小麦は、多くを海外から輸入に頼っていますが、近年、**国産の小麦や大豆の生産量が増え、自給率は向上**しています。



#### 食材で包んだおにぎり①

かつお節や海苔、とろろ昆布などの海産物は歴史も古く、原料の多くは国産です。

紫蘇や高菜、野沢菜などの野菜や漬物を使ったおにぎりの場合、ほとんどが国産ですが、漬物などの加工業務用は海外から輸入されることも。



#### 食材で包んだおにぎり②

肉巻き、生ハム、ベーコン、チーズ、薄焼き卵のおにぎりに使われる畜産物は、国内で生産されたものであっても、餌の原料の多くを海外から輸入しています。一方で、**飼料用米や規格外や余った食品などを餌として活用する取組も。**



#### 具材を包む・混ぜこんだおにぎり

昆布やおかか、じゃこなどの伝統的な具材の原材料の多くは**国産**です。鮭（サケ）やイクラ、ツナ、明太子などは原材料のほとんどを海外から輸入しています。梅干し、高菜、枝豆などの具材も原材料の多くが国産ですが、**加工業務用は海外から輸入されるものもあります。**



### おにぎりは、調味料×包む×混ぜこむなど色々な組み合わせが可能！

さらに、お米を玄米にすると、腸内環境を整える食物繊維やビタミン、ミネラルが豊富に含まれています。

このようにニッポンの伝統食であるおにぎりも、その食材の一つひとつから、ニッポンの食料事情を垣間見ることができます。

食からニッポンを考える。

「おにぎりから、ニッポンフードシフト。」進行中です。



おにぎりから  
日本を考える。

NIPPON  
FOOD  
SHIFT

おにぎりから日本を考える。 | ニッポンフードシフト