

加工食品の減塩の取り組み CASHの事例



健康面だけじゃない “和食”の魅力

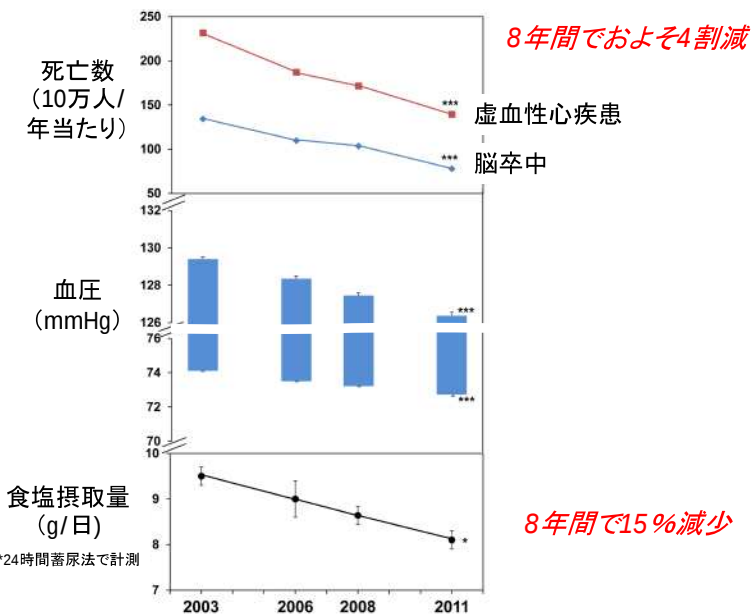


Figure 1 Changes in salt intake as measured by 24 h urinary sodium excretion (UNa), blood pressure, stroke and ischaemic heart disease (IHD) mortality in England from 2003 to 2011. * $p < 0.05$, *** $p < 0.001$ for trend.

Feng J He, et al. BMJ Open 2014

“持続可能な食生活”とは *Sustainable diets*

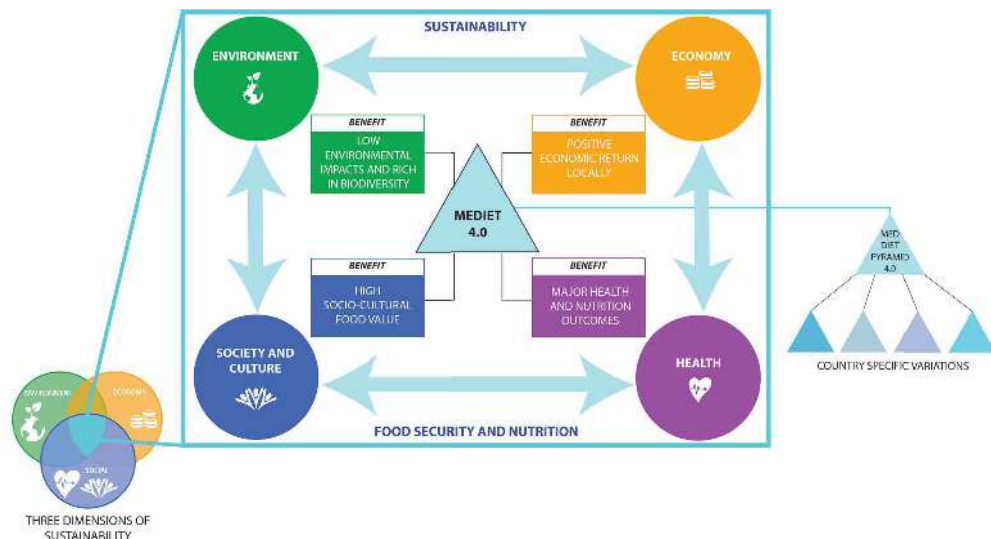
Sustainable diets are those diets with low environmental impacts which contribute to food and nutrition security and to healthy life for present and future generations. Sustainable diets are protective and respectful of biodiversity and ecosystems, culturally acceptable, accessible, economically fair and affordable; nutritionally adequate, safe and healthy; while optimizing natural and human resources.

FAO, 2010, *Sustainable Diets and Biodiversity*.

持続可能な食生活 (Sustainable diets) とは、食糧や栄養の安全保障があり、現代と次世代の健康に貢献する環境負荷の少ない食生活のこと。

持続可能な食生活は、自然と人材を最適化の中で、生物の多様性と生態系を保護・尊重し、文化的に受け入れられ、またアクセス可能で、経済的に公平で手頃な価格であり、且つ栄養的に適切で安全で健康的である。

“持続可能な食生活”の枠組み Med Diet 4.0 Framework

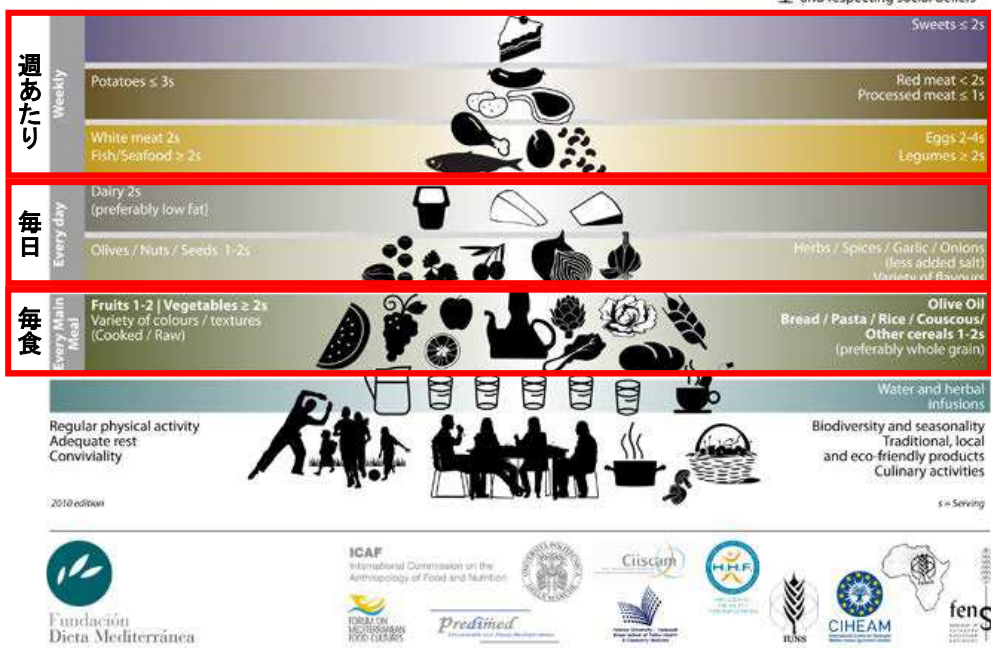


The International Foundation of Mediterranean Diet (IFMed)

海外における食文化の世界無形遺産登録



地中海食とは



Public Health Nutrition: 20(7), 1322-1330

Review Article

Med Diet 4.0: the Mediterranean diet with four sustainable benefits

Abstract

Objective: To characterize the multiple dimensions and benefits of the Mediterranean diet as a sustainable diet, in order to revitalize this intangible food heritage at the country level; and to develop a multidimensional framework – the Med Diet 4.0 – in which four sustainability benefits of the Mediterranean diet are presented in parallel: major health and nutrition benefits, low environmental impacts and richness in biodiversity, high sociocultural food values, and positive local economic returns.

Design: A narrative review was applied at the country level to highlight the multiple sustainable benefits of the Mediterranean diet into a single multidimensional framework: the Med Diet 4.0.

Setting/subjects: We included studies published in English in peer-reviewed journals that contained data on the characterization of sustainable diets and of the Mediterranean diet. The methodological framework approach was finalized through a series of meetings, workshops and conferences where the framework was presented, discussed and ultimately refined.

Results: The Med Diet 4.0 provides a conceptual multidimensional framework to characterize the Mediterranean diet as a sustainable diet model, by applying principles of sustainability to the Mediterranean diet.

Conclusions: By providing a broader understanding of the many sustainable benefits of the Mediterranean diet, the Med Diet 4.0 can contribute to the revitalization of the Mediterranean diet by improving its current perception not only as a healthy diet but also a sustainable lifestyle model, with country-specific and culturally appropriate variations. It also takes into account the identity and diversity of food cultures and systems, expressed within the notion of the Mediterranean diet, across the Mediterranean region and in other parts of the world.

Keywords
 Mediterranean diet
 Sustainable diets
 Sustainable food systems
 Public health nutrition

Med Diet 4.0 Framework



健康面や栄養面でメリットがある



環境負荷が小さく、生物多様性に富む



高い社会文化的な食の価値がある



地域の経済に良いリターンがある

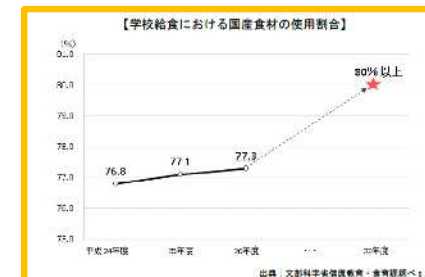


自然の恵 × 多様な食材 × 旬



第3次食育推進基本計画

【目標6】学校給食における地場産物等を使用する割合を増やす



朝食での食料自給率：和食 vs 洋食



ごはん
焼き鮭
ほうれん草のおひたし
納豆
みそ汁(かぶ)

カロリーベースの食料自給率は **70%**

エネルギー483kcal、たんぱく質29g、脂質8g



トースト(バター)
ハムエッグ
グリーンサラダ
牛乳(低脂肪)

食料自給率は **20%**

エネルギー437kcal、たんぱく質23g、脂質19g



共食 × コミュニケーション





四季 × 地域 × 行事



外国 × 食市場の獲得

和食ブーム

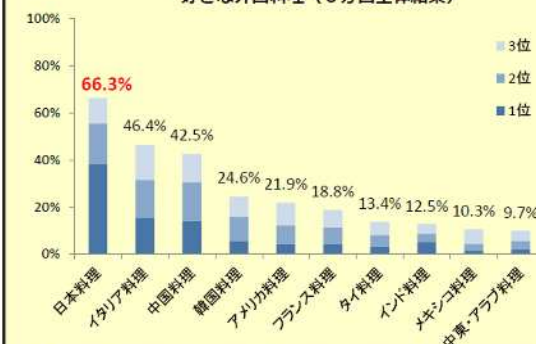
- 外国人観光客が「訪日前に期待すること」
1位「食事」(62.5%)
出典: JNTO 訪日外客訪問時調査(2010年)

- 外国人が好きな外国料理
1位「日本料理」(66.3%)
出典: 日本貿易振興機構調査(2014年3月)
※複数回答可、回答者数に対する回答個数の割合
(自国の料理は選択肢から除外)

- 海外の日本食レストランの数
2006年 約2万4千店 → 2013年 約5万5千店
(外務省調べ、農林水産省推計)

食を文化としてとらえる世界の潮流

好きな外国料理 (6カ国全体結果)



※複数回答可、回答者数に対する回答個数の割合。(自国の料理は選択肢から除外)
出典: ジェトロ「日本食品に対する海外消費者意識アンケート調査」(2014年3月)を基に作成



農林水産省: 日本食・食文化の海外普及について(平成26年9月) より引用



観光 × 地域経済の活性化



もち本膳

イベント
「全国ご当地もちサミット」



御食国若狭おばま食文化館

食育ツーリズム
体験学習、料理教室等



おがわ四季御膳

郷土料理体験
郷土料理の提供、宿泊等

農林水産省ホームページより

“和食”を介した ヘルスプロモーションの実現に向けて

