

◆日本の食料自給率と地産地消の取組み◆

日本の食料自給率

日本の食料自給率(カロリーベース)は、かつて73%(昭和40年)あったのをご存知ですか？

現在では37%(令和2年)に低下し、主要先進国の中で最も低い水準となっています。私達が食べている食べ物の約6割を外国からの輸入に頼っていることとなります。食料自給率低下の要因には「日本人の食生活の変化」があげられます。主食である米の消費量は半分以下になった一方、牛肉、豚肉、鶏肉、牛乳・乳製品、油脂類の消費量は大幅に増加しています。

日本が必要な食料をいつまでも外国から輸入できるとは限りません。そのため、国は令和12年度までに食料自給率を45%に上げることを目標としています。

福井県の食料自給率は？

福井県の食料自給率は66%(令和元年)と全国よりも高い水準です。これは米の食料自給率が全体の自給率を引き上げているためであり、米を除く野菜や畜産物等の自給率は約10%となります。

地域のもを食べて町も人も元気に！

食料自給率の向上につながる取組みとしても期待されている「地産地消」。地域の食材を活用する「地産地消」は、遠隔地に輸送するための燃料も少なく済むことから環境にも優しく、食料自給率の向上に役立つだけでなく、地元の農業や漁業の振興にも役立ち、地域経済の発展につながります。地域で作られた新鮮でおいしい食材を、主菜や副菜に積極的に取り入れましょう。

いいこと
いっぱい！
地産地消



食育推進企業内での取組み

株式会社ナカニシビジョンは、社員の地産地消への理解を深める取組みを進めています。

今年度は、8月2日～6日を「野菜を摂ろうウィーク」とし、社員に地場野菜や米を販売する「ビジョンマルシェ」を開催しました。作り手の顔が見え、採れたての美味しい野菜を低価格で購入できることもあり大盛況でした。



ビジョンマルシェの様子

◆おいしくSDGs！地産地消◆

12 つくも責任
つかう責任
SDGs 12



福井のコレ旬

九頭竜マイタケ

炊飯器でお手軽！ まいたけピラフ

材料(約4人分)

・米	2合
・まいたけ	1パック
・たまねぎ	1/2個
・ベーコン	4枚
・コーン缶	1/2缶
A {	
・コンソメ	固形1個
・酒	大きじ2
・塩	少々
・バター	20g
・しょうゆ	小さじ1/2

作り方

- ①米は洗米、浸水して水切りする。
- ②たまねぎはみじん切りにし、ベーコンは5～7ミリ角に切り、まいたけは食べやすい大きさにさいておく。
- ③炊飯器に①の米、水を入れ、Aのコンソメ、酒、塩を入れてざっと混ぜる。
その上に②のたまねぎ、ベーコン、まいたけを加えて炊飯する。
- ④炊き上がったら、バター、しょうゆ、コーン缶を加え、混ぜて蒸らす。

(レシピ作成/ふくいの食育リーダー・野菜ソムリエプロ 福岡 蘭香)

