



皆様こんにちは。梅雨に入り、じめじめした天気も多いですね。食育基本法が施行され、毎年6月は「食育月間」、毎月19日は「食育の日」とされています。食生活のこと、健康のこと、家族のふれあいのこと、食品の生産や消費のことを少しでも考えながら食事をしてみませんか。そこで、今回は食料自給率について考えてみようと思います。地産地消という言葉を知っていますか？

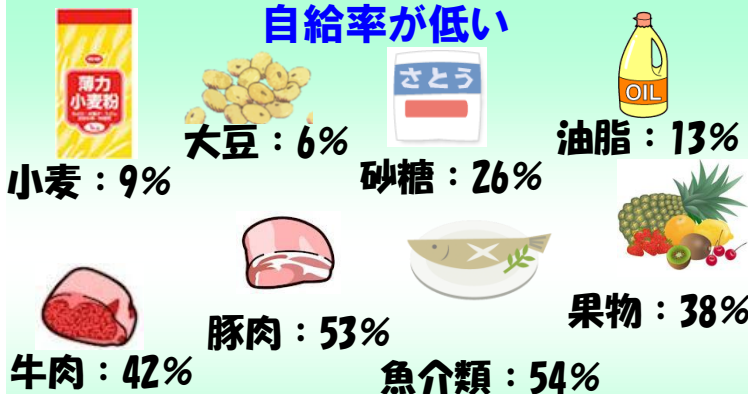
食料自給率とは . . . 国内の食料消費が、国内の農業生産で、どの程度賄えているかを示す指標のこと

自給率が高い



ただし、自給率の高い米の消費が減少↓
輸入野菜の増加↑

自給率が低い



自給率の低い畜産物(肉類・卵・乳製品など)や
油脂の消費が増加↑、輸入食材での加工食品増加↑

肉類、鶏卵、牛乳・乳製品は、飼料自給率を考慮すると、さらに自給率は激減します。(牛肉11%、豚肉6%、鶏肉7%、鶏卵10%、牛乳・乳製品28%)

昭和40年は73%あった自給率も平成22年度は39%と激減！！約6割を海外に依存！

参考：農林水産省 データベース

自給率UPのために 地域でとれた農畜産物は地域で消費 = 地産地消

《メリット》

- ・身近でとれた農産物は輸送距離が短く、鮮度や栄養価が落ちない。
- ・保存のための薬品処理が不要。
- ・長距離輸送にかかるエネルギー、CO₂排出量削減。
- ・地元でとれる食材を選ぶことが、地域の農業の活性化につながる。
- ・食文化の継承につながる。



ご飯を中心に、野菜や魚など、国内で生産・捕獲される食材で、バランスのとれた食事を心掛けましょう。

食料自給率を平成32年度には50%まで引き上げることが国の目標として掲げられました。日本の現実を踏まえ、取り組んでいきたいものですね。