02

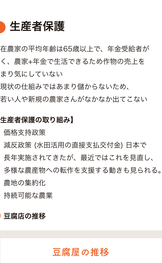
農業政策

地産地消

生産された農林水産物をその地域で消費する
取り組み。
食料自給率の向上や地域経済の活性化、環境保全などを目的とします。

【地産地消の具体的な取り組み】
- 生産者による直売所での農産物の提供
- 地元農産物を使った学校給食など

【地産地消のメリット】
- 地域の食文化の継承
- 地域経済の活性化



画像 JAあさひ

生産者保護

現在農家の平均年齢は65歳以上で、年金受給者が多く、農業+年金で生活できるため作物の売上を
あまり気にしていない
→現状の仕組みではあまり儲からないため、
若い人や新規の農業さんがなかなか出てこない

【生産者保護の取り組み】
- 価格支持政策
- 減反政策（休耕田用の直接支払交付金）日本で
採実施されてきたが、最近ではこれを見直し、
多様な農産物への転作を支援する動きも見られる。
- 農地の集約化
- 持続可能な農業

豆腐店の推移



参考：経済産業省「工業統計 産業別統計表」

参考：経済産業省「工業統計 産業別統計表」

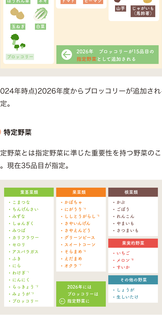
産業廃棄物になっているおから

おからとは、豆腐を作る時にできる豆乳を搾った
「搾りかす」のこと。

使用した大豆(乾燥)の1.35倍。年間で70万トンの
おからができる。

賞味期限は、2~3日程度。
生産者はそのほとんどを捨てざるを得ない状況。
うち飼料65%、肥料25%、産業廃棄物5%~9%、
食用1%

【おからの加工方法オススメ】
フードプロセッサーで粉砕して細かくしレンジや
フライパンで乾燥して冷凍する。
ひき肉や卵に混ぜるのがおすすめ!



国際競争力の強化

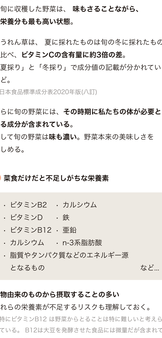
農林水産物・食品の輸出額は年々増加。
食品の安全性と品質に対する厳格な取り組みや、
多様にわたる輸出体制に向けた取り組みによるもの。
荷など、海外ではとても人気。

昨年2023年は1兆4,148億円と
過去最高農産物(8,870億円)はその中でも63%
技術進歩による物流の質が向上し、高品質な農産物を
海外へ安定的に供給できるように。
昨今の円安による価格競争の優位性が高まったことも
あり、輸出額増加の追い風。

食の平準化と旬

指定野菜

指定野菜とはいつも安定してスーパーにある食材。
1966年に施行された「野菜生産出荷安定法」に
基づき、農林水産省が品目を指定。
キャベツ、キュウリ、里芋、大根、玉ねぎ、トマト、
ナス、ニンジン、ネギ、白菜、馬鈴薯、ピーマン、
ホウレン草、レタスの14品目が指定。



(2024年時点)2026年度からブロッコリーが追加される
予定。

特定野菜

特定野菜とは指定野菜に準じた重要性を持つ野菜のこと。
現在35品目が指定。

*1 広島県の区域内で生産されるものに限る
*2 鳥取県、宮崎県及び鹿児島県の区域内で生産されるものに限る
*3 高知県の区域内で生産されるものに限る
*4 熊本県、宮崎県、鹿児島県及び沖縄県の区域内で生産されるものに限る
*5 高知県の区域内で生産されるものに限る
*6 乾燥したもの を除く
*7 高知県、鹿児島県及び沖縄県の区域内で生産されるものに限る
*8 温室メロンを除く

旬とは

野菜にとって最も生育条件が揃った環境で育てられ、
最も成熟している時期
→旬に収穫た野菜は、 **味もさることながら、**
栄養分も最も高い状態。

ほうれん草は、 夏に採れたものは旬の冬に採れたもの
に比べ、 **ビタミンCの含有量に約3倍の差。**
「夏採り」と 「冬採り」で成分値の記載が分かれている
ほど。
※日本食品標準成分表2020年版(八訂)

さらに旬の野菜には、 **その時期に私たちの体が必要と**
する成分が含まれている。
そして旬の野菜は **味も濃い。** 野菜本来の美味しさを
楽しめる。

業食だけだと不足しがちな栄養素

- ビタミンB2 ・カルシウム
- ビタミンD ・鉄
- ビタミンB12 ・亜鉛
- カルシウム ・n-3系脂肪酸
- 脂質やタンパク質などのエネルギー源
となるもの など…

動物由来のものから摂取することの多い
これらの栄養素が不足するリスクも理解しておく。
※特にビタミンB12は野菜からとることは特に難しいと考えられ
ている。B12は大豆を発酵させた食品には微量だが含まれて
いるものもある。

栄養素が偏ることで、様々な疾患にかかりやすくなる
という研究事例:
脳卒中の発症率が、菜食は肉食にくらべて20%多く、
脳出血によるもの。
参考：https://www.bmj.com/content/366/bmj.l4897

それぞれの食事に含まれる栄養と、
不足する場合のリスク、過剰に摂りすぎる場合の
リスクの両方を正しく理解しておくことが大切。