

最近の野菜の消費動向

農林水産省生産局園芸作物課
園芸流通加工対策室園芸消費促進班

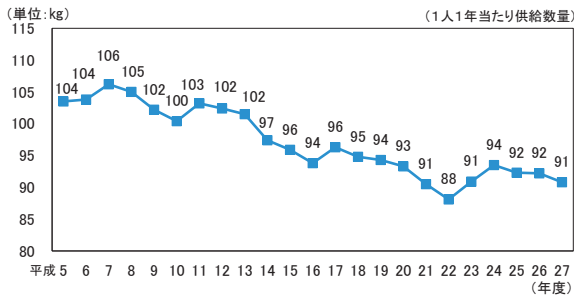
1 最近の野菜の消費動向の現状と課題

野菜の消費量は、近年減少傾向で推移しており、平成27年度は前年よりわずかに減少して1人1年当たり91キログラム(概算値)となり、20年前に比べて10キログラム以上減少しています(図1)。

世代別の野菜摂取量を見ると、すべての年代で「21世紀における国民健康づくり運動(健康日本21、厚生労働省)」で示された摂取目標量(1日当たり350グラム)に達しておらず、特に20歳代~30歳代で不足が目立っています(図2)。

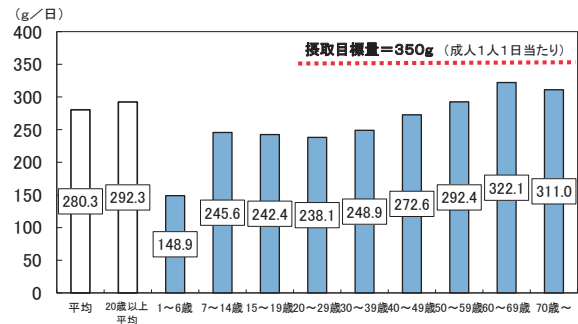
近年の野菜の消費動向を見ると、単身世帯の増加や、ライフスタイルの多様化が進展する中で、下ごしらえや調理にあまり時間のかからないサラダや炒め物などの料理に向くレタスやキャベツといった品目の購入量が多くなるほか、サラダ購入金額は増加傾向で推移するなど、野菜を使った料理の内容が変化しています(図3)。また、1日当たり野菜摂取量について、摂取目標量350グラム(1皿70グラムで5皿分)以上を適量と認識している人は2割以下となっており、適量の認識は大きく乖離しています(図4)。

図1 野菜消費量の推移



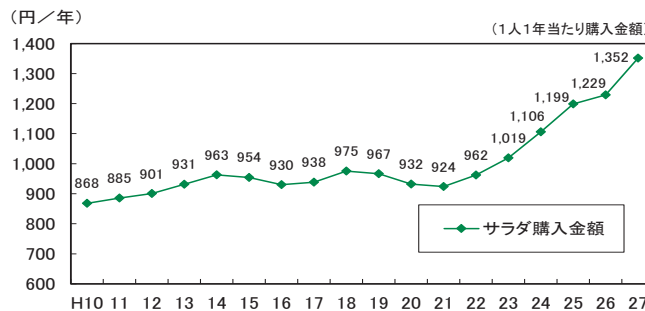
資料：農林水産省「食料需給表」
注：平成27年度は概算

図2 世代別野菜摂取量



資料：厚生労働省「平成26年国民健康・栄養調査」

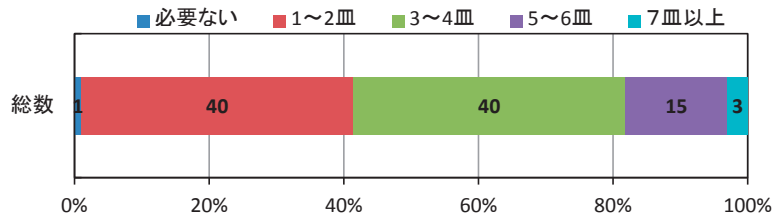
図3 サラダの購入金額の推移



資料：総務省「家計調査」(農林漁家世帯を除く2人以上の世帯)
ただし、総務省「消費者物価指数(平成22年基準)」のサラダの指数により算出した

図4 野菜摂取量の適量の認識

1日に野菜をどのくらい食べるのが適量だと思うか質問
※1皿70gとして調査。5皿で1日摂取目標量350g。



資料：一般社団法人ファイブ・ア・デイ協会「野菜・果物を取り巻く生活者の消費動向（3万人アンケート）」（平成24年3月）
注：20歳以上の男女約3万人を対象にしたアンケート調査の結果

2 米国における野菜の消費と消費拡大対策の推進

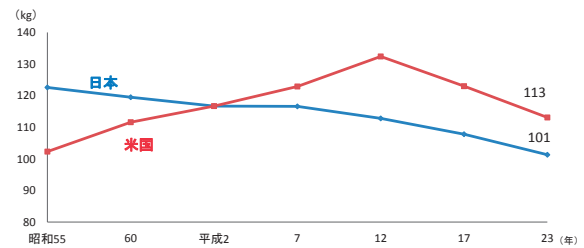
米国における野菜消費量は、昭和55年ごろから増加傾向で推移し、平成2年以降は、わが国の野菜消費量を上回って推移していますが、近年は、減少傾向に転じています（図5）。

米国における野菜消費量の増加理由としては、①昭和50年代後半から「マクガバンレポート^(注)」を踏まえた栄養政策の推進、②民間団体などによる「ファイブ・ア・デイ運動」の積極的な推進、③カット野菜などの利便性の高い商品の普及及びコールドチェーンの確立、④不断の官民一体での普

及推進政策の推進が挙げられます（図6）。

注：昭和52年にアメリカの「栄養と所要量に関する上院特別委員会」で報告された「米国の食事目標」

図5 日米における1人1年当たりの野菜消費量の推移



資料：FAOSTAT
注：国民1人・1年当たり供給粗食料の数値であり、図1の「野菜消費量の推移」の数値とは異なる。

図6 米国において野菜消費量が増加した理由

- ①昭和55年ごろから「マクガバンレポート」を踏まえた栄養政策の推進
- ②民間団体等による「ファイブ・ア・デイ運動」の積極的な推進
 - ・ **ドール等の大企業のほか、全米スーパー35,000店の参加等**
(民間企業による野菜等の現物寄贈等: 4,600万ドル(52億円)※)
※ 1992~2001年の総額(推定)
円換算の基準は1ドル=113円(平成4~13年の平均)
- ③カット野菜等の利便性の高い商品の普及及びコールドチェーンの確立等
 - ・ 生鮮野菜の生産量の増加、カット野菜の鮮度保持技術の向上による**流通システムの改善**
- ④不断の官民一体での普及推進政策の推進
 - ・ 野菜の消費拡大に向けた栄養教育等の取組
「ファイブ・ア・デイ」→「フード・ピラミッド」→「米国民のための食生活指針」→「マイ・ピラミッド」→「マイ・プレート」(平成23年)
※ マイ・プレートの普及メッセージ:「お皿の半分を果実及び野菜に」
 - ・ オバマ大統領夫人が主導する「Let's move!」の展開(平成22年~)
※ 子どもの肥満防止キャンペーン:「サラダバーを学校に」等

資料：(財)中央果実基金(現(公財)中央果実協会)「海外果樹農業ニュースレター」(平成23年8月)
(独)農畜産業振興機構「米国の野菜消費拡大事業について」(平成27年8月)

3 わが国における野菜の消費拡大対策の推進

これまで、①企業での啓発セミナーの開催や、量販店の店頭などを活用した食育体験活動など、働き盛り世代や児童などの野菜摂取量の少ない世代を対象とした野菜摂取拡大活動、②料理、調理特性などの産地側からの情報発信を通じた、食育と一体的な野菜の消費拡大対策を実施しています(図7)。

また、量販店などで食品表示基準に基づく表示やポップ、ポスターなどを活用して、消費者が求める野菜の栄養成分などの

情報提供を推進しています。

さらに、日本の食への関心が高まる中、学校給食に郷土料理を導入するなど、食文化に根差した活動や全国的な情報発信により、学校給食などへの利用拡大を推進しています。

今後は、民間団体などと連携して上記の取り組みを引き続き推進するとともに、国産野菜の新たな需要を創出するため、外食・加工業者などが実施する国産野菜を使用した新商品の開発などの支援などを行い、野菜の消費拡大を図っていきます。

図7 野菜の消費拡大対策



○店頭でのポップ

真っ赤に熟したトマトはリコペン(赤色)とカロテン(黄色)を多く含んでいます。

トマト

リコペンとはー
トマトの赤みをつくっている色素で、抗酸化作用があり悪性腫瘍の働きをおさえると言われています。

カロテンとはー
体内でビタミンAに変化します。油と一緒に摂取すると吸収率が高まります。

トマト(果実、生)	
栄養成分(100gあたり) [※]	
エネルギー	19 kcal
たんぱく質	0.7 g
脂質	0.1 g
炭水化物	4.7 g
ナトリウム	3 mg
β-カロテン	540 μg
水分	94.0 g
リコペン	2.8 mg

【実施主体 財団法人食生活情報サービスセンター】
農林水産省「農業競争力強化対策事業」

ブロッコリーは、ビタミンC、カロテンなどの成分に富み、スルフォラファンというアブラナ科野菜に特有の成分を含む野菜です。

ブロッコリー

ビタミンCとはー
水溶性のビタミンで、主な働きとして、コラーゲンの生成促進や抗酸化作用があると期待されています。

スルフォラファンとはー
アブラナ科野菜に特有の辛み成分であるイオウ化合物の一種で、抗酸化作用を持つとされています。

ブロッコリー(花序、生)	
栄養成分(100gあたり) [※]	
エネルギー	33 kcal
たんぱく質	4.3 g
脂質	0.5 g
炭水化物	5.2 g
ナトリウム	20 mg
ビタミンC	120 mg
水分	89.0 g
スルフォラファン	6.4 mg

【実施主体 財団法人食生活情報サービスセンター】
農林水産省「農業競争力強化対策事業」