

**深刻な日本人の野菜摂取不足
月末はカラダ決算日、31日は菜(さい)の日 記念日制定
業界をあげて野菜摂取推進プロジェクトを開始！**

—野菜摂取に関するWEB調査(2016年2月実施)速報付—

一般社団法人ファイブ・ア・デイ協会(5 A DAY)(事務局:東京都千代田区、会長:小濱裕正)は、このたび31日を「菜(さい)の日」とすることを一般社団法人日本記念日協会に申請し、記念日として正式に登録認定されました。

先日、ファイブ・ア・デイ協会が実施した【野菜摂取ならびに食生活に関するWEB調査】によると、「日ごろの食生活で気になること」は、《栄養バランスがたよる》(34%)に次いで、《野菜が不足している》(29%)となり、《塩分をとりすぎる》《食べ過ぎ》(同20%)を上回り、健康＝野菜中心の食生活の意識が社会へ徐々に浸透していることがうかがえました。一方、同調査において、野菜摂取目標量(350g以上)を知らない人は全体の54%、野菜を目標量食べていないにもかかわらず、十分に食べていると誤認している人は全体の31%、結果として、目標量を摂取している人の割合は全体の7%しかおらず、依然、深刻な野菜摂取不足の現状が明らかとなりました。

こうした現状を踏まえ、消費者への定期的且つ継続的な健康喚起の機会創出として、31日を菜(さい)の日として制定することで、“月末は「カラダ決算日」とし、食材や食品を購入できる場を持つ小売業を中心として連携を呼びかけ、社会への普及、定着をめざします。賛同する会員企業は、売場や商品を活用して、意識喚起をよびかけるPOP等の掲示、メーカーと連携した野菜摂取啓発のイベント等に取り組みます。ファイブ・ア・デイ協会は、今後も継続して賛同者を募集し、各地域、各業態でのさらなる広がりを目指します。

<参画企業一覧>

イオンリテール株式会社、株式会社伊藤園、エスビー食品株式会社、カゴメ株式会社、株式会社カスミ、株式会社カネスエ商事、株式会社キヌヤ、キューピー株式会社、株式会社サンマート、株式会社サンリブ、株式会社静鉄ストア、株式会社主婦の店鶴岡店、生活協同組合コープおきなわ、株式会社精工、西洋フード・コンパスグループ株式会社、株式会社ダイエー、株式会社ダイショー、株式会社ドール、株式会社とりせん、ナガヤ株式会社、株式会社西鉄ストア、株式会社日本アクセス、株式会社ファーマインド、株式会社不二屋、株式会社フレッセイ、株式会社平和堂、紅屋商事株式会社、株式会社ベルク、マックスバリュ東北株式会社、株式会社マルイチ、株式会社丸久、株式会社みちのく流通システム、ユニー株式会社、株式会社ライフコーポレーション

※社名五十音順(現時点)



※記念日制定の発表会(3月30日予定)を機に、参画企業による全国展開が開始されます。

調査サマリ

同調査の報告書は記念日制定の発表会会場にてご希望の方に配布致します。

- ① 「1日に必要な野菜摂取目安量は350g」と正しく認知している人は、全体の55%。
- ② 「1日に5皿以上の野菜を摂取している」人の割合は全体の7%。(2013年の同内容では4%)。
- ③ 食卓に並べられる料理等の写真を示し、「どのくらいの量(皿数)が適量か」を問うと、56%が3皿以下と回答。
- ④ 「野菜を食べない理由」は、1位:ふだん野菜を十分にたべているから、2位:価格が高いから、3位:自分で料理・調理するのがめんどうだから。
- ⑤ 「どのようなことがあれば、食生活を見直す上で役に立つと思うか」について、「メディア(テレビやインターネット)でのメニュー紹介」74%、次いで「食品売り場でのレシピ配布」71%、「食材や商品のパッケージや包装への情報記載」69%となった。

※2016年2月「野菜摂取ならびに食生活に関するインターネット調査」/20歳以上の男女600人

ファイブ・ア・デイ協会とは

ファイブ・ア・デイ協会は、「1日5皿分(350g)以上の野菜と、200gの果物を食べましょう」をスローガンに、消費者や食に携わる企業、生産者、行政と連携し、野菜・果物の摂取が健康増進に重要であることを啓発し、1日の摂取量を増加させることによって、国民の健康増進に寄与貢献していく5 A DAY運動を行うことを目的に活動しています。

野菜摂取目標量は1日5皿(350g) = 5 A DAY
今の日本人に不足しがちなのが野菜と果物。1日に必要な量食べているか、CHECKに役立つ健康の合言葉が、5ADAYです。

