

報道関係者各位

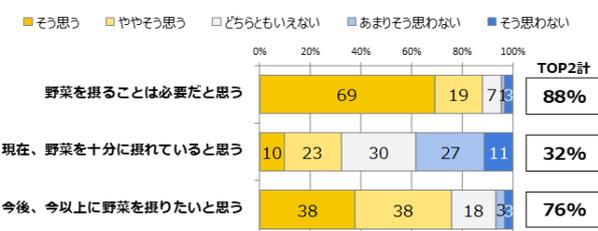
2021年8月2日
味の素株式会社

「ラブベジ®」プロジェクトで「野菜の摂取目標1日350g以上」の実践を応援
8月31日「野菜の日」に向けた野菜摂取向上活動のご案内

味の素株式会社(社長：西井孝明、本社：東京都中央区、以下：味の素(株))は2021年3月、全国5,000名を対象に、生活者の野菜摂取に関する意識調査を実施しました(web調査)。その結果「野菜を摂ることは必要」と88%の生活者が重要性を認識する一方、「現在、野菜を十分に摂れていると思う」との回答が32%で生活者の約2/3が野菜を摂れていないと認識していることが明らかになりました。その理由としては、「値段が高い」36%、「料理のレパートリーが少ない」31%、「使い切れない」23%がTOP3でした。2019年度の野菜摂取量は平均280.5g/日と、2009年度の平均295.3g/日に比べ約15g減少しています(出典：厚生労働省「国民健康・栄養調査」)。

野菜摂取意識

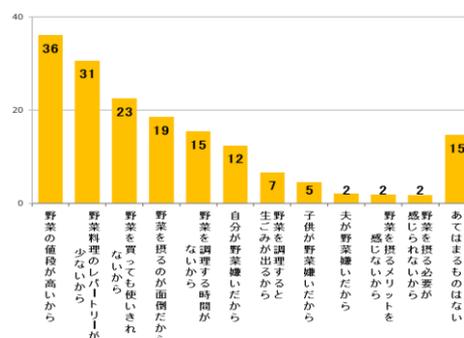
Q: 普段の食事において、以下についてどう思いますか。



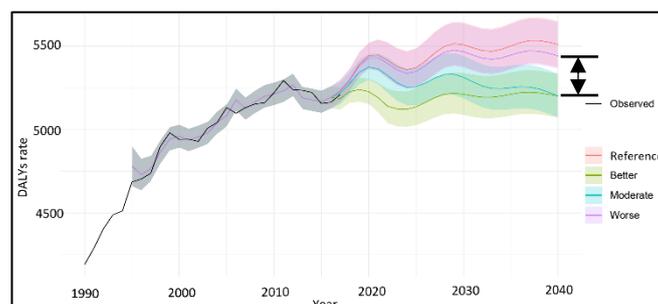
野菜を摂れない理由

Q: 野菜を十分に摂れていない理由は何ですか。

(野菜不足と回答したn=1904)



また、今年4月東京大学と味の素(株)の共同研究「日本における野菜摂取量のシナリオ別障害調整生存年数を用いた将来予測推計 (Projections of disability-adjusted life years for major diseases due to a change in vegetable intake in 2017-2040 in Japan)」*¹によって、健康日本21の野菜摂取量の目標達成により、日本人のがん、糖尿病および腎疾患、心血管疾患が「障害調整生存年数 (Disability-Adjusted Life years ; DALYs)」*²において有意に働く(疾患DALYsが小さくなる=健康寿命と死亡寿命の差が小さくなる、すなわち健康寿命が延びる)ことが示唆されました。



<日本人(男女、全年齢)の全がんにおけるDALYsの将来予測>

この推計は、健康日本21の目標である2023年中に日本人の野菜摂取量が350g/日になり、そのまま2040年まで維持されると設定されたベターシナリオと、過去最低だった2004年の摂取量である240.2g/日が2040年まで減り続けるというワーストシナリオ、他2つのシナリオを設定し、DALYsにより評価したものです。

* 1 BMC Public Health 2021; 21(1): 770

<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/33882887/>

* 2 障害調整生存年数(DALYs : Disability-Adjusted Life Years)とは

障害の程度や障害を有する期間を加味した生存年数のこと。「早死により失われた期間」と「疾病により障害を余儀なくされた期間」を足すことで算出される。1990年代初めにハーバード大学のマーレー教授らが開発した。DALYは疾病や障害に対する負担を総合的に示すものであり、平均寿命とは異なる保健アウトカム指標としてWHOや世界銀行が採用。公衆衛生と健康影響評価の分野で健康寿命と相補的な指標として グローバルに用いられつつある。

参考：味の素株式会社統合報告書2020 「2030年の目指す姿」 P33

https://www.ajinomoto.co.jp/company/jp/ir/library/annual/main/08/teaserItems1/00/linkList/0/link/Integrated%20Report%202020_J_A4.pdf

2021年は、国連の野菜摂取推奨年でもあります。このような日本の野菜摂取の現状、並びに健康寿命延伸に重要な「野菜摂取促進」の重要性に鑑み、当社では、「野菜をもっとろうよ！」をスローガンに、国（厚生労働省健康日本21）が推奨する「野菜の摂取目標1日350g以上」の実践を応援する「ラブベジ®」プロジェクトを各地の自治体や流通、大学や栄養士会の方々等と共に展開しています。「8月31日 野菜の日」を盛り上げるため、「ラブベジ®」で生活者の野菜摂取促進の実践を働きかける活動を実施します。

<「ラブベジ®」野菜をおいしく食べよう♪ | スペシャルコンテンツ | 【味の素パーク】たべる楽しさを、もっと。>

<https://park.ajinomoto.co.jp/special/lovevege/matome/>

1. 「ラブベジ®」リモートお料理教室キャンペーン

クイズに答えて応募。抽選で計100名様をお笑い芸人 “アインシュタイン”と楽しく作る！「ラブベジ®」リモートお料理教室にご招待します。

応募URL：<https://remote-ajinomoto.com/>



2. 「ラブベジ®」サイト ヤサイってオモシロイ！「野菜で自由研究」公開！

夏休みのお子様の自由研究を機会に、家族で、楽しく、おいしく、野菜のことを学んで、野菜に興味を持ち、好きになるきっかけにさせていただけるよう、「じっけん」「ちようさ」「あじくらべ」のコンテンツをご用意しています。

<ヤサイってオモシロイ！「野菜で自由研究」>

<https://park.ajinomoto.co.jp/special/lovevege/matome/kenkyu/>

