参考１

パブリックコメントの募集について

フードガイド（仮称）の名称及び構成内容等の考え方

Ⅰ　フードガイド（仮称）策定の趣旨

平成１２年３月に文部省、厚生省、農林水産省により「食生活指針」を策定し、食に携わる関係者の取組方針を定めた「食生活指針の推進について」が閣議決定されるなど、心身ともに健康で豊かな食生活の実現に向けた普及・啓発に努めてきたところである。しかし、肥満の増加、外食における野菜摂取不足、食塩・脂肪のとり過ぎ、等が見られ、食生活の改善を行う上で「何を」「どれだけ」食べればよいのかといった食事（食品）選択場面でのわかりやすい情報提供が必要となってきている。食生活指針は広く一般国民に対するスローガンを示したものであり、個々人の食生活改善への実践に向けては、個々の食生活の問題点が把握でき、具体的な行動に結びつく情報の提供が急務である。とりわけ、３０～６０歳代男性の３割が肥満である状況を改善に導くこと、単身者や子育てを担う世代への正しい栄養・食生活に関する知識の普及が緊急の課題である。

このため、食生活指針を具体的な行動に結び付けるものとして適正な食事の摂取量を分かりやすく図示したフードガイド（仮称）を策定することとした。

Ⅱ　フードガイド（仮称）の名称及び構成内容等の考え方

フードガイド（仮称）について、１フードガイド（仮称）の名称及び構成内容、２フードガイド（仮称）の普及啓発方法、３その他、について意見を求める。

１　フードガイド（仮称）の名称及び構成内容

（１）フードガイド（仮称）の名称

フードガイド（仮称）の名称は、国民誰が聞いてもわかりやすい名称とすることが望ましいとの観点から、以下の名称の中から決定する。

- 食事バランスガイド
- 食事バランスのめやす
- にっぽん食べ方のすすめ
- 食べ方指針
- 食べ方簡単ガイド
- フードガイド
- その他

（２）フードガイド（仮称）の区分

①　主食、主菜、副菜、果物、牛乳・乳製品で区分する。

②　主食には、炭水化物の供給源であるごはん、パン、めん、パスタなどを主材料とする料理が含まれる。

③　主菜には、たんぱく質の供給源である肉、魚、卵、大豆及び大豆製品などを主材料とする料理が含まれる。

④　副菜には、ビタミン、ミネラル、食物繊維の供給源である野菜、いも、豆類（大豆を除く。)、きのこ、海藻などを主材料とする料理が含まれる。

【参考】

・果物には、りんご、みかんなどの果実及びすいか、いちごなどの果実的な野菜が含まれる。

・牛乳・乳製品には、牛乳、ヨーグルト、チーズ、コンデンスミルク（バターを除く。）などが含まれる。

（３）フードガイド（仮称）の示し方

フードガイド（仮称）においては、１日にとるべき量を、主食、主菜、副菜、果物、牛乳・乳製品という区分ごとに代表的な「料理」のイラストで示す。

フードガイド（仮称）の図案は、逆三角形によるコマ型とし、主食、主菜、副菜、果物、牛乳・乳製品を配置する。

（４）摂取量の表し方

①　主食、主菜、副菜等の区分ごとに食べる量を示すための単位は、米国においてはサービング（Servings）という言葉が使われているが、以下の呼び方の中から決定する。

サービング（盛）
盛（サービング）
一皿分
一杯分
一つ（１サービング）
その他

②　区分ごとの１日の摂取量の数値については、｢日本人のための食事摂取基準(2005年版)」を参考として設定する。

（５）対象

①「成人」を中心とした対象を想定してフードガイド（仮称）を図示。

②特に、フードガイド（仮称）の活用について、３０～６０歳代の男性の肥満者、単身者、子育て世代にターゲットを絞って記述。

２　フードガイド（仮称）の普及啓発方法

国民に広く親しみやすくかつ身近に活用できるよう、ポスター、パンフレットなどを作成し、以下のような普及啓発を図る。

①　ファミリーレストランなどの飲食店、スーパーマーケット、コンビニエンスストア等の食品産業における活用を通じた普及啓発

②　地域（健康づくり教室など）や職場を通じた普及啓発

③　地域や職場にとどまらず飲食店などにおける、とりわけ男性肥満者、単身者、子育て世代に対する普及啓発

（脂質の摂りすぎ、野菜不足、朝食欠食などの解消への取組）

３　その他

参考２

パブリックコメントに寄せられた意見

○意見提出者別件数

・食品関係事業者（事業者団体含む。）	１２件
・健康・栄養関係者	２件
・報道関係者	１件
・その他	６件
計	２１件

○意見の概要

項　　　目	意　見　の　概　要	意見数
１　フードガイド（仮称）の名称及び構成内容 （１）フードガイド（仮称）の名称	・「健康への食卓」がよいです。もしガイドをつけるのであれば「健康への食卓ガイド」。	1
	・健康を目指したガイドであってほしいとおもい、名称は「健康食ガイド」がよいと思う。	1
	・「フードガイド」という名称は非常にわかりやすく、馴染みやすいと思います。	1
	・仮称付きではありますが、国内で定着し始めている点と、国際比較での整合性から「フードガイド」または「日本人のためのフードガイド」に賛成します。	1
	・名称については「食事バランスガイド」が良いと思います。「食べ方」という言葉は、調理法や作法を表現する場合もあり適当ではないと考えます。	2
	・「健康を維持するための食事バランスガイド」とした方がよいのではないでしょうか。	1
	・「食事バランスの目安」「食事バランスガイド」などが良いと思います。	1

	・「食事バランスのめやす」が最も良い。	1
	・「食事バランスのすすめ」	1
	・「食べ方簡単ガイド」がよい。	1
（２）フードガイド（仮称）の区分	・③の副菜の豆類（大豆を除く）となっていますが、大豆や大豆製品は主菜だけでなく、よく副菜にもなるので、あえてここで大豆だけ除くというような表記が必要があるとは思えません。大豆を除くを削除したほうが良いと思います。	1
	・栄養素の供給源である主材料とする料理としており、食べる人にとってわかりやすい料理を物差しにしていることは大変よいことと思います。ですから、①主食、主菜、副菜の料理とその他果物、牛乳・乳製品等で区分する。と料理の文言をはっきりと入れたほうが理解しやすい。 ・②から④の説明に「・・・などを主材料とする料理が含まれる」は「主材料が含まれている料理」そのものが主食料理や主菜料理であり、「含まれる」より「区分される」の方が理解しやすい。	1
	・フードガイドの区分はこのままで良い。	2
	・「主食」「主菜」「副菜」等の区分は、かつての日本（戦前、戦後期）では明確であったが、現在では様変わりしている。外食は言うまでもなく、中食、更には家庭の食卓の情景とは必ずしも一致しない。今後のフードガイドの具体化作業は、この点を十分踏まえた上で進められることを期待している。	1
	・区分の語は仕分け、類概念をそれに従属する種概念に分けること等、分けるプロセスを重視する用語と理解していますので、類別した結果、すなわち主食料理類、主菜料理類、副菜料理類の意味とは異なるように思います。食品群に準じて”料理群”の名称も全国的に使われていますので、この方がわかりやすいように思います。しかし、果物並びに牛乳・乳	1

	製品は食材ですから、”料理群等”になり、無理があります。 ・主食の説明文のうち、・・・ごはん、パン、めん、パスタなどを主材料とする・・・について、いずれも材料ではありません。ごはんもパンも料理の名称です。このフレイズは、・・・米、小麦などを主材料とする・・・が、他の料理群の説明との整合性があると思います。 ・参考の項に、スキムミルクをいれて欲しい。畜産審議会等での議論のとおり、国内でのスキムミルクの受給のバランス、保存、利用法をめぐって課題が多い中、栄養面でのメリットの高いスキムミルクを例示する必要がある、と考えます。	
（３）フードガイド（仮称）の示し方	・フードガイド（仮称）の図案は、逆三角形によるコマ型とありますが、「食生活指針」の「楽しく！健康への食卓」の図案そのものがフードガイド（仮称）としたほうがよいとおもいます。活用についての記述は必要であるし、料理単位の1ＳＶの普及も必要と思います。	1
	・料理のイラストはよいと思う。	1
	・イラストでの表現を予定されているフードガイド本体（表現が不適切かもしれませんが）に食事（料理）として盛り込めないとしても、国民栄養のあり方との関わりで何らかの表現もしくは注記（例えば、１日当たりの油脂摂取量又は調理への使用量の”めやす”のような表現）をしていただくことが必要では。	1
	・大きなポスターにしても耐えられる物で、小さなカードなどでもはっきり分かる形が望ましい。 ・フードガイドピラミッドが既にあるので、できれば日本のフードガイドとして、我が国独自の形の物になると良い。	1
	・ピラミッド型でなく、逆三角形型のアイデアを支持します。一方、2000年に厚生労働省の策定委員会により作成された「食生活指針ビジュアルガイド」は	1

	食生活について、栄養素・食材・料理・食生活の各レベルの特徴とそれらの重層的な構造を示している点、人間的な温かさや楽しさが伝わってくる点等で、国際的な評価も高いと言われています。こうした特徴を今回のフードガイドも（例えば、ごはん茶碗のイメージを生かして）表現して欲しい。	
	・「料理」のイラストはよいと思われるが、とるべき量（g、cc等）がわかり易い表示をされること、及びマンガ的にならないことが必要だと思う。	1
（４）摂取量の表し方	・摂取量については、サービング（盛）よりも、一皿分、１杯分等を用いたのがよいのではないか。 ・料理に使う材料についてもイラストでさじ１杯又は１／２、魚半切れ、米飯、茶わん１杯で表示し、その下にｇ数を明記しておけば、調理上の目安として、大変分かりやすく、料理する気にもなりやすいと考える。	1
	・日本の食卓で日々用いているご飯茶碗や小鉢、主菜料理を盛り付けている器を1ＳＶとして日本文化が培ってきた特徴を是非使ってほしいと思います。 ・神奈川県大和保健福祉事務所地域食生活対策推進協議会が作成している「生活習慣病を食べて予防する」のリーフレットでは、主菜を「直径１８ｃｍ位の皿」、副菜を「直径１０ｃｍ位の小鉢」として、具体的なイメージがつきやすい表現となっています。食器単位を1ＳＶとするととてもわかりやすいです。	1
	・ＳＶはわかりにくく、やめたほうがいいと思います。一皿、一膳、一鉢など日本にはいい表現方法あるのですから、それを使うべきと思います。安易に欧米の真似はいけないと思います。	1
	・食品の通常のたべ方によるのがよい。 主食は一杯或いは一つ。 主菜は一皿或いは 果物は１個、牛乳は180cc（カップ１杯） 等のように。サービングの使用は反対する。	1

	・「サービング」については、少々分かりにくい面もありますので、「サービング（盛）」ないしは、「盛（サービング）」が良いのではないかと思います。	1
	・「サービング」のみで良いと思います。我が国においてまったく新しい概念でもあり、国際的な整合性を持たせる必要があるかと思いますので、（盛）などを付けなくて「サービング」のみの方が受け入れ易いかと感じます。	2
	・単位については、もっと客観的なものを考えた方がよいのでは？盛り・皿・杯ではその大きさや重量がまちまちになる恐れがあります。あくまでバランスの目安であるなら、その旨を明記すると趣旨が解り易く、気軽に取り組むことで実効性が高くなると思います。	1
	・人々が日常生活の中で食物（料理）を食べる時、選択するのは１食単位である場合が多いので、組み合わせる料理の量を一食単位で表現し、かつ一日の総量で示す必要があると考えます。慣用されてきた日本語を生かして「一皿」英語標記ではservingでよいと考えます。	1
2　フードガイド（仮称）の普及啓発方法	・テレビのコマーシャルで流す、番組として取り上げてもらってはどうか。	2
	・食育の観点から、学校における栄養教諭制度ができると聞いています。将来を担う若者に栄養バランスや食事バランスについて学校で教えるのが最も最適かつ効果的であると考えます。 ・その他市町村、保健所主催のセミナーや、地域の食生活改善員などの会合を利用するなどが考えられます。	1
	・Ⅰの趣旨の中に「子育てを担う世代」、Ⅱの（５）②には「子育て世代」とあります。 「子育てを担う・・・」（思春期も含む？）、「子育て世代」（子育て中の２０～３０代）何となく少し違ってくるのかなと思いました。	1

	他に、「子育て世代」（子育て中）の人達に自分自身の食事を振り返ってもらうのか、子どもの食事について考えてもらうのか、どちらかと思いました。	
	・業界団体の主催する講演活動などの機会に普及を図ることも重要な普及方法ではないかと考えますので、栄養問題の普及団体にとどまらず、類似の活動をしている業界団体にパンフレットを配布されることも有効ではないかと考えます。	1
	・フードガイドの普及に際しては、「フードガイドに従えば、健康面でも、また、食事の充実度においてもメリットがあり、各人が楽しい食事ができるようになる」というイメージを強く訴えるものがよい。次のような愛称をつけてはどうか。 例；食生活を楽しむための選択 選んで楽しむ食生活 食生活エンジョイガイド ・提案されている考え方では、「バランスのとれた食生活の大切さ」を大まかに示すことを目的としている。そのため、各人が毎食の献立（外食であれば注文するメニュー）を選択する際の影響力としては、押しつけがましくない参考程度と考えられる。同じ区分に属する食品（穀物、肉類、水産物、野菜、果物）の中でも多様な種類を摂取することや、ホールグレインや発酵食品、油脂の少ない料理等への移行を推奨することが有益かもしれない。これらのことから、外食店舗での消費者への情報の提供にあたっては、外食企業の現場に沿った創意工夫が活かせるようにして欲しい。 ・外食店舗での普及啓発を効果的に行うためには、情報提供の方法、メニューの工夫、従業員の教育など、それぞれの業態や店舗に応じた工夫が必要となる。そのためにはモデル店舗を設定するなど普及啓発モデル事業を実施することが有益と考えられる。	1
	・情報の伝達手段として、ターゲット世代がなじんでいるインターネット等を加え、情報の受発信の場所として、社会教育関連の図書館や文化施設等を加え、ＮＰＯやボランテアグループによる柔軟な、食育ネ	1

	ットワークを構築するとよいと考えます	
3　その他	・「フードガイド」を作られるのなら、「健食・サプリに頼るべきでない」の１項目を加えたらいかがでしょうか。	1
	・お菓子の位置付けについては、第２回検討会資料（農水省ホームページ掲載分）の「とりすぎに注意したいもの」から以下に発展させていただけたらと思います。 『バランスよくとるもの』あるいは 『バランスよく楽しくとるもの』	1
	・検討会での菓子の位置づけに付きましては、「他の食事とのバランスを考えて楽しく摂取する」といった表現にしていただきたい。	1
	・これまでのフードガイド（仮称）策定の検討において、菓子については、第２回検討会では「とりすぎに注意したいもの」と位置付け、その後の検討では「ほどほどにとるもの」と位置付けようとしておられるとお聞きしています。このような菓子の位置付けについては、著しく合理性を欠くものであり、その科学的根拠にも乏しいものであります。このような事情を十分ご理解いただき、一例として「食事とのバランスを考えて楽しくとるもの」のように修正して位置付けられるようお願いいたします。	2
	・ 検討会の資料・議事録では「菓子・嗜好飲料・砂糖および油脂・調味料」を「取りすぎを注意したいもの」として、イラストにも入れる方向となっていると思えます。 ・特にイラスト素案（未公開のため詳細不明）が検討会に提示された時点では「菓子・嗜好飲料」が記載されていたようであります。その「意味合い」は検討会では詳しく論議されていないと感じております。 ・国の施策（「日本人の食事摂取基準」・「食生活指針（食生活指針のビジュアル含め）」・「健康日本２１（栄養・食生活）」）においては、脂質・食塩の摂取量が課題として取り上げられておりますが、菓子・	1

	嗜好飲料・砂糖は触れられていません。エネルギーの取り過ぎという面での関連性は当然ありますが、取り過ぎの弊害という意味では多くの食品が相当しますので、食品（商品）群が特定されやすい名称である「菓子・嗜好飲料」をイラストに入れることには異議があります。国の主要施策からは唐突な感じがします。 ・フードガイドは何の説明もなくビジュアルで瞬時に感覚的に訴求するツールと考えられますので、意味合いが分かりにくい「絵」は誤解を招く恐れがあると考えます。慎重な検討をお願いしたいと思います。	
	・第２回フードガイド（仮称）検討会で配布された資料２の表の料理グループに「とりすぎを注意したいもの」として菓子・嗜好飲料・砂糖、その食品群として菓子類、嗜好飲料、（砂糖類）の記載があります。全ての食品についてとりすぎに注意すべきところ、フードガイドの区分に「とりすぎを注意したいもの」として菓子・嗜好飲料・砂糖のみを設けた合理的な理由をお示し願いたい。 ・第３回フードガイド（仮称）検討会を傍聴した際に、フードガイド（仮称）の図案としてコマとヒモが示されました（未公開で詳細不明）。示された図案には主食、副菜、主菜、果物、牛乳・乳製品の具体的な料理のイラストがコマに配置され、ほどほどにとるものとして嗜好飲料と菓子の文字の入ったヒモが、コマに付随して描かれていました。このヒモの表示は、嗜好飲料等が不要または有害であるかのような誤解を招き、清涼飲料業界にとり、極めて重大な影響をこうむると判断されること等から、不当なので削除すべきです。	1
	（第3回検討会「資料－２　ターゲットを絞った問題提起の構成及び流れについて」について） ・図案イメージ1と図案イメージ2では、１ＳＶを単位とする考え方が反映されていない。「野菜ラーメンで野菜を増やす」という考えより食器単位となると、ラーメンと何の副菜を組み合わせたらよいかを学ぶことができるような、選択の幅が広がるイメージ図が描けると思います。	1

	・図案イメージ2でも、脂質量の少ない副菜料理を一緒に描いてほしいです。また、定食の例が多いですが、定食は単品の「ざるそば」より野菜が含まれていると思いますが、その「よさ」は表現されておらず、料理の選び方は何と何を選べばよいのか迷います。	
	・米国の新しいフードガイドである「MyPyramid」では、ＵＳＤＡのホームページで、各人が「年齢」、「性別」、「日頃の運動量」をインプットすると、個人ごとに「２００５アメリカ人のための食事ガイド」の基準に沿った個人別推奨プランが提供される。我が国でも参考にできるのではないか。 ・フードガイドにおいては、消費カロリーが多い人は、充実した内容の食事をしても差し支えないことを明確に位置付けるべきである。ダイエットよりも運動の重要性を強調し、楽しい食事を推奨すべきである。具体的には、日頃から運動をしている人や、運動量の多い職業に就いている人は、食事の量を気にせずに食事を楽しむことができる。また、休日等に適度な運動をした後や、グループで大いに会話を楽しみながら食事をするときは、充実した食事を楽しむことができる。この点は、米国の新しいフードガイドである「MyPyramid」の考え方が、参考になる。	1