

## 用語の解説

### BMI (Body Mass Index) 体格指数

肥満ややせ過ぎの判定法。体重(kg)÷身長(m)÷身長(m)。18.5未満がやせ、18.5以上25.0未満が正常、25.0以上で肥満と判断される。

### BSE (牛海面状脳症)

Bovine Spongiform Encephalopathyの略。異常プリオンたんぱく質（細胞たんぱく質の一種が異常化したもの）に汚染された飼料（BSE感染牛の脳等を含む肉骨粉等）の摂取により経口感染すると考えられている牛の疾病。2年以上の長い潜伏期間の後、脳組織がスポンジ状になり、行動異常等の神経症状を呈し、発病後2週間から6か月で死に至る。1986年に英国で初めて報告されたが、これは、70年代に英国での肉骨粉の製造工程が変化したことにより、異常プリオンたんぱく質が不活化されずに残存した肉骨粉が流通・給与されたことが背景にあると考えられている。

なお、国内では、平成13年10月18日以降、と畜される全頭が検査され、検査に合格した牛の食肉だけが市場に出回っている。また、平成13年9月18日より肉骨粉を牛に給与することは法律で禁止されている。

### PFCバランス

栄養のバランスの基本である、P：たんぱく質、F：脂質、C：炭水化物のバランス。

理想的な比率は、P 12～15%、F 20～25%、C 60～68%

### 8020運動推進会議

80歳になっても20本の自分の歯を保つための「8020運動」を推進するため、歯科保健知識の普及と啓発を行い、歯の喪失主因となる、う歯（むし歯）及び歯周疾患の予防と「生涯を通じた歯の健康づくり」を図る会議

### 愛育会

地域の住民である愛育班員が、声かけや話し合い等により地域で交流を広げることで、母と子の健康づくりの推進に取り組む自主的な団体。

県内の市町村単位で組織され、現在、約10,000人の班員が、地域に根ざした活動をしている。

## アレルギー物質

身体にとって異物であるもの（抗原またはアレルゲン）が体内に入ったとき、それに対抗する物質（抗体）を作って、抗原を排除する免疫が適切に機能せず、過剰に反応し、生体防除の範囲を逸脱した場合アレルギーとなる。

食物アレルギーに関して、加工食品におけるアレルギー物質の表示には、必ず表示されるもの（義務品目）5品目（卵、乳、小麦、そば、落花生）と表示が勧められているもの（推奨品目）20品目（あわび、いか、いくら、えび、オレンジ、かに、キウイフルーツ、牛肉、くるみ、さけ、さば、大豆、鶏肉、豚肉、まつたけ、もも、やまいも、りんご、ゼラチン、バナナ）が定められている。

## 遺伝子組換え食品（GMO：Genetically Modified Organisms）

「遺伝子組換え技術」を応用して品種改良した農産物又はそれを原材料とした食品のこと。

遺伝子組換え技術は、ある農産物の味をよくしたり、病気や害虫に強い品種にしたり、除草剤の影響を受けなくするために、それらの性質をもつ他の生物から有用な遺伝子を取り出し、その農産物の細胞に入れる（農産物の遺伝子を組み換える）品種改良の技術。

平成18年11月現在、わが国において安全性が確認され、販売・流通が認められている作物は、大豆、とうもろこし、ばれいしょ、なたね、綿実、アルファルファ、てんさいの7種類。

遺伝子組換え農産物及びこれを原料とした加工食品については、表示制度が定められている。（農産物7種類、加工食品32品目群が対象）

## 栄養教諭

栄養教諭は、栄養に関する専門性と教育に関する資質を併せ有する教育職員として、学校給食を生きた教材として活用した効果的な指導を行う。

このため、食に関する指導と学校給食の管理を一体のものとして行う。

## 栄養士会

栄養士資格を有する者の職能団体。管理栄養士・栄養士を構成員としており、機関誌による情報提供などを行うとともに、県民の健康・福祉の向上を図るため、社会活動の充実にも努めている。

## エコクッキング

食材の調達から後片づけ、ゴミの排出に至るまで調理にかかわるすべての段階において環境に配慮する料理づくりのこと。

食材を無駄なく使う、燃料を有効に使うなど、調理によって生じる環境への負荷・汚染を最小限にとどめる様々な工夫を行う。

## エコファーマー

「持続性の高い農業生産方式の導入の促進に関する法律」に基づき、土づくり、化学肥料・化学合成農薬の使用の低減を一体的に行う計画を策定し、知事から計画の認定を受けた農業者の愛称。

## 環境保全型農業産地化推進会議

環境保全型農業の産地づくりを推進するために、地域段階で化学合成農薬や化学肥料を低減した栽培を実証し、併せて経営的な評価を行う会議で、市場流通関係者も構成員として参画している。

## 牛肉トレーサビリティ

牛肉の安全性に対する信頼確保やBSEのまん延防止措置の的確な実施のため、「牛の個体識別のための情報の管理及び伝達に関する特別措置法」に基づき、国内で飼養されるすべての牛に10桁の個体識別番号が印字された耳標を装着するとともに、生年月日、品種、飼養地等をデータベースに記録し、生産・流通の各段階において当該個体識別番号を伝達する制度。平成16年12月1日以降にと畜処理された牛の精肉には個体識別番号（又は個体識別番号との対応が明らかなロット番号）が表示され、牛の出生から消費者に供給されるまでの間の追跡・遡及が可能となった。

## 教育ファーム

自然の恩恵や食に関わる人々の様々な活動への理解を深めること等を目的として、農林漁業者などが一連の農作業等の体験の機会を提供する取組。

一連の農作業等の体験とは、農林漁業者など実際に業を営んでいる者による指導を受けて、同一人物が同一作物について2つ以上の作業を年間2日以上の間をかけて行うもの。

## 健康寿命

健康寿命は、各年齢の平均余命から非自立期間（自立生活が営めない期間）を引いた期間である平均自立期間という指標により表される。山梨県の平均自立期間は、平成16年にまとめた健康寿命実態調査によると、65歳の男性では、15.72年で全国2位、女性では17.97年で全国1位だった。

## 原料原産地

国内で製造された加工食品においては、次に掲げるものについて、主な原材料の原産地（原料原産地）の表示が必要。

加工食品品質表示基準で主な原材料（原材料に占める重量割合が50%以上のもの）の原産地表示が義務づけられている加工食品（20食品群）

- ①乾燥きのこ類、乾燥野菜及び乾燥果実
- ②塩蔵したきのこ類、塩蔵野菜及び塩蔵果実
- ③ゆで、または蒸したきのこ類、野菜及び豆類並びにあん
- ④異種混合したカット野菜、異種混合したカット果実、その他野菜、果実及びきのこ類を異種混合したもの
- ⑤緑茶
- ⑥もち
- ⑦いりさや落花生、いり落花生及びいり豆類
- ⑧こんにやく
- ⑨調味した食肉
- ⑩ゆで、または蒸した食肉及び食用鳥卵
- ⑪表面をあぶった食肉
- ⑫フライ種として衣をつけた食肉
- ⑬合挽肉その他異種混合した食肉
- ⑭素干魚介類、塩干魚介類、煮干魚介類及びこんぶ、干のり、焼きのり、その他干した海藻類
- ⑮塩蔵魚介類及び塩蔵海藻類
- ⑯調味した魚介類及び海藻類
- ⑰ゆで、または蒸した魚介類及び海藻類
- ⑱表面をあぶった魚介類
- ⑲フライ種として衣をつけた魚介類
- ⑳④または⑬に掲げるもののほか、生鮮食品を異種混合したもの

と個別の品質表示基準で表示が規定されている、「うなぎ加工品」、「かつお削りぶし」、「農産物漬物」、「野菜冷凍食品」の4品目。

## 消費（賞味）期限

消費期限は、定められた方法で保存した場合において、腐敗、変敗等の品質劣化に伴う衛生上の危害が発生するおそれがないと認められる期限。生鮮食品や弁当など劣化速度が速い食品（製造日を含め品質が保たれる期間がおおむね5日以内のもの）に表示が義務づけられている。

また、賞味期限は、定められた方法で保存した場合において、品質の保持が十分に可能であると認められる期限。缶詰や乳製品など劣化の比較的遅い食品（品質が保たれる期間がおおむね5日を超えるもの）に表示が義務づけられている。

## 食育基本法

国民が生涯にわたって健康で豊かな人間性を育むため、食育の基本理念と方向性を明らかにするとともに、食育に関する施策を総合的かつ計画的に推進すること等を目的として、平成17年7月15日施行された法律。

## 食育推進基本計画

食育基本法に基づいて、平成18年3月31日策定された。平成18年度から平成22年度までの5年間を対象として、食育の推進に関する施策の総合的かつ計画的な推進を図るために必要な基本的事項を定めるとともに、都道府県食育推進計画及び市町村食育推進計画の基本となるもの。

## 食育推進ボランティア

県民が、「食」の安全、「食」の選び方や組み合わせ方などについて正しい知識を身につけ、健全で安心な食生活を実践していくことができるよう、地域単位の草の根レベルで、食の生産から消費に関する情報提供等食育を推進する活動を行うボランティア。

## 食事バランスガイド

食生活指針を具体的な行動に結びつけるものとして、食事の望ましい組み合わせやおおよその量をわかりやすくイラストで示したもの。

山梨県栄養士会は、本県の郷土料理等を取り上げ、県民に親しみやすくした山梨版食事バランスガイドを制作し、普及に努めている。

## 食生活改善推進員

市町村の栄養教室を終了した方で構成され、“私たちの健康は私たちの手で”を合い言葉に「ヘルスマイト」の愛称で、食生活改善のボランティア活動を行う人たち。

自分や家族の健康管理はもとより、地域住民の食生活改善の輪を広げ、地域住民の生涯を通じた健康づくりの担い手として活躍している。

県内の全市町村単位で組織され、現在、約5000人の会員が、草の根運動として子どもからお年寄りまでを対象に活動している。

## 食生活指針

平成12年3月に、文部省（現文部科学省）、厚生省（現厚生労働省）、農林水産省の3省で策定されたもので、①食事を楽しみましょう、②一日の食事のリズムから健やかな生活リズムを、③主食、主菜、副菜を基本に食事バランスを、など10項目からなる食生活のための指針。

## 食品添加物

食品の製造過程で、または食品の加工や保存の目的で、食品に添加、混和などの方法によって使用するもの。

食品添加物を用途別にみると、

- ① 食品の品質を保つもの（保存料、殺菌料、酸化防止剤、防かび剤など）
- ② 食品の嗜好性の向上を目的としたもの  
（甘味料、酸味料、調味料、香料、ゲル化剤、着色料、漂白剤など）
- ③ 食品の製造又は加工するときに使用されるもの  
（豆腐用凝固剤、膨張剤、ゲル化剤、乳化剤、ろ過助剤、抽出溶剤など）
- ④ 栄養強化を目的とするもの（ビタミン、ミネラル、アミノ酸類）

がある。

## 食品表示ウォッチャー

県内の消費者の中から委嘱し、食料品販売店において、日頃の買い物等を通じて把握した食品表示の状況や、不適正と思われる食品表示について県に報告をしてもらう制度。

## 食品ロス率

食品ロス率は、（食べ残し重量＋過剰除去重量＋直接廃棄重量）÷食品使用量×100で算出されている。

過剰除去とは、だいこんの厚むきなど不可食部分を除去する際に過剰に除去した可食部分であり、直接廃棄とは、賞味期限切れ、作りすぎ・調理の失敗等で食卓に出さずにそのまま捨てたものをいう。

また、食品使用量は、国内消費仕向量から、①食用以外（飼料用等）に仕向けられた量及び②輸送途上における減耗、倉庫、店頭などにおける貯蔵中の減耗を除いたものから、③りんごの皮、魚の骨、野菜くず、米ぬかなどの不可食部分を除いたもの。