

用語の解説

あ 行

「1日3食 まず野菜！」

平成26年度に健やか香川21ヘルスプランの推進母体である「健やか香川21県民会議」において採用した、野菜摂取量増加等の普及啓発をするためのキャッチフレーズで、各構成団体の活動の中で普及啓発に取り組んでいる。

栄養教諭

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で、児童生徒に対する「食に関する指導」と「学校給食の管理」を一体的に行うことを職務としている。栄養教諭が中心となって、その学校の各教職員の参画により、すべての児童生徒に対する食に関する指導が適切に行われることが求められている。

か 行

香川県食の安全・安心基本指針

食の安全・安心に関する各種施策の方向性を示したもので、この指針に基づき、毎年、「食品衛生監視指導計画」「農林水産物の安全・安心確保計画」及び「消費者の食の安全・安心推進計画」を策定するなど、生産から消費までの各段階において、関係団体等と連携して食の安全・安心の推進に総合的に取り組んでいる。

給食施設

特定かつ多数の者に対して継続的に食事を供給する施設で、一定規模以上のものは、管理栄養士による特別な栄養管理が必要な施設として、管理栄養士の配置義務がある。また、給食施設には、単に食事を提供するだけでなく、利用者の健康管理とともに、その家族や地域住民の健康づくり及び栄養・食生活の改善など、社会環境の整備の促進に果たす役割も期待されている。

共食

1人で食べるのではなく、家族や友人、職場の人や地域の人など、誰かと共に食事をする中で、「何を作ろうか」と話し合っ一緒に料理を作ったり、食事の後に「おいしかったね」と語り合ったりすることも含まれる。近年、世帯構造の変化や生活の多様化により、一人暮らし高齢者の孤食が問題になっている。

グリーン・ツーリズム

農山漁村で、農林漁業の体験やその地域の自然や文化に触れながら、地元の人々との交流を楽しむこと。

健康食品

健康に関する広告等を行って販売される多種多様な食品が市場に出回っており、これらは一般的に「健康食品」として認識され、利用されているが、多くは機能性の表示ができない一般食品である。機能性の表示ができる「保健機能食品」は、国が審査を行い食品ごとに消費者庁長官が許可している「特定保健用食品」、事業者の責任において販売前に消費者庁長官に届け出た「機能性表示食品」、届出をしなくても基準を満たし国が定めた表現によって機能性を表示できる「栄養機能食品」がある。

健康づくり協力店

メニューの栄養表示や健康に配慮したメニューの提供、健康づくり情報の提供などにより、中食や外食利用者の健康的な食生活をサポートする店として県が登録している店舗。

県民健康・栄養調査

県民の健康の増進の総合的な推進を図るための基礎資料として、県民の栄養の摂取状況、身体の状態、生活習慣等を明らかにするため、概ね5年毎に県が実施している調査。

さ 行

小児生活習慣病予防健診

小児の生活習慣病の予防のため、県内の全市町が小学生を対象に行っている血液検査等の健診。

食育基本法

国民が健全な心身を培い、豊かな人間性をはぐくむ食育を推進するため、施策を総合的かつ計画的に推進することを目的として、関係者の責務、食育推進基本計画の作成、基本的施策などを定めている。

食育推進基本計画

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、食育基本法に基づき、食育推進会議において作成される計画で、食育の推進に関する基本的な方針、目標、総合的な促進に関する事項等が明らかにされている。

食品表示制度

食品表示に関する制度は、食品の安全性確保や消費者の商品選択に資する情報の提供を目的としており、食品表示法などの複数の法律によって規定されている。

食品表示110番

消費者からの偽装表示、不審な表示の情報や食品表示に関する問い合わせ等を受けるために設置している電話相談窓口。

G I 値 (グリセミック・インデックス)

食後血糖値の上昇度を示す指標で、健康な人がブドウ糖を吸収したあとの血糖上昇率を基準(100)とし、各食品を同量とった際の血糖上昇率を百分率で表した数値。海藻、きのこ類、ほうれん草やレタス、ブロッコリーなどのG I 値が低い食品ほど食後血糖値が上がりにくい。

健やか香川21ヘルスプラン

健康増進法に基づく県健康増進計画で、県民一人ひとりが実践する健康づくりを基盤に、家庭・地域・学校・職場が一体となった県民運動の展開と、健康づくりへの社会的、専門的支援の計画的推進を図るための計画として平成13年度に策定した。現在は、平成34年度を目標年度とした「健やか香川21ヘルスプラン(第2次)」の計画期間中である。

専門調理師

調理師の資格を持ち、一定の実務経験を経た者で、調理師法の第8条の3に基づいて実施される調理技術審査に合格した者。日本料理、西洋料理、麺料理、中国料理、すし料理及び給食用特殊料理の種別がある。

た 行

地域伝統野菜

地域の風土に根ざして古くから栽培されている野菜。伝統的な郷土食などの食材として食文化を形成している。

地産地消

「地域生産、地域消費」を短くした言葉で、「地域でとれた生産物を地域で消費する」という意味。消費者の食料に対する安全・安心や健康志向の高まりを背景にその必要性が見直されており、本県では、県産農林水産物の需要拡大と県民の健康で豊かな食生活の実現をめざし、地産地消を推進している。

糖尿病

血糖値を下げるインスリンの分泌不全や作用不足で高血糖の状態が慢性的に続く病気のこと。大きく1型、2型に分類され、全体の約9割が生活習慣の乱れが原因となる2型糖尿病である。自覚症状はないが、治療せず放置しておくと血管障害が起こり、神経や目、腎臓等に合併症を引き起こす。

トレーサビリティシステム

食品の生産、処理・加工、流通・販売などの各段階で原材料の出所や食品の製造元、販売先などの記録を記帳・保管し、食品とその情報を追跡し、遡及できるようにすること。食品の安全性について、予期せぬ問題が生じた際の原因究明や問題食品の追跡・回収が可能となる。

な 行

中食

惣菜店やコンビニエンスストア・スーパーなどで、商業的に調理・加工された弁当や惣菜などを購入し、家庭や職場で食べる形態の食事のこと。

妊産婦のための食生活指針

妊娠期及び授乳期に望ましい食生活が実践できるよう、何をどれだけ食べたらよいかをわかりやすく伝えるための指針。

は 行

HACCP (ハザップ、ハセップ)

食品の製造・加工工程のあらゆる段階で発生するおそれのある微生物汚染等の危害要因についてあらかじめ分析(Hazard Analysis)を行い、その結果に基づいて、製造工程のどの段階でどのような対策を講じればより安全な製品を得ることができるかという重要管理点(Critical Control Point)を定め、これを連続的に監視・記録することにより製品の安全を確保する衛生管理手法。

バイオマス

家畜排せつ物や生ごみ、木くずなどの動植物から生まれた再生可能な有機性資源。バイオマスの利活用は、化石資源への依存を低減し、地球温暖化防止や循環型社会の形成に貢献し、従来の食料等の供給というこれまでの農林水産業の役割に加え、エネルギーや工業製品の供給という新たな可能性を与え、農林水産業と農山漁村の活性化や新たな産業の育成につながるものとされている。

BMI（ボディマスインデックス）

身長と体重の関係から計算した肥満度を表す指数。
体重(kg)÷身長(m)÷身長(m)で算出でき、統計的にもっとも病気にかかりにくいのはBMI 22とされている。

目標とするBMIの範囲（年齢別）

18～49歳	18.5～24.9
50～69歳	20.0～24.9
70歳以上	21.5～24.9

BMI:Body Mass Index（肥満指数）

弁当の日

子どもの感謝の気持ちや家族の絆などをはぐくむことを目的に、各家庭において、子どもが自分で考え、買い物や調理をするなど、子どもに弁当作りにかかわるよう促す取組み。

保育所給食の手引き

保育所における給食業務の円滑な運営が図られるよう、県において昭和55年7月に創刊され、保育所給食関係者に広く活用されているもの。その後改定を重ねながら、県と高松市でそれぞれ作成し、県下の保育所等に周知している。

ま 行

三つ星ヘルシーランチ店

外食利用者が気軽にヘルシーなランチを食べられるよう、健康に配慮したランチメニューを提供している店として県が登録している店舗。登録には、健康づくり協力店の登録基準を全て満たしたうえで、次の4つの登録基準を全て満たすことが条件となる。

<登録基準>

- ① 主食・主菜・副菜が揃っている
- ② エネルギーが1日の必要量の1/3程度
- ③ 野菜がたっぷり入っている(120g以上使用)
- ④ 油・砂糖・塩分が控えめ

メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）

①に加え、②から④で2項目以上該当する者がメタボリックシンドロームに該当し、①に加え、②から④で1項目該当する者がメタボリックシンドローム予備群とされる。

①	腹囲（へそ周り）	男性 85cm以上 女性 90cm以上
②	高トリグリセライド(中性脂肪)血症 かつ/または 低HDLコレステロール血症	150mg/dl以上 40mg/dl未満
③	収縮期血圧 かつ/または 拡張期血圧	130mmHg以上 85mmHg以上
④	空腹時高血糖	110mg/dl以上

ら 行

ライフステージ

人間の一生を年齢や人生の節目ごとに分けた、それぞれの段階。少年期・青年期・壮年期・老年期など、さまざまな分類や表現がある。

リスクコミュニケーション

食品の安全性に関するリスクコミュニケーションとは、リスク分析の全過程において、リスク評価者、リスク管理者、消費者、事業者、研究者、その他の関係者の間で、食品のリスクそのものやリスクに関連する情報や意見を相互に交換することを指す。