

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。栄養教諭は、食育推進の中核として、学校内における教職員間及び家庭や地域との連携・調整で要としての役割を果たすことが求められている。

SNS

ソーシャルネットワーキングサービス(Social Networking Service)の略。SNSとは、人と人のつながりを促進・サポートする、コミュニティ型のWebサイトで、友人・知人間のコミュニケーションを円滑にする手段や場、新たな人間関係を構築する場を提供する会員制のサービスのこと。

SDGs

持続可能な開発目標(Sustainable Development Goals)の略。平成27年9月、国連サミットにおいて採択された「持続可能な開発のための2030アジェンダ」に記載された令和12年までに達成すべき国際目標で、「誰一人取り残さない」社会の実現のため、17のゴールと169のターゲットを設定している。

オーラルフレイル

フレイルの一つで、老化に伴う様々な口腔の状態の変化に、心身の活力(運動機能や認知機能等)の低下も重なり、口腔の脆弱性が増加し、食べる機

能の障害へ陥り、心身の機能低下にまでつながる現象。

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

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。一緒に食事をする事で、コミュニケーションを深めたり、食事のマナーを学んだりすることができる。共食には、一緒に料理を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、一人で食事をする「孤食」や、同じ食卓に集まっても、家族がそれぞれ別々のものを食べる「個食」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。

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、身体状況、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

事業所まるごと健康宣言

県と協会けんぽ香川支部の協働事業で、事業所が従業員の健康づくりに積極的に取り組むことを宣言し、健康経営を実践する制度。事業所が「事業所まるごと健康宣言」を行うことで、登録証の交付や、健康づくりに関する情報提供、支援などを受けることができる。従業員の健康増進や職場環境の改善を目的としており、年に1度優良企業の表彰を行っている。

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、県内の市町等が小学生及び中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110番

食品の偽装表示や不審な食品表示に関する情報を受け付ける窓口。

食品ロス

本来食べられるにもかかわらず、売れ残りや食べ残しなど、さまざまな理由で捨てられている食品のことで、食品の生産、製造、流通、販売、消費等の各段階において日常的に発生し、日本全体で年間約600万トン(平成30(2018)年度)と推計されている。

GI値

グリセミック・インデックス(Glycemic Index)の略。食後血糖値の上昇度を示す指標。GI値の高い食事をしていると、血糖値が短時間で上昇しやすくなる。

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、令和17年度を目標年度とした「健やか香川21ヘルスプラン(第3次)」の計画期間中である。

スマート・フードライフ

香川県が提案している食品ロス削減に向けたキャッチフレーズ。食品ロスを減らす生活習慣は、環境・身体・家計にかしこい(スマートな)ライフスタイルであるという意味の造語。

た 行

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う血管障害が起こり、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。

は 行

HACCP(ハサップ)

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、これを継続的に監視・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。

BMI

ボディマスインデックス(Body Mass Index)の略。 $[\text{体重(kg)}] \div [\text{身長(m)の2乗}]$ で算出される値。肥満や低体重(やせ)の判定などに用いられる。

目標とするBMIの範囲(18歳以上)

年齢(歳)	目標とするBMI(kg/m ²)
18~49	18.5~24.9
50~64	20.0~24.9
65~74	21.5~24.9
75以上	21.5~24.9

※男女共通。あくまでも参考として使用すべきである。
※厚生労働省の「日本人の食事摂取基準(2025年版)」より引用

フードバンク活動・団体

包装の破損や印字ミス、賞味期限が近いなど、食品の品質には問題ないが、通常の販売が困難な食品・食材を事業者等から引き取って、福祉施設等へ無償提供する活動及びその活動を担う団体。

フレイル

加齢とともに心身の活力(運動機能や認知機能等)が低下し、複数の慢性疾患の併存などの影響もあり、生活機能が障害され、心身の脆弱性が出現した状態をいう。

ま 行

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	ウエスト周囲径 (内臓脂肪面積 男女とも100cm ² 以上に該当) 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 150mg/dl以上 かつ/または 低HDLコレステロール血症 40mg/dl未満
③	収縮期血圧 130mmHg以上 かつ/または 拡張期血圧 85mmHg以上
④	空腹時高血糖 110mg/dl以上

※メタボリックシンドローム診断基準検討委員会の
「日本内科学会雑誌(2005)」より改変

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。

ローリングストック法

普段の食料品を少し多めに買い置きし、消費した分を補充する方法。