

# 用語解説

(五十音順、アルファベット順)

## ● 栄養教諭

食に関する指導と学校給食の管理を一元的に行い、学校における食育を推進する役割を担う者として、平成17年度に文部科学省で創設。

## ● 完全給食

パンまたは米飯(これらに準ずる小麦粉食品(麺等)、米加工食品その他の食品を含む)、ミルク及びおかずが揃った給食。

## ● 高脂血症

血液中にコレステロールや中性脂肪が標準以上に増加した状態のことで、動脈硬化を増長させ、心筋梗塞、高血圧症の原因にもなります。

## ● 孤食

一人で食事をする事。特に子どものみで食事をする事。

## ● サプリメント

日常生活で不足しやすい栄養成分の補給や特別の保健の用途に適する食品のうち、錠剤・カプセルなど通常の食品の形態でないもの。栄養補助食品。

## ● 食育ボランティア

郷土料理の歴史や作り方、農産物の育て方、食と健康の関わりなど「食」に関する知識を持ち、学校や地域等での「食育」に関する活動について無償で支援する者。食生活改善推進員、栄養士や、生活改善研究グループ、農業士会等の団体の構成員が含まれる。

## ● 食生活改善推進員(ヘルスマイト)

昭和30年頃以降「私たちの健康は私たちの手で」をスローガンに、食を通じた健康づくり活動を地域において推進しているボランティア組織の団体。  
ヘルスマイトは食生活改善推進員の呼称。

## ● 食生活指針

10項目から構成される食生活に関する指針で、平成12年3月、当時の文部省、厚生省、農林水産省が国民の健康の増進、生活の質の向上及び食料の安定供給の確保を図るために策定したもの。

10項目とは以下のとおりです。

- ①食事を楽しみましょう
- ②1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、食事のバランスを
- ④ごはんなどの穀類をしっかりと

- ⑤野菜・果物、牛乳・乳製品、豆類、魚なども組み合わせて
- ⑥食塩や脂肪は控えめに
- ⑦適正体重を知り、日々の活動に見合った食事を
- ⑧食文化や地域の産物を活かし、ときには新しい料理も
- ⑨調理や保存を上手にして無駄や廃棄を少なく
- ⑩自分の食生活を見直してみましょう

## ● 食に関する年間指導計画

学校教育目標に基づき、指導の基本的な考え方、到達目標、関連教科・道徳・給食などの特別活動・総合的な学習の時間における具体的な指導方針など、食に関する指導計画をまとめたもの。

## ● 食農教育

食と農と地域と自然の関わりを重視し、農産物がいのちを育み、成長していく過程を大切にしながら、食への関心・興味を高揚し、食の大切さ、食を支える農の役割、自らのくらしと社会の営みとの関わり、地域の食文化、いのちと健康の尊さなどに対する理解を広げ、深めることを目的に、JA(農業協同組合)グループが進めている取組。

## ● 食料自給率

私たちが食べている食料のうち、どのくらいが日本で作られているかという割合。カロリーベース、重量ベース、生産額ベースの3種類の計算方法があります。

## ● 生活習慣病・小児生活習慣病

日常の生活習慣によって引き起こされる病気の総称。食習慣・運動習慣・休養・喫煙・飲酒等の生活習慣が病気の発症・進行に関与する疾患群で、「がん」、「脳卒中」、「心臓病」が3大生活習慣病といわれ、他に高脂血症、糖尿病、高血圧なども含まれます。

小児生活習慣病とは、成人になった時の状態を考慮しながら、小児期から上記疾病の治療や管理をしなければならない疾患。

## ● 地産地消

地域で生産された食料(農林水産物)を地域で消費すること。

地元で作られている農産物等に親しみを持ち、食への関心・興味を高め、望ましい食習慣の実践による健全な身体づくりの観点から、地産地消も食育の大切な取組のひとつです。

## ● トレーサビリティ

トレース(追跡)とアビリティ(可能性)を合成した言葉で、追跡可能性と訳されています。農産物等の生産及び流通情報を生産者から消費者まで伝達し、食品の安全と消費者の安心を確保するシステム。

## ● 中食(なかしょく)

外食と家庭での料理の中間にあるものとして、そう菜や弁当などを買って家庭で食べること。または、そう菜や弁当などのように、家庭で調理加熱することなく、そのまま食事として食べられる状態の食品のこと。

## ● ふるさと認証食品

梅干、だいこんの漬物、果実ジュースなどについて県独自の基準を定め、その基準に適合したものを「和歌山県ふるさと認証食品」として認証する制度。

## ● ふれあい給食

保護者、地域の高齢者、生産者等を学校に招いて給食を一緒に食べ、交流すること。

## ● リスクコミュニケーション

食品に関して、消費者、事業者、研究者、行政などの関係者間で、食品のリスク<sup>\*</sup>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。

\*ここでの「リスク」とは、健康への悪影響が発生する確率と影響の程度です。

## ● わかやま食の安全サポーター

県内各地域において、県民の食への関心を高め、食の安全や食生活の改善に関する知識等の普及を図るとともに、県民からいただいたご意見等を食の安全施策に反映させるため、平成16年度に創設した制度。（平成18年12月現在、366名）

## ● BMI

「ボディ・マス・インデックス」の略で、「体重kg÷[身長m×身長m]」で算出される体格指数。肥満度を測るための国際的な指標で、医学的に最も病気が少ない数値として22を「標準」とし、18.5未満なら「やせ」、25以上を「肥満」としています。

## ● BSE

Bovine(牛) Spongiform(海綿状)Encephalopathy(脳症)の略で、牛の脳の組織にスポンジ状の変化を起こし、起立不能等の症状を示す遅発的かつ悪性の中枢神経系の疾病。

## ● FAO

国際連合食糧農業機関の略称で、世界各国国民の栄養水準及び生活水準の向上、食糧及び農産物の生産及び流通の改善などを通じて、世界経済の発展及び人類の飢餓からの解放を目的に1945年に設立された国際機関。本部はローマ。

## ● HACCP

Hazard Analysis and Critical Control Pointの略称で、米国での宇宙食の安全性を高度に保証するために考案され、製造における重要な工程を連続的に監視することによってひとつひとつの製品の安全性を保証しようとする食品の衛生管理手法です。わが国では、食肉製品、乳・乳製品、いわゆるレトルト食品、魚肉練り製品、清涼飲料水に対し、厚生労働大臣が基準に適合することを個別に承認する「総合衛生管理製造過程承認制度」が設けられています。本県においても、地域の産業を対象として、食品衛生管理水準の向上と産業基盤強化を図るため、HACCP手法に基づく自主的な衛生管理を実施している施設に対し、独自の「和歌山県食品衛生管理認定制度」を設けています。