

持続可能な
社会・環境に
「よい食」

「よい食」につながる国消国産

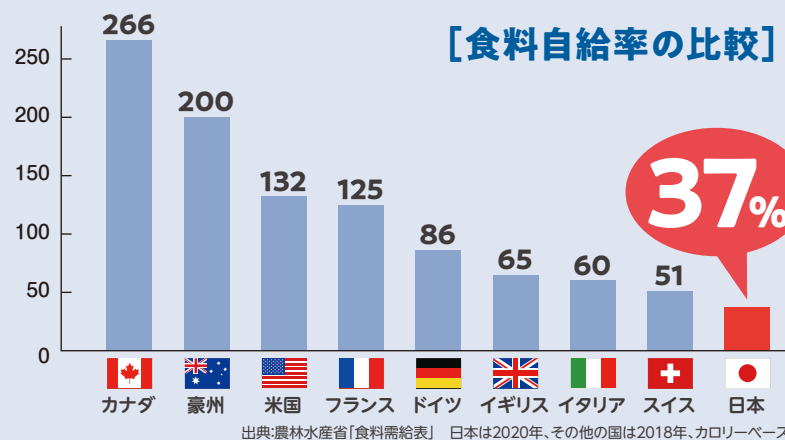
- 日本の食料自給率はわずか37%※。
いざという時、心配ないように、
食料自給率を向上させていくことが
大事です。それがみんなのよい食の
実現につながっていきます。

※農林水産省 2020年 カロリーベース

- JAグループは、「国」民が必要とし
「消」費する食料は、できるだけその
「国」で生「産」する…「国消国産」
の考え方を提唱しています。



- それは農業を支えることにもつながり
ます。農地には洪水や土砂崩れを防
いだり、環境や景観を守るなどの「多
面的機能」があります。農業を支える
ことは、日本の国土の安心や豊かさを
守ることにもつながります。



「林修先生と学ぶ国消国産」動画はこちらから。



「よい食」でSDGsの実現に貢献

- 世界の人口は2030年には約
85億人になると予想され※、
世界的な食料不足が心配な
状況といわれています。「よい
食」や「国消国産」をすすめる
ことは、食料を輸入に依存し
ないということにつながり、
それは持続可能な食料の生産
と農業の振興、そしてSDGsの
達成に貢献します。

※国際連合広報センター

- 地元のものを食べる「地産地
消」は、地域社会と農業を元
気にし、SDGsが目指す、住み
続けられるまちづくりの実現
や、「国消国産」をすすめるこ
とにもつながります。



JAグループとSDGsに
ついてはこちらから。



わたしのよい食は、みんなのよい食に、つながっている。

みんなのよい食 プロジェクト

自分と家族のために。農業と地域のために。
わたしたち一人ひとりにできる「よい食」があります。
それは、持続可能な社会や環境に
とっての「よい食」にもなります。
あなたも「よい食」
してみませんか？

わたしと
家族に
「よい食」

朝からしっかり食べて
一日を元気にスタート

よく噛んで食べて
体や脳の働きを活発に

栄養バランスを考えて
毎日健康な食生活を

楽しく手づくりで
食材への愛も深まる

「旬」のものを食べると
美味しくて栄養たっぷり

料理を工夫して
食材をムダなく使う

農業と
地域に
「よい食」

ファーマーズマーケット
を利用して地産地消

国産の農畜産物を食べて
日本の農業を応援

農業体験などに参加して
農業の大切さを学ぶ

農業まつりなどに参加して
地域の食や文化を学ぶ

持続可能な
社会・環境に
「よい食」

食料自給率アップ
に貢献

海外からの輸送による
CO2排出を削減

食品ロスを削減

地域の活性化を実現

農業・農村の持つ
多面的機能を守る

飢餓ゼロの世界に
向けて貢献

みんなのよい食
プロジェクトを
応援しているよ。
よろしくね！



えみ
笑味ちゃん
7歳・小学2年生
口ぐせは「パク！」

©みんなのよい食プロジェクト



「みんなのよい食プロジェクト」のサイトはこちらからご覧ください。

耕そう、大地と地域のmiraい。



／さあ今日から、わたしのよい食、はじめよう！／

耕そう、大地と地域のmiraい。

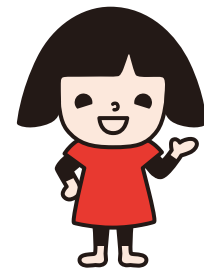


あなたのために、農業のために、地域社会のために、
子どもたちの未来のために。

今、JAではさまざまな「よい食」の
取り組みを進めています。

ここではその一例をご紹介します。

- 紹介した取り組みの名称は、JAによって異なることがあります。
- 開催や募集については、各JAのホームページなどをご覧ください。お近くのJAにお問い合わせください。



© みんなのよい食プロジェクト

いっしょに作ると、親子の絆も
食への愛情も育まれる。

親子料理教室

- 親子料理教室は、子どもたちが主役となり親と力を合わせて料理に挑戦することで、子どもたちの食への関心を高め、いつも料理をしてくれる方への感謝の気持ちを育むことにつながります。
- 初めはぎこちない子どもたちも、親子で力を合わせて挑戦していくなかで、料理の楽しさに目覚め、親子の絆も深まります。
- 地元の食材を使ったり、地域の伝統料理を作ったりすることなどを通じて、地域の農業がもたらす恵みや、郷土の味、食文化を知る機会にもなります。



わたしと
家族に
「よい食」



生活の一部に農作業を取り入れ
食と農への想いを深める。

市民農園

- 市民農園とは、農家ではない方々が、家族単位などで小さな面積の農地を利用して、ノウハウを学びながら、野菜や花などを育てる取り組みのことです。
- 生活の一部に農作業を取り入れ、土に親しみながら作物の成長を見守ることができます。家族などで協力しながら、手塩にかけて育て、実り、食べるというプロセス全ての楽しさや苦労を共有することで、毎日の「食」への感謝も増します。
- 農業のやりがいを実感することで、市民農園からスタートして、本格的なプロの生産者を目指す方も、増えています。



だれでも自宅や学校でお米作りを一から体験できる。

バケツ稲

- バケツ稲とは、文字通り「バケツで育てる稲」のことです。バケツと土さえ用意すれば、自宅の庭やベランダ、校庭など、どこでもスペースをとらず、手軽にお米作りの体験を始めることができます。
- JAグループでは、子どもたちが稲作を体験し、農業を身近に考えるきっかけになってほしいとの思いから、バケツ稲セット（種もみ、肥料、栽培マニュアル等）を配布しています。

※詳細は「JA バケツ稲」で検索



農業と
地域に
「よい食」

土や農作物とふれあい
農業の楽しさを実体験する。

農業体験

- 店頭に並んだ農産物や食卓に載った料理からだけでは、実際に育てているところをイメージすることが難しいため、農業の現場を実体験してもらう取り組みが農業体験です。
- 実際に土に触れ、植え付けや収穫などを体験することで、大地がもつ豊かな生命力を全身で感じ、農業の楽しさや大変さを実感する機会となります。
- 収穫した農産物で料理を作る親子料理教室を合わせて開催することもあります。「食」と「農」の繋がりを知ること、毎日の「食」と、その「食」を生み出す「農」を大切にする心を育みます。



採れたての地元産には、生産者の想いがつまっている。

ファーマーズマーケット

- 生産者の名前や顔写真が載っているものもあり、「安心感」も魅力です。さらに、地元ならではの珍しい農産物や、素材を生かした生産者手作りの加工品などにも出会うチャンスです。
- JAファーマーズマーケットは、地元で生産されたものと消費者を結ぶ拠点であり、また、近年では、生産者・地域住民の交流の場と

位置付け、各種イベントの開催や農家レストランの併設なども行っています。



持続可能な
社会・環境に
「よい食」

裏面を
見てね



地域のつながりを深め、地域の食や文化も学べる。

農業まつり・JAまつり



- 農業まつり・JAまつりは、地域の特色を活かし、旬の農畜産物などの即売会はもちろん、様々な工夫をこらした内容で、小さなお子さんから高齢者まで、地域とのつながりを深めることができる恒例のイベントです。
- JAによっては、生産者が作った郷土の味を楽しめるコーナーなどもあり、地元産の農畜産物の豊かさを知り、地域の食や文化に関心を持つ絶好の機会となります。

子どもたちの未来のために、地域みんなで助け合う。

子ども食堂 食材の提供

- JAグループは、子ども食堂の支援に取り組んでいます。子ども食堂を独自に開設しているJAや、NPOなどと連携して運営するJAなど、地域の実態に応じた支援をしています。多くのJAでは、地域の子どもの食堂へ食材を提供しています。
- 地元の新鮮な食材を中心に提供することで、子どもたちの心と身体の健康と成長を応援しています。
- コロナ禍によって子ども食堂の役割はますます重要となっていますが、JAグループはこれからもJA女性組織やJA青年組織とも連携しながら、地域に根ざした協同組合として「助け合い」の取り組みをすすめます。

