

**「お米の日（８月８日）にちなんだパネル展
—ごはん食で生活習慣病の予防を—**

1. 趣 旨

現在、私たちの食生活は豊かになり幅広い選択肢から好きな物を選べる食環境にあります。しかしながら食の欧米化が進んだことにより以前に比べ脂肪分の摂取量が多くなってきており、このような現在の食生活と日常生活の運動不足などが相まって起こる生活習慣病が懸念されているところです。

こうした中で、米を中心としたごはん食は、様々な食材との相性が良く栄養バランスが優れ、生活習慣病の予防にも役立つと言われていています。

国民一人当たりの米の年間消費量は、直近をみると、輸入小麦価格の高騰による米飯への切り換え等により平成19年には前年に比べ0.4kg増加しておりますが、しかし、食生活の変化とともに、長期的にみると減少傾向にあり、自給率向上へ向け引き続き消費拡大を推進する必要があります。（昭和37年118.3kg → 平成18年61.0kg → 平成19年61.4kg 資料：農林水産省「食料需給表」）

沖縄総合事務局農林水産部では、8月8日の米の日にちなみ、栄養バランスが優れているごはん食の効用を広く県民にご紹介するとともに、米の消費拡大を目的として、以下の日程でパネル展等を開催します。

2. 開催期間：平成20年8月18日（月）～ 平成20年8月20日（水）

時間：10：00～16：00

3. 開催場所：沖縄総合事務局2号館1階行政情報プラザ

4. 主催・共催

主催：沖縄総合事務局農林水産部

共催：沖縄県農林水産部

那覇市食生活改善推進協議会

5. 内容

パネル展示

フードモデル展示

体脂肪・内臓脂肪の測定

パンフレット配布

【担当】

沖縄総合事務局農林水産部食料流通課 宮里、座波

TEL：098-866-1673

FAX：098-860-1179