



野菜摂取の意識高まる 購入時保管のしやすさ重視

カゴメ

カゴメは、野菜摂取の実態などを調査分析する「野菜定点調査2020」を実施した(対象＝全国の15～69歳の男女4680人、期間＝2020年9月25日～28日)。20年は、新型コロナウイルス感染症拡大により健康や野菜摂取への意識の高まりがみられた。

健康に関する考え方や行動について、「1日3食食べるようにしている」と回答。また、67.2%が「栄養を摂るため(健康のため)に野菜をなるべく食べるようにしている」と答えた。

野菜購入時に重視する点とは、「保管がしやすい」が50.2%、「保存期間・消費期限が長い」が50.1%となった。自炊や自宅で食事をする機会が増えた中、野菜の保管・保存への意識が高まっていることがえる。

コロナ感染拡大後、自炊をする上で活躍した(役に立った)と思う野菜トップ3は、「タマネギ」「キャベツ」「モヤシ」だった。特に

「プロッコリーの茎」「キャベツの芯」だった。また、捨てるしまうことが多い野菜の部位トップ3は、「タマネギの皮」「カボチャの種・ワタ」「ピーマンの種・ワタ」となった。社会や地球の持続可能性を重視する「サステナブル」の考え方が、野菜消費に関してもみられる結果となった。

「モヤシ」は、保存や使いまわしへの意識が薄れてしまいう傾向があるようだ。できれば捨てずに調理したいと思う野菜の部位トップ3は、「ダイコンの葉」「フロッコリーの茎」「キャベツの芯」だった。また、捨てるしまうことが多い野菜の部位トップ3は、「タマネギの皮」「カボチャの種・ワタ」「ピーマンの種・ワタ」となった。社会や地球の持続可能性を重視する「サステナブル」の考え方が、野菜消費に関してもみられる結果となった。

あと60歳の野菜摂取を

と社では、「野菜をどううキャンペーン」を展開し、国が推奨する1日の野菜摂取目標量350gまで「あ

と60歳の摂取を呼びかける。今年は料理愛好家の平野レミさんが強化本部長を務め、メディアを通じて簡単でおいしい野菜の摂り方を発信する。先月25日から、テレビCM「野菜をとろうベジチェック篇」を放映。街頭で野菜摂取レベルを測定できる機器「ベジチェック」を試した人々に、野菜不足を自覚してもらおう様子撮影したもの。動画は同社HPでも視聴できる

(<https://www.kagome.co.jp/statement/health/yasaiwotouro>)。