



用語集

■ICT

「Information and Communication Technology (情報通信技術)」の略で、通信技術を活用したコミュニケーションを指す。PCだけでなくスマートフォンやスマートスピーカーなど、さまざまな形状のコンピュータを使った情報処理や通信技術の総称。

■ウェルビーイング(well-being)

肉体的にも、精神的にも、社会的にもすべてが満たされた状態。「真の幸せ」

■エコクッキング

環境のことを考え、「買い物」「料理」「片づけ」を行う食生活を意味する。主に次の5つの考え方を基本にしている。

- (1) 食べものの選び方・買い方を工夫する
- (2) 環境に負担の少ない料理をする
- (3) 洗いや後片付けの手順は環境を考えて行う
- (4) 上手に食品を保存する
- (5) 活かし方・捨て方を工夫する

■環境に優しい食生活

環境への負荷に配慮した（輸送距離が短い（温室効果ガスの削減に寄与）、過剰包装ではなくゴミが少ない、化学肥料・化学農薬の過剰投入ではない等）食品選択や食品ロス対策などを行う食生活のこと。

■グリーン購入

市場に供給される製品やサービスを購入する際に、環境を考慮して、必要性をよく考え、環境への負荷ができるだけ少ないものを選んで購入すること。

■健康寿命

健康上の問題で、日常生活が制限されことなく生活できる期間。

■サプライチェーン

製品の原材料・部品の調達から、製造、在庫管理、配送、販売、消費までの全体の一連の流れのこと。

■持続可能な社会

地球環境や自然環境が適切に保全され、将来の世代が必要とするものを損なうことなく、現在の世代の要求を満たすような開発が行われている社会のこと。

■食の外部化

共働き世帯や単身世帯の増加、高齢化の進行、生活スタイルの多様化等を背景に、家庭内で行われていた調理や食事を家庭外に依存する状況がみられる。これに伴い、食品産業においても、食料消費形態の変化に対応した調理食品、惣菜、弁当といった「中食（なかしょく）」の提供や市場の開拓等に進展がみられている。こういった動向を総称して「食の外部化」という。

■食品ロス

本来食べられるにも関わらず捨てられてしまう食べもののこと。

日本では平成30年度に、約600万トンの食品ロス（事業者から約324万トン、家庭から約276万トン）が発生したと推計されている。

家庭で発生する食品ロスは、大きく3つに分類される。

1. 食卓にのぼった食品で、食べ切れずに廃棄されたもの（食べ残し）
2. 賞味期限切れ等により使用・提供されず、手つかずのまま廃棄されたもの（直接廃棄）
3. 厚くむき過ぎた野菜の皮など、不可食部分を除去する際に過剰に除去された可食部分（過剰除去）

■テレワーク

パソコン等の情報通信機器等を利用し、遠く離れたところ（TELE）で仕事を行うこと（WORK）。

■フードドライブ

家庭にある余剰食品を回収しフードバンク等を通じて支援を必要とする個人や団体に寄付する取組。

■フードバンク

食品企業の製造工程で発生する規格外品などを引き取り、福祉施設等へ無料で提供する団体・活動のこと。

■福岡エコ運動

「みんなでフードロスゼロ！おいしい福岡エコ運動」

市内の飲食店や宿泊施設、小売店等における食品ロス削減に向けた啓発活動。

■フレイル

加齢に伴う身体機能の低下によって健康障害を起こしやすくなった状態のこと。いわゆる虚弱状態で、要介護の前段階ともいえる。

フレイルになると、体重が減少する他、筋力や歩く力も低下し、疲れやすくなる。さらに進行していくと、日常生活に支障が出始め、要介護状態になる可能性が高まる。

フレイルの状態であっても、「社会参加」「栄養（食・口腔機能）」「運動」などの日常生活を工夫することで、フレイルの進行を遅らせたり、健康状態の改善が可能な場合もある。

■6次産業化

1次産業としての農林漁業と、2次産業としての製造業、3次産業としての小売業等の事業との総合的かつ一体的な推進を図り、地域資源を活用した新たな付加価値を生み出す取組。

食育で明るく未来を
福岡

第4次福岡市食育推進計画

令和4年7月

編集・発行

福岡市保健医療局健康増進課

〒810-8620 福岡市中央区天神 1-8-1

TEL : 092-711-4374

FAX : 092-733-5535