

報道発表資料

日本健康食育協会、農林水産省「令和 8 年度 米需要創造価値推進事業」を 日経 BP と共同で推進

一般社団法人日本健康食育協会（東京都新宿区、代表理事：柏原ゆきよ、以下「当協会」）は、株式会社日経 BP が受託した農林水産省 令和 8 年度「米需要創造価値推進事業」の共同事業パートナーとして、米の消費拡大に向けた調査・広報活動を推進しています。

■ 事業の目的と内容

米の 1 人当たり消費量の減少傾向に歯止めをかけ、消費を拡大することを目的として、以下 2 つの取組を実施します。

- 取組①：中高年層をターゲットとした、米の機能性など「米と健康」に着目した調査・広報等
- 取組②：若年層及び青年層をターゲットとした、食べ方に着目した調査・広報等、新たな米の需要創造につながる取組

■ 米と健康に着目した調査・広報支援事業

生活者 2,000 人調査で判明。米にタンパク質が含まれることを 7 割超が認知せず、
有識者検討会が 4 つの提言を取りまとめ

生活者 2,000 人を対象に、「米食に関する生活者意識調査」を実施、その調査結果をもとに有識者検討会を実施しました。調査結果では、「最も多く食べる主食はご飯（米）」と回答した人が 69.8%、「最もコストパフォーマンスが良い主食」もご飯（米）が 61.0%となる一方、米にタンパク質が含まれることを「知らなかった」「意識したことがなかった」人は合計 75.0%に上り、栄養価値の認知不足も明らかになりました。

< 調査概要 >

調査名称	米食に関する生活者意識調査
調査実施	2026 年 6 月
調査対象	全国の生活者（15～79 歳）
サンプル数	n=2, 000（性年代別 14 区分で割付）
調査手法	オンライン定量調査（単一回答・複数回答・自由記述） 全 25 問
調査実施・分析	株式会社日経 BP 総合研究所

< 有識者検討会からの 4 つの提言 >

本調査の結果を踏まえ、2026 年 7 月に栄養学・医学・運動生理学・農学など多様な分野の専門家による有識者検討会を開催しました（委員には当協会代表理事の柏原ゆきよも参加）。検討会では米食需要拡大に向けた課題や方向性が議論され、以下の 4 つの提言が取りまとめられました。

○ 提言 1 米の健康価値を再定義する

過度な糖質制限などを背景に広がった「お米＝太る」というイメージを見直し、植物性タンパク質やご飯に含まれる水分、腸内環境への働きなど、米が持つ多面的な健康価値を科学的エビデンスに基づいて発信する。

○ 提言 2 「朝食の空白」を新たな需要創造の機会とする

朝食は米食需要拡大の有力な機会であり、おにぎりやお茶漬けなど少量でも手軽に取り入れられるメニューや、炊飯の手間がいない「パックごはん」の活用等を提案し、生活者が家庭や外出先で無理なく米を選べる環境づくりを進める。

○ 提言 3 「説得」から、世代・ライフスタイルに応じたコミュニケーションへ転換する

体づくり、美容、健康、時短など、それぞれの生活目的に米食の価値を結び付け、若年層には SNS やショート動画、中高年層にはテレビやレシピサイト・アプリなど、世代や関心に応じた情報発信を展開する。

○ 提言 4 医療・栄養指導のアップデートと「大人の食育」を推進する

「カロリー削減＝ご飯を減らす」といった画一的な指導を見直し、医療・保健指導の現場に最新の科学的エビデンスを反映するとともに、大人を対象とした食育の機会を広げる。

■ 食べ方に着目した調査・広報支援事業

若年層・青年層を対象に、食の簡便化志向に対応した多様な米食の食べ方提案、美容・ボディメイクなどタンパク質の摂取源としての米食の魅力を広めるための情報発信を行います。具体的には、全国の高校に

参加してもらい、「朝ごはん DE プロテイン」をテーマに米食の新しい朝食レシピを開発・発表するほか、ゴールドジム（株式会社 THINK フィットネス）で「お米と筋肉」をテーマにしたセミナーを実施します。

また、VRChat の人気ワールド「冒険者ギルド ダルウィニー」にて、期間限定ミニゲーム「たんぼ対抗米づくり選手権」を企画・制作しました（企画・制作・PR：株式会社 V）。田んぼでの米づくりを疑似体験できるゲームを通じて、遊びながら楽しく農業や稲作への理解を深めてもらうことを狙いとしています。あわせて、当協会代表理事の柏原ゆきよと VTuber ユニット「Peaky Hikers」が出演するトークイベントは、2026 年 8 月 29 日（土）に同ワールド内で開催しました。

ミニゲーム	「たんぼ対抗米づくり選手権」 期間：2026 年 8 月 20 日（木）～10 月 20 日（火） 場所：VRChat 内「冒険者ギルド ダルウィニー」
トークイベント	2026 年 8 月 29 日（土）21:00～22:00（開催済み） 出演：柏原ゆきよ（当協会代表理事）、Peaky Hikers

※内容は予告なく変更となる場合があります。



VRChat 内でトークイベントを実施：<https://www.youtube.com/live/paR4gYHvheQ>

■ 一般社団法人 日本健康食育協会の活動について

団体名	一般社団法人日本健康食育協会
所在地	東京都新宿区舟町 8-2 石橋興業舟町ビル 3 階

設立	2011 年 12 月
代表理事	柏原ゆきよ（管理栄養士）
公式サイト	https://jhe.or.jp/

本事業の一環として、今後、当協会では、米の機能性など「米と健康」をテーマにしたオンラインセミナーを開催するほか、小売店等でのお客様向けイベント・セミナー、当協会が運営する YouTube チャンネル「お米チャンネル」「おむすびチャンネル」など、各種メディアを通じた情報発信を進めていきます。

以上

【本件に関する報道関係者様からのお問い合わせ先】

一般社団法人日本健康食育協会 広報担当 原田

TEL：03-5919-7337 MAIL：yuka.h@jhe.or.jp

公式サイト：https://jhe.or.jp/

※本事業は農林水産省 令和 8 年度「米需要創造価値推進事業」の補助を受けて実施しています。