

## 1枚でわかる！ 冷凍食品とは

### ○ 冷凍食品の概要

定義として、冷凍食品とは

- ・ 前処理を行っている
  - ・ 急速凍結をしている
  - ・ 適切に梱包されている
  - ・ 食品の温度-18℃以下で保管している
- の4項目に当てはまる食品を指します。主に
- ・ 栄養やおいしさが維持されている
  - ・ 衛生的である
  - ・ 買い置きできる
  - ・ 下ごしらえが不要で、かつ必要な分だけ使うことができる
  - ・ 安全管理が徹底されており、信頼できるなどの魅力があります。

また、多様な種類が製造されている冷凍食品ですが、大きく分けて4種に分類されます。

- ・ 生食用冷凍鮮魚介類  
魚介類の刺身、むき身など
- ・ 無加熱摂取食品  
冷凍野菜、フローズンケーキなど
- ・ 凍結直前加熱食品  
コロッケ、フライなど
- ・ 凍結直前未加熱食品  
餃子、シュウマイなど

### ○ 社会の変化と冷凍食品

冷凍食品は、保存が利く食品であるので、一部のSDGsの達成に貢献しています。

- ・ **目標2 飢餓をゼロに**  
冷凍食品はおいしさ・栄養ともに維持されており、流通網が発達すれば、世界

中に供給することが可能になるでしょう。

- ・ **目標3 すべての人に健康と福祉を**  
冷凍食品は栄養が含有されている以上、健康と直結します。また、冷凍食品を通じて豊かな食生活を送ることで、心の健康を維持することも可能でしょう。
- ・ **目標12 つくる責任 つかう責任**  
冷凍食品は長期間の保存が利くので、食品ロスの削減に繋がります。
- ・ **目標13 気候変動に具体的な対策を**  
冷凍食品は食品ロス削減に貢献するので、温室効果ガスである二酸化炭素の排出量を減らすこともできます。



また冷凍食品は、家族形態の変化にも対応しています。女性の社会進出が促されている今日でも、「女性は家庭」という従来の考え方は残っています。家事をこなすことも強いられる多忙な女性のために、普段の食事でも使いやすい冷凍食品が続々と発売されています。

さらに、新型コロナウイルスによる「おうち時間」が増え、誰でも簡単に調理できる冷凍食品の需要が増加しました。こうして、冷凍食品が近年注目されるようになったのです。