

再度注目されています！植物からできた加工食品

プラントベース食品

プラントベース食品とは

Plant（植物）と Based（由来）を組み合わせた言葉です。肉などの畜産物や魚などの水産物を使用せずに、大豆などの植物由来の原材料を使用し、畜産物や水産物に似せて作られている食品がプラントベース食品になります。

大豆 → 肉・卵・ミルク・バター・チーズなどの
小麦 etc. だいたい 代替となる加工食品に



代替肉



代替乳製品



代替卵製品



代替サーモン

菜食が食習慣のルールではない、好きな時に好きなだけだれでも気軽に取り入れやすい食のスタイルになります。



世界のプラント
ベース食品市場
2030 年までに

約 **1619** 億ドル
約 21 兆円



国内市場も
2025 年に
700 億円
以上の規模に



欧米ではキノコや豆類等のシンプルかつ体に良い成分が多く含まれている食品に注目が集まっているようです。アメリカの展示会などではキノコや豆類を使ったプロテイン食品が注目を集めていたという報告があります。



地球環境や社会問題への意識の高まりも注目要因に！

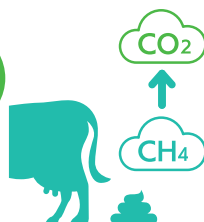
家畜のふん尿が適切に処理されないと、温室効果ガスの排出につながるほか、人口の増加によって動物性たんぱく質が将来的に不足する可能性も指摘されています。こうした課題に対し、植物由来の食品の需要をふやすことで、環境への負荷を軽減できるのではないかと期待されています。

健康志向



高血圧症 脂質異常症 糖尿病
脳卒中 心臓病 悪性新生物
生活習慣病リスクの低下に

地球環境
の保護に



排せつ物の未処理による
温室効果ガスの排出抑制に

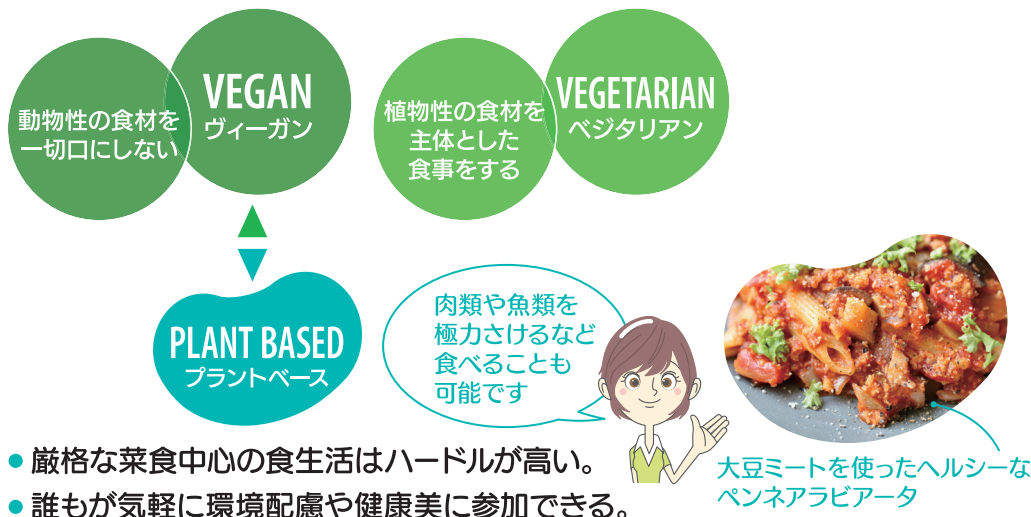
食糧問題の
解決に



人口増加による
動物性たんぱく質の不足 → 植物由来の食品へ
シフトが負荷軽減に！

ヴィーガンやベジタリアンとの違いは

- ヴィーガンは完全な菜食 + ヴィーガニズム（思想や信念）
- ベジタリアンは菜食（ベジタリアンの種類により卵・乳製品は摂取） + 主に宗教が理由



違いについて		ヴィーガン	プラントベース
植物性	野菜・果実	○	○
	ナッツ類	○	○
	豆類	○	○
	玄米や全粒粉で作られたパン・パスタ	○	○
	白米・小麦粉・白砂糖 食塩・サラダ油など	○	○
動物性	肉類	×	△
	魚介類	×	△
	卵・乳製品	×	△
	はちみつ	×	△

○ = 可 × = 不可 △ = 極力避ける

- 厳格な菜食中心の食生活はハードルが高い。
- 誰もが気軽に環境配慮や健康美に参加できる。

プラントベース食品で注意が必要なことも！

食物アレルギーをお持ちの方が、加工食品を購入される場合は使用されている原材料をよく確認する必要があります。

例えば「大豆肉」や「大豆から作ったハンバーグ」と表示されている加工食品には、さまざまなものがあります。

- すべて植物由来の原材料であるもの
- 一部の原材料や食品添加物に動物性由来のものが含まれているもの etc.

例えば「〇〇ミルク」と表示されている食品や、バターやチーズのようなイラストや写真が表示されている食品にも、さまざまなものがあります。

- 乳製品から製造されていないもの
- 〇〇以外のものも原材料に使用しているもの etc.



使用されている原材料をチェックしましょう

卵などの動物性食品が含まれている場合があります

弊社印刷物でお手伝いが可能です！

食品事故予防に！



DAIZU MEAT
大豆ミート食品
原材料に大豆を使用
肉不使用

動物性原材料は配合しておりません



プラントベース食品です
完全な菜食主義を目指すかた向けの商品ではありません。



例えば「大豆を使用したものです」「原材料に大豆使用」「お肉を使用していません」「肉不使用」などの大豆でできた商品であることをアピールできる POP ラベルや、卵などの動物性食品が含む旨を注意喚起できる POP ラベルでお手伝いが可能です。



◀ バックナンバーはこちらからご覧いただけます！

次号vol.537はItem OSPの特集をします。2025年6月23日発行