

報道関係各位
プレスリリース

2026 年 8 月 31 日
ゼスプリ インターナショナル ジャパン株式会社

**日本初（※1）となる栄養ハザードマップをゼスプリが開発！
47 都道府県の見えない栄養状況を映す
「栄養花火-もうひとつのハザードマップ」を本日公開！
約 1 万人の全国大規模調査で見た“地域ごとの課題”を花火で可視化**

ゼスプリ インターナショナル ジャパン株式会社（本社：東京都港区、代表取締役社長：安斉一郎）は、日本の食事・栄養課題に取り組む「ゼスプリ栄養改革プロジェクト」の一環として、全国 47 都道府県の栄養状況を可視化した Web コンテンツ「栄養花火-もうひとつのハザードマップ」（以下、「栄養花火」）を公開いたします。

※1：日本国内において、全国 47 都道府県の栄養状況を、BMI に基づく栄養状態、栄養素・食品の摂取状況、食品へのアクセス等の食環境、食費等の経済環境、栄養リテラシー等の情報環境、生活習慣等の個人的要因の 6 領域すべてについて、一つの分析体系に組み込んで分析し、都道府県別に Web 上でインフォグラフィックとして可視化し、指標別での地域間比較を可能とする取り組みとして、2026 年 7 月、日本初調査総研合同会社調べ。



1. 「栄養花火」について

<開発背景>

いま日本では、成人の 3 人に 1 人が「栄養不良」である一方、自身ではその課題に気づいていない人も多く、隠れ栄養不良は“見えにくい社会課題”となっています。栄養状態は、個人の食習慣だけでなく、住んでいる地域の食環境や経済環境、生活環境など、さまざまな要因の影響を受けます。しかし、その実態は見えにくく、多くの人にとって自分ごととして捉えにくいことが課題となっています。ゼスプリは、災害への備えとしてハザードマップが活用されているように、栄養不良についても現状を可視化し、地域ごとの課題や特徴を把握することが重要であると考えています。

この考えのもと、全国 47 都道府県を対象に約 1 万人規模の調査を実施しました。BMI をはじめ、食環境、経済環境、情報環境、生活習慣、栄養素・食品群の摂取状況など 89 項目を分析し、都道府県ごとの栄養状況を多角的に可視化しました。

本プロジェクトでは、調査データを表現するモチーフとして、古くから疫病退散への願いが込められてきた「花火」を採用しました。都道府県ごとの栄養状況を花火で可視化することで、誰もが自分の地域の特徴や課題を直感的に

理解し、日々の食生活を見つめ直すきっかけを提供します。そして本サイトを通じて、生活者をはじめ、多様なステークホルダーとともに、地域の栄養課題への理解を深め、具体的なアクションにつなげることを目指します。

<サイト概要>

本サイトは、一般財団法人 日本栄養実践科学戦略機構の監修のもと、全国調査から得られた地域ごとの栄養状況や生活習慣などのデータを、独自デザインの「栄養花火」としてビジュアル化・公開する Web コンテンツです。

ユーザーは 47 都道府県ごとの「栄養花火」を鑑賞しながら、各地域の栄養スコアや詳細な分析データを確認することができます。地域ごとの課題や特徴を直感的に把握できるインターフェースにより、誰もが楽しみながら自身の食生活や地域の栄養状況に目を向ける体験を提供します。

・URL : <https://www.zespri-jp.com/lp/nutrition-hazard-map/>

<サイト特長>

① 47 都道府県別の栄養状況を「花火」で可視化

本サイトでは、47 都道府県ごとの適正体重の割合をはじめ、食品へのアクセスなどの食環境、食費などの経済環境、栄養リテラシーなどの情報環境、生活習慣などの個人的要因、さらには実際の栄養素・食品群の摂取状況まで、多角的な 89 項目のデータをもとに、各地域の栄養状況を可視化しています。各都道府県のデータは花火として表現され、地域ごとの特徴や課題を直感的に確認・閲覧することができます。

② 花火の大きさや色によって各地の栄養状況を可視化

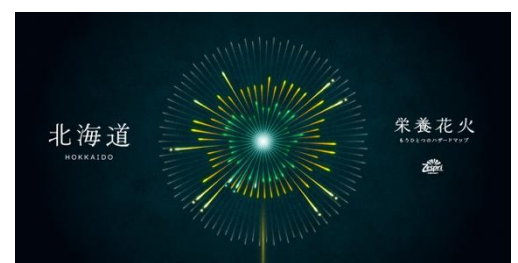
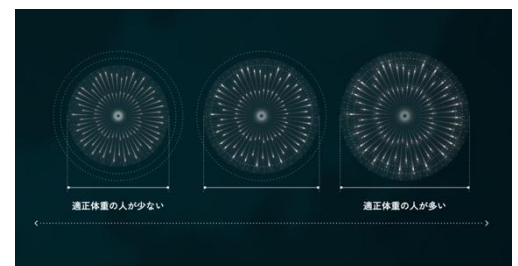
花火全体の大きさは、栄養状態を把握する上で重要な指標の一つである「適正体重の割合」に応じて、3 段階で変化します。適正体重の人の割合が高い都道府県ほど、花火が大きく表示される設計です。また、栄養不良には過体重だけでなく、低体重も含まれます。こうした二つの側面を可視化するため、花火の内側と外側の円の「色」にそれぞれ異なる指標を反映しています。内側の円は低体重の割合、外側の円は過体重の割合を表し、それぞれの割合が高いほど赤色が強く、割合が低く良好な状態ほど緑色で表示されます。これにより、都道府県ごとの栄養状態を、適正体重、低体重、過体重の三つの観点から直感的に把握できるようにしています。さらに、花火の長さは 89 項目を都道府県ごとに相対評価し、5 段階の数値にして決定しています。

③ 各都道府県の特徴をシェアできる仕組み

各都道府県の特徴をまとめたシェア画像（OGP 画像）を自動生成。SNS で簡単に共有できるため、自分の地域の栄養状況について知り、家族や友人、地域の人々と話し合うきっかけとして活用できます。

④ 詳細データをダウンロード可能

花火に使用したデータに加え、参考データを含む全 146 項目の集計データは 47 都道府県分まとめてダウンロードできます。自治体や教育機関、企業、研究機関などが、地域の栄養状況の分析や施策立案、研究・教育などの参考として活用できるオープンデータとして公開しています。



2. 全国 47 都道府県の栄養状況調査結果について

● 同じ日本でも、栄養課題は地域によって大きく異なる

今回の調査を通じて、過体重と低体重の傾向は、地域によって異なることが判明。例えば、過体重は東北や九州の一部で比較的多く見られる一方、低体重は都市圏や中国地方で目立つ傾向が見られました。

● 食品アクセスや経済的環境も地域によって異なる

食料品店への行きやすさや、物価高で困っている人の割合も、地域によってさまざまであることが見えてきました。たとえば、食料品店まで 15 分以内でたどり着ける者の割合は、東京都や大阪府など都心部では高い傾向にありますが、島根県や長野県など一部の地域では全体傾向と比較して時間がかかることが見られました。

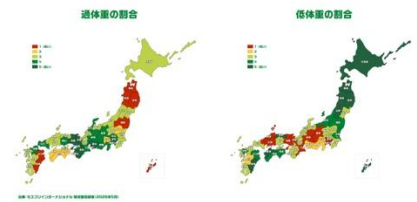
● 子どもの頃の食卓が、未来の食習慣を育てる？

異なる項目を掛け合わせることで、新たに見えてきた可能性もありました。「子どもの頃の家族との食事頻度」の地域差は、「バランスのとれた食事の実践率」の分布と似た傾向を示しています。子どもの頃の食環境が、大人になってからの食習慣や栄養意識にも関連している可能性が考えられます。

● (例) 東京都の場合

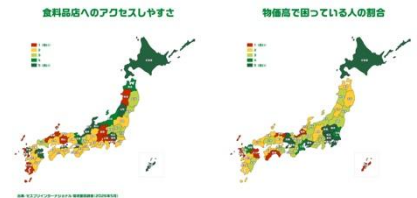
例えば、東京の場合は、適正体重の割合が 65.6%と全国的には高く、肥満側の課題は比較的小さい地域です。一方で、やせ側には注意が必要という特徴があります。良い点としては、栄養成分表示を理解し、活用できる人が多いことです。一方で、過度な食事制限や、孤食率が相対的に高く、食習慣に改善の余地がみられます。

同じ日本でも、栄養課題は地域によって大きく異なる
過体重の問題は東北や九州の一部で比較的多く見られる一方、低体重は都市圏や中国地方で目立つ傾向にあります。



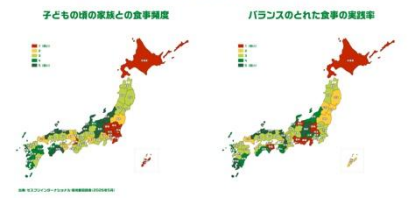
食品アクセスや経済的環境も地域によって異なる

食料品店への行きやすさや、物価高による食生活への負担なども、地域によってさまざまです。



子どもの頃の食卓が、未来の食習慣を育てる？

「子どもの頃の家族との食事頻度」の地域差は「バランスのとれた食事の実践率」の分布と似た傾向を示しています。子どもの頃の食環境が、その後の食習慣や食生活への意識に影響している可能性が考えられます。



＜調査サマリー＞

- ・全国 47 都道府県を対象とした調査から、適正体重の割合など、地域ごとに異なる栄養課題が明らかに。
- ・個人の食生活だけでなく、食へのアクセスや経済状況など、周辺食環境にも地域差があることが判明。
- ・こうした複数の要因を横断的に見ることで、これまで捉えにくかった地域ごとの“見えない栄養課題”が浮き彫りに。

ゼスプリが全国 47 都道府県を対象に実施した調査では、栄養素の摂取状況や食習慣、生活習慣などに、地域ごとの特徴的な傾向が見られました。

今回の分析に加え、今後は食品アクセスや経済状況、情報接触など、栄養を取り巻く多様な環境要因についても横断的に分析していく予定です。多角的な視点を取り入れることで、各地域固有の複雑な栄養課題に対し、より実効性の高いアプローチの可能性を探っていきます。

今回、「栄養花火」では、こうした調査結果を都道府県ごとの優劣や順位として示すのではなく、それぞれの地域の特徴を花火として表現しています。自分が暮らす地域の栄養状況を楽しみながら知り、日々の食習慣や生活について考えるきっかけとなることを目指しています。

＜調査概要＞

● 環境要因調査

- ・調査期間：2026 年 5 月 13 日～6 月 8 日
- ・調査機関：株式会社エクスクリエ
- ・調査方法：インターネット調査

● MDHQ 調査

- ・調査期間：2026 年 5 月 19 日～6 月 8 日
- ・調査機関：株式会社建帛社
- ・調査方法：MDHQ (Meal-based Diet History Questionnaire)

●施設数データ

- ・出典：ジオテクノロジーズ株式会社
- ・施設数データ（2026 年 5 月時点）

●消費者物価指数

- ・出典：総務省統計局「2020 年基準消費者物価指数」（2026 年 4 月時点）を基に加工・作成
https://www.soumu.go.jp/menu_news/s-news/01toukei08_01000343.html

※データに関する 詳細はサイトをご確認ください。

■調査およびデータ監修者 プロフィール



東京大学 高齢社会総合研究機構機構長・未来ビジョン研究センター 教授 飯島勝矢 先生

東京大学大学院医学系研究科加齢医学講座 助手・講師、米国スタンフォード大学医学部研究員を経て、現職に至る。【専門】老年医学、老年学（ジェロントロジー：総合老年学）、特に健康長寿実現に向けたフレイル予防を軸とした超高齢社会の総合まちづくり研究、在宅医療介護連携推進を軸とする地域包括ケアシステム構築、等。内閣府「多世代参画による地域活力プラットフォーム構築」「高齢社会対策大綱の策定のための検討会」構成員、「一億総活躍国民会議」有識者民間議員、厚生労働省「高齢者の保健事業と介護予防の一体的な実施に関する有識者会議」構成員及び研究班代表、などを歴任。

<飯島先生 コメント>

世界最長寿国・日本において、さらなる健康長寿と幸福長寿の両立を実現するために、【生きていくための原点である食】を多面的な視点からわが国全体を評価してみました。自分の居住地、生活の場を意識しながら楽しく見直してみましょう。欠落点だけを意識するのではなく、強みをさらにどう活かすのか、食環境や地域住民の食へのアクセス状況を再考し、「どんな方でも食に安心できる地域、賢く食べて健康になれる地域」を自身と周囲の皆様と一緒に考え直すキッカケにして頂ければ幸いです。



日本栄養大学 副学長、栄養学部教授 武見 ゆかり 先生

慶應義塾大学卒。社会人経験を経て栄養学の道へ。女子栄養大学（現日本栄養大学）大学院修了。博士（栄養学）。女子栄養大学で専任講師、助教授を経て、2005 年より教授。2023 年より副学長。日本健康教育学会理事長。日本栄養改善学会元理事長。日本高血圧学会減塩・栄養委員会副委員長。農林水産省 食育推進評価専門委員会座長、厚生労働省 健康的で持続可能な食環境戦略イニシアチブ有識者会議委員長。専門は食生態学、栄養教育、公衆栄養学。

<武見先生 コメント>

世界 195 か国のデータによる推計（Lancet, 2019）では、死亡に占める食事要因は全世界では 22%、日本を含む東アジア諸国では 30%とされています。日本の具体的な要因は、第一位が食塩の過剰摂取、次いで全粒穀物が少ない、果物が少ないの順です。

人生 100 年時代を生き抜くには、肥満でもやせでもない適正な体重を維持し、バランスの良い食事をとることが必要です。それには、個人の努力だけでなく、適切な食物が入手しやすい食環境も重要です。本 MAP は、都道府県別に栄養状態、食物摂取状況、食行動、そして食環境までを一目で見渡せるツールです。ご自身の地域の特徴を知り、食生活改善が効果的に進むことを願っています。



麻布大学 生命・環境科学部 特任助教 五味 達之祐 先生

博士（環境共生学）、管理栄養士。専門は公衆栄養学・社会実装研究。地域の「食環境」と高齢者の食生活との関連を研究し、行動科学やソーシャルマーケティングを活用した実践的な健康づくりに取り組む。自治体や企業と連携し、誰もが自然に健康になれる食環境の実現を目指している。

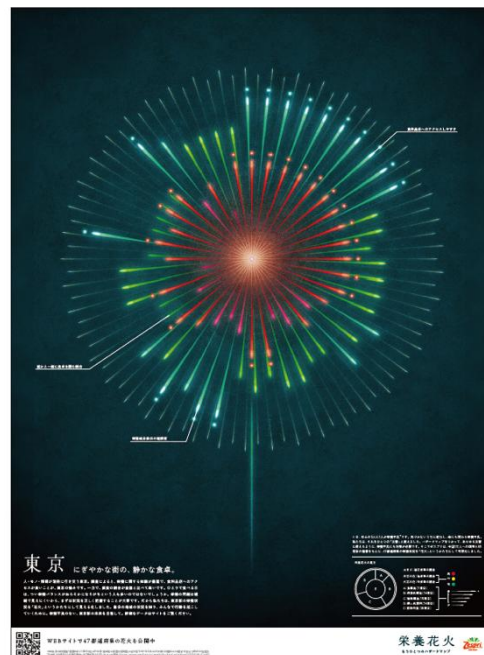
<五味先生 コメント>

栄養の問題は「個人の意識や努力の問題」として語られがちですが、実際には住む地域の食環境や社会的な状況にも大きく左右されます。今回の調査は、これまで分けて考えられてきた地域毎の「環境」の要素を、「食」という要（かなめ）で一連に可視化した点に意義があります。地域をもっと良くするには、産・官・学そして住民が連携してそれぞれの「分」を尽くすことが求められる中、「花火」が、我が街の理解、個々の一歩のきっかけになると期待しています。

3.「栄養花火」を通じたコミュニケーション施策

本日より、47 都道府県それぞれの栄養状況を表現した「栄養花火」をあしらった新聞広告を、全国 47 都道府県で一斉に掲載開始いたします。（※秋田県のみ、9 月 1 日（火）より掲載開始）

新聞広告では、各地域の詳細な栄養データに加え、ご当地の食文化や地域性に寄り添ったメッセージを展開。「栄養花火」を通じて自分が暮らす地域の現状を知り、身近な栄養について考え、具体的な行動を起こすきっかけとなることを目指します。



東京都の紙面イメージ

また、X では「ゼスプリ栄養花火シェアキャンペーン」を実施いたします。キャンペーン期間中、本サイトから各都道府県の栄養花火を X でシェアすると、抽選で 200 名様にキウイブラザーズのぬいぐるみをプレゼントいたします。

<応募方法>

1. ゼスプリ公式 X アカウント (@zespri_jp) をフォロー
2. 本キャンペーン特設サイト (<https://www.zespri-jp.com/lp/nutrition-hazard-map/>) へアクセス
3. サイト内の「花火を X で打ち上げる」ボタンを押す
4. 「#栄養花火」をつけて X へ投稿

<応募期間>

2026 年 8 月 31 日 (月)0:00～9 月 30 日 (水) 23:59

<賞品>

- ・キウイブラザーズ【グリーン】小サイズぬいぐるみ 1 体 (100 名様)
- ・キウイブラザーズ【ゴールド】小サイズぬいぐるみ 1 体 (100 名様)

◆「ゼスプリ栄養改革プロジェクト」について

ゼスプリは、誰もが栄養バランスのとれた食事を「楽しく手軽に」とれる社会を目指し、2024 年 8 月 4 日に「ゼスプリ栄養改革プロジェクト」を発足しました。

一見、健康的と思われがちな日本人の食生活ですが、実は日本の成人の 3 人に 1 人が栄養不良に陥っています※2。近年、日本人の食生活は多様化する一方で、栄養バランスの偏りや果物摂取量の不足が課題となっています。「ゼスプリ栄養・食生活 1 万人調査」※3によると、毎日栄養バランスの良い食事がとれない理由としては、生活スタイルの変化（忙しさによる手間回避）や食品価格の高騰、個食による食生活の偏り、栄養に関する知識不足などが明らかになりました。

こうした課題に対し、日本における栄養不良の改善を最終的な目標とし、高品質で栄養価の高いキウイフルーツ 60 億食分を通して、より多くの健康的な食事の機会をつくる多彩な栄養改革アクションを行ってまいります。

※栄養改革プロジェクト特設サイト：<https://www.zespri-jp.com/lp/zespri-eiyou-kaikaku/>

※2：厚生労働省「健康日本 21（第三次）」の「栄養・食生活に関連する目標」における「BMI 18.5 以上 25 未満（20 歳以上 64 歳まで）および BMI 20 を超え 25 未満（65 歳以上）の者の割合」の「現状値 60.3%」をもとに算出
(<https://www.maff.go.jp/j/syokuiku/kaigi/attach/pdf/230906-17.pdf>)

※3：「ゼスプリ栄養・食生活 1 万人意識調査」調査期間：2024 年 6 月 21 日～24 日 調査機関：電通マクロミルインサイト
調査方法：インターネット調査 調査対象：全国の 20-70 代 10,200 名

◆ゼスプリ・キウイフルーツについて



キウイは小さな果実に毎日の食生活に摂り入れたい 10 種の栄養素を含んでいます。ゼスプリ・グリーンキウイは、甘みと酸味のバランスが絶妙で現代人に不足しがちな食物繊維が豊富に含まれており、毎日の栄養バランスを補うのにぴったりです。また、ゼスプリ・サンゴールドキウイは、トロピカルな甘さが人気でビタミン C が豊富に含まれており、1 個で 1 日に必要なビタミン C を摂ることができます。

※キウイの栄養に関する詳細はこちら

<https://www.zespri.com/ja-JP/blogdetail/8-important-nutrients>

◆ゼスプリについて

ゼスプリは、キウイフルーツという小さな果実の恵みを通して、世界中の人々・コミュニティ・環境の発展に寄与することを目指しています。小さなキウイでも毎日の食生活に加えることで、おいしく健康的な食習慣づくりに役立てていただけるよう、今後も食生活に役立つ情報を発信していきます。

＜一般からのお問い合わせ先＞ ゼスプリお客様相談室

TEL : 0120-171491 / 受付時間 : 9 時～17 時（土日祝日、年末年始除く） / MAIL :
info.japan@zespri.com