

1章●コンビニとコンビニ弁当^{べんとう}—— 7

- コンビニクイズに挑戦!^{ちょうせん} —— 8
- コンビニ食品は日常の味^{にちじょう} —— 12
- コンビニの人気ナンバー1^{ワン}はお弁当^{べんとう} —— 16
- コンビニ弁当^{べんとう}の身分証明^{しやうめい} —— 21
- お弁当^{べんとう}の売れゆきと仕入れ数 —— 23
- 売れなかったお弁当^{べんとう}のゆくえ —— 30

2章●コンビニ店長バーチャル^{たいけん}体験 —— 33

- あなたもコンビニ店長さん —— 34
- お弁当^{べんとう}の注文をしてみよう —— 36
- コンビニ経営^{けいえい}はなかなかたいへん —— 46

3章●お弁当工場^{べんとう}の一日 —— 49

- お弁当工場^{べんとう}をたずねる —— 50
- 工場^{じやうば}に入るまえの準備 —— 51
- お弁当工場^{べんとう}の全体図 —— 52
- 工場内では「食材^{しよくざい}あともどり^{きんし}禁止」 —— 54
- お弁当^{べんとう}の作業工程^{さうてい} —— 55
- お弁当工場^{べんとう}の見学からみてきたもの —— 62

●コラム

- 全国に広まった^{えほうま}恵方巻き —— 20 / POS^{ポス}システム —— 26
- コンビニエンス・ストアのはじまり —— 48
- 大型調理器具^{おおがた ちやうり ぐう}のいろいろ —— 57 / のり巻き^{まき}製造機^{せいぞうき} —— 59
- 江戸^{えど}の町のファースト・フード —— 86

4章 ● 幕の内弁当とフード・マイレージ — 63

- 幕の内弁当は食卓の縮図 — 64
- 食材はどこからやってくる? — 66
- 食材の輸送キョリ — 68
- フード・マイレージって、なに? — 71
- 日本のフード・マイレージと各国との比較 — 75
- 輸入食料のほとんどは穀物 — 78
- 日本の食料自給率は最低 — 79
- 幕の内弁当の食材輸送キョリの見直し — 81
- フード・マイレージからみえてくるもの — 83

5章 ● バーチャル・ウォーターとコンビニ弁当 — 87

- バーチャル・ウォーターって、なに? — 88
- 水が少ない地域で争いが少ないのは…… — 89
- お米をつくるために必要な水の量 — 91
- コーンスナック菓子のバーチャル・ウォーター — 93
- 牛肉をつくるために必要な水の量 — 94
- 牛どん弁当をつくるために必要な水の量 — 96
- 牛はなにを食べている? — 98
- 日本のバーチャル・ウォーターと水の使用量 — 101
- バーチャル・ウォーターのほとんどは農畜産物 — 103
- 世界の水事情は…… — 105

「便利さ」の光と影 — あとがきにかえて — 109



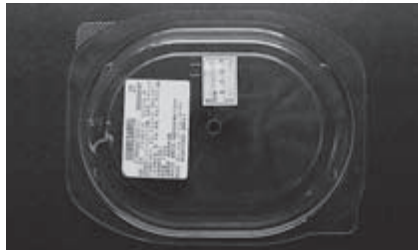
これは、神奈川県横浜市にある「しみずがおか幼稚園」の、ある日の給食風景です。子どもたちが食べる給食で新しいとりくみをしていると聞いて、2004年6月、わたしたちはここへやってきたのです。

わたしたちがこの幼稚園に着いたすぐあと、外からあたたかいお弁当がとどけられました。



この日のメニューは、オムレツ。とくに変わったところは、ありません。

でも、ちょっとひみつがあります。どこだかわかりますか。





ヒントは、オムレツが入っていたお弁当容器べんとうようきのふたです。ふたをよーく見てください。

あながあいています。このあなはなんのためにあいているのでしょうか。正解せいかいを言っちゃいます。このあなは、お弁当べんとうを電子レンジであたためたときに出る蒸気じょうきを、にがすためについているものです。

では、もう1つ。こちらは、子どもたちが食べていたオムレツの容器ようきよりも大きいものです。こちらにも同じようにあながあいています。

この大きな容器ようきはなんだと思う？

じつは、これは家の近所にあるコンビニエンス・ストアのam/pmエーエムピーエムで買った「ハンバーグ弁当べんとう」の容器ようき。

どうです。なんとなくわかってきましたか。



そうです。しみずがおか幼稚園のこの日の給食は、コンビニの am/pm がつくっているもの。コンビニが幼稚園の給食を提供しているなんて、おどろきですね。

このお弁当は、しみずがおか幼稚園の要望から生まれたものでした。

この幼稚園では、子どもたちが安心して口にできる給食をさがしていたところ、知りあいが、「am/pm は食品添加物 [注] を使わない、フローズン技術 [注] によるお弁当をつくっているよ」と紹介してくれたのだそうです。

そして、味覚が育つ時期の子どもたちむけにと、両者の話しあいと試作が重ねられ、コンビニ業界初の、幼児むけお弁当が開発されたのです。

現在、am/pm の幼稚園むけのお弁当メニューとしては、オムライスのほか、キーマ・カレー、キッズ・ハンバーグ、イタリアン・ハンバーグ、スパゲティ・ナポリタン、スパゲティ・ミートソース、からあげチャーハンがあり、首都圏の7つの幼稚園や保育園で利用されているそうです。



[注] 食品添加物……食品の製造・加工などの過程で加えられる、保存料・合成着色料・酸化防止剤など。

[注] フローズン技術……つくりだての食品を、マイナス40度の冷気をあてて急速冷凍する技術。そのため、保存料・合成着色料などナンの調理が可能になった。冷凍のままお店で保存でき、お店で加熱する。お弁当容器のあなたは、そのときに出る蒸気をにがすもの。

第 1 章

コンビニとコンビニ弁当^{べんとう}



【コンビニイズに挑戦！】



コンビニ弁当探偵団は、コンビニ弁当をさぐるまえに、まず、コンビニエンス・ストアについて調べてみました。

ここからはクイズ形式。さて、問題です。

町でよく見かけるコンビニ。全国では、いったいどのくらいあると思いますか。

 全国にあるコンビニの数は？

① 5000店

② 1万店

③ 4万店

「商業統計調査」(経済産業省・2002年)によると、コンビニは全国に4万843店あるということです。そこで、正解は③。

それでは、やはり地域ごとにならずある郵便局の数は、どのくらいだと思いますか。

じつは、全国の郵便局数は約2万4800局。コンビニにくらべると、ずいぶん少ないことがわかりますね。逆の見方をすれば、コンビニがそれだけ生活に密着しているということです。

コンビニには、たくさんのお客さんがおとずれ、いろいろな商品を買っていきますね。コンビニ全体で、いったい、どれくらいの売りあげをあげているのでしょうか。



経済産業省の調査によると、コンビニ全体で年間6兆6043億4200万円を売りあげるそうです。正解は、また③。

コンビニでいちばん多い店舗をもっているのがセブン-イレブンで、1万826店、つぎがローソンで8077店、3位がファミリーマートの5994店です(2005年2月現在)。

では、コンビニには1日、どれくらいのお客さんがおとずれるのでしょうか。セブン-イレブンでは1日平均986人のお客さんがおとずれ、1人平均649円買っていきそうです(2004年度データ)。

お客さんの数が多いと感じましたか。それとも、意外と少ないと感じ

ましたか。

コンビニ弁当探偵団は、東京郊外にあるコンビニ店で話を聞きました。
さあ、それをもとにクイズです。



通常、コンビニにある商品の品目数は、どのくらいだと思いますか。



コンビニ1店においてある商品は、約2500品目といわれています。
正解は③。

コンビニと同じ面積の個人商店では、おいてある商品は500～800品目といわれていますから、コンビニは、せまい面積にたくさんの商品がおいてあるのが特徴なんです。

では、このなかで売りあげのいちばん多いものはなんでしょう。



あるコンビニ会社のパンフレットにある商品群べつ売りあげを見てみると、なんと、食品類が売りあげの75%をしめます。その意味では、