

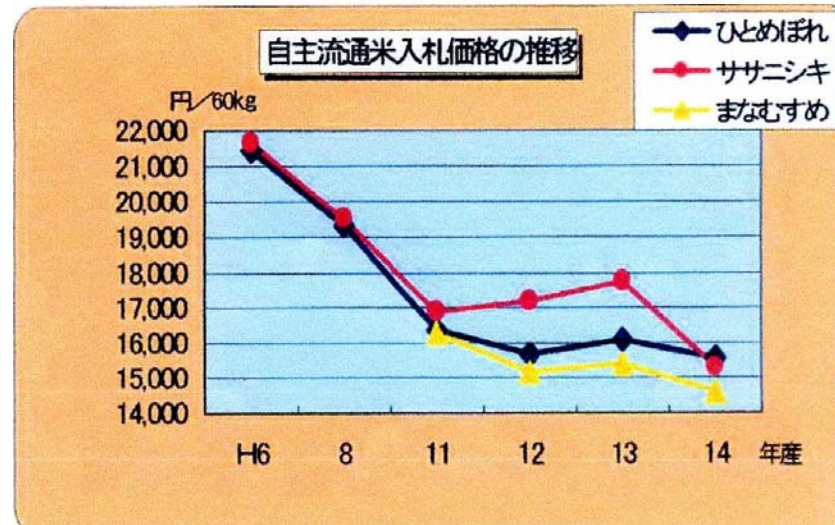
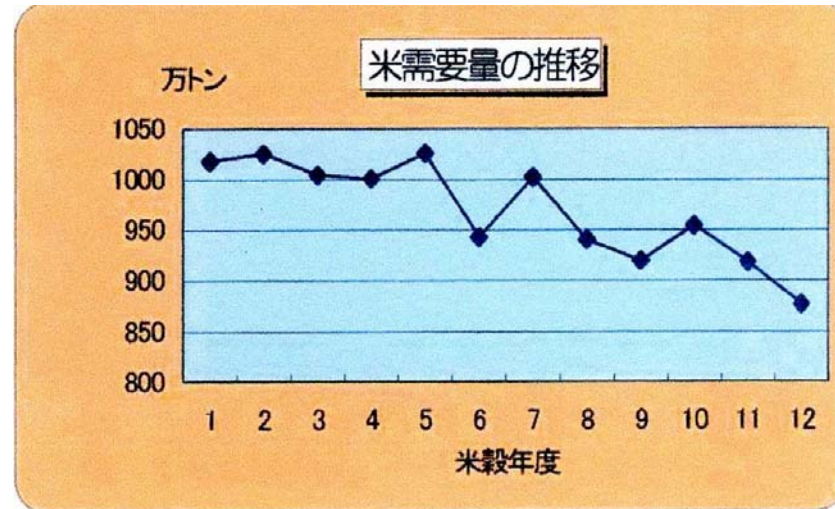
食育講座地域の食材を学ぼう、いかそう第2回

宮城県産大豆を
使った豆腐作り

2010年8月7日
食品加工実習室

仙台白百合女子大学
健康栄養学科
岩淵せつ子

止まらない米の消費減傾向と転作大豆の田作り風景



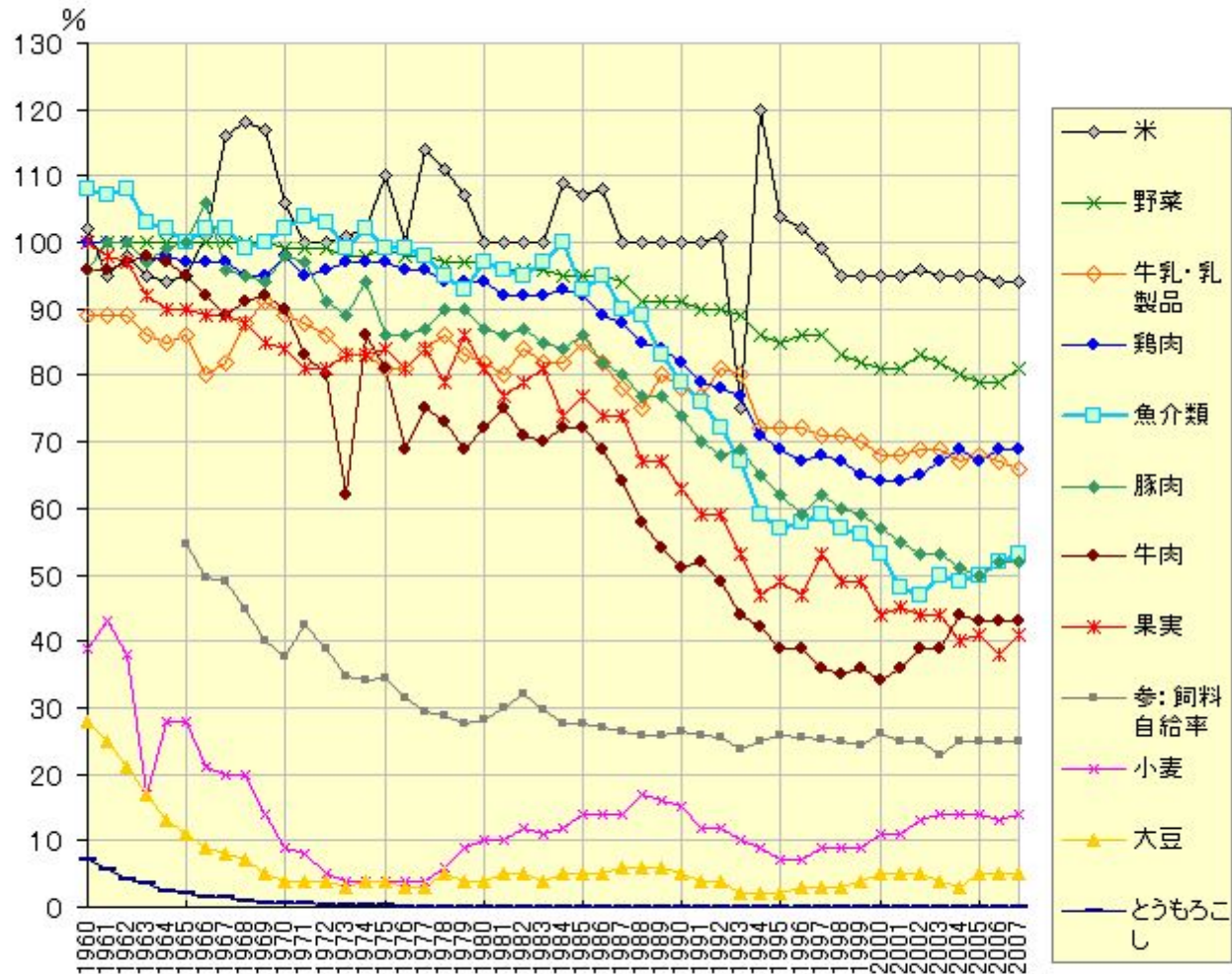
「きめさやか」栽培農場



開花した「きめさやか」

米以外の多くの品目で自給率が低下する傾向

主な食料の品目別自給率の推移



(注) 品目別自給率 = 国内生産量 ÷ 国内消費仕向量 (生産 + 輸入 - 輸出 - 在庫増減)。重量ベース。
 (資料) 農林水産省「食料需給表」(2007年概算値)

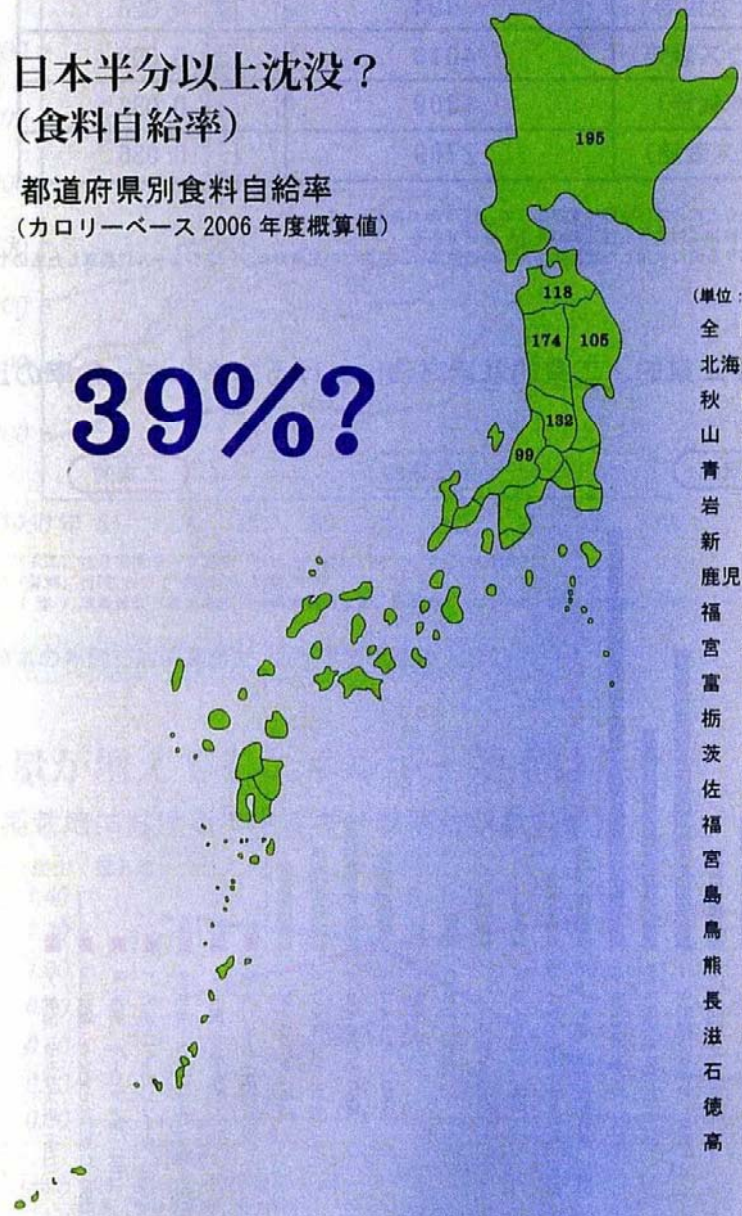
東北・北海道は日本の食料生産基地
100%以上

東京
大阪
神奈川
1~3%

■ 日本半分以上沈没？
(食料自給率)

都道府県別食料自給率
(カロリーベース 2006 年度概算値)

39%?



(単位：%)

全国	39	三重	44
北海道	195	大分	44
秋田	174	岡山	39
山形	132	長崎	38
青森	118	愛媛	37
岩手	105	香川	36
新潟	99	群馬	34
鹿児島	85	山口	31
福島	83	和歌山	29
宮城	79	千葉	28
富山	76	沖縄	28
栃木	72	岐阜	25
茨城	70	広島	23
佐賀	67	山梨	20
福井	65	福岡	19
宮崎	65	静岡	18
島根	63	兵庫	16
鳥取	60	奈良	15
熊本	56	愛知	13
長野	53	京都	13
滋賀	51	埼玉	11
石川	49	神奈川	3
徳島	45	大阪	2
高知	45	東京	1

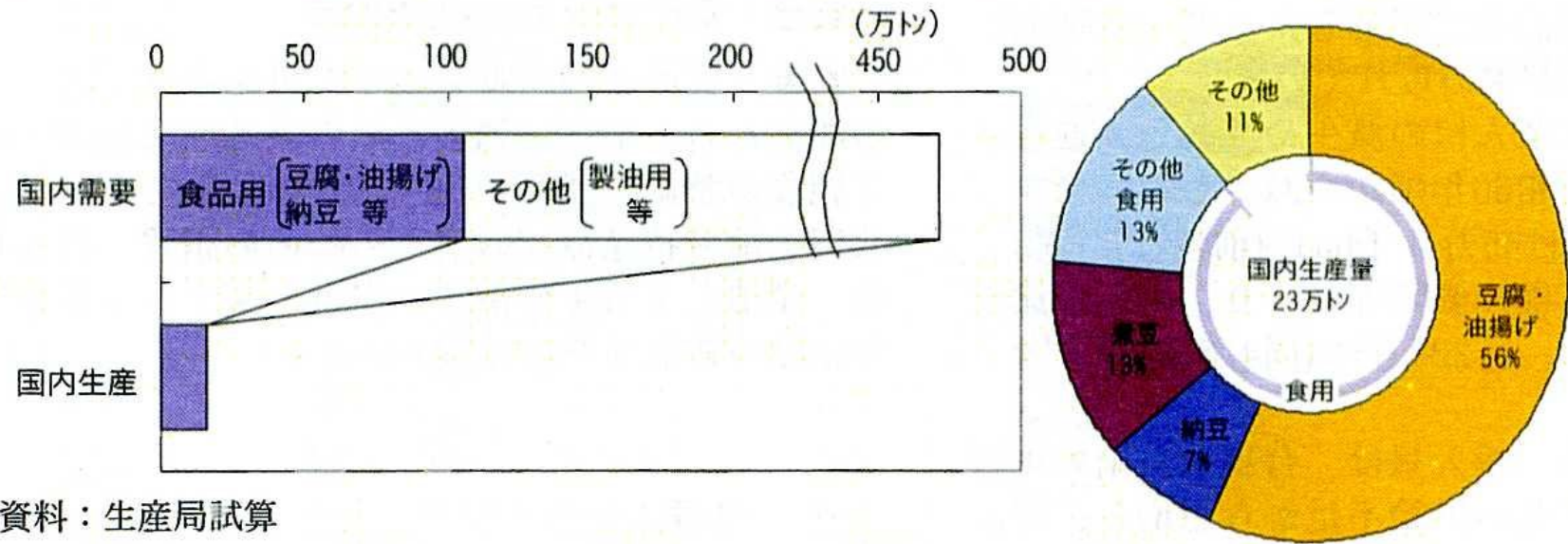
(原図) 関原剛 (かみえちご山里ファン倶楽部)
(注) 都道府県別自給率は、「食料需給表」、「作物統計」、「生産農業所得統計」などをもとに農林水産省で試算

大豆 (SOYBEAN) のマメ知識

- ◆ 日本における大豆の需要と供給
 - ・ 一年間消費量: 約500万トン～408万トン
 - ・ 大豆の用途別需要量: 製油用 (約380万トン～240万トン)、大豆利用食品用 (約100万トン)
 - ・ 食品用途の内訳: 豆腐・油揚げ (49万トン)、味噌 (15万トン)、納豆 (14万トン)
- ◆ 国産大豆の占める割合と輸入大豆
 - ・ 国産大豆の生産量: 26万トン・・・自給率5%
 - ・ 輸入大豆(2009年): 400万トン～337万トン・・・全世界輸出量の20%に相当
 - ・ 輸入先: アメリカ > ブラジル > アルゼンチン
- ◆ 単位面積当たり平均収量 (kg/10a)
 - 日本 156kg/10a 他国と比べ低い
 - 米国 265kg/10a 中国 174kg/10a
- ◆ 国産大豆の成分値
 - 国産大豆・・・タンパク質 (35%) 炭水化物 (28%) 脂質 (19%)
 - 【国産大豆は豆腐や煮豆に適している品種】
 - 輸入大豆は製油用に適し脂質含量が21%と高くタンパク質は低い

食品用大豆(100万トン)の需給状況

図IV-58 食用大豆の需給動向(左)と国産大豆の用途別内訳(右)(15年産)



資料：生産局試算

資料：生産局試算

宮城県産大豆の生産状況

- ・米の消費量の減少に伴い、転作作物として大豆の栽培が増大
- ・宮城県における大豆作付面積は、北海道に次ぎ全国2位の主産地
- ・大崎市、登米市、石巻市、栗原市、仙台市が作付の上位。畑作は少なく減反水田を利用した大豆栽培が主（収量が少ない原因）

宮城県で栽培されている大豆の品種

品種名	特徴と用途
ミヤギシロメ (昭36)	極大粒、外観が特にきれいで食味も優れている 豆腐、煮豆
タンレイ (昭53)	中粒、外観が良く加工適性幅が広い、煮豆・豆腐・味噌
きぬさやか (平17)	中粒、大豆の青臭さの元になるリポキシゲナーゼを欠失したプレミアム大豆『絹の味わい豆乳（マルサンアイ社）』豆腐、豆乳
コスズ (昭62)	極小粒、納豆の加工適性に優れている

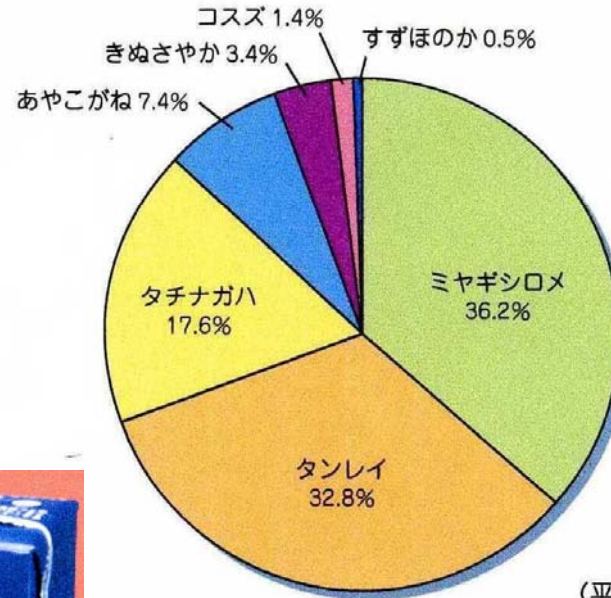
大豆王国みやぎ

～みやぎの大地と清らかな水で育んだ健康大豆～



品種別の作付割合

宮城県では、県内の加工業者の方々に安心して使用していただけるよう、様々な用途に対応した品種の栽培を推進しています。



(平成21年)



新品種『きぬさやか』大豆特有の豆臭のない豆乳・豆腐ができる

国産大豆の普及を目指した供給構造

- ◆国産大豆製品（豆腐）の小売価格を現在より10%下げ需要拡大を目指す
 - ・輸入大豆の価格高止まり傾向 . . . 9~12万円/t
 - ・国産大豆の価格安定傾向 . . . 15万円/t 相対的割安感
- ◆豆腐の製造原価
 - ・輸入大豆（60kg） 6000円 ⇒ 豆腐1丁（350g） 93.0円
 - ・国産大豆（60kg） 10000円 ⇒ 豆腐1丁（350g） 103.6円
. . . 11%高い

**11%程度の国産大豆のプレミアムを確保できれば、
豆腐製造への国産大豆使用が可能になる**

大豆の生理活性物質

成分	作用
大豆タンパク質	コレステロール低下, 癌予防, 降圧作用, 肥満防止, 老化防止
大豆ペプチド	易消化吸収性, 肥満防止
レクチン	生体防御
トリプシンインヒビター	抗癌作用
食物繊維	脂質代謝改善, 大腸癌予防, 糖尿病改善
大豆オリゴ糖	ビフィズス因子, 整腸作用
フィチン酸	ミネラル吸収阻害, 抗癌作用, コレステロール低下
サポニン	脂質代謝改善, 抗酸化作用
イソフラボン	エストロゲン作用, 癌予防, 骨粗鬆症予防
リノール酸	必須脂肪酸, コレステロール代謝改善
α -リノレン酸	必須脂肪酸, 抗アレルギー, 循環器疾患予防
レシチン	脂質代謝改善, 脳神経系改善, 乳化剤
トコフェロール	抗酸化作用, 循環器疾患予防
植物ステロール	コレステロール低下作用
ビタミンK	血液凝固
カリウム, マグネシウム	降圧作用

(荒木英雄 (文献6) を改訂追加.)