

## 大豆NEWS!

vol. 89

## 岡山市で「国産大豆と健康に関する講演会」開催！ ～国産大豆の消費拡大を目指して～

中国四国農政局は、12月7日（金）岡山市内のメルパルクOKAYAMAにおいて、「大豆と健康に関する講演会」を開催しました。

この講演会は、消費者の方に大豆における健康増進の有効性や機能性をPRするとともに、学校給食への地元産大豆の利用等への取組を推進し、国産大豆の需要拡大を図るために昨年に引き続き開催されました。

講演会では、まず、日本のみならずアメリカでも最近注目されている“納豆”の効用について、“納豆博士”としてマスコミ等で活躍されている倉敷芸術科学大学須見洋行教授から、「納豆の新薬効・効用と健康について」をテーマに講演をいただきました。続いて、食を通じた教育に視点をのいた学校給食における健康づくりについて、岡山県久米郡柵原町立柵原東小学校の前原ひろみ栄養士から、「大豆メニューを学校給食に取り入れた健康づくり」をテーマに講演をいただきました。

須見先生からは、自分が発見した納豆に含まれるナットウキナーゼは心筋梗塞などの原因となる血栓を溶かす効果をもち、病院で使用されている血栓溶解酵素と比べ非常に強い溶解力があり、20万円相当の血栓溶解酵素と同レベルのナットウキナーゼが納豆1パックに含まれており、心筋梗塞などに対してネバネバの多い納豆が効果的であること、女性ホルモンモンに似た働きのある大豆イソフラボンが前立腺ガン、乳ガンを抑制する効果があり、他の大豆加工品より納豆で摂取する方が効果的であること、納豆に含まれるビタミンK2が骨粗しょう症に効果があり、納豆の摂取量が多い地域では少ない地域に比べ骨粗しょう症が少ないこと、納豆には強力な抗菌作用のあるジピコリン酸が多く含まれており、昔はコレラ、チフスの予防目的に我が国海軍などで使われたり、最近では、病原性大腸菌（O-157など）に対する抗菌性も確認されていることなどの講演がありました。

前原先生からは、学校給食に携わって30余年、当初は西洋料理を広めることが仕事だと思いパン食を進めてきたが、今では子どもたちの好きな献立に和食が登場せず和食離れ進んでおり、こぶまきを結んでいるかんぴょうを見て、「この紐は食べられるの」という子供や巻き寿司作りの体験で「巻き寿司は買ってくるものだ」と言う子供もいるなど、日々子供と接する中で家庭の食生活に驚きを感じさせられ、我々大人が食の大切さを忘れてしまっていることに気づかされたこと、経済性だけで安いものを手間もかけないで早く出すのではなく、手間がかかっても地元で採れた農産物を子どもたちに食べさせることが大切だと考え、給食には自分の目で確かめた農産物を使っていること。大豆から数多くの食品ができており、栄養分が多く含まれていることや豆まきなどの行事食がみんなの健康を願って作られていることなどを学習したり、また、学級活動で黄粉を作った際、炒った大豆の味や石臼でひいた黄粉の香りが市販のものに比べてとても良かったことに対する生徒や先生の驚きや子供たちが協力して石臼をひく姿から、食の本質を伝えることが子どもたちや大人に必要なことであることなどの講演がありました。

今回の講演会は、消費者を中心に学校栄養士、実需者など昨年を上回る250名の参加がありましたが、消費者の健康への関心がますます強くなっていることや食生活に対する意識のありようを改めて考え直す必要があると実感しました。

< 本記事につきましては、中国四国農政局が作成しました。 >

発行：不定期

発行元：農林水産省農産振興課 豆類班 tel 03-3502-8111（内線3543、3534） fax03-3502-8520

・記事や大豆生産振興に関する御質問・御感想など、御自由にお寄せください。

・記事を転載される場合は、御一報ください。

・農産振興課では大豆に関する情報発信手段としてホームページを開設していますので、是非ご利用下さい。

なお、ホームページアドレスは <http://www.maff.go.jp/soshiki/nousan/hatashin/daizu> です。

