

# 零石黒千石でつながる地域の輪～未来を担う子どもたちに伝えたい～

キーワード: 零石黒千石・食育・地域振興 [岩手県立盛岡農業高等学校 しづくいし豆っこ隊(保育班)]

## みどり戦略 関連性

### I. 目的

- その1: 地域資源「零石黒千石」を活用することで、地産地消を促進し、輸送によるCO<sub>2</sub>排出削減に貢献！  
その2: 零石黒千石の普及は地域農業の活性化につながり、地域循環型社会の構築に寄与！  
その3: 若年層への食育は、持続可能な食習慣の定着を促し、消費者行動の変革に直結！



近年では豆類の消費量が減少し、特に若年層においてその傾向が顕著です。そこで、私たちの高校が位置する盛岡近郊の地域資源である「零石黒千石」に注目し、食育活動を通じて豆類の価値を再認識し、地域の魅力を発信することを目的としました。

### 2. 取り組み内容

#### (1) 親子交流会

「零石黒千石」を活用して地域に住む親子と交流会を実施しました。親子交流会では、本校の圃場を活用して零石黒千石の播種体験(図1)、成長観察、私たちが育てた野菜と零石黒千石を使ったピザ作り、脱穀体験のキットを作成してプレゼント、零石黒千石のクラフト体験とレシピの試食を兼ねたSDGsカフェなどを継続的に開催しました。1年の始まりに仕込んだ「零石黒千石味噌」もプレゼントし、参加した保護者のみなさんから喜んでもらえたこともとても印象に残っています。半年を通じて参加してくれたお子さんの変化についてアンケートを行いました(図2)が、Bさん親子のように食への関心が高まつたお子さんが多く、嬉しい結果となりました。

#### (2) 零石町西山保育園との交流会

零石町西山保育園にて「零石黒千石」の播種体験やおやつの提供を行いました。はじめに、零石黒千石の紙芝居やクイズ(図3)を行い、紙芝居に出てくる、「零石黒千石味噌」を使用したシフォンケーキを試食してもらいました。このシフォンケーキは、園児たちの味覚に合わせて、何度も試作しました。子どもたちは、「おいしい！」と言って完食してくれました。

#### (3) 「零石黒千石」の成分分析

「零石黒千石」を多くの方に关心を持っていただくためには、“科学的根拠”が重要であると考えました。そこで、「零石黒千石」の特徴のひとつである、ポリフェノール値の成分について日本食品分析センターに依頼し、分析を進めました。ポリフェノール含有量の分析結果は、100gあたり1,040mgで、北海道産の零石黒千石を上回る結果となりました(図4)。さらに、ポリフェノールを多く含む食材と比較しても、私たちが育てた「零石黒千石」は高い含有量を示しており、その栄養的価値の高さが明らかになりました(図5)。

#### <活動から見えてきた次の目標>

親子交流会や保育園との交流会では、零石黒千石の魅力を伝えるために、子どもたちのおやつ(間食)を提供してきました。具体的には、零石黒千石を使用した蒸しパンやスティックパン、さらに自分たちで仕込んだ零石黒千石味噌を活用したシフォンケーキを提供しました。こうした取り組みを通じて、零石黒千石の魅力を広め、零石町だけでなく岩手県の食材として、より多くの方に知っていただきたいという思いが強まりました。今後は、その思いを形にするため、シフォンケーキの商品化を目指していくことを考えました。

### 3. 商品開発(零石黒千石)

子どもから大人まで楽しめる一品として、味や見た目、栄養面にも配慮し、世代を問わずに多くの人々に愛される商品を目指したいという思いから、「零石黒千石味噌シフォンケーキ」を開発しました。より良い商品にするため、盛岡市岩山にある喫茶GEN・KIさんとミーティング(図6)や試食を重ねて改良を行いました。シフォンケーキに使用している味噌は、令和6年度の食の交流会で私たちが制作したもので、通常の味噌とは異なり、大豆ではなく零石黒千石を使用しています。シフォンケーキのみでは味が濃くなってしまうため、よりまろやかな味わいにする工夫として、生クリームを間に挟みました。見た目にもインパクトを与える狙いがあります。生クリームは動物性と植物性を比較した結果、動物性の方がミルクのコクと深みがあり、本格的な味わいで無添加であることから、幅広い世代に安心して食べいただけると考え、動物性を選びました。また、生クリームには零石黒千石を碎いたものも加えています。この商品は、どちらでも楽しめる一品となっています。

さらに、このシフォンケーキの普及を目指し、「岩手うんめもんグランプリ2025」に応募(図7)したところ、優秀賞と食育賞を受賞(図8)することができました。令和7年11月3日には、イオンモール盛岡で販売会を実施しました(図9)。販売会では、購入してくださった方々に研究活動をまとめたチラシを配布し、商品の背景や零石黒千石の魅力を伝えることで、認知度向上に努めました。さらに、販売会の一環として「零石黒千石を知っているか」「零石黒千石(黒大豆)の健康効果を知っているか」というアンケート調査も行いました(図10)。その結果、黒千石という品種自体を知っている方は一定数いましたが、健康効果についてはまだ認知度が低いことが明らかになりました。具体的には、零石黒千石にはポリフェノールやイソフラボンが豊富に含まれ、抗酸化作用や生活習慣病予防に役立つとされているにもかかわらず、その情報が一般には十分に浸透していないことがわかりました。この調査結果は、今後の普及活動において非常に重要な示唆を与えてくれました。今回の販売会とアンケートを通じて、私たちは「零石黒千石味噌シフォンケーキ」が単なるスイーツではなく、地域食材の魅力を発信し、健康的な食生活を提案する商品として大きな可能性を持っていることを再確認しました。今後は、地域イベントを活用した情報発信、レシピ提案、さらには学校や食育活動との連携など、幅広い取り組みを通じて、零石黒千石の価値と本商品の魅力をより多くの人々に届けていきたいと考えています。

### 4. 成果と課題

これまでの活動を通じて、私たちは「零石黒千石」という地域資源を活用した食農体験や交流会を数多く実施してきました。親子交流の場では、参加者の皆さんとともに土に触れ、種をまき、収穫の喜びを分かち合う中で、私たち自身も改めて“食の大切さ”を実感しました。また、農作業を通じて自然の恵みに感謝し、食卓に並ぶまでの過程に思いを馳せることの意義を深く感じることができました。今後の課題として、地域交流をさらに広げ、零石黒千石や農業の魅力をより多くの人に伝えていくことが挙げられます。そのため、これから活動として次の取り組みを進めていくことが課題です。

- ①零石町の保育園児とともに、年間を通して「零石黒千石」の栽培を行う。  
(後輩に引継ぎ継続していくことを目指す)
- ②子どもたちが播種から収穫までの過程を体験することで、食や農への関心を深めてもらうことを目指す。
- ③地域の方々と協力しながら、「零石黒千石」の魅力をより多くの人に届ける活動を行う。

### 協同企業・団体

- ・零石町環境保全型農業研究会(オーガニック零石)
- ・滝沢市南巣子保育園支援センター
- ・岩手県零石町西山保育園
- ・喫茶GENKI

### 掲載記事等

1. 零石町ホームページ  
「西山保育園で零石黒千石について盛岡農業高校の生徒らと交流しました」  
公開日: 2025年6月17日  
[https://www.town.shizukuishi.iwate.jp/docs/2025061700049/?utm\\_source=chatgpt.com](https://www.town.shizukuishi.iwate.jp/docs/2025061700049/?utm_source=chatgpt.com)

2. 岩手の「うんめ～もん」集結 県産加工品コンクール出品作の販売会 盛岡  
公開日: 2025年11月3日  
<https://news.yahoo.co.jp/articles/78e37c52d3dfeccd96ffd23dfe9dbbc977c4daa>



「西山保育園で零石黒千石について盛岡農業高校の生徒らと交流しました」  
公開日  
2025年6月17日



岩手の「うんめ～もん」集結 県産加工品コンクール出品作の販売会 盛岡  
公開日  
2025年11月3日