



大豆

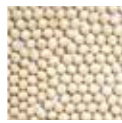
【Soybean】
マメ科 ダイズ属

国内で消費される大豆の多くは海外から輸入され、豆腐や油揚げなどの原料に使われることが多いですが、道産品は風味がよいため、水煮や納豆など、食味を生かした製品になるのが特徴です。

主な品種、特徴

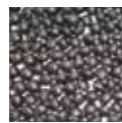
▶ユキホマレ

現在最も作付の多い品種。早熟で耐冷性が強く、機械適性も高い。味や風味に優れた煮豆、納豆、味噌に向く。



▶いわいくろ

極大粒の黒大豆。煮くずれが少なく煮豆に向く。



▶トヨムスメ

粒大は中の小。煮豆や豆腐などの加工に向く。

▶トヨコマチ

早生で中粒。作り易く人気が高い。煮豆や豆腐などの加工に向く。

▶スズマル、ユキシズカ

小粒。納豆加工に使われ、主に道央及び道東で栽培されている。

▶ツルムスメ

極大粒。煮豆や豆腐加工に向く。

▶音更大袖(オトフケオソデ)

粒大は中の小。製菓原料及び煮豆、豆腐、納豆などの差別化商品としての需要が大きい。枝豆の用途もあり。枝豆用としては、ほかに「大袖の舞」「ハヤヒカリ」といった品種が北海道内で栽培されている。

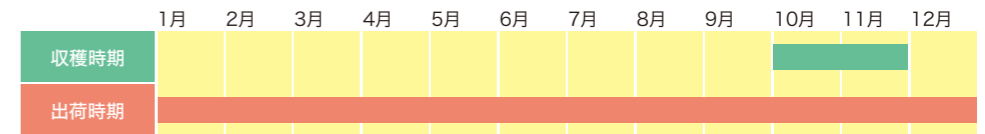
▶黒千石大豆

栽培に手間がかかる等の理由で1970年代以降は栽培が途絶え、幻の黒千石と呼ばれていた。現在は黒千石事業協同組合により道央や道南などで栽培され、お茶やお菓子などにも加工されている。



▶収穫時期と出荷時期

5月頃から種がまかれ、10月頃までが栽培期間、収穫は10~11月がピークになります。

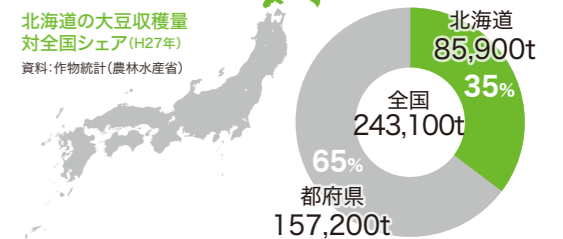


収穫の様子



▶収穫量の都府県比較

北海道の大豆収穫量は、全国一位。H27年の収穫量85,900tは、全国243,100tの35%を占めています。



▶栄養成分の特徴

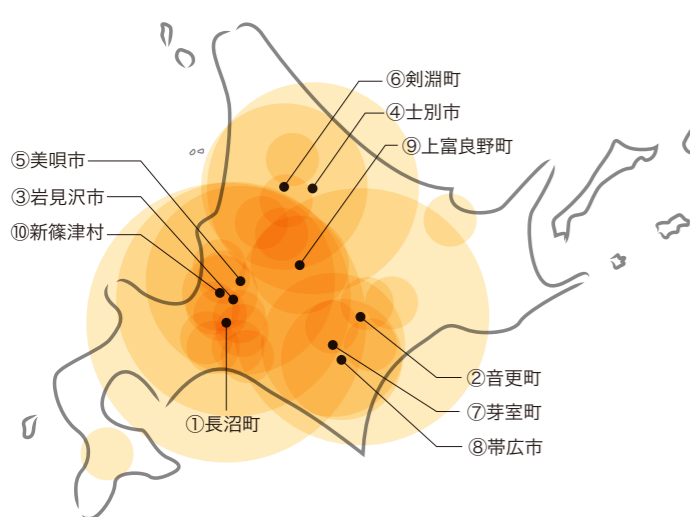
大豆は、たんぱく質に富むことから「畑の肉」と言われるほどで、その含有量は牛肉や卵を上回ります。また脂質が少なく低エネルギーなので、動脈硬化予防や肥満をコントロールする食品として最適です。大豆に含まれる脂質の多くは、**リノール酸**です。リノール酸は、コレステロールを洗い流す作用がありますので、高脂血症予防にも有効です。このほか、近年注目されているのは大豆サポニンと、レシチン、そしてイソフラボン。**大豆サポニン**は、体内の脂質の酸化を抑制し、代謝を促進させると考えられ、コレステロールや中性脂肪を低下させる働きをします。**レシチン**は、血管についたコレステロールや中性脂肪を洗い流す作用があり、高血圧や動脈硬化、痴呆症の予防などに機能します。また、**イソフラボン**は、アンチエイジングや美容促進、各種生活習慣病予防・改善の効果が期待されています。本紙8ページ「北海道産「豆」の底力〜機能性成分の高さ!〜」で紹介したとおり、道産大豆のイソフラボン含有量は府県産よりも高くなっています。

十勝農業試験場による大豆の品種紹介もご覧ください!

https://www.hro.or.jp/list/agricultural/research/tokachi/soy/var/introduction_of_var.htm

北海道の主な大豆産地と収穫量 (H27年)

長沼町や岩見沢市、美幌市などの空知地方が主産地です。十勝や上川地方でも栽培されています。全収穫量の7割以上が空知、十勝、上川地方で占められています。



①長沼町	6,550t
②音更町	5,550t
③岩見沢市	4,960t
④士別市	4,920t
⑤美幌市	4,160t
⑥剣淵町	3,250t
⑦芽室町	2,980t
⑧帯広市	2,480t
⑨上富良野町	1,800t
⑩新篠津村	1,720t

資料:作物統計(農林水産省)

▶主な加工品など

日本の食文化と結びつきが深い作物で、醤油や味噌といった調味料、納豆、豆腐、煮豆、豆乳など多様な加工食品に使われてきました。近年の健康志向もあり、おからは肉の代用品としてハンバーグや唐揚げに用いられることもあります。最近、世界的な日本食人気から海外でも好評を得ている枝豆も大豆の仲間です。

ブランド化されている本別町産「黒い大豆 キレイマメ」



研究開発の取り組み

大豆「ゆきぴりか」で健康に良い味噌づくり

2006年、北海道では、機能性成分であるイソフラボンを一般的な大豆の1.5~2.0倍多く含む品種「ゆきぴりか」が開発されました。

生産者や食品加工業者からは、この新品種の特性を引き出す食品の開発が要望されました。道総研では北海道味噌醤油工業協同組合と協力し、体に吸収されやすいイソフラボン割合を高める味噌製造方法の開発に取り組み、80%以上の体内吸収を実現する「四日麹製法」と「二日仕込み製法」といった2つの方法を開発しました。

商品化された「ゆきぴりか北海道味噌」は、新たな北海道ブランド商品として注目され始めています。

(「ほっかいどうの希望をかたちに!」北海道立総合研究機構)

