

令和6年度「豆の日」等 普及啓発活動の展開状況

(一社)全国豆類振興会 (公財)日本豆類協会

(一社)全国豆類振興会では、一般消費者の方々に栄養バランスに優れた豆をもっと身近な食べ物として食生活の中に取り入れていただき、消費の増進を図っていくため、平成22年度に10月13日を「豆の日」として制定し、また、10月を「豆月間」と位置づけました。

(一社)全国豆類振興会と(公財)日本豆類協会は、「豆の日」と「豆月間」の認知度向上とその定着を図るため、豆類関係業界の関係者と連携して、毎年、中央でのイベント開催、各地域における「豆の日」協賛イベントや関係団体・企業によるキャンペーンなど、さまざまな活動を展開してきています。

また、全国の豆類の生産、流通、加工、輸入に関わる関係団体と連携して、「豆の日」普及推進協議会のホームページを通じて豆類に関する情報の提供、新聞、ポスター等を利用した広報活動、豆料理コンテストの開催等を行っています。

ここでは令和6年度の「豆の日」等の普及啓発活動の展開状況を一括してご紹介します。

1. 「豆の日」キャンペーン

毎年度、中央と地方で「豆の日」の周知を図るイベントを行ってきましたが、令和6年度は、中央では、子育て世代等の若年層への浸透を図るため、シンポジウム形式のイベントではなく、初めての試みとして、FM放送による広報を実施しました。

(1) 中央：Tokyo FMを活用した豆類の消費拡大推進広報

主催：(公財)日本豆類協会、「豆の日」普及推進協議会

放送日時：令和6年9月6日から10月11日までの毎週金曜日午前9:30～9:40、
6回放送

番組名：Tokyo FM「Blue Oceanおいしさ＋～ヘルシー豆ライフ～」のコーナー

パーソナリティ：住吉美紀さん

<放送内容>

①豆の日の解説、豆・豆製品の紹介、豆に関するエピソード等紹介

藪光生さん（全国豆類振興会広報委員長）（9/6、10/11）

②豆の栄養・機能性に関する紹介

加藤淳さん（ホクレン農業協同組合連合会特任技監）（9/13）

③豆料理レシピ紹介

浜内千波さん（料理研究家）（9/20、27、10/4）

④住吉さんによる豆の日を宣伝する生CM40秒

楽曲等を除き放送された内容は、Tokyo FMのアプリAuDeeで令和7年2月末まで配信されています。

・番組コーナー特設サイト

Tokyo FMのホームページ内に特設サイト「Blue Oceanおいしさ+ヘルシー豆ライフ～」を立ち上げ、豆の日、豆の栄養・機能性を紹介する記事を掲載するとともに、番組で紹介した浜内千波さんの豆料理レシピを放送後に掲載しました。



TokyoFM特設サイト「Blue Oceanおいしさ+ヘルシー豆ライフ～」
https://www.tfm.co.jp/bo/mame_life/

- 豆製品詰め合わせプレゼントキャンペーン

各回の放送終了後には番組公式X（旧ツイッター）を用いたキャンペーンを実施し、フォロー＆リポストされた方の中から抽選で毎回10名の方に豆類・豆類製品の詰め合わせや豆レシピの小冊子をプレゼントしました（豆類関係団体から提供）。

- 全国ネットスポットCM

豆の前日と当日に、FM38局で10月13日が豆の日であることの宣伝CM（40秒）をそれぞれ5回放送しました。

（2）地方：豆の日イベント2024「小さな豆から大きな健康」

見る・知る・味わう、和菓子を愉しむ集い

主催：（一社）全国豆類振興会、全国和菓子協会、福島民報社

開催日時：令和6年9月30日（月） 13:30～15:30

会場：郡山市立中央公民館（福島県郡山市）

参加者：300名

出展店舗：かど屋（郡山市）、柏屋（郡山市）、かんのや（郡山市）、松屋清風庵（福島市）、玉嶋屋（二本松市）、大野屋菓子舗（桑折町）

冒頭、主催者である全国豆類振興会吉田会長の挨拶の後、藪光生全国豆類振興会広報委員長より、「豆類が生み出す和菓子の健康性」と題して、和菓子が育む文化、10月13日が「豆の日」であることの由来、豆類の優れた栄養・機能性（炭水化物、脂肪、たんぱく質が豊富でバランスがよい。ビタミン、ミネラルが野菜等と比較しても豊富。さらに、食物繊維、ポリフェノールにも富む）、こうした優れた豆類を使ったおいしい和菓子を愉しんで適量食べることが健康に良いことなどについての基調講演が行われました。

続いて、かど屋神山典之さん、松屋清風庵菅野翔太郎さんによる生菓子の製造実演が藪さんの説明を交えながら披露され、製造された和菓子は銘とともに、会場出口に展示されました。

最後に、参加者へは和菓子、豆類・豆製品の詰め合わせ等がプレゼントされました。



吉田会長挨拶



藪広報委員長講演



和菓子職人さん実演



6店舗を回る参加者



展示された作品



イベントの内容については、10月13日(豆の日)福島民報朝刊で紹介

3. (公財)日本豆類協会の豆類消費啓発活動の実施

(公財)日本豆類協会では、豆類の有する優れた栄養、健康との関わり、豆を使った手軽な料理等の豆類に関する消費啓発情報をSNS、協会ホームページ、料理雑誌への豆料理の掲載などにより発信しています。

(1) SNSを活用した情報発信

豆に関する様々な情報をYoutube、Instagramにより発信しています。

種類	タイトル	主な内容	運用期間
Youtube	Japan Pulse Channel	豆料理・豆食品の動画 豆に関する講演動	2018.8～
Instagram	nihon_mameruikyokai	豆イベント、豆食品、豆料理など豆の様々な情報	2022.10～

(2) 雑誌及びオンライン媒体への記事、レシピの掲載・配信

① レシピサイト「Nadia」における記事配信

コンセプト：健康や美容にうれしい毎日の豆習慣

内容：豆類が健康や美容に良い栄養や機能性に富んだ食品であることを紹介するとともに、10月13日の「豆の日」のPRも行うため、Nadiaの料理家（Nadia Artist）の西岡麻央さんが小豆、金時豆、青えんどうを使った手軽でおいしい豆料理3レシピを制作し、紹介しました。プレゼントキャンペーンとして応募者の中から抽選で30名に小豆、金時豆、青えんどう各200gを贈呈しました。

掲載：9月18日～10月17日

10月13日は
豆の日！ 健康や美容にうれしい♪

毎日の豆習慣

公益財団法人 日本豆類協会 × Nadia

PR

健康や美容に欠かせない栄養がたっぷりの豆。味にクセがなく、一緒に調理した食材のうま味を吸うので、さまざまな食材と相性が良いんです！そこで今回、10月13日「豆の日」に合わせて、Nadia Artistの西岡麻央さんに豆を使ったオリジナルレシピを考案いただきました。食育やアレンジに悩んでいる方も必見です。豆で手軽に美味しく栄養を摂りましょう♪

②「きょうの料理」及び「NHKデジタルマガジン」における記事掲載・配信

コンセプト：前日からの水戻しなし＆下ゆでなしの「ゆでない豆」で豆料理をラクラクおいしく！

内容：炊飯器のお粥モードによる、事前浸水なしの豆類の下ごしらえ方法を紹介するとともに、その方法で準備した5種類の豆（小豆、金時豆、大福豆、ひよこ豆、虎豆）を使用した10の料理レシピを8ページの綴じ込み小冊子に掲載しました。

掲載：「きょうの料理」10月号（9/21発売）

「NHKデジタルマガジン」（事前浸水なしの豆類の下ごしらえ方法及び10レシピのうち2レシピのみ配信）9/21～1か月

また、10レシピのうち2レシピについて動画を作成し、協会のYouTubeで配信しています。

* 金時豆のしょうが焼きハンバーグ (<https://youtu.be/y7tpwFOILEI>)

* ひよこ豆のガパオ風ごはん (<https://youtu.be/eaEhHyVRqzU>)



③「ESSE online」における記事配信

コンセプト：豆を日常の食生活で大いに利用

内容：料理家ワタナベマキさんによる、小豆、金時豆、ひよこ豆など6種類の豆を使った6レシピを、12月、1月の2回に分けて3レシピずつ配信予定です。2レシピについては、Kurashiruで動画制作・配信します。

5名のインフルエンサーによるレシピの試作、コメントをSNSで発信します。

配信予定：1回目 12月～1か月間 2回目 1月～1か月間の予定

④「栄養と料理」における記事掲載

コンセプト：手間をかけない時短メニュー！らくらく豆ごはん

内容：スープジャーを使って豆をゆで、その豆を使って炊いた各種豆ごはん
を紹介し、豆料理は腸活にもよいことをコラムで言及する予定です。

掲載予定：令和7年4月号（3/9発売）の1回を予定