

親子で豆育イベント「かんたん！おいしい！やってみよう豆料理」

(公財)日本豆類協会

NHKエデュケーショナルとタイアップした今年度の消費啓発施策として、親子で豆の知識を学ぶとともに豆料理体験と実食を行うイベント、「かんたん！おいしい！やってみよう豆料理」が令和8年8月11日（火・祝）

に東京都内にあるNHKカルチャー青山教室で開催されましたので、その概要を紹介します。



●はじめに

「かんたん！おいしい！やってみよう豆料理」は、20～30代の子育て世代、特にこれまで豆料理を行ったことがない親とその子ども（3歳以上）を対象に、NHKおかあさんといっしょ第21代うたのお姉さん小野あつこさん、人気料理家のきじまりゅうたさんとともに豆の基礎知識を学ぶ第一部、きじまりゅうたさんによる金時豆のトマトスープ作りの実演、親子であんサンドを作る体験と2品の試食を行う第二部という構成で行われました。

7月上旬から、NHKエデュケーショナルが運営する子育て・育児応援サイトの「すくコム」で参加者を募集したところ、219組の応募があり、抽選で選ばれた37組が参加しました。また、イベントはZOOMウェビナーでも視聴でき、チャット機能で質問や感想の書き込みができるようになっていました。

●第一部

14時に開演し、元NHKアナウンサーの松尾剛さんの司会で進められました。

小野あつこさん（おかあさんといっしょの歌「ミライクルクル」を披露しながら）ときじまりゅうたさんが登壇し、自己紹介するとともに、参加者に配布している8種類の乾燥豆（あずき、あおえんどう、ひよこ豆、レンズ豆、金時豆、虎豆、紫花豆、そら豆）について、豆の特徴やその用途などを説明しました。その後、説明した豆に関する3択クイズが松尾さんから2問（問1今

日紹介した豆の中で一番小さい豆はどれ？1;あずき 2;レンズ豆 3;紫花豆、問2今日紹介した豆は全部で何種類？1;5種類 2;8種類 3;12種類）出され、参加者は元気よく手を挙げて回答していました。

次に、松尾さんから、いま紹介した8種類の豆の歌があることが紹介され、小野あつこさんに歌をお願いしました。小野さんが8種類の豆が登場する「ありがとう！まめエイトマーチ」をさわやかに歌って、第一部は終了しました。



会場の様子



豆の説明をする様子



クイズの様子



ありがとう!まめエイトマーチを歌う小野さん

● 第二部

休憩を挟んで、14時35分に再開。司会の松尾さんからウェビナーでご覧のみなさんに質問や感想を書き込むよう呼びかけを行った後、きじまさんと小野さんが再登壇し、参加者の子どもに料理の手伝いをしたことがあるか聞くと、全員はい！と元気よく手が挙がりました。さらに、豆料理を作ったことがあるかと質問をすると数組の親子が挙手しました。きじまさんより、子どもでも作れる簡単な料理を紹介するので家でもぜひ作るようお願いしてから、まず、金時豆のトマトスープの作り方を実演（小野さんは材料を切るなどのアシスタント）しました。スープを煮ている間に、あんこはあずきをゆでて作ることをスクリーンの画像を背景に説明しながら、2品目のあんサンドづく

りを既製品の餡を使用して実演し、参加者もロールパンの切れ目にあんこを入れてさらにミックスピーンズとドライフルーツをトッピングという工程に挑戦しました。スープもできあがったところで、参加者に配膳され、あんサンドとともに試食をしました。

松尾さんから参加者に豆料理作りや試食の感想を聞くと、小野さんや数組の参加者からおいしいという声が上がりました。また、ウェビナーの視聴者からの感想が読み上げられるとともに、参加者に質問を求めると、ひよこ豆を作っている地域、煮小豆の冷凍保存について質問が出され、日本豆類協会から回答しました。

最後に、小野さんときじまさんから今後の活動の予定と参加者、視聴者へのメッセージが述べられた後、お二人が拍手に送られて退場して終了となりました。



金時豆のトマトスープ作り実演



参加者の子どもによるあんサンド作り



金時豆のトマトスープとあんサンド



試食をする様子

●おわりに

参加者にはアンケートを提出いただくとともに、おみやげとして、豆の小冊子2種類、豆エイトシールを豆エイトの不織布バッグに入れてお持ち帰りいただきました。

なお、イベントの様子は10月1日から11月30日までアーカイブで見ることができます。（「すくコム」からの動画リンク10月1日～11月1日、「みんなのきょうの料理」からの動画リンク11月2日～11月30日。URLは以下の通りです。）

<https://vimeo.com/reviews/f232633a-f350-405b-8646-e965a9bd95f8/videos/1219746023>

また、当日作成した豆料理2品については、10月にみんなのきょうの料理のサイトでレシピやタイアップ記事が公開される予定となっています。さらに、第一部で小野あつこさんが歌った「ありがとう！まめエイトマーチ」は、日本豆類協会の公式豆キャラクターである豆エイトの主題歌です。日本豆類協会のホームページから楽譜と楽曲（歌付[※]・カラオケ）が無償でダウンロードいただけます。（URLは以下の通りです。）

<https://www.mame.or.jp/shokuiku/eight/condition/tabid427.html>

※小野あつこさんが歌っているものではありません。