

【開催レポート】全国の高齢者施設 250 施設に蒸し大豆をお届け

『節分に蒸し大豆を届けようプロジェクト』を実施！

～今年で4度目！“蒸し大豆”を通して「健康」と「食の楽しさ」をお届けしました～



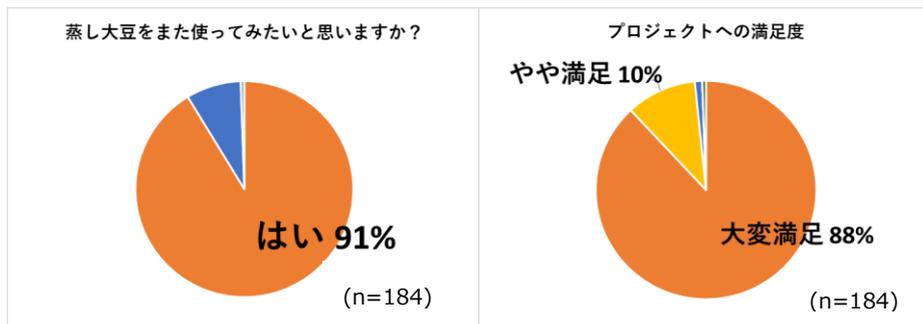
蒸し豆・煮豆・佃煮メーカーの株式会社マルヤナギ小倉屋（神戸市東灘区:代表取締役社長 柳本勇治）は、ご高齢の方にも節分という季節行事を楽しみ、大豆を食べて健康に役立てていただきたいとの思いから、2025年2月2日の節分に合わせ「おいしい蒸し豆 蒸し大豆」を高齢者向け施設にお届けする『節分に蒸し大豆を届けようプロジェクト』を実施しました。この企画は、2022年2月3日に初めて実施し、今回で4度目の企画となります。

蒸しているから大豆のおいさと栄養そのままに手軽に召し上がっていただける「蒸し大豆」は、たんぱく質や食物繊維の摂取源として、筋力低下や便秘などの健康課題を抱えるご高齢の方々にもぜひ召し上がっていただきたい食品です。「節分の煎り大豆は硬くて食べづらい」と感じるご高齢の方にも、やわらかく蒸した「蒸し大豆」で、邪気を祓い無病息災を願う「節分」の風習を楽しんでいただけるよう、マルヤナギは「おいしい蒸し豆 蒸し大豆」を高齢者向け施設にお届けしました。

プロジェクト満足度 98%！「蒸し大豆」をお送りした施設様からは嬉しいお声が届いています

マルヤナギはこのプロジェクトを2022年2月3日から実施し、今年で4度目となります。

プロジェクト実施後に行った事後アンケートでは、「蒸し大豆をまた使ってみたいと思いますか？」の質問に対して91%が「はい」と回答。また、プロジェクトの満足度に関しては、88%が「大変満足」、10%が「やや満足」と98%が満足であるとの回答をいただきました。施設の利用者様、従業員の方からの嬉しいお声も沢山いただきました。



<利用者様からのお声>

- ・皮まで柔らかくおいしかった(福島県)
- ・豆の風味が生きていて美味しい。豆だけを久しぶりに食べたが炒り豆より柔らかく食べやすい。(神奈川県)
- ・温まったわ、おいしいご飯を有り難う、健康を考えてくれるから嬉しいわ(沖縄県)

<従業員様・栄養士様からのお声>

- ・水煮と違い、そのまま使えるので便利だし、ふっくらと柔らかいので食べやすくて良い。(神奈川県)
- ・豆臭さもなく、柔らかさも丁度良かったため、汁に入れても美味しくいただくことが出来ました。(鳥取県)
- ・多くの量を食えることが難しい高齢者にとっては、蒸し大豆のほうが無理なく効率的に栄養がとれると感じました。(東京都)

※実施後にアンケートで募集したお声を掲載



(参考)プロジェクト実施の背景①高齢者には節分の「煎り豆」が硬く食べづらいことも



日本には、節分に「鬼は外、福は内」と豆をまき邪気を祓った後に年齢の数だけ豆を食べ、その年の恵方に向けて恵方巻を食べて、1年間の無病息災を祈るという風習があります。しかし、加齢とともに咀嚼（そしゃく）機能が低下する高齢者の中には、節分の「煎り大豆」が食べづらいことがあります。そんなとき、「蒸し大豆」なら、そのまま食べてもふっくらやわらかく、大豆本来の甘みと香りがあり、安心して「節分」を楽しむことができます。

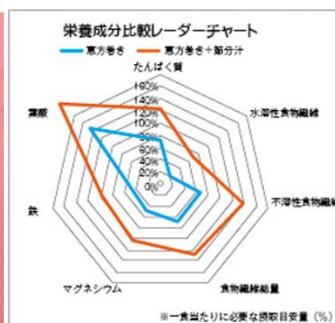
(参考)プロジェクト実施の背景②「蒸し大豆」は高齢者の健康課題に寄り添った食品です



高齢者は食事量が減り、特にたんぱく質が不足する傾向にあり、「日本人の食事摂取基準（2020年版）」では、65歳以上のたんぱく質の摂取基準量が引き上げられています。また、高齢者は便秘になりやすく、厚生労働省の「国民生活基礎調査の概要（令和4年）」によると、65歳以上の女性では7.4%が便秘の自覚をしているという調査結果もあります。たんぱく質、食物繊維が豊富で、開けてすぐに食べられる手軽さとおいしさで食生活に取り入れやすい蒸し大豆は、高齢化が進む日本において、高齢者が抱える健康課題に寄り添った商品なのです。

(参考)プロジェクト実施の背景③恵方巻だけでは栄養が偏りがち。「鬼除け汁」でバランスアップ

『鬼除け汁（節分汁）』とは豚汁に蒸し大豆を歳の数加えたもの。節分に恵方巻だけを食べると栄養が偏りがちですが、豚汁に蒸し大豆を加えただけの『鬼除け汁（節分汁）』をプラスすれば、大豆を簡単に歳の数食べられるだけでなく、根菜の食物繊維や豚肉、大豆のたんぱく質等で、献立として栄養バランスを整えることができます。咀嚼が難しい高齢の方は、蒸し大豆を入れて10



分ほど煮込んでいただくとさらにやわらかくなり、食べやすくなります。(データ 栄養成分：日本食品標準成分表（八訂）、1食あたりに必要な摂取目標量：厚生労働省 日本人の食事摂取基準（2020年版）)