

納豆日本一奪還プロジェクト

- 1 納豆の品質で日本一
- 2 納豆の消費量で日本一
- 3 健康長寿で日本一

1 納豆の品質で日本一

事業者・県による研究会※を立ち上げ、品質の日本一を目標に全国納豆鑑評会での最優秀賞受賞を目指します。

➤全国納豆鑑評会に向けた技術支援、出品支援

- ・受賞率の高い納豆の試食（利き納豆）、分析（見た目、糸引き、硬さなど）
- ・受賞へ向けた傾向把握と対策

➤品質向上、新製品開発支援

- ・受賞率の高い大豆や県産有望品種を利用した試作の支援
- ・納豆菌の変更
- ・製造に関する助言

➤県産納豆用大豆の品質向上、生産支援

- ・鑑評会向けの大豆品種の選定
- ・生産現場における大豆の高品質安定生産を支援

※納豆日本一研究会：県内製造事業者11社

茨城県（産業戦略部[技術支援]、農林水産部[生産支援]、保健医療部[健康増進対策]）

2 納豆の消費量で日本一

本県を代表する地場産業「納豆」の消費拡大を図るため、レシピコンテストなどを通じたプロモーションを実施し、「納豆消費量の日本一」を実現します。

➤「平日納豆を1パック以上食べよう！」 宣言

- ・各世帯で平日1パック以上食べることを目指す
- ・賛同する個人、企業、団体を県が認定

※目標：週5パック以上で日本一

➤新たな食べ方の提案 「朝ごはんだけではなく、 昼・夜も納豆料理を！」

- ・ご飯にかけるだけでなく昼食、夕食の一品にもなる新たなレシピコンテストの開催
- ・飲食店と協力した新しい納豆料理の開発・提供

併せて実施 ➤水戸市との連携

- ・「0のつく日は納豆を食べよう」キャンペーンの共同展開
- ・市内飲食店における納豆料理の提供拡大

3 健康長寿で日本一

納豆の健康効果

高血圧・循環器疾患

- 納豆の摂取量が多いほど、**循環器疾患の死亡リスクが低い**との研究報告

出典：国立研究開発法人 国立がん研究センター
多目的コホート研究（JPHC研究）からの成果報告

骨の健康

- 納豆は**骨を強くするビタミンK**が豊富

出典：厚生労働省 健康日本21アクション支援システム
公益財団法人骨粗鬆症財団 骨粗鬆症における栄養

健康長寿日本一を目指すための**茨城県独自**の新たな取組

「いばベジスタイル」→ **「いばベジ＋納豆スタイル」**にアップデート

～ 野菜350g + 納豆平日1パックで、高血圧＋骨折予防を意識した食生活へ ～

県民みんなで、毎日の食事から高血圧＋骨折予防を

4 今後のスケジュール

3つの柱	実施時期・内容
1 納豆の品質で 日本一	○11月開催の納豆鑑評会に向けて ・ 9月に研究会を立ち上げ、試作支援や技術支援を開始 ○翌年度以降の鑑評会に向けて、県産納豆大豆の品質向上と生産支援を開始
2 納豆の消費量で 日本一	○「平日納豆を1パック以上食べよう！」宣言キャンペーンの開始 ・ 10月から県民の皆様からの宣言を募集開始 ○レシピコンテストの開催（2027年1月） ・ 10月からレシピ募集を開始 ○飲食店への納豆料理提供の働きかけを開始
3 健康長寿で 日本一	○いばベジ＋納豆スタイル ・ 9月26日 健康フェス2026@イオンモール水戸内原 ・ 10～1月 健康投資プレゼントキャンペーン（第3・4弾） （野菜購入レシートに加え、納豆でも応募可能）