

Confa 農業教室

甘く、やさしい
砂糖のおはなし

毎日の料理やお菓子づくりに何気なく使っている砂糖についてどのくらいご存じですか？今回は、砂糖の原料やその効果などについてご紹介します。

砂糖の原料とは？

皆さんの身近にある「砂糖」は何から作られているかご存じですか？沖縄や鹿児島南西諸島で栽培される「さとうきび」を思い浮かべる方が多いかもしれませんが、実は北海道でたくさん作られている「てん菜」を原料とする「てん菜糖」の方が、国内の供給量が多いのです。

海外からの輸入された粗糖を含めた砂糖全体の供給シエアでみると、44%が国内産の砂糖で、その8割が道産の「てん菜糖」となっています。

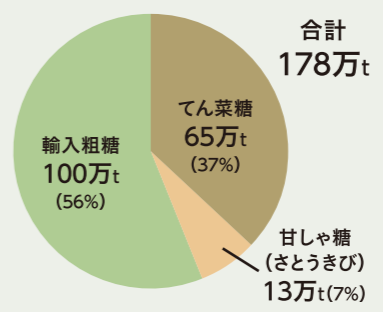
北海道は砂糖の大生産地

「てん菜糖」の原料であるてん菜は、

北海道だけで生産されています。涼やかな気候を好むてん菜は、冷害に強く北海道に適した寒冷地作物として推奨され、生産者や関係者のたゆまぬ努力により、麦類、豆類、馬鈴しょとともに本道畑作における基幹作物として作付が拡大してきました。

てん菜生産が盛んなヨーロッパでは、ほ場に種を直接まく「直播」が主流ですが、春に雪が残る北海道では、生育期間を確保するため、3月頃からハウスで育苗を行い、雪どけ後の5月に苗をほ場に移植して栽培する方法がとられてきました。実はこれがものすごく重労働なのですが、近年では、新たな品種の育成や栽培体系の確立、農業機械の開発などにより、北海道でも直播栽培が拡大しており、生産者の労働負担の軽減につながっています。

令和元砂糖年度における砂糖の国内供給シエア



出典：農林水産省「砂糖及び異性化糖の需給見通し」注：砂糖年度とは当該年度の10月から翌年度の9月までの期間



砂糖って実はすごい！

日本の食料自給率はカロリーベースで現在37%と低迷していますが、品目別寄与度では、砂糖は2・9%となっており、主食の米に次いで高い品目となっています。

また、砂糖は「太りやすい」「漂白している」「虫歯になりやすい」といったマイナスイメージを持たれている方も多いかもしれませんが、決して

皆様へのお願い

北海道に3社8工場あるてん菜を製糖する工場は、地域の経済や雇用に大きく貢献しています。

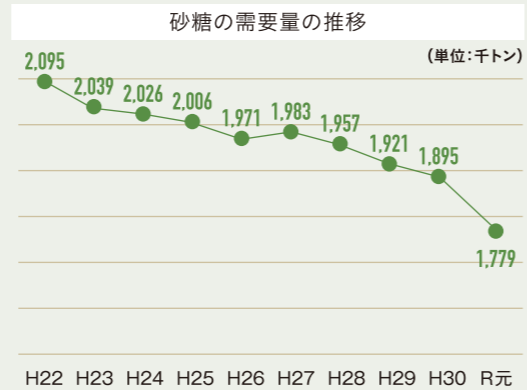
道内のスーパーでは、ホクレンや「スズラン印」の日本甜菜製糖、「ほのぼの印」の北海道糖業の北海道産てん菜を100%使用した上白糖やグラニュー糖が棚に並んでいますので、ぜひ、手に取ってみてください。

また、北海道内には砂糖を使ったおいしいデザートやスイーツがたくさんありますので、大いに味わっていただき、砂糖の消費拡大にご協力ください。

天下糖一プロジェクト

砂糖に詳しい時代だから。https://tenkatoitu-project.jp/

砂糖の正しい知識を「甘口糖兵衛」というキャラクターがわかりやすく解説しています。ぜひ、ご覧ください。

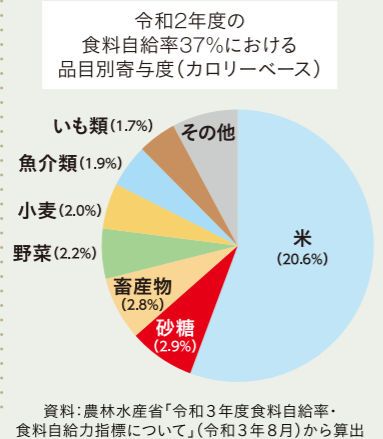


出典：農林水産省「砂糖及び異性化糖の需給見通し」注：各年は砂糖年度(当該年度の10月から翌年度の9月までの期間)

このような中、JAグループ北海道では「天下糖一プロジェクト」と題して、砂糖の消費拡大に関するPR活動を行っています。砂糖の正しい知識を「甘口糖兵衛」というキャラクターがわかりやすく解説していますので、是非一度ご覧ください。

消費拡大の取組

このように、砂糖は私たちの体にとって貴重な栄養源なのですが、近年の消費者の低甘味嗜好や安価な加糖調製品(砂糖に他の食材を混合した食品加工用原料)の輸入量の増加、さらには新型コロナウイルス感染症による経済活動の停滞などの原因により、砂糖の消費が落ち込んでいます。



資料：農林水産省「令和3年度食料自給率・食料自給力指標について」(令和3年8月)から算出