

No. 01

The Vegetable Revolution ☆☆☆

稻美町の新鮮な野菜で
手軽に食べられるお菓子の開発

健康科学部 栄養マネジメント学科

吉本 亜由美 助手

【協力先】

稻美町商工会

大村農園

にじいろふあ～みん

伊藤 郁佳（2年）久徳 夏実（2年）豊田 祐歌（2年）
濱崎 奈央（2年）山根 美咲（2年）

目的



野菜摂取不足は、日本だけでなく世界的な問題となっています。野菜の高騰化も起こっており、野菜の摂取目標量である350gの野菜量を摂取できていない人が大半であるという現状です。特に子どもや若者の野菜摂取量は低く、野菜が嫌いという声も耳にすると、野菜摂取量不足は将来管理栄養士を目指す私たちにとっては大きな課題であると捉えます。

そこで本学に隣接する“稻美町”で有名な農産物を取り入れた美味しいお菓子を開発したいと考えました。稻美町は野菜の生産量が高く、野菜・果物の名産地として有名です。誰もが食べやすいお菓子を作ることによって、野菜の美味しさを人々に伝えることができ、野菜を意識して食べるようになる人が増えると予想しました。また、野菜は消費期限が短く、廃棄されるものも少なくないのが現状であるため、お菓子作りで有効活用し、食品ロス削減につなげたいと考えます。稻美町の野菜の美味しさを人々に伝えると同時に、野菜を食べることの大切さを多くの人に知つてもらうことを視野に入れています。

以上のことを利用とし、私たちは稻美町の野菜を使って、手軽に食べられるお菓子の開発に取り組みました。

野菜の確保～いちじくとトマトに決定～

本学の連携協定先である稻美町商工会を訪問し、活動の趣旨をお話しして協力を依頼しました。稻美町の農家さんを仲介していただき、農家さんと農協からいちじくとトマトを提供していただけることになり、食材の使い方等アドバイスもいただきました。美味しいいちじくのデザートや多くの野菜があり、また足を運びたい場所でした。



大村農園(いちじく)



JA兵庫南にじいろふあ～みん(トマト)

商品化に向けて 試作→アンケート→改善

土台となるお菓子はクッキーとチーズケーキに決定しました。いちじくやトマトのジャムを作り、生地に入れたり上に乗せて焼いたりと試行錯誤を繰り返しました。また、旬の野菜・果物のおいしさ、そのものをできるだけ生かすために農産物を凍結乾燥し、甘味を凝縮した上で保存のきく状態にし、納得のいく味を追求しました。



学外で実施されたバスツアーでの試食会や、学内で学生や教職員に試食していただき、アンケート集計をもとに改善を重ねました。商品化実現に向けてのポスターやパッケージも考案し、学生ならではのオリジナル性を求めて、学生がアイデアを出し合いました。原価計算後、アンケートを参考にして価格設定を行い、将来的に商品を販売したいと考えています。



ふりかえり～教育の成果と学生の成長～

本活動を通して、地域の野菜や果物をアレンジし食べやすくすることで、野菜・果物の美味しさを多くの人々に知つてもらることができました。地域の人々が野菜や果物、地域の食材に興味をもつことで、野菜・果物を求める人々が増加すると予想されます。よって、野菜のロス率低下が期待されます。地産地消が活発になり、地域が活性化されると同時に、住民一人一人の食生活が豊かになり、美味しい楽しい食事を提供できると考えられます。

この活動を通して、学生は多くの力を身につけることができました。“商品開発”で最も磨かれる力は、自分の考えを形にする力です。頭の中のイメージを表現し実際にモノにすることは、簡単ではないことを実感しました。活動前後の様子を比較すると、学生が自分たちで積極的に考え、その考え方や思いを伝えたり表現する力が身についたと感じます。仲間との協力・チームワークを育みながら同じ方向に向かうことにより、今後社会人としての必要な基盤が身につく経験ができたと思います。