

目指せ！ 管理栄養士

大学祭で食と健康の情報発信！
[食育展コーナー]

毎年大学祭において健康栄養学科では、普段の勉強を活かし、食と健康に関する情報を発信する「食育展」を有志スタッフの力でを行っています。今回は、仁大生が考案した話題のご当地たこ焼き“えちぜんご当地たこ焼き”を含め、4つのテーマで試食や展示を展開しました。また、同時に開催した講演会では、マルカワみそ(株)専務取締役の河崎紘一郎氏が来学。『みそのあたたかさ ココロのあたたかさ』をテーマに来場者へ語りかけました。

ライフステージ別の食事について知ろう!!
「適正な量やバランス」って?



食品業界の新発明品を探る
「トランスグルタミナーゼ」って?



子どもが楽しめる食育の実演
「かぼちゃのどら焼き」



食育講演会
「みそのあたたかさはココロのあたたかさ」
マルカワみそ株式会社



仁大生が考案する話題のご当地たこ焼き
「えちぜんご当地たこ焼き!!」

越前市の特産野菜を使った 「えちぜんご当地たこ焼き」が登場!

越前市の掲げる「野菜を1日100g食べましょう!」の目標達成に向けたひとつのプランとしてスタートした、越前市産野菜たっぷり入りのご当地たこ焼きプロジェクト。2014年から、健康栄養学科の1、2年生が主体となって活動してきました。今回の大学祭にも登場した「すいせん焼き」を含め3種類のたこ焼きがあります。また、越前市の子どもたちに野菜を好きになってもらうことを目指し、野菜をモチーフにしたオリジナルキャラクター「野菜妖怪」を考案。カードにして配布しています。



「米粉」ベースの生地にトマトピューレやすりおろしニンジン混ぜ込んでます。アレルギーに配慮して、小麦粉・牛乳・卵・蕎麦などは不使用なの。

トマトの妖怪
トマドラゴン



目指したのは、誰もが食べられる、
ご当地たこ焼き。

健康栄養学科2年 竹田汐里
| 仁愛女子高校出身 |

前回、食物アレルギーを持つお子さんが食べられない経験があったので、「すいせん焼き」の作成では、食物アレルギー対策にチャレンジ。難題となった素材集めをクリアするために、「ご当地」の範囲を福井県内に広げて考案しました。結果、前回食べられなかったお子さんにも喜んでもらうことができました。レシビをくださいと言われてうれしかったです。



調理科学実験

調理学で学ぶ「おいしい食事」を作るルールを、実際に体験して身に付けます。

おいしさの理由を、
体感して学ぶ。

▶今回の講義 「味の相互作用」

食べ物には、甘い・苦い・辛いなどの味を感じさせる呈味（ていみ）成分が含まれていて、それぞれ他の呈味成分の影響を受けて異なって感じられます。今回は、同系統の呈味を同時に味わった時に何倍にも感じる「相乗効果」、異なる2種類の味を同時に味わう時に一方が強められて感じる「対比効果」、材料の固さによって変わる味の感じ方を「水・ゾル・ゲルの甘味度」で実験しました。



「調理科学実験」
で学ぶコト

佐藤真実 准教授

調理学で学ぶ、理論と栄養かつ嗜好に合う調理の技術を合理的に習得するために、実際に体感して確認する授業です。管理栄養士として現場へ赴いた時、環境や対象者の状況は常に異なります。状態の変化によって微妙に違う味わいを、身をもって知ること、どうすればおいしく食べてもらえるか、臨機応変に対応、展開できる力を身に付けます。



材料の状態によって変化する味わいを、実際に味わい比べて体験します。



実験で得られた変化について客観的に捉え、考察します。



味の変化を確かめるために、各素材を手分けして用意します。

先輩から伝えたい、この授業の魅力！



体感して初めて、
その立場になれる。

対象者は子どもからお年寄りまで様々です。その人に本当に合った献立を提供するためには、自分の舌で確かめたりして、対象者の立場になることが大切だとわかりました。

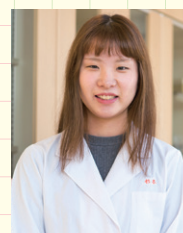
健康栄養学科2年 今村 唯（武生東高校出身）



数字と実感を、
イコールにしたい。

きゅうりを目測で1mmや5cmに切る実験も行いました。コレ意外に難しいんです。2cmくらい誤差が出たり。数字と実感をイコールにつなげ、おいしい食づくりを目指したいです。

健康栄養学科2年 小坂 柚夏（金沢桜丘高校出身）



心に残った
「食べやすさ」の良・悪。

お粥とご飯の咀嚼回数と口数を調べた実験が印象的でした。お粥は食べやすい反面、エネルギーが摂りにくく栄養不足になる可能性があること知り、心に残りました。

健康栄養学科2年 杉本佳奈美（金津高校出身）