


栄養・子ども学部 健康栄養学科

特任教授 **牧野 みゆき MAKINO Miyuki**

専門・活動分野 **栄養教育 食育 栄養疫学**

最新の研究内容

テーマ：食品摂取の多様性と栄養教育

研究/活動紹介
①乾物の日常的有効利用による非常時への備え

災害の多い日本では、防災備蓄は生活の一部として重要であり、災害食の市販品は年々増加している状況にあります。日本の食文化に根付いた食材として、食品の水分を抜くことで保存性を高めた乾物が数多くあります。乾物は災害時でも食の多様性を確保できる優れた食材です。さらに乾物は栄養価が凝縮され、調理の幅も広がる食材でもあります。日ごろの乾物の利用頻度を調査したところ、あまり利用されていないという結果でした。長期保存の可能な乾物を備蓄食として非常時に活用するには、乾物のもつ特徴を生かして日常的に利用する習慣や調理方法を身につけておくことが大切です。そこで、栄養教育・食育においても、乾物を利用する頻度を無理なく増やしてその特徴や扱い方を習得することで、非常時に備えながらローリングストック（循環備蓄）により日々の食事で有効利用することを推奨しています。

②六条大麦の認知度と利用率の向上

麦ごはんや麦茶に用いられる六条大麦は、水溶性食物繊維であるβ-グルカンをはじめとした機能性成分を多く含んでいます。アメリカやカナダ、オーストラリア、ニュージーランドでは、大麦やオーツ麦に含まれるβ-グルカンの健康強調表示（コレステロール低下による心臓疾患のリスク低減、排便促進効果など）を認めており、日本でも2015年から始まった機能性表示食品制度において、大麦β-グルカンに関与成分とした健康機能表示がなされています。農林水産省の作付統計によると、六条大麦の収穫量は福井県が全国1位（令和6年度は全国の22%）と報告されています。これまでにを行った大学生に対する大麦の認知度と利用頻度等の調査では、大麦が使用されている食品や福井県の六条大麦収穫量が全国1位であることを知らない人の割合が高率でした。そこで、六条大麦の利用率向上のために、小麦粉の一部を大麦粉に置き換えても食味等が低下しない配合割合を検討し、試作・官能評価を行いました。これまでに実施したのは麺、パン、ワッフルで、大麦特有の風味が加わってもおいしく食べられる配合を調整しました。実際に短期大学の給食管理実習で大麦入りパンを提供したところ、高評価でした。今後はさらなる検討と品質管理について取り組んでいく予定です。

産学連携/地域貢献へのアピールポイント、相談可能事項

- ・自治体の生涯学習講座や健康教室等で講演実績があります
- ・地域性を考慮したコンビニエンスストアの商品開発に学生とともに携わった経験があります

学会・経歴

- ・日本栄養改善学会
- ・日本公衆衛生学会
- ・日本衛生学会
- ・日本栄養士会

1983.4～1988.3

新潟県保健所（管理栄養士）

1989.4～2025.3

仁愛女子短期大学

2025.4～ 仁愛大学

<お問合せ窓口>

仁愛大学 地域共創センター TEL 0778-43-6576 e-mail collabo@jindai.ac.jp