

健康・福祉	【代表的な研究テーマ】
key word	☐ 食品成分の調理・加工による変化と嗜好性・機能性 ☐ 生涯を通じた食生活教育
■ 食品 ■ 調理・加工 ■ 嗜好 ■ 食育 ■ 生活科学	課題解決に役立つシーズの説明 ヒトは毎日、生きるために食事をします。そして、おいしいものを食べることで健康なからだと心を保っています。おいしい食事のために、私たちは食品を調理・加工します。調理や加工中の食品成分の変化を科学的にとらえ、栄養や嗜好性、機能性を考えた最適な調理・加工条件を探っています。 一方、子どもたちが豊かな人間性をはぐくみ、生きる力を身につけていくためには「食」が重要です。食について考え、食への関心と意識を高め、よりよい食行動に繋げる食育について考えています。
	<食品成分の調理・加工による変化と嗜好性・機能性 ～ふなずしの伝承に向けた検討～> ふなずしは、琵琶湖に生息するニゴロブナを塩漬けにした後、さらに飯とともに数ヶ月間以上漬け、発酵させたものです。その風味は独特で、この独特な風味のゆえに、好き嫌いがはっきりと分かれる食品でもあります。近年、ニゴロブナの産卵場になるヨシ帯等の減少や水質汚濁など自然環境の破壊、外来種による捕食によってニゴロブナが急減し、ふなずしの価格は高騰しています。また、住宅形態の変化や現在では手軽に食べられるファストフードが主流であるなどの生活スタイルの変化により、ふなずしを漬ける人も年々減少してきました。これらにより、ふなずしの喫食機会も減少し、若い世代を中心に、ふなずしを敬遠する人が増えてきています。しかし、ふなずしは、古くから伝わる我々日本人の知恵が詰まった地産地消の代表的な食品であり、フナ由来の豊富なたんぱく質やn3系多価不飽和脂肪酸を酸化させることなく含んだ貯蔵性の高い食品であるばかりでなく、ふなの骨が長期間の飯漬け中に徐々に可溶化することによりカルシウムも豊富に含まれる食品でもあります。さらに最近、乳酸菌や乳酸菌の発酵によって発現する様々な機能性も期待されます。
久保 加織 Kaori Kubo	ふなずしをこれからも伝承することを目的に、ふなずしの独特な風味が何によるものなのか、嗜好性成分を分析しました。最も特徴があったのは揮発成分で、ふなずしの香りのベースになっていると考えられる5種類の物質を特定しました(表1)。これらの物質以外に様々なふなずしで異なって検出される数十種類の物質が検出され、各ふなずしの風味の違いに関係すると考えられました。
教育学部 理事・副学長	実際に数種類のふなずしを女性46名に食してもらったところ、ふなずし初心者には、独特の香りが強くないふなずしを好むことがわかりました。さらに、女子大学生を対象に、ふなずしの摂食経験を繰り返すことによってふなずしに対する新奇性恐怖が解消し、嗜好性が高まることも明らかになりました。特に初めて食した際にふなずしを好まない人には、ふなずしに関わる情報を与えることが、評価を好転させる契機になる可能性も示唆されました。
【専門分野】	食物学
【プロフィール】	・1986年3月 奈良女子大学大学院修了
・1986年～1991年 広島女子大学助手	・1991年～1992年 東大阪短期大学助手
・1994年～1995年 神戸女子短期大学講師	・1995年～1997年 滋賀大学教育学部講師
・1997年～2007年 滋賀大学教育学部助教授	・2007年～2008年 滋賀大学教育学部准教授
・2008年～ 滋賀大学教育学部教授	・2008年～ 滋賀大学教育学部教授
【主な社会的活動】	・日本調理科学会理事 ・滋賀県学校給食会評議員 ・びわ湖フローティングスクール運営懇話会委員 ・滋賀県買い物ごみ・食品ロス削減推進協議会委員 ・琵琶湖海産物漁業調整委員会委員 ・近江の地酒もてなし普及促進協議会委員 ・大津市食育推進ネットワーク委員 ・米原市健康づくり・食育推進協議会委員
【企業・自治体へのメッセージ】	・食品の調理や加工中の変化についての共同研究を希望します。 ・食育など日常生活に関わる視点での教育プログラム開発・共同研究を希望します。 ・食育や家庭科教育にかかわる共同研究や研修を通して、教育現場の先生方と協働していきたいと考えております。

表1 ふなずしの香りのベースとなる成分

		Feature of flavor
ester	Ethyl acetate	fruit
	Ethyl lactate	fruit
alcohol	Ethyl alcohol	alcoholic
	2-Phenyl ethyl alcohol	rose
acid	Acetic acid	sour

<生涯を通じた食生活教育 ～調理実習を核とした食育～>

健康に生きるために重要であることとして、生活習慣、なかでも食生活習慣があげられ、健康と食生活との関係が様々な面で明らかにされてきています。一方で、高齢化、単身赴任の増加、価値観の多様化が進んでおり、食に関する情報も様々なものがあふれている現在の状況下では、老若男女を問わず個人が自分の食生活を管理する能力を身につけることが、生涯を健康に生きるための必須条件といえます。そこで、食生活に関する確かな知識や技術を生涯にわたって教育、学習できるようにプログラムの整備に向け、調査と分析を進めてきました。その結果、調理の学習と実践が調理技術を向上させ、食に対する意識の向上を促し、食生活を好ましい方向に導くことが期待されました。

調理実習を核とした食育プログラムを作成し、実践と評価を重ねた結果、共食と献立作成や買い物といった調理に関わる一連の流れを取り入れた調理実習体験プログラムに効果を認めています。自分以外の人のために料理をして共に食する機会を設けることが、調理者の主体性を育むことにつながり、買物や献立作成などの調理に関連する流れを取り入れることが実生活を具現化し、実習で培った調理技術や食意識を実生活に活かすことにつながると考えています。