

【地域活動ノート】

医療栄養学科における農作業体験を通した 学生の食への興味・関心の向上に対する試み

——収穫したさつまいもを使ったレシピ作成

古屋牧子*・岩田直洋*・加藤勇太*・関口祐介*・君羅好史*・大澤吉弘*・松本明世*・真野 博*

活動の概要

医療栄養学科（管理栄養士養成課程）1年次の後期必修科目である「医療栄養学概論演習」において、秋の味覚である「さつまいも」の収穫体験および収穫したさつまいもを使った調理・レシピ作成を行った。本授業の目的は、農作物の収穫から消費までの流れを実体験することにより、「食」への興味・関心を向上させるとともに、管理栄養士に必要な農作物に関する知識を修得すること、また今年度は新型コロナウイルス感染症の流行により教場で同級生と共に学ぶ機会が少ないことから、同級生との交流も目的の一つとして、はじめて実施を試みた。レシピ課題の記載内容および事後アンケート結果より、目的とした学修成果が得られたことが示唆された。

キーワード：管理栄養士養成課程、農作物、収穫体験、レシピ作成、同級生との交流

医療栄養学科（管理栄養士養成課程）1年次の後期必修科目である「医療栄養学概論演習（全15回）」は、様々な領域で活躍する管理栄養士や関連職種の講師から話を聞くことで目指すべき管理栄養士像を掴むとともに基本的な知識を修得すること、また病院や介護保険施設などの職場を見学することを通して、医療人としての基本的な態度を身につけるとともにヒューマンコミュニケーションから患者さんの気持ちを理解することを目的として毎年開講している。今年度は新型コロナウイルス感染症の流行により、病院や介護保険施設への見学が困難であること、また大学生活において大切な存在である同級生との交流の機会が少ないことから、本演習の一部に新たな対面形式の授業を導入する必要がある。そこで今回我々は、城西大学坂戸キャンパスの緑に囲まれた豊かな自然環境を活かし、地元の農家の方と連携することで、農作物の収穫から消費までの流れを実際に体験し、「食」への興味や関心を向上させること、また管理栄養士に必要な農作物に関する知識を修得することに加え、同級生との交流も目的の一つとして、さつまいもの収穫体験および収穫したさつまいもを使った調理・レシピ作成を計画、実施した。

さつまいもの収穫体験は、2020年11月初旬、地元の農家の方および医療栄養学科の食育サークルDHA（Diet and Health Association; 食と健康のサークル）の上級生メンバーの支援の下で実施した。さつまいも畑において農家の方から今回収穫する2種類のさつまいもの特徴や収穫方法について説明があった後、収穫体験を行った（図1）。図2には収穫体験後の学生の感想の一例（自由記載、一部抜粋）を示した。収穫翌日に行われたオンライン授業において、担当教員がさつまいもの品種、起源・歴史、産地、栄養成分、味、色など食品学的な特徴について説明した後、学生は持ち帰ったさつまいもを使い、自宅にて調理・レシピ作成を行った。

* 城西大学薬学部医療栄養学科



図1 さつまいも畑での収穫の様子

収穫体験後の学生の感想（一例、抜粋）

今回の収穫体験を通し、自分で種から植えて、収穫するまでの流れを体験した上で野菜を食べてみたいと感じました。また、今回の地域の方との交流を通して、スーパーで売っている輸入野菜を食べるよりも日本で生産されたその地域で作られた野菜についてもっと調べ、積極的に食べていきたいと感じました。食についてのプロになるためには、野菜や植物などがどのように育っていくのかにも注目していく必要があると強く感じました。

今回私達は、収穫時期を迎えた芋を収穫しただけですが、そこまで育てるには誰かの手がかかっていると思うので、普段の食材も直接目に見えない人の努力によって食べることができるのだと改めて実感しました。管理栄養士は食育としてそういうことを伝えていく必要があると思いました。今回は実際に体験できたので、それを今後も意識して食材を選ぼうと思いました。

管理栄養士として食材を調理することは大切ですが、その食材を調理するまでに多くの方々がかかわってくださっているからこそ、こうした食事を作ることができるのだと改めて実感しました。

図2 収穫体験後の感想の一例

学生が作成したレシピ課題の一例を図3に示した。レシピ課題の記載内容より、多くの学生がさつまいもに関する食品学および調理学的な知識を修得していることが推察された。図4には授業終了後に実施したアンケートの結果（抜粋）を示した。授業を受ける前に比べ、食物の収穫から消費までの流れに興味・関心を持つようになった者（「はい」またはどちらかといえば「はい」と回答した者）は88.6%だった。また、授業を受ける前に比べ、調理やレシピ作成について興味・関心を持つようになった者は88.8%だった。以上の結果から、本授業により、農作物の収穫から消費までの流れや「食」に関する興味・関心が向上したこと、管理栄養士に必要な農作物に関する知識を修得することが示唆された。フィールドワーク全体について、対面での演習形式の授業に参加してよかったと感じた者が97.7%だったことから、本授業が大学生活において大切な存在である同級生との良い交流の機会になったことが示唆された。

料理名	さつまいもたっぷりごはん	旬の食材	さつまいも
材料（2人分）	・ 安納芋 : 1/4個 ・ 太白 : 1/4個 ・ お米 : 1合 ・ 酒 : 大さじ1/2 ・ 塩 : 小さじ1/2 ・ 水 : 100ml		
作り方	① お米を水で研ぐ。 ② さつまいもは泥を洗い流し、皮を剥く。皮を剥いたら「いちよう切り」にし、水にさらす。 ③ 炊飯器に洗ったお米を入れ、酒と塩を加え、お米の1合分の目盛りまで水を足す。いちよう切りにしたさつまいもをのせてスイッチを入れる。 ④ お米が炊けたら、混ぜ合わせて器に盛り付け完成。		
【作成したレシピの感想や工夫した点】 お米を炊く前に酒を入れることで、酒に含まれる糖質によってご飯の崩れを防ぎました。また、ふくらとしたつやと甘みを感じられました。さらに塩を入れることで、よりご飯の甘みを引き立てくれます。 （安納芋と太白では安納芋の方が黄色が濃かったです。食べる前は「黄色が濃い安納芋の方が甘いかな」と思っていました。実際に食べてみると「太白」の方が私は甘く感じました。）			

図3 学生が作成したレシピ課題の一例

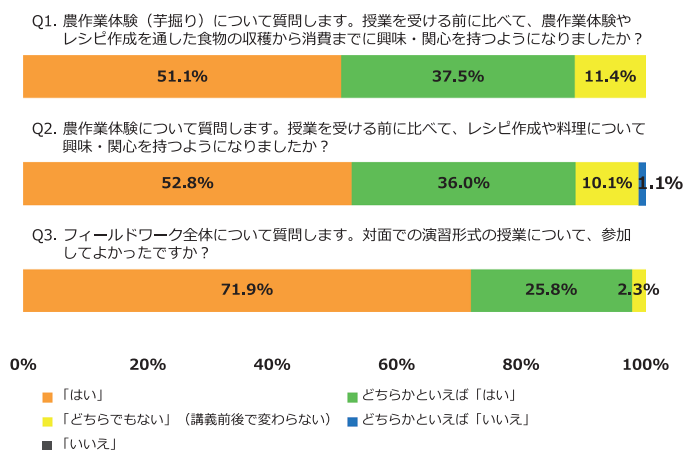


図4 農作業体験に対する学生の評価（事後アンケートより抜粋）