

## 実践報告

# 産学官民連携による健康な食環境づくりの取り組み

## —中食・外食レシピの開発—

下坂 彩<sup>1)</sup>\* 外川晴香<sup>1)</sup> 齊藤 和<sup>1)</sup> 西村友希<sup>1)</sup> 渡部志栞<sup>1)</sup> 荻野大助<sup>2)</sup>

<sup>1)</sup> 名寄市立大学保健福祉学部栄養学科 <sup>2)</sup> 名寄市立大学コミュニティケア教育研究センター

### はじめに

2021年8月から名寄市のスポーツによる街づくり・人づくりを推進する「N スポーツコミッション(以下、「NSC」)、地元食材を活かした食で道産子を応援する「北海道味の素株式会社(以下、「北海道味の素」)、地域貢献に資する教育・研究の充実・発展を図る「名寄市立大学コミュニティケア教育研究センター」(以下、「ケア研」)が協働し、名寄市の健康課題の解決を支援するプロジェクトが始動した。地元農産物を使用した「勝ち飯<sup>®</sup>」としてレシピを作成し、名寄市の健康課題である運動習慣者の割合の増加の支援や生活習慣病予防のための食事、アスリート向けの中食・外食の販売に向けて産学官民が連携して取り組みを行った。「勝ち飯<sup>®</sup>」は味の素株式会社による勝ちたい気持ちを食で応援するプログラムである。何のために食べるかをベースに「食事」と「補食」を考える栄養プログラムとして、5つの輪(主食、主菜、副菜、汁物、牛乳・乳製品)を揃えることや、食事のはじめに汁物を食べること<sup>1)</sup>で将来活躍するアスリートの育成や身体づくりを支えることを目的としている。

本稿では、「なよろ勝ち飯<sup>®</sup>プロジェクト」(以下、「勝ち飯<sup>®</sup>」プロジェクト)として地域の健康づくりに効果があるレシピの開発を栄養学科の学生と行い、その実践と健康な食環境づくりの取り組みを報告する。

### 1. 食環境づくりとその背景

名寄市健康増進計画「健康なよる21(第2次)」によると、名寄市の40-60歳代女性の肥満者、20-60歳代の男性の肥満者、20歳代女性のやせの割合は全国・全道と比較しても割合が高く食生活について課題が残る状況である<sup>2)</sup>。よって、具体的かつ実践的な取り組みが必要とされる。名寄市では健康になりたいという意識があっても健康的な情報や食品を入手する場が限られており、栄養面に配慮した商品にアクセスできないことが考えられる。そこで、本実践では、産学官民が連携し、栄養面に配慮した商品を開発、供給することで健康的な食物へのアクセスを向上させることにより名寄市の健康課題へ貢献できる可能性を持つ。

また、厚生労働省では2021年6月に「自然に健康になれる持続可能な食環境づくり」として、産官学が一体となった食環境づくりの推進に向けた検討会が行われた。その報告書では食環境づくりを「人びとがより健康的な食生活を送れるよう、人びとの食品へのアクセスと情報へのアクセスの両方を相互に関連させて整備していくもの」と定義し、その枠組みの中には地域レベルの食環境づくりの推進も重要と記されている<sup>3)</sup>。このことから自治体や地元食品事業者が連携した食環境づくりの推進が求められている。また先行研究においても食環境にアプローチすることで栄養学的に望ましい食行動が促進されることが示唆されている<sup>4)</sup>。

以上より、適切な栄養・食生活を推進するために食環境を整備することは急務であり、名寄市においても個々人のライフスタイルや健康づくりが実践しやすいように企業、地域、大学が連携し、食品を購入する場で消費者に理解しやすい形となった適切な情報や商品を選択できる環境を整えていくことは重要であると考えられる。

\*責任著者 E-mail:shimosaka.aya@nayoro.ac.jp

## 2. プロジェクトの実施概要

「勝ち飯<sup>®</sup>」プロジェクトは、健康づくりに効果がある中食・外食レシピを名寄市立大学の知見を活かして開発し、地元農産物を使った「勝ち飯<sup>®</sup>」として市内事業者と連携し提供することを目的とした。参加組織は北海道味の素、NSC、ケア研、株式会社西條（以下、「西條」）である。スケジュールとプロジェクトの実施内容を示した（表1）。

今回の「勝ち飯<sup>®</sup>」プロジェクトでは名寄市の健康課題や現状を基に栄養学科学生3名がレシピを考案した。レシピは11品（鮭のコーンフレーク揚げ、野菜たっぷり南瓜コロッケ、1食分の野菜が摂れる！名寄産野菜グラタン、名寄産コーン入り肉巻きおこわ、まごにわやさしい弁当、もちもちトウキビ水餃子スープ、もちめんたいチーズ春巻き、アスパラと餅（もち）一ズの豚春巻き、冷めても美味しい！南瓜団子、お野菜たっぷり中華丼、親子丼）が考案され、大学内で教員とのレシピ検討（写真1）の後に、対象者やコンセプトを明確にしたメニュー提案書、レシピ、栄養価計算書を作成した。また、提案されたレシピ等は「勝ち飯<sup>®</sup>」の栄養レギュレーションと西條の製造オペレーションに照らし合わせ検討が行われた。その後、レシピの採否が決定し、オンラインセミナーによる味の素製品使用についてのレクチャーや西條の厨房施設見学を行い、それらを反映したうえで試作（写真2）を行った。当初は総菜として中食での販売を予定して提案をしていたが、現在は外食・中食による提供・販売を目指し3品（中華丼、グラタン、水餃子スープ）のレシピを検討している。2022年3月以降に学生考案レシピと既存の提供メニューを組み合わせ、「勝ち飯<sup>®</sup>」として展開する予定である。

表1 「勝ち飯<sup>®</sup>」プロジェクトのスケジュールと実施内容

| 日程          | 勝ち飯プロジェクト 実施内容  |
|-------------|---|
| 2021年 7月28日 | 初回顔合わせ（北海道味の素、NSC、ケア研）  |
| 8月10日       | 打ち合わせ（北海道味の素、NSC、ケア研）<br>参加学生の決定、プロジェクトの方向性の提案、レシピ提案、販売条件の確認<br>スケジュールの確認   |
| 9月6日        | レシピの検討（メニュー提案書、レシピ案、栄養価計算結果）  |
| 9月9日        | 打ち合わせ（北海道味の素、西條、NSC、ケア研）<br>学生考案レシピの提案（9品）<br>商品開発時の注意等（客層、価格、表示、レシピ作成時の助言）<br>販売月が2月に決定  |
| 9月24日       | オンラインセミナー（北海道味の素、西條、NSC、ケア研）<br>学生考案レシピについて栄養レギュレーション、オペレーションの採否<br>（採用は3品：グラタン・肉巻きおこわ・鮭のコーンフレーク揚げ）<br>味の素勝ち飯の栄養レギュレーションの確認、メニュー開発時の留意事項の説明、<br>製品の使用についてのレクチャー |
| 10月6日       | 打ち合わせ（西條、NSC、ケア研）<br>西條の厨房施設見学（厨房機器、総菜容器の確認など）  |
| 10月13日      | 試作 1回目  |
| 10月15日      | 試作 2回目  |
| 10月20日      | 試作 3回目  |
| 10月29日      | 試作 4回目  |
| 11月15日      | 試食会（北海道味の素、西條、NSC、ケア研）<br>学生考案レシピの追加提案（2品）  |
| 11月19日      | 勝ち飯について3品（中華丼、グラタン、水餃子スープ）を北海道味の素へ再提案<br>再度レギュレーションチェック   |
| 2022年 1月25日 | 味の素勝ち飯の栄養レギュレーションチェックのチェックと採用への留意事項の説明  |
| 1月31日       | 打ち合わせ（北海道味の素、NSC、ケア研）<br>味の素勝ち飯栄養レギュレーションについて栄養価（デリカ版、給食版）の再確認<br>名寄市内事業者による販路の確認（3月以降に始動が決定）   |



写真1 レシピの検討の様子



写真2 試作の様子

### 3. 今後の課題と展開

新型コロナウイルス感染拡大の影響を受け、各組織の方向性の共有が難しく、コンセプトや栄養レギュレーションの変更に伴いレシピ考案と試作、採択までに時間を要したため、「勝ち飯®」プロジェクトの枠組みや方向性を明確にする必要があった。また、レシピ考案を行うに当たり、消費者に対するニーズの把握やその情報を共有する必要があった。加えてプロジェクトの参加学生は栄養学科学生の一部であることから、食に興味がある他学科の学生をメンバーとすることも課題である。今後は食事の販売や提供にとどまることなく、名寄市の健康課題解決に向けて健康の関心に応じた情報提供による行動変容支援も実践し、食環境づくりに取り組むことの効果を検証していく必要がある。

#### おわりに

「勝ち飯®」プロジェクトは2022年3月以降にメニューの決定、販売、提供に向けた活動が行われる予定である。今後は名寄市の地域特性に合わせた健康づくりを支えるレシピを開発し、栄養格差の解消の一環として、また、市民が継続して健康や栄養に配慮した食品と情報にアクセスできる機会や場を増やすことを具体化し、産学官民が連携した食環境づくりの実現に向けて前進していく所存である。

#### 謝辞

稿を終えるに当たり、レシピ開発に多大なご指導及びご助言をいただき、活動を応援し支えてくださった北海道味の素株式会社の皆様、株式会社西條の皆様、Nスポーツコミッションの皆様、本学関係者の皆様に心から感謝を申し上げます。

#### 参考文献

- 1) 味の素株式会社：勝ち飯®勉強会 基礎編 資料  
<https://www.ajinomoto.co.jp/sports/kachimeshi/> (2022年3月4日閲覧)
- 2) 名寄市：名寄市健康増進計画「健康なよろ21(第2次)」中間報告書  
<http://www.city.nayoro.lg.jp/section/hoken/prkeq1000001xhcq-att/prkeq1000001xial.pdf> (2022年3月1日閲覧)
- 3) 厚生労働省：自然に健康になれる持続可能な食環境づくりの推進に向けた検討会報告書  
<https://www.mhlw.go.jp/content/10900000/000836820.pdf> (2022年3月1日閲覧)
- 4) Grantz K, Mullis RM (1988) Environmental interventions to promote healthy eating: a review of models, programs, and evidence. *Health Education&Behavior*. 15(4):395-415.

