

『カラダ憩いプレートで食環境を豊かに！』フェアの開催

1. 事業の目的・内容

人々が健康的な食生活を送るためには、食の正しい知識とともに、それを実行しやすくするための食環境整備が重要とされています。食環境整備は健康的な食物に関する適切な情報が提供されていること（適切な情報へのアクセス）、健康的な食物や食事が提供されていること（健康的な食物・食事へのアクセス）の2つに大別されます。

本事業では、わかりやすい情報提供と健康的な食事提供によって、食環境の改善を図り、八王子の地域住民の方々が自然と健康行動がとれるよう、きっかけ作りを行うことを目的として行っています。

今回は健康的な食事提供として、開発した「産学官コラボ弁当」について説明します。

2. カラダ憩いプレートについて

カラダ憩いプレートとは、はちおうじ健康応援店の1つであるスーパーアルプスが「健康」をテーマに開発した弁当です。この「健康」をテーマとして、産学官連携の弁当を新たに作ることになりました。



カラダ憩いプレート(お魚ハンバーグ)



カラダ憩いプレート(白身フライ)

3. フェアの開催

スーパーアルプスの2店舗でアンケート調査用紙を付属して、カラダ憩いプレートを販売しました。

アンケートの内容は、対象者の属性、カラダ憩いプレートについて(味・量・満足感・価格等)の調査です。この調査によって利用者のニーズを参考に弁当開発を行おうと考えました。



4. 弁当の開発

アンケート調査の結果を踏まえつつ、健康で美味しい弁当の考案を行いました。完成した弁当は、『ふわふわ！あんかけハンバーグ弁当』、『NEW!オムもぐプレート』の2つです。弁当の内容は以下の通りです。

開発した「ふわふわ！あんかけハンバーグ弁当」は、11月からスーパーアルプスで販売されています。



『ふわふわ！あんかけハンバーグ弁当』

- ・枝豆ご飯
- ・あんかけハンバーグ
- ・パプリカと蒸し鶏のマリネ
- ・ブロッコリーとコーンの焦がし醤油炒め
- ・ミニトマト



『NEW!オムもぐプレート』

- ・ディーツ米のオムライス
- ・じゃがいも・ベーコン・アスパラガスの炒め
- ・野菜の付け合わせ

八王子市保健所、株式会社スーパーアルプス様のご協力の下、アンケート調査、弁当開発、販売を行いました。店舗見学や調査実施時、開発の過程で私たちの意見を受け入れて、迅速な対応をいただいたおかげで、とても有意義な事業活動ができたと考えます。

本事業を通して、地域住民の皆様の食環境改善を図り、自然と健康行動が取れるきっかけとなれば幸いです。

本研究事業は、大学コンソーシアム八王子令和5年度学生企画事業補助金採択事業として実施しました。

プロジェクト概要

- テーマ
『カラダ憩いプレートで食環境を豊かに！』フェアの開催
- パートナー
八王子市保健所
スーパーアルプス
- 担当教員
現代生活学部 食物学科
教授 三澤 朱実
- 実施期間
令和5年3月～9月