



美作大学食物学科 准教授
人見 哲子さん (大田)



調理学を担当し、管理栄養士の育成、食材の特徴を生かす加工方法の研究、産学官民連携による商品開発などに携わる。平成25年からスーパーマーケットマルイと共同で開発してきた食育弁当は、15種類。全国のスーパーマーケットが販売するお弁当などから優れた商品を選出する「お弁当・お惣菜大賞」では、最優秀賞を3回受賞するなど高い評価を得ている。現在、第16弾となる弁当を開発中。65歳。

お弁当を開発する時、意識していることは？

単においしいものを作るだけでなく、①彩りを良くする、②塩分は3g以下、カロリーは600kcal以下に抑える、③季節に合った食材を取り入れるなど、大学が関わることの意義を意識しています。

また、「噛んで健康」「発酵食品で元気に」など、テーマを決めて取り組んでいます。今年のテーマは「野菜をしっかり摂る」で、4月に販売開始した「20種野菜の大豆バーグ弁当」に続く第16弾を開発中です。

完成までどのくらいの日数がかかりますか？

テーマの決定から販売開始までに、試作や協議などを繰り返し、約半年かけてやっと完成します。試作といっても、ただ作るだけでなく、使用する機械や手順など、工場で作る工程を意識しながらレシピを考えていきます。購買意欲をかき立てる弁当の名前を考えたり、販売促進用のチラシを作ったりすることも、欠かせない作業のひとつです。

苦労していることは？

一つひとつのおかずがおいしくても、容器の中に並べると色合いが合わなかったり、塩気や甘みなど味の組み合わせがうまくいかなかったりするなど、全体の調整がとても難しいです。おいしいのはもちろん、栄養、価格、季節感などさまざまな点で、お弁当としてバランス良く作ることにいつも苦労しています。

地域の皆さんにメッセージを

地域の皆さんに食の大切さを伝えることが、地域に根差す大学としての役割だと思っています。この弁当を食べることで、偏った食生活を見直したり、さまざまな食材を幅広く取り入れるよう意識したりするなど、毎日の食について考えるきっかけにしてください。



▲試作に取り組む学生を指導する人見さん (写真右)



▲学生と一緒に共同開発事業者と話し合う人見さん
※第16弾の弁当は9月中に販売開始予定

広報担当となり3カ月が経ちます。デスクワークが中心だった以前の部署に比べると、外に出る機会はかなり増えました。取材を重ねる中で感じることは、人々の思いや行動が大きくなることとなり、町や地域を動かすことです。小さなことでも怠ることなく、日々積み重ねる大切さを学んでいる気がします。(二)

取材で、30年ぶりに津山弥生の里文化財センターへ。実際に発掘した学芸員さんの話を聞きながら、普段は展示されていない銅鏡や金の装飾品を見る貴重な体験をしました。子どもの時とは違う今だから感じる面白さ。皆さんも改めて行くと違った発見があるかも…。大人の社会見学に出掛けてみませんか。(一)



昨年、サンヒルズのぶどうまつりに子どもを連れて行った際、隣でつぶやきを書く(一)さんに写真を撮ってもらいました。その写真が今年のぶどう関連のイベントのPR写真として採用されました。普段は写真を撮影する側ですが、掲載される人の気持ちって、こんな感じなのかと新鮮な気分になりました。(W)

編集・発行
津山市総合企画部秘書広報室(市役所3階)
〒708-8501 岡山県津山市北520

☎ 0868-32-2029
☎ 0868-32-2152
✉ kouhou@city.tsuyama.lg.jp

広報津山は、環境保護のため再生紙と植物性インキを使用しています。読み終った後はリサイクル(雑誌)にご協力ください

☆津山市公式インスタグラム
https://www.instagram.com/tsuyama_city/



☆広報津山電子版
https://www.city.tsuyama.lg.jp/

☆津山市公式フェイスブック
https://www.facebook.com/citytsuyamakouhou

