

知って、作って、地域活性！ 我らがじゃこ天！

1年1組 井関 紗羅 1年1組 稲田 真子
1年1組 松本 詩音 1年1組 百合田彩加
指導者 田中 善久・鶴井 恭子・井上 栄治

1 課題設定の理由

宇和島の特産品の一つに「じゃこ天」があるが、じゃこ天についてあまり知らないことに気付いた。高校生がどのくらいじゃこ天について知っていて、どのくらいの頻度で食べているのか、じゃこ天の栄養価はどうか、じゃこ天のよりおいしい食べ方はあるのかなどについて知りたいと思い、この課題を設定した。

2 仮説

- (1) 私たちの周りでは、日常的にじゃこ天を食べているという人は少ない。だから特に若い世代でじゃこ天を食べている人が少ないのではないだろうか。八西地区（八幡浜・西宇和郡）では、「じゃこカツ」のようなじゃこ天を生かした食品があるため、その相乗効果で、宇和島地区より八西地区の高校生の方がじゃこ天を食べているのではないだろうか。
- (2) じゃこ天の栄養価が高いと分かり、じゃこ天のよりおいしい食べ方があれば、じゃこ天を食べる人がもっと増え、地域の活性化にもつながるのではないか。

3 実験・研究の方法

- (1) 宇和島東、八幡浜、三崎高校の1年生を対象に、じゃこ天に関する以下のアンケートを実施
 - ① 地元で有名な食べ物と言えれば何があるか。
 - ② どのくらいの頻度でじゃこ天を食べるか。
 - ③ じゃこ天のおいしい食べ方があれば教えてください。
 - ④ じゃこ天クイズ：じゃこ天は魚のどの部分を使って作られているか。
- (2) じゃこ天の栄養価調査及び、じゃこ天のアイデア料理作りと評価
 - ア じゃこ天の栄養価をインターネットで調査
 - イ じゃこ天を使った、お好み焼き、餃子、せんべい、カナッペを作り、生徒10名に試食・評価してもらう。



←『じゃこのみ焼き』
*お好み焼きで豚肉の代わりにじゃこ天を使用。いか・桜海老を入れるとさらに美味しい。



←『じゃこ餃子』
*ひき肉の代わりにじゃこ天をすり潰してペースト状にして使用。それをごま油で焼く。



←『じゃこ煎餅』
*じゃこ天を薄く切り、油でカリッとするまで揚げる。



←『じゃこ天カナッペ』
*じゃこ天をトーストし上にクリームチーズやサーモンを乗せる。

写真1 本研究で作ったアイデア料理

4 結果と考察

(1) じゃこ天に関するアンケート

アンケート①について、「じゃこ天」と答えた割合は本校が60%（残りはみかんや鯛）、八幡浜高校が50%（残りはチャンポン）、三崎高校が27%（魚類の回答が多数）であり、比較的多くの高校生が地元の特産品は「じゃこ天」だと認識していることが分かった。しかし表1からは、高校生がじゃこ天をそれほど頻繁には食べていないことが分かる。また、アンケート④のクイズの正答率は、本校が40%、八幡浜高校が50%、三崎高校20%であり、相対的にじゃこ天に対する知識はそれほど高くないことが分かった。じゃこ天の栄養価について調べたところ、じゃこ天は魚の身と骨と皮で作られている（アンケート④のクイズの答え）ため、カルシウム、血栓や高血圧を予防するEPA、脳の発達促進・認知症予防に効果的なDHAが多く含まれていることが分かった。さらに、アンケート③の回答には、「マヨネーズをつける」「うどんに入れる」「カレーに入れる」などがあつた。

表1 アンケート②に関する高校別の結果

	宇和島東高校	八幡浜高校	三崎高校
ほとんど毎日食べる	0%	0%	0%
週に数回食べる	10%	0%	10%
月に数回食べる	40%	50%	50%
年に数回食べる	40%	40%	10%
ほとんど食べない	10%	10%	30%

(2) アイディア料理の評価結果

私たちが作ったアイディア料理の評価結果は、図1のようになりどれも好評であったと言える。

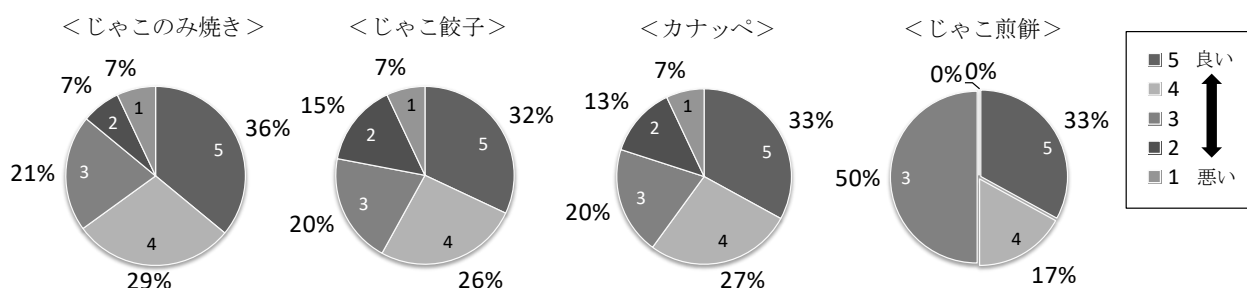


図1 アイディア料理の評価結果

5 まとめと今後の課題

今回調査をして、じゃこ天は高校生にはあまり馴染みがないということが改めて分かった。じゃこ天を使ったアイディア料理は好評だったので、今後じゃこ天を使ったアイディア料理を発信していく場を設けることで、魚が苦手な人でもじゃこ天を使った料理に興味をもって、自分でも作ってみよう、食べてみようという人が増えるのではないかと考える。また今回じゃこ天について分かったことを、まずは身近な人たちに伝えることで地元の特産品の良さを広めていきたい。

参考文献

- ・宇和島蒲鉾協同組合 <http://www.uwajima-kamaboko.com/>
- ・農林水産省 <http://www.maff.go.jp/j/syouan/tikusui/gyokai/>