■栄養士・管理栄養士を目指す学生が運営する取り組み“コルクプロジェクト”■

栄養相談ができるカフェとのコラボ企画！学生が健康をサポートするレシピを考案

大阪樟蔭女子大学（東大阪市）健康栄養学部では、学生が主体となりキャンパスライフの質向上に取り組む“コルクプロジェクト”の一環として、地域の方々の健康支援に取り組むカフェとコラボし、健康に配慮したメニューの考案に取り組みました。審査を勝ち抜いて最優秀賞に選ばれたメニュー2 品が、7 月 1 日（金）～30 日（土）の期間「きららみらい星の子 Cafe」（株式会社 J.みらいメディカル、大阪市旭区）で販売されています。

本件のポイント

- ●栄養士・管理栄養士を目指す学生考案のレシピで、地域の方々の健康をサポート
- ●健康支援に取り組むカフェとのコラボで、健康に配慮した食事提供に挑戦
- ●栄養士・管理栄養士を目指す学生有志が、企画段階から一貫して行う“コルクプロジェクト”の取り組み

■管理栄養士が食事や栄養をサポートする「きららみらい星の子 Cafe」とのコラボ企画

本取り組みは、栄養士・管理栄養士を目指す学生が考案したメニューを「きららみらい星の子 Cafe」で提供するというもの。同店では管理栄養士が、栄養バランスを考えたカラダに優しくヘルシーな料理を提供しています。すべてのメニューは健康に配慮し、塩分 2g 以下、エネルギー約 650kcal を目安にたんぱく質、脂質、炭水化物などを徹底調整。また、料理の提供だけでなく、個々に応じた栄養相談を行うなど、地域のお客様から厚い信頼を得ています。さらに国立循環器病研究センターの“かるしお認定”を受けたメニューや、「健康な食事・食環境」コンソーシアムの認定を受けた“smart（スマート） meal（ミール）”メニューの提供に取り組み、生活習慣病予防にも配慮しています。今回の連携は、同店の管理栄養士で本学 OG の森田眸店長が、コルクプロジェクトの取り組みを知ったことからスタートしました。

■厳しい審査を通過した学生考案レシピでお客様の健康をサポート

昨年 12 月、健康栄養学部生を対象に「健康レシピコンテスト」を開催し、“夏バテ予防レシピ”の主菜・副菜を募集しました。健康を意識し安心安全な料理を提供する同店のメニューとして提供するには、以下のような条件が設定されました。

	主材料	エネルギー	食塩	主材料の重量	予算目安	作業時間目安
主菜	豚肉	200~250kcal	1 g 未満	80 g	200 円	40 分以内
副菜	なす、トマト、しそ、赤パプリカの中から 1 つ以上	20～30kcal	0.5g 未満	30g	30 円	20 分以内

多くのレシピの中から一次審査では、主菜部門、副菜部門で各 3 レシピが入賞。続く二次審査では、材料や味、見た目だけでなく、コスト面や調理効率、レシピへの熱意など様々な視点から審査され、主菜部門で「シャキッとさっぱり♪夏のスタミナロール」、副菜部門で「梅トマキムチ和え」が最優秀賞に選ばれました。学生が考えた夏バテ予防に期待できるメニューでお客様の食事をサポートします。

今回最優秀賞を受賞した 2 品は、同店の 7 月のランチメニューとして提供されています。栄養士・管理栄養士を目指す学生が、授業で学んできたことを活かしながら考えたレシピを実際のカフェで提供できる経験は、学生の自信につながるだけでなく、提供するまでに栄養価、コスト、調理時間などを意識することの必要性を学ぶ機会となりました。

■キャンパスライフの質向上を目的としたコルクプロジェクト

同学部では、“健康”をキーワードに、栄養教育や指導ができる栄養士・管理栄養士の育成、ならびに“食”を中心とした正しい健康情報を教育できる人材を育成しています。さらに学生がキャンパスライフの質を向上していくために自ら考え行動していく“QOLK（コルク）プロジェクト”にも取り組んでいます。今回の取り組みでは、学生が考案したメニューが実際のカフェメニューとして提供されることでお客様に笑顔を届け、学生の喜びにもつながることに期待します。

二次審査での調理の様子

審査の様子

最優秀賞の授賞式

コンテストに参加した学生と審査員

【メニュー概要】

■期間：7 月 1 日（金）～30 日（土） 11 時～17 時

■定休日：日・祝

■場所：きららみらい星の子 Cafe（大阪府大阪市旭区清水1丁目19−19）

https://www.hoshinokocafe.com/

シャキッとさっぱり♪夏のスタミナロール

疲労回復・夏バテ予防が期待される豚肉と野菜をたっぷり使用したさっぱり食べられる一品

梅トマキムチ和え

フレッシュトマトをキムチ風のピリ辛で食欲をそそる味付けにし、梅干しのさっぱり感が暑い季節にもぴったりな一品

つきましては、ご多忙のところ恐縮ですが、ぜひ取材のご検討をよろしくお願い申し上げます。

＜本リリースに関するお問合せ先＞

学校法人樟蔭学園　学園広報課（担当：梶田・井上）

TEL:06-6723-8152（直通）（平日 9 時～17 時）FAX:06-6723-8263

E-mail: gakuen-pr@osaka-shoin.ac.jp