

公開講座「いちごジャム作り」アンケートからの一考察

遠藤 道代、徳山 裕美

Consideration from public lectures questionnaire, obtained from “strawberry jam making”.

Michiyo ENDOH, Hiromi TOKUYAMA

要旨

平成 26 年 7 月 26 日、地域住民を対象とした、平成 26 年度帝京短期大学公開講座「いちごジャムづくり～衛生的でフレッシュな保存食～」を実施した。本講座は講義と実習で構成した。講義では衛生管理および保存食としての食品の意義を理解する内容とし、実習ではいちごを用いたジャム製作の調理実習を行った。保存食のひとつである瓶詰のジャムを衛生的で美味しく作ることに、災害時の保存食品の加工の方法と衛生管理の手法を楽しく学ぶことを目的とした。

講座の最初と最後にアンケートを行い、講座開始前に受講者の保存食品に関する意識調査を、講座の最後に内容に関するアンケートを行った。受講者の保存食品に関する知識は高く、特に塩蔵や乾燥食品が頻出して挙げられたが、保存食品が防災目的である非常食としての役割への認識は低いと思われた。しかし講座の最後のアンケートでは、全員が保存食への知識が高まったと回答した。講座内容に対する評価は高く、今後、本講座開催に期待する声が寄せられた。

1. はじめに

多くの大学において地域貢献活動の一つとして開催される公開講座では、地域コミュニティ再生のための学びの場を提供することも目的としてあげられる。特に平成 23 年 3 月 11 日の東日本大震災の発生以来、被災地コミュニティの再生支援が再認識されている。普段、食と栄養について研究、教育を提供する立場から、今回、ジャム作りを通して保存性の高い食品加工方法を紹介し、地域住民に対し災害時に非常食となる保存食品への理解を提供することを目的として企画し実施した。

2. 方法

講座開始前にアンケート調査を行い、参加者の保存食についての知識の確認を行った。次にいちごジャムの解凍作業と平行して、資料をもとに日本人とジャムとの関わりに関する歴史と、保存食としての位置づけ、災害時の保存食の役割について講義による解説を行った。講義終了後、参加者は 2 人 1 組となって 1 つの鍋で調理を行い (図 1-a)、保存瓶の脱気殺菌作業を併せて行った (図 1-b)。作成したジャムは、殺菌済みの瓶に各自 1 個ずつ詰めて調理作業を終了した。最後にジャムの蓋にカバーを被せて、リボンを結んで完成させた (図 1-c)。適宜、受講者からジャムに関する

疑問点を、講師が答える形で調理作業が行われた。調理作業終了後に、講座の内容に関するアンケートを行った。アンケート項目については質問内容を表 1 に示した。個々の食品は、加工・貯蔵法の違いによる分類 (塩蔵、糖蔵、乾燥、燻製、発酵、練り製品、冷蔵、冷凍) および、充填容器による分類 (缶詰、瓶詰、レトルトパウチ食品)¹⁾、その他 (非常食) として分けて表した。

講義内容の概要と調理実習作業の概略は表 2 の流れで行った。講義は補足資料として作成したプリントを配布して行った。また、調理実習作業の概要については、作業工程をリーフレットにまとめて配布した。講義と実習を含めて 90 分間で行われた。

表1 講座前後のアンケート調査項目

講座開始前アンケート項目

1. 受講者プロフィール(性別、年齢、在住地域、受講理由)
2. 保存食として思いつくものを挙げて下さい。
3. ご自宅に防災目的で備えている食糧品はありますか。ある場合は食品名もお書き下さい。

講座開始後アンケート項目

- 講座の内容について
- 講座の内容を理解できたか
 - 講座の内容は期待通りだったか
 - 講座の内容は学習に役立ったか
 - 保存食についての知識が高まったか
- 配付資料について
- 実習時間について



図1-a いちごを煮詰める



図1-b 保存瓶の脱気殺菌作業



図1-c 完成したいちごジャム

3. 結果および考察

参加者は想定した対象者数である20名を上回る24名の応募者がみられたが、調理実習室の規模等をふまえ先着により22名を受け入れた。21名の受講者からアンケート結果を得ることが出来た(回収率95.5%)。参加した受講者は全員が女性であった。受講者のプロ

表2 講義内容および、調理実習作業の概要

講義内容
災害時にも活躍する食べ物の保存
1. 生の果物がジャムになる・・・保存食品に早変わり
2. 日本の果物たちは?
3. ついにジャムが日本に伝来
4. ジャム以外にもこんなにある保存食
5. 災害時にも活躍する保存食
ジャムの調理実習
1. 容器内を殺菌する
2. 鍋にいちごと砂糖を加えて煮込む
3. いちごをプレザーブの状態に木しゃくしで混ぜて煮詰める
4. 砂糖濃度65%をコップ法を用いて確認し、消火する
5. すみやかに加熱殺菌した瓶に充填する
6. キャップをする
7. 容器を殺菌し冷却する

フィールを図2に示した。受講者の年代は70歳代が最も多く(43%)、続いて60代(19%)、80歳代(10%)と高齢者の受講者が70%以上を占めた(図2-a)。このため、職業別でも主婦の受講が71%と高値であった(図2-b)。受講者は大学の近隣地域からの参加が目立ち(図2-c)、人から勧められての受講が半数を占めた(図2-d)。この結果から、本講座の情報が近隣の知人から得られての参加がほとんどであったため、受講者の性別や年齢の偏りの原因となったと思われる。これは、本講座の周知が一ヶ月間という短期間であったため、一部の応募者からの口コミで広まったと推測された。今後、公開講座開催に当たり、さらに早期での周知が必要と思われる。

講座開始前に行った受講者の保存食品に関する意識調査の結果を表3に示した。「保存食として思いつくもの」として挙げられた食品の総数は86個であり、

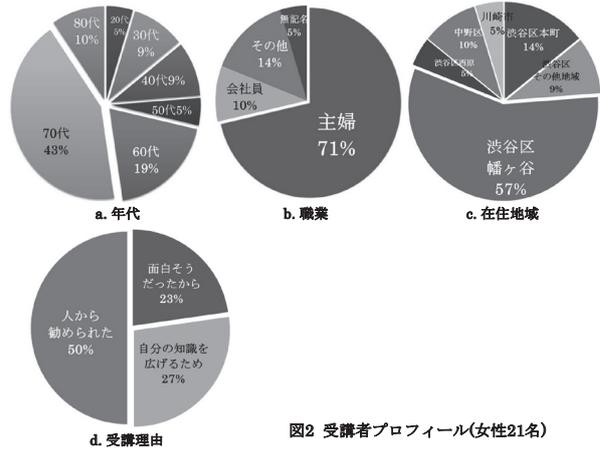


図2 受講者プロフィール(女性21名)

一人当たり平均 4.1 ± 2.5 個 (range, 0-10) の食品名を挙げていた。頻出した食品は、塩蔵食品22品目、乾燥食品18品目、糖蔵食品12品目が挙げられた。最も多く挙げられた塩蔵食品では、主に梅干しやらっきょうなどの漬け物を挙げた受講者が目立った。「自宅に防災目的で備えている保存食はありますか」の質問には、受講者の20名(95.2%)が備えていると回答しており、防災意識の高さが示された。さらに備えていると回答した受講者に食品名を質問したところ、48品目(備えありと回答した者一人当たり 2.4 ± 1.4 個、range, 0-10)の食品が挙げられ、食品の種類では缶詰が最も多く、続いて飲料水、かんぱんなどの非常食が頻出していた。平成23年3月11日の東日本大震災の際にも、回答者の76%が災害時の備えをしていたと回答しており、それは年代があがるにつれその割合が大きくなったと報告されている²⁾。70%以上が準備していたと回答した食糧品では、米や餅、乾麺等の主食や、レトルト・インスタント食品、水などが回答されている²⁾。今回の結果はそれを上回る95.2%が備えていると回答したが、これは震災後に保存食備蓄への重要性が再認識されたものと考えられた。また、年代と備蓄との関係については、今回は80歳代から60歳代までの高齢者の参加が70%以上をしめていたのであるが、備えをしている年代との関係に有意差は見られなかった。これについても、震災後にすべての年代層で保存食への感心が高まった結果と思われる。備えている食品の種類では缶詰が最も多く、続いて飲料水、かんぱんなどの非常食が頻出していた。これらの結果から、受講者の多くは防災目的のための非常食と、塩蔵や糖蔵などの保存食品を区別している傾向が伺えた。東日本大震災の被災地域の病院などでは、缶詰やレトルト食品、冷凍食品、発酵食品等が支援物資として送られており³⁾、多種類の保存食品が非常食と

して大きな役割を果たした。このことから保存食品の幅広い可能性を、さらに地域住民に対して発信していく必要があると考えた。また、被災時の高齢者には体調不良を訴える被災者も多く、食に関するだけでなく健康問題にも支障を来しており、栄養状態のあり方の評価も必要とされるため、塩蔵や糖蔵などの保存食品が多い中でいかに健康を維持するかについても検討課題と思われた。さらに避難所での食事は、被災地でのガスや電気・水道などの回復、道路事情、周辺の被災状況等によって影響を受ける⁴⁾。食品の流通や、水、熱源がない時期、回復する時期、ガスや電気の供給される時期に応じて変化する⁴⁾。このことから、経時変化に対応した備蓄の必要性も重要と考えられた。

表3 講座開始前に行った受講者の保存食品に関する意識調査の結果

加工・貯蔵法の違いによる分類	思いつく保存食品(n=21)		備蓄している保存食品(n=20)	
	食品数	食品名	食品数	食品名
塩蔵	22	梅干・らっきょうの漬物	0	
乾燥(乾物・干物)	18	野菜や海藻類の乾物・魚の干物	1	魚の干物
糖蔵	12	ジャム・佃煮	4	羊羹・飴
発酵(発酵食品・醸造)	6	醸造酒・発酵調味料(味噌)	0	
燻製	0		0	
練り製品	0		0	
冷蔵	0		0	
冷凍	0		0	
充填容器による分類				
レトルトパウチ食品	9	レトルトカレーや、パックご飯	8	レトルトカレー・パックご飯
缶詰	4	肉や魚の缶詰、果汁飲料	10	魚の缶詰
瓶詰	1	瓶詰食品	0	
その他				
非常食	14	飲料水・かんぱん	19	飲料水・かんぱん
sum	86		42	
mean±SD	4.1±2.5		2.4±1.4	

講座の最後に行った講座の内容に関するアンケートの結果については表4に示した。講座の内容に関する評価は、すべての質問項目に対して肯定的な結果が得られた。「保存食についての知識が高まったか」の質問に、「大いに高まった」が11人(52.4%)、「高まった」が10人(47.6%)という結果が得られ、受講者全員の知識が高まったと思われた。講座の最初に行った保存食品に関する意識調査の結果では、保存食品であるジャムが非常食の役割を果たすという認識は薄いと思われたが、講座の最後ではその認識が高まったものと思われた。普段は買うことが当たり前になっている保存食を手作りすることにより、食で心を豊かにする活動の大切さも共有しながら、地域貢献活動が行われたことが確認された。

表4 講座開始後アンケートの結果

講座の内容に関する評価 (n=21)			
講座の内容を理解できたか		保存食についての知識が高まったか	
よく理解できた	20人(95.2%)	大いに高まった	11人(52.4%)
理解できた	1人(4.8%)	高まった	10人(47.6%)
あまり理解できなかった	0人(0%)	あまり高まらなかった	0人(0%)
理解できなかった	0人(0%)	高まらなかった	0人(0%)
講座の内容は期待通りだったか		配付資料について	
期待以上だった	15人(71.4%)	大いに参考になった	13人(61.9%)
期待通りだった	6人(28.6%)	参考になった	8人(38.1%)
あまり期待通りではなかった	0人(0%)	あまり参考にならなかった	0人(0%)
期待はずれだった	0人(0%)	参考にならなかった	0人(0%)
講座の内容は学習に役立ったか		実習時間について	
大いに役立った	15人(71.4%)	長すぎた	0人(0%)
役立った	6人(28.6%)	適切であった	20人(95.2%)
あまり役に立たなかった	0人(0%)	短かった	1人(4.8%)
役に立たなかった	0人(0%)		

4. まとめ

平成23年3月11日の東日本大震災の発生以来、被災地コミュニティの再生支援が再認識されている。それは、多くの大学で地域貢献活動の一つとして開催される公開講座の中においても、地域コミュニティ再生のための学びの場を提供することが可能と考えられた。これは今回、ジャム作りを通して保存性の高い食品加工方法を紹介し、地域住民に対し災害時に非常食となる保存食品への理解を提供できたことから支持された。講座の内容に関しては概ね良好であるとの評価を得たが、開催方法に関してはさらに早期での周知を検討する必要性が示唆された。また今後は、災害時に健康を維持することのできる食のあり方を兼ねた保存食品についても、検討して開催していく課題が残された。

5. 引用文献

1. 長沢治子編集：食品学・食品機能学・食品加工学—食べ物と健康、医歯薬出版、2004.
2. 公益財団法人 仙台ひと・まち交流財団 市民センター合同G8 企画プロジェクト：私はこうして凌いだ—食の知恵袋—、公益財団法人 仙台ひと・まち交流財団、2011.
3. 仙台社会保険病院編：食が支えた命の現場：東日本大震災記録集：仙台社会保険病院栄養課、仙台社会保険病院、2013.
4. 足立 香代子, 寺本 房子：アセスメントに基づいた被災地における栄養支援—サプリメントの活用を含めて—, 第一出版, 2011.