

# 私たちの「普通」をアレルギーのある人達に

アレルギー班 本間唯、小倉美幸、八重樫華他奈  
関根愛恵、木村碧、武藤咲来

## 1. 課題の設定

自分や身近な人が食物アレルギーで好きな物が食べられないなどの理由で、アレルギーに興味があり研究内容にしたいという人が集まりゼミを立ち上げました。その上で、標茶町の課題である「牛乳の消費量の増加」と「標茶町の観光客の増加」の2つをテーマに活動を始めました。

## 2. 試作品の製作、結果

### (1) クッキーの試作



アレルギーの人たちでも食べられるスイーツの試作を行いました。インターネットで調べた「牛乳を分離させる方法」を使い牛乳を実際に分離させ、分離させたものでクッキーを作りました。分離方法は、牛乳を温めレモン汁をかけると牛乳が分離するという方法でした。図1は実際に試作したものです。

試作の結果、分離は成功したものの分離して取り除けたものがアレルギー成分かどうかはわからず、それを確かめる方法もなかったため失敗に終わりました。そこで次の試作では牛乳を分離させるのではなく牛乳の代用品を使用したものに変更しました。

図1 実際に試作したクッキー

### (2) プリンの試作

牛乳と豆乳それぞれを使ったプリンを試作を行いました。ゼミのメンバーで試作してみた結果「ココアが溶け切っておらず、プリンの中のほうにいくにつれて苦くなっていく」「あんまり手が進まない」という感想になりました。牛乳と豆乳の差が分かりにくく、味も一般に販売や試作を行えるほどではなかったため失敗に終わりました。先生方にも食べてもらい、豆乳は甘さが抑え気味なので甘いものが苦手な人や糖尿病患者の方におすすりめかもしれないですねというアドバイスをもらいました。

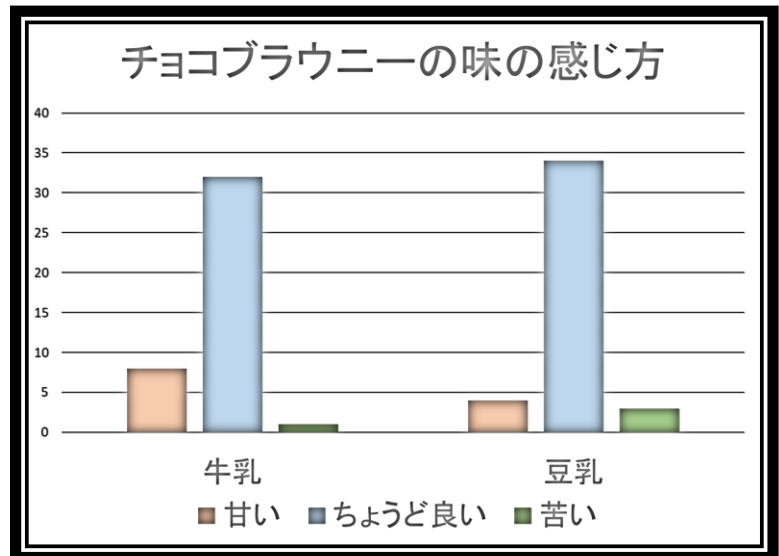
### (3) 標茶高校フェア



日専連で行われた標茶フェアにて牛乳豆乳それぞれのチョコブラウニーを作り、40名の方に2種類のアンケートを取りました。一つ目のアンケートでは、牛乳で作ったチョコブラウニーをA、豆乳で作ったチョコブラウニーをBと表記し、食べ比べをしてもらいました。結果はどちらも大差がなく豆乳で作っても美味しいことが分かりました。

図2 試作したチョコブラウニー

二つ目のアンケートでは味の感じ方のアンケートを取りました。どちらも大半の人が甘すぎず苦すぎない、ちょうどよいということが分かりました。また、「ブラウニーに粉砂糖やココアパウダーなどをかけてみる」「アーモンドミルクやオーツミルクを牛乳の代用として試作してみる」「イベントや販売してみるときに飲み物があれば良い」「実際に販売して評価してもらおう」などのアドバイスをいただきました。



#### (4) ガイドゼミコラボ

11月7日にガイドゼミとイベントでコラボしました。標茶高校の一年生を対象にガイドをし、その後食品ゼミの試作品を試食、アンケートに協力してもらいました。前回のレシピにチョコチップを加え、チョコブラウニーを試作しました。「アーモンドでちょうど良い甘さだった。もう少しアーモンドを増やしても良いのかも」「他のゼミが出していた牛乳との相性が良かったので今後の試食会で牛乳と一緒に出していてもいいと思います」「ラズベリーやベリーなどの甘酸っぱいものを入れていても面白いと思う」という沢山のアドバイスをいただきました。また、「甘さが普通のチョコブラウニーと変わらないので食べやすい」「市販で売られているものよりも美味しい。こっちのほうが好み」という嬉しい感想もいただきました。

「甘すぎた」という感想が多かったこととチョコブラウニーを焼いた後にチョコチップが溶け、食感がほとんどなかったことからチョコチップは入れないほうが良いという結果になりました。

### 3. まとめ

実際に試作し、イベントに出すことで食の大切さや自分たち以外からの視点で評価することができました。今後は、今よりアレルギーの知識をつけ、チョコブラウニーの商品化、アレルギーゼミの知名度向上のための活動を、1・2年次生に引き継いでいきたいと思っています。

### 4. おわりに

日専連やゼミコラボでアンケートに協力してくださった方や、準備を手伝ってくれた先生方ご協力ありがとうございました。