

うま味の認識とその地域差に関する研究

STUDY ON COGNITION OF UMAMI TAST AND ITS REGIONAL DIFFERENCES

高橋 徹*¹

Toru TAKAHASHI

1. 目的

食の嗜好性は学習によって獲得する¹⁾。したがって学習能力が高い発育段階の初期が嗜好性の獲得効果が最も高い時期である²⁾。すなわち、幼児や児童期に経験した家庭のだしが、だしに対する嗜好性に影響を与える可能性がある。

本研究は、天然だしと風味調味料だしに対する味覚の認識について自己記入式質問票により明らかにした。さらに、家庭でのだしの利用状況を把握するために、小学生の保護者に対して、自己記入式質問票を用いただしの利用状況調査を行った。さらに小学校や学童保育ごとに食育プログラムを作成し実践も行った。

2. 方法

2-1. 調査

1. 調査協力の了解を得た施設の対象者を被験者とする。調査施設は、津山市立鶴山小学校、たつの市立神部小学校、明石市立松が丘小学校、秋吉町立嘉万小学校、大口町立大口中学校、春日井学童保育くまばちクラブ、春日井学童保育なかよしクラブとした。格施設で実施回数は1回とした。
2. 天然だしは、3.0%の煮干しを3時間水につけた後沸騰させた。沸騰後すぐに弱火で5分加熱し、アクをとった。鍋ごと冷水につけて2分冷やしてから、クッキングペーパーで濾して、濾液を定容した。風味調味料だしは、0.30%ほんだしりこだしを水から添加して、沸騰から1分間加熱させた。鍋ごと冷水につけて2分冷やしてから、クッキングペーパーで濾して、濾液を定容した。調整後、凍結保存した。
3. 天然だしと風味調味料だしを容器ごと37℃に温め、20ml程度を被験者に提供した。
4. 被験者の発達段階に応じた自己記入式質問票を配布し、だしに対する嗜好性や、だしの香り、生臭み、苦味、うま味等について回答させた。
5. 小学生の保護者を対象に、家庭でのだしの利用状況を質問票にて調査し、天然だしと風味調味料だしに対する味覚調査も児童に行った方法と同様の方法で行った。

2-2. 食育プログラム実践

1. 被験者の発達段階に応じて、味覚の基本味や、食経験と嗜好性、家庭でのだしの利用方法等に関する講話を行った。
2. 津山市立鶴山小学校、たつの市立神部小学校、明石

市立松が丘小学校、春日井学童保育くまばちクラブ、春日井学童保育なかよしクラブにおいて、だしのうま味を体験し、煮干しなどのだしのもとになった食品の味を確かめてもらった。その後、だしりとだしなしの味噌汁を児童と一緒に作り、だしの重要性を確認してもらった。

3. 「和風だしと味覚の話ー食嗜好形成の重要さー」として、食育の一環として、教職員、保護者等に職員会議やPTA会などで各学校別に児童の味覚に関する問題点などの報告を行った。

3. 結果と考察

天然だしよりも風味調味料だしを好む児童が多いことは、神戸、愛知、山口、津山に認められた。また、津山の小学生の特徴は海が遠いせいか天然だしの臭みに嫌悪感を感じるが多かった。さらに、うま味を認識できない児童が多いことが明らかになった。

この結果の詳細については日本栄養改善学会に現在投稿中である。

食育プログラム実践

食育プログラム実践に関しては、「味噌汁にこんないろいろな味が入っていたとは知らなかった」や「これからは、だしの違いを意識したい」という声を児童から得ており、煮干しや昆布、だし、味噌汁の流れに対して興味深く見てくれたという印象を得た。この取り組みは「だし味児童飲み比べ」という題で神戸新聞に2007年11月14日に掲載された。

《参考文献》

- 1) 山本隆：味覚嗜好性発現の脳機序，日本味と匂学会誌，6，313-316（1999）
- 2) 川崎寛也，山田章津子，伏木享：「鰹だし」風味の食餌の初期経験が後の嗜好性に及ぼす影響，日本調理科学会誌，36，116-122（2003）

*1 美作大学大学院生活科学研究科 准教授・博士（学術） Assoc.Prof., Graduate School of Human Life Science, Mimasaka Univ., Ph.D.