

歌とダンスで「赤ビート」普及

研究は面白い

大学教員に聞く

21



赤ビート普及拡大のため開発したジューズや、「あかビートのうた」に登場するマスクット

「健康」「生活」「食と栄養」の専門職業人の育成を目的に、看護と栄養の2学科を有する札幌保健医療大学。今年4月に大学院を開校、看護学と栄養学の融合によりさらなる学問の発展と実践の質的向上を目指す。同大学で赤ビート（ビーツ）の研究や普及活動に取り組む松川典子准教授（保健医療学部栄養学科）に話を聞いた。

― 聞き手・安藤有紀

― 専門分野は。栄養学と食品機能学。その中でも、体にいいということとは分かっているけれどもどうやって体内に

吸収されていくか分かっていない食品に注目してきた。赤ビートの研究を始めた経緯は。

本格的に研究を始めたのは7年ほど前から。赤ビートは体にいいと言われ欧米では一般的によく食べられており、スポーツ飲料や水煮なども売られている。ボルシチなどの食材としてロシアでも有

名。一方で、日本では「堅くて調理しづらい」「土臭い」などと敬遠され、普及していない現状があった。赤ビートは冷涼な土地を好むため北海道は栽培に適しており、ぜひ赤ビートを広めていきたいと思った。

― 研究内容は。

赤ビートに含まれる赤色素ベータレインを調べ、それがどうやって吸収されていくかを追ってきただ。収穫時期や産地によって色素含有量や臭みが異なるのか、栽培期間の検討なども行ってきた。この色素は水溶性のため、切って煮るとあっという間に流れてしまう。どんな調理の仕方なら色素がより多く残るのか、調理方法や組み合わせなども研究している。

― 普及活動にも力を入れている。

赤ビートはまだ生産量が少なく値段が高いということもあり、なかなか道民の食卓に上らない。消費拡大のためには子どもたちに知ってもらおうのがよいのではと考え、本学の村尾咲音助教らと一緒に「あかビートのうた」を作った。アニメーションを制作し、振りをつけたダンス動画とともに「赤ビート研究会」のYouTubeブチャ

ンネルで公開している。

大人になってから新しいものを食べるのは少し大変なことだが、子どもの頃の食経験を増やすことで裾野が広がり認知も上がっていく。将来的には、スーパーで流れている「おさかな天国」「きのこの唄」のようなポジションに成長してくれたらうれしい。

― 研究の魅力は。

実験をして結果が出るまでのワクワク・ドキドキ感。期待通りの結果になる場合もそうでない場合もあるが、データを出すまでの時間は本当に楽しみで、そこが一番の魅力。

― 十勝の思い出・印象は。

大学時代、新得町に日帰りで魚釣りに行った思い出がある。十勝の印象はなんといっても自然の豊かさ。町内のお店で食べたそばもおいしかった。トムラウシ温泉に行ったことも懐かしい。

― 中高生へのメッセージを。

何でもいから好きなことを見つけて、やってみてほしい。取っ掛かりは何でもいい。「この先生の授業が面白い」でもいいし、「逆に消去法で行ったら何が残るかな」「嫌じゃないことって何だろう」という視点でもいい。まずは自分が今いる所で「何か夢中になりそうなことはないかな」と見極めて、もしないときは探しに出掛けてみてほしい。

◇

大学には、人生を懸けて日夜、研究に打ち込む研究者がいる。彼らの、中高生に向けたメッセージを紹介する。

札幌保健医療大学

松川典子准教授(43)



まつかわ・のりこ 札幌市出身。藤女子大学人間生活学部食物栄養学科卒、同大大学院人間生活学研究科修士課程、北海道大学大学院農学院共生基盤学専攻博士課程修了。民間の研究所などを経て、2017年から札幌保健医療大学へ。「赤ビート研究会」を発足、赤ビートの消費拡大と北海道での特産化を目指す。