

---

[JJ] Eveningポスター発表 | セッション記号 M (領域外・複数領域) | M-SD 宇宙開発・地球観測

## [M-SD34]宇宙食と宇宙農業

コンビーナ:片山 直美(名古屋女子大学 家政学部 食物栄養学科)

2018年5月20日(日) 17:15 ~ 18:30 ポスター会場 (幕張メッセ国際展示場 7ホール)

宇宙に長期滞在できるようになった現在、宇宙でのライフサポートシステムは大変重要です。宇宙飛行士が健康でより良い仕事を行うためには、食事は大変重要です。ムーンベース、火星移住を考えて、何としても健康で長期間の宇宙滞在を可能にするために、宇宙食並びに宇宙農業における食料生産について考えていきたいと思えます。皆様のご参加をお待ちいたしております。

---

## [MSD34-P03]宇宙食としての全粒粉パスタの食味評価 (高齢者)

\*太田 菜希<sup>1</sup>、片山 直美<sup>1</sup>、近藤 祥子<sup>1</sup>、中山 ゆい<sup>1</sup> (1.越原学園名古屋女子大学)

キーワード：宇宙食、全粒粉パスタ、血糖値

宇宙食において食後の高血糖を防ぐために食事は、糖尿病、脂質異常症、肝機能疾患、循環器疾患、アルツハイマー病などの予防のために重要である。そのため、食後の血糖値上昇をできる限り穏やかにするための食事が求められる。

そこで本研究は食後の高血糖を防ぐために、全粒粉のパスタを用いて、食味評価を行った。全粒粉パスタは野菜と共に発酵食品である味噌を用いて野菜と共にスープ仕立てに仕上げた。食材量は人参18g、キャベツ130g、玉ねぎ55g、シメジ21g、鶏肉48g、全粒粉パスタ40gであった。栄養価は、エネルギー量348Kcal、たんぱく質量19g、脂質量 4.7g、炭水化物量42.9g、食塩相当量3.4g、食物繊維量7.8gであった。試食した人数は35人(男性2人、女性33人)年齢は40歳から87歳までであった。試食に際して食味を、味、香、見た目、量、総合を各10点満点で評価していただいた。

結果、平均値は、味8.3点、香8.5点、見た目7.5点、量9.2点、総合8.5点、であった。十分に用いることができると考える。インスタント麺としてぜひ全粒粉パスタを用いた乾燥野菜を豊富に含む製品の製造を希望する。