

宇宙食における昆虫食の重要性

Importance of the insect food in space foods

*片山 直美¹、宇宙農業 サロン

*Naomi Katayama¹, Space Agriculture Task force

1. 名古屋女子大学 家政学部 食物栄養学科

1. Nagoya Women's University

宇宙空間での生活において、宇宙食は欠かせないライフサポートシステムである。その宇宙食について多くの研究者が様々な方向でアプローチしている。食材料そのもの、生産、組み合わせ、調理法、保存方法、廃棄物などに関する研究である。本研究は食材料とその組み合わせ、さらに調理方法と保存方法に関して考えている。

食材料として、植物、昆虫、微生物を組み合わせ、食事を作成し、余剰製品に関しては保存を試みたい。さらに植物においては、できる限り全量摂取を試みたいと考えている。

具体的な食材料として、植物として、玄米、麦、そば、大豆、サツマイモ、各種野菜（小松菜、ほうれん草、レタス、トマト、キュウリなど）、サボテン類（アロエなど）、昆虫（蚕のさなぎ、カタツムリ、しろあり、ハエの幼虫、はちの子、イナゴなど）、微生物（乳酸菌、酵母など）である。

栄養素として、エネルギー、脂質、タンパク質、炭水化物、ビタミン（A、B群、C、D、Eなど）、ミネラル（Na、K、Ca、Dなど）に関する栄養計算結果を基に、一人が必要な食料の組み合わせを考える必要があります。現在市販されている災害食を利用して、宇宙食として組み合わせた内容を考えましたので報告いたします。

キーワード：宇宙栄養学、宇宙農業、昆虫食

Keywords: Space Nutrition, Space Agriculture, Entomofagy