

野菜を食べて健康に

第153回
品種見本市

足立区民、機能性学ぶ

青果育種研究会

青果育種研究会（岩澤均会長）は9月7日、東京都足立区入谷の北足立市場で第153回品種見本市を開いた。生産者、流通業者、JA、行政機関の関係者などに加え、初めて一般市民が参加、野菜の持つ機能性についての講演を聴いたり、ふだんの買い物では目にすることのできないような多くの野菜を見て、野菜に対する認識を深めていた。



足立区民も参加した青果育種研究会の品種見本市

今回の見本市は、足立区と足立区がコラボするというこれまでにない形で行われた。足立区は区内で糖尿病患者が最も多いことから野菜の摂取を区を上げて推奨している。

この日は近藤弥生・足立区長も参加。「野菜から食べる」「野菜を3食しっかり食べる」「野菜をよく噛んで食べる」など、糖尿病をはじめとした生活習慣病を予防するための取り組み「あだちベジタバライフ」をそう「だ、野菜を食べよう」の推進状況を述べた。

野菜の機能性については、東京デリカフーズの

有井雅幸・企画室長が「健康を食べる」改めて野菜のチカラを知ろう」と題して講演した。全国1万店舗に野菜を配送している同社の「科学者の目を持った八百屋のとらこみ」として、野菜の機能性に焦点を当て研究を続

け、その結果の分析データをデータベース化した。機能性とは栄養価とは違い、体の機能を整える作用をする野菜の成分のことで、旬の野菜に多く含まれること、色によって成分が分けられること、などを説明した。

また、野菜の評価基準について、その内容よりも見てくれが優先されている現状に対して、その内容を重視したメニューづくりの提案をしている、とした。

講演の後、参加者は種

苗メーカーが用意した野菜品種の説明を受けたり、試食を行い、味などを確かめていた。

77歳の男性区民は「いままでなんとなく野菜を食べていたが、もっと調べて食べる必要があることが分かった」、60代の女性区民は「スーパーに話していた。庭に植えなくなった」

日本種苗新聞

平成 28 年 9 月 21 日付