

「モリンガ」「もち麦」を中心とした農業振興及び健康促進事業報告書

徳島文理大学 令和7年3月14日

1、もちっとむぎゅっとの会始動！もち麦&モリンガ試食会&交流会を開催

- (1) 日時：令和6年8月2日（金）
- (2) 場所：牟岐町海の総合文化センター、牟岐町内のモリンガ畑、モラスコむぎ
- (3) 参加者：農家の方井上さん JA徳島県 牟岐事務所正路所長 JAかいふ女性部
南部総合県民局 地域創生防災部〈美波〉地域創生担当 徳永さん
南部総合県民局 農林水産部〈農業支援センター〉戸川さん
牟岐町役場 企画政策課 中山さん 健康生活課 小川管理栄養士 林みさき管理栄養士
産業課（農林水産業担当）田岡さん
特定非営利活動法人 牟岐キャリアサポート 大西さん
徳島文理大学 3年生11人 2年生7人 教員2人（中川教授 中西実験助手）

令和6年度事業も本格的にスタートです。10月の山城祭のメニュー（炊き込みご飯、ドーナツ）と12月のもちっとむぎゅっとカフェ（キーマカレー、マフィンケーキ、モリンガジュース）のメニューを試食していただき、アンケートを実施しました。アンケートの結果については、後日アップします。

年度始めなので、牟岐町の方々や、県職員の方々と親睦を深めました。2年生は特に初めてなので、皆さんに顔を覚えていただきました。学生時代にたくさんの方とコミュニケーションを取る経験って大事ですね。

牟岐町の林管理栄養士さんから「牟岐町ヘルスマイトについて」、小川管理栄養士さんから「牟岐町の健康課題について」講義がありました。





モリンガ畑

2. 「とくしまエシカルマルシェ (8/4 ゆめタウン徳島)」に出店しました！

- (1) 日時： 令和6年8月4日(日)10:00~16:00
- (2) 場所： ゆめタウン徳島 (板野郡藍住町奥野字東中須 88-1)
専門店前通路・セントラルコート付近
- (3) 内容： ○商品の販売
牟岐町産もち麦、モリンガ茶、モリンガパウダー、ゆず茶、ポンジュレゆう、牟岐茶
○栄養相談
- (4) 主催： 徳島県危機管理部消費者政策課

もち麦及びモリンガパウダーは、栄養成分の分析をした結果、徳島県民が不足している栄養素を含んでいます。そのことをゆめタウン徳島においているお客さまに伝わるように声かけをしました。

丁度「夏ばて」で食欲が落ちている方や野菜の摂取量が少ない方に興味をもってくださいました。学生が作成したレシピ集を使って栄養相談もしました。

藍とモリンガとハーブをブレンドした牟岐茶は、濃い藍色でレモン汁を垂らすと紫色に変わるなどの話題性に魅力を感じて買ってくださってました。全部完売しました。





3. もちっとむぎゅっとの会が牟岐町ヘルスマイトさんとの連携イベント開催

(1) 日時：令和6年9月12日（木）10：00－14：00

(2) 場所：牟岐町海の総合文化センター

(3) 内容

○挨拶

牟岐町食生活改善推進協議会 石本 知恵子 会長

もちっとむぎゅっとの会 尾原 康介 代長

○学生によるプレゼン

① もちっとむぎゅっとの会について

② 徳島県及び牟岐町の健康課題と小児肥満について

③ もち麦とモリンガのはたらき

④ グループワーク

テーマ：牟岐町の方々、徳島県民にもち麦やモリンガを知ってもらうためにできること

○調理実習（牟岐町の郷土料理、モリンガ入りグリーンスムージー）

(4) 参加者 徳島文理大学人間生活学部食物栄養学科学生 9名 牟岐町ヘルスマイト 24名

牟岐町のもち麦やモリンガの生産者 牟岐町役場職員

徳島文理大学人間生活学部食物栄養学科教員（増田学科長 中川教授 中西実験助手）

(5) 牟岐町食生活改善推進協議会(愛称：ヘルスマイト)について

全国展開している食生活改善推進協議会の一員で、食生活を中心とした健康づくりをボランティアですすめています。健康に関する学習の場を定期的に設け、学んだことを地域の方へお伝えしたり、各種健康づくり事業等を行っておいでる地区組織。

(6) 徳島新聞9月20日に活動の様子が掲載 <https://www.topics.or.jp/articles/-/1129915>

「牟岐で栽培「モリンガ」使用のスムージー紹介 徳島文理大生と地域住民が交流」



牟岐町食生活改善推進協議会 石本 知恵子 会長 挨拶



もちっとむぎゅっとの会 尾原 康介 代長 挨拶



プレゼン①：もちっとむぎゅっとの会について



プレゼン②：徳島県及び牟岐町の健康課題と小児肥満について



プレゼン③：もち麦とモリンガのはたらき



グループワークテーマ：牟岐町の方々、徳島県民に知ってもらうためにできること



ヘルスメイトさんに郷土料理を教わっています 郷土料理のできあがり：まぜ寿司、あじの姿ずし、ゆずゼリー



学生がヘルスメイトさんにモリンガ入りグリーンスムージーの作り方を教えています



地域住民とまぜくりや姿ずしなどの郷土料理を作る大学生＝牟岐町川長の町海の総合文化センター

牟岐の食材で料理交流

牟岐町の農産物を使って地域活性化を目指す徳島文理大食物栄養学科の「もちっとむぎゅつとの会」の学生10人が、同町川長の町海の総合文化センターで地域住民と交流した。郷土料理を作ったり、学生が考案した栄養豊富なスムージーを紹介したりした。

町食生活改善推進協議会（ヘルスマイト）の会員24人に調理方法を教わりながら、ユース酢を使ったちらしずし「まぜくり」やアジの姿ずしなどを作った。まぜくりは切り干し大根やひじき、ちくわなどを酢飯と混ぜた後、錦糸卵や金時豆などをおい

徳島文理大生と地元住民

しく見えるように盛り付けた。

続いて、同町中村のJA徳島県牟岐経済センターが栽培する「モリンガ」を使ったスムージーを紹介。鉄分やカルシウムなどを豊富に含む農産物で、粉末状のモリンガと、リンゴやキウイ、牛乳などをミキサーで混ぜて作り、ヘルスマイトの会員に振る舞った。

同会の尾原康介会長（61）は3年間は「郷土料理にモリンガを使えないかを考える良い機会になった。レシピを知ってもらい、地域住民の健康増進につながればうれしい」と話した。12日であった。（宮本大輔）

4. 牟岐町探訪～もっと牟岐町を知ろう～

もちっとむぎゅっとの会のメンバーは、牟岐町をもっと知ろう！もっと楽しもう！と牟岐町を訪問しました。

- (1) 日時：令和6年9月12日、9月13日
- (2) 参加者：3年生7人、2年生2人、教員2名（増田学科長、中西実験助手）
- (3) 内容：牟岐町では関係人口創出や産業振興の視点を加えつつ、県内外の大学と連携した活動を実施しています。

牟岐町では現在次の団体・大学が活動しています。

- ・徳島大学理工学部建築サークル AUT
- ・徳島文理大学食物栄養学科 もちっとむぎゅっとの会
- ・京都産業大学現代社会学部 木原ゼミ
- ・大阪公立大学経済学部 松本ゼミ
- ・青山学院大学 コミュニティ人間科学学部
- ・NPO法人ひとつむぎ

学生から他大学の活動を知りたいという意見がありました。今回、徳島大学理工学部建築サークルAUTが、元民宿だった建物を地域との交流の場として修繕及び利活用を行っている「canso」を訪問しました。「canso」には大学生が制作したバーベキュー台やピザ釜も設置されています。



canso のウッドデッキ



バーベキューの火起こし



たくさんのお肉で満腹



ピザ釜の火起こし



もち麦粉入りピザ生地の成形



美味しそう！

と

出羽島は牟岐港から航路距離 3.7 km の沖合に浮かぶ島です。入江を利用した港の周囲に形成された集落があり、江戸後期から昭和前期にかけて鰹漁を中心とした漁業で繁栄しました。出羽島は国の重要伝統的建築物群保存地区に選定されています。2025 年 3 月 22 日～30 日の間には牟岐町教育委員会が主体となり、出羽島アート展 2025 が開催される予定です。



向こうの奥に見えるのが大島



連絡船で 15 分



出羽島港



重要伝統的建築物群保存地区



海が一望できる展望デッキ



みんな笑顔！楽しそう！

5. 第60回山城祭で牟岐町産もち麦やモリンガをつかったメニュー販売

2024年10月26日(土)・10月27日(日)に徳島文理大学徳島キャンパスで第60回山城祭が開催されました。

今年は、もち麦とモリンガ入りピラフとモリンガドーナツを販売しました。もちっとむぎゅっとの会のメンバーが何回も試作を重ねた末の力作です。

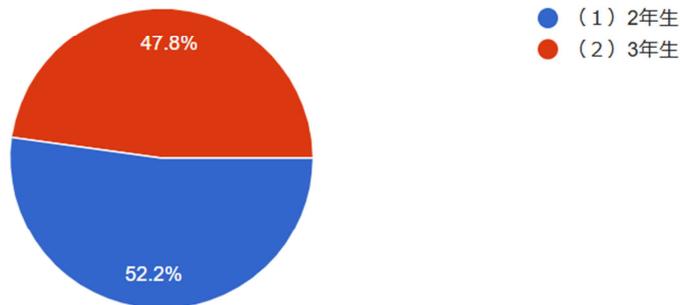
とっても好評で、お客様が途絶えることがなかったです。ところが、午後3時過ぎに雨が降り出し、お客様の足が遠のいたところで店じまいをしました。たくさんの方にもち麦とモリンガの味を堪能していただきました。たくさんの方にお買い求めいただきありがとうございました。



今回、大学祭にかかわったメンバーにアンケートを取りました。その結果、楽しかった、大学祭の参加者と交流ができ、違う学年の学生とも交流ができた。関わって達成感を感じた等、高評価が出ています。

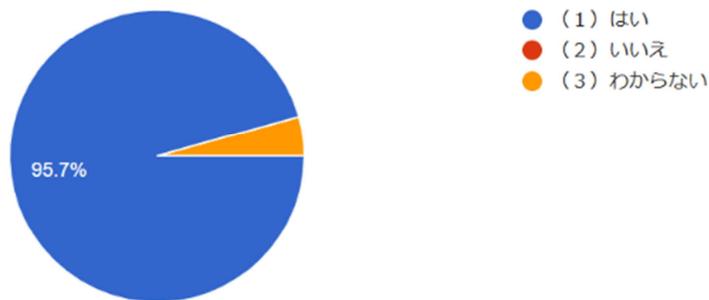
問1 学年を教えてください。

23件の回答



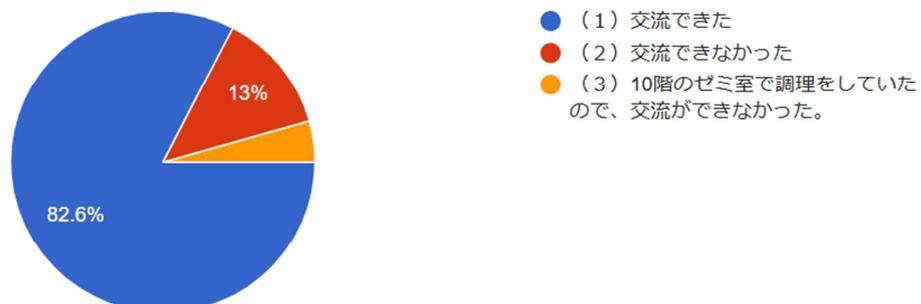
問2 大学祭を楽しむことができましたか？

23件の回答



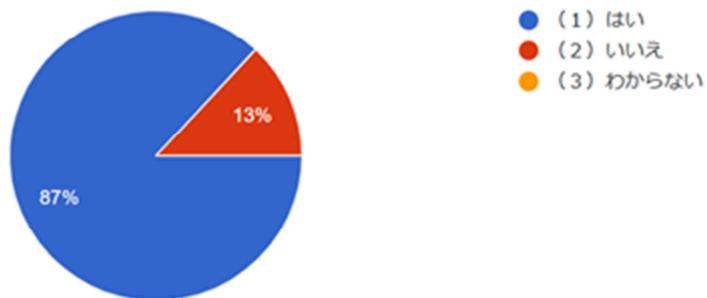
問3 大学祭参加者と交流ができましたか？

23件の回答



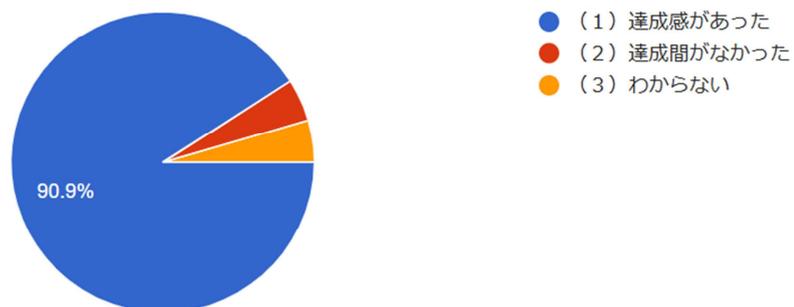
問5 違う学年の食物栄養学科の学生さん同士交流ができましたか。

23件の回答



問7 今回メンバーとして参加して、達成感がありましたか。

22件の回答



6. 第6回牟岐町にぎわい産業祭でスタッフや来場者の方々、他大学生と交流をしました！

- (1) 日時：令和6年11月17日（日） 10:00～14:00
- (2) 場所：牟岐町民体育館、B&G プール周辺駐車場
- (3) 内容：販売、体験、展示、飲食、ステージなど、町内外からたくさんの出店・出演がありました。

今回、もちっとむぎゅっとの会のメンバーは、11名の学生と教員2名が参加しました。

牟岐の農業を守る会の「もち麦うどん」を販売、JA 徳島県牟岐女性部と徳島文理大学のコーナーで物産販売や試食、また商品や食材についてのアンケート集計、もちっとむぎゅっとの会の活動報告、もち麦とモリンガの特徴のポスター展示をしました。また、徳島大学建築サークル「AUT」や京都産業大学木原ゼミの方々や来場者との交流をしました。

アンケート調査をきっかけにたくさんの方々から声をかけられました。

地域の人と関わることが出来、他大学との交流を持つことができた、地域の方と交流でき色々な話もしていただけたので楽しかった、アンケートをした方に牟岐町で活動してくれてありがとうと言われた、色々な世代の人と交流ができて楽しかった等の意見が学生からあがりました。



体育館内全体



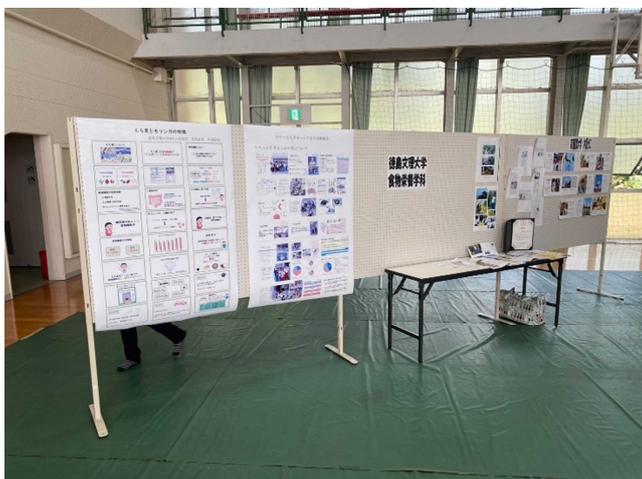
J A徳島県牟岐女性部・徳島文理大学もちっとむぎゅっとの会のコーナー



青い牟岐茶の試飲



アンケート調査



ポスター展示 徳島文理大学のコーナー



B&G プール周辺駐車場 (外の様子)



もち麦うどんの販売コーナー





アンケート調査（待機中）



集合写真

7. 今年も1日限定 モラスコむぎでもちっとむぎゅっとカフェ開店！

(1) 日時：令和6年12月21日(土) 11時30分から14時まで開店

(2) 場所：モラスコむぎ（海部郡牟岐町灘下浜辺198-1）

徳島県牟岐町の複合施設「モラスコむぎ」で1日限定のカフェを開店しました。牟岐町で栽培されている「もち麦」や「モリンガ」を使った料理を住民の方々に味わっていただきました。

今回のメニューは、ご飯にもち麦を使ったキーマカレー（税込み600円）、モリンガパウダー入りのベリースムージー（同300円）、モリンガパウダーともち麦の粉を使ったシフォンケーキ（同400円）です。

もちっとむぎゅとの会の学生16人は、早朝7時30分に大学を出発しました。開店時間に間に合うようにと、それぞれの役割をこなしていきました。前もって、何回も試作し、打ち合わせを重ねていたの、準備もスムーズです。

用意した料理50人分は全て完売です。お客様からは、もち麦ご飯がぷちぷちしてて美味しかった、ベリースムージーでモリンガの美味しい摂り方がわかった、シフォンケーキはモリンガパウダーできれいな色が出るし、もちっとして美味しかったと高評価をいただきました。

モラスコむぎの目の前には、四国八十八景の松ヶ磯・小島の浜があります。絶景を見渡しながらクリスマスのハッピームードの中、お料理を堪能していただきました。

「牟岐町産の特産品で牟岐町を豊かにするためのアンケート」

に49名の方にご協力いただきました。今後、もち麦やモリンガの美味しさ、栄養面の魅力、料理の方法等を知っていただく参考にさせていただきます。

今回、モラスコむぎまで足を運んでいただき、もちっとむぎゅっとカフェに参加して下さった皆様ありがとうございました。





【お知らせ】トレンドAIナビの提供開始について

ニュース > 地域 > 牟岐町のもち麦とモリンガのカフェ 徳島文理大生が一日だけ開店

牟岐町のもち麦とモリンガのカフェ 徳島文理大生が一日だけ開店

2024/12/22 10:15

朝日新聞

徳島文理大学（徳島市）の人間生活学部食物栄養学科の学生約20人でつくる「もちっとむぎゅっとの会」が21日、徳島県牟岐町の複合施設「モラスコむぎ」で1日限定のカフェを開店した。町で栽培されている「もち麦」や「モリンガ」を使った料理を住民らが味わった。



「もち麦」と「モリンガ」を使ったメニューを考案した学生たち=2024年12月21日、徳島県牟岐町、森直由撮影

(朝日新聞(地域))

町では2017年から休耕地を活用して食物繊維が豊富なもち麦を、21年からは北インド原産の植物で、鉄分やカルシウムを含むモリンガを田んぼだった土地などで農家が栽培してきた。

一方、「もちっとむぎゅっとの会」は19年から地域活性化を目指して活動。今年の4月から授業外に集まって、もち麦やモリンガを使ったメニューを考案し、カフェで提供することにした。

今回のメニューは、ご飯にもち麦を使ったキーマカレー（税込み600円）▽モリンガパウダー入りのベリースムージー（同300円）▽モリンガパウダーともち麦の粉を使ったシフォンケーキ（同400円）。

町内でもち麦を栽培している溜口幸子さん（69）は「カレーはもち麦のプチプチとした食感が良くておいしかった。学生さんがもち麦を広めるため、様々な活動をしてくれてありがたいです」。

3年生の尾原康介さん（21）は「特にシフォンケーキをふんわりとした食感に仕上げるのに苦労した。牟岐町の方など多くの人たちと交流でき、いい経験になりました」と語った。

同学科の中川利津代教授は「もち麦やモリンガの栄養面の魅力を多くの人に知ってほしい。今後も学生と町との連携を強化したい」と話した。（森直由）

2024年12月22日 朝日新聞

https://news.goo.ne.jp/article/asahi_region/region/asahi_region-ASSDP412NSDPPUTB001M.html#google_vignette (2025, 3, 11 確認)

8. 牟岐町で活動する大学生・学生団体発表会で活動報告 ～「小さな奇跡」から「大きな夢実現へ」～

(1) 日時

令和7年2月15日（土） 13時00分から15時45分まで

(2) 場所

モラスコむぎ コミュニティスペース
(徳島県海部郡牟岐町灘字下浜辺198-1)

(3) 主催

特定非営利活動法人牟岐キャリアサポート
牟岐町企画政策課

(4) 参加方法 ※(オ) = オンライン参加、(対) = 対面参加

(5) 発表団体

- ・徳島大学建築サークル AUT
- ・徳島文理大学もちっとむぎゅっとの会
- ・京都産業大学木原ゼミ
- ・大阪公立大学松本ゼミ
- ・青山学院大学
- ・特定非営利活動法人ひとつむぎ
- ・一般社団法人 COA

牟岐町で活動する大学・学生団体発表会を開催。今年度牟岐町で活動した5大学及び2団体が一堂に会し、それぞれの活動成果を発表しました。

こうした機会を通じて、それぞれの活動の内容を牟岐町をはじめとする住民さんに知っていただくとともに大学・団体間の連携を促すことが目的とされています。

参加者は、大学生(対面、オンラインを含む)：約30名、その他：約20名、合計：約50名
徳島文理大学食物栄養学科もちっとむぎゅっとの会からは、3年生の荒地 紗花さんと尾崎 花珠さんが発表しました。他大学や団体、地域とのつながりを深め、学生たちの夢を実現するための素晴らしい機会となりました。

牟岐町さんから次のような嬉しいお言葉をいただいています。「産直ドミノ基金®アワード2024」を受賞することになりました。徳島文理大学食物栄養学科もちっとむぎゅっとの会、京都産業大学木原ゼミ、大阪公立大学松本ゼミ等の大学連携が評価されたものです。」

<https://prtimes.jp/main/html/rd/p/000000442.000029053.html>





オンラインでの発表の様子 (ZOOM)



現地会棟場 (モラスコむぎ) の様子