

2021年12月1日

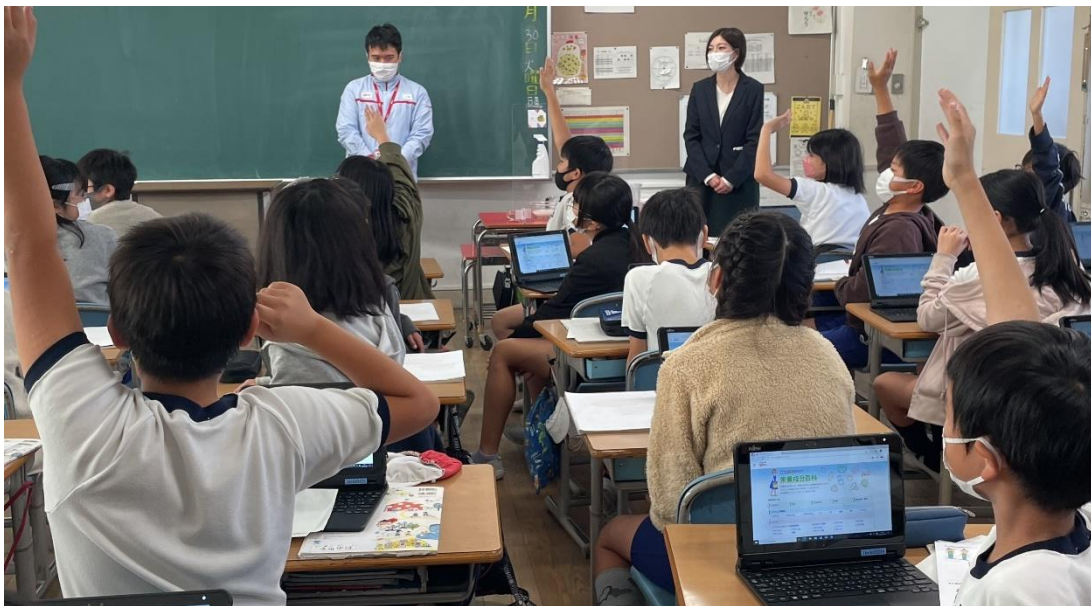
江崎グリコ社員が大阪府茨木市立中条小学校で出張授業を開催

『アーモンドミルクから学ぶ！健康と食生活 Powered by Glico』

～アーモンドミルクと原料のアーモンドを通して、栄養素と食の選択について学ぶ～

江崎グリコ株式会社（以下、江崎グリコ）は、2021年11月30日（火）に大阪府茨木市立中条小学校の5年生を対象に、出張授業『アーモンドミルクから学ぶ！健康と食生活 Powered by Glico』を開催いたしました。

当日は4クラス（各クラス約40名）の児童が参加し、アーモンドミルクや原料となるアーモンドを通して「栄養素」や「健康を考えた食の選択」について学びました。



江崎グリコは企業理念である「おいしさと健康」の実現に向け、日々事業を通じて社会貢献活動に取り組んでいます。

昨今、ライフスタイルの変化に伴い、食の多様化、健康へのニーズが高まっています。食の選択肢が広がったことで、自分にあった栄養の摂取の仕方や、食品選びについて自ら考えていくことがますます大切になりました。「子どものうちから“栄養素”や“健康を考えた食の選択”について、正しい知識を身に付けてほしい」という思いより、出張授業を開催。また、人々の食生活に寄り添い、食の選択肢を増やすための江崎グリコの取り組みや、環境に配慮したSDGsの活動について児童たちに伝えました。

そして、今回の出張授業では文部科学省が推進する「GIGAスクール構想」に対応し、授業内の一部の内容についてはタブレット端末を使用。近年の教育現場での取り組みに合った授業プログラムを新しく考案、実施いたしました。

■実施概要

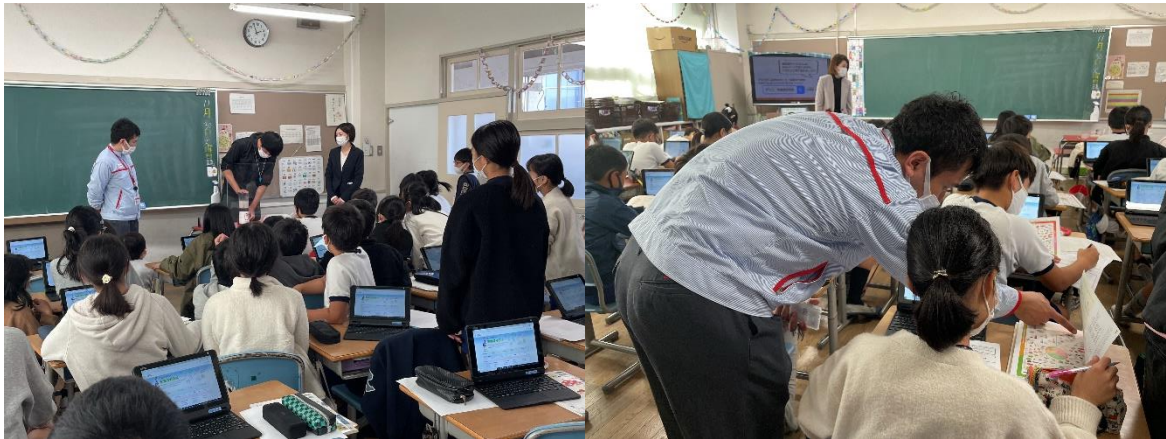
- ・タイトル：『アーモンドミルクから学ぶ！健康と食生活 Powered by Glico』
- ・開催日時：2021年11月30日(火)
- ・登壇者：健康事業マーケティング部 折原／商品技術開発研究所 健康事業グループ 上田

■授業内容

1. アーモンドミルクとは。江崎グリコの紹介
2. アーモンドミルク・アーモンドの歴史
3. アーモンドの栄養素と五大栄養素について
4. 五大栄養素のはたらきを意識した「食の選択」
5. 江崎グリコの「食の選択肢を広げる」取り組み

栄養素を豊富に含むアーモンドをより手軽に、おいしく摂取できるように作られた当社商品である“飲むアーモンド”「アーモンド効果」を題材に授業を行いました。アーモンドミルクの作り方や、原料となるアーモンドの豊富な栄養素、江崎グリコ「アーモンド効果」の誕生理由を伝えることで、児童たちが自分にあった栄養の摂取の仕方や、食品選びについて考える場となりました。

■当日の様子



授業では、アーモンドがおよそ1万年前から食べられていることを知り、驚きの表情をしたり、アーモンドミルクの手作り実演で興味津々にアーモンドミルクを囲む子どもたちの様子が見られました。

また、授業内のワークでは栄養素のはたらきに合わせたクイズを実施。まわりの友だちや江崎グリコ講師と協力をして、様々な回答があげられました。

さらに、健康に配慮した食生活のために自分が取り組めることを考える時間では、「栄養三色を意識した食事をとりたい」「自分にあった食事をうちの人と考えたい」といった回答があげられ、子どもたちがアーモンドやアーモンドミルクをきっかけに、栄養素のはたらきや食品選びの大切さに関心を寄せてくれたことが伺えました。

◇当日の配布資料について

ご家庭でも「健康と食生活」について、ご家族と一緒に振り返っていただけるよう、お持ち帰り用のテキストを配布しました。

【テキスト内容】

(1) 復習クイズ

授業で習った内容から、アーモンドミルク・アーモンドにまつわるクイズをご紹介します。

(2) アーモンドミルクの作り方

授業で先生が実演した、アーモンドミルクの作り方をご紹介します。

(3) 江崎グリコ「アーモンド効果」を使用したアレンジレシピ

江崎グリコがおすすめするレシピをご紹介します。

レシピ例

はちみつアーモンドミルク蒸しパン

材料

アーモンドミルク(砂糖不使用タイプ)…60ml
ホットケーキミックス……………100g
はちみつ……………40g
しょうゆ 小さじ……………しょうゆ 小さじ1
サラダ油 小さじ……………サラダ油 小さじ1

作り方

- ①ボウルにすべての材料を入れ、泡立て器で全体がなめらかになるまでよく混ぜる。
- ②フライパンや鍋に、高さ2～3cm程度まで水を注ぎ、強火にかける。
- ③紙カップをココット皿やそばちよこなどの中に入れ、カップの八分目まで①を等分して流し入れる。
- ④②が沸騰したら③をそっと入れ、布巾で包んだふたをして、弱めの中火で15分蒸す。
- ⑤ふたをあけて、蒸しパンの真ん中に爪楊枝を刺し、生地が付かなければ蒸し上がり(ふたをあけるときは熱気に注意)。
- ⑥ケーキクーラーなどの上に取り出して冷ます。



\\ コツとポイント //

蒸している間、生地の上に水滴が落ちないように、ふたに布巾をかぶせましょう。紙カップがない場合は、マグカップや耐熱皿などにそのまま生地を流し入れてもOKです。蒸し上がり、楊枝に生地がついてくる場合は、蒸し時間を2～3分延長してください。

■商品概要

アーモンド効果ブランドサイト：<http://cp.glico.jp/almond-k/>

商品名	アーモンド効果 ＜オリジナル＞	アーモンド効果 ＜砂糖不使用＞
パッケージ		
エネルギー	80kcal/1本あたり	39kcal/1本あたり
糖質量	9.9g/1本あたり	0.9g/1本あたり
種類別	アーモンド飲料	
内容量	200ml	
希望小売格	135円(税込)	
商品特長	<ul style="list-style-type: none"> ・200mlでビタミンE(1日分^{※1})とたっぷりの食物繊維・カルシウムを摂取できます。 ・「凍結粉碎アーモンド^{※2}」を使用し、アーモンドオイル、アーモンドペーストを配合しています。 ・香ばしいおいしさとなめらかな口当たりを実現しました。 ・牛乳・豆乳ではない、アーモンドからつくった植物性ミルクで、コレステロールがゼロです。 ・常温保存が可能です(賞味期限 270日)。 <p>※1 栄養素等表示基準値 ※2 オリジナルはアーモンド中 25%使用、他フレーバーはアーモンド中 10%使用</p>	