

【アイデア部門】

入選 伊藤 ちか子

もちもちとした米粉パン 作って食べて販売して 米消費とアレルギー対応で皆が元気に

朝ごはんは主食に何を食べていますか。

お米・パン・シリアル、えっナンですか？どれも炭水化物でエネルギーになりますね。我が家の朝食ではよくご飯を食べています。おかずは和風が多く、保温しているご飯は炊飯器からよそうだけで手軽ですが毎回は飽きるののでたまにパンを食べます。

しかしパンを食べることが出来ないならと思いました。そこで米粉パンについて作り方や成分・特徴、更に薬膳での米を調べて作ってみました。小麦粉のパンはグルテンで膨らみますが、米粉には無いのでその力がありません。

しかもご飯と同じで時間が経てば固くなります。それこそピンチがチャンス！少し膨むよう手助けし保存には冷凍、食べる時は電子レンジで温めればもちもちとした食感で味わえます。また作り方は混ぜるという工程に力はあまり要りません。また冷凍であれば移動に向いています。

更に喫茶方式での販売には私のような弱視が動きやすい工夫で車いすでの移動がしやすくなり、メニュー表示の工夫で老若男女を問いません。また冷凍保存は慌てずに提供できると思います。

最後に米粉パンは米消費が減っているのを助けてくれそうです。誰もが同じフィールドで働くことが知らず知らずのうちに障害という壁が取り払われ、色々な奥行きのある発想が生まれてくるのではないかと思います。

審査員コメント

冷凍可能な米粉パンを使ったカフェの企画は具体的で面白い。テーブルや椅子の間隔を拡げる工夫は、弱視者でも移動しやすくし、カフェで接客をしたいという視覚障害者は結構いると思います。



伊藤 ちか子 主婦

二人の子育て中にパートで管理栄養士として栄養指導等に従事。網膜色素変性症の悪化で専業主婦に。

その後に通信で点字・点訳講座を受講。また韓国ドラマや漢方薬から興味で、通信の薬膳アドバイザー・ハーブコーディネーターを取得。最近ではJRPS岐阜を起点のズームによる読書会に参加。