

100 日圓早餐—部落客食譜推廣食育

駐日本代表處教育組

透過大學的學生餐廳推廣「食育」的措施日益受到注目。例如在考量營養的均衡下推出時尚的料理以提升對飲食的關注，或藉由異國料理來體驗異文化等各項具特色。

「焗烤燒肉」—既時尚又營養均衡。分量十足的「焗烤燒肉」▪炸好的雞肉加上生菜沙拉的「油淋雞」。位於東京的成城大學自 4 月 8 日起開始提供參考網路上廣受好評的部落客山本百合的食譜所改良的餐品。

成城大學的學生中有 3 成是校外租屋，也有學生為節省生活費而減少伙食費。校方認為，若推出看起來時尚且營養均衡的菜單，相信學校餐廳的使用者也會增加。因此，學校與出版山本女士食譜的出版社寶島社合作，推出新菜單。價格設定在 400 日圓左右。預計將在 7 月底前，於校區內 2 處餐廳每日或每週陸續推出 40 道餐品。

參加 4 月 2 日舉辦的試吃活動的法學院 4 年級的宮下愛理滿意地表示，好吃又健康。

山本女士的料理最大的特徵便是使用低價的食材便能簡單製作。若有喜歡的餐品，亦可參考置放於餐廳內的食譜或是山本女士的部落格。企劃廣報課長山田泰史表示，希望藉由這項企畫提升學生對飲食的興趣，並願意嘗試烹飪。

推出低價早餐的學校餐廳也有增加。位於京都的立命館大學自 2013 年 12 月起開始提供 100 日圓的早餐。原價為 260 日圓，由家長會負擔差額。

京都產業大學亦有實施百圓早餐，埼玉縣的聖學院大學亦於 2014 年 4 月起限時實施。栃木縣的白鷗大學則是至 5 月 2 日止免費提供。其目的都是希望讓在開學期間容易不吃早餐的學生養成晨間作息的生活習慣。

位於千葉的神田外語大學於 4 月時，將校內 3 處餐廳之 1 改裝成「亞洲食堂」。餐廳將提供中國▪韓國▪泰國▪越南等國的餐飲，1 道約為 200 至 400 日圓左右。透過攤位風的桌子及大象裝飾品等，演繹出異國風情，讓追求在地口味及氣氛的學生趨之若鶩。

就讀英美語學系 1 年級的芳賀香菜子愉快地表示，第一次吃到印尼炒麵，十分美味。還想要嘗試各式各樣的異國料理。

神田外語大學亦重現各國的建築，並有穿著民族服飾等體驗異國文化的設施。透過「食衣住」來促進學生對於異國文化的認知。

該大學亦預計開辦外國人教師的烹飪教室。並計畫開放校園餐廳讓鄰近居民亦可使用。酒井邦彌校長表示，希望可以透過飲食加強對異國文化的關心。

資料來源： 103 年 4 月 28 日 讀賣新聞