

# 食卓を豊かにする！ 食品添加物などの食べ物のお話



## ▲講話の様子

平成30年9月9日(日)

やさい村さんの運営で、「食卓を豊かにする！食品添加物などの食べ物のお話」が、しょうぶ学園オムニハウス2階にて開催されました。私たちの「からだ」をつくっているのは、食べ物だけではありませんが、大きく関わっていることが分かりました。なぜ食品添加物が増えてきたのか、私たちの生活スタイルがそれを要求し発展してきたことや食品添加物の種類・使われ方、ラベル表示の見方、表示には現れない添加物の存在など、「食」にまつわる総合的なお話を聞く毎に、安心して食べられる物がないのではという心配が... 日常生活の中にある全ての有害物質の影響を取り除くのは難しいので、自分が食べて源となるもののことをよく知った上で、できるだけ減らすようにその中から選択し、命あるものに感謝しながら食を楽しんでいきたいですね。聞く機会の少ない貴重なお話でした。



▲説明資料があり、集中してお話を聞けました。



▲食品添加物の入っていない醤油