

食卓を豊かにする！ 食品添加物などの食べ物のお話

運営：やさい村

開催日：令和2年9月13日(日)

「食卓を豊かにする！食品添加物などの食べ物のお話」が開催されました。

今や口にする多くのものに利用されている食品添加物。それが合成されたものなのか天然のものなのか、隠れた添加物と注意したい添加物とは…などなど、メリット・デメリットを知って『自分で選ぶ力』が大事だと教わりました。

その他にも、遺伝子組み換えと食品、体の調子を整える食べ物についても教えてもらい、参加者同士の意見交換や質問で盛り上がりました。

講座に参加すると、売られているものにどんな添加物が入っているのか表示を見るようになりました。すべて避けることは難しいですが、『自分で選ぶ力』を養っていこうと思いました。



▲角屋敷さんの優しく丁寧な解説



▲会場は aono gallery



▲意見交換にも花が咲く