

食卓を豊かにする！食品添加物などの食べ物のお話

日 時：2022年9月4日（日）10：00～12：00

実施団体：やさい村

場 所：サンエールかごしま 中研修室1

内容：様々な食べ物に使われている「食品添加物」。食品ラベルの見方や気を付けたい食品添加物など、すぐに日常生活へ活かせる食べ物の知識について学びました。



▼参加者の声

日常での食品の選び方や、添加物の話が聞けて良かったです。

添加物が「ダメ」と言うのではなく、自分で考えてうまく取り入れ、減らして食べていけば良いということが分かった。

From 未来館スタッフ

添加物を否定せず、「自分の体は食べるものでできている。あまり神経質にならずに楽しく食事をとることが大切です。」という言葉が印象的でした。食品表示をよく見て、購入する際の判断基準にするという学びにも繋がりました。

