

令和元年度海匠地域食育活動交換会

主 催：海匠地域食育推進連絡会議
海匠農業事務所
開催日：11月19日(火)
会 場：いいおかユートピアセンター



写真左上：緑川氏講演の様子
右上：だしの試飲の様子
右下：長井氏講演の様子

今年度は、「だしを使った美味しい減塩の仕方」をテーマに開催した。講師として、株式会社 緑川商店 代表取締役の緑川かず子氏をお招きし、だしの種類や美味しいだしの取り方などについてお話しいただき、だしの試飲なども行った。緑川氏は普段、小学校の子ども達などを対象に食育活動を行っているが、子どもの持つ感覚・感性は大人より鋭く、食育に素直に反応する力に驚かされるという。大人は食育を「大人から子どもに行うもの」と考えがちであるが、大人が子どもから学ぶことはとても多いとお話があった。

もう一人の講師として、健康福祉センター 八日市場地域保健センターの長井上席専門員に講演いただいた。塩分の取りすぎで誘発される疾患として、脳血管疾患などがあるが、減塩を行い健康的な食生活を営むコツについてお話をいただいた。