

小泉武夫先生の出前講座

～笑顔と元気を作る食事学～を開催しました。

開催日：令和元年12月7日（土）

場 所：万葉ふれあいセンター（南相馬市）

相双農林事務所では、家庭での健全な食生活の実践を通し、地場産物の良さを改めて理解してもらい、食育と地産地消を推進するため、福島県出身で、発酵・醸造学で著名な小泉武夫東京農業大学名誉教授による出前講座～笑顔と元気を作る食事学～を南相馬市で開催しました。

小泉先生の講演の前には、相双地域で食育の推進に熱心に取り組まれている、西チイ子氏から『食育実践サポーターの活動を通して』と題し、これまでの食育に関する取組で感じたことや、畑のお肉とも称される大豆の健康効果などについてお話しいただきました。

その後、小泉先生に『発酵食品で健康生活』をテーマに講演をいただき、日本人の食文化が変化し、肉食の増加が多方面に悪影響を及ぼしていることや、「医食同源」のもと普段から野菜や発酵食品を取り入れることで免疫を高める食事法が重要であることなどについて、分かりやすくお話いただきました。

当日は多くの方にご来場いただき、西氏の講話を興味深く聞く様子があり、また、小泉先生の講演では、合間に挟むジョークなどで笑い声があふれ、すばらしい講演会となりました。



西チイ子氏の講話



小泉武夫先生の講演