

「食の安全・安心を考えましょうー食品添加物と健康食品についてー」

講師：管理栄養学科 講師 伊藤 勇貴

健康で長生きするために「食べてよいもの・悪いもの」。現在、食品の安全に関する様々な情報が、テレビやインターネットを通じて皆さんの耳に入ります。気になる「食品添加物」と「健康食品」を例に、正しいリスクを判断し、有意義な食生活が送れるようお話ししました。

受講者アンケートまとめ

参加者 12

■ 年代・性別をお教えてください

- 年代 20代 0名 ・ 30代 0名 ・ 40代 3名 ・ 50代 0名
60代 6名 ・ 70代 2名 ・ 80代以上 1名
○性別 男 1名 ・ 女 10名 ・ 未回答 1名

■ 今回の講座の開催をどこで知りましたか

- ア 生涯学習情報誌 PLAN 8名 イ ホームページ 1名
ウ 各施設のチラシ 0名 エ 知人の誘い 4名
オ その他 1名（広報にっしん）

■ 受講された講座の感想

- ア とても良かった 7名 イ 良かった 4名
ウ あまり良くなかった 1名 エ 悪かった 0名

■ 受講された講座に関して、ご感想やご意見、ご要望などありましたらご自由にご記入ください
(参加した理由、この講座に感じた魅力、印象に残ったことなど、何でも結構です)

- ・健康食品について学びたかったので参加しました。大学の先生の意見が聞けて参考になりました。
- ・食品の安全性の話は日常の話（マックのポテト等）が取り上げられており、ネットでも話題になっていたのが不安がありましたが、「量」に気をつけておいしく、楽しくいつも通り食事を食べることをしていこうと思います。
- ・インターネットで食品添加物のことが過激に書かれているのを見て、正しい知識をつけたく参加させていただきました。程よい量で付き合っていけば良いと聞き安心しました。

- ・1つ1つの食品添加物は安全だと思いましたが、日本の様に沢山の添加物を使ってこれからもどんどん増え続けるのは何れ健康被害が出てくるのではないかと思う。
- ・食品添加物・健康食品に興味があり、ぴったりの講座だと思って受講しました。食品添加物について認識が変わりました。ありがとうございました。
- ・添加物を使わない方法も研究してほしい。やはり安全性はわかっても増え続ける添加物には・・・。
- ・身近な食品について正しく知ることができました。ネット情報だけでなく専門の先生から話が伺えてとても参考になりました。
- ・アンケートは先に配布していただけると質問のある方とそうでない方で時間を費やされることがないと思います。講師の方は時間(90分)内に収まるよう内容を精選されていたと思います。
 - 質問を受け付ける前にアンケートを配って回答するよう気を付けます。
 - 質問は個別ですよう心掛けます。
- 今回は食品添加物や健康食品による被害が心配だったので受講させていただきました。気になるところを説明して頂けたので良かったです。ありがとうございました。
- ・食品添加物による健康へのリスクが大いにあると思っていました。なるべく取らないようにしていましたが、少し安心しました。
- ・添加物の多さと社会のなりわいの変化しているので、家庭の中での主夫・主婦の考え方でこれからの子どもたちへの被害がどうなるか心配。
- ・たくさんのデータを示していただきとても分かりやすかったです。さすが大学の研究者さんだと思いました。
- ・個人での高齢男性向けの料理教室をやっているので、ワンポイントでも話す機会があったらお話したいです。
- ・質問は個別にしてほしいです。時間が過ぎてしまっているのです。
 - 質問は個別ですよう心掛けます。

■ 生涯学習講座全体について、ご意見・ご要望などありましたらご自由にご記入ください
(こうすれば参加しやすい、この文言に惹かれて参加した、新設して欲しい教室・曜日・時間の希望等、何でも結構です)

- ・食品添加物に関して反対の意見を持っている人の話を聞いてみたい。
- ・健康に関する講座がたくさんあれば良いと思います。
- ・このような身近な講演会を行ってほしい。
- ・食についての講座を、時間が合えば参加したい。
- ・土日が多いので平日の講座を増やしてくれると参加しやすい。