

日進市大学連携講座 2023/2/14

## 「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、メディア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サポートしました。

### 受講者アンケートまとめ

参加者 14・回答数 14

#### ■ 年代・性別をお教えてください

- 年代 40代 4名 ・ 50代 3名 ・ 60代 4名 ・ 70代 3名  
○性別 男 1名 ・ 女 11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 10名    イ ホームページ 0名  
ウ 各施設のチラシ 0名    エ 知人の誘い 0名  
オ その他 5名（メール）

#### ■ 受講された講座の感想

- ア とても良かった 10名    イ 良かった 3名  
ウ あまり良くなかった 0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)

- ・ グラフなど資料が多く分かり易い講座でとてもよかったです。食品の知識についての内容がもっと含まれているとうれしいと感じました。
- ・ 食品添加物の危険性を学びに来ましたが、視点を変えるような内容で勉強になりました。どうもありがとうございました。
- ・ 資料も説明も簡単でわかりやすかったです。ありがとうございました。
- ・ ポストハーベスト、遺伝子組み換えリスク。少し視点がかわりました。ありがとうございました。
- ・ 普段の生活で無添加にこだわり続け、娘2人もずい分高価な食品購入してる。今回の講座

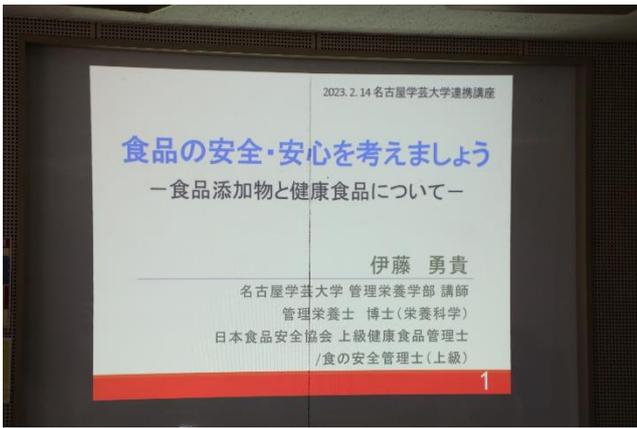
とっても良かったです。

- ・食品添加物は悪いよ！健康食品は利用しましょう。という講座だと思って参加しました。買物する時、無添加、国産、無農薬をとっても重視していたので、これからは少しゆるく考えても良いのかな？と思えました。
- ・勉強になりました。ありがとうございました。
- ・自分自身や家族の健康に関わる食について、知らない事をたくさん知ることができました。自分で調べても真偽がよくわからない情報の多いので確かな情報を得ることができて有意義な時間になりました。
- ・食品添加物をあまり心配しないこと、健康食品は期待にとらぬこと。やはり中国（外国）健康食品は中いしたい。いろいろ物をとること。
- ・多くのデータがしめされていてわかりやすかった。
- ・正しい知識がなく、怖がっていることがある事に気づきました。興味のある講座で楽しく過ごすことができました。
- ・添加物に悪い先入観があったが話を聞いてそうでないと思った。
- ・「食品成分そのもの」によるリスクがあるという事にびっくりした。
- ・お話は理解（納得）できましたが、やはり、化学調味料等の添加物は購入の際気にしてしまうように思います。

■ 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）

- ・幅広い分野の講座をつくっていただけたらありがたいです。
- ・多方面の企画ありがとうございます。
- ・専門の先生のお話を深く聞ける講座はとても良いと思いました。平日、午前中の講座は参加しやすいです。
- ・健康に関すること、食事と病気。
- ・講座の代金支払い方法が面倒である。



日進市民会館にて講座を行いました