

第26回 男のゆうゆう塾講座アルバム(2024年度)

第5講座 健康食品

日時 2024年9月14日(土) 9:00~12:00

会場 名細市民センター講座室1~2号室

講師 若村育子(消費生活アドバイザー)

司会 竹内好夫

出席者 戸田、青山、上野、斉藤、加藤、竹内、佐藤、富野、大島、神谷、仁科、石原、東馬、(29名) 所、新井、藤牧、馬淵、後藤稔、浅井、大橋、酒井、一般(弓野、外7名)

塾員(竹内)の紹介で1/22和光市で若村先生とお会いし、健康食品・サプリの話聞いて講座をお願いしました。その後、3月頃紅麹サプリ事件が発生し、健康食品・サプリに気を配る重要性を再認識しました。先生は、お茶の水女子大食物学科卒で約50年、企業と消費者間のパイプ役として活躍されています。新聞・雑誌への原稿執筆、約10冊の著書、大学の講師もされていました。



第26回 男のゆうゆう塾講座アルバム(2024年度)

第5講座 健康食品

まずは食生活の10問クイズ(全問正解者は浅井さん)から始まり、食品表示・保健機能食品制度・薬との違い・気になる表示と広告・ネーミング法規制・健康情報の真偽と云ったボリューム有るレジュメを分かりやすく説明してくれました。参加者全員からの質問にも丁寧にお答え頂きました。ご用意いただいた先生の著書はわずかな時間で完売になりました。高齢者にとって身近な食生活等の話、有難うございました。

