

「食を豊かに楽しむ！～フルーツ 海藻～」

2022年 11月26日(土) 午後2～4時

練馬区役所 20階 交流会場

会場+オンライン 参加

- ・Zoomは申し込み後、案内を出します。お名前とメールアドレスを [事務局\(office@cscafe.net\)](mailto:office@cscafe.net) にメールでお知らせください。
- ・会場：西武池袋線(地下鉄有楽町線/副都心線 直通)・都営大江戸線
練馬駅北口より徒歩5分
- ・参加費：1000円(会場参加、Zoom参加) 資料代含む



【酵素とフルーツ～食べ方と健康法～】

(内容) 私たちが摂取する5大栄養素の次に来る栄養素が「酵素」と言われ、ここ10年酵素についての研究が進んできました。「酵素」について、また、その酵素をたくさん含む人気のフルーツについて、どんなフルーツが良いのか、食べ方や健康法をお伝えします。



Guest Speaker：深田 和恵

日本の麹や発酵食だけでなくイタリアやヨーロッパのなど世界各地の発酵調味料を使いこなす料理人。各地の素晴らしい食材も紹介している。吉祥寺のアトリエだけでなく、沖縄にもサテライドスタジオを持ち、沖縄研修も年数回実施し、実際に体験できるようにしています。

【海藻を取り巻く海の環境と食～海の温暖化と持続的な食について～】

(内容) 温暖化に伴い日本周辺の海藻は大きな影響を受けている一方、世界各国で海藻食が見直され、海藻の養殖も急増しています。また、温暖化を抑制するため、海の植林「ブルーカーボンプロジェクト」が世界各国で開始されています。海藻と環境と食について、お話しをします。



Guest Speaker：マリンパートナーズ代表 金巻 精一

おさかな料理教室(海里倶楽部)と海の麹(海藻麹研究会)を主宰、海の調査研究を46年民間企業で経験。現在水産コンサル事業と魚食普及事業を実施中。

<ぶんかサイエンスカフェ事務局>

【お申し込み/お問い合わせ】 メールまたはホームページよりどうぞ！ 当日の直接御来場でもOK！

メール: office@cscafe.net ホームページ: cscafe.net

事務局代表：伊藤 規志子 (電話：090-1771-0901)

ぶんかサイエンスカフェ

