

立教女学院高等学校×慶応義塾大学

講演『日本人の食物繊維摂取とアンチエイジング』

講演者 慶應義塾大学医学部化学教室 井上 浩義 先生 洋菓子職人 大山 栄蔵 先生

7月15日(土)、立教女学院高等学校生物室で慶應義塾大学医学部化学教室の井上浩義先生と洋菓子職人の大山栄蔵先生をお招きして講演会『日本人の食物繊維摂取とアンチエイジング』を実施しました。高校1年と2年の希望者45名が参加しました。井上先生からは、食物繊維を意識的に摂取することで腸内環境が整い、大腸ガンの予防につながることを教えて頂きました。大山先生からは洋菓子職人の技を見せて頂きながら簡単に美味しいショートケーキを作る方法を教えて頂きました。授業の終わりには、美味しいショートケーキを頂きました。

参加した生徒は、食への関心が高まり、普段の食生活を考える良い機会となりました。

最後に、後援して下さった株式会社ニッポンの方から全粒粉で作ったメロンパンとくるみパンを頂き、食物繊維の新しい摂り方を教えて頂きました。

ご協力を下さったすべての方にこの場をかりて心より感謝申し上げます。

共 催：慶應義塾大学グローバルサイエンスキャンパス事業、一般財団法人いのうえ生命の財団

後 援：アメリカ大使館農産物貿易事務所、株式会社ニッポン

