

開催日時：2023年10月17日（火）

14:00～17:00

開催場所：明治安田ホール丸の内  
／Zoom

## 【公開講演会】

「家庭と企業と地球はつながっている  
～生活者として、企業人として、  
大切な食の意識～」

講師：浜内 千波 氏  
(料理研究家、食プロデューサー)



10月度は、メディアなどでも活躍されている、料理研究家の 浜内 千波 氏をお招きして公開講演会を開催しました。

講演会では健康経営からフードロス問題、企業の商品・メニューの考え方、食品の栄養素について など幅広いお話を、ご自身の体験談などを交えて分かりやすくお話しいただきました。

特にデパートや外食産業での食品ロス問題から、家庭においても普段捨てられている野菜や果物などの皮、茎、外葉には栄養が一番含まれていて、それらを捨てるのは食品ロスであるとともに、栄養ロスであるという話には、生活者として、気づかされる点も多くありました。

最後には参加者からの「朝食にフルーツの食べ過ぎはだめ？」など素朴な疑問にもお答えいただいたり、講演会後には浜内氏との記念写真撮影会に列ができるなど、終始アットホームな雰囲気でした。