

シリーズ

～ 聞いて 学んで 味わって! ～

# 地元の食材探訪

3月31日（土）第6回が開講されました

## 「海の食素材のい健康・美容効果」

早稲田大学教授矢澤一良氏 博士（農学） 矢澤一良さん

・予防医学的食品・医薬品素材に関する研究・海洋資源の有効利用等に関するご研究を基に、免疫力を高める栄養食品“まぐろ”の効能効果、豊富なEPA、DHA等の働きについて分かりやすくお話し頂き、DHA+EPAヨーグルト、イカの珍味などを試食させて頂きました。



矢澤一良さんの講座風景



「ヨーグルト等」の試食風景

## 「知って納得！目からウロコのまぐろ講座」

株式会社西松 専務取締役相原宏介さん

・三崎の廻船問屋として全国のマグロ漁船や水産練習船の出入港、水揚げ等また日本の水産業（まぐろ遠洋漁業）を維持存続させるべく魚食文化の普及に努めるお話し、更に鮪の伝道師として教育認定プログラム鮪コンシェルジュ育成について等のお話を伺い、極上のねぎとろを試食させて頂きました。



相原宏介さんの講座風景



「極上ねぎとろ」の試食風景