

講座番号

11

漬物の魅力と健康

～漬物を食べて元気いっぱい！～

講師：宮尾 茂雄（みやお しげお）

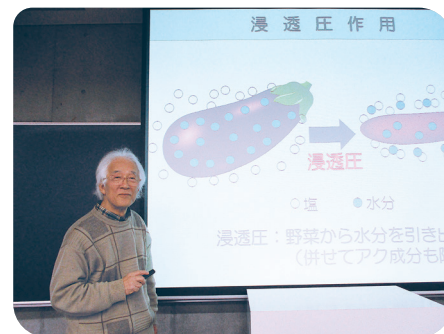
講座概要

塩分が高いと敬遠されがちな漬物。しかし、奈良時代よりも古い頃から現代まで、和食に欠かすことのできないパートナーとして綿々と作られてきたのが漬物です。京都のすぐき漬、しば漬をはじめ、我が国には魅力あふれる漬物がたくさんあります。近年、発酵漬物の乳酸菌、漬物に有する食物繊維、ミネラル、ビタミン、GABA などの健康機能性物質に関心が高まっており、減塩化も進んでいます。漬物の歴史、魅力あふれる名産漬物、発酵漬物と乳酸菌や健康機能性についてお話します。

講座スケジュール

日時	土曜日（全 1 回）13:25 ～ 14:55
① 10 月 28 日（土）	漬物の歴史、魅力あふれる名産漬物、 漬物の健康機能性
11 月 11 日（土）	予備日（開講日に実施できなかった場合のみ）

定員	20 名
受講料	一般 2,000 円 在学生 1,000 円
持ち物	筆記用具



講師：宮尾 茂雄（みやお しげお）

東京家政大学大学院客員教授 農学博士

【教育・学術】中国四川大学食品学院客員教授・四川大学錦江学院客員教授など。

【社会活動】全国漬物検査協会会長、農水省地理的表示（GI）専門委員、東京都食品認証委員など。

【専門分野】食品微生物学、発酵食品、食品衛生。

【著書】「食品微生物学ハンドブック」、「漬物の機能と科学」、「漬物入門」など多数。