

「サイエンスカフェ in 静岡」第131話（2018年12月13日）

テーマ：「〈食〉について考える」

講師：竹下 温子（教育学部家政教育講座）

■ ご記帳者数（記帳分のみ）

71名（男性：50名 女性：21名）

■ 初めのご来店者数 7名 複数回の来店者数 64名

■ 職業別ご記帳者数

会社員：18	公務員：4	教員：2	自営業：3
主婦：10	小学生：1	中学生：0	高校生：3
大学生：0	その他：29	不明：1	

■ 年齢別ご記帳者数

19歳以下：4	20代：0	30代：3	40代：7
50代：14	60代：21	70代：16	80代：3
不明：3			

■ 住所別ご記帳者数

葵区：24	駿河区：18	清水区：15	富士市：1
焼津市：4	掛川市：0	富士宮市：2	藤枝市：4
浜松市：1	その他：2		

■ アンケート回収数 41名

■ この企画をどのようにお知りになりましたか。（複数回答有）

継続参加による周知：16	
カフェからの電子メール：0	静大のWebサイト：2
カフェのブログ：0	eしずおかのイベント情報：1
カフェのツイッター：0	ポスター：9
その他（知人、チラシ、学校）：2	

■ ご意見・ご感想（20代）

- 身近な食に関する事なので非常に興味深い内容だと思いました。

■ ご意見・ご感想（40代）

- 食べ物、栄養に関する生活に参考になる材料。とても良い勉強になったと感じた。
- 卵のコレステロールもウサギによる実験などデータだけでなくその基を知ることが大切だなと思いました。
- 「食について」をテーマに2つのテーマをお話していただきましたが、時間の事を考えるとどちらか1つに絞ってもう少し踏み込んだ話をしていただければより良かったのではないかと思います。ただ一般人レベルを考慮した分かりやすい話だったのでありがたいと思いました。

■ ご意見・ご感想（50代）

- 参考になった。もっと聞きたい。第2弾をやってほしい。
- たんぱく質の摂りすぎが体に良くないというのがわかって良かった。
- とても面白いお話で良かったです。納豆が主菜になるというのは個人的にはちょっと変な気がします。
- 勉強になりました。ありがとうございました。また参加したいです。
- 大変参考になりました。ありがとうございます。
- いつもとは変わったサイエンスカフェでした。でも、興味深く聴けました。
- 食品の安心安全に対する考え方を平易に話されて良かった。控えめながらも先生自身の主張も敬見された。今は過剰な安心安全を主張しないと主流ではない分イキがある。

■ ご意見・ご感想（60代）

- 食のお話は身近な問題なのでとてもためになりました。
- ダイエットの為に習慣化できないほどの運動はやめたほうが良いというのが、本日の私の収穫でした。
- 普段の生活の中で一番身近で大切な話題、大変勉強になりました。機会があるごとに講座などで知識を得たり、新しい情報を勉強しています。「自分の身は自分で守る」のは基本ですね。ありがとうございました。（是非第2弾をお願い致します！）

- とても面白かったです。ありがとうございました。時間栄養学と病気（シフトワーカー）等の話も聞きたいです。
- 先生、息切れしてませんか？プロジェクターの図が小さく、また下の方は見えません。
- 承知はしているが、実行し難しいのがバランスのとれた食事である。特に継続的に実行するのは極めて難しい。為になるお話に感謝。

■ ご意見・ご感想（70代）

- 食べることは命につながる大切なものなのでしっかりと知識を身につけることは大切だと思いました。安心は自分で決めるということ、本当だと思いました。結構気をつけているつもりですが、その知識も正確なのかよく調べないといけないとわかりました。もう一度今日の講座の内容を読み直したいと思います。ありがとうございました。
- 大変有意義でした。
- 私にはちょっと難しかった。アルコールの影響の話も入れてほしかった。
- 食生活を見直すきっかけをつくっていただいた。常日頃、野菜の摂取量が少なかったのがわかったので、これからの食事に気をつけていきたいと思いました。

■ ご意見・ご感想（80代）

- 今後予定されている古生物学・宇宙学、また地質気候学と皆興味のある分野です。いままでの先生方の講演で興味があった事は、すぐに本を買って調べるのが日ごろの習慣です。