

講義と味噌づくりを通して学ぶ 発酵食品と免疫力の関係

毎日のように「免疫力アップ」という言葉を聞くようになりました。免疫は健康の基本ですが、食や私たちの身体との関係については知っているようで知らないことも多そうです。今回は免疫と関係の深い発酵食品の代表格である味噌がテーマです。十分な知識がなくても分かりやすい科学の講義を通して免疫力アップについて考えた後に、日常生活の中で楽しく美味しく実践する味噌づくりに挑戦します。

プログラム

講義「腸内フローラと発酵食品と免疫力アップ」

九州大学農学研究院 教授 中山 二郎氏



味噌づくり体験

マルセン食品 社長 樗木弘道氏



旬の食材を使ったお弁当

ふーど工房しまうま 代表 畠中廣子氏



会場 : ふーど工房しまうま
糸島市志摩初1 糸島市健康福祉センターふれあい1階

定員 : 40名 程度

参加費 : 1,000 円
昼食込み、糸島の食材を使ったお弁当をご用意しています

参加方法 : どなたでもご参加いただけます。QR コードからお申込みください。



お申込みはこちら

令和6年 6月16日(日) 10:00-13:00

いとしま免疫村は、福岡県糸島市を中心に、先端的な科学やテクノロジー、そしてデザインやアートが交錯し、新しい共創文化を発信する拠点です。免疫をキーワードに糸島の豊かなリソースを活用し、さまざまな知識、技術、夢を持った生活者の方々、企業、大学が知恵を出し合いながら、ウェルビーイング実現に向けた場づくりをしています。