

食品表示の見方を知ろう

食品の裏などにある表示には、安全や品質、栄養情報などの大切な情報が書かれています。この講座では、適切な商品選択をするための表示の読み方などについて消費者目線でわかりやすくお伝えするとともに、いわゆる「健康食品」の基礎知識についてもお話しします。

食品表示への理解を深め、日ごろの食生活に役立てましょう！

エネルギー	256Kcal
たんぱく質	2.8g
脂質	16.2g
糖質	24.5g
ナトリウム	0.6g

配信期間 **7月3日(月)正午～20日(木)正午まで**

講義時間 **60分**

講師 **消費生活アドバイザー
横田 久美 先生**

東京都食品安全評価委員会副委員長、東京都消費者啓発員(コンシューマーエイド)、公益社団法人日本食品衛生協会技術参与。
食に関する講演実績多数。

視聴方法 **YouTube** (無料 ただし、通信費は自己負担)

※ 要事前申込み (配信前に視聴用URLをメールで送付)

申込方法 **電子申請**

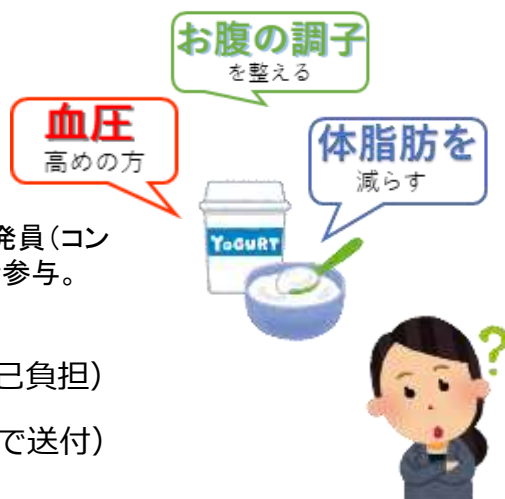
申し込みは下記アドレスまたはQRコードから

<https://www.shouhiseikatu.metro.tokyo.jp/manabitai/koza>

※ 電子申請が難しい場合はご相談ください。

申込期限 **令和5年6月25日(日) 受信有効**

対象 **都内在住・在勤・在学の方**



届いたメールの
講座URLをクリック!
カンタン受講!

※ オンラインでの受講が難しい方には、上映会の開催もあります。お気軽にご相談ください。

※ 講座内容について質問がある場合には、申込みフォーム内の <ご質問> 欄にご記入ください。

※ 個人情報は、講座目的以外には使用いたしません。

【お問合せ先】 東京都多摩消費生活センター TEL: 042-522-5119

立川市柴崎町2-15-19 東京都北多摩北部建設事務所3階