

丸の内キャリア塾

Marunouchi Career Academy

Subject

「経済学思考」
を学ぶ

丸の内キャリア塾とは、毎月第3火曜日に掲載しているキャリアデザインを考える女性のための実践的学習講座です。毎回1つのテーマを掲げ、キャリアアップに必要な考え方と行動について多面的に特集します。今回のテーマは「経済学思考」を学ぶ。さまざまな問題を抱える日本経済を理解するための視点や考え方とは何か。また、それを自らの仕事に生かすための方法を考えます。

2011
JULY
LECTURE
108



キャリアアップ
インタビュー

経済学者・駒澤大学准教授
飯田泰之さん

「お金」というツールで 物事を解決していく

「経済学思考」とは、経済学の論理や方法論をベースにして物事を考えることを意味する。この言葉の提唱者である経済学者の飯田泰之さんに、経済学思考の具体的な意味、東日本大震災からの復興策、現在の日本経済の問題点などについて伺った。



Yasuyuki Iida

経済学者・駒澤大学准教授
飯田泰之さん

1975年東京都生まれ。東京大学経済学部卒、同大学院博士課程単位取得退学。現在、駒澤大学経済学部准教授。専門は経済政策とマクロ経済学。内閣府経済社会総合研究所、財務省財務総合研究所客員研究員なども務める。主な著書に「経済学思考の技術」(ダイヤモンド社)、「ダメな議論」(ちくま新書)、「世界—シンプルに経済入門」(エンターブレイン)などがある。

—— 経済学思考とは、具体的にどのようなものですか。
飯田 経済学的に思考する出発点は「理論やデータを使って考える」ところにあります。ものを考える際に最も確かなのは、自身自身の経験に立ち返ることです。1人の人があらゆることを経験できるわけではありません。また、経験の記憶は主観的な印象に大きく左右されるため、しばしば事実とは異なった形で蓄積されます。

誰もが合理的に行動している

客観的な理論やデータを上手に用いることができれば、個人に限られた経験を補うことができ、実際の経験をより事実的に即した形で蓄積することができるようになる。それが、経済学思考が重要であるという理由です。
—— 経済学思考は、日常の仕事にどのように役立ちますか。
飯田 経済学には「人々はいんセンティブに応じて行動する」という基本的な考え方があります。インセンティブとはいわば「損得」のこと。つまりは「人は損得勘定で行動する」ということです。

被災した当事者が自ら考え、自ら行動する以上に優れた解決策が机上から出てくることはないでしょう。私たちにできるのは、それをサポートすることだけなのです。
—— 被災者の雇用を創出する「キャッシュ・フオー・ワーク」の運動にも取り組んでいます。
飯田 復興支援活動に幾ばくかの給与が付けば、より多くの人々が復興のために動くことができるようになります。例えば、店舗を失った自営業者にキッチンカーを提供できれば、店舗がなくても営業を再開することができ、営業ができれば、つまり仕事があれば、収入が得られ、生活の「張り」も得られる。そのようにして、被災した方々が働いてお金を得られる仕組みを作っていくのが、キャッシュ・フオー・ワークの理念です。これもまた、お金という道具を使った復興策といえます。

—— 現在の日本経済の最大の問題は、それに対する最良の解決策は何なのでしょう。
飯田 デフレに失業問題、少子高齢化、財政難と、解決すべき問題は多々ありますが、大きな「手術」をするには、まずは外科手術に耐えられる基礎体力を取り戻さなければなりません。そのため、欠かせないのが、デフレと円高への対策です。
—— 10年以上、日本ではデフレが続いてきました。デフレ下では、企業の収益が落ち、失業が増え、人々の消費行動にもプレッシャーが掛かります。また、円高が続くと、企業の国際競争力が損なわれることにもなります。
デフレも円高も、有効な対策法はリフレーション、つまり現在または将来へのお金の供給を増やすことです。お金の量が増えれば、お金の価値がモノに比べて相対的に下がるので、物価は上がる。同様に円が増えれば、その価値は下がり、円安に向かうことにもなります。
デフレと円高を克服し、基礎体力を回復させた上で、税社会改革に着手する。この順序だった政策こそが日本経済を上向きにする最良の解決策であると私は考えています。

—— 被災者に委ねるそれが最良の復興策
—— 東日本大震災の発生から4カ月以上がたちました。経済学者の立場から見て、復興に必要なことは何だと考えますか。
飯田 政府レベルで言えば、被災地域に対して十分なお金を出すこと。私たち一人ひとりのレベルで言えば、とにかく東北に行くこと。この2つが何より大切だと考えています。つまり、被災地にたくさんのお金を還流させることが最重要なのです。被災された方々がお金というツールを手にし、それを使って自分たちに必要だと思える行動を起こし、自らの判断で地域を復興させていく。それが最も速く、最も確かな復興の方法です。
「被災地の声を聞いて、有効な復興策を考えるべき」といった意見も聞かれますが、それはたいへん傲慢な考え方だと私は思いま

す。被災した当事者が自ら考え、自ら行動する以上に優れた解決策が机上から出てくることはないでしょう。私たちにできるのは、それをサポートすることだけなのです。
—— 被災者の雇用を創出する「キャッシュ・フオー・ワーク」の運動にも取り組んでいます。
飯田 復興支援活動に幾ばくかの給与が付けば、より多くの人々が復興のために動くことができるようになります。例えば、店舗を失った自営業者にキッチンカーを提供できれば、店舗がなくても営業を再開することができ、営業ができれば、つまり仕事があれば、収入が得られ、生活の「張り」も得られる。そのようにして、被災した方々が働いてお金を得られる仕組みを作っていくのが、キャッシュ・フオー・ワークの理念です。これもまた、お金という道具を使った復興策といえます。

—— 現在の日本経済の最大の問題は、それに対する最良の解決策は何なのでしょう。
飯田 デフレに失業問題、少子高齢化、財政難と、解決すべき問題は多々ありますが、大きな「手術」をするには、まずは外科手術に耐えられる基礎体力を取り戻さなければなりません。そのため、欠かせないのが、デフレと円高への対策です。
—— 10年以上、日本ではデフレが続いてきました。デフレ下では、企業の収益が落ち、失業が増え、人々の消費行動にもプレッシャーが掛かります。また、円高が続くと、企業の国際競争力が損なわれることにもなります。
デフレも円高も、有効な対策法はリフレーション、つまり現在または将来へのお金の供給を増やすことです。お金の量が増えれば、お金の価値がモノに比べて相対的に下がるので、物価は上がる。同様に円が増えれば、その価値は下がり、円安に向かうことにもなります。
デフレと円高を克服し、基礎体力を回復させた上で、税社会改革に着手する。この順序だった政策こそが日本経済を上向きにする最良の解決策であると私は考えています。

チャンネルのエイジング ケア「エクストレム コレクション」は、いつまでも輝く女性のキャリアライフを応援します。

CHANEL

ULTRA CORRECTION LIFT EYE

まなざしに、美しい緊張感。

ハリをもたらすエイジング ケアから、アイ クリーム誕生

肌に美しいハリと弾力をもたらす、エクストレム コレクション フェーミング。テンション(引っ張る力)+インテグリティ(形を作る力)の融合「テンセグリティ」に着目。すべてに独自の成分<エレミ PFA>を配合した、実力のエイジング ケアです。新たに誕生したアイ クリームは目もとの肌にハリと弾力を与え、キメを整えて、くっきりと美しい緊張感をもたらします。

* シャネル独自の分離抽出プロセスで精製された保湿成分

エクストレム コレクション フェーミング アイ <目もと用クリーム> 15g 10,500円(本体10,000円)



エクストレム コレクション フェーミング 全8アイテム 8,190円(本体7,800円)~17,325円(本体16,500円)

アイ/ナノローション/リップ/マスク/セラム/フレイド/クリーム/ニュー クリーム

チャンネル 0120-52-5519 www.chanel.co.jp

Subject 「経済学思考」を学ぶ

実践編

「経済学的にももの考える」ことは、日常の仕事の場面でどう役に立つのだろうか。仕事やキャリアにすぐに生かせる実践的な経済学思考の4つのルールを、飯田泰之さんに解説していただいた。

経済学思考のルール 1 「定型」を重視して基礎作りをする

経済学は、理論や統計を上手に活用して結論を導き出す学問です。なぜなら多くの場合、個人の感情や印象よりも理論のほうが正確だからです。

仕事において、70点を確保かつ安定的に出し続けることは、実はたいへん難しいです。それができていない人は、ほぼ例外なく「定型」や「ルール」を重んじているのです。この場合の「定型」や「ルール」が経済学という理論に相当します。時間を守る、納期を守る、職場のそれまでのやり方を忠実に実行してみる。そういった基礎があつて初めて、さらなる目標を達成しようとするのと同じです。仕事をしようとするときは、理論を無視して経済を考へようとするのと同じなのです。

経済学思考のルール 2 いろいろな情報を「データ化」して検証する

経済学では、理論と同様にデータも重視します。確立された理論によって思考の大枠を作り、具体的なデータでそれを補正していくのが、経済学の基本的な方法論です。データの活用は、仕事においても有効です。データについて、経済指標やマーケティングデータなどに限りません。日々の仕事の内容や課題などをデータ化して、検証してみるのが、その際に有効な方法です。例えば、あるプロジェクトを執行するか否か迷っているという場合を考えてみましょう。このとき、過去に類似のプロジェクトがうまくいった

例をいくつも集めても「使えるデータ」とはなりません。Aを実行したときの成功ケースと失敗ケース、そしてAを実施しなかった場合の成功ケースと失敗ケース。そのうちが若干つ初めて、意味のあるデータとなるのです。ある資格を取るかどうか迷っている場合でも、「資格を取る」と「資格を取らない」の2つの選択におけるそれぞれ4分割表は、はじめてみれば、正しい判断を促す有効なデータとなります。ぜひ一度、自分のさまざまな行動やプランを4分割表でデータ化してみてください。

「4分割表」でデータ化して考える

例 あるプロジェクトを執行するか否かを判断する場合

- × 類例のプロジェクト(=A)の成功例だけを集める
- 「Aを実行したとき」の成功例と失敗例、「Aを実行しなかったとき」の成功例と失敗例をそろえる

	成功(数)	失敗(数)
Aを実行したとき	25	20
Aを実行しなかったとき	312	256

例 資格を取るかどうかを判断するための有効なデータにもなる

メリット	デメリット
<ul style="list-style-type: none"> ● 人事評価で有利 ● 取引先に高く評価される ● 海外に関する仕事が可能になる 	<ul style="list-style-type: none"> ● 勉強が大変
<ul style="list-style-type: none"> ● 英語の資格を取得する 	<ul style="list-style-type: none"> ● 人事評価は変わらない(むしろ下がれる可能性がある) ● 海外に関する仕事を望むことができず可能性は少ない
<ul style="list-style-type: none"> ● 英語の資格を取得しない 	<ul style="list-style-type: none"> ● 勉強時間を割けなくなる

広告特集

経済学思考のルール 3 相手の「インセンティブ」を見極める

経済学では、人は常にインセンティブつまり「損得」に応じて行動していると考えます。すべての仕事や顧客が「得」をするものを提供することでお金をもう構造になっています。インセンティブに従った行動は合理的であり、したがって多くの人は常に「賢い選択」をしている、ひたすらは考えようにしてしまう。この視点は重要です。経済政策やビジネスで「自分は優れている、相手は劣っている」と考えて作

ったプランは確実に破綻するからです。政治においては国民、ビジネスにおいては顧客や職場においては上司や部下や同僚。そういう人たちの行動が理解できないとしても、それは彼らが愚かだということではなく、基準が自分と異なるだけかもしれません。日常的に相手のインセンティブを見極める癖を身につければ、その人の行動が理解しやすくなります。それによって、自分がどう行動すればよいかも分かるでしょう。

経済学思考のルール 4 「フリーランチ」はこの世にないと考える

この世にタダで手に入るものはない。もしあるとすれば、すでに誰か手に入れてしまっている。この考え方を経済学では「フリーランチを払わずに食べられる食事は無い」と表現します。お金を払っていても、フリーランチは仕事に有用なものの視点が含まれていません。つまり、あまりにも楽に利益が得られるような話があつたら、「何かある」と疑うべきだということです。そこには必ず、何らかの対価

が潜んでいるはずですよ。もう一つは、ほかの人が得られないような機会や利益を手に入れるほど、自分は特別な存在ではないということです。仕事や人生があまりに順調なときは、「私はそんなに優秀だかな」と考えてみるべきなのです。そうすれば、それが一時的の偶然だったがり、思い込みだらかりなことが分かるはずです。経済学的な思考は、時に人をとても謙虚にしてくれるのです。

広告特集

履くだけ、着だけでエクササイズ効果を生み出す Reebok EASYTONE® ウエア秋冬モデル新登場

履くだけ、着だけでエクササイズ効果を生み出す「EASYTONE」。革新的なテクノロジー「レジストン・バンド」が一体化され大人気のウエアから新商品が登場。リーボックが独自に設計した「レジストン・バンド」により、歩くたび、動くたびに、背中やヒップ、太もも、ももウラの筋肉へ負荷が自然に増大します。ツイルストレートパンツはスキニーパンツ感覚で着こなしつつも、はき心地はレギンスのような軽快さ。コーディネートしやすいデニム調のカラー展開です。

【商品名】
イーザートン
プルオーバーパンツ
【メーカー希望小売価格】
¥12,600(税込み)
【サイズ】
ウエスト S, M, L, XL
【カラー】
ブラック/リーボックネイビー

●お問い合わせ先/リーボックジャパン お客様窓口 ☎0120-810-654 (電話受付9:30~18:00/土・日・祝を除く)
<http://www.reebokjapan.com>

ファッション性と機能性を兼ね備えた大人のためのドライビングサングラスが限定発売!

これから夏本番、炎天下の中で気になるのが紫外線からの健康被害です。世界からも認められる眼鏡産地・福井県鯖江市に本社を置くホストクラブと、高い話題クオリティーで多くの車ファンが支持する雑誌ENGINEが、それぞれ感性を響かせ作ったドライビングサングラス。フレームはチタン製で軽量化を固りホルド感を高め長時間のドライブにも対応。レンズには高機能偏光レンズ「ザレックスTALEX」を採用し、高性能偏光フィルターが紫外線をもちろんアスファルトの乱反射やフロントガラスの映り込みを軽減し、よりクリアな視界を提供してくれます。ドライブだけでなくゴルフでも使用できます。

●お問い合わせ先/
GLOSS GINZA ☎03-5579-9890 GLOSS AOYAMA ☎03-5468-5855
<http://www.gloss-eyes.com/>



もっと日経を読みこなしたい!! おつとめ女子応援クラブ「club Nikkey」

日本経済新聞を宅配購読されている女性なら、どなたでも入会できます。会員限定のイベントや、専用サイトを通じて「日本経済新聞の読みこなし」をサポート! 同じモチベーションを持つ女性たちと交流しながら、スキルアップを図ることが出来ます。2年限定の会員制クラブ「club Nikkey」は入会費や会費はなし。サイトやイベントを活用して「経済通」を目指しましょう!



丸の内キャリア塾スペシャルセミナー
「知性と感性。新しい自分を手に入れる。〜ハリアのあるキャリアライフを目指して〜」
女性限定 500名ご招待

【講演】
講師: 黒川伊保子さん (感性リサーチ代表取締役、感性アナリスト)
【トークセッション】
出演: 黒川伊保子さん (黒川伊保子さん) 黒川伊保子さん
倉田真由美さん (美容ジャーナリスト) 黒川伊保子さん
村岡郁子さん (マリッジ編集長) 黒川伊保子さん
コーディネーター: 佐々木明子さん (テレビ東京アナウンサー)

●お問い合わせ: 日経スタッフ丸の内キャリア塾事務局 ☎03-5294-2700 (※電話受け付けはお問い合わせのみ) Fax:03-5294-2470 (受付時間10:00~17:00 土・日・祝日を除く)

OMEGA PRESENTS Ladymatic STARRING NICOLE KIDMAN

「ラディマティック」
オメガファインク 03-6284-7222 オメガショップ 銀座本通り 03-3572-2212 エクサレーションタウン(東京ミッドタウン) 03-5413-3424
オメガファインク 羽田空港 03-6428-0785 本町三軒両辺 045-4655-2111 (代客) 御台場駅前 054-255-3855

創業60年記念特別価格!
大玉真珠ネックレスを 9,800円でお届け!
直径8〜8.5mm。真珠の大玉ネックレス。

長い年月をかけて生まれる高級真珠。まさに自然が育んだ稀少な贈り物です。中心まで全てが厚く、真珠層でできている無核真珠を使用。真珠の奥深くから溢れ出るような光沢は、目にしみた方を魅了してやみません。キスがつきにくく、変色しにくいのも魅力です。通常ネックレスは5〜6mmが主流ですが、養殖で5〜8年という長い年月を要する8〜8.5mmの大玉を厳選。しかも形は真円に近い「セミラウンド」で、総生産量の中でも非常に等しいと言われるほど稀少価値の高いものです。ダイヤが王の象徴と言われるのに対し、真珠は女王の象徴と言われます。ちょっとしたお出かけからフォーマルまで、さまざまなシーンで活躍する真珠のネックレスは、女性なら一本は欲しいと願うアクセサリー。まさに大人の女性こそふさわしい逸品です。

作品番号 01113
真珠大玉ネックレス
※本作品は天然真珠を使用し、1粒1粒の真珠の個性を大切にしています。

お申し込みはこちらから
お電話 ☎0120-030-000
受付時間: 9:00~24:00
〒121-8080 東京都葛飾区ツツジ 1-1-1
FAX ☎0120-055-733
広告番号 C0042-110719-61113

総合カタログお送りします。
トップアート美術展覧会カタログを希望する方は、お申し込み時、お名前と住所、お電話番号、お名前をお送りください。ご希望のカタログをお送りいたします。ご希望の作品や商品は、お申し込み後、お申し込みの住所にお送りいたします。送料は別途お見積りいたします。ご希望の作品や商品は、お申し込み後、お申し込みの住所にお送りいたします。送料は別途お見積りいたします。

本作品のカラー写真等、詳細に載っています。
●本作品はご注文後、4〜5週間以内にお届けいたします。最終的なお届け日をご確認ください。●お支払い方法: 銀行振込、クレジットカード、現金。●送料: 送料は別途お見積りいたします。●返品: 返品は不可です。●お問い合わせ: 0120-030-000

美術 通販 ツツジアート

美しい体づくり~フィットネスと食事から~ 運動も栄養摂取も効率的に

6月28日、東京・大手町の日本経済新聞社・SPACE NIO(スペース ニオ)でNIKKEI丸の内キャリア塾スペシャルセミナー「美しい体づくり~フィットネスと食事から~」が開催されました。前半は、赤堀料理学園校長・管理栄養士の赤堀博美さんから「美しい心と体をつくる栄養素」、そしてフィットネスコンサルタントの山本ケイイチさんからは「美しい体をつくるためのフィットネス&感じる食べ方」というテーマでそれぞれ大変興味深い講演をしていただきました。後半のトークセッションでは、お2人にコーディネーターの木村倫子さんが加わり、運動や食事の大切さやアメリカン・ポークの魅力について楽しいお話を繰り広げていただきました。

講演 美しい心と体をつくる栄養素



赤堀料理学園校長 管理栄養士 赤堀 博美氏

ダイエツトをしている人は、「今日は○○が詰まるとか」やせるためにと○○が詰まらさなきやーなどと、エネルギー量ばかりに気をとられがちですが、そもそも「ダイエツト」とは「正しい食事」を意味するもの。バランスの取れた食事でも美しい心と体をつくることこそがダイエツトの本質といえます。

私の専門とする料理では、体をつくる栄養素はもちろん、心をつくる栄養素も重視しています。例えば私たちの脳内にある神経伝達物質の一種、セロトニンを。心を落ち着かせ、ストレスを軽減する働きがあるといわれますが、この材料となるのが、動物性たんぱく質に多く含まれる必須アミノ酸の一つトリプトファンです。必須アミノ酸は人間の体内では合成できず、食べ物から取る必要があります。「たんぱく質だつて、たくさん食べたら太ってしまう」と思われる方もいるかもしれませんが、健康な心と体の両方にとって必要不可欠なものなので素を効率的に摂取したい高

講演 美しい体をつくるためのフィットネス&感じる食べ方



フィットネスコンサルタント 山本 ケイイチ氏

「美しい体」とはどんなものか、時代とともに考え方も変わります。10年くらい前まではとにかく軽い、スリムな体はもてはやされましたが、現代ではメリハリのある体、英語で「カービーボディ」といわれるようなスタイルを求められる方が多いようです。

メリハリのある体の構成要素といえば、骨格・筋肉・脂肪のつき方・シメトリ・バランスなどです。このうち自分で意識的に変えやすいのは筋肉量です。筋肉を増やすという効果は、関節を多く使う運動が有効です。例えば普通のランニングの最中にダッシュを取り入れる、またヨガやボクシングもいいですね。お勧めはダンスです。素早い動きも必要とされますし、関節を柔軟に使うので効果が高いです。日常生活の中でも、階段を一段おきに上るなど、意識して負荷をかけることもいいでしょう。

筋肉をつけるには運動と並行して適切なたんぱく質の摂取が不可欠です。最近では、いわゆる健康志向から肉類を敬遠する方が多いようです。たんぱく質にも動物性のもので植物性のものでありますが、動物性の方が効率よく必要な栄養素を取れます。また肉類には人間の生命維持に欠かせない必須アミノ酸や体の代謝を上げるビタミン類もバランスよく含まれています。

特に豚肉にはこれらの栄養素が豊富に含まれていますのでお薦めです。私のクライアントに95歳のおばあさんがいらつしやいました。普段からお肉をもちりもり召し上がっていました。実は私たちがファミリレストランなどで口にする豚

トークセッション

アメリカン・ポークで美しく健やかに

木村 ここからは、会場の方からの質問も交えながら、美しくなる食事と運動について話を進めたいと思います。山本さんはどんな豚肉メニューがお好きですか。

山本 僕はやっぱりシウウガ焼きですね。

赤堀 シウウガ焼きですと、ロースやバラ肉を使うことが多いでしょうね。バラ肉は脂肪分が多そうと敬遠されがちですが、コラーゲンなども豊富に含まれており、お薦めです。湯通しして余分な脂肪分を落とすから調理してもいいし、冷しゃぶなどでもいいですよ。

木村 夏バテ予防にも効果的そうですね。効果的な食事の取り方について工夫していることはありますか。

山本 体を引き締めたいたときは、1回でたくさん食べるより、何回かに分けて食事をする方がいいですね。1日3食ではなく、同

じ量を4〜5回程度に分けて食べる方がフィットネスには効果的です。

木村 では量を減らしても、効率的に栄養を摂取できるアメリカン・ポークはそんな食事法にも向いているんですね。会場からも質問をいただいています。「美しく年をとるために、食事と運動はどうすべきでしょうか」

山本 人間は年齢を重ねるにつれ、基礎代謝率が変

意識して筋肉量の維持を 食べ物の長所を引き出す 生産者の努力による安全安心

山本氏 赤堀氏 木村氏



左端はコーディネーター・司会の木村倫子さん

赤堀 そうですね。やはり筋肉量を維持するためにも、良質のたんぱく質を積極的に取る食事、プラス運動をこころがけてください。

木村 丸の内では働く女性の方から、食事と運動のタイミングについても聞かれています。

山本 運動直前の食事はよくないですね。運動を始めるのと筋肉に血流が回りやすくなるので、消化のために内臓で使われる血流が不足し、消化不良になるおそれがあります。とはいえ完全に空腹で運動するのは危険です。お昼抜きで夕方運動というのは間隔が長すぎますね。何かを軽く口にするとす

アメリカン・ポークのオーリーブカツサンド

材料(4人分)
アメリカン・ポーク(とんかつ用)4枚/塩・こしょう各少々/小麦粉、卵汁、パン粉各適宜/オーリーブ油適宜/ニンニク2片/全粒粉パン8枚(食パン型)/黒オリーブ4粒/玉ネギ1/2個/パジル4枚・トマトソース(※既存のものがあればそれでも可)
トマト缶1缶/ニンニク1片/玉ネギ1/2個/オーリーブ油大さじ1/塩・こしょう各少々/パジル1枚

作り方
①アメリカン・ポークに塩・こしょう、小麦粉、卵汁、パン粉をつけて、つぶしたニンニクと多めのオーリーブ油で揚げ焼きする。
②トマトソースを作る。ニンニク、玉ネギのみじん切りをオーリーブ油でいため、玉ネギがあめ色になったら、トマトをつぶしながら加える。パジルを加えて20分くらい弱火で煮て、塩・こしょうする。
③パンを軽くトーストして、オーリーブ油をぬり、①のカツ、2のトマトソース、薄切りの玉ネギ、輪切りオリーブ、パジルの葉をはさみサンドする。

試食を終えて
●肉が脂っぽくなく、さっぱり。でもしっかりとポークのうま味があり、おいしかった。
●効率的に栄養を取れるのはうれしい。ダイエツトで肉類を敬遠している夫にもアメリカン・ポークをぜひ薦めたい。



セミナーの冒頭で挨拶に立ったアメリカン・ポークや大豆生産者の皆さん。肥沃な大地で栽培される大豆が育てられ、徹底した管理のもとで生産されるアメリカン・ポークの魅力が説明された。