



丹波の森公苑生活創造活動グループサポート事業

「味噌づくり体験」の開催

丹波の森公苑は、芸術文化、環境、消費生活、健康福祉等の生涯学習や地域づくり活動など、豊かな生活を創造するための活動を応援しています。

今回は、生活創造活動グループ「なんでもん」が丹波地域の大豆を使った味噌づくりを開催されますので、お知らせします。

1 日時: 令和8年1月25日(日)

①白大豆味噌の部 10:00~12:00 ②黒大豆味噌の部 14:00~16:00

2 場所: 丹波の森公苑 創作工房

3 内容: 白大豆味噌は丹波市産、黒大豆味噌は丹波篠山市産の大豆を使用し、手作り味噌を作ります。
(出来上がり約2kg)

白大豆味噌は麴を米麴から玄米麴に変更できます。玄米麴は栄養価が高く、発酵の深みによる香りが強いのが特徴です。

4 定員: 各回10名 ※先着順(12月20日(土)午前10時から申込受付を開始します。)

5 参加費: ①白大豆味噌 3,200円(玄米麴は+150円)

②黒大豆味噌 3,700円

①②とも、具だくさん手作り味噌汁付き(いずれも材料費、容器代込み)

6 持ち物: 大きめのボウル(直径25cm以上が望ましい)、エプロン、三角巾、マスク

※味噌を入れる容器は準備します。

7 主催者: なんでもん 代表: 西垣 奈緒子

(あんなことできたらいいなをテーマに、その時必要とされる全てのジャンルにチャレンジしています。)

【主催者からのコメント】

味噌づくりの材料は3つ(大豆、麴、塩)です。大豆、麴、塩は腸内環境を整える上で重要な食材です。味噌づくり体験を通して、発酵から学び、食や健康を見つめ直すよい機会になるように努めます。健康維持に最適な手作り味噌と一緒に作りましょう。

発表者名 (担当者名)	連絡先電話番号
次長 芦田 義則 (管理課 生活創造活動支援スタッフ 岸本 美鈴)	0795-72-2127