

～豊橋市こども未来館ここにて～
春休み親子ぬか漬教室を開催

- ◆日にち : 2021年3月25日(木) ①13:30～14:30 ②15:30～16:30
- ◆場所 : こども未来館こここ キッチン工房(豊橋市松葉町3丁目1番地)
- ◆対象 : 小学生以下の子どもと保護者
- ◆参加者 : 8組
- ◆材料費 : 500円(1組あたり)

豊橋市こども未来館ここにて、弊社漬物機能研究所の所員が講師となり、「春休み親子ぬか漬教室」を実施いたしました。

通常は1回の教室で20組程度の親子で実施しているところ、今回は、新型コロナウイルス感染拡大防止の観点から、参加組数を減らし、1家族1テーブルでの実習、試食、さらに実習で使用したぬか床の持ち帰りはせず、新しいぬか床を別途配布いたしました。教室では、実際に「ぬか」や「玄米」を触りながら、「ぬか」の原料について説明した後、野菜の名前当てクイズで、ぬか漬に合う野菜について説明しました。また、ぬか漬には疲れをとるビタミンB1や腸内環境を整える乳酸菌や食物繊維などたくさんの栄養が含まれていることをお話ししました。その後、「熟ぬか床」で漬けた「きゅうり」と「かぶ」の試食では、ぬか漬を初めて食べるお子さんもいましたが、特に躊躇することなく楽しくパクパクと食べていました。そして、「熟ぬか床1.2kg(袋タイプ)」を利用して、実際にきゅうりのぬか漬を漬けました。参加者の子どもたちはぬか床をパーの手でならしたり、きゅうりを半分に折ってぬか床にうずめる作業をとっても楽しんでいました。

「ぬか漬」は小さなお子さんでも簡単に漬けることができ、ご家庭でも親子で楽しくぬか漬作りが楽しめます。これからもこのような教室を通して、伝統食「ぬか漬」に親しんでいただくだけでなく、お子さんの「食」への興味・関心を育むお手伝いできればと願っております。



春休み親子ぬか漬教室の様子