

～豊橋市こども未来館ここにて～ 夏休み親子ぬか漬教室を開催

- ◆日にち : 2019年7月25日(木) 14:00～15:00
- ◆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 : 19組(1組欠席)
- ◆材料費 : 400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梅谷が講師となり、「夏休み親子ぬか漬教室」を実施いたしました。

教室では、実際に「ぬか」や「玄米」を触りながら、「ぬか」の原料について話した後、野菜の名前当てクイズをしながら、ぬか漬に合う野菜について説明しました。また、ぬか漬には夏バテに効くビタミン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ました。そして、「熟ぬか床」で漬けた「きゅうり」と「パプリカ」の試食をした後、「熟ぬか床1.2kg(袋タイプ)」を利用して、実際にきゅうりを漬けました。参加者の子どもたちは、ぬか床の手触りにぬか床をパーの手でなしたり、きゅうりを半分に折ってぬか床にうずめる作業にとっても楽しんでいました。最後の質問時間では、野菜の漬け方や、ぬか床の管理方法など様々な質問があり、受講者みなさんの興味の高さがうかがえました。

「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ができればと願っております。



夏休み親子ぬか漬教室の様子