

～豊橋市こども未来館ここここにて～  
**夏休み親子ぬか漬教室を開催**

- ◆日時・対象 : 2021年7月30日(金)
  - ①一般向け 13:30～14:30 小学生以下の子どもと保護者
  - ②小学生の自由研究向け 15:30～16:30 小学生の子どもと保護者
- ◆場所 : こども未来館ここここ キッチン工房(愛知県豊橋市松葉町3丁目1番地)
- ◆参加者 : 各回5組(1組3名まで)
- ◆材料費 : 500円(税込)1組あたり

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

今回も新型コロナウイルス感染拡大防止の観点から、少人数で実施し、試食はいたしませんでした。また一般向けのぬか漬教室ではぬか漬実習を行いました。実際に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。

一般向け教室では、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ました。その後、「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。

自由研究向け教室では、「ぬか」の原料やぬか漬の栄養、微生物の働きによって起こる発酵の説明をした後、発酵前と後のぬか床の状態や香りを確認し、実際にpH試験紙を使用してぬか床の酸度を比較しました。

一般向けぬか漬教室では、初めてのぬか漬作りで、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。また、自由研究向けのぬか漬教室では、実際に手を動かす作業が少なく、説明時間が多かったため、難しく感じるお子さんも見受けられましたが、真剣な顔つきでpH試験紙をぬか床に当てている子どもたちの姿が印象的でした。これからもこのような教室を通して、より多くのお子さんに伝統食「ぬか漬」に親しんでもらえるようにしていきたいと思っております。



夏休み親子ぬか漬教室（一般向け）の様子



夏休み親子ぬか漬教室（自由研究向け）の様子