

講座名	「発酵のチカラ・はじめての梅しごと【梅干し編】」		
テーマ	発酵の魅力や微生物が健康に及ぼす影響を学ぶ。 季節の食べ物を仕込み、安全な食や健康への意識向上を図る。		
場所	生涯学習文化振興センター ゆらてく		
受講者数	24名	(男性2名：女性22名)	* 申込者：89名
講師	下條龍哉		
実施記録	回数	日時	内容
	1	7月22日（火） 10時～12時	・発酵と梅干しの関係、梅干しの豆知識 ・赤梅干しの仕込み ・もみ紫蘇づくり ・梅干し、もみ紫蘇の活用法・保存方法等について ・梅酢を活用したしば漬けの試食
受講者の感想	・自己流で作っていたので、しっかりと学ぶことができました。こだわりの材料にも感謝！ ・梅干しづくりに興味があったのでタイミングよく受講できて良かったです。 ・冷凍した梅でも作れることにビックリしました。来年また梅の時期に作りたいと思います ・グループワークは良いですね。初対面で少し不安でしたが色々な会話もできて良かったです ・ずっと梅干しを作ってみたかったが中々1人ではきかけがなかったので参加して良かった		
今後あったらいいなと思う講座	アダンの葉やピーグでカゴづくり・コースターづくり/サーターアンダギー・パン・クッキー作り/巻き寿司/味噌づくり(5名)/キムチ作り/麹調味料(6名)/豆腐作り/漬物づくり/親子みそ作り		
まとめ	はじめに梅干しや発酵についての講義を実施。梅干しは《発酵食品》ではなく《漬物》という認識の方が多く、乳酸菌で発酵しているという事を今回の講座で初めて知った様子でした。その後、実際に梅の下処理～梅干しの仕込みを実施。皆さん黙々と集中して梅のヘタ取りを行う姿が印象的でした。梅干しの仕込みの後に講師の計らいでもみ紫蘇づくりも実施。梅干しを干した後にもみ紫蘇と漬けることで紫蘇梅干しになりますとの事で、講座の最後には梅干しの活用法・保存方法だけでなく梅酢(梅干しを付ける際に出てくる水分)や紫蘇梅干しを作った後の梅酢の活用法の紹介もあり、紫蘇梅酢で付けたしば漬けの試食も行い、「最後まで余さずに使えていいね」と幅広い楽しみ方に皆さん満足度の高い講座になりました。		

