

令和7年度 第1回とみやわくわくミーティング 実施報告書



日時	令和7年8月6日(水) 10:30~13:00
場所	富谷宿観光交流ステーション「とみやど」 マルシェ広場交流館
テーマ	発酵でまちづくり ～ご家庭にはどんな発酵食品がありますか?～
参加	9名 (男性1名、女性8名) (小学生1名、高校生4名、一般4名)
座長	宮城大学 食産業学群 フードマネジメント学類 教授 金内 誠 氏



市長あいさつ
参加者自己紹介
オリエンテーション

第15回全国発酵食品サミット in とみやのPR



座長による講義 「奇跡の調味料味噌」

- 【味噌の地域性】 地域の状況により、味噌の原料となる米や麦、豆の割合が異なっており、地域の食生活に深く結びついている。
- 【醬(ひしお)の歴史】 日本最古の辞書『和名抄』に醬の和名「比之保(ひしほ)」が記載されている。「未醬(いまだひしおにならず)」から味噌となる。
- 【味噌・醤油は主食】 米食文化で足りない栄養を補うために大豆は最適。
- 【不易流行】 伝統を踏まえつつも、時代とともに新しいものを取り入れていくことが大切。



グループワーク ①全国発酵食品サミット in とみやを盛り上げるためのアイデア ②家庭で取り入れている発酵食品とおすすめの食べ方

- ①・麴の使い方を知りたい
 - ・麴を育てるキットを販売または配布し育てることで愛着をもってもらう
 - ・地域ごとの味噌の食べ比べ ・本枯節(ほんかれぶし)を削る体験
 - ・甘酒とブルーベリーをゼラートにするなど、特産品と発酵食品を合わせる
- ②・お米と塩麴を一緒に入れて炊飯する(→サミットで食べ比べをしてもらう)
 - ・朝ごはんのときなどに、みそ玉を作って食べている



ブルーベリッ娘グループ



ブルピョグループ

- ①・富谷産材料でみそ作りキットを作って販売する
 - ・高校生や学生が主体となって、体験型のワークショップを行う
 - ・富谷オリジナルカルピスを作る
 - ・富谷のはちみつ、ブルーベリーとヨーグルトを合わせたスイーツを提供する
- ②・しょう油麴、塩麴を肉料理に使用する
 - ・カスピ海ヨーグルトを20年近く作り続けている



ワークショップ 「みそだれ」「みそ汁(カチューユー)」作り、試食

『みそだれ』・・・煮切りみりん(みりん1:酒1を煮立たせたもの)と味噌、酢を混ぜ合わせ、好みの味に調整する。

『みそ汁(カチューユー)』・・・お椀にみそ、削り節、わかめ・麩などの好みの具材を入れ、お湯を注ぐ。※カチューユー:沖縄のみそ汁

みそだれは豆腐やきゅうりにかけて試食を行った。小学生の参加者も簡単に作ることができ、好みの味に調整しやすいことが大変好評であった。



【感想】

- ・とても楽しかったから、地域の人たちにも参加して楽しみながら学んでほしい。
- ・初めてのワークショップの参加だったけれど、雰囲気がとてもよく話しやすかったです。
- ・発酵食品についてたくさんのことを学びました。貴重な経験になりました。
- ・金内先生の貴重なお話を聞け、発酵食品について幅広い年齢の方と交流ができて楽しかったです。