

味噌づくり教室

我が家
のお味噌

味噌は古来より私たち日本人が親しんできた発酵食品で、

腸内環境を整え、健やかな毎日をサポートします。

冬は味噌の仕込みに最適な季節です。

煮上げた大豆から作る本格的な味噌づくりを気軽に楽しく体験してみませんか？

1/19(月)

10:00～1時間程度

材料の大豆はこちらで準備します。

1/14～16に出城コミセンまで取り
に来て下さい。

大豆を水に浸す3日前より家族全員
納豆を控えて下さい。

冷蔵庫に納豆と大豆と一緒に入れな
いようにお願いします。



場 所：出城コミュニティセンター 調理実習室

参加費：1,500円（できあがり約3キロ）

（3.5リットル以上の容器を準備して下さい。）

別途費用がかかりますがコミセンでも用意できます。申込み時にご連絡下さい。）

講 師：村本 歩 さん 定 員：16名（先着順 メ切1/7）

持ち物：自宅で作った大豆・容器・エプロン・三角巾・マスク・手拭き



仕込んだ味噌は
当日お持ち帰りします。
冷暗所で保管して下さい。
秋ごろできあがります。

～ご案内～

これまでの味噌づくり教室でお世
話いただいた徳光味噌グループの
皆さんは活動を終了されました。



申込みQRコード

申込みは左QRコード または お電話で
出城コミュニティセンター：276-1286
（平日月～金 8:30～17:00）
※申込み後のキャンセルはできません