

# 手前みそ…1年後が楽しみです

●味噌づくりの工程  
●味噌づくりの工程



写真右・講師の田頭さんのお話

## 6回目の講習会

2月26日使い捨て時代を考える会の田頭千鶴子さんと勝手一栄さんに来ていただき、味噌づくり講習会を持ちました。田頭さんにはまるごと館オープン以来、毎年お世話になっています。いつも穏やかに、細やかに、丁寧に教えて頂いています。

参加者11人のうち、初めての方が7人もおられました。嬉しいですね。

### 準備として…

まるごと館での味噌づくりはお家で大豆を煮て煮汁ごと持ってきてもらう所から始まります。大豆を前々日の夜に一晩水につけ、前日にやわらかくなるまで煮ておきます。当日は煮大豆の他に



⑤

写真右が田頭千鶴子さん  
右2人目が勝手一栄さん

かめや重石用の小石(最低かめの表面を覆うくらいは必要で、多いほうが重石になって良い)と荷物が多いのですが、全て必要なものです。

準備として、小石は洗って煮沸して濃厚な食塩水を潜らせませす。塩の結晶が石についているのが見えます。

### 講習開始 発酵がうまく進むように

ビール瓶かマッシャーで煮大豆をつぶします。結構力が必要です…①

塩と麴を混ぜておくとかたまりがなく混ぜる時便利です…② 煮大豆と麴・塩を混ぜます。その時、適度に煮汁を加えます…③ 乾燥麴のためかなり水分を吸い取るので30分ぐらい放置して、様子を見ます。その時の状態で、

さらに煮汁を加えた方がいい場合があります。あまり柔らか過ぎても、硬すぎても



ビール瓶で煮大豆をつぶす

⑥

丘のように盛る



①

も発酵にはよくない。細かい作業を丁寧に

待っている間にハランをかめに合わせて切っておきます…④

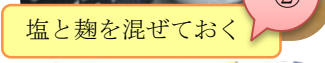
濃厚な食塩水を用意してハランやかめを拭く。塩の殺菌作用を利用します。次にかめに味噌生地を仕込みます…⑤

かめの横に付かないように小高くもり上げる…⑥

生地を丸めて投げ込むといいとよく言われますが、そうしなくても大丈夫。小石が活躍しますから。次に仕込んだ部分とかめの接触部分に軽く塩をふりかけておきます…⑦

ちょっとしたカビ対策でしょうか。丘のてっぺんをおさえるようにしてハランを敷き詰めていきます…⑧

おまじない程度にまた塩をふります。その上に小石をかめの側から置いていきます…⑨、⑩少ない時は小石をもっと置く。



塩と麴を混ぜておく

②



③

煮大豆と麴・塩を煮汁を時々加えて混ぜる



④

ハランをかめに合わせて切る



⑦

かめとの接触部分に塩をふる



⑧

ハランを敷き詰める



⑨

かめに沿って石をおく



⑩

小石を敷き詰める

## 八幡まるごと館だより

2015年3月9日/55号

＜発行＞八幡まるごと館/八幡市男山松里12-20  
(TEL&FAX) 075-983-3664(9時~17時)  
(E-MAIL) yawata@marugotokan.net  
ホームページは <http://marugotokan.net/>  
又は、八幡まるごと館で検索して下さい



八幡まるごと館は街行く人のだれもが自由に立ち寄れる“地域サロン”です。休館日は毎週火曜日全日と土・日午後です。



お昼を共にし、楽しい時を持ちました

**小石の役割**

重石用の小石で味噌生地中の空気がぬけ、発酵液ががりやすくなります。

田頭さんは「いろいろやってみたけれど、発酵のためにはこの方法(小石を置く)が一番」と昨年言われました。本当に良く考えられた方法ですね。後は上からラップをします。発酵してきた時の液の蒸発を防ぐのだそうです。あとは時々どきながら、じっと1年待つ。待てるでしょうか?

とりとめもなくだらだら書きました。もう6年も教えていただいています。自分自身の作業には進歩がないように思うのです。だって毎年カビとお友達ですから。味噌づくりに...

スーパーで買った味噌がどんなに美味しくても、味わう中で人と人の関係を思ったり、大豆・麴を作った人

に思いを寄せたりしません。この手作り味噌は味だけではない色々なことを感じさせてくれる。そういう意味で素敵です。特にまるごと館でのこれまでの講習会でのやり取り等の思いがいっぱい詰まっています。続けられる限り頑張ります。

**ありがとうございました**



講師の安井富子さんが急に来られなくなり、今回勝手さんが来て下さいました。田頭さん、勝手さんお忙しい所をありがとうございました。

いつも甘えて、安心してお願いしていますし、パワーを頂いています。今後ともよろしくお願い致します。

**<七宝まり講習会> 2月26日10時~**

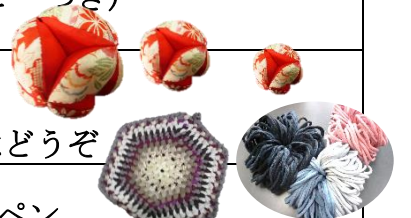


シルクの布を使って、七宝まりを作ります。「七宝文様は輪と輪が繋ぐとされることから、人と人の輪が上手く保てる」効果が望まれるそうで

す。古い着物をほどこき、洗ってアイロンをかけ、接着芯を付けてからの作業だったので、助かりました。12個のパーツを作るのが次回までの宿題です。なかなか難しいです。直ぐに取り掛かれるように準備して下さったのは古城千鶴さんです。



<p><b>&lt;パソコン教室&gt;</b> 基本的には毎週月曜日 10時~12時です 3月2日、9日、16日、23日、30日 参加費用 300円(コーヒーつき) 講師 吉田恒夫さん 次月は4月6日、13日、20日、27日の予定です。</p>
<p><b>&lt;絵手紙講習会&gt;</b> ちょっとゆったりしませんか。 3月11日(水)です。午後1時30分~ 特に持ち物は要りません。 講師 森本玲子さん 参加費 450円(コーヒーつき) 次回は4月8日(水)です</p>
<p><b>&lt;七宝まり講習会&gt; 2回目</b> 3月19日(木)10時~ 講師 古城千鶴さん 申し込みは終了しています。見学される方はどうぞ</p>
<p><b>&lt;マットを作りませんか&gt;</b> 3月20日(金)10時~ 持ち物 ホチキス、ペン 講師 森本玲子さん 参加費 400円 靴下の不要になった部分で マットが作れます。図は正六角形のものですが、長方形のものも作れます。簡単にできます。ご参加ください。</p>
<p><b>&lt;収穫祭&gt;</b> 4月19日(日)9時~ タケノコや地元の春の野菜(葉物)等 どうぞお楽しみに 野菜がなくなり次第終了します</p>



**<絵手紙講習会> 2月11日13時30分~**



干しカレイも登場しました。毎回楽しい時間です。森本玲子さんのお人柄に魅せられます。

**<パソコン教室> 2月9日10時~**



が多いです。人によって課題が違うので、待っていただくこともあります。楽しんでパソコンに向かい合っておられます。お世話

毎週月曜日。新しく参加される方 になっている講師は吉田恒夫さんです

**<あんなこと・こんなこと>**

\* 今回の味噌づくりには多くの申し込みがありました。場所的には10人が作業するのがやっとという状態でしたので、講習会の前後に1回ずつ味噌づくりを行いました。もっと広い所なら、すべての申し込みを受けられることが出来たと思うのですが、申し込まれた方すみませんでし

た。来年はいい方法を考えます。  
\* 味噌づくりに必要なハランを本当にたくさん頂きありがとうございました。感謝申し上げます。  
\* 毎回書いていますが、カビがきてもハランの下は大丈夫です。味噌ができるのを楽しみにして待ちましようね。(うえたにじゅんこ)