



女性のイチオシカフェ通信は、京都府内で地域を元気にしたい！そんな思いで明るく元気に活躍されている方々の、こだわりのもの・活動・イベントなど、女性のイチオシ情報を紹介しています。
ホッと一息、カフェタイムにほっこりと読んでいただけたら嬉しいな♡

今回のイチオシ！

春の手造りお醤油講習会 in 綾部

春に仕込んで秋にしぼる、手軽で美味しい手造り醤油の輪が広がっています♪



昔、それぞれの家で造られていたお醤油でしたが、今ではすっかり買うのが当たり前の調味料になってしまいました。今までのお醤油造りは、冷暗所で手間暇かけて毎日かき混ぜて造られていましたが、私達が造る萩原流のお醤油は、春に仕込んで6月から一気に温度をあげて、月に一度天地返しをすると、その年の秋には美味しいお醤油が出来上がる、とてもお手軽にできるお醤油です。1樽（ホームセンターで販売されている800mlの漬物樽）で一升瓶約30~32本のお醤油ができて上がります。

今年の原料は長野県・安曇野産の小麦と大豆にこだわった丸山醸造さんの愛情いっぱいに注がれて造られた麴です。今、日本中で国産大豆と小麦の自給率は大変低く、地元上林でも手に入れることはできません。私達は、昨年11月に荒廃した農地約10haに、農林61号と伝統的な小麦品種の南部小麦を無農薬で栽培しています。この6月には昔品種の大豆も無農薬で栽培し、来年のお醤油の麴になる原料の栽培に力を入れて、楽しい手造り醤油の輪を広げて、村おこしに繋げていきたいと願っています。どなたでもお気軽に参加できるように3つのコースを準備しています（詳細は裏面）。是非、私達と一緒に手造り醤油の楽しさを味わって下さい♪

講習会の日程
4月の毎週**日曜**と**29（木）**
場所：きらり上林
旧奥上林小学校 園舎
時間：午前11:00~15:30
講習料（昼食付）：3,000円
材料費 1樽分：20,000円
（原料・麴加工代、送料、塩の料金）
* 秋にはしぼりの講習会を開催します。

このイチオシ内容に関するお問い合わせ

きらり上林 代表 齊藤 典加

〒623-1131 京都府綾部市睦寄町行道前2-7
携帯：090-5667-9057（齊藤） FAX：0773-55-0002
<http://kirarikanbayashi.web.fc2.com/index.html>
e-mail：kirarikanbayashi@livedoor.com



イチオシ・レポーター
齊藤 典加



3つのコースから選んで参加してください

A 1～2人で造るこだわりコース 仕込みから絞りまで自分で管理するこだわり派コース。

自宅で仕込むため800の樽を1つ準備しておいてください。一樽分の麴を二人で分ける場合は400の樽を二つ準備しておいてください。秋には1樽（80リットル）一升瓶約32本のお醤油が絞れます。

- 参加費（昼食代）と麴代実費 一人の場合 参加費3,000円、麴1樽20,000円、
二人で一樽を分ける場合は 参加費一人3,000円と麴半樽分10,000円

*秋の絞りの際は1樽6,000円のしぼり費がかかります。半樽に分けた場合は半樽のしぼり費が4,000円

B 3～4人で造るわいわいコース グループで樽を管理するので経済的なコース。

グループで樽を管理していただきますので800の樽を仕込む樽数準備しておいてください。

- 参加費（昼食代） 一人3,000円×参加人数分 ・ 麴代実費 1樽20,000円
*グループで経費とお醤油約一升瓶32本分を人数割りできてお得です♪。

C お醤油造りを1日体験 こちらで準備した樽でグループになって体験します。

きらり上林で管理する樽を使って仕込みの体験を楽しめます。

- 参加費 一人3,000円（昼食付） 冬にしぼったお醤油（720ml）1本、お土産付きです。

・・・ 講習会の内容 ・・・

11:00～ 塩切り作業の説明後、麴と塩を混ぜる塩切り作業の実施。

*自宅で醤油を仕込む方は米袋に塩切りした麴を詰めて持ち帰り、家で仕込み作業を行います。

12:30～ 昼食 秋にしぼったお醤油、もろみを使った野草料理の昼食がございます。

13:15～ 仕込み作業の説明の後、麴と水を混ぜる仕込み作業の体験。

秋のしぼりまでの作業説明と管理方法の説明、質疑応答

15:30 解散

- *きらり上林で樽の管理を希望される方は別途管理費が月8回×500円かかります。
- *秋のお醤油講習会では、しぼりの作業を行います。その際には持ち帰った樽を持ってきていただきます。
- *秋のお醤油絞り講習会では、しぼり費6000円+講習費3,000円（昼食付）がかかります。
又、出張でしぼり講習を希望される場合は別途交通費などの経費がかかりますのでご了承下さい。

申し込み用紙 FAX: 0773-55-0002

A・Bコースは3月10日まで、Cコースは参加希望日の1週間前までに申し込んでください。

参加者(代表)				グループ名	()人で参加
ご住所	〒				
TEL			FAX		
メールアドレス					
日程	①4日・②11日・③18日・④25日・⑤29日(木・祝) *1つに○を付けて下さい				
コース	Aコース1樽(1人・2人)・Bコース()樽()人・Cコースに参加				
樽の管理	自分たちで管理する		管理を希望する		*どちらかに○を付けて下さい

*複数でA・Cコース申し込みの場合でも一人ずつ申し込んでください。

*Bコースでお申し込みの場合はグループ代表者、グループ名、参加される人数を記載してFAX願います。