

令和6年度 春日部市PTA連合会 第2回専門委員会

味噌づくりで腸元気

日時：令和7年2月26日（水）午後2時～
場所：大風文化交流センター「ハルカイト」大会議室・実習室
講師：一般社団法人くっくるこんぺいと
おむすびcafe空と糸 代表 長島真理子 氏

講演

小学生向けの講座で使用されているスライドを使った長島先生の講演。腸活について楽しく教えていただきました。



味噌づくり

よく手を洗ってから・・・長島先生が厳選してくださった材料（大豆250g、こうじ250g、塩100g）を使い、みんな一心不乱に潰す！混ぜる！こねる！思わず楽しくなり、会話も弾みます。

出来上がりは半年から1年後。
それまで各自のお家で発酵させます。
最後に長島先生からワンポイントアドバイス！
子供の手の常在菌が良い仕事をするとのこと。自宅に帰ったら我が子にも触ってもらいました。
出来上がりが楽しみです！

