

令和7年度 仙台管内社会教育拠点施設訪問

## 富谷市 東向陽台公民館

「発酵食を楽しもう」～発酵あんこ＆甘酒講座～

令和7年9月12日（金）実施

### 事業の概要

令和7年10月11日（土）、12日（日）の2日間、富谷市では、「富谷中央公民館」をメイン会場に「第15回全国発酵食品サミット in とみや」を開催。これを受け、「おいしく食べて健康にもつながる発酵食品」について、「時代を超えて受け継がれてきた日本の発酵文化」を学びながら、実際に調理する体験講座を実施。応募者多数のため、抽選で21名を決定。うち男性は1名。年齢層は幅広く、子育て世代から祖父母世代までと様々。

「免疫機能を整える講座」ということで、どの参加者もスタート時から目を輝かせて講師の話に聞き入る。水筒で手軽に作れる「甘酒」、甘酒とヨーグルトのダブル発酵効果の「ヘルシーティラミス」、コクとピリッとした風味の「手作りコチュジャン」作りを楽しんだ。

### 講師

講師 麴生活マイスター ララン主宰 菊池 仁美 氏

### 当日の様子

