

発酵を楽しむ会

2026年度
年間スケジュール

観音山ファミリーパーク クラフトB工房

群馬県立 観音山ファミリーパーク

県民ユニット

【発酵調味料仕込みワークショップ】

調味料を手作りして食卓に発酵食を取り入れませんか？

市販の調味料とは違う微生物が醸（かも）しだす

酵素たっぷりの美味しい調味料を作ります。

ご家庭での活用法をお伝えします。

4/20 (日) 13:30~15:00	お母さんと赤ちゃんの 発酵食と離乳食講座	【お母さんと赤ちゃんに必要な発酵食】【赤ちゃんの体内酵素】 【離乳食の進め方】などのお話をします。テキスト付き。 赤ちゃん・お父さんと一緒に！お母さんの発酵食試食付き。 A工房でお話し後、B工房に移動してご試食となります。	参加費 ¥3500 持ち物なし
5/12 (月) 11:00~12:00	醤 (ひしお) 仕込み	醤 (ひしお) とは醤油や味噌の原点と言われている究極の 旨味調味料です。醤の麴と醤油を混ぜて持ち帰り、2週間ご 家庭で発酵させます。そのままお醤油として、炒め物に入 れると味噌のようになります。すぐ使える醤お土産付き。	参加費 ¥3200 持ち物 エプロン・三角巾 エコバッグ
6/15 (日) 13:30~14:30	朝天醤 (ちょうてんじゃん) 仕込み	旨味たっぷりの辛い調味料です。朝天唐辛子・醤油・米麴 にんにくを混ぜて持ち帰り、1週間ご家庭で発酵させます。 辛いので大人向きですが、後入れできるので辛い物が好きな 方におすすめです。家で作れる酸辣湯麺レシピ付き。	参加費 ¥2200 持ち物 エプロン・三角巾 エコバッグ
7/20 (日) 13:30~14:30	麴キムチの素 ヤンニョム 仕込み	麴入りのキムチの素です。キムチ用の唐辛子・甘酒・塩辛 醤 (ひしお) ・ニラ・にんにく・しょうが・りんごを混ぜて お持ち帰り。すぐ食べられます。野菜と混ぜてキムチに。そ のままアボカドや白いご飯にかけても美味しいです。	参加費 ¥2700 持ち物 エプロン・三角巾 クーラーバッグ
8/17 (日) 13:30~14:30	ぼん酢醤油 仕込み	ゆずとすだち入りのぼん酢醤油です。伝統的な製法で作られた 醤油・味醂・酢を使います。混ぜて持ち帰り、ご家庭の冷蔵庫 で1週間寝かせます。鰹と昆布も入れますので旨味もあります。 ツンとしすぎないまろやかなぼん酢醤油ができます。	参加費 ¥2200 持ち物 エプロン・三角巾 エコバッグ
9/21 (日) 13:30~14:30	醤 (ひしお) 仕込み	醤 (ひしお) とは醤油や味噌の原点と言われている究極の 旨味調味料です。醤の麴と醤油を混ぜて持ち帰り、2週間ご 家庭で発酵させます。そのままお醤油として、炒め物に入 れると味噌のようになります。すぐ使える醤お土産付き。	参加費 ¥3200 持ち物 エプロン・三角巾 エコバッグ
10/19 (日) 13:30~14:30	朝天醤 (ちょうてんじゃん) 仕込み	旨味たっぷりの辛い調味料です。朝天唐辛子・醤油・米麴 にんにくを混ぜて持ち帰り、1週間ご家庭で発酵させます。 辛いので大人向きですが、後入れできるので辛い物が好きな 方におすすめです。家で作れる酸辣湯麺レシピ付き。	参加費 ¥2200 持ち物 エプロン・三角巾 エコバッグ
11/16 (日) 13:30~14:30	麴キムチの素 ヤンニョム 仕込み	麴入りのキムチの素です。キムチ用の唐辛子・甘酒・塩辛 醤 (ひしお) ・ニラ・にんにく・しょうが・りんごを混ぜて お持ち帰り。すぐ食べられます。野菜に混ぜてキムチに、そ のままアボカドや白いご飯にかけても美味しいです。	参加費 ¥2700 持ち物 エプロン・三角巾 クーラーバッグ
12/21 (日) 13:30~14:30	ぼん酢醤油 仕込み	ゆずとすだち入りのぼん酢醤油です。伝統的な製法で作られた 醤油・味醂・酢を使います。混ぜて持ち帰り、ご家庭の冷蔵庫 で1週間寝かせます。鰹と昆布も入れますので旨味もあります。 ツンとしすぎないまろやかなぼん酢醤油ができます。	参加費 ¥2200 持ち物 エプロン・三角巾 エコバッグ
1/18 (日) 2/15 (日) 3/15 (日) 13:30~15:00	味噌 仕込み	大豆・塩・米麴のみの味噌を仕込んで持ち帰り、ご家庭で半年 から1年発酵熟成させます。茹でて潰した大豆を用意するの で、混ぜて容器に詰めるだけで仕込めます。お子様とのご参加 大歓迎です。食育に腸活におすすめです。約2.5kg出来上がり。 お手入れ方法や保管場所についてもお話しします。容器付き。 容器持参可能です。当日お持ちください (5ℓ以上の丸形の樽)	参加費 ¥4200 持ち物 エプロン・三角巾 エコバッグ

完全
予約制

詳細・ご予約
こちらから



- ご予約は開催日より3日前までをお願いします
- 左記二次元コードを読み取り予約してください
- 下記電話番号よりお問合わせください
- メールはこちら→ponponaroma@gmail.com

Chouette! シュエット 発酵教室 田村 智子 080-6801-9474

お気軽にお問合わせください♪