

みそ作りの季節到来！ 今年の冬は、みそを手作りしませんか？



- TOPICS ① 1 回完結の教室〈みそを仕込む会〉を2月に開催
 ② 20分で仕込める「混ぜるだけ手作りみそキット」新発売！
 ③ みその仕込み方を動画でも紹介

全国で料理教室を開催する一般財団法人ベターホーム協会（本部所在地：東京都渋谷区、理事長：大塚義幸、以下ベターホーム）では30年以上前から手作りみそを仕込む講習会を行い、家庭に普及してきました。来年も2月に開催します。「寒仕込み」という言葉があるように、冬は気温が低く、発酵がゆっくり進むので、みそ作りによい季節。家庭でみそを作るよい点は、まず、そのおいしさ。芳醇な香りとうま味は、自分で作ったとは思えないほどです。さらに、プロセスも楽しみのひとつで、日を追って発酵していく様子に、愛着が湧いてきます。また、食べものを手作りすることは食に対する知識を深めます。

自宅でみそを仕込みたいという方向けに、少量で気軽に始められる「混ぜるだけ手作りみそキット」、本格派の「みそ作り材料セット」の販売もしています。「みそ作り材料セット」を使った仕込み方はベターホームのYouTubeチャンネルで動画を紹介中。ぜひ、読者の皆さまにご紹介ください。

※画像をデータでご用意しています。メールでお送りしますのでご連絡ください。

① 1 回完結の教室〈みそを仕込む会〉を2月に開催

- **実習内容**：大豆の水煮、乾燥米こうじ、粗塩を使ってみそを仕込み、1人2kgをお持ち帰りいただけます。
 家で熟成させる際の手入れの仕方も説明します。
- **定員**：32名（スタジオは6～8名）
- **講師**：ベターホームのお料理教室の先生
- **会費**：6,600円（税抜6,000円）※テキスト代別途350円（税込）
- **持ち物**：エプロン、三角巾（任意）、手をふくハンドタオル、筆記用具、テキスト代、持ち帰り用手さげ袋
- **日程**：午前/10:00～12:00、午後/14:00～16:00

銀座教室	2/24（月・振替休日）午後	横浜教室	2/11（火・祝）午前
二子玉川スタジオ	2/16（日）午後	玉川学園前スタジオ	2/17（月）午後
西千葉スタジオ	2/20（木）午後	南柏スタジオ	2/24（月・振替休日）午後
北浦和スタジオ	2/26（水）午後	梅田教室	2/23（日）午後
神戸住吉スタジオ	2/22（土）午前	名古屋スタジオ	2/4（火）午後
札幌スタジオ	2/11（火・祝）午後	仙台スタジオ	2/2（日）午後

- **会場**：ベターホームのお料理教室

銀座教室 中央区銀座4-10-3 セントラルビル3、4、5階 【都営浅草線東銀座駅より徒歩1分】

横浜教室 横浜市神奈川区鶴屋町2-24-1 谷川ビル9階 【横浜駅きた西口より徒歩3分】

梅田教室 大阪市北区芝田2-8-1 【JR大阪駅 阪神・地下鉄梅田駅より徒歩8分】

札幌スタジオ 札幌市中央区大通西18-1-36 インフィニート大通6階 【地下鉄東西線西18丁目駅より徒歩1分】

仙台スタジオ 仙台市青葉区春日町3-8 春日町ファインビル802

【仙台市営地下鉄南北線勾当台公園駅より徒歩15分、バス停市民会館前より徒歩1分】

二子玉川スタジオ 世田谷区玉川 3-4-3 GranDuo 二子玉川 101 号室 【二子玉川駅西口より徒歩 4 分】
 玉川学園前スタジオ 町田市玉川学園 7-4-7 三睦（さんぼく）ビル 2-B 【小田急線玉川学園前駅より徒歩 1 分】
 西千葉スタジオ 千葉市中央区春日 2-1-9 テラス椿 1B 号室 【JR 西千葉駅南口より徒歩 4 分】
 南柏スタジオ 流山市向小金 2-447-40 【JR 南柏駅東口より徒歩 4 分】
 北浦和スタジオ さいたま市浦和区常盤 9-31-6 ATビル 5 階 【JR 北浦和駅西口より徒歩 3 分】
 名古屋スタジオ 名古屋市中区丸の内 2-13-16 丸の内スクエア 10 階 1001 号室
 【地下鉄桜通線丸の内駅より徒歩 4 分】
 神戸住吉スタジオ 神戸市東灘区住吉本町 1-11-22 リプラス住吉本町 2 階 301 号室 【JR 住吉駅より徒歩 2 分】

● **申込み**：電話、またはホームページから受付。【規約】と【ガイド】確認のお願いを送付します。

ベターホーム協会 03-3407-0471

【電話受付 月～金 9:30～17:30 土・日:9:30～17:00 祝日:9:30～14:00】

<https://www.betterhome.jp/school/oneday/all/389>

※申込みは 2025/1/4 インターネット：0:00～ 電話：9:30～受付です。



② 20 分で仕込める「混ぜるだけ手作りみそキット」新発売！

その他のみそ作りの道具と材料も販売中

ベターホーム協会ではみそ作りの材料と道具を長年販売しています。従来のみそ作りの材料は、4kg のみそが仕込める分量ですが、初めてみそを仕込む方にもより手軽に、食べ切れる量を仕込んでいただけるよう、2024 年 12 月 25 日に「混ぜるだけ手作りみそキット」を発売しました。このキットは、蒸し煮にした大豆をすりつぶして塩を混ぜた「すり大豆」、米こうじ、仕込み用袋のセット。すり大豆と米こうじを混ぜて袋に詰めるだけ、約 20 分で仕込みが完了。袋越しに発酵の様子を見ながら、常温で 4～6 ヵ月ほど発酵させれば、約 800g のみそができあがります。特別な道具がなくても、家庭にある調理道具で、手軽にみそ作りが楽しめます。また、これまで販売してきたみそ作りの材料や道具も引き続き販売しております。

<p>【新発売】 混ぜるだけ手作りみそキット <パッケージ></p>  <p><セット内容></p> 	<p>少量 800g のみそを手軽に仕込めるセットです。みそ作りが初めての方、仕込み容器やスペースがない方、1～2 人分の食べきり量を作りたい方、食育のため子どもを作りたい方にもおすすめ。</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 商品名：混ぜるだけ手作りみそキット ● 価格：税込 1,242 円（税抜 1,150 円） ※送料別 ● 発売日：2024 年 12 月 25 日 ※冬期限定販売 ● キットの内容：米こうじ（200g）、すり大豆（550g）、レシピリーフレット、仕込み用スタンド袋 ※すり大豆は、なめらかにすりつぶした蒸し煮大豆と塩が混ぜられています。 ● 賞味期間：製造より 4 ヵ月 直射日光・高温多湿を避けて保存してください。 ● 「混ぜるだけ手作りみそキット」を使ったみその作り方 <p>【使用する道具】 ボール、計量カップ、（あれば）ゴムべら、食品用アルコールスプレー（または 35 度以上の焼酎などのアルコール）、キッチンペーパー</p>
--	--

<p><仕込んだ状態></p> 	<p>①使用する道具を熱湯かアルコールで消毒し、仕込み用スタンド袋をアルコールで消毒する。</p> <p>②米こうじに 50～60 度の湯をまわしかけてなじませ、10 分おく。</p> <p>③米こうじにすり大豆を混ぜ、だんご状に丸める。</p> <p>④仕込み用スタンド袋に詰めれば仕込み完了。月に一度様子を見て、袋の上から表面をもむ。</p> <p>※掲載をご検討いただける場合は商品サンプルをお送りできますのでご連絡ください。</p>
<p>みそ作り材料セット</p> 	<p>本格的に約 4kg のみそが作れる材料のセットです。大豆は水煮になっているので、温めるだけで使えます。別途仕込み容器や重石を使用して仕込みます。</p> <ul style="list-style-type: none"> ●商品名：みそ作り材料セット ●価格：税込 4,350 円(税抜 4,028 円) ※送料別 ●セット内容:みそ作り用大豆缶詰 (2.3kg)、米こうじ (1kg)、天塩 (500g) ※450g を使用します。 ●賞味期間: みそ作り用大豆缶詰 (製造から 2 年)、米こうじ (製造から 1 年) 直射日光・高温多湿を避けて保存してください。
<p>みそ作り道具スターターキット</p> 	<p>4kg のみそ作りの容器と重石、写真入りでわかりやすいテキストのセットです。</p> <ul style="list-style-type: none"> ●商品名：みそ作り道具スターターキット ●価格：4,832 円(税抜 4,393 円) ※送料別 ●キットの内容:『かんたん手作りみそテキスト』・ポリ樽×各 1、ポリ重石×2

■購入方法

- ベターホームの公式オンラインストア「ネットショップ」

<https://net-shop.betterhome.jp/>



- お電話

ベターホーム協会 電話：03-3407-0471 [電話受付 平日 9:30~17:30]

- ベターホームのお料理教室 併設ショップ ※一部教室では取り寄せ

<https://www.betterhome.jp/school/map/>



③ みその仕込み方を動画でも紹介

「みそ作りセット」を使って、失敗なく仕込むコツをご紹介します。

<https://youtu.be/OYkAOe3Hk4A>

(ベターホームの YouTube チャンネルにつながります)



【一般財団法人ベターホーム協会】

1963 年創立以来、料理教室や出版を通して、食分野での消費者教育を行っています。

料理と栄養の知識、食材の買い方や保存のしかた、環境のことなど、食と暮らしについて教え続け、

2023 年に 60 周年を迎えました。

<https://www.betterhome.jp>

【本件に関するお問合せ先】

一般財団法人ベターホーム協会 企画広報部

〒150-8363 東京都渋谷区渋谷 2-20-12 渋谷日永ビル

Tel : 03-3407-8712 (直通) Fax : 03-3407-0479

Mail : kouhou@betterhome.jp