

# 手作り味噌の研究

家庭班 奥野 恭佳  
安松 佑季乃

## 1. はじめに

この10年で味噌の消費量が5分の1にまで減っている。その一方で平成25年の総務省家計調査によるとインスタントなどの即席で作ることができる味噌汁の消費量は5割増えているようだ。このことから家庭で自分たちが味噌を使う量は減ってきていることがわかる。そこで、味噌への親しみを持つことが味噌離れを解消することができると考えたので手作り味噌の研究をした。

## 2. 研究内容

まず味噌について調べて知識を深め、実際に味噌を作った。

### (1) 作り方

1. 茹でた大豆を潰す



2. 茹でた大豆と米麴を混ぜ合わす



3. 空気が入らないようにむらなく敷き詰める



## (2) 手作り味噌の利点

- ・麴や塩の量が調節できる
- ・添加物、保存料をなくすことができるので健康によい
- ・発酵期間を変えることで一度の仕込みで何種類もの味噌を作ることができる
- ・自分好みのみそを作ることができる
- ・味噌を家庭で楽しむ機会が増える

## 3. まとめ・感想

味噌は家庭などで手作りすることを通してコミュニケーションが増えて楽しむことができ、また、味噌はがん予防になるなど健康面でもたくさんの良いところがあるので味噌離れを解消するためにも手作り味噌を広めていきたい。

## 4. 参考 Web ページ

政府家計調査 <http://www.stat.go.jp/data/kakei/2.htm>

マルカワみそ <http://marukawamiso.com/>