

令和4年度仙台管内社会教育拠点施設訪問

名取市 増田公民館

「女性セミナー 女性に嬉しいほうじ茶の秘密」

11月15日(火)開催

名取市増田公民館では、女性に必要な生活課題に関する体験学習を通じて、新たな気付きを得ることにより、意欲の向上と心身ともに健やかで潤いのある生活を送るための一助とする目的で、女性セミナーを開講しています。今年度は16名の参加者のもと、全7回シリーズ※1で開催しています。各回の内容については、前年度の受講者のアンケート結果を基に、職員で話し合っ決定しています。講座の案内は、「増田公民館だより4月号」に掲載し、同時に公民館のホームページでも受講案内を掲載します。申し込みは、公民館の窓口に直接または電話にて申し込みをする方法を取っています。募集定員は、先着16名となっており、大変人気の高い講座のため、応募開始1時間で定員となりました。年齢層は60代から70代が中心です。視察当日の参加者は、2名欠席で14名が参加していました。

講師は、株式会社伊藤園マーケティング本部販売促進部第二課 下田聡子氏。伊藤園では社会貢献事業の一環として、小学校や高校、公民館等において無償でお茶に関する講座を開催しています。材料費も無償になっているそうです。

講座は、はじめにお茶に関する基礎知識のお話がありました。緑茶、烏龍茶、紅茶の違いや、ほうじ茶の成分などについて話がありました。その中で受講者が一番驚きの声をあげたのが「番茶」についての話でした。東北地区では番茶はほうじ茶と一緒に考えられていますが、実は番茶は緑茶で、2番目以降に摘み取られたお茶を番茶と呼ぶので、一番茶以外の緑茶はすべて番茶となることでした。その後は実際にフライパンでほうじ茶を作り試飲する活動や、ほうじ茶と牛乳で作るほうじ茶ラテも試飲しています。

講座終了後の質問タイムでは、保存方法や、お茶の葉の料理などについても質問があり、講師が丁寧に回答していました。参加者は、今日学んだことを各家庭で実践し、リラックス効果の高いほうじ茶を、自家製で焙煎して楽しんでいくことと思います。

| | | | | |
|----|-----|-----------|-------|-------------------------|
| ※1 | 第1回 | 5月31日(火) | 実 技 | ピラティスで身体ケア |
| | 第2回 | 6月21日(火) | 講話・実技 | 発酵食で免疫力UP「おからみそ作り」 |
| | 第3回 | 7月19日(火) | 実 技 | バランスボールでらくらく血行促進 |
| | 第4回 | 9月20日(火) | 講話・実技 | ハーブの活用法「蒸留水で作る美肌ジェル」 |
| | 第5回 | 10月11日(火) | 移動学習 | 柳津虚空蔵尊・海老喜蔵の資料館 登米教育資料館 |
| | 第6回 | 11月15日(火) | 講話・実技 | 女性に嬉しいほうじ茶の秘密 |
| | 第7回 | 12月6日(火) | 講話・実技 | 麴に学ぶ健康調味料 |



お茶についての基礎知識の説明。
「へ～そうなんだ!」新しい学びがありました。



講師から煎り方を教えてもらいます。
講師:「こげないように気を付けて!」



緑茶をフライパンで煎ってほうじ茶を作ります。いい香りが部屋中に漂います。



ほうじ茶を牛乳とあわせてほうじ茶ラテも作りました。



自分で作ったほうじ茶を試飲。
講師:「ほうじ茶はリラックス効果があり、どんな料理にも合います。」