

沖縄そばの歴史とそば手打ち体験 ” 滝川的小麦と屋我地の塩でそば麺づくり 群馬県館林市の正田しょうゆで汁作り”

日 時 : 令和5年10月21日(土)
9:30~13:30
場 所 : 名護中央公民館 調理実習室

対 象 : 親子(小学生以上) 一般

参加者 : 19名(大人19名・こども2名) *申込人数20名(キャンセル1名)

講 師 : 宮里 辰宏 氏
アシスタント: 宮里 寿賀子 氏

性別	
男	10
女	9

参加者について

20歳~29歳	1
30歳~39歳	2
40歳~49歳	5
60歳~69歳	1
70歳以上	8
小学生	2

開催希望曜日

水曜日	2
木曜日	1
土曜日	7
土、日曜日	1
回答なし	8

希望時間帯

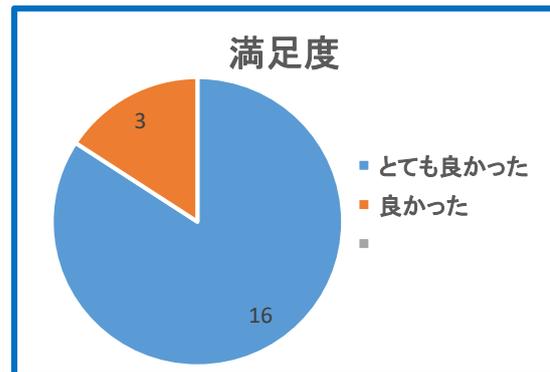
10時~12時	8
13時~15時	1
15時~17時	1
回答なし	9

何で知りましたか

チラシ・ポスター	10
家族・知人	8
その他	1

お住まいの地域

大北	2
大南	2
大西	1
宮里	2
宇茂佐の森	2
屋部	1
中山	1
田井等	1
許田	2
喜瀬	1
名護	1
回答なし	3



【講座終了後大人アンケートより】19人回収

◎講座を受講しての感想・意見等がありましたらお書き下さい。

- ・「そば」という名称が気がかりでした。歴史を知って”なるほど”
時間のタイミングで先生の話が聞けて良かったですのんびりした雰囲気楽しい時間が過ごせました。
- ・麺が塩だけでしっかり味がついていて美味しかった。この講座をきっかけに家でこだわりそばを作りたいと思った。三枚肉も美味しくレシピを見ながら挑戦してみたい。
他にも麺を作る際に色々な物を混ぜてみたい。
- ・ほとんど子供にまかせました。麺が極太でした。子どもの主体性を育てることが出来た気がします。
ありがとうございます。
- ・自分で作る楽しさと、手打ちの大変さを学べてとてもいい経験でした。
ありがとうございます。
- ・初めてでしたが細かい所まで説明で良く分かりました。美味しいそば汁でした。
ありがとうございました。
- ・そば打ちはむづかしいと聞いていたので期待と不安があったけど出来上がりに満足感があり、
また、市販の麺との違いもあり美味しかったので残りの分は友達にもご馳走したいと思います。
後3回程は受講したい講座でした。
- ・初めての体験でした。これから家庭料理に活用します。
- ・とても良かった。又あれば参加したいです。
自分の麺は硬かったがたくさん学べるがありました。

【講座終了後大人アンケートより】19人回収

◎講座を受講しての感想・意見等がありましたらお書き下さい。

- ・小麦、塩が名護に関係するもので良かったです。
- ・初めての体験だったので楽しかったです。
- ・今日の講座を生かし、今日やったことを未来に生かしていけるように努力していきたいです
- ・そば麵を手打ちで体験できてよかった。小麦がいい味を出していたのか塩がいいのか麵のうまみを感じられた。
- ・楽しかった。 ・大満足です。楽しかったです。
- ・そば打ち体験初めてで、非常に勉強になりました。家庭でも作ってみます。
- ・調理に使う道具をもっと各テーブルごとに揃えてほしかった。何を使っていいか分からず戸惑うところがあった。
- ・沖縄そばの歴史を知り、作り方も知ることができてよかった。
- ・沖縄そばの歴史そば打ち体験でいろいろな事を教わり大変良かったです。
- ・自分で作ったそばは大変おいしかった。自宅でも作ります。ありがとうございました。
- ・手作りがおいしかったです(小1)
- ・今日沖縄そば作り体験をして、沖縄そばは作るのが作るのが大変だと知りました(高学年)

◎次に希望する講座について、ご意見がありましたらお書きください。

- ・料理教室(沖縄料理)
- ・園芸ハーブ教室
- ・パソコン教室
- ・パソコン、スマホ
- ・竹かご作り
- ・ジャングルトレッキング
- ・釣り講座
- ・お菓子づくり、ラーメンづくり
- ・野菜づくり
- ・たこ焼きづくり、チョコレート作り
- ・次は釣り講座参加したいです。 ・夜の散歩 ・色々な工作
- ・クラフトバック作り
- ・園芸(ハーブ、リラックス系)

◎好きなそば屋さん？

- ・我部祖河そば ・幸ちゃんそば
- ・新山そば(フーチー・丸隆そば
- ・大城そば ・玉家Jr
- ・宮里そば ・むかしむかし

手作り沖縄そば
三枚肉、ネギ
かまぼこ、紅しょうが
簡単ジュシー

手づくりそば&ジュシー



☆担当所見

沖縄そばが正式に「そば」と認められた歴史のミニ講話を聞き、名護市内には40店舗程のそば屋さんがある(食堂、バーラー含む)とミニ知識を教えてくださいました。

小麦粉は名護市の友好都市滝川ハルユタカ、そば汁には群馬県館林市の正田しょうゆを使用、名護市の友好都6ヶ所を紹介(北海道滝川市、大阪府枚方市、岩手県八幡平市、群馬県館林市、アメリカ合衆国ハワイ州ヒロ、ブラジル連邦共和国ロンドリーナ市)都市の話や商品などを学ぶことができました。

そば打ちでは各自1人そば粉を打ち、腰のある麵を目指して楽しみながらそれぞれに味のある麵が出来上がりました。

三枚肉、かまぼこ、お好みで紅しょうが、ネギを添えて熱い汁(群馬県館林市の正田しょうゆ)でいただきました。手づくりでこんなにも美味しく作れる沖縄そばに満足です。

名護市の魅力と美味しさがいっぱい詰まった講座になりました。



ハルユタカ、重曹と屋我地の塩で
麵づくり、こねこねこね

事前の使用する鍋、お皿等の
準備不足で大変お手数
おかけいたしました。
すみません()

沖縄そばの歴史とそば手打ち体験
” 滝川の小麦と屋我地の塩でそば麵づくり
群馬県館林市の正田しょうゆで汁作り”



ご家族、お友達、
親子、区長さん
みんなで
一緒に楽しみながら、
美味しい(^^♪
沖縄そばづくり!!

□ 令和5年度 名護中央公民館講座

沖縄そばの歴史とそば手打ち体験
” 滝川の小麦と屋我地の塩でそば麵づくり
群馬県館林市の正田しょうゆで汁作り”

日 時 : 令和5年10月21日(土)
9:30~13:30

場 所 : 名護中央公民館 調理実習室

対 象 : 親子(小学生以上) 一般

講 師 : 宮里 辰宏 氏
アシスタント:宮里 寿賀子 氏

【講座終了後大人アンケートより】19人回収

◎講座を受講しての感想・意見等がありましたらお書き下さい。

- ・「そば」という名称が気がかりでした。歴史を知って” なるほど” 時間のタイミングで先生の話が聞けて良かったですのんびりした雰囲気楽しい時間が過ごせました。
- ・麵が塩だけでしっかり味がついていて美味しかった。この講座をきっかけに家でこだわりそばを作りたいと思った。三枚肉も美味しくレシビを見ながら挑戦してみたい。他にも麵を作る際に色々な物を混ぜてみたい。
- ・ほとんど子供にまかせました。麵が極太でした。子どもの主体性を育てることが出来た気がします。ありがとうございます。
- ・自分で作る楽しさと、手打ちの大変さを学べてとてもいい経験でした。ありがとうございます。
- ・初めてでしたが細かい所まで説明で良く分かりました。美味しいそば汁でした。ありがとうございました。
- ・そば打ちはむづかしいと聞いていたので期待と不安があったけど出来上がりに満足感があり、また、市販の麺とは違いもあり美味しかったので残りの分は友達にもご馳走したいと思います。後3回程は受講したい講座でした。
- ・初めての体験でした。これから家庭料理に活用します。
- ・とても良かった。又あれば参加したいです。自分の麺は硬かったがたくさん学べることがありました。
- ・小麦、塩が名護に関係するもので良かったです。
- ・初めての体験だったので楽しかったです。
- ・今日の講座を生かし、今日やったことを未来に生かしていけるように努力していきたいです。
- ・そば麵を手打ちで体験できてよかった。小麦がいい味を出していたのか塩がいいのか麵のうまみを感じられた。
- ・楽しかった。 ・大満足です。楽しかったです。
- ・そば打ち体験初めてで、非常に勉強になりました。家庭でも作ってみます。
- ・調理に使う道具をもっと各テーブルごとに揃えてほしかった。何を使っていいかわからず戸惑うところがあった。
- ・沖縄そばの歴史を知り、作り方も知ることができてよかった。
- ・沖縄そばの歴史そば打ち体験でいろいろな事を教わり大変良かったです。自分で作ったそばは大変おいしかった。自宅でも作ります。ありがとうございました。
- ・手作りがおいしかったです(小1)
- ・今日沖縄そば作り体験をして、沖縄そばは作るのが作るのが大変だと知りました(高学年)

◎次に希望する講座について、ご意見がありましたらお書きください。

- ・料理教室(沖縄料理) ・園芸ハーブ教室
- ・パソコン教室 ・パソコン、スマホ
- ・竹かご作り ・ジャングルトレッキング
- ・釣り講座 ・お菓子づくり、ラーメンづくり
- ・野菜づくり ・たこ焼きづくり、チョコレート作り
- ・次は釣り講座参加したいです。 ・夜の散歩 ・色々な工作
- ・クラフトバック作り ・園芸(ハーブ、リラックス系)

子ども 2人
大人 17人
満足度
とても良かった 16
良かった 3

何で知りましたか
チラシ・ポスター 10
家族・知人 8
その他 1

性別
男 10
女 9

開催希望曜日
水曜日 2
木曜日 1
土曜日 7
土、日曜日 1
回答なし 8
19

希望時間帯
10時~12時 8
13時~15時 1
15時~17時 1
回答なし 9
19

お住まいの地域
大北 2
宇茂佐の森 2
大南 2
大西 1
宮里 2
田井等 1
10

許田 2
喜瀬 1
名護 1
中山 1
屋部 1
回答なし 3
9

参加者について
20歳~29歳 1
30歳~39歳 2
40歳~49歳 5
60歳~69歳 1
70歳以上 8
小学生 2
19

好きなそば屋さん
我部祖河そば
新山そば(フーチーバー)
幸ちゃんそば
むかしむかし
大城そば
宮里そば
丸隆そば
玉家Jr

