

デザイン・クリエイティブセンター神戸 (KIITO) は、デザインを人々の日常生活に採り入れ、より豊かに生きることを提案しています。またデザインやアートの持つ、既存概念にとらわれない自由な視点で、多種多様な人々の交流から生まれるアイデアや工夫により、社会的な問題を解決していく、+クリエイティブという手法を実践するプログラムを開催しています。開催予定のプログラムをご案内いたしますので、取材や掲載のご協力いただけますよう、何卒よろしくお願い申し上げます。

食からはじまるライフデザイン vol.5 ~自然によりそう暮らし~ 「発酵暮らし、発酵する生き方」



自然の恵みをいただきながら都市で生活する私たちが、食を通じて自然に寄り添い、こころ豊かな暮らしを楽しくデザインしていくきっかけづくりができればと、2014年からはじまった「食からはじまるライフデザイン」シリーズ。第5回は「発酵」をテーマに行います。

<発酵する生き方を学ぶ>

昔から食材の保存のために用いられた発酵という知恵は、「食」だけではなく「衣」の染色や、「住」の土壁も発酵の力を借りていました。醤油、味噌などの調味料、漬物、納豆、チーズなど、私たちの食生活には欠かせない発酵食品は、美味しく体にも良いといいますが、発酵とはいったいどういうものなのでしょう。今回は、菌について、発酵の仕組みについて紐解きます。また実際に発酵食を暮らしに取り入れる方法や、心豊かになる『発酵する生き方』について美味しく楽しく学びたいと思います。

| 日時 | 2017年3月19日(日) 11:00-14:00 (10:45 受付開始) | 会場 | KIITO 1F カフェ

| 参加費 | 2,000円 (材料費、ランチ代込) | 定員 | 20名 (事前申し込み制・先着順)

| 講師 | 寺田優・寺田聡美 (寺田本家)

| 料理 | MONTO TABLE

| 主催 | デザイン・クリエイティブセンター神戸 | 企画協力 | 川浪典子 (MONTO TABLE)

| 申込み | 2017年3月3日(金) 11:00よりウェブサイト (<http://kiito.jp/>)にて申込み受付開始

●講師プロフィール

寺田 優 (てらだ・まさる) 自然酒醸造元「寺田本家」24代目当主
動物カメラマンを経て寺田本家に婿入り。先代の想いを受け継ぎ本物の“自然酒”にこだわり、無農薬の米を自ら育て酒を造り続けている。「発酵の里協議会」の代表世話人も務め、発酵文化を通したまちづくりにも携わる。

寺田 聡美 (てらだ・さとみ) 自然酒醸造元「寺田本家」23代目の娘
マクロビオティックを学び、雑穀カフェ勤務を経て家業を手伝う。麴や酒粕を使った料理が好評を呼び、雑誌等でレシピ提案をしたり不定期で「発酵料理教室」を開催。

お問合せ：デザイン・クリエイティブセンター神戸 広報担当

〒651-0082 兵庫県神戸市中央区小野浜町 1-4 TEL 078-325-2235 FAX 078-325-2230

開館時間 9:00-21:00 入館料無料 休館日 月曜日 info@kiito.jp <http://kiito.jp/>