

## 【ラボカフェ(第1回)】♪開催しました♪

# ラボカフェ Vol.2 labocafe

「ラボカフェ」は、“出会い”と“まなび”の場。

新たな人との出会い…  
新たな学びとの出会い…  
新たな自分との出会い…

ここでの出会いが 新たな出会いへと つながりますように…。そんな願いを込めて、9月から来年1月までの間、6回講座で開催していきます。

今回は、9月18日(金)に開催した、第1回目の様子をお伝えします！

※内容の詳細については [こちら.pdf\(1290KB; PDFファイル\)](#)をご覧ください。

### 【職人氣分を味わう～そば打ち～】

【講師】池田 博司さん(西山田農園 代表)



第1回は、ダンディーな顎鬚の持ち主の池田博司さんから、無農薬で栽培した自家製の天日干しそば粉を使用した「そば打ち」を教わりました。

ほとんどの参加者が、そば打ちは初体験！比較的作るのがやさしいと言われる二・八そば(小麦粉20・そば粉80)に挑戦しました。



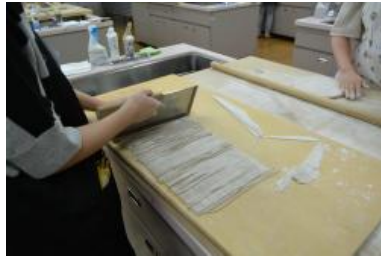
材料を混ぜて、こね鉢で混ぜ、空気を抜くように押しつぶしながら丸い形をつかっていきます。その後は、打ち粉をふり、めん棒で薄く伸ばしていくのですが…。

みなさん、長～いめん棒の扱い方に慣れないので、生地が裂けたり、破れたり…と、生地の厚さが均等にならず悪戦苦闘🥲

生地を正方形に薄くのばせたら、包丁の巾に合わせて折り畳んで、千切りの要領で細く切っていくのですが…。

これもまた、麺の太さが細かったり太かったりと、大苦戦。

しかし、「失敗したかな？」と不安になるたびに、池田さんが「大丈夫、大丈夫」と修正してくれ、最後には、個性あふれる美味しそうな「そば」たちが出来上がりました。



最後には、自分が打った「そば」を茹で、その場でいただきました。  
打ち立て、茹でたての「そば」は、本当においしかったです。みなさん、ぜひご自宅でも挑戦してください。



みなさん、ご参加ありがとうございました。次回のご参加もお待ちしております ♪



## 講座の感想・気づきなど

### ● 参加者のアンケートより

- ❖ 減りに体験することができない「そば打ち」をすることができ良かったです。楽しかった。
- ❖ 食事の時に、他の参加者とのおしゃべりを楽しめた。
- ❖ ご夫婦で参加されている方が素敵だった。
- ❖ 難しいところも含め、良い経験になった。
- ❖ 普段できない学びがあった。

[← 戻る](#)

[↑ このページの上部へ](#)

**アバンセ** 佐賀県立男女共同参画センター  
佐賀県立生涯学習センター

[アクセス・交通機関のご案内](#)

[お問い合わせ/ご意見・ご要望](#)

**アバンセ**  
佐賀県立男女共同参画センター・佐賀県立生涯学習センター

〒840-0815  
佐賀県佐賀市天神三丁目2-11(どんどんの森内)  
TEL:0952-26-0011 FAX:0952-25-5591

【指定管理者】[公益財団法人 佐賀県女性と生涯学習財団](#)

Copyright (C) 2011 Avance All rights reserved

### 開館時間

火曜～土曜日：8時30分～22時00分  
日曜・祝日：8時30分～17時00分  
(ホールは22時00分まで)

### 休館日

毎週月曜日(祝日も含む)  
12月29日から翌年1月3日まで