

おらDoの協Do!

～人と人が集まり、出会いとつながりが
広がる中で生まれる「おもっせえ」おおつち～

協働による地域・まちづくりを実践し、
人と人との出会いやつながりを生み出
している「おもっせえ」人や活動を紹
介します。みんなやっべし協働!



豆腐作り体験会の様子



出来上がった豆腐

**地域に根付く昔ながらの製法
～豆腐作り体験会の開催～**

4月18日(金)、安渡公民館の調
理室で豆腐作り体験会が行われまし
た。

参加者10人が集い、今回講師を務
めた金沢地区在住の佐々木義男さん
の指導のもと、大豆から豆腐を製造
する工程を体験。普段、スーパーな
ど店頭で購入し食べることが多い豆
腐を一から手作りする催しに、参加
者は興味深く作り方を教わっていま
した。

「家庭で作ることはもちろんのこ
と、作り方が各地域に広まり、それ
が人が集まるきっかけになれば」と
佐々木さんは言います。

地域で作り方を覚え、今回のよう
な体験会を開催することで、食文化
を通じた地域コミュニティの輪が広
がります。

生活に欠かせない「食」をテーマ
に、住民同士が関わり合いを持ち、
地域のにぎわい創出のきっかけにな
ることが、持続可能な地域づくりに
つながっていきます。

**作り方を覚えることで、
家庭でも地域でも役立つ**

豆腐の作り方【作業工程】

《材 料》大豆 1 升、にがり適宜【約 2 丁分】

《使用するもの》大鍋 1 つ、ボウル 2 つ、マッシャー（つぶし器）or
ミキサー、こし布（綿袋）、豆腐型枠（発泡スチロール
に数カ所穴を開けた箱）、こし網、重石

《作り方》①大豆を二晩、水に浸す。

②大豆をミキサーにかける。（マッシャーですりつぶす）

③すりつぶした大豆を沸騰した鍋に入れ茹でる。

④こし布で絞り、絞った液体ににがりを少しずつ加える。
豆腐型枠にこし網を敷き、液体を入れ、重石を乗せて 20 分
～ 30 分置く。

⑤出来上がり。



問 協働地域づくり推進課 TEL 0193-42-8718