

み

る

つ

て

ね

佐倉は  
地その  
産おみそ

三年

吉田こと



# 目 次

1. 自由研究にえらんだ理由は… 3
2. みそしるってさ… 4
3. ヤマニみそに行ってみた 5
4. しつ問して分かったこと 7
5. 「みそ」って… 9
6. みそのしゅるい 11
7. みそのれきし 13
8. みそができるまで 17
9. みそ作り体けん 25
10. みそのかんさつ 29
11. みその食べくらべ 31
12. みそを食べるといいことが… 33
13. 大豆について 35
14. おまけ 37
15. 調べ終わった感想 39
16. さん考にした本 41

見て  
てす  
ご  
いん  
だよ  
!!

始まるよ~



# 1. 自由研究にえらんだ理由は…

『佐倉はおみその産地です』この看板が車に乗っているときに、とつせん見えました。『そうなの？ 千葉はピーナッツが有名じゃないの？』と思いました。それがずっと心のどこかにおぼえていて、そういうえば学校のじゅきょうで佐倉についてをしらべることが多くなっていったので、「佐倉のおみそ」について調べようと思いました。

## 2. みそしるてさ…

わたしはさいきん食よくがないときには

「とんじる」を食べると、おなかいいっぱいにな、て元気になる気がしていました。

具もたくさん入っているし、体もあたたまるから1日けんこうになれた気がしていました。

「みそ」がみそしるいかいにつかわれているなんて考えたこともなかったです。

「みそ」は「みそ」。どこでも同じものが売っていて、みんなそれを食べていると思っていました。

ただ、具のちがいで味がかわるのかと思っていました。

ところが…… しらべていくと→

### 3. ヤマニみそに行ってみた

佐倉市には今、みそ作りをしているのは『ヤマニみそ』さんだけしかありません。



みそ のざいりょうを

見せてもらいました & 食べてみました



たねこうじ

こうじきんといって、このきんをまいた  
お米につけます。

こんなに小さいけど  
生きているんだぞ、てへ

米こうじ

お米につけたこうじきんが  
2日くらいでそだちます。

ちょっと食べてみたらあ玉くてひっくり!!  
きんを食べても大しょうぶくなんだね~



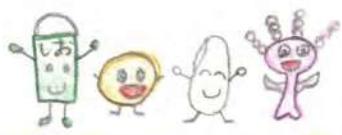
ざんねんなから今は古いくらで作っているためあんせんではないという理由で中には入れませんでした。

みその食べくらべをさせてもらいました。



4つのしゅるいのみえをおゆ  
にとかしてのんでみました。  
わたしは花こうじというみえ  
が好きでした。

おりでとかしただけなのに  
とてもおいしいなあ～



見学させてありがとうございました!!

## 4. しつ問して分かったこと

見学に行ったときに、お店の人聞いてみた

Q. 作っている中にきんが死んでしまうことはないんですか。

A. たるの中で死んでしまうことはほとんどありません。

Q. 暑すぎたり、さむすぎたりするときはどうしているんですか。

A. あたたかい所や、すずしい所にたることいどうします。

みそ作りで温度ちょうど  
せつか、一番くろう  
するんだって～

Q. みそは何か月ぐらいで作られるんですか。

A. 白みそは、3か月～5か月でほかの物はよく1年です。



おどろき  
びび

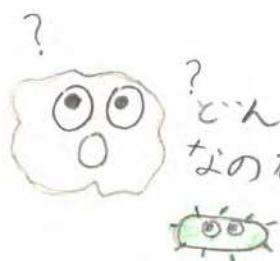
たるは、1つ小さな車が  
買えるぐらいなんだって~

今は、たるを作っている  
所は近くだと横は玉  
くらいただそうです。

だからむかしは、わるくな  
った所だけ切り取って  
しうりしたそうです。



このへやの中は、きんが  
たくさんま、ていてはいらや  
天じょうにもたくさんのきん  
がすんでいるそうです。



?  
どんなきん  
なのかなあへ

## 5. 「みそ」って…

みそは、発こうによつてさいいりょうにはなかたえいよう分がたくさん作られます。1つの食品で、「みそ」ほど多くのえいようをふくむものは他にありません!!



知らないえいようの  
名前だけど、  
なんかすこしい!!

みそで、いろいろな「ちから」によつてふくざつな味になる。

みそのはんこ

こうじきんかう「こうを」を  
出して、大豆を「う好み」と  
「あ好み」に分かいする。



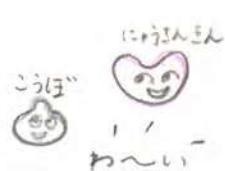
しおをふることで  
さう子んをフロック  
している。

こうじきん → こうぼ → にゅうさんきんと  
ふく数のきんかうはたらいて、ふくざつな味になる

→ 分かいされた  
あ好み、う好み



他のきんを  
よびよせる



## き・も・ん

発こうって、ほうでおくことここまで発こうしちゃうの?

長い時間おいておくと、ひせい生物の活動が進んでしまい、  
色がへんかします。(これかじゅくせい)  
味がまろやかになるだけで食べれます。

いろいろな力でできた  
きんを食べることによって、  
体を強くすることが  
発こう食品のよいところ  
です。



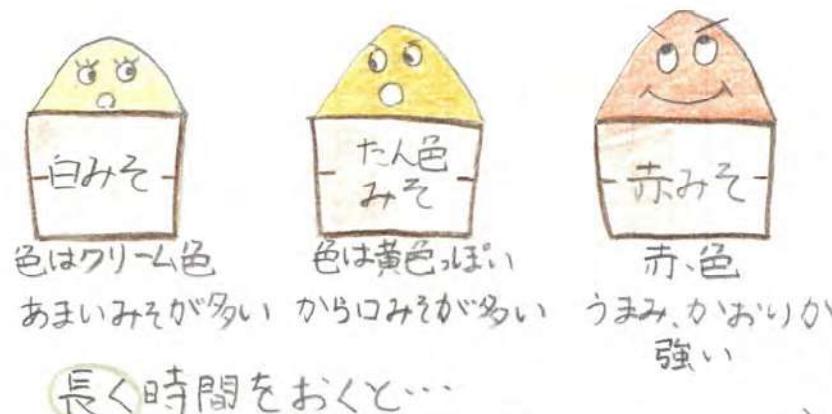
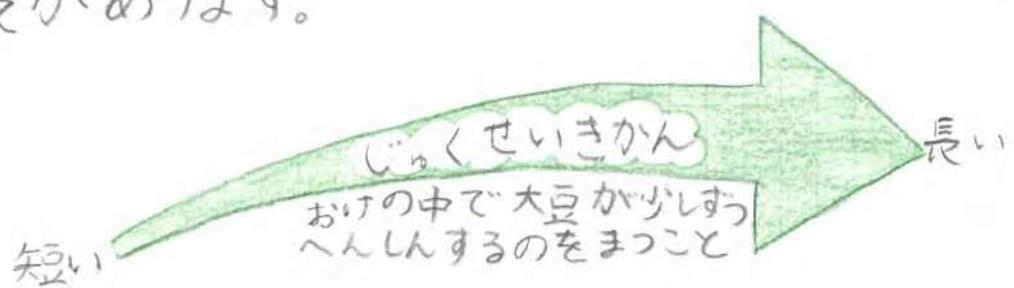
# 6. みそのしゅろい

日本中で作られているみそはこれです



	米みそ	麦みそ	豆みそ
さいりょう	大豆・米こうじ・しお	大豆・麦こうじ・しお	大豆・豆こうじ・しお
作り方	ざいりょうをまぜて発こうじゅくせいさせる		
味	あまみそ みそ	あわせ みそ	あま口みそ から口みそ
色	白 赤 たん 色	赤 たん 色	赤 から 色
べ名	西京みそ (かん西)	田なかみそ (九しゅう・四国)	八丁みそ (中京)

ざいりょうのちがいで全国には、やく数百しゅろいの  
みそがあります。



発こうとは?  
ひせい生物のはたらきで  
色やかおり、  
味わいを  
ふかめること

発こうが進む

# ...みそマップ...



## みそを使ったりょう理

「北海道」いしかりなべ

「青森」貝やきみそ

「新潟」わっぱに 「千葉」なめろう 「山梨」ほうとう

「岐阜」ほお葉みそ 「愛知」みそにこみうどん

「中部地方」ごへいもち 「和歌山」金山寺みそ

「広島」かきの土手なべ 「みやさき」ひやじる

# 7. みそのれきし



みそは古代中国の「しょう」が元で、今からやく1300年前に中国大りくから伝わったとも言われていて、くわしいことはわかっていません。

みその語源を「ひしお」といって、しょうゆとみそを合わせたような「ちょうみりょう」として古くから使っていました。

あすか時代 「ひしお」 → 「みしお」という名にかかり

平安時代 になると「みしょう」にかかり…

その後「みしょ」 → 「みそ」にかかりました。



「しょう」…けものや魚の肉をすりつぶし、しおと酒をまぜて100日いじゅくせいしたもの。

「し」…大豆やさとうこを発こうさせたもの。



みその「噌」という漢字は味噌いがいには使われていません。

みそのためにつくられた字です。

## 平安時代

794 ~ 1192

この時代は、えらいおほうさんやきそくの入しか  
食べられない高級品でした。

## かま倉時代

1185 ~ 1336

今のように食べてていたのではなく、食べものに  
つけたり、なめたりしてそのまま食べていました。

## 室町時代

1336 ~ 1573

みそしるは、1はんの人まで広まきました。  
大豆の生産がふえたことで、のうみんか  
自家せいのみそを作るようになりました。

ごはんに「みそしる」をかけて食べるのがふつうでした。

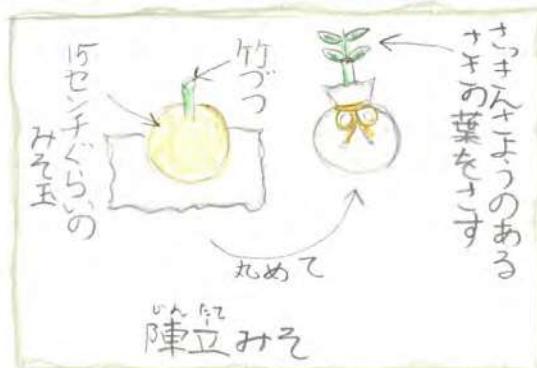
## せん国時代

1467 ~ 1567~3

たたかいに行くときにはからず「みそをもて  
いきました。それは、ほそんできるえいよう食  
だしたからです。

いい  
アイデア  
だね!!

ほすかやくかして  
「みそ玉」にしたもの  
を竹のかわや手ぬぐい  
でつつみ、こしに下げ  
ていたようです。



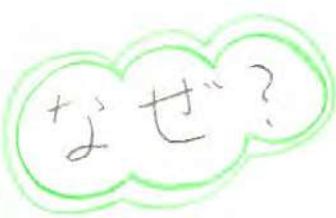
## えど時代

1603 ~ 1867

このころ、今とかわらないくらいにみそではなくては  
ならないしょう品になりました。

人口が50万人をこすと、えどだけでは足りなくなり  
三河や仙台のみそが運ばれました。

みそ屋はだいはんじゅうしました。



みそに地方名がついているのは、なんで??

室町時代に広まつたみそが、その土地の  
ざいりょうやとくとくの地いきで、こせいてきに  
そだてられました。そして、えと時代にみそ  
しょう品名として名づけられたものか  
そのままひきつけられました。



武田 信玄

山梨県・長野県 信州みそを作る。



徳川 家康

愛知県 八丁みそを作る。



当時のじゅみょうが37~38さいだった  
時代に75さいまで長生きしました。  
それは、毎日大根などのみがたくさん  
入ったみそしるをのんでいたからです。



## 伊達 正宗

宮城県 仙台みそを作る。

初

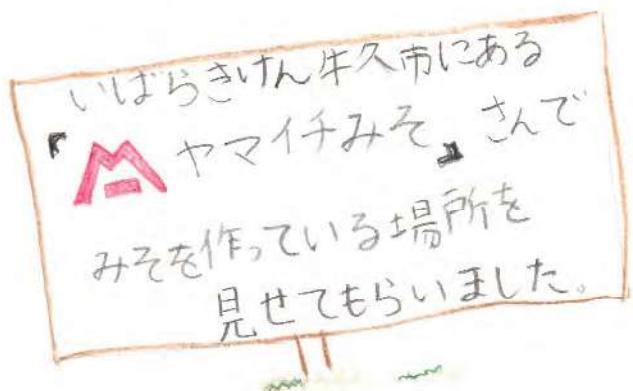
伊達 正宗はたたかい用みそを他に  
たよらず自きゅうしようと考へ、城下に  
塩噌蔵とよばれるみそ工場をたてました。  
これが日本でさいじょのみそ工場です。



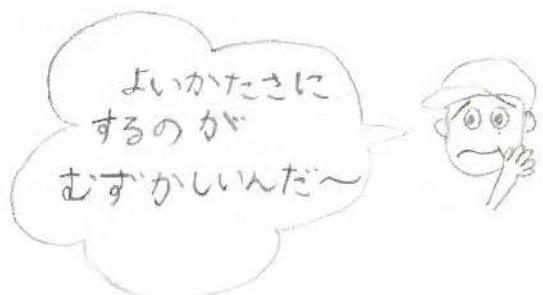
## 前田利家

石川県 えち前みそを作る。

## 8. みそができるまで



この大きな「かま」で大豆をゆでます。  
一度に720kgも入るそうです。  
大豆は親ゆひと小ゆひで「つぶ」  
せるくらいがよいできたそうです。



ゆであがれた大豆を  
ネットコンベアにのせて  
いどうしながらよくさします。



ここで大豆がすりつぶされて、ペーストになった大豆が  
ニューッとおしだされけてきます

そこにしおを サ~サ~ッと、米こうじを ドバ~ッと  
入れてませ~あわせます。

同じ時に「こうじ室」で  
米こうじを作っています。

→くわしくは  
23ページへ



大豆 720kg  
米こうじ 600kg  
しお 280kg  
1たるでやく  
5~6トンのみそができるま～す。

ませたざいりょうを、この木たるの中へうつします。



このたるのざいりょうは、すき。  
くぎは1本もつかわずに  
つくられています。  
ケ竹でつなぐそうです。

こここのたるはしょうゆ屋さんから  
ひきついたたるです。

しょうゆとみそは相性が  
よいので、つかいこむほど  
いろいろなひせい物が  
すんで、みそがよりおいしく  
なるそうです。



かじなど生えないように  
しおをふってビニールをして、  
板のふたをしたらさいごに、  
ひとつ15kgくらいの石を  
たくさんつみます。

ここでいはらくねかせて、  
発こう「じゅくせい」させます。

おやすみなさい  
zzz



このへやは、たるからプラス  
チクへうつし発こう、じゅく  
せいを早くさせたもので  
しっかりのじゅんびです。

もうすぐ  
お店にならぶから  
待てね～ “♪♪”



ヤマイチさんでは7つ1つ手さき揚げで、ていねいにふくろづめしています。

いぶしつが入っていないかちゃんときかいでチェックもしていました。



よくお店で見るふくろづめしたおみそは「酒精」というアルコールが入っています。これはみその中にいるびせい物が生きているので活動をおさえないとふくろがふくらんでしまうからだそうです。

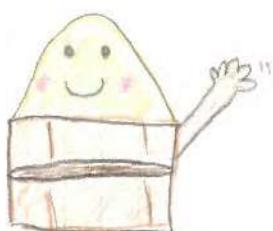
←このおみそには「酒精」が入っていないそうです。  
こういうふうに売っているのははじめて見ました!!



これはみそが入っている  
『みそ入りソフトクリーム』  
です。

2パーセントしかみそ  
が入っていませんでした  
が、しっかり味が  
しました。

ちょっとずく感じました~



社長さんか  
とても親切で  
ていねいに教えて  
もらいました  
ありがとうございました。



みそでこういう  
おかしも作って  
いるそうです。  
わたしはかり  
んとうがすき  
でした。

# 三日で米こうしを作る



## 「こうじ屋」

ここで600kgのお米が  
こうじきんとませられます。  
このさきょうは人が中に入って  
手でませるそうです。

こうじきんがふえるとあく  
なって、お米がかたまりて  
しまいます。

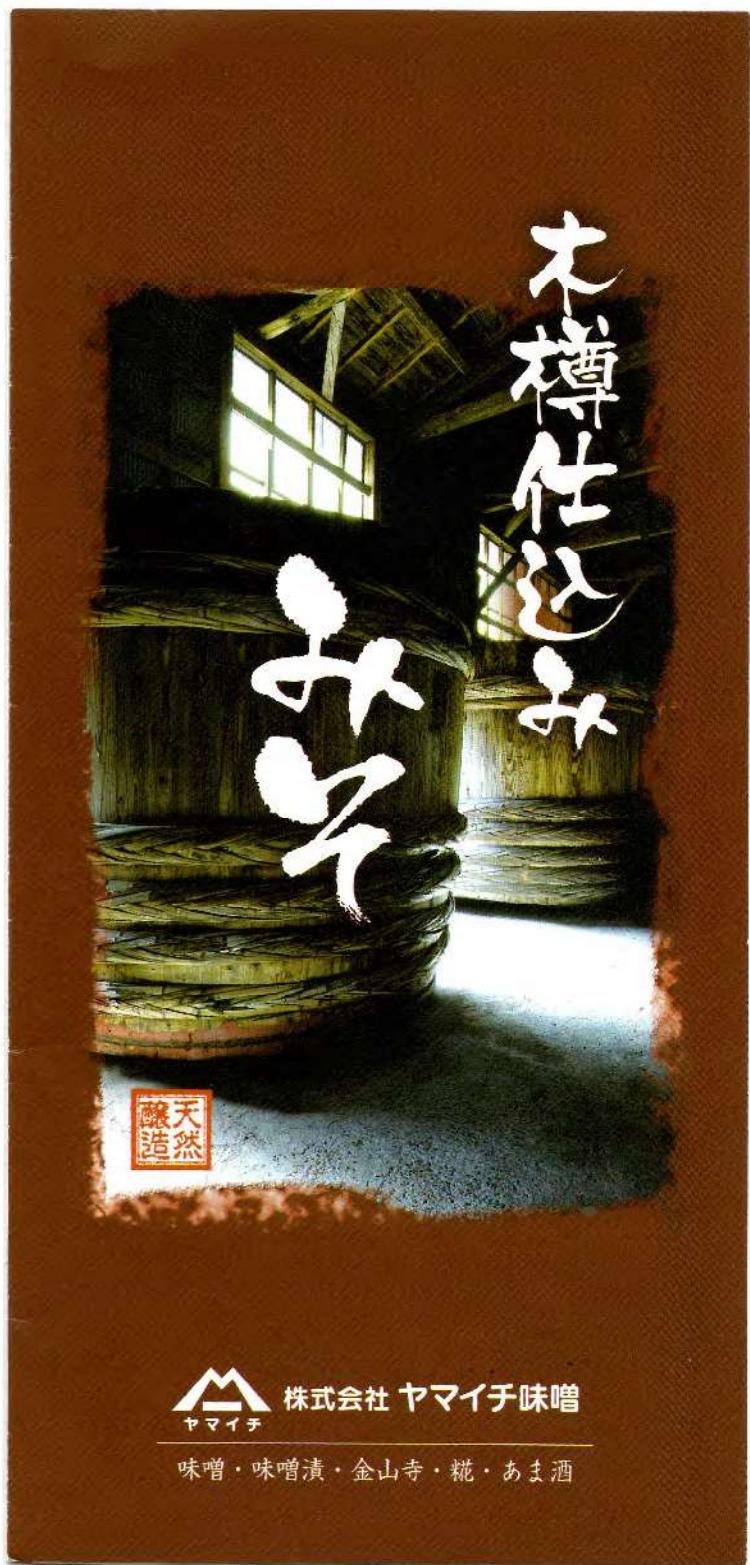
だからときどきかきませて  
かたまりをほぐしたりして  
ちょうどいいおん度に下げる  
そうです。



この米こうじで作っている  
あま酒をのませてもらいました。

う~ん、まだわたしにはおいしさ  
が分からな~い。





# 9. みそ作り体験

親子みそ作り体験教室

こうじ や あめ かせ  
糀屋雨風 15代目 とよ田さんに  
教えてもらいました。

1



さいしょは  
しお、こうじ、ゆで大豆  
です。  
さいしょに、しおとこうじ  
をあわせます。

2



次にゆで大豆をつぶします。

つぶがなくなるまで  
ひたすらつぶします。

15分くらいかかる大へん  
だいた～

手がかりくなっちゃった



3



なめらかになたら、お  
とこうじをませた①を  
いっしょに入れて、また  
ませます。こうじのつぶ  
が少しのころくらいま  
でひたすら、ひたす  
らませます。

← 大じょうぶかチェックして  
もらいました!



4



みそ玉を作ります。  
空気をぬきながら丸  
めてようきにならべ  
ていきました。

すき間をあけないよ  
うにまるめたのをお  
しつぶしていきました。



5



すき間がないようにつ  
め終わったらカビぼ  
う止のためにしおを  
1しうふりました。

空気にふれないよ  
うにラップをして  
かんせいでです。

■ しおがカビぼう止に  
なるなんてすごい!!



ていねいに分かりやすく  
教えてくれました。  
ありがとうございました。

がんばってそだてま～す。

一五代目  
豊田 実



一六代目  
豊田 宣広



匠が受け継ぐ伝統の技と味

Since 1689  
粧屋 雨風

このお店の  
パンフレット →  
です。

# 10. みそのかんさつ

みそ作り体けんて作ったみそを、家で  
発こう、じゅくせいしている間をかんさつしました。

1日目

このままだと  
カビが生えて  
しまうので  
となりのようこ  
しおをおきます。



1kgのみそに  
500gのしおを  
のせます。

5日目

少し表面が  
しっとりして  
きました。



10日目

室温が28度くらい  
の戸外にいつもおいて  
います。  
みそのにおいか  
してきました!!



15日目

もうみかででき始めでいた  
けれど、つけていたラップを  
つたて外に出ていました。

ラップを取りたときにもうみ  
がなくなりました～。



20日目

さいきんすずしくなって  
室温25度でそだててます。

においはみそのにおいが  
しっかりしてます。

でも、もうみはふえないので～

色もこくなてなめらかに  
なりました。



25日目

かんせいしました。

においも味もみそです。



かんせいした「みそ」で →  
作った「みそしる」です。

自分でそだてた「みそ」だから  
おいしさかがくべつでした。

30

# 11. みその食べくらべ



いつも家で食べている  
とんじろです。

ヤマニさんのみそを  
つかってまへす。

ヤマイチさんの「酒精」が入っていない  
みそです。

げんまいの方をつかってとんじる  
を作りました。

ほとんどのかいません。



おはあちゃん家のみそです。  
1年半い上、じりくせいさせた  
みそで色は黒に近い茶色です。  
やっぱり色のそぞう通り  
味はしょうなくて、こかたです。  
きむい所にすんでる人は  
えん分をとりたいそうです。



はいかまい入りみそを  
つかってやきおにぎりを  
つくりました。  
やきおにぎりを食べるのは  
はじめてです。  
ちょっとしょっぱかったです。

も、とみそを使、たりょう理を食べて  
いきたいです。

# 12. みそを食べるといいことが…

みそは、体を元気にしてくれるすばらしいもの

みそには体のうつかを  
ふせぐことかげんきゅう  
でわかりました。

ほかには

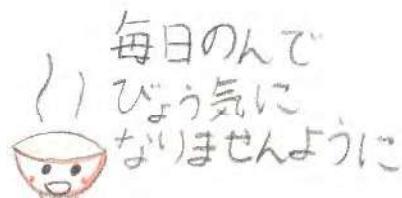
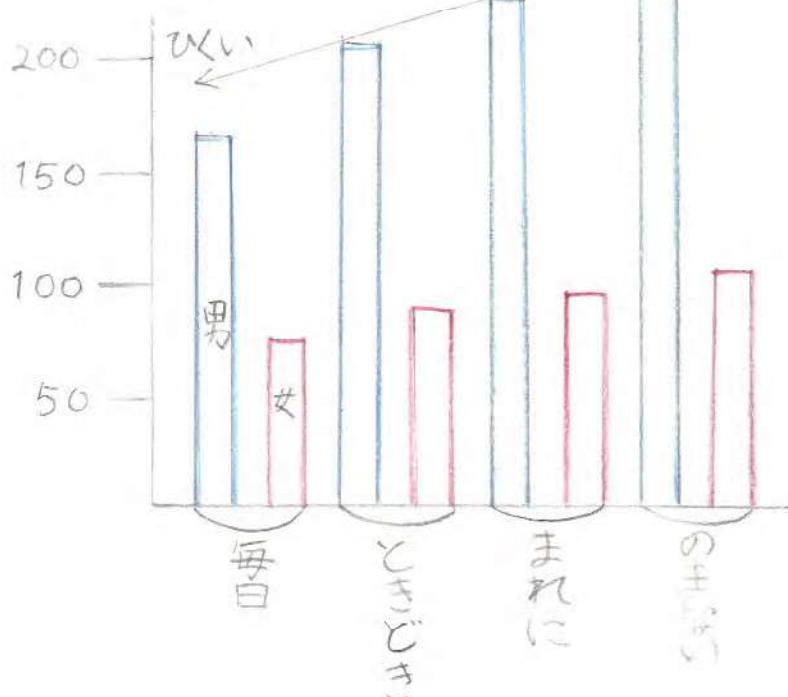
- ・コレステロールを下げる。
- ・いいいようをよぼうする。
- ・がんをよぼうする。
- ・ほうしゃせいぶっしつをのぞく。

などがあります。



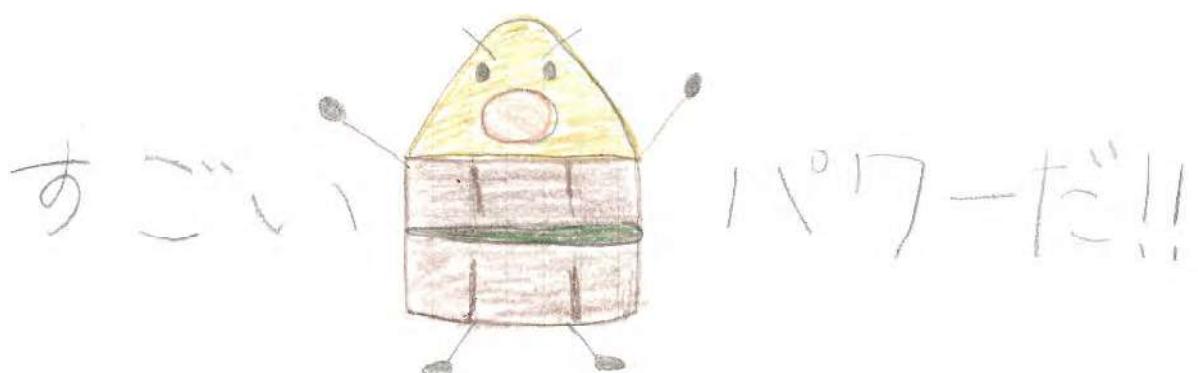
みそしるをのむと、  
ごはんだけでは不足  
しかちなものがとれ  
ます。

みそしるをのむ回数のちがいによる  
いかんの死ほうりつ



食後のみぞしるで  
しほうをつきにくくする

ぐだくさんみぞしる  
でどうにゅうひょう「べ  
んひ」高かつあつを  
よぼうする。



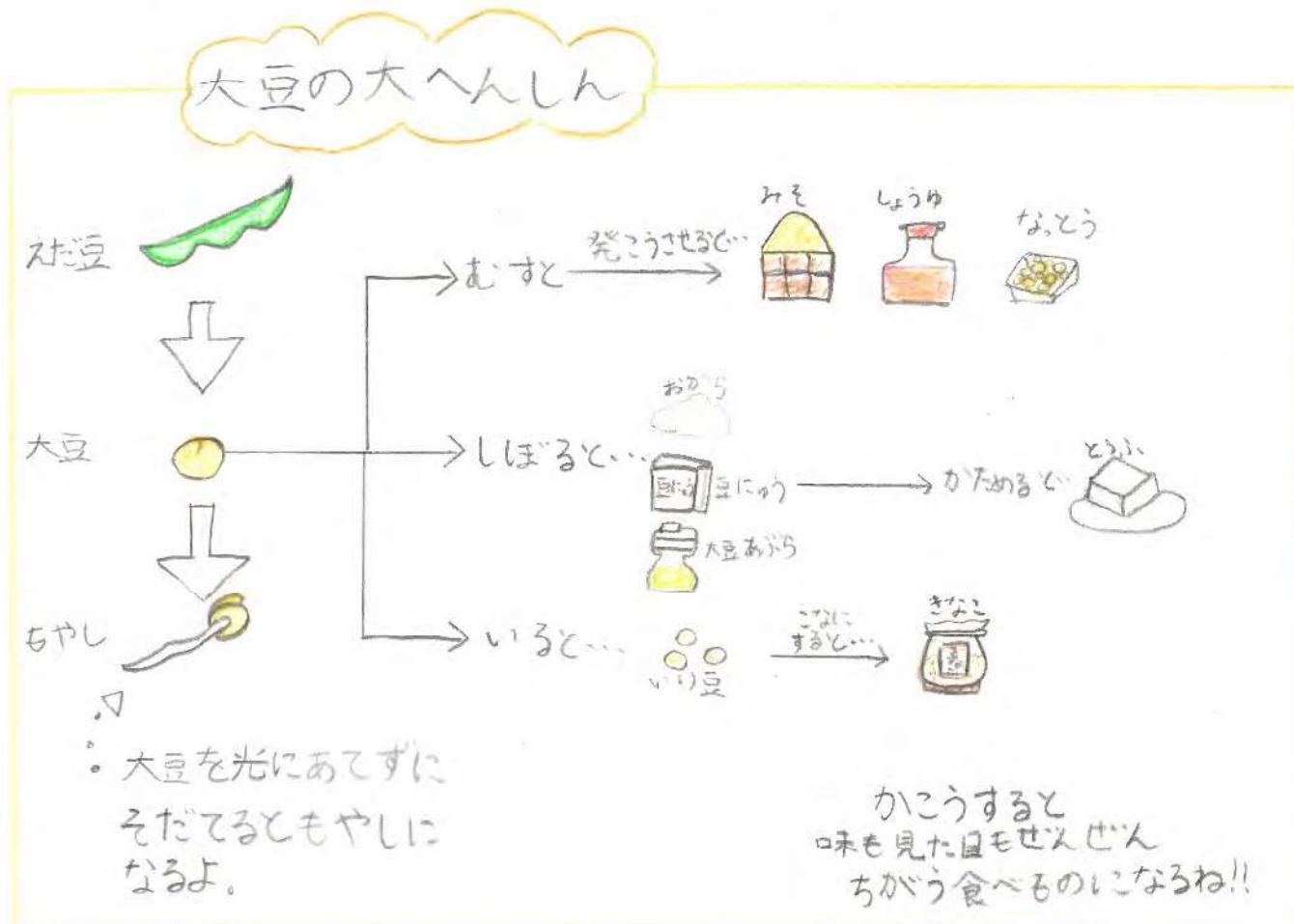
毎日1はいのみぞしる  
でいかん、にゅうかんに  
ならないように

みその色は美しい  
はだの味方

肉や魚、野さい。  
どんなんものとでもあう  
ばんのう調味りょう

# 13. 大豆について

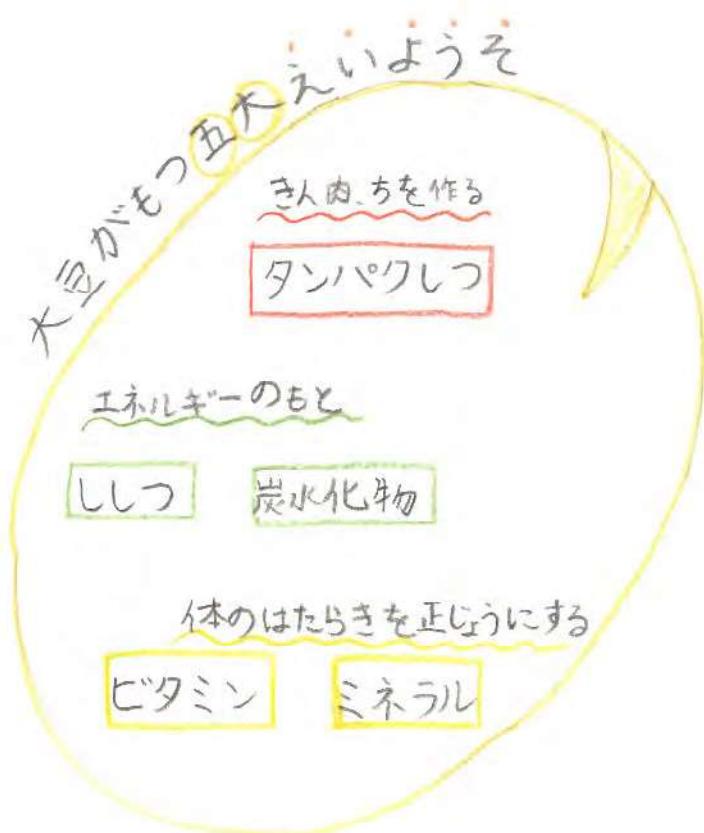
みそについてしらべていると、**「大豆」**がとても大切な役割をしていたので、大豆について調べました。



人間が元気で生活するために、食べ物のからとる  
えいようは**「五大えいようそ」**といって大きく5つに  
分けられます。

大豆はそのえいようそを、すべてふくまれるので  
すばらしいのです。

くわしく書くと…



こんなに大豆はえいようがあるけれど、かたい豆を毎日食べるのは大へんです。

**だから** みそは大豆を食べやすい形にした、消化、きゅうしゅうしやすい食品なんです!!

大豆をみそにした  
人すご~いな~

マメ豆ちしき

- 大豆のしゅるいは、日本だけ
- で、300しゅるいい上なんだって~
- せかいでは何万しゅものの大**豆**を  
作、て**いる**よ。

# 14. おまけ

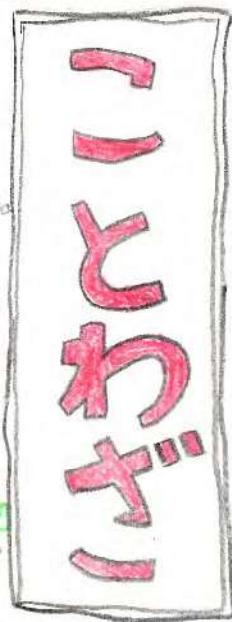
『みそしるは朝のじくげし』

みそしるを毎朝のむことで  
いつのまにかけんこうがたも  
たれていること。

『ルレに全をはらうより

もみそ屋にはらえ』

消かをよくし、へいそく  
をふせぐ。元気をつけて  
ちのめぐりをよくする。  
こうかがあるということ。



『みそしるはふろう長じゅの  
くすり』

みそしるをのんでいれば  
元気で長生きできる  
ということ。

『みそしるはいしゃころし』

みそは体によいので  
いしゃにかかるないと  
いうこと。

えど時代にまとめられた

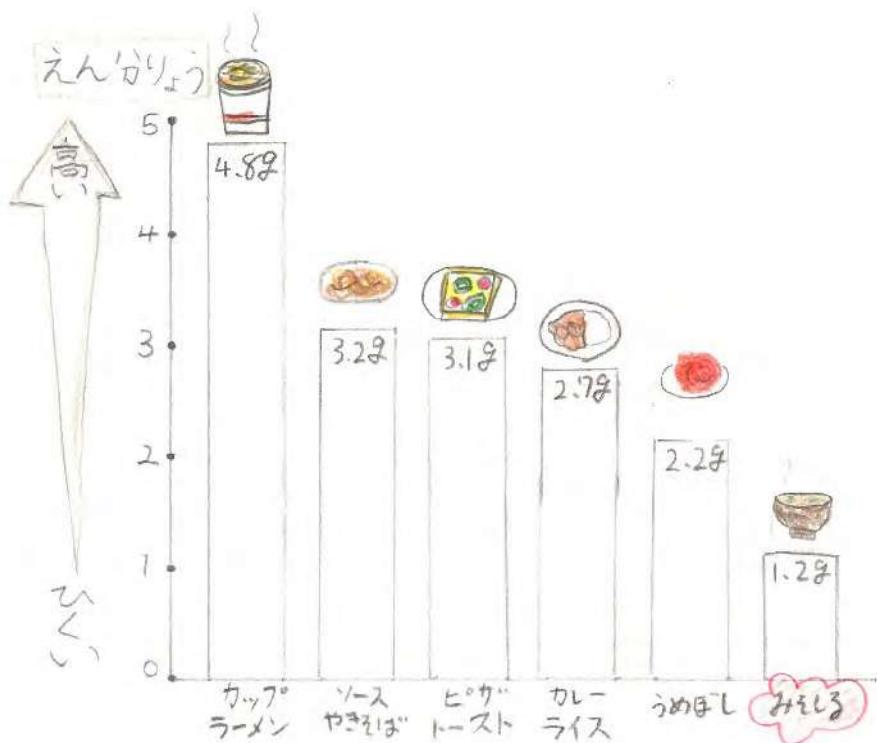


「ちょとむすか  
といいなへ」という本には、みそは

「ふく中をくつろげ」ちを活かし、百やくのじくをはいしつする。い  
に入、て、しょうかをたすけ、元気をはこび、ちのめぐりをよく  
する。いたみをしずめて、よく食よくをひきだしてくれる。お  
うとをおさえ、はら下だしを止める。またかみをくろくし、ひふ、  
をうるおす」とある。

すごいむかしからみそのことを  
わかっていてすごい!!

みそしるはえん分が多いと  
思っていませんか!?  
でもそれはちがうんです!!



1回に1杯いならみそしるのえん分を気にする  
ひとつようはありません。  
しおで発こうじゅくせいされたみその中には  
たくさんのがんによいことがあるので、のまないのは  
もったいな~い!

## 15. 調べ終わった感想

よくのんでいるみそがこんなにえいようがあって、全国にはいろんなしゃるいがあることにびっくりしました。

佐倉は「えど」という時代に城下町として大きくなりました。

みそのざいりょうの大豆はいばらき、米は下総(千葉)、しおは行徳(千葉)から水は地下からみ上げてつくりました。千葉はみそ作りにひつようなざいりょうかほうふにあたからみそがさかえた1つの理由だと思います。

その時代に城下町ではみそをほぞん食としてたくさん作るところが多くなり、みそを作るお店がたくさんあたそうです。

これが「佐倉はおみその産地です」の理由だと思いました。

佐倉市民体育館近くの  
「みそべや」の坂です。

佐倉城の絵図に

「みそべや」の坂という  
場所がある、みそという  
名前がついているほど  
みそを作っている戸数が  
たくさんあったんだと  
思います。



昔の人が本もパソコンもない時に、みそ  
を考えたしてたたかいいにも、ていくことを  
思いついですごいと思いました。

みその作り方やみそがつくられたれきしに  
ついてたくさん知ることができて、「みそ」を  
もっと食べようと思いました。

『佐倉はおみその産地です』このかんばん  
を見たから、学ぶことができてよかったです。

# 16. さん考にした本

タイトル	出版社名
行ってみよう!発酵食品工場 食べものが大へんしん!発酵のひみつ	ほるふ出版 高橋 信幸
みその絵本 つくるてあそぼう(3)	農山漁村文化協会
女子栄養大学の誰も教えてくれない 発酵食のすべて	エクスナレッジ 澤井聖一
みそができるまで すかたをかえるたべものしゃしんえほん②	岩崎書店 岩崎弘明
体にいい、地球にやさしい 大豆の大研究 パワーのひみつを探ろう!	PHP研究所 江口克彦

## 見学させてもらった所

- ★ ヤマニ味噌  
千葉県佐倉市並木町33
- ★ ヤマイチ味噌  
茨城県牛久市島田町2713

## みそ作り体験

和洋女子大学で  
糀屋雨風(大阪府堺市)  
の豊田先生に教えて  
もらいました。