

# 新宿区「食」を通じた健康づくりネットワーク 活動レポート

No.1

マルコメ株式会社 × 新宿地域交流館

## 『みそを知る』



実際に10種類のみそを食べ比べ、味や色、香りの違いを体験しながら、みその種類、製造方法、保存方法などが学べる講座(約90分)



### 参加した感想

みその種類やそれぞれの特徴を教わりました。短時間なのにみそにとっても詳しくなりました。

スーパーでみそを選ぶ時のポイントも教わり、帰り道に思わずスーパーの陳列棚でみその違いを復習しました。



### 参加した感想

10種類のみその食べ比べがとても面白かったです。お話を聞いてから食べると味の違いに納得！

講座を通して自分のお気に入りのみそを発見できました。



新宿区「食」を通じた健康づくりネットワーク  
参加者募集中！



【お申込み・問合せ】

新宿区健康づくり課健康づくり推進係 栄養担当  
TEL:03-5273-3047/FAX:03-5273-3930