



報道機関向けニュースレター【こんぶネット便り vol.05】

<http://www.kombu.or.jp>

配信日：平成20年8月18日

発行：社団法人日本昆布協会

問合せ：電話 06-6344-0633

FAX 06-6344-0570

メール info@kombu.or.jp

担当：専務理事 森井

こんにちは、日本昆布協会です。

月1回のニュースレター配信も第5回目。協会公式サイト『こんぶネット』の最新情報をお届けします！

●女性300名対象「あなたの家庭料理度を教えてください」アンケート調査を実施しました

若い主婦・女性層の家庭料理度は一体どんなレベルなの？という疑問から300名を対象に行った本調査。速報をお届けします。集計結果の詳細は公式サイト「こんぶネット」にて掲載中です！（学校・マスコミ関係者様向けメニュー参照）

【どこで料理を習いましたか？【複数回答可】上位7件】

回答	人数	回答率
家庭(母、祖母など家族から)	231	53%
雑誌・書籍・テレビなど	117	27%
料理教室や料理専門学校など	33	7.6%
職場・アルバイト先など	22	5%
学校の家庭科調理実習	14	3.2%
自己流・独学	5	1.2%
習っていない	5	1.2%

【あなたの家庭料理度は、〇級？】

回答	人数	回答率
マイスター級(レシピを考案、教えたりしている)	13	4.5%
おふくろ級(毎日家事として、料理を作っている)	228	76%
ビギナー級(家で料理作りをはじめたばかり)	52	17%
これから級(家で料理は作らない)	7	2.5%
合計	300	100%

習った場所は家庭で半数以上、そして現在の腕前は、なんと4.5%の方が「マイスター級」との回答に、事務局でも驚きの声が上がりました。

(右上段に続く)

また、フリー回答【今、料理関係で一番悩んでいることはなんですか？】に対しては、「レパートリーが少ない」「献立に悩む」と言う大多数の意見の他にも様々な意見がありました。

- ・主菜・副菜の組み合わせが考えられない
- ・天ぷらなどの定番料理が意外と難しい
- ・キッチンの使い勝手
- ・主人のコレステロール値を料理で下げることができるのか

協会としては「家庭料理離れが進んでいるのでは？」という仮定のもとに本調査を行いました。日頃の奮闘ぶりが伝わる回答でした。さらに掘り下げた分析で、「今の家庭料理環境」を知ることができそうです。続報をご期待ください！

<調査概要>

【回答人数】300人：20～40才までの女性(20代：19%、30代：81%)

【アンケート実施日程】2008年8月1日

【実施会社】ハー・ストーリー『集まれご意見net』(Webアンケートシステム)

●主婦に聞きたい調査テーマ、募集継続中！ ご相談・取材先紹介も大歓迎です

当協会では、「食関係の調査をしてみたいけれど予算が……」という媒体様と、ぜひ一緒に調査を行いたいと考えています。ぜひ、当協会の調査を活用して主婦の声を集めてみませんか？また、こんぶに関する事ならどんなことでも、まずは当協会までお問合せください。

●「だしを取った後の昆布活用法」リニューアル アイデア<その2>昆布のつくだに

だしを取った後の昆布、捨てないで！調理時間3分のアイデアメニュー。簡単なのにご飯がどんどんすすむおいしさ。

基本の材料

- ・だしを取った後の昆布 25g
- ・しょうゆ 大さじ1～2
- ・みりん 大さじ1～2
- ・酢 大さじ1弱
- ・かつお節 適量

作り方

1. 昆布は1～3cm角の大きさに切る。
2. 小さめのフライパンで、しょうゆ、みりん、少量の酢を加えて、さっと炒める。
3. 全体に調味料が行き渡ったら、かつお節を入れてからめ、出来上がり！

※お好みで、ゴマ、やわらかく炊いた大豆、山椒などを入れてもおいしい。※酢を入れることで、昆布が柔らかくなり、味に丸みが出ます。

※アイデア<その1>はvol.04 7月号に掲載しました

●今月のレシピ紹介

奥菌壽子先生の ずぼらこんぶ料理レシピ

毎号、こんぶを活用したレシピを紹介するコーナーです。今回は、「こんぶネット」で好評掲載中の「奥菌先生のずぼらこんぶ料理」から暑い夏にピッタリ！さわやかなレモン汁が全体の味を引きしめてくれる、サッパリとした夏向きのメニューの「切り昆布のサラダ」をご紹介します。

【切り昆布のサラダ】

【材料(4名分)】

■切り昆布	30gくらい	■エノキ	1袋
■キュウリ	1本	■かつお節	適量
■ごま油	大さじ2	■ポン酢	適宜
■レモン	適宜		

🍴 作り方

- (1) 切り昆布は水で戻し、キュウリはせん切りにする。
- (2) 切り昆布はエノキと一緒にさっとゆでて水気を切り、キュウリとかつお節を混ぜてお皿に入れる。
- (3) ごま油を混ぜ、最後にポン酢をかけ、レモンを添える。



●メールマガジン登録キャンペーン

クイズに答えてプレゼントをGet!

<キャンペーンクイズ掲載期間:7月~9月号>

メールマガジンに登録して毎月15日に配信されるメール(7月~9月号)のクイズの答えを応募フォームに記入し応募する形式でのキャンペーンを実施中。詳しくは8/15・9/15配信のメールマガジンをご覧ください。

~~~~~  
応募者の中から抽選で毎月10名の方に  
『昆布お役立ちセット』をプレゼント!  
~~~~~

メールマガジン『こんぶdeおいしい暮らし』

”よろこんぶ大使”こと、ラッキー☆彡がお届けする自然たっぷり!おいしい!簡単!美容・健康・食育情報満載のメルマガを生活社向けに月1回発行中です。プレゼントが当たる★キャンペーン情報などもメルマガで一足お先にお知らせしています!

配信希望の方は、「こんぶネット」サイトの案内、又は「まぐまぐ(<http://www.mag2.com/>)」よりどうぞ。(まぐまぐ マガジンID: 0000262072)

※7月15日号の当選者10名の皆さまへの賞品の発送は8月20日頃を予定しています。楽しみにお待ちくださいませ♪

●公式ブログ『こんぶろぐ』

7月より新任昆布大使が更新中!

当協会の公式ブログ「こんぶろぐ」では、7月より、新たに公募を行い選考された新任の昆布大使たち(東京、三重、福岡在住)が、昆布の最新ニュースやお店紹介、イベント・PR情報、昆布料理ひとくちメモなどをお届けしています。

こんぶろぐ → <http://kombu-net.jugem.jp/>

●イベント告知『主婦交流会~東京版~』

(8月22日開催)に参加します

全国の主婦をネットワークしている「ハー・ストーリー」主催の交流会。4月京都、5月横浜、6月大阪、7月石川に続き、8月は22日に東京で実施される交流会に参加します。

開催日時:8月22日(金)13:30-15:30
場所:Esta虎ノ門(地下鉄虎ノ門駅9番出口スグ)

(詳細 → <http://www.herstory.co.jp/wahm/ainori/>)

会には毎回20名前後の主婦が参加。当ニュースレターではすっかりおなじみの「水に昆布をつけるだけで出来上がる『昆布水』」(作り方は、当レターvol.03 6月号に掲載)の試飲を中心に、昆布のPRやこんぶネットについて直接生活者の声を聞く機会を設けています。交流会会場への取材もお待ちしております!

次号発行は平成20年9月15日前後です。
昆布のことなら「こんぶネット」!
<http://www.kombu.or.jp/>