

## 本格的なパンづくりに挑戦しよう！

開催日：2023年11月6日、10日、27日、12月8日

@神久呂協働センター、こども発達センターたつく（12月8日のみ）

全4回のワークショップを通して、積極的に地域で活躍する方を増やすことを目的として、パン職人からパンづくりの技術を学ぶワークショップを開催しました。講師である原田さんは、神ヶ谷町のパン屋Annieの店主さんです。講師指導の下、食パン生地ふわふわパンづくりに挑戦し、最終回には参加者だけでパンを作って、子ども食堂「食堂らーごむ」さんに届けました。

### 1回目

最初に、参加者同士で自己紹介をしました。皆さん、経歴や動機は様々ですが、パンづくりの技術を身につけたいという意気込みが伝わってきました。

ワークショップは、工程ごとに講師が説明しながら作り方を見せてから、参加者が作業をする形で進めます。調理器具の準備、計量、片付けも含めて、参加者の皆さんが自分たちで行っていきます。



まずは、エプロン、三角巾、マスクをつけて調理器具の準備をし、材料の計量をしていきました。

次に、材料を混ぜて生地をこねていきました。こねる作業は力が要り、パンづくりの工程で一番大変な作業となります。生地を手にとって伸ばした時に、薄皮を張るくらいになればこねの作業は完了です。



こね終わった生地は1次発酵させます。

生地が2倍程度の大きさになるまで、1時間程度発酵させます。暖房や日光などを利用して、生地を発酵に適した温度にします。

発酵の合間に、使った調理器具を洗ったり、次の作業の準備をしたりします。

1次発酵が終わったら、生地をパン1個分に切り分けて、20分程休ませます。

その後、生地器具を詰めて2次発酵させます。1日目の具材は、あんことカスタードクリームです。

2次発酵は生地が乾かないようにしつつ発酵しやすい温度にします。生地が2倍程度になるように再び1時間程度発酵させます。

発酵の時間は、季節や天気によって室温が変わるため、微調整が必要になるそうです。

2次発酵の完了後、パンを焼く準備をします。焼き上げが白くなるように生地に薄力粉を振りかけて焼きます。

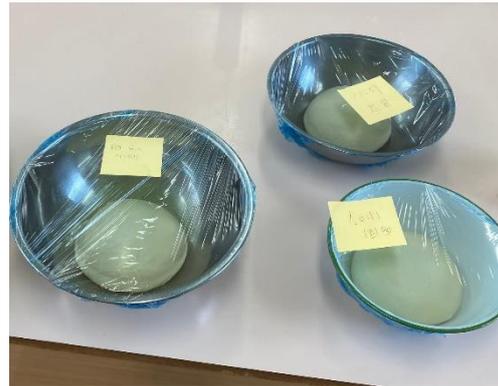
オーブンを予熱し、パンを焼いていきます。オーブンによって焼く温度や時間を調整する必要がありますので、まずは講師が焼き具合を見ながら、パンを焼きました。どれも美味しそうに焼き上がったパンは、半分を協働センター職員に試食してもらいました。

慣れない作業もあったようですが、講師のサポートもあり、順調に作る事ができました。講師の説明やお手本をメモした材料リストと作業工程表を使い、次回は参加者の皆さんだけで作っていきます。

## 2回目

今回は参加者だけで、前回習ったパンを作る練習の回です。

作業内容は前回と同じですが、皆さんで効率よく作れるように、ホワイトボードに作業工程を書きました。また、計量も分担して行いました。



お互いに手順を確認しながら、作業を進めていました。  
パンが完成した後に、一日の振り返りを皆さんで行いました。生地を発酵しやすい温度に保ちながら作業すること、生地が乾燥しないようにすることが注意する点として挙げられました。  
今回も完成したパンの半分を協働センター職員に試食してもらいました。



### 3回目

今回、講師はサポーターとして、最小限の助言をするだけです。作業は、参加者の皆さんが主体的に行っていました。  
前回の自主練習で、皆さんテキパキと作業をこなしていましたので、今回はチョコチップパンにも挑戦し、固形の具材を生地に練りこむ方法を学びました。  
また、こねる作業で、寒さのため生地の温度が上がらない場合は、大きめのボールにお湯を張って湯煎しながら作業すると良いそうです。  
今回も完成したパンの半分を協働センター職員に試食してもらいました。



### 4回目

最終回は、子ども食堂「食堂らーごむ」さんにパンを届けます。今回も参加者の皆さんだけでパンを作っていました。  
パンづくりは順調に進み、パンの完成までスムーズにできました。  
温かいまま完成したパンを食堂らーごむさんに届けることができ、参加者自らの手で子どもたちにパンを配りました。子どもたちから、パンが美味しいとの声が聞こえてきて、皆さんも嬉しそうな表情になっていました。



このワークショップを通じて、参加者の皆さんはパンづくりの楽しさと方法を知ることができ、つくったパンを誰かに食べてもらう嬉しさを感じることができたと思います。パンづくりの技を活かして、地域で活躍していけるといいですね。

