だしのうま味で塩分ひかえめ　野菜のカリウムで塩分排出
だし活＋だす活

青　食　流　号　外
令和８年 11 月 16 日

報道機関　各位

青森県農林水産部食ブランド・流通推進課長
（　公　印　省　略　）

第４回「だし活＋だす活」×年賀状作成教室の開催について
～青森県×あおもりだし Style×郵便局～

この度、県と包括連携協定を締結している日本郵便株式会社東北支社が、県内のだしソムリエ有資格者団体である「あおもりだし Style」と連携し、年賀状の普及促進を図るワークショップと、だしを活用しておいしく減塩する「だし活」及び野菜に含まれるカリウムで体内の余分な塩分を排出する「だす活」をテーマとした和食の調理実習のコラボイベントを開催しますので、取材してくださるようお願いします。

記

１　開催日時　令和８年１１月２３日（月・祝）９：４５～１２：３０

２　場　　所　アピオあおもり１階　工作室及び調理実習室
（〒030-0822　青森市中央３丁目１７－１）

３　参 加 者　青森市内の小学校に通う児童とその家族１２組２４名

４　スケジュール

時間	内容
9:45	開会
10:00～10:55	日本郵便株式会社東北支社による年賀状作成教室 講師：日本郵便株式会社 荒川郵便局長　安達　憲吾　氏 記念撮影
10:55～11:00	休憩
11:00～12:20	「あおもりだし Style」による県産だしを活かした和食調理実習、削り節体験 講師：あおもりだし Style　会長　奥村　雅美　氏 あおもりだし Style の皆さま 記念撮影
12:30	閉会

５　主　　催　　日本郵便株式会社　東北支社

６　共　　催　　あおもりだしStyle

７　後　　援　　青森県

８　イベントに関する問合せ・取材申込先

【報道関係の方のお問い合わせ先】

日本郵便株式会社　東北支社　経営管理部（広報担当）

電話：（直通）022-267-7654（月～金　9：00～17：45（休日を除く））

【お客さまのお問い合わせ先】

日本郵便株式会社　東北支社　経営管理部（地域共創担当）

電話：（直通）022-267-7344（月～金　9：00～17：45（休日を除く））

報道機関提供資料	
担　当　課 担　当　者	農林水産部 食ブランド・流通推進課 地産地消グループ　ＧＭ　川辺　歩
電話番号	直通　０１７－７３４－９５７２ 内線　５０１１
報　道　監	農林水産部次長　相馬　宏伊 内線　４９６７

第４回「だし活（だしのうま味で塩分ひかえめ）＋だす活（野菜のカリウムで塩分排出）×年賀状作成教室」

～青森県×あおもりだしStyle×郵便局～

★イベントプログラム

10:00～10:55　年賀状作成教室（オリジナルの年賀状が作れます！）
11:00～12:20　奥村雅美先生他「あおもりだしStyle」による県産だしを活かした和食調理実習、削り節体験（子どもたちに大人気！）



開催日時：2026年11月23日（月･祝日）9:45～12:30
開催場所：アピオあおもり１階　工作室及び調理実習室
（〒030-0822　青森市中央３丁目１７－１）
参加者：青森市内の小学校に通う児童とそのご家族様12組
主催：日本郵便株式会社東北支社
共催：あおもりだしStyle
後援：青森県

ぽすくま



©JAPAN POST Co., Ltd.
ぽすくまは郵便局のキャラクターです。

家族で学び、味わう記念日に！「だし活＋だす活」しよう！





青森県が県民の健康寿命を延伸させる目的で取り組んでいる、県産だしを活用しておいしく減塩を推進する**「だし活」**、野菜に含まれるカリウムで体内の余分な塩分を排出する**「だす活」**と、子どもたちに手紙の良さを感じてもらい、未来に「手紙文化」をつなげていってもらいたいという思いを詰め込んだ**「年賀状作成教室」**のコラボ企画です。

今回、「だし活」を教えていただく**「あおもりだしStyle」**は、「和食だしの文化」を楽しく広める活動をしている青森県内のだしソムリエ有資格者の団体です。会長の奥村雅美先生は、全国第1号でだしソムリエ認定講師になりTV等媒体を通じ、この活動を県内においしく、そして健やかな青森県になるよう、メンバーの皆さんと一緒に日夜、活動をしています。



奥村雅美 先生 プロフィール

平成26年に一般社団法人だしソムリエ協会認定講師に就任、その後、だしソムリエとして「知っているようで知らないことが多い」だしの知識や魅力を伝える活動、人材育成、商品・店舗プロデュースを行っています。また、青森県初だしソムリエ、おもてなしスペシャリストの資格も有し、地域に根差した活動も積極的に行っています。平成26年4月から開催している「だし講座、研修会」は参加人数3,000名を超え、年5回は県外でも講演を行っています。さらには幅広く活動を浸透させていくために、ATV「わっち!!」料理コーナー「わっちtheキッチン」への出演や青森県だし活DVD「青森イチ押し受けたい授業　だし活しよう!!」、「キューティーブロンズのLet'sだし活」の監修・出演もされています。