

Pain

(一社)日本パン技術研究所の製パン情報誌
～パンを作る人、パンを楽しむ人のための情報誌～
www.jibt.com

雑誌「パン」

6号

第72巻6号
June.2025



クーボラマローネ & レズン



カリフォルニア・レーズンペーストのパンスイス

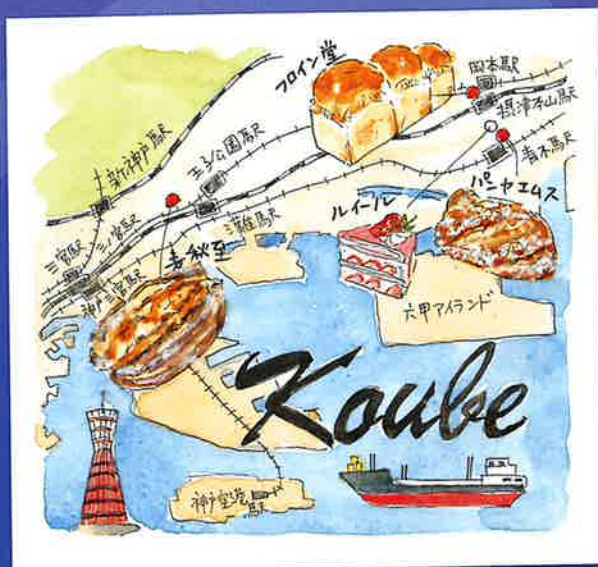


●JIBイベント

6月研究会のお知らせ

講習会「日本のパンの黎明期を牽引した
製パン技術の伝承」開催のお知らせ

●水溶性食物繊維β-グルカンたっぷりの
大麦腸活パンをめざして その3



パンのある生活
秋山洋子
「パン旅～関西・神戸編」

韓国のパン市場について④
「韓国の製パン教育」と「日本の製パン教育」について

Pain

Pain

雑誌「パン」

第72巻 6号 June. 2025



JIB はみだし授業

韓国のパン市場について④

～「韓国の製パン教育」と「日本の製パン教育」について～ 4

JIB イベント

6月研究会のお知らせ

講習会「日本のパンの黎明期を牽引した製パン技術の伝承」開催のお知らせ 10



水溶性食物繊維β-グルカンたっぷり的大麦腸活パンをめざして

その3 ～大麦β-グルカンの健康機能性(2)～ 12

パンのある生活 No.25

「パン旅～関西・神戸編」 16



パンを“もっと”楽しむ、12ヶ月のアイデア vol.122 18

ドイツからのパンだより (123) 20

日本の元気なパン屋さん

パンヤエムス 23

原料メーカーから提案するパン・菓子製品

オリエンタル酵母工業(株) 26



カリフォルニア・レーズンレシピ

～レーズンペーストを活用した製パン実演セミナー～ 28

XX

100日の製パン技術教育コース

本科学研究生募集中

232期 2025年9月2日～12月9日

製パン技術基礎コース

受講生募集中

第51回 2025年9月29日～10月3日

(一社) 日本パン技術研究所 TEL 03-3689-7571 FAX 03-3689-7574 www.jibt.com

韓国のパン市場について④

～「韓国の製パン教育」と「日本の製パン教育」について～

朴 種範 Park, Jong Beom (박 종범)

東京製菓学校の洋菓子本科、日本パン技術研究所の製パン技術教育コース（本科100日）212期を卒業。同研究所の教育部スタッフとして勤務後、2020年に韓国へ帰国。現在、韓国の製パン業界で経験を積みながら、妻と一緒にネット販売ベーカリー「Rousmiltine」を運営中。

はじめに

最近、韓国の製パン教育機関に関する内容を調べてまとめる機会があり、韓国の製パン教育と日本の製パン教育に対する筆者の意見を本稿「JIB はみだし授業」で伝えられることになった。

過去、韓国の製パン業界は、働く意志さえあれば誰でも受け入れ、見習いである修習生は働きながら製パンに必要な知識や技術を身に付け、経験を積んでいった。しかし、後述するように急激な賃金水準の上昇により、雇用する側に修習生の成長を待つ余力がなくなってきた。労働力のコストパフォーマンスの低下から自然に修習期間の短縮が望まれ、製パン教育業に対する需要と供給の流れが生まれ始めた。

韓国において製パン教育の本質はサービス業であり、客のニーズに合わせて供給が変化してきた。製パン教育の表面的な顧客は受講者だが、さらに深く考察すると、製パン業界の実状こそが製パン教育の形態と内容に最も影響を及ぼしているといえるだろう。

私は2016年から日本の「東京製菓学校」の洋菓子本科2年課程を受講し、修了した。その後、「日本パン技術研究所」の製パン技術教育コース（本科100日）212期を修了して、同研究所の教育部スタッフとして2019年から2020年まで勤め、韓国に帰国した。

外国での生活には時間的な負担だけでなく、当然ながら金銭的にも多くの負担が必要となる。韓国と日本の教育にはどんな違いがあり、私は日本で学ぶことを選択したのか？ その答えを一言でまとめるなら「日本の製パン教育は専門的で深みがある」ということになるが、2010年からの韓国製パン業界の変化を踏まえて、改めて解説する。

本文

「韓国の製パン教育」について説明するために、大きな変化があった2010年から2016年、2019年から2025年に分けて話そうと思う。私が実際に日本で生活した2015年から2020年までの経験も踏まえ、両国の製パン教育と背景について比較しながら伝えたい。

2010年～2016年：韓国の製パン教育

1. 2010年以前：

「製パン業界の実状」と「製パン教育」

まずは簡単に2010年より前の韓国製パン業界の状況を説明する。

韓国では1997年の「アジア金融危機」（1997年～2001年）の影響を受けて、急上昇した失業率に伴いフランチャイズの店舗数が急増した。特に参入しやすかった製パン業界では、第二の人生としてフランチャイズベーカリー店を始める中高年層が多かった時期だ。フランチャイズベーカリーの母体となる企業型ベーカリーには多くの資金が流入し、2002年頃からは企業型ベーカリーが運営する大型ベーカリーカフェが数多く開店した。一連の動きは製パン業界に多くの雇用を生み、職業転換（＝未経験者が新しい事業を始める）が容易な製パン業界には、多くの労働力が必要となった。

2007年の「グローバル金融危機」（2007年～2010年）には、再び失業率が上昇した。続く雇用不安の中で会社への忠誠心は低くなり、社会的に需要の高い技術を習得しようとする動きが生じた。2007年頃に下落したドル相場や円相場の影響で、海外の教育機関に目を向ける技術留学者の数も増加していた時期だ。

表1 2000年から2010年の為替レート

	2000年～2010年 平均	2007年
ドル為替レート (ウォン/1ドル)	1,244 ウォン	936 ウォン
円為替レート (ウォン/100円)	1,150 ウォン	740 ウォン

当時の韓国では日本式のパン（あんぱんなどの菓子パン類）が主流だったので、日本の製パン教育機関への研修と留学が盛んな時期だった。当時、海外の教育機関を修了すれば、技術職では韓国の大学卒業学位に当たる社会的待遇を受けることができた。

二度の金融危機で失業することになった中高年層は、着実に台頭してきたフランチャイズ店開業への意向がますます強くなり、2010年にはついにフランチャイズベーカリーの店舗数がリテールベーカリーの数を越えた。フランチャイズベーカリーの母体である企業型ベーカリーが韓国ベーカリー市場の主流になったといえる。

2010年以前の韓国製パン教育機関は大きく2つに分けることができた。学位取得が可能な「ホテル経営調理学科」や「製菓製パン学科」のある「専門大学（＝日本の短期大学）／大学」と、短期間で国家技術資格の取得を目標とする私設教育機関の「ベーキングクラス」だ。



2025年6月27日(金)研究会のご案内

『ベーカリーにおける酵素の活用』

～酵素でできるユニークネス～

日時

2025年6月27日(金曜日)
14:00～16:00

場所

パン科学会館6階
東京都江戸川区西葛西6-19-6

演題

『ベーカリーにおける酵素の活用』
～酵素でできるユニークネス～

酵素は食品加工における“縁の下の力持ち”！
ベーカリー製品のボリュームアップ、食感や味のデザイン、日持ち向上、作業性改善等、多様化するニーズに貢献しています。

- ・酵素を知る：酵素って何？どうして大事なの？
- ・酵素でできること：多彩な酵素が活躍中
- ・製菓製パン用酵素を使いこなす：酵素が拓く新たな可能性

(一社)日本パン技術研究所 製パン技術教育事業部 主催
AIB日本同窓会 協賛

講師

長瀬産業株式会社
にしもと ゆきふみ
西本 幸史氏

定員

70名前後
※正会員企業・維持会員企業・AIB日本同窓会の皆様の参加に
限定。

参加費

正会員・維持会員・AIB日本同窓会の皆様は
無料です。
ご注意：入館中はマスクのご着用をお願いいたします。

ホームページの
「各種コース申込」から
お申し込みください



お問い合わせ：03-3689-4701 (平日9時～12時、13時～17時)



講習会 「日本のパンの黎明期を牽引した 製パン技術の伝承」開催のお知らせ

本年8月下旬に「日本のパンの黎明期を牽引した製パン技術の伝承」として、元紀ノ国屋フードセンター取締役工場長の小田嶋恭之助先生による講習会を開催する運びとなりましたので、ご案内いたします。

日時

2025年8月27日(水曜日)
10:00～17:00(集合時間 9:50)

場所

日本パン技術研究所 6階実習室
東京都江戸川区西葛西6-19-6 パン科学会館

講習内容

「日本のパンの黎明期を牽引した
製パン技術の伝承」/小田嶋恭之助先生

講習予定アイテム(8品目)

ホップス種イギリスパン(イギリス)、サンフランシスコサワーブレッド(アメリカ)、パウアンブロット(ドイツ)、ブンパーニッケル(ドイツ)、シュレーゼンブロット(ドイツ)、ライ麦シュトーレン(ドイツ)、ピンスガウェルフラーデン(オーストリア)、パーレア・ハパン・イメラ(フィンランド)

受講料

正会員・維持会員10,000円(税込11,000円)、
非会員12,000円(税込13,200円)
*昼食付き(今回の製品とともに食事を用意いたします)。
*着座で受講していただきます。実習作業はございません。

定員

60名
*申し込みは先着順とし、定員になり次第締め切りとさせていただきます。

講習会の詳細はこちらから

お申し込み
方法

日本パン技術研究所ホームページの入力
フォーム(以下)からお申し込みください。
<https://www.jibt.com/cgi-bin/request.cgi>

申し込みはこちらから



イギリスパン
(ホップス種)



パウエルブロット
(ドイツ)



ブンパーニッケル
(ドイツ)



ライ麦シュトーレン
(ドイツ)



パーレア・ハパン・イメラ
(フィンランド)

水溶性食物繊維β-グルカンたっぷりの 大麦腸活パンをめざして

その3 ～大麦β-グルカンの健康機能性(2)～



農研機構フェロー 博士(学術)
小前 幸三(Komaie Kozo)

農林水産省農業研究センター(茨城県つくば市)に農林水産技官として入省後、農研機構作物研究所を退職するまで、麦類の育種開発プロジェクトの推進や大麦β-グルカンの機能性研究などを行う。現在は「農研機構フェロー」として国産大麦の普及活動を行っている。

前回(2025年4号)は、大麦パンに含まれるβ-グルカン量と食後血糖値の上昇抑制効果との関係について述べました。今回は、前回に引き続き、大麦β-グルカンの健康機能性として②LDL-コレステロール低減効果、③内蔵脂肪低減効果、④腸管免疫力賦活効果、⑤便秘改善効果などに関する知見および大熊秀信シェフ(株式会社フラワー)の大麦腸活パンをご紹介します。

◆高β-グルカン大麦の基礎知識(つづき)

8-② 大麦パンのLDL-コレステロール低減効果 「ビューファイバー」大麦粉配合パンによる検証 (共同研究: ㈱ADEKA/農研機構)

大麦β-グルカンには、動脈硬化に関与するLDL(悪玉)-コレステロールを減らして冠動脈心疾患(CVD)のリスクを低減する機能があることが知られており、欧米各国の政府機関は、大麦β-グルカンが一定量含まれる大麦食品のパッケージに健康強調表示(ヘルスクレーム)の記載を認めています。

そこで、我々の研究グループは、当時、新たに開発した高β-グルカン大麦「ビューファイバー(BF)」の大麦粉を配合した大麦パンによるLDL-コレステロール低減効果を検証しました。

大麦パン(ロールパン: β-グルカン約1g)を被験食とし、小麦粉100%パンを対照食としてヒト介入試験を行いました。対象者は、20～70歳代の男性40名、そのうち大麦パングループは、表3のように、大麦パンを1日2食(朝、夕)摂取し、1食あたりのβ-グルカンは約2g、1日あたり約4gとしました。ただし、主菜や副菜の量、質や種類などには制限を設けませんでした。検査は、図12に示すとおり、4週間後と8週間後に行いました。

検査項目は、主要評価項目をLDL-コレステロール(8週間後)とし、他に、血圧(拡張期・収縮期)、空腹時血

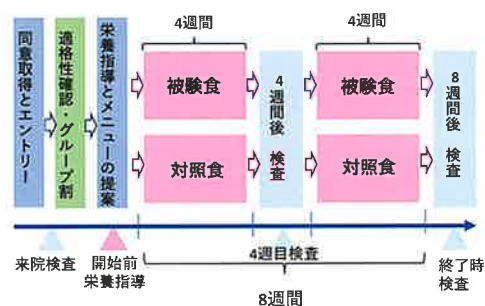


図12 ヒト介入試験の設計

表3 ヒト介入試験用パンの仕様と摂取方法

	小麦パングループ	大麦パングループ
1食分	小麦パン3個 255kcal 食物繊維2.4g	大麦パン2個 小麦パン1個 257kcal 食物繊維6.8g β-グルカン2g
1日あたり (朝・夕) 合計	小麦パン6個 510kcal 食物繊維4.8g	大麦パン4個 小麦パン2個 514kcal 食物繊維13.6g β-グルカン4g

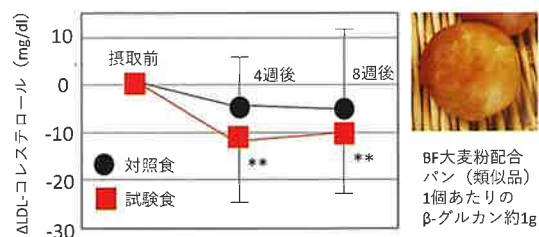
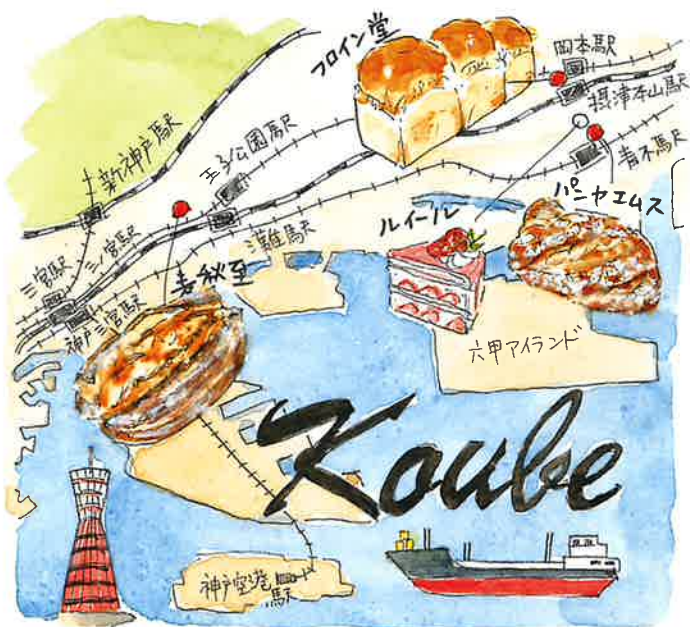


図13 大麦パン摂取による血中LDL-コレステロールの変化

糖値、HbA1c、HDL-コレステロール、中性脂肪、BMI、体脂肪率を測定しました。以上の測定結果、ΔLDL-コレステロールは、介入試験の開始時よりも-11mg/dl(4週



秋山 洋子 Yoko Akiyama • Illustrator

食べ物を中心に描くイラストレーター。書籍、雑誌での挿絵の他、企業、業界誌でも活躍。ショップカードやリーフレットのデザイン、原画販売などお店を彩るお手伝いも。またパンが大好きで、パンを描く「パンの絵の教室」も毎月開催。パンをモチーフとしたオリジナルグッズやパンのカレンダーの販売も手掛ける。yoko-akiyama.net

パン旅～関西・神戸編

今年は関西方面へパン旅に出かけてきました！ 神戸港開港後に外国人の職人がパン屋を開いたことから、パン文化が広がったといわれる神戸へ。

まずは東灘区、青木駅から徒歩1分の「パンヤエムス」へ。この日は定休日、店主の小林真子さんが近くのとても素敵なカフェ「ルイール」に案内していただき、おいしいスイーツをいただきながら、お話を伺いました。建築業界から転身された小林さんは、子育てや大切な方との突然のお別れを立て続けに経験し、「食と健康」の大切さを痛感。腸活を意識し、一つのパンに数種類の自家培養発酵種を使い、昆布や干し椎茸から取った出汁、甘酒や米麹も取り入れるなど、体にやさしいパン作りに取り組まれています。玄米粉や大麦を使ったパン、ライ麦100%のロブロも新しく登場。捨て火で焼いた野菜ほか8種類の素材が詰まったバーガー類など、どれも栄養満点でとてもおいしかったです。

続いて岡本駅近くの老舗「フロイン堂」へ。昭和7年創業、手捏ねの技術を4代にわたり受け継ぐ家族経営のパン屋さんで、名物の山型食パンは中がしっとり、皮は薄くパリッとした上品な味わい。地下の工房には、戦争や震災を乗り越えてきた黒々としたレンガ窯があり、92歳の現役2代目・竹内善之さんは「窯は恋人」と笑顔で語ってくださいました。以前は薪を焚ていましたが、今はガスでレンガを温め、その蓄熱でパンを焼き上げています。1回に25kgの粉を木の桶で手捏ねで仕込む3代目の隆さん、30分も捏ねているとはぼランニングハイのようになるといいます。代々使い続ける細長い食パン型や、洗面器のお湯の蒸気を使ったホイロなど、昔ながらの道具を大切に使い続けている。そんなフロイン堂の味と道具を、黙々と作業をしていた4代目・陸人さんが受け継ぐのだと思うと、なんとも嬉しい気持ちになりました。そして忘れてはならないのが、縁の下のかたちである隆さんの奥様・篤子さん。販売を担当しながら、お店全体を支える、まさに影の立役者です。

最後は灘駅近くの「麦秋至(むぎのときいたる)」へ。カウディ建築のような曲線の外観に、麦わらで覆われたエントランスの天井。六甲山の間伐材を使った温かな店内には石臼のまわる音が響きます。柔らかな物腰の店主・大石旭さんと奥様・和美さんご夫婦のお店。全粒粉を石臼で自家製粉し、ふすまも分けて販売。素材はほとんどがオーガニックで、卵・乳製品不使用のパンが中心。畑の土壌改良をしてくれるライ麦に注目しており、全てのパンにサワー種を使っている。乳酸菌が豊富で消化にもやさしいとのこと。手捏ねで丁寧に作られたパンは、見た目は力強く香ばしく、食べると驚くほどやさしい口当たり、噛み締めると濃い小麦の味がしました。

どのお店も個性と想いがしっかり込められており、「パンは人柄が出る」とあらためて感じた、心に残る神戸パン旅でした。



MUGI
NO
TOKI
ITARU



「むぎのときいたる」とは



パンを“もっと”楽しむ、vol.122

12ヶ月のアイデア

ナガタユイ

Food Coordinator

食品メーカー、食材専門店メニュー・商品開発職を経て独立。サンドイッチやパンのある食卓を中心に、メニュー開発コンサルティング、書籍や広告でのフードコーディネーター等、幅広く食の提案に携わる。

著書に「サンドイッチの発想と組み立て」「生野菜とパンの組み立て方」（誠文堂新光社）、「フレンチトーストとパン料理」（河出書房新社）他



サンドイッチを巡る旅 オーストリア・ドイツ編② プレッツェルを楽しむ

ウィーン、ザルツブルク、ミュンヘンの旅では、カイザーゼンメルと並んでプレッツェルを何度も食べました。もともと好きで、日本でも見かけるとつい買ってしまいうパンですが、あらためてそのおいしさに取り憑かれてしまいました。

プレッツェルは、ドイツを代表する伝統的なパンのひとつです。ベッカライのシンボル（写真①／ミュンヘンのベッカライの吊り看板）としても知られています。ここでは日本でも浸透している“プレッツェル（pretzel）”と呼ぶことにしますが、これは英語です。ドイツ語では“ブレーツェル（brezel）”で、“ブレーツェン（brezen）”、“ブレーツェ（breze）”ともいいます。

今回訪れたミュンヘンでは“ブレーツェ（breze）”（写真②／ミュンヘンで購入したもの。ミニサイズがかわいい）、ザルツブルクでは“ブレーツェン（brezen）”（写真③／ザルツブルクのビール醸造所）と表記されていました。ラテン語で腕を意味する言葉に由来し、その形状は腕を組んでいる姿、祈りを捧げる姿を表すなど諸説あります。

ラウゲン液にくぐらせて焼くことで、特有の風味や食感が生まれ、シンプルでありながらもやみつき感ある味わいになります。大粒の岩塩のトッピングがアクセントになり、ビールやソーセージに実によく合います。

朝食には、水平に切ってバターをたっぷり塗っていただきます（写真④／ミュンヘンのコンディトライのカフェ）。岩塩の塩味が、無塩バターの風味を引き立てて、シンプルなパンの楽しみを実感できます。ベッカライではサンドイッチも売られていますが、ふっくらしたタイプなら、意外とはさみやすく食べやす

いことが実感できました。

クリームチーズとチャイブ（西洋あさつき）のシンプルなサンドイッチ（写真⑤／ミュンヘンのベッカライ）は、定番の組み合わせだそう。同じ穴開きパンであるベーグルのサンドイッチによく似ていますね。

プレッツェルには色々なバリエーションがあります。ベッカライでは、ラウゲン液を使った小型のロールパンや、クロワッサンも多く見られます。スナックタイプのハードプレッツェル（写真⑦）はさまざまな種類があり、チョコがけにしたタイプ（写真⑧／ニューヨークのユダヤ系デリ）も人気です。フランス・アルザス地方では、プレッツェルは定番でドーナツタイプもありました。アメリカのソフトプレッツェル専門店は、日本に2度上陸したものの2度撤退していますが、現地での人気を考えると3度目もあるかもしれません。

韓国でのプレッツェル専門店の人気もあり、日本でも再注目されそうな予感がしています。

プレッツェルのサンドイッチ① バタープレッツェル

ミュンヘンで買ってきたプレッツェルとバターで作りました。ふっくらした形状なので、水平に切ることができます。バターはたっぷり塗るのが美味です。

【材料】1個分

ラウゲンプレッツェル 1個 発酵バター（食塩不使用） 適量

【作り方】

ラウゲンプレッツェルは水平に切り、発酵バターを塗る。



ドイツからのパンだより (123)

森本 智子

ドイツの食に関わる仕事に携わり、視察コーディネーター、アテンド、通訳なども手掛ける。

ドイツ食文化、特にパン、ビールなどについてセミナーや執筆なども手掛ける。ドイツ、ドゥーメンズアカデミーのピアソムリ工資格を持つ。

著書に「ドイツパン大全」「ドイツ菓子図鑑」(誠文堂新光社)他、訳書「ベーキングブック No. 4 サワー種でパンを焼く」(翔雲社)が2024年7月より発売中。

今回も、ドイツのパン業界紙などから興味深かったニュースをご紹介します(2025年4月末執筆)。

劇場から工房へ

クロアチア出身のマルコ・シュペハルさんは、深いバスボイスを持つオペラ歌手として、『魔笛』のザラストロ、『ラ・トラヴィアータ』のドクター・グレンヴィルなど数多くの役を演じ、約20年間ヨーロッパの主要なオペラハウスで客演を務めました。しかし2022年に舞台を降りると、2024年末にはシュトゥットガルトでパン店「Brotgesang(パンの歌声)」をオープンしました。

シュペハルさんは新たな試みに対し恐れることなく、パン店の道が自分にとって正しい道だと信じ、一瞬の疑いも持たなかったといいます。「スーツケースで生活する日々が長年続いたので、そろそろ落ち着きたくなったのです」と語る43歳のシュペハルさんは、母国クロアチアから2000年にシュトゥットガルトに移り、音楽大学で声楽を学びました。数年間仕事から仕事へと飛び回ったある日、ガンと診断され倒れてしまいました。治療中に正気を保つために本を読みましたが、そこにはパン作りに関する本も含まれていました。パン職人としての再出発のアイデアは、祖母からインスピレーションを受けたもので、ゆっくりと形になっていきました。「実家の農場では、祖母は家族全員分のパンを薪窯で焼いていました。1個5キロのパンを一度に何個も焼くのです。2週間分くらいありました。なのでいつも同じパンを食べていたのです」と、シュペハルさんは微笑みながら回想しました。

パン職人になると決意を固めると、ヴァインハイム・アカデミーで初めて開講された転職者向けコースを修了しました。その後、迅速に資格試験に合格、シュトゥットガルト手工業協会から特別許可を得て独立しました。2024年末から単独経営でパン店を営んでいます。昨今の不安定な状況の中、友人や家族は当初大きな心配をしつつも、今日までシュペハルさんを支え続けてくれました。銀行は高価格の少ない品揃えというシュペハルさんのビジネスプランに懐疑的でした。しかし、シュペハルさんは確信していたといいます。「品質は最終的に勝つ。そして実際のその通りになりました。パネットーネは一年中売れています」

品揃えは少ないものの、周辺地域では唯一無二の店だとシュペハルさんは言います。大型パン、異なるパネットーネの数種、パンドーロに加え、ラウゲン液を使った小型パンと「Brotgesang」のラベルが付いた少数アイテムを扱っています。「うちには定番のラインナップはなく、お客様は毎回違うパンを購入します。どんなパンを焼くかはその都度決めています。そうでないと退屈すぎてしまいます。パン作りは、サワー種を使った生地を最大72時間の長時間発酵することにこだわり、原材料は近隣の地域から仕入れています」

シュペハルさんのパンは高価です：パン1キロが9～15ユーロ、パネットーネは1キロ45ユーロ、パンドーロ1キロは42ユーロです。しかし彼の店はシュトゥットガルト市内の人気地区にあり、この地域は品質に見合う対価を払う住民が多いそうです。

「店内で試食ができるようにしていますが、それが最高の宣伝ツールになっています。お客様からは、手作りの味わいと私の情熱を感じるとよくいわれます。味、新鮮さ、そして食べやすさは、(儉約家で保守的といわれる)シュヴァーベン人さえも納得させます」とシュペハルさんは笑います。さらに知名度を上げるため、FacebookとInstagramも活用し、自らチラシも配っています。イースターの時期もパネットーネのチラシを街中で配布しました。

シュペハルさんはオペラ歌手としての活動も続けており、主に地元クロアチアでの小規模な公演に出演しています。「1週間以上店を閉めたことはありません。今はパン屋が本業ですから」

オペラ歌手からパン職人とは全く異なる分野への転職ですが、芸術的な要素をパン作りにも見出し、独創的なパン作りが人気の秘訣なのでしょう。



@chriskaplan

2026年の「ミス&ミスター職人」の応募受付が開始されました

今年の「ミス&ミスター職人」コンテストでは、Sebastian Brücklmaierさん(製パンマイスター)とTheresa Mayerさん(菓子職人)の2人が、製パン製菓業界を代表する候補者として決勝に進出しました。しかし優勝者に選ばれたのは、ハム出身のコンクリート・解体技術者、Katja Lili Melderさんと、エルクラート出身の精肉加工職人Marius Karl Hantenさんの異なる職種からの2名でした。来年のコンテスト参加者の募集が始まり、パン職人・菓子職人業界からの参加者の応募が期待されています。

同コンテストの目標は、職人仕事にスポットライトが当たる場を設け、特に若者にその魅力を伝えることです。このコンテストを通じ、職人技の多様性と現代性を紹介し、本物の個性を発揮できる場を提供しています。



©Power People

日本の元気な パン屋さん

取材：西島ゆかり



パンヤエムスの外観。
ブルーのひさしテント
に白いロゴがポイント

ヘルシーでおいしいパンを提供したい

パンヤエムス

建築業界からパン業界への転身。

「感性を大切に、個性を表現したヘルシーでおいしいパンを提供したい」と、奮闘の日々。

建築業界からパン業界へ

〈パンヤエムス〉は、兵庫県神戸市東灘区にある。最寄駅の阪神本線青木駅から歩いて1分ほどの好立地な場所だ。港町の神戸といえば、舌の肥えたパン好きが多く住む、パン屋激戦区という印象がある。店主の小林真子さんはなぜこの地で自分の店を持つことになったのだろうか。

小林さんは北海道出身。インテリアデザイナーに憧れ、上京して長く建築業界で働いていた。「何かを自分の手で生み出すこと、ものづくりが好きだ」という小林さんだが、建築業界では思うような仕事に恵まれなかったという。仕事にやりがいを感じられず、悶々とする日々が続く中、趣味として家でパンを焼いていたそう。実は小林さんにとってパンはとても身近で大切なもの。中学生くらいのときに母がパン教室に通っていて、家でよくパンを焼いてくれた。焼きたてのパンの香り、おいしいパンのある幸せな家庭が自身の原風景であり、自分の根底にあるという。母に習い、本を見ながら焼いたパンを知人や近所の人にあげ

ると、「おいしい!最高じゃない?!パン屋さんになればいいのに」と褒めてくれて、皆が笑顔になった。いつしか小林さん自身も「人に感謝される、パン作りを仕事にできたら……」と思うようになったが、安定した建築業界の仕事を辞めてまでもパン業界へ進む勇気はなかった。

そんな中、身近な人が立て続けに亡くなるという出来事があり、小林さんの人生観が大きく変わった。『好きなことをして後悔なく生きたい』という思いが強くなった。ちょうどその頃、近所にある商業施設のインストアベーカリーがオープニングスタッフを募集していた。「行くしかない、チャンスだ!!」と決意し、応募した。そこから小林さんのパン職人としての人生が始まった。30代後半くらいからの遅いスタートだった。

家庭製パンでひと通りのパンづくりを経験していた小林さんはすぐに頭角を現しバイトリダーとなり、成形や窯前作業なども担当することができた。このインストアベーカリーで数年務めた後、「更に本格的に経験を積みたい」と東京都江戸川区の〈リヨン〉で社員として5年ほど勤務した。ここでは色々な研修や講習会にも参加させてもらい、更に多くのことを学んだという。そんな修業の日々



パンヤエムスの店頭にて。店主の小林真子さん(右)、筆者(中央)、イラストレーターの秋山洋子さん(左)。小林さんは100日コース207期卒業生



ショーケースの上段には食事系のパン、中段には総菜パン、下段には総菜パンと菓子パンが並ぶ



生地質感にもこだわってつくった「エムスオリジナルトートバッグ」(2,300円)



ショーケース横の棚には、ラスク各種、エムスオリジナルコーヒー、オリーブオイルなどが置かれている



ショーケース越しに商品について丁寧に説明する小林さん

カリフォルニア・レーズンレシピ

～レーズンペーストを活用した製パン実演セミナー～

前回から引き続き、粒のままの使用ではなく、使用機会の少ない“カリフォルニア・レーズンペースト”の活用法をテーマとしたレシピを紹介します。*このレシピは3月に行われた製パン実演セミナーで紹介されました。



松田 武司 (まつだ たけし)

スターバックス コーヒー ジャパン株式会社
新業態推進本部 プリンチプロダクション部
部長 (Princi® ヘッドシェフ)

クーポラマローネ & レーズン



材料

本捏	(%)	タルト生地	(g)	パート・ド・マロン	(g)
強力粉	40	無塩バター	300	マロンペースト	100
フランスパン用粉	60	粉糖	190	無塩バター	15
グラニュー糖	10	全卵	95	生クリーム	25
塩	2	小麦粉	500	ラム酒	4
脱脂粉乳	3	ベーキングパウダー	2.5	渋皮マロン	30
生イースト	3.5	アーモンドパウダー	75		
牛乳	30			フィリング	(1個当たり)
吸水	18	ココナッツサブレ	(g)	カリフォルニア・レーズン	10g
卵黄	2	タルト生地	150	ペースト	
無塩バター	5	ココナッツファイン	50		
パート・フェルメンテ	20			仕上げ	
折り込みバター	60			ナパージュ	適量
				ココナッツファイン	適量
				渋皮マロン	適量
				カリフォルニア・レーズン	適量

工程

本捏冷蔵

ミキシング	L3分M13分～
捏上温度	25℃
発酵	(28℃/75%) 60分 冷蔵(0～2℃)でオーバーナイト
折り込み	4つ折り×3つ折り
フロアタイム	(28℃/75%) 75分
成形	1) 最終生地厚2.9mm幅60cmで巻く 2) 35gでカット 3) 麺棒で生地を伸ばし、焼型に入れる 4) パート・ド・マロン30gを入れ、カリフォルニア・レーズンペースト10gを入れる
ホイロ時間	60分 (28℃/75%)
焼成条件	コンベクションオープン ココナッツサブレをのせて180℃ 30分
仕上げ	ナパージュを塗り、ココナッツファイン、渋皮マロン、カリフォルニア・レーズンを飾る

タルト生地/ココナッツサブレ

- 1) ミキサーで材料を混ぜ合わせて、生地を厚さ5mmに伸ばす
- 2) 型で生地を抜く(20g)
- 3) コンベクションオープン160℃で9分焼成する

パート・ド・マロン

- 1) 生クリーム、無塩バターを沸騰させる
- 2) マロンペーストに少しずつ加える
- 3) 裏漙しする
- 4) ラム酒、渋皮マロンを混ぜ合わせる



June 2025

Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat
1	2	3 第7回 リテイルアドバンスコース①	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24 第7回 リテイルアドバンスコース②	25	26	27 製パン技術教育事業部主催研究会 演題：『ベーカリーにおける酵素の活用』 ～酵素でできるコミュニケーション～ 演者：長瀬産業(株) 西本 幸史氏 詳細は本誌P.10に掲載	28
29	30					
		☆	☆	☆	☆	☆



Painバックナンバーご購入 随時受付中!!

*各日程については予定であり、変更になる場合があります。あらかじめご容赦願います。



July 2025

Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat
		1	2	3	4	5
☆	☆					
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15 第7回 リテイルアドバンスコース③	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31	☆	☆

Pain 6号

令和7年5月25日発行

発行所 株式会社 J・I・B

発行人 古橋 誉司彦

編集人 西島 ゆかり

監修 一般社団法人 日本パン技術研究所
〒134-0088

東京都江戸川区西葛西6-19-6

電話 03-3689-7884 (株)J・I・B

電話 03-3689-7571 (一社)日本パン技術研究所

Fax 03-3689-7574

年間購読料・送料込 6,600円
(本体6,000円+税10%)

*許可なく転載・複写ならびに web 上での使用を禁じます。