

信州出身または縁のある著名人に、
おすすめしたい信州の魅力を教えてください。

信州のココが好き。



ソチオリンピック
銀メダリスト
渡部 暁斗さん
長野県北安曇郡白馬村出身



銀座 NAGANO オープンおめでとう
ございます。
白馬村で生まれ育った私にとって、ふるさとから見える北アルプスの雄大な山々や四季の景色、そして雪質のよいスキー場はごく当たり前のことでした。しかし海外遠征を多く経験し国内外の様々な場所を訪れることで、白馬を含め信州という土地が如何に素晴らしいかを改めて実感するようになりました。これから始まるスキーシーズン、ぜひ長野へお越し下さい。

Profile:
北野建設スキー部所属。ノルディック複合選手で2014年ソチオリンピック(ロシア)個人ノーマルヒルの銀メダリスト。続くファルンワールドカップ(スウェーデン大会)では個人戦で優勝と大活躍。

NEW ITEM

銀座NAGANOオリジナル商品などイチオン情報をお伝えします。

NEW
セレブの中で
話題のジュース
銀座エリア
初上陸!



コールドプレスジュース
700円

数量限定

果物や野菜に熱や水分を加えず、素材をじっくり押しつぶして作るコールドプレスジュースを日本初の専門店サンシャインジュースとコラボし、信州産たっぷりのオリジナルミックスで販売中。野菜不足、美容に気をつけよう方におすすめです。

NEW
噛むほどに
増す味わい



ルヴァンの天然酵母パン

※商品は変更になる場合があります。

長野県上田市と東京富ヶ谷に店を構えるパン屋さん。契約農家から仕入れた国産小麦粉を石臼で挽いて全粒粉を作り、自家製酵母で焼き上げます。自然が育んだ食感、香り、味わいが存分に楽しめます。

信州のヒト・コト・モノとあなたを“つなぐ”フリーマガジン

Take Free

平成26年11月15日発行

vol.1

毎月15日発行

信州を知る

美と健康をサポートする逸品、
南信州の冬の果物”市田柿“をどうぞ。

今月のセレクト3品

信州を旅しよう

12月イベントカレンダー

- ・信州・安曇野アートライン展
- ・御開帳100日前イベント
「善光寺からはじまるながの旅」

信州のココが好き。

NEW ITEM

イベントなど各種情報は銀座NAGANOのHPをご覧ください。
リアルタイムな情報はFacebookでお届けしています。

HP <http://www.ginza-nagano.jp>

facebook <https://www.facebook.com/ginzanagano>



銀座 NAGANO の
オフィシャルショッピングサイト
「NAGANOマルシェ」オープン!

銀座NAGANOで販売している信州の食材、工芸品などほとんどの商品を取り扱うショッピングサイトがオープン。銀座NAGANOのホームページからお入りください。



銀座 NAGANO

〒104-0061
東京都中央区銀座5-6-5 NOCO1-2・4F
代表 03-6274-6015
1F- ショップスペース 03-6274-6018
2F- 観光案内 03-6274-6017
4F- 移住交流相談 03-6274-6016



営業時間 10:00~20:00 (1F・2F)

定休日

年末年始

東京メトロ銀座駅A1・B5出口から徒歩1分
JR有楽町駅から徒歩7分

※掲載している情報は2014年11月現在のものです。商品、メニュー等は変更となる場合がございますのでご了承下さい。



銀座 NAGANO

しあわせ信州シェアスペース

紅葉とともに景色に彩りを添える
南信州の風物詩、柿のれん



SHINSHU
WO
SHIRI
信州
を
知る

美と健康をサポートする逸品、
南信州の冬の果物“市田柿”をどうぞ。



このマークが市田柿の
安心・安全・おいしさの証



団体商標登録を取得。その翌年には、安心・安全な市田柿をもっと多くの人に広めるために「市田柿ブランド推進協議会」を設立しました。それまでは各

農家の家庭で市田柿作りをするのが一般的でしたが、設立をきっかけに衛生に配慮された環境で加工されるようになりました。工程は1カ月半ほどかかります。まずは専用の機械で柿むきをし、柿のれんを使って1カ月ほど干し上げます。その後は乾燥状態を見ながら柿をもみ、天日干しをします。これを何度か繰り返すうちに柿の中心部に残っている水分が押し出され、やわらかくてシワのない、きめの細かい粉（ブドウ糖）に覆われた干し柿が完成するのです。

500年以上も昔から、南信州で愛されてきた干し柿

南信州と呼ばれる飯田・下伊那地域では、11月から「市田柿」という品種の渋柿の収穫をはじめ、1カ月半ほどかけて干し柿を作ります。栽培が始まったのは、今から500年以上前。下伊那郡高森町の市田地域で栽培されていた焼柿と呼ばれていた渋柿を、大正10(1921)年に「市田柿」と称して出荷をしたのが始まりです。南信州では古くから、市田柿を正月に食べる風習がありました。柿は福を“かき”あつめるといわれ、長寿を願う「歯固め」の儀式に用いられ、食べた市田柿の種が多いほうが縁起が良いといわれてきました。

ドライフルーツの先駆け“市田柿”をブランド化

平成18(2006)年、市田柿の美味しさを、もっと幅広い世代の人に知ってもらおうと、みなみ信州農業協同組合と下伊那園芸農業協同組合が市田柿の地域

野菜や果物が少なくなる冬こそ、市田柿で栄養を

市田柿は一般的な柿より小ぶりで渋みが強い品種の



(C) 熊谷元一写真画館



1. 阿智村出身の写真家・画家熊谷元一は、かつて各家庭で作られていた市田柿の柿むきの様子を描いた。2. 専用の機械を使った現在の皮むき作業。徹底した衛生管理のもとで作られている。3. 天日干し中の市田柿。4. ふっくらと丸みを帯びた市田柿。何も加えず、素材の持つやさしい甘みが味わえる。

銀座NAGANOで
市田柿を販売！



天竜産業
市田柿 (Lサイズ8~9個入)
648円 (12月下旬入荷予定)
自然豊かな南信州で育った柿を、丹精込めて手作りするあま〜い市田柿。お洒落な容器に入っています。

かぶちゃん農園
かぶちゃん農園の美味しい
ほし柿 かきのもりパック
(個包装5個入)

1,240円



やさしい甘みで愛されている南信州の市田柿を、一つずつ個包装にし、かわいいイラスト入りのパッケージに入れました。食べやすさが人気です。

さらに！12月1日～5日の南信州キャンペーン期間中、1Fレジ前の特設コーナーにて市田柿を特別販売します！お楽しみに。

市田柿は、長野県が自信を持って発信する信州産農畜産物の統一ブランド「おいしい信州ふーど(風土)」のひとつです。

12月 南信州の見どころ

遠山の霜月祭

霜月祭は12月1～15日にかけて、南信州の遠山郷にある9地区で行われる「神様にお湯を差し上げる」祭りです。江戸時代後期に祭りに関する文献が残る歴史ある祭事で、昭和54(1979)年に重要無形民俗文化財に指定されました。一説では宮崎駿監督作品の映画「千と千尋の神隠し」の原点のひとつになっているとも言われています。



問：0260-34-1071
(遠山郷観光協会)

市田柿発祥の“高森町”の柿のれんを見にこよう



柿のれんの見ごろ：
11月下旬まで

[アクセス]
旬彩館：松川ICからクルマで14分
松源寺：松川ICからクルマで21分
[問] 0265-35-9405
(高森町産業課)



市田柿はチーズとの相性も抜群です。ぜひお試しください。

市田柿ブランド推進協議会 木下 倫信 さん

さっぱりとした甘みと香りが広がる
市田柿と柚子のパウンドケーキ



レシピ協力:
Le ciel bleu
(長野県長野市)

- 材料
- バター(食塩不使用)..... 70g
 - 砂糖..... 70g
 - 全卵..... 70g
 - 薄力粉..... 70g
 - 市田柿..... 2個
 - 柚子の皮..... 1/2個

- 作り方
1. 常温でやわらかくしたバターと砂糖をボールに入れ、混ぜ合わせる
 2. 全卵を数回に分けて加え、しっかりと混ぜ合わせる
 3. 2を半量ずつ、2つのボールに分ける。一方に細かく刻んだ市田柿を、もう一方に柚子の皮を入れる
 4. 薄力粉をそれぞれ半量ずつ入れ、混ぜ合わせる
 5. 市田柿と柚子2つの生地を1つの型に入れ、予熱した170℃のオーブンで35分ほど焼く(型に流す時には、重さのある市田柿の生地を下にする)
 6. 完成したら、スライスした市田柿とゆずピールを飾り付ける
- ※飾り用の市田柿・柚子の皮は好みに応じてご用意ください。材料には含まれていません。



銀座NAGANO西原支配人セレクト
今月の3品

今年のクリスマスは、信州産の食材やお酒とともに楽しんでみませんか?

カマンブルー (アトリエド・フロマージュ) 1,404円

表面はカマンベル、中はブルーチーズという2つの味わいが絶妙。白ワインか軽口の赤ワインと一緒にどうぞ。



鹿肉ジャーキー(信州ナチュラルフーズ) 928円(35g)

クセがなく食べやすい赤身の鹿肉のジャーキーは、サラミ風の味付けでお酒がすすみます。さっぱりした白ワインと相性が良いですよ。

※表示は2014年11月現在の税込価格です。



NAGANO WINE
長野県原産地呼称管理制度認定品をはじめとする多数の高品質な長野県ワインを多数取り揃えています。

- 左から
- ミュゼドゥヴァン善光寺竜眼(アルプス) 1,512円
- シャルドネ2012樽熟成(桶わいなり) 4,320円
- NACマスカット・ベリー A2013(井筒ワイン) 1,519円
- ヴィニユロンズリザーブメルロー2011(ヴィラデストワイナリー) 5,551円



旬の信州
味わいコーナー

12月のメニュー

あつあつスープおやきと
信州サーモンのサラダ 700円



寒い身体をほっと温めてくれる“あつあつスープおやき”は、かつお出汁のスープが野菜たっぷりのおやきにしみ込んでジュシーな食感。柚子胡椒、レモン胡椒、七味唐辛子などの薬味をお好みで加えれば、また違った味わいに。“信州サーモンのサラダ”は、信州産の野菜と旨みのある信州サーモンの彩りがきれいな一品です。

Minami Shinshu
南信州キャンペーン in 銀座

12月1日(月)～12月5日(金)
いいとこなんだに 南信州

食とおして南信州の魅力をお届けする5日間です。

2日(火) 10:00～12:00/13:00～15:00
首都圏のワカモノ必見!!
南信州サポーター大募集

南信州と首都圏の人をつなぐ「南信州へおいでなんしょ!プロジェクト」を支える若手スタッフを募集します。プロジェクト説明やスタッフとの交流のほか、南信州の食も用意しています。
定員:各20名 参加費:無料(要予約)



■南信州キャンペーン in 銀座 いいとこなんだに南信州に関するお申込み・お問い合わせ
Tel.0265-53-7100(南信州広域連合) Fax.0265-53-7155 E-mail. m-koiki@mis.janis.or.jp

4日(木) 11:30～14:30
野菜ソムリエプレゼンツ
「南信州の冬野菜を味わう会」

地元野菜ソムリエが野菜や果物などの食材を通して、南信州の魅力をお伝えします。
定員:30名 申込締切:11/28(金)
参加費:4,500円(要予約)



5日(金) 11:30～14:30
野菜ソムリエプレゼンツ
「信州の伝統野菜を学ぶ会
～ネギ編～」

信州には地域古来の伝統野菜が70種類も存在します。その中でも4種類のネギに注目し、学び、味わう会です。信州の野菜ソムリエによる伝統野菜のお話にも注目です。

定員:30名
申込締切:11/28(金)
参加費:4,500円(要予約)



予約は銀座NAGANOホームページより行っていただけます。



信州を旅しよう

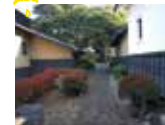
信州・長野県観光協会とクラブツーリズム共同企画!
「銀座NAGANO」オープン記念のバスツアーをご紹介します。

名物おぎのや釜飯や信州そばなど4食付き!
松本城・善光寺・旧軽井沢 信州周遊スペシャル2日間

旅行代金 おひとり 17,900円～19,900円
(2～4名1室)※1名1室3,000円増
ツアー日 無印17,900円 ○印19,900円
1月22・30日/2月7・10・15日/3月8日・23・27日
出発 上野(8:00発) 新宿(8:50発)
要1名 催25名 BGなし 相部屋不可 添乗員同行 運輸機関:バス

- | | | | |
|----|-----|---|-----|
| 行程 | 1日目 | 各地発＝諏訪大社(参拝)＝諏訪おぎのや(名物「峠の釜飯」の昼食)＝SUWAガラスの里＝松本城(松本城天守観覧料込)＝松代温泉・信州松代ロイヤルホテル(泊)※クラブツーリズムAランク指定のリゾートホテル。温泉露天風呂完備の大浴場や和洋中バイキング90分の夕食付 | ☐☑☑ |
| | 2日目 | 松代温泉＝小布施(散策)＝善光寺(参拝)＝長野(信州そばの昼食)＝佐久＝旧軽井沢(散策)＝練馬区役所＝各地着(18:50～19:20予定) | ☑☑☐ |

スポット 小布施「栗の小径」



栗のまち小布施は、美術館やギャラリー、栗を使ったお菓子や料理を提供するお洒落な飲食店などが多く、見どころたっぷり。栗の間伐材を敷き詰めた「栗の小径」で風情あるまち歩きが楽しめます。

スポット 国宝 松本城



戦国時代に作られた深志城がはじまりで、現存する五重六階の天守としては日本最古の城。本丸庭園にある松などに「雪吊り」をかけた光景は、冬の風物詩として知られています。

写真提供:松本城管理事務所

1月7日(水)～9日(金)
かぶちゃん農園主催イベント

南信州の風物詩の「柿のれん」を展示し、人気商品の干し柿の販売や、干し柿を使ったメニューの試食をします。また、これまでにない新しい干し柿もお目見えします。詳細は、次回1月号のイベントカレンダーでご紹介します。お楽しみに!



旅行企画・実施 クラブツーリズム株式会社
東京バス旅行センター

〒175-8585 東京都板橋区成増1-30-13 サンリツ三井生命ビル

バスツアー 宿泊

東京 TEL 03(5998)3333

月～土 9:15～17:30 / 日・祝 9:15～13:00

観光庁長官登録旅行業第1693号 旅行業公正取引協議会会員 JATA正会員
総合旅行業務取扱管理者 山田陽介 管理番号42855
※旅行のサービスの内容及び発着時間などについては、平成26年10月1日を基準日として
※詳細な旅行内容を記載した書面を送りますので、事前にご確認のうえお申し込みください

イベントの参加申込は銀座NAGANOのホームページからどうぞ。

イベントの詳細については、銀座NAGANOホームページをご覧ください。各主催者へお問い合わせください。

銀座NAGANOアプリで
お得な情報をゲットしよう



時...時間 定...定員 料...料金 問...お問い合わせ先

網掛けのイベントは、参加いただける方が限定
されておりますので、予めご了承ください。

mon tue wed thu fri sat sun

1

招待者限定・見学可
おいしさの再発見! 「市田柿」を、
おしゃべりに味わって!

2

要予約
首都圏のワカモノ必見!!
南信州サポーター募集

3

予約受付終了
信州ジビエ
高校生アグリレストラン&マルシェ

4

要予約
野菜ソムリエプレゼンツ
「南信州の冬野菜を味わおう会」

5

要予約
野菜ソムリエプレゼンツ
「信州の伝統野菜を学ぶ会
〜ネギ編〜」

6

要予約
真田幸村公 武蔵の国へ
いざ出陣!! 信州上田の
戦国武将 幸村公を語る

7

要予約
移住・創業セミナー in
銀座NAGANO

招待者限定 南信州酒場 銀座店

南信州の地酒「喜久水」、シードル、ワインと地元の旬の食材をふんだんに使ったお料理を召し上がりいただけます。

18:00

〜19:30

〜19:30

〜19:30

〜19:30

〜19:30

8

要予約
信州木曾スロワード街道フェスティバル銀座
手作りにより受け継がれてきた伝統
人に優しい地産地消と真心こもる料理の数々

9

要予約 女性のための信州ジビエ
第1回「山と自然の
サイエンスカフェ@信州」

10

信州・安曇野アートライン展
〜美術館・博物館
安曇野に点在する美術館・博物館19館の作品を展示し、日替わ
アートラインの魅力をご紹介します。

11

展示作品(予定)
田淵行男記念館 田淵行男「山岳写真」
菊池哲男フォトアートギャラリー 菊池哲男「白馬山岳写真」

12

の里、安曇野 その魅力を一挙紹介します。
りで館長・学芸員が自館と
会も開催しますのでお楽しみに。

13

1日限定ワークショップ
ちひろの水彩技法体験

14

要予約 大人の休日倶楽部会員限定
見学可 長野県・佐久市移住セミナー

15

長野県原産地呼称管理制度
認定日本酒・焼酎のお披露目会

16

第1回 信州の魅力発見大学
「信州で学ぶ楽しさ」信州の健康
長寿の秘密」など、信州の魅力

17

森のクリスマスコンサート
「おかせり」と迎えてくれるのは小
川村の優しいお母さんたち。

18

信州里山の味
夜なべ塾in銀座第2回

19

善光寺御開帳
数え年で7年に
一度行われる
善光寺最大の
盛儀。

20

要予約
北信濃の食と浪漫
〜料理のコツがわかる!
オアシス昼食会〜

21

信州おぶせの食と文化
11:00〜14:30 未定
小布施の農産物を使った加工品の試食・
試飲や、一流シェフによるおぶせブランド
を使った料理をお楽しみいただけます。

22

要予約
善光寺御開帳と門前の歩き方
①11:00〜12:00 ②13:00〜15:00

23

要予約
信州須坂「おやき・ワイン」フェス
17:00〜18:00 18:00〜講演会と大試食会

24

要予約
信州須坂「おやき・ワイン」フェス
17:30〜19:00
坂城町出身作家、小松美羽による
作品トークと坂城町の伝統食をお
楽しみいただけます。

25

要予約
NAGANOフードプロモ
ーションin銀座
〜銀座で食のご縁づくり〜

26

「ただいま」おかいりで
ほっこり おやめ茶
10:00〜16:00 無料
「おかせり」と迎えてくれるのは小
川村の優しいお母さんたち。

27

要予約
天皇皇后両陛下が訪れた
「一日10万本 あんずの里」から
贈りもの会

28

要予約
NAGANOフードプロモ
ーションin銀座
〜銀座で食のご縁づくり〜

29

要予約
桜むね 美と健康講座
〜乳がん手術後の手作りパッド
講習会〜

30

要予約
自然を愛し、ワインに恋した
信州みやだのテロワールを貴女へ

31

要予約
信州須坂「おやき・ワイン」フェス
17:00〜18:00 18:00〜講演会と大試食会

32

要予約
信州須坂「おやき・ワイン」フェス
17:30〜19:00
坂城町出身作家、小松美羽による
作品トークと坂城町の伝統食をお
楽しみいただけます。

33

要予約
信州須坂「おやき・ワイン」フェス
17:30〜19:00
坂城町出身作家、小松美羽による
作品トークと坂城町の伝統食をお
楽しみいただけます。

34

要予約
信州須坂「おやき・ワイン」フェス
17:30〜19:00
坂城町出身作家、小松美羽による
作品トークと坂城町の伝統食をお
楽しみいただけます。

特別企画

ひのきのしおりを
先着300名に
プレゼント

11.30 sun

木曾の木に親しむ
〜木のある暮らしをしてみませんか〜



11:00〜18:00
伝統的工芸品・木製品の展示販売
暮らしに木の温もりと彩りを与えてくれる
伝統工芸品、クラフト、生活雑貨をご
用意します。

ひのき箸作り体験(所要時間約20分)

50名(当日申込み先着)
無料
木曾の木を使った
自分だけの箸を
作ってみませんか?
お子様から大人ま
で楽しんで体験で
きます。



pick up

12.9 tue

女性が楽しむ信州ジビエ
11:00〜12:30(中島さん)
13:00〜14:30(所さん)
15:00〜16:30(鈴木さん)

フードアナリストの中島麻希さん、板倉
レディースクリニック所料理長、肉のス
ズキや若女将鈴木志保さんの3名が、
それぞれの立場から信州ジビエの魅力
について語ります。



12.16 tue

信州里山の味 夜なべ塾in銀座
第2回農家に教わる信州の味
リンゴの里南信州豊丘村から
アップルパイづくり

17:30〜19:30
1,000円(材料費・資料代) 30名
リンゴの産地南信州
豊丘村から、農産加
工所「かあちゃん」
の店、代表菅沼美子
さんを講師に、リン
ゴジャム、コンポ
ート、アップルパイづ
くりを体験します。
0265-82-1260(産直新聞社)