

# 信州のココが好き。

信州出身または縁のある方々に、  
おすすめしたい信州の魅力を教えてもらいます！



撮影「松代藩 真田十万石まつり」にて(10月11日)

俳優・タレント  
**大泉 洋さん**

女優  
**吉田 羊さん**



撮影「真田丸」にて(10月11日)

**大泉さん**  
長野県は、映画の撮影などでも何度か訪れていて、北海道に負けないぐらい好きな場所のひとつ。新年からの大河ドラマ「真田丸」では、堺雅人さんの演じる真田信繁(幸村)の兄である真田信幸公を演じさせてもらうのですが、“信濃の獅子”といわれ信州の皆さんの誇りとする人物ということでも緊張しています。家族を大切に、愛にあふれた信幸公を演じさせていただけることはとても幸せなことです。三谷さんらしいコミカルな部分も出しながら、誠実に演じさせていただきます。

**吉田さん**  
真田十万石まつりには、本当に大勢の方に来ていただき、大きな後押しをいただきました。松代の街には、あちこちに六文銭が施され、今も街全体が真田家を受けてらっしゃるのだなと感じました。大泉洋さんと一緒に、信幸公と小松姫の霊廟にもご挨拶させていただきました、精一杯演じますと、二人でお誓い申し上げました。私の演じる小松姫は、気丈さと賢さで旦那の信幸公そして真田家を支え守った強い女性だと思います。大泉洋さんとの“洋羊コンビ”は、本当に楽しみ。心込めて、愛情を持って演じたいと思います。

### Profile

**大泉 洋**  
1973年北海道生まれ。深夜番組「水曜どうでしょう」出演。その後、役者としてドラマ・映画に多数出演。上田市で撮影された映画「青天の霹靂」では第6回TAMA映画賞にて最優秀男優賞を受賞。大河ドラマ「真田丸」では真田信幸(信之)役を演じる。

**吉田 羊**  
福岡県生まれ。「HERO」をはじめ、多数のドラマ・映画・CMに出演。2015年は「報知映画賞 助演女優賞」、「VOGUE Woman of the year 2015」なども受賞。大河ドラマ「真田丸」では、真田信幸の正室・福(小松姫)役で出演する。



大河ドラマ「真田丸」  
【放送予定】2016年  
1月10日(日)より(全50回)  
【作】三谷幸喜【主演】堺雅人

信州のヒト・コト・モノとあなたを“つなぐ”  
銀座NAGANO情報マガジン  
2016 1月号 VOL.14 平成27年12月15日発行

信州のヒト・コト・モノとあなたを“つなぐ”銀座NAGANO情報マガジン

# 「つなぐ」

2016 1月号

VOL.14

平成27年12月15日発行

TAKE FREE



銀座 NAGANO

しあわせ信州シアスペース

しあわせ信州

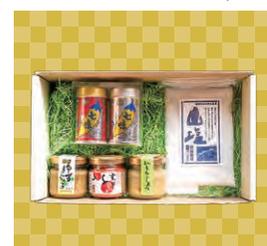
銀座NAGANO & ショッピングサイトNAGANO マルシェ 連動企画!

## 新春ギフトセット

健康長寿県信州ならではのライフスタイルや山の恵みを詰め合わせた  
銀座NAGANOオリジナルギフトをご用意しました。

各30セット  
限定販売!

人気調味料セット 3,064円+送料



希少な大鹿村の山塩や、まもなく販売終了となる八幡屋磯五郎銀座NAGANO缶など、スタッフお薦めの調味料を揃えました。

- ◆山塩(鹿塩の湯 湯元 山塩館)
- ◆銀座NAGANO缶クリアケース入り(八幡屋磯五郎)
- ◆信州ゆずこしょう(信州なかや堂)
- ◆すっぱ辛の素(内堀醸造)
- ◆れもんこしょう(ピクルスコーポレーション)

長野県地ビール&つまみセット 3,740円+送料



人気の地ビールと鹿肉スティックやいなごなど信州ならではの滋味が楽しめるセットです。

- ◆軽井沢高原ビール【ナショナルトラスト・ホワイトエール・ワイルドフォレスト】(ヤッホーブルーイング)
- ◆THE軽井沢ビール浅間名水【冬紀行 白・プレミアムクリア】(軽井沢フルワリー)
- ◆鹿肉スティック(信州ナチュラルフーズ)
- ◆いなご(原田商店)
- ◆伝承鯉のうま煮(加藤鯉店)

お求めは [NAGANO マルシェ](#) [検索](#) または銀座NAGANO店頭で。※お申し込み開始12月20日、発送は1月4日以降となります。



銀座 NAGANO

営業時間 10:30~20:00(1F・2F) 定休日 年末年始

※年末は30日17:00まで、年始は4日10:30より営業いたします。

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

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

※掲載情報は2015年12月現在のものです。商品・メニュー・イベント内容等は変更となる場合がございますのでご了承ください。表示価格はすべて税込です。



TAKE FREE 毎月15日発行

発行:銀座NAGANO

[LIFE STYLE OF SHINSHU]

## 真田ゆかりの城下町、信州上田さんぽ

[TOPICS]

新春ギフトセット 販売開始

## 1月イベントガイド

[LET'S JOIN!]

- ・信州の美しきもの 信州紬と加賀友禅のハーモニ
- ・軽井沢アートフェス in 銀座

大河ドラマ「真田丸」2016年1月10日(日)スタート!

大泉洋さん・吉田羊さんの信州のココが好き。

LIFE STYLE OF SHINSHU

# 真田ゆかりの城下町、信州上田さんぽ

新年からはじまる大河ドラマ「真田丸」の舞台となる信州・上田。真田昌幸によって築かれたとされる名城 上田城とともに、戦国の世から歴史を紡ぐ城下町には、歴史ロマンや地元で愛され続ける味、若者が創り出す新しい文化など、さまざまな魅力がいっぱい。上田城を訪れるなら一緒にぶらりと歩いてほしい、2つの町をご紹介します。



上田城は「お城ファンが好きな城」としても有名な名城です。



自慢の家並み、ぜひ訪れてください。

案内してくれた人 岡崎光雄さん  
柳町再生の発起人。「町おこしは、よそ者や若者など新しい血が入った方がいいです」と力説。

## 柳町

やなぎまち

切子格子と卯建の町屋が連なり、北国街道の宿場町の面影が色濃く残る柳町ですが、一時は人通りが減り、衰退しかけた時期もあったそうです。住民をはじめとする方々がこの町並みを守ろうと奮起し、個性豊かな店が軒を連ねる名所として生まれ変わりました。日本酒、ワイン、パン、味噌など発酵商品のお店も多く、「発酵まつり」などの新たな取り組みも始まっています。

## 趣あふれる北国街道の宿場町

### 水と縁のある町

町の一角には海禅寺の境内に湧く水を引いた「保命水」があります。また柳町入口には水を掛けて祈るとご利益があるという「水掛け地蔵」や水滴の反響音が楽しめる「水琴窟」など水の名所が多いのも柳町の魅力です。



住民も愛用する保命水。

水をかけると竹筒から音が!

伝統の清酒や日本酒仕込みの梅酒も。



### 岡崎酒造

銀座 NAGANO でも人気の岡崎酒造は、創業約350年の老舗酒蔵。試飲や甘酒(150円)も楽しめます。江戸時代の雛人形や戦前まで使用していたという木桶も展示されていて、古き良き時代へタイムスリップした気分。

### 手打百藝 おお西

独自に開発した発芽そばが自慢のそば店。店主も柳町再生の立役者のひとり「東京からこへ来たときはベニヤだらけでゴーストタウンのようだった。でも元の形はとても美しかったんです」と当時の様子を語ってくれます。



立派な梁や柱がある日本家屋。



銀座 NAGANO でも販売中!

### ルヴァン

信州の美味しい空気と水を使い、丁寧に手作りする天然酵母パンの名店。ほとんどのパンを量り売りしているのいろいろな種類を自由に買うことができます。情緒あふれる古民家風の店内にはカフェスペースもあります。



## 海野町

うんのまち

上田城が築かれると城下では定期的に市が開かれるようになりました。そんな中、昌幸が海野郷という近隣集落の商人を旧北国街道に沿いのこの場所に移住させてできたのが海野町だといわれます。地元の方々に愛され続ける昔ながらのお店はもちろん、若者が集い、アイデアとチャレンジで次々と新しいものが生まれてくる「真田イズム」が感じられる場所でもあります。



### 富士アイス

9:30の開店とともに絶えず人が訪れるのが富士アイス。目当ての品は「志まんなやき」と呼ばれる大判焼き。たつぷりと自家製あんこが入り、次々と焼かれる様子も名物のひとつ。上田さんぽの必須おやつです。



これが志まんなやき! あんこ・カスタード各80円。

お茶の香りが漂う喫茶スペースでいただく。

ウチの彫刻刀は自慢の品揃えだよ。

2016年、海野町の街中にはトリックアートが出現!

### 高市神社

海野町の商いの守護神として造営されたのが「高市神社」。社殿の隣には「運の石」があり石をなでると悪運を払い良運を授けられると云われています。



丸いところをなでてみてね。

振り出しモノが見つかるかもしれませんよ!

### メロディーグリーン

懐かしのアナログレコードやCDを中心に、流行にあわせて雑貨や洋服なども揃えるお店。かつてここに多くの商店が並ぶ「上田デパート」があったことから、今でも通称「上田デパート」と呼ばれています。



## 真田ゆかりの商店街で食べ歩き

上田の名物グルメ! 行列必至の五目焼そば。



### 福昇亭

上田の名物でありソウルフードが「五目焼そば」。大きな中華鍋に油をまわし入れ、揚げと焼きの中間のように作るパリパリ食感の極細麺と珍しい豚骨ベースの餡が福昇亭の味です。



### 母袋金物店

元気なご夫婦が営む、昭和23年創業の老舗金物店は、困ったときに助けてくれる街の寄り处的な存在です。ご主人の人柄からもこの商店街の良さが実感できます。



### 喜光堂

昔ながらのお茶屋さんの抹茶ソフトも上田街歩き定番。爽やかな味わいが魅力の上田特産「桑の葉ほうじ」や、近年人気急上昇のほうじ茶ソフトも魅力です。



### 銀座 NAGANO で上田探検マップ配布中!

今回つなぐの表紙イラストを担当した地元在住の画家白井ゆみ枝さんの作った上田の魅力満載のイラストマップを配布中。詳しくは2F観光インフォメーションコーナーへ。



# 上田 & 真田 NEWS

新年からの話題スポット間違いなし!の真田家ゆかりの場所や、信州上田にまつわる情報をご紹介します。真田丸のドラマとともに楽しみましょう。

## 信州上田真田丸大河ドラマ館

2016年1月17日、上田城跡公園内(旧市民会館)にオープン。真田信繁(幸村)の生涯を描くドラマのストーリーに沿って、衣装やセットなどを展示し、大河ドラマの世界が体感できる新スポットです。



※この図はイメージです



**DATA**

開館 9:00~17:00 (最終入場16:30・初日のみ13:00~)・無休  
料 大人600円・小中学生300円  
場内 大河ドラマ「真田丸」上田市推進協議会(シティプロモーション推進室) ☎0268-75-2554

## ようかどうえんにち そみんしよらいふ 八日堂縁日の蘇民将来符

信濃国分寺で行われる1月7・8日の八日堂縁日で参拝者に授ける招福除災を祈る護符が蘇民将来符。500年以上の伝統があり、ドロヤナギ材を手彫りにし、六角錐形をした護符の形状と図柄は民俗学的にも貴重で上田市の民俗文化財にも指定されています。



**DATA**

場内 上田市役所 観光課 ☎0268-23-5408

## 真田十万石の城下町、信州松代(長野市)

写真左/松代城跡 写真右上/真田邸(新御殿) 写真右下/真田十万石まつり

1622年に真田信之が上田から移封されてから、真田氏10代が藩主として治めた長野市の松代にも真田家ゆかりの史跡が数多く残っています。「松代城跡」はその代表格。川中島の合戦など戦いの重要拠点にもなった場所で、現在は木橋や石垣などが復元され、昔を想わせる姿を見ることができます。城下には、真田家の私邸であった「真田邸」や文武学校などの歴史的建造物が数多く残り、真田家まつわりの古文書や武具などを展示する「真田宝物館」もあり、歴史ロマンあふれる街歩きが楽しめます。



**DATA**

場内 ながの観光コンベンションビューロー ☎026-223-6050

## 上田にまつわるおみやげ

大地の味や、清らかな水が育んだ味、地元学生が考案した新アイテムなど、多彩な商品が揃います。

軍手に  
小さな(髪)を  
プラス



軍手イ 一双500円  
ハナサカ軍手イプロジェクト

柔らかな生地にカラフルなデザインを施した新感覚の軍手。2015年度は和柄や定番柄を含めた全14種類を販売。「感謝」「新しい」など毎年コンセプトを立て、より新鮮なデザインになるよう工夫もしています。

寒い冬をあたたかく「軍手イ」で街を華やかに



みどり大根 300円  
竹内農産

信州上田地域の名産品の青大根をまるごと糖絞りにして、芳醇な香りと旨みが楽しめるたまり醤油漬に。寒暖の差が育てた大根はたっぷりの甘みとほど良い辛味を持ち、パリッパリとした食感も特徴です。



上田市にある信州大学繊維学部が25名が、街を盛り上げようと運営・デザイン・製作・営業・販売等を全て行っているプロジェクト。軍手への印刷は、東御市の株式会社マキエンジニアリングがバックアップ。販売収益を使って「ちび軍手イ」を製作し、長野県内の小学1年生全員にプレゼントすることを目標に掲げ取り組んでいます。

**DATA**

ハナサカ軍手イプロジェクト ☎080-3666-2118 (代表 菅)



あゆ甘露煮 486円  
鯉西

千曲川の伏流水で養殖されたあゆを使った名物の甘露煮。焼いてから1日干したものを約8時間かけてじっくり煮込んであるので骨まで柔らかく子どもからお年寄りまで楽しめます。1匹ずつの真空パックも便利。

### 銀座NAGANO×銀座真田コラボメニュー



#### 冬は根菜で健康に! 「信州産生野菜の盛り合わせ」 1,200円

冬は大根やかぶなどの根菜がおいしい季節。真田一族の里、信州上田の契約生産者からの直送野菜の盛り合わせをご用意しました。約25cm四方のお皿に色とりどりに並んだ季節の野菜は、眺めるだけでヘルシーな気分。信州のそば味噌といただけば、ほっこりと優しいおいしさが口の中に広がります。

**DATA**

銀座 真田(NOCO 3F) ☎03-5537-7355  
場内50席(カウンター 8席を含む)  
場内 ランチ11:00~17:00  
ディナー 17:00~翌4:30 (3:30迄)  
※日曜23:00閉店(22:00迄)、月曜が祝日の場合23:00閉店(但し前日の日曜は翌4:30閉店) 困なし

### 銀座NAGANOで信州の味覚を!



旬の信州  
味わいコーナー

#### 1月の ワンプレート



#### 信州の正月膳 1,000円

自然農法で栽培したもち米と、もちぎやヨモギなどの自然素材を使った五色のお餅を、それぞれの風味を楽しみながら胡桃だれでお召し上がりください。鯉の旨煮、野沢菜漬、赤カブ漬、鞍掛豆、凍豆腐(高野豆腐)の含め煮、市田柿のミルフィーユ仕立てなど新春らしい縁起物や信州の冬の風物詩が詰まったご馳走膳です。※鯉の旨煮は信州ハーブ鶏に変更もできます。

1月8日(金)~  
31日(日)まで

# 1 2016 EVENT GUIDE

参加申込みや詳細の確認は銀座NAGANOのHPをご覧ください。お電話でも受け付けています。  
※予約制のイベントは、特に記載のあるものを除き、先着申込順での受付となります。イベントの内容は変更となる場合があります。



イベントスペースで催しが行われていない時間はカフェスペースとしてご利用いただけます。



カフェメニュー(一部)

- ・プレスコーヒー (GINZA de NAGANO ブレンドほか) 400円～
- ・カプチーノ 450円
- ・アイスコーヒー (プレス抽出) 400円

■ 開時間 ■ 料金額 ■ 定員 ■ お問い合わせ先

### 1祝・金 年始休業

### 2土 3日 初売り

### 5火 予約制 見学可

#### 「アウトドアフィールド上田」移住セミナー

開 16:30～19:15 料 無料 定 20名

スカイランニングのアジアチャンピオンで上田市への移住者である松本大選手を招き、アスリートと移住者の視点から上田の魅力をご紹介します。

開 0268-75-2554 (上田市シティプロモーション推進室)

### 6水 予約制 見学可

#### 銀座NAGANO 日本酒講座Vol.16 酒造りを学ぶ 第6回「醗(もろみ)造り」

開 18:00～19:30 料 3,000円(日本酒4銘柄・お料理付) 定 16名

お酒を楽しみながら、酒造りの専門知識を学ぶ連続の第6回目。各回のみ参加も可能です。

開 03-6274-6015 (銀座NAGANO)

### 7木 一部予約制 見学可

#### 横山タカ子さんの信州の長寿ごはん 新春スペシャル～岡谷のうなぎ～

【第1部】岡谷のうなぎ昼膳(予約制) 開 12:00～13:00 料 1,500円 定 16名

【第2部】うなぎとわかさぎの試食・販売会 開 14:00～17:00 ※試食・販売提供分がなくなり次第終了となります

【第3部】料理の実演と試食会(予約制) 開 18:00～19:00 料 2,800円 定 24名

「うなぎのまち」岡谷より、昔ながらの製法と味を守り続ける塚原川魚店の本格炭火で焼いた蒲焼きが登場。岡谷ならではの、外はカリッと中はふんわりうなぎを横山先生の料理とおすすめの本酒とともに楽しみください。

開 026-235-7249 (長野県信州ブランド推進室)

### 8金 予約制

#### 信州木曾 味の伝統文化財体験プログラム

開【第1部】11:00～13:00 【第2部】14:00～16:00 【第3部】17:00～19:00

料【第1・2部】1,500円【第3部】2,000円(地酒付) 定各20名

木曾名物でもある無塩の漬物「すんぎ漬け」をはじめ、チーズ・ヨーグルト・味噌など木曾の発酵食品をご紹介します。当日の打ちたて蕎麦を「すんぎとうじ蕎麦」としてお召し上がりいただけます。

開 0264-22-4000 (木曾町観光協会)

### 9土 予約制 見学可

#### 干し柿の里 連携フェスタ「味わう」しあわせ

【第1部】市田柿の食べ方を学ぼう! 開 11:00～12:30 料 無料 定 20名

【第2部】市田柿の栄養・機能を知ろう! 開 13:30～15:00 料 無料 定 20名

プレミアムドライフルーツ「市田柿」の魅力発見! 第1部では市田柿の料理を、第2部では柿博士の平井俊次さんから栄養や機能について学びます。両回とも、市田柿の試食や南信州産ワインの試飲が楽しめます。

開 0265-53-0414 (市田柿ブランド推進協議会)

### 干し柿の里 連携キャンペーン開催 (1月8日～31日)

日本橋ふくしま館と銀座NAGANOの2店舗それぞれ1,500円以上ご購入された方に干し柿(1袋約200g)をプレゼント。日本橋ふくしま館ではあんぼ柿、銀座NAGANOでは市田柿を各100袋ご用意しています。詳しくは店頭で。

### 9土 予約制

#### 長野県合同企業説明会

開 17:40～19:20 料 無料 定 30名

長野県の企業が銀座に登場。長野県への就職を考える若者と地元企業の交流会です。

開 070-5545-0889 (浅間リサーチ&コンステーションセンター/地元カンパニー)

### 10日 予約制

#### フルサトをつくるVol.2

開 16:00～19:00 料 500円(ドリンク・おつまみ付) 定 30名

11月開催に続く第2弾! 今回も「フルサトをつくる」の著者・伊藤洋志さんをはじめ、複数の地域に拠点を持って活動するゲストを招き、「夏休みを過ごす第二のふるさと」【月に1、2度過ごす場所】といった最初の一步を踏み出しやすい段階的移住を提案します。

開 080-2059-2154 (CREEKS)

### 11祝・月 予約制 見学可

#### 野菜ソムリエKAORUのきのこで新春美人Café ～信州きのことお花がアナタのキレイをつくります～

開【第1部】11:30～12:30 【第2部】14:30～15:30 料 1,800円(きのこセットのお土産付) 定各24名

冬の体調を整えしあわせ気分がUPするKAORU流「きのこコンプレート」と日比谷花壇プロデュースのプチブーケづくりを体験してみませんか。

しあわせ信州スタイルでココロカラダのキレイをつくる2016年をスタートしましょう。

開 03-6274-6015 (銀座NAGANO)

### 12火 予約制 見学可

#### しあわせ信州健康セミナー 養命酒すこやか塾 Vol.1 冷えは万病のもと! 今日からできる冷え対策!

開【昼の部】11:00～12:00 【夜の部】18:30～19:30 料 無料 定 各30名

未病と向き合う養命酒製造がお伝えする全3回の健康セミナー。第1回のテーマは「冷え対策」。長寿県・信州の食文化や暮らしの知恵を学び、サーモグラフィによる冷えチェックやハーブティーの試飲などお楽しみください。

開 03-3462-8196 (養命酒製造)

### 予約優先

#### 信州の魅力発見大学

開 13:30～14:30 料 無料 定 20名

長野県で学ぶ魅力をお伝えします。予約いただいた方には丸山珈琲を1杯サービスいたします。

入試直前受験相談会 開 14:30～16:30

長野県の大学の入試情報等に關する相談会を行います。

開 026-235-7285 (長野県私学・高等教育課)

### 13水 予約制

#### 伝統の「一本棒・丸延し」手打ち蕎麦 銀座で信州蕎麦を打つ!

開 10:30～15:00 料 5,000円 定 24名

伝統的な「一本棒・丸延し」の打ち方を信州蕎麦打ち名人が手ほどきします。初心者も大歓迎の蕎麦打ち講座です。

開 080-5428-1730 (蕎麦Web)

### 予約制 見学可

#### 銀座NAGANO 日本酒講座 Vol.17 酒造りを学ぶ 第7回「醗(もろみ)造り」と「上槽(じょうそう)」

開 18:00～19:30 料 3,000円(日本酒4銘柄・お料理付) 定 16名

お酒を楽しみながら、酒造りの専門知識を学ぶ連続の第7回目。各回のみ参加も可能です。

開 03-6274-6015 (銀座NAGANO)

### 14土・15金・16土・17日 一部予約制 見学可

#### 信州の美しきもの「信州の伝統工芸と出会う」

##### 信州紬と加賀友禅のハーモニー

開【1/14】13:00～18:30【1/15・16】10:30～18:30【1/17】10:30～17:00

信州紬のあたたかさとモダンな質感が醸し出す美しさ、加賀友禅の繊細な美しさ。そのふたつが出会い生まれた「キモノスタイル」をお届けします。

【連続講座】伝統を知る・キモノを楽しむ(予約制)

第1回【1/15】14:00～15:30「信州の養蚕と紬の魅力」

第2回【1/16】14:00～15:30「信州紬と加賀友禅の組み合わせと着こなし」

第3回【1/17】14:00～15:30「伝統の新しいかたち～染織の未来～」

料 無料 定 15名

キモノのさまざまなスペシャリストを招き、講座を開催します。

開 026-228-1171 (長野県中小企業団体中央会)

### 18月 予約制

#### 長野県庁ガイドス in 銀座NAGANO

開【第1部】10:30～12:30 【第2部】15:00～17:00 料 各40名

長野県職員の仕事の内容ややりがいの紹介、職員との対話などを行うガイドスです。

開 026-235-7465 (長野県人事委員会事務局)

### 19火

#### 祝!北陸新幹線延伸(もうすぐ)1周年 北陸新幹線沿線アンテナショップ ティスティングパーティー

開 13:30～16:00 (提供数がなくなり次第終了となります) 料 無料

北陸新幹線の延伸でぐっと近くなった福井、石川、富山、新潟、長野の各アンテナショップのおすすめ商品が銀座NAGANOに大集合。自慢の地酒とおつまみや人気のスイーツなどが食べ比べできる特別企画です。

開 026-235-7249 (長野県信州ブランド推進室)

### 20水

#### 飲食業関係者限定 見学可 信州ジビエ新商品等 飲食会

開 12:00～15:30 料 無料 定 20名

首都圏の飲食業関係者の皆様にシカ肉の特徴や美味しさを知っていただくとともに、今年度開発している信州ジビエの新商品等の紹介と試食を行います。

開 026-235-7273 (信州ジビエ研究会)

### 21土 予約制

#### 桜むね 美と健康講座 乳がん手術後の手づくりバット講習会

開 11:00～15:00 料 1,000円 定 15名

乳がんを乗り越えようとしているみなさんが、バットを手づくりしながら日々の暮らしについてを語り合います。制作時間は約2時間半。材料費は別途必要です。

開 080-3124-6312 (桜むね代表 吉澤英里子)

### 21土 予約制 見学可

#### 信州直売所の味なべ塾 in 銀座 高原レタスの一大産地 川上村の農業を学ぶ

開 17:30～19:30 料 1,000円 定 24名

今回の信州の味なべ塾は、レタス出荷量日本一の川上村! 大規模農家が多数を占める川上村のレタス作りをご紹介しますとともに、川上村産の高原野菜を使った料理もお楽しみいただけます。

開 0265-82-1260 (産直新聞社)

### 22金 予約制 見学可

#### 塩尻プレミアムワイン ティスティングセミナー

開【第1部】13:00～14:30【第2部】16:00～17:30 料 各3,000円 定 各24名

ワインぶどうの品種ごとの特徴を学びながら、各種プレミアムワインを味わえるティスティングセミナー。特産のメルローはもちろん、シャルドネやソーヴィニヨンブランなど塩尻が自信を持っておすすめするワインを飲み比べてみませんか。

開 0263-52-0280 (地域ブランド推進活動協議会)

### 23土 一部予約制

#### うわさの伊那ローメンを味わう! 「信州伊那谷みどころ食堂」

【第1部】伊那谷グルメのよけりランチ(予約制) 開 12:00～13:30 料 3,000円 定 24名

【第2部】伊那谷グルメと地酒の試食会 開 14:00～19:00 料 各種メニュー500円～

信州伊那谷で地元の人々に愛されているグルメが「伊那ローメン」と「ソースかつ丼」。その両方が一度に味わえるイベントです。伊那谷の食材を使った特産品や地酒も販売しますのでお楽しみに。

開 0265-78-2500 (上伊那観光連盟)

### 24日 予約制 見学可

#### 信州へ! 移住者創業セミナー

開 13:00～15:00 料 30名

信州で創業される方に向けた支援プログラムや、実際に県外から移住し創業した方の体験談を聞くことができます。信州で創業したい方は必聴のセミナーです!

開 026-235-7195 (長野県産業立地・経営支援課)

### 予約制 見学可

#### 信州「後継者募集」セミナー

開 15:00～17:00 料 30名

長野県への移住を考えている方を対象に、後継者を求めている長野県内の事業者を紹介し、移住を契機に創業・起業をお考えの方はぜひご参加ください。

開 026-219-3825 (長野県事業引継ぎ支援センター)

### 25月・26火 招待者限定

#### 「おいしい信州ふーど(風土)」商談会 ～健康長寿日本一食品～

開 12:30～17:00

「おいしい信州ふーど(風土)」をはじめとする県産農畜産物および加工品の商談会を開催します。

開 026-235-7216 (長野県農産物マーケティング室)

### 27水 予約優先

#### ワイナリーがやってきた! ～安曇野ワイナリー～

開【第1部】14:00～16:30【第2部】17:00～19:30

事前予約・前売券(※)2,000円、当日券2,500円(当日のワイン追加は2種1,000円・5種2,000円)※前売券は1Fバルカウンターで販売

定 各50名

多彩なワイン造りに定評のある安曇野ワイナリーより、醸造部長の加藤彰氏、栽培担当の新矢美紀氏をお迎えします。クリアできれいな味にこだわったワインを長野県産品のプレートとともに楽しみください。銀座NAGANO初登場のワインもありますのでお楽しみに!

開 03-6274-6015 (銀座NAGANO)

### 28土 一部予約制

#### 「信州まつもと鍋」と松本平の恵みて田舎の宴

【昼の部】松本地域の特産品紹介・販売 開 13:00～17:00

【夜の部】「信州・まつもと鍋」の宴(予約制) 開 18:00～19:15 料 1,000円 定 16名

信州の伝統野菜「まつもと一本ねぎ」や特産品の長芋、ゴボウなどがたっぷり入った「信州まつもと鍋」をお楽しみいただけます。また、鍋のつけだれ「りんごボン酢」をはじめ特産品の販売もあります。

開 0263-40-1917 (長野県松本地方事務所農政課)

### 29金～2/1月 軽井沢アートフェス in 銀座

#### 29金 假屋崎吾吾のフラワーアートディスプレイ(当日受付)

開 13:00～15:00 料 見学無料

軽井沢を愛し銀座を拠点として活動する華道家・假屋崎吾吾氏がお花を使ったフラワーアートで銀座NAGANOを素敵なおカフェに変身させます。

#### 30土 軽井沢と信州の建築の魅力(当日受付)

開 15:00～17:00 料 無料

アジアやヨーロッパ各地で活躍する長野県茅野市出身の建築家 藤森信氏、信氏が信州・軽井沢の建築の魅力に迫る特別講座です。

#### 29金・30土・31日・2/1月 軽井沢クラフトフェア

開【1/29】15:00～19:00 【1/30・31】10:30～19:00 【2/1】10:30～17:00

軽井沢で活動する作家の赤絵小皿・青化粧小鉢・花入れなどの陶芸や、漆小鉢・木彫りスプーンなどの木工の作品ギャラリーを開催。息が入った展示品はご購入いただけます。

#### 30土・31日・2/1月 軽井沢キッチン

開【1/30・31】11:30～19:00【2/1】11:30～16:00

料 軽井沢プレート500円(数量限定)、タリアセンコーヒー100円 ※イベント期間限定価格です

120年の伝統を誇る万平ホテルのビーシチュー&ジャム、軽井沢の老舗ブランド浅野屋のパンがセットになったワンプレートをお楽しみください。

爽やかで深く芳醇なタリアセンコーヒーも販売します。

このほかに楽しい企画が盛りだくさん!

【1/30～2/1】フェルトTicTicワークショップ ニードルを使ってかわいい動物たちを作ってみませんか? 料 1,000円～

【1/30】ハートリオのカフェライブ ヴァイオリン、チェロ、ミニハーブのきまぐれインスタライブを開催します。

【1/31】おもちゃと絵本の一日 伝統木工芸品の解説や、学芸員による絵本の読み聞かせをお楽しみください。

【2/1】チョコレート工場ワークショップ もうすぐバレンタイン! カカオ豆から手づくりチョコを作ってみましょう。