

／ 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！



銀座NAGANOのイベントでは、水引のことだけでなく、地方ならではの美容の要素についてのトークも予定。

ヘアメイクアップアーティスト 小椋 ケンイチさん

Profile

長野県飯田市出身。400名以上の女優、モデル、タレントのヘアメイクを手掛けてきた人気ヘアメイクアップアーティスト。テレビやラジオにも多数出演し、お茶目なおネエキャラから「おぐねー」の愛称で幅広い層から親しまれている。2013年4月に飯田市の産業親善大使に就任し、水引を始めとする伝統工芸や地域産業の活性化の促進に繋げるため、文化や特産品を全国そして世界へ発信するべく企画、プロデュース、運営を行っている。

10/10(月・祝) おぐねーが
銀座NAGANOにやってくる

おぐねーと学ぶ伝統の美 ～飯田水引の世界～

おぐねーとナガコレが、地域の誇る伝統工芸「水引」の魅力や「美容」などについて語るトークショーをお楽しみください。

■ 14:00～14:30(受付開始13:30) ■ 無料 ■ 40名程度
※ワークショップに参加いただいた方優先でお席をご用意します。



地元へ帰ると東京にいる時の3倍ぐらい野菜を食べます。草食動物かってぐらい(笑)。長野県は長寿日本一じゃないですか。それって新鮮でおいしい野菜をいっぱい食べてるからなんですよ。

あと、飯田といえば和菓子屋さん。赤飯饅頭もよく食べましたよ。だいたい和菓子屋さんには、おなりさんやみたらし団子なんかもあって、それもすごくおいしいんです。ぜひ、食べてみてほしいですね。

飯田の産業親善大使もさせてもらっているんですが、水引が地元の伝統産業だと知ったのは、実は30歳を超えてからなんです。全国でいろんな伝統美を見るようになって、故郷には何があるんだろうと気になり、そこで飯田の水引は400年以上の歴史があって、しかも70%以上がつくられていることを知りました。地元の誇りであり日本の伝統美を象徴する水引をもっと多くの人に知ってほしいという思いが強くなって、実は自分からPRをしたいって願ってたんです。これからいろんな活動を通じて進化した水引の素晴らしさを伝えていきたいと思います。

水引づくりを実際に体験するワークショップ(第1回)も同日開催！
「あわじ結び」「梅結び」といった基本を学びながら、キーホルダーづくりにチャレンジしてみましょう。

■ 12:00～13:30 ■ 20名(申込先着順) ■ 2,000円(材料費含む) ■ 予約制

第2回以降は、好きなアイテムを選び、じっくりと作り方を教わりながら仕上げる連続講座です。

■ 選択アイテム：正月飾り、クリスマスリース、コサージュ、髪飾り、箸袋、ポチ袋
■ 開催予定：第2回 11/8(火)／第3回 11/24(木)／第4回 12/7(水)

※初歩の指導や個別の質問にお答えしながら進めていきますので、各回単位での参加も可能です。

ナガコレ パフォーマンス

歩行者天国の銀座中央通りを、5人の和装モデルが斬新でおしゃれな水引の髪飾りを付けてウォーキングします。

■ 12:45 銀座1丁目「たちばな」店舗前出発、
13:45 銀座NAGANO店舗前到着予定



※ナガコレ＝長野を盛り上げようと集った美容師の有志集団

最新情報やお得な情報をリアルタイムでお届け！

銀座NAGANO LINE@ はじまります



登録キャンペーン同時開催！

LINE@にご登録し銀座NAGANOにご来店いただいた方、先着500名様にもれなく銀座NAGANOで販売中の人気スイーツやオリジナルグッズなどをプレゼント。

詳細は、9月24日(土)に店頭及び銀座NAGANOのホームページでお知らせします。

若狭宣子さん水彩画展 ～信州の風景～

■ 10/10(月・祝)～11/6(日)

茅野市在住の画家、若狭宣子さんの描く「ハケ岳や北アルプスが見える風景」を展示します。書き下ろし作品もありますので、どうぞご覧ください。



銀座NAGANO

営業時間 10:30～20:00(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

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

※掲載情報は2016年9月現在のものです。商品・メニュー・イベント内容等に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。



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

コ + も く

2016 10 月号
VOL.23
平成28年9月15日発行

TAKE FREE

[LIFE STYLE OF SHINSHU]

バスに揺られてぶどう畑の中をゆく
実りの秋、東信州のワイナリーを巡る旅

[TOPICS]

9月24日(土) 開始
LINE@登録キャンペーン

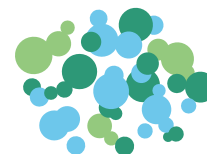
10月イベントガイド

[LET'S JOIN!]

・信州須坂のサプライズ! 銀座で楽しむぶどう狩り
・北アルプス山麓Week in 銀座

ヘアメイクアップアーティスト

小椋ケンイチさんの信州のココが好き。



銀座NAGANO

しあわせ信州シェアスペース

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

コ + も く

2016 10 月号

VOL.23

平成28年9月15日発行

しあわせ信州

TAKE FREE

毎月15日発行

発行：銀座NAGANO

表紙絵：白井ゆみ枝



LIFE STYLE OF SHINSHU

バスに揺られてぶどう畑の中をゆく 実りの秋、 東信州のワイナリーを巡る旅

ワイン用ぶどうの生産量日本一を誇る信州。老舗ワイナリーがNAGANO WINEのブランドを牽引する一方で、特徴あるワインづくりにこだわるブティックワイナリーや良質なぶどう栽培に励むヴィンヤードも続々と誕生し、個性ある多彩なワインが醸されています。そしてこの秋、東信州のワイナリーを巡る循環バスが運行。のんびりバスに揺られながら、つくり手と交流し、ぶどうの実る土地を体感する、そんなワインの旅をご紹介します。



秋には収穫の時期を迎えるワイン用ぶどう



ワインを観光や飲食とも連携させて地域の魅力を高めていこうという「信州ワインバレー構想」。このワインバレーのひとつが千曲川ワインバレーです。中でも東信州エリアは、冷涼な気候で雨量が少ない標高650～800mの高地でぶどうが栽培され、酸味をしっかりと残して成熟したワインができる産地として注目されています。地元食材とのマリアージュを堪能したりぶどうの丘から見下ろす眺めに癒されたり、ゆったり自分らしいワインの旅を満喫してみませんか。

SPOT - 01

マンズワイン小諸ワイナリー

プレミアムな日本ワインをつくる千曲川ワインバレーで最も歴史のあるワイナリー。1万坪の敷地にはこの地の空気や景色にも酔って欲しいとの想いで造られた日本庭園「万酔園(ばんすいえん)」があり、ぶどう畑と日本庭園の調和が楽しめます。ぶどう畑ではフランス系やドイツ系などさまざまな品種のぶどうが見られます。

約3000坪の日本庭園



秋はツツジが赤く彩り、緑の壁を赤ワインが流れるような景色の中を散策できます。



垣根栽培のぶどうの樹には「マンズレインカット方式」と呼ばれる独自の雨よけが。



SOLARISシリーズは500円で3～4種類の試飲が可能。ボトル購入でキャッシュバックの特典も。

良質のワイン用ぶどうは、生食用と違って小粒のバラ房が良いのだそう。



おすすめ WINE

SOLARIS
信州 小諸メルロー

7,560円

マンズワインの技術を結集したプレミアムワイン「ソラリス」シリーズを代表する1本。骨格のしっかりした赤ワインで、滑らかさも楽しめます。



部長
竹村 重雄さん



農園レストランでランチ

地元食材や自家農園の野菜を中心とした人気のランチコース(要予約)。



眼下にはぶどう畑、遠くには北アルプスを望む絶景のカフェレストラン。



ショップに隣接するガーデンでは四季折々の花やハーブを楽しめます。

SPOT - 03

Rue de Vin リュードヴァン

「Rue de Vin」とはフランス語で「ワイン通り」の意味。この地でぶどうを育てワインをつくり、ワインとともに暮らす文化や環境をこの通りからはじめたいというオーナーの強い想いが込められたワイナリーです。実際に10年前0.8haだった栽培面積は現在5.5haに。着々と理想の環境づくりが進んでいます。



建物や看板などにあしらわれたブルーのブランドカラーが印象的なワイナリー。



土日は食事が楽しめるカフェもOPEN。ワインにあう料理が揃います。

グラスワイン
も楽しめる

オーナー
小山 英明さん

おすすめ WINE

シャルドネ コリヌ・ドール2015
5,000円

100%自社畑で栽培したぶどうを使い、樽で熟成させた自信作。シャルドネのまろやかでリッチな味わいが楽しめます。



SPOT - 02

ヴィラデストワイナリー

東御市の景色に魅かれ、26年前に移住した画家の玉村豊男さんが築いたワイナリー。代表格のシャルドネは2008年の洞爺湖サミット、そして今年の伊勢志摩サミットでも提供された世界に誇る逸品です。「ガーデンファーム&ワイナリー」をテーマに、畑を眺めながらこの地で収穫した食材を味わう農村リゾートを満喫できます。

スタッフ
佐藤 篤さん

おすすめ WINE

**ヴィニユロンズ
リザーブ シャルドネ
2015**

5,140円

「作り手のとおき」という意味のヴィラデスト渾身の銘柄。芳醇な香りと切れ味の良い酸味が特徴のこのワインは、2度に渡り世界の賓客をもてなしました。

アットホームワイナリー



三角の屋根が可愛いショップでは、ワインの購入はもちろん試飲もできます。

オリジナルの
ワイングラス
チャームは隠
れた人気商品。

SPOT - 04

はすみふあーむ

大リーグの球団職員など異色の経歴をもつ蓮見喜昭さんが海外生活でワインに興味を持ち、東御市で開設したワイナリー。100%自社栽培と手作業にこだわったワインづくりが行われています。

スタッフ
荒木 勇輝さん

おすすめ WINE

シャルドネ2015
2,900円

キレと酸味が特徴の1本。樽を使わずステンレスタンクで醸造しているため、ぶどう本来の味を楽しめます。



Au Depart オーデパール

この夏、軽井沢駅に「旅とワイン」のコンセプトでオープンしたワインショップ&カフェバー。使われなくなったホームを利用したユニークなスタイルで、店内にはNAGANO WINEがズラリ。ボトル購入はもちろん、千曲川ワインバレーのNACワイン*や珍しいワインなどがグラスで楽しめます。



かつての信越線・軽井沢駅のホームをそのまま使ったカフェスペース。



信州産食材にこだわったランチセットや軽食を軽井沢の爽やかな風とともに。

おすすめ WINE

テイクアウトワイン

グラスワインと同価格

ミニボトルに1〜2杯分のお好みのワインを入れられるワイングラス付きのテイクアウトセット。電車のテーブルに最適なサイズで少し贅沢な旅を演出してくれます。



SPOT-1から5までのコースは、次の行程で実際に巡っていただくことが可能です。軽井沢駅(9:05発) or 小諸駅(9:45発)→マンスワイン(9:55着・11:15発)→ヴィラデスト(12:10着・14:30発)→リュードヴァン(15:00着・16:00発)→軽井沢駅(17:13) ※NACワイン：長野県原産地呼称管理制度で認定されたワイン

循環バス 停留所 & 立ち寄り SPOT

田中駅停留所より徒歩5分

TOMI WINE CHAPEL 東御ワインチャペル

東御市内のワイナリーや千曲川ワインバレーの各種ワインを購入でき、ピストロとしても楽しめるこの夏オープンした新スポット。13種類から選べるグラスワインは飲み比べに丁度良い70ccで1杯350円から。



東御市の既存ワイナリーのワインの他、委託醸造されている希少なワインも楽しめます。



チャペルを改装した開放的な店内はパーティーにも。

アルカンヴィーニュ

循環バス停留所

2015年開設のワイナリー。委託醸造やアカデミー開講などにより、新規のワイン関連起業家や就業者の支援も行っています。



アトリエ・ド・フロマージュ

循環バス停留所

フランスの国際ナチュラルチーズコンテストで最高賞を受賞したブルーチーズをはじめ、ピッツアやスイーツなどワインのお供が揃います。



ドメヌ ナカジマ

ヴィラデスト停留所より徒歩10分

東御市がワイン特区になったことを機に都内から移住し家族3人ではじめた小さなワイナリー。



おすすめ WINE 東御市産の巨峰を使ったピンク色の微発泡ワイン。
ペティアン ナチュラル ロゼ2015 1,836円

はすみふあーむ@上田柳町

循環バス停留所

情緒あふれる宿場町にあるアンテナショップ。立ち飲みから食事まで幅広く利用でき、ここだけの限定ワインも。



千曲川ワインバレー循環バス I N F O R M A T I O N

■ 運行日：2016年9月17日(土)～12月18日(日)までの土・日・祝日
■ 料金：1,000円(乗り降り自由、1日間有効)
詳細は、 **NAGANO WINE** 検索

【問】千曲バス TEL 0267-82-0081 (本社)
TEL 0267-22-2100 (小諸営業所)

軽井沢駅	小諸駅	マンスワイン 小諸ワイナリー	アトリエ・ド・ フロマージュ	リュード ヴァン	田中駅	ヴィラデスト ワイナリー	アルカン ヴィーニュ	はすみふあーむ @上田柳町	上田駅
9:05	→ 9:45	→ 9:55	→ 10:10	→ 10:18	→ 10:35	→ 10:50	→ 10:54	→ 11:20	→ 11:25
		10:58	→ 10:43	→ 10:35	→ 10:20	→ 10:05	→ 10:01	→ 9:35	→ 9:30
		11:15	→ 11:30	→ 11:38	→ 11:55	→ 12:10	→ 12:14	→ 12:40	→ 12:45
		13:23	→ 13:08	→ 13:00	→ 12:45	→ 12:30	→ 12:26	→ 12:00	→ 11:55
		14:10	→ 14:25	→ 14:33	→ 14:50	→ 15:05	→ 15:09		
		15:23	→ 15:08	→ 15:00	→ 14:45	→ 14:30	→ 14:26	→ 14:00	→ 13:55
		15:45	→ 16:00	→ 16:08	→ 16:25	→ 16:40	→ 16:44	→ 17:10	→ 17:15
17:13	← 16:33	← 16:23	← 16:08	← 16:00	← 15:45	← 15:30	← 15:26		

ワインと共に楽しみたい信州の味

料理や食材とのリアージュを楽しむのもワインの醍醐味のひとつ。
ワインとともに味わってみてほしいアイテムをご紹介します。

銀座NAGANOで
買える！



牧舎みねむら ビーフジャーキー 864円

自社の牧舎で飼育した信州産牛肉を100%使用。A4ランク以上の和牛のソトモモを使うため、赤味の旨さと口解けの良い脂身が奏でる贅沢な味が楽しめる、ジャーキーを超えるジャーキーです。



長野県観光機構 信州ドレッシング 各702円

銀座NAGANOスタッフが考案し、信州のこだわり野菜や果実をふんだんに使用して徹底的に美味しさを追求したドレッシングが新発売。信州味噌・杏・とまと・野沢菜とわさび・市田柿の信州らしい5種類をご用意しました。



高原のパンやさん 信州ワインブレッド 432円(300g)

長野県産小麦とNAGANO WINEを使い、天然酵母で長時間かけて発酵させ焼き上げた無添加のハード系ブレッド。練り込まれたいちじくとかくるみ、そしてワインの奥深い香りと味わいが楽しめます。

信州を旅しよう

千曲川ワインバレー 循環バス モニターツアー

参加者
募集中



軽井沢駅を出発し、東信州の2大ワイナリーである「マンスワイン小諸ワイナリー」と「ヴィラデストワイナリー」などを訪れ、上田駅に帰着するモニターツアーです。

DATA

実施日 平成28年10/22(土)出発(日帰り)
旅行代金 お一人様3,000円(ヴィラデストカフェのランチコース付き)
最少催行人員 2名(定員20名) 申込期限 出発日の7日前まで
集合 JR 軽井沢駅 8:55 解散 JR 上田駅 17:15(予定)
[旅行代金に含まれるもの]日程表に記載の循環バスの運賃、昼食代(飲み物別)

ツアーの詳細やお申込み受付は、
下記ホームページへ
visit-town.com/nagano

「VISIT 長野県」
で検索



お問合せ

長野県知事登録旅行業2-436号
旅行企画・実施：(一社)長野県観光機構
(一社)全国旅行業協会会員 住所：長野市南長野幅下692-2

☎026-234-7219 営業時間 平日9:00～17:00
(土日祝日および年末年始は休業)

銀座NAGANOで信州の味覚を！



旬の信州味わいコーナー
10月のワンプレート



栗おこわの秋御膳 1,000円

昨年、大好評だった小布施栗の栗おこわが再登場。大栗が3粒入った栗おこわと、滋味あふれる乾燥野菜をたっぷり使ったすまし汁、さらに日替わりの小鉢と栗スイーツがセットに。信州の秋の香りと味覚をじっくりお楽しみください。

10 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

■ 時間 ■ 料金 ■ 定員 ■ お問い合わせ先

1土 予約制 講演の部のみ見学可

しあわせ信州健康セミナー Vol.8

■ 11:30～14:00 ■ 2,000円 ■ 24名

講演は養命酒製造による「東洋医学入門編」。陰陽五行や、ツボ押し等の養生法を学びましょう。

食の体験では伊那食品工業 & JA全農長野のコラボによる秋野菜と寒天を使ったおいしくてヘルシーなワンプレートをご提供します。

■ 03-6274-6015 (銀座NAGANO)



2日 予約制

NAGANO WINE マリアージュ探求

■【第1部】女子のアプローチ 15:30～17:00

■【第2部】男子のアプローチ 18:00～19:30

■ 各2,500円 ■ 各30名

銀座NAGANOのソムリエが男女それぞれの視点でおすすめのマリアージュをご紹介します。4種のワインと醸造をテーマにセレクトした県産食材をお楽しみください。

■ 03-6274-6015 (銀座NAGANO)



2日 予約制

信州ハム食育教室 ～お弁当をつくろう～

■ 11:00～13:00 ■ 12組(小学生以上の親子2名1組推奨)

信州ハムによる「弁当の日」応援プロジェクト第1弾企画。

「グリーンマークシリーズ」のハム・ソーセージとたてしな産ブランド米「多来福米」を使った簡単でおいしいお弁当づくりの体験講座です。

■ 0268-26-8610 (信州ハム マーケティング課)



3月 予約制 見学可

信州松本の旬のフルーツとワインを楽しもう

■【第1部】13:30～14:15 ■【第2部】15:00～15:45

■ 各1,000円(フルーツのプチセットのお土産付) ■ 各10名

松本地域を代表するぶどうやりんごなど旬のフルーツやワインをご紹介します。お好きな組合せでオリジナルサングリアを作ってみましょう。

■ 0263-40-1917 (長野県松本地方事務所農政課)



4火 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!

■【第1部】入門コース 11:00～14:30

■【第2部】上級者向けコース 15:00～18:30

■ 各5,000円 ■ 各30名

信州蕎麦の伝統的な技である「一本棒・丸延し」で十割蕎麦打ちを体験。第1部は初めての方も楽しめる入門編、第2部は蕎麦ソムリエに認定された上級者向けの講座です。

■ 080-5428-1730 (蕎麦Web)



5水 予約制 見学可

旅行関連事業者様限定

信州白樺リゾート 商品説明会

■ 16:30～18:30 ■ 定30名

■ 0266-68-2100 (池の平ホテル&リゾート)

6木・7金 見学可

招待者限定

佐久の水田のめぐみ再発見

■【10/6】17:30～19:30 ■【10/7】10:30～13:00

■ 0267-62-3285 (佐久市観光協会)



6木 予約制 見学可

第7回 北沢正和さんの暮らしと共にある健康野菜料理講座 信濃のきのこ野菜で滋味づくり

■ 14:30～16:00 ■ 全6回一括申込21,000円/各回申込4,000円

■ 24名

信州野菜と山菜野草を活かした健康野菜料理を学ぶシリーズ講座の第7回。野菜ソムリエのKAORUさんが紹介する果菜や洋菜などの素材を、日本を代表する料理マスター北沢さんがどう調理するか見です。当日11:00からは天龍村の天竜農林業公社さん、茅野市の小平農園さんによるマルシェも開催します。

■ 03-6274-6015 (銀座NAGANO)



7金

銀座NAGANO酒場

■ 17:30～19:30

■ 1,000円(1プレート+2ドリンク付)

銀座NAGANOで販売中の食材を美味しくアレンジしたおつまみと、その日のおすすめワイン・日本酒・ビール・ソフトドリンクを特別価格でお楽しみいただけます。

■ 03-6274-6015 (銀座NAGANO)



8土 予約制 見学可

ワイン用ぶどうを美食!塩尻ワインセミナー

■【第1部】11:30～13:00 ■【第2部】14:30～16:00

■【第3部】17:30～19:00

■ 各3,000円 ■ 各24名

ワイン醸造用に栽培される欧州系ぶどうとワインをテイスティングしながら品種ごとの違いを味わってみませんか?今回はメルロー、カベルネソーヴィニヨン、シャルドネ、電眼の4種類を予定しています。

■ 0263-52-0786 (塩尻市地域ブランド推進活動協議会)



9日 予約制 見学可

信州須坂のサプライズ! 銀座で楽しむぶどう狩り

■【第1部】13:00～14:00 ■【第2部】15:00～16:00

■【第3部】17:00～18:00 ■ 各1,000円 ■ 各35名

ぶどう畑で電気もつくる須坂の岡本農園が今年も登場。シャインマスカット、ナガノパール、クイーンニーナなど人気ぶどうの食べ比べやぶどう狩りをお楽しみください。採ったぶどうはお土産にお持ち帰りいただけます。

■ 090-4165-0292 (岡本)



10月・祝

おぐねーと学ぶ伝統の美 ～飯田水引の世界～

詳細は裏表紙をご覧ください。



11火 一部予約制 見学可

横山タカ子さんの信州の長寿ごはん～秋の伝統野菜～

■【昼の膳】(予約制)

■ 12:00～13:00 ■ 1,500円 ■ 20名

■【夜の膳】

■ 18:00～19:15

■ 2,500円(地酒3種+酒肴付) ■ 24名

長野市東福寺小森原産の伝統野菜「小森茄子」など、秋に旬を迎える信州野菜をたっぷり使った健康長寿ごはんをお楽しみください。

■ 026-235-7249 (長野県信州ブランド推進室)



12水 予約制 見学可

企業CSR担当者対象

森林(もり)の里親講座

■ 13:30～15:30 ■ 20名

全国トップクラスの実績を誇る長野県の森林の里親事業。東京農業大学の原教授を迎え、信州の森林・地域の魅力と企業様のメリット等をご案内します。

■ 026-235-7267 (長野県信州の木振興課)



予約制 見学可

銀座NAGANO日本酒講座 基礎コース後期第2回「洗米・浸漬」

■ 18:00～19:30

■ 3,000円(日本酒4銘柄+おつまみ付) ■ 16名

来年3月まで全9回にわたって日本酒の基礎を学ぶ講座です。お酒の知識がなくとも大丈夫。酒造りの工程を紐解いて楽しく信州の地酒を学びましょう。

■ 03-6274-6015 (銀座NAGANO)



13木・14金 予約制

しあわせ信州朝クラス「第4期」Vol.3 テーマ「秋の味覚をいただきます～須坂～」

■ 7:20～8:20 (受付開始7:00～)

■ 各2,500円 ■ 各24名

地域で輝くマイスターより日常をしあわせにしてくれる「信州の生活の知恵」を学んでみませんか。今回は信州須坂の秋の恵みの朝ごはんをお楽しみいただきながら、須坂ならではの健康の秘訣をご紹介します。

【メニュー】須坂市産の新米ごはん、具だくさんみそ汁、野菜のうま煮、村山早生ごぼうの味噌だれかけ、にらせんべい など

■ 03-6274-6015 (銀座NAGANO)



13木・14金 予約優先

信州須坂のプチ移住体験

<10/13>

■【第1部】

発酵・麹の話と「あまざけ」「塩こうじ」造り創業147年の糀屋店主の手ほどきを受けながら発酵食品づくりを体験してみましょう。

■ 11:00～12:30 ■ 1,000円 ■ 15名

■【第2部】

銀座で学ぶ!信州須坂流☆健康長寿のツボ大人も子どもも簡単にできる「須坂エクササイズ体験」など須坂流の健康長寿の秘訣をご紹介します。

■ 13:30～15:00 ■ 1,000円 ■ 20名



【第3部】

須坂の母ちゃん直伝!!

粉もん文化の魅力をまるかじり

須坂の元々な母ちゃんが作る健康的な郷土食を

地元のワインや日本酒とともに味わってみましょう。

■ 17:30～19:00 ■ 2,000円 ■ 24名

<10/14>

■【第1部】

銀座で味わう!

信州須坂フルーツハリウッドものがたり

「おいしい信州ぶどう(風土)」公使NAHOさんと生産者が須坂のフルーツの魅力について語ります。

■ 18:00～19:30 ■ 無料(シールドまたはフルーツドリンク付) ■ 20名

■ 026-248-9033 (須坂市産業連携開発課)



15土 予約制 見学可

楽園信州ライフデザインアカデミー

～移住者が語る古民家起業～

■ 14:30～16:00 ■ 30名

長野県内の古民家を活用して起業し、地域に溶け込んで暮らしている先輩移住者のリアルな体験談をお聞きください。1泊2日で現地体験を行うスペシャル企画もご案内いたします。

■ 026-235-7024 (長野県楽園信州・移住推進室/田舎暮らし「楽園信州」推進協議会)

15土 予約制 見学可

信州の「粉もん」づくり講座 第7回「秋のおやき」

■ 17:30～19:30 ■ 2,000円 ■ 24名

小麦粉やそば粉などを使った信州の粉もん(粉食)文化を体験してみませんか。今回は、きのこ・さつま芋餅を包んだおやきで信州の秋を満喫していただきます。

■ 03-6274-6015 (銀座NAGANO)



16日 一部予約制

信州上伊那ふるさと交流会

■【第1部】信州上伊那「暮らし相談カフェ」(予約優先)

■ 15:00～16:30 ■ 20名

■【第2部】上伊那の魅力発信

食の交流会 with 信濃の会(予約制)

■ 17:00～19:30 ■ 5,000円 ■ 40名

上伊那での生活情報案内や産物を活用した交流会を開催します。

■ 0265-78-2500 (上伊那広域連合)

17日 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

■ 11:00～15:00

■ 1,000円 ■ 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。

■ 080-3124-6312 (桜むね代表 吉澤英子)

18火

松川村ふるさとフェア

■ 11:00～16:00

男性長寿日本一の村として知られる松川村の秋の味覚や特産品をどっさりお届け。もちろん各種試食も予定しています。

■ 0261-62-3109 (松川村)



見学可

事前イベント参加者限定

長野×ソトコトと考える、

地域の再編集

娘城の棚田の

リ・デザイン

【afterワークショップ】

■ 19:00～20:30

■ 026-235-7249 (長野県信州ブランド推進室)

19木～22土 北アルプス山麓 Week in 銀座

19木 小谷村フェア

小谷の伝統技術、日本酒造りに触れる

■ 11:00～18:00

豪雪地帯小谷の伝統技術でもある酒造り。

小谷杜氏が語る酒造りに耳を傾けながら、

日本酒の試飲をお楽しみください。

■ 0261-82-2585 (小谷村観光振興課)



20土 共同フェア

■ 11:00～15:00

北アルプス山麓フォトコンテストの優秀作品等を展示し、地域の魅力をお伝えします。

■ 0261-23-6523 (「北アルプス山麓育ちin

首都圏」実行委員会)

■ 026-235-7249 (白馬村農政課)



21金 白馬村フェア

復興白馬

■ 11:00～16:00

ふるさと納税の紹介、白馬産米などの特産品の試食・販売を行います。

■ 0261-72-5000 (白馬村農政課)



22土 大町市フェア

北アルプスの麓信濃大町生活を満ちすアート

■ 11:00～18:00

大町市で育まれた自然からの贈り物をお届けします。

来年開催する「北アルプス国際芸術祭2017～信濃大町食とアートの邂逅～」もご紹介。

■ 0261-22-0420 (大町市農林水産課)



23日 予約制 見学可

親子で楽しむフラワーアレンジメント講座

■ 10:40～12:10 ■ 児童1名あたり1,000円

■ 28名(児童は小学生限定)

長野県は国内屈指の切り花・鉢花の生産県。高品質な県産の切り花を使って、親子でフラワーアレンジメントづくりにチャレンジしてみよう。

■ 026-235-7227 (長野県花きイノベーション推進協議会)



24月

事前登録者限定

デリリーはやしやインターンシップ

■ 11:00～15:00

■ 0263-48-1611 (デリリーはやしや管理部)

25火 予約制

ワイナリーがやってきた! ～大和葡萄酒 四賀ワイナリー～

■ 18:00～19:30

■ 3,000円(ワイン5種+プレート付) ■ 30名

大和葡萄酒は、勝沼に本社を持ち、松本市四賀にもワイナリーを構える創業100年の老舗。今回は蔵原保樹社長をお招きし、世界品質のワインづくりなどについて語っていただきます。

■ 03-6274-6018 (銀座NAGANO)



26水

27木 予約制 見学可

山本麗子先生の「旬の信州しあわせレシピ」

■【第1部】13:00～15:00

■【第2部】16:00～18:00

■ 各3,000円 ■ 各20名

大鹿村産の「中尾早生大豆」で作った豆腐をたっぷり使った「麻婆豆腐」をメインに、飯山市産きのこスープ、