

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もらいます。

信州の **コ** **コ** が好き。



撮影：竹田宗司

俳優 左) 松岡茉優さん 右) 三浦貴大さん

Profile:

(三浦貴大さん) 1985年、東京都出身。2010年公開の映画「RAILWAYS 49歳で電車の運転士になった男の物語」でデビュー。同作で第34回日本アカデミー賞新人俳優賞、第35回報知映画賞新人賞を受賞。以降多くの映画作品に出演。

(松岡茉優さん) 1995年、東京都出身。2008年、テレビ東京の「おはスタ」のおはガールとして本格デビュー。NHK連続テレビ小説「あまちゃん」、現在放送中のフジテレビドラマ「問題のあるレストラン」、NHKドラマ「限界集落株式会社」など話題作への出演が続いている。

[三浦] 映画『サムライ』は上田市で撮影をしました。映画の撮影がよくある場所なので、街の方が撮影に慣れているという印象を受けました。菅平高原での撮影はめちゃくちゃ寒かったですが、自分の芝居の心情と景色がマッチしていたように思います。あと美味だれ焼き鳥が美味しかったです! 東京にお店があったらいいのに。

[松岡] 上田市の街なかに映画のセットの名残りがあって、本当に映画の中の街に住んでいるような感じがします。駅前や住宅街から車で少し走れば、昔ながらの農村もある。四季をはっきりしているのもいいですね。過ごした時間はあっという間でしたが、とても心地よかったですね。



上田市が舞台の映画『サムライ』

2月28日(土) ヒューマントラストシネマ渋谷、
新宿武蔵野館ほか全国順次ロードショー!
TOHOシネマズ上田ほかにて長野先行公開中!

原作は「認定NPO法人侍学園スクオーラ・今人」(上田市)の創立者であり、現理事長の長岡秀貴氏の同名本。27歳の元高校教師が、全財産725円から“理想の学校”設立を目指して、自らと仲間たちの奮闘をつづった感動の実話の映画化であり、すべての人々に贈る人生の応援歌。

© 2015『サムライ』製作委員会

『サムライ』
×
銀座NAGANO
キャンペーン開催!

2月28日(土)
上映終了日
まで

『サムライ』をご覧ください、半券を
銀座NAGANOにお持ちいただいた
方にプチギフトをプレゼント。※1

銀座NAGANOのレシートを劇場に
ご提示いただいた方は、映画観賞料
を割引いたします。※2

※1 銀座NAGANO2階の観光インフォメーションコーナーまでお越しください。数量に限りがございますので、予めご了承ください。
※2 一般当日券1800円を200円割引いたします。対象の劇場はヒューマントラストシネマ渋谷、新宿武蔵野館の2館となります。

銀座NAGANO イベント・広報担当
菊池さんセレクト

今回の映画「サムライ」主演の三浦貴大さんの
おすすめ商品も含めてご紹介しします。

俺たちの美味だれ
(侍学園スクオーラ・今人) 540円

上田のご当地グルメ「美味だれ焼き鳥」用のニンニク
醤油ダレ。侍学園スクオーラ・今人の生徒たちの就労
訓練の一環として栽培したニンニクを使用しています。



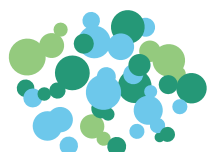
アルクマリユックとアルクマポシェット

リュック 3,240円 ポシェット 1,620円

背中にリュックサック、頭にかぶりもの
をした長野県PRキャラクター「アルク
マ」の新アイテムが誕生。小さなお子
様のプレゼントにどうぞ。

桜茶 324円

南信州産の食用桜を塩と梅酢で漬け
込みました。桜ごはんにしたり、焼酎
や日本酒に入れて香りを楽しんだり、
信州の春を一早く感じてください。



銀座NAGANO

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

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

※掲載している情報は2015年2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下さい。表示価格は全て税込みです。

住所	〒104-0061 東京都中央区銀座 5-6-5 NOCO1・2・4F		
TEL	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	



信州のヒト・コト・モノと
あなたを“つなぐ”フリーマガジン

発行：銀座NAGANO
毎月15日発行
Take Free

平成27年2月15日発行

2015.3月号 | vol.4

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

2015.
3月号
vol.4

平成27年2月15日発行

3月14日
北陸新幹線
(長野経由)
長野-金沢間
開業



「信州を知る」

日本の原風景を求めて
千年風土豊饒の地、信越自然郷へ

信州を旅しよう

3月イベントカレンダー

「注目イベント」

伝統的工芸品と信州そばスタイル
北陸新幹線沿線の味めぐり・花めぐり

つながる!ひろがる!北陸新幹線スタンプラリー

三浦貴大さん 松岡茉優さんの信州のココが好き。

今月のセレクト3品



銀座NAGANO

しあわせ信州シェアスペース

自然に寄り添い、生きる。

日本の原風景を求めて 千年風土豊饒の地、信越自然郷へ

長野ー新潟ー富山ー石川間の
約230kmがつながる北陸新幹線(長野経由)が、
本年3月14日に開業します。新幹線の停車駅として生まれ変わる
飯山を中心とした信越自然郷の魅力をお伝えしましょう。



豊かな風土と歴史が息づく9つの山里

長野と新潟県境にまたがる飯山市、中野市、妙高市、山ノ内町、信濃町、飯綱町、木島平村、野沢温泉村、栄村の9つの市町村からなる信越自然郷。志賀高原、北信五岳、なべくら高原などの山々に抱かれ、南北には千曲川が悠然と流れます。中野市出身の国文学者の高野辰之が作詞した唱歌「故郷」や「朧月夜」では、日本の原風景と呼ぶにふさわしいこの地の情景が謳われているのです。

冬の名残と春の息吹を同時に感じる 「いいやま菜の花まつり」

飯山市や野沢温泉村では古くから野沢菜の栽培が盛んで、唱歌「朧月夜」に登場する、菜の花畑や周囲に広がる山々の美しい風景を今も見ることができます。

飯山を代表するイベント「いいやま菜の花まつり」は、もともと飯山市立東小学校周辺で栽培されていた野沢菜の花を再び咲かせ、休耕地の活用に役立てようと地元の農業関係者が企画をしたもの。平成4年には「菜の花さかせるかい」が発足し、まつりを盛り上げようと菜の花の面積を広げ、ついには13haもの場所

いっばいに菜の花を咲かせるまでになりました。

“訪れる人は、菜の花が自然に咲いていると思っているみたいですよ”と話するのは、「菜の花さかせるかい」代表の大平孝之さん。しかし実際には秋に畑を耕すところから、種まき、草刈りなどを40人ほどの有志でコツコツと準備を進めています。

“鮮やかな黄色が一面に広がる菜の花のじゅうたんの中に桜が咲き誇り、その向こうに山々の残雪が輝き、千曲川の豊富な水がゆったりとした時を刻むように流れていく。ここまで美しい自然のコントラストを楽しめる花まつりは、飯山にしかないと思います。”と大平さんは胸を張ります。

歴史と暮らしを感じる郷土料理 美味しさの秘訣は水にあり

豪雪地帯としても知られる飯山は、春の訪れとともに雪解け水が森や田畑を潤し、美しい湧き水を育みます。

“この雪が、農産物を美味しくする”と教えてくれたのは、飯山地域の郷土料理を提供する「味蔵 月あかり」のお母さんたち。郷土料理の代表格は「笹ずし」。戦国時代から伝わり、かつて上杉謙信も食べたといわれることから別名「謙信ずし」と呼ばれて



1 秋になって耕した場所に、「菜の花さかせるかい」のメンバーで13ha分の野沢菜の種を蒔く 2 「味蔵 月あかり」で料理を作る、いいやま食文化の会のお母さんたち 3 飯山在住の創作人形作家高橋まゆみさんの作品を展示する美術館「高橋まゆみ人形館」では、この地に生きる人々の姿が作品を通して見ることができる 4 高橋まゆみ人形館に隣接する「味蔵 月あかり」で出されている郷土料理。手前から時計まわりに「笹ずし」「えご」「いもなます」「田植え煮物」(味蔵月あかり 住所:飯山市飯山2941-1 ☎0269-67-0188)

います。新潟から届く貴重な海草を使った「えご」は、海のないこの地方でもてなしの席などで出されてきました。寺の町ならではの精進料理「いもなます」も冠婚葬祭などで出される料理で、細く千切りにしたじゃがいものシャキとした歯ごたえが特徴です。冬の時期に干した凍み大根を使う「田植え煮物」は田植えや畑仕事の合間に食べる料理。凍み大根はたくさんの水を含むことから、水に困らないようにという願いを込めて出されてきました。どの郷土料理にも、飯山の歴史と暮らしが凝縮されています。

“豊かな自然から育まれる恵みが一番の魅力!”と力強く語るお母さんたち。ここでしか出会えない魅力を求めて、信越自然郷へ出かけてみませんか。

新幹線でおらほのうんまい料理と、きれいな景色を見にきて!



お話を伺ったのは
菜の花さかせるかい代表
大平 孝之さん

味蔵 月あかりスタッフ
いいやま食文化の会
三井 ひろみさん
丸山 すみ江さん
小野沢 さつきさん

郷土の食について書かれた おすすめの本

飯山地域の郷土料理のレシピ集「未来へつなごう ばあちゃんの味 かあちゃんの味」(左)、「信州いいやま食の風土記」(右)。2冊とも「いいやま食文化の会」が関わって作ったものです。



2015年 第32回 いいやま菜の花まつり

期 間: 平成27年5月3日(日)～5日(火)
時 間: 10:00～16:30 ※期間中19:00～21:00 菜の花公園ライトアップ(天候により変更となる場合があります)
会 場: 飯山市菜の花公園(飯山市瑞穂413 南付近)
電 話: 0269-62-3111
主 催: いいやま菜の花まつり実行委員会

主なイベント

- 5/3 ECOMACOファッションショー
- 5/4 第14回 朧月夜音楽祭
- 5/5 太鼓×ダンス 菜の花フェスティバル

※イベントは変更が生じる場合があります

新幹線・電車

「飯山駅」で下車しバスで30分、「湯の入荘入口」下車

車 駐車場あり/100台(5/3～5/5は約700台)
上越自動車道「豊田飯山IC」から15km25分



銀座NAGANOで“買える”

“信越自然郷”

の恵みをどうぞ



えのき氷 塩糰

493 円 (芋川麴店)

県産米で作った米糰と、信州中野のエノキダケで作ったえのき氷、天然ミネラル豊富な天日塩を合わせた旨みたっぷりの塩糰です。



農家の味自慢 野沢菜油炒め

540 円 (サンエー)

乳酸発酵した野沢菜を胡麻油でじっくり炒め煮した信州の伝統の味。おにぎりやチャーハンの具材、パスタやサラダのトッピングにもぴったりです。



水尾 紅 純米吟醸 無濾過生原酒

720ml 1,890 円 (田中屋酒造店)

木島平産の稀少酒米「金紋錦」を100%使用した純米吟醸の無濾過生原酒です。鮮やかで上品な香りと、濃さと深みを持ちながらもクリアな飲み口が特徴です。



北光 純米生スパークリング

300ml 491円 500ml 810円
(角口酒造店)

うっすらと白濁色をしたスパークリングタイプの日本酒で、甘口でさっぱりとした味わいが特徴です。

開栓時に吹き出すため、説明書をよく読んでから開栓してください。

新 富倉そば

648 円 (樹田屋食品)

つなぎにオヤマボクチ(山ごぼう)を使った飯山富倉地区に伝わる手打ちそばを乾麺にしました。そばのコシと香りが楽しめます。



ぼたんこしょうみそ

540 円 (かわら家)

信州中野の伝統野菜ぼたんこしょうを使った調味みそです。ごはんのおともはもちろん、生野菜、肉料理のたれにも使える万能みそです。



幻の米

168 円 (JA 北信州みゆき)

飯山の湧き水で育った美味しい米を、パックご飯にしました。電子レンジで2分とかんたんに美味しいご飯が食べられます。



がんばりん糖

1,296 円 (米持製菓)

北陸新幹線開業を記念した限定商品。常盤ごぼう、スノーキャロットなど飯山産の食材を使った5種類の味がセットになっています。



乾燥えのき

702 円 (金子きのご園)

パリパリとした食感と旨みで、そのままお菓子感覚で食べてもOK。保存が利くので、常備して料理に使える便利ひと品です。

開催中!

3月14日±北陸新幹線金沢延伸!

つながる!ひろがる! 北陸新幹線 スタンプラリー



東京都内にある福井、石川、富山、新潟、長野のアンテナショップで商品を買ってスタンプを集めると、各県の旅館・ホテル宿泊補助券や特産品ギフトなどの豪華賞品が抽選で当たる!スタンプ台紙は下記の店舗で配布中。北陸新幹線でつながるエリアを、東京で体感しよう! (詳しくは各店舗の店頭またはホームページで)



参加方法

- ①各アンテナショップで300円以上の商品を購入または飲食でスタンプ1つGET
- ②3~5県分のスタンプを集めましょう!
- ③専用の用紙(各店で配布)に必要事項を記入して、各ショップの応募箱へ投函

参加店

ふくい南青山 291、食の國福井館 / いしかわ百万石物語江戸本店 / いきいき富山館 / 表参道・新潟館ネスパス / 銀座 NAGANO

実施期間

平成 27 年 3 月 13 日 (金) まで

応募締切

平成 27 年 3 月 31 日 (火)



信州を旅しよう

信越自然郷の花々を巡るバスツアー

おさんぽバスで花めぐり

最高地点と最低地点の標高差が約2,000mもある信越自然郷では、長期間にわたって多種多様な花々が咲き誇ります。一面の菜の花畑、桜の名木、信越五岳と桃やりんごの花々、残雪とブナの新緑など、この季節しか見るのできない花々、残雪や新緑を求めて信越自然郷を巡ろう!

運行期間 平成 27 年 4 月 25 日 (土) ~ 5 月 24 日 (日) ※土日祝を中心に運行します

運行スケジュール

1日2便運行 午前便 9:30 ~ 12:30
午後便 13:30 ~ 16:30

乗車料金(税込)

1ルート 大人1800円、小人500円

発着場所

JR 飯山駅 (受付: 信越自然郷観光案内所)

※気候により開花時期がずれることがあり、その場合予告なくルートを変更させていただく場合があります。※基本的には予約制とさせていただきますが、当日でも空席がある場合は乗車いただくことができます。※内容が変わる場合があります。詳細はお問い合わせください。

申込み
問合せ

信越自然郷観光案内所(飯山駅構内)
TEL:0269-62-7000

旅行企画・
実施

長野県知事登録旅行業第2-492
一般社団法人信州いいやま観光局
長野県飯山市大字飯山771-1



むれ水芭蕉園 (飯綱町)



菜の花公園 (飯山市)



黒姫高原 (信濃町)

信越自然郷観光案内所

TEL:0269-62-7000
E-mail:info@shinetsu-shizenkyo.com
営業時間9:00~17:00(4月~10月は18:00まで)

3.2015

Event Calendar

mon
3/1sun - 2mon

一部予約制
信州そばを伝統的工芸品で味わおう！
伝統的工芸品と信州そばスタイル
「そばの道具とそばの器」等の
展示・販売(常設)
木曾漆器、南木曾くろこ細工、信州竹細工、信州打刃物 ほか

**新たな長野県伝統的工芸品の
展示・販売(常設)**
飯田水引、松代焼、栄村つぐら (H26年11月指定)

信州そば(乾麺)の美味しい食べ方
時 2月28日(土)～3月2日(月) 11:30～12:30
12:30～13:30
定 各10名 料 1,000円(そば・猪口・箸付き)
問 026-228-1171(長野県中小企業団体中央会)

9
予約制・見学可
～山路智恵先生を迎えての
絵手紙体験講座～(第4回)
時 13:30～16:00
料 各回1,000円(茶菓子付き) 定 12名
長野県栄村にある絵手紙美術館の館長を務める山路智恵先生を講師に迎え、絵手紙セミナーを開催します。
問 03-6274-6015(銀座NAGANO)

10
予約制
銀座NAGANOワインレッスン
第5回テーマ
「ティスティングについて」
好みのワインの見つけ方を学んでみませんか？
時 12:30～14:00
料 3,000円(ワイン4種 チーズプレート付き)
定 15名(先着申込順)
問 03-6274-6015(銀座NAGANO)

信州オリジナル食材
「信州黄金シャモ」を味わおう
詳しくはPICK UPを
ご覧ください。

16
招待者限定
リニア未来都市ブランディング・プレスセッション
時 17:00～20:00
問 0265-22-5361
(飯田市リニア推進課)

17
事業者限定
「おいしい信州ふーど(風土)」商談会
「おいしい信州ふーど(風土)」をはじめとする長野県産の農畜産物の商談会です。
時 10:30～16:30 料 無料
問 0267-62-3285(佐久市観光協会)

招待者限定
日本旅行記者クラブ会員限定
銀座NAGANO発！
スーパープレゼンテーション
vol.3 木曾町
時 18:00～19:30 料 無料 定 30名
問 03-6274-6015(銀座NAGANO)

23
祝・新佐久市誕生10周年
佐久の地酒と肴を味わおう
時 14:00～15:00 料 無料
佐久11歳の地酒をメインにした、数量限定の試食販売会です。
問 0267-62-3285(佐久市観光協会)

24
北アルプスパノラマ銀座の魅力
～もう一つの安曇野～
時 13:00～15:30 料 無料
山岳写真の展示のほか、燕山荘の赤沼健至氏による講演、登山案内人による山登りのルール説明やアドバイスを実施。また1階では安曇野の食材づくしのお弁当の限定販売も行います！
問 0263-82-3131(安曇野市山岳観光推進実行委員会事務局)

30
招待者限定
新緑・温泉・春スキー 野沢温泉の
魅力いっぱい懇談会
問 0269-85-3114(野沢温泉村観光産業課)

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。

tue
3

南木曾くろの製作体験(当日受付)
時 2月28日(土)～3月3日(火)
10:30～11:30
14:00～16:00(3月3日は13:00～16:00)
17:00～18:00(3月3日は開催なし)
料 無料

2
wed
4

招待者限定
農政関係者情報交換会
「おいしい信州ふーど(風土)」をはじめとする長野県産の農畜産物の商談会です。
時 15:00～20:00
問 03-6274-6015(銀座NAGANO)

11
予約優先 信州の魅力発見大学
時 13:30～14:30 料 無料
定 20名 ※3月10日まで受付
長野県は「信州合衆国」とも言える様々な特色ある地域で成り立っています。そんな信州の歴史・文化をひも解き、魅力をご紹介します。
講師：長野大学 環境ツーリズム学部 山崎隆之 先生
問 026-235-7285(長野県私学・高等教育課)

招待者限定
小諸観光大使と「小諸」を語る
時 15:00～20:00
問 0267-22-1234(小諸市観光協会)

18
峰竜太の
ミネスタ
in 銀座NAGANO
時 10:00～11:30 料 無料
長野県観光大使の峰竜太さんがメインパーソナリティーの人気ラジオ「ミネスタ」を銀座NAGANOで公開生放送！峰さんのユーモアたっぷりのトークを生でお楽しみください。
来場者の方に抽選で素敵なプレゼントも！
問 026-235-7249
(長野県信州ブランド推進室)

25
招待者限定
長野県ものづくり技術提案会
時 13:00～18:00
問 03-5212-9189
(長野県東京事務所)

thu
5

予約制 長野県庁就職ガイダンス in銀座NAGANO
時 2月5日(木) 14:00～16:30
2月6日(金) 10:00～12:30
14:00～16:30
料 無料
定 各30名
平成28年4月から長野県職員を目指す方を対象に、働く魅力や仕事のやりがいについて語ります！新たな試験制度(行政「新方式」、英語資格等の加算)も説明します！
問 026-235-7465
(長野県人事委員会事務局任用係)

12
予約制
桜むね 美と健康講座
～乳がん手術後の
手作りパット講習会～
時 10:30～13:45 料 1,000円
定 各15名
乳がんを乗り越えようとしている皆さんが、自分でパッドを手づくりするとともに、日々の暮らしについて語り合います。作成時間は約1時間半。材料費が別途かかります。
問 080-3124-6312
(桜むね代表 吉澤英子)

19
招待者限定
長野県ものづくり技術提案会
時 13:00～18:00
問 03-5212-9189
(長野県東京事務所)

26
予約制
銀座NAGANOワインレッスン
第7回テーマ
「レストランで、家庭で、ワインを楽しむために」
料理と一緒に楽しむことこそ、ワインの醍醐味。最終回はさまざまな食とのマリアージュとワインのマナーについてのお話です。
時 12:30～14:00
料 3,000円
定 15名(先着申込順)
問 03-6274-6015(銀座NAGANO)

27
いただきます！塩尻
～木曾漆器で美味しい、学校のごちそう～
時 11:30～14:30
料 無料 定 各回約100名
2階イベントスペースが小学校の教室に！600年の歴史をもつ木曾漆器を実際に使って学校の給食を食べながら、温かみのある漆器の良さを体験していただきます。
問 0263-52-0280
(塩尻市ブランド観光課)

fri
6

予約制・見学可
横山タカ子さんの
「信州の長寿ごはん」第3回
時 18:00～19:30 料 1,500円 定 20名
信州の郷土料理研究家横山タカ子さんによる料理実演と食事会です。
【御献立(予定)】
・桜ご飯
・厚揚げとほうれん草の白和え
・酒の肴 三種
・季節の漬け物ほか、いろいろ
問 026-235-7249
(長野県信州ブランド推進室)

13
予約制・見学可
信州のワインとおいしい信州ふーど(風土)&三重ブランド海産物セミナー
時 12:00～13:30/17:30～19:00
料 1,500円
定 各回15名 ※3月6日(金)まで受付
官能審査員の方が、来場者の方とおいしい信州ふーど(風土)と三重県海産物を食しながら、その魅力を語るセミナーです。
問 026-235-7216
(長野県農産物マーケティング室)

20
坂ちゃんのずくだせえぶりでい
in銀座NAGANO
詳しくはPICK UPを
ご覧ください。

予約制
銀座NAGANOワインレッスン
第6回テーマ
「ワインの親友チーズの話」
基本の6タイプのチーズについて学び、NAGANO WINEとの相性を探ります。
時 18:00～19:15
料 3,000円(ワイン4種 チーズプレート付き)
定 定員：15名(先着申込順)
問 03-6274-6015(銀座NAGANO)

27
いただきます！塩尻
～木曾漆器で美味しい、学校のごちそう～
時 11:30～14:30
料 無料 定 各回約100名
2階イベントスペースが小学校の教室に！600年の歴史をもつ木曾漆器を実際に使って学校の給食を食べながら、温かみのある漆器の良さを体験していただきます。
問 0263-52-0280
(塩尻市ブランド観光課)

sat
7

予約制
未来をひらく～信州の先生になろう～長野県教員採用説明会
時 13:30～16:30 料 無料 定 30名
小諸高校音楽科の生徒によるミニコンサート、現役若手教員による教員の魅力発信、高校生・現役若手教員・大学生・大学院生による教員の魅力に関するディスカッション、教員採用選考の説明を行います。
問 026-235-7430(長野県教育委員会事務局高校教育課)

ながのご縁を
～長野市やまざとカフェ@銀座
詳しくはPICK UPを
ご覧ください。

14
北陸新幹線沿線の
味めぐり・花めぐり
時 11:00～16:00 料 無料
北陸新幹線沿線の名産品をはじめとする大試食・試飲会を開催します。善光寺御開帳、新駅「飯山」、花の名所の情報もご提供。
さらに、銀座NAGANOで商品をお買い上げの方には、プレゼントもご用意しています！
問 026-235-7249
(長野県信州ブランド推進室)

北陸新幹線(長野経由)
長野ー金沢間、
本日開業！

21
小布施の美味しいもの体験
「おぶせ試し」
時 11:00～16:00(入場は～15:30)
料 500円 定 300名
桜井甘精堂、小布施堂といった老舗栗菓子店のお菓子をはじめ、地酒蔵元、信州そば、各種ジャムなど、小布施の魅力ある品々を試食、試飲でお楽しみ下さい。
問 026-214-6300(おぶせ試し実行委員会)

『松本英子10th Single「折り灯/おもいで」リリースイベント』
詳しくはPICK UPを
ご覧ください。

28
予約制
長野県内企業会社説明会
時 10:00～20:00
料 無料 定 30名
Uターン就職歓迎の長野県内企業が会社説明会を開催します。
問 026-235-7201
(長野県労働雇用課)

sun
8

トラベルカフェ
@銀座NAGANO
時 11:00～17:00 料 無料
イベントスペースのゆったりした雰囲気の中で、コーヒーなどを楽しみながら、信州への旅行の計画を立ててみませんか。
善光寺御開帳や北陸新幹線の新駅が誕生する飯山エリアをはじめ、信州各地の旬の情報を取り揃えお待ちしております。
問 03-6274-6017
(銀座NAGANO)

15
予約制
「大人の休日倶楽部」
信州田舎暮らしセミナー
時 10:30～13:00 料 無料 定 30名
JR東日本と、佐久市、飯山市、松本市が連携して、移住者による体験談や移住個別相談会などのセミナーを開催します。
問 026-235-7024(長野県地域振興課)

予約制・見学可
信州移住カフェ～空き家のリノベーションと住まいの話～
時 14:00～16:00 料 無料 定 30名
長野県へ移住を考えている人を対象に、移住者や受入者が体験、取り組みの発表を行います。
問 026-235-7024(長野県地域振興課)

22
女性満足度
100%のハッピーリゾートへ！
～プリンスグランドリゾート軽井沢
時 10:30～16:30 料 無料
女性スタッフが女性に嬉しい「軽井沢の魅力」を紹介する、1日限りのイベントです。満足度100%のリゾートとは？ぜひ一緒に考えてみませんか？オリジナルスムージーをはじめ、軽井沢プリンスホテル総料理長が提案する、「美と健康」をテーマにしたメニュー「ウエルネスセット」も販売いたします(11:30から500円、数量限定)。
問 0267-42-1111(軽井沢プリンスホテル)

29 予約制
信州フルーツとお酒の
皿盛りデザート講座
時 14:00～16:00/16:00～18:00
料 3,000円
定 各30名
地産地消をテーマに信州食材で絶品スイーツを作る有賀パティシエがライブ披露する出来たてスイーツと、信州のお酒を楽しむ、おいしくするための講座です。
問 0268-75-5897(株式会社ハムラ)

時 時間 料 料金 定 定員 問 お問い合わせ先
予約制のイベントは定員に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。

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。

Pick up !

3.7 mon

予約制・見学可
ながのご縁を～長野市
やまざとカフェ@銀座
時 17:30～19:30 料 無料(パンとコーヒーのセットは500円) 定 30名
「ほどよい田舎」の長野市で暮らしてみませんか。天然酵母のパンと玄米コーヒーをいただきながら、移住者の経験談を聞いたり、参加者みんなで語り合います。
問 026-224-5033(長野市市民活動支援課)



3.10 tue

予約制
～知ってくださ信州の地鶏～
信州オリジナル食材
「信州黄金シャモ」を味わおう
時 16:00～17:00 料 1,000円 定 20名
食肉産業展2007地鶏・銘柄鶏食味コンテストで最優秀賞を受賞した「信州黄金シャモ」を、高校生が考案したレシピでご紹介します。
問 026-235-7232(信州黄金シャモ生産振興協議会・長野県園芸畜産課内)

3.20 fri

坂ちゃんの
ずくだせえぶりでい
in銀座NAGANO
坂ちゃんが“ずく”出して信州を飛び出した！新年度への期待をリスナーと共有すべく、信州にとことんこだわった『ずくだせえ』が番組史上初めて県外からの生放送にチャレンジ！東京の“ずく”あり信州人あつまれ～！
時 10:00～13:00 料 無料
問 026-237-0552
(信越放送ラジオ局営業推進部)

3.21 sat

予約制
『松本英子10th Single「折り灯/おもいで」リリースイベント』
～善光寺・長野灯明まつりトーク&LIVE～
昨年デビュー15周年を迎えた松本英子が長野灯明まつりで奉納した平和のうた「折り灯」のリリースライブを開催！長野にゆかりある童謡歌唱や信州の魅力語るトークショーも。
時 17:45開演(17:15開場)
料 3,500円(数量限定地ビール、地酒、ワイン、チーズ、信州サーモンの燻製、野沢菜等おつまみ付) 定 40名
問 info@eikomatsumoto.com
(松本英子LIVEチケット受付アドレス)