

おかげさまで3周年!

## 銀座NAGANO大感謝祭

10/28(土)・29(日)開催

2014年10月26日にオープンした銀座NAGANOもおかげさまで3周年。感謝の気持ちを込めて、信州の実りの秋をお楽しみいただける催しをご用意しました。

### 両日共通プログラム

- アルクマ記念撮影会  
(野沢温泉村のナスキも登場?)
- 1,000円以上お買い物いただいた方  
各日先着150名にステキなプレゼント
- 秋の収穫祭マルシェ  
(銀座NAGANO店舗前)  
野沢菜の本場、野沢温泉村から  
秋の味覚をお持ちします



### 各日のスペシャルプログラム

10/28(土)

#### 日本酒の振る舞い

時 10:30~



#### 信州 秋のフルーツフェスタ

特別協賛: JA中野市

時 13:00~13:30 / 14:30~15:00

料 500円 定 24名(当日受付・先着順)



#### 信州「懐石」THE GINZA

時 18:00~19:30 料 3,000円

定 40名(予約優先)

10/29(日)

#### フラワーアレンジメント教室

時 11:30~13:00 料 1,000円

定 12組(事前予約・小学生と保護者の方)



#### 長野県永久観光大使

峰竜太さんによるトークショー

時 14:10~15:10 定 45名(当日受付)

#### 3周年を記念した特別商品も登場!

諏訪大社下社秋宮お膝元の新鶴本店(下諏訪町)の塩羊羹が銀座NAGANO初登場!さらに東京の人気店とのスペシャルコラボのりんご飴や、“あの”牛乳パンも登場します!



※イベント詳細は順次ウェブサイトでご公開予定です。

毎週日曜 「ジョブカフェ信州銀座サテライト」開設中! 長野県へのU・Iターンを希望する学生(既卒3年を含む)の方を対象に、キャリア・コンサルティング等のサービスを無料で提供しています。ぜひご利用ください。時 10:00~19:00 問 0120-275-980



住所 〒104-0061 東京都中央区銀座5-6-5NOCO1・2・4F

代表 03-6274-6015

TEL 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 10:30~20:00(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2017年10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。

## 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!

漫画原作者  
ぶろんせん  
武論尊さん



信州人は全員県歌「信濃の国」が唄える。  
信州人は教育県ゆえに理屈っぽく頑固だ。  
信州人は「ひ」が苦手だ。「百円」は「しゃくえん」になる。  
伊那はザザ虫を食べる。イナゴはほぼ全県で食べる。  
信州はやたら酒蔵が多い。佐久市内だけで10を越える。  
その割にみんな長生きだ。  
新幹線と高速道路で信州は劇的に都会と近くなった。だがそこで暮らす人々は利便性を取り込みながらも生活スタイルは変わらない。  
良い意味でしたたかな田舎者だ。  
もう何年も続いている同窓会がある。  
飛び交うのは、信州なまりと方言だ。何故かホッとする。  
友も言葉も佐久盆地から見る浅間山も変わらない。  
そうだ、信州には「変わらない」という良さがあるのだ。  
こてさんね、こてさんね。

注: こてさんね=気持ちいい、極楽極楽

#### Profile

武論尊(本名:岡村善行)。別ペンネーム:史村翔。長野県佐久市出身。漫画原作者。中学卒業後、自衛隊に入隊。7年間自衛隊に在籍し除隊後、1972年に週刊少年ジャンプ(集英社)にて、漫画原作者としてデビュー。その後数々のヒット作を発表。代表作に【北斗の拳】【ドールマン刑事】【ファントム無頼】【サンクチュアリ】等多数。現在はビッグコミックスペリオール(小学館)にて【BEGIN】(作画:池上遼一)を連載中。

#### プロへの扉が『佐久市』で開く!! 【武論尊100時間漫画塾】開塾!!

2018年4月より武論尊塾長主催のもと長野県佐久市にて漫画塾を開塾。塾では、武論尊塾長を筆頭に、あだち充先生、やまさき十三先生、池上遼一先生他、著名な現役漫画家・現役編集者等を講師に迎え、漫画コンテンツ制作のプロとして通用する技術や知識を合計100時間、無料で受講できます。現在、受講生を募集中。プロの漫画家・原作者としての才能を佐久市で開花させてみませんか。銀座NAGANOにもパンフレットをご用意しています。



図 银杏社「武論尊100時間漫画塾」係  
TEL.03-3942-0260 メール info@manga-gai.net  
「漫画街」http://www.manga-gai.net  
公式ツイッターアカウント @100hmangajuku



詳しくは  
佐久市HPへ



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

2017 11 月号

VOL.36

平成29年10月15日発行

TAKE FREE

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

2017 11 月号

VOL.36

平成29年10月15日発行

しあわせ 信州

TAKE FREE 毎月15日発行

発行:銀座NAGANO

表紙イラスト: Reach



[LIFE STYLE OF SHINSHU]

## 東信州、日本一のくるみの里へ

[TOPICS]

10/28(土)・29(日)開催

### 銀座NAGANO 3周年大感謝祭

#### 11月イベントガイド

[LET'S JOIN!]

- ・信州なかの土人形絵付け体験講座
- ・信州上田地域 銀座NAGANOの陣

漫画原作者  
武論尊さんの信州のココが好き。

# LIFE STYLE OF SHINSHU

## 東信州、日本一のくるみの里へ

話題のオメガ3脂肪酸のひとつであるα-リノレン酸が豊富なことに加え、ビタミン、ミネラル、たんぱく質、食物繊維など多くの栄養素が凝縮されたスーパーフードとして、改めて脚光を浴びているくるみ。欧米では、「貴族の美容食」とも呼ばれ、人類が食用にしていた最古の木の実であるともいわれます。そんなくるみ生産量全国1位を誇る信州の生産者と、くるみ文化を育む方々を訪ねてみました。



収穫最盛期を迎える「シナノグルミ」。大粒で実もゴッシリ。



収穫は5mもの細長い竹竿でバシッパシッと枝を叩いて実を落とします。昔から変わらないこのやり方が効率よく木も傷めすぎずに収穫できる方法なのだそう。

## 秋の収穫期を迎えた 東御市のくるみ畑を訪ねて



青い外果皮が割れてきたら収穫のサイン。例年だと9月下旬～10月上旬が収穫時期。



落ちたくるみの実は、青い皮を剥いて中味を取り出しながらひとつずつ拾っていきます。



丸くて大きな実が特長のシナノグルミ。コリコリした食感の生くるみは収穫時期にだけ楽しめる味わいです。



お話を伺った人

日本くるみ会議  
会長 花岡 澄雄 さん

「日本くるみ会議」は生産者だけでなく菓子店や販売店、行政や学校の先生など、くるみの振興を目的に活動する人や団体が集まった組織。東御市を中心に現在は約40名が所属しています。

## 大陸のくるみが海を越えて出会い 誕生した「シナノグルミ」

国産くるみの約8割が生産されている長野県のメイン品種がシナノグルミ。多くが東信州で栽培され、中でも東御市は120人ほどの生産者がいる一大産地となっています。古来より日本には、オニグルミやヒメグルミなどが自生し食されていましたが、実はそのルーツは全く別。遡ること江戸時代、中国からテウチグルミ(カシグルミ)が伝わり、全国で栽培が試みられました。日当たりが良く、少雨で水はけが良い土が合い、この地でくるみの産地としての歩みが始まります。明治に入り、軽井沢へ避暑に訪れた欧米人が持ってきたのがベルシャグルミでした。地元の人々は、この品種の栽培も試しはじめ、大陸から伝来した2種類のくるみがこの地で出会うことに。そして自然交配が行われ、シナノグルミが誕生したのです。「シナノグルミの特長は実は大きく、殻は薄くて味が良い。世界に誇れるくるみですよ」と花岡さんは言います。



拾ったくるみを専用の洗浄機へ入れ、約5分間ブラシをかけながら水洗いします。



乾燥状態を子エックし、しっかり乾いたら出荷へ。東御市の年間出荷量は70t以上といわれています。



蚕棚を再利用している乾燥棚も。最盛期を迎えるとビニールハウスいっぴいにくるみが並びます。

## 地域の人々が愛する コクのあるくるみの味わい

木から落とし、拾って青い外果皮を剥いたくるみは、洗浄作業へまわります。「実はこの洗浄機、里芋を洗う機械のブラシ部分を改良したものです」と花岡さん。東御市内には4ヶ所にくるみのコイン洗浄機が設置されていて、誰でも利用できるのもくるみの里ならではの、洗ったくるみは棚へ並べて3週間ほど天日干し、実の隔壁がパキッと折れるようになったらいよいよ出荷となります。今後の目標を聞くと「東御市にある約7500本のくるみの木を1万本以上に増やすことですね」と力強い答えが返ってきました。東御市では多くの家の庭先に「マイくるみの木」があって、おはぎ、麴のたれ、あえものと、くるみのあるのが日常なのだそう。地元の人々に愛されていることこそ、日本一の産地である理由なのかもしれません。

道の駅雷電くるみの里で見つけた

## くるみ商品あれこれ

道の駅雷電くるみの里 駅長 清水 俊文 さん

道の駅オリジナル商品もたくさんありますよ

<p><b>道の駅限定</b></p> <p>くるみソフト 280円</p> <p>さっぱりした甘さが人気!</p>	<p><b>道の駅限定</b></p> <p>雷電焼き 各 200円</p> <p>今年4月に発売された新商品。黒豆あんとかスタードクリームがあり、くるみの食感も美味。</p>	<p><b>道の駅限定</b></p> <p>雷電くるみの里 くるみのタルト 8個入 648円</p> <p>やさしい甘みとくるみの風味が豊かなタルトケーキ。個包装でおみやげに最適。</p>	<p><b>道の駅限定</b></p> <p>くるみおはぎ 2個入 280円</p> <p>もち米とうるち米をふっくら炊き上げ、くるみをたっぷりまぶした人気商品。</p>	<p><b>道の駅限定</b></p> <p>くるみサンドクッキー 10枚入 648円</p> <p>1年間で10,000枚売れたというヒット商品。くるみ入りのまろやかなクリームをサンド。</p>
<p><b>道の駅限定</b></p> <p>手作りくるみの辛みそ 150g 500円</p> <p>東御市農産物加工組合による手作りみそ。ピリ辛味でご飯のお供にピッタリ。</p>	<p><b>道の駅限定</b></p> <p>くるみゆべし 540円</p> <p>もっちり食感でやさしい甘さと、味わい深いくるみの風味を楽しむ伝統銘菓。</p>	<p><b>道の駅限定</b></p> <p>くるみの初恋 480円</p> <p>泡立ったメレンゲにくるみを混ぜ、ほんのり甘く仕上げた口溶けの良い一品。</p>	<p><b>道の駅限定</b></p> <p>くるみるく 12粒入 1,360円</p> <p>上から読んで下から読んで同じ名前のお菓子。やわらかくクリーミーな味わい。</p>	



# 風味豊かなくるみ菓子たち

香ばしいくるみをふだんに使い、丁寧に仕上げた信州各地の菓子処のくるみ菓子が揃いました。さまざまな店舗の多彩な味を楽しむ、贅沢な秋のティータイムはいかがですか。

## エトワール (上田市)



**アロンディール**  
3個入 498円

厳選したくるみをアーモンド生地ですとつひとつ丁寧に包んだ創業以来の代表的な手作り焼き菓子。軽快な食感とくるみの風味を堪能でき、ギフトにも最適です。

## 紅谷和洋菓子舗 (坂城町)



**信州くるみ倶楽部**  
207円

苦みの少ないくるみを厳選し、キャラメルの中にぎっしりと詰め込んで、しっとり&さっくりしたクッキー生地で包んだ一品。くるみの凝縮感が贅沢な味わい。

## ガトーフレーズ (松本市)



**くるみのコンサート**  
210円(左)

**くるみのコンサート 第2番**  
240円(右)

和風の最中と洋風のくるみヌガーをあわせたユニークなお菓子で、キャラメル風味と洋酒&フルーツ風味の2種類が。第27回全国菓子大博覧会で最高賞を受賞した銘菓です。

## 御菓子処花岡 (東御市)



**胡桃ばい** 130円

**エンガディナー** 170円

**信州海野宿** 120円

**くるみのプレッツェル** 200円

くるみ菓子の老舗、銀座NAGANOでもおなじみの花岡のアイテムはラインナップを一新。くるみ入りのクッキーとパイ生地を焼いたプレッツェル、キャラメリゼしたくるみをクッキーでサンドしたエンガディナーは見た目も華やかなスイーツです。

## 和泉屋菓子店 (佐久市)



**西洋匠館**  
205円

キャラメリゼしたくるみをふだんに使った贅沢なマドレーヌ。バターとくるみが奏でる香りと豊かなコクが、口いっぱい広がります。

# 小さな草笛で生まれた 東信州名物「くるみそば」



どの調味料を入れて味を上げるか、つゆとの配合をどうするかなど、試行錯誤を繰り返して出来上がったという草笛のくるみそば。そばとの相性も抜群です。



つゆの濃さは自分の好みで調節を。くるみを溶かし過ぎず、食感を残すのがおすすめ。



懐古園隣にある草笛小諸総本店。県外の方も多く、その大半がくるみそばを注文されるそう。

お話を伺った人

信州蕎麦「草笛」  
会長 中村 利勝 さん

農家の6人兄弟の長男として東御市に生まれ、小諸市役所の観光課勤務などを経て、そば店経営を決意。奥さんと二人三脚ではじめた店が、現在では県内に8店舗を構える超有名店に。

## 地元の特産品が作り出す 全国の人々を魅了する味

草笛が開店したのは昭和36年。7坪12席の小さな店で何か名物をつくらねばと考案したのがくるみそばでした。「幼い頃家の裏に大きなくるみの木があって、その木の下で接ぎ木作業をしていたお兄ちゃんが『将来このくるみがきっと有名になるよ』と話してくれた。それを思い出して作ったんだよ」と中村会長。こうして誕生したくるみそばは、その予言どおりに、地域の文化と地産地消にこだわる中村会長によって東信州を代表する名物となり、現在は全国に広がっています。



# 古刹、前山寺で楽しむ くるみおはぎのお接待



境内の三重塔は窓も廻廊もないことから「未完成の完成の塔」と呼ばれ、国の重要文化財に。



くるみおはぎのお接待は3月のお彼岸から11月末まで(要予約)。塩田平を望める庫裏のお座敷でいただけます。

お話を伺った人

前山寺  
寺庭 河合 照子 さん

子どもの頃から祖母が作ったくるみおはぎをよく食べていたという照子さん。「境内の建物を変わらぬ姿で維持するのと同じように、祖母・母に続き、三代目として名物の味も変えずに継承したい」と話します。

## 塩田平の情景と楽しむ 鬼くるみのコクと四季の彩

信州の鎌倉と呼ばれる塩田平の前山寺で昭和35年頃から続いている「くるみおはぎ」のおもてなし。かつて茶懐石の一品で出したところ、その評判が口伝えで広まり、天皇陛下や皇太子殿下も召し上げられた一品です。「お客様を土地で採れたものでもてなしたい。そんな思いがはじまりなので、境内の鬼くるみや塩田平産のもち米など、ここで採れたものばかりなんです」と照子さん。おはぎの上には季節ごとに大根おろしや山椒味噌が添えられていて、四季を感じる味わいに心が洗われます。

銀座NAGANO 旬酒師 玉岡あずみ

今宵楽しむ 酒と肴

今年の十五夜は10月4日でしたが、十三夜は11月1日。そこで今回は、お月見にピッタリのお酒と肴をご紹介します。

肴のメイン食材は「くるみ」。銀座NAGANOの「剥きくるみ」(702円)と「有機くるみタレ」(648円)を使います。これに合わせるのには「みねむらのコンビーフ」(648円)と里芋。里芋を茹でて皮を剥き、コンビーフとくるみ、くるみタレを合わせます。こっくりとした旨味は「冷おろし」とピッタリ。あわせるお酒はしゅわっと旨味が広がるのに後味スツキリの「北光正宗ひやおろし」。チリチリとした飲み心地もくるみの旨味との相性も抜群です。

秋の夜長に旨いお酒と肴で大人なお月見はいかがですか?

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。

■時間 ■料金 ■定員 ■お問い合わせ先

8のつく日は メンバース特典 ポイント2倍デー
毎月8日は 信州地酒で乾杯の日 メンバース特典 酒類全て3%OFF

Cafe 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)
★ブレスコーヒー (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(ブレス抽出) 400円

1水 予約制 見学可
~信州のおいしいご飯を召し上がれ~知って感動!長野米ランチセミナー
12:00~13:30 1,000円 24名
「長野米」の品質と食味は全国トップクラス。そのおいしさの秘密と、すぐに役立つ「ご飯の知識」をJA全農長野と東洋ライス社のお米の達人がご紹介します。

2木 塩尻市スペシャルDAY
長野県のほぼ中央に位置する塩尻市。古くより松本、諏訪、上伊那、木曾の各地域をつなぐ交通の要衝として栄え、木曾路の「奈良井宿」や「木曾平沢」などで、往時のそのままの様子は体験することができま。そして、現在脚光を浴びているのが塩尻ワイン。メルローやシャルドネなど欧州系品種の先進地であり、世界水準のワインが造られています。そんな塩尻の魅力をつぶり体感してみませんか。

しあわせ信州朝クラス(予約制)
7:20~8:20 2,500円 24名
【体験】みそ玉作り体験【メニュー(予定)】塩尻産長イモとビタミンちくわの蒲焼、キムタクご飯(塩尻市オリジナル給食メニュー)など。
北沢正和さん&KAORUさんの信州の暮らしを彩る山里健康ランチ(予約制)
12:00~13:30 2,500円 24名
塩尻市産の長芋や伝統野菜、フルーツなどの食材を使った創作ランチをお楽しみください。
塩尻市特産品マルシェ
11:00~16:00
03-6274-6015(銀座NAGANO)

3金祝 予約制
信州なかの土人形絵付け体験講座
【第1部】11:30~13:00【第2部】14:00~15:30
【各500円 各24名】
中野市の土人形職人「奈良家」と「西原家」の両家に指導いただきながら絵付け体験ができる特別講座。今回は来年の干支にちなんで奈良家の「丸狛」と福運を呼ぶとされる西原家の「布袋」をご用意。予約者には「アルクマの土鈴」をプレゼント。
0269-22-2111(中野市営業推進課)

4土 5日 一部予約制
JAながのPresents「信州 Fruits Marche」 in 銀座NAGANO
【4日】11:00~18:00【5日】11:00~16:00
旬を迎えた「りんご(サンふじ)」、大人気の「シャインマスカット」の販売に加えて、「丸山珈琲&ブチスイーツセット」も数量限定でご提供します。午後のひととき、おいしいスイーツとともに産地ならではの話をとお楽しみください。(時間等の詳細はウェブサイトでお知らせします。)
【5日限定】「オールJAながの・ランチプレート」(予約制)
12:00~14:30 1,620円 20名
フードコーディネーターの浜このみさんによる、JAながの産のきのこやフルーツがたっぷりのランチメニューをお楽しみいただきます。
026-224-0550(JAながの)

6月
五感で感じるコーヒーマシン~CAFEROID~体験イベント
11:00~13:00
焙煎・ミル・ドリップ機能を備え、こだわりの一杯が完成する全工程が可視化された、新感覚のスペシャルティコーヒーマシンを体感してみませんか。
03-6721-5320(日本電熱)

7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】蕎麦のソムリエ講座
11:00~14:00 5,000円 30名
信州そばの伝統的な技法「一本棒・丸延し」を体験していただきます。
【第2部】蕎麦クッキングスクール・蕎麦Web
14:00~17:00 5,000円 30名
蕎麦ソムリエ講座の上級者編。さらさら蕎麦やオヤマボクチ蕎麦などの多彩な蕎麦文化と料理を学ぶ講座です。
080-5428-1730(蕎麦Web)

8水 メンバース特典 ポイント2倍デー
「信州地酒で乾杯の日」 メンバース特典 酒類全て3%OFF
銀座NAGANO 予約制
日本酒講座 基礎コース
日本酒造りを学ぶ連続講座 第5回 テーマ「麹・酒母」
11月までの第2水曜は、信州の旬が揃う「GINZA de マルシェ」の日。11月は、りんごの王様ふじをはじめとするフルーツや鍋にぴったりな冬野菜が大集合します。
03-6274-6015(銀座NAGANO)

9木
招待者限定
「謎の国、諏訪の国」キャンペーン ローンチイベント
10:30~12:30
0266-52-4141 内線404(諏訪地方観光連盟)
招待者限定
銀座DE 信越自然郷
14:30~16:45
0269-62-3111(信越9市町村広域観光連携会議)

10金
招待者限定
おもてなし日本料理山桜料理教室
11:30~14:15
0267-46-6515(山桜)
招待者限定
感性と環境学術文化Project「classic ∞ modern 2017」
16:30~19:00
03-5544-8224(一般財団法人日本機構)

11土 12日 予約制
信州上田地域 銀座NAGANOの陣
【11日】「日本酒の楽しみ方講座、きき酒/美食と美酒(食事・交流会)」
【12日】「上田地域のワインの楽しみ方/上田地域の食材とワインのマリアージュ」
両日16:00~18:00 両日5,000円 両日20名
11日は、上田市真田の「地酒屋宮島」の店主の宮島国彦さんが日本酒を、12日は、地元ワインに精通した櫻山記子さんが上田地域のワインをセレクト。両日とも、菅平高原「四季の宿さき」のオーナーシェフの正木一矢さんが手がける旬の地元食材をふんだんに使った料理とともに楽しみいただきます。
0268-43-8818(上田地域広域連合事務局企画課)

13月 予約制
【2019卒対象】デイリーはやしやインターンシップ
11:00~17:00
0263-48-1611(デイリーはやしや)

14火 予約制
山本麗子先生の「旬の信州しあわせレシピ」
13:00~15:00 3,000円 25名
信州の伝統野菜である飯山市産「坂井芋」と社囃、ほうれん草のグラタンと、信州福味鶏を使った鶏肉のチョップドサラダ、さらにキノコとツナの Pasta を作ってみましょう。
03-6274-6015(銀座NAGANO)

15水 「ワイン講座開催日」 メンバース特典 ワイン・シードル3%OFF 予約制
野菜、果物摂ってますか?健康生活への道「びんころ御膳と佐久特集」 予約制
12:00~14:00 3,500円(お土産付き) 24名
特産の五郎兵衛米を使った佐久市健康づくり推進課の健康長寿レシピ「びんころ御膳」、野菜ソムリエによる野菜健康情報、佐久りんごの品種別食べ比べなどで佐久の食の魅力を感じてみませんか。
080-1077-9059(佐久市健康づくり推進課/野菜ソムリエ 重田健一)

16木
今が旬!茅野市のりんごと新米を堪能しよう
11:00~17:30
八ヶ岳山麓茅野市の稀少な「蓼科りんご」や標高1,000m近くの高地で栽培されたお米などの特産品の試食・販売会を開催。生産者が直接こだわりや想いをお伝えします。
0266-72-2101(茅野市農業支援センター)

17金 予約制
しあわせ信州朝クラスVol.6 ~佐久地域&隣県コラボ~
7:20~8:20 2,500円 24名
【体験】お煮かけうどん、地元おにぎり作り体験
【メニュー(予定)】きなことイノブタおにぎり、耐の甘露煮、煮こじ(野菜や凍豆腐の煮物)など。
03-6274-6015(銀座NAGANO)

18土
信州で暮らそう!「二地域居住者向けコンパクト住宅のススメ」
10:45~12:30 35名
日本一の健康長寿県でもある信州は、雑誌アンケートの移住したい都道府県ランキングで11年連続1位。今回は長野県への移住・二地域居住をお考えのみなさんに信州の暮らしと住まいをご提案します。
026-235-7339(長野県建築住宅課)

18土 予約優先
信州の魅力を知ろう!移住者向け創業セミナー
13:00~15:00 25名
長野県への先輩移住創業者の体験談やアドバイスを伝えたい。また創業時に利用できる制度の紹介や個別相談も行います。
026-235-7194(長野県創業・サービス産業振興室)

18土 予約優先
しあわせ信州 地域おこし協力隊 合同募集説明会
16:00~18:30 25名
地域おこし協力隊への応募を検討している方を対象に、体験談の紹介や募集市町村との個別相談を行います。参加市町村は決まり次第、ウェブサイトでお知らせします。
026-235-7023(長野県地域振興課)

19日
昼呑み!「銀座NAGANO酒場」
14:00~17:00(LO16:30) 料理1,500円(buffetスタイル)、ドリンク300円~
大好評企画「銀座NAGANO酒場」が屋間から開店。お料理はbuffetスタイルで好きな物を好きなだけ、お飲み物は、特別価格でお勧めのワイン・日本酒・ビール・ソフトドリンクをご用意します。銀座のど真ん中で昼呑みを楽しみましょう。
03-6274-6015(銀座NAGANO)

20月
信州魅力発見café
12:00~13:15 2,000円 20名
信州を知るさまざまなゲストを迎える連続企画。第3回のゲストは、信州大学名誉教授で長野県立歴史館長の笹本正治さん。笹本さんが研究する歴史や民俗に関するお話を軽食・ワインとともに楽しくみください。
026-235-7273(長野県鳥獣対策・ジビエ振興室)

21火 予約制
銀座NAGANO発!スーパープレゼンテーション「松本市」
18:00~19:30
03-6274-6015(銀座NAGANO)

22水
招待者限定
Discover NAGANO Kickoff Event
17:00~19:30
03-6274-6015(銀座NAGANO)

23木祝
ぐるっとながの マルシェ&移住相談会
12:00~19:00
長野市・須坂市・千曲市・坂城町・高山村・信濃町・小川村・飯綱町が連携し、旬のりんごや農産加工物をそろえて地域の魅力を伝えるマルシェを開催。移住相談と長野市役所仕事ガイダンスも行います。
026-224-7721(長野市[長野地域連携核都市圏])

24金 予約制
横山タカ子さんの信州の長寿ごはん~松本市の新米と伝統野菜~
昼の膳 12:00~13:00 1,500円 24名
夜の膳 18:00~19:15 2,500円(地酒3種付) 24名
松本平の新米と伝統野菜や秋の信州野菜など、季節の素材をたっぷり使った横山先生の「健康長寿ごはん」をお楽しみください。
03-6274-6015(銀座NAGANO)

25土 予約優先
信州朝日村クラフトフェア~カラマツ材の魅力~
11:00~17:00(木工体験の最終受付は16:00)
ぬくもりチェア木工体験(予約優先)所要時間約40分
1台3,000円 15名
朝日村産カラマツを使い、村内のクラフト作家が創作した家具や小物を展示・販売します。生後初めて使用する椅子として考案された「ぬくもりチェア」の制作木工体験もお楽しみください。
0263-99-2001(朝日村総務課)

26日 一部予約制
しあわせ信州健康セミナー「ハーブティーのついで~冬の過ごし方・入門編~」
11:00~13:15 1,500円 24名
「蓼科ハーバルノート」の萩尾エリ子さん がハーブの効能や有効性など、暮らしに取り入れるヒントをご紹介します。信州十四豚カレー・サラダ・デザート・クロモジ茶がセットになった、「養命酒健康の森ランチ」ともお楽しみください。
出張「くらすわ」 14:00~16:00
養命酒製造がプロデュースする信州の地産地消をコンセプトとしたショップが出張開店します。
03-6274-6015(銀座NAGANO)

27月
※イベントナンスペーのためご利用できません。
「白駒の池 北八ヶ岳苔の森」の世界と「さくほ」の恵み
11:00~15:00
「北八ヶ岳苔の森」は「日本」の貴重なコケの森に認定された485種の苔が生息する場所。そんな神秘的な森や苔の魅力に触れるとともに、北八ヶ岳の湧水から生まれた特産品の試食や販売をお楽しみください。
0267-88-3956(佐久穂町観光協会)

28火 29水 予約制
銀座NAGANO日本酒講座 アドバンスドコース(二夜連続開催)
【28日】酒造りの真髄1~麹の違い~
【29日】酒造りの真髄2~酵母の特性~
両日18:00~19:30 両日3,500円 両日24名
基本的な酒造りの工程を理解される方を対象に、より深い内容を学ぶ2夜連続講座。信州の地酒の特性や麹と酵母の働き、酒母について学びましょう。
03-6274-6015(銀座NAGANO)

30木
まつもとの秋 信州サーモン・風さやか(新米)・秋掘り長芋の出張試食会
13:00~17:00
松本地域の特色ある農産物の試食・販売会を開催。長野県で誕生した「信州サーモン」、長野県オリジナル米「風さやか」の新米、山形村産の「秋掘り長芋」をお届けします。
0263-40-1917(長野県松本地域振興局農政課)