

TAKE FREE



銀座NAGANO

しあわせ信州シアタースペース

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

コトモノ

2018 11月号

平成30年10月15日発行

VOL.48

SPECIAL FEATURE

新しい食の世界 “発酵” が拓く、

発酵でHAPPY!

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

コトモノ

2018 11月号

平成30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：神楽美和

# おかげさまで 4周年 銀座NAGANO大感謝祭

10月27日(土)・28日(日)開催

2014年10月26日にオープンした銀座NAGANO。4周年を迎えるにあたり、みなさまへの感謝の気持ちを込めた企画を多数ご用意しています。

限定入荷アイテム

- 小松パン「牛乳パン」(※27日のみ30個限定)
- 新鶴本店「塩羊羹」
- 藤むら「れえずんくつきい」
- 加工組合さくら「丸ごとりんごパイ」
- 盛進堂×須坂創成高校「どらりん」
- 「りんご3種」を特別奉仕価格でご提供!



## 両日共通プログラム

- 信州りんごのプレゼント 10:30~ 500円(税込)以上お買い上げいただいた方、先着100名様に進呈します
- おみくじ抽選会 10:30~18:00 お買い上げ1,000円(税込)につき1回チャレンジできます!
- 縁日ゲーム「秋の信州を釣り上げよう!」12:00~17:00 県産農産物など、各種景品をご用意しています
- 長野県PRキャラクター「アルクマ」との記念撮影会 スペシャルゲストも登場予定!



## 各日の限定プログラム(2階イベントスペース)

27日(土)

- GINZA de マルシェ 10:30~18:00
- 甘酒振る舞い 12:00~17:00

28日(日)

- きのこ味噌汁振る舞い&きのこマルシェ 10:30~13:00
- 長野県永久観光大使 峰竜太さんのスペシャルトークショー(当日受付) 14:30~15:30



いずれのプログラムも予定数量・定員となり次第、終了・締切とさせていただきますので、あらかじめご了承ください。

詳しくは、銀座NAGANOのウェブサイト・SNS等でご案内いたしますのでそちらをご覧ください。

2019年カレンダー

## 雷鳥の四季

1,620円

※売り上げの一部を雷鳥の保護活動のために寄付します。

長野県、富山県、岐阜県の県鳥に指定されている雷鳥。しかし近年の地球温暖化の影響により、その生存維持が危ぶまれています。連なる美しい山々を象徴する希少な鳥が、つがいとなってヒナを生み、成長し巣立っていく姿を1年間のカレンダーにまとめました。



企画・制作: abn長野朝日放送「地球を守ろう!プロジェクト」  
撮影: 雷鳥写真家・高橋広平氏

## ゆるキャラ®グランプリ 2018開催中!

投票期間

2018年 11月9日(金) 18:00まで

今年も長野県PRキャラクター「アルクマ」がエントリー中! 毎日1回の投票と応援にご協力ください!

投票は、ゆるキャラグランプリで検索



毎週日曜 「シューカツNAGANOキャリア相談室」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。ぜひご活用ください。10:00~18:00 0120-275-980



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2018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。



発酵でHAPPY!

# “発酵×発酵”が拓く、 新しい食の世界

食物を保存し、よりおいしく、消化しやすく、時には栄養価を高める手段として、太古より世界各地で歴史を紡ぐ発酵食文化。日本にもさまざまな発酵食がありますが、その中でも信州は「発酵王国」といえる県。生産量第一位の味噌をはじめ、漬物、日本酒、ワイン、乳製品など実に多くの発酵食が生まれ、すんき漬などのユニークな食文化も育まれています。近頃は、優れた美容・健康効果が注目を集めています。信州では発酵食品同士を組み合わせた新ジャンルの品も続々と登場。心も体も発酵でHAPPYになりましょう!



## NAGANO WINE × 県産小麦のパン

### 新しい地元パンが台頭!? 信州ワインブレッド

近年、国内外から注目を集めるNAGANO WINE。それにふさわしいご当地パンを地元の素材でつくりたい! そんな地元愛から生まれたのが「信州ワインブレッド」です。その定義は、小麦粉は長野県産100%を使用することとNAGANO WINEを使うことの2点のみ。現在は、県内のベーカリーやホテル、ワイナリー、小麦農家や製粉会社など41事業者が連携し、11店舗で製造販売されています。信州ワインブレッド研究会会長の品田宗久さんが営む「高原のパンやさん」がつくるのは、2種類の小麦粉をブレンドし、小麦粉の分量に対し30%のNAGANO WINEを入れたもの。レーズンとドライフルーツの2種類があって、レーズンはNAGANO WINEにしっかり一晩漬けたものがたっぷり混ぜ込まれています。

「長野県のぶどうでできたワインも長野県産の小麦も、生産者が苦労してつくった上質な素材。だからリッチなワインを楽しむような“ハレの日”のパンにしていきたいね」と品田さんは言います。最近では米粉を加えたベーカリーも出てくるなど、新たな展開もあり、日々進化中。近い将来、牛乳パンに並ぶ長野県の地元パンになっているかもしれません。



銀座NAGANO  
で販売中!



「高原のパンやさん」の「レーズンの信州ワインブレッド」(540円)は小麦粉の分量に対し50%のレーズンを使用。ハードパンのような見た目ながら中はモチリとソフトな食感で、ふんわりとワインの風味が感じられるのが新しい。「今後は長野県のフルーツとのコラボも面白い」と品田さん。ワインの配合や使用する小麦粉、トッピングする食材は店舗によって異なるので、食べ比べてみるのも楽しい!



こちらも銀座NAGANOで販売中の珈琲哲学の「塩尻ワインブレッド」(486円)。「他社にはない地元素材をふんだんに使った信州ワインブレッドをつくりたい」との思いから、地元塩尻産の米粉を70%使用し、塩尻産赤ワインを使ったうえで、さらに風味を出すために塩尻市の自社畑でとれた巨峰のペーストを生地に練り込んでいます。

信州ワインブレッド研究会  
長野県長野市篠ノ井会30-2(柄木田製粉㈱内) TEL 026-292-0890

信乃大地(720ml 1,550円)は銀座NAGANOで販売中! 信州くろひめ高原のむヨーグルトは10月下旬より入荷予定。

## ヨーグルト × 日本酒

### 大地の恵みをぎゅぎゅっと凝縮!

### W発酵の新感覚のヨーグルト酒

酒造りに欠かせない清らかな水と冷涼な気候は、暑さに弱い乳牛を育てる環境にも最適。そんな自然環境がある県北部の信濃町の「発酵×発酵」から誕生したのが、ヨーグルトのお酒「信乃大地」です。

「アルコール度数が15%前後ある日本酒をもっと手軽に楽しんでほしいと考える中で、品質のよい地元のヨーグルトとの組み合わせを考えました」と話すのが、代表銘柄「松尾」を醸し、創業140年を超える町唯一の酒蔵「高橋助作酒造店」5代目の高橋邦芳さん。白羽の矢を立てたのは、地元、土屋牧場の牛乳からつくられるヨーグルトでした。自由に歩き回れるスペースがある「フリーストール牛舎」で育った乳牛の低温殺菌した牛乳を、自社培養の乳酸菌で発酵させた生乳100%の飲むヨーグルトは、自然な甘さとほどよい酸味が魅力。その素材のよさを極限まで生かしつつ、お酒としても楽しんでもらえるものを試行錯誤しながら追求したそうです。濃厚な飲み口でありながらさっぱりとした味わい、砂糖大根由来のビート糖によるやさしい甘み、そして後味にやってくる純米酒の芳醇な香りや旨味は、日本酒好きにも、ビールの苦味が苦手な方にもおすすめ。まさに新感覚の「大人の飲むナチュラルヨーグルト」! 何はともあれ、まずはお試しあれ。



ヨーグルトは製造日当日あるいは翌日の新鮮なもののみを使用。「ヨーグルトと日本酒、それぞれに製品として成立しているものの両方のバランスを何度も見直すのは普通の酒造りとは違う苦労がありました。でも、地域の環境や素材を生かした酒ができるのは喜びでもありますね」と高橋さん。実は焼酎ベースのヨーグルト酒などもありますが、日本酒ベースで素材を生かしたシンプルなものも全国的にも少ないのだとか。



昔ながらの手造りにこだわり、地元産の新品種の酒米・山恵錦(さんけいにしき)を使った酒造りで2017酒造年度の全国新酒鑑評会では金賞を受賞。

高橋助作酒造店  
長野県上水内郡信濃町古岡856-1  
TEL 026-255-2007



自家畑で栽培した飼料用トウモロコシをエサにしていることで成分が高い牛乳が生産され、平成24年度には長野県乳質改善共助会で県知事賞も受賞しました。

土屋牧場  
長野県上水内郡信濃町岡949  
TEL 026-255-2664

「同じ環境、同じ水でつくられた牛乳と酒が合わないわけがないと思ってはいたけど、実際においしいし、まさかこんなに好評になるなんて」と土屋貴志社長。



「高橋助作酒造店」から直線距離にしてわずか1kmほどの場所にある土屋牧場での搾乳は12時間間隔で1日2回。エサを食べる空間と休む空間、搾乳専用の空間がそれぞれに分けられているので衛生的なうえ、センサーで一頭一頭のデータが管理されているので異常などはすぐに感知できる仕組み。ストレスをためることなく育てられた乳牛の搾りたて牛乳は、近所の「道の駅しなの」内の工場で「信州くろひめ高原のむヨーグルト」に加工されています。

銀座NAGANO  
で販売中!

## 発酵コラボが醸し出す、懐かしくて新しい味わい

チーズ × 漬物

### チーズが目覚めさせた 漬物のさらなる可能性

日本で初めて自家製生チーズをつかったことで知られる「アトリエ・ド・フロマージュ」。大人気商品のSサイズピザの中で、ひときわ目をひくのが「信州漬物ピザ」です。実はこれ、信州屈指の漬物の名店「木の花屋」(千曲市)とのコラボで誕生した商品。よくあるオリーブ漬やアンチョビを使ったピザと似たものを想像していましたが、意外や意外、しっかりとした漬物の味があり、それが濃厚なチーズと驚くほどマッチ。生地も漬物の塩分や食味の強さを考慮し、通常よりも塩分控えめで少し厚みになっているとのこと。見た目も華やかでパーティーメニューにもぴったりです。

アトリエ・ド・フロマージュ  
長野県東御市新張504-6 TEL 0268-64-2767

左から「信州ハーフ鶏と野菜菜青唐味噌のピザ」、大根やきゅうり、みょうがや山ごぼうを使った「福神漬のモッツアレラチーズ」、ふき味噌と4種のチーズの「ふき味噌のクワトロピザ」、県産野菜と国産きのこのピリ辛佃煮をモッツアレラチーズと合わせた「野菜菜ときのこの佃煮ピザ」、食用ほおずきのシロップ漬を使ったやさしい甘さの「山ほおずきのデザートピザ」。いずれも507円。

味噌 × チーズ

### 和洋どちらでもいける 濃厚で奥深い味わい

標高1,400mの信州白樺高原で広大な牧草地を有し、乳牛200頭を飼育している「長門牧場」の良質で新鮮な生乳を使ったゴーダチーズと、隣町の立科町にある味噌蔵「酢屋茂」の信州味噌を合わせて和風仕立てにした商品。濃厚なチーズと味噌の深い風味が織りなす絶妙な味わいに虜になる人が続出中です。少しのアレンジで和洋両方のシーンに使えるのも魅力。ご飯なら細かく刻んでふりかけに、トーストや焼き餅の上ならトッピングで。味噌汁に入れたりサラダに添えたりするのもおすすめです。お酒だって、日本酒、ワイン、ビール、どれとも相性抜群。懐かしくて新しい味わいの万能アイテムです。



銀座NAGANO  
で販売中!

良質な牛乳からいねいにつくれるマイルドなゴーダチーズを食べやすいダイスカットにカットし、やさしい味わいの味噌を組み合わせたなめらかな出来栄の一品。ワインにも日本酒にも合い、行楽シーズンの手軽なおつまみにもちょうどいい。90gあたり583円。

長門牧場  
長野県小県郡長和町大門3539-2 TEL 0267-55-6969

“発酵王国”長野に発酵・長寿食品が大集結!

## 全国発酵食品サミット in NAGANO

開催

2018年11月16日(金)～18日(日)

11回目となる今回は、長野市のホクト文化ホールをメイン会場にして若里公園周辺で開催します。発酵食品について学ぶ「発酵の学校」、全国初となる甘酒鑑評会等、信州発酵・長寿マルシェなど、各種イベントを企画しております。ぜひご来場ください。

問/TEL026-235-7132  
(全国発酵食品サミット in NAGANO実行委員会事務局)



## 長野NAGANOで買える!

### 長野県が誇る本格派チーズ大集合!

「人類がつくった最も古い食品」ともいわれるチーズ。  
長野県の豊かな自然環境で生まれたフレッシュなミルクを使った本格派チーズを各種取り揃えています。

[ ボスケツ(佐久市) ]

毎月  
10日頃  
入荷

MIMAKI



90g 864円

2016年にオープンしたチーズラボ「ボスケツ」の自信作。乳酸菌主体で凝固させ、数種類の酵母をブレンドして熟成させた香り豊かな味わいが特徴のソフトタイプです。

TENRAI



90g 1,188円

チーズ表面に炭粉をまぶしたシェーヴル(山羊乳)チーズ。中身は白くきめ細かい生地で、ほのかな酸味と酵母の香りが特徴。濃厚な味わいを楽しめます。(11月まで販売)

[ 清水牧場チーズ工房(松本市) ]

毎月  
20日頃  
入荷

山のチーズ



100gあたり 864円

3カ月熟成の半硬質タイプ。自然で育つストレスフリーのブラウンスイス牛のミルクでつくった深い味わいで、焼いてもおいしく召し上がれます。

バックス



100gあたり 1,080円

10カ月以上長期熟成させた硬質タイプ。中身は淡黄色で引き締まり、塩分と旨味のバランスが格別。ナッツを思わせる香ばしさとやさしいミルクの甘みや旨味が広がります。

[ アトリエ・ド・フロマージュ(東御市) ]

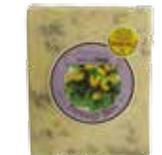
カマンベールチーズ



140g 1,404円

「日本のブルゴーニュ」と称される東御市でつくられた、芳醇な香り&クリーミーさが余韻に残る個性豊かな味わいのカマンベール。コクのある風味は他にはない魅力です。

ブルーチーズ



80g 1,296円

ヨーロッパに負けない本格的ブルーを目指し研究を重ねた青カビチーズの傑作。特有の刺激と香気、独特の滋味があります。2014年ジャパンチーズアワードでグランプリを受賞。

[ 長門牧場(長和町) ]

ゴーダチーズ  
ダイスカット



80g 488円

長時間じっくり熟成させたセミハードタイプ。マイルドな口当たりと生乳の風味が生きたコクのある味わいでワインとも好相性です。一口サイズで手軽に食べられるのもうれしい。

ブラックペッパーゴーダチーズ  
ダイスカット



80g 509円

ゴーダチーズにブラックペッパーを合わせ長期熟成させたセミハードタイプ。チーズのコクにペッパーのスパイスがよく合います。ワインや辛口のビールにもぴったり。

[ エイチ・アイ・エフ(木曾町) ]

カマンベールチーズ



110g 837円

牛乳本来のクリーミーな食感が人気の白カビチーズ。3週間熟成させた濃厚で力強い味わいと弾力が特徴の自信作です。2015年に国産チーズの品評会で最高賞を受賞。

クリームチーズ



125g 847円

牛乳にクリームを加えてつくる風味のあるチーズ。やわらかく風味豊かなおいしさで、酸味とコクが抜群のバランス。口に入れた瞬間にさわやかなミルクの味わいが広がります。

[ 信州富士見チーズ工房(富士見町) ]

ストリングチーズ



100g 650円

繊維質が細やかで裂けやすい、形状も独特なチーズ。濃厚でミルクィな風味をもちつつ、塩が効いたしっかりとした味わいです。縦に裂いて食べるとより繊細な味に。

モッツアレラチーズ  
味噌漬



150g 700円

味噌に漬込むことでチーズが縮まり、セミハードタイプに近い食感に。表面の味噌の濃厚さ、モッツアレラ本来のミルクィさ、2つの風味が楽しめます。だし醤油漬(700円)も。

今宵楽しむ  
酒と肴

銀座NAGANO  
調酒師  
玉岡あずみ

秋 酒 天高く  
酒 旨い

いつもより高く見える空に、秋の深まりを感じるこの季節。今回はそんな情景が表現されたようなお酒、豊島屋(岡谷市)の「豊香 秋上がり 別開い 純米生一本」(1,296円)をご紹介します。名前の通り香りが良いだけでなく、膨らみのある味わいとキレの良さが特徴。するすると何口でもいけてしまうおいしさです。これに合わせる秘密兵器は和泉屋商店(佐久市)の「×MISO(カケルミソ)」(756円)。味噌をフリーズドライパウダー状にしたアイテムで、味はプレーン、柚子、黒胡椒の3種類。天ぷらや衣かつぎなどで塩の代わりにすれば、旨さがより引き立ちます。さまざまな料理の味付けやアクセントに使えるので、いつもと違う味噌の世界が広がります。ふくよかな味わいのお酒に最新の味噌を合わせ、秋の彩りを感じる晩酌を楽しんでみませんか。

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。※お電話での受付は平日10:30～18:00となります。■時間 ■料金 ■定員 ■お問い合わせ先

■グレー網掛けのイベントは、参加いただける方が限定されていますので、予めご了承ください。

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 > メンバース特典  
信州地酒で乾杯の日 酒類全て3%OFF

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～  
★アイスコーヒー(プレス抽出) 400円

**1木** 予約制

**しあわせ信州朝クラス**  
[2018秋冬期 Vol.3]  
駒ヶ根市編

■ 7:20～8:20 (開場7:00)  
■ 2,500円  
■ 24名

定員に達したため、申込みは締め切りました。  
■ 03-6274-6015 (銀座NAGANO)

**予約制**

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 [駒ヶ根市編]**

■ 12:00～13:30  
■ 2,500円  
■ 24名

おいしい野菜づくりの伝統が受け継がれている駒ヶ根市中央の「中沢野菜」の魅力野菜ソムリエのKAORUさんがお伝えし、日本を代表する料理マイスターの北沢正和さんが信州の暮らしをイメージした料理に仕上げます。  
■ 03-6274-6015 (銀座NAGANO)

**2金** **3土祝** 予約制

映画好き限定!~文化の日特別企画~  
**移住先を決めるヒントになる  
「映画のまち、  
信州上田移住セミナー」**

■ 12:30～14:30 ■ 無料 ■ 15名

多くの映画・ドラマ等のロケ地に選ばれた「映画のまち」上田市。その理由を探っていくと、暮らしやすさにつながるポイントがありました。ロケ地などの紹介とあわせて移住に役立つ情報を提供します。  
■ 0268-21-0061 (上田市移住定住推進課)

**予約制**

**【循環学校】八ヶ岳&佐久・軽井沢エリア  
移住座談会**  
—自然と繋がる暮らし—

■ 16:00～18:00 (受付開始15:40)  
■ 1,000円  
■ 15名

山を守り育て、自然素材による家づくりを行っているアトリエエフ。人気の八ヶ岳と佐久・軽井沢エリアに移住した家族の事例をご紹介します。長野で暮らすスタッフが移住の疑問や質問にお答えします。具体的な相談に向けた個別相談も行います。  
■ 0266-74-1077 (アトリエエフ)

**4日** 予約制

特色ある教育がいっぱい!!  
**信州「佐久地域」移住・教育セミナー**

■ 13:20～14:20 / 14:30～15:30 / 15:40～16:40  
■ 無料 ■ 各5組

東京から新幹線で70分とアクセス良好で、晴天率が高く自然も豊かな佐久地域で特色ある教育に取り組む団体や関係市町村を集めた移住・教育セミナー。個別相談形式で、各団体や市町村がそれぞれの魅力や特色をお伝えします。  
■ 0267-63-3132 (長野県佐久地域振興局企画振興課)

**5月** 招待者限定

**山ノ内町  
観光懇談会**

■ 15:00～17:00  
■ 0269-33-2138 (山ノ内町観光連盟)

**6火** **7水**

6日(火)は商品展示入れ替えのため、ご利用できない場合があります。

**8木** **9金** 予約制

メンバーズ特典  
ポイント2倍デー  
「信州地酒で乾杯の日」  
メンバーズ特典酒類全て3%OFF

招待者限定

**信州魅力発見Cafe  
サイエンス・カフェ  
信州で野生動物に会う!**

■ 18:00～19:30  
■ 2,000円 (軽食&ワイン2杯付き) ■ 20名

長野県環境保全研究所のスタッフが、シカなどの大型野生動物をとりまく状況や調査の苦労話、楽しさ、研究によりわかってきたことなどをお話しします。信州ジビエやワインとともに楽しみましょう。  
■ 026-235-7273 (信州ジビエ研究会)

**10土** 予約制

しあわせ信州健康セミナー  
**信州発・素材&機材でつくる食と健康**

■ 12:30～14:00  
■ 2,000円 ■ 25名

料理研究家・Citronヨーコ先生による松本産の素材を活かしたフレンチコース料理をランチで楽しみいただきます。メインディッシュには、松本製の真空ミキサー「極鮮」で調理するソースを添えたラム肉をご提供。色鮮やかでヘルシーな簡単料理のレシピもご紹介します。  
■ 03-6274-6015 (銀座NAGANO)

**11日** 予約制

地域おこし協力隊  
**合同募集説明会**

■ 14:00～16:30 ■ 25名

先輩隊員による体験談の紹介や募集市町村との個別相談を行います。今回は5市町村程度が参加予定。詳しくは銀座NAGANOのウェブサイトでご案内します。  
■ 026-235-7023 (長野県地域振興課)

**12月** 会合利用のためご利用いただけません。予めご了承ください。

**13火** 研修プログラム参加者限定

**商品力向上研修会**

■ 13:00～17:00  
■ 026-235-7217 (信州6次産業化推進協議会)

**14水** 大人の休日倶楽部会員限定

**信州のワインを楽しむ講座 (Bコース)**

■ 18:00～19:30  
■ 03-6274-6015 (銀座NAGANO)

**15木** **16金**

上伊那  
**Uターン  
交流会 (仮)**

詳細は銀座NAGANOのウェブサイトでご案内します。

**18日** 予約制

メンバーズ特典  
ポイント2倍デー

**信州「粉もん」づくり講座**  
新蕎麦で「茶の子」  
&きのこで「ステーキおやき」

■ 11:00～13:00  
■ 2,500円 ■ 24名

新そばとじゃがいもを使った生地で作るみりん餡を包んだ珍しい「おやき」くるみ茶の子を作ります。えのき茸の株「株取りえのき」を使ったえのきステーキのおやき作りにも挑戦してみよう。  
■ 03-6274-6015 (銀座NAGANO)

**19日** 招待者限定

**銀座NAGANO発!  
スーパー  
プレゼンテーション  
「長和町」**

■ 18:00～19:30  
■ 03-6274-6015 (銀座NAGANO)

**21水** 招待者限定

11月22日より販売開始!  
**「大吟醸甘酒ヌーボー」  
プレスリリース**

■ 11:00～15:00

長野県信濃町で減肥減農薬の特別栽培によって生産した新米(ひとめぼれ)のみを使い、おいしさを追求した「大吟醸甘酒ヌーボー」。11月22日からは銀座NAGANO1階ショップでも販売します!  
■ 026-217-0877 (ベストシーン)

**予約制**

**NAGANO WINEと楽しむ  
秋の信州の味覚**  
北沢正和さんのお料理とともに

■ 17:00～19:00  
■ 10,000円 ■ 10名

初冬の野菜、蕎麦粉、日本ポルチーニなどのキノコ類、鹿肉などジビエ、チーズといった、この時期の信州ならではの食材をふんだんに使った北沢正和さんのお料理に、スペシャルなNAGANO WINEを合わせるプレミアムな晩餐をお楽しみください。  
■ 03-6274-6015 (銀座NAGANO)

**22木** **23金粉** 予約制

「信州たつの」  
**幻のぎたろう軍鶏で  
TKG (卵かけご飯)**

■ [星の部] 13:00～14:30  
■ [夜の部] 17:00～18:30  
■ 3,000円 ■ 各16名

辰野町の隠れた魅力・名産をご紹介しますイベント第3弾。地下水と厳選された飼料で放し飼いに育てられた「ぎたろう軍鶏」のローストや濃厚な旨味のある卵を使った「TKG (卵かけご飯)」を味わってみませんか。辰野町の酒蔵「小野酒造」で造られた日本酒「夜明け前」とご一緒に召し上がれ。  
■ 080-5101-1771 (夢応援団体「のの会」)

**24土**

**「信州味噌を食す!!」  
まつもとmisoマルシェ  
×まつもとmisoさんぽ**

■ 11:00～16:00 (食材がなくなり次第終了)

松本地域の味噌蔵と飲食店舗がコラボし、味噌を使った期間限定オリジナルフードを提供するイベント「まつもとmisoさんぽ」の出展イベント。各蔵の味噌の味比べや信州味噌を使ったオリジナル料理をお楽しみください。信州のお酒もご用意します。  
■ 090-2140-8797 (松本食堂サミット)

**25日** 予約制

**シューカツNAGANO応援隊との交流会**

■ 13:00～16:00 ■ 無料 ■ 50名

長野県内22社の企業・自治体に勤める若手社員で構成された「シューカツNAGANO」のメンバーとの交流会。長野県庁をはじめ10社程度が参加予定です。就活前の悩みや就職先を決めるヒントなどを先輩社員と自由に話しましょう。

■ 026-235-3355 (信濃毎日新聞社開発部内 長野県就活ナビ事務局)

**26日** イベントスペースは定期メンテナンスのためご利用いただけません。

**27火** **花とハーブのまち「池田町」**

**カミツレフェスティバル2018**

■ 11:00～15:00

スキンケアブランド「華密恋 (かみつれん)」プロデュースのマルシェと、健康や自然環境に配慮した日本初のBIO HOTEL 認証として話題の「八寿恵荘 (やすえそう)」のカフェが1日限定でOPEN!ランチ、カフェタイム、ビューティセミナーなど、充実の一時をお楽しみください。(詳細は銀座NAGANOのウェブサイトでご案内します)  
■ 03-3645-9318 (カミツレ研究所)

**28水** 予約制

**快速スローライフのご提案**

■ 15:30～19:30  
(移住相談は19:00まで)

池田町で暮らす魅力をお伝えし、環境に配慮した薪ストーブのご紹介、ハーブやワインなど特産品の販売も行います。移住相談もお気軽どうぞ。  
■ 0261-62-9197 (池田町観光協会)

**29木** **30金**

**銀座NAGANO日本酒講座  
特別編～出品酒と市販酒の違い～**

■ 18:00～19:15  
■ 4,000円 ■ 24名

11月7日に公表される関東国税局酒類鑑評会の審査結果にちなんだ特別企画として、出品酒と市販酒の違いをお伝えします。県内酒米の状況や戦後の清酒流通についての歴史などもご紹介。もちろん清酒4銘柄とおつまみ付きです。  
■ 03-6274-6015 (銀座NAGANO)