

.....\ 今年は速乾素材に! /.....

信州山の日Tシャツ



ウラ

オモテ

サイズ:S / M / L / XL
各5,400円

毎年恒例となった山の日Tシャツ。今年は素材を変えて登場です。汗をかいてもドライな着心地が持続する素材、ウィックロンクールを使用したハーフスリーブジップシャツ。紫外線をカットしながら高い通気性により素早く体をクールダウンしてくれるので、野外でのアクティビティにも最適です。

.....\ 締め切り迫る! 入賞者には豪華賞品! /.....



「癒し・アウトドア」「歴史・文化・食」の2部門のテーマで作品を募集しています。トレッキングやキャンプなどのアウトドアシーン、歴史や文化を感じる街並み、目にも舌にもうれしい信州の食など、信州で触れた魅力を写真に収め、ふるってご応募ください。9月中旬に銀座NAGANOで入賞作品の発表イベントを予定しています。



応募締切: 2019年8月20日(火) 正午まで

賞品: グランプリ/計2名
マウスコンピューター 12型
2in1タブレット「MT-WN1201EN」
準グランプリ/計4名
iiyama 製ディスプレイ「ProLite X2888HS-2」
入選/計12名
長野県名産品詰め合わせ

主催: 株式会社マウスコンピューター
共催: 信州キャンペーン実行委員会

運営サイト
はこちら▶



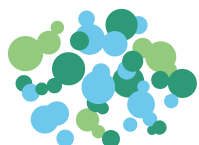
令和2年4月採用の長野県職員(社会人経験者)を募集します。

社会人としての豊富な経験・実績を生かし、
即戦力として活躍いただける方からの応募をお待ちしています。

- 募集職種 行政(一般枠、地域活力創造枠)、社会福祉、心理、機械、農業、水産、総合土木、林業、建築、化学、薬剤師、保健師、管理栄養士
- 募集期間 7月23日(火)～8月19日(月) 17時
- 第1次審査日 9月22日(日) ※お申込みはインターネットのみとなります。
- お問い合わせ先 長野県総務部人事課(026-235-7032)

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。ぜひご利用ください。 時10:00～18:00 問0120-275-980



銀座NAGANO

住所 〒104-0061
東京都中央区銀座5-6-5NOC01・2・4F

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

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

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

※掲載情報は2019年7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。



コラボフェア 8月9日(金)～25日(日)

信州産食材を使った多彩な商品が揃うスーパーマーケット「TSURUYA」のオリジナル商品が銀座NAGANOに3回目の登場です!りんごバターはもちろん、前回好評だったレトルトカレーやドライフルーツなどラインナップは30種類を超えます。数量限定となりますので、お早目にご来店ください。



信州のヒト・コト・モノとあなたををつなぐ。
銀座NAGANO情報マガジン

2019 8月号

2019 8月号

VOL.57

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

信州のヒト・コト・モノとあなたををつなぐ。銀座NAGANO情報マガジン

2019 8月号
令和元年7月15日発行
VOL.57

TAKE FREE

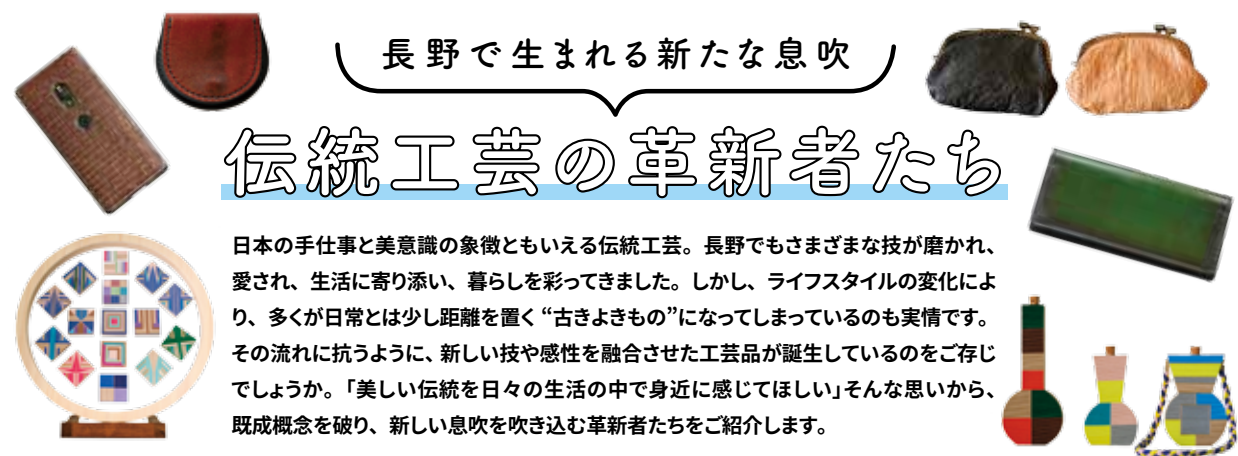


銀座NAGANO
しあわせ信州シェアスペース

長野で生まれる
新たな息吹

SPECIAL FEATURE

革新者たち
伝統工芸の



長野で生まれる新たな息吹

伝統工芸の革新者たち

日本の手仕事と美意識の象徴ともいえる伝統工芸。長野でもさまざまな技が磨かれ、愛され、生活に寄り添い、暮らしを彩ってきました。しかし、ライフスタイルの変化により、多くが日常とは少し距離を置く“古きよきもの”になってしまっているのも実情です。その流れに抗うように、新しい技や感性を融合させた工芸品が誕生しているのをご存じでしょうか。「美しい伝統を日々の生活の中で身近に感じてほしい」そんな思いから、**既成概念を破り、新しい息吹を吹き込む革新者たちをご紹介します。**

芸術のように結われる

飯田水引の未来のカタチ

RITUAL the crafts 仲田慎吾さん（飯田市）

全国シェア約7割を誇る地場産業の飯田水引を使い、ジュエリーや美術作品を手がけるのが仲田慎吾さん。紐という水引ならではの形状と和紙という素材感を生かし、“結ぶ”という従来の手法にとらわれず、絵を描くように水引を使う表現方法が最大の特徴です。多くの人々が、初めて目にする鮮やかな色合いや繊細で斬新なデザインの強烈なインパクトでまず驚き、素材が水引だと知ると再び驚くという2度の驚きを体験するのだとか。

飯田市で生まれ、東京の美大を卒業し、版画や絵画制作を手がけていた仲田さん。2016年に帰郷し、身近で手に入れることができる水引を何気なく並べたとき、新しいものが生まれる可能性を感じたそうです。

「地元が誇る伝統産業の水引で何か新しいものを作ってみたかったです。美術制作の経験からさまざまなものを素材として見ることに慣れていたもので、これまでと違うアプローチができるのではないかと考えていました」

そんな思いが作品誕生のきっかけです。妻の直美さんの「ジュエリーにしたらどうか」というアイデアから商品化を進め、最近は百貨店などからも声がかかり、全国各地に活動の枠を広げています。

「僕のアプローチは伝統工芸とはいえないかもしれませんが、活動や作品を通じて飯田水引の伝統や価値が見直されるきっかけになったらうれしいですね。水引の“結う”という文化も大切にしながら、僕のように個々の感覚によってさまざまな作家がものづくりをすることで、水引という存在自体が盛り上がっていく土壌づくりに少しでも関われたらと思っています」

こう話す仲田さん。美術家ならではの感性を生かしたものづくりで、水引の新たな可能性を切り開いています。



祖母の暮らす家の長屋を改修し、工房にした仲田さん。ラフスケッチなどはせず、自分で切り出した木片の土台に水引を貼りながら、色の組み合わせを何度も試して考えるそう。最近は金属との組み合わせなど、作品の幅も広がっています。7月27日～9月1日は「アンフォルメル中川村美術館」にて個展を開催予定。



RITUAL the crafts <https://www.ritual-dolmen.com/>

銀座NAGANOでも一部商品を取扱います

パッケージ等のデザインを担当する直美さんは、当初、水引の伝統の枠から外れてしまうことを心配したそうですが、水引の意味づけや用途が時代とともに変化してきた歴史を学び、「今のスタイルも変化のひとつなのかも」と感じているのだそう。



木曽漆器の中心的産地の塩尻市木曽平沢にある「未空うるし工芸」。岩原さんは建設会社に就職後、バイク好きも高じて革細工やシルバーアクセサリーの製造販売、金属加工などさまざまなものづくりの仕事を経験。それが、2015年の「jaCHRO leather」の開発などに生かされています。ちなみに「jaCHRO」はjapan（漆）とChromatics（色彩）を組み合わせ命名。最初の商品がパッケージ化したマグネットでした。



「LEXUS NEW TAKUMI PROJECT 2016」では、木曽堆朱という木曽漆器の代表的な技法を施した名刺を制作。薄い素材への漆塗りは難しい上、気温や湿度によって木そのものの反りが生じてしまい、苦労したそうです。なお、同プロジェクトで出会った全国の匠とは、お互いにアドバイスをし合ったりと、いまだにやりとりがあるのだとか。



温度や湿度調整が出来栄えを大きく左右するため、室（もろ）と呼ばれる乾燥室でゆっくりと乾かす漆塗り。「jaCHRO leather」は何度も生漆を塗っては拭くを繰り返す「摺漆（すりうるし）」という技法で約1カ月かけて作られます。その分、色合いに独特の奥行きが生まれ、時間をかけて鮮やかになり、使い込むうちに艶も生まれます。



進化への情熱が拓いた

漆×皮革の未知なる領域

未空うるし工芸 岩原裕右さん（塩尻市）

かつては英語で「japan」と表現されていた漆工芸。そんな日本を代表する伝統工芸のひとつである木曽漆器は、江戸時代に中山道の旅人の土産物として人気を集め、昭和の高度成長期には座卓が家庭や旅館の必需品となりました。現在では、塩尻・木曽地域地場産業振興センターを中心に産地として文化財修復に携わり、上野東照宮や名古屋城本丸御殿復元工事の漆塗りをを行うなど、伝統の技を活用しながら次世代への継承が進められています。

岩原裕右さんは他業界のものづくりの仕事を経て、祖父の代から続く漆塗りの家業に従事ようになった後継者のひとり。しかし、自分にしかできないもの、自分がほしいものを作りたいとの思いから、家業との二足のわらじの形で、2012年に独自の工房「未空うるし工芸」を立ち上げました。

漆は食器や装飾のイメージが強いけれど、日常的に持ち歩けたらもっとニーズが増え、若い人にも興味をもってもらえるのではないかとの思いで立ち上げたのが、オリジナルブランドの「jaCHRO（ジャックロ）」です。日常使いできる独自のアイテム開発が高い評価を得て、2016年には「LEXUS NEW TAKUMI PROJECT 2016」の長野代表に選出。さらに同年の「信州ブランドアワード2016」でも入選を果たしました。

そんな「jaCHRO」の真骨頂が、皮革に漆を塗った「jaCHRO leather」です。漆は時間をかけて硬化するため、通常、皮革のような柔らかいものに塗るとひび割れが生じるのですが、岩原さんは数年間の試行錯誤を重ね、特殊加工により割れの軽減に成功しました。皮革に施された漆が時間を追うごとに深みを増し、唯一無二の存在感を示します。

日本屈指の皮革ブランド「CYPRIS（キプリス）」とのコラボも実現し、今年2月には完全独立して漆職人としての新たなスタートを切った岩原さん。「かつてない漆塗り製品」を追求していく活動が、どんな可能性、どんな商品を作り出すのか、期待がさらに高まります。

未空うるし工芸
長野県塩尻市木曽平沢1905-7 TEL：0264-34-2644
<http://misolashi.com/>

銀座NAGANOでも一部商品を取扱います

古き良き知恵が授けた 内山紙の新しい価値

阿部製紙 阿部拓也さん（飯山市）

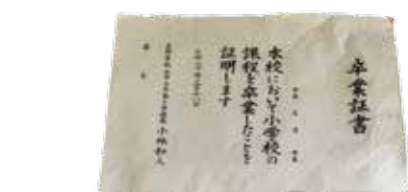
豪雪地帯・飯山市の環境を生かした独特の技法・雪さらしにより、原料である楮（こうぞ）の樹皮を漂白して作られるのが、しなやかで強靱な和紙、内山紙（うちやまがみ）です。20歳から職人の道を歩み始め、33歳だった2010年に内山紙伝統工芸士に認定された「阿部製紙」3代目の阿部拓也さんが影響を受けたのは、祖母の遺品として出てきた内山紙の紙漉（こより）だったそう。「祖母は紙漉でベストやネクタイも作っていましたね。小物やオブジェも含め、いろいろなものを内山紙で作っていたんです」と当時を振り返ります。

改めて内山紙の可能性や多様性を認識した阿部さんは、紙漉で名刺入れなどの小物制作を開始。その活動が評価され、2018年には「LEXUS NEW TAKUMI PROJECT 2018」の長野県代表に選出されました。それを機に完成したのが、紙漉で作ったクラッチバッグです。素材としての紙漉は、飯田の水引工場で限界まで緩く漉ってもらうことで内山紙ならではの柔らかい質感を表現。さらに、大型の機織り機を導入して品質を向上・安定させ、織り方も友人である上田紬の職人からヒントを得るなど、他地域の伝統工芸の技も生かした逸品を生み出しています。

「伸び縮みする紙漉は織るたびに違う課題が見つかるので、すべて納得がいくものはまだ作れていませんが、新しいことに挑戦している時が一番面白いよね」そう語る阿部さんの原動力となっているのは、内山紙の魅力をもっと多くの人に知ってもらいたいという職人としての純粋な思いです。

「本来、私がやるべきことは、クリエイティブな仕事ではなく紙漉きです。制作活動をするのは、いろいろな業界の方やクリエイターに内山紙の可能性を伝えたいから。使ってみたいと思う方を増やしていきたいです」

そんな阿部さんが目下進めているのは、他県の匠とのコラボ商品の開発プロジェクト。近々発表予定だそうで「新しい内山紙の使い道が生まれるだけでうれしい」と目を輝かせます。



阿部製紙
長野県飯山市瑞穂4894 TEL: 0269-65-2594
http://www.uchiyama-gami.jp/



丈夫で長持ちし、変色しにくい性質から上質な障子紙として知られる内山紙の紙漉を経糸にも横糸にも使って織り上げたクラッチバッグ。縫製は力加減で締め具合が調整できる手縫いで仕上げています。色、紙漉の太さや織り方を変えると、また違った雰囲気になります。現在は受注生産のみです。



キーケースなどの小物は、かつて持っていた小さな織り機で昔から制作しており、上の写真のものはいずれも阿部さんの私物。左側のものは使用10年目で、かつて2回洗濯してしまったことから、ある程度の耐久性も判明したとか。「今までで一番うれしかったのが、キーケースをお父さんの定年退職のプレゼント用に買ってくれた方がいたこと」と阿部さん。左の写真は新たに導入した大型の機織り機。



一見、ガーゼのようにも見える楮の樹皮の繊維を細かくして生まれる内山紙。左上の写真は雪でさらす前と後の楮で、雪さらしによってかなり漂白されることがわかります。阿部製紙では約30年前から地元小学校の卒業証書づくりを協働で行っていて、小学生が楮の栽培から紙漉きまで自分たちで行っているのだとか。また、従来は捨てていた楮の木の部分の再利用も考え、柄の部分に木を使った内山紙のハタキやバッグも制作しています。

銀座NAGANOで買える！

夏のおやつにぴったり！ 冷やしておいしいデザート

汗ばむ陽気に、冷たく甘いデザートはいかが？ おやつはもちろん、手土産にも喜ばれる、のど越しさわやかなスイーツをご紹介します。



信州りんご玉

162円

【中高冷菓（中野市）】

40年前に志賀高原で誕生した知人ぞ知る幻のアイス。3年前に原料を長野県産濃縮りんご果汁100%へと変更し、リニューアルしました。



とうもろこしアイス
（ジェラート/ラクトアイス）

各 388円

【アースかいだ（木曽町）】

最高糖度20度以上の開田高原産とうもろこしを100%使用。朝採りとうもろこしの甘みと旨みをそのまま詰め込みました。香料・着色料不使用。



もぎたてぎゅっ杏

378円

【横島物産（千曲市）】

低農薬で丹精込めて育てられたあんずを贅沢に使ったゼリー。さわやかな酸味とつるんとしたのど越しが楽しめます。



純栗水ようかん・
栗水ようかん（小倉） 各 302円



水ようかん
（栗・小豆）
270円

【桜井甘精堂（小布施町）】

純栗あん和本葛を使った純栗水ようかん、良質な小豆の煮豆をちりばめた栗水ようかん（小倉）、こし餡に栗をちりばめた水ようかん（栗・小豆）。



地酒ゼリー 7種

各 378円

【ヌーベル梅林堂（岡谷市）】

信州諏訪の各蔵の銘酒をアルコールや香りが飛ばないよう丁寧に仕上げた大人のゼリー。独特の食感とさわやかなのど越しが自慢です。

銀座NAGANO 1F バルカウンターにて



かき氷
500円

ふわふわ氷と信州産果汁を使用したシロップのハーモニー。千曲市産あんず、ナガノパープル、ヨーグルトの3種類のシロップをご用意。



ソフトクリーム
カップ 400円
コーン 350円

駒ヶ根市のすずらん牛乳を100%使用したソフトクリーム。コーンはデイクアウトのみ。

※18時までのご提供

れとろん（紅茶味）

270円

白こし餡をベースにした紅茶味の創作和風プリン。練乳の風味と白こし餡の新しい味わいです。

栗ぜんざい

394円

北海道産小豆をふくらと炊き上げた白蜜風味のぜんざい。大粒の栗が2粒入っており食べごたえたっぷり。



【開運堂（松本市）】



フルーツゼリー
（ぶどう／りんご）
各 270円

長野県産果実由来の果汁と北アルプスの伏流水で作る自家製ゼリー。さわやかな風味とつるりとした食感が楽しめます。



冷やし白玉

324円

もっちりとした食感の白玉が入った黒蜜風味のゼリー。ぶるんとしたのど越しが良い夏のお菓子です。

夏に向けてさわやかなあんず風味のシードルはいかが

7月に入ってもぐずり気味な天気が続いていますが、夏に向けてすっきりさわやかなりんごの発泡酒「シードル」を味わってみませんか。

今回ご紹介するのは、千曲市に拠点を置き地元産にこだわる株式会社イルフェボーの「アプリコットインシードル」。

ふじりんごをベースに特産のあんずのピューレが加わっていて、りんごの香りとあんずのさわやかな酸味が口の中で広がる、暑い日に昼から飲みたくなるシードルに仕上がっています。サイズはフルボトル（750ml・2,376円）とハーフサイズ（375ml・1,296円）の2種類が選べます。

このシードルに合わせるのにおすすめの、利休堂（長野市）の杏ジャム（864円）。無添加であんずと砂糖のみで作られるこのジャムはお料理のソースにもぴったり。甘酸っぱさがアクセントになって、格段に食事との相性が良くなりますよ！

avec du
NAGANO
WINE



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。 開時間 開料金 定員 開お問い合わせ先

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 メンバー特典 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
2金

3土 予約制

『家族のはなし』
映画DVD&舞台上演記念
長野の魅力語ります！
スペシャルトークイベント

開 14:00～14:45 開 無料 開 40名

長野県出身の芸人・鉄拳さんが発表したバラバラ漫画『家族のはなし』の映画DVD発売&舞台上演を記念して、鉄拳さん、舞台出演の木戸邑弥さん、西村菜那子(NGT48)さんが作品の見どころを語ります！

開 03-3234-5292 (株式会社パップ)



家族のはなし



4日 予約制

信州「粉もん」づくり講座
信州の伝統野菜「小森なす」

開 11:00～13:00

開 2,500円 開 24名

夏のおやきには欠かせない信州の丸なす。今回は皮が薄くデリケートで火の通りが早く、口の中でとろける「小森なす」にスポットをあてた“小森なす尽くし”のメニューを作ってみましょう。1階のショップでも、8月3日(土)・4日(日)に「小森なす」を販売する予定です。

開 03-6274-6015 (銀座NAGANO)



5月

予約制 2021年卒業見込みの方

2021新卒向け！
食品業界を知る
インターンシップ

開 11:00～14:00

開 無料 開 20名

地元の食材を使ったお弁当やお惣菜の開発を得意とする、デリリーはやしやのインターンシップ。グループワークを通して商品の企画開発の模擬体験や、食品業界のさまざまなことを学べます。

開 0263-48-1611 (株式会社デリリーはやしや)



6火 予約制

しあわせ信州
朝クラス
2019
夏期コース
Vol.3松本編

開 7:20～8:20 (開場7:00)

開 2,500円 開 26名

ホテルブエナビスタ料理長監修の信州和定食と、JA松本ハイランドのスイカを使ったフルーツポンチ作り体験を楽しみましょう。

開 026-235-7249 (長野県営業局)



7水 予約制

銀座NAGANO日本酒講座2019
地域編 その参 ～木曾地域～

開 18:00～19:15 開 4,000円 定 28名

地域編の第3回目は「木曾地域」をピックアップ。水田がほとんどないにもかかわらず、酒蔵が点在している理由や水の特徴など、木曾という地域でどうやってお酒が育まれてきたか、一緒に紐解きましょう。今回の講座は、長野の新鮮な野菜を使用した料理をお届けします。

開 03-6274-6015 (銀座NAGANO)



〈協賛〉
信州

8木

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

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「信州の伝統野菜」

開 12:00～13:30 開 3,500円 開 20名

今回のテーマは「信州の伝統野菜」。プロジェクトの講師を務める料理マスターの北沢正和さんが、「佐久古太きゅうり」や「八町きゅうり」、「ていざなす」などの信州の伝統野菜と「信州黄金シャモ」を使った創作料理を提供し、野菜ソムリエのKAORUさんが食材の魅力をお伝えします。

開 026-235-7249 (長野県営業局)



9金

予約制

旬野菜の手仕事
信州の台所のひみつ

開 12:00～13:30

開 有料 (お問い合わせください) 開 24名

旬の野菜をたくさん食べなくなる、すっきりおいしいオリジナルドレッシングの作り方や、作り置きできて便利な干し野菜のこと、粕漬の作り方など、料理研究家の横山タカ子さんが野菜料理の幅をぐんと広げる多彩なレシピをご紹介します。

開 03-3475-1151 (NHK文化センター青山教室)



10土

11日 予約制

NAGANO
CRAFT BEER DAYS
2019

開 【第1部】13:30～15:00

【第2部】16:30～18:00

開 飲み放題5,500円

開 飲み比べセット(5杯)3,000円

※おつまみプレート付

開 各30名

開 026-235-7249 (長野県営業局)



昨年好評を博した、長野県内のクラフトビールを一堂に集めた飲み比べイベントを今年も開催。この1年間に新規オープンした、地元密着型ブルワリーのクラフトビールなど、普段都内ではなかなか味わうことのできない銘柄を取り揃え、飲み比べセットではお好きな種類5杯が選べます。

12月祝

13火

14水

15木

16金

17土

18日

19月

20火

21水

22木

23金

24土

25日

26月

27火

28水

29木

30金

31土

1日

2日

3日

4日

5日

6日

7日

8日

9日

10日

11日

12日

13日

14日

15日

16日

17日

18日

19日

20日

21日

22日

23日

24日

25日

26日

27日

28日

29日

30日

31日

17土 予約優先

NAGANOブランド手習い塾
「夏休み自由研究」特別Ver.

親子で学ぼう!自分だけの「サイン」作り

開 11:00-12:30 開 1,500円

定 12名 (対象:小学校4年生以上大学院在学中まで)

あなたを表現する世界に1つだけのサインをデザインしてみませんか。サインは1名につき1つとし、親子でご参加の場合は、親子で1つの作品を作ります。(小学生のご参加は保護者同伴でお願いします。中学生以上の方は生徒手帳・学生証の提示をお願いします。)詳しくは銀座NAGANOのウェブサイトをご覧ください。

開 03-6274-6015 (銀座NAGANO)

予約優先

NAGANOブランド
手習い塾

開 14:00-15:30 開 3,000円

定 12名 (対象:18歳以上)

あなたの「サイン」があったら?絵手紙やSNS、料理のお品書きに遊印や花押のように使える、ちょっと凛々しく優雅にあなたを表現するサインをデザインしてみませんか。

開 03-6274-6015 (銀座NAGANO)



講師:
OZ・尾頭・山口佳祐
(画家 絵師)

18日

予約制

メンバー特典 ポイント2倍デー

しあわせ信州健康セミナー×あだむさんち
夏でも元気!
誰でも簡単 ソルガム料理

開 12:00～13:30 開 2,000円 開 20名

ギャバやポリフェノールを多く含む栄養満点の「ソルガム」の簡単料理を実演します。短時間でできるソルガム料理は、働く女性にもおすすめです。お腹にしっかり、元気たっぷりのソルガムバークをお楽しみください。

開 03-6274-6015 (銀座NAGANO)



19月

予約制

横山タカ子さんの
信州の長寿ごはん
～南信州まつかわ“ふるさとの味”～

【昼の膳】開 12:00～13:00 開 2,500円

【夜の膳】開 18:00～19:15 開 4,000円(日本酒3種付き)

開 各26名

郷土料理研究家の横山タカ子さんが農産物加工組合「味の里まつかわ」の皆さんとともに作る、松川町の地元野菜をふんだんに使った一汁三菜の長寿ごはんをお楽しみください。

開 03-6274-6015 (銀座NAGANO)



20火

予約制

夢料の料理教室「千乃壺」が教える
日々のごちそう

開 11:30～14:30

開 有料 (お問い合わせください) 開 24名

夢料高原の人気料理教室「千乃壺」の出張レッスン。体に無理なく食べられる日々のおかずから、ちょっと特別な日の一品まで、毎日の食卓を楽しく豊かにしてくれるレシピをご紹介します。月ごとの旬の食材を使い、和食・洋食・中華の料理とデザートを作ります。

開 03-3475-1151 (NHK文化センター青山教室)



講師:管理栄養士
cooking studio 千乃壺
滝澤ちか子

招待者限定
銀座NAGANO発!
スーパー
プレゼンテーション
「小諸市」
開 18:00～19:30
開 03-6274-6015
(銀座NAGANO)

21水

予約制

特別「ワイン講座 “竜眼” を極める!

開 18:00～19:30

開 3,500円 開 28名

長野県の土着品種「竜眼(龍眼)」にスポットをあて、県内の全アイテムをラインナップ。この機会に「竜眼」の魅力を感じ、「竜眼」を極めましょう。料理は相性の良い和食プレートをご用意します。

開 03-6274-6015

(銀座NAGANO)



〈協賛〉
信州

22木

23金

24土

見学可

八ヶ岳高原・原村
緑と光あふれる高原“オーベルジュ”

開 11:00～17:30 開 無料

八ヶ岳の西麓・原村にある八ヶ岳中央農業実践大学校が育てた新鮮で肉厚なセロリ等の野菜の販売や、若手農業者が原村での農業の魅力をご紹介します。

開 0266-79-7931

(原村農林課)



25日

一部予約制

白馬高校国際観光科
説明・相談会

開 13:00～15:00

全国募集をしている白馬高校国際観光科の特色をプレゼンテーションでご紹介します。参加者との個別相談会も実施します。

開 0261-72-2034

(長野県白馬高等学校)

26月

大人の休日倶楽部
会員限定

伝統の美を学ぶ
飯田水引の世界
講座(Bコース)

開 14:00～16:00

開 03-6274-6015

(銀座NAGANO)



27火

大人の休日倶楽部
会員限定

信州の旬が勢揃い!
GINZA de マルシェ

開 13:00～16:00

旬のこだわり野菜や果物をお届けする大好評のマルシェ。生産者がこだわりやおいしさの秘密を直接お伝えします。

開 03-6274-6015

(銀座NAGANO)



予約制

銀座NAGANO日本酒講座2019
地域編 その四 ～伊那地域～

開 18:00～19:15 開 4,000円 開 28名

地域編の第4回目は「伊那地域」をピックアップ。切り立った3,000m級の山々と谷が特徴の伊那地域にも酒蔵は点在します。木曾地域とはまた違う地質や風習文化から伊那地域の特徴を紐解いていきます。木曾よりも伊那の方が酒蔵が多い理由もはっきりするかも?! 今回もおいしいお料理とお酒付きです。

開 03-6274-6015 (銀座NAGANO)



〈協賛〉
信州

29木

予約制 2021年卒業見込みの方

エムケー精工株式会社
インターンシップ
～新製品開発コース～

開 11:00～16:00 開 無料 開 12名

千曲市に本社を置くエムケー精工のインターンシップ。オート機器、情報機器、生活機器の3分野における完成品メーカーならではの製品開発を体験できます。

開 026-272-0601 (エムケー精工株式会社)



30金

予約制

いいやまの“おごっつお”食べる会
雪室熟成そば&特産品

開 12:00～14:00

開 2,500円 開 20名

豪雪地帯・飯山市の雪室で熟成した地元産「玄そば」を石臼挽きし、手打ちをした「雪室熟成そば」の試食会。長野県の伝統野菜「常盤ごぼう」の健康ごぼう茶と、タカノフルーツバーのブルー・ツクチュリエ指導によるパフェ作り体験もお楽しみください。

開 0269-62-3111 (飯山そば振興研究会)



予約制

塩尻生まれの名物料理
×NAC認定ワイン

開 17:30～19:00

開 2,500円 開 24名

山賊焼や緑大豆「あやみどり」など塩尻生まれの名物料理を、今年新たに長野県産地呼称管理制度(NAC)