

この冬どこ行く？ ウェルカム信州アクティビティ割！

県内対象スキー場のリフト1日券や販売サイト掲載の体験・アクティビティチケットを割引価格でご購入いただけます。

期間 2022年12月15日(木)～
2023年 3月13日(月)

年末年始(2022年12月29日(木)～2023年1月9日(月・祝))は利用日から除く

割引率 割引上限1人5,000円/回・平日限定
最大25%OFF

2日以上又は
ご家族での利用で
さらにお得に！

土日祝日 利用OK

滞在割

リフト2日券、3日券購入で
最大50%OFF
割引上限1人10,000円/枚

ファミリー割

- 小中学生のリフト1日券 **最大50%OFF**
- ご家族も割引！
県内在住者 **最大50%OFF**
県外在住者 **最大25%OFF**

詳しい情報はこちら



冬の信州 ときめき観光キャンペーン

ウィンタースポーツをはじめ、大自然が織りなす絶景スポットなど冬の信州は魅力がたくさん！
長野県公式観光サイト「Go NAGANO」では、冬の信州の新たな楽しみ方や旅をお得に楽しめる情報などを紹介しています。

詳しくは
長野県公式観光サイト
Go NAGANOをチェック！



食と学びで子どもに笑顔を！ 信州子どもカフェ応援プロジェクト

食事や学びの機会が十分に得られない子どもを
支援する「信州子どもカフェ」の活動を応援するク
ラウドファンディング型の寄付を募集中。皆様か
らのあたたかいご支援をよろしく願います。



期間 2023年1月31日(火)まで **目標金額** 200万円

使い道 「信州子どもカフェ」※(11月末時点171か所)の運営支援

※食事提供や学習支援などの複数の取組を月1回以上、無料又は
低額で提供している子どもの居場所のことで、一般的には「子ども
食堂」と呼ばれています。



合同企業説明・移住相談会 「ナガノのトビラ」を開催します

長野県へのU・Iターンを検討している社会人向けの合同企業説明・
移住相談会を東京で初めて開催。出展企業などの詳細は、12月下旬
に特設ウェブサイトにてお知らせします。県内企業や自治体が一堂に
会し、長野県で働く・暮らすをワンストップで相談できるこの機会をお
見逃しなく！

日時 2023年1月29日(日)

13時30分から16時まで(予定)

会場 御茶ノ水ソラシティ カンファレンスセンター2階
(東京都千代田区神田駿河台4-6)



※12月下旬にHP更新予定



「信州ジビエ」を
食べに行こう！
特設サイト

【執筆者】信州ジビエ普及推進員
常見 保芳

「信州ジビエを食べに行こう！」

また、特設ブログで県内の「信州ジビエが食べられるお
店」を紹介しており、フレンチ、イタリアン、和食等、各シャ
ンルのお店が計130店ほど(令和4年12月1日現在)
掲載されています。ぜひ、お好みのお店を見つけて、長野県
へ「信州ジビエを食べに行こう！」

ジビエ、特にシカ肉は牛や豚に比べて高タンパク質・低
カロリーかつ、ビタミンや鉄・亜鉛などのミネラルが豊富
で美容やダイエットにもうれしい食材です。豊かな水と栄
養豊富な野草を食み、美しい自然の中で育まれた山の恵
みが「信州ジビエ」。長野県では、衛生管理ガイドライン等
に沿ったシカ肉の処理・加工・販売を行う施設を認める
「信州産シカ肉認証制度」を実施するなど、安心・安全な
シカ肉を提供しています。

りしてしました。

狩猟ができる期間をご存知ですか？一年中できるわけ
ではなく、11月15日～翌年2月15日(北海道は10月1日
～翌年1月31日)と決められています。狩猟が解禁される
今の時期はまさにジビエの季節です。

信州では昔からジビエとの関わりが深く、「鹿食免」(肉
食をしてもいいですよ、という免許のようなもの)を販
売したが発行したとされていた肉食が認められた
りしてしました。



長野県のヒト・コト・モノと
あなたを“つなぐ”情報マガジン

vol. 91
2023.1
令和4年12月15日発行

TAKE
FREE



信州の肉を喰らう！

第2弾



その1ー “ひつじの町”が守る
羊肉文化の伝統と情熱

その2ー 焼肉日本一！南信州で楽しむ
羊肉や内臓食の魅力



長野県のヒト・コト・モノと
あなたを“つなぐ”情報マガジン

コト・モノ・ヒト
2023.1

VOL. 91

令和4年12月15日発行

しあわせ 信州

TAKE FREE

発行：長野県



1



2



1



2



3



4

- 1 冷涼で乾燥した気候に加え、かつて盛んだった養蚕の残りがすど豆穀などが飼料となったことで羊の飼育が盛んになった信州新町。昭和20年代には4,000頭もの羊が飼われていたとされる。「さざり荘」は昭和48(1973)年に町営として創業し、現在、着実にサフォークの飼育頭数を増やしている。
- 2 「さざり荘」で提供している輸入羊肉のジンギスカンと地元産サフォークの盛り合わせ。ジンギスカンの味付けは、醤油ベースにニンニクやショウガ、すりおろしりんごなど玉ねぎなど14種類を調合し、羊肉そのものをしっかり味わえるよう工夫している。
- 3 「羊肉はしっかりと焼いたほうが余分な脂が適度に落ちるのでおすすめ」と小山さん。サフォークは岩塩でシンプルに味わう。
- 4 地域の道の駅「信州新町」にジンギスカン販売コーナーが特設されているのも「ひつじの町」ならでは。

信州不動温泉さざり荘
長野市信州新町日原西300-1
☎026-264-2103



- 1 国産牛の最高等級であるA5ランクに認定された南信州牛の頭買いにこだわり、希少な部位も豊富に揃う「ふえ門」。一番人気は「ミックスホルモン」と「上カルビ」。市内で南信州牛を食べられる貴重な店として県外からの客も多い。
- 2 馬刺や鯉甘煮、蜂の子など、飯田・下伊那の郷土料理や珍味が定食で味わえる満津田食堂の「伊那香(いなか)定食」。新鮮な赤色が美しい馬刺は鮮度にこだわり、信頼のおける取引先から仕入れている。
- 3 「おたぐり」は馬の腸をじっくり煮込んだモツ煮。腸を洗う際にたぐり寄せたことが料理名の由来で、独特の風味があるので好き嫌いが分かれるが、地元では酒のつまみとして好んで食べる人が多いそう。
- 4 飯田焼肉の新拠点として2022年11月29日にオープンした「信州飯田焼肉研究所」。焼肉店の情報発信や加工品などの販売のほか、「世界一長い鉄板」も展示されている。

飯田市広報ブランド推進課
飯田市大久保町2534
☎0265-22-4511



3



4

“ひつじの町” を守る 羊肉文化の伝統と情熱

長野市信州新町 信州不動温泉さざり荘 所長
小山 宙軌さん



海の無いぶん多様な食肉文化が育まれてきた長野県。中でも密かに知られるのが羊肉食です。戦前、軍需目的でめん羊飼養が国策として奨励され、県内でも盛んに飼育が行われました。ここから根付いたのが羊肉(マトン)を食べる文化です。しかし現在、国内流通している羊肉の99%以上は輸入肉。国産羊肉が希少になった今でも地域をあげて羊を育てているのが、「ひつじの町」で知られる長野市信州新町です。

この地で羊毛を取るための羊の飼育が始まったのは昭和初期。昭和10年代に料理講習会でタレに漬け込んだ味付けジンギスカンのおいしさが認知され、昭和20年代には観光協会がジンギスカンで来客をもてなしたことで、信州新町の羊肉の評判が拡大しました。ところが、昭和30年頃からは化学繊維の台頭で畜産家が激減。昭和40～50年代には交通の便が良くなり、人々の往来の増加とともにジンギスカン料理店が増えたにも関わらず、町にはほぼ羊がいなくなってしまったのです。

地元産の羊肉をなんとか再興しようと、昭和57(1982)年

に導入されたのが、食肉用のサフォーク種でした。この地元産サフォーク肉が食べられる唯一の食事処として、食通にも親しまれるのが、保養施設「信州不動温泉さざり荘」です。

こだわりは、ラム(子羊)とマトン(2歳以上)の間である1～2歳の「ホゲット」のサフォークを提供すること。「牛とも豚とも違う羊肉の旨みや癖のなさ、柔らかさ、脂の甘みといった魅力を一番伝えられるのがホゲットです」と、所長の小山宙軌さんは話します。

さらに昨今は、生産者の高齢化とコロナ禍でサフォークの飼育頭数が減少。そこで小山さんは一念発起し、2021年から旧町営牧場を活用して約160頭のサフォークの飼育も始めました。特徴は与える飼料です。

「羊」というと放牧のイメージがあるかもしれませんが、うちでは和牛のように畜舎で管理し、乾燥牧草や穀物、ビール糟やおから、りんご等を与えて育てます。青草由来のえぐみや臭さが全くなく、肉が本当にうまいんです」と小山さん。

食肉用の改良品種であるサフォークは出産や育児を不得手とするなど飼育の難しさもありますが、「羊は町の文化ですし、肉のうまさは一級品。地域の強みを生かした食材として、これからも残していきたい」と語る姿からは、この地で生まれ育ち、伝統を守る者としての矜持と熱意が伝わってきます。

焼肉日本一! 南信州で楽しむ 羊肉や内臓食の魅力

飯田市広報ブランド推進課
市瀬 智章さん
飯田市農業課
平沢 真一さん



南信州も古くからめん羊飼育による羊肉文化が根付く土地。特に飯田市は人口1万人当たりの焼肉店数が全国一で「日本一の焼肉の街」として知られ、ほぼどの店にもマトンが並びます。「この地域は、高い評価を受ける南信州牛や銘柄豚など畜産が盛んなほか、昔からのめん羊やジビエなど多様な食肉文化が特徴です」と話すのは、飯田市農業課の平沢真一さん。

また、ホルモンも飯田市の焼肉の特徴で、かつてと畜場があって新鮮な内臓が入手しやすかったこともあり、「黒モツ」など他地域では見られない内臓部位や、ホルモンを茹でた「茹でホル(茹でおた)」等の独自のメニューが焼肉店に名を連ねます。

数ある市内の焼肉店の中でも、南信州牛とともにマトンや「黒モツ」など昔ながらの飯田焼肉の両方が味わえるのが「ふえ門」です。飯田市では「各家庭に秘伝のタレがある」と言われるほどタレにもこだわりがありますが、「当店は内臓系に

合う辛口と南信州のフルーツを使った甘口の2種類を用意しているのも特徴です」と代表の佐々木博さんは話します。

こうした独自の焼肉文化を地域一体で発信しようと、2020年に飯田下伊那食肉組合(現南信州食肉組合)とマルマン株式会社が日本記念日協会に申請し、11月29日を「飯田焼肉の日」に制定。2021年には市民有志の飯田焼肉世界記録挑戦実行委員会が挑戦した11m29cmの「最も長い鉄板」が世界記録に認定され、2022年には株式会社信州セキュアフーズが「信州飯田焼肉研究所」を設立しました。「市民・事業者の皆さんと協力して“焼肉の街”をPRしていきたい」と飯田市広報ブランド推進課の市瀬智章さんも意気込みます。

加えて、農耕馬の産地でもあったため、おたぐり(馬の内臓)が食べられるのも南信州ならではの。明治20(1887)年創業の料理店「満津田食堂」では、味噌煮の「おたぐり」や馬刺などの郷土料理を提供しています。当初は鯉料理専門店でしたが、地元の需要に応え、この土地ならではの料理を提供するようになりました。「時代に応じてメニューを変えながらも、地元食材を大切に郷土の味を守ってきました。南信州は食材が豊富。料理人としてやりがいがあります」と5代目の松田道彦さん。歴史の中で育まれた多様な食肉文化が、地域の魅力となって広がっています。