



感動的な食体験を求めて
信州を訪れる人を増やしたい。

「古くて新しい信州の郷土料理をつくる」を
コンセプトに、県内4箇所で開催します。



信州感動 健康料理 アカデミー

各回受講料 1,500円(税込) 各回定員 40名

主催 / 長野県

第1回 9月18日(水) 14:00~16:30 【会場】ハナレ軽井沢(軽井沢町)

ジャンルを超えて「感動」と「健康」へアプローチ

- ゲストスピーカー：小林愛美氏(株式会社プリオウエディングスG&N 執行役員 総料理長)
- アカデミー講師：北沢正和氏、横山タカ子氏

第2回 10月23日(水) 14:00~16:30 【会場】ワークラボ八ヶ岳(茅野市)

地域リレーションの構築と地元食材活用のヒント

- ゲストスピーカー：上原聡氏(ホテルハイジレストラン「クララ」シェフ)、
中村恭子氏(地産地消料理研究家・健康管理士・食育アドバイザー)
- アカデミー講師：湯本忠仁氏、北沢正和氏

第3回 11月13日(水) 14:00~16:30 【会場】UDC信州1F店舗スペース(長野市)

「発酵・長寿県」ならではの「発酵食」と
「調味料」への向き合い方

- ゲストスピーカー：君島登茂樹氏(合同会社U.I.international代表)
- アカデミー講師：横山タカ子氏、湯本忠仁氏

第4回 11月27日(水) 14:00~16:30 【会場】調整中(松本市)

「伝統×モダン」感動を生み出す新たなstyle

- ゲスト講師：田邊真宏氏(明神館統括料理長、ヒカリヤ総料理長、
信州松本ヒカリヤ(東京)料理長)
- アカデミー講師：横山タカ子氏

お申し込みはHPから

<https://shinshu-gohan.com/>



信州感動健康料理アカデミー

コンセプト 古くて新しい信州の郷土料理のスタイルをつくる

5つのルール

1. 信州の「食」のストーリーを伝えること
2. 定番の提供方法を工夫しながら「一汁三菜」とすること
3. 季節感・旬を取り入れ、身も心も喜ぶ料理となるよう意識すること
4. 素材の良さを活かす天然由来の調味料を使うこと
5. 器や酒、お茶などの取り合わせにもこだわる

信州感動健康料理アカデミー講師



北沢 正和氏
「職人館」館主

●株式会社しなの文化研究所代表
●第7回農林水産省料理人顕彰制度「料理マスタース」シルバー受賞●佐久市在住



横山タカ子氏
郷土料理研究家

●2009年知事表彰(産業功労賞)受賞●長年テレビ、ラジオにレギュラー出演●身近な素材と郷土食を大切にしたおしゃれな料理が定評●著書多数●長野市在住



湯本 忠仁氏
日本料理「ゆ庵」代表

●長野県調理師会会長●黄綬褒章受章(平成25年)●長野県知事表彰(平成22年)●(一社)全国日本調理技能士連合会副会長●長野市在住

第1回

軽井沢

ジャンルを超えて「感動」と「健康」へアプローチ

ローカルガストロノミーは、和・洋・中という既存の料理のカテゴリーをクロスオーバーして、国内各地で大きなトレンドに育ってきています。常に新しい食文化を発信し続ける軽井沢で、舌の肥えたゲストたちに腕をふるう「ヴィラ・デ・マリアージュ 軽井沢」の総料理長 小林愛美氏を講師に迎え、古くて新しい信州の食のstyleのエッセンスを学びます。



ゲストスピーカー 小林 愛美氏

株式会社プリオウエディングスG&N
執行役員 総料理長

1984年群馬県桐生市生まれ。桐生市立商業高校卒業後、2003年、今の職場に入社。社内の様々な研修による、都内レストラン、アルルでの修行と共に、群馬県と長野県を拠点に、5カ所の店舗勤務を経て現在に至る。現在は、群馬県と長野県のローカルガストロノミーとウェディングの融合を目指し、サステナブルな「食」について取り組む。

第2回

茅野

地域リレーションの構築と地元食材活用のヒント

健康長寿県信州を訪れる観光客の皆さんにとって、地域に根付いた食事は楽しみの一つ。地元食材を知り尽くすゲストお二人から、地産地消メニュー作りのヒントや食材選択のポイントなどを学びます。また、アカデミー講師や参加者のみなさんとともに、地元食材活用の課題について議論を深めます。



ゲストスピーカー 上原 聡氏

ホテルハイジレストラン「クララ」シェフ

1969年茅野市出身。軽井沢 万平ホテルで料理人のキャリアをスタートし、その後現職。地元の食材を積極的に使った体に優しいフレンチを提供している。



ゲストスピーカー 中村 恭子氏

地産地消料理研究家・健康管理士・食育アドバイザー

2015年信州の魅力を県外に発信する一般社団法人蓼科塾代表理事。地域に根ざした食が健康につながるという信念を持ち、食と健康と地産地消を結び付けた様々な取り組みを展開。

第3回

長野

「発酵・長寿県」ならではの「発酵食」と「調味料」への向き合い方

2018年11月、「発酵食品」で「健康長寿」を目指す「発酵・長寿県」を宣言した長野県。「信州発酵文化を世界に」を合言葉に、県内でレストランを展開するU.I.internationalの君島代表とともに、「発酵食」を提供することでバリューを高める事業のポイント、「泊食分離」への対応を含めた今後の事業展開の可能性を考えます。



ゲストスピーカー 君島 登茂樹氏

合同会社U.I.international代表

経営者。2010年東洋大学経営学部卒業後、アパレル小売事業を立ち上げる。2014年農産物販売事業と飲食事業を混合した飲食店を長野市権堂商店街にオープン。翌年同商店街で古民家をリノベーションした飲食店「GOFUKU」をオープン。2016年に信州の発酵文化と地元食材などをコンセプトとしたビア・バー・レストラン「HAKKO」続いてカフェ「CHAMISE」を山ノ内町にオープン。農業生産者とのリレーション構築に関心が「食」と「農」を切り口に事業に取り組んでいる。

第4回

松本

「伝統×モダン」感動を生み出す新たなstyle

信州の伝統的な食材が、才能あふれる料理人たちの新しい試みで次々と感動を生み出すレストラン「ヒカリヤ」など「扉グループ」を率いる、総料理長 田邊真宏氏。「ルレ・エ・シャトー」に認められた、極上の時間と料理を提供する田邊氏が、伝統とモダンを融合させ、感動を生み出す新たなstyleと調理に関する様々なヒントを示唆してくれます。



ゲスト講師 田邊 真宏氏

明神館統括料理長、ヒカリヤ総料理長、
信州松本ヒカリヤ(東京)料理長

栃木県出身。宇都宮のレストランオトワの音羽和紀氏に師事。フランス・イタリアでの修業を経て帰国後、那須「二期倶楽部」の料理長に最年少で就任。その後現職に。2014年フレンチレストラン「ヒカリヤニシ」がルレ・エ・シャトー加盟。2017年「信州の名工」受賞。