



野口廣子さん 木曾郡木曾町



菅沼栄美子さん 下伊那郡豊丘村

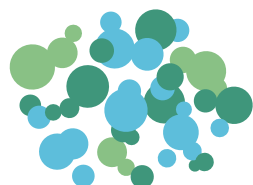


藤森たか子さん 上田市丸子



一志千春さん 松本市奈川

信州里山の味 夜なべ塾 in 銀座



銀座NAGANO
しあわせ信州シェアスペース

長野県の農村の「おいしさ」を銀座で学んでみませんか？

漬け物やおやき、そばにコンポート「売っているものじゃなくて、自分で作って食べたい」と思っている方、是非お越し下さい。

第1回 11月17日(月)

すんき漬け・赤カブ漬教室



第2回 12月16日(火)

リンゴのジャム・コンポート
アップルパイ作り教室



第3回 1月15日(木)

信州名物おやき作り教室



第4回 2月17日(火)

地粉で手打ちとうじそば教室



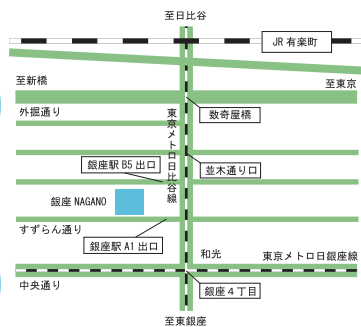
時間 午後5時30分～7時30分
場所 銀座NAGANO しあわせ信州シェアスペース
開塾日 11月17日 / 12月16日 / 1月15日 / 2月17日
定員 30名 / 各回
参加費 1,000円 / 1回 (材料費・資料代として)

開塾の日には、環境にやさしい農産物を販売します。(午後4時～)

環境とからだに優しい減化学合成農薬・減化学肥料栽培の素材を使用。
講師は信州の現役農家や直売・加工の女性リーダーです。

参加費
1,000円
(各回)

定員
30名



東京メトロ銀座駅
A1出口から徒歩1分
〒104-0061
東京都中央区銀座5-6-5 NOCO 2F

主催 信州環境にやさしい農業実践直売所育成プロジェクト
(長野県農政部 × 産直新聞社)

詳しい内容は
裏面へ →

信州の直売所・加工所は水と緑と里山の笑顔を守る農業を進めています

— キーワードは、生産者 GAP、エコファーマー、環境にやさしい農産物認証、JAS 有機 —



信州の食と暮らしはあたたかい

信州の緑深い山里には、元気なおじいちゃん・おばあちゃんが、若い人たちも協力して、丹精込めて栽培したおいしい農産物があります。そして、それを使って、さらにひと手間かけて作った昔ながらの味わい深い加工品があります。もちろん、材料の野菜作りでは、化学農薬や化学肥料の使用を極力控え、集落のみんなが直売所に集まって協力して仕事をしています。

そんな農と食の営みが、日本一長寿で、笑顔の絶えない山村の集落を守り、水源地の水と緑を守ってきたのです。

信州の農と食の暮らしを銀座で学び、体験してみませんか？ そんな教室が「銀座NAGANO」で始まります。

日程	塾名	講師	内容
11月17日(月) 午後5時30分より	木曾名物 無塩発酵「すんき漬け」、 「赤カブ漬け」を学んで食べる	ふるさと体験館きそふくしま 代表 野口廣子さん	日本で唯一の無塩・乳酸菌発酵漬物「木曾すんき漬け」と、同じカブで作る「赤カブ漬け」を、毎年多くの人に漬け込み体験を指導している野口さんに教わります。使用する赤カブは、環境保全型農業を目指す「エコファーマー」が栽培した、信州木曾地域に伝来の「木曾の赤カブ」です。
12月16日(火) 午後5時30分より	南信州豊丘村産の リンゴを使った「ジャム」 「コンポート」「アップルパイ」	NPO法人「かあちゃんの店」 代表 菅沼美栄子さん	南信州豊丘村は信州の中でも屈指のリンゴ産地の一つ。その地で「エコファーマー」が育てたリンゴを使用して、ジャム、コンポート、アップルパイを作ります。「かあちゃんの店」は、地元で人気を集める手作り加工の店。農家のおおちゃんたちが、忙しい中がんばって加工に励んでいます。
1月15日(木) 午後5時30分より	「安全宣言」の 直売野菜を使った 信州名物「おやき」	加工グループ「えだまめの会」 代表 藤森たか子さん	「おやき」は全国に知られた信州名物。その「おやき」の作り方を、物心つく頃から自分で作り、食べてきた農家おばちゃんから学びます。おいしい味とともに農家の知恵がいっぱい詰まっています。材料は、NHKの大河ドラマ「真田丸」で注目を集め始めた信州上田地域産。「安全宣言」直売所あさつゆの野菜です。
2月17日(火) 午後5時30分より	減化学合成農薬・減化学肥料 の地粉を使用した 「とうじそば」に挑戦	一財 松本市奈川振興公社 事務局長 一志千春さん	全国に名高い「信州そば」の中でも、「知る人ぞ知る」のが「とうじそば」。手打ちそばを、「とうじ」と呼ばれる小さなこごに入れて、野菜たっぷりの熱々の鍋の汁にくぐらせて食べる寒い信州ならではのおそばです。今回は、野麦峠の近く、松本市奈川地区の地域おこしを進める一志さんに教わります。

※毎回午後5時30分より7時ごろまで、勉強会と実習。その後7時30分をめに、講師を囲む試食会を予定しています。

※各回、原材料と資料代金として1,000円をお支払いいただけます。

※各回の定員は30人。施設の関係で、そのうちの何人かに代表して調理・加工体験をしていただくことになります。

※勉強会と実習は「銀座NAGANO」2階にて。2階ならびに1階で、原材料や関連する「環境にやさしい農業」の特選農産物・加工品も販売します

お申込方法について

以下の内容を記入して、E-mail・電話でお申込み頂くか、銀座NAGANOホームページの申込みフォームからお申込みください。

- ①お名前
- ②電話番号
- ③E-mailアドレス
- ④電話番号
- ⑤住所
- ⑥参加希望の体験

お申込・お問合せ

株式会社産直新聞社

銀座NAGANO