

「移住したい都道府県」 ランキングで長野県が 13年連続第1位！

※宝島社発行『田舎暮らしの本』
(2019年2月号)の2019年版「移
住したい都道府県」ランキング

「実際に長野県に移住するためにはまず何から進めたいの？」
「移住した後の信州暮らしはどんな感じ？」
といったご相談は、銀座NAGANOにお任せください。専門スタッフが
U・Iターンの支援や移住・就職
についてワンストップサービス
で対応します。さらに地域別や
業種別の相談会も開催中。予
めお電話等でご予約のうえお越
しください。
ウェブサイトでも各種イベント
やセミナー情報等がご覧いた
だけます。

【お問い合わせ】
移住交流・就職相談コーナー
TEL: 03-6274-6016

詳しくは



ビックカメラ有楽町店 「信州・NAGANOフェア」 開催中

ビックカメラ有楽町店2階の「お酒販
売コーナー」に長野県産の日本酒、ウ
イン、ビールなど約200種類が勢ぞ
ろいする特設コーナーが登場。銀座
NAGANOとは異なるラインナップを
お楽しみください。土・日には試飲も
行うほか、お酒によく合う長野県産の
おつまみもズラリとそろいます。



期 2月24日(日)まで
場 ビックカメラ有楽町店 (東京都千代田区有楽町1-11-1)

【お問い合わせ】
(一社)長野県観光機構物産ブランド振興部 TEL: 026-234-7201

パラ駅伝 in TOKYO 2019に 銀座NAGANOが出展!

障がいのある人もない人も、チームでひとつのタスキをつなぐパラ駅伝。
今回は長野県チームが参加しますので、皆さんの熱い声援をお願いします!
さらに、大会と同時に開催されるご当地物産祭に今年も銀座NAGANO
が出店。信州の特産品やワインなどを販売する予定ですのでお楽しみに。



写真提供: 日本財団パラリンピックサポートセンター

期 3月24日(日) 場 10:00~16:00(競技開始12:30~)(予定)
場 駒沢オリンピック公園

【主催】日本財団パラリンピックサポートセンター

ビンゴを完成させて ご当地グルメを 手に入れよう

アンテナショップ巡り
で地域の魅力発見!

銀座NAGANOをはじめとする都内のアンテ
ナショップを巡ってオリジナルスタンプを集め、
ビンゴを完成させる「STAM BINGO(スタン
ピンゴ)」が開催中。ビンゴを完成させて応募
すると抽選で300名様にご当地グルメが当た
ります。この機会に全国の「おいしい」を堪能
してみませんか。冊子は参加各アンテナショッ
プで手に入ります。



期 2月28日(木)まで

【お問い合わせ】
STAM BINGO(スタンピンゴ)事務局(共同印刷株式会社内)
TEL: 03-3817-2678(受付時間10:00~20:00)

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

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

※掲載情報は2019年2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。



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

2019 3月号 VOL.52

平成31年2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: 神奈美和

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 + よ く

2019 3月号

平成31年2月15日発行

VOL.52



SPECIAL FEATURE

見た目で選んだら
中身もすごかった!

信州パケ買い カタログ



ポンちゃん



見た目で選んだら中身もすごかった！

信州パケ買いカタログ

一目見たただけなのに、商品のことはよく知らないのに「欲しい!」と思ってしまう、いわゆるパケ買い※アイテム。長野県といえば、牛乳パンや七味唐辛子を思い浮かべる方が多いかもしれませんが、ほかにもレトロかわいい系やインパクト系の商品もたくさん。そして取材をしてみたらびっくり。見た目に負けない品質へのこだわりや、人に教えたくなるキャラ誕生の秘話がありました。

※「パッケージ買い」の略。「ジャケ（ジャケット）買い」とも



オブセ牛乳

「80℃での15分殺菌」という昔から変わらないこだわりの製法で作られた、まろやかなコクと甘さがある濃厚な味わいの牛乳。そのおいしさだけでなく、三日月の上で眠る（ちょっとふてふてしくも見える?）天使の赤ちゃんのキャラも人気の立役者。昭和25（1950）年、名古屋から小布施町に移住してきた創業者の奥さんが考案したもので、3代目の現社長曰く「名古屋のハイカラな令嬢さんだったので、子どもの健康と夢を月に乗せるイメージでデザインを依頼したのではないか」とのこと。よく見ると商品ごとで微妙に表情が違う! そんなゆるさもかわいらしさの理由です。

オブセ牛乳
上高井郡小布施町中松532-2 ☎026-247-2243



500mlパック(270円)、180ml
瓶(216円)、ミルクカップ(各
1,296円)、みるくもち(270
円)、いちごもち(270円)
銀座NAGANOで販売中
※牛乳は毎週土曜日入荷

ゆる〜い天使グッズ
もいろいろ

ブランジェ浅野屋

昭和8（1933）年に軽井沢で創業し、厳選した信州産食材や世界各国の原料を使って、本格的なヨーロッパスタイルのパンを提供する浅野屋。パン好きなら、食パンを運ぶ職人をモチーフにしたこの印象的なロゴマークもおなじみですよ。そのルーツを3代目の現社長に聞いたところ、法人化した40年ほど前に美術関連の方に依頼をして作ったものだそう。いつの間にかこのロゴも、安心安全で毎日食べても飽きのこないパンと同じように、浅野屋にとって当たり前のものになっていたようです。



ブランジェ浅野屋
北佐久郡軽井沢町軽井沢738
☎0267-42-2149



東京でもおなじみの
パンを運ぶ職人さん

翁堂 ミミー

明治44（1911）年創業の老舗菓子店の翁堂の Mascot キャラ「ミミー」。バターをたっぷり使った「ミミーサブレ」で活躍中。その誕生は約50年前。3代目の現社長が店舗の庭で飼っていた美しいオウム「タロウ」がモチーフになっていて、愛称は市民公募で決定したそう。最近は口コミでそのかわいさが評判になり、名物の「たぬきケーキ」と人気を二分しています。

翁堂
松本市中央3-4-16
☎0263-35-6948

タヌキケーキ(320円)
の他にもパンダケーキ
などの動物系ケーキも多数。



ミミー
だけど、
実は
タロウ

2月23日(土)「ミミーサブレ
(5枚入り、430円)」を
銀座NAGANOで限定販売



信陽食品 ポンちゃんラーメン

85g(麺80g)×
5食(432円)
銀座NAGANO
で販売中



無農薬栽培そばの製粉を本業とする信陽食品の初代社長が55年前、「子どもに安くておいしい即席ラーメンを提供したい」と考案。長野県北部に多く生息している、子どもも親しみやすいたぬきのキャラクターをつくり、商品名にも採用しました。鶏ガラと野菜のあっさりスープのしょうゆ味とコクのあるみそ味があり、昔から変わらないシンプルな味わいと素朴なパッケージのロングセラー商品です。

信陽食品株式会社
長野市北条町26 ☎026-243-2915

インスタ映え間違いなし のインパクト

まるで本物の
薔薇のような
ゴージャスさ



アップル&ローゼスタルトS
(3個入り、3,024円)

APPLE & ROSES アップル & ローゼスタルト

海外で活躍したオーナーが「長野の美しいりんごを世界に広めたい」との思いで、大切な人へ贈るバラの花束をイメージして生み出した美しいタルト。契約農家のりんごや国産バターを使い、じっくり時間をかけて手作りする逸品です。

APPLE & ROSES
安曇野市穂高有明8150-1 ☎0263-31-0655

3月2日(土)ミニてまりん
(φ約7.5cm×高さ約6cm、1,080円)
を銀座NAGANOで限定販売



てまりや
松本市中央2-4-15 ☎0263-39-5858

てまりや てまりん

松本らしいお土産を信州の素材で作りたいと生まれたバウムクーヘン。松本手まりのフォルムが再現されたかわいらしさにイチコロです。コシヒカリの米粉を使ったしっとり生地と、栗餡&小布施栗の甘露煮のハーモニーにも感動。

松本の
伝統手工芸品が
バウムクーヘンに



3種類のアルクマで
ほっこり癒される



M's Factory アルクマティーバッグ

長野県PRキャラクター「アルクマ」をモチーフに、信州産の紅茶を詰めた手作りのティーバッグ。「アルクマ」の表情は3種類あり、お湯を入れるとバッグが浮き上がって、目でも癒されるティータイムになります。

M's Factory
松本市南松本1-9-4
☎0263-28-8099

2g×3個入り(540円)
6個入り(1,080円)
銀座NAGANOで販売中

存在感抜群！伝統の文化や手仕事の中にも

布野恵だるま店 松本だるま

健康的な顔色に繭の形をかたどったふさふさの眉毛と髭、体には「大當(おおあたり)」の文字が入った、養蚕業が盛んだった松本ならではのだるま。養蚕の衰退とともに一時は姿を消しましたが、数少ない資料から布野恵だるま店の手により復活。煮皮(接着材)を貼りつけながら形を作り、黒く美しく染めあげた麻で毛を表現するのは至難の技だそう。現在、たった一人の職人しか作れない希少なだるまは、数カ月待ち必至の人気商品です。

布野恵だるま店
松本市里山辺3464 ☎0263-32-5724



0.5号(9cm、1,000円)～
40号(67cm、40,000円)



懐かしくて
かわいい
伝統工芸

おみやげ
グランプリ2019
アイデア賞を受賞！



上田市 農民美術

大正時代、冬場の農家の生業となることを目指し誕生した「農民美術」。上田を第二の故郷とした芸術家・山本鼎がロシアや北欧での滞在経験から「雑木など身近な材料で芸術作品は作れる」と提唱して全国に広まりました。発祥100周年を迎えた今も、上田では16名の作家が創作中。鳩の小物入れや植物柄の木皿、道具箱、木端(こっぱ)人形など、身の回りのものをモチーフにした木彫り細工は、どれも懐かしくて温かみある工芸の魅力にあふれています。

長野県農民美術連合会
上田市古里114-18 ☎0268-24-2304



光前寺 早太郎みくじ

見事なしだれ桜や希少な光苔で知られる駒ヶ根市の光前寺。この名刹に残るのが、村人を苦しめる怪物と命を賭して戦った山犬・早太郎の「霊犬早太郎伝説」です。伝説にあやかった「早太郎みくじ」は、つぶらな瞳をした犬の素焼きに入っていて、おみくじを引いた後も置き物としてとっておけるのが特徴。早太郎が怪物を退治したとされる静岡県磐田市の「見付天神」にも同様のおみくじがあるそうです。

光前寺
駒ヶ根市赤穂29
☎0265-83-2736



南信州屈指の
古刹のユニーク
なおみくじ

武居畳店 小さな和 nagomi

大正時代創業の岡谷市の武居畳店4代目が畳と木工技術を掛け合わせ、い草と木曽ヒノキを使って作ったお盆。茶道をたしなんでいたことから地域のイベントで呈茶(抹茶のふるまい)を任せられた際、「普通の盆では味気ない」との思いで大工仲間との協力のもと考案しました。当初は売り物ではなかったものの、周囲の要望から商品化。「おみやげグランプリ2019(ふるさと祭り東京実行委員会)」ではアイデア賞を受賞し、じわじわと人気が高まっています。※オーダーメイドによる生産となります。

武居畳店 武居政典
岡谷市山下町1-14-23 ☎090-4917-0072



銀座NAGANOで買える！

今がおすすめ

冬のフルーツ&春を告げる郷土の味

寒さの中にも春の気配を感じる今日の頃。
今の時期に食べたいフルーツと、春の訪れを告げる郷土の味をご紹介します。



しなのベリー
1,080円
【信州中野イチゴ園(中野市)】

食べた瞬間に強く濃厚な甘さが口いっぱいに広がります。鮮やかな紅色をしていてほどよい硬さがあるので、生食だけでなく、フレッシュジャムなどでも楽しめます。



ピンクレディ
時価(180円～)

オーストラリアで誕生した、鮮やかなショッキングピンクのりんご。酸味が強く糖度も高く、シャンパンのような風味とも評されます。皮が薄く小粒なので丸かじりがおすすめです。



やしょうま
745円
【坂井郷土食研究会(筑北村)】

お釈迦様が入滅された旧暦2月15日の涅槃会(ねはんえ)のお供え物がフルーツ。季節の花等を表現した柄の部分を含め、すべて米粉で作られています。餅のように焼いてから好みのタレでどうぞ。



淡雪
810円
【住化ファーム長野(中野市)】

淡い桃色をしたかわいらしい白いいちご。やや果肉は硬めで、適度に歯ざわりを感じる食感です。口に入れば、長い時間をかけてじっくり熟された甘さとやさしい香りが広がります。



シナノゴールド
時価(300円～)

果汁たっぷりで、柑橘類のようなさわやかな風味の長野県オリジナル品種の黄色いりんご。ボケにくく、冷蔵庫などでも長期間貯蔵できるのも高評価。焼き菓子作りにも向いています。



味の花束(雲平)
540円
【中央食品工業(諏訪市)】

煎ったもち米の粉と砂糖で作る早春の風物詩といえる工芸菓子。練った生地が雲のように見えることから、この名がつけられました。一つひとつ、竹を使った伝統の職人技で作られています。

今宵、
酒と肴
楽しむ

銀座NAGANO
酒師
玉岡あずみ

春酒や
月は東に
日は西に

11月から4月は酒造りのシーズン。今回はこの時期にしか楽しめない「搾りたて」を紹介します。

「大雪溪 特別純米 生原酒」(1,512円)は、キレがよく、味のしつかりしたお料理と相性抜群。「豊香 辛口 特別純米 しぼりたて 生」(1,458円)は、ふわりとした心地よい香りが特徴で湯豆腐などに合わせても楽しめます。「中乗さん 特別純米 無濾過生原酒」(1,620円)は、米の旨味を活かした味わいで、こちらは揚げ物とよく合います。「積善 純米 りんごの花酵母 生」(1,296円)はりんごの香りとさわやかな酸味があり、洋食にもおすすめです。

銀座NAGANOでも数量限定での発売となっていますのでお求めはお早めに。

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 400円～
(GINZA de NAGANOブレンドほか)
★アイスコーヒー（プレス抽出） 400円

1金 **2金** **一部予約制**

1日(金)

「信州伊那谷・昆虫食文化」ハネル展(入退場自由)
 開 12:00～16:00

講演「二人の館長 伊那谷の伝統食・昆虫食の魅力を語る」(予約制)
 開 17:00～18:20 定 50名

ざさ虫漁師と味わう「伊那谷の伝統食・ざさ虫」(予約制)
 開 18:30～19:30 定 50名

むしむしむしやむしや! 六本脚のおいしい友だち!
「信州伊那谷の昆虫食」
 いなご、蜂の子、ざさ虫、蚕のさなぎなど、信州南部の伊那谷に根付くさまざまな昆虫食文化を実際に見て、聞いて、食べて魅力を体感してみませんか。
 開 0265-76-6801
 (長野県上伊那地域振興局企画振興課)

2日(土)

「昆虫食女子会」ムシモアゼルギリコ×木谷美咲(予約制)
 開 11:00～12:00 定 50名
 昆虫食を愛する2人の女性ライターによるトークショー。昆虫食が身体に与える美容・健康への効果について語ります。

「昆虫ごはん会」昆虫食の本場!伊那谷からお届け! (予約制)
 開 12:20～13:20 定 30名
 昆虫食の加工・販売を行う「塚原信州珍味」代表の塚原さんのお話を聞きながら昆虫食をお楽しみください。

2金 **予約制**

ゆるりつながら 信濃大町ダイニング 私らしい地域とのかかわり方
 開 17:00～19:30 定 1,000円 定 20名

第1部では、信濃大町観光大使の村井美樹さん、牛越徹大町市長、信濃大町サポーターとの対談からそれぞれの大町市との関わり方や思いを紐解きます。
 第2部では、地元のレストラン健康楽食Zenが手がけている大町食材づくりの料理を楽しみましょう!
 開 0261-21-1210 (大町市まちづくり交流課)

3日 **予約制**

親子で楽しむ フラワーアレンジメント講座
 開 10:40～12:10 定 1,000円 定 12組(最大24名)
 保護者1名につき児童2名まで
 ブロに教わりながら長野県特産の花を使って部屋をかわいく彩るアレンジメントを親子で一緒に作ってみましょう。
 開 026-235-7227
 (長野県花きイノベーション推進協議会)

予約制 女性限定

長野県教員採用 選考説明会第3回
 開 13:30～16:30 定 30名
 教員を目指す女性を対象に、長野県内の高校に勤務する若手女性教員が長野県教員採用選考の仕組み、教員の魅力ややりがい等について紹介します。
 開 026-235-7430
 (長野県教育委員会事務局高校教育課)

4月 **招待者限定**

銀座NAGANO 県産品商談会
 開 026-235-7249
 (長野県信州ブランド推進室)

5火 **予約制**

長野県庁採用試験説明会
 開 10:30～13:00 14:30～17:00 定 各30名

2020年4月からの就職を目指す大学生などを対象に、採用試験の詳細や県庁での仕事、県職員のワークライフバランスなどを紹介。個別相談の時間もご用意しています。
 開 026-235-7465
 (長野県人事委員会事務局)

6水 **招待者限定**

「デザインと地域をつなぐ日台交流」高山村事業報告会
 開 11:00～14:00 開 026-246-1222 (Goolight)

7木 **予約制**

496ワイナリー 完成記念試飲会
 開 17:15～19:15 定 4,500円 定 30名

東御市でワイン用ぶどうの栽培に取り組むシクロヴィンヤードの「496ワイナリー」完成を記念した立食形式の試飲会。この完成記念のためにストックしておいた秘蔵のワインをお楽しみください。
 開 090-1051-6695(シクロヴィンヤード)

8金 **メンバー特典 ポイント2倍デー**
「信州地酒で乾杯の日」
 メンバース特典 酒類全て3%OFF

招待者限定

ABMORI2019開催 告知イベント
 開 11:30～13:30 開 0269-33-1107
 (信州・志賀高原から始まる市川海老蔵「いのちを守る森」づくり＝ABMORI実行委員会)

9土 **予約制**

信州かるたラベル&新酒発表 5つの味とラベルを味わおう!
 岡学園の学生がデザインしたラベルのお披露目と試飲会です。5つの酒蔵の蔵元も大集合して長野県のお酒の魅力をお伝えします。

お披露目会
 開 13:30～15:00 定 2,000円 定 40名
 信州かるたラベルのお酒に加え、各蔵元がそれぞれおすすめする10銘柄が飲み放題。
 開 03-6274-6015 (銀座NAGANO)

とことん味わう スペシャルナイト
 開 17:30～19:00 定 3,500円 定 28名
 お酒の開発秘話など、ここでしか聞けとがでない蔵元とのお話をお楽しみください。

10日 **予約優先**

行こう。戻ろう。信州へ。 長野県へのU・Iターン転職セミナー
 開 11:15～12:45 開 無料 定 40名

長野県で働く魅力や転職成功のポイント、長野と東京の働き方や生活スタイルの違いなど、コンサルタントが事例を交えてお話しします。実際に長野県へ転職し、キャリアを活かして働く人の生の声をお聞きください。
 開 0120-916-224 (イーキュア株式会社)

11月 **予約制**

長野県庁 採用試験 説明会
 開 10:30～13:00 14:30～17:00 定 各30名

5日のイベント内容をご参照ください。
 開 026-235-7465
 (長野県人事委員会事務局)

12火 **予約制**

sweetheart 山本麗子の 銀座でクッキング
 開 13:00～15:00 定 3,500円 定 25名

簡単なのにとってもおいしい山本麗子先生特製「焼き餃子」に、酸っぱさがかせになる「酸辣湯(サンラータン)」と「青菜炒め」を作ってみましょう。
 開 03-6274-6015(銀座NAGANO)

13水 **見学可**

2019 東信州就職相談フェア
 開 16:00～19:00 開 無料

上田市、小諸市、佐久市、千曲市、東御市、立科町、長和町、青木村、坂城町で就職や移住を検討している学生と社会人の方を対象とした就職相談会。職業安定協会や市町村の職員が就職・移住・生活情報を提供します。
 開 0268-23-5396
 (東信州次世代イノベーションセンター)

14木 **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
 開 12:00～13:30 定 2,500円 定 20名

料理マスター・北沢正和さんが長野県オリジナル品種のお米「風さやか」と地鶏「信州黄金シャモ」で創作料理を仕上げ、KAORUさんが食材の魅力をお伝えします。同じく長野県オリジナル品種のぶどう「ナガノパープル」の生シロップを使ったかき氷もお楽しみください。
 開 03-6274-6015 (銀座NAGANO)

15金 **当日受付**

ワイナリーフェスタ目! 塩尻ワインバー in 銀座NAGANO
 開 14:00～19:00 定 1,000円 (チケット制)

塩尻産ワインを漆器の技術を使用した漆塗りのワイングラスで提供する塩尻ワインバーを開催! ワインのおつまみには、長野県産の小麦とワインで作った「信州ワインブレッド」をお召し上がりください。
 開 0263-52-0786
 (塩尻市地域ブランド推進活動協議会)

16土 **予約制**

銀座で体験! 信州須坂の手前味噌づくり
 開 15:00～16:30 定 2,000円 定 15名

昼夜の寒暖の差が大きく、味噌づくりに大切な発酵・熟成に適した須坂市で育まれた伝統技法を受け継いでいる「長野信用金庫」が開催する会社説明会。若手職員との座談会もご用意しています。
 開 026-248-9004 (須坂市農林課)

17日 **予約制**

長野信用金庫 就職セミナー
 開 11:00～13:30 / 14:30～16:50 開 無料 定 各25名

顔が見える協同組織の金融機関として「Face to Face」をモットーに、地域に寄り添いながら、豊かな社会づくりを応援し、明るい未来を目指している「長野信用金庫」が開催する会社説明会。若手職員との座談会もご用意しています。
 開 026-224-5365 (長野信用金庫)

18月 **予約制**

信濃の春をフレンチでおもてなし
 開 11:00～12:30 13:00～14:30 定 3,000円 定 各20名

軽井沢から「信濃の春」をお届けする人気企画。軽井沢のレストラン「無彩庵 池田」の池田シェフが腕を振るい、知る人ぞ知る、佐久・上田・軽井沢の食材を使ったフレンチランチをご提供します。
 開 0267-42-7004 (ハウスオブ軽井沢)

メンバー特典 ポイント2倍デー

19火 **招待者限定**

木曾スローフード商談会
 開 12:30～14:30 開 0264-23-1050(木曾広域連合)

銀座NAGANO発! スーパープレゼンテーション「松川町」
 開 18:00～19:30 開 03-6274-6015 (銀座NAGANO)

20水 **予約制**

ワイナリーがやって来た! カンティエナ・リエゾー編
 開 18:00～19:30 定 4,000円 定 30名

しだれ桜の里、信州・高山村で家族でぶどう栽培を手がけ、醸造所を営むカンティエナリエゾーの湯本康之さんをお迎え、ワイナリー設立からワイン造りへの熱い思いなどいろいろなお話を伺います。
 開 03-6274-6015(銀座NAGANO)

「ワイン講座開催日」
 メンバース特典 ワイン・シードル3%OFF

21木祝

会員限定

WV新作リリースParty
 開 14:00～19:00 開 080-1011-9440 (Water Valley Vineyard)

首都圏メディア関係者限定

信州みなこいプレゼンテーション in 銀座NAGANO
 開 18:00～19:30 開 0265-96-7724 (駒ヶ根市、飯島町、中川村、宮田村)

22金 **招待者限定**

エムケー精工 会社説明会&トップセミナー
 開 11:00～12:30、13:00～14:30 開 026-272-0601 (エムケー精工)

信州「粉もん」づくり講座 「そばろ雪菜おやき」と「ふきのとうおやき」
 開 11:00～13:00 定 2,500円 定 24名

今回はお彼岸の頃に収穫が始まる雪菜と早春の味覚のふきのとうを使った「そばろ雪菜おやき」と「ふきのとうおやき」を作ってみましょう。
 開 03-6274-6015 (銀座NAGANO)

23土 **予約制**

蕎麦de婚活 長野県にお嫁に 来ませんか
 開 16:00～19:00 開 無料 定 20名

飯島町の名物である手打ち蕎麦と蕎麦スイーツを味わい、理想の相手を探す婚活イベント。飯島町の魅力とそこに住む独身男性をビデオと写真でご紹介します。
 開 0265-86-3111(飯島町定住促進室)

24日 **予約制**

しあわせ信州健康セミナー×あだむさんち 誰でも簡単、元気になる ソルガム料理
 開 11:30～13:00 定 2,000円 定 20名

食物繊維やミネラルを豊富に含む栄養満点のヘルシー雑穀「ソルガム」を、「森の古民家リトリート あだむさんち」のスマス陽子さんが短時間で簡単にできるレシピで提供します。
 開 03-6274-6015 (銀座NAGANO)

25日 **予約制**

横山タカ子さんの 信州の長寿ごはん 上伊那の白毛もち
 【昼の膳】開 12:00～13:00 定 2,000円
 【夜の膳】開 18:00～19:15 定 3,500円(日本酒3種付き)
 定 各26名

穂先に白い毛があることから「白毛(しらけ)もち米」と呼ばれるもち米でついた餅は、餅本来の香りやねばり、おいしさがある、上伊那地域の深い山あいの農家に伝わる味です。この「白毛もち」を中心に、横山タカ子さんが一汁三菜の長寿ごはんに仕上げます。
 開 03-6274-6015 (銀座NAGANO)

26火 **予約制**

長野県庁 採用試験 説明会
 開 10:30～13:00 14:30～17:00 定 各30名

5日のイベント内容をご参照ください。
 開 026-235-7465
 (長野県人事委員会事務局)

27水 **予約制**

銀座NAGANO日本酒講座 諏訪御湖鶴酒造場之巻
 開 18:00～19:15 定 4,000円 定 28名

純米蔵に生まれ変わり新たな1歩を踏み出した下諏訪町の諏訪御湖鶴酒造場より杜氏の竹内重彦氏が登場。新酒を飲みながら蔵の再生にかけた思いなどを伺います。
 開 03-6274-6015 (銀座NAGANO)

「日本酒講座開催日」
 メンバース特典 日本酒3%OFF

28木 **メンバー特典 ポイント2倍デー**

招待者限定

おもてなし日本料理 山桜 料理教室
 開 11:30～14:00 開 0267-46-6515 (おもてなし 日本料理山桜)

29金 **招待者限定**

エムケー精工 会社説明会&トップセミナー
 開 11:00～12:30 13:00～14:30 開 026-272-0601 (エムケー精工)

30土 **予約制**

信州発・素材&機材でつくる 食と健康
 開 13:30～15:00 定 2,000円 定 25名

手軽にできるフレンチで評判のCitronヨコ先生による料理教室。真空ミキサー「極鮮」で作る、長野県産野菜を使った色鮮やかでヘルシーな簡単料理をお届けします。
 開 03-5719-2094 (テスコム電機商品戦略部)

31日 **予約制**

桜満開! 伊那谷新酒祭り IN銀座NAGANO
 開 16:00～17:15 18:00～19:15 定 4,000円 定 各40名

2つのアルプスに挟まれた伊那谷の地酒やワインなど、10社15銘柄をご提供します。地域の食材を使った料理とともに伊那谷の食文化を体感してください。
 開 0265-72-2331 (井田屋酒店)