

いづな  
農楽舎

長野市  
飯綱高原



大好評企画!  
参加者募集

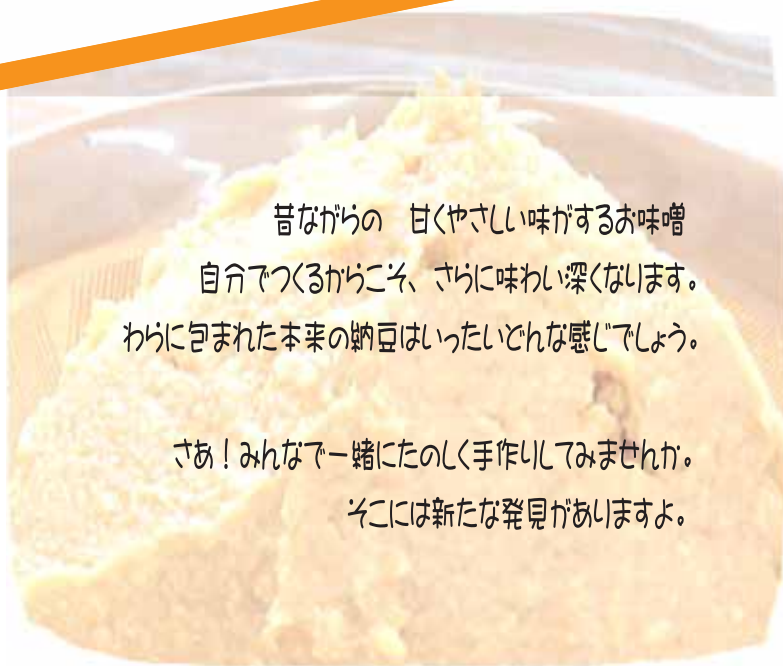
食農体験イベント いづな農楽舎  
なんと!“納豆” 手前“味噌”の手作り講座

2010  
3/22(祝日)

時間 : 9:30 ~ 13:00  
(受付9:00)  
場所 : 長野市飯綱高原  
ホテル アルクディア  
参加費 : 大人 1000円  
小学生 500円  
味噌持帰り 3kg/袋 1500円  
募集人員 : 40名(先着順)

昔ながらの 甘くやさしい味がする赤味噌  
自分でつくるからこそ、さらに味わい深くなります。  
わりに包まれた本来の納豆はいったいどんな感じでしょう。

さあ! みんなで一緒にたのしく手作りしてみませんか。  
そこには新たな発見がありますよ。



NPO法人  
飯綱高原 よっこらしょ

<http://www.iizuna.org/>

【申込み・問い合わせ先】  
NPO 法人 飯綱高原よっこらしょ  
電話 026-239-3299 (山室)  
FAX 026-239-2315 (志村)  
E-mail info@iizuna.org

開催日時: 3月22日(祝) 9:30～13:00

“手作り”って  
すばらしい

場 所: 飯綱高原 ホテルアルカディア

昨年、よっころしよ農場で収穫した大豆を材料に、みんなで楽しく“納豆”と“味噌”を手作りしてみませんか。

おうちの食卓では身近なものなのに、スーパーで買ってくるのが当たり前の大豆加工品。“どうやって作るの?”“本当にできるの?”…そう思ったらチャレンジ! 畑直送の豆から完成するまでの流れを知りながら、手作りを味わえるなんて、めったにできない経験ですよ。ふるってご参加ください。

【スケジュール】

9:00～9:30 受付

9:30～10:00 大豆のうんちくミニ講座

せっかくだから、大豆やその加工品についてお勉強しましょう。知っているようで知らない“うんちく”を皆さんも語れるようになりますよ。

10:00～10:45 “納豆”づくり

藁(わら)さえあれば簡単にできてしまう納豆! なんと今回はその藁を使った本来の納豆づくりに挑戦します。ひとり1本、マイ納豆のお持ち帰りです。

10:45～12:00 “味噌”の仕込み

材料や作り方を確かめながら、みんなで楽しく共同作業の仕込み体験。見るだけでなく、香り、手触り、舌など、五感をフルに働かせて、手作りをしましょう。それぞれ発見があるはずです。

12:00～13:00 ランチと交流会

ランチを食べながら、みんなで楽しく交流タイム。食べ物のことなどなど、おしゃべりに花をさかせましょう。

【持物・服装】 エプロン、三角巾(バンダナ等で可)

【参加費】 大人1000円、小学生500円、幼児無料(ランチ付)  
お味噌は3kg/1袋あたり1500円でお持ち帰りいただけます。  
当日、受付にてお支払い願います。

【参加申込】 3月18日(木)までに、下記の参加申込用紙を「申込み・お問い合わせ先」までFAXでお送りいただくか、または必要事項を電話にてお伝えください。

【募集人員】 誠に勝手ながら、参加人数を40名程度とさせていただきます。定員に達し次第締め切りますので、お早めに。

【その他】 準備の都合上、キャンセルの場合は早めにご連絡願います。

【申込み・お問い合わせ先】 NPO 法人飯綱高原よっころしよ  
電話 026-239-3299 (事務局 山室)  
FAX 026 239-2315

【参加申込用紙】 いいづな農楽舎 ～なんと!“納豆”手前“味噌”の手作り講座～

ふりがな	お申込の人数及び区分	
お申込者 氏名	大人 (1000円)	名
連絡先住所 〒	小学生 (500円)	名
TEL/FAX	幼児 (無料)	名
メールアドレス	味噌持帰り 3kg/袋 × _____袋	