

みそ作り  
体験館



信州そば  
発祥の地  
伊 那 那  
Shinshu Soba  
Originated in INA

親子で食育

体験

実演見学

試食付き！

# みそ作り & そば打ち

信州みそと信州そばが織りなす、伊那の味覚体験！  
食の宝庫・信州が誇る“みそ”と“そば”の魅力を五感で学ぼう！

2026年 **2月21日** 土

第1部：11:00～13:30（受付10:30～）

第2部：14:30～17:00（受付14:00～）

プログラム



## 親子でみそ作り体験

長野県は全国のみその約半分を生産するみそ大国。なかでも伊那市は南アルプスと中央アルプスに抱かれ、豊富な水ときれいな空気、発酵に適した気候からおいしいみそが作られています。体験では、みその原料や作り方など“信州みそ”のひみつを親子で楽しく学び、1組約2kgのみそを仕込みます。仕込んだみそは「みそ作り体験館」で約3カ月発酵・熟成後、ご自宅へお届けします。



## そば打ち実演見学&試食

長野県は全国有数のそば処で、特に伊那市は「信州そば発祥の地」として知られます。当日は、そば打ち職人によるそば打ちの実演見学と試食を通じて、伊那のそば文化を体感！ わずか6粒の種から復活した“幻のそば”「入野谷在来そば」を、大根おろしのしほり汁に焼き味噌を合わせたつゆでいただく伝統の「高遠そば」スタイルでご試食できます。もちろん焼き味噌は“ハナマルキ”のみそです。

会場 銀座NAGANO 2階イベントスペース 東京都中央区銀座5丁目6-5

定員 各回親子10組（先着順）

講師 ハナマルキみそ作り体験館 スタッフの皆さん  
伊那市地域おこし協力隊 下平彩楓さん（そば打ち職人）  
伊那そば振興会 会長 飯島進さん

対象 中学生以下のお子様とその保護者

参加費 5,500円 ※みその送料込み

問合せ

イベント全般：伊那市観光課 0265-78-4111  
みそ作り体験：ハナマルキみそ作り体験館 0265-95-1260

参加申込はこちら



主催：伊那市 共催：ハナマルキ株式会社、入野谷そば振興会