



信州そば
発祥の地
伊那市

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”的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”的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ヶ月発酵・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、大根おろしのしづく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”的みそです。

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

中学生以下の子供とその保護者

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

