



種まきから はじめる 蕎麦の教室

日本人にとって蕎麦は米と並ぶ穀物として古来よりつくられてきました。『蕎麦の教室』では、御嶽山という大自然の恩恵を受けながら、守り伝えられてきた在来品種”開田早生”に焦点をあて、蕎麦の魅力を探ります。種まき、収穫、そば打ちなどの体験を通して「本当に美味しいそばとは何か」を感じてゆく、全3回の教室です。蕎麦に興味がある人なら誰でも参加できます。

2025 7/19-9/27-10/25 AT. 信州開田高原

主催 / 株式会社霧しな 後援 / 里らぼ お問い合わせ: 霧しな蕎麦の教室事務局 TEL: ☎ 0120-026-447 Mail: info@kirishina.jp



種まきからはじめる蕎麦の教室

ほんとに美味しいそばってなんだ？

『蕎麦の教室』では、御嶽山という大自然の恩恵を受けて人々の手によって守り伝えられてきた開田の蕎麦の成りたちを知り、種まきから蕎麦をつくることで、「本当に美味しいそばとは何か」を探ります。「蕎麦の教室」でしか味わえない体験を開田高原でしてみませんか？



7/19 雨天中止
SAT. (予備日
7/26SAT.)

9/27 小雨決行
SAT. (予備日
10/4SAT.)

10/25
SAT.

1 蕎麦の種まき体験と
開田高原の蕎麦について

2 蕎麦収穫と蕎麦立て体験
開田高原の高原野菜収穫と
開田のそば

3 新そばを使ってご自身で
蕎麦を打つ・石臼挽き体験

10:00-13:30 AT. 霧しな蕎麦工場

- 「開田高原の蕎麦の話」
- 種まき体験
- 昼食 開田のそばを味わう

10:00-14:00 AT. 霧しな蕎麦工場

- 蕎麦収穫・蕎麦立て (刈りとった蕎麦をやくら状に立てて乾燥させる作業)
- 昼食 開田のそばを味わう
- 開田高原野菜の収穫体験

10:00-15:00 AT. 霧しな蕎麦工場

- 手打ち名人模範演技
- 新そば手打ち
- 昼食 名人の手打ちそば実食
- 石臼挽き体験
- 木曾ひのきの箸づくり

2025年度募集要項

- 募集対象 蕎麦が好きな方/開田高原の蕎麦に興味がある方
- 参加条件 全3回参加できる方/会場まで自家用車で参加可能な方
- 会場 株式会社霧しな(長野県木曾郡木曾町開田高原西野5227-121)
- 参加費 1回につき大人 2,000円(税込) 小人 500円(税込)/1人
※高校生以上は大人料金となります。
※家族参加の場合、6歳児までは無料です。
- 募集人数 20名 定員になり次第、締切とさせていただきます。
- 応募締切 2025年5月31日(土)
- 注意事項
・教室の内容は変更する場合があります。
・そばアレルギーをお持ちの方はご参加いただけません。
・キッズ版「種まきからはじめる蕎麦の教室」(木曾郡限定)も同時開催しています。

参加方法

右記QRコードまたは下記URLより特設ページにアクセスの上、お申し込みください。

<https://forms.gle/bZQ5mKQ7QLmGVQok6>



主催 / 株式会社霧しな 後援 / 里らぼ
お問い合わせ: 霧しな蕎麦の教室事務局(担当:大場)
TEL : ☎0120-026-447 Mail : info@kirishina.jp

木曾地域の新しい「もの・こと」を生み出す里らぼ。第1期は2020年11月8日から2021年2月14日まで実施されました。本プロジェクトは、里らぼ木曾2020を通して生まれました。

