



「知って、学んで、作って、食べる」100年フード“粉もの”体験教室

おやきでつながる夏休み!

親子で味わうお盆の行事食

おやきの中に、郷土の秘密が詰まってる!

おやきって知っている? 食べたことある?
 長野では、むかしからお盆におやきを作る風習があります。
 ご先祖さまへの気持ちをこめて、旬の野菜を包んでー。
 そんな大切な思いが、あのまあるい形にぎゅっと詰まっています。
 この夏、親子でおやき作りにチャレンジしてみよう!
 こねる、包む、食べる、話す。
 そのくり返しの中に、地域のむかしと今があります。
 おやきを通じて、郷土のことをもっと知って、もっと好きになろう!

夏休み自由研究 お助け講座

自由研究に使える「おやき自由研究シート」付

対象 長野市内の小学生と保護者

日時 7/27日

10:30~12:30
受付時間10:00~10:30



篠ノ井総合市民センター(調理室)
長野市篠ノ井御幣川281-1

日時 8/10日

10:30~12:30
受付時間10:00~10:30



芹田公民館(料理教室)
長野市若里2丁目8-18

定員 各回 親子12組 (24名) ※先着順

参加費 1組 1,000円

持ち物 エプロン、三角巾、マスク、筆記用具、飲み物、上履き(芹田公民館のみ)

プログラム (120分)

- ①おやきを知ろう、学ぼう (20分)
学習タイム
- ②おやきを作ってみよう (70分)
親子で粉からおやき作り体験
- ③おやきを食べてみよう (30分)
試食・交流会



【講師】小出 陽子さん プロフィール
 長野市在住。おやき専門店「ふきっ子おやき」店主。信州おやき協議会会長。
 信州おやき研究家。長野県アンテナショップ「銀座NAGANO」にて12年「粉もん講座」の講師も務め、信州のさまざまな粉もの郷土食を伝授している。



お申込みはこちらから



主催 長野市地産地消推進協議会
 (事務局：長野市農林部農業政策課内 TEL.026-224-5098)