

信州いいなか里山泊覧会

イイナカ

2010年11月13日(土)～28日(日)

開催場所／飯島町・中川村(信州いいなか)



予約スタート

2010年
10月15日
(金)

あさ10:00より

<http://iila.jp/>

「いいなか」ならではの体験ができる、26プログラムをご用意しました。

イーラガイドブック

もくじ

P5 やってみる

おもてなしのテーブルコーディネートレッスン
のむらハウジングモデルハウス ※駒ヶ根で開催
シェフがこっそり教えるフレンチオードブル
しめ縄づくり体験教室
キッチンガーデンたざり
大人の珈琲時間(初級講座)
コートハウス赤坂
パスタDEボジョレ
Cafe Restaurant BOBBY-J
プロ直伝の極上そばがき
天七
飯島名産アルプスサーモンの燻製づくり
アンチエイジング講座
秋の夜長のいも煮会
飯島成人大学センター

P8 歩く

からかさ山トレッキングと里山整備
曾我村長と行く天の中川
カメラ片手にいいなか飯田線の旅
秋真っ盛りの与田切流域散策

P10 感じてみる

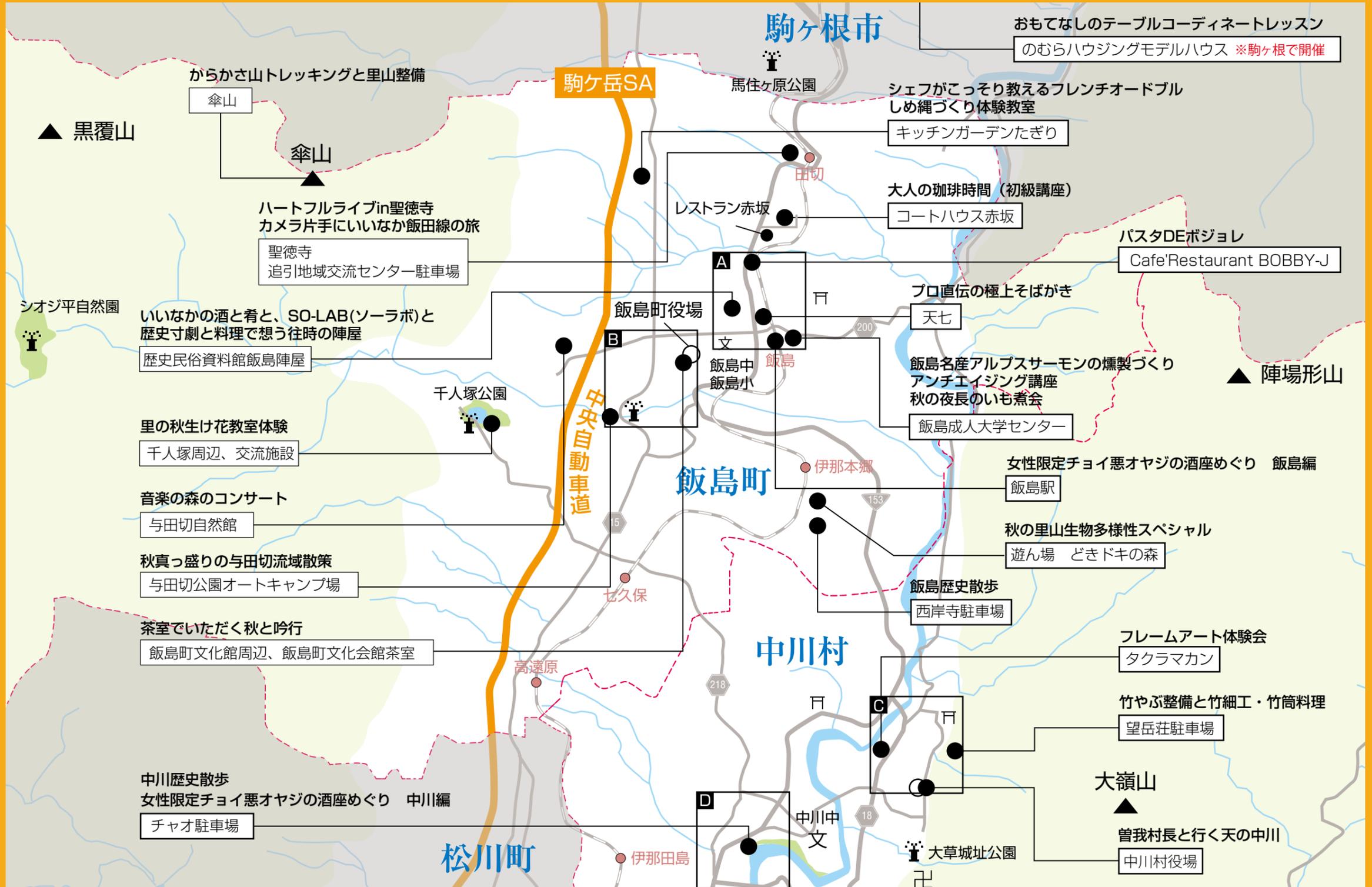
大人の珈琲時間(初級講座)
茶室でいただく秋と吟行
音楽の森のコンサート
ハートフルライブ in 聖徳寺
いいなかの酒と肴と、SO-LAB(ソーラボ)と
秋の夜長のいも煮会

P12 食べる

女性限定 チョイ悪オヤジの酒座めぐり 飯島編
女性限定 チョイ悪オヤジの酒座めぐり 中川編
パスタDEボジョレ

P14 学ぶ

飯島歴史散歩
中川歴史散歩
秋の里山 生物多様性スペシャル
歴史寸劇と料理で想う往時の陣屋



イラってな〜に?

- 1 地域の魅力ある資源を掘り起こします。
知っているようで意外と知らない・・・地域の宝が、ザックザック♪
- 2 地域みんながプロデューサーです。
自分だけで楽しむのはもったいない・・・みんなに教えてあげて♪
- 3 小さなプログラムがいっぱいです。
思いつきのことを気軽に実験してみる・・・夢実現のチャンスです♪



地域の人々が地域の人を案内して、みんながこのまちを大好きになる。
イラは、地域の活気とつながりを再生するまちづくりイベントです。
イラ実行委員会は、どんなに些細な企画でも応援します。

JAPAN ONPAKU
一般社団法人 ジャパンオンパク

信州いなか里山泊覧会「イラ」は、地域の魅力を楽しむ体験交流型イベントの開催を通じて地域の活性化を図る取組です。
大分県別府市で誕生したこの地域活性化の取組は、一般社団法人ジャパン・オンパクの支援により日本の各地で行われています。

ご予約方法

イラ開催期間 11月13日(土) ~ 11月28日(日)

参加には予約が必要です。

参加したいプログラムを選んで予約しよう! 予約締切は各プログラムをご参照ください。

予約スタート 10月15日(金) あさ10:00から受付開始

ホームページ URL: <http://iila.jp/>

お電話 0265-89-1055 (エコツアー社のなか内)

お電話による受付時間 10:00 ~ 17:00 まで

FAX 0265-86-7075 (エコツアー社のなか内)

ご注意とお願い

- ・当日は開始時間 15 分前までに会場受付へお越しください。
- ・参加規約を必ずお読みください。
- ・やむをえずキャンセルをする場合は、必ず前日までに予約先へご連絡ください。
- ・最少催行人員に満たず、プログラムを中止する場合は前日までにご連絡いたします。
- ・天気状況により中止を判断したプログラムは、前日にご連絡いたします。

自分の隠れた才能が見つかるかも
今日から始めるお手軽講座9プログラム

やってみる

燻製づくり、そばがき、竹細工、額装、手作りしめ縄、それから
テーブルコーディネートだって、面白さはやってみなくちゃ分らない。
ワクワクドキドキ初体験の実用講座たち。

アイコン

- 🍴 食事付き
- 🍷 お酒出る
- 👜 おやつ付き
- 👣 たくさん歩く
- 🚌 乗り物移動
- 🅑 駐車場あり

※ 🍴 マークのプログラムで食物アレルギーのある方は、予約時にお知らせください。

※ 🍷 お酒を飲まれる方は、運転は絶対にやめましょう。20歳未満の方の飲酒は禁じられています。

※ 🅑 マークのないプログラムでお車でお越しの方は、公共の駐車場をご利用ください。

※表示価格は税込みです。

プログラム予約番号 10-01 🍴 🅑

わが家のパーティーをお洒落に演出

おもてなしのテーブルコーディネートレッスン

開催日 11/13(土) 会場 のむらハウジングモデルハウス



いつもの食器にちょっとした工夫をプラスしてパーティを演出するカジュアルなテーブルコーディネートと、フラワーデザイナーによる生花のテーブルフラワーアレンジメントのレッスン。ティータイムもあり。

■案内人 フラワーショップ花空間、のむらハウジング



時間	13:30 ~ 15:30
料金	1,500 円
定員	15 人 最少催行人数 5 人
集合場所	のむらハウジングモデルハウス 駒ヶ根市赤穂 3333-1
持ち物	あれば花鉢をお持ちください
幼児同伴	不可
予約締切	11/8(月)
主催	フラワーショップ花空間 のむらハウジング

プログラム予約番号 10-02 🅑

野山の錦をわが家にお迎え

里の秋生け花体験教室

開催日 11/14(日) 会場 千人塚周辺、交流施設



全国ため池百選に選ばれた千人塚周辺に出かけて、秋の彩り豊かな草木を集め、花瓶や竹の花器に生けます。暮らしの中でさりげなく自然と芸術に親しむ大人の趣味講座。各作品は撮影もして、写真をプレゼント。

■案内人 宮下淑江、松村洋子



宮下淑江



時間	9:00 ~ 12:00
料金	1,000 円
定員	10 人 最少催行人数 6 人
集合場所	千人塚駐車場(B&G 建物となり) 飯島町七久保千人塚
持ち物	花びん、花切鋏(はさみ)、手袋
注意事項	雨天中止
予約締切	11/12(金)
主催	イラ実行委員会

プログラム予約番号 10-03

「諏訪ズーラ」コラボレーション企画
アンチエイジング講座

開催日 11/16(火) 会場 飯島成人大学センター大広間



専門講師による小顔・全身リンパのセルフマッサージとピラティスで、代謝アップ、スタイルアップを図ります。「イーラ」の先輩で、諏訪広域でまちづくりイベントに取り組む「ズーラ」提供の出前講座です。

■講師 藤森綾子さん、山田裕子さん



時間 10:00～12:00
料金 4,000円
定員 12人 最少催行人数7人
集合場所 飯島成人大学センター大広間
飯島町飯島 1189-1
持ち物 動きやすい服装
服装等 フェイスタオル
幼児同伴 不可
注意事項
予約締切 11/10(水)
主催 イーラ実行委員会

プログラム予約番号 10-06

今宵は男の手料理で奥様をおもてなし
飯島名産アルプスサーモンの燻製づくり

開催日 11/24(水) 会場 飯島成人大学センター調理室



脂ののったアルプスサーモンを丸ごと一匹使って燻製作りチャレンジ。いつも家では威張るばかりで、台所仕事を任せきりのお父さん、たまの女房孝行はいかがですか。その腕前にきっと奥様も惚れ直すはず。

■案内人 星野晃伸



■スケジュール

9:00 集合
燻製作り
11:00 終了
翌日指定店に受取に行く

時間 9:00～11:00 (翌日受取)
料金 4,000円
定員 15人 最少催行人数2人
集合場所 飯島成人大学センター調理室
飯島町飯島 1189-1
幼児同伴 不可
予約締切 11/19(金)
主催 和泉屋

プログラム予約番号 10-04

風味馥郁。地粉でつくる
プロ直伝の極上そばがき

開催日 11/17(水) 会場 天七2階広間



味・香りともに優れる越百そばを丁寧に製粉したそば粉で、そばがきづくりに挑戦します。講師は天七のおかみ伊藤さん。素材の良さと、これを引き出す技術がひとつになれば、そばがきは立派な逸品料理です。

■案内人 伊藤美喜子



■スケジュール

14:00 そばのお話
そばがき作り
食事
16:00 終了

時間 14:00～16:00
料金 1,700円
定員 15人 最少催行人数5人
集合場所 天七
飯島町飯島 1427-25
服装等 作業のしやすい支度
備考 お土産付き
予約締切 11/12(金)
主催 天七

プログラム予約番号 10-07

地元野菜を使い日本酒に合う前菜を
シェフがこっそり教えるフレンチオードブル

開催日 11/26(金) 会場 キッチンガーデンたぎり



ミスマッチに思えるフレンチと日本酒の組み合わせが面白い。シェフが地元野菜を使い、日本酒に合うフレンチオードブルづくりを教えます。もちろん調理の後は、地元米を使った地酒との相性を楽しみますよ。

■案内人 佐藤健一(フレンチシェフ)



■スケジュール

17:30 キッチンガーデンたぎり集合
フレンチオードブル作り
地元米の酒とオードブルの食事
20:30 終了

時間 17:30～20:30
料金 2,500円
定員 15人 最少催行人数10人
集合場所 キッチンガーデンたぎり
飯島町田切 48-5
幼児同伴 不可
予約締切 11/19(金)
主催 キッチンガーデンたぎり

プログラム予約番号 10-05

竹も使えば資源になるゾ
竹やぶ整備と竹細工・竹筒料理

開催日 11/21(日) 集合場所 望岳荘駐車場



竹やぶの広がりには悩みの種ですが、まずは楽しむことから始めましょう。竹やぶの伐採ですがすがしい気分を味わい、竹細工、竹筒料理でさらに興味深い竹の世界を実感。案内役はかぐや姫!? とちょい黒オヤジです。

■案内人 田中瑞波、米山正克



■スケジュール

9:00 望岳荘駐車場
9:30 竹やぶ伐採体験
10:00 竹ご飯仕込
10:30 竹細工作り
11:00 竹ご飯試食
11:30 終了

時間 9:00～11:30
料金 大人(中学生以上) 1,500円
子ども 1,000円
定員 15人 最少催行人数10人
集合場所 望岳荘駐車場
中川村大草 4489
服装等 作業のできる服装と靴・軍手
幼児同伴 不可
注意事項 雨天中止有(小雨決行)
予約締切 11/15(月)
主催 与根山建設

プログラム予約番号 10-08

アナタのとおきがおきがアートになる
フレームアート体験会

開催日 11/27(土) 会場 タクラマカン



写真や絵、思い出の品など、あなたの大切なものをフレームアート(額装)してみませんか?A4程度のフレームに収まれば形状や品数は問いません。プロのフレーマーが丁寧に指導します。地元名店『カフェ・セラード』の自家焙煎珈琲付。

■案内人 松島拓良(フレーマー)



時間 13:00～17:00
料金 3,500円
定員 5人 最少催行人数1人
集合場所 タクラマカン
中川村大草 3687-1
持ち物 額装したい物
(平面・立体の形状問わず・大きさはA4程度のフレームに納まる物。複数でも可)
幼児同伴 不可
備考 額装したいものについて前もってのご相談はお電話で! 0265-88-3395
予約締切 11/19(金)
主催 タクラマカン

プログラム予約番号 10-09

初春のわが家の門は私が飾る
しめ縄づくり体験教室

開催日 11/28(日) 会場 キッチンガーデンたぎり



ふるさとの田んぼで干された稲藁を使い、地元のお年寄りにしめ縄づくりを指導していただけます。ぜひ親子で参加ください。手づくりおやきとお茶をいただきながら、楽しくお正月を迎える準備をしましょう。

■案内人 地元のお年寄り



■スケジュール

9:00 キッチンガーデンたぎり集合
お話しめ縄づくり
(途中)おやきとお茶のおやつ
11:30 終了

時間	9:00～11:30
料金	大人(中学生以上) 1,000円 子ども 500円
定員	15人 最少催行人数10人 親子20組程度
集合場所	キッチンガーデンたぎり 飯島町田切48-5
予約締切	11/26(金)
主催	キッチンガーデンたぎり

プログラム予約番号 10-11

「日本で最も美しい村」を訪ねて
曾我村長と行く天の中川

開催日 11/19(金) 集合場所 中川村役場駐車場



日本で最も美しい村連合に加盟する中川村は、古く「天の中川」と呼ばれた天竜川を中心にまとまる静かな農山村です。今回、曾我逸郎村長と大草周辺を散策し、皆さんと一緒に村の魅力を深堀りしていきます。

■案内人 曾我逸郎



■スケジュール

10:00 中川村役場
ハチ博物館
大草城址跡公園
米澤酒造
中川村役場
12:00 解散

時間	10:00～12:00
料金	500円
定員	20人 最少催行人数14人
集合	中川村役場駐車場 中川村大草4045-1
服装	歩きやすい服装と靴
幼児同伴	不可
注意事項	雨天中止有(小雨決行)
予約締切	11/17(水)
主催	イーラ実行委員会



いつもの景色がキラキラ見える！
いいなかの秋を深呼吸する4プログラム

歩く

見慣れた里山も民家の屋並みも、あるいは渓谷も田園風景も、ゆっくり歩いて眺めてみると違った魅力が見えてくる。さあ、ふるさとの宝を見つけるお散歩に出かけましょう。

プログラム予約番号 10-10

イクメン集まれ!子どもと一緒に山仕事
からかさ山トレッキングと里山整備

開催日 11/14(日) 集合場所 飯島町文化館駐車場



パパの背中がカッコイイ!傘山登山道のロープ張り、階段づくりなど山仕事を親子で体験しながらのトレッキングツアー。昼食は、山頂からの眺望を楽しみながらの野趣あふれる山男料理。やまびこ大会もあり。

■案内人 信州飯島山を楽しむ会



■スケジュール

8:30 飯島町文化館駐車場集合・出発
12:00 山頂着・山頂散策休憩・昼食
13:30 下山
15:00 飯島町文化館駐車場着・解散

時間	8:30～15:00
料金	親子(大人1人、子ども1人) 4,000円 ※子供1人追加につき500円
定員	30人 最少催行人数19人
集合	飯島町文化館駐車場 飯島町飯島2489
持ち物	おにぎり・丈夫な靴、雨具
注意事項	雨天中止有(小雨決行) コンビニおにぎり禁止
予約締切	11/8(月)
主催	イーラ実行委員会

プログラム予約番号 10-13

ダッチオープン料理も体験できる
秋真っ盛りの与田切流域散策

開催日 11/28(日) 会場 与田切公園オートキャンプ場集合



まずは与田切の天然水と、自分で拾った薪を使いダッチオープン料理にトライ。料理を仕込んだら、秋色に彩られた与田切流域を散策します。しっかり歩いてキャンプ場に戻れば、料理も仕上がっている頃あい。

■案内人 三澤正幸、米山富和、米山妙子



■スケジュール

9:00 与田切オートキャンプ場駐車場集合
9:20 薪拾い、料理仕込み
9:50 与田切散策
11:50 ダッチオープン料理試食
12:30 解散

時間	9:00～12:30
料金	大人(中学生以上) 1,000円 子ども 500円
定員	20人 最少催行人数15人
集合	与田切公園オートキャンプ場
持ち物	飲み物
服装等	動きやすい服装
幼児同伴	不可
注意事項	雨天中止有
予約締切	11/22(月)
主催	エコツアー社のなか

楽しい。ためになる。感性が光る
ゲイジユツの秋ならではの6プログラム

感じてみる

クラシック、ジャズ、日本の伝統音楽などの音楽鑑賞、俳句づくり、パ
リスタ講座など、楽しみながら感性が磨けるプログラムたち。最終日
には、いも煮会で未来を語り合しましょう。

アイコン 食事付き お酒出る おやつ付き たくさん歩く 乗り物移動 駐車場あり

- ※ マークのプログラムで食物アレルギーのある方は、予約時にお知らせください。
- ※ お酒を飲まれる方は、運転は絶対にやめましょう。20歳未満の方の飲酒は禁じられています。
- ※ マークのないプログラムでお車で越しの方は、公共の駐車場をご利用ください。

※表示価格は税込みです。

プログラム予約番号 10-14

スペシャルなアロマと出会う上質なひととき 大人の珈琲時間(初級講座)

開催日 11/13(土)~27(土) 毎日 会場 コートハウス赤坂



コーヒーの奥深さを体験できるコーヒー講座です。今が旬の厳選された高品質な豆を使用し、名水「越百の水」で抽出に挑戦。極上のアロマをスイーツとともに味わうのは「コートハウス赤坂」という趣向です。

■案内人 宮脇衣美



■スケジュール

- 1 珈琲の基礎講座
- 2 珈琲の入れ方実演
- 3 珈琲抽出体験1回目+テイasting
- 4 珈琲抽出体験2回目+テイasting
- 5 スイーツと珈琲をゆっくり楽しむおみやげもつきます

時 間	① 9:30 ~ 11:30 ② 13:00 ~ 15:00 ③ 19:00 ~ 21:00
料 金	1,800円
定 員	10人 最少催行人数2人
集 合	コートハウス赤坂 飯島町飯島 2169-355
幼児同伴	不可
予約締切	前日まで
主 催	宮脇衣美・井坪建設様

プログラム予約番号 10-15

お抹茶でやすらぎのひととき 茶室でいただく秋と吟行

開催日 11/13(土) 会場 飯島町文化館周辺、飯島町文化館茶室



茶室でお抹茶を頂戴した後、飯島町文化館の周辺で、見たよるこび・知ったおどろき・飲んだおいしさを、指折り数えて句にします。ご自分が作った優秀句を一句、その場で書道家が竹の短冊に書いてプレゼント。

■案内人 山口斗人(俳人)、茅野芳子(元社会教育委員)、松村洋子(書道家)



山口斗人(俳人)

■スケジュール

- 9:30 飯島町文化館ロビー集合
茶室で抹茶をいただき
飯島町文化館周辺を散策しながら
句を作る
竹の短冊に句を書く
- 12:00 終了

時 間	9:30 ~ 12:00
料 金	1,000円
定 員	10人 最少催行人数4人
集 合	飯島町文化館ロビー 上伊那郡飯島町飯島 2489
持 ち 物	筆記用具
予約締切	11/5 (金)
主 催	イーラ実行委員会

アイコン 食事付き お酒出る おやつ付き たくさん歩く 乗り物移動 駐車場あり

プログラム予約番号 10-16

生演奏と変わらぬ臨場感を 音楽の森のコンサート

開催日 11/18(木)、23(火) 会場 与田切自然館



与田切自然館のオーディオホールでクラシックCDを鑑賞。オーナー自慢の手作りスピーカーシステムが奏でる音は臨場感たっぷりです。自家製野草茶とそば粉ようかんをおともに、音楽の森で歓談しましょう。

■案内人 馬淵功、馬淵好子



■スケジュール

- 14:00 集合
解説
クラシック・CDコンサート・歓談
スイーツと飲み物
- 16:00 終了

時 間	14:00 ~ 16:00
料 金	500円
定 員	10人 最少催行人数3人
集 合 場所	与田切自然館 飯島町飯島 3907-1810
幼児同伴	不可
予約締切	前日まで
主 催	イーラ実行委員会

プログラム予約番号 10-17

名物住職の法話とともに ハートフルライブ in 聖徳寺

開催日 11/18(木) 会場 聖徳寺



案内役は聖徳寺のクールな副住職。はじめにご住職から心安らぐ法話をいただき、気持ちが和んだところで「邦楽たまてばこ」によるミニライブに聴きほれます。深まる秋に、心を解きほぐしてくれる素敵一夜。

■案内人 聖徳寺副住職



邦楽たまてばこ

■スケジュール

- 19:00 ティータイム開始
19:15 講話
20:00 mini ライブ
21:00 終了

時 間	19:00 ~ 21:00
料 金	大人(中学生以上)1,000円 子ども 500円
定 員	30人 最少催行人数10人
集 合	聖徳寺 飯島町田切 2875
幼児同伴	不可
予約締切	11/15 (月)
主 催	イーラ実行委員会

プログラム予約番号 10-18

舞台は陣屋。That's いいなか いいなかの酒と肴と、SO-LAB(ソーラボ)と

開催日 11/22(月) 会場 歴史民俗資料館飯島陣屋



すべてが地産地消のスペシャルな宴。酒は今錦、肴はアルプスサーモンや馬肉料理。そして、オリジナリティあふれる和楽器バンド「SO-LAB」の演奏に酔ってください。陣屋から発信する「イーラ」的一夜です。

■案内人 丸山浩隆



SO-LAB

■スケジュール

- 18:30 集合
陣屋見学
食事とコンサート
- 20:30 終了

時 間	18:30 ~ 20:30
料 金	3,500円
定 員	30人 最少催行人数16人
集 合	歴史民俗資料館飯島陣屋 飯島町飯島 2309-1
幼児同伴	不可
注意事項	飲酒運転禁止
予約締切	11/18 (木)
主 催	イーラ実行委員会

プログラム予約番号 10-19

いいなかの未来を語ろう
秋の夜長のいも煮会

開催日 11/28(日) 会場 飯島成人大学センター大広間



これからのまちづくりについて語る夕べ。老若男女、立場も越えて、秋の夜長同じ鍋を囲み、さあ！飯島・中川とイーラの未来について話し合しましょう。皆さんのふるさとへの想いが、最高のかくし味です。

■案内人 片桐健治、宮崎博美、宮下進吾



■スケジュール

17:00 概要説明
17:30 いも煮会
19:00 終了

時間	17:00～19:00
料金	1,500円
定員	40人 最少催行人数9人
集合	飯島成人大学センター大広間
幼児同伴	不可
注意事項	未成年不可、飲酒運転禁止
予約締切	11/24(水)
主催	NPO 法人飯島中川政経人会議

プログラム予約番号 10-21

中川の隠れ家に貴女をエスコート
女性限定 チョイ悪オヤジの酒座めぐり 中川編

開催日 11/20(土)・11/27(土) 集合 チャオ駐車場



いいなかにその名もどろくチョイ悪オヤジが、とっておきの酒座3店をご案内。ふだん女性だけでは入りづらい店も、心根優しいオヤジ連がエスコートします。ミステリー感もありの隠れ家めぐり。

■案内人 桃沢博、米山正克、宮下進吾



■スケジュール

19:00 チャオ駐車場集合
21:00 終了

時間	19:00～21:00
料金	3,500円
定員	6人 最少催行人数6人
集合	チャオ駐車場 中川村片桐 4000
幼児同伴	不可
注意事項	飲酒運転禁止
予約締切	前日まで
主催	イーラ実行委員会

プログラム予約番号 10-22

ソムリエと楽しむヌーボーと絶品イタリアン
パスタDEボジョレ

開催日 11/24(水)、25(木) 会場 Cafe'Restaurant BOBBY-J



解禁になったばかりの今年のボジョレヌーボーを、ソムリエの話聞きながら味わいます。ワインとともに、イタリアンの名店ボビーJのパスタ10種も食べ放題。チーズやスイーツもバイキングでお楽しみあれ。

■案内人 岩村金男 (BOBBY-J)、サッポロビール所属ソムリエ



時間	18:30～20:30
料金	3,500円
定員	30人 最少催行人数10人
集合	Cafe'Restaurant BOBBY-J 飯島町飯島 2133-3 (アイトウン内)
幼児同伴	不可
注意事項	飲酒運転禁止
予約締切	11/18(木)
主催	Cafe'Restaurant BOBBY-J 株式会社 池上酒店

いい酒とおいしい料理といいヒトと
夜長にふさわしい美味しい3プログラム

食べる

秋といえば食欲の秋、いやいや月見酒でしょという方にぴったり。お洒落なあなたはボジョレとイタリアン？そして、女性限定の酒座巡りは、主催者の肝入りプログラムです。

プログラム予約番号 10-20

飯島の隠れ家に貴女をエスコート
女性限定 チョイ悪オヤジの酒座めぐり 飯島編

開催日 11/19(金)・26(金) 集合 JR 飯島駅前



いいなかにその名もどろくチョイ悪オヤジが、とっておきの酒座3店をご案内。普段女性だけでは入りづらい店も、心根優しいオヤジ連がエスコートします。ミステリー感もありの隠れ家めぐり。

■案内人 下平洋一、相沢昌史、片桐健治



■スケジュール

19:00 JR飯島駅集合
21:00 終了

時間	19:00～21:00
料金	3,500円
定員	6人 最少催行人数6人
集合場所	JR飯島駅前
幼児同伴	不可
注意事項	飲酒運転禁止
予約締切	前日まで
主催	イーラ実行委員会

お困りのことありませんか？

石積み・土木工事から
住宅建築・リホーム・水道まで工事のことならなんでもご
相談下さい。
休憩はラウンジにてお休み下さい。



宮下建設工業株式会社

お問い合わせは
上伊那郡中川村片桐4030
URL: <http://www.miyashitakk.com>
e-mail: info@miyashitakk.com



www.reishanee.jp/wakamuru/

HIKARI MISO
自然の恵み、いただきます。



有機味噌
750g カップ 683円(税込)

毎日味わえるお手頃価格の
有機味噌です。

ひかり味噌株式会社
本社 / 長野県諏訪郡下諏訪町 4848-1
TEL: 0266-27-8848(代)
<http://www.hikarimiso.co.jp>

世界に誇れる素晴らしい飯島町中川村
のたいなる発展を応援しています。



創立60周年記念

コートハウス赤坂



井坪建設株式会社
AKASAKA 飯島町飯島 2169 電話86-8778

ふるさともっと好きになる！
いいなかの歴史と自然を知る4プログラム

学ぶ

今も飯島・中川に薫る歴史の足跡を巡ったり、里山の自然を自分たちで観察してその豊かさを実感したり、ガイドさんの楽しいお話を聞こうち、ふるさとがきつともっと誇らしくなる。

- アイコン
- 食事付き
- お酒出る
- おやつ付き
- たくさん歩く
- 乗り物移動
- 駐車場あり

- ※ マークのプログラムで食物アレルギーのある方は、予約時にお知らせください。
- ※ お酒を飲まれる方は、運転は絶対にやめましょう。20歳未満の方の飲酒は禁じられています。
- ※ P マークのないプログラムでお車で越しの方は、公共の駐車場をご利用ください。

※表示価格は税込みです。

プログラム予約番号 10-23

飯島の来し方を訪ねる旅 飯島歴史散歩

開催日 11/20(土) 集合場所 西岸寺駐車場



飯島町本郷地区は、町名の由来となった飯島氏発祥の地。地元歴史家の桃沢匡行さんのお話を聞きながら西岸寺や飯島城跡、飯島氏墓所などを巡り、飯島のルーツを探ります。午後の中川歴史散歩とセットでどうぞ。

案内人 桃沢匡行



スケジュール

- 9:00 西岸寺駐車場集合
- 9:10 西岸寺
- 10:20 飯島氏墓所
- 10:40 飯島城跡
- 12:00 西岸寺駐車場：解散

時間	9:00～12:00
料金	1,000円
定員	40人 最少催行人数10人
集合場所	西岸寺駐車場
持ち物	歩ける服装、小雨決行のため
服装等	予報を見て雨具
幼児同伴	不可
備考	2.5Km 程度歩きます 雨天中止有(小雨決行)
予約締切	11/18(木)
主催	飯島中川地域文化を語る会

プログラム予約番号 10-24

開運!ご利益(ごりやく)探訪団 中川歴史散歩

開催日 11/20(土) 集合場所 チャオ駐車場



ご利益(ごりやく)をテーマに、夫婦円満の象徴双体道祖神に出会い、延寿院では縁結び祈願、銭不動では金運上昇のお札を頂戴します。地元歴史家の伊藤修さんによる案内付き。午前の飯島歴史散歩とセットでどうぞ。

案内人 伊藤修



スケジュール

- 13:30 チャオ駐車場集合
- 13:45 坂戸橋
- 14:20 双体道祖神
- 15:00 延寿院
- 15:45 銭不動
- 16:30 チャオ駐車場：解散

時間	13:30～16:30
料金	1,500円
定員	30人 最少催行人数10人
集合場所	チャオ駐車場
幼児同伴	不可
注意事項	雨天中止有(小雨決行)
予約締切	11/18(木)
主催	飯島中川地域文化を語る会

- アイコン
- 食事付き
- お酒出る
- おやつ付き
- たくさん歩く
- 乗り物移動
- 駐車場あり

プログラム予約番号 10-25

ぼくらは生き物のつながりの中にある 秋の里山 生物多様性スペシャル

開催日 11/23(火) 会場 遊ん場どきどきの森



飯島町「遊ん場どきどきの森」で自然観察会。私たちにとって身近な景観の里山は、生物多様性を保つ絶好の場所です。これを機会に地域の里山保全活動を始めませんか。散策の後は、落葉焚きをして焼き芋を頬張ります。

案内人 米山富和、米山妙子



スケジュール

- 10:00 本郷第2耕地
コミュニティセンター集合
- 10:15 里山散策
- 11:15 落ち葉集め・焼き芋
- 12:00 解散

時間	10:00～12:00
料金	大人(中学生以上)500円 子ども 300円
定員	40人 最少催行人数9人
集合場所	本郷第2耕地 コミュニティセンター
持ち物	歩ける服装、小雨決行のため
服装等	予報を見て雨具、軍手
幼児同伴	不可
注意事項	雨天中止有(小雨決行)
予約締切	11/19(金)
主催	エコツアー杜のなか

プログラム予約番号 10-26

江戸の代官所へタイムスリップ 歴史寸劇と料理で想う往時の陣屋

開催日 11/27(土) 会場 歴史民俗資料館飯島陣屋



陣屋を舞台に江戸時代のある一日を歴史寸劇にし、代官行列を楽しむ会が演じます。お代官さまのお裁きやいかに。また、当時お役人を接待したとされる料理を再現し、観劇の後皆さんに味わっていただきます。

案内人 代官行列を楽しむ会



スケジュール

- 10:00 陣屋集合
- 10:05 いろいろお茶接客
- 10:30 芝居・歴史寸劇
- 11:00 芝居と陣屋の解説
- 11:30 マル秘お楽しみタイム
- 12:00 お役人接待料理で昼食
昼食すみ次第解散

時間	10:00～13:00
料金	2,800円
定員	20人 最少催行人数14人
集合場所	歴史民俗資料館飯島陣屋 飯島町飯島2309-1
幼児同伴	不可
予約締切	11/24(水)
主催	代官行列を楽しむ会

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3 文化の日	4	5	6
7	8	9	10	11	12 オープニングイベント	13 ・茶室でいただく秋と吟行 ・おもてなしのテーブル コーディネートルェッスン
14 ・からかさ山トレッキングと 里山整備 ・里の秋生け花体験教室	15	16 ・アンチエイジング講座	17 ・プロ直伝の極上そばがき	18 ・音楽の森コンサート ・ハートフルライブ in 聖徳寺	19 ・曾我村長と行く天の中川 ・チョイ悪オヤジの 酒座めぐり 飯島編	20 ・飯島歴史散歩 ・中川歴史散歩 ・チョイ悪オヤジの 酒座めぐり 中川編
21 ・竹やぶ整備と竹細工・竹 筒料理	22 ・いいなかと酒と肴と SO- LAB (ソーラボ)と	23 勤労感謝の日 ・カメラ片手にいいなか 飯田線の旅 ・秋の里山 生物多様性スペシャル ・音楽の森コンサート	24 ・飯島名産アルプスサーモ ンの燻製作り ・バスタDEボジョレ	25 ・バスタDEボジョレ	26 ・チョイ悪オヤジの ・酒座めぐり 飯島編 シェフがこっそり教えるフ レンチオードブル	27 ・歴史寸劇と料理で想う 往時の陣屋 ・フレームアート体験会 ・チョイ悪オヤジの 酒座めぐり 中川編
28 ・秋真っ盛りの与田切流域 散歩 ・しめ縄づくり体験教室 ・秋の夜長のいも煮会	29	30	大人の珈琲時間 (初級講座) ☆開催期間中毎日 ※28日除く			

イーラ参加規約

1. 事前予約

- ・プログラムは、事前の参加予約が必要です。
- ・応募締切日前に定員に達したプログラムは、応募を締め切ります。

2. 自己責任

- ・参加者は、各自の自己責任でイーラにご参加ください。
- ・参加中の怪我や病気、事故などについては、当実行委員会は一切の責任を負わないものとします。

3. プログラム実施者の指示など

- ・プログラム実施者の指示および注意事項などは必ず守ってください。
- ・指示および注意事項に従っていただけない場合は、プログラムの途中であっても、参加をお断りすることがあります。

4. 法令の遵守

- ・イーラに参加するにあたっては、国の定める法律を遵守してください。
- ※歩くプログラム、道路交通法・交通ルール・マナーを守ってください。
- ※お酒を飲むプログラムは、20歳以上の方対象です。飲酒による運転は、法律で禁じられています。

5. 料金と参加制限

- ・料金は、大人と子どもの料金設定があります。
- ・大人(中学生以上)子ども(小学生以下)幼児(小学生未満…定員の対象となりません)
- ・明記がない場合は、大人が対象です。
- ・子どもだけのご参加はできません。(必ず保護者同伴でのご参加をお願いします。)

6. プログラムの中止およびコース変更

- ・プログラムは原則として、雨天でも実施いたします。
- ただし天候その他の理由によりコースの変更、中止をすることがありますので、ご了承ください。
- ・天候により中止を判断するプログラムは、前日までにプログラム主催者から連絡があります。

7. 服装、持ち物

- ・各プログラムにおける記載の服装、持ち物などを充分に留意の上、ご参加ください。
- ※歩くプログラムは、スニーカーやトレッキングシューズなどの歩きやすい靴でご参加ください。
- ※屋外のプログラムは、防寒着や折りたたみ傘などの雨具もお忘れなくご持参ください。
- ※万一来て、健康保険証のコピーをご用意ください。

8. 飲食

- 食物アレルギーがある場合は、予約時と実施当日にスタッフへお伝えください。

9. キャンセル

- やむを得ずキャンセルされる場合は、必ず前日までに予約先へご連絡ください。

10. その他

- ・当実行委員会の判断により、以下の場合、次回イーラへのご参加をお断りする場合があります。
- 参加者や会場近隣の住民などに対する迷惑行為があった場合。
- 参加が不適切と認められた場合。

運営 信州いいなか里山泊覧会イーラ実行委員会

主催 NPO 法人飯島中川政経人会議

後援 長野県上伊那地方事務所・飯島町・中川村・飯島町観光協会・中川村観光協会・飯島町商会・中川村商会・中川村営農センター

支援・協力 一般社団法人ジャパン・オンパク・信州諏訪温泉泊覧会ズーラ実行委員会・いいちゃんまちづくり連絡協議会

本事業は、平成22年度長野県地域発元気づくり支援金採択事業です