

長野県東京事務所発『信州通信』10月号 2018年10月2日(火)
～行楽の秋到来号…今月のゆかりのお店紹介は「とんかつ まい泉」…～

「秋」の語源には3つの説があるようです。曰く、空が「あき」らか（清く澄んでいる）であるところから、曰く、収穫が「飽き」満ちる季節であるところから、曰く、植物の葉が「あか」くなることから。

難しい理屈はさておいて、どの説を採っても秋のイメージにぴったり。空高く、おいしいものいっぱい、紅葉映える秋の信州を、目いっぱいご紹介します。

- 【1】発見！信州ゆかりのお店 in 東京
- 【2】長野県のトピックス
- 【3】信州イベント情報
- 【4】銀座NAGANO新着ニュース
- 【5】信州スポーツ情報

【1】発見！信州ゆかりのお店 in 東京（とんかつ まい泉）

豚肉料理でお好きなメニューは何ですか？

やっと過ごしやすくなってきましたが、例年になく暑さでたまった夏の疲れを吹き飛ばすために、ビタミンB1が豊富で疲労回復効果が抜群の豚肉をがっつり食べてはいかがでしょうか。今回は「とんかつ まい泉」を紹介します。

「とんかつ まい泉」は、長野市出身で創業者の小出千代子氏が1965年に有楽町日比谷三井ビル地下（現：日比谷ミッドタウン）に開業したのが始まり。

箸で切れるやわらかなとんかつは、当時のサラリーマンや宝塚劇場観劇のお客様に好評で、特に宝塚の女優さんからの「幕間に簡単に食べられるものを」とのオファーで作り始めた「ヒレかつサンド」は今も看板メニューです。

1983年に移転・開店した青山本店は、小出氏が居住していた渋谷区神宮前にあり、銭湯「神宮湯」をリノベーションしたゆとりある西洋館はレトロな雰囲気がおしゃれな店舗です。とんかつの美味しさはもちろんですが、外国人のお客様が3割強を占める、趣のあるレストラン。長野市のデパートで食したことしかなかった筆者も、都内で是非立ち寄ってみたいと感じた1軒です。

＊ ＊ こだわりポイント ＊ ＊

- ① 選び抜いた良質な豚肉（6種類の豚肉別にとんかつが選べます。）

特におすすめはまい泉オリジナルブランド豚「甘い誘惑」、他にも東京 X、

沖田黒豚、黒豚、紅豚、茶美豚

② 独自のレシピで焼いたパンを挽いた生パン粉

③ 味の決め手ソース

(1 番人気は甘口、他にも辛口、ヒレかつサンド用、黒豚専用)

《主なメニュー》

甘い誘惑熟成ロースかつ膳 (青山本店土日のみ 10 食限定)、黒豚ヒレかつ膳、
ヒレかつサンドほか

信州のお酒 (真澄) も提供中

《とんかつ まい泉 青山本店》

所在地：渋谷区神宮前 4 丁目 8 - 5

東京メトロ銀座線・千代田線・半蔵門線 表参道駅 A2 出口より徒歩 4 分

TEL : 0 1 2 0 - 4 2 8 - 4 8 5

《詳しい情報は下記へ》

<http://mai-sen.com/>

<http://maisen-online.net>

※信州ゆかりの飲食店情報がありましたら、専用アドレスにお寄せください！

【専用アドレス】 mg-shinshu@pref.nagano.lg.jp

【2】長野県のトピックス

信州花フェスタ 2019 ～北アルプスの贈りもの～

開幕半年前イベントを開催します！

来春 4 月 25 日～6 月 16 日に、松本平広域公園(信州スカイパーク)をメイン会場、
国営アルプスあづみの公園と烏川溪谷緑地をサブ会場として開催する、国内最大級の
花とみどりのイベント「信州花フェスタ 2019 ～北アルプスの贈りもの～」。

開幕半年前を記念して、「信州花フェスタ 2019 スペシャルマッチ」(松本山雅 F C 対
F C 岐阜 <2018 明治安田生命 J 2 リーグ第 38 節>) を開催します。

日 時：10 月 21 日(日) 14 時キックオフ

場 所：サンプロアルウィン(松本市神林 5300)

内 容：◇スタジアム場外でのPR活動

ワークショップ、パネルの展示、ノベルティ配布

◇スタジアム内でのセレモニー

- ・信州花フェスタ 2019 のテーマソング演奏
- ・信州花フェスタフレンズによるPR
- ・キックインセレモニー（始球式）

料 金：スタジアムへの入場には、観戦チケットが必要になります。

【問い合わせ先】第36回全国都市緑化信州フェア実行委員会事務局

（長野県建設部都市・まちづくり課全国都市緑化信州フェア推進室内）

電話：0263-88-1181

E-mail：ryokka-fair@pref.nagano.lg.jp

公式ホームページ：<https://shinshu-hanafesta2019.jp/>

【3】信州イベント情報

☆行楽の秋☆ ～目で楽しむ秋～

《北アルプス国際芸術祭プレイベント 2018 秋（大町市）》

2020 年に第2回の開催が決定した「北アルプス国際芸術祭」。中間年イベントとして、昨年の芸術祭のプレイバック展示、ワークショップイベントなどを開催。

■北アルプス国際芸術祭プレイバック 2017

日 時：9月1日（土）～10月28日（日）9時30分～16時 ※火曜日定休

会 場：信濃大町情報ステーション

（旧 芸術祭「信濃大町駅前インフォメーションセンター」）

入場料：無料

■北アルプス気流部の家

日 時：9月22日（土）～10月28日（日）作品展示 10時～17時

※休館日：公園休館日に準ずる。

会 場：国営アルプスあづみの公園（大町・松川地区）

入場料：あづみの公園入園料 大人 450 円・シルバー210 円・中学生以下無料

<http://shinano-omachi.jp/news/11061/>

《奥志賀高原紅葉フェスタ（山ノ内町）》

2,000m級の山々が連なり、広葉樹の種類が多く、彩り豊かな紅葉が楽しめる志賀高原で、紅葉最盛期にあわせて特産品販売のほか様々なイベントが開催。色とりどりの景色を楽しみに、足を運んでみてはいかがでしょうか。

日 時：10月6日(土)～8日(月・祝) 10時～15時(予定)

会 場：奥志賀高原バス停前駐車場

内 容：◇奥志賀ゴンドラで空中散歩

◇滝と絶景紅葉ガイド付きツアー など

https://www.nagano-tabi.net/modules/event/index.php?action=View&event_id=0000000418

《高遠「しんわの丘ローズガーデン」秋のバラ祭り（伊那市）》

遠くに中央アルプス、眼下に高遠町の街並みを望む、自然と調和した公園で、香り高い秋のバラをお楽しみください。

日 時：10月6日(土)～8日(月・祝) 9時～16時

会 場：高遠「しんわの丘ローズガーデン」

入場料：無料

内 容：◇麓のバラ茶屋（10時～15時）

◇バラの育て方なんでも相談 など

http://www.inacity.jp/kankojoho/koen/shinwanooka/rozegarden_autumn.html

《第32回全国日曜画家中部日本展（木祖村）》

関東・東海地区を中心に、全国の日曜画家の作品が木祖村に集結。紅葉とともに秋の芸術作品を楽しみにお出かけください。

日 時：10月6日(土)～14日(日) 9時～17時（最終日は16時まで）

会 場：木祖村社会体育館（木祖村役場隣）

<http://www.vill.kiso.nagano.jp/kankou/nichiyou/nichiyou.html>

《第13回信州大芝高原イルミネーションFestival（南箕輪村）》

保育園児や小学生、企業などが思い思いに電飾を飾り付け。趣向を凝らした作品が数多く観られます。

飲食店ブースのほか、休日には様々なイベントも開催予定。きらびやかな秋の夜をお楽しみください。

日 時：10月6日(土)～27日(土) 18時～22時

会 場：南箕輪村 大芝高原 ※周辺に駐車場あり

入場料：無料

<http://kankou-minamiminowa.nagano.jp/%e7%ac%ac13%e5%9b%9e%e4%bf%a1%e5%b7%9e%e5%a4%a7%e8%8a%9d%e9%ab%98%e5%8e%9f%e3%82%a4%e3%83%ab%e3%83%9f%e3%83%8d%e3%8>

[3%bc%e3%82%b7%e3%83%a7%e3%83%b3festival/](http://www.minowa-town.jp/momiji-festival/)

《もみじ湖紅葉祭（箕輪町）》

1万本のもみじが清流と湖畔を染める絶景と、もみじのトンネルを幻想的に照らし出すライトアップをお楽しみいただけます。期間中は、地元の工芸品やお菓子、農産物等の販売も。

日 時：10月20日(土)～11月11日(日) ※ライトアップ：17時～21時

会 場：もみじ湖周辺（ライトアップ会場：末広広場、売店：竹の尾広場）

入場料：無料

<https://www.minowa-town.jp/もみじ湖紅葉祭 2018/>

《小諸城址懐古園 紅葉まつり（小諸市）》

苔生した石垣と、紅葉したケヤキやモミジ、カエデなどの樹々とのコントラストをお楽しみください。

日 時：10月20日(土)～11月18日(日)

会 場：小諸城址懐古園

入場料：共通券：大人500円、小人200円 散策券：大人300円、小人100円

<http://www.kanko.komoro.org/event/index.html>

《第31回信州須坂大菊花展 菊まつり（須坂市）》

三本立てや懸崖作りなど、500鉢余りの見事な菊が会場を彩り、圧倒的な菊庭園やユニークな造形菊に目を奪われます。丹精こめて育てられた菊をぜひご覧ください。

日 時：10月25日(木)～11月12日(月) ※12日は12時終了

会 場：臥竜公園内特設会場

<https://www.city.suzaka.nagano.jp/contents/item.php?id=59630381c9d33>

《光前寺紅葉ライトアップ（駒ヶ根市）》

毎年しだれ桜のライトアップを開催している宝積山光前寺。今回、期間限定の特別企画として、紅葉のライトアップを行います。

日 時：10月27日(土)～28日(日)、11月2日(金)～4日(日)・9日(金)～11日(日)

17時～20時30分

会 場：宝積山光前寺

<http://www.kankou-komagane.com/news/index2.php?id=903>

☆行楽の秋☆ ～体験型イベント～

《信州小諸ふーどまつり（小諸市）》

小諸の新たな食文化 (Food) の開発や、地域性 (風土) の掘り起し、そして街歩き (Foot) を目的として毎年秋に開催。買い物や食べ歩き、各種ステージイベントなど大勢の人で賑わいます。

日 時：10月6日(土) 10時～15時

会 場：小諸駅前相生町通り、藤村プロムナード、ほんまち町屋館、小諸市庁舎前
ほか

<http://navi-suke.jp/e.html?id=0000006259>

《ツリーフレンドシップフェスティバル（安曇野市）》

ロープで木登りができるツリーイング、チェーンソーカービング、ツリーモックを使ったアクティビティーなどを体験することができます。期間中はふれあい動物園も開園。

日 時：10月6日(土)13時～16時、7日(日)10時～16時、
8日(月・祝)10時～14時

会 場：国営アルプスあづみの公園 堀金・穂高地区 ※駐車場 1,000台(無料)

入場料：大人 450円 65歳以上 210円 中学生以下無料

※体験によっては料金が発生する場合があります。

http://www.azumino-koen.jp/pickup/files/pickup_file_1004.pdf

《北アルプスアースディマルシェ（大町市）》

クラフトマルシェ&フリーマーケット&音楽を楽しむことができる、多国籍文化のフェスティバル。ぜひお気軽にご参加ください。

日 時：10月7日(日)～8日(月・祝) 9時30分～16時

会 場：国営アルプスあづみの公園 大町・松川地区 入口広場

入場料：大人(15歳以上)450円 シルバー(65歳以上)210円 小人(小中学生)無料

※クラフト体験料は別途必要

http://www.azumino-koen.jp/oomachi_matsukawa/new/topics.php?id=1680

《フード&ワインジャーナリスト 鹿取みゆきと巡る

おいしい信州ふーど ガストロノミーツアー（小諸市・佐久市）》

「信州の食材を育む風土と人に出会う旅」と題し、長野県の食文化の魅力を「食 (Food)、生産現場 (Field)、造り手 (People)」をテーマにご紹介するツアーを企画。特別案内人として、「おいしい信州ふーど」大使で、フード&ワインジャーナリストの鹿取みゆき氏をお招きし、国内外で評価を高めている NAGANO WINE の魅力も詳しく解説いただきます。

期 日：10月11日(木)～12日(金) [一泊二日]

※募集締切：10月4日(木)

※募集定員：18名(定員になり次第、募集締切)

※行程等詳しくはリンク先をご覧ください。

<https://blog.nagano-ken.jp/oishii/events/1216.html>

《小熊山トレッキング(大町市)》

鹿島槍ヶ岳や五竜岳が大きく眺められるビューポイントが各所にあり、景色を楽しみながら歩くことができます。木崎湖を見渡す丘でゆっくりと食べるお弁当の味は格別！

日時：10月14日(日) 9時～14時30分予定(受付時間 8:30～9:00)

会場：大町市平黒沢高原～小熊山トレッキングコース～中綱湖畔

(受付場所：黒沢高原 鹿島槍スポーツヴィレッジ駐車場)

参加費：中学生以上 1,000円 小学生 500円(保険料込)

内容：◇定員：180名(小学生以上)

※要事前申込：10月9日(火)(又は定員になり次第)締切

◇申込先：大町市観光協会(0261-22-0190)

◇持ち物：昼食・飲み物・雨具・防寒具・マイカップ等

<http://www.kanko-omachi.gr.jp/event/2018/08/1014.php>

《萩原浩司さん&鈴木ともこさんトークショー(駒ヶ根市)》

日本アルプスを世界に広めたウォルター・ウェストン卿が木曾駒ヶ岳に登頂した功績を偲び、「中央アルプスウェストン祭」を開催。

その前夜祭として、中央アルプスをテーマにしたトークショーが行われます。

日時：10月20日(土) 18時開場

会場：アイパル(駒ヶ根市東町4-3)

内容：◇定員：200名

※事前申込不要

◇萩原浩司さんプロフィール

山と溪谷社編集長。NHK-BS1「実践！にっぽん百名山」のレギュラー解説者として活躍中。

◇鈴木ともこさんプロフィール

マンガ家・エッセイスト。『山登りはじめました』シリーズがベストセラーに。11年前に木曾駒ヶ岳に登ったことがきっかけで山登りに目覚め、その後何度も訪れている。

<http://www.kankou-komagane.com/news/index2.php?id=902>

《安曇野スタイル2018(安曇野市)》

安曇野には、モノづくりや文化的活動を行っている人たちが大勢暮らしており、その活動を支える催しや文化施設なども多数点在しています。

そんな安曇野を、アート・クラフト・食・暮らし・自然、そして個性豊かな人々と触れ合いながら巡る催しが「安曇野スタイル」。「計画を立てて巡る」、「訪ねた会場で次のおすすめ会場を教えてもらう」、「安曇野散策をしながら気ままに巡る」など、皆様のスタイルで自由に安曇野をお楽しみください。

日 時：11月1日(木)～4日(日) ※時間は会場ごとに異なります。

会 場：安曇野(安曇野市・池田町・松川村)

※回遊型の催しのため、会場数は複数に及びます。

入場料：無料会場が多いですが、一部有料の会場もあります。

<http://azumino-style.com/>

☆食欲の秋☆ ～収穫祭～

《くだもの狩り(りんご)(山ノ内町)》

山ノ内町のりんごは、昼夜の気温差が大きく、南西向き斜面で日没まで日が当たる最高の条件で栽培され、甘くて色つきもよく高品質。

10月中旬には「シナノスイート」、11月中旬には「ふじ」や「シナノゴールド」の収穫が行われます。

日 時：9月上旬～11月中旬

会 場：町内の契約農園

入場料：30分食べ放題 大人1,000円 小学生600円

※観光農園ではありません。前日までにご予約をお願いします：

【ご予約・お問い合わせ】山ノ内町観光連盟 Tel.0269-33-2138 (9時～17時)

<https://www.info-yamanouchi.net/fruits/item.php?spotid=428>

《こだまの森 秋の感謝祭(収穫祭)(木祖村)》

地元で採れた野菜の販売やキノコ汁の無料配布のほか、間伐材を利用した射的体験などが楽しめます。

日 時：10月7日(日) 10時～15時

会 場：木祖村 こだまの森(木曾郡木祖村小木曾 3362) ※駐車場：無料

<http://www.kodamanomori.jp/wp/wp-content/uploads/b9400fa9958cf0cc03618a525399d01a.jpg>

《第35回南アルプスふるさと祭り(伊那市)》

地域の特色ある「食」をメインにしたお祭り。長谷鍋(猪鍋)、ローメン、そば、イ

ワナなど、里山の秋が感じられる地元グルメが味わえる屋台や、地場特産品の販売、夜には、毎年大好評の花火大会も！

日 時：10月7日(日) 12時～19時

会 場：美和湖公園(伊那市長谷黒河内)

<https://inashi-kankoukyoukai.jp/contents/archives/33125>

《よってかっしゅい、やまのうち秋の収穫祭(山ノ内町)》

山ノ内町の新鮮な果物・野菜など、秋の味覚が大集結！

日 時：10月14日(日) 9時～15時 ※雨天決行

会 場：道の駅 北信州やまのうち 駐車場

<http://info-yamanouchi.net/event/item.php?id=18>

☆食欲の秋☆ ～そば祭～

《新行そば祭り(大町市)》

秋にとれたばかりの地元産そば粉を使った新そばが、新行の民宿などで味わえます。

日 時：10月10日(水)～20日(土) 期間中無休

会 場：新行高原(大町市 美麻) 古家荘・山品・ヨコテ家

<http://www.kanko-omachi.gr.jp/info/2018/09/-101020.php>

《5週連続！ぶっとおしそば三昧(伊那市)》

「信州そば発祥の地」として名を馳せる伊那市で、5週連続でそばイベントを開催。

会場は週ごとに変わります。ぜひ全会場の完全制覇にチャレンジを！

◇第32回行者そば祭り 10月14日(日) 10時～14時30分

伊那市荒井区 内の萱スポーツ公園

◇第7回信州伊那の新そばまつり 10月20日(土)・21日(日) 10時～15時

みはらしファーム

◇山麓一の麵街道フェスタ 2018 in 伊那 10月27日(土)・28日(日) 10時～15時

高遠城址公園内特設会場

◇「高遠そば」新そばまつり 10月27日(土)～11月4日(日) 10時～14時

高遠城址公園内高遠閣

◇西春近新そば&きのご祭り 11月11日(日) 9時30分～15時

伊那スキーリゾートきのご王国

<https://inashi-kankoukyoukai.jp/contents/archives/30153>

《須賀川そば 法印さんと新そばまつり(山ノ内町)》

オヤマボクチ(山ごぼうの葉の繊維)をつなぎに使った、コシが強く、のど越しの良さが抜群な「須賀川そば」をご賞味ください！

日 時：10月27日(土)～28日(日) 10時～16時

会 場：山ノ内町北部公民館

入場料：入場無料

※新そば 700円、はやそば 200円 (茹でた千切り大根に水溶きそば粉をからめ、つゆをかけて食べる郷土食)

※そば打ち体験 1,500円(30人限定)

※イベント内容は変更される場合があります。

<http://www.kitashigakogen.gr.jp/>

※この他、県内のイベント情報をこちらでご覧いただけます。

【さわやか信州旅.net】<http://www.nagano-tabi.net/>

【花だより】<http://www.nagano-tabi.net/modules/season/hanadayori.html>

【4】銀座NAGANO新着ニュース

◇ショップ (1階) ◇

木曾の御菓子処大村屋さんから、昔ながらの美味しいお菓子を週末限定で販売します。

■栗子餅 1個 186円 (税抜)

栗と砂糖だけで炊き上げる純栗餡に、つきたての餅を包んだ素朴な味わいのある木曾の郷土菓子です。

■木曾の華 1本 1,204円 (税抜)

木曾名産のそば粉を皮だねとし、こしあん、大粒の栗を包んで蒸し上げました。特に秋は、新そば粉を使いますので、そば粉の香りと、栗の風味を存分にお楽しみ頂けます。

【今月のお酒&イベント紹介】

2018年度は銀座NAGANOで開催される日本酒関連のイベントとそのイベントにまつわるお酒をご紹介します。10月はイベントでもお酒でもない「本」のご紹介です。

その名も「信州の日本酒と人」

朝日新聞の長野県版で2016年1月1日から2017年11月20日まで連載されていた「酒もよう」を書籍化したものです。

長野県内の酒蔵54蔵取材し、主に人にスポットを当てて文章が書かれています。また全頁フルカラーで写真もたくさん！！

書籍化にともない、各蔵に「一酌入魂」という記事が新たに加わったのですが、その記事の半分を銀座NAGANOの日本酒担当が執筆しています。

お酒の味とその蔵の情報を独自の視点で書いていますので、ぜひご一読下さい。

銀座NAGANOで絶賛販売中です。

「信州の日本酒と人」 川辺書林 1,728円（税込）

◇イベントスペース（2階）◇

■信州花フェスタ 2019 半年前イベント in 銀座NAGANO

「【2】長野県のトピックス」でもご紹介した「信州花フェスタ 2019～北アルプスの贈りもの～」の開幕半年前を記念し、見た目にも華やかな「エディブルフラワー」を使った料理教室を開催。チャレンジしてみたいけれど、どんな料理に？どんな花の種類が？などの質問にもお答えします。

「食べられるお花」を身近に感じ、華やかなおもてなしを学んでみませんか。

開催日 2018年10月20日（土）

時間 11:00～13:00

定員 25名（申込先着順）

参加費 2,500円

お問合せ 第36回全国都市緑化信州フェア実行委員会事務局 TEL 0263-88-1183

URL <https://shinshu-hanafesta2019.jp/>

この他にも、信州を体感できる楽しいイベントを日替わりで開催しておりますので、ぜひお立ち寄りください。

イベントのご予約は、銀座NAGANOのWEBサイトで受付中です。

【銀座NAGANO】<https://www.ginza-nagano.jp/>

【10月のイベントカレンダー】<https://www.ginza-nagano.jp/event/date/2018/10>

【5】信州スポーツ情報（9月30日までの結果）

～皆様の応援をお願いします！～

≪御嶽海（上松町出身）≫ 大相撲秋場所（東関脇）9勝6敗

残念ながら、大関昇進の目安とされた11勝ならず。昇進は来場所に期待。

— ☆現在1位!!!☆ —

≪J2松本山雅FC≫ 第35節まで終了 18勝11分6敗 <22チーム中1位>

次節は10月6日（土）、ホームで愛媛FCと対戦。

【松本山雅FC】<http://www.yamaga-fc.com/>

≪J3AC長野パルセイロ≫ 第25節まで終了 7勝8分8敗 <17チーム中10位>

次節は10月7日（日）、ホームで鹿児島ユナイテッドFCと対戦。

【AC長野パルセイロ】<http://parceiro.co.jp/>

≪AC長野パルセイロ・レディース≫ 第13節まで終了 6勝2分5敗

<10チーム中6位>

次戦は10月6日（土）、ホームで浦和レッドダイヤモンズレディースと対戦。

【AC長野パルセイロ】<http://parceiro.co.jp/>

≪信濃グランセローズ≫ 後期全試合終了 15勝2分17敗 <西地区5チーム中3位>

【信濃グランセローズ】<http://www.grandserows.co.jp/>

確かな暮らしが営まれる美しい信州～学びと自治で拓く新時代～

しあわせ信州創造プラン2.0（長野県総合5か年計画）推進中！

<https://www.pref.nagano.lg.jp/kikaku/kensei/soshiki/shingikai/ichiran/sogokeikaku/2018keikaku.html>
