



～『機織りや竈ご飯』懐かしい里山暮らし
体験と猟師さんと里山を歩いて
森の多様性に触れあう旅～

1日目スケジュール

(注) 表記の時刻は予定です。当日の天候や交通渋滞等の諸事情により、変更をお願いすることがあります。

凡例 = 🚗 = 道路交通法上の許可等を要しない体験宿の自家用車を利用

11:11 佐久平駅浅間口 = 🚗 =

11:20 らいあん・はぎわら (昼食) - 12:50 = 🚗 =



湧き水でいただく「水萌えそば」

和菓子のような食感に驚き！
「緑」「白」「赤」があざやかな現在の製粉方式が開発前の古来の方式を復元した新製法の信州そば

13:30

伝統文化体験の宿「つたや」到着 チェックイン



いらびいきせ



藍染玄関

井戸水の美味しいお茶体験

敷地内の井戸からくみ上げた地下水でお茶をたてます。

これからのスケジュール確認やご希望を伺いたいします。



川魚のつかみどり
囲炉裏で塩焼き作り



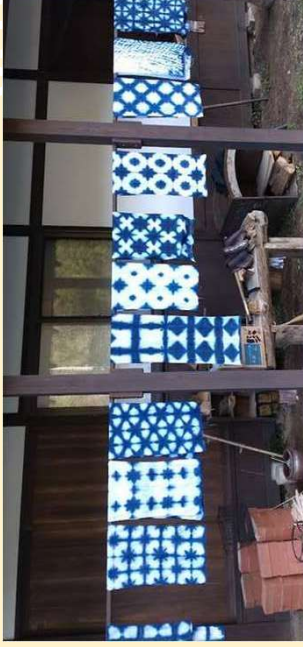
宿の横の小川でワイルドに川魚をとり、串刺しにし、塩焼き作り

機織り体験

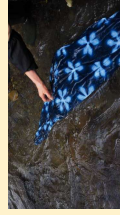


当館の機織り機は、旧家に眠っていた明治～昭和の機織り機をひとつひとつ修理したものです。出来上がり想像しながら、手を動かしていると、いつの間にか時を忘れてしまうことでしょう。

藍染め体験



渋沢栄一ここ内山に運んだ藍玉。自社農園で栽培し発酵させた藍染体験。オンラインワンの作品づくりを楽しんでください。



夕食体験【猟師さんのお料理教室】
薪割り、囲炉裏・かまどを使って、山の幸のお料理

食材は猟師さんが獲ってきた、どんぐりや筍を食べて育った鹿・猪・熊



薪割り



かまどご飯



山の幸



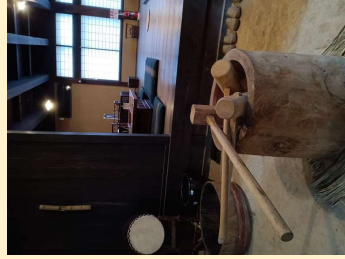
～『機織りや竈ご飯』懐かしい里山暮らし体験と
猟師さんと里山を歩いて
森の多様性に触れあう旅～

2日目スケジュール

朝

餅つき朝食体験 白と杵で餅つき

ご希望の時間に囲炉裏に火を入れます。



朝食はお客様に臼と杵で体験していただく、昔ながらの本気の餅つき朝食体験になります。

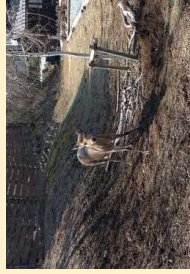
9:30

チェックアウト = 車 = 近くの森や里山へ

猟師さんと森や里山散策でのポイント

1. 木材を育てる人工林、ドングリがいっぱいある森のバランス
2. 鹿の角とぎの本 鹿と熊の出没後の見分け方
3. キツツキの本 鹿が木を枯らす→枯木にキツツキ毎年新しい巣を作る⇒キツツキ中古物件はリスが巣を作る→忘れん坊リスがドングリとかクルミ埋める→熊の大好物ドングリ増える。
4. 鹿の皮剥ぎの本 鹿の天敵オオカミがいなくなり皮剥ぎの木がとも増えている。
5. 熊の皮剥ぎの本 鹿と熊の剥ぎ方の違い。

奥山の森に生息する熊と人の暮らす集落の緩衝地帯である里山は動物たちの生態系を維持するうえで重要な役割をもっている。



鹿畏



鹿角痕跡



熊爪痕跡



キツツキの巣穴

12:30

信州王国フルーツおばさんのお店（昼食） = 車 =



フルーツおばさんのカフェ 花水木

地元産、旬のフルーツとトロピカルフルーツの見事なマッチング

13種類の果実の宝宝箱
「至福の果実トースト」

0:10

13:30

渋沢栄一「青天を衝け」石碑見学
—14:00 = 車 =



14:30

道の駅「ヘルシーテラス佐久南」お買物
—15:30 = 車 =

16:00

佐久平駅 解散