

～佐久地域の食文化を100年後に伝え残す～

## 「伝承料理講演会＆粉もの調理実習」を開催します

佐久地域に伝わる農村文化である、古くから作り食べ継がれてきた伝承料理や行事食などの食文化を次世代に伝え残すために、講演会、調理実習を実施します。

1 日 時 令和8年1月31日(土) 9時50分から16時00分まで

2 場 所 佐久穂町生涯学習館「花の郷・茂来館」  
(南佐久郡佐久穂町海瀬 2570)

3 主 催 佐久地域振興局 佐久農業農村支援センター

4 後 援 長野県農村生活マイスター協会佐久支部

5 参集者 長野県農村生活マイスター協会佐久支部、JA長野八ヶ岳女性部、JA佐久浅間女性会、長野県農業委員会女性協議会佐久支部、佐久管内市町村、学校教育関係者、商工会関係者、地域伝統食に関心がある方など、伝承料理に興味のある方はどなたでもご参加いただけます。(別紙記載の申し込み方法により申し込みください。)

6 内 容

(1) 講 演

演題 「佐久地域の食文化を100年後に伝え残す」  
講師 合同会社ソトツケ代表社員／Local-Fooddesign 代表／  
ローカルフードデザイナー／伝承料理研究家 坂本 貴秀 氏

(2) 調理実習

講演講師と調理講師3名による佐久地域の伝承料理、郷土食の紹介、調理実習(すいとん、ねぎせんべい、こねつけ他)と試食・交流会  
※調理講師3名は 農村生活マイスター協会佐久支部より島崎規子氏、井出紀子氏、井出みづ江氏

(3) 個別相談会

地域食文化の伝承等に関するアドバイス

坂本 貴秀 氏 1976年神奈川県相模原市出身。1994年経済企画庁(現:内閣府)入庁。青森県庁、農林水産省などを経て2015年に退職しLocal-Fooddesign設立。2021年には合同会社ソトツケ設立。企業や個人事業主向けの商品開発やプランディング支援、各種コンテンツ制作などに取り組んでいる。伝承文化事業として、青森県で伝承活動に取り組むグループや飲食店、観光事業者等と共同で食文化伝承を目的とした「津軽料理遺産」プロジェクトを発足。以来、伝承食文化を後世に残す取り組みを、全国各地でサポート。佐久地域には福島県飯館村と小海町との食文化疎開事業の取材や、「小海の食文化」冊子制作協力、小海町の百年食堂を取材したウェブ記事・漫画制作でたびたび訪問。



確かな暮らしを守り、  
信州からゆたかな社会を創る

しあわせ信州創造プラン3.0  
～大変革への挑戦「ゆたかな社会」を実現するために～

佐久農業農村支援センター 地域第一係  
小笠原、池田

電話 0267-63-3168(直通)

0267-63-3111(代表) 内線364

FAX 0267-63-3308

E-mail saku-nogyo@pref.nagano.lg.jp

この佐久の伝承料理、ご存知ですか？



佐久地域の食文化を100年後に伝え残す

# 伝承料理講演会& 粉ものの調理実習

参加費  
無料

調理実習  
メニュー

すいとん、皿焼き  
(ねぎせんべい)、  
こねつけ、かて飯

全国的に核家族化が進む中、古くから培われてきた地域食文化を次世代に繋ぐことが課題となっています。その一方、お米を取り巻く環境が変化する中、粉食や米に粉や穀類を加えた料理が特長の、佐久地域の食文化を再評価するタイミングが到来しています。そこで地域固有の食文化を伝え残す取り組み方を紹介する講演会と、ご家庭で作りやすくお米の価格が落ちていた後でも食べなくなる伝承料理の調理実習。そして、様々な取り組みを実践中・またはこれから取り組みを検討している個人やグループ、店舗等向け個別相談会を開催します。

日時

2026年  
**1月31日土**

09:50-11:15（講演会／定員100名・開場9:20）  
11:30-14:00（調理実習と試食・交流会／定員30名）  
14:00-16:00（個別相談会／当日9:20より受付）

会場

佐久穂町生涯学習館「花の郷・茂来館」  
〒384-0503長野県南佐久郡佐久穂町海瀬2570  
電話：0267-86-2041

調理実習  
持ち物

エプロン、三角巾、マスク、持ち帰り容器  
※講演会のみご参加の方は不要です

申し込み

お電話、FAX、メール、オンラインのいずれからお申し込みください。  
電話・メールの場合は裏面記載の項目をご登録・ご記入ください。

○お問い合わせ・お申込先  
長野県佐久農業農村支援センター  
電話：0267-63-3168 FAX：0267-63-3308  
メールアドレス：saku-aec@pref.nagano.lg.jp

締め切り：2026年1月23日（金）

オンライン  
申し込みフォーム



講師  
**坂本 貴秀**

伝承料理研究家  
ローカルフードデザイナー

1976年神奈川県相模原市出身。1994年経済企画庁（現：内閣府）入庁。青森県庁、農林水産省などを経て2015年に退職しLocal-Fooddesign設立。2021年には合同会社ソトヅケ設立。企業や個人事業主向けの商品開発やプランディング支援、各種コンテンツ制作などに取り組んでいる。

伝承食文化事業として、青森県で伝承活動に取り組むグループや飲食店、観光事業者等と共同で食文化伝承を目的とした「津軽料理遺産」プロジェクトを発足。以来、伝承食文化を後世に残す取り組みを、全国各地でサポート。

佐久地域には福島県飯舘村と小海町との食文化疎開事業の取材や、「小海の食文化」冊子制作協力、小海町の百年食堂を取材したウェブ記事・漫画制作でたびたび訪問。

別記

佐久農業農村支援センター 技術経営普及課 担当者 あて  
FAX 0267-63-3308  
メール [saku-aec@pref.nagano.lg.jp](mailto:saku-aec@pref.nagano.lg.jp)



伝承料理講演会 & 粉もの調理実習参加申し込み

伝承料理講演会＆粉もの調理実習へのご参加をご希望の方は、以下のフォーム（項目）に必要事項をご記入ください。

【開催概要】

日時：令和8年（2026年）1月31日（土曜日）・講演 9:50～11:15  
・調理実習 11:30～14:00  
・個別相談会 14:00～

開催場所：南佐久郡佐久穂町「花の郷 茂来館」

参加料：無料（調理実習希望者が定員に達した場合、抽選とさせていただき、調理実習は見学または実食のみのご参加をお願いする場合がございますのでご了承ください）

## 【持ち物】

エプロン、三角巾、マスク、持ち帰り用容器（タッパー等）、水分補給用の飲み物

## 【注意事項】

必要事項を正確にご記入ください。誤入力いただいた情報は、本イベント運営以外の目的では使用いたしません。定員に達した場合、調理実習は抽選見学と実食のみのご参加をお願いする場合がございますのでご了承ください。

1 氏名 \_\_\_\_\_

2 参加方法（該当に○印）  
① 講演会と調理実習      ②講演会のみ      ③その他

3 参加人数（該当に○印）  
① 大人1名 ②大人2名 ③大人1名＋子供1名 ④その他

4 電話番号（当日連絡の取れる番号をお願いします）

---

[View Details](#) | [Edit](#) | [Delete](#)

5 メールアドレス  

---

6 申込者のお住まいの地域（該当に○印）  
① 東諸古  ② 佐久古  ③ 東佐久郡  ④ 西佐久郡  ⑤ その他

7 所属（該當に○印）  
① 農村生活マスクタ ② 一般