

## 体験版ふるさとさんぽ

# おやき作り体験

縄文人も食べていた!?信州のソウルフード♡

シンプルだけど深い味わいがある安曇野の郷土料理、おやき。  
この環境この地域だからこそ、おやきの食文化が発展してきました。  
おやきを通して、この土地で自然とともに暮らしてきた人々の知恵を知り、感じ、味わう、安曇野案内人俱楽部のおやき体験ツアーです。ぜひご参加ください！  
ハイジの里食育ルームでおやきを作ったあと、付近をさんぽしながら安曇野の地形や自然、食文化について学びます。

日時：2026年2月7日（土）  
9:30～12:30（9:15受付開始）  
場所：安曇野スイス村ハイジの里  
参加費：大人1名1500円  
(15歳以下のこどもは無料)  
(保険、材料費、施設利用料、込み)



募集定員：15名程度（最少催行大人5名）  
持ち物：マスク、三角巾、エプロン、  
食べきれないおやきを持ち帰る容器  
＊（お一人様、2つ（2種類の味）  
のおやきを作ります。）

案内人：小嶋住江・百瀬土貴子  
当日連絡先：おじま090-8871-5977  
＊外を歩く時間もあります。  
当日は両手が空く歩きやすい支度、  
温かい服装でお越しください。

\*当時は、9:15より、ハイジの里駐車場 店舗北側入り口付近に受付を設置してお待ちしております。

