

アートワークショップ

事前予約ワークショップは、開始時間5分前までにワークショップエリアへお集まりください。



- 葉っぱアートワークショップ
～葉っぱで虫と魚をつくってみよう！～
会場内を散策し、様々な形や色の葉っぱを集め、自分だけの虫と魚をつくります。

11:00～12:30 / 13:30～15:00

※当日の受付も可能
※定員：各回20名（先着順。小学生以下の子様は保護者同伴）
※参加費：無料



- どんぐりのやじろべえづくり
どんぐりのやじろべえ（小諸ツリーハウスVer）を作ります。工作過程でさまざまなことを学びましょう。

10:30～12:00 / 13:30～15:00

※事前予約の方のみ
※定員：各回15名（先着順。小学生以上）
※参加費：無料



- 土染めで水遊び！型染めで昆虫採集！？
土から採れた染料で、水遊び感覚で絞り染めや、植物や昆虫などのモチーフの型を使って型染め。

10:30～12:00 / 13:30～15:00

※時間：随時受付
※作業時間：20分から30分程度
※対象：小さなお子さま～（できればおうちの方同伴）
※型染めは、小学生からがオススメ。
※参加費 700円～



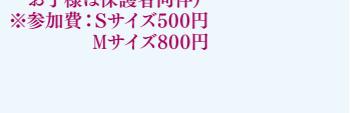
- 花のかんむりづくり
カラフルな紙を花や葉っぱの形に切って花の冠をつくりましょう。できあがったかんむりをかぶって、森の探検に出発です！

※時間：随時（講師の昼休憩中を除く）
※対象：3歳以上（未就学児は保護者同伴）
※参加費：500円



- ライブパフォーマンス針金細工
針金を使って昆虫やいろいろな生き物をつくりましょう。

※時間：随時受付
※対象：3歳くらいから（未就学児のお子様は保護者同伴）
※参加費：無料



- 巨大ミヤマとパレードしよう！
いつ現れるか、どれぐらいデカいのか、予測不能？
会場で見かけたら一緒に練り歩きましょう！

お申し込みはこちら https://momofukucenter.sakura.ne.jp/pmf_new/pmf.cgi?type=treehouse

会場：裏面地図をご参照ください



- おもちゃの楽団「ヒネモス」とシンバル人形づくり&演奏
おもちゃの楽団「ヒネモス」とシンバル人形をつくり、演奏しましょう！

12:15～13:15

※当日の受付も可能
※定員：30組（小学生以下の子様は保護者同伴）
※参加費：500円

ステージ



- ヒネモス 13:45～
メンバー11人を擁する無駄に大迫力な楽団ヒネモス。2004年タカハシペチカ（ショビン）を中心にして結成。運動会の鼓笛隊のごとき多数の鍵盤ハーモニカ、リコーダー、マーチングスタイルを得意としつつも、どこかにありそうで、どこにもない国音を奏でる見所、聞き所、突っ込み所満載のサーカス的集団。

※時間：随時（講師の昼休憩中を除く）
※対象：小学生以下の子様は保護者同伴
※参加費：500円



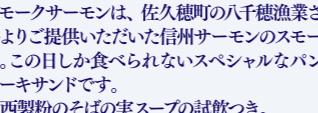
- The holy ground 10:30～
バイオリンとうた：ホーリー、ギター：伊藤駿
ケルト音楽を通じて出会った二人の演奏家、どこか懐かしく繰り広げ心の深きところに響く音楽を奏します。

会場：百福センター内 食堂



- 軟水・硬水でコーヒー飲み比べ
小諸は浅間山系の硬水と八ヶ岳山系の軟水の両方が味わえる土地。水の違いがコーヒーをどう変えるか体験ください。

会場：百福センター内 食堂



- そば粉のパンケーキで
野菜たっぷりわんぱくサンド

低 GI 値でヘルシーなそば粉のパンケーキを綺麗な断面のサンドイッチを作りましょう。
具材はたっぷりの野菜、そば粉と相性の良いクリームチーズ、スマーキャモン。

- スモーキャモンは、佐久穂町の八千穀漁業さんよりご提供いただいた信州サーモンのスマーキ。この日しか食べられないスペシャルなパンケーキサンドです。

10:45～12:30～ / 14:30～

※当日の受付も可能
※所要時間：60分
※定員：各回5組
※参加費：1500円（2食分できあがります）

会場：裏面地図をご参照ください



- 木の実や自然素材で彩るアロマワックスバー
アロマワックスバーとは…天然素材の大豆のワックスと蜜蝋をベースにアロマ（精油）で香りを付けます。火を使わずに芳香浴が出来るので安全で手軽なアロマテラピーです。

※時間：随時受付

※対象：3歳くらいから（未就学児のお子様は保護者同伴）

※参加費：Sサイズ500円
Mサイズ800円

- 風穴ミステリーツアー
冷風が吹き出す不思議な空間「水風穴」江戸時代から300年以上活用されてきた天然の冷蔵庫に入り、大地の神秘を体験します。

13:00～14:00

※当日の受付も可能

※定員：40名（小学生以上。小学生のお子様は保護者同伴）

※参加費：無料

※服装：歩きやすい服装でお越しください。

フードエリア

各食品の該当アレルギーは、各ブースにて表示しています。



- 浅間兄弟
“Eat Local, Think Community”信州小諸の豊かな自然と食から生まれる、新たな人の縁に可能性を見い出したのは、料理一筋、東京で腕を磨き上げてきた二人の料理人。洋食シェフ・鴨川知征と、和食料理人・闇治史からなるケータリング料理ユニット「浅間兄弟」は、このツリーハウスプロジェクトで出会い、生まれました。小諸が育む「おいしい」に純粋に感動し、その楽しさをお届けします。

10:30～13:00～
※定員：各回5組
※対象：小学生以下の子様は保護者同伴
※参加費：500円



- Localbench
イタリアトスカーナ地方を想わせる信州の田舎町、東御（とうみ）。静かな集落の片隅で、信州で採れた小麦と、古くから受け継がれてきたヨーロッパの製法を用いて、パンを焼いています。本場フランスの技術を追跡しながら、染み渡る味わいと手の温もりを大事にパンづくりを心がけています。

※時間：随時（講師の昼休憩中を除く）
※対象：小学生以下の子様は保護者同伴
※参加費：無料



- 玄米菜食ごはんや ハレノビ
特製お弁当 900円
玄米とお野菜のおかずが7種類入ったお弁当です。※写真はイメージです。当日のお弁当の内容は仕入れにより変更がある旨、ご了承ください。

※時間：随時受付
※対象：小学生以下の子様は保護者同伴
※参加費：無料



- HAKKO × ファーマーズキッチン
特製お弁当 1200円
塩麹漬信州ハーブ鶏のからあげ・塩麹漬信州ハーブ鶏のグリル醤油豆ソース・鶏ミートボール・山ノ内産きのこのたまり醤油漬け・彩り野菜の山椒漬けが入ったお弁当です。

※時間：随時受付
※対象：小学生以下の子様は保護者同伴
※参加費：無料

サウンドワークショップ



- ドラムサークル
毎度おなじみのドラムサークル。どなたでも参加可能です。輪になって太鼓を鳴らして命のリズムをわがまあいましょう！

11:30～12:00 / 13:30～14:00

※先着順
※対象：小学生以下の子様は保護者同伴
※参加費：無料

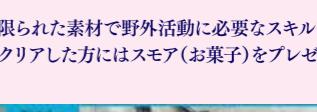


- 竹で楽器をつくろう
竹からケーナ（中南米の民族楽器）、縦笛、ミニ笛、マラカスなどを作りましょう！

※時間：随時受付

※対象：小学生以下の子様は保護者同伴
※参加費：100円～

アウトドアスキルズブートキャンプ



- SON OF THE SMITH HARD CIDER
旅・フィールドワーク・研究を体験共有するりんご農家・化学者など各分野の専門家が、「Make Cider, Make Culture」 "Farm to Chees" を共通理念として繋がり生み出したジブシーサイダリー。「農家の創出」と「次世代に繋げる物作りの実現」をミッションとして未知なる美味しいさの探求を行います。

10:00～12:00～ / 13:00～14:00～
※当日の受付も可能
※所要時間：60分～

- HAKKO
山ノ内湯田中温泉にあるビアバーで、8つの醸造食品を様々なスタイルでフードを提供しております。信州の発酵文化の魅力を世界に発信するビアバースタイルの店舗です。信州農家を応援する活動をしている八百屋グループ Farmers kitchen GONDO の農産物とのコラボメニューをご提供致します！

11:00～13:00～
※当日の受付も可能
※所要時間：60分～

- Akka
佐久市茂田井にあるパン屋です。自家製酵母のパンと焼き菓子をご賞味ください。レーズンから起きた自家製酵母と国産小麦、地元で採れた素材を使い、食事パンも菓子パンも焼いています。乳製品や卵は使っていません。なるべく多くの人に食べやすさと安心できる素材で提供したいと思っています。

11:00～12:00～ / 13:00～14:00～
※当日の受付も可能
※所要時間：60分～

- Pomme Girls Juice & Cider Bar
りんごお酒が大好きなPomme Girlsの二人がりんごジュースとりんごのお酒シードルを提供します。長野県内の農家自慢のりんごジュースを飲み比べ、オリジナルのシードルを使ったフレイバードシードル（シードルカクテル）をお楽しみください。

11:00～12:00～ / 13:00～14:00～
※当日の受付も可能
※所要時間：60分～

- OJAS RAW CHOCOLATE
ローチョコレート／ロースゥーツとは、48度以下の非加熱／低温で調理する事で、本来のカカオ豆の持つ個性、酵素、栄養素を壊す事なく、カカオや食物が持つ「生きた栄養素」やエネルギーをダイレクトに感じ事ができるスゥーツです。ローカカオ以外の原料も、無農薬、無添加素材を中心とし、乳製品、豆乳、白砂糖、小麦などを一切使用せず、天然の甘味料のみを使用し、一つ一つ丁寧に手作りしています。

11:00～12:00～ / 13:00～14:00～
※当日の受付も可能
※所要時間：30分～

- kodemaringo
kodemari sweets+りんご家 SUKEGAWA マクロビお菓子のkodemari sweetsとりんご農家のりんご家 SUKEGAWA が出会ってきました。kodemaringo.旬の美味しさぎゅっと詰め込んだ食べて美味しい、貰ってトキメク、贈る人も嬉しくなる。そんな大人のお菓子。信州小諸から発信。美味しいスコーン、お菓子、りんご家 SUKEGAWA の美味しいジャム、ジュースも一緒に並びます。

11:00～12:00～ / 13:00～14:00～
※当日の受付も可能
※所要時間：30分～



- アニマルトラッキング
リス、キツネ、タヌキ、テン、ハクビシン、アカネズミ、カモシカ、シカ、モグラ、ムササビ、サル、イノシシなど、センター内に出没する様々な動物。足跡、体毛や羽、糞などを手がかりにどんな動物が訪れたかを推察します。運がよければ動物に会えるかも！

12:00～ / 14:00～

※当日の受付も可能
※所要時間：60分～

- 木炭で熱した釘でオリジナルペーパーナイフづくり
竹からベグ＆ボールでシェルターブル

11:00～ / 14:00～

※当日の受付も可能
※所要時間：60分～

- 竹のベグ＆ボールでシェルターブル

12:00～ / 14:00～

※当日の受付も可能
※所要時間：60分～

- 割て燃やして焼いて食べる
「薪は三度、人を温めてくれる」と言います。一度目は薪割りで、二度目は薪を燃やして鐵した火で、三度目はその火で料理したものをおべてます。今日は薪割りをして、火を鐵して、その火で焼いたマシュマロをクッキーに乗せて食べましょう。昔ながらの火起こしも体験できます。

10:30～11:30 / 13:30～14:30

※定員：各回5組（先着順。お子様のみの参加は不可）
※参加費：無料



- パチンコづくり
つくるのは簡単、飛ばすにはコツがいるパチンコ。
</