

No.19

山里の文化体験、 信州の郷土料理 「おやき」・ 「信州そば打ち」体験

八坂ふるさと体験館

“郷土料理「おやき」を知れば長野の暮らしが見えてくる”といわれています。長野県の山間部は急峻な地形が多く、寒冷な気候なため米の栽培に適さないところが多いです。こうした山間地では小麦や蕎麦が多く栽培され、1日1回はその粉を使った食事で、米の代わりとして祖先の食を支えていました。今では長野県全体の郷土料理として親しまれています。

長野県といえば蕎麦屋の件数が全国一位。「信州そば」というほど蕎麦は代表的な郷土料理です。冷涼な気候で高冷地の農産物として育てられてきたのが「蕎麦」です。大自然を感じながら雰囲気のある古民家で山里の文化体験ができる施設です。



定休日	調整いたします
開館時間	調整いたします
所要時間	約3時間
対応可能人員	15名程度



Learning Point

探究学習のポイント

事前学習

課題の明確化

おやきや蕎麦は長野県の郷土料理といわれてますが、長野県内でおやきや蕎麦の原料となる小麦や蕎麦の栽培に適しないところがあるのか調べてみましょう。また、地域によって違う蕎麦の食べ方について調べてみましょう。

現地学習

答えを導く

信州の郷土料理「おやきづくり」・「そば打ち」体験、試食を通して地元の人とのおしゃべりを大切な学習への時間としてください。

事後学習

掘り下げる

皆さんの地域での郷土料理を調べると共にどうすれば保存、継承することができるのか考えてみましょう。



山里の文化体験、信州の郷土料理 「おやき」・「信州そば打ち」体験

事前学習

課題の明確化

おやきや蕎麦は長野県の郷土料理といわれてますが、長野県内でおやきや蕎麦の原料となる小麦や蕎麦の栽培に適さないところがあるのか調べてみましょう。また、地域によって違う蕎麦の食べ方について調べてみましょう。

現地学習

答えを導く

信州の郷土料理「おやきづくり」・「そば打ち」体験、試食を通して地元の人とのおしゃべりを大切な学習への時間としてください。

事後学習

掘り下げる

皆さんの地域での郷土料理を調べると共にどうすれば保存、継承することができるのか考えてみましょう。