

プログラム番号▶ 13-1



## 黄金色に輝く田んぼで実りを実感！ 汗も流して農家食体験 10/19(土)



一面黄金に輝く田に足を踏み入れると、感動的な景色に出会えます。稲刈り後の作業もお手伝いして、農家めしも農家と一緒に！新米炊き立てごはんに合わせて、素朴で味わい深い農家料理を堪能。農家の普段に出会うプログラムです。



講師 伊藤 太

水稲約 35ha、蕎麦約 26ha で営農している大規模法人の園主。でも多趣味で何でもこなします。

**会場** 鹿角市十和田地域内  
**料金** ¥1,500 (食事付き)  
**定員** 5名 / **最小催行人数** 2名  
**準備** タオル・雨具(カッパ)・長靴・着替え・飲物

### スケジュール

9:00 JR十和田南駅集合  
田んぼ到着後、作業開始  
稲刈り体験・稲運び  
昼食

13:00 JR十和田南駅解散

秋北バス 小坂行「十和田南駅」下車

プログラム番号▶ 13-2



## りんご農家の昼下がり ひかる君の焼きりんご&桃カレー 10/20(日)



りんごの小道をぬけると一面真っ赤なりんごの実。時々出るひかる君の鹿角北限のギャグ?! に誘われて畑で焼きりんごをご満悦。昼食にはひかる君家の日本一遅い桃を使った桃カレー。気分は農家レストラン。



講師 中村光心

鹿角屈指の大農家カネキ農園の9代目。おいしいりんごを育てる為、常に研究を怠らない。

**会場** カネキ農園 **料金** ¥2,500 (昼食付き)

**定員** 20名 / **最小催行人数** 5名

**準備** 動きやすい靴・汚れてもいい服装

**他** 駐車場がないため車でお越しの方は十和田南駅 10:27発のバスをご利用下さい。

### スケジュール

10:40 関上バス停集合  
りんごの小道を散歩  
焼きりんご作り・昼食  
13:45 終了

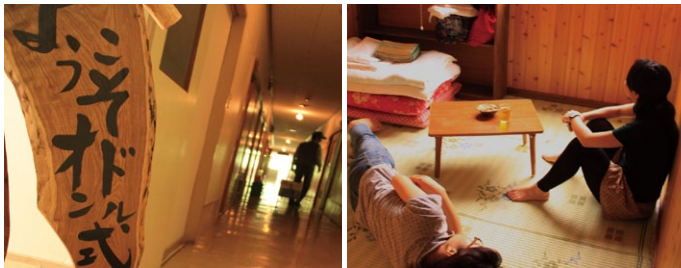
秋北バス 十和田湖行「関上」下車

カネキ農園HP hikaryannoringo.jimbo.com

プログラム番号▶ 13-3



## 山コン 山でこんにちは オンドルで自然パワーを感じよう 10/23(水) 11/3(日)



温泉熱を利用したオンドル(床暖房)に横になると、体の芯から温まり、自然治癒力も高まります。耳を澄ますと川や滝の水の音、虫の音、風の音。温泉、健康的な昼食、自然の力、地域独特のオンドル湯治文化に触れて癒しの休日どうぞ。



講師 阿部ファミリー

阿部ファミリー

親子3代で自然を感じながら銭川温泉を切り盛り。ぬくもりにあふれた環境と笑顔で皆様をお迎えします。

**会場** 銭川温泉  
**料金** ¥2,500 (昼食・入浴代込み)  
**定員** 10名 / **最小催行人数** 3名  
**準備** 入浴セット・タオル・バスタオル  
**他** 昼食後は自由解散となります

### スケジュール

9:30 銭川温泉集合  
各自オンドルの個室で休憩  
12:00 健康的な手作りお膳で昼食  
昼食後解散

秋北バス 玉川温泉行「銭川温泉」下車

プログラム番号▶ 13-4

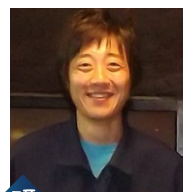


(試食)

## 意外! ……スイーツ! ? 米粉入り餃子の皮で新レシピ!! 10/27(日)



「鹿角の良質なお米を全国の方々に知って、食べて欲しい...」この想いから立ち上がった「しこっ魂プロジェクト」で試行錯誤を重ねて完成した「米粉入り餃子の皮」。今回は多くのアイデアから生み出された新レシピをご紹介します。



講師 安保大介

安保食品に勤め、新商品開発に力を入れる安保さん。多くのアイデアをみなさんに伝授いたします。

**会場** あんとらあ  
**料金** ¥2,000  
**定員** 10名 / **最小催行人数** 2名  
**他** 料理教室ではございません

### スケジュール

14:00 あんとらあ内見学  
レシピ紹介・試食  
↓  
実食  
17:30 解散