

2019年 夏

信州リアル七福神と歩く!

食べて満喫!
見て満足!

ご利益

うまいもんめぐり

門前
リアル
七福神

「信州リアル七福神」とは、善光寺界隈ならではのおすすめの食を7つのテーマに分けてご紹介する達神です。夏の長野市の魅力を存分にお伝えします!

2019 7月 Jul

27土

14:00~15:30
(1時間半)

集合 パティオ大門
えんがわ前

定員 10名

費用 3,000円

信州リアル七福神 甘味の神と巡る!

保冷バックに門前の甘味を詰め込もうツアー



〔豆腐〕→〔善光寺プリン〕→〔菓恋〕
→〔カズーリ〕→〔春陽〕→〔サニエ
テラス〕を巡ります。門前界隈の甘
味を楽しみましょう。

甘味の神〈布袋尊〉

箱山 正一さん 箱山ふとん店 四代目店主
109年つづく実家のふとん屋を継承するた
めに関東からUターンして長野に帰ってきた
かと思いきや、門前界隈でさまざまな取り組
みを仕掛け盛り上げています。
夢は門前でちゃんこ屋をやる
こと。大きな体は炭水化物と甘い
ものでできている(笑) 大好きな甘
味処を独自の視点でご案内します。



2019 8月 Aug

12月 (振休)

11:00~13:30
(2時間半)

集合 粉門屋仔猫

定員 10名

費用 2,500円

信州リアル七福神 粉もんの神と作る!

世界にひとつの手作りパン体験



粉もんの神のお店、粉門屋仔猫に
てそば粉を使用したパン作りを
行います。出来たてのパンランチ
もあります。ゆっくりパンのお話
をしましょう。

粉もんの神〈大黒天〉

小林 千鶴さん
粉門屋仔猫店長/1級パンシェルジュ
自家製パンとワインのショップ
粉門屋仔猫で、天然酵母を使った
パンを毎日焼いています。
旬の果物や野菜を使ったパン作
り、おかずや飲み物と一緒に楽し
めるペアリングをご提案してお
ります。



2019 9月 Sep

21土

10:30~12:30
(2時間)

集合 権堂往生院
(弁財天参拝)

定員 10名

費用 2,000円

信州リアル七福神 発酵食の神と巡る!

門前発酵食めぐりツアー



〔久世福商店 善光寺大門本店〕→〔善
光寺外苑 西之門よしのや〕→〔門前
みそ すや亀善光寺店〕→〔九九や旬
粋〕を巡ります。良質の糀やお醤油、
大吟醸酒や甘酒の試食・試飲、蔵見
学、老舗味噌ソフトクリーム、そして最後は地元の発酵食を使っ
た蕎麦ガレットです。門前町の発酵食の数々をご堪能ください!

発酵食の神〈弁財天〉

吉澤 茜さん 食旅☆NAGANO代表
長野県内で「食」をテーマにインバウ
ンド活動に取り組む中で、発酵食に着
目。いまや世界で見直されている発酵
食。長寿国日本、長寿県長野でも発酵
食が盛んであり、その魅力を地元の方
のみならず、長野に来られる方々に是非
味わってほしい! そういう願いを込
めて紹介していきます。



お申し込みは、開催日の **3日前** までに下記にてご予約ください。

※定員に達し次第受付終了となります。※店舗の都合等により、行程が変更になる場合があります。※雨天決行ですが、荒天の場合は中止になる場合もございます。

(公財)ながの観光コンベンションビューロー ☎026-223-6050 9:00~17:00 ※土日は休み



ながの縁を
信都・長野市



信州リアル七福神
がおすすめする!

善光寺界隈のうまいお店

甘味の神(布袋尊)がおすすめする7店

- 1 長喜園**
お茶一筋の明治37年創業の老舗
本場京都宇治の抹茶を使ったチーズケーキやパエリア、抹茶ゼリーなどのスイーツは、店主の奥さんお手製。
▲長野市西後町1580 ☎026-232-2511
●9:00~18:00 ●土日祝
●駐車場なし
- 2 和菓子 豆腐 まめこよみ**
美しい季節の和菓子の数々
季節の和菓子は、目にも美しいものばかり。どら焼きは「祝」がありとうなどの機印入りも。(要予約)
▲長野市西町1042-2 ☎026-219-2629
●6:30~18:00 ●火曜日、第4水曜日
●駐車場2台
- 3 藤田九衛門商店**
鯛焼きならぬ「鯉」焼きのお店
小豆を使わない鯉は、店番の花豆から季節にあわせた長野県産の果物を使ったものも人気。鯉焼きのブランド名は「垂水」。
▲長野市東之門町400-2 ☎026-219-2293
●6:30~21:00(冬季12~2月/7:00~) ●売り切れ次第終了
●不特定休 ●駐車場1台
- 4 卯月堂**
明治5年の卯月に善光寺のお露元新田町創業
一枚ずつ丁寧に焼き上げた、和風くっつい「そばの華」が人気。通常の丸型、本店限定でハート型の可愛いタイプも。
▲長野市南町653-2 ☎026-234-0884
●8:15~18:00 ●日曜日
●駐車場4台 ※店舗向かい側の駐車場内
- 5 一心堂**
昔ながらの製法を守ってきた老舗のお餅屋さん
その日石臼で挽く米粉をこねて蒸す、お米の甘味が感じられる製法。定番のお団子や大きな大福、おやきなどが並び。
▲長野市立町976 ☎026-232-5065
●8:00~17:00 ※売り切れ終了
●水曜日 ●駐車場1台
- 6 長門屋**
長野市で「かき氷」といえばここ! 創業明治30年
6月ごろから9月いっぱい期間限定販売。おすすめは数量限定「梅干露」。秘伝のシロップはすべて自家製。
▲長野市大字長野元善町468 ※善光寺に王門路 ☎026-233-2286
●夏期10:30~18:00 ※イベント開催時は延長 / 冬期10:30~16:00 ●水曜日 ●駐車場1台
- 7 やよい茶屋**
善光寺境内の茶屋
境内にある2軒の茶屋のうちの1軒がやよい茶屋。おすすめは、絶妙な触感の手つくり寒天と茶屋で仕込む蜜のあんみつ。
▲長野市長野元善町491 (善光寺境内)
●9:00~16:00、3月中旬~11月下旬(冬場は閉店)
●不特定休 ※寒天の場合は閉店の場合あり ●善光寺駐車場

粉ものの神(大黒天)がおすすめする7店

- 1 粉門屋仔猫**
自家製天然酵母のパンが買えるお店
おすすめは噛めば噛むほど味わいが深くなるバターロールをはじめとするハード系のパン。
▲長野市南石堂町1279-6 1F ☎090-2175-2020
●11:00~パン完売次第閉店
●日曜日、月曜日、ほか不定休あり ●駐車場なし
- 2 LA GATTA**
美味しいワインと四季を感じる食材が楽しめる
長野ではまだ珍しい「パンペアリング」を味わえるフレンチレストラン。パンは粉門屋仔猫のパンを使用。
▲長野市南石堂町1279-6 2F ☎026-224-2822 ☎ランチコース12:00~15:00(L.O.13:30)、ディナー18:00~22:30(L.O.21:00)
●不特定休 ●駐車場なし、パンだけの販売はしておりません
- 3 la rencontre**
ラングコントル
古民家をリノベーションしたフレンチレストラン
地元食材、旬の食材のフレンチコースと、お料理に合わせたレシピで焼く本格的なパンを同時に楽しめるお店。
▲長野市東之門町328 ☎026-217-0162 ☎ランチ12:00~15:30(L.O.13:00)、ディナー18:00~24:00(L.O.20:00)
●月曜日、完全予約制 ●駐車場なし、パンだけの販売はしておりません
- 4 bar e trattoria Piu' Lungo**
パネトローネ、イタリアン
本場仕込みの陽気なイタリアンが楽しめるお店
南千歳公園からすぐ近く。長野県産小麦「華精」をメインに使用したパンと本場のイタリア料理が味わえる。
▲長野市南町1-7-12 フロムワンB1 ☎026-217-5660 ☎ランチ11:30~15:30(L.O.14:30)、ディナー18:00~22:00(L.O.21:00)
●日曜日、第2月曜 ※祝日等で変更があります ●駐車場なし
- 5 Boulangerie PAIN POLKA Avec café**
フーランジェリー パン・ポルカ アベック カフェ
モーニングから気軽に美味しいパンを楽しめる
試行錯誤の上に完成したというクロワッサンは発酵バターが豊かに香る。ポロポロこぼれ落ちる、食べやすいのも特徴。
▲長野市南町12-21-21 ☎026-223-3760
●7:15~19:00 ●日曜日、第2・第4・第5月曜日
●駐車場あり(カフェ利用時は乗り合わせにご協力ください)
- 6 boulangerie VOISIN**
魅力的なフランスパンのあるお店
おすすめは、外のバリバリ感と内側のほどよいしっとり感、旨味の広がるほどよい塩味のバゲット。
▲長野市三輪6丁目6-1 K&Aビル1F ☎026-233-2882
●8:00~19:00 ※完売次第閉店 ●月曜日、火曜日
●駐車場あり
- 7 kuland② クランド**
料理を引き立てる天然酵母パン
酒粕から自家培養した酵母のパンとイタリア郷土料理から本格フレンチまで楽しめるお店。
▲長野市購買上干蔵町1155-2 ハヤシビル1F ☎026-219-3681
●ランチ11:30~14:30(L.O.13:30)、ディナー18:00~22:30(L.O.21:00) ●火曜日、第1月曜日 ●駐車場なし

発酵食の神(弁財天)がおすすめする7店

- 1 信州味噌 すや亀 善光寺店**
信州味噌・門前ふらの老舗
人気の高い「味噌ソフト」や焼き立ての善ばい「焼きむすび」などが味わえる。
▲長野市善町王門北 ☎026-237-2239
●夏期9:00~18:00 / 冬期9:00~17:00
●無休 ●駐車場なし
- 2 善光寺外苑 西之門よしのや**
善光寺に一番近い蔵元
直売店「よしのや」・酒や味噌、甘酒などの試飲・試食ができます。きさくなお店の方との会話も楽しみ。
▲長野市大字長野西之門町941 ☎026-237-5000
●9:00~17:30 ※繁忙期延長あり
●無休 ●駐車場あり(大仏殿・西之門共同駐車場)
- 3 木の花屋 大門町店**
県産・国産野菜の漬物専門店
商品はすべて着色料や保存料を使わず、野菜本来のうまみがしっかり感じられる。香り、歯ごたえ、やさしい味を楽しんで。
▲長野市大門町515 (善光寺郵便局奥)
●026-252-7001 ☎10:00~18:00(冬期17:00)
●無休 ※大晦日を除く ●駐車場あり
- 4 和伊人**
純国産豚の「生ハム」
未だ肉交差点すくにあるイタリア料理店。シェフの満口さんが肉のフコである仲間と作った「生ハム」は絶品。
▲長野市南町1421 三福ビル2F ☎026-225-6786
●月~土11:30~14:00、15:30~24:00 / 日11:30~14:00、15:30~22:00 ●不特定休 ●駐車場なし
- 5 ホテルJALシティ長野**
贅沢にいただくTHE信州の朝食
県内食材を載せた「信州からめし」、野沢菜漬けやずんき漬けなどの伝統的食材を中心としたおかずを大切にしている。
▲長野市問部町1221(朝食会場16F スカイレストラン)
●026-225-1131 ☎6:30~9:30 ※ブッフェ形式
●なし ●ホテル駐車場あり ※有料、先着順
- 6 信州くらうど**
「脱糖カフェ」(かもす)「MIDORI2F」(信州おみやげ参道ORAHO)内の一角にあるお店。おすすめは甘酒ラテ。女性に人気。
▲長野市南千歳1-22-6 MIDORI2F ☎026-219-6139
●MIDORIに準ずる ●MIDORIに準ずる ●駐車場なし
- 7 久世福商店 大門本店**
地元産・全国のいいもの旨いものを取りそろえる
善光寺参道に構える、発酵食品も数多く、甘酒、醤油、味噌、塩麹、しょうゆ麹など、おすすめは「靴だけの甘酒」。
▲長野市大門町79-1 ☎026-219-2988
●10:00~18:00(1月15日・2月28日/10:00~17:30 ※灯まつり期間を除く) ●無休 ●駐車場なし

予告 10月以降もうまいもんが満載! 秋・冬は私たちがご紹介します!

2019 10月 洋食の神とめぐる! (福祿寿)

渡辺 将司さん
Kuland②店主
フランス料理とイタリア料理を気軽に楽しんでもらえるお店を兄弟で営んでおります。ジビエ料理にも力を入れており、信州ジビエの魅力やおいしさをお伝えできればと奮闘しています。
また、豊かな自然が育む長野の食材×洋食をご案内していきます。



2019 11月 そばの神とめぐる! (寿老人)

田川 賀子さん
カフェ+まち案内えんか 店主
善光寺門前の「ばていお大門」にてカフェを営みつつ、観光やお店の案内をしています。そばの前にちょっとした肴でお酒を飲むのも大好き。そばは「細く長く」で栄養価も高い健康長寿食。それぞれ特徴があるそば屋さんをご案内します。



2019 12月 ラーメンの神とめぐる! (恵比寿天)

塚田 兼司さん
BOND OF HEARTS代表取締役
信州ラーメン界のカリスマと呼ばれ!? 信州のラーメンを日本一にする為、日本中駆け回り日々奔走の毎日です。信州に訪れる皆様と美味しい信州ラーメンとの素敵な出逢いをお手伝いできるような☆しっかりと務めて参りたいと思っております。僕の想いは「Love 信州です」(´▽`)



2020 2月 居酒屋の神とめぐる! (毘沙門天)

齋藤 幸代さん
有 鶴翔 代表
ながの街なか市場実行委員会 代表
長野駅前商店会 副理事長
平成6年に居酒屋鶴翔を開業、現在は4店舗の飲食店を営む。開業当時は若い女将としてお店を切り盛りしてきましたが、気が付けばそれなりの古株に。長野ならではの良さを味わって頂けるように、毘沙門天がご紹介致します。



ACCESS

