

つのつねづね プログラム一覧

	プログラム名	説明	実施場所	実施日
1	古民家の縁側でほっと…お茶とお雑さま巡り	国の重要文化的景観に選定された地域の古民家の縁側で地域の人と語り、お雑さまを眺め、日常の煩雑を忘れ、ほっとする時間を楽しむ！まずは農家食堂Caféイチョウノキで縁側カフェ巡りセットを購入し、地域のマップを受け取ろう。4件のお宅を訪問しお茶をいただきながらお雑さまを楽しめます。	農家食堂Caféイチョウノキ	3/6、3/7
2	「貸切温泉」と「手毬寿司づくり」	源泉掛け流しの貸切湯とランチがセットになった温泉宿の「体験限定プラン」。1時間たっぷり貸切湯を満喫した後は、郷麓名物の「手毬寿司」づくりにトライ！土佐和牛、四万十鱈、鱈のタタキなど、用意された数種類のご当地ネタを組み合わせ、オリジナルの手毬寿司をつくろう。出来上がった手毬寿司を、地元杉を使ったお重に盛りつけたら、上品な「手毬寿司お重」の完成♪さらに、アメコの甘露煮や山菜の天ぷら、季節野菜のサラダなどを盛り付けたお重を一段プラスして、ボリュームたっぷりのお重ランチを楽しもう！	郷麓温泉	3/7、3/28
3	新聞ばっくづくり体験	ノスタルジックな木造校舎で古新聞と自然に優しいのりを使って新聞ばっくづくり。古新聞がおしゃれでエコな「新聞ばっく」に生まれ変わります。今回は「小（約15.5cm×約19.5cm）」サイズを折ります。新聞を重ねて折るので紙とは思えない丈夫な仕上がりに。かばんとしてはもちろん、贈り物のラッピングにも使えます。折りは津野町白石地区で地域のコミュニティづくりや新聞ばっくの販売を行っている「白石にゆうすべいばあず（通称：ばあず）」が丁寧に教えます。（しまんと新聞ばっくインストラクター在籍）体験後はコーヒーをのみながら一休みしましょう。	集落活動センターしらいし	3/15
4	トックトックで野獣ドライブ	せっかくの観光だから普通のクルマじゃつまらない。なかなか乗ることのないトックトックでクルマでは味わえない開放感をあたのしみてください。プログラムは夜ということで山道で出会えたウリボウ、たぬき、ウサギ、山バトたちとおにごっこ！！トックトックは怒がなくさわれそうで、さわれない。	満天の星本社駐車場集合	3/19、3/20
5	青い空・緑の草原・天空の爽回廊散策	四国カルスト県立自然公園にあるカルスト学習館の館長による専属解説を聞いて頂きます。その後、天空の爽回廊を地球の歴史に触れながら御案内致します。天空の爽回廊は、あなたの心を優しく包み込んでくれることでしょう。ティータイムには、香り高い不思議のコーヒーが津野山紅茶を選べます。	カルスト学習館	3/20
6	こんなに美味しい 手作りこんにゃく	きんぴら、煮物は当たり前。刺身にステーキ、唐揚げまで？手作りこんにゃくだからこそできる料理の数々。手作りだと味も匂いもこんなに違う。普段献立に迷っているそのあなた、一歩踏みこんだ食材で一味違ったお料理を。主役、脇役なんでもござれ。作った人だけ知っている、皆の知らない手作りの魅力を伝えたい。田舎のスーパーフードこんにゃくを田舎料理のスペシャリストと一緒にご一緒に。	吉村虎太郎邸	3/20、3/27
7	裏山のキウイのツルであなただけの籠編み体験	十数年放置されていたキウイのツルをついに伐採！一つ一つ形が違うツル。好きなツルを選んでいただき、あなたにしかできないオリジナルの籠編み体験をしてみませんか？自然にあるものを使って形にする楽しさを感じてもらえれば嬉しいです。完成後はほっと一息、ティータイムの時間をご用意しております。	清水地蔵堂	3/21
8	焚火であぶる豪快・自家製ベーコン〜ゆらめく炭と肉汁と〜	キャンプが好きすぎて山奥に移住してきた燻製屋がつくる自家製ベーコンを、厚く、長くスライスし、豪快に焚火であぶってかぶりつくワイルドな体験を。肉汁したたる極厚ベーコンでお腹を満たし、焚火の揺らめく炭を眺めながら心を落ち着かせる、プログラム名とは裏腹に超リラックス体験をお届けします。アウトドアが好きな方、燻製に興味がある方、日々のストレスを発散したい方、一緒に焚火で自家製ベーコンを炙りましょう！ *ベーコンの他、目玉焼き、サラダをワンプレートに乗せて召し上がっていただきます。飲み物はありませんので各自でご用意をお願い致します。	かわうそ自然公園	3/27
9	囲炉裏を囲んでやさしい草木染めSOCKSの会	近年注目を集めている冷えとり靴下3種類を天狗高原麓の薬効のある草木（枇杷の葉、玉ねぎの皮、茜の根）を使用し手染めます。お好みで絞りをいれると世界に一つのmy socksの完成です。媒染中（色を定着させる作業中）は自家製しょうがをたっぷりのチャイを飲みながらどうぞお過ごしください。大切な人や自分へのごほうびに。天然のやさしくて素朴な風合いにきっと癒されます。	津野町芳生野丙625	3/27
10	プチセラピーツアー四万十川の裏源流・せせらぎさんぽ	今やアスファルトで固められてしまった散歩道。昔ながらの石ころだらけの道を早春の風とコロコロと流れる水音に耳を傾けながら、のんびりと散歩。自然のパワーを体に取り込みましょう「リフレッシュ」。ティータイムには源流水仕込みのしょうが湯をご用意いたします。	農家食堂Caféイチョウノキ集合	3/27、3/31