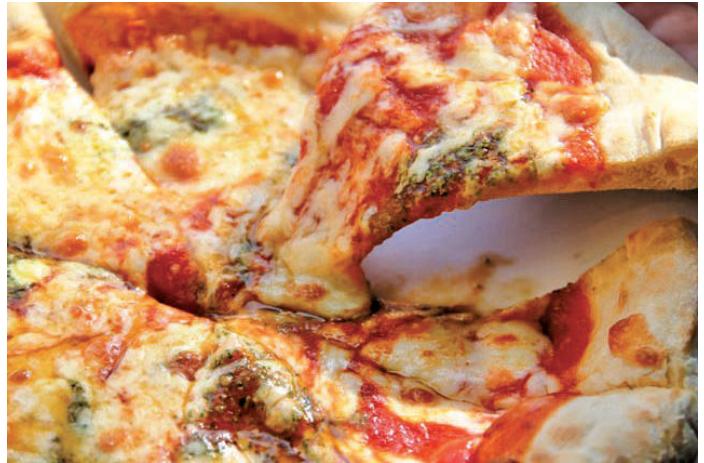




石窯で焼き上げる本格派!
天然酵母の生地で作る春ピザ



谷口 祐二
さん

(※ピザの写真はイメージです。当日は春の食材をトッピングします。)
国道265号線沿いにある「クアトロ スタジオーネ」は、本格ナポリピザと、あか牛を煮込んで作る黒ハヤシライスが味わえる人気のお店です。生地は、オーナーの谷口さんが天然酵母を使って仕込んだもの。谷口さんに教わりながら生地を広げ、Lサイズのピザ作りを体験します。マルガリータを基本に、春の素材をトッピング。自分たちで石窯に入れて焼き上げましょう。出来立てピザの美味しさは格別♪



4/15(土) 11:00~13:30

集合場所: 石窯ピザ
クアトロ スタジオーネ
(会場: 同じ)
料 金: 3,500円 (昼食付き)
※ミニハヤシライス、
飲み物付き
定 員: 10名
持 参: エプロン



P18-マップ B-2



野山からの“とってだし”
山の恵みを味わう「春」



村本 信助
さん

(※写真はイメージです。当日の料理内容は、採れる山菜によって変わります。)



4/18(火) 10:30~13:30

集合場所: 四季の味 むら本
(会場: 同じ)

料 金: 3,500円 (昼食付き)
定 員: 8名
持 参: エプロン、三角巾



P18-マップ B-1



春から始めるスキンケア
やぎのミルクで石けんづくり



絶世の美ソ・クレオバトラも、美容のために入っていたと言っているやぎミルク風呂。さくらそうに宿泊されたお客様には、日本初?!のやぎミルク風呂の体験も行っていますよ！

二子石 賢勝
さん

草部南部にある簡易民宿「さくらそう」に昨年完成した「奥阿蘇やぎ牧場」。次男の賢勝さんが代表となり、やぎを飼育しながら、やぎのミルクを使った洗顔用石けん、ボディソープ、バスソルト入浴剤など、様々な商品の製造・販売も手がけています。

やぎ牧場でやぎの見学を行った後、美肌成分を多く含み、保湿効果の高いやぎのミルクをたっぷり使って、無添加の石けんづくりを体験しましょう。

4/20(木) 14:00~16:00

集合場所：奥阿蘇物産館
(会場：簡易民宿さくらそう)
料 金：2,000円（お茶付き）
定 員：6名
持 参：汚れてもよい靴
※牧場見学の際使用
(あれば長靴)



P18-マップ D-3



春の高森をうろんころん
山野草を、食べて学ぼう！



山村将護さん



(※天ぷらの写真はイメージです。)

4/22(土) 10:00~13:30

集合場所：高森町観光交流センター
(会場：同上)

料 金：2,000円（昼食付き）
定 員：10名
持 参：歩きやすい服・靴



高森町の生き字引である観光案内人・山村将護さんと、春の高森をうろんころん。水舟の残る横町通りから別所池へ。春を探しながら、歴史や文化、樹木や草花など、将護さんの案内で町中をゆっくり散歩します。歩いた後は、お昼ご飯。将護さんが山から採ってきた山菜・野草を皆で天ぷらにしていただきましょう。普段は食べることがないような植物にも出あえるはず！



和子さんがこっそり教える
古庄さん家のお庭でお花見



甲斐和子
さち
古庄京子
さち



4/26(水) 11:00~13:30

集合場所: 奥阿蘇物産館
(会場: 菅山・古庄さん家)
料 金: 3,000円(昼食付き)
定 員: 15名
持 参: 歩きやすい靴
汚れてもよい靴



知る人ぞ知るエネルギースポット!
歩いて楽しむ川上渓谷



秋の紅葉も
美しいです!



5/13(土) 10:00~15:00

集合場所: TAKAraMORI
(会場: 朋遊館・川上渓谷)
料 金: 2,500円(昼食付き)
定 員: 10名
持 参: 歩きやすい服・靴

(※こちらのプログラムは、雨天の際は中止となる場合もございますのでご了承ください)



昼食は煮しめ
などの田舎料理
(※イメージ)



おいしい空気とおいしい弁当 春の清栄山プチ登山



交友会
廿性部の皆さん



5/14(日) 10:30~15:00

集合場所: TAKAraMORI

(会場: 清栄山~宮地嶽)

料 金: 3,000円 (お弁当付き)
※お茶(500ml)1本付き

定 員: 30名

持 参: 歩きやすい服・靴、
雨具、飲み物



P18-マップ C-1



地域が愛する誉れの名水使用 おいしい珈琲の淹れ方レッスン



古屋 弘之さん
雅子さん



5/18(木) 14:00~16:00

集合場所: cafe LEEK

(会場: 同じ)

料 金: 2,000円
(おやつ・お土産付き)

定 員: 6名

持 参: なし

※水を汲んで持ち帰りたい方は、容器をご持参ください。



P18-マップ B-2



昔あそび名人「おじやめの会」とつくる遊ぼう!
お手玉づくりとあそび唄



おじやめの会
の皆さん



5/20(土) 10:00~11:30

集合場所: 南阿蘇ビジターセンター
(会場: 同じ)

料 金: 1,000円

定 員: 15組 (親子連れの場合)
※大人の方だけの参加もOKです!

持 参: 道具はこちらで準備します



バラづくしの優雅なひととき
ローズガーデン×ワックスサシェ



中島レイ子
さん



(※ワックスサシェは、火を使わずに香りを楽しめるキャンドルのこと。)

5/31(水) 14:00~16:00

集合場所: 湧水トンネル西側駐車場

(会場: 高森・中島さん家)

※レストラン「Water Forest」前の駐車場をご利用ください。

料 金: 2,000円 (お茶付き)

定 員: 6名

持 参: なし

