



信州伊那 秋のそば 満喫月間

「信州そば発祥の地 伊那」からお届け！

秋の新そばの時期に、市内各団体が主催するそば関連イベントが開催されます。今秋伊那の大地で育った新そばを約1か月にわたって各地で堪能できます。そして市内の気になるお蕎麦屋さんへ足をお運びいただき、さらに美味しいそばをご堪能ください！



信州そば
発祥の地

伊 い な 那

Shinshu Soba
Originated in INA

【行者そばまつり】

10月20日(日)

内の萱スポーツ公園

【信州伊那新そばまつり】

10月26日(土)～27日(日)

みはらしファーム

【高遠そば新そば祭り】

11月2日(土)～

11月10日(日)

高遠城址公園

【西春近の新そば祭り】

11月3日(日)

西春近公民館

長野県伊那市

観光課 0265-78-4111

観光協会 0265-96-8100



高遠藩主 保科正之公

江戸時代の初め、高遠藩主の保科正之公は無類のそば好きであったと伝えられており、辛味大根のおろし汁に焼き味噌をといた辛つゆそばを好んだといわれています。

その後、保科公が山形最上藩や福島会津藩に転封の際にそば職人を連れていくなどしたことから、福島県会津地方で「高遠そば」が広がり、のちの江戸に詰めた27年間にも好んで信州そばを食し、江戸のそば文化にも大きく影響したとされています。

信州そば 発祥の地 伊 いな 那

Shinshu Soba
Originated in INA

伊那からはじまった 「信州そば」栽培

山国、信濃の国は奈良時代、山岳信仰の高まりのなかで修行の場として多くの山が霊山として開創されました。

奈良時代、駒ヶ岳へ修行に向かう修験者・役小角（えんのおづぬ）が、麓にある内の萱（現、伊那市荒井区）の人々から温かなもてなしを受け、そのお礼に厳しい環境でも栽培ができるそばの種を残したと言われています。

このことから伊那市は信州そば発祥の地と言われています。

信州伊那 秋のそば満喫月間

行者そば祭り

10月20日(日)10時～13時
内の萱スポーツ公園（伊那市荒井区）



信州伊那新そば祭り

10月26日(土)・27日(日)
10時～15時
はびろ農業公園みはらしファーム
（伊那市西箕輪）



高遠そば新そば祭り

11月2日(土)～11月10日(日)
高遠城址公園
高遠そば／土日祝のみ（11/2.3.4.9.10）
芝平そば／平日のみ（11/5～8）
各日100食限定



西春近の新そば祭り

11月3日(日)
西春近公民館（伊那市西春近5146番地2）

