

## 国内外にて話題【滋賀県・長浜のリトリート体験ツアーを提供】

国内有数の“発酵/長寿県”湖国・滋賀。歴史が息づく長浜独自の発酵と癒しの文化を知る

# 発酵&リトリート in 長浜

<https://nagahama-fermentation-retreat.com>

「合同会社ひといき」は、2023年12月25日（月）より、湖国が誇る発酵文化と長浜が持つ非日常の世界をさまざまなプランで、気軽に体感していただける「発酵&リトリート 体験ツアー」の提供を開始いたしました。国内だけではなく、欧米・アジアなど海外からも人気を得ています。



湖国・滋賀は国内有数の“発酵/長寿県”。琵琶湖で獲れた子持ちのニゴロブナを塩漬けし、米に漬け込み発酵させた「ふなずし」。滋賀の郷土食「なれずし」の一種で、日本の寿司の起源ともいわれている発酵食品です。そんな「ふなずし」を筆頭に、長浜の少し甘い醤油や地酒、伊吹山麓の和のハーブなど、湖国・滋賀では実に多彩で個性豊かな発酵と癒しの文化が醸成、伝承されてきました。発酵は日本特有の味覚「うま味」をもたらし、独特の香りとなる香気成分を生み出します。さらに、発酵を促す微生物が増えることで腐敗菌を寄せつけず、食品の保存性が増すほか、栄養価や抗酸化物質が高まり、健康面におけるメリットも多く、注目を集めています。

天正2年（1574）に羽柴（後の豊臣）秀吉が開いた城下町が今なお息づく長浜。秀吉の時代を起源とする「長浜曳山祭」は、ユネスコ無形文化遺産にも登録されています。

### 発酵&リトリートステイ in 長浜 体験宿泊プラン

#### ■発酵&リトリートステイ in 長浜

寿司の起源とも言われている長浜の「なれずし」をはじめとした発酵食や、和のハーブ、そして長浜の町に癒される珠玉の1泊2日をお届けします。

1泊2日の長浜滞在中、発酵食や和のハーブ、町に隠れたスポットに触れることで癒されるリトリートツアー。

#### 【体験スケジュール】

- 14:00 ホテル（和乃リトリートひといき）チェックイン
- 14:30 選べる体験（なれずしペアリング、和のハーブブレンド体験）
- 15:30-17:00 自由時間
- 17:30-18:30 和のハーブロウリュサウナ
- 19:00 夕食（なれずしアレンジレシピ付イタリアン）→就寝
- 翌朝 7:30-9:30 軽めの和朝食
- 10:00 ホテルチェックアウト
- 10:30-11:30 選べる発酵体験（醤油蔵、どぶろく醸造所）、解散



旅行代金  
99,000円～（税込）

# 発酵&リトリート 体験ツアー

## 1. 展示蔵見学&醤油テイasting／鍋庄商店

「鍋庄商店」は日本を代表する発酵食品・醤油を醸造する蔵元。明治2年（1869）の創業以来、長浜で愛されてきたほんのり甘く、うま味のある醤油を守り続けています。体験では150余年の歴史を刻み、麹菌が棲みつく醤油蔵をご紹介。その蔵のなかで、こいち醤油3種類とすくち醤油の全4種類を味比べ。同じ醤油でも味わいが全く異なるのがわかります。醤油が香る「しょうゆ胡麻」や「刺身用ごま」の試食も。

### 【体験の魅力】

- ☑創業150余年の蔵見学
- ☑醤油4種の味比べ
- ☑しょうゆ胡麻・刺身用ごまの試食

### 案内人Profile

山本 一貴 Kazutaka Yamamoto

「鍋庄商店」6代目当主。伝統を守りつつ新商品開発にも尽力する。日本醤油協会『しょうゆもの知り博士』としても活動。



## 2. どぶろく試飲／ハッピー太郎醸造所

体験型商業文化施設「湖（うみ）のスコレ」内に醸造室を構え、大きなガラス窓からスタッフが作業している様子を見学できます。どぶろくの試飲はプレーンな「ハッピーどぶろく」のほか、どぶろくにブドウなどの風味を加えた「サムシング・ハッピー」各種をご用意しています。どれもスムーズな口当たりで飲みやすく、日本酒が苦手な人にも人気の商品。甘酒のシャーベットの試食も好評です。

### 【体験の魅力】

- ☑どぶろく試飲
- ☑甘酒シャーベットの試食

### 案内人Profile

池島 幸太郎 Kotaro Ikejima

「醗酵でつなぐ、しあわせ」をテーマに掲げて活動する醸造家。発酵アドバイザーでもあり、ワークショップなども手がける。



## 3. ふなずしペアリング／カフェ&バル コナレル

地元の老舗料理店「住茂登」謹製のふなずしを、地酒またはお茶とのペアリングで楽しめるプランです。生・炙りのふなずし、その日の熟鮎の3種類に合わせて、地酒は450余年の歴史を有する「富田酒造」が自慢の銘酒・七本鎗からセレクト。お茶は地元茶舗「茶真」の若女将が厳選しました。ふなずし独特の濃厚な風味を引き立てる地酒・お茶とのマリアージュをぜひ！ ふなずしの歴史などもご紹介します。

### 【体験の魅力】

- ☑長浜ふなずしの試食、生・炙り・熟鮎
- ☑地酒“七本鎗”とのペアリング
- ☑地元・茶舗“茶真”のお茶ペアリング

### 案内人Profile

米田 真平 Shimpei Maita

長浜の古い町並みのなかで、分散型町家ホテルや体験型発酵バルを運営。『長浜ふなずし』プロジェクトのリーダーも務める。



## 4. お灸&和のハーブ体験／カフェ&バル コナレル

伊吹山周辺で自生する薬草から、オリジナルのブレンドハーブを作ります。まずは、ヨモギやクロモジ、イブキジャコウなど、全11種類のドライハーブの紹介カードを確認し、香りを試します。その後、お好みのハーブ数種類を自由にブレンド。出来上がったハーブティーにして飲むもよし、サウナのロウリュに使用するもよし。お土産に持ち帰っていただいてもかまいません。薬草のお灸体験も一緒にどうぞ。

### 【体験の魅力】

- ☑和のハーブを自由にブレンド
- ☑薬草のお手軽お灸体験

### 案内人Profile

米田 真平 Shimpei Maita

長浜の古い町並みのなかで、分散型町家ホテルや体験型発酵バルを運営。『長浜ふなずし』プロジェクトのリーダーも務める。



## 5.アレンジふなずし付きのイタリアンディナー／Biwacollage

築100年を超える町家と蔵を改装した店内で味わえるのは、「アル・ケッチャーノ」のスピリットを受け継ぐ極上のイタリアン。市山シェフの自由な発想と技術は目を見張るものがあり、前菜で提供される「ふなずし」もそのひとつ。バターで炒めたふなずしとマッシュポテト、玉ねぎを合わせた特製タルトは、ふなずしの概念がきつと変わります。地元食材を使用した料理の数々を、心行くまでご堪能ください。

### 【体験の魅力】

- アレンジふなずしが味わえる
- 滋賀の恵みをいただくイタリアン

### 案内人Profile

**市山 技** Takumi Ichiyama

大阪・京都の名店で修業・料理長を歴任し、2020年12月「Biwacollage」エグゼクティブシェフに就任。自由な感性で最高の一皿を提供する。



## 6.町家宿泊&貸切サウナ／和乃リトリート ひといき

歴史ある大通寺の門前町に残る、築200余年の旧呉服問屋をリノベーション。江戸末期からの歴史を伝える梁や土壁は活かしつつ、快適さを重視した町家に宿泊することができます。宿泊棟の奥には、それぞれ貸切サウナを設置。地元産ブレンドハーブを吊るした「蔵サウナ」または、滋賀県産茶葉を吊るした「茶サウナ」が利用できます。お食事は観光がてら長浜の街でご当地の味覚をお楽しみください。

### 【体験の魅力】

- 築200年超の町家に宿泊
- 貸切サウナでととのう
- 気ままに長浜観光

### 案内人Profile

**米田 真平** Shimpei Maita

長浜の古い町並みのなかで、分散型町家ホテルや体験型発酵バルを運営。『長浜ふなずし』プロジェクトのリーダーも務める。



## 長浜への交通情報

### 公共交通で

#### 関東方面より

東京駅から新幹線のぞみで名古屋駅まで約1時間35分。名古屋駅から米原駅まで新幹線ひかり・こだまで約25分。米原駅から長浜駅までJR北陸本線で約10分

#### 関西方面より

新大阪駅から米原駅まで新幹線ひかり・こだまで約35分。米原駅から長浜駅までJR北陸本線で約10分

### 車で

北陸自動車道長浜ICから約10分

## 発酵&リトリート 体験ツアー予約&お問い合わせ

予約サイト [https://cafe-inn-hitoiki.com/?page\\_id=559](https://cafe-inn-hitoiki.com/?page_id=559)

Mail [info@cafe-inn-hitoiki.com](mailto:info@cafe-inn-hitoiki.com)

和乃リトリートひといき（合同会社ひといき）

滋賀県長浜市元浜町17-2

Tel:0749-56-1174

<https://cafe-inn-hitoiki.com/>

## 報道・取材に関するお問い合わせ

「発酵&リトリート in 長浜」PR報事務局<ネネラコ内>

〒531-0072 大阪市北区豊崎3-15-5 TKビル 担当/和田

Tel/ 06-6225-7885 Fax/ 06-7635-7587 Mail/ [m.wada@nenelaco.com](mailto:m.wada@nenelaco.com)