

孫と作ろう秩父の郷土料理 ～みそポテトとつとっこ作り～ 参加の手引き 令和8年9月19日（土）

この度は、埼玉県立名栗げんきプラザ主催事業にお申し込みいただきましてありがとうございます。秩父の郷土料理「みそポテト」と「つとっこ」を祖父母の皆さんとお孫さん、またご両親を交えた家族で協力して和気あいあいと楽しく作りましょう。「みそポテト」は、揚げたポテトに甘辛いみそだれをつけた秩父地方ではよく知られたおやつです。「つとっこ」は、柏やホウの葉などにもち米と小豆を包み、蒸したり茹でたりした秩父地方の農繁期の軽食です。どちらも秩父地方ではポピュラーな食べ物で作るのも簡単、ぜひ家族で楽しく一緒に作り、昔からの郷土料理に親しんでください。

以下、参加の手引きをお読みいただき、当日までのご準備をお願いします。

1. 当日までの参加手続き

手続き期限： 8月28日（金）まで

以下の①～③の手続きを上記期限までにお願いいたします。

①参加確認書の提出

「参加確認書」を名栗げんきプラザのホームページ（<http://www.naguri-genki.com>）よりダウンロードし、必要事項をご記入の上、期限までに郵送、FAX または E-Mail（naguri@tokyu-com.co.jp）でご提出ください。

※参加同意書については署名・捺印の上、当日受付にてご提出ください。

※FAX の場合は送付後、確認の電話連絡をしてください。

※提出期限までに参加確認書のご提出と参加費のご入金が確認できない場合、キャンセル扱いとさせていただきます。

②参加費のお振込み

※参加費の振り込みの際は、振り込み名義人の欄にイベント番号「20」と参加者氏名を入力してご入金ください。（例：「20 ナグリ タロウ」）

参加費 **2,000 円（1 名）**

※参加費には、プログラム費用・保険料が含まれています。

下記の口座に参加費をお振込ください。

○ 郵便局で口座間送金される場合

郵便局ゆうちょ銀行（口座番号）10310-82896501

（口座名義）埼玉県立名栗げんきプラザ

○ 一般金融機関からゆうちょ銀行口座へお振込みされる場合

（金融機関）ゆうちょ銀行（店名）〇三八（ゼロサンハチ）

（店番）038（口座番号）普通 8289650

（口座名義）埼玉県立名栗げんきプラザ

※参加費の入金で発生する振込手数料は、ご負担ください。

③食物アレルギーについて

食物アレルギーや食事制限のある方は、アレルギー対応申込書をご提出ください。詳しくは、本手引き内の『事業中の食事提供について』をご確認ください。

2. 集合・解散

○集合：9月19日（土）9:30 名栗げんきプラザ 2階：集会室（受付 9:30～）

※10:00 よりはじめのつといを開始します。

○解散：9月19日（土）15:00 名栗げんきプラザ

※集合時間に遅れる場合は、あらかじめお電話でご連絡ください。

電話番号 042-979-1011（名栗げんきプラザ） or 070-4812-8960（主催用携帯電話）

3. スケジュール（予定）

時間	内容
9:30	受付開始
10:00	はじめのつどい
10:20	みそポテト、つとっこ作り
12:30	お昼ごはん
13:30	片付け
14:30	ふりかえり、終わりのつどい
15:00	連絡後解散

※小雨決行

※当日の天候等の状況によりプログラムが変更になる場合があります。

4. 活動案内

○気候

- ・当所は標高約 600m の山間部に位置します。特に平地に比べ気温が数度低いです。

○炊事について

- ・料理の分量の関係上、複数人合同で調理する場合があります。食事は家族ごとでとっていただきます。

5. 保険について

万一キャンプ中に事故・ケガが発生した場合、当所で加入している保険の範囲内で対応させていただきます。

6. 交通案内

●自家用車

国道 299 号、正丸トンネル秩父側の信号を名栗・青梅方面へ曲がって約 4 km。

または県道 53 号、飯能市名栗方面から約 30 分。

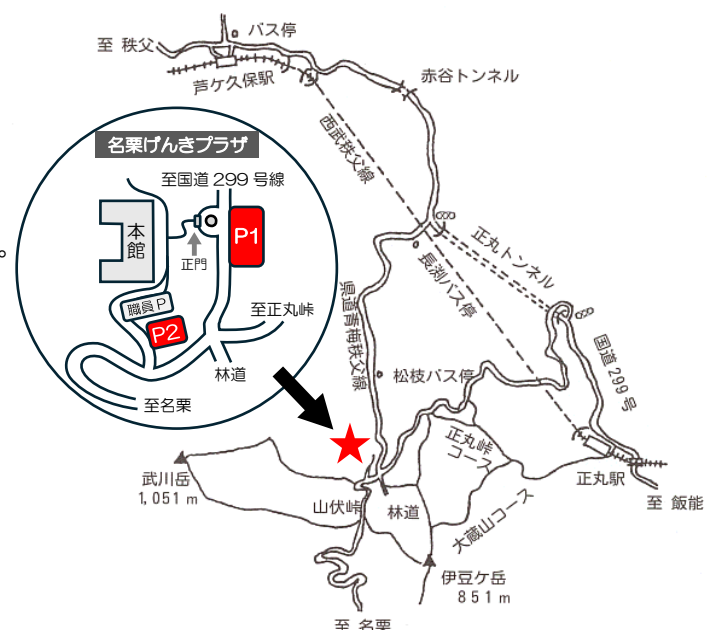
第 1 駐車場（P1）もしくは、第 2 駐車場（P2）に駐車してください。第 2 駐車場の方が本館に近いです。

【親子の場合】

●電車（西武秩父線） 芦ヶ久保駅下車

電車をご利用の場合、駅からはタクシーでの移動となります。参加されるご家族ごとにタクシー予約をお願いいたします。※常駐はありません。

星野タクシー 0120-454-022
【1 台 4 人乗り 3,700 円（片道）】



電車にて芦ヶ久保駅まで来られる方は、タクシーの利用に関して、下記をご確認の上、予めご了承ください。

- 利用料金：片道タクシー1 台（4 人乗り）3,700 円
（芦ヶ久保駅⇄名栗げんきプラザ）

- ※乗り合いのため、利用者数によって1人あたりの料金は変動します。
- 前日までに利用者数から計算した料金をご連絡します。(10円未満は切り上げ)
- ※お支払い方法は、駅での集合解散時に、タクシー会社へ直接お支払いください。
- ※当日遅刻する場合は、お電話でご連絡ください。その場合、タクシー料金は全額負担となります。

7. キャンセルについて

お申し込み後にキャンセルされる場合、下記のとおりキャンセル料が発生します。

キャンセル表	3日前9／16（水）17時～ 前日9／18（金）17時まで	前日9／18（金）17時～ 当日
%	50%	100%

- ※参加費の返金で発生する振込手数料は下記の金額をご負担ください。
(ゆうちょ銀行の場合：100円・その他の金融機関の場合：165円。
ただし返金時に、金融機関で振込手数料が変更された場合は、それに準じます。)
- ※キャンセルされる方は、電話にてご連絡ください。
- ※キャンセル後、返金のある方は、当所ホームページの「キャンプ・イベントご案内」ページ内下部にあります、『返金手続き』をご確認ください。

8. 事業中の食事提供について

	9月18日(土)
炊事	みそポテト、つとっこ

【アレルギー対応の一般的な流れ】

- ①食事メニューを確認し、アレルギー対応申込書をご提出ください。
- ②食堂担当者にて対応を確認し、事業担当者から連絡をいたします。
- ③内容をご確認後、回答内容の承諾欄にご署名いただき、ご返送ください。

食事メニューの使用特定原材料及び特定原材料に準ずるものについては、下記の通りとなります。ご不明点はお気軽にお問い合わせください。野外炊事のアレルギー情報については、個別にお問い合わせください。

◆9/19 昼食 みそポテト、つとっこ

◆みそポテト、つとっこ

メニュー	使用食材	使用特定原材料及び特定原材料に準ずるもの					
みそポテト	ジャガイモ						
	衣、調味料	小麦	大豆				
つとっこ	もち米						
	あずき						

○みそポテト

秩父地方では、「小屋飯(こちゅうはん)」と呼ばれる、農作業の合間や小腹がすいた時に食べる郷土料理があります。「みそポテト」もそのひとつです。ひと口大に切ってゆでたじゃがいもに、小麦粉を溶いた衣につけて、油で揚げて甘辛いみそダレをかけたものです。おやつにも、おつまみにも、おかずにも。

○つとっこ

「つとっこ」も、埼玉県秩父地方に伝わる郷土料理です。栃(とち)の葉で、もち米や小豆などを包んで茹でたり蒸したりして作ります。農作業の合間のおやつや携帯食として親しまれてきました

9. 持ち物

- ・★印の物は、当日受付にお渡しください。

チェック	持ち物	備考
	★参加同意書	参加同意書をお読みいただき、原本に署名・捺印の上、当日お持ちください。
	水筒	保温性保冷性のあるものが最適です。水やお茶などを入れてきてください。
	エプロン、三角巾	調理時に身に着けます。動きやすい恰好でお越しください。化繊の物は熱で溶ける可能性があります。
	上履き	スリッパ状のものでなく、かかとのある靴の形状のものが適しています。
	タオル	手拭き用、炊事の時にあると便利です。
	筆記用具	メモなどをする場合はお持ちください。（必須ではありません）
	雨具	外での活動は予定していませんが、雨天時に外遊びや散歩等をする際は、傘ではなくカッパやヤッケが便利です。

※個人装備のご案内になります。

※その他、常備薬など個人に必要な物をご用意ください。

10. 服装について

- ・野外での活動は楽しいことばかりではなく、危険なこと（虫さされ、やけど、擦り傷、切り傷）もあります。できるだけ肌が露出しない服装（帽子、長ズボン、くるぶしが隠れる靴下、くつ）のご準備をお願いしております。
- ・靴は履きなれたものをご用意ください。
- ・活動や天候、気温によっては熱中症の危険性もありますので、軽装にすることもあります。気温に合わせて着脱できるような服装をおすすめいたします。
- ・黒い服や香りの強いもの（制汗スプレーなど）の使用は、ハチに刺されやすくなりますので控えてください。

11. その他

- ・天候等によって持ち物や活動を変更する場合や、大雨や積雪による道路状況のお知らせなど、本手引きの内容から変更になる場合は、実施前日の17時までに当所ホームページの『新着情報』にお知らせいたします。荒天予報の場合は、当所ホームページをご確認ください。
- ・事業を実施するにあたって取得した個人情報（事業運営や広報（施設のチラシ・パンフレットや埼玉県広報）・Webサイト・ブログなどに使用させていただき、目的以外の使用はいたしません。また、「個人情報の保護に関する法律」を遵守し、適切な取り扱いをいたします。写真・ビデオ等を広報に使用することにおいて、ご都合が悪い場合には「参加確認書」の【スタッフへの希望】欄に記入してください。
- ・親子・大人向け事業では、オンラインアルバムの公開はありません。各自写真撮影をする際は、他の参加者が写りこまないようご注意ください。

※ご質問やご不安な点がございましたら、042-979-1011【担当：栗原・鷺山】までご連絡ください。

スタッフ一同、皆様に会えることを楽しみにしています！



名栗げんきプラザのFacebook ページでは、イベント情報やイベントの様子などを発信中！
こちらからご覧ください♪

【問合せ先】埼玉県立名栗げんきプラザ

〒357-0111 飯能市上名栗 1289-2

TEL：042-979-1011 FAX：042-979-1013 メール：naguri@tokyu-com.co.jp

指定管理者：名栗フィールズパートナーズ（構成法人：株式会社東急コミュニティー、NPO 法人国際自然大学校）