

「手でつくる暮らし」のはじめ方。

2泊3日プログラム



**Day1 出会う**  
どんなことを思い、今日ここに来たのか？自分や他人と繋がり、いろんな価値観や感覚をシェアしよう

**Day2 感じる**  
手や五感、第六感から伝わってくる素直な気持ちや想い、心地よさなどを表現しよう

**Day3 味わう**  
居心地のいい場所で、みんなで一緒に調理して、美味しいご飯をいただく喜びごと味わおう

11/3(木祝)

- 13:30 ソラノイエ集合
- 14:30 チェックイン、自己紹介
- 16:00 みんなで温泉
- 18:00 ローカルコミュニティ  
古民家改装したカレー屋・咖喱奔放でディナー
- 20:00 ソラノイエでパーティータイム



11/4(金)

- 8:00 ソラノイエの朝ごはん
- 10:00 野草の世界／草木染め体験withシルクのハンカチ
- 13:00 お昼ご飯
- 14:30 わたしたちにとっての豊かな暮らしってなんだろう？／暮らしの道具づくりワークショップ
- 15:30 みんなで温泉
- 17:30 かまどを使った料理
- 18:00 ディナー



11/5(土)

- 10:00 味噌づくり／郷土料理作りワークショップ
- 13:00 昼食
- 14:00 チェックアウト
- 15:00 解散



講師プロフィール

ソラノイエ 農村滞在型の宿  
宿主 中桐 由起子



下呂温泉近くの農村で古民家をリノベーションした宿を営む。百姓に憧れ、田んぼに畑に日々奮闘しながら、田舎暮らしのワクワクを伝えたいとあれやこれやと活動中。

味噌づくり／郷土料理作りワークショップ

瑞浪オーガニックファーム  
代表 小谷 智美



美味しいものを食べることが大好き！ということから、野菜やハーブを育てはじめ、鶏を飼い卵も自給。食べ物だけでなく、身の回りのものはなんでも自分で作ってみよう挑戦中。

暮らしの道具づくりワークショップ

ト織り  
代表 河原 知子



染織家。沖縄県立芸術大学で織りを学ぶ。モノやコトの根源について考え、植物や虫や動物から、糸を作って、染めて、織って、縫ったりしています。縫いものが好き。

野草の世界／草木染め体験

参加費 39,000円(税込) [宿泊費、食費(1日目/夜、2日目/朝・昼・夜、3日目/朝・昼)、プログラム費用込]

参加費は現地にて、PayPayまたは現金でお支払い下さい。(お釣りのないようお願いします)

- 温泉費用は含まれておりません。
- お酒を飲まれる方は、各自持参をお願いします。
- 現地までの交通費は含まれておりません。
- キャンセル料：5,000円(受講日の1週間前より発生します)
- お子様連れでもご参加いただけます。年齢・人数によりご案内いたしますので、詳しくはお問い合わせください。

募集定員 10名様 ※定員に達し次第受付終了

その他 お車で来れない方へ当日の送迎あり。[3日(木)13:00 下呂駅集合]  
※前日から宿泊も可能です。予約の際にお問合せください。

お申し込み QRコードまたは下記アドレスよりイベント詳細ページへアクセスし、専用フォームからお申し込み下さい。

[イベントページ](https://our-goodlife.com/noukaminshuku_event/) [https://our-goodlife.com/noukaminshuku\\_event/](https://our-goodlife.com/noukaminshuku_event/)

イベントページ



※当日の内容については天候等の都合により変更となる場合があります。  
※体調の悪い方、熱・せきなどのある方はご遠慮ください。

※新型コロナウイルスに関する社会情勢をみて、直前にイベントが中止・延期になることもあります。  
※イベント時撮影した写真、映像は SNS 等で使用させていただきますのでご了承ください。