



小海

ものがたり
物語

そば



はじめに

このたび、長野県の地域発元気づくり支援金事業に採択されまして、そば乾燥機を導入し平成25年産の玄そばを指定された乾燥率に調整し出荷することができました。

また、ソフト事業としまして「小海そばものがたり」をホームページに掲載すると共にこの冊子により小海そばの紹介ができました。

多くの皆さんに「小海そば」を知ってもらい、食べてもらい、興味を持ってもらいたい。

そば栽培やそば打ちにも挑戦し、ひとりでも多くの方に「小海そば」の魅力を感じてもらい、そして小海そばのファンになっていただければ幸いです。

当町では、平成22年度から「そばの里づくり」に取り組んで参りました。これは、耕作放棄地が目立つようになり農山村の原風景が失われつつあり、この打開と特産品開発また地産地消を目指し、高齢者の省力化品目として最適な「そば」栽培に着目したわけであります。

平成24年産は、全国的な供給過剰のため玄そばの価格が暴落し、平成25年産は気象の影響等で反収が下がり、生産意欲があがらず厳しい状況を迎えています。

しかし、小海町の特産品として、関係する皆様の英知を集め「小海そばの里づくり」に向け取り組んで参りますので、何とぞ皆様のご支援、ご協力をお願い申し上げます。

小海町長 新井寿一

目次

はじめに	1
そば栽培の手引き	2
そば栽培のスケジュール	3
生産農家の方に聞きました	4
そばの助っ人紹介	5
二・八蕎麦を打ってみよう	6
そばの栽培はもうかるの？	7
「小海そば」お店紹介	8
小海町概要	11

◎ そばの品種

キタワセソバ

早期収穫向けの夏型品種。旧盆前に収穫するため、晩霜の心配がなくなる5月下旬播種とする。

相木1号

高冷地向、夏よりの中間型品種。播種が遅れると草丈が短く開花数も少なくなるため、適期（6月下旬～7月上旬）播種を心がける。

信濃1号（県奨励品種）

中生・中稈の中間型品種。広域適応性が高い。初霜の被害を受けない限り、遅まきで結実がよい。播種適期（7月下旬～8月上旬）。生育日数70日前後。

◎ 播種時期

品種	播種時期
キタワセソバ	5月下旬～6月初旬
相木1号	6月下旬～7月初旬
信濃1号	7月下旬～8月初旬

※標高の高い地帯（1000m以上）は一句早くしてください。（相木1号、信濃1号）

※品種が交配（自然交雑）しやすいので、近くに違う品種がある場合は種子更新を行う。（3年に1回程度）



そば作りのポイント

- ① 優れた品種の良い種子を使い、品質向上を目指そう
- ② 適期播種により、収穫量の確保に努めよう
- ③ 排水対策が生育を左右します
- ④ 窒素は控え、土作り・肥沃度に応じた施肥に努めよう
- ⑤ 適期収穫の見極めが大切です

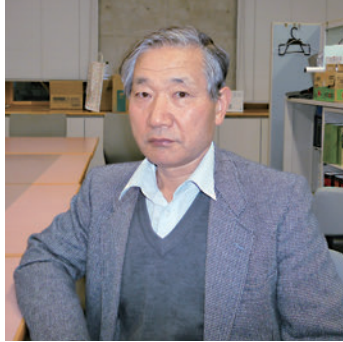
そば栽培のスケジュール ～相木1号を栽培した場合の作業暦～

暦	生育	農作業	作業留意点
6月		<p>土づくり</p> <p>施肥</p>	<ul style="list-style-type: none"> ●排水対策の実施 幅:20～30cm 深さ:15～20cm 間隔:5～10m ・そばは湿害にきわめて弱いので、排水が不良な圃場への作付は止める。 ・水田転換畑では圃場の周囲への排水溝の設置を必ず行う。 ●目標PH そば6.0 ●土壌改良 炭苦土150kg/10a (水田の場合) ●耕起・砕土 砕土、均ぺいの程度が出芽そろいに影響するので、ていねいに行う。 ●有機物施用 堆肥800～1000kg/10a ※ 堆肥の施用効果は高い ●10a当り施用基準 ・BBC284 (12-18-14)20kg ・高冷地野菜 1号 (14-17-13)20kg ※窒素成分量2.4kg～2.8kg/10a ※前作野菜及び遊休地は無施肥とする。 ●火山灰土壌の場合 BM重焼燐10kgを施用する。
7月	<p>播種期</p> <p>出芽 5日後頃</p> <p>着蕾 11日後頃</p> <p>開花期 8日後頃</p>	<p>播種</p> <p>中耕・培土</p>	<ul style="list-style-type: none"> ●播種時期 ※P2表を参照ください ●適正播種量 ・10a当り播種量 散播:4～6kg 条播:4～6kg(手刈りの場合) 畦幅70～80cm、播き幅20cm ・手、ブロードキャスターあるいは背負い式動力散粒機等を使用し、均一に播き、ロータリーで浅く耕耘する。 ・厚まきで倒伏しやすい。適正な播種量を守る。 ・鎮圧した方が発芽揃い、生育ともに良い。 ●中耕・培土 ・条播栽培の場合は、開花期に除草を兼ねて実施する。ロータリーで浅く耕耘する。 ●除草剤散布 ・そばは生育が早く抑草効果が大きい。 ・出芽揃いを良くすれば除草はほとんど必要ない。 ・遊休荒廃地でイネ科雑草が多い場合、ナブ乳剤が利用できる。(収穫45日前まで) (そばの発芽時期にイネ科雑草が多く発生した場合(水100～150ℓにナブ乳剤200ml)。)
8月	<p>開花最盛期 11日後頃</p> <p>開花終 17日後頃</p>		
9月	<p>成熟期 17日後頃</p> <p>収穫 約70日後</p>	<p>収穫</p> <p>乾燥調整</p>	<ul style="list-style-type: none"> ●収穫 ・コンバイン収穫を基本とする。収穫適期は成熟期(黒化率70%)より1週間(※黒化率100%前後)である。 ・手刈り収穫の場合は黒化率50～60%で収穫する。(刈払い機の利用も可能)島立て乾燥で1～2週間おき、ハーベスタ等で脱穀を行う。 ※ 黒化率とは、一番上の花房(花の集まり)の実がすっかり黒くなった割合をいう。 ●乾燥・選別 ・町の乾燥機を利用する場合は、200kg以上でお願いし、量が少なければ、ハウス内に平干ししてもよい。この場合、過乾燥に注意する。 ・収穫後時間をおくと蒸れるのですぐに乾燥工程に移るように注意する。 ・高温は品質低下を招くので35℃以上にはしない。 ・水分は14～16%とする ・選別には電動式とうみを使うとよい。

畠山 英明さん

生産農家

小海町松原



●そば栽培はいつから

平成23年から始めました。減反した田を主に9反歩、昨年は夏そばを栽培しました。

●苦労した事などは

夏そばは刈り取る時期が難しく気候の影響もあり反収が少なかった。また、乾燥機を導入してもらいたいへん助かりました。ふるいやごみ取りがもっとよくできればありがたい。

●そばは好きですか

好きです。八峰の湯に行けば必ずそばを食べるし、家でも製粉機を買って十割そばを手打ちで食べている。そばを

打つのは女房ですが。

●今後もそば栽培を続けますか

昨年は金銭的に赤字だった。秋そばでやりたい。少し鞍掛豆も作付するつもりです。

●何か一言あればお願いします

今、TPP問題や国制度の見直しなどで、農業経営が大きく変わっていくかもしれません。

農業をやりたいくなるような環境づくりを進めてほしいと思います。

松本 知さん

生産農家

小海町本村



隣は妻のあや子さん

●お歳はいくつでしょうか

78歳です。

●そば栽培はいつから

平成23年から始め、4反歩をやっています。

●苦労した事などは

圃場を平らにし種を均等にまくのが一番苦労です。1反歩5kgの種を1kgづつ5袋に小分けし、均等に5区画へまきます。種まきに濃淡があると草に負けたり、倒伏したりしてしまう。

また、困るのがシカの被害で、ネットを張ってあっても入りこんできて、1尺ぐらいの時に食べられてしまう。

刈り取り時期も難しいです。

他の作物は、山ゴボウとトウモロコシを出荷している。山ゴボウは50年やっています。

●そばは好きですか

大好きです。八峰の湯に行く時には必ず「せいろそば」を食べます。そば栽培を始めてからは、そばに関する新聞記事などを見つけると、切り抜きとおきます。

●今後もそば栽培を続けますか

4反歩はやります。しかし減反補助金がなくなれば田への栽培は止めるつもりです。

武川 和雄さん

生産農家

小海町土村



●そば栽培はいつから

平成22年から始めました。

●精米所を経営されていますが…

昭和38年頃、父が当時の農協から引き継いで自宅で始めました。

●苦労した事などは

そばは手間がかからないが、栽培技術は奥が深いと思う。土地肥沃度や天候などで大きく反収に影響が出る。倒伏を防ぐ良い方法を知りたい。途中で頭を止めれば良いと聞かすが、本当かどうか知りたいです。そば栽培をされていたお年寄りに経験談を聞いてみたい。何かいいヒントが見つかるかもしれない。

また、草対策のためスジまきをしているが、こちらも良い除草剤の使い方を学びたいと思っています。

●そばは好きですか

大好きです。そば打ち教室にも良く参加します。家では昔うどん粉に使った道具で何とかそば打ちしています。

●何か一言あればお願いします

町の遊休農地を少しでも減らすため頑張ります。そば栽培は、耕運機があればすぐ取り組めるので、ぜひ多くの皆さんに栽培していただきたいです。

高藤 武友さん

そば刈り取り機オペレーター 小海町松原



以前は小海砕石でダンプ運転の仕事をしていたので、大きな機械の運転には自信があります。

そば刈り取り機の操作で苦勞する点は、草をまき込み詰まって機械が止まってしまう事です。機械を分解して草を取り除くのに半日かかってしまう場合もあります。また、倒伏したそばを刈り取るのも困難で、土も一緒に入ってしまう。そんな事もあり、なるべく収穫量を上げたいが、難しいです。

倒伏には鶏糞が良いと聞いたこともあります。ぜひ倒伏しないよう栽培してほしいですが、台風や気候の影響が大

きいので、それは仕方がないと思います。

※高藤さんには、平成25年産のそばと鞍掛豆の刈り取りを一手にやっていただきました。



新井 透さん

そば打ち達人 小海町大畑



小海のそば打ちの達人を紹介します。

“とおる兄さん”と呼ばれている

新井透さん 64歳です。

町からの依頼により、小海産そば粉で生そばを手打ちし、町内の飲食店からの注文を受けています。

●そば打ちのきっかけは

平成6年頃分館活動でそば栽培をやったのが始まりで、途中ハツ手峯会を発足し様々なイベントなどで出前そば打ちを行っています。

●十割そばを切れないようにうまく打つコツは

正確な分量で粉の隅々まで水分が廻る

かどうかが最も大事。

(とおる兄さんはお湯を使うようです)

小海そばの味は戸隠そばに匹敵すると思う。寒暖差が大きい高原で育った“そば”はやっぱりうまいよ。



ハツ手峯会 やってみね〜かい

会長 新井 松夫さん 小海町大畑



会長の新井松夫さんにインタビュー

●会の名称が面白いですね

“八ヶ岳連峰”と“多くの手がほしい”を掛け合わせ、そば打ちを「やってみね〜かい?」と呼びかけの語呂合わせで決めました。

●会の活動はいつから

平成13年5月に16名程で発足しました。町の直売所祭り、ふるさと・ぎおん祭、100キロウルトラマラソン、健康福祉祭り、紅葉ウォーク、各分館でのそば打ち教室など、年中様々なイベントで「振る舞いそば」の活動をしています。

●何か一言あればお願いします

そばの味、香りはよく味わってみたいとわからない。産地、季節、製粉方法等によりすべて違ってきます。非常に奥が深いものだと思います。

随時新会員を募集しております。みなさんも一緒に「そば」を楽しんでみませんか!

新井会長さんは、新鉄工の経営者で、普段は堅い鉄を扱い、会では柔らかいそば打ちをしています。

このギャップがすごいです。

二・八蕎麦を打ってみよう

そば打ちの手順

八ッ手峯会監修

材料 (4人前)

- ・そば粉 400g
- ・水(粉の40%前後) 220cc
- ・小麦粉(強力粉) 100g
- ・打ち粉 適量

① 水回し



鉢にそば粉と小麦粉を入れ良く混ぜる。
2〜3回に分けて水を加える。
平均に水が回るように丁寧にしっかりやる。
時間をかけすぎると乾燥してしまうので注意する。
最も重要な工程である。

② こね



全体重をかけしっかり練り込む。

③ のし



のし板に打ち粉をふる。
手のひらで押し広げる。
玉を回転させながら2倍位の大きさにする。
めん棒である程度の大きさまでのす。

④ 角出し



手前からめん棒に巻き取り奥まで転がす。
手前に引き寄せ同じ作業を2〜3回繰り返す。
めん棒を90度まわし、生地をほどく
手前から巻き取り同じ作業を繰り返す。
ひし形から正方形になるよう形を整える

⑤ 本のし



手前から生地を巻き取り奥まで転がす。
この作業を繰り返し均一な厚さにする。
打ち粉は必要に応じてふる。

⑥ たたみ



生地が合わさる部分にたっぷりと打ち粉をする
包丁の長さに合わせてたたむ。

⑦ 切り



包丁で駒板を送りながら1〜2ミリ位の大きさに
そろえて切る。
太さが揃っていないと均一に茹で上がらない。

⑧ 茹で



たっぷりの沸騰したお湯でほぐしながら入れる。
菜ばしで軽くかき混ぜる
40〜50秒でさっと茹で上げる(打水はしない)
茹で上がったら冷水でぬめりを取る。
水を切って盛り付ける。

そばの栽培はもうかるの？

◎ 平均の収支 ～1反歩（約10a）栽培の場合～

小海産そばの主な収支の平均値を表にしてみました。
平均値ですので、農家によっては大きく違ってきますので参考までとしてください。

年度産		H23	H24	H25	
条件	反収 (kg/10a)	55kg	55kg	29kg	
	玄そば買上単価(町)	450円/kg	330円/kg	250円/kg	
水田に作付	収入	売上額	24,750円	18,150円	7,250円
	支出	コンバイン代	9,000円	9,000円	7,500円
		種代	0円	2,250円	1,650円
		(計)	9,000円	11,250円	9,150円
	収入-支出		15,750円	6,900円	△1,900円
	戸別所得 (経営所得安定)	基準	20,000円	20,000円	20,000円
		数量	14,850円	14,850円	8,100円
		産地資金	5,000円	5,500円	0円
		計	39,850円	40,350円	28,100円
	合計(収支差)		55,600円	47,250円	26,200円
畑に作付	収入	売上額売上額	24,750円	18,150円	7,250円
	支出	コンバイン代	9,000円	9,000円	7,500円
		種代	0円	2,250円	1,650円
		(計)	9,000円	11,250円	9,150円
	収入-支出		15,750円	6,900円	△1,900円
	戸別所得 (経営所得安定)	基準	0円	0円	0円
		数量	14,850円	14,850円	8,100円
		産地資金	5,000円	5,500円	0円
		計	19,850円	20,350円	8,100円
	合計(収支差)		35,600円	27,250円	6,200円

※平成25年産平均では、反収と玄そば価格が低いため平均値では赤字となり、国の戸別所得補償（経営所得安定対策）により何とか黒字の状況となっています。ただし、燃料、肥料、除草剤などの諸経費を加えると農家によっては大きく赤字になった方もいます。

[総論]

他の出荷作物と比べ栽培での作業手間はかかりませんが、反収量が上がりず玄そば価格も安いので、国の補助制度がなくなれば小さな農地での収支はたいへん厳しいのが現状です。

◎「小海そば」ご協力をいただいている製粉業者さんの紹介

国内におけるそば粉の取扱い最大手

日穀製粉(株)

本社)〒380-0823 長野市南千歳一丁目16-2
☎ 026-228-4158(代) FAX 026-228-4952
松本工場)〒390-0832 松本市南松本2-6-52
<http://www.nikkoku.co.jp/>

信州そば粉・小麦粉の販売・そば製粉加工承ります

(有)大西製粉

〒384-0801 小諸市東小諸甲1581-3
☎ 0267-22-0585 FAX 0267-22-1780
<http://www.konaya.jp>

小海そばの「乾麺」生産をお願いしています

麺工房・米工房 やまいし

〒389-0206 御代田町御代田2484-2
☎ 0120-20-3924 FAX 0120-20-3934
<http://www.nagano-mall.jp/shop/yamaishi/>

高原で栽培した美味しいそば粉を都会のお店に提供

池田製粉(株)

本社)〒176-0011 練馬区豊玉上1-25-5
☎ 03-3994-0005 FAX 03-3994-0007
<http://www.ikeda-seifun.co.jp/>

「小海そば」お店紹介

八峰の湯

町営日帰り温泉

八峰の湯は、松原湖の近くにある町営日帰り温泉施設です。標高1,270mにあり、源泉かけ流しの湯からは八ヶ岳連峰が一望できます。館内食事処「おあがりなんし」では、つい立てのあるお座敷スペースで落ち着いてお食事ができます。

◎入館料 大人500円・子ども（4歳～小学生）200円
岩盤浴は別途500円（岩盤浴衣・バスタオル付き）

☎ 0267-93-2288

長野県南佐久郡小海町大字豊里5918-2
営業時間／10:00～21:00
定休日／不定期（年6日）



こだわりの一品

『天せいろそば』1,180円（税込）※季節限定 要確認
小海産そば粉を7割、小麦粉3割で粉配合。冷たい八ヶ岳伏流水でさっと冷やした腰のあるそばに八種の天ぷらを添えた逸品です。



こだわりの一品

『冷しごまだれそば（新作）』900円（税込）
タンタン麺と同じたれ（ゴマとラー油）で味うひと味違った風味をお楽しみください。（小鉢は季節物）

月華

平成8年に営業をはじめ、今年で18年（2014年現在）を迎えるお店。

店はJR小海駅のすぐ目の前にあり、絶品そばを求めて観光客や釣り客など町外からもリピーターが訪れる。そば以外にも、中華・丼物・麺類など豊富にメニューを取り揃えている。



☎ 0267-92-2112

所在地／小海町 JR小海駅前
営業時間／10:00～21:00
定休日／不定休（要問合せ）

小海食堂

全15席の家庭的なお店。昭和14年から営業しており、現在の店主は二代目。

おすすめの食べ方は、とにかく良く噛んで食べること。味とほのかな香りをじっくり楽しんでほしい。薬味は大根おろしが一番合います。ラーメン、どんぶり物、冬は鍋焼きうどん等も取扱っています。



☎ 0267-92-3037

所在地／小海町 小海駅前通り
営業時間／11:00～18:00
定休日／不定休（要問合せ）



こだわりの一品

『天もりそば』1,500円（税込）
十割そば手打ち麺。天ぷらは季節の山菜・野菜自家取りを揚げた7品。自家製かつおだし。うで湯は濃い物を出しています。

「小海そば」お店紹介

光明軒

創業は大正時代からという老舗食事処。現在は店の場所も変わり、三代目が店を切り盛りしている。

玄そば代に影響されず、安くおいしいそばを提供するのがモットー。そば本来の香りと味が楽しめますとは店主の弁。そば以外のおすすめメニューは、肉厚で評判の特性ソースかつ丼や自家製ラーメン、自家製うどんなど。

☎ 0267-92-2148

小海町 馬流通り (小海町役場近く)
営業時間 / 10:00~21:00
定休日 / 不定休 (要問合せ)



こだわりの一品 『ざるそば (自前) 石臼挽き手打ちそば』 700円 (税込)
"小女子そば粉和え" 付き。小海産そば使用。自前の石臼で手間をかけた、こだわりの色と香りをご賞味ください。



九段 大川や

都内でも有数の人気店。季節ごとに最もおいしいと思われる玄そばを、収穫後ただちに真空・低温保存し、その日使う分だけを石臼にて自家製粉。粗挽き粉を打つ香り高いそば切りです。昼は季節の味ごはん、野菜小鉢、おそばが付くご膳。夜は蕎麦屋酒を旬の肴で心ゆくまでお楽しみください。



☎ 03-3234-8887

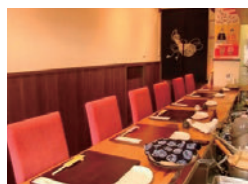
東京都千代田区九段南3-4-2
営業時間 / 11:00~15:00・17:30~22:00 (土曜日21:00迄)
定休日 / 日曜日・祭日

西巢鴨 ひさご亭

カウンター (秋田杉の1枚板) 7席だけの狭い、小さなお店です。モダンジャズが流れる店内で、ゆったりと本格的な手打ち蕎麦を味わって下さい。北海道、東北、北陸、信州、北関東産の厳選した蕎麦産地のそば粉を100%使用し、手打ち製麺しています。不定期ですが産地を変えて製麺していますので、その時々各産地の蕎麦をご賞味してみてください。蕎麦懐石膳が人気です。(2名様より予約制)

☎ 03-5974-7131

東京都豊島区西巢鴨2-33-11
営業時間 / 11:30~15:00・17:00~21:00
定休日 / 月曜



「小海そば」お店紹介

大谷田 蕎

厳選した国内産そばを、店内の石臼で挽いた自家製そばを提供。毎日手打ちで作っています。出し汁、もり汁も、国内産選りすぐりの昆布・削りを仕入れ、全て自ら作っています。



☎ 03-3629-8788

東京都足立区大谷田3-4-15

営業時間／11:00～14:00・17:00～22:30

定休日／日曜



『そば饅頭』1個 130円 (税込)

そば饅頭の会

そば饅頭の会は平成23年に発足。そば饅頭を主とし、ヨモギ饅頭、いちご大福、豆餅などを作る有志の会です。井出邦子さん（小海町松原）が代表を務め、年齢60～70歳代の女性メンバー6名で活動。毎週土曜朝6時に加工所に集まり、約60個のそば饅頭が製造されます。

小海産そば粉を1/3用いたそば饅頭は、そばの味がしっかりと出ており、中身のイグサ入りあんとの調和が絶妙。さらに皮には焼きが入り、手間暇かけた手づくりの味が好評です。

《町内5施設で販売中》①八峰の湯 ②小海町直売所 ③ヤナシヨウホームセンター ④セブンイレブン千代里店 ⑤人情横丁

◆お茶会、お祝い事への特別注文も受付。

注文・問い合わせは町直売所へ（電話0267-92-4460）

人情横丁 (総合食品) 小海駅前ショッピングセンターアルビル内

平成23年にオープン。町の中心地小海駅前前にあり、地域の生鮮食料品店として慕われています。

「小海そば」扱っています。



☎ 0267-92-2737

小海町 JR小海駅前

営業時間／9:00～19:00

定休日／第1・3日曜

小海町農産物加工直売施設

この地域の農作物、加工品、工芸品、お土産品など色々取り揃えておりますので、お近くに来た折はぜひお立ち寄りください。

また、電話等で注文を受け宅配（代金引換）もできますのでお気軽にお問い合わせください。

「乾そば」も販売しています。

ご贈答用にご利用ください。



☎ 0267-92-4460

長野県小海町豊里107-1

営業時間／9:00～17:00

定休日／不定休（年末年始以外は営業）



松原湖と八ヶ岳連峰



JR小海線ハイブリット車両

◎ 小海町へのアクセス

長野県の東部、南佐久地域のほぼ中央に位置し、東は北相木村、西は八ヶ岳連峰を境に茅野市、南は南牧村・南相木村、北は佐久穂町（旧八千穂村）にそれぞれ接しています。

町の中央を南北に流れる千曲川に沿って帯状の平坦地が形成され、ここを国道141号、JR小海線が走り、町の主要な交通路となっています。千曲川の左岸（西部地域）は八ヶ岳連峰の裾野が広大な傾斜地として広がり、右岸（東部地域）は秩父山塊の裾野の段丘帯となっています。

《標高》小海町役場庁舎…855m、松原湖…1,123m



自動車で

- 新宿方面(中央自動車道)から
 - ◎須玉I.C→国道141号〈清里・野辺山経由〉→小海町
 - ◎長坂I.C→清里高原道路→国道141号〈野辺山経由〉→小海町
- 練馬方面から
 - (関越自動車道～上信越自動車道～中部横断自動車道)より
 - ◎佐久南I.C→国道141号〈佐久穂経由〉→小海町
- 関西・中京方面(名神自動車道～中央自動車道)から
 - ◎長坂I.C→清里高原道路→国道141号〈野辺山経由〉→小海町
 - ◎小淵沢I.C→八ヶ岳公園道路→国道141号〈野辺山経由〉→小海町
 - ◎諏訪I.C→麦草峠(11月下旬～4月中旬通行止め)→松原湖高原線→小海町
- 各I.Cから約1時間

列車で

- 東京・上野方面から
 - ◎長野新幹線(1時間15分)→佐久平駅→小海線(45分)→小海駅
- 新宿から
 - ◎中央東線(2時間)→小淵沢駅→小海線(1時間15分)→小海駅
- 名古屋から
 - ◎中央西線(2時間)→塩尻駅→中央東線(40分)→小淵沢駅→小海線(1時間15分)→小海駅



発行◎平成26年3月
 補助◎長野県 地域発元気づくり支援金
 作成◎小海町 産業建設課
 〒384-1103 長野県南佐久郡小海町大字豊里 57番地1
 TEL:0267-92-2525 FAX:0267-92-4335
 E-mail▶koumi@koumi-town.jp
<http://www.koumi-town.jp/>
 「小海そば物語」ホームページに最新情報を載せています。