

音楽とまちを楽しむ情報誌

ノット

# Kincoet

2023.3 No.6  
TAKE FREE



上田と長野の  
結び目

# ヒト、コト、マチを つなぐ“結び目”

サントミュージゼと長野市芸術館が

地域の“<sup>Knot</sup>結び目”になり、

ご<sup>Knot</sup>縁や<sup>Knot</sup>絆、人と人との交流を育みながら

このまちで暮らすことの楽しみを広げていきたい…。

“音楽とまちを楽しむ”情報誌Knotが

上田と長野、それぞれの町を

もっとよくしようと日々創意工夫を続ける

地元商店街の皆さんと手をつなぎました。



後ろに向かって音を出  
他の金管楽器と違って、  
交えながら紹介しまし  
た。「ホルンというのは  
う楽器について実演を  
交えながら紹介しまし  
た。「ホルンというのは  
後ろに向かって音を出

前号に引き続き、今回もKnotは全編で、  
地元の「まち」とコラボしてお届けします。ま  
ずは、上田駅の北、旧北国街道沿いの商店街  
「うえだ原町一番街商店会」(1970年商店  
街振興組合設立・組合加盟店52店)で開催し  
た「街なかコンサート」のレポートから。  
会場を提供していただいたのはダイニング  
バー「EMPIRE(エンパイア)」。モダン  
ニューヨークをイメージした店内では、鉄板  
グリル料理や、イタリアンをはじめとする各  
国の料理が楽しめます。夜7時、ホルン奏者  
の福川伸陽さんとピアノの宇根美沙恵さ  
んが登場し、カサドの《親愛の言葉》でコン  
サートが開演しました。商店街のご厚意で提  
供されたソフトドリンクを飲みながらのリ  
ラックスした雰囲気、「コンサートホールと  
違って、気楽に、心を解放して聴いていた  
けたら」と福川さん。トークでは、ホルンとい  
う楽器について実演を

## 冬の夜を暖める ホルンの響き

街なかコンサート in  
上田市 うえだ原町一番街商店会



観客で満席となった2階フロアが  
豊かな音色で満たされました

すんですよね。演奏する人間が奥ゆかしいの  
で」と笑いを交えながら、ホルンの音の出し  
方の難しさや、ベル(音の出る開口部)に右手  
を入れて演奏する意味などを、わかりやすく  
解説しました。

美しい日本の歌をメドレーにした轟千尋編  
曲《思い出の四季》では、友人の轟さんに曲を  
依頼した時のエピソードを披露。北海道に住  
む轟さんが、メドレーの最後を《早春賦》で締  
めくり、長く厳しい冬を乗り越えて春を迎  
える喜びを表現したという話に、信州人とし  
て共感する方もいたのではないのでしょうか。



Column



商店街振興組合  
うえだ原町一番街商店会  
理事長  
河合 良則さん

## 真田氏から続く 歴史と文化が 融合した商店街

はらまち  
原町の歴史は、真田昌幸公の上田城築  
城までさかのぼります。城下町の常設の市  
が商店街の原型。隣の海野町と原町が  
当時の上田で最も栄えた地域で、高度経  
済成長期には百貨店や銀行の本店が集  
まり、東信地区の商業・経済の拠点で  
した。原町一番街はいくつかの商店街が合併し  
た商店会。2022年は3年ぶりに「上田真  
田まつり」を開催でき、大いに盛り上がりま  
した。今年初めには、上田市ゆかりの7人  
の偉人を学びながら商店街を巡るピン  
ゴゲームを開催しました。街を歩いて店  
を知ってもらう企画は今後も続けたい  
です。最近、裏通りや空き家で若い世代が  
いろいろ取り組んでいるので、連携しな  
がら地域全体として盛り上げたいと考  
えています。



たちへ」第6楽章「恒星の呼び声」や、イタリ  
アの作曲家ロッシニの《序奏、主題と変奏》、  
そして福川さん自身がホルンのために編曲し  
たホルストの組曲《惑星》より「木星」など、  
アンコールを含め全6曲を演奏した約1時間  
のコンサート。観客の方は「流の方はどんな  
場所でも演奏しても素晴らしいと実感しまし  
た。曲ばかりで、ホルンの魅力が伝わるような選  
曲ばかりで、ホルンの音に驚きを感じました。  
街なかで気軽に聴けていいですね」と話してい  
ました。



豊かな発想  
から生まれた  
現代音楽であ  
るメシアン  
《峡谷から星



理事長の河合良則  
さんは「上田駅周  
辺に新しく住民と  
して来られた方が、  
『生活の場』とし  
て商店街に親しん  
でいただけるよう

うえだ原町」番街商店会では、タレントのヤ  
ボンスキューバやし画伯さんの絵と詩を商店  
街の店舗に展示する「まちなか美術館」を開  
催するなど、街の回遊性を高めようとさまざ  
まな取り組みをしています。商店街振興組合

した。「皆さんのフレンドリーな雰囲気がか  
心よかったです。こういった身近な街なかで  
音楽に触れていただく体験がきっかけになっ  
て、ホールに足を運んでくれる方が増えれば、  
相乗効果で街全体が盛り上がりつついくんじ  
やないでしょうか」とコンサートを振り返りま  
した。

### Artist profile

#### ホルン 福川伸陽

世界的に活躍している音楽家の一人。NHK交響楽団首席奏者  
としてオーケストラ界にも貢献した。ソリストとして、N響、バドヴァ  
ヴェネト管弦楽団、京都市交響楽団、日本フィル、東京フィル、大  
阪響他と共演。ロンドンのウイグモアホールをはじめ、各国でリサイ  
タルに出演するなど、世界各地から数多く招かれている。東京音  
楽大学准教授、国際ホルン協会評議員。

#### ピアノ 宇根美沙恵

横浜市出身。横浜雙葉高等学校、東京藝術大学ピアノ科、その後  
同大学楽理科卒業。PTNAピアノコンペティション、かながわ音楽コン  
クール、日本ピアノ教育連盟オーディション等で入賞、入選。浜松  
国際管楽器アカデミー、日本木管コンクール等数々の公式ピアノス  
トを務め、リサイタルやNHK FMにて国内外の演奏家と共演を重ね  
多方面にて活動中。東京藝術大学非常勤講師。(演奏研究員)

になれば」と、  
時代に合わせ  
て変化する商  
店街のあり方  
を求めて創意  
工夫を続けて  
います。



## CONTENTS

街なかコンサート in 上田市 うえだ原町一番街商店会 … P.01  
2023年 前期事業紹介 … P.03  
エンタメレポート … P.05  
Chotto そこまで … P.07

菊池洋子(ピアニスト)インタビュー … P.11  
岩淵重紀(トランペット奏者)インタビュー … P.12  
2023.04-09  
サントミュージゼ・長野市芸術館 主催公演スケジュール … P.13

年間を通して皆さまにお楽しみいただける  
 サントミュージゼ・長野市芸術館の音楽事業  
 シーズンプログラムをPICK UP!  
 観て・聴いて・体験できる、  
 五感フル稼働な企画が満載です!

5/14 SUN

14:00開演  
 [13:30開場]



©Seichi Saito



©Yuji Hori

金子三勇士 ピアノ・リサイタル 小ホール

国内外で活躍を続けているヴァイオリスト、川久保賜紀  
 をゲストに迎えたサントミュージゼならではのプログラムに  
 ご期待ください。

スペシャル・ゲスト：川久保賜紀（ヴァイオリン）\*

プログラム／ショパン：ピアノ ソナタ 第2番「葬送」  
 ラヴェル：ツィガークヌ\*

料金／一般：3,000円 (U-25：1,500円)  
 バルコニーベンチシート：2,500円 (U-25：1,250円)  
 全席指定 ※未就学児入場不可  
 チケット発売中

関連プログラム

アナリーゼ・ワークショップVol.64 小ホール  
 4月14日(金) 19:00~20:00  
 お話し：金子三勇士

4/21 FRI  
 6/22 THU



©Yuji Hori



©Tohru Yuasa

サントミュージゼ・マチネ 小ホール

ご好評いただいております  
 「ワンコインマチネ」が4月か  
 ら新シリーズ「サントミュージゼ・  
 マチネ」としてリニューアル。  
 平日ランチタイムの60分間、  
 親しみやすいトークと名曲を  
 お楽しみください。

日時／各回 11:30開演 [11:00開場]  
 4月21日(金) Vol.1 三浦友理枝 (ピアノ)  
 プログラム／ドビュッシー：映像 第2集 ほか  
 チケット発売中

6月22日(木) Vol.2 徳永真一郎 (ギター)  
 プログラム／タレガ：アルハンブラの思い出 ほか  
 チケット発売 / 4月19日(水) 10:00~  
 料金／一般：1,000円 (U-25：500円)  
 全席指定 ※未就学児入場不可

アーバンサクソフォンカルテット  
 サクソフォン・リサイタル 小ホール

2023年度サントミュージゼ  
 レジデント・アーティストと  
 して、上田市内の小学校  
 や公民館でのコンサート  
 のほか、滞在の集大成と  
 してホールでのリサイタル  
 を開催します。

プログラム／  
 デイヴィッド・マスランカ：マウン  
 テン・ロード ほか  
 料金／  
 一般：2,000円 (U-25：1,000円)  
 全席指定 ※未就学児入場不可  
 チケット発売 /  
 5月20日(土) 10:00~



©Jura Yasaki

7/22 SAT

14:00開演  
 [13:30開場]

6/25 SUN 15:00開演  
 [14:15開場]



©Anne Laure-Lechat



群馬交響楽団 上田定期演奏会 -2023夏- 大ホール  
 (第589回 群馬定期演奏会プログラム)

日本のオーケストラ界の重鎮、指揮者 秋山和慶によるフランスに  
 ちなんだプログラム。ソリストには2021年ジュネーブ国際コンク  
 ール・チェロ部門にて日本人として初優勝した上野通明を迎えます。

指揮：秋山和慶 チェロ：上野通明\*

プログラム／モーツァルト：交響曲 第31番 二長調 K.297「パリ」  
 ラロ：チェロ協奏曲 二短調\*、ベルリオーズ：幻想交響曲 作品14  
 料金／S席：4,500円 (U-25：2,000円)、A席：3,500円 (U-25：1,500円)  
 全席指定 ※未就学児入場不可  
 チケット発売 / 3月25日(土) 10:00~

関連プログラム

アナリーゼ・ワークショップVol.65 大スタジオ  
 7月6日(木) 19:00~20:00  
 お話し：アーバンサクソフォンカルテット  
 中村優香 (S.Sax.)、小林浩子 (A.Sax.)、  
 椿 義治 (T.Sax.)、中村賢太郎 (B.Sax.)

近藤房之助



DAY-1

6/10 SAT

DAY-2

6/11 SUN



櫻井哲夫

## 長野市芸術館

### ジャズ・フェスティバル 2023 アクトスペース

2日間に渡り、ジャズ、フュージョン、ブルース、ルーツロックのミュージシャンが出演する恒例の音楽フェス。最終日トリは、エレクトリック・ベースに革命を起こした鬼オジャコ・パストリアスの名曲を、日本フュージョン界のオールスターズで再現するスペシャル・ステージ。

DAY-1 6月10日(土) 17:00開演 [16:30開場]

出演：峰 厚介 スペシャル・クインテット

【峰 厚介(サクソ)、向井滋春(トロンボーン)、板橋文夫(ピアノ)、古野光昭(ベース)、村上 寛(ドラムス)】

近藤房之助 with 金澤英明トリオ

【近藤房之助(ヴォーカル・ギター)、金澤英明(ベース)、高橋佑成(ピアノ)、石若駿(ドラムス)】

DAY-2 6月11日(日) 15:00開演 [14:30開場]

出演：臼井ミトン・トリオ

【臼井ミトン(ヴォーカル・ギター・キーボード)、中條 卓(ベース)、沼澤 尚(ドラムス)】

デヴィッド・ブライアント・トリオ

【デヴィッド・ブライアント(ピアノ)、須川崇志(ベース)、小田桐和寛(ドラムス)】

櫻井哲夫 JACO TRIBUTE BAND

【櫻井哲夫(ベース)、渡辺香津美(ギター)、本多俊之(サクソ)、新澤健一郎(キーボード)、川口千里(ドラムス)、岡部洋一(ハーカッション)】

料金 / DAY-1 (6/10) 前売：5,800円、当日：6,300円

DAY-2 (6/11) 前売：6,800円、当日：7,300円

2日間セット券：11,600円 ※2日間セット券は前売のみ 全席指定(税込)

チケット発売 / 4月8日(土) 10:00～



中西圭三

吉田次郎

小野田享子(ピアノ)

8/19 SAT

14:00開演  
[13:30開場]

## 吉田次郎プロデュース

### 長野市芸術館スペシャル・ライブ アクトスペース

ギタリスト吉田次郎が、年に一度ジャンルを超えたアーティストを迎えて長野市芸術館とともに贈る、恒例の夏を彩るスペシャル・ライブ第4弾! 今年のゲストは、初の男性ヴォーカル、中西圭三。

料金 / 前売券：5,000円、当日券：5,500円、ペアチケット：9,500円

全席指定(税込)

チケット発売 / 6月17日(土) 10:00～



2023年 前期事業紹介

# season program

2023.4-8

8/6 SUN 14:00開演  
[13:15開場]



©PACO



©西崎義展/宇宙戦艦ヤマト2202製作委員会

## 宮川彬良×シエナ・ウインド・オーケストラ “宇宙戦艦ヤマト祭り”

### 《YAMATO&VILLAINS!!》 メインホール

人気SFアニメ『宇宙戦艦ヤマト』シリーズの第1作目から最新作まで、作曲家・宮川彬良親子が手掛けた全シリーズの音楽から抜粋16曲を、シエナ・ウインド・オーケストラとのタッグで演奏。《YAMATO&VILLAINS!!》をテーマに、個性豊かなVillains(敵対勢力)にも焦点を当てたプログラムで宇宙戦艦ヤマトの世界観が存分に味わえる、ヤマトファン必聴のコンサートです。

出演：宮川彬良(指揮) シエナ・ウインド・オーケストラ ほか

料金 / 一般：5,000円 大学生以下：2,500円 全席指定(税込)

チケット発売 / 5月27日(土) 10:00～

4/26

5/31

6/21

7/19

WED



©Marco Borggreve ©Taira Tairadate

## 水曜ひるまのクラシック・リサイタルシリーズ リサイタルホール

大好評シリーズ6年目! 平日の昼盛りに、上質で贅沢なクラシック・コンサートを気軽に聴いてみませんか? 出演する旬なアーティストのトークコーナーとおすすめのちよっとしたスイーツ付き!

日時 / 各回 13:30開演 [13:00開場]

4月26日(水) 鈴木優人(チェンバロ) ※予定枚数終了

5月31日(水) 田原綾子(ヴィオラ) 實川 風(ピアノ)

6月21日(水) 長 哲也(ファゴット) 永原 緑(ピアノ)

7月19日(水) 岩淵重紀(トランペット) 新居由佳梨(ピアノ)

料金 / 全8回(4月～12月※8月を除く)

各回券：3,000円

全席指定(税込) ※未就学児入場不可

チケット発売中

## 福川伸陽 アーティスト・イン・レジデンス クラスコンサート

2022年9月15日(木) at 塩川小学校



2014年から継続している小学校でのアウトリーチ事業「クラスコンサート」

世界で活躍するホルン奏者、福川伸陽さん。NHK交響楽団首席奏者の経験を持ち、2022年度のサントミュージゼレジデントアーティストとして、上田の地を訪れてコンサート活動などを行いました。この日は、ピアニストの宇根美沙恵さんと一緒に塩川小学校5年生の授業でクラスコンサート。最初に演奏したのは、スペインの作曲家・カサドによる「親愛の言葉」です。

普段はなかなか聴く機会のない温かく優しいホルンの音色に、一瞬で魅了されます。子どもたちは目と耳をじっと傾け、演奏後は「おお!」と感心の声が続いていました。

演奏後、福川さんが「今までホルンを近くで聴いたことがある人は?」と尋ねると、誰もいない様子。「ホルンは管がぐるぐるしているけど、伸ばすときのぐらいいあると思う? ……答えは4m!」その言葉に、ええーと驚きの声が続きます。

リコーダーのように吹くだけでは、ホルンの音は出せません。先端の広がった「ベル」に手を入れても、レバーを押してもダメ。学校の金管バンドに所属している生徒たちに「どうすれば音が出る?」と尋ねると「頬を膨らませない」との答えが。

「そう、そして唇の形が大切ですね。実は、唇の動きだけで音階を吹き分けられるんです!」

福川さんはそう話し、実際にドレミファ…と音を聴かせてくれました。

さらにベルに入れる手の向きを変えることで音色が変わること、操作するのは四つのレバーのみながら、唇と息のスピードで

何十個もの音を作れることを教えてくれました。「世界一難しい楽器として、ギネスブックに登録されているんです」と話すと、生徒たちからは驚きの声。続いている演奏は、メシアン作曲「恒星の呼び声」です。

「太陽から一番近い恒星まで、光の速さでも4年かかります。新幹線だと1580万年かかる距離! その間の暗闇で太陽はどんな音を出すのか、想像しながら聴いてください!」

ホルンのみのソロ演奏。エコーがかかったような音や、ささやくような音など多彩な音色が想像力を膨らませ、一つの物語を見ているかのようにでした。続いて、宇根さんによるピアノの楽器解説。ピアノの音を大きく豊かにするのが、中にある「響板」。小型オルゴールを響板の上に置いて鳴らしてみると、外で聴いた時の何倍もの大きさで音が響き、生徒たちも驚いた表情。

ピアノソロで演奏してくれたのは、スペインの作曲家・ウアリアによる「火祭りの踊り」。2音を交互に素早く演奏する「トリル」で、ゆらゆらと揺れる炎を表現する印象的な始まり。激しさと静けさを行き来しながら、エキゾチックな世界を聴かせてくれました。

最後は、福川さんと宇根さんがホルンストの組曲「惑星」より「木星」を披露。オーケストラ曲をピアノ+ホルンに変換したスペースジャズバージョンです。ホルンの美しく温かな低音と歌うようなピアノがドラマチックに響き合います。

二つの楽器が作り出す世界に触れた生徒たち。大きな拍手でクラスコンサートは幕を閉じました。



ホルンの音が出る仕組みを伝えます



多彩な音色が、教室中に響きわたります



素早い指の動きで魅惑的な世界を表現します



東京フィルハーモニー交響楽団と一青窈さん

billboard  
CLASSICS

## Premium Symphonic Concert in Nagano

2022年12月3日(土) at 長野市芸術館メインホール

### 街

がクリスマスの賑わいを見せる12月3日土曜日の夕方。

長野県内では初の「billboard classics Premium Symphonic Concert in Nagano」が開催されました。

出演は、石崎ひゅーいさん、中島美嘉さん、一青窈さん、小柳ゆきさん(出演順)、そして、県内出身の柳澤寿男さん指揮による、東京フィルハーモニー交響楽団。

魅力的なヴォーカリストたちの歌を、オーケストラが華やかに彩る、とびきり豪華なコンサートです。ヴォーカルの4人はいづれも、その圧倒的な歌唱力は折り紙付き。オーケストラとの相性も抜群です。

トップバッターは、石崎ひゅーいさん。俳優菅田将暉さんに提供し、ドラマの主題歌にもなった「さよならエレジー」をはじめ、パワーあふれる歌声の中に言葉の繊細さが光ります。オーケストラが彩るバラード「アヤメ」の美しさは絶品。

続いて、中島美嘉さん。歌姫」という言葉がこの上なく似合う、堂々たるたたずまいです。日に日に冬が深まっていくこの季節に聴きたい代表曲「雪の華」を、フルオーケストラのサウンドがドラマチックに盛り上げます。今この瞬間に、今年最初の雪がホールに舞い降りてきたと感じさせるほど、せつせつと胸に迫る名演です。

後半は、一青窈さんのステージからスタート。裸足になってステージに座り込んで歌うなど、その自由なパフォーマンスにも目を見張ります。ことに「ハナミズキ」の、

身体の奥底から泉のように湧き上がるような歌声は、ホールで聴くとより力強い包容力にあふれていました。

そしてラストを飾ったのが小柳ゆきさん。ジャズの名曲「New York, New York」やOfficial髭男dismの「Cry Baby」なども交えてバラエティ豊かに歌いあげ、その表現力で客席を沸かせます。自身のデビュー曲、心震わせる「あなたのキスを数えましょう」You were mine」は圧巻でした。

それぞれのキャリアを代表する聴きなれた名曲も、フルオーケストラと共に、そしてホールの響きの中で聴くとまた新しい感動があります。歌の世界がよりドラマティックに胸に迫り、まっすぐに聴く者の心を射抜きます。弦の響き、管楽器の歌、ヴォーカリストの魂のこもった歌声、そのすべてが溶け合い絡み合って会場の空気を震わせる迫力のサウンド。この日・この場所ですべては味わえない興奮と感動に熱く盛り上がりました。

終演する頃には日も暮れて、イルミネーションが冷たい空気に冴えて一層輝きます。ホールで聴いた輝く音、熱い響きの余韻で、ひとときわロマンティックに感じられ、終演後も素敵なひと時を感じていただけたのではないかと思います。



石崎ひゅーいさん



中島美嘉さん



一青窈さん



小柳ゆきさん

上田城築城と  
ともに生まれた  
市から続く  
商いの町  
うえだ  
原町一番街

チヨット  
Chotto

そこまで

in 上田市

一緒にまち歩きを  
楽しみました!



長野市芸術館  
出演アーティスト  
いわぶち しげき  
**岩淵 重紀**さん  
(トランペット奏者)



長野大学  
もりやま ねな  
**森山寧々**さん  
(社会福祉学部2年)/右  
したみ ちはる  
**下見千晴**さん  
(環境ツーリズム学部3年)/中  
なつこ やまあた  
**立子山新太**さん  
(環境ツーリズム学部2年)/左

サントミュージゼと長野市芸術館にそれぞれ  
出演するアーティストが、上田市と長野市  
を“結ぶ”架け橋として、お互いのまちを  
「chottoそこまで」な気分で楽しめます!

来場者へのアンケート調査から  
おすすめのお店をご紹介します!



1 **茶千歳 上田店**

上田市中央2-9-20

店の目印はビッグなタピオカカップ。  
ドリンクの人気2トップはブラックタ  
ピオカ紅茶ミルクティーとブラック  
タピオカ黒糖ミルク(いずれもMサ  
イズ490円)。アイスもホットもある  
ので1年中楽しめます。味とモチモ  
チ食感を生かすため、賞味期限わ  
ずか4時間の作りたて生タピオカ  
だけを使うこだわり。映えるアジア  
ンフードも提供しています。



電話番号 0268-80-9062  
営業時間 11:30~19:00(フードL.O.18:45)  
定休日 木曜(祝日は営業)  
Instagram: @chasensai\_ueda  
店舗特典 ドリンクどれでも50円引き



店内仕込みの  
台湾特製ゾーパイ  
(鶏もも肉の唐揚げ)  
も人気!



▲アートもかわいい!  
紅茶ミルクフォーム  
(Mサイズ490円)



▲ブラックタピオカ紅茶ミルクティーに  
国産ミルクパウダーを使用するなど  
素材にもこだわっています

1 **茶千歳 上田店**

今回の  
まち歩きコースは  
こちら!



2 **韓味屋**



3 **家庭料理 Nico**



## 2 韓味屋

上田市中央2-5-5

カフェ風のおしゃれな店で食べられる本格韓国料理。甘辛いタレと熱々チーズがたっぷりの鉄板チーズタッカルビ(3,278円)や、鉄板チーズチヂミ(1,958円)などが人気。ランチタイムは、牛スジ煮込みをはじめとしたバラエティー豊かなメニューが定食で楽しめます。夜はおすすめの自家製キムチ各種をおつまみに、マッコリなど韓国系のお酒で楽しく乾杯!

電話番号 070-3320-9616

営業時間 11:30~14:30、17:30~22:00

定休日 木曜

Instagram: @hanmiya\_ueda

店舗特典

平日ランチのソフトドリンク1杯無料  
(GW・お盆休みは除く)

※詳しくはお問い合わせください。

スープやたれ、  
ソース類も  
全部自家製!



▲野菜もたっぷり鉄板チーズタッカルビは、おいしく香るアツアツで提供!



## 3 家庭料理 Nico(ニコ)

上田市中央3-3-12

酒蔵の建物をリノベーションして去年12月にオープン。オーナー中澤陽子さんはさまざまなタイプの飲食店で20年以上経験を重ねた方。店の雰囲気からメニューの考案、提供まで全て、自分の思いを詰め込んだ店を、この上田で実現しました。料理は日替わりランチ(1,650円)のみで、自慢の一品は「鶏のから揚げ」。おいしさの秘密はぜひ食べて確かめて!

電話番号 0268-55-3980

営業時間 11:15~15:00 定休日 火曜

Instagram: @nico1215nico

店舗特典 食後のコーヒーまたは紅茶1杯無料



▲木製の階段皿にたくさんの小鉢が載るランチ



## Chottoおみやげ

アロンディール  
3個入り 549円(税込)



地元上田で愛され続ける老舗洋菓子店。厳選したくるみをアーモンド生地で包んだ創業以来の定番焼き菓子アロンディールは、サクサクの食感が、くるみとアーモンドの豊かな香りを引き立てる逸品です。

## 4 洋菓子専門店エトワール

上田市中央3-3-15

電話番号 0268-22-7286

営業時間 10:00~18:30

定休日 水曜、1月1日

<https://etoile-arrondir.com/index.htm>

上田に生まれて  
50年以上の老舗!



移り変わる  
駅前エリアで  
にぎわいを  
つくり続ける  
南石堂町  
商店街

チャット  
**Chatto!**  
そこまで  
in 長野市

一緒にまち歩きを  
楽しみました!

信州大学教育学部  
音楽教育コース(ピアノ研究室)在籍  
伊藤有希さん(4年)/右  
山崎美穂さん(4年)/中  
黒沢朋花さん(4年)/左

サントミューゼ  
出演アーティスト  
菊池 洋子さん  
(ピアニスト)

大学の発表会などでよく長野市芸術館を利用している  
地元学生が、案内役として同行しました!

1 足もとの悩み相談  
**FORfoot BY SHOEMART**  
(フォーフット バイ シューマート)  
長野市南石堂町1423-5

靴を履いて歩くと痛い、外反母趾や巻き爪など、全身の健康を支える足もと全般の悩みにも足と靴の専門家が応えます。まずは足圧計で体のバランスなどを無料計測。丁寧な足もとカウンセリング(990円)でお悩みの解決策を提案してくれます。プロ技で癒やす足もとリフレ(3,990円)や角質ケア(4,990円)は、足だけじゃなく気持ちまでリフレッシュ!



電話番号 026-219-6130  
営業時間 10:00~18:00  
定休日 月・木曜  
https://reserva.be/forfoot  
店舗特典 足もとリフレマッサージ体験15分 500円



足圧計は乗るだけで体重の  
かかり方などがわかります

歩きやすい靴も  
販売しています!



▲足と目的に合わせた高機能インソールの提案も



1 足もとの悩み相談  
**FORfoot BY SHOEMART**



2 信州雪蔵熟成そば  
音楽



3 こおむら



## 2 信州雪蔵熟成そば 音楽

長野市南石堂町1422-1

黒姫山のふもとで収穫したそばの実を雪の中で貯蔵してから製粉する「寒晒そば粉」を、自家製手打ちそばで提供。雪蔵の中で酵素が活性化して甘さが際立つ極上のそばを、3種のつゆで食べ比べるセット(1,500円)がランチタイムに人気。夜は地酒を中心とした日本酒と、それに合う逸品料理も味わえます。女性一人でも楽しめる気軽な雰囲気のお店。



電話番号 026-217-2888  
 営業時間 昼/月・火・木～土曜 11:30～14:00 (L.O.13:40)  
 日曜 11:30～15:00  
 夜/月・火・木～土曜 17:00～22:00 (L.O.21:30)  
 ※祝日は要問い合わせ  
 定休日 水曜、日曜デイナー  
 Instagram: @soba.otona  
 店舗特典 ランチ利用ソフトドリンクサービス

▼つゆが10種類から選べる蕎麦切りランチセット (820～1,170円)  
 ※小鉢は季節で変更あります。



女子会にもよせうな  
 おしゃれなお店!



・ Chottoおみやげ ・

### ヤンニョムチキン

5個 780円(税込)



女子中高生から大人まで韓国好きなお客さんでいつもにぎやか。甘辛ダレがクセになるヤンニョムチキンは店内飲食でも人気。サムギョブサルやウルトラUFOチキンなど、話題の韓国グルメならココ!

### 4 韓国屋台 ウル寅ソウル

長野市南石堂町1418-11

電話番号 026-217-7761  
 営業時間 11:00～22:00(料理L.O. 21:00、ドリンクL.O.21:30)  
 ※食べ放題ご利用の場合、最終来店19:30。高校生の店内飲食は2時まで。

定休日 月曜  
<https://k-ultraseoul.owst.jp/>

店内は  
 K-POPが流れて  
 気分もアがる～



### 3 こおむら

長野市南石堂町1433

南石堂町で60年以上営業する老舗の服地屋さん。生地を知り尽くしたベテランスタッフが、選び方から洋裁のワンポイントアドバイスまでしてくれます。普段着使いからダンス・ステージ衣装向けまで、品ぞろえは都会の専門店に負けない約2000点。機能性素材や季節に合わせた生地もそろっています。イベントなどで個性を出したい学生にも心強いお店!



電話番号 026-226-0744  
 営業時間 10:00～18:00 定休日 日曜  
<https://minami-ishidocho.com/store/retail/post-55/>  
 店舗特典 のび止めテープ 1巻



▲ステージで映えそうな生地を幸村社長がチョイス



ピアニスト  
 きくち ようこ  
**菊池 洋子**

Profile

2002年モーツァルト国際コンクールにおいて日本人として初めて優勝。ザルツブルク音楽祭に出演するなど国内外で活発に活動を展開し、国内主要オーケストラとの共演をはじめ、南西ドイツ・フィル、ベルリン響、フランツ・リスト室内管等と共演。パレエとのコラボレーション公演にも出演し、CD録音も活発に行う。2007年出光音楽賞受賞。前橋市Presents 舞台芸術祭芸術監督。

出会いに導かれて音楽の都へ  
 街の空気を自分の音に変えて



幼稚園からピアノを始めましたが、中1の時に田中希代子先生のCDを聴いて、「ピアノってこんな音がするの!？」と雷に打たれたような衝撃を受けたんです。心に刺さる演奏でした。それから先生の元へ通うようになって、内容の濃いレッスンをしていただきました。先生と同じようにヨーロッパで勉強してみようと、イタリアのイモラ音楽院へ。音楽家としてやっていく覚悟は固まっていたので、毎年「もっと学びたい」と思って、13年在籍しました。イタリアの先生のレッスンは一人ひとりの個性を伸ばすやり方。

自分がどう弾きたいかが大事で、自由に音楽をつくるのを先生が助けてくれました。それがすごく楽しかったです。音楽院を出た後はドイツのベルリンで勉強しながら演奏会に出る生活。ベルリンでの収穫はバレエですね。初めて見てすぐ夢中になって。ピアノとバレエのコラボ作品もあると知って、いつかやりたいと周りに話していたら、日本で実現できました。「会いたい」「この人と演奏したい」と思ったり言ったりした人とは、だいたい叶っています。言霊って本当にあるんですよね。すぐじゃなくても、10年くら

い経って実現したり。強く願うって大事だと思いますね。ベルリン時代に訪れた、音楽の都ウィーンに引越して今に至ります。気分転換は散歩。街並みがきれいで、1時間くらい歩いても退屈しない。たまに「これモーツァルトが見てた景色と同じかも!」という想像します。演奏する時にも街の景色が浮かんだりして。音楽家として日々成長するために、音楽が生まれた街の空気を吸いながら、日常の感動やワクワクを体験して、自分の音楽に反映させていきたいと思っています。

インタビューを聞いて

ピアノを学ぶ者として、菊池さんのお話が聞けたのは本当に貴重な体験でした。「歌うようにピアノを弾いて」と私たちも言われますが、本当にご自分で歌ったり歌手の歌を聴いたりして、その歌を見本にして弾くことを実践しているというお話では、プロの方の真の努力に心が震える思いでした。まち歩きも楽しくて、「ウィーンはケーキが最高。イタリアはピザとワインがおいしい!」と聞き、海外暮らしを想像してワクワクしました!





長野市美術館

トランペット奏者

いわぶちしげき  
岩渕 重紀

Profile

東京音楽大学卒業。同大学院修了。卒業時にNTT DOCOMO賞受賞。在学中、特待生奨学金、海外特別奨学金を受ける。第2回東京音楽大学コンクール優勝。現在、オーケストラ、吹奏楽団の客演首席、劇団四季、東宝、ホリプロ、宝塚等のミュージカル、映画やゲームの録音や音楽番組のテレビ出演、ズーラシアアンブラスメンバーとして全国や海外で演奏活動をしている。

吹けない自分から抜け出した  
無数の現場経験が今の糧に

中学の頃、吹奏楽部に指導に来た大学生がキラキラして見えたんです。音大生にとにかくなりたい！と思って(笑)。学生時代から演奏の仕事があって、気付いたら20年以上フリーランスです。活動の中心はミュージカル公演と、週末は全国各地で「ズーラシアアンブラス」。ドラマなどのスタジオ録音や、ゲーム音楽も増えました。クラシックしか勉強してこなかったのですが、ポップスやジャズは最初全然できなかった。全部が違うんです。怒られても何が悪いかわからなくて、聴き込んで、現場に足を運んで、自分の演奏

を聴き直して：。「こういうことか」と気付くまで時間がかかりました。トランペットに限らず金管楽器って、結構音が外れるんです。これはフィジカルな課題でもあるので生活には気を付けています。睡眠や食べ物に気を遣ったり整体に通ったり。怠けると音が出なくなるんですよ。トランペットがやっぱり好きだと思えるようになったのはここ10年くらいで、それまでは本当に吹けなくて小さな気付きを積み重ねて、コントロールの難しさが克服できた。本番の数が多いおかげか、年齢を重ねて体力は落ちて

いるけど逆に効率が上がっているのかな。楽しいので、本番が週10本という今のペースでも続けたい。アンサンブルが楽しいんですよ。いいものを創ろうとみんなが力を尽くして、決まった時の喜びの共有が、お客様から拍手で返ってくるあの瞬間。一流の仲間と出会えてよかったと感じます。目標は一貫していて、どんな現場でも、お客様だけじゃなく共演者も感動させる演奏をしたい。「この人と一緒にやるといいんだよね」と思われる存在になって、そのつながりでいろいろ現場を経験できたらいいですね。



インタビューを聞いて

吹奏楽部にいた友達の“音の感じ方”が不思議だなとずっと思っていたのですが、岩渕さんのお話で理解ができました。音楽について詳しく知らない私たちがいろいろな質問をしても、一つ一つわかりやすく説明してくださって、その思いやりをうれしく感じました。グルメだらけのまち歩きでは、場を明るく盛り上げてくださっていた岩渕さん。「“食べる”って人をつなげるんだな」と実感した、とても楽しいひとときでした。



← 公演情報はP.13-14をご覧ください。

長野市芸術館

サントミュージゼ

4月

4/21(金) 12:15 メインホール  
ランチタイム・ピアノ・コンサート 小山貴之

4/14(金) 19:00 小ホール  
アナリーゼ・ワークショップ (お話し:金子三勇士)

4/26(木) 13:30 リサイタルホール  
水曜ひるまのクラシック・リサイタルシリーズ  
Vol.37 鈴木優人 チェンバロ・リサイタル  
※予定枚数終了

4/20(木) 19:00 婦恋会館  
上田地域定住自立圏連携事業  
三浦友理枝 ピアノ・コンサートin婦恋村

4/21(金) 11:30 小ホール  
サントミュージゼ・マチネ (ピアノ:三浦友理枝)

5月

5/31(木) 13:30 リサイタルホール  
水曜ひるまのクラシック・リサイタルシリーズ  
Vol.38 田原綾子 ヴィオラ・リサイタル

5/14(日) 14:00 小ホール  
金子三勇士 ピアノ・リサイタル

6月

6/10(土) 17:00 アクツスペース  
長野市芸術館ジャズ・フェスティバル2023  
DAY-1  
出演:峰 厚介 スペシャル・クインテット、  
近藤房之助 with 金澤英明トリオ

6/21(木) 19:00 坂城町文化センター  
上田地域定住自立圏事業  
徳永真一郎 ギターコンサートin坂城町

6/11(日) 15:00 アクツスペース  
長野市芸術館ジャズ・フェスティバル2023  
DAY-2  
出演:白井ミント・トリオ、デヴィッド・ブライアント・トリオ、  
櫻井哲夫 JACO TRIBUTE BAND

6/22(木) 11:30 小ホール  
サントミュージゼ・マチネ (ギター:徳永真一郎)

6/16(金) 12:15 メインホール  
ランチタイム・ピアノ・コンサート  
深沢雅美&梨本卓幹 ※2台ピアノ

6/25(日) 15:00 大ホール  
群馬交響楽団上田定期演奏会-2023夏-  
指揮:秋山和慶 チェロ:上野通明

6/21(木) 13:30 リサイタルホール  
水曜ひるまのクラシック・リサイタルシリーズ  
Vol.39 長 哲也 ファゴット・リサイタル

アナリーゼ・ワークショップ

コンサートをより深く楽しんでいただくために、  
公演で演奏される楽曲の魅力を出演者自身が解りやすくお話しします。

7月

7/9(日) 時間未定 市民交流スペース  
OZ-尾頭-山口佳祐  
子どものための美術創作ワークショップ

7/6(木) 19:00 大スタジオ  
アナリーゼ・ワークショップ  
(お話し:アーバンサクソフォンカルテット)

7/19(木) 13:30 リサイタルホール  
水曜ひるまのクラシック・リサイタルシリーズ  
Vol.40 岩瀬重紀 トランペット・リサイタル

7/7(金) 19:00 西部公民館  
地域ふれあいコンサート  
(サクソフォン四重奏:アーバンサクソフォンカルテット)

7/8(土) 14:00 中央公民館  
地域ふれあいコンサート  
(サクソフォン四重奏:アーバンサクソフォンカルテット)

7/20(木) 14:00 大ホール  
令和5年度(公社)全国公立文化施設協会主催  
松竹大歌舞伎 東コース  
出演:尾上松緑 ほか

7/22(土) 14:00 小ホール  
アーバンサクソフォンカルテット  
サクソフォン・リサイタル

水曜ひるまのクラシック・リサイタルシリーズ

2017年4月から始まった、4月~12月まで月1回(8月はお休み)、  
年8回のリサイタルシリーズ。  
トークたっぷり、ぶちスイーツも付く、毎回売切必至の大人気公演です。

## 長野市芸術館

8/4(金) 12:15 メインホール  
ランチタイム・ピアノ・コンサート 宮入柚子

8/6(日) 14:00 メインホール  
宮川彬良×シエナ・ウインド・オーケストラ  
“宇宙戦艦ヤマト祭り”  
《YAMATO & VILLAINS!!》

8/11(金・祝) 17:00 メインホール  
billboard classics  
山崎育三郎 Premium Symphonic  
Concert Tour 2023 “PRINCIPE”  
指揮：栗田博文 ヴォーカル：山崎育三郎  
東京フィルハーモニー交響楽団 ほか

8/19(土) 14:00 アクツスペース  
吉田次郎プロデュース  
長野市芸術館スペシャル・ライブ  
ギター・音楽監督：吉田次郎  
ヴォーカル：中西圭三 ピアノ：小野田享子

9/9(土)~18(月・祝) 展示サロン  
市内作家によるアート・グループ展 2023

9/20(日) 13:30 リサイタルホール  
水曜ひるまのクラシック・リサイタルシリーズ  
Vol.41 辻 彩奈 ヴァイオリン・リサイタル

9/27(日) 18:30 リサイタルホール  
加藤昌則のぶっとび!クラシック  
作曲家編【バッハ】  
1時間目：“音楽の父”と呼ばれる理由とは?

## サントミュージゼ

8/2(日) 19:00 長門町民センター  
上田地域定住自立圏連携事業  
伊藤悠貴 チェロ・コンサートin長和町

8/3(日) 11:30 小ホール  
サントミュージゼ・マチネ (チェロ：伊藤悠貴)

8/19(土)・8/20(日) 時間未定 大ホール  
ブロードウェイミュージカル「ピーター・パン」  
演出・振付：長谷川 寧  
出演：山崎玲奈、小野田龍之介、岡部 麟 ほか

8/28(月) 19:00 小ホール  
アナリーゼ・ワークショップ (お話し：仲道郁代)

### サントミュージゼ・マチネ (隔月開催)

平日の昼間にお届けするトークを交えた60分間のミニコンサート。  
気軽にクラシック音楽を楽しみたい方におススメです。

8月

9月

## 長野市芸術館

### NAGANO CITY ARTS CENTER

一般財団法人 長野市文化芸術振興財団  
〒380-8512 長野県長野市大字鶴賀緑町1613番地  
TEL | 026-219-3100 FAX | 026-219-3110  
web | <https://www.nagano-arts.or.jp>  
開館時間 | 9:00-22:00  
休館日 | 火曜日・年末年始 (12/29~1/3)

## サントミュージゼ

### SANTOMYUZE

上田市交流文化芸術センター  
〒386-0025 長野県上田市天神三丁目15番15号  
TEL | 0268-27-2000 FAX | 0268-27-2310  
web | <https://www.santomyuze.com/>  
開館時間 | 9:00-22:00  
休館日 | 火曜日・年末年始 (12/29~1/3)

企画 | サントミュージゼ・長野市芸術館  
編集・デザイン | エイブルデザイン

印刷 | 杏花印刷  
発行日 | 令和5(2023)年3月23日

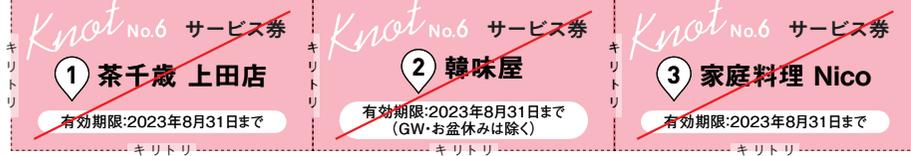
公演内容は2023年3月現在のものです。最新情報については各施設公式ウェブサイト等をご覧ください。

長野県「地域発元気づくり支援金」活用事業

### Knot読者特典

P.07-08掲載の①茶千歳 上田店 ②韓味屋  
③家庭料理 Nicoの特典サービスが受けられます。 →  
サービス券を切り取ってご来店ください。

※他のクーポン券や割引サービスとの併用はできません。  
※お一人1回1枚限り、およびコピー利用不可。



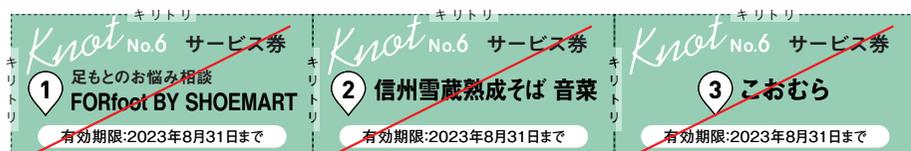
冊子版のサービス券をご利用ください。



### Knot読者特典

P.09-10掲載の①足もとの悩み相談 FORfoot BY  
SHOEMART ②信州雪蔵熟成そば 音楽 ③こおむらの  
特典サービスが受けられます。 →  
サービス券を切り取ってご来店ください。

※他のクーポン券や割引サービスとの併用はできません。  
※お一人1回1枚限り、およびコピー利用不可。



冊子版のサービス券をご利用ください。