



第4回 四賀バラ公園

バラまつり



今年で4回目を迎えるバラまつり。四賀の6月には欠かせないイベントになりました！
四賀バラ公園はボランティアの手も借りながら手入れをすすめ、年々見応えを増しています。
今年も北アルプスをバックに美しく咲き誇るバラと、鮮やかな芝生を楽しみください。
ローズミュージックフェスやキッチンカーフェスティバルなど盛り沢山でお待ちしています。
今回初開催のアニソンカラオケ大会では出場者を大募集中です！
定員になり次第締め切ります。奮ってご参加ください！
お隣のスタジアムでは女子硬式野球ウィーナスリーグを開催、無料で観覧できます。

日時：6月6日（土）～6月7日（日）10:00～16:00

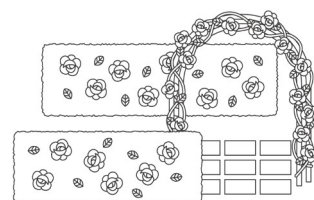
会場：四賀バラ公園（信州グリーンローズスタジアム四賀隣）

問合せ先：信州グリーンローズスタジアム四賀 0263-64-2060



- <ローズミュージックフェス2026>2日間で計13組が出演
- <アニソンカラオケ大会>合言葉は「アニソン大好き！」勇者求む！
- <キッチンカーフェスタ>おにぎりやお好み焼きなど2日間各9台ずつ
- <販売コーナー>四賀の物産、バラの苗木、COUDOのドーナツ他
- <スタンプラリー>4つの指定箇所を巡って素敵な景品をゲット！
- <バラ公園写真コンテスト>優秀作品には素敵な景品が当たります

ハレホレバラまつり



松茸山荘 あいだのたまご詰め放題



お肌がすべすべ美人の湯、松茸山荘で嬉しいプチイベントを開催します。

日帰り入浴のお客様は1回300円で会田の卵を詰め放題です。

上手に詰めれば30個入っちゃうかも？

好評だった素揚げ野菜のオリジナルスパイスカレーも再登場！

軽食やその他のメニューもお楽しみいただけます。

日時：6月19日（金）11:00～（無くなり次第終了）

会場：信州穴沢温泉 松茸山荘

問合せ先：0263-64-2102



ハレホレ松茸山荘
たまご詰め放題

しののめの道バザール「はちく」が出始めます！



みそ汁や煮物、たけのこご飯などが美味しい「はちく」はいかがですか？
季節の味をお買い求めください。6月中旬頃まで楽しめます。
今季から営業時間に変更されています。ご注意ください。

価格：例年2Kg/500円です。（値段が変わる可能性あり）
営業日時：毎週水曜・土曜 午前7:00～正午
問い合わせ先：しののめの道バザール 0263-64-3751



☆..+**+..
..+**+...☆

「ほたる」を見に行きませんか？

..+**+..
☆...+**+..



初夏の風物詩ほたる。今年もほたるが見られる季節が到来しました。
自然豊かな四賀では、ゲンジボタルとヘイケボタルの両方が見られます。
見頃は<ゲンジボタル>6月中旬～下旬、<ヘイケボタル>7月上旬。
観察スポット情報はハレホレ四賀の四賀ほたるMAPをご覧ください。ハレホレ四賀ほたる



最後のご飯会 ～これにて一件落着～

sabou しが with 洞光寺 × 五加音響研究所 × 五加珈琲



6月末で閉店する「sabou しが」の料理を食べる最後のチャンス。今まで作ってきたメニューから最後に作りたい物をあれやこれやビュッフェスタイルで召し上がって頂くご飯会です。
洞光寺のゆったりとした雰囲気の中、素敵なお音楽や珈琲と共に楽しみください。



日時：6月28日（日）11:30～15:00

会場：洞光寺

会費：2,500円（食事代&DJ）

五加珈琲：キャッシュオン

問合せ先：sabousiga2020@gmail.com



食改☆旬だより
おすすめ食材
<6月>
きゅうり
トマト

【きゅうり】おすすめの食べ方

塩昆布和え・きゅうりの佃煮・にんにく胡麻油たたききゅうり

【トマト】おすすめの食べ方

トマトとツナの Pasta・鶏肉のトマト煮・トマトと豆腐サラダ

旬の味を楽しんでくださいね♪

<提供：四賀地区食生活改善推進協議会>



協議会だよりは、ハレホレ四賀のしが便りページからもご覧いただけます。
次号は7月1日発行です。どうぞお楽しみに！