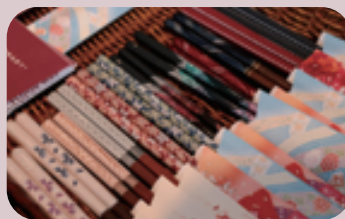


出店情報 / やまじゅうへの出店舗や開催イベントをご紹介します



～6/8日 和カフェ come

須坂創成高校出身、京都の老舗料亭で修行を積んだ20代店主がチャレンジショップを営業中！！周辺地域の食材を中心に使用した創作会席料理をカフェ感覚でお楽しみいただけます。前菜・主菜・甘味のフルコースを2,000円(税込)でご提供。主菜には風さやかを土鍋でふっくら炊きあげた「白い焼き親子丼」や「七宝ちらし寿司」「舞妓手毬鮓」など。ぜひお気軽にお越しください。

○営業日時:2025年4月20日(日)～6月8日(日)11:00～15:00(L.O14:30) ○店休日:毎週水曜 ○会場:やまじゅう1階飲食スペース ○メニュー:ランチコース 前菜+主菜+甘味 ※コース内容は時期により異なります ○詳細・お問合せ: MAIL / 4montorama@gmail.com Instagram / @itamae217



5/8日 初心者向け POP ピラティス

ピラティスの基本の動きに有酸素運動や筋トレを組み合わせたトータルボディワークアウト。音楽に合わせて心も身体も整えます。ピラティスが初めての方、運動が苦手な方、お子さま連れの方など、どなたでも大歓迎！

○日時:2025年5月8日(木) 10:30～11:30 ○会場:やまじゅう2階交流スペース ○料金:初回1,000円通常1,500円(未就園児と参加で毎回500円割引) ○持ち物:ヨガマット(貸出可200円)、フェイスタオル、飲み物、お子さまの好きなおもちゃ ○お申込・お問合せ:Instagram @zusammen_pilatesへDM



5/14日 ①お産をまるごと語る会/②出張お休みドコロ

助産師・中村さんによる育児にまつわる集い。午前はお母さんたちが安心してお産について話せる場、午後は育児相談したい方や気分転換したい方向けの場です。ぜひお子様と一緒にご参加ください。

○日時:2025年5月14日(水) ①10:30～12:30(要予約) ②13:00～16:30ごろ(予約不要) ○会場:やまじゅう2階交流スペース ○参加費:①1,000円 ②無料 ○申込・お問合せ先:公式LINE <https://lin.ee/vLYv17E> 又は Instagram / @jyosanshi_yukko



5/18日 出張！手あて整体

飯山市で「手あて整体サロン WISHCA」を開いている白石さんによる出張施術。足元や内臓から身体全体を整えて不調の根本から改善。ご自身で簡単にできるセルフケアもお伝えします。

○日時:2025年5月18日(日)10時～12時半～15時～ ○会場:やまじゅう2階交流スペース ○備考:事前予約必須、女性・お子様限定 ○備考:6月以降も月1回程度開催予定 ○詳細・ご予約:公式 Instagram @rikako_shiraishi をご覧ください。



5/20日 親子で楽しくピラティス

ピラティストレーナー・根岸奈緒さんによる親子向けのピラティスイベント。ママたちのための姿勢改善を中心に、カラダの正しい伸ばし方、筋肉の使い方を学びます。ぜひお子さまと一緒にご参加ください。

○日時:2025年5月20日(火) 10:30～11:30 ○会場:やまじゅう2階交流スペース ○料金:1,000円(未就園児のお子さまとの参加で500円割引) ○持ち物:ヨガマット(レンタル可200円)、フェイスタオル、飲み物、お子さまの好きなおもちゃ ○お申込・お問合せ:Instagram @zusammen_pilatesへDM



5/27日 ほっこりアートワークカフェ「アート日和」

新月のタイミングに、自分の願いをコラージュして夢の実現や行動力アップする「新月コラージュ」を開催。「絵が苦手」「アートってハードルが高い」という方も気軽に参加OK！アートで心を整えてみませんか？

○日時:2025年4月25日(金) 10:00～11:30 ○会場:やまじゅう2階交流スペース ○ご予約:不要(開始時刻までに要入室) ○対象:どなたでも ○持ち物:気になる雑誌や写真の切り抜きなど ○料金:2,500円(LINE登録で2,000円) ○詳細・お問合せ:Instagram @atelier_treehouse

出店・利用者募集中!!

「須坂市賑わい創出拠点やまじゅう」では、開業・事業展開を検討している方や、イベント・セミナー・交流会を開催したい方などに、施設内4つのスペースをお貸し出ししています。やまじゅうであなたの活動をひとつ前に進めてみませんか？見学やご相談も随時お受けしています。お気軽にお問い合わせください！！

🍀+ やまじゅうとは？ / 開業・事業拡大を目指す方をサポート！

須坂市蔵の町並みの歴史的建物をリノベーション。地域の交流と賑わいを創る拠点として2022年9月にオープンしました。施設内の各スペースを活用のうえ、将来的な開業に向けたチャレンジショップ営業や講座・教室、交流行事など開催いただけます。加えて、専門スタッフによる開業相談など、多角的な支援に取り組んでいます。



飲食・物販
テスト出店可能

創業支援
セミナーの開催

施設内による
イベント企画歓迎

開業・事業の
相談対応

🍀+ 開業者インタビュー / やまじゅうがサポートした開業者をご紹介します



Vol.07 樋口 仁康 さん
『ごはんや 五蘊(ごうん)』店主

「日常の美味しい」を大切に —
優しい笑顔にホッとすごごはんや

— 看板の「からあげ定食」をはじめ、メニューが豊富ですね。

五蘊の唐揚げは、私の料理の師匠に教えてもらったオリジナルの味なんです。五蘊のコンセプトは、日常の美味しいを助けられる店。「毎日でも食える唐揚げを出したい」と思って揚げています。夫婦で店を切り盛りしていて、嫁の作るデザートが一番のファンは間違いなく私。そして私が作る料理の一番のファンは嫁。お客さんの反応やこれまでの経験から考えてはいますが、お互い影響しあってメニューが決まっているのかなと思います。



— どのようにコンセプトや営業形態を固めていったのでしょうか。

須坂の知人たちから「須坂はランチ難民が多い」と聞いていたので、具体的な需要をリサーチしました。開業準備の2年間は、市内で行われるイベントに足を運び、来場している人に声をかけて「須坂に飲食店を出そうと思うんだけど、どんな店がほしい？」って、聞きまわりました。「お茶するところが少ない」「ランチタイムを逃したあとに食事をするところがない」と声をもらい、それならうちは通し営業にしよう、と。



PROFILE 須坂市出身。長野駅前前の蕎麦店で店長として勤務後、地元である須坂市内での独立開業を決意。2023年春より市内での物件探しや事業計画の検討、須坂市内や山ノ内町での期間限定出店などを経て、2024年12月、須坂市新町にある昔ながらの長屋を改修のうえ「ごはんや 五蘊」を開業。定食やデザート、一品料理などさまざまな料理を、昼から夜の通し営業で提供中。

— やまじゅうには2023年夏頃、ご相談にお越しいただきました。

民間の不動産会社ではうまく見つからず、最初は須坂市役所に相談に行ったんですね。そこで「創業支援をしている“やまじゅう”っていう施設があるから行ってみたら良いのでは」と。予算やスケジュールなどオープンまでの計画も丁寧にヒアリングがあり、リノベーションの費用感を教えてもらったのも助かりました。オープン前にはやまじゅうで出店したことで、調理場の使い方や食事の提供数、レイアウトなどを検討することができました。

— 今後の展望などお聞かせください。

まずは通し営業の強みを活かして、デザートを楽しんでもらったり、お茶のみに来てもらったり、みんなの日常の一部になっていけば、と。あと、「子どもたちのために場をひらきたい」という思いもあるんです。学生時代に寄り道したお店のように、まちの身近な大人として関わっていきたいですね。やりたいことはたくさんありますが、まずは家族で「今日は夜ご飯食べに行っちゃおうか」って話になったときに、「じゃあ五蘊にしよう」って、そんな会話が自然に出てくるような存在であるようがんばります。これからもこの場所で、「毎日の美味しい」を求めて来てくださる皆さんをお待ちしています。



INFO ごはんや 五蘊 (ごうん)

住 所 須坂市新町 605-5

営業時間 11:30~20:00 (L.O19:30) 日祝 11:30~19:00 (L.O18:30)

Instagram @goun.suzaka

本インタビューの全文や他の開業者・施設利用者のインタビューは
note「やまじゅう編集部」
よりご覧ください

<https://note.com/yamajuuhenshu>



施設見学・ご利用・開業相談などのお問合せ
※出店店舗へのご予約等のお問合せは各店舗連絡先へお願いします

TEL 026-405-2740

MAIL support@suzaka-yamajuu.com

〒382-0082 長野県須坂市大字須坂 197 番地・202 番地 1

営業時間 10:00~17:00 (年末年始除き無休)

HP suzaka-yamajuu.com Instagram @suzakayamajuu

