

上田駅から上田交通別所線15分下の郷駅下車すぐ

真田家ゆかりの神社

生島足島神社
御本社

撰社諏訪神社

国土の大神 日本の真中
い く し ま た る し ま じ ん じ ゃ

生島足島神社
延喜式内名神大社
長野県上田市下之郷中池西 701 TEL(0268)38-2755 FAX(0268)39-1515
http://www.ikushimatarushima.jp

激動の戦国を駆け抜けた真田三代の足跡

真田氏歴史館

真田一族の歴史を古文書や武具等の豊富な資料で紹介。館内の展示は、年代に沿って配置されており、観察していくうちに真田氏の活躍の様子がわかりやすく理解できます。

■開館/9時~16時
■休館/毎週火曜日(火曜日祝日の場合は翌日)
■料金/一般250(200)円
高校生以上の学生160(120)円
小・中学生100(80)円
※()内は20名以上の団体観覧料
■問合せ/0268-72-4344
上田市真田町本原 2984-1

上田市ホームページ http://www.city.ueda.nagano.jp/

【開園日時】
4月~11月 無休 9:00~17:00
(動物園/平日 9:30~16:30
土日祭日 9:00~16:30)
(遊園地/9:00~16:30(販売終了))

【休園(館)日】
12月~3月中旬まで毎週水曜日
(遊園地/12月~3月中旬まで冬期休園
年末年始(12月29日~1月3日))

【入園料】
共通券 大人500円、中学生以下200円
※遊園地(入園無料)遊具乗車券有料

小諸城址懐古園
長野県小諸市丁 311
TEL0267-22-0296
上信越自動車道小諸ICより約8分

**信州・青木村
田沢・沓掛温泉**

田沢温泉には「有乳湯」・沓掛温泉には「小倉乃湯」の日帰り温泉があり、料金は大人200円、子ども100円が入浴できます。両温泉とも源泉掛け流しの名湯です。

緑豊かな青木村!

青木村観光協会(青木村役場内) TEL0268-49-0111 http://www.vill.aoki.nagano.jp/

環境省指定国民保養温泉地 **丸子温泉郷**

温泉 鹿教湯温泉・大塩温泉・霊泉寺温泉

体験 鹿教湯温泉ふれあいホールを使ったウォーキングフェスタ

霊泉寺温泉共同浴場
鹿教湯温泉旅館組合 TEL0268-44-2331
大塩温泉旅館組合 TEL090-1108-6157
霊泉寺温泉旅館組合 TEL080-1261-8432 丸子観光協会 TEL0268-42-1048

道の駅 あおき
2017年春、リニューアルオープンした農産物直売所。レストランでは青木村特産「タチアカネ」の手打ちそばが大人気です。【青木村】

国宝 大法寺三重塔【青木村】

【農産物直売所】
9時~18時 年中無休(年末年始休業)
TEL0268-49-0333
【味処こまゆみ】
11:00~14:30 年中無休(年末年始休業)
◆交通アクセス/上田管平ICから車で30分

心とむ宿がある

岳の湯温泉 雲溪荘
深谷の宿

鉄筋一部3階建て ■客室18室
■宴会場3室 ■収容人数84名

ご利用人数により、マイクバスにて送迎致します。ご希望の方は、お電話でお問合せください。

☎ 0268-85-2263

武石温泉 うつくしの湯
快適な館内で「ゆたたり時間」を満喫

◆入館料 大人(高校生以上).....500円
小人(小中学生).....250円
未就学児.....無料

◆開館時間 AM10:00~PM9:30
(入館受付は午後9時まで)

◆休館日 毎週水曜日(祝日の場合は翌日)

☎ 0268-85-3900

お問い合せ
武石観光協会 長野県上田市上武石777
TEL(0268)85-2828・FAX(0268)85-2313
上田市武石地域自治センター
産業建設課 長野県上田市上武石777
TEL(0268)85-2828・FAX(0268)85-2313

浅間連山一望の絶景露天風呂

源泉100%(ナトリウム塩化物泉)
一泊二食付 9,400円~

日帰り入浴500円(大人)
AM10:00~PM7:30まで

あたたかい笑顔のおもてなし
布引温泉 こもろ
長野県小諸市大久保620-3
TEL0267-22-2288 FAX22-2431
http://nunohikionsen.info/

信州上田おもてなし武将隊 真田幸村と十勇士

上田城跡公園櫓門前に出陣 10:30~15:00~

(一社)信州上田観光協会 TEL.0268-71-6074
http://www.ueda-cb.gr.jp/ 信州上田観光協会 検索

真田昌幸、信幸の朱印状【生島足島神社】【上田市】

真田昌幸朱印状 (天文14年(1586)頃・推定)
真田信幸朱印状 (慶長13年(1608))

信州の鎌倉 別所温泉

別所温泉は、信州の鎌倉・塩田平の西側に位置し、古くは「七久里の湯」と呼ばれ平安時代の有名な和歌集にもその名をとどめている。信州最古といわれる温泉です。そしてこの周辺一帯は「塩田平」と呼ばれ、全国でも数少ない文化財の宝庫となっており、鎌倉時代から室町時代にかけて造られた神社仏閣をはじめ、石造りなどの中世の文化財が多数残されています。【上田市】

北向観音 安楽寺八角三重塔(国宝)

池波正太郎真田太平記館

作家・池波正太郎と「真田太平記」に関する資料展示のほか、切絵で真田太平記の世界を表現したシアターも人気。【上田市】

■開館時間 AM10:00~PM6:00(入館はPM5:30まで)
■休館日 水曜日(祝日の場合は開館)・祝日の翌日・年末年始
■料金 一般400円

菅平高原スポーツランド「サニアパーク菅平」

爽やかな高原に広がる総合スポーツ施設。全日本クラスのラグビーの合宿や試合も行われる天然芝グラウンド(5面)、第3種公認陸上競技場もあり、世界有数のアスリートたちが競技や準備トレーニングに挑む姿が見られます。【上田市】

■上田市HP https://www.city.ueda.nagano.jp/ 問)TEL.0268-61-7090

新海三社神社

在久地方の開拓の祖神を祀る新海三社神社は、源頼朝、足利氏、武田信玄、徳川氏などの武将からも信仰を集めた名社です。境内の東本社、三重塔は重要文化財に指定され、四季折々美しく、清々しく迎えてくれます。【佐久市】

問)新海三社神社 TEL.0267-82-9651

サントミュージゼ

大小ホール、美術館、交流芝生広場など、芸術とふれあい、人々が交流することのできる複合文化施設。【上田市】

上田市立美術館
■開館時間/AM9:00~PM5:00
(入館はPM4:30まで)
■休館日/火曜日(祝日の場合は翌日)・年末年始
■料金/常設展 一般300円

妙見寺鳴龍

日本四方鳴龍の内、南鳴龍。妙見寺は、真言宗武石山妙見寺といひ、初めは後鳥羽天皇の文治年間に武石の豪族岳三平胤盛が鳥居に建てた。その後移転、改築が行われ、宝暦年中に15世紀の住僧弘智が本堂の並びに妙見堂を再建し、このとき画家信尹を招いて本堂の天井に十竜の間一杯になる程の龍を描いてもらいました。この龍がいわゆる鳴龍です。龍頭の下で手を打つと見事な龍鳴を聞くことができます。【上田市】

布引温泉 こもろ

小諸市郊外の高台に位置し、露天風呂や客室からは、雄大な浅間連山を望み、すばらしい景色が自慢。お料理は和風懐石から、地元信州牛や鯉の郷土料理コース、又別注で馬刺しや川魚などもあり、おいしいお料理をご堪能いただけます。【小諸市】

信州上田の
なないる農産物

市内各所の農産物直売所には是非、お立ち寄りください

上田地産地消推進会議
上田市役所 農産物マーケティング推進室内
☎0268-21-0053

真田昌幸公・幸村公を始め仙石家、松平家の歴代城主を祀る神社

真田神社

上田城跡 本丸 鎮座 真田神社
長野県上田市上田城跡公園内 TEL.0268-22-7302 www.sanada-jinja.com/

真田神社

上田城跡本丸跡に鎮座する神社。当神社の御祭神である戦国時代の策士、智将真田氏により二度の合戦にも落ちなかった城、「不落城」として広く知られています。「落ちない」神社として、受験生にも人気があります。【上田市】

信州丸ノ目

信州丸ノ目観光協会
上田城跡公園
真田神社
サントミュージゼ

美ヶ原高原

美ヶ原高原は長野県の中央、八ヶ岳中信高原国立公園の北東部に位置し、北アルプスをはじめとする雄大な山並みなど360度の眺望と200種類以上にも及ぶ高山植物が魅力の日本一美しい高原といわれています。【上田市】

日本の棚田百選 認定 稲倉の棚田

稲倉の棚田は大小様々な田が沢の高側面に広がる、とても珍しい棚田です。棚田オーナー制度を行っており、田植え稲刈り等の体験が楽しめます。上田市を一望できる絶景スポットでもあり、年間を通して様々なイベントを行っています。季節によって表情を変える絶景の棚田をお楽しみください。【上田市】

◆詳細は稲倉の棚田HPまたは稲倉の棚田保全委員会 TEL0268-75-4808まで

信州上田のなないる農産物

市内各所の農産物直売所には是非、お立ち寄りください

上田地産地消推進会議
上田市役所 農産物マーケティング推進室内
☎0268-21-0053

佐久市観光協会 www.sak...

長野県佐久市中込3056 TEL0267-62-3285

長野県地図

上田市周辺の詳細地図

上田城跡公園
真田神社
菅平高原
美ヶ原高原
丸ノ目