ランチのみのご利用もできます。

信州 松代温泉 黄金の湯

松代荘

〒381-1221 長野県長野市松代町東条3541 TEL 026-278-2596
FAX 026-278-3579
長野インターから3分

NO.19

NO.4

戸隠そばを打って、食べて、知る。

人気のそば打ち体験で、打ち立て、ゆで立てが味わえ、土日祝日は、ボルダリングやトランポリンも楽しめる！

そば打ち体験、食事処、お土産処、そば関連の博物館、ボルダリング・トランポリン（屋外）

戸隠そば博物館とんくるりん

営業期間：4月7日（木）～11月29日（火）
営業時間：10～16時（E-bike レンタルは9時～）
長野県長野市戸隠 3018 ☎026-254-3773
https://www.togakushi-tq.jp/ とんくるりん

NO.5

TOGAKUSHI CAMP FIELD

OPEN 2022.4.23 sat ～ 11.3 fri

戸隠キャンプ場
場内に流れる浅い自然の川で子どもたちも大はしゃぎ。冷たい水で夏の熱さも忘れられる！
戸隠牧場
9:30 - 16:30
大自然の中、のんびり過ごす牛や馬を真近で見ることができます。小動物のふれあい広場も大人気！

戸隠キャンプ場
☎026-254-3581

NO.6

農産物の直売所 JA中野市グループ
信州中野いきいき館
〒383-0015 長野県中野市吉田519
信州なかのICより車で5分
TEL.0269-26-1186
FAX.0269-26-2221

農産物産館 JA中野市グループ
オランチェ
〒383-0053 長野県中野市大字草間1543-5
信州なかのICより車で1分
TEL.0269-23-5595
FAX.0269-23-5599

ジェイエイ・アップル株式会社 長野県中野市大字吉田519 TEL 0269-26-6900

NO.7

黒姫高原・そばの里

仁の蔵（にのくら）

風味よし、のど越しよし。

黒姫高原の気候に育まれた、自家栽培・石臼挽き・手打ちの黒姫高原そばをめしあがれ

信州へ ようこそ

とれたて高原野菜！
信濃町そば双六刻印ラリー加盟店

2つのそば処でお召し上がりいただけます。

■仁の蔵 〒389-1305 長野県上水内郡信濃町柏原3996-2
営 11:00～15:00 休 1/1·2 TEL.026-255-6523
■直売所 仁の蔵 〒389-1305 長野県上水内郡信濃町柏原3522
営 10:00～17:00 TEL.026-255-2281
休 冬季間は不定期、お問い合わせ下さい

NO.8

信州最北端の秘境 栄村

観光のお問い合わせは **栄村秋山郷観光協会**
http://sakae-akiyamago.com/
TEL0269-87-3333

温泉旅行で心も体もリフレッシュ！ 野沢温泉

源泉かけ流しの宿 ご紹介します 自然湧出 野沢温泉
野沢温泉 旅館組合
長野県知事登録旅行業第3-369号 野沢温泉旅館ホテル事業協同組合
☎0269-85-2056 http://nozawa.jp 野沢温泉旅館組合 検索

日本初！山野草を中心としたハイランドガーデン

ゴンドラリフトでブナの原生林を眼下に！
床面クリアのキャビンも運行！
野沢温泉の景色や自然を体感！

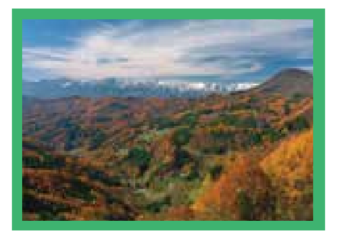
上ノ平ピクニックガーデン
Uenotaira Picnic Garden

野沢温泉スキー場 GREEN FIELD
長野県下高井郡野沢温泉村大字豊郷7653番地
tel.(0269)85-3166 https://nozawaski.com

NO.9

■茶臼山動物園

ゾウやキリンなど約80種類の動物を観ることができる長野県最大の動物園です。中でも日本最多の飼育頭数を誇るレッサーパンダ舎では、愛らしい表情や動きを間近で観ることができます。善光寺平も一望でき、恐竜園、植物園、モノレールも隣接し一日ゆっくり楽しめます。【長野市】



■鬼無里大望峠展望台

大望峠は戸隠と通じる要所にあるだけでなく北アルプスと戸隠連峰の二つの風景、さらには谷の都鬼無里を一望できる極めて貴重な峠です。【長野市】

■鬼無里ふるさと資料館彫りの粋 ― 鬼無里の屋台

鬼無里の経済を支えた“麻”に係る資料と大自然に係る地質と化石。宮彫り名人·北村喜代松による龍や唐獅子などが「一木彫」による透かし彫りなど精巧で華麗な技が施された屋台（山車）と神楽をはじめ、北村家三代にわたる彫刻作品は必見。信濃が生んだ高名な和算家·寺島宗伴の資料も興味深い。【長野市】
問）TEL.026-256-3270

■戸隠神社

霊山·戸隠山の麓に五つのお社（奥社、中社、宝光社、火之御子社、九頭龍社）で成り立つ「戸隠神社」。創建以来およそ二千年の歴史を持ち、天岩戸神話ゆかりの神々を中心に祀ります。御本社の奥社へ続く参道は約2キロ。中間地点にある朱色の随神門より先は、樹齢約400年の熊杉が500メートルにわたり続きます。この杉並木は、戸隠随一の名所。神域の清冽な空気の中、その荘厳な姿は圧巻です。五つのお社を歩いて巡る「五社巡り」も人気です。【長野市】

■E-bike（イーバイク）

電動アシスト付きスポーツ自転車「E-bike」で戸隠高原を巡ることができます。戸隠神社五社巡りや紅葉スポットの鏡池、戸隠連峰が一望できる夏のスキー場など観光地エリアはもちろんのこと、そばの花畑や田園風景が広がる戸隠南部の農村エリアも気軽に楽しめます。【長野市】

- ■レンタル場所:戸隠そば博物館とんくるりん、戸隠キャンプ場、戸隠観光情報センター
- ■貸出返却時間:9～16時
- ■レンタル料金:半日（3時間）3,000円、1日5,000円

© 善光寺

■善光寺

飛鳥時代に創建された、約1400年の歴史を持つ由緒正しい寺。「牛に引かれて善光寺まいり」という話で有名です。老若男女、身分、宗派の区別なく、参拝するすべての人に極楽往生を約束する寺として信仰を集めてきました。年間約600万人ともいわれる多くの参拝者で賑わっています。とりわけ、七年に一度行われる御開帳には多くの人が訪れます。【長野市】

■戸隠キャンプ場

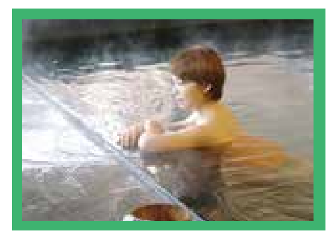
戸隠キャンプ場は妙高戸隠連山国立公園の中にある標高1,200mの広大なフィールド。テントサイトは200張り以上可能なフリーサイトを始め、区画サイト、電源水道付きサイトなど様々なシュチュエーションが楽しめます。ファミリーに人気のあるコテージや、ログキャビン、登山利用でも使いやすいバンガローなど幅広いニーズに対応したキャンプ場です。場内に併設されている戸隠牧場は牛や馬が放牧され、のどかな風景が広がり、乗馬体験やふれあい動物広場などお子様も楽しめます。【長野市】

■スタカ湖キャンプ場

夏は涼しい高原へ。気温差−10℃の体感!! ブナ林トレッキングは事前予約でガイド付き! 巣鷹湖キャンプ場で快適なアウトドアを体験! トレッキングの予約は野沢温泉スキー場（TEL.0269-85-3166）へお問い合わせください。【野沢温泉村】

■麻釜

野沢温泉村にある30余りの源泉の一つで、100度近い熱湯をこんこんと湧出、5つの大きな湯だまりをなしている麻釜は野沢温泉の奇勝の一つです。麻釜は野沢温泉の台所とも称され、地元の人々がここで山菜や野菜などをゆでている光景が見られます。【野沢温泉村】

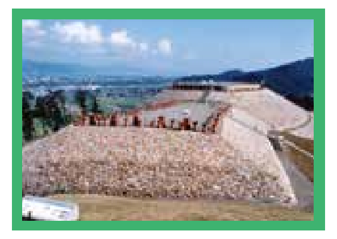


■ふるさとの湯

温泉街にある麻釜温泉公園「ふるさとの湯」は、趣のある伝統の湯屋建築で温泉情緒がたっぷりな入浴施設。内部は「あつ湯」「ぬる湯」そして「露天風呂」を備えています。温泉街をそぞろ歩きしながら是非一度お立ち寄りください。【野沢温泉村】

- ■営業時間:午前10時～午後8時（入館は午後7時30分まで）
- ■休館日:毎週木曜日（祝日の場合は翌日休館）
- ■入浴料:500円（小学生以下300円）

★駐車場はございませんので、お近くの駐車場をご利用ください。



■森将軍塚古墳

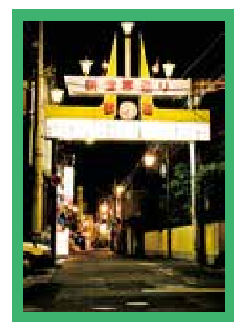
4世紀頃に造られた、全長約100mの大きさを誇る国指定史跡の前方後円墳です。麓では、古墳から出土した副葬品などを展示する古墳館や、復元した当時の住居を見学できます。【千曲市】

■あんずの里（花・実）

3月下旬～4月上旬には一目十万本と言われるあんずの花が咲き誇り、6月中旬～7月上旬にはあんず狩りが楽しめます。【千曲市】

■信州新町化石博物館

信州新町の約500～400万年前の地層から発見された、世界最古のセミクジラ属「シンシュウセミクジラ」は体長およそ12m。そのほか、県内で発見された世界最古のアシカ類の化石や世界各地から採集された三葉虫やアンモナイト、世界最長ディプロドクスの生体復元模型（体長32m）など展示しています。【長野市】



■戸倉上山田温泉

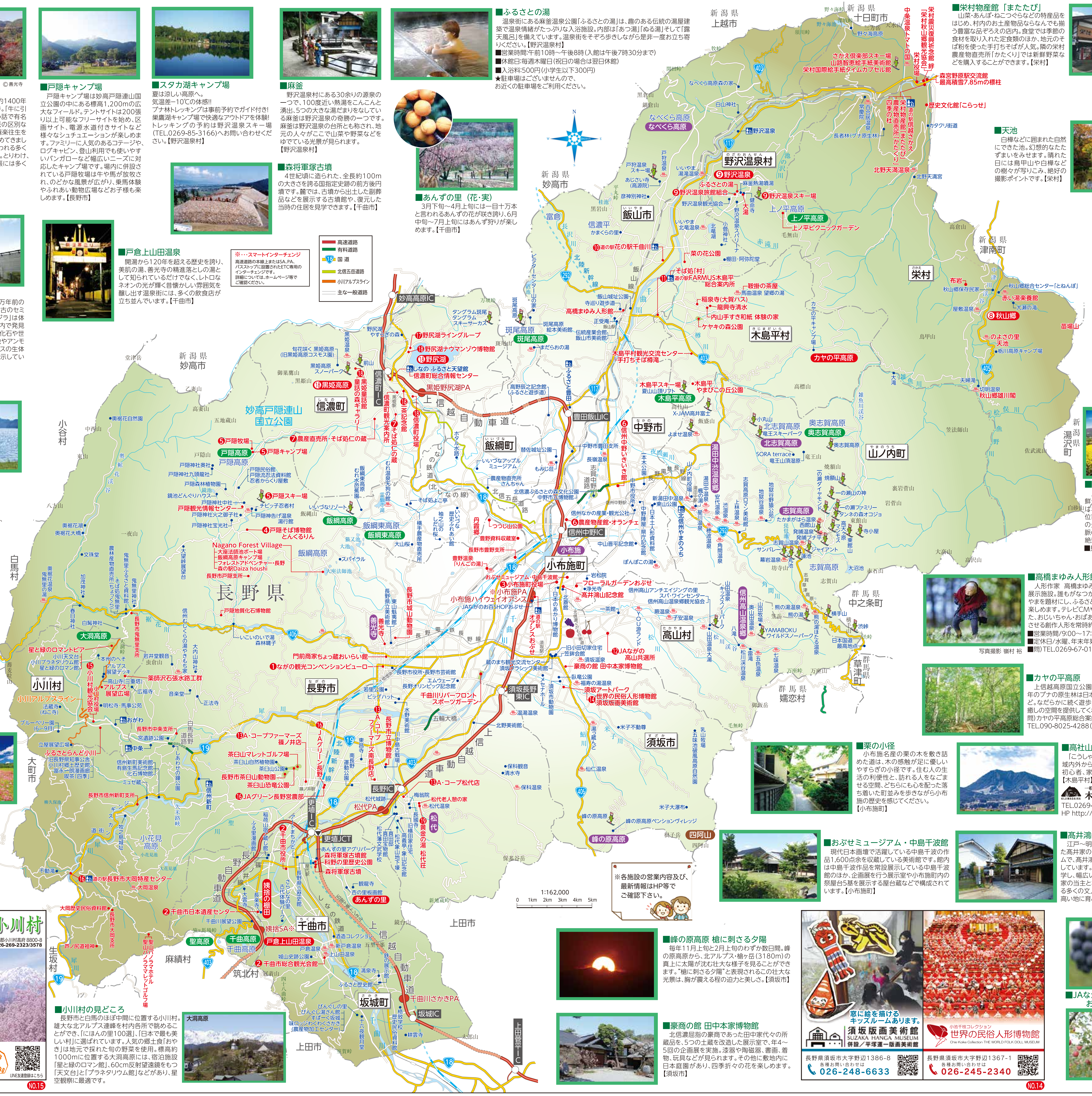
開湯から120年を超える歴史を誇り、美肌の湯、善光寺の精進落としの湯として知られているだけでなく、レトロなネオンの光が輝く昔懐かしい雰囲気を醸し出す温泉街には、多くの飲食店が立ち並んでいます。【千曲市】

■野尻湖

ナウマンゾウの発掘地としても有名な野尻湖。県内で諏訪湖につぐ大きさの美しい湖で、レイクスポーツや遊覧船に乗船することができます。また、湖上には琵琶島（別名:「弁天島」）が浮かび、遊覧船を利用することでパワースポットして有名な「宇賀神社」を参拝できます。SUPやカヤック等も人気です。【信濃町】

■黒姫高原

季節ごとに「旬の花々」が楽しめる黒姫高原。春はリュウキンカやミズバショウ、晩夏からは秋はコスモスやダリアが一斉に咲き誇ります。また、秋の黒姫高原は標高によって色合いが変わる黒姫山の三段紅葉を望むことができます。【信濃町】


新潟県 妙高市
新潟県 上越市
新潟県 十日町市
新潟県 津南町
新潟県 湯沢町
群馬県 中之条町
群馬県 嬬恋村
群馬県 草津町
長野県
小谷村
白馬村
大町市
生坂村
麻績村
筑北村
上田市
妙高戸隠連山国立公園
野沢温泉村
飯山市
栄村
木島平村
中野市
山ノ内町
信濃町
飯綱町
小布施町
高山村
須坂市
長野市
小川村
千曲市
坂城町
上信越自動車道
妙高高原IC
信濃町IC
黒姫野尻湖PA
豊田飯山IC
信州中野IC
小布施PA
須坂長野東IC
長野IC
松代PA
更埴IC
更埴JCT
姨捨SA
千曲川さかきPA
坂城IC
上田菅平IC
北陸新幹線
しなの鉄道
長野電鉄長野線
飯山線
1 ながの観光コンベンションビューロー
2 千曲市役所
2 千曲市日本遺産センター
2 千曲市総合観光会館
3 小布施町役場
4 戸隠そば博物館とんくるりん
5 戸隠牧場
5 戸隠キャンプ場
5 戸隠スキー場
6 信州中野いきいき館
6 農産物産館・オランチェ
7 農産直売所・そば処仁の蔵
8 秋山郷
9 野沢温泉
9 野沢温泉旅館組合
9 野沢温泉スキー場
10 道の駅花の駅千曲川
11 そば処「村」
11 道の駅FARMUS木島平総合案内所
12 JAながの高山共選所
13 A・コープファーマーズ篠ノ井店
13 A・コープファーマーズ南長野店
13 A・コープ松代店
14 世界の民俗人形博物館
14 須坂版画美術館
15 小川村観光協会
16 道の駅長野市大岡特産センター
16 JAグリーン長野営農部
17 野尻湖ライングループ
18 野尻湖ナウマンゾウ博物館
18 黒姫童話館
18 黒姫童話の森ギャラリー
18 一茶記念館
18 信濃町役場
18 信濃町観光案内所
18 野尻湖
19 黄金の湯 松代荘
戸隠高原
戸隠神社奥社
戸隠神社九頭龍社
戸隠神社中社
戸隠神社火之御子社
戸隠神社宝光社
戸隠観光情報センター
戸隠民俗館
戸隠流忍法資料館
忍者からくり屋敷
戸隠森林植物園
鏡池
鏡池どんぐりハウス
チビッ子忍者村
戸隠神告げ温泉湯行館
Nagano Forest Village
大座法師池ボート場
飯綱高原キャンプ場
フォレストアドベンチャー・長野
森の駅Daiza houshi
長野市戸隠支所
戸隠地質化石博物館
飯綱高原
飯綱東高原
いいづなリゾート
大望峠展望台
鬼無里ふるさと資料館
鬼無里の湯
奥裾花自然園
奥裾花湖
大洞高原
星と緑のロマントピア
小川天文台
小川プラネタリウム館
高山寺（三重塔）
アルプス展望広場
小川アルプスライン
薬師沢石張水路工群
ふるさとらんど小川
長野市中条支所
長野市信州新町支所
信州新町美術館
有島生馬記念館
化石博物館
ミュゼ蔵
小花見高原
大岡温泉
大岡歴史民俗資料館
長野市大岡支所
聖高原
千曲高原
聖山パノラマホテル
茶臼山マレットゴルフ場
茶臼山自然植物園
長野市茶臼山動物園
茶臼山恐竜公園
善光寺
長野県立美術館
東山魁夷館
長野市城山動物園
門前商家ちょっと蔵おいらい館
長野市役所・長野市芸術館
長野オリンピック記念館
千曲川リバーフロントスポーツガーデン
長野市立博物館
川中島古戦場
松代城跡
真田邸
松代藩文武学校
象山記念館
松代温泉
あんずの里アグリパーク
森将軍塚古墳館
科野の里歴史公園
森将軍塚古墳
あんずの里
姨捨の棚田
戸倉上山田温泉
上山田温泉
戸倉温泉
酒造コレクション
びんぐしの里
ふるさと歴史館
坂城町鉄の展示館
小布施ハイウェイオアシス
道の駅オアシスおぶせ
北斎館
フローラルガーデンおぶせ
高井鴻山記念館
岩松院
おぶせミュージアム・中島千波館
日本のあかり博物館
豪商の館 田中本家博物館
須坂アートパーク
世界の民俗人形博物館
須坂版画美術館
臥竜公園
峰の原高原
米子大瀑布
五味池破風高原自然園
信州高山温泉郷
山田温泉
七味温泉
五色温泉
松川渓谷温泉
YAMABOKU ワイルドスノーパーク
湯田中渋温泉郷
志賀高原
北志賀高原
竜王スキーパーク
SORA terrace
奥志賀高原
日本国道最高地点
渋峠
横手山
熊の湯
発哺温泉
高天ヶ原
丸池
一の瀬山の神
中野市立博物館
北信濃ふるさとの森文化公園
日本土人形資料館
高社山
木島平スキー場
木島平高原
カヤの平高原
飯山城址公園
高橋まゆみ人形館
信濃平
斑尾高原
なべくら高原
戸狩温泉スキー場
菜の花公園
上ノ平高原
上ノ平ピクニックガーデン
野沢温泉観光協会
麻釜熱湯噴湯
大湯
ふるさとの湯
北竜湖
野々海高原
さかえ倶楽部スキー場
山路智恵絵手紙美術館
栄村国際絵手紙タイムカプセル館
森宮野原駅交流館
最高積雪7.85mの標柱
歴史文化館「こらっせ」
道の駅信越さかえ
北野天満温泉
秋山郷総合センター「とねんぼ」
赤い湯楽養館
屋敷温泉
のよさの里
天池
栃川高原キャンプ場
切明温泉
秋山郷雄川閣
苗場山
鳥甲山
N
W
E
S
EIKOSHA

高速道路	
有料道路	
18	国道
	北信五岳道路
	小川アルプスライン
	主な一般道路

※…スマートインターチェンジ
高速道路の本線上またはSA、PA、バスストップに設置されたETC専用のインターチェンジです。
詳細については、ホームページ等でご確認ください。

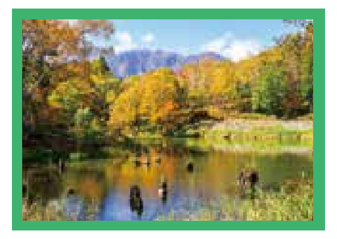
1:162,000
0 1km 2km 3km 4km 5km

※各施設の営業内容及び、最新情報はHP等でご確認下さい。

■栄村物産館「またたび」

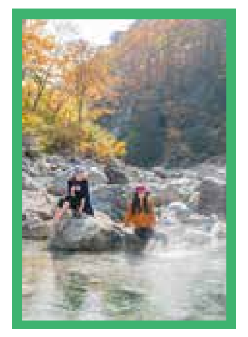
山菜·あんぽ·ねこつぐらなどの特産品をはじめ、村内のお土産物品ならなんでも揃う豊富な品ぞろえの店内。食堂では季節の食材を取り入れた定食類のほか、地元のそば粉を使った手打ちそばが人気。隣の栄村農産物直売所「かたくり」では新鮮野菜などを購入することができます。【栄村】

- ■問）TEL.0269-87-3180
- ■営業時間/9:00～17:00
- ■定休日/毎週火曜日



■天池

白樺などに囲まれた自然にできた池。幻想的なたたずまいをみせます。晴れた日には鳥甲山や白樺などの樹々が写りこみ、絶好の撮影ポイントです。【栄村】



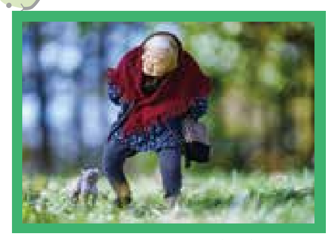
■切明温泉川原の湯

秋山郷切明地区に流れる中津川の上流では、川原から温泉が湧き出ている珍しいスポット。スコップで掘り、川の水を引き入れ温度調節をすれば自分だけの露天風呂の完成です。大パノラマ絶景が心と身体をほぐします。【栄村】

■菜の花公園

見わたす限りいちめんが菜の花の鮮やかな黄色で覆われる菜の花公園は、千曲川東岸の小高い丘の中腹に位置しているので、眼下に千曲川、その先に斑尾山を間近に望み、関田山脈の奥に妙高山、火打山も眺望できる絶景スポットとしても人気。【飯山市】

■見頃 例年4月下旬～5月上旬

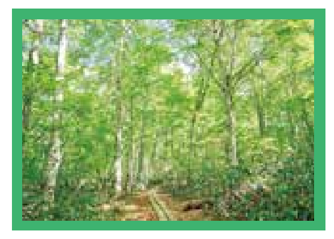


写真撮影 嶺村 裕

■高橋まゆみ人形館

人形作家 高橋まゆみ（飯山市在住）の創作人形の常設展示施設。誰もがなつかしいと感じる日本のふるさといいやまを題材にし、ふるさとの原風景と人形の世界が同時に楽しめます。テレビCMやNHK「みんなのうた」にも登場した、おじいちゃん·おばあちゃんのほのぼのとした姿を感じさせる創作人形を常時約100体展示しています。【飯山市】

- ■営業時間/9:00～17:00、10:00～16:00（12月～3月）
- ■定休日/水曜、年末年始（10月は無休。臨時休館あり）
- ■問）TEL.0269-67-0139



■カヤの平高原

上信越高原国立公園カヤの平高原。樹齢200～300年のブナの原生林は日本一美しいブナ林と絶賛されるほど。なだらかに続く遊歩道と樹相のコントラストが美しく癒しの空間を提供してくれます。【木島平村】
問）カヤの平高原総合案内所
TEL.090-8025-4288（6月～11月上旬）

■栗の小径

小布施名産の栗の木を敷き詰めた道は、木の感触が足に優しいやすらぎの小径です。住む人の生活の利便性と、訪れる人をなごませる空間、どちらにも心を配った落ち着いた町並みを歩きながら小布施の歴史を感じてください。【小布施町】

■高社山

「こうしゃさん」「たかやしろやま」と呼ばれ地域内外から愛される標高1351.5mの独立峰。初心者、家族も楽しめるトレッキングルート。【木島平村】

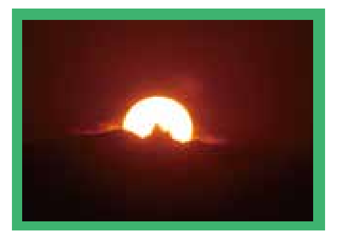
一般社団法人 **木島平村観光振興局**
TEL.0269-82-2800
HP http://kijimadaira.org

■おぶせミュージアム・中島千波館

現代日本画壇で活躍している中島千波の作品1,600点余を収蔵している美術館です。館内は中島千波作品を常設展示している中島千波館のほか、企画展を行う展示室や小布施町内の祭屋台5基を展示する屋台蔵などで構成されています。【小布施町】

■高井鴻山記念館

江戸～明治時代に小布施の豪商·豪農であった高井家の穀蔵などを展示場にしたミュージアムで、高井鴻山の書·肉筆画·知友の書画を展示しています。鴻山は江戸末期に京都や江戸へ遊学し、幅広い人脈を築き上げた人物です。高井家の当主となってからは葛飾北斎をはじめとする多くの文人墨客を招き、小布施を文化の香り高い地に育みました。【小布施町】



■峰の原高原 槍に刺さる夕陽

毎年11月上旬と2月上旬のわずか数日間。峰の原高原から、北アルプス·槍ヶ岳（3180m）の真上に太陽が沈む壮大な様子を見ることができます。“槍に刺さる夕陽”と表現されるこの壮大な光景は、胸が震える程の迫力と美しさ。【須坂市】

■豪商の館 田中本家博物館

北信濃屈指の豪商であった田中家代々の所蔵品を、5つの土蔵を改造した展示室で、年4～5回の企画展を実施。漆器や陶磁器、書画、着物、玩具などが見られます。その他に敷地内に日本庭園があり、四季折々の花を楽しめます。【須坂市】

■JAながの高山共選所のおすすめ農産物【高山村】

NO.14

窓に絵を描けるキッズルームあります。

須坂版画美術館 SUZAKA HANGA MUSEUM
併設／平塚運一版画美術館
長野県須坂市大字野辺1386-8
各種お問い合わせは 026-248-6633

小池千枝コレクション **世界の民俗人形博物館**
Chie Koike Collection THE WORLD FOLK DOLL MUSEUM
長野県須坂市大字野辺1367-1
各種お問い合わせは 026-245-2340

おいでよ信濃町

信濃町をお得！に巡る **3館周遊きっぷ**
利用期間 4月5日～11月30日

3館券 ●一般……通常1,800円→1,300円 ●小中学生……通常1,100円→750円
2館券 ●一般……通常1,000～1,300円→850円 ●小中学生……通常600～800円→500円

黒姫童話館&童話の森ギャラリー

黒姫山のふもとに建ち、『モモ』『はてしない物語』の作者、ミヒャエル・エンデ資料を中心に展示。

■入館料／一般 800円 小中学生 500円
■開館時間／9:00～17:00
■上水内郡信濃町野尻3807-30
■電話／026-255-2250
■休館日／5月、6月、9月、10月の末日

野尻湖ナウマンゾウ博物館

4万年前の氷河時代に野尻湖にいたナウマンゾウの化石、迫力ある実物大模型などを展示。

■入館料／一般 500円 小中学生 300円
■開館時間／9:00～17:00
■上水内郡信濃町野尻287-5
■電話／026-258-2090
■休館日／5月、6月、9月、10月の末日

一茶記念館

親しみやすい俳句を詠んだ、江戸時代の俳人小林一茶の生涯と文学を豊富な資料から紹介。

■入館料／一般 500円 小中学生 300円
■開館時間／9:00～17:00
■上水内郡信濃町柏原2437-2
■電話／026-255-3741
■休館日／5月、6月、9月、10月の末日

信濃町観光案内所 TEL.026-255-3226（水曜定休）
信濃町総合情報センター TEL.026-255-6677（火曜定休）

NO.18

雄大な山々を望みながらのレイククルージング。

野尻湖ライングループ NOJIRIKO LINE
船・おみやげ・レストラン
長野県上水内郡信濃町大字野尻254 TEL.026-258-2505 FAX.258-2405
URL http://www.nojiriko.co.jp/ E-mail:info@nojiriko.co.jp

NO.17

のどかな田園風景に、自然がいきいき人ものびのび

信州自慢のおやき・新鮮な山菜や農産物をどうぞ
地粉を使った手打ちそばをご賞味ください

営 9:00～17:30
休 12月31日 1月1日 ※臨時休業、時間短縮の場合も有ります。

長野市大岡特産センター
道の駅 長野県長野市大岡甲5275-1 TEL026-266-2888

NO.16

にほんの里100選 **信州 小川村**
小川村観光協会 長野県上水内郡小川村高府 8800-8 TEL·FAX026-269-2323/3578

おやキングと友達になろう LINE友達登録してネ！

LINE友達登録はこちら

NO.15

大洞高原

■小川村の見どころ

長野市と白馬のほぼ中間に位置する小川村。雄大な北アルプス連峰を村内各所で眺めることができ、「にほんの里100選」、「日本で最も美しい村」に選ばれています。人気の郷土食「おやき」は地元で採れた旬の野菜を使用。標高約1000mに位置する大洞高原には、宿泊施設「星と緑のロマン館」、60cm反射望遠鏡をもつ「天文台」と「プラネタリウム館」などがあり、星空観察に最適です。

2022年秋 リニューアルOPEN（予定）

四季折々の周辺の景色は抜群！

《cafe里わ》朝食営業中！
飯山産素材にこだわったオリジナルメニューをお楽しみください。
《農産物直売所》
旬の野菜・果物がたくさん！

道の駅「花の駅 千曲川」
〒389-2414 長野県飯山市大字常盤7425
TEL 0269-62-1887 https://www.chikumagawa.net/

NO.10

北信州の絶景を望む天空の秘湯 **馬曲温泉 望郷の湯**

長野県下高井郡木島平村大字往郷5567-1 TEL.0269-82-4028
https://maguse-onsen.com/

木島平村特産 **名水火口そば**

村産のそば粉とヤマゴボウの一種である雄山ボクチをつなぎに使用し平成の名水百選「龍興寺清水」から作られたコシが強くのど越しなめらかな手打そば。

■手打ちそば樽滝	長野県下高井郡木島平村上木島2548-1 観光交流センター内	TEL:0269-82-3955
■そば処「村」	長野県下高井郡木島平村上木島38-1 道の駅FARMUS木島平内	TEL:0269-62-2201
■鞍掛の茶屋	長野県下高井郡木島平村往郷5567-1 馬曲温泉 望郷の湯内	TEL:0269-82-4028

NO.11

さわやかりんご
高山のりんご
旬のりんご毎日無料食べ放題待ってるよ！

各種りんご・ジュース・ジャム・ワイン・シードル加工品も販売 **信州高山さわやかりんご直売**
http://www.sawayaka-ringo.jp/ 営業期間:9月上旬～12月中旬 営業時間:9時～16時 定休日:期間中なし
JAながの 高山共選所 長野県上高井郡高山村大字高井528-1 TEL026-245-2348 FAX248-4119

NO.12

JAグリーン長野の生産者が丹精を込めて育てた野菜・果物・お花などなどたくさんご用意して皆様をお待ちしております。

A・コープ松代店	長野市松代町西寺尾字町裏1450	TEL026-290-6655	FAX026-290-6656
A・コープファーマーズ篠ノ井店	長野市篠ノ井布施五明3200	TEL026-290-7272	FAX026-290-7280
A・コープファーマーズ南長野店	長野市篠ノ井杵淵字大門西472-2	TEL026-214-8877	FAX026-214-8899

NO.13

広告掲載のお問い合せ・お申し込みは 英公社株式会社 790-0831 愛媛県松山市山田町1386-5 TEL 089-977-9333 FAX 089-977-9345 https://wowmap.jp ◆2022年4月1日調整 KI:2471 2022.04

◆この地図は英公社株式会社（版権所有）発行の最も新しい地図を調整したものです。
いかなる形式においても、著作権者に無断で、この地図の全部または一部を複製し、利用することを固く禁じます。