

A・コープファーマーズうえだ店
農畜産物直売所「マルシェ 国分」
地元生産者の採れたて野菜・くだものが豊富!
上田管平IC 下車約3km

農産物直売所
うえだ食彩館
ゆとりりの里
上田管平ICに降りてすぐ

営業時間: 午前9時~午後5時 定休日: 年末年始 10月~6月毎週火曜日(7月~9月は休)

TEL: 0268-26-1050 FAX: 0268-26-1049

真田氏歴史館
真田一族の歴史を古文書や武器等の貴重な資料で紹介。館内の展示は、年代に沿って配置されており、戦況をたどる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
■休館日 毎週火曜日(休館日祝日の場合要相談)
■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
■問合せ 0268-72-4344
上田真田町本郷 2984-1
https://www.city.ueda.nagano.jp/

美ヶ原高原の麓にある 清流谷の1軒宿
美ヶ原高原を望む天然温泉

各宿泊プラン 予約料 1,800円(税込)
日帰り入浴 400円
1歳以上小学生まで 200円

営業時間 10:00~21:30 入浴受付は21:00まで
休館日 水曜日(祝日の場合は要相談)
入浴料 大人 500円 小学生以上 500円
小・中学生 250円

日帰り温泉 うつくしの湯
TEL: 0268-85-2263

環境省指定国民保養温泉地 丸子温泉郷
温泉 滝 滝湯 温泉 温泉 温泉

温泉郷温泉旅館組合 TEL: 0268-44-2331
温泉郷温泉旅館組合 TEL: 080-1261-8432

大湯温泉旅館組合 TEL: 090-1108-6157
温泉郷温泉旅館組合 TEL: 0268-42-1048

浅間山を眺望する道の駅(併設)の日帰り温泉

湯楽里館
TEL: 0268-63-4126

営業時間: 10:00~22:00 冬季(12月~2月) 10:30~21:00

信州・青木村 田沢・杏樹温泉
田沢温泉には「有乳湯」・「香湯温泉」があり、料金は大人200円、子ども100円で入浴できます。両温泉とも源泉掛け流しの名湯です。

青木村観光協会(青木村役所内) TEL: 0268-49-0111
http://www.vill.laaki.nagano.jp/

白樺湖
白樺湖は、信州のほぼ中央に位置する奥原の湖。高原のさわやかな空気の中で、スイスイと泳ぐのが、白樺湖の醍醐味。湖には観光施設も多くあります。【立科町】

信州・青木村 田沢・杏樹温泉
田沢温泉には「有乳湯」・「香湯温泉」があり、料金は大人200円、子ども100円で入浴できます。両温泉とも源泉掛け流しの名湯です。

青木村観光協会(青木村役所内) TEL: 0268-49-0111
http://www.vill.laaki.nagano.jp/

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/

生島足島文庫(国重文)
足田生島玄が著した戦国武将等の論文、紀傳文九千数通。【上田市】

道の駅 あおき
「道の駅」に選ばれた魅力あふれる施設。レストランでは青木村特産「タチバナ」の手打ちそばが人気です。【青木村】

◆お泊りプラン 上田管平ICから車で30分
9:00~18:00/年中無休(年末年始休業) TEL: 0268-49-0333
【施設ごとの詳細】
11:00~14:30/年中無休(年末年始休業)

物見石クワツツシ群生地
八ヶ岳中高原国立公園の北北東部にある美ヶ原高原の南側には、標高2,000mに達する物見石レンガツツシ群生地があります。夏のある景色は、晴天の青空と緑のコントラストが美しく、雲海が発生する日も人気の撮影スポットです。【上田市】

温泉
■鹿教湯温泉 鹿教湯温泉旅館組合 TEL: 0268-44-2331
■湯楽里館 湯楽里館 TEL: 0268-63-4126
■御杖の湯 長野県東御市 35-4 TEL: 0268-67-3467
■小高の丘の上 絶景を望む癒しの湯

温泉
■鹿教湯温泉 鹿教湯温泉旅館組合 TEL: 0268-44-2331
■湯楽里館 湯楽里館 TEL: 0268-63-4126
■御杖の湯 長野県東御市 35-4 TEL: 0268-67-3467
■小高の丘の上 絶景を望む癒しの湯

温泉
■鹿教湯温泉 鹿教湯温泉旅館組合 TEL: 0268-44-2331
■湯楽里館 湯楽里館 TEL: 0268-63-4126
■御杖の湯 長野県東御市 35-4 TEL: 0268-67-3467
■小高の丘の上 絶景を望む癒しの湯

温泉
■鹿教湯温泉 鹿教湯温泉旅館組合 TEL: 0268-44-2331
■湯楽里館 湯楽里館 TEL: 0268-63-4126
■御杖の湯 長野県東御市 35-4 TEL: 0268-67-3467
■小高の丘の上 絶景を望む癒しの湯

おすすめ農産物
りんご、ぶどう、レタス、きのこ

海野宿
須坂市
重要伝統的建造物群保存地区にも指定された海野宿。

美ヶ原高原
美ヶ原高原は長野県の中央、八ヶ岳中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と360度の眺望と200種類以上の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】

国宝 大佛寺三重塔
【見返りの塔】と名付けられたこの塔は、その美しさから思わぬ戻りという意味からつけられたといわれています。美しい塔は、初めに特にかたみき安定感がある工法で、他に希少な興隆寺三重塔と比べて珍しい独特の工法です。【陣木村】

道の駅 あおき
「道の駅」に選ばれた魅力あふれる施設。レストランでは青木村特産「タチバナ」の手打ちそばが人気です。【青木村】

◆お泊りプラン 上田管平ICから車で30分
9:00~18:00/年中無休(年末年始休業) TEL: 0268-49-0333
【施設ごとの詳細】
11:00~14:30/年中無休(年末年始休業)

物見石クワツツシ群生地
八ヶ岳中高原国立公園の北北東部にある美ヶ原高原の南側には、標高2,000mに達する物見石レンガツツシ群生地があります。夏のある景色は、晴天の青空と緑のコントラストが美しく、雲海が発生する日も人気の撮影スポットです。【上田市】

温泉
■鹿教湯温泉 鹿教湯温泉旅館組合 TEL: 0268-44-2331
■湯楽里館 湯楽里館 TEL: 0268-63-4126
■御杖の湯 長野県東御市 35-4 TEL: 0268-67-3467
■小高の丘の上 絶景を望む癒しの湯

温泉
■鹿教湯温泉 鹿教湯温泉旅館組合 TEL: 0268-44-2331
■湯楽里館 湯楽里館 TEL: 0268-63-4126
■御杖の湯 長野県東御市 35-4 TEL: 0268-67-3467
■小高の丘の上 絶景を望む癒しの湯

温泉
■鹿教湯温泉 鹿教湯温泉旅館組合 TEL: 0268-44-2331
■湯楽里館 湯楽里館 TEL: 0268-63-4126
■御杖の湯 長野県東御市 35-4 TEL: 0268-67-3467
■小高の丘の上 絶景を望む癒しの湯

おすすめ農産物
りんご、ぶどう、レタス、きのこ

佐久バルーンフェスティバル
5月大層連休中に開催され、色とりどりの気球が、佐久高原のさわやかな風に乗って飛行する姿は圧巻です。

新海三社神社
佐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。境内には重要文化財に指定され、大層な神楽は、四季折々で美しく、清々しく迎えてくれます。【佐久市】

問合せ: 新海三社神社 TEL: 0267-82-9651

佐久平ハイウェイオアシス「パラダイ」
上信自動車道佐久PAに直結しているアクセス抜群のレジャースポット。広大な敷地にスノー・スライダー・レッキングコース、昆虫体験学習館、キッズランドなど遊びアイテム充実の自然体験フィールドです。たっぴり遊んだ後は、緑豊かな環境を満喫しながら「パラダイ」で温泉・岩湯浴・お食事などがあがり、子どもからご年配の方までゆっくり楽しめます。【佐久市】

新海三社神社
佐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。境内には重要文化財に指定され、大層な神楽は、四季折々で美しく、清々しく迎えてくれます。【佐久市】

問合せ: 新海三社神社 TEL: 0267-82-9651

佐久平ハイウェイオアシス「パラダイ」
上信自動車道佐久PAに直結しているアクセス抜群のレジャースポット。広大な敷地にスノー・スライダー・レッキングコース、昆虫体験学習館、キッズランドなど遊びアイテム充実の自然体験フィールドです。たっぴり遊んだ後は、緑豊かな環境を満喫しながら「パラダイ」で温泉・岩湯浴・お食事などがあがり、子どもからご年配の方までゆっくり楽しめます。【佐久市】

温泉
■鹿教湯温泉 鹿教湯温泉旅館組合 TEL: 0268-44-2331
■湯楽里館 湯楽里館 TEL: 0268-63-4126
■御杖の湯 長野県東御市 35-4 TEL: 0268-67-3467
■小高の丘の上 絶景を望む癒しの湯

温泉
■鹿教湯温泉 鹿教湯温泉旅館組合 TEL: 0268-44-2331
■湯楽里館 湯楽里館 TEL: 0268-63-4126
■御杖の湯 長野県東御市 35-4 TEL: 0268-67-3467
■小高の丘の上 絶景を望む癒しの湯

温泉
■鹿教湯温泉 鹿教湯温泉旅館組合 TEL: 0268-44-2331
■湯楽里館 湯楽里館 TEL: 0268-63-4126
■御杖の湯 長野県東御市 35-4 TEL: 0268-67-3467
■小高の丘の上 絶景を望む癒しの湯

おすすめ農産物
りんご、ぶどう、レタス、きのこ

不思議な世界へようこそ!
トリックアートミュージアム 軽井沢

湯の丸高原・池の平温泉
上信自動車道国立公園湯の丸高原は、浅間連峰の西側に位置し、丸く丸やかな表情の峰々と爽やかな雄山山脈の気流が吹く一帯が「花高」として親しまれています。眼下に巨匠を眺めるレンガツツシの大群生を眺め、秋に掛けてトロッピングを楽しむ多くの観光客が訪れます。【東御市】

湯の丸高原・池の平温泉
上信自動車道国立公園湯の丸高原は、浅間連峰の西側に位置し、丸く丸やかな表情の峰々と爽やかな雄山山脈の気流が吹く一帯が「花高」として親しまれています。眼下に巨匠を眺めるレンガツツシの大群生を眺め、秋に掛けてトロッピングを楽しむ多くの観光客が訪れます。【東御市】

湯の丸高原・池の平温泉
上信自動車道国立公園湯の丸高原は、浅間連峰の西側に位置し、丸く丸やかな表情の峰々と爽やかな雄山山脈の気流が吹く一帯が「花高」として親しまれています。眼下に巨匠を眺めるレンガツツシの大群生を眺め、秋に掛けてトロッピングを楽しむ多くの観光客が訪れます。【東御市】

湯の丸高原・池の平温泉
上信自動車道国立公園湯の丸高原は、浅間連峰の西側に位置し、丸く丸やかな表情の峰々と爽やかな雄山山脈の気流が吹く一帯が「花高」として親しまれています。眼下に巨匠を眺めるレンガツツシの大群生を眺め、秋に掛けてトロッピングを楽しむ多くの観光客が訪れます。【東御市】

湯の丸高原・池の平温泉
上信自動車道国立公園湯の丸高原は、浅間連峰の西側に位置し、丸く丸やかな表情の峰々と爽やかな雄山山脈の気流が吹く一帯が「花高」として親しまれています。眼下に巨匠を眺めるレンガツツシの大群生を眺め、秋に掛けてトロッピングを楽しむ多くの観光客が訪れます。【東御市】

湯の丸高原・池の平温泉
上信自動車道国立公園湯の丸高原は、浅間連峰の西側に位置し、丸く丸やかな表情の峰々と爽やかな雄山山脈の気流が吹く一帯が「花高」として親しまれています。眼下に巨匠を眺めるレンガツツシの大群生を眺め、秋に掛けてトロッピングを楽しむ多くの観光客が訪れます。【東御市】

湯の丸高原・池の平温泉
上信自動車道国立公園湯の丸高原は、浅間連峰の西側に位置し、丸く丸やかな表情の峰々と爽やかな雄山山脈の気流が吹く一帯が「花高」として親しまれています。眼下に巨匠を眺めるレンガツツシの大群生を眺め、秋に掛けてトロッピングを楽しむ多くの観光客が訪れます。【東御市】

おすすめ農産物
りんご、ぶどう、レタス、きのこ

トリックアートミュージアム 軽井沢

湯の丸高原・池の平温泉
上信自動車道国立公園湯の丸高原は、浅間連峰の西側に位置し、丸く丸やかな表情の峰々と爽やかな雄山山脈の気流が吹く一帯が「花高」として親しまれています。眼下に巨匠を眺めるレンガツツシの大群生を眺め、秋に掛けてトロッピングを楽しむ多くの観光客が訪れます。【東御市】

湯の丸高原・池の平温泉
上信自動車道国立公園湯の丸高原は、浅間連峰の西側に位置し、丸く丸やかな表情の峰々と爽やかな雄山山脈の気流が吹く一帯が「花高」として親しまれています。眼下に巨匠を眺めるレンガツツシの大群生を眺め、秋に掛けてトロッピングを楽しむ多くの観光客が訪れます。【東御市】

湯の丸高原・池の平温泉
上信自動車道国立公園湯の丸高原は、浅間連峰の西側に位置し、丸く丸やかな表情の峰々と爽やかな雄山山脈の気流が吹く一帯が「花高」として親しまれています。眼下に巨匠を眺めるレンガツツシの大群生を眺め、秋に掛けてトロッピングを楽しむ多くの観光客が訪れます。【東御市】

湯の丸高原・池の平温泉
上信自動車道国立公園湯の丸高原は、浅間連峰の西側に位置し、丸く丸やかな表情の峰々と爽やかな雄山山脈の気流が吹く一帯が「花高」として親しまれています。眼下に巨匠を眺めるレンガツツシの大群生を眺め、秋に掛けてトロッピングを楽しむ多くの観光客が訪れます。【東御市】

湯の丸高原・池の平温泉
上信自動車道国立公園湯の丸高原は、浅間連峰の西側に位置し、丸く丸やかな表情の峰々と爽やかな雄山山脈の気流が吹く一帯が「花高」として親しまれています。眼下に巨匠を眺めるレンガツツシの大群生を眺め、秋に掛けてトロッピングを楽しむ多くの観光客が訪れます。【東御市】

湯の丸高原・池の平温泉
上信自動車道国立公園湯の丸高原は、浅間連峰の西側に位置し、丸く丸やかな表情の峰々と爽やかな雄山山脈の気流が吹く一帯が「花高」として親しまれています。眼下に巨匠を眺めるレンガツツシの大群生を眺め、秋に掛けてトロッピングを楽しむ多くの観光客が訪れます。【東御市】

湯の丸高原・池の平温泉
上信自動車道国立公園湯の丸高原は、浅間連峰の西側に位置し、丸く丸やかな表情の峰々と爽やかな雄山山脈の気流が吹く一帯が「花高」として親しまれています。眼下に巨匠を眺めるレンガツツシの大群生を眺め、秋に掛けてトロッピングを楽しむ多くの観光客が訪れます。【東御市】

おすすめ農産物
りんご、ぶどう、レタス、きのこ

新鮮採れたての野菜・果物などが毎日入荷!
A・コープファーマーズ 佐久平店
TEL: 0267-41-1122

東御市の丸く丸く車で30分の世界
湯の丸高原・池の平温泉

雷電くみり
長野県東御市 4524-1 TEL: 0268163-0963 FAX: 0268163-0966

雷電くみり
長野県東御市 4524-1 TEL: 0268163-0963 FAX: 0268163-0966

雷電くみり
長野県東御市 4524-1 TEL: 0268163-0963 FAX: 0268163-0966

軽井沢レイクガーデン
湖に浮かぶ島を中心に、5つのエリアからなる33,000㎡の「浮島」には、4,500株の花が咲き誇る。芝生やオーラルロード、可憐な花壇、ハーブが咲き誇る。湖の周辺には、水生植物、水辺の生物たちと共に構成される豊かなビオトープで癒しの時間を過ごしては、【軽井沢町】

軽井沢レイクガーデン
湖に浮かぶ島を中心に、5つのエリアからなる33,000㎡の「浮島」には、4,500株の花が咲き誇る。芝生やオーラルロード、可憐な花壇、ハーブが咲き誇る。湖の周辺には、水生植物、水辺の生物たちと共に構成される豊かなビオトープで癒しの時間を過ごしては、【軽井沢町】

軽井沢レイクガーデン
湖に浮かぶ島を中心に、5つのエリアからなる33,000㎡の「浮島」には、4,500株の花が咲き誇る。芝生やオーラルロード、可憐な花壇、ハーブが咲き誇る。湖の周辺には、水生植物、水辺の生物たちと共に構成される豊かなビオトープで癒しの時間を過ごしては、【軽井沢町】

おすすめ農産物
りんご、ぶどう、レタス、きのこ