

Sightseeing



きれいな田舎を満喫できる村

# 信州 朝日村

Shinshu ASAHI Village

Gourmet



朝日村は、長野県のほぼ中央に位置し、北は松本市・山形村、東は塩尻市、南は木祖村と境を接しています。

松本・塩尻市街地まで約 20～30 分。  
塩尻北 I.C まで約 10 分と交通の便も良く、  
関東・中京・関西方面からもアクセスしやすい田舎です。  
谷あいの村ではなく、広大な農地に開放感を  
覚えることができる、一味違った田舎です。  
自然を満喫してリフレッシュできるひと時をどうぞ。

Activity



観光



グルメ



アクティビティ





# 朝日村 おすすめグルメ

素材よし、水もよしの朝日村  
舌でも満喫してください



**020103**  
定食・お弁当・パン  
お食事処 もりのこびと  
山賊焼き定食など、ボリューム満点の定食から、お弁当・手作りのパンも味わえます。

TEL 0263-99-3301  
【住 所】長野県東筑摩郡朝日村大字古見 1286(朝日村健康センター併設)  
【定休日】土日祝  
【営業時間】11:30 ~ 16:30 ラストオーダー



**020106**  
ラーメン・おでん  
まるなかや  
厚みのある中華スープが特徴のラーメンと、富士山のおでんが味わえます。

TEL 0263-99-3126  
【住 所】長野県東筑摩郡朝日村 大字西洗馬 828-2  
【定休日】毎週月曜日  
【営業時間】(火~金) 11:00~14:00/17:30~20:30 (土) 11:00~20:30/(日) 11:00~19:30



**020107**  
おまかせまっちゃ  
餃子と山賊焼きがおすすめの居酒屋。季節によって美味しいものをいただけます。

TEL 0263-99-4530  
【住 所】長野県東筑摩郡朝日村 古見 1354-2  
【定休日】火曜・金曜  
【営業時間】17:30 ~ 22:30



**020108**  
居酒屋 かつべ  
様々な種類の料理とお酒が楽しめる居酒屋。店主の作る創作料理でお酒が進みます。

TEL 0263-99-3919  
【住 所】長野県東筑摩郡朝日村 小野沢 388-2  
【定休日】月曜日  
【営業時間】17:00 ~ 23:00



**020109**  
カフェごはん、スイーツ  
cafe mito  
村の一番奥にある古民家カフェ。最新の情報はこちらから

TEL 0263-31-6151  
【住 所】長野県東筑摩郡朝日村古見 68-2(ゲストハウス内営業)  
【定休日】不定休  
【営業時間】11:00 ~ 16:00



**020104**  
日本そば・一品料理  
そば処 もえぎ野  
香り高い本格手打ちそばは石挽き自家製粉で、季節により信州ひすいそばが堪能できます。

TEL 0263-99-3004  
【住 所】長野県東筑摩郡朝日村 大字古見 278  
【定休日】水曜(祝日の場合は翌日)  
【営業時間】11:00 ~ 20:00  
あさひそば打ち道場も開催



**020105**  
日本そば・一品料理  
朝日そばふじもり  
洗練された田舎そばを目指し、黒い粗挽きのお蕎麦を提供してくれます。

TEL 0263-87-3981  
【住 所】長野県東筑摩郡朝日村 大字西洗馬 828-1  
【定休日】水曜・木曜(祝日営業)  
【営業時間】11:30 ~ 14:00 ラストオーダー



**020110**  
自家焙煎珈琲  
カフェ・シュトラッセ  
自家焙煎珈琲を丁寧に淹れてくれます。美味しいスイーツもご用意あります。

TEL 0263-99-3685  
【住 所】長野県東筑摩郡朝日村 大字西洗馬 1496-5  
【定休日】毎週木曜・第三金曜  
【営業時間】10:00 ~ 19:00  
毎週水曜は 12:00 より営業



**020111**  
創作懐石料理・陶器販売  
創作懐石 九十九庵  
厳選素材を使い極上の創作懐石料理を美しい器で楽しめます。

TEL 0263-99-4770  
【住 所】長野県東筑摩郡朝日村 大字古見 2509-イ  
【定休日】火・水・木・土・日曜  
【営業時間】11:30 ~ 14:30 予約制

# 朝日村 おすすめスポット

Recommended spots



## Spot. 01 野俣沢林間キャンプ場

川沿いの森林を活かしたキャンプ場。オートキャンプ、フリーサイト、炊事場、水洗トイレ、コインシャワーあり。グループバンガローやファミリーにおすすめのプライベートバンガローも人気です。アウトドアの本格派からビギナーまで楽しめます。



お問い合わせ・予約先

〒390-1104 長野県東筑摩郡朝日村大字古見 7-1  
野俣沢林間キャンプ場  
TEL 0263-99-3700

営業期間  
4月下旬  
10月下旬

## Spot. 02 あさひプライムスキー場

松本平から一番近いスキー場、ファミリー・ビギナー大歓迎。スクールメニューも充実、安心してゲレンデデビューができます！小さなお子様には、緑のコロシアムのキッズパークがおすすめ。



お問い合わせ・予約先

〒390-1104 長野県東筑摩郡朝日村大字古見 306-1  
あさひプライムスキー場  
TEL 0263-99-3700

営業期間  
12月中旬  
3月上旬

## Spot. 03 緑の体験館コテージ

朝日村産カラマツをふんだんに使用した、木のぬくもりあふれるコテージ。10棟あり、1棟6人まで泊まることができます。もちろん2棟以上の予約もOK。室内は冷蔵庫やエアコンなどの家電、トイレやシャワーも完備。朝日村の森と木が感じられるコテージで、快適で心癒される時間を、家族や仲間と共有してみませんか？



お問い合わせ・予約先

〒390-1104 長野県東筑摩郡朝日村大字古見 273  
緑の体験館コテージ  
TEL 0263-99-3700

営業期間  
通年営業

## Spot. 04 ゲストハウスかぜのわ

村の奥にあるゲストハウス。宿泊棟は3部屋あり、合計10名宿泊できます。コンセプトは「風と土を紡ぐ宿」。泊まりに来たゲストと地元の方との交流が生まれる場所です。隣には、体験棟「りんね堂」があり、ワークショップなど朝日村ならではの体験ができます。



お問い合わせ・予約先

〒390-1104 長野県東筑摩郡朝日村古見 68-2  
ゲストハウス かぜのわ  
TEL 0263-31-6151

営業期間  
通年営業

URL <https://www.booking.com/hotel/jp/gesutohausukazenowa-guesthouse-kazenowa.ja.html>



# 朝日村 MAP

- アイコンの見方
- 食事処
  - カフェ
  - 観光施設
  - レジャー施設
  - お店
  - 宿泊施設



あさひプライムスキー場

松本平から一番近いスキー場、ファミリー・ビギナー大歓迎。スクールメニューも充実、安心してグレンデデビューができます！小さなお子様には、緑のコロシアムのキッズパークがおすすめ。



中俣せせらぎ公園

野沢林間キャンプ場の更に奥に位置する中俣せせらぎ公園。夏は子どもを連れて家族で賑わい、秋は紅葉が美しく、憩いの場として利用ができます。キャンプ場でキャンプやBBQを楽しみ、中俣せせらぎ公園で自然とふれあうのはいかがでしょう。



義仲公園

義仲が木曾から長嶽を経てこの地につき、一の鷹と呼んで後継部隊を待った所だといふ伝承があります。現在は祠が整備されています。



針盛山

標高2,447m。日本三百名山のひとつ。朝日村を象徴するシンボリックな山です。山頂からの眺めがよく、穂高連峰をはじめ、その先の槍ヶ岳、白馬3山、富士山と南アルプス、美ヶ原、八ヶ岳などが見事に展開します。



緑の体験館コテージ

田舎暮らしに馴染まないくらいの充実設備で別荘並みの滞在空間を提供いたします。信州のほぼ中心にあり、観光拠点としても便利です。



ゲストハウス かぜのわ

村の奥に建つゲストハウスでは朝日村の自然を感じられます。宿泊費が安価なので長期滞在にも向いています。



クラフト体験館

木工芸の盛んなこの地で、木の温もり、素晴らしい体験できる施設です。指導者が親切に教えてくれますので、初心者の方や子どもでも楽しめます。



古見の普門山古川寺は、永長元年(1096年)開基、永禄年間に再興されたと伝えられる真言宗の古刹です。観音堂の本尊は、聖観音立像で、毎年1月15日前後に行われる「厄除け観音縁日」は、村内外から大勢の方が訪れ賑わいをみせます。

古川寺



朝日村には石仏の種類や数が多く、庶民信仰が厚かったことが想像できます。光輪寺薬師堂、188か所所仏、本郷薬師堂、西国33か所観音像、古川寺、石鐘六地藏、下古見阿彌陀堂跡には一石六地藏の秀作があります。村内では31体の道祖神が見られます。

芦の池

至上高地・山形村



石仏・道祖神



朝日美術館・歴史民俗資料館

縄文時代に栄えた熊久保遺跡の上に建つ美術館と資料館です。美術館では、朝日村出身の彫刻家上條俊介の作品をはじめ、さまざまなジャンルの特別企画展が開催されます。併設の歴史民俗資料館には、古い民具や縄文土器が展示されています。

中央公民館  
トレーニングセンター  
マルチメディアセンター  
お食事処もりのこびと  
(※建物内に併設されている食事処です。)

針尾



朝日村スケート場

松本平唯一の天然リンクで、ワールドカップ金メダリストもこのスケートリンクで練習して育ちました。管理棟も完備され、貸し靴は300足用意しています。利用料は無料で、冬以外もローラースケート場として利用ができます。



アサヒマレットゴルフ場

アサヒマレットゴルフ場は、敷地面積10ha、18ホール、パー72の規模を誇る本格的マレットゴルフコース。光のシャワーと豊かな緑の中で、さわやかにプレーできます。入場料・道具の使用料は無料ですので、気軽に利用することができます。



武居城公園・鳥飼の清水茶室

戦国時代、豪族三村氏の築城とされる武居城は当時の山城としての面影を今に伝えています。武居城公園の中を流れる小川は、公園の西側にある「鳥飼の清水」からの湧水です。茶室も整備されており、周辺は中世のロマンあふれる公園となっています。



光輪寺薬師堂(県宝)

平成22年3月長野県宝に指定されています。天平の昔に創建され、鎌倉期に将軍木曾義仲の命によって再興されたと伝えられる古刹。中継地方における宝暦期を代表する堂です。県宝の日光・月光菩薩も安置されています。

## 朝日村 紹介

信州 朝日村

- 面積 70.62km<sup>2</sup>
- 周囲 41.25km
- 海拔 792m (位置：役場)
- 人口 4,498人 (2020.11.1 現在)

気温は年平均10℃前後で、降雨量は少ない内陸型です。晴天率が高く、年間を通じて安定した日照を得られるのが特徴です。

## 朝日村 生い立ち

村内には、縄文時代の遺跡が各所に見られ、特に熊久保遺跡からは、中期全盛期の遺物が数多くみられるところから、およそ4,500年前から人が住んでいたものと推測されます。

平安時代(794年～1185年)は、洗馬の牧、鎌倉時代(～1334年)は、洗馬の庄と呼ばれ、江戸時代(1603年～1867年)に入り、洗馬の郷と言われ、古見村、針尾村、小野沢村、西洗馬村にいまの塩尻市洗馬の小曾部、若重、本洗馬の各村がこれに属していました。

洗馬の郷は、はじめ松本藩に所轄されていましたが、元和3年高遠藩に属し、明治4年藩を廃し高遠県となりました。

その後筑摩県となり、明治9年8月長野県の管轄となりました。また、洗馬の郷7ヶ村から明治6年12月村々合併の令により、翌7年10月、古見・針尾・小野沢・西洗馬の4ヶ村が合併して山本村と称しました。山本村は明治16年1度分村し、元の4ヶ村に戻りましたが、明治22年5月1日、市町村制施行により再び合併し、「朝日村」と称し今日に至っています。

## 朝日村 特産品



## お土産にも、自分用にも欲しくなる

どれも試していただくとうなる逸品が揃っています。そばを初めとした食品類は、おいしいのももちろんのこと、空気や水がきれいな朝日村なので、安心して召し上がっていただくことができます。またねずこ下駄は、その軽さと足の裏にフィットする履き心地に驚かれることでしょう。

### ねずこ下駄

「ねずこ」は木曾の銘木(木曾五木=ヒノキ・サワラ・アスナロ・コウヤマキ・ネズコ)のひとつです。防湿性に富み、軽くて丈夫、木目や色彩も美しく、履き心地も快適です。



### 信州そば

古くからそばの食文化があった朝日村。今もその技は脈々と受け継がれています。高冷地で栽培されたそばは香りが高く、美味と称されています。また、おいしい水にも恵まれた朝日村はまさにそばを打つのにうってつけの場所です。

### レタス・キャベツ・白菜



朝日村の特産品はなんといっても高原野菜です。昼夜の寒暖の差が大きい気候がレタス、キャベツ、白菜などの高原野菜の栽培に適し、全国に出荷されています。



## アクセス

### 東京方面から



### 北陸方面から



### 関西方面から



## 朝日村周辺情報

朝日村から  
**30分**

### 松本城(松本市)

安土桃山時代末期-江戸時代初期に建造された天守は国宝に指定され、城跡は国の史跡に指定されています。戦国時代そのままの天守を残す松本城は、北アルプスをバックに松本のシンボルとして多くの方に親しまれています。



朝日村から  
**90分**

### 上高地(松本市)

特別名勝・特別天然記念物に称される上高地は、梓川に架かる河童橋から見上げる山々、大正池や明神池など、穠れなき自然を満喫いただけます。日本屈指の山岳景勝地として、年間150万人もの人々が訪れ賑わいをみせています。



朝日村から  
**50分**

### 大王わさび農場(安曇野市)

年間約120万人が訪れる日本最大規模のわさび園であり、安曇野随一の観光スポット。北アルプスからの湧き水を利用した名水百選の一つである安曇野わさび田湧き水群の一角にあります。



朝日村から  
**10分**

### 信州まつもと空港(松本市)

長野県松本市と塩尻市にまたがる地方管理空港で、愛称は信州まつもと空港。日本の空港では最も標高の高い場所(標高657.5m)に位置しています。空港周辺は広大な公園として整備されており、老若男女問わず親しまれています。



朝日村から  
**40分**

### 諏訪湖(諏訪市ほか)

諏訪湖の周囲は、数多くの温泉のほか、諏訪大社などの名所が点在する観光地となっています。夏には打ち上げ数4万発を誇る花火大会があったり、冬には御神渡りが見られたりと季節ごとの楽しみもあります。



お問い合わせ **長野県 朝日村役場**

〒390-1188長野県東筑摩郡朝日村大字古見1555番地1  
TEL 0263-99-2001 FAX 0263-99-2745  
【URL】 <http://www.vill.asahi.nagano.jp>  
【E-mail】 [info@vill.asahi.nagano.jp](mailto:info@vill.asahi.nagano.jp)

お問い合わせ **長野県 朝日村観光協会**

TEL 0263-87-1935 FAX 0263-87-1935  
朝日村観光協会HP「あさひをたいけん」【URL】 <https://asahi-taiken.com/>  
【Facebook】 [asahi.kankoukyoukai](https://www.facebook.com/asahi.kankoukyoukai)  
【E-mail】 [asahikankou@go.tvm.ne.jp](mailto:asahikankou@go.tvm.ne.jp)

