

# アルクマ便り

# 8月 未知を歩こう。 信州



長野県観光 PR キャラクター  
アルクマ

2013. 7. 16

## トピックス

～信州ワインバレー構想「NAGANO WINE」企画～

**収穫祭体験とワイナリー巡りツアー**

長野県 9/28、29

【新着情報】NAGANO WINE セミナー&試飲会

長野県 7/25

【ワイナリーイベント】ワイナリーフェスタ 2013

塩尻市 10/26、27

マリコヴィンヤード収穫体験

上田市 9/17～10/12

## 新着情報

～小さな村の手作りマラソン大会～

**初開催！栃城雲上マラソン大会**

泰阜村 10/26

～北国街道 400 年、小諸商工会議所創立 100 周年～

**小諸城・北国街道 400 年祭**

小諸市 9/25～10/6

～アルペンルート扇沢駅と白馬山麓を結ぶ特急バスが新登場～

**北アルプス山麓アルペンライナー**

大町市 ～8/25

～スマートフォン専用アプリ「まちナビおおまち」に新機能～

**アニメの聖地「木崎湖」でAR機能開始**

大町市 8/1～

## 首都圏イベント

「信州 伊那谷」観光と物産展

上伊那 9/2、3

サイトウ・キネン・フェスティバルを東京六本木で

長野県 9/3

「伊那谷北部」観光と物産展

上伊那北部 9/17、18

御田町スタイル in 六本木アクセス

下諏訪町 9/19～21

交流サロンなみへい信州木曾から「木祖村」特集

木祖村 8/1～8/30

大長野酒祭り ～2013 in 四谷～

長野県 8/4

世界のカバン博物館 長野県観光 PR とグッズ販売

長野県 8/10

鈴木ともこトークショー開催！

駒ヶ根市 8/18

南信州 泰阜村・平谷村 名産品、夏野菜フェア

泰阜村平谷村 8/28

信州塩尻 朝穫れ野菜市

塩尻市 7/27～11/16

## お知らせ

### 〈そば・食イベント〉

- |                               |      |            |
|-------------------------------|------|------------|
| 1 信州 58 町村 収穫祭めぐり             | 町村会  |            |
| 2 信州・松本 そば祭り (第 10 回)         | 松本市  | 10/12~14   |
| 3 鹿教湯温泉商工観光祭 食・浴の秋祭り          | 上田市  | 10/14      |
| 4 食と農のサポーターセミナー               | 生坂村  | 9/上旬~11/下旬 |
| 5 須賀川そば 法印さんとそばの花まつり (第 10 回) | 山ノ内町 | 9/14、15    |
| 6 信州箕輪 赤そば花まつり                | 箕輪町  | 9/21~10/12 |
| 7 信州クラフトビアフェスティバル in 軽井沢 2013 | 軽井沢町 | 7/20、21    |

### 〈スポーツイベント〉

- |                        |     |          |
|------------------------|-----|----------|
| 8 真田幸村ロマンウォーク (第 12 回) | 上田市 | 10/26、27 |
| 9 白馬国際トレイルラン (第 3 回)   | 白馬村 | 9/15     |
| 10 諏訪湖一周ウォーク (第 18 回)  | 諏訪市 | 9/22     |
| 11 峰の原高原オープンガーデンウォーク   | 須坂市 | 8/24、25  |

### 〈伝統・芸能〉

- |                     |      |          |
|---------------------|------|----------|
| 12 燈籠祭              | 伊那市  | 9/23     |
| 13 信州安曇野薪能 (第 23 回) | 安曇野市 | 8/17     |
| 14 お舟祭り             | 下諏訪町 | 7/31、8/1 |

### 〈イベント〉

- |                            |      |           |
|----------------------------|------|-----------|
| 15 高遠城下まつり                 | 伊那市  | 9/7       |
| 16 北八ヶ岳 森フェスティバル 2013      | 佐久穂町 | 9/7、8     |
| 17 信州須坂蔵の町映画祭              | 須坂市  | 9/21~23   |
| 18 信州上田大花火大会               | 上田市  | 8/5       |
| 19 いけだまちてるてる坊主アート展 (第 7 回) | 池田町  | 8/23~25   |
| 20 天空の楽園【日本一の星空】ナイトツアー     | 阿智村  | 7/27~11/4 |

### 〈参加募集〉

- |                             |      |         |
|-----------------------------|------|---------|
| 21 五味池破風高原リンドウ観賞ハイク         | 須坂市  | 9/14    |
| 22 長寿のくに信州 大芝高原・健康ウォーキングツアー | 南箕輪村 | 9/28、29 |

- |                  |                        |      |            |
|------------------|------------------------|------|------------|
| 23               | 信州安曇野薪能観賞プラン           | 安曇野市 | 8/17       |
| 24               | 駒ヶ根市観光PRキャラクター大募集!     | 駒ヶ根市 | 7/20~9/20  |
| <b>〈美術館・博物館〉</b> |                        |      |            |
| 25               | 佐久市立近代美術館「平山郁夫~仏教伝来」展  | 佐久市  | 9/14~11/10 |
| 26               | 須坂市立博物館「山下八右衛門家秘蔵資料」   | 須坂市  | 7/20~9/16  |
| 27               | 八ヶ岳美術館「小林紀晴写真展 山人の記憶」  | 原村   | ~9/16      |
| <b>〈その他〉</b>     |                        |      |            |
| 28               | 今年も『鉢巻周遊リゾートバス』を運行します! | 富士見町 | 7/20~8/25  |
| 29               | 松代象山地下壕見学体験            | 長野市  | ~10月       |

## 田舎暮らし情報

- |                     |      |                |
|---------------------|------|----------------|
| 信州駒ヶ根 I ターンセミナー&相談会 | 駒ヶ根市 | 8/23           |
| 移住体験ツアー             | 佐久地域 | 8/2, 3, 10, 11 |

## 特集

~信州から世界遺産を眺めよう~

**特色のある富士山の見える場所**

長野県

**＝長野県東京観光情報センター＝**

東京都千代田区有楽町 2-10-1 東京交通会館 2 階 TEL 03-3214-5651 FAX 03-3214-5650  
<http://www.pref.nagano.lg.jp/kanko/t-kanko/index.htm> E-mail: [tokyokanko@pref.nagano.lg.jp](mailto:tokyokanko@pref.nagano.lg.jp)  
 担当: 中村正人/横山浩明/池田芳美/横山雅史

# 掲載市町村

## 8月

5 須賀川そば 法印さんとそばの花まつり (山ノ内町)

29 松代象山地下壕見学体験 (長野市)

9 白馬国際トレイルラン (白馬村)

19 いけだまちてるてる坊主アート展 (池田町)

⑧ 北777°ス山麓777°ンライナー

⑧ アニメの聖地「木崎湖」で A.R機能開始 (大町市)

4 食と農のサポーターセミナー (生坂村)

13 信州安曇野薪能

23 信州安曇野薪能観賞プラン (安曇野市)

2 信州・松本 そば祭り (松本市)

ワインリーフェスタ

⑧ 朝穫れ野菜市 (塩尻市)

⑧ 交流サロンなみへい信州木曾から「木祖村」特集 (木祖村)

10 諏訪湖一周ウォーク (諏訪市)

9 白馬国際トレイルラン (白馬村)

(池田町)

小谷村

白馬村

小川村

生坂村

松川村

山形村

木祖村

王滝村

上松町

大桑村

南木曾町

阿智村

下條村

根羽村

荒木村

天龍村

飯田市

飯島町

中川村

高森町

豊丘村

喬木村

大鹿村

駒ヶ根市

飯島町

中川村

高森町

豊丘村

喬木村

大鹿村

駒ヶ根市

飯島町

中川村

高森町

豊丘村

喬木村

大鹿村

駒ヶ根市

飯島町

中川村

高森町

豊丘村

喬木村

大鹿村

信州の観光情報はこちらから↓

# 「さわやか信州旅.net」

<http://www.nagano-tabi.net>

## エリア別の検索が可能!

四季旅キャンペーン、開花情報、イベント、温泉、宿泊施設など、季節の旬な情報を随時更新! アクセス・問合せ先はもちろん、関連ホームページや地図・周辺情報も表示する便利なサイトです。

見る・楽しむ 宿泊 グルメ・おみやげ

モデルコース アクセス・交通

さわやか信州

検索

11 峰の原高原オープンガーデンウォーク

17 信州須坂蔵の町映画祭

21 五味池破風高原リンドウ観賞ハイク

26 須坂市立博物館「山下八右衛門家秘蔵資料」 (須坂市)

マリコヴィンヤード収穫体験

3 鹿教湯温泉商工観光祭 食・浴の秋祭り

8 真田幸村ロマンウォーク

18 信州上田大花火大会 (上田市)

⑧ 小諸城・北国街道 400 年祭 (小諸市)

7 信州クラフト・フェスティバル (軽井沢町)

25 佐久市立近代美術館「平山郁夫〜仏教伝来」展

⑧ 移住体験ツアー (佐久市)

16 北八ヶ岳 森フェスティバル (佐久穂町)

⑧ 御田町スタイル in 六本木アクセス

14 お舟祭り (下諏訪町)

27 八ヶ岳美術館「小林紀晴写真展 山人の記憶」 (原村)

28 今年も「鉢巻周遊リゾートバス」を運行します (富士見町)

6 信州箕輪 赤そば花まつり (箕輪町)

⑧ 上伊那北部観光と物産 (上伊那北部)

22 長寿のくに信州大芝高原・健康ウォーキングツアー (南箕輪町)

⑧ 信州伊那谷観光と物産 (上伊那)

12 燈籠祭

15 高遠城下まつり (伊那市)

⑧ 鈴木ともこトークショー開催

24 駒ヶ根市観光PRキャラクター大募集!

⑧ 信州駒ヶ根 I ターンセミナー&相談会 (駒ヶ根市)

⑧ 収穫体験とワインリー巡りツアー

⑧ NAGANO WINE セミナー&試飲会

⑧ サイトウ・キネン・フェスティバルを東京六本木で

⑧ 大長野酒祭り

⑧ 世界のカバン博物館 長野県観光 PR とグッズ販売 (長野県)

1 信州 58 町村 収穫祭めぐり (町村会)

## 収穫祭体験とワイナリー巡りツアー



長野県はワイン用ぶどうの生産量日本一。良質なぶどうを活かしたワインづくりを行うワイナリーが数多くあります。そんな信州・長野県からぶどうを育む自然やワイン醸造のつくり手たちと触れ合い、食とワインを楽しむ東京発着のワインツーリズムをご提案します。

エッセイスト・画家の玉村豊男さんがオーナーを務めるワイナリーでランチなど盛りだくさんのツアー。収穫体験も満喫していただきます。

## ◆実施日・ツアー日程

【1日目・9月28日(土)】

集合 8:00 JR東京駅  
長野新幹線(普通指定席)  
JR長野駅から貸切バスで出発

お昼 サンクゼールワイナリー(飯綱町)  
ワイン用ぶどう収穫体験、ランチ、ワイン試飲、ワイナリー施設見学

午後 楠ワイナリー(須坂市) ショッピング

宿泊 斑尾高原温泉・ホテルタングラム

【2日目・9月29日(日)】

午前 道の駅「しなの」産直野菜ショッピング

お昼 ヴィラデストガーデンファーム & ワイナリー(東御市)  
玉村オーナーのトーク、ランチ、ワイン試飲

午後 Rue de vin、はすみふあーむ(ともに東御市) ショッピング

JR軽井沢駅から長野新幹線(普通指定席)  
解散 18:32 JR東京駅

## ◆旅行代金

大人一人 39,800円(税込)(2~4名様1室利用)  
※旅行代金に含まれるもの…新幹線往復運賃、貸切バス、  
宿泊(1泊2食)、昼食2回、  
見学・体験費用



～長野県産ワインのおいしさの秘密を探る～  
**NAGANO WINEセミナー & 試飲会**

丸ノ内で開く長野県産ワインのセミナー！試飲会も行います。  
 信州・千曲川ワインバレーに位置する㈱サンクゼール（飯綱町）と㈱ヴィラデストワイナリー（東御市）の代表者が長野県産ワインの魅力を語りつくします。信州ジビエの紹介などもあります。

- 1 日時** 7月25日（木） 19時～20時30分
- 2 会場** 丸ノ内カフェSEEK 千代田区丸の内3-3-1 新東京ビル2階
- 3 参加費** 3,500円
- 4 内容**

▼セミナー

- サンクゼール久世社長とヴィラデストワイナリー玉村オーナーによる対談  
 ○信州ワインバレー構想「NAGANO WINE」について  
 ○両者が立地する千曲川ワインバレーの紹介  
 ○自社ワイナリーの紹介

▼ワイン試飲会

- サンクゼール、ヴィラデストワイナリー両社のワインの試飲  
 ○信州ジビエなどのおつまみ

▼募集定員 34名（※要事前申込・定員に達し次第締切り）



サンクゼールワイナリー  
 代表取締役社長 久世良三さん



NAGANO WINE 印



ヴィラデストワイナリー  
 オーナー 玉村豊男さん



- 5 アクセス** [列車で] JR 京葉線「東京駅」 6番出口より徒歩1分  
 東京メトロ 千代田線「二重橋前駅」 B7出口より徒歩3分  
 JR 山手線「有楽町駅」 国際フォーラム口より徒歩5分  
 東京メトロ 有楽町線「有楽町駅」 D3・D5出口より徒歩5分  
 都営三田線「日比谷駅」 B4出口より徒歩5分

- 6 申込み先** ウェブサイト <http://www.marunouchicafe.com/>  
 MARUNOUCHI CAFÉ倶楽部21号館 Tel.03-5288-6125

**7 お問合わせ先**

（一社）信州・長野県観光協会  
 （住所） 〒380-8570長野県長野市南長野幅下692-2長野県庁1階  
 （電話） 026-234-7219  
 （E-mail） [yukyako@nagano-tabi.net](mailto:yukyako@nagano-tabi.net)

- 8 取材情報** 取材をご希望される場合は、事前に「7 お問合わせ先」までご連絡ください。

## ワイナリーイベント

### ワイナリーフェスタ2013 《塩尻市》

今年で9回目を迎える「塩尻ワイナリーフェスタ」は、「ワイナリーめぐり」、「ヌーボーパーティ」、「ワインウィーク」の3つのイベントを開催する予定です。

是非、お気軽にご参加ください。

#### 【ワイナリーめぐり】

塩尻駅前ワインステーションにウェルカムワインコーナーを用意し、チケット代わりとなる試飲用オリジナル“漆グラス”を片手に、塩尻駅前ワインステーションと各ワイナリーを結ぶシャトルバスや、ぶどう畑を見ながらのウォーキングにより、市内にあるワイナリーをめぐる体験型イベントです。ワイナリー各社では、農場・工場見学コースなどが設けられているところもあります。

- 1 日 時 10月26日(土)、27日(日) 10時～16時 発売数限定  
 2 会 場 塩尻駅前ワインステーション、市内各ワイナリー  
 3 参加費 3,000円

#### 【ヌーボーパーティ】

今年仕込んだフルーティーなヌーボー(新酒)などを塩尻産の食材を使った料理とともにパーティー形式で楽しむイベントです。

- 1 日 時 10月26日(土) 18時～20時 250人限定  
 2 会 場 中信会館ベルヴィーホール  
 3 参加費 4,000円

#### 【ワインウィーク】

ワイナリーめぐりの前後1週間、塩尻市内のレストラン等で気軽に塩尻産ワインを楽しめるイベントです。

▼9月1日からワイナリーめぐり・ヌーボーパーティのチケットを販売します。

▼お問合わせ先 塩尻ワイナリーフェスタ実行委員会(塩尻市ブランド観光課内)  
 (住 所) 〒399-0786 長野県塩尻市大門七番町3番3号  
 (電 話) 0263-52-0280 (FAX) 0263-52-6113  
 (E-mail) kanko@po.city.shiojiri.nagano.jp

### マリコヴィンヤード収穫体験 《上田市》

浅間山から烏帽子岳まで、素晴らしい眺望の中、国産高級ワイン用に栽培された葡萄の収穫体験ができます。

おしゃれにオープンランチを大地の上で楽しみながら、その土地で採れた葡萄で仕込まれたワインを味わえる至極の時間をどうぞ。

- 1 期 日 9月17日(火)、21日(土)、24日(火)、28日(土)  
 10月5日(土)、8日(火)、12日(土)  
 2 会 場 マリコヴィンヤード

上田市塩川/天下山マレットゴルフ場(上田市塩川4166-1)より1分

※丸子温泉郷宿泊のお客様は送迎車が9:20に鹿教湯温泉交流センターから出ます。チェックイン前のお客様は、10:00にJR上田駅温泉口から出ますので、ご利用下さい。

- 3 参加費 4,000円(昼食・送迎付)  
 4 内 容 ▼葡萄の収穫体験 10:20～  
 ▼体験終了 14:30

- 5 お問合わせ先 鹿教湯温泉観光協会  
 (住 所) 〒386-0323 長野県上田市鹿教湯温泉1434-2  
 (電 話) 0268-44-2331 (FAX) 0268-45-3712  
 (E-mail) kakeyu@kakeyu.or.jp



～小さな村の手づくりマラソン大会～

## 初開催！ 栃城雲上マラソン大会

泰阜村栃城（とんじろ）地区は、村の南部に位置する小さな地区。地区の中心には栃中川が流れており、上流に民家がないためとても清潔です。この川を活用したあまごの養殖が40年前から行われています。

そんな小さな村で初めて開催する村民手づくりのマラソン大会です。村民の皆さんとふれあいながら豊かな自然のなかで爽やかな汗を流してみませんか。

**1 日 時** 10月26日（土） 受付開始7時30分 スタート9時 ※雨天決行

**2 会 場** 泰阜村栃城神社周辺

**3 入場料** 3,000円（中学生以上）

**4 内 容** ▼コース  
標高差325m、往復8.5km  
※舗装道路は約2kmで途中から未舗装道路になります

▼定員 100名

▼申込方法  
参加ご希望のときには、下記「6 お問合わせ先」にご連絡ください。払込取扱票を送付しますので、最寄りのゆうちょ銀行又は郵便局で参加料を添えてお申込みください。

▼申込期限 9月26日（木）必着  
※定員に達し次第受付終了となります。当日受付はありません。

▼泰阜村の新鮮野菜の詰合せ、猪鍋無料サービス

**5 アクセス** [お車で] 三遠南信自動車道天竜峡IC下車 約60分  
※駐車場には限りがあります

[列車で] JR飯田線温田駅下車 タクシー約30分

**6 お問合わせ先**

栃城雲上マラソン大会事務局

(住 所) 〒399-1895 長野県下伊那郡泰阜村3236-1 泰阜村観光協会内

(電 話) 0260-26-2111 (FAX) 0260-26-2553

(URL) <http://www.vill.yasuoka.nagano.jp>



## 小諸城・北国街道400年祭

小諸市内の様々な団体が協力をし、各種団体で行われるイベントを一つにして「小諸城・北国街道400年祭」となりました。  
今年には北国街道400年と小諸商工会議所創立100周年が重なる記念年であり、例年にない大きなイベントとなっています。

様々なイベントがございますので、ぜひ小諸にいらしてください。

- 1 日時 9月25日(水)～10月6日(日)
- 2 会場 本陣主屋、本町通り、懐古園大手門、小諸駅周辺等
- 3 入場料 無料
- 4 内容
  - ▼仙石秀久展 9/25(水)～10/6(日) 本陣主屋
    - ・小諸藩初代藩主、仙石秀久ゆかりの品々を展示いたします
  - ▼商家ギャラリーめぐり 9/28(土)～10/6(日) 北国街道沿い
  - ▼蕎麦グルメウォーキング 10/5(土)
    - ・追分宿(軽井沢)から田中宿(東御市)まで北国街道23キロを歩くウォーキングイベント
  - ▼ほんまち蔵出し市 10/4(金)～10/5(土) 本町通り
    - ・本町町屋館にて、小諸商業高校の生徒によるスマイル小商店街等
  - ▼信州こもろふードまつり 10/6(日) 相生町・本町・大手
    - ・市内の飲食店によるフードコート
    - ・地場食材を使用した手づくり加工品の販売
    - ・参加団体によるイベントや出店
  - ▼開門式 10/6(日) 小諸城大手門
    - ・真田の鉄砲隊による演武
    - ・大浅間火煙太鼓による演奏などのイベント
- 5 主催 城下町にぎわい協議会
- 6 アクセス
  - [お車で] 上信越道小諸ICから約10分
  - ※周辺は駐車場が少ないため公共の交通機関のご利用をお願いします。
  - [列車で] JR長野新幹線軽井沢駅下車→しなの鉄道小諸駅下車
  - JR長野新幹線佐久平駅下車→JR小海線小諸駅下車

### 7 お問い合わせ先

小諸市観光協会

(住所) 〒384-0031 長野県小諸市大手1-6-16

(電話) 0267-22-1234 (FAX) 0267-25-3380

(URL) <http://www.kanko.komoro.org/>

(E-mail) [info@kanko.komoro.org](mailto:info@kanko.komoro.org)

～アルペンルート扇沢駅と白馬山麓を結ぶ特急バスが新登場～

## 北アルプス山麓アルペンライナー

立山黒部アルペンルートの入口、大町市の扇沢駅と白馬村、小谷村の白馬山麓を結ぶ特急バスが登場！白馬山麓・大町温泉郷とアルペンルートがもっと身近になりました。

また、登山の聖地「後立山連邦」の縦走登山にも便利なバスです。ぜひともご利用ください！



1 期 間 8月25日（日）まで

2 料 金 片道1,000円～1,800円  
往復1,800円～3,200円

3 内 容 ▼バス停車場所

扇沢駅 : アルペンルート※  
大町温泉郷 : 大町温泉郷  
木崎湖入口 : 木崎湖、信濃木崎駅  
佐野坂 : 姫川源流  
白馬五竜 : 白馬五竜、神城駅※  
白馬町 : 白馬駅※  
白馬八方 : 八方尾根、八方温泉※  
岩岳新田 : 岩岳ゆり園  
拇池高原 : 拇池自然園※  
白馬乗鞍 : 白馬乗鞍  
里見 : 若栗温泉※  
白馬コルチナ : 白馬コルチナ、美人の湯  
※北アルプス登山口へのアクセスあり

▼運行本数

1日4往復

▼運行時間

扇沢駅から白馬コルチナまで約90分



4 チケット購入先 アルピコ交通白馬営業所、八方インフォメーションセンター、拇池高原観光協会、白馬アルプスホテル、ホテルグリーンプラザ白馬、全国の主な旅行代理店

5 アクセス [お車で] 扇沢まで：長野自動車道「安曇野IC」より約50分  
扇沢まで：上信越自動車道「長野IC」より約110分  
[列車で] 扇沢まで：JR大糸線「信濃大町駅」より路線バス約40分  
[バスで] 新宿駅西口から扇沢まで直通の高速バスもあります（約5時間）

6 お問合わせ先

大町市観光協会  
(住 所) 〒398-0002 長野県大町市大町3200  
(電 話) 0261-22-0190  
(URL) <http://www.kanko-omachi.gr.jp/>

スマートフォン専用アプリ「まちナビおおまち」  
**アニメの聖地「木崎湖」でAR機能開始！**

北アルプス山麓「木崎湖」は、アニメ「おねがい☆ティーチャー（2002年）」「おねがい☆ツインズ（2003年）」の舞台となりました。公開されてから10年を迎え、今もなお多くのファンが訪れる聖地として皆様から愛されています。

そこで、現在運用中のスマートフォン専用アプリ「まちナビおおまち」に、アニメの聖地木崎湖で記念撮影ができる機能を追加致しまして、ファンの皆様にお楽しみいただけるようになりました。



**1 期間** 8月1日（木）から

**2 料金** 無料（ただし、ダウンロードが必要です）

**3 内容** AR機能とは、スマートフォンのディスプレイに映し出した画像に、バーチャル情報を重ねて表示することができるものです。

▼画面の中にキャラクターが登場！

決められたポイントの付近でアニメのキャラクターが登場します。  
 さらに、撮影モードに切り替えると、キャラクターと一緒に写ることができます。

▼ボートでしか行くことのできないポイントも！

木崎湖の中心にキャラクターと撮影できるポイントも設定されており、ボートでしか行くことのできない、プレミアムな場所も用意してあります。

※「まちナビおおまち」は、地図やAR（拡張現実）技術を用いた観光ナビゲーションアプリです。

街を歩いていると観光スポットや歴史的な建物や出会い、興味を抱くことがあります。「まちナビおおまち」を使って、スマートフォンのカメラレンズを景色にかざす事で情報を取得できる、新感覚の街歩きを体験することができます。

**4 ダウンロード** 「まちナビおおまち」を検索→アプリをダウンロード

**5 アクセス** [お車で] 長野自動車道「安曇野IC」より約40分  
 上信越自動車道「長野IC」より約60分  
 [列車で] JR大糸線「稲尾駅」「海ノ口駅」下車すぐ

**6 お問合わせ先**

大町市観光協会  
 (住所) 〒398-0002 長野県大町市大町3200  
 (電話) 0261-22-0190  
 (URL) <http://www.kanko-omachi.gr.jp/>

## 「信州 伊那谷」観光と物産展

3,000m級の「中央アルプス」と「南アルプス」に囲まれている信州伊那谷の魅力をご紹介します。  
獲れたての『旬の野菜や果物（りんご・梨・ぶどう他）』をズラ〜ッと並べ、秋から冬にかけてお勧めの観光スポットをご案内します。山の展望がごちそうの伊那谷には、魅力溢れる観光地が数多くあります。この機会にぜひお出かけください。

- ▼ 日 時：9月2日（月）12時～19時  
9月3日（火）10時～17時
- ▼ 会場：新宿駅西口広場イベントコーナー
- ▼ 内容：観光PRコーナー  
物産販売コーナー  
写真展・観光ポスターコーナー
- ▼ 問合せ：上伊那観光連盟 Tel0265-78-2500 fax0265-73-5867  
〒396-0025 長野県伊那市荒井3500番地1 いなっせ 3F（上伊那広域連合内）  
E-mail：info@kamiina-union.jp

## サイトウ・キネン・フェスティバルを東京六本木で

サイトウ・キネン・フェスティバルのスクリーンコンサートをお楽しみください。

- ▼ 日 時：9月3日（火）17時～
- ▼ 会場：六本木ヒルズ 港区
- ▼ 入場料：無料
- ▼ 内容：オーケストラコンサート 演奏：サイトウ・キネン・オーケストラ 指揮：大野和士  
りんごジュースなどの販売もあります
- ▼ 問合せ：長野県東京観光情報センター Tel03-3214-5651 fax03-3214-5650  
〒100-0006 千代田区有楽町2-10-1 東京交通会館2階  
E-mail：tokyokanko@pref.nagano.lg.jp

## 「伊那谷北部」観光と物産展

信州伊那谷の玄関口である「辰野町」、「箕輪町」、「南箕輪村」の魅力を紹介する観光物産展を開催します。

伊那谷北部の名産品を並べ、秋から冬にかけてお勧めの観光スポットをご案内します。秋の時期は、箕輪町上古田の赤そば、南箕輪村大芝高原のイルミネーション、辰野町横川溪谷の紅葉など魅力溢れる観光地が数多くあります。この機会にぜひお出かけください。

- ▼ 日 時：9月17日（火）10時～16時30分  
9月18日（水）10時～16時30分
- ▼ 会場：日本橋プラザビル 南広場イベントスペース
- ▼ 内容：観光PRコーナー  
物産販売コーナー  
観光ポスターコーナー
- ▼ 問合せ：上伊那北部観光連絡協議会事務局 Tel0265-79-3111 fax0265-79-0230  
〒399-4695 長野県上伊那郡箕輪町大字中箕輪10298番地（箕輪町産業振興課内）  
E-mail：sangyou@town.minowa.nagano.jp

## 御田町スタイル in 六本木アクシス

長野県下諏訪町にある全国でも珍しい空き店舗が無い御田町（みたまち）商店街。商店街に出展している各工房が、地域内で連携している工房とともに揃って東京で御田町をリスペクトし、再現します。おしゃれな空間で素敵な作品展示と工房の制作風景なども併せて展示します。信州の手仕事衆をぜひご覧ください。

▼ 日 時：9月19日（木）～21日（土） 11時～19時（予定）

▼ 会 場：六本木アクシス 港区六本木5-17-1 AXISビル

▼ 内 容：オンリーワンを目指す木のスピーカー作家

某女性誌の表紙を飾ったこともある裂き織り工房

オーダーメイド家具製作の作家があなたにあった椅子をご提案

機械式時計を身に着けてみませんか？ 手作り時計工房

ハンドメイド自転車の魅力を感じてください。 自転車工房

御田町商店街からのサプライズ演出があるかも？

▼ 問 合 せ：下諏訪商工会議所 総務課 TEL0266-27-8533 fax0266-28-8811

〒393-0087 長野県諏訪郡下諏訪町4611

E-mail：shimocci@cci.shimosuwa.nagano.jp



## 交流サロン「なみへい」信州木曾から「木祖村」特集

「東京から故郷おこし」をコンセプトにしている全国うまいもの交流サロン《なみへい》は特定の地域を月ごとに特集し、地元の食材や特産品を使ったコース料理や郷土料理をお客様へ提供しています。

8月は信州・木祖村の月です！冷涼な気候と清冽な水からうまれた高原野菜やそば、木曾牛や清酒など信州・木祖村を存分に味わってください♪

▼ 期 日：8月1日（木）～8月30日（金）

▼ 時 間：毎日18時～22時30分

▼ 会 場：全国うまいもの交流サロン なみへい

東京都中央区日本橋本石町4-2-6 神田GMビル1F

▼ 内 容：うまいもの交流サロンなみへい（運営会社：ニュープラネット合同会社）は、全国の郷土料理と食材のPRを通してご当地自慢と地域交流ができるコミュニティサロンです。

食べられる食材

○やぶはら高原 夏の味 御嶽はくさい

○やぶはら高原 スイートコーン

○木曾牛

○きさらぎ蕎麦

○木曾の酒 清酒・木曾路

▼ 問 合 せ：木祖村役場商工観光課 TEL0264-36-2001 fax0264-36-3344

〒399-6201 長野県木曾郡木祖村藪原1191-1

E-mail：kankou@kisomura.com

詳細は《なみへい》TEL03-666-5963

## 大長野酒祭り ～2013 in 四谷～

呑んで、食べて、巡って、語って、笑って！  
泥酔注意！怒涛の5時間はしご酒イベント！  
前代未聞！圧巻の44蔵元+αが15店舗にスタンバイ！！

- ▼ 日 時：8月4日（日）13時～18時
- ▼ 会 場：四ツ谷 有志居酒屋15店舗
- ▼ 参加費：6,000円（事前申込み5,500円）
- ▼ 参加の流れ①イベントに参加している15店舗からお好きなお店を予約  
②当日、参加費と引換に「ぐいのみ」と「フリーパス」をGET  
③信州の地酒と各店自慢の酒肴を楽しむ  
④次のお店にはしごをする
- ▼ 問合せ：長野県東京観光情報センター Tel03-3214-5651 fax03-3214-5650  
〒100-0006 千代田区有楽町2-10-1 東京交通会館2階  
E-mail: tokyokanko@pref.nagano.lg.jp

## 世界のカバン博物館 長野県観光PRとグッズ販売

世界のカバン博物館で行われる「ゆるっとツアー2013」で、長野県の観光PRをします！

- ▼ 日 時：8月10日（土）10時～16時30分（入場は16時まで）
- ▼ 会 場：世界のカバン博物館 台東区駒形1-8-10
- ▼ 内 容：観光PRコーナー  
長野県観光PRキャラクター「アルクマ」登場 アルクマダンス披露  
アルクマグッズ販売コーナー
- ▼ 問合せ：長野県東京観光情報センター Tel03-3214-5651 fax03-3214-5650  
〒100-0006 千代田区有楽町2-10-1 東京交通会館2階  
E-mail: tokyokanko@pref.nagano.lg.jp

## 鈴木ともこトークショー開催！

信州四季旅キャンペーン[秋]の駒ヶ根市PRイベントとして、「山ガール」の火付け役で10万部突破の『山登りはじめました』シリーズの著者・鈴木ともこさんのトークショーを開催します。中央アルプスや駒ヶ根市の魅力、山登りの楽しみ方などをお話いただきます。

- ▼ 日 時：8月18日（日）13時30分～
- ▼ 会 場：東武百貨店池袋店 5階紳士服売り場特設会場
- ▼ 参加費：無料
- ▼ 問合せ：駒ヶ根市商工観光課観光係 Tel0265-96-7724（直通）  
E-mail: kankou@city.komagane.nagano.jp

## 南信州 泰阜村・平谷村 名産品、夏野菜フェア

伊那山脈南端に位置している泰阜村と、木曾山脈の南端に位置している平谷村。泰阜村の名産は、こんにゃく、ゆべし、アマゴ、新鮮野菜、果物。平谷村の名産は平谷ハーモニーという名のトウモロコシなどです。

そんな泰阜村と平谷村の観光PR、物産販売を日本橋で行います。この機会にぜひお出かけください。

- ▼ 日 時 : 8月28日(水) 10時~16時
- ▼ 会 場 : 地域活性化センター1階 イベントスペース (日本橋)
- ▼ 内 容 : 観光PRコーナー  
物産販売コーナー
- ▼ 問 合 せ : 泰阜村役場 振興課農村振興係 TEL0260-26-2111  
〒399-1895 長野県下伊那郡泰阜村3236-1

## 信州塩尻 朝穫れ野菜市

代々木で野菜市を11月まで月イチ開催!朝収穫した旬の野菜をそのまま東京へ直送し、低価格でご提供。塩尻市で育まれた新鮮野菜をどうぞお買い求めください。

- ▼ 日 時 : 7月27日(土)、8月24日(土)、9月28日(土)、10月19日(土)  
11月16日(土) 11時~15時30分(売り切れ次第終了)
- ▼ 会 場 : dall'uva (ダルーヴァ) 渋谷区富ヶ谷1-45-13シズナビル1F
- ▼ 内 容 : 朝穫れ新鮮野菜が現地価格  
購入先着30名様高原レタスを1個プレゼント  
野菜ソムリエも参加
- ▼ 問 合 せ : 塩尻市ブランド観光課 TEL0263-52-0280 fax0263-52-6113  
〒399-0786 長野県塩尻市大門七番町3-3  
URL : <http://www.shiojiri-brand.jp/>



## 1 信州58町村 収穫祭めぐり

村の数が全国一多い長野県。県内の町村全58（町23、村35）の収穫祭をまとめて紹介。長野県は、レタス、はくさい、アスパラガス、巨峰、ブルーベリー、えのきたけ、カーネーションなどの生産量は全国トップクラス。信州の収穫祭をめぐって、各地の特産物、豊かな自然や温かな地元の人にふれてください。

### 川上村高原野菜の収穫祭in根羽村

川上村の高原の冷涼な気候の中で育つ、レタスをはじめとする高原野菜は全国各地に出荷されています。その川上村高原野菜の収穫祭を長野県根羽村で開きます。

- ▼ 日 時：8月17日（土）、18日（日）
- ▼ 会 場：ネバーランド（根羽村）
- ▼ 問 合 せ：川上村役場 産業建設課農政係 TEL0267-97-2121



### 天龍村 あけび狩り体験

全国的にも珍しい、昔懐かしい「あけび」の収穫体験！鮮やかな紫色に実ったあけびの実が皆さんをお待ちしています。

- ▼ 日 時：9月下旬
- ▼ 会 場：あけびの里
- ▼ 問 合 せ：天龍村役場 振興課商工観光係 TEL0260-32-2001

### 坂城町 ねずみ大根まつり

信州の伝統野菜に認定されているねずみ大根。「あまもっくら」としたその味（辛さの後にほのかに感じる甘さ）は、伝統食おしぼりうどんとして親しまれています。その「ねずみ大根」をテーマに、「ねずみ大根まつり」を開催します。

- ▼ 日 時：11月中旬
- ▼ 会 場：さかき地場産直売所「あいさい」
- ▼ 問 合 せ：坂城町役場 産業振興課 TEL0268-82-3111



### 「収穫祭めぐり」PRイベント

都内で、信州58町村収穫祭めぐりのPRイベントを開催します。多くの皆様のご来場をお待ちしております。

- ▼ 8月10日（土）11時～17時 東京交通会館マルシェ（千代田区有楽町）
- ▼ 9月28日（土）10時～14時 ヒルズマルシェinアークヒルズ（港区）
- ▼ 問 合 せ：長野県町村会 TEL026-234-3530

## 2 信州・松本 そば祭り (第10回)

今年で10回目を迎える信州・松本そば祭り。全国そば祭りのほか、秋の味覚祭、伝統食の青空市場なども開催します。ぜひ、皆さんでお出掛けください。



- 1 日 時** 10月12日(土)～14日(月・祝) 10時～16時
- 2 会 場** 松本城公園・他
- 3 入場料** 無料
- 4 内 容**
- ▼全国そば祭り  
日本各地・長野県内各地のそば処が集結します。
  - ▼信州のスローフード・スローライフ物産展  
信州の特産品・名産品及び地場食材などの展示販売を行います。
  - ▼全麵協素人そば打ち三段位認定大会(10月12日)
  - ▼第7回信州そば打ち名人戦(10月13日)  
信州そばの特徴をテーマにそば打ち名人戦を開催します。
  - ▼ひとくちそばふるまい(10月13日)
  - ▼長寿日本一!! 信州食物語(10月12日～14日)  
長野県内で昔から現在に至るまで伝え食されて来た伝統食の青空市場を開催します。
- 5 アクセス** [お車で] 長野道松本ICより国道158号を松本市街地へ向かい約3km  
※会場周辺は大変混み合うため、公共交通機関やシャトルバス等をご利用ください。  
[列車で] JR松本駅 お城口より徒歩約15分
- 6 お問合わせ先**
- 第10回信州・松本そば祭り実行委員会事務局  
(住 所) 〒390-0863 松本市白板1-9-39 (株)日本広告内  
(電 話) 0263-33-8002 (FAX) 0263-35-2308  
(URL) <http://www.sobamatsuri.jp/>  
(E-mail) [info@sobamatsuri.jp](mailto:info@sobamatsuri.jp)

### 3 鹿教湯温泉商工観光祭 食・浴の秋祭り

毎年9月下旬から10月上旬に開催される大人気イベントです。  
秋の味覚の王様”松茸”を味わえる貴重な機会に毎年多くのリピーターが集います。

- 1 日時 10月14日（月・祝）10時～14時
- 2 会場 鹿教湯温泉交流センター（上田市鹿教湯温泉1434-2）
- 3 入場料 無料
- 4 内容 ▼松茸千人鍋（きのこ汁1杯400円）  
▼松茸オークション  
▼その他イベントも計画中



- 5 主催 鹿教湯商工会・鹿教湯温泉観光協会
- 6 アクセス [お車で] 上田菅平ICもしくは東部湯の丸IC 国道18号線～国道152号線経由  
国道254号線で50分  
松本ICから国道254号線で30分  
[列車で] JR上田駅から千曲バス鹿教湯線で40～60分  
JR中央線松本駅からアルピコバス鹿教湯温泉線で50分  
（休日は運休のため予約制のバスがあります。）
- 7 お問い合わせ先  
鹿教湯温泉観光協会  
（住所） 〒386-0323 長野県上田市鹿教湯温泉1434-2  
（電話） 0268-44-2331 （FAX） 0268-45-3712  
（URL） <http://www.kakeyu.or.jp/touji/>  
（E-mail） [kakeyu@kakeyu.or.jp](mailto:kakeyu@kakeyu.or.jp)

## 4 食と農のサポーターセミナー

村では現役を退いた男性を対象に、新しいことに挑戦し自分自身の暮らしを楽しみ、そして地域へ貢献することを目的にセミナーを行い、終了後そのまま「おじさま倶楽部」としてグループ活動を展開しています。今年度は消費者との交流を通して、村をPRしそこに住む人達と一緒に農作業や加工技術を体験し、自然豊かな村の良さを体感し、応援団になっていただく事が目的のセミナーです。

- 1 日 時** 9月上旬～11月下旬  
詳しい日時は未定ですが、申し込んでいただいた方に直接ご連絡いたします
- 2 会 場** 東筑摩郡生坂村の圃場及び施設
- 3 参加費** 1, 200円（3回分）
- 4 内 容**  
▼第1回 9月上旬 野沢菜のは種  
▼第2回 9月下旬 野沢菜の間引きと畑の管理  
生坂郷土食「灰屋焼きおやき」作り  
▼第3回 11月下旬 野沢菜の収穫と漬け物実習  
▼定員 20名程度  
▼申込み締切 平成25年8月8日（木）
- 5 主 催** 生坂村「おじさま倶楽部」
- 6 アクセス** [お車で] 長野自動車道安曇野IC下車国道19号線を長野市方面へ約30分  
[列車で] 新宿発特急「あずさ」で松本下車 在来線（篠ノ井線）で明科下車  
バスで20分
- 7 お問合わせ先**  
生坂村役場 振興課  
(住 所) 399-7201 長野県東筑摩郡生坂村5493-2  
(電 話) 0263-69-3112 (FAX) 0263-69-3115  
(URL) <http://www.village.ikusaka.nagano.jp/>  
(E-mail) [sinkoka@vill.ikusaka.nagano.jp](mailto:sinkoka@vill.ikusaka.nagano.jp)

## 5 須賀川そば 法印さんとそばの花まつり (第10回)

「須賀川そば」は、つなぎにヤマゴボウの葉の繊維を使った珍しい手打ちそばです。民話に登場した法印さんがこのそばをたいそう気に入られ、御礼に法力で病を治したとか。広大なそばの花畑と須賀川そばが楽しめます。



- 1 日時** 9月14日(土)、15日(日) 9時30分～15時30分
- 2 会場** 山ノ内町須賀川八丁原(北志賀高原)
- 3 入場料** 無料
- 4 内容**
- ▼そばの畑めぐり
    - ・幌馬車トラクターでの畑めぐり
    - ・観賞用そばの種プレゼント
    - ・手造り法印さん土人形プレゼント(数に限りがあります)など。
  - ▼お楽しみ広場
    - ・須賀川そば…700円
    - ・はやそば…200円
    - ・りんごで育った信州牛焼肉、そばちゃのこ など。(数に限りがあります)
  - ▼セレモニー
    - 【9月14日(土)】
      - オープニングセレモニー
      - 山ノ内中学校吹奏楽部演奏
      - 民話の語り部による「須賀川の民話紙芝居」
      - 10周年記念おたのしみイベント
    - 【9月15日(日)】
      - A・I「ヒップホップダンス」
      - スタジオ-Y エアロビクス
      - 地域伝統芸能「盆じゃもの踊り」
      - 民話の語り部による「須賀川の民話紙芝居」
      - 10周年記念おたのしみイベント
- 5 主催** 須賀川そばまつり実行委員会
- 6 アクセス**
- [お車で] 上信越自動車道信州中野ICから約25分
- [列車で] 長野電鉄中野駅からバスで約30分(小丸山スキー場入口)、徒歩15分
- 7 お問い合わせ先**
- 須賀川そばまつり実行委員会
- (住所) 〒381-0405
- (電話) 090-3096-3722
- (URL) <http://www.kitashigakogen.gr.jp/>

## 6 信州箕輪 赤そば花まつり

標高900m、中央アルプスのふもとに位置する「赤そばの里」。4.2haの広大な敷地に、赤いじゅうたんのよう赤そばの花が華麗に咲き誇ります。

朝には南アルプスから昇る陽を受け、色鮮やかなピンク色になります。赤そばのじゅうたんを南アルプスに向かい見下ろすと、赤そばのピンク色、森の緑、そして南アルプスの仙丈ヶ岳や甲斐駒ヶ岳の全てを一望することができます。

この色鮮やかな一面の赤いじゅうたんと、ぜひお楽しみください。

**1 日時** 9月21日(土)～10月12日(土)

**2 会場** 箕輪町上古田金原

イベント開催日：9月28日(土)・29日(日)

**3 入場料** 無料

**4 内容**

- ▼オープニングイベント：9/21(土)
- ▼赤そば花まつり：9/28(土)・29(日)
  - ゆるキャラ大集合
  - 地元農産物・手工芸品の販売
  - 手打ちそばの提供(有料)
- ▼地元農産物等直売所の開設  
9/21(土)～10/12(土)



**5 主催** 箕輪町上古田区

**6 アクセス** 【お車で】 中央道伊北ICまたは伊那ICより広域農道を経由して約10分  
駐車場：赤そば畑南、箕輪西小学校グラウンド(土日のみ)  
駐車場から赤そば畑まで徒歩10分～15分

【列車で】 JR伊那松島駅よりタクシーで約10分

### 7 お問い合わせ先

箕輪町役場産業振興課

(住所) 〒399-4695 上伊那郡箕輪町大字中箕輪10298番地

(電話) 0265-79-3111 (FAX) 0265-79-0230

(URL) <http://www.town.minowa.nagano.jp/>

(E-mail) [sangyou@town.minowa.nagano.jp](mailto:sangyou@town.minowa.nagano.jp)

**8 取材情報**

- ①赤そば畑南側からは、畑全体を下から見ることができ、日中は順光で青い空と緑の山と赤そばのコントラストを撮影ください。
- ②赤そば畑北側(上端部)からは、仙丈ヶ岳を中心とした南アルプス・西駒ヶ岳を中心とした中央アルプスをバックに赤そば畑を撮影いただけます。
- ③赤そば畑から箕輪の街を挟み東側に位置する萱野高原(標高1200m)からは、遠くに赤そば畑を望むことができます。

## 7 信州クラフトビアフェスティバルin軽井沢2013

長野県は豊かな自然環境から、ブルワリーの数、ビールの品質ともに日本でトップクラスと言われています。そんな長野県軽井沢で開催する信州クラフトビアフェスティバル。

極上のクラフトビールをビアファンのみならずより多くの方々に知っていただき、来場者の皆さんと一緒に作る楽しいビアフェスです。



**1 日時** 7月20日(土)～21日(日) 11時～18時

**2 会場** 軽井沢・星野エリア もみの木広場

**3 入場料** チケット制 5枚綴り1,500円 3枚綴り1,000円

(1杯チケット1枚 チケットは当日会場にて販売いたします)

**4 内容** ▼信州7つのブルワリーが集結  
23種類のビールが勢揃いします

**【参加ブルワリー】**

軽井沢高原ビール、よなよなエール、オラホビール、木曾路ビール、南信州ビール、麗人酒造、穂高ブルワリー、志賀高原ビール

▼極うま信州勢揃い

信州素材を使用したおつまみ「ブルワリー串焼きグリル」  
信州名物 おやき  
野菜チップス  
信州うまいもの串焼き  
東御産牛と豚のサラミとジャーキー、燻製信州サーモン  
新鮮!まるごとトマトときゅうり

**5 アクセス** [お車で] 上信越自動車道碓氷・軽井沢ICから約20分

[列車で] JR軽井沢駅下車 専用シャトルバスにて約15分



**6 お問い合わせ先**

村民食堂

(住所) 〒380-0195 長野県軽井沢町星野

(電話) 0267-45-6082

(E-mail) feelsounds@hoshinoresort.com

## 8 真田幸村ロマンウォーク（第12回）

戦国の世にありながら大名にまでのぼりつめ、天下にその名をとどろかせた真田一族。常に好きな武将ランキングに名を連ね、日本一(ひのもといち)の兵(つわもの)とも称された「智将真田幸村公」、日本百名城の一つ「上田城」。信州上田は、戦国随一の武将と名高い真田氏発祥の郷です。

真田氏ゆかりの地で歴史を肌で感じながら、自然豊かな城下町・信州上田をみんなで歩きましょう！

**1 日 時** 10月26日（土）、27日（日）

**2 会 場** 上田城跡公園、真田地域自治センター(Aコースのみ)

※コースによりスタート・ゴール地点が異なります



**3 参加費** 事前申込 一般：1,500円、小中学生：500円、未就学児：無料

当日申込 一般：2,000円、小中学生：700円、未就学児：無料

真田幸村コース 一般：500円、小中学生以下：無料

※参加費は一日のみの参加、2日間とも参加も同額です。

※参加をキャンセルした場合、参加費の返却はいたしません。

### 4 内 容

#### ▼コース

- A 真田三代発祥の里コース（約22km）10月27日（日）  
※美しい日本の歩きたくなるみち500選 長野県⑫10月27日（日）
- B 城下町・蚕都めぐりコース（約13km）10月26日（土）
- C 信州の鎌倉・湯けむりコース（約21km）10月26日（土）  
※美しい日本の歩きたくなるみち500選 長野県⑩
- D 上田城・城下町寺社めぐりコース（約11km）10月27日（日）
- E 真田幸村コース（約4km）10月26日（土）、27日（日）  
※ボランティアガイドが同行します。（希望者のみ）

#### ▼事前参加登録申込期間

8月1日（木）から10月11日（金）まで

#### ▼参加賞・特典等

全参加者に参加賞（ピンバッジ等）を差し上げます。

また、大会開催中（10月26・27日）ゼッケン着用者には特定の公共施設の入館が無料になります。



**5 主 催** 真田幸村ロマンウォーク実行委員会（上田市観光課）

**6 アクセス** 【お車で】 【上田城跡公園】 上信越自動車道上田菅平ICから約15分

【真田地域自治センター】 上信越道上田・菅平ICから約15分

【列車で】 【上田城跡公園】 JR長野新幹線上田駅、しなの鉄道上田駅から徒歩12分

### 7 申込み、お問合わせ先

真田幸村ロマンウォーク実行委員会事務局（上田市観光課）

（住所） 〒386-8601 長野県上田市大手1-11-16

（電話） 0268-23-5408 （FAX） 0268-23-7355

（URL） <http://www.city.ueda.nagano.jp/hp/kanko/>

## 9 白馬国際トレイルラン (第3回)

### 北アルプスを一望できる絶景

白馬国際トレイルラン最大の魅力は、なんとと言っても国内屈指の山岳地帯を一望しながらトレイルを堪能できることにつきます。天候に恵まれさえすれば、終始どのコースからでも雄大な山岳風景が楽しめ、つい走るのを忘れてしまうほど。手つかずの自然と共存する山岳スポーツタウンで心ゆくまでトレイルが楽しめる、それが白馬国際トレイルランの魅力です。



- 1 日時** 9月15日(日)
- 2 会場** 白馬村内  
※県外からの参加は前泊
- 3 参加費** ロング8,000円、ミドル6,000円、ショート4,000円  
ファミリー&トライアル2,500円  
(ショート・ファミリー&トライアルの18歳以下は1,500円引き)
- 4 内容**
- ▼種目 ロングコース(約50km)  
ミドルコース(約30km)  
ショートコース(約20km)  
ファミリー&トライアル(約7.5km)
  - ▼定員 ロング700名  
ミドル500名  
ショート300名  
ファミリー&トライアル200名  
合計1,700名
  - ▼スタート・ゴール地点 八方第2駐車場(全コース)

- 5 締切り** 7月31日(水)
- 6 主催** 白馬国際トレイルラン実行委員会



- 7 アクセス**
- [お車で] 上信越自動車道 長野ICから約60分  
長野自動車道 豊科ICから約60分
- [列車で] JR大糸線 白馬駅下車又は  
JR長野駅下車、特急バスで約60分「白馬駅」下車。

### 8 申込み、お問合わせ先

白馬村観光局

(住所) 〒399-9301 長野県北安曇郡白馬村北城3476番地

(電話) 0261-72-7100 (FAX) 0261-72-6311

(URL) [www.vill.hakuba.nagano.jp](http://www.vill.hakuba.nagano.jp)

(E-mail) [info@po.vill.hakuba.nagano.jp](mailto:info@po.vill.hakuba.nagano.jp)

## 10 諏訪湖一周ウォーク（第18回）

諏訪湖一周ウォークは「自然と文化に親しみ、健康と友情を育む、ふれあいウォーク」をテーマに開催し、今年で18回目となります。

コースは、諏訪市湖畔公園をスタートし、諏訪湖を一周する16kmコースと、諏訪湖を半周して遊覧船でゴールする8kmコースがあります。また、各コースにすわっこランド入場券をつけることもできます。

今回は、前回までと反対方向（反時計回り）に諏訪湖を周回するコースとなりますので、前回までとまた違った景色を楽しむことができます。

**1 日 時** 9月22日（日） 8時30分～15時

**2 会 場** 諏訪市湖畔公園（石彫公園）・・・受付、スタート、ゴール  
※雨天決行。ただし、強風等で遊覧船が出航できない場合は、8kmコースは中止とします。

**3 参加料** 諏訪湖一周コース：高校生以上700円（当日申込1,000円）  
半周遊覧船コース：高校生以上1,200円（当日申込1,500円）  
※300円プラスで「すわっこランド入場券」が付きます。  
[申込締切：9月2日（月）]

### 4 内 容

#### ▼コース

諏訪湖一周コース16km、諏訪湖半周遊覧船コース8km。

#### ▼スケジュール

受 付：午前8時30分

出発式：午前9時（スタート花火ののち、午前10時までに出発）

ゴール：8kmコースは13時20分までに岡谷湖畔公園乗船場遊覧船着。  
16kmコースは15時までに諏訪市湖畔公園着。

#### ▼参加資格

国籍・年齢・性別等は不問。ただし、小学生以下または重度の障害者は保護者・介護者の同伴が必要。

▼完歩者には、記念品（参加バッジ等）と完歩証を贈呈。「すわっこランド入場券」利用者には、すわっこランドにて記念タオルを贈呈。また、お土産として「諏訪のみそ」を差し上げます。

▼参加申込者の中から、希望される方に抽選で100名様に「信州物味湯産手形」をプレゼントします。

### 5 主 催

諏訪市・諏訪市まちづくり市民協議会・諏訪市教育委員会・諏訪市体育連盟・  
諏訪観光協会

**6 アクセス** [お車で] 中央自動車道諏訪I.Cより車で10分

[列車で] JR中央線上諏訪駅より徒歩10分

### 7 お問合わせ先

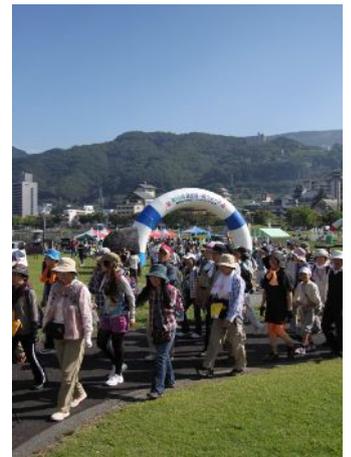
諏訪湖一周ウォーク実行委員会

(住 所) 〒392-8511 長野県諏訪市高島1-22-30

(電 話) 0266-52-4141(内線288) (FAX) 0266-57-0660(代表)

(URL) <http://www.city.suwa.lg.jp>

(E-mail) [machi-danjo@city.suwa.lg.jp](mailto:machi-danjo@city.suwa.lg.jp)



## 11 峰の原高原オープンガーデンウォーク

標高1500m、夏でも涼しい高原に花々が咲き誇ります。日本一標高の高いオープンガーデンは、真夏に最盛期を迎える天空の花々を見ることができます。  
峰の原高原のペンションオーナーのお話を聞きながらオープンガーデンを散策します。

1 日 時 8月24日(土)、25(日) 9時30分～13時30分

2 会 場 峰の原高原 オープンガーデン

3 参加費 2,000円(ペンションランチ付)

4 内 容 ▼出発 9:30 (集合 9:15)  
▼集合 峰の原高原 集会所 ※雨天決行  
▼定員 20名  
▼歩程 約3km (ガイドがご案内します)  
▼コース  
峰の原高原・集会所9:30……富田ペンション……ひらたペンション……山野草園……ペンション・ガーデンストーリー……ペンションのいちご……ペンションマジョリカ(昼食)====13:30峰の原高原・集会所〔解散〕※各ペンションオーナーがお庭を紹介してくれます。

※他にもたくさんのオープンガーデンがありますので、解散後、自由にご見学ください

5 主 催 須坂市観光協会

6 アクセス [お車で] 須坂長野東ICから約30分

### 7 申込み、お問合わせ先

須坂市観光協会  
(住所) 〒382-0077 須坂市大字須坂1295-1  
(電話) 026-215-2225 (FAX) 026-215-2226  
(URL) <http://www.suzaka-kankokyokai.jp>  
(E-mail) [info@suzaka-kankokyokai.jp](mailto:info@suzaka-kankokyokai.jp)

## 12 燈籠祭

豊年と無病息災を感謝する鉾持神社の例祭。  
 毎年9月23日に開催される燈籠祭では、各戸が笹竹にほおずき提灯を灯し、町全体が提灯のトンネルになります。その街中を屋台・子ども御輿・高遠ばやしが練り歩きます。

**1 日時** 9月23日（日）15時～20時

**2 会場** 高遠町西高遠 本通り周辺

※雨天などにより、内容の変更・中止する場合がございます。

**3 入場料** 入場料・参加費・駐車場とも無料

**4 内容**  
 ▼前夜祭（22日）  
 各戸が青竹に提灯を飾り、夜になると火を灯して町全体がほおずき提灯のトンネルになります。  
 ▼屋台・子ども御輿・高遠ばやしが練り歩きます。



**5 主催** 鉾持神社

**6 アクセス** [お車で] 中央自動車道 伊那ICからR361経由 約30分

[列車で] JR飯田線 伊那市駅からバスで約25分

### 7 お問い合わせ先

伊那市観光協会高遠支部

(住所) 〒296-0292 伊那市高遠町西高遠1806

(電話) 0265-94-2552 (FAX) 0265-94-3697

(URL) <http://inashi-kankoukyoukai.jp>

(E-mail) t-kkk@inacity.jp

## 13 信州安曇野薪能（第23回）

人間国宝 観世流能楽師・故青木祥二郎氏の出身地である長野県安曇野市明科の地にて、伝統の能楽が披露されます。屋外に特設された能舞台にて、幻想的な篝火がたかれる中太鼓と笛の音が静かに響き渡る信州安曇野薪能は一見の価値あり。人間国宝の片山幽雪、野村萬らが出演予定です。

- 1 日時** 8月17日（土） 16時開場 ～20時30分
- 2 会場** 長野県安曇野市明科 龍門渚公園 特設能舞台  
※雨天の場合は明科体育館に変更になります
- 3 入場料** 一般：前売り3,000円 当日3,500円  
学生（大学生等）：1,000円 高校生以下：500円  
15時から入場整理券を配布します

**4 内容**

▼スケジュール

16:20 市内の小中学生による能楽発表

17:30 開演

演目：能 自然居士（じねんこじ）  
狂言 棒縛（ぼうしばり）  
舞囃子 恋重荷（こいのおもに）  
能 一角仙人（いっかくせんじん）



- 5 主催** 信州安曇野薪能実行委員会
- 6 アクセス** [お車で] 長野道「安曇野IC」を下りて右折し国道19号線に出て北上、約15分  
駐車場は龍門渚公園運動広場をご利用ください  
[列車で] JR篠ノ井線明科駅下車徒歩5分  
JR大糸線 豊科駅・穂高駅から無料バス運行 14:40発・15:40発

**7 お問い合わせ先**

安曇野市教育委員会 文化課文化振興係

（住所） 〒399-7102長野県安曇野市明科中川手2914-1

（電話） 0263-62-3090 （FAX） 0263-62-3525

（URL） <http://www.city.azumino.nagano.jp/index.html>

（E-mail） [bunka@city.azumino.nagano.jp](mailto:bunka@city.azumino.nagano.jp)

**8 取材情報**

上演中でも撮影は可能ですが、フラッシュ撮影は禁止となります。

※観賞プランにつきましては、P33をご参照ください。

## 14 お舟祭り

諏訪大社下社遷座祭(せんざさい)、通称「お舟祭」は御柱祭りを除くと下社最大のお祭りです。下社の祭神は2月初めから7月末までは春宮に、8月初めから1月末までは秋宮に奉られます。

夏の遷座祭(=お舟祭)は、7月31日に宵祭、翌8月1日に本祭りが行われ、柴で仕立てた舟に乗り、祭神が春宮から秋宮へ遷座します。

冬の遷座祭は、遷座の儀式の後、裏街道を神主など限られた方による静かな神霊渡御の行列により秋宮から春宮へ遷座します。

- 1 日時** 7月31日(水) 17時～20時 宵祭り  
8月1日(木) 14時～19時 本祭り

- 2 会場** 諏訪大社秋宮から春宮周辺  
※公共交通機関でお越しください。

- 3 内容** 両日ともに多くのパレードやイベントが開催されています。8月1日は、諏訪大社下社の遷座祭と柴舟の曳行(午後)があります。

▼宵祭り 7月31日(水)

- 17:00～ 子ども広場/踊り広場：大道芸の披露や地元小学生による踊り  
17:00～ 宵祭りパレード：子供みこし、長持ち披露、消防音楽隊の演奏  
18:00～ 太鼓：各種団体の太鼓披露  
18:00～ 催物広場：ダンス披露、木遣り競演会

▼本祭り 8月1日(木)

- 13:55 遷座の行列：諏訪大社下社の遷座祭(春宮)  
14:00～ お舟曳行：氏子による柴舟の曳行(14時出発)  
13:00～ 神賑わいパレード：太鼓・神輿・長持ち・お騎馬の披露  
8:30～ 太鼓：各種団体の太鼓披露  
13:00～ 子ども広場：子どもが遊べるイベントスペース

[柴舟(しばぶね)]は、角柱六本と山野の雑木である青柴を使い、舟の形に整えたものを五色の幕で飾ったもので、長さは8.1m、幅4.3m、高さ3.2m、重量5tという巨大なものです。明治初期までは柴舟を若者が裸で担ぎ、練り歩いた為、裸祭とも呼ばれていました。



詳細はホームページでご確認ください。

<http://www.town.shimosuwa.lg.jp/news/release/3ea51cfff927c1acf2d9d1591901180.html>

- 4 主催** お舟祭り実行委員会

- 5 アクセス** [お車で] 長野自動車道岡谷ICから10分  
中央自動車道諏訪ICから20分  
[列車で] 中央本線下諏訪駅から徒歩10分

**6 お問い合わせ先**

お舟祭り実行委員会

- (住所) 〒393-8501 長野県諏訪郡下諏訪町4613番地8  
(電話) 0266-27-1111 (FAX) 0266-28-1070  
(E-mail) syoukan@town.shimosuwa.lg.jp

**7 取材情報**

[撮影ポイント] 8月1日の遷座祭と氏子が行う芝舟曳行は見ていて豪快。同時刻に開催される神賑わいパレードの長持ちやお騎馬もみどころの一つです。また、多くの氏子が参加する柴舟の曳行も豪快で迫力満点です！

[交通機関] 車の方は、諏訪湖畔にある赤砂崎臨時駐車場(無料)はご利用ください。その他の場所への駐車はご相談ください。JR下諏訪駅が近くて便利です。

## 15 高遠城下まつり

高遠城下まつりではゆかりの地の芸能披露や、高遠太鼓・高遠ばやし等市民参加による各種イベントを行います。ハイライトは各地区からの参加者による市民踊りです。にぎやかに高遠音頭などを披露します。

- 1 日時** 9月7日(土) 13時～20時
- 2 会場** 高遠町西高遠 本通り・仲町駐車場  
※雨天により変更・中止の場合があります。
- 3 入場料** 無料



- 4 内容**
- ▼おまつり広場・本通りイベント
    - ・振舞い餅・高遠太鼓・高遠ばやし 他
  - ▼高遠ゆかりの地からの芸能披露
    - ・福島県会津若松市、福島県猪苗代町、東京都新宿区、東京都三宅村
  - ▼イベント
    - ・のろし、振舞い餅、展示(警察、消防等)、大道芸 など
  - ▼物産展
  - ▼高遠地区市民踊り
  - ▼打上花火

※イベントの内容が変わる場合があります。



- 5 主催** 高遠城下まつり実行委員会
- 6 アクセス** [お車で] 中央自動車道 伊那ICからR361経由約30分  
[列車で] JR飯田線 伊那市駅からバスで約25分

### 7 お問い合わせ先

伊那市高遠町総合支所産業振興課  
 (住所) 〒396-0292 長野県伊那市高遠町西高遠1806  
 (電話) 0265-94-2556 (FAX) 0265-94-3697  
 (URL) <http://inashi-kankoukyoukai.jp/>  
 (E-mail) [t-san@inacity.jp](mailto:t-san@inacity.jp)

## 16 北八ヶ岳 森フェスティバル 2013

全国で11箇所しかない「日本の貴重なコケの森」として日本蘚苔類学会が認定する八ヶ岳。この地域にはイケダレゴケやタチハイゴケをはじめとする500種類近くの苔が生息しており、国内で確認された種類の実に4分の1も見られます。

朝霧や露に濡れてふわふわピカピカ輝くコケの世界をのぞいてみませんか。あなたの足元に森の神秘がひそかに息づいています。

- 1 日時** 9月7日(土)、8日(日) 集合13時30分
- 2 会場** 北八ヶ岳 高見石小屋
- 3 参加費** 13,000円(宿泊、夕食、朝食、講演参加費、懇親会費込み)
- 4 内容**
- ▼ゲスト  
苔の専門家 樋口正信理学博士  
山大好きモデル KIKIさん  
山ライター 小林百合子さん  
写真家 野川かさねさん
  - ▼9月7日(土)
    - ・観察会(苔の観察・森ハイクと森の写真の撮り方)
    - ・講演会
    - ・ウェルカムパーティー
  - ▼9月8日(日)
    - ・観察会
    - ・森ガールコンテスト及び大抽選会
- 5 予約** 高見石小屋(担当:原田) TEL090-3215-0135
- 6 アクセス**
- [お車で] 中部横断自動車道佐久南ICから45分 白駒池入口駐車場 徒歩60分
- [列車で] JR小海線八千穂駅下車 バス白駒池入り口バス停下車 徒歩45分
- 7 お問い合わせ先**
- 佐久地方事務所 商工観光課  
(住所) 〒385-8533 佐久市跡部 65-1  
(電話) 0267-63-3157 (FAX) 0267-63-3115  
(E-mail) sakuchi-shokan@pref.nagano.lg.jp

## 17 信州須坂蔵の町映画祭

須坂市中心市街地には「須坂クラシック美術館」をはじめ多くの素晴らしい蔵造りの建築物が存在し、製糸業で盛況であった明治大正時代の雰囲気が残る町並みを散策することができます。

秋のひとつきを文化が薫る須坂のまちで過ごしてみたいかがですか？



- 1 日時 9月21日(土)～9月23日(月) 9時～17時
- 2 会場 須坂商工会議所、蔵の町観光交流センターなど各所
- 3 入場料 無料 ただし、映画上映会は500円
- 4 内容
  - 【レトロな映画ポスターの展示】
    - ▼蔵の町観光交流センター、まゆぐら他市内15か所ほどの会場で旧上高井郡役所蔵のレトロな映画ポスターを展示します。
    - ▼会場の多くが歴史的な趣のある建造物で、建物も楽しんでいただけます。
    - ▼会場の多くを須坂駅から人気の田中本家博物館の約2kmの間に設定、往復4kmとウォーキングに最適なコースとなっています。
  - 【映画上映】
    - ▼須坂市出身の映画監督、山岸謙太郎さんの作品を中心に自主製作映画を上映。全国で劇場公開される映画とは一味違う作品の数々をお楽しみいただけます。
  - 【ショートムービーコンペ】
    - ▼ショートムービーのコンペを実施します。審査委員長は山岸謙太郎氏。
- 5 主催 信州須坂蔵の町映画祭実行委員会(事務局:須坂商工会議所)
- 6 アクセス
  - [お車で] 上信越自動車道須坂長野東ICから約10分
  - [列車で] JR長野駅より長野電鉄特急15分、須坂駅下車
- 7 お問い合わせ先  
信州須坂蔵の町映画祭事務局(須坂商工会議所内)  
(住所) 〒382-0091 須坂市立町1278-1  
(電話) 026-245-0031 (FAX) 026-245-5096  
(URL) <http://www.suzaka.or.jp>  
(E-mail) [cci@suzaka.or.jp](mailto:cci@suzaka.or.jp)  
(その他) 担当:坂詰史博(さかづめ ふみひろ)
- 8 取材情報 塩屋ギャラリー・綿幸サロンなどがおすすめの写真ポイントです。また、事前のご連絡により、駐車場を手配します。

## 18 信州上田大花火大会

上田市夏の風物詩。千曲川の心地よい夜風に吹かれながら、夏の夜空を彩る数千発の花火を楽しめます。

**1 日時** 8月5日（月） 19時～ ※荒天の場合は翌日に順延となります

**2 会場** 千曲川河川敷 常田新橋下流300m付近

**3 内容** 栈敷席（定員4名、2m60cm×1m10cm、1マス10,000円、170マス限定）については、下記実行委員会までお問い合わせください。定数に達し次第販売終了となります。



**4 主催** 信州上田大花火大会実行委員会（上田商工会議所）

**5 アクセス** [列車で] JR長野新幹線上田駅・しなの鉄道上田駅・上田電鉄別所線上田駅 下車 徒歩5分  
※会場周辺道路は大変混雑します。できるだけ公共交通機関をご利用ください。

交通規制

(1) 午後3時30分～午後9時 上田橋から常田新橋までの右岸堤防道路

(2) 午後6時30分～午後9時 常田新橋全面、常田新橋から小牧橋下までの右岸堤防道路、上田橋から常田新橋までの左岸堤防道路

**6 お問い合わせ先**

信州上田大花火大会実行委員会事務局（上田商工会議所 産業振興課内）

（住所） 〒386-8522 上田市大手1-10-22

（電話） 0268-22-4500 （FAX） 0268-25-5577

（URL） <http://www.ucci.or.jp/>

## 19 いけだまちてるてる坊主アート展（第7回）

”あ～した天気になあれ”と晴れのお天気を願って口ずさむ童謡「てるてる坊主」の作詞者浅原六朗は池田町出身です。美しい北アルプスと安曇野の田園風景が一望できるあづみ野池田クラフトパークで「第7回いけだまちてるてる坊主アート展」を開催します。



- 1 日時** 8月23日（金）～25日（日）9時～17時
- 2 会場** あづみ野池田クラフトパーク
- 3 入場料** 無料
- 4 内容**
- ▼ アート展  
全国から一般公募した「てるてる坊主」を広大な芝生の公園に展示します（H24展示数480）。
  - ▼ 作品コンテスト  
大賞各部門1点作品には賞金2万円（子供部門には図書券）など進呈します。なお、今回から一般投票賞も加えました。
  - ▼ 売店・体験  
地域の方による売店、アート展期間限定「てるてる坊主作り体験」など
  - ▼ かかし芙蓉まつり 同時開催（会場は堀之内地区）  
芙蓉の花と一緒に、ユニークで本物そっくりのかかしが勢ぞろいします。
- 5 主催** てるてる坊主アート展実行委員会
- 6 アクセス**
- [お車で] 長野自動車道安曇野ICから約20分
- [列車で] JR篠ノ井線明科駅下車・JR大糸線穂高駅下車、  
町営バスまたはタクシーで約10分
- 7 お問い合わせ先**
- 池田町観光協会  
(住所) 〒399-8601 長野県北安曇郡池田町4169-3  
(電話) 0261-62-9197 (FAX) 0261-62-5688  
(URL) <http://www.ikedakanko.jp>  
(E-mail) [info@ikedakanko.jp](mailto:info@ikedakanko.jp)

## 20 天空の楽園【日本一の星空】ナイトツアー

阿智村は環境省が実施する全国星空継続観察（スターウォッチングネットワーク）において平成18年度、第1位に選ばれました。スターウォッチングネットワークとは、全国各地で一斉に肉眼や双眼鏡を使った身近な方法で星空観察を行うもので、阿智村は星が最も輝いて観える場所ということができます。

この自然豊かな信州阿智村にある富士見台高原「ヘブンスそのはら」（標高1,400m地点）にて星空観察ができるナイトツアーを開催します。

**1 期 間** 7月27日（土）～9月23日（日）  
10月5日（土）～11月4日（祝・月）

**2 会 場** 富士見台高原ヘブンスそのはら

**3 料 金** 大人1,800円 小中学生900円 未就学児無料  
※料金にはゴンドラ往復乗車料金などが含まれます。

**4 内 容**

- ▼天空の楽園での星空観察  
そこは街の光が届かないまさに天空の楽園。合図とともに、設置された照明が一斉に消灯。すると手が届きそうな無数の星々が輝き、街中では決して見ることができない光景が目の前に広がります。
- ▼専門のガイドが天体に関する解説を行います。
- ▼漆黒の闇に包まれた森林をガイドと歩くナイト・フォレスト・トレッキング
- ▼星空の下でのライブ ～スターライト☆ミュージック（毎週水曜開催）～
- ▼15分間のロープウェイでの星空遊覧（全長2,500m、高低差600m）  
※組数限定のカップルゴンドラ（貸切ゴンドラ）も運航しています（料金別途）

【ロープウェイ運行時間】 上り 19：30～最終20：00発  
下り 21：15発～（全員が下山するまで）

※雨天、曇天時、星が見えない日  
山頂のマウンテンロッジにて星の映像と天体に関する神秘とロマンのトークバラエティを開催。

**5 主 催** スタービレッジ阿智協議会

**6 アクセス** [お車で] 【東京方面】中央自動車道飯田山本ICより約25分  
【名古屋方面】中央自動車道園原ICより約6分

※昼神温泉郷にお泊りのお客様は無料送迎バスをご用意していますので、予め宿泊施設にご予約下さい。（直接、お越しいただくこともできます。）

**7 お問合わせ先**

富士見台高原ロープウェイ ヘブンスそのはら

(住 所) 〒395-0304 長野県下伊那郡阿智村智里3731-4

(電 話) 0265-44-2311 (FAX) 0265-44-2331

(URL) <http://www.mt-heavens.com>



## 21 五味池破風高原リンドウ観賞ハイク

9月上旬から中旬にかけて、標高約1,700メートル五味池破風高原では自生のリンドウが一斉に咲き誇ります。青紫色に染まる秋の高原で、爽やかな風を感じながら県下最大級のリンドウ群生地を観賞・散策しませんか？（ガイド付）



1 日 時 9月14日（土）10時～12時

2 会 場 須坂市五味池破風高原自然園

3 参加費 1,000円（おやき、旬の果物等付）

4 内 容 ▼出発 10:00（集合 9:30）  
▼集合 五味池破風高原・第一駐車場 ※雨天決行  
▼定員 40名  
▼持ち物 雨具  
▼服装 山歩きのできる服装

【大池コース】 約2km（2時間）  
五味池破風高原第一駐車場＝自家用車＝大平：エゾリンドウ自生の群生地見学（北アルプス・善光寺平の眺望）・・・歩く・・・奥大平（エゾリンドウ自生の大群生地見学）・・・歩く・・・大平  
※通常、大平地区へは五味池破風高原の駐車場より徒歩でしかお入り頂けません。観賞ハイクに限り大平地区までマイカーでの乗り入れが可能となります。

5 主 催 須坂市観光協会

6 アクセス [お車で] 須坂長野東ICから約60分

[列車で] JR長野駅より長野電鉄特急15分、須坂駅下車タクシー約50分

### 7 申込み、お問合わせ先

須坂市観光協会  
（住所） 〒382-0077 須坂市大字須坂1295-1  
（電話） 026-215-2225 （FAX） 026-215-2226  
（URL） <http://www.suzaka-kankokyokai.jp>  
（E-mail） [info@suzaka-kankokyokai.jp](mailto:info@suzaka-kankokyokai.jp)

～根本先生と歩く～

## 22 長寿のくに信州 大芝高原・健康ウォーキングツアー

長野県は平均寿命日本一！ 運動による健康づくり研究の第1人者・松本大学の“ネモケン先生”こと根本賢一准教授が、歩き方の改善を中心に、誰でも手軽にできる日々の運動を、理論と実践を交えてわかりやすく丁寧に指導していただきます。この講座で健康長寿のヒントをつかみ、日々の生活に活かしましょう。

会場は中央アルプスの麓、風光明媚な南箕輪村・大芝高原。公園内の森林セラピーロードを歩き、ヨガやストレッチ&温泉で疲れを癒し、ヘルシーな食事を栄養士の解説と共にお楽しみいただく1泊2日のプランです。

- 1 期 日** 9月28日（土）、29日（日）
- 2 場 所** 南箕輪村・大芝高原  
ご宿泊「大芝荘」
- 3 参加費** 大人お一人様15,000円（2～5名様1室利用）
- 4 内 容**
- ▼9月28日（土）
    - 11:00 集合 塩分量やカロリー計算されたヘルシー弁当の昼食
    - 13:00 受付・健康&ウォークチェックとアドバイス
    - 14:20 開会・移動
    - 14:45 「赤そばの里」の散策（箕輪町へ送迎サービスを行います。）
    - 16:00 森林浴ヨガ、ストレッチ
    - 16:30 自由時間（高原内散策・温泉など）
    - 18:30 夕食 栄養士によるメニュー解説、食事アドバイス
  - ▼9月29日（日）
    - 6:30 朝の散歩（自由参加）
    - 8:00 朝食 ヘルシーメニュー
    - 9:30 根本先生の健康講座
    - 11:30 昼食 栄養士によるメニュー解説
    - 12:45 森林セラピーロードウォーキング実践指導  
・足湯でリラックス
    - 14:15 個別相談
    - 14:50 閉会・解散

- 5 主 催** 南箕輪村産業課
- 6 アクセス** [お車で] 中央自動車道伊那IC下車約10分  
[列車で] JR飯田線北殿駅下車タクシー約15分

### 7 お問い合わせ先

南箕輪村産業課

(住 所) 〒399-4592 長野県上伊那郡南箕輪村4825番地1

(電 話) 0265-72-2176 (FAX) 0265-73-9799

(URL) <http://www.vill.minaminowa.nagano.jp/kanko/>

(E-mail) syoukou-c@vill.minaminowa.nagano.jp

## 23 信州安曇野薪能鑑賞プラン

信州安曇野水郷明科の里で、犀川のせせらぎを聴きながら、夕闇の北アルプスを背景に幽玄の世界を楽しみませんか。8月17日（土）に開催される信州安曇野薪能に合わせた、宿泊&送迎&観賞チケット&お弁当付きのセットプランを販売します！



**1 日時** 8月17日（土） ※宿泊は薪能開催日の前泊・当日泊が選べます。

**2 宿泊場所** 安曇野穂高ビューホテル・ダイヤモンドあずみ野温泉ホテル・  
旅館山のたこ平・ペンション ハーベスト

**3 料金** 12,600円～17,000円（宿泊施設により異なる）

**4 内容** ▼日程  
14:30～15:00 各宿泊施設出発－（送迎車）－  
15:30 明科龍門淵公園特設能舞台会場到着  
16:20 子ども能楽発表  
17:30 開演  
20:30 終了後会場出発－（送迎車）－21:30 各宿泊施設

▼旅行代金に含まれるもの  
宿泊代（1泊朝食付き）、各宿からの往復送迎、薪能鑑賞チケット（自由席）、お弁当とお茶

**5 申込方法** 安曇野市観光協会HP内にある宿泊プランの内容を確認の上、電話・メールにて承ります。

[http://www.azumino-e-tabi.net/modules/xpressme/?page\\_id=5990](http://www.azumino-e-tabi.net/modules/xpressme/?page_id=5990)

### 6 お問合わせ先

一般社団法人 安曇野市観光協会  
(住所) 〒399-8303 長野県安曇野市穂高5952-3  
(電話) 0263-82-3133 (FAX) 0263-87-9361  
(URL) <http://www.azumino-e-tabi.net/>  
(E-mail) [azumino@bz03.plala.or.jp](mailto:azumino@bz03.plala.or.jp)

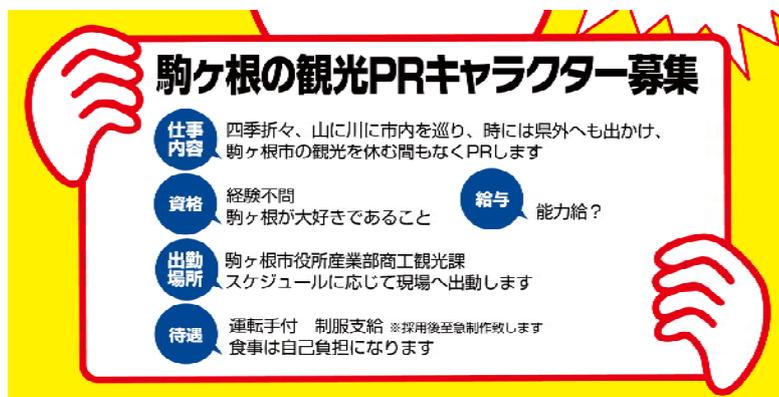
～市制施行60周年記念特別企画～

## 24 駒ヶ根市観光PRキャラクター大募集！

駒ヶ根市市制施行60周年の特別企画として観光PRキャラクターを募集します！

未経験者のご応募大歓迎！  
採用作品には賞金5万円！

多くの皆様のご応募お待ちしております！



**駒ヶ根の観光PRキャラクター募集**

- 仕事内容** 四季折々、山に川に市内を巡り、時には県外へも出かけ、駒ヶ根市の観光を休む間もなくPRします
- 資格** 経験不問  
駒ヶ根が大好きであること
- 給与** 能力給？
- 出勤場所** 駒ヶ根市役所産業部商工観光課  
スケジュールに応じて現場へ出勤します
- 待遇** 運転手付 制服支給 ※採用後至急制作致します  
食事は自己負担になります

1 募集期間 7月20日（土）～9月20日（金）

2 作品応募先 駒ヶ根市産業部商工観光課

3 内容 ▼応募テーマ  
駒ヶ根市観光PRキャラクター

▼応募資格  
どなたでも

▼応募基準

- ・テーマにふさわしい作品であること。
- ・着ぐるみが作成できるデザインであること。（手足があること）
- ・作品には、「愛称」「プロフィール」をつけること。
- ・自作の未発表作品であること。
- ・ほかに使用されているデザインに類似しないこと。
- ・「60」という文字は入れないでください。

▼応募方法

- ・A4白紙内に彩色したデザインをはっきり見やすく記入してください。
- ・作品の裏面に必要事項を記入した下記の応募用紙を切り取って貼付してください。
- ・応募は、郵送（封書）または持込みのみです。※折り曲げ、ファックス、メール不可。

▼応募用紙  
駒ヶ根観光協会ホームページよりダウンロードできます↓  
<http://www.kankou-komagane.com/index.php>

▼副賞

- ・最優秀賞（1点） 5万円＋特産品等
- ・優秀賞（5点） 1万円＋特産品等

制作のヒント？

駒ヶ根観光協会

検索

4 主催 駒ヶ根市

5 応募、お問合わせ先

駒ヶ根市産業部商工観光課観光係

（住所） 〒399-4192 駒ヶ根市赤須町20-1

（電話） 0265-96-7724（直通） （FAX） 0265-83-1278

（URL） <http://www.city.komagane.nagano.jp/>

（E-mail） [kankou@city.komagane.nagano.jp](mailto:kankou@city.komagane.nagano.jp)

## 佐久市立近代美術館 開館30周年特別企画

## 25 「平山郁夫～仏教伝来」展

平成25年秋、佐久市立近代美術館の開館30周年特別企画として、平山郁夫の代表作を展示する「平山郁夫～仏教伝来」展が開催されます。期間中は、婦人平山美知子氏の講演会や平塚市美術館長のギャラリートークも予定されています。

戦後の日本、昭和を代表する日本画家の作品をぜひこの機会にご覧ください。

1 日 時 9月14日(土)～11月10日(日) 開館時間9時30分～17時

2 会 場 佐久市立近代美術館(佐久市猿久保35-5)

3 入 場 料 一般800円(600円)、高校・大学生400円(300円)  
小・中学生250円(200円) ※( )内は20名以上の団体料金

4 内 容 戦後の日本、昭和を代表する日本画家 平山郁夫(1930～2009) 初期の代表作「仏教伝来」(1959)をはじめ、「建立金剛心図」(1963)など、仏教をテーマとした作品や周辺作家の作品を展示する。

## 【催事】

- ▼開会式 9月14日(土)
- ▼講演会 9月23日(月・祝) 講師:平山美知子氏ほか  
会場:佐久勤労者福祉センター(入場無料 申込制)
- ▼ギャラリートーク 9月29日(日) 講師:草薙奈津子氏(平塚市美術館  
長・美術評論家) 会場:佐久市立近代美術館
- ▼展覧会ガイド 10月20日(日)、11月2日(土)、各日14:00から40分  
間程度の案内
- ▼開館時間延長 9月15日(日)、22日(日)、各日19:00まで開館  
18:00から館スタッフによる40分間程度の案内
- ▼休館日 9月30日(月)、10月7日(月)、10月21日(月)

5 主 催 佐久市・佐久市教育委員会(佐久市立近代美術館)

6 アクセス [お車で] 上信越道「佐久IC」より国道141号で南下約5km(15分)  
[列車で] JR長野新幹線「佐久平駅」よりタクシーで約10分  
JR小海線「北中込駅」より徒歩で約15分

## 7 お問合わせ先

佐久市立近代美術館

(住 所) 〒385-0011 長野県佐久市猿久保 35-5

(電 話) 0267-67-1055 (FAX) 0267-67-1068

(E-mail) s-kinbi@city.saku.nagano.jp

## 8 取材情報

日本秘湯を守る会の会員お宿「初谷温泉」(佐久市)や恋人の聖地で日本一の白樺林の「八千穂高原自然園」(佐久穂町)などを堪能しながら、ご当地グルメ(安養寺ラーメン、駒月みそかつ丼、信州サーモン丼、さくほーめん等)と日本画壇を代表する平山作品鑑賞で、心ほっこりプレミアムな秋をお過ごしいただけます。

また、開催期間中、平山郁夫の絵画作品と平山夫妻が40年にわたり収集したシルクロードの美術品を展示している平山郁夫シルクロード美術館(北杜市)等から平山作品が集まります。なお、同美術館では、「シルクロードの饗宴～葡萄とワインの文化をめぐって～」(6月28～11月11日)を開催しています。

## 26 特別展『山下八右衛門家秘蔵資料 —このまちと400年・薬種商が遺した須坂—』

山下家は、須坂藩の館町の形成にとって中核部分となる十字路の一角・中町に位置し、古くから薬種商として活躍するとともに、江戸時代末期には藩御用達商人として献金を行うなど、須坂藩を支えた豪商でした。初代から現在にいたるまでの薬種商関係資料をはじめとして、須坂藩との関わりを示す資料や、風聞等の江戸情報などが1170点を越す資料群として豊富に遺されています。400年前から須坂の中心に連綿と続く商家の営みと、江戸の人々の息づかいを感じられる展示です

**1 日 時** 7月20日(土)～9月16日(月・祝) 9時～17時

月曜及び祝日の翌日は休館

**2 会 場** 須坂市立博物館 1階 特別展示室

**3 入場料** 高校生以上300円(20名以上は2割引)、小・中学生 無料

### 4 内 容

▼山下家所蔵の江戸期の文書と、調剤道具・薬種原料など貴重な江戸資料約150点展示  
▼大塩平八郎の乱や浅間山大噴火の様子、田沼意次風刺画など、江戸の世情・息づかいが伝わる資料をご紹介します

▼江戸の医学書や須坂藩との関係を示す資料なども多数公開

▼江戸の漢詩人・柏木如亭が信州蕎麦を大絶賛した「蕎麦の歌」の軸は必見です

▼関連イベント

(1) ギャラリートーク

学芸員が展示内容を解説します。期間中隔週木曜日、午後2時から

(2) 山下さんに聞いてみたい!

所蔵者の現当主・第12代山下八右衛門・山下徹さんが資料について語ります。

7月21日(日)、8月11日(日)、9月15日(日) 午後2時から

(3) 記念講演リレートーク『山下家の文書から須坂をみる』

市誌編さん事業に伴い、日々文書を研究しておられる専門員の先生方が資料をわかりやすく解説します。

8月25日(日) 午後1時30分から3時30分

(4) “ソバはやっぱり信濃でしょ!” 如亭先生の「詩本草」から実践体験・手打ち蕎麦を味わおう

9月8日(日) 午前9時から



**5 主 催** 須坂市・須坂市教育委員会

**6 アクセス** [お車で] 上信越自動車道 須坂長野東ICから約10分  
※博物館前に60台ほど収容できる駐車場があります

[列車で] JR長野駅より長野電鉄特急15分、須坂駅下車タクシー5分

### 7 お問い合わせ先

須坂市立博物館

(住 所) 〒382-0028 長野県須坂市臥竜二丁目4番1号

(電 話) 026-245-0407 (FAX) 026-214-5548

(URL) <http://www.city.suzaka.nagano.jp/enjoy/shisetsu/hakubutsukan/>

(E-mail) [s-hakubutsukan@city.suzaka.nagano.jp](mailto:s-hakubutsukan@city.suzaka.nagano.jp)

## 27 企画展「小林紀晴写真展 山人の記憶 kemonomichi/yabu」

小林紀晴（こばやしきせい）の故郷・諏訪地域の美術館では初となる写真展。郷土出身の気鋭の写真家の現在をご紹介いたします。奇祭としてその名を全国に知られる御柱祭や御頭祭、伝承行事の姿が独自に表現された作品群をお楽しみいただけます。

また、ワークショップによって地域の歴史と魅力を再発見する試みをしています。地域住民はもちろん、観光客の方々にとっても、諏訪地域の歴史や信仰、魅力について理解を深めていただく機会となることでしょう。

1 日時 9月16日（月・祝）まで 9時～17時

2 会場 八ヶ岳美術館（原村歴史民俗資料館）

3 入場料 一般500円、小中学生250円

4 内容 【写真展】

- ① 「kemonomichi」 カラー、モノクロ約50点
- ② 「yabu」 モノクロ約20点 合計約70点を展示

【関連企画】

▼トークイベント「諏訪を撮ること」

出演：小林紀晴・高木こずえ

日時：8月4日（日）14：00～

参加無料（入館料別途）

【小林紀晴プロフィール】長野県茅野市出身。1997年「DAY ASIA」で日本写真協会新人賞受賞。雑誌、広告写真等に携わる一方、小説筆耕も行うなど写真と文章による活動は多岐にわたる。

【高木こずえプロフィール】長野県生まれ。2006年キャノン写真新世紀グランプリ、EPSON Color ImagingContest準グランプリ受賞。2009年VOCA展府中市美術館賞受賞。2010年写真集「MID」「GROUND」（ともに赤々舎）で第35回木村伊兵衛写真賞を受賞。近年は活動拠点を東京から長野に移し、作品制作を行っている。

▼ワークショップ「私が見つけた宝物」

撮影した写真を紀晴さんに講評してもらいます。

日時：8月11日（日）14：00～

定員：20名（要申し込み）

対象：小学校高学年～一般

参加費：大人800円、小中学生300円（入館料を含む）

参加方法：電話またはメールでお申込みください。

▼こどもと祖父母のための撮影ワークショップ

日時：9月7日（土）13：30～

定員：10組（要申し込み）

参加費：ひと組2,000円（入館料を含む）

5 主催 八ヶ岳美術館（原村歴史民俗資料館）、原村、原村教育委員会

6 アクセス 【お車で】 JR茅野駅よりタクシー約25分、バス約60分、またはJR富士見駅より

【列車で】 中央自動車道諏訪南I.C. から約10分

7 お問い合わせ先

八ヶ岳美術館（原村歴史民俗資料館）

（住所） 〒391-0115 長野県諏訪郡原村17217-1611

（電話） 0266-74-2701 （FAX） 0266-74-2701

（URL） <http://www.lcv.ne.jp/~yatsubil/>

（E-mail） [yatsubil@po19.lcv.ne.jp](mailto:yatsubil@po19.lcv.ne.jp)



(c)Kobayashi Kisei



(c)Kobayashi Kisei

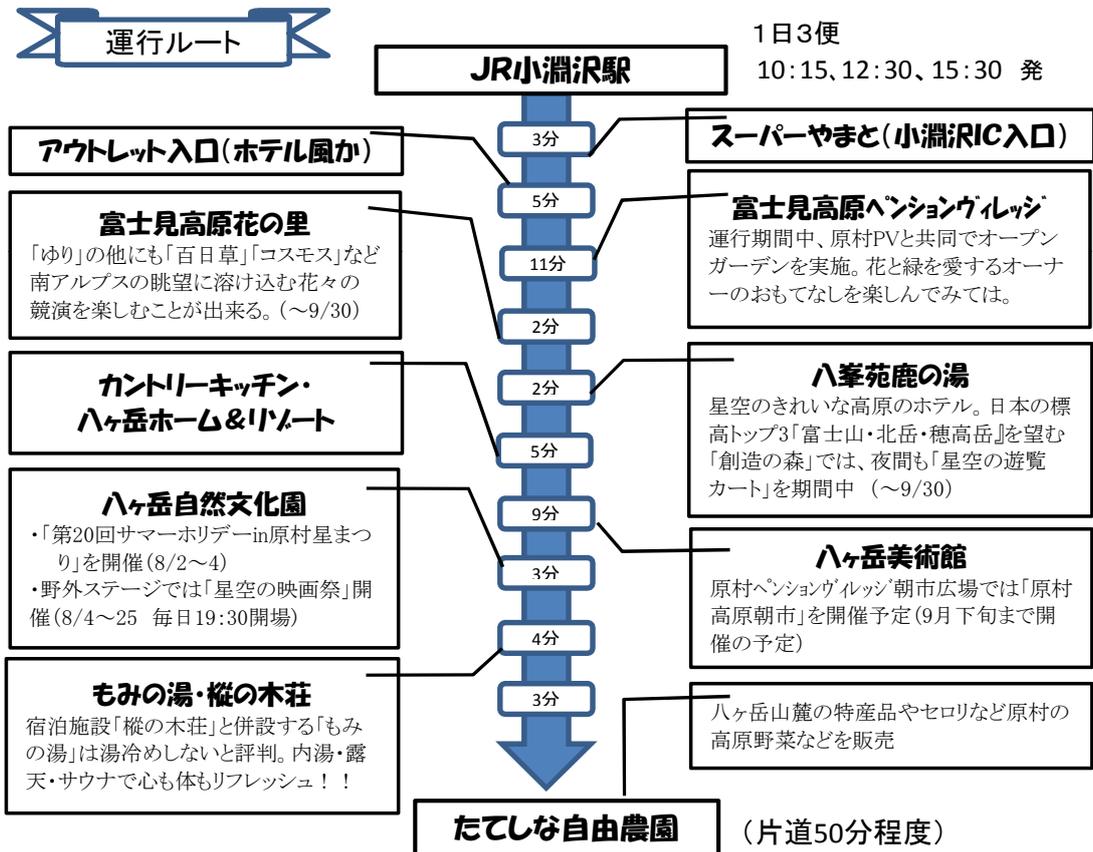
## JR小淵沢駅～富士見高原～原村中央高原 28 今年も『鉢巻周遊リゾートバス』を運行します！

今年も「鉢巻周遊リゾートバス」を運行します。

JR中央線「小淵沢駅」から「富士見高原」を經由し「原村たてしな自由農園」まで鉢巻道路と呼ばれる八ヶ岳のふもとのルートを実行する季節限定のバスです。

リゾートバスは、夏季期間中、八ヶ岳南西麓エリアの高原を涼しい風に乗って「食」「泊」「楽」を満喫できるスポットを周遊します。是非、ご利用下さい！！

- 1 運行期間 7月20日（土）～8月25日（日） 毎日3往復
- 2 運行区間 JR小淵沢駅～富士見高原～原村たてしな自由農園間（11停留所）
- 3 料金 最低300円から（最大600円）、1日フリーパス：1,200円
- 4 内容



- 5 主催 八ヶ岳観光圏推進協議会
- 6 アクセス [列車で] JR「小淵沢駅」駅前バス乗り場を発着します。
- 7 お問い合わせ先

富士見町役場 産業課  
 (住所) 〒399-0292 諏訪郡富士見町落合10777  
 (電話) 0266-62-9228 (FAX) 0266-62-4481  
 (URL) <http://www.town.fujimi.lg.jp/>  
 (E-mail) [miyoshi-yoshiki@town.fujimi.lg.jp](mailto:miyoshi-yoshiki@town.fujimi.lg.jp)

## 29 松代象山地下壕見学体験

長野市松代町には、太平洋戦争末期に旧軍部が本土決戦の最後の拠点として大本営、仮皇居、政府機関などを移す目的で極秘に建設された「松代大本営地下壕跡」があります。昭和19年11月に工事が始まり、全体の7割ほどが完成したところで終戦（昭和20年8月）を迎えたため、工事が中止となった未完の地下壕です。

総延長約10kmにも及ぶ巨大な地下壕のほんの一部ではありますが、研究者の説明を聞きながら、日本の歴史と戦争について理解を深めてみてはいかがでしょうか。

**1 日 時** 10月まで 午前9時～午後4時 ※第3火曜休み

(見学体験：1時間30分程度)

**2 会 場** 長野市松代町西条479-11

**3 参加費** 500円 (資料冊子付き)

**4 内 容** ▼申込先 7日前までに、松代観光推進機構または松代大本営研究者の土屋氏へお電話してください。  
なお、土屋氏の都合によりご希望に副えない場合がありますので、予めご了承ください。

【松代観光推進機構】Tel.026-278-3366

【松代大本営研究者】Tel.090-5408-0900 (土屋氏)

▼人 数 5～30人

▼内 容 象山地下壕隣（およりなして）に集合し、土屋研究者の説明を聞きながら地下壕内部を見学します。

▼持ち物・服装 筆記用具、歩きやすい靴

**5 主 催** (公財) ながの観光コンベンションビューロー

**6 アクセス** [お車で] 上信越道 長野ICから約10分  
代官町 (象山東) 駐車場あり (無料)

[列車で] JR長野駅 善光寺口から路線バス「松代高校行き」にて約30分  
「松代八十二銀行前」下車、徒歩15分

### 7 お問い合わせ先

松代観光推進機構

(住 所) 〒381-1231 長野市松代伊勢町577

(電 話) 026-278-3366

(URL) <http://www.matsushiro-year.jp/>



## 信州田舎暮らし情報

### 信州駒ヶ根 I ターンセミナー&相談会

駒ヶ根の地ビールと地酒を飲みながら・・・語りましょう！

- ▼ 日 時 : 8月23日(金) 17時30分～20時30分
- ▼ 会 場 : ふるさと回帰支援センター (JR有楽町駅前 東京交通会館6階)
  - ・個別相談会 17:30～18:30
- ▼ 内 容 : 移住全般、就農、お住い、就職情報、土地情報など様々なご相談に応じます。
  - ・セミナー 18:45～20:30
  - 駒ヶ根市紹介、移住者を囲んでの座談会
- ▼ 定 員 : 定員25名 (参加無料)
- ▼ 申込期限 : 8月20日(火)
- ▼ 問 合 せ : 駒ヶ根市商工観光課交流促進室 Tel0265-96-7724 (直通)  
E-mail : syoukan@city.komagane.nagano.jp

### 移住体験ツアー

信州佐久地域で田舎暮らしを体験しませんか？

今回は、八ヶ岳と千曲川の農村風景が広がる自然豊かな地域と立科山麓と新幹線・上信越道沿線の地域、2つのコースを設定しました。

#### ①小海町・南相木村・ジバ共和国(佐久穂町)コース

- ▼ 期 間 : 8月2日(金)、3日(土) 集合:長野県佐久合同庁舎
- ▼ 締 切 り : 7月22日(月) 午前11時
- ▼ 宿 泊 : 松原湖ペンション

#### ②佐久市・立科町コース

- ▼ 期 間 : 8月10日(土)、11日(日) 集合:長野県佐久合同庁舎
- ▼ 締 切 り : 7月31日(水) 午前11時
- ▼ 宿 泊 : 春日温泉もちづき荘
  - ・先輩移住者との交流会
- ▼ 内 容 : 空家、住宅見学
  - ・農業体験 など
- ▼ 参 加 費 : 10,000円(宿泊、食事、体験料金、保険料含む)  
※集合場所までの往復交通費は各自負担でお願いします。
- ▼ 問 合 せ : 長野県佐久地方事務所 商工観光課 Tel0267-63-3157 fax0267-63-3115  
E-mail : sakuchi-shokan@pref.nagano.lg.jp