

新型コロナウイルスの影響により、イベントが中止・延期となる場合や施設が休業となる場合がありますので、お出掛け前にあらかじめご確認ください。



©長野県アルクマ
長野県PRキャラクター
「アルクマ」

南信州イベント情報 令和3年9月～10月



イベント名	期日	場所	主な内容	問い合わせ先
ヘブンスそのはら 夏営業 (阿智村)	7月17日(土)～ 9月26日(日)	ヘブンスそのはら	暑い夏は涼しい高原へ！富士見台高原の山頂には360°の大パノラマが広がり、「日本百名山」の二十三座が臨めます。 ◆中央道園原ICから車5分 ◆中央道飯田山本ICから車20分	 ヘブンスそのはら 0265-44-2311
大山田神社 秋の例祭 (下條村)	10月10日(日) ※予定	大山田神社	大山田神社は下伊那に二つしかない式内社で国指定の重要文化財。神社に300年ほど前から伝わるギョウド獅子舞は、拝殿での奇妙な面をつけた神主「へエオイ」と獅子の掛け合いが有名で、別名「蛇踊り」とも言われます。県下では珍しい舞の一つです。 ◆三遠南信道天龍峡IC、JR天竜峡駅から車25分	 下條村振興課 経済係 0260-27-2311
道の駅「蔵」 収穫祭 (阿南町)	10月9日(土)～ 11日(月) ※予定	新野千石平 道の駅「蔵」	新味噌樽出しの美味しい味噌汁をサービスいたします。レストランでは松茸など『秋の味覚限定メニュー』をご用意しています。 ◆三遠南信道天龍峡ICから車45分 ※内容は変更となる場合がございます。	道の駅 蔵 0260-24-2339
天空の樂園 雲海Harbor (阿智村)	10月9日(土)～ 11月7日(日)	ヘブンスそのはら	“星空が明けたら雲海に出会えた”雲海率約62.2%星が瞬く静寂の夜から、一筋の閃光により朝へと移り変わる神々しい瞬間を体験してください。10月には山々の紅葉、11月には南アルプスの冠雪に出会えます。 ※山頂の朝は平均気温5℃以下です。防寒対策を！ ■料金(ゴンドラ往復乗車料、展望台リフト・ペアリフト料) 大人3,500円 小中学生1,700円 幼児無料 ■チケット販売 オンラインにてご予約 ◆中央道園原ICから車5分、中央道飯田山本ICから車20分	ヘブンスそのはら 0265-44-2311 阿智☆昼神観光局 0265-43-3001
高嶺山 パラグライダー (平谷村)	開催中～ 11月下旬	高嶺山	標高1,574m、車で行ける高嶺山の山頂は360°のパノラマが楽しめます。高嶺山は南信最大級のパラグライダーのフライトエリアです。ベテランインストラクターの操縦でゆったりと遊覧飛行を楽しむタンデムコース(2人乗り、親子で3人乗りも)は未経験者でも安心。フライトに自力でチャレンジする体験コースやライセンス取得コースも。 ※料金等の詳細は右欄の問合せ先まで。 ◆中央道園原IC、中央道飯田山本ICから車30分	JMB中部パラグライダースクール 0265-48-2458
天竜川 ラフティング ランナバウト (飯田市)	開催中～ 10月末まで	リバースペース (飯田市龍江 2500-1)	ラフティングを長く、思いっきり楽しみたいという方におすすめ！人気の定番コース「飯田ロングコース13km」は国内最長級！全行程3時間。約2時間のツアー中には、激しいラフティングのみならず、川へ飛び込んだり、流れの緩やかな所ではプカプカ浮いて遊んでもよし！南信州の夏を満喫できます！最少催行人数:3名様 ■料金:ロングコース(約13K) 大人 9,000円 子供 7,000円 (税別) ハーフコース(約6.5K) 大人 6,500円 子供 5,000円 (税別) 【午前ロングコース限定オプション「焼肉BBQランチ」】 お一人様:1,600円(税別) 要事前予約 ※食品持ち込みはご遠慮いただいております。飲み物の持ち込みは可能です。 ※事前予約制 右記までお問い合わせください。 ◆中央道飯田ICから車20分 ◆三遠南信道天竜峡ICから車5分	(有)ランナバウト 0265-28-5901

イベント名	期日	場所	主な内容	問い合わせ先
ヘブンスそのはら 秋営業 (阿智村)	10月9日(土)～ 11月23日(火)	ヘブンスそのはら	富士見台高原の三段紅葉を眼下に、 秋の空中散歩をお楽しみください。 ※ナイトツアー営業期間 10月9日(土)～11月23日(火) ◆料金(ロープウェイ・リフト券): 大人3,100円 小中学生1,500円 ◆中央道園原ICから車5分、飯田山本ICから車20分	 ヘブンスそのはら 0265-44-2311
入登山神社 秋の例祭 (下條村)	10月17日(日)	入登山神社	標高777mにあることからスポーツや遊戯、受験などの勝ち運を得るために多くの方が参拝に訪れます。タレントの峰竜太さんもこの神社で結婚式を行いました。天狗の下駄飛ばしなど多数のイベントも開催されますので、皆様のお越しをお待ちしております。 ◆三遠南信道天竜峡IC、JR天竜峡駅から車30分	下條村振興課 経済係 0260-27-2311
大鹿歌舞伎 秋の定期公演 (大鹿村)	10月17日(日) 12:00～	市場神社	300年以上もの間伝承され、村内では春と秋に定期公演が上演されています。独特の語りと廻り舞台により場内は、昔からの素朴な雰囲気になります。演者と一体になった長閑な歌舞伎をお楽しみください。 重要無形民俗文化財。 	大鹿村教育委員会 0265-39-2100
無観客／ライブ生配信(ケーブルテレビ・YouTube) ※入場はできません。				
南信州天龍峡 マルシェ (飯田市)	10月24日(日)	天龍峡一帯	天龍峡の遊歩道や公園で地元を中心とした農産物、加工品、飲食を含む「てんと市」と、内外のクラフト作家の皆さんによる「くらふと市」を、天龍峡の遊歩道や公園にて開催します。当日はアトラクションやワークショップなど様々な催しを行います。(予定) ■駐車場から会場まで無料のシャトルバスを運行します。 ◆三遠南信道天龍峡ICから車1分 ◆JR飯田線天竜峡駅下車 徒歩3分	天龍峡観光案内所 0265-27-2946
第65回風越登山 マラソン大会 (飯田市)	10月24日(日)	今宮球場～ 風越山	目指せ飯田の山の神！！ ※申込締切:9月24日(金) 【登山マラソンの部】 12.4km. 8.7km. 4.9km. 【みんなで走ろうの部】 3.8km 3.3km. ※参加費・注意事項はチラシ、ホームページ等でご確認ください。 https://www.city.iida.lg.jp/site/sports/tozan.html ◆JR飯田線飯田駅下車徒歩15分 ◆中央道飯田ICから車15分	 風越登山マラソン 大会事務局 0265-21-3001
天空の楽園 日本一の星空 ナイトツアー (阿智村)	【通常営業】 4月17日(土)～ 3月26日(土) 【除外期間】 5月23日(日)～ 7月9日(金) 9月26日(日)～ 10月8日(金) 11月24日(水)～ 12月23日(木) 1月11日(火)～ 1月21日(金)	ヘブンスそのはら (阿智村)	ゴンドラに乗って、標高1,400mの「天空の楽園」へ日本一の星空の里で観る満天の星空をお楽しみください。さらにバージョンアップしたナイトツアーにぜひお越しください。(イベント等詳細については右記へお問い合わせください。) ■料金: 大人・高校生2,000円～/小・中学生1,000円～/未就学児無料 ※ 料金はゴンドラ往復乗車料金が含まれます。 ■チケット: ・オンラインチケット(日時指定・事前予約制) ご利用日の2週間前の午前10時より販売 ・天空の楽園 オフィシャルホテル・旅館にご宿泊のお客様 2週間前に限らずチケットのご予約が可能 ◆中央道園原ICから車5分 ◆中央道飯田山本ICから車20分	阿智☆昼神観光局 0265-43-3001 ヘブンスそのはら 0264-44-2311

イベント名	期日	場所	主な内容	問い合わせ先
天竜川 ラフティング アルプス ぼうけん組楽部 (飯田市)	不定休(要予約)	天竜峡ベース (飯田市川路 7674)	日本有数の急流・天竜川をゴムボートに乗って下ります。大きな岩を間近に見ながらボートを漕いだり、高い波に立ち向かったり、飛び込み岩でジャンプに挑んだり、まさに大冒険。ガイドが同乗するので、小さな子どもがいる家族連れでも楽しめます。他にダッキーボート、シャワークライミング(沢歩き)のアクティビティメニューもあります。 ■コース: 半日ツアー・1日ツアー・ファミリーツアー ■料金: ＜ハーフトゥアー半日＞(約13km) 大人(中学生以上) 7,000円 小学生 5,500円 園児 4,500円 ＜ロングツアー1日＞(約16km) 大人(中学生以上) 9,000円 小学生 7,000円 園児 6,000円 ＜ファミリーツアー＞ 大人(中学生以上) 7,000円 小学生 5,500円 園児 4,500円 ※装備一式、ガイド料、消費税を含む ※安全管理費 別途500円 ◆三遠南信道天龍峡ICから車3分 ◆中央道飯田ICから車15分	アルプスぼうけん組 楽部 0265-59-8881
信州飯田 天竜舟下り (飯田市)	3月20日(土)～ 11月30日(火)	天竜舟下り 弁天港	天竜川の早瀬を弁天港～時又港まで約6kmを35分かけて手こぎの和船で下ります。スリルと波しぶきをお楽しみください。 ■弁天港～時又港 ■料金:大人2,800円(税込)、小学生1,400円(税込) 乗船後は着船場より無料シャトルバスを運行しておりますのでご利用ください。要予約。 ◆中央道飯田ICから車20分	信南交通(株) 天竜舟下り 0265-24-3345
天竜舟下り ラフティング部 (飯田市)	4月29日(木)～ 10月31日(日)	天竜舟下り 弁天港	天竜川の大自然の中、水しぶきを浴びながら急流を下る気分爽快のリバーアドベンチャー。 全長13kmのコースを休憩をとりながら2時間ほどかけて下ります。 ■市田港～時又港(要予約) ■料金 大人7,000円 小学生5,500円 別途、保険料500円 ◆中央道飯田ICから車20分	信南交通(株) 天竜舟下り 0265-24-3345
天龍ライン下り (飯田市)	4月1日(木)～ 11月30日(火)	天龍ライン下り	天龍峡から唐笠港まで約50分かけての川下りです。 諏訪湖を水源とする天竜川、流域の中でも随一の名勝地が天龍峡です。天龍ライン下りは、天龍峡十勝をはじめとする山水画のような幽玄な風景が堪能できます。途中ガイドの案内と船頭による投網のショーがあります。春はミツバツツジ、山桜、そして新緑、夏はやまゆり、いわたばこ、秋は大文字草、また水面に映る紅葉が素晴らしい四季折々の景色を満喫できます。癒しのライン下りです。 ■料金:中学生 3,200円(税込)、小学生 1,600円(税込) (要予約) 幼児は大人1人につき1名無料 ◆三遠南信道天龍峡ICから車3分	天龍ライン遊舟 (株) 0265-27-2247
根羽川 溪流釣り解禁 (根羽村)	4月2日(金)～ 9月15日(水)	根羽川全川 (禁漁区を除く)	昨年6月と10月にあまごの稚魚を総計10万尾放流、3月にもあまご成魚を200kg放流予定です。年券4,000円、日釣り券1,000円。 ■つり券販売所: 根羽川漁業協同組合 0265-49-2039 上町松美屋 0265-49-2547 小川タイヤ商会 0265-49-2535	根羽川漁業協同組 合 0265-49-2039 根羽村役場振興課 0265-49-2111
ツリードーム 南信州まつかわ (松川町)	4月～11月	松川町	世界でも前例の少ない、木に吊るしたラグジュアリーテント「ツリードーム南信州まつかわ」は、新しいカタチの宿泊施設です。吊り下げ式、据え置き型2種類のツリードームに加え、新たに「ツリーフロア」が登場(今秋オープン予定) ◆中央道松川ICから車約5分	まつかわ旅の案内 所 0265-36-6320 ※予約に関しては インターネットのみ です。 https://dansuki.jp/ stay/td/



イベント名	期日	場所	主な内容	問い合わせ先
フォレストアドベンチャー まつかわ (松川町)	通年 受付時間 10:00～15:00 (季節により変動あり)	フォレストアドベンチャーまつかわ	樹上10mの大冒険！！専用のハーネスを装着して、森の樹から樹へと空中移動していくフランス発祥のアウトドアパークです。4つのコース、44のアクティビティが楽しめます。スリルと緊張感を味わって最後はジップスライドで爽快に地上に帰還します。申し込みは予約専用電話で080-6936-8632 ■ご利用料金: 小人(小学4年～17歳)2,800円 大人(18歳以上)3,800円 ■所要時間:2時間半～ ◆中央道松川ICから車約5分	フォレストアドベンチャーまつかわ 080-6936-8632
第13代 大鹿さくらの女王 募集 (大鹿村)	募集中～ 令和4年1月31日 (金)		第13代大鹿さくらの女王募集！ 『南アルプス歌舞伎の里』で「さくらの女王」として輝いてみませんか。 ■18歳から30歳までの未婚の女性。 ■上・下伊那郡、飯田市・駒ヶ根市・伊那市に住所を有する方。 ■女王には賞金25万円、参加者全員に参加賞を贈呈します 任期中は、大鹿村内外で大鹿村等のPR活動をして頂きます。	大鹿村産業建設課 商工観光係 0265-39-2001
日本一の星空 浪合パーク (阿智村)	通年	浪合パーク	パーク内には、星空観賞会など各種イベントを行う芝生の広場と、安全・快適に星空撮影、天体観測が出来るプライベートデッキ、また、旧宿木の湯の建物を改修した「浪合オフィス」には、展示会やワークショップを行うホール、より快適に星空観賞を行う為のグッズを揃えた、ショップとレンタルショップがあります。 【開催イベント等】 ■Starry sky guide ～星空観賞会・星見爆笑星座解説～ ■Starry sky photo session ～星景写真講座・撮影会～ ■Starry sky deck ～星空デッキ～ (イベントや料金等詳細については右記へお問い合わせください。) ◆中央道飯田山本ICから車20分 ◆中央道園原ICから車25分	 阿智☆昼神観光局 (浪合オフィス) 0265-48-8555 阿智☆昼神観光局 0265-43-3001
森林セラピー基地 「およりの森」 (松川町)	通年	およりの森	町営の温泉施設「信州まつかわ温泉 清流苑」の近くに広がる「およりの森」は、スギを主体とした森で、信州では新しく認定された森林セラピー基地です。遊歩道はウッドチップ舗装されて歩きやすく、芝生が広がる広場や池などさまざまな風景が楽しめます。清流苑では宿泊もでき、近くにはキャンプ場もあります。 ◆中央道松川ICから車約5分	 まつかわ旅の案内所 0265-36-6320
阿智 セブンスサミット (阿智村)	通年	阿智村内の7つの山	日本百名山の恵那山(2,191m)、大展望の富士見台高原(1,739m)、人気の大川入山(1,907m)など、歴史と文化があふれる阿智村内の7つのピーク(山頂)を制覇して「阿智セブンスサミッター」となり、登頂記念バッジをもらおう！各山頂にある看板とのツーショット写真を撮って、はき木館受付に提示してください。	
富士見台高原 園原の里 エコトレッキング (阿智村)	通年	富士見台高原・園原の里周辺	360°大パノラマの富士見台高原や古代東山道が通り「万葉集」にも詠われた園原の里など、軽いエコトレッキングから本格的なコースまで全6コースがあり、ガイド付(要予約・有料)も可能です。 「いわなの森癒しのコース」は、ヤマトイワナが生息する小川が流れる原生林の中を1周する「森林セラピーロード」として認定のコース(2.3Km 約2時間)で、専用ベンチもあります。お子様からご年配の方までゆっくりと散策を楽しめます。専門の森林セラピーガイド付(要予約・有料)も可能です。 ※料金等詳細は右欄の問い合わせ先まで。 ◆「へブンスそのはら」へ 中央道園原ICから車5分 ◆中央道飯田山本ICから車20分	 東山道・園原 ビジターセンター はき木館 0265-44-2011

令和3年花火イベント情報



行事名	期日	場所	主な内容	問い合わせ先
上清内路 諏訪神社 秋季例祭 (阿智村)	10月6日(水) 19:30～	上清内路 諏訪神社	約270年の歴史を誇る、村民による手作り 花火。危険防止のため入場制限があります。 県無形民俗文化財。 <入場者の範囲は未定> ◆中央道飯田山本ICから車30分	阿智村清内路 振興室 0265-46-2001
下清内路 諏訪神社 建神社 秋季例祭 (阿智村)	10月10日(日) 19:00～	下清内路諏訪神 社・建神社	上清内路と同様、手作り花火の伝統を受け 継ぐものです。入場制限はありませんが、 境内が狭いため、立ち見となります。 県無形民俗文化財。 開催しますが関係者のみの入場になっております。 ◆中央道飯田山本ICから車30分	

※会場では、いずれも交通規制・駐車制限がある場合があります。ご協力ください。



まつたけ観光



場所	期間	特徴	問い合わせ先
まつたけ小屋 梅松苑 (松川町)	9月末～ 10月末	松茸料理の予約開始は8月下旬～ 食事 梅コースお一人様10,000円(税別) 松コース(松茸贅沢三昧)お一人様15,000円(税別)【要予約】 ◆中央道松川ICから車20分	まつたけ小屋梅松苑 0265-36-7100

花 情 報

種類	予想時期	場所	主な内容	問い合わせ先
コスモス	開花中～ 9月下旬	治部坂高原スキー場 (阿智村)	標高1,200mの花の海 「100万本のコスモスガーデン」で辺り一面に咲くコスモスが楽しめます。 コスモスガーデン営業:開園中 ◆中央道園原IC、中央道飯田山本ICから車25分	 治部坂観光(株) 0265-47-1111
そばの花	9月中旬～	中原地区 (下條村睦沢)	南アルプスをバックに、咲き誇る花は白い絨毯のようで圧巻です。村内の道の駅「信濃路下條 そばの城」で村が誇る美味しいそばや特産品を味わうことができます。 ◆三遠南信道天龍峡ICから車10分	下條村振興課 0260-27-2311
	9月中旬～ 下旬	下栗地区 (飯田市)	「日本のチロル」として名高い秘境 下栗の里。9月、南アルプスの山々を背景に、急傾斜の畑が白いそばの花で彩られます。散策の後は、集落の最上部にある「はんば亭」で、そばや伝統野菜の二度芋、こんにゃくなど地元食材の郷土料理が味わえます。 ◆中央道飯田ICから車80分	飯田市上村自治振興センター 0260-36-2211 はんば亭 0260-36-1005
ヒガンバナ (彼岸花)	9月中旬～ 下旬	嶺岳寺 (松川町)	境内で約3万株の彼岸花が咲き競う様子は、赤いじゅうたんのようです。ここには、珍しい白色の彼岸花も咲き訪れるお客様を癒してくれます。 ◆中央道松川ICから車15分 ■駐車場:福与保育園 (送迎の時間8:45～9:00、15:45～16:00の駐車はご遠慮ください)	嶺岳寺 0265-36-3572 まつかわ旅の案内所 0265-36-6320
	9月中旬	JR中井侍駅周辺 (天龍村)	県最南端の秘境駅「中井侍駅」沿線の茶畑の周辺には、約2,000本の彼岸花が咲き競います。	天龍村地域振興課 商工観光係 0260-32-1023
ダリア	9月下旬～ 10月下旬 ※右欄の問い合わせ先まで、ご連絡ください。	豊丘ダリア園 (豊丘村)	まるで違う花に見えてしまうほど、ダリアにはたくさんの品種があります。色も形も様々なダリアを見に来ませんか。色とりどりに咲くダリアを鑑賞するだけでなく、お土産などに切り取り体験もあります。 ■ダリア園維持協力金:200円 切り取り体験:10本100円 ◆中央道松川ICから車約20分	豊丘村観光協会 0265-49-3395

キャンプ場情報

場所	期間	主な内容	問い合わせ先
山の寺キャンプ場 (高森町)	オープン中～ 11月末まで	高森町の名刹「隣政寺」の少し上、標高900mの静かな森の中にあります。トイレ、水道あり。その他には何もありません！昔ながらの自然に抱かれたキャンプを無料で楽しめます。事前に使用願いを提出してください。 ◆中央道松川ICから車10分	高森町産業課 0265-35-9405
和知野川キャンプ場 (天龍村)	オープン中～ 3月31日(木) ※年末年始を除く	豊かな緑と澄んだ川の流れるキャンプ場です。 【長野県が実施した河川水質測定ランキング】で常に上位にランクされる、透きとおった清流が自慢です。 春は近くの味覚小屋前に桜並木が出現し、夏場は思いっきり川遊びが楽しめます。また、夜には満天の星空が広がります。 ■利用料金 ログハウス利用料 ※予約必要 ・平日と日曜日 1棟1泊 5,000円 ・土曜日と祝日の前日 1棟1泊 8,000円 ・ゴールデンウィークとお盆期間中 1棟1泊 8,000円 フリーサイトキャンプ場 テント1張1泊 1,000円 ◆中央道飯田山本ICから車40分	天龍村地域振興課 商工観光係 0260-32-1023
大河内森林公園 オートキャンプ場 (天龍村)	オープン中～ 10月31日(日)	標高約900mの位置にある針葉樹に囲まれた静かな公園。オートキャンプ場やテント広場で思い思いのアウトドアが楽しめます。 ■利用料金:オートキャンプ場(1区画)2,000円(予約必要)、 テント広場(1張り) 1,000円(予約必要)	
親水公園 オートキャンプ場 (下條村)	4月1日～ 10月末 (要予約)	南アルプスの頂きを彼方に眺め、吹き抜ける風が心地よく、隣接する清流「南の沢」の音色がやさしいキャンプ場です。マレットゴルフ場や遊具もあり、家族で楽しめます。 ■宿泊料 1サイト1泊2,000円 (GW・7/19～8/30・土曜祝祭前日は3,000円) ※デイキャンプは宿泊の半額	下條村振興課 0260-27-2311
松川高原キャンプ場 (松川町)	オープン中～ 11月中旬(予定)	中央アルプス山麓、静かな森に囲まれた美しい湖「池の平」湖畔のキャンプ場です。 ■テント一張り 一泊 2,000円 施設:炊事場 トイレ ◆中央道松川ICから車7分	さんさんファーム 0265-36-6608
銀河もみじキャンプ場 (阿智村)	オープン中	国道153号沿いにあるキャンプ場。マレットゴルフや釣り堀も楽しめます。予約受け付け中です。 定休日等詳細は右記へお問い合わせください。 ◆中央道山本ICから車30分、園原ICから車25分	銀河もみじキャンプ場 0265-48-6058 0265-47-2777(休日連絡先)
ふるさと村自然園 せいなの森キャンプ場 (阿智村)	オープン中	木曾の妻籠宿と昼神温泉を結ぶ国道256号沿いにあるキャンプ場です。オートキャンプ場の他に大人気のテントサウナがあり、仕事や人間関係・コロナ禍などで疲れたココロやカラダを森の中でリフレッシュしていきましょう。 ◆中央道山本ICから車30分、園原ICから車26分	せいなの森キャンプ場 0265-46-2525
うるぎ星の森 オートキャンプ場 (売木村)	オープン中～ 11月下旬	標高1,200mのキャンプ場。全国屈指の四つ星。アウトドア誌で西日本第四位に選ばれました。「いつ行っても飽きません」との声をいただきます。 ■利用料金:フリーサイト3,200円 個別サイト4,800円～ キャビン(小)11,300円～ キャビン(大)22,500円～	うるぎ星の森オートキャンプ場 0260-28-2455

場所	期間	主な内容	問い合わせ先
二軒屋キャンプ場 (泰阜村)	オープン中 ※ただし、新型コロナウイルス感染対策により当面の間、 <u>県外者の利用はご遠慮願います。</u>	天竜奥三河国定公園万古(まんご)渓谷の入口にある、万古川キャンプサイト。平成27年に東屋を新築しました。 携帯電話も繋がらない、俗世間からかけ離れた自然いっぱいの渓谷でリフレッシュしてください。  ■トイレは協力金として100円をお願いしています。 ■飲料水と食料はご持参ください。 ■利用の予約無し！キャンプサイト使用料無料！利用者の皆さまの善意で環境を維持しています。ご利用にあたってはゴミの持ち帰りにご協力下さい。 ◆三遠南信道千代ICから車40分	泰阜村振興課 0260-26-2111 (予約不要、ご自由にどうぞ)
矢筈公園キャンプ場 (喬木村)	オープン中	ダム湖に面したキャンプ場。直火もOK。ペットもOK。トイレや炊事場も完備しています。予約不要。 ※堆積土砂除去工事のため、11/30(火)まで河川敷内立入禁止 ◆中央道松川IC、飯田ICから車約60分、座光寺スマートICから車約40分	喬木村生活環境課 0265-33-5127
二瀬キャンプ場 (阿南町)	4月10日(土)～ 11月28日(日)	和知野川の溪流に面し、川遊びが楽しめます。 ■バンガロー5,000円 テントサイト1,000～2,000円 ◆三遠南信道天龍峡ICから車30分	阿南町振興課 0260-22-4055
池の島キャンプ場 (阿南町)	4月10日(土)～ 11月28日(日)	和知野川上流の清流で川遊びが楽しめます。 ■バンガロー5,000円 テントサイト2,000円 ◆三遠南信道天龍峡ICから車30分	
野田平キャンプ場 (豊丘村)	4月29日(木)～ 10月下旬(予定) (要予約)	野田平(のたのひら)キャンプ場は森と清流に囲まれた大自然の中にあります。旧分校校舎を利用した宿泊棟からは懐かしさと暖かさを感じる事ができます。ご家族でも友達同士でも楽しめるネイチャーランドです。※完全予約制です。 ◆中央道松川ICから車約45分	株式会社メディア ウォーズ 070-1837-1001
大池キャンプ場 (大鹿村)	4月下旬～ 10月下旬	標高1,500mの大池高原は、自然と遊べる楽しさいっぱいの別天地。正面に見える中央アルプスと伊那山脈の大パノラマは圧巻です。 ■大人400円※中学生以上 子供200円 	大鹿村産業建設課 0265-39-2001
鳥ヶ池キャンプ場 (大鹿村)	4月下旬～ 10月下旬	標高1,700mの鳥ヶ池キャンプ場は、全線舗装の鳥倉林道から鳥ヶ池林道へ入って5分。自然林に囲まれた静かな環境にあります。 ■大人400円※中学生以上 子供200円	

※キャンプ場等をご利用の際は、クマに十分ご注意ください。

【参考】クマ注意喚起

<http://svcms.pref.nagano.lg.jp/cms8341/minamichi/minamichi-shokan/kannai/soshiki/documents/kuma.pdf>

果樹・野菜オーナー募集情報

品目(品種)	募集内容	問い合わせ先
りんごの木 オーナー募集	(豊丘村)【豊丘村では毎年りんごの木オーナーを募集しています。】 長野県は、青森県に次ぐ全国第2位のりんごの産地として全国的にも有名です。りんごの栽培は県内全域で行われ、特に豊丘村のりんごは品質がよいことで知られており、大阪市場でもブランドとして高値で取引されています。そんな豊丘村の美味しいりんごの木オーナーになってみませんか！ ○陽光 収穫時期:10月下旬 ○ふじ 収穫時期:11月下旬(募集終了) ○シナノスイート 収穫時期:10月中旬 ○シナノゴールド 収穫時期:10月下旬 <イベント>開園式:5月GW中に名札付け、お楽しみ抽選会等イベントがあります。 ※収穫祭は品種ごとに行います。 ※締め切り3月末日(りんごの木に余裕があれば随時受付) ※新型コロナウイルスの感染拡大状況によって変更や中止になる場合があります。	豊丘村観光協会 0265-49-3395

※詳細はお問い合わせ下さい。

観光農園情報

品目(品種)	開園時期	品目(品種)の特徴	問い合わせ先
ブルーベリー狩り	開催中～ 9月中旬予定	<p>(飯田市) 国定公園天竜峡近くの田園風景があるブルーベリー観光農園</p> <p>■開園時間:8:30～17:00 (15時まで入園・受付)</p> <p>■料金: ブルーベリー狩り、お土産付 園内食べ放題30分間</p> <ul style="list-style-type: none"> ・小学生以上 1,000円 ・4、5才 500円/3才以下無料 ・ウォッシュレット付トイレ18基有 ※アップルパイ作り(別料金)も可 <p>◆中央道飯田ICから車で5分</p> 	三和観光農園 (飯田市北方) 0265-25-4729
桃狩り	7月下旬～	<p>(松川町)</p> <p>■料金:1時間1,500円(大人)/1,000円(小学生)</p> <p>※予定。料金は変更になる場合がございます。 (※もぎ取って食べられなかった分はお買い上げください)</p> 	詳しくはdansuki.jp (松川町観光サイト) をご覧ください。
プルーン狩り	7月下旬～	<p>(松川町) 7月下旬～8月上旬までの品種:オパール、アーリーリバー 8月下旬～9月中旬までの品種:パープル・アイ、ベイラーなど</p> <p>■料金 【30分】大人 800円～1,200円～ (時期、品種によって異なります。) 3歳以上 400円～600円～ 3歳未満 無料</p>	
とうもろこし狩り	8月上旬～	<p>(平谷村)生でも食べられる甘いとうもろこしです。 畑で獲れたてをその場でたべられます。</p> <p>◆中央道飯田山本ICから車30分</p>	ひまわりの湯 0265-48-2911
りんご狩り	8月中旬～ 11月下旬	<p>(飯田市) 8月中旬頃から早生種の「さんさ」、「つがる」の収穫が始まり、9月には「千秋」、「ジョナゴールド」等の中生種、甘さで人気の「シナノスイート」や黒光りした「秋映」が収穫されます。10月に入ると晩生種の「王林」、りんご界の王様「ふじ」と品種がリレーされ、11月下旬頃まで収穫が続きます。</p>	<p>まちなかインフォメーションセンター 0265-22-4851</p> <p>天龍峡りんご狩り組合 0265-27-3322</p>
	8月中旬～ 12月中旬	<p>(松川町) 8月中旬頃より「さんさ」「つがる」の収穫が始まり、9月下旬から10月下旬には「シナノスイート」「秋映」「シナノゴールド」や「紅玉」「陽光」「ジョナゴールド」など糖度の高い濃厚な味わいが特徴のりんごの収穫ができ、りんごの王様「王林」「ふじ」と続きます。松川町にはりんご狩りができる農園が数多くあります。</p>	詳しくはdansuki.jp (松川町観光サイト) をご覧ください。
	9月上旬～ 11月下旬	<p>(阿南町)「つがる」から始まり、「王林」、「ふじ」が終る11月中旬までりんご狩りを楽しむ事ができます。詳しくはお問い合わせください。</p>	新野高原りんごクラブ 0260-24-2544
	11月上旬～ 11月下旬 (予定)	<p>(喬木村)食べ放題で、中学生以上500円、小学生200円、園児以下は無料(予定)です。お持ち帰りや贈答用のりんごにも対応しております。 時間は午前9時から午後4時までです。詳しくはお問い合わせください。</p>	たかぎ農村交流研修センター 0265-33-3999

品目(品種)	開園時期	品目(品種)の特徴	問い合わせ先
ぶどう狩り	9月上旬～ 10月中旬 (予定)	(松川町)南信州で近年人気のぶどう狩りをお楽しみください。 <ul style="list-style-type: none"> ■シャインマスカット 種がなく皮ごと食べられます 9月上旬～10月上旬 1房狩り1,400円～ ■巨峰 たっぷりの果汁と強い甘みが特徴のぶどうの王様 1房狩り600円～ ■ピオーネ 甘くて果汁があり大玉の種無しぶどう。粒がしっかりしていて 食べごたえがあります。9月上旬～10月中旬 1房狩り 800円～ ◆中央道松川ICから車5分 	詳しくはdansuki.jp (松川町観光サイト)をご覧ください。
なし狩り	8月下旬～	(飯田市) 南信州の主力品種、赤梨の「幸水」は8月下旬から収穫が予想されています。9月には青梨の「二十世紀」、9月中旬以降は赤梨の「豊水」及び当地域で育成された赤梨「南水」が収穫時期を迎えます。	まちなかインフォメーションセンター 0265-22-4851
	8月下旬～ 11月上旬	(松川町) 8月下旬から「幸水」が始まり、その後「二十世紀」や「豊水」、南信州を代表する「赤梨(南水)」の収穫が始まり梨狩りを楽しめます。松川町には梨狩りができる農園が数多くあります。 10月には、洋梨の「ラ・フランス」、11月には「ル・レクチェ」の販売が始まります。 (販売のみ)	詳しくはdansuki.jp (松川町観光サイト)をご覧ください。

※収穫時期は、天候等により変動があります。お出掛け前にお問い合わせ下さい。

フォトコンテスト情報

イベント名	期日	場所	主な内容	問い合わせ先
第24回 熊谷元一写真賞 コンクール (阿智村)	募集中～ 10月7日(木)	阿智村内	<p>新型コロナウイルス感染症の拡大で、会いたいけれど会えない、行きたいけれど行けないといったもどかしさを、ほとんどの人が感じているのではないのでしょうか。</p> <p>この時期だからこそ、あらためて「ふれあい」ということの大切さを捉えてほしいと思います。</p> <p>たとえば、遠くのおじいちゃんおばあちゃんとのふれあい、いつもとは違って見える風景、延期になったイベント、大好きなペットとのちょっと違った関係、元気だけど、もどかしい子供たちの表情、などなど。</p> <p>温かみのある写真を撮り続けた熊谷元一さんの仕事にも通じる、あなたの「ふれあい」のワンシーンをぜひお送りください。 (熊谷元一写真賞コンクール審査員)</p>	<p>熊谷元一写真童画館 0265-43-4422</p> <p>阿智村協働活動推進課 0265-43-2220</p>
2021喬木村 フォトコンテスト (喬木村)	募集中～ 12月10日(金)	喬木村内	<p>喬木村内の田園風景、夕焼け、式の行事、花、暮らしなどを題材とした風景写真を募集しています。</p> <p>【募集するテーマ】① 新たな魅力発見「四季の風景」 ② 日々の営み「暮らし」</p> <p>【募集作品について】1人各3点以内・未発表のもの・村内で撮影されたもの</p> <p>【サイズ】4ツ切および4ツ切ワイド</p> <p>※詳細は右記情報統計係へお問い合わせください。</p> <p>Instagramでも受け付けてます！喬木村公式アカウント (@takagi_kousiki)をフォローして「#喬木村フォトコン2021」をつけて投稿してください！</p>	<p>喬木村総務課情報統計係 0265-33-3666</p> 



安心安全で楽しい旅を

信州版 新たな旅のすゝめ

この度は 信州を旅の目的地に選んでいただきありがとうございます。

長野県では、すべての人に信州で気持ちよく過ごしていただくために、Withコロナのもとでの旅行で気をつけていただきたいこと、困ったときの相談先を「新たな旅のすゝめ」にまとめました。

感染防止の3つの基本

①人と人との距離の確保

- 人と人との間はできるだけ2m（最低1m）あけよう
- おしゃべりするときはできるだけ真正面を避けよう



②マスクの着用

- 人と会話する時はマスクの着用を徹底しよう
- 周りに人がいたら 電話やおしゃべりするときもマスクを



③こまめな手洗い・手指消毒

- 手洗いは 30秒かけて水とハンドソープでいねいに
- 消毒用アルコールを使った手指の消毒も効果的



旅マエ - 準備は入念に！ -

- 旅行前の2週間は感染リスクの高い行動※を控え
体温や行動歴（時間や場所）をメモしておこう
※飲酒を伴う懇親会、大人数や長時間に及ぶ飲食、マスクなしでの会話 など
- 旅先の感染症対策の情報をあらかじめ調べておこう
- 体調が悪くなったときの対応を事前に考えておこう
- 旅行出発日含め、10日前までの間に発熱や風邪症状があるようなら出かけるのはやめよう

旅ナカ - 楽しみつつ感染予防！ -

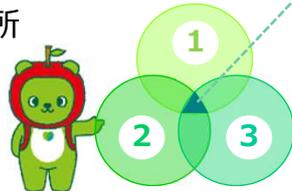
- おみやげ選びのときなどで 物にさわるのは必要最低限にしよう
- 混雑を避け、列に並ぶときは 前の人と距離をとろう
- お店や施設が行っている 感染防止対策をよく聞いて 協力しよう
- お店や施設に入るときだけでなく、出るときも 手洗い・手指消毒しよう
- 旅先の写真といっしょに 行動歴（時間や場所）をメモしておこう

三密の回避

外出時は「**密**」を避けよう

- ①換気の悪い **密**閉空間
- ②みんなが集まる **密**集場所
- ③近くで話す **密**接場面

三密は集団感染のリスクが高くなります



- お役立ちサイト -



長野県公式観光サイト
Go NAGANO



信州版 新たな旅の
すゝめ サイト



県 新型コロナウイルス
感染症対策 総合サイト

旅アト - フォローまでしっかりと -

- 帰ってから2週間程度は健康チェックを続けよう

旅行者が感染防止対策を実施している証になるカードです
裏面にチェックして本紙から切り取り 旅にご持参ください

(キリトリ)

信州版 新たな旅のすゝめ

安心旅人 宣言カード

長野県



長野県PRキャラクター「アルクマ」
©長野県アルクマ

もし 旅行中に風邪等の症状が現れたら

旅行中、風邪等の症状が現れた場合で、新型コロナウイルス感染症ではないかとの不安をお持ちの場合は医療機関を受診する前に、滞在先の市町村を管轄する「受診・相談センター（保健所）」にご相談いただくか居住地の相談窓口や かかりつけの医療機関にご相談ください。

☆ 旅行の途中で、誰かが体調不良になった場合は、旅行を中止する勇気も必要です！

少なくとも、以下のいずれかに当てはまる場合は、すぐにご相談ください。

- 息苦しさ（呼吸困難）、強いだるさ（倦怠感）、高熱等の強い症状のいずれかがある場合
- 重症化しやすい方※で、発熱や咳などの比較的軽い風邪の症状がある場合
※高齢者、糖尿病・心不全・呼吸器疾患等の基礎疾患がある方、透析を受けている方、免疫抑制剤や抗がん剤などを用いている方
- 上記以外の方で発熱や咳など比較的軽い風邪の症状が続く場合
- 上記の症状に当てはまらない軽微な症状のみでも、妊娠中の方、味覚障害・嗅覚障害のある方などはご相談ください。

受診・相談センター（24時間対応） ※最寄りの医療機関を紹介しますので、所在地を確認してからご相談ください。

窓口名	管轄（滞在地）	電話番号
佐久保健福祉事務所	小諸市、佐久市、小海町、佐久穂町、川上村、南牧村、南相木村、北相木村、軽井沢町、御代田町、立科町	0267-63-3178
上田保健福祉事務所	上田市、東御市、長和町、青木村	0268-25-7178
諏訪保健福祉事務所	岡谷市、諏訪市、茅野市、下諏訪町、富士見町、原村	0266-57-2930
伊那保健福祉事務所	伊那市、駒ヶ根市、辰野町、箕輪町、飯島町、南箕輪村、中川村、宮田村	0265-76-6822
飯田保健福祉事務所	飯田市、松川町、高森町、阿南町、阿智村、平谷村、根羽村、下條村、売木村、天龍村、 やまおか 泰阜村、たかき 喬木村、豊丘村、大鹿村	0265-53-0435
木曽保健福祉事務所	上松町、南木曽町、木曽町、木祖村、王滝村、大桑村	0264-25-2227
松本保健福祉事務所	塩尻市、安曇野市、麻績村、生坂村、山形村、朝日村、筑北村	0263-40-1939
大町保健福祉事務所	大町市、池田町、松川村、白馬村、小谷村	0261-23-6560
長野保健福祉事務所	須坂市、千曲市、坂城町、小布施町、高山村、信濃町、飯綱町、小川村	026-225-9305
北信保健福祉事務所	中野市、飯山市、山ノ内町、木島平村、野沢温泉村、栄村	0269-67-0249
長野市保健所	長野市	平日（8：30～17：15） 026-226-9964 休日・夜間（17：15～8：30） 026-226-4911
松本市保健所	松本市	0263-47-5670

新型コロナウイルス接触確認アプリ

新型コロナウイルス接触確認アプリ（略称：COCOA）は DR用QRコード
陽性確定者と接触した可能性について
通知を受け取ることができる厚労省のアプリです

これにより、検査や受診など保健所のサポートを
早く受けることができます

旅行中は多くの方と接触しますので、ぜひご利用ください

（キリトリ）



iPhone用

Android用

わたしは「信州版 新たな旅のすゝめ」をふまえ
旅行を楽しみつつ、以下の感染防止策を実施します

- 人と会話をする時はマスクをします
- 手洗い・手指消毒をこまめに行います
- 旅行の同行者以外の方と一定の距離を保ちます
- 事業者が実施する感染防止対策に協力します

全ての項目を実践してチェック！旅先でも安心を！

県内事業者の感染防止対策について

長野県では

- ・事業者自ら適切な感染防止策を宣言する
「新型コロナ対策推進宣言の店」
- ・推進宣言の店のアップグレードとして
感染対策を行っているお店の認証制度
「信州の安心なお店」

※本制度対象業種は宿泊業や飲食店等に限定されて
おります。詳細は公式HPをご確認ください。

を実施していますので
お店探しの参考にしてください



皆さまのお越しを
心よりお待ちしております

長野県PRキャラクター「アルクマ」

©長野県 アルクマ

発行／長野県 観光部

長野市大字南長野字幅下692-2