

令和6年度都市農村交流活動の実施計画調べ

市町村名	名 称	時 期	形態 (日帰り・○)	内 容	対象者	対象者 居住地	実施主体	問い合わせ先 (機関名、電話番号)	関連する HPアドレス
佐久市	りんごオーナー	5月～11月	日帰り	りんごの花摘み、実摘み、名入れ、葉摘み、収穫	個人・家族	首都圏、 中京、県 内	佐久平りんご生産組合、 臼田地域りんご樹オー ナー制度委員会	佐久市 農政課 0267-62-3203 佐久市 臼田支所 0267-82- 3111	https://www.city.saku.nagano.jp/machizukuri/nogyo/kurashi/nogyotaiken/ringo_owner/index.html
佐久市	佐久クラインガルテン望月	通年	宿泊	滞在型市民農園	個人、 家族	県外	佐久市	佐久市 望月支所 0267-53-3111	https://www.city.saku.nagano.jp/machizukuri/nogyo/kurashi/noug
軽井沢町	蕎麦づくり体験プログラム	7月～10月	日帰り	畑を耕すところから始め、種まき、収穫、そば打ちまで体験できるプログラム。	一般	全国	軽井沢町農産物等直売 施設 軽井沢発地市庭	軽井沢町農産物等直売施設 軽井沢発地市庭 0267-45-0037	http://karuizawa.hotchi-ichiba.com
軽井沢町	軽井沢で収穫体験	7月～9月	日帰り	地元の農家に教わりながら、発地市庭近くの畑で収穫体験を行う。	一般	全国	軽井沢町農産物等直売 施設 軽井沢発地市庭	軽井沢町農産物等直売施設 軽井沢発地市庭 0267-45-0037	http://karuizawa.hotchi-ichiba.com
御代田町	野沢菜・大根収穫体験	11月	日帰り	野沢菜、大根の収穫	個人・家族	県内	御代田町浅間クラブ	事務局：御代田町産業経済課農政 係0267-32-3113	https://www.town.miyota.nagano.jp/
御代田町	信州みよたクラインガルテン大 星の杜・面替	通年	滞在	滞在型市民農園を利用した農作業及び農村体験	個人・家族	全国	御代田町	御代田町産業経済課農政係0267- 32-3113	https://www.town.miyota.nagano.jp/
御代田町	信州みよたクラインガルテン大 星の杜・面替	通年	日帰り・滞在	交流施設を利用した交流会等の開催	個人・家族	全国	御代田町	御代田町産業経済課農政係0267- 32-3113	https://www.town.miyota.nagano.jp/
御代田町	縄文体験	通年	日帰り	土器・土偶・勾玉・古代ビーズ作り、アンギン織り	個人・家族・ 団体	全国	浅間縄文ミュージアム	エコールみよた博物館係0267-32- 8922	http://w2.avis.ne.jp/~jomon/
立科町	農業等体験学習	通年	日帰り	各種収穫、調理、耕作等の体験をしてもらう	小・中・ 高・その 他等	首都圏・ 県内	立科町	立科町役場産業振興課農林係 0267-88-8408（直通）	https://www.town.tateshina.nagano.jp
立科町	立科町クラインガルテン	通年	日帰り	滞在型市民農園	個人、 家族	県外	立科町	立科町役場産業振興課農林係 0267-88-8408（直通）	https://www.town.tateshina.nagano.jp
立科町	漁業体験	6月～8月	日帰り	イワナ、ニジマス漁業体験	個人、 家族	県外	立科町、（有）マスセン ター	立科町役場産業振興課農林係 0267-88-8411（直通） 有限会社陣内マスセンター 0267-56-1085	https://www.town.tateshina.nagano.jp
立科町	りんご収穫ツアー	11月	日帰り	りんご収穫	個人、 家族	県外	白樺高原アップルランド	「リゾートペンション る・ぐらん」 0267-55-6275	https://legrand-megamiko.com/
立科町	農村体験	5月～10月	日帰り	各農家分散農業体験及び農村体験（ほっとステイ）	その他	首都圏	まちづくり協議会ユーユー たてしな	まちづくり協議会ユーユーたてしな 0267-56-1004	https://uut.jp

市町村名	名 称	時 期	形態 (日帰り・○)	内 容	対象者	対象者 居住地	実施主体	問い合わせ先 (機関名、電話番号)	関連する HPアドレス
佐久穂町	森林体験	7月	1泊	林業体験、散策、魚つかみ	小中学生	東京都 府中市	東京府中ロータリークラブ	佐久穂町役場産業振興課林務係	
上田市	ぶどう植栽作業体験	4月	日帰り	ワイン用加工ぶどう苗の植栽作業体験	一般	全国	(株)ラ・ヴィーニュ 陣場台地研究委員会	陣場台地研究委員会事務局 (丸子自治センター産業観光課) 0268-42-1037	http://www.city.ueda.nagano.jp/
上田市	ぶどう除葉作業体験	6月、7月	日帰り	ワイン用加工ぶどうの除葉作業体験	一般	全国	(株)ラ・ヴィーニュ 陣場台地研究委員会	陣場台地研究委員会事務局 (丸子自治センター産業観光課) 0268-42-1038	http://www.city.ueda.nagano.jp/
上田市	ぶどう収穫作業体験	9月、10月	日帰り	ワイン用加工ぶどうの収穫作業体験	一般	全国	(株)ラ・ヴィーニュ 陣場台地研究委員会	陣場台地研究委員会事務局 (丸子自治センター産業観光課) 0268-42-1039	http://www.city.ueda.nagano.jp/
上田市	食の加工体験	通年	日帰り	そば・おやき・パンの加工体験	一般	全国	ゆきむら夢工房	ゆきむら夢工房 0268-72-2204	https://www.city.ueda.nagano.jp/soshiki/ssanavo/2828.html
上田市	さなだの郷 野沢菜まつり	11月下旬	日帰り	野沢菜の収穫・直売	一般	市内・県 内	野沢菜まつり実行委員会	上田市真田産業観光課 0268-72-4330	なし
上田市	ブルーベリー摘み取り体験	7月～8月	日帰り	ブルーベリーの収穫	一般	市内・県 内・県外	真田特産果樹研究会	上田市真田産業観光課 0268-72-4330	https://www.city.ueda.nagano.jp/soshiki/ssanavo/1310.html
上田市	真田の郷新そばまつり	11月上旬	日帰り	新そばの提供	一般	市内・県 内・県外	ゆきむら夢工房	ゆきむら夢工房 0268-72-2204	https://www.city.ueda.nagano.jp/soshiki/ssanavo/2828.html
上田市	自然体験環境教育事業	通年	日帰り	里山体験、クラフト作り	一般	全国	やまぼうし自然学校	やまぼうし自然学校 0268-74-2735	https://www.yamaboushi.org/
上田市	自然体験環境教育事業	通年	日帰り	スローフード(味噌作り体験)	一般	全国	やまぼうし自然学校	やまぼうし自然学校 0268-74-2735	https://www.yamaboushi.org/
東御市	農業体験学習	5月～10月	3泊4日	野菜・果樹管理、田植え、稲刈り等	一般	首都圏	(株)信州東御振興公社	大田区休養村とうぶ 0268-63-0261	https://recreationvillage-tobu.com/
東御市	グリーンツーリズム	通年	日帰り・宿泊	期間中、来訪者に、収穫体験・食体験・工芸体験・自然体験を体験してもらう。	一般	全国	(一社)信州とうみ観光協会	(一社)信州とうみ観光協会 0268-62-7701	https://tomikan.jp/tomigreentourism/
東御市	果物摘み取り体験	9月以降	日帰り	りんご狩り・ブドウ狩り	一般	全国	市内各観光農園	(一社)信州とうみ観光協会 0268-62-7701	https://tomikan.jp/tomigreentourism/
青木村	伊奈学園体験学習	4/17～19	2泊3日	義民太鼓、そば打ち、おやき作り体験	中学生	埼玉県	青木村	青木村役場 商工観光移住課 0268-49-0111(代)	http://www.vill.aoki.nagano.jp/
青木村	体験学習	通年	日帰り	そば打ち、おやき作り体験	小・中・高・その他	全国	ふるさと体験館	道の駅あおき 0268-49-0333	https://michinoeki-aoki.eek.jp/
青木村	リンゴの木オーナー制度	10～11月	日帰り	果樹管理、収穫体験	個人・家族	首都圏・ 県外	青木村	青木村役場 建設農林課 0268-49-0111(代)	http://www.vill.aoki.nagano.jp/
青木村	信州昆虫資料館体験学習	5月～9月	日帰り	トレッキング・自然観察等	小・中・高・その他	全国	信州昆虫資料館	信州昆虫資料館 0268-37-3988	http://www.vill.aoki.nagano.jp/
青木村	青木村宿泊体験	8月	1泊2日	義民太鼓、収穫体験等	家族	首都圏・ 県外	株式会社ウニクス	青木村役場 商工観光移住課 0268-49-0111(代)	http://www.vill.aoki.nagano.jp/
下諏訪町	りんご狩り	9月～10月	宿泊	宿泊施設の宿泊者向けにりんご狩りを案内し体験してもらう	一般	全国	下諏訪温泉旅館組合	下諏訪観光案内所 0266-28-2331	

市町村名	名 称	時 期	形態 (日帰り・○)	内 容	対象者	対象者 居住地	実施主体	問い合わせ先 (機関名、電話番号)	関連する HPアドレス
伊那市	農家民泊	4月～2月	1泊2日	宿泊体験、農業体験など	小、中、高	東京都・県内・海外	伊那市観光協会	伊那市観光協会 0265-96-8100	https://inashi-kankoukyoukai.jp/
伊那市	アスパラ狩り	4月～5月	日帰り	アスパラの圃場で収穫体験をしてもらう 所定の袋に詰め放題	一般	日本全国・海外	はびろ農業公園 みはらしファーム	公園事務所 0265-74-1807	https://miharashi-farm.com
伊那市	ブルーベリー狩り	7月～8月	日帰り	ブルーベリー狩り体験をしてもらう 1時間食べ放題	一般	日本全国・海外	はびろ農業公園 みはらしファーム	公園事務所 0265-74-1807	https://miharashi-farm.com
伊那市	スイートコーン狩り	7月～8月	日帰り	スイートコーンの圃場で収穫体験をしてもらう。5本700円	一般	日本全国・海外	はびろ農業公園 みはらしファーム	公園事務所 0265-74-1807	https://miharashi-farm.com
伊那市	りんご狩り	9月～11月	日帰り	りんごの収穫体験をってもらう。採ったりんごは量り売り。入園料1人200円	一般	日本全国・海外	はびろ農業公園 みはらしファーム	公園事務所 0265-74-1807	https://miharashi-farm.com
伊那市	ぶどう狩り	9月～10月	日帰り	ぶどうの収穫体験（1時間）をしてもらう 大粒1房、中粒食べ放題	一般	日本全国・海外	はびろ農業公園 みはらしファーム	公園事務所 0265-74-1807	https://miharashi-farm.com
伊那市	いちご狩り	1月～5月	日帰り	3種類のいちご狩り体験をしてもらう 50分間食べ放題	一般	日本全国・海外	はびろ農業公園 みはらしファーム	公園事務所 0265-74-1807	https://miharashi-farm.com
伊那市	手作り体験	通年	日帰り	そば打ち体験、おやき作り体験、草木染め体験など地元ならではの体験をしてもらう	一般	日本全国・海外	はびろ農業公園 みはらしファーム	公園事務所 0265-74-1807	https://miharashi-farm.com
駒ヶ根市	郷土料理/農作業/工芸体験/季節の行事他	通年一部 季節限定		そば打ち、おやき、五平餅、花巻寿司、竹とんぼ、餅つき等	家族、その他、小、中	都市住民、近隣市町村	駒ヶ根ふるさとの家	駒ヶ根ふるさとの家 0265-82-8391	
駒ヶ根市	郷土料理/農作業/工芸体験/季節の行事他	通年一部 季節限定	日帰り	まゆクラフト体験、染物体験等	家族、その他、小、中	都市住民、近隣市町村	駒ヶ根シルクミュージアム	駒ヶ根シルクミュージアム 0265-82-8381	
駒ヶ根市	山野草寄せ植え講座	5月～11月	日帰り	外部講師による山野草寄せ植え体験・交流	その他	都市住民、近隣市町村	森と水のアウトドア体験広場	駒ヶ根市商工観光課 0265-83-2111	
駒ヶ根市	山野草園ボランティア作業	5月～10月	日帰り	「花の庭」の整備作業ならびに茶会での交流	その他	都市住民、近隣市町村	森と水のアウトドア体験広場	駒ヶ根市商工観光課 0265-83-2111	
駒ヶ根市	駒ヶ根高原自然体験（各学校企画）	7月～8月	1泊2日	駒ヶ根高原自然体験（各学校企画）	各種学校	全国・市内近隣市町村	駒ヶ根キャンプセンター	駒ヶ根キャンプセンター 0265-83-9013	
辰野町	そば作り・おやき作り	通年	日帰り又は宿泊	そば又はおやき作りの体験（事前予約制）	一般	全国	かやぶきの館	かやぶきの館 0266-44-8888	https://kayabukinoyakata.jp/
辰野町	りんごオーナー制度	4月～11月	日帰り	辰野町りんごの樹オーナー運営協議会員の農家からりんごを選んでオーナーとなり、収穫まで体験	一般	全国	辰野町	辰野町役場産業振興課 0266-41-1111	https://www.town.tatsumo.lg.jp/gyosei/shigoto_sangyo/noringyo/noqvo/1787.html
辰野町	クラインガルデン	通年	宿泊	希望者が年間契約して利用	一般	全国	かやぶきの館	かやぶきの館 0266-44-8888	https://kayabukinoyakata.jp/
箕輪町	果樹オーナー（りんご）	7月	日帰り	開園祭、札付け	個人、家族	全国	J A 上伊那北部営農センター	J A 上伊那箕輪町支所 0265-79-0636	
箕輪町	果樹オーナー（りんご）	11月	日帰り	収穫祭、収穫作業	個人、家族	全国	J A 上伊那北部営農センター	J A 上伊那箕輪町支所 0265-79-0636	
箕輪町	果樹オーナー（梨）	5月	日帰り	開園祭、札付け、袋掛け作業	個人、家族	全国	J A 上伊那北部営農センター	J A 上伊那箕輪町支所 0265-79-0636	
箕輪町	果樹オーナー（梨）	9月	日帰り	収穫祭、収穫作業	個人、家族	全国	J A 上伊那北部営農センター	J A 上伊那箕輪町支所 0265-79-0636	

市町村名	名 称	時 期	形態 (日帰り・○)	内 容	対象者	対象者 居住地	実施主体	問い合わせ先 (機関名、電話番号)	関連する HPアドレス
箕輪町	果樹オーナー（ぶどう）	6月	日帰り	開園祭、札付け、摘粒	個人、 家族	全国	J A 上伊那北部営農セ ンター	J A 上伊那箕輪町支所 0265-79-0636	
箕輪町	果樹オーナー（ぶどう）	9月	日帰り	収穫祭、収穫作業	個人、 家族	全国	J A 上伊那北部営農セ ンター	J A 上伊那箕輪町支所 0265-79-0636	
箕輪町	ジャガイモオーナー	4月	日帰り	植付け	個人、 家族	近隣居住 者	北部営農組合	J A 上伊那箕輪町支所 0265-79-0636	
箕輪町	ジャガイモオーナー	7月	日帰り	掘り取り	個人、 家族	近隣居住 者	北部営農組合	J A 上伊那箕輪町支所 0265-79-0636	
飯島町	アグリネーチャーいじま体験	通年	日帰り	農林業体験、ソバ打ち、自然生物体験	一般	個人（家 族）、 小、中、 高、大学 生	関東ほか	アグリネーチャーいじま 0265-86-6072	<a href="https://www.agri-
ijima.jp">https://www.agri- ijima.jp
飯島町	森林の里親促進事業	4月、11月	日帰り	森林整備活動と森の遊び体験	6. その 他	その他	県内	NPO伊那里イーラ	
飯島町	社員研修	4月～11月	宿泊（2泊）	森林整備等の社会貢献活動	6. その 他	その他	首都圏	NPO伊那里イーラ	
飯島町	飯島流ワーケーション	通年	宿泊（1泊）	農業体験	一般	全国	飯島流ワーケーション推進 協議会	飯島流ワーケーション推進協議会 info@ii-workcation	<a href="https://ii-
workcation.com">https://ii- workcation.com
飯島町	農家民泊	通年	宿泊（1泊）	農作業体験・里山保全体験	中、高、 その他	全国、海 外	すみれ自然農園♥食堂	すみれ自然農園♥食堂 0265-86-5312	<a href="https://sumirefarm-
sachi.com">https://sumirefarm- sachi.com
飯島町	楽しい大人の体験【田舎で起 業編】	春～秋	日帰り	第2の人生として、農家レストランなどの始め方について、 実体験に基づいた「大切」なお話をします。	個人	全国	すみれ自然農園♥食堂	すみれ自然農園♥食堂 0265-86-5313	<a href="https://sumirefarm-
sachi.com">https://sumirefarm- sachi.com
飯島町	楽しい大人の体験【半農半X 編】	春～秋	日帰り	将来的に里山デビューを目指す才能・技能をお持ちの方に 農作業のイロハを解説します。	個人	全国	すみれ自然農園♥食堂	すみれ自然農園♥食堂 0265-86-5314	<a href="https://sumirefarm-
sachi.com">https://sumirefarm- sachi.com
飯島町	楽しい大人の体験【不便益 編】	春・秋	日帰り	利便性を追求する都会の生活を少し離れて、ちょっと不便 な手間暇ライフを体験します。	個人	全国	すみれ自然農園♥食堂	すみれ自然農園♥食堂 0265-86-5315	<a href="https://sumirefarm-
sachi.com">https://sumirefarm- sachi.com
飯島町	楽しい大人の体験【カップル編】	春～秋	日帰り	共通の趣味趣味となりうる「畑」の観察を通じて、お金をか けない「自給菜園」の作り方や「虫」や「獣」について解説し ます。	個人	全国	すみれ自然農園♥食堂	すみれ自然農園♥食堂 0265-86-5316	<a href="https://sumirefarm-
sachi.com">https://sumirefarm- sachi.com
飯島町	楽しい大人の体験【里山農法 編】	春～秋	日帰り	緑の山々で発揮されている自然の営みを尊重し、森林の 生態系を畑で活かして、農作物を育てる基本的なことを体 験します。	個人	全国	すみれ自然農園♥食堂	すみれ自然農園♥食堂 0265-86-5317	<a href="https://sumirefarm-
sachi.com">https://sumirefarm- sachi.com
飯島町	楽しい大人の体験【ポタニカル アート編】	春～秋	日帰り	里山と畑を散策し、ポタニカルアートの題材を見つけける体 験です。	個人	全国	すみれ自然農園♥食堂	すみれ自然農園♥食堂 0265-86-5318	<a href="https://sumirefarm-
sachi.com">https://sumirefarm- sachi.com
飯島町	楽しい大人の体験【青空料理 編】	夏・秋	日帰り	都会にはないロケーションで、青空を仰ぎながら大地の恵み を味わう至福の時を過ごします。	個人	全国	すみれ自然農園♥食堂	すみれ自然農園♥食堂 0265-86-5319	<a href="https://sumirefarm-
sachi.com">https://sumirefarm- sachi.com
飯島町	楽しい大人の体験【ぬか甕体 験編】	春・秋	日帰り	体験では、簡単な野良仕事の後に、「本物」のぬか甕を 使った農家の食事作りをします。	個人	全国	すみれ自然農園♥食堂	すみれ自然農園♥食堂 0265-86-5320	<a href="https://sumirefarm-
sachi.com">https://sumirefarm- sachi.com

市町村名	名 称	時 期	形態 (日帰り・○)	内 容	対象者	対象者 居住地	実施主体	問い合わせ先 (機関名、電話番号)	関連する HPアドレス
飯島町	楽しい大人の体験【薪ストーブ編】	秋	日帰り	暮れゆく秋に薪作りと薪集めなどのコツをお教えます。	個人	全国	すみれ自然農園♥食堂	すみれ自然農園♥食堂 0265-86-5321	https://sumirefarm-sachi.com
飯島町	楽しい大人の体験【クロモジ編】	春～秋	日帰り	体験では、クロモジのお茶や甘味を楽しみ、その香りを堪能します。	個人	全国	すみれ自然農園♥食堂	すみれ自然農園♥食堂 0265-86-5322	https://sumirefarm-sachi.com
飯島町	楽しい大人の体験【風を感じる“飯島農楽部【夏草編】】	6月～9月	日帰り	田舎生活に向けて、体力試しをしたい人、じっくりと自然観察をしたい人のための「体汗コース」です。	個人	全国	すみれ自然農園♥食堂	すみれ自然農園♥食堂 0265-86-5323	https://sumirefarm-sachi.com
飯島町	楽しい大人の体験【風を感じる“飯島農楽部【農閑期編】】	11月～1月	日帰り	街中ではできない「もみ殻燻炭作り」と過ぎ行く秋と木枯らしを感じながら「焼芋」をお楽しみ下さい。	個人	全国	すみれ自然農園♥食堂	すみれ自然農園♥食堂 0265-86-5324	https://sumirefarm-sachi.com
飯島町	楽しい大人の体験【風を感じる“飯島農楽部【入門編】】	4月～11月	日帰り	有機農業で「就農」したいという気持ちが、芽生えた人のための入門用の体験コースです。	個人	全国	すみれ自然農園♥食堂	すみれ自然農園♥食堂 0265-86-5325	https://sumirefarm-sachi.com
飯島町	楽しい大人の体験【風を感じる“飯島農楽部【初級編】】	春～秋	日帰り	入門編を経て「新規就農」への気持ちが大きくなった人のための体験コースです。	個人	全国	すみれ自然農園♥食堂	すみれ自然農園♥食堂 0265-86-5326	https://sumirefarm-sachi.com
飯島町	楽しい大人の体験【風を感じる“飯島農楽部【中級編】】	6月～11月	日帰り	初級編を経て「新規就農」へ向けた準備をしたい人のための体験コースです。	個人	全国	すみれ自然農園♥食堂	すみれ自然農園♥食堂 0265-86-5327	https://sumirefarm-sachi.com
飯島町	楽しい大人の体験【風を感じる“飯島農楽部【上級編】】	4月～11月	日帰り	中級編を経て「新規就農」への気持ちが固まった人のための体験コースです。	個人	全国	すみれ自然農園♥食堂	すみれ自然農園♥食堂 0265-86-5328	https://sumirefarm-sachi.com
飯島町	教育ファーム【「畑」の自然観察会】	春～秋	日帰り	生きもの、作物からのメッセージを発見する観察会です。	家族	全国	すみれ自然農園♥食堂	すみれ自然農園♥食堂 0265-86-5329	https://sumirefarm-sachi.com
飯島町	教育ファーム【山里散策】	春～秋	日帰り	山里の小さな素敵な場所に御案内します。	家族	全国	すみれ自然農園♥食堂	すみれ自然農園♥食堂 0265-86-5330	https://sumirefarm-sachi.com
飯島町	教育ファーム【この「草」な～に？】	春・秋	日帰り	春と秋の季節のよい時期に畑で取っていい雑草、残っている野草について解説します。	家族	全国	すみれ自然農園♥食堂	すみれ自然農園♥食堂 0265-86-5331	https://sumirefarm-sachi.com
飯島町	教育ファーム【「空」の観察会】	春・秋	日帰り	春と秋の季節のよい時期に大地にごろりと寝転んで、空を仰ぎながら天を観察します。	家族	全国	すみれ自然農園♥食堂	すみれ自然農園♥食堂 0265-86-5332	https://sumirefarm-sachi.com
飯島町	収穫体験	8月～10月	日帰り	ミニトマト、ピーマン、ナス、さつまいも、里芋、ヤーコンなど季節のお野菜の収穫ができます。	家族	全国	じゃらん遊び体験	リクルート	飯島町（上伊那郡）の農業体験ランキングTOP1 - じゃらん.net (jalan.net)
松川町	農業体験旅行	5月～10月	1泊2日	農業体験ホームステイ	中・高	全国	(株) 南信州観光公社	(株) 南信州観光公社 0265-28-1747	https://www.mstb.jp
松川町	ワーキングホリデー（フルーツ援農隊）	通年	1泊2日～2泊3日	農業体験・交流	一般	全国	松川町	松川町農村観光交流センターみらい	https://www.town.matsukawa.lg.jp/
松川町	くだもの狩り	4月～12月	日帰り～	なし、りんご、さくらんぼ狩り	一般	全国	信州まつかわくだもの観光協会	観光まちづくりセンター 0265-36-6320	https://dansuki.jp/
松川町	ツリドーム南信州まつかわ	3月～12月	1泊2日～2泊3日	グランピング	一般	全国	松川町	南信州まつかわ観光まちづくりセンター 0265-36-6320	https://dansuki.jp/
松川町	フォレストアドベンチャー松川	通年	日帰り～	フォレストアドベンチャー体験	一般	全国	松川町	松川町 フォレストアドベンチャー松川 080-6936-8632（予約専用）	https://fa-matsukawa.foret-aventure.jp/

市町村名	名 称	時 期	形態 (日帰り・○)	内 容	対象者	対象者 居住地	実施主体	問い合わせ先 (機関名、電話番号)	関連する HPアドレス
松川町	森林セラピー	通年	日帰り～	森林セラピー体験	一般	全国	松川町	松川町信州まつかわ温泉清流苑 0265-36-2000	https://www.seiryuen.jp/
松川町	貸切コテージ&里山あそび基地梅松苑	通年	日帰り～	キャンプ	一般	全国	松川町	信州まつたけ小屋梅松苑 0265-36-7100	www.baishoen.com
高森町	春の猫の手クラブ	4～5月	1泊～連泊	りんご摘花	一般	関東・大阪	営農支援センター	0265-35-3044	https://www.town.naganano-takamori.lg.jp
高森町	秋の猫の手クラブ	10月末～11月末	1泊～連泊	市田柿収穫、りんご収穫	一般	関東・大阪	営農支援センター	0265-35-3044	https://www.town.naganano-takamori.lg.jp
高森町	農業体験ホームステイ	5～10月	1泊	農業体験	中学生・高校生	関東・関西	営農支援センター(実施主体は南信州観光公社)	0265-28-1747	https://www.mstb.jp
高森町	さくらんぼ狩り	5月末～6月末	日帰り	収穫体験	個人・団体	県内・中京圏	高森町観光協会	0265-48-5132	https://www.town.naganano-takamori.lg.jp
高森町	シャインマスカット1房狩り	9月中旬～10月上旬	日帰り	収穫体験	個人・団体	県内・中京圏	高森町観光協会	0265-48-5133	https://www.town.naganano-takamori.lg.jp
高森町	山の寺キャンプ場	通年	日帰り～連泊	地域の暮らし、食文化、里山文化などの体験	個人・家族	全国	高森町	0265-35-3111	https://www.town.naganano-takamori.lg.jp
阿智村	花めぐりバス	4月	日帰り	自然体験全般	一般、個人	中京、関東関西、県内	(株)阿智昼神観光局	0265-43-3001	
阿智村	ブルーベリー狩り	7月	日帰り	自然体験全般	一般、個人	中京、関東関西、県内	(株)阿智昼神観光局	0265-43-3002	
阿智村	梨狩り	9月～11月	日帰り	自然体験全般	一般、個人	中京、関東関西、県内	(株)阿智昼神観光局	0265-43-3003	
阿智村	リンゴ狩り	8月～11月	日帰り	自然体験全般	一般、個人	中京、関東関西、県内	(株)阿智昼神観光局	0265-43-3004	
阿智村	シャインマスカット狩り	9月～10月	日帰り	自然体験全般	一般、個人	中京、関東関西、県内	(株)阿智昼神観光局	0265-43-3005	
阿智村	園原紅葉狩りバス	10月～11月	日帰り	自然体験全般	一般、個人	中京、関東関西、県内	(株)阿智昼神観光局	0265-43-3006	
泰阜村	小城頭開山祭	5月	日帰り	開山祭と安全祈願登山(ウォーキング)後、地元の人と公民館で地区の方の手造りの山菜料理などを囲んで交流会。	一般	全国	泰阜グリーンツーリズム研究会	泰阜グリーンツーリズム研究会	
泰阜村	源助かぶ菜収穫体験	12月	日帰り	源助かぶ菜の収穫、販売	一般	全国	泰阜村 振興課 農村振興係	泰阜村 振興課 農村振興係 0260-26-2111	sinkou@vill.yasuoka.naganano.jp
喬木村	いちご狩り	1月13日～5月6日	日帰り	収穫体験	個人	県内、東海3県	いちご狩り受入農家の会	いちご狩り受入農家 原聡 090-2521-8630	https://www.takagi-nkkc.jp/eat/ichigo/
喬木村	ブルーベリー狩り	6月22日～7月21日	日帰り	収穫体験	個人	中京	大島ブルーベリー観光組合 アグリパーク雨沢	大島 山下庄一080-6649-7868 氏乗 伊藤勝司090-3585-8585	https://www.takagi-nkkc.jp/eat/blueberry/

市町村名	名 称	時 期	形態 (日帰り・○)	内 容	対象者	対象者 居住地	実施主体	問い合わせ先 (機関名、電話番号)	関連する HPアドレス
喬木村	りんご狩り	11月1日～ 11月30日	日帰り	収穫体験	個人	中京	りんご狩り組合	りんご狩り受入農家 吉津英男 090-9010-2354	https://www.takagi-nkkc.jp/eat/ringo/
喬木村	りんごの樹オーナー	4月下旬～ 11月下旬	日帰り	収穫体験	個人	東海、関 西	りんごの樹オーナー 農園受入農家の会	りんごの樹オーナー受け入れ農家 原 一夫090-3333-7105	https://www.takagi-nkkc.jp/eat/ringo-owner/
喬木村	竹の子狩り	4月22日～ 4月30日	日帰り	収穫体験	個人	県内、東 海	たかぎ農村交流研修セン ター	竹の子狩り組合 横前豊090-1866-62192	https://www.takagi-nkkc.jp/eat/takenoko/
喬木村	九輪草	5月11日～ 5月26日	日帰り	自然体験	個人	県内、東 海	くりん草愛好会	くりん草愛好会 森岡かず子 090-1866-0862	https://www.takagi-nkkc.jp/%e8%a6%8b%e3%82%8b%e3%83%bb%e9%81%8a%e3%81%b6/kurinsou/
喬木村	農家ホームステイ	5月～ 2月	1泊2日	農業体験	中・高	関東、関 西	南信州観光公社	南信州観光港公社 長野県飯田市育 良町1丁目2-1 0265-28-1747	
喬木村	さくらんぼ狩り	6月1日～ 6月20日	日帰り	収穫体験	個人	中京	信州フルーツ合衆国 とみつじ農園	合衆国 原 一夫090-3333-7105 とみつじ 田中明文090-3142-8373	https://www.takagi-nkkc.jp/eat/sakuranbo/
喬木村	栗拾い観光	9月中旬～ 10月下旬	日帰り	収穫体験	個人	中京	アグリパーク雨沢	氏乗 伊藤勝司090-3585-8585	https://www.takagi-nkkc.jp/eat/kuri/
豊丘村	野菜狩り	7月～1 2月	日帰り	旬の野菜を袋いっぱい詰め放題。袋は大きさによって料 金が異なります。とれたての野菜を食べられるコンロセットも 貸出あり。	一般	全国	(一社) 豊丘村観光協 会	豊丘村観光協会「とよおか旅時間」 0265-49-3395	https://www.vill-nagano-toyooka-kanko.jp/tourism/experience/6526/
豊丘村	桃狩り	7月上旬 ～8月下 旬	日帰り	桃狩り+食べ放題のセットプラン、桃狩りのみプラン、食べ 放題のみプランの3プランをご用意しています。 桃狩りのみプランは、団体のお客様のみ。食べ放題のみプ ランは個人のお客様のみ。桃狩り+食べ放題セットプランは 団体客様・個人客様どちらも対応可。	一般	全国	(一社) 豊丘村観光協 会	豊丘村観光協会「とよおか旅時間」 0265-49-3395	https://www.vill-nagano-toyooka-kanko.jp/tourism/experience/2942/

市町村名	名 称	時 期	形態 (日帰り・○)	内 容	対象者	対象者 居住地	実施主体	問い合わせ先 (機関名、電話番号)	関連する HPアドレス
豊丘村	竹の子狩り	4月下旬 ～5月上旬	日帰り	旬の竹の子を取り放題。1kg450円で販売。入場料は中学生以上300円です。10kg以上収穫の方は入場料無料。採ってきた竹の子を炭火で焼いて食べられるサービスもあり。	一般	全国	(一社)豊丘村観光協会	豊丘村観光協会「とよおか旅時間」 0265-49-3395	https://www.vill-nagano-toyooka-kanko.jp/tourism/experience/5968/
豊丘村	りんごの木オーナー	9月下旬～ 11月下旬	日帰り	りんごの木まるごと1本のオーナーになれる制度。りんごの木になったりんごがまるまるオーナー様のもの。りんごの管理は園主さんが行ってくれます。品種は「シナノスイート」「シナノゴールド」「陽光」「サンふじ」の4種類。6月に行う名札付けイベントと、りんごの収穫の2回豊丘村に出向いていただきます。	一般	全国	(一社)豊丘村観光協会	豊丘村観光協会「とよおか旅時間」 0265-49-3395	https://www.vill-nagano-toyooka-kanko.jp/genre/owner/
豊丘村	源助かぶ菜収穫体験・切漬け体験	11月下旬 ～1月頃	日帰り	信州伝統野菜の源助かぶ菜を存分に収穫。1kg200円で販売します。収穫期間中には豊丘村のかあちゃんたちが講師になって切漬け体験も行われます。	一般	全国	(一社)豊丘村観光協会	豊丘村観光協会「とよおか旅時間」 0265-49-3395	https://www.vill-nagano-toyooka-kanko.jp/tourism/experience/4856/
豊丘村	サイクリングガイドツアー	通年	日帰り・1泊	電動自転車E-Bikeで村内農園をめぐる、農園で野菜を収穫。収穫した野菜を持ち帰りシェフに手渡せば、絶品コースランチにしてくれます。(絶品コースランチプラン) また、季節のフルーツを収穫して持ち帰り、村内喫茶店に持ち込めば絶品スイーツに。(フルーツスイーツプラン) 夕方からスタートして農園で収穫、絶景サンセットを見ながらナイトBBQをやお酒を楽しむプランもあります。(ナイトツアー1泊プラン) この他、ダートの林道を自転車で走行し、清流や山の中でテイクアウトランチを楽しむプランもあります。(林道アクティビティプラン)	一般	全国	(一社)豊丘村観光協会	豊丘村観光協会「とよおか旅時間」 0265-49-3395	https://www.vill-nagano-toyooka-kanko.jp/genre/guide-tour/
豊丘村	レンタサイクル	通年	日帰り	とよおか旅時間に常設するE-Bikeをはじめとした最新自転車がレンタルできます。ロードバイクやグラベルバイク、シクロクロスバイクなどの自転車もレンタルOK。キッズバイクは2時間で500円と格安です。サイクリングコースも案内できるので爽快に走ることができます。	一般	全国	(一社)豊丘村観光協会	豊丘村観光協会「とよおか旅時間」 0265-49-3395	https://www.vill-nagano-toyooka-kanko.jp/genre/cycling/
大鹿村	ブルーベリーフェア	7月5日～7 月22日	日帰り	村内の飲食店に期間限定商品が登場 ブルーベリー狩り フェアに合わせた自転車ツアー	一般	全国	大鹿村	大鹿村役場 産業建設課 商工観光係 0265-39-2001	http://www.vill.ooshika.nagano.jp/2024/07/02/obbf2024/
南木曽町	夏の南木曽で川遊び!	8月8日	日帰り	南木曽町で溪流魚を捕まえ、自分でさばき、焼いて食べる事を体験する。同時に水を通しての森の大切さを勉強する	一般	愛知県	長久手市平成こども塾 ウディ・クワイ・ナリ	南木曽町役場産業観光課商工観光係 0264-57-2001 (代)	
木曽町 (木曽福島)	木曽おもちゃ美術館 (旧ふるさと体験館きそふくしま)	通年	日帰り	郷土食体験、木工体験、林業体験、自然・歴史体験、工芸品体験、農業体験	小、中、高、個人、家	全国	NPO法人ふるさと交流木曽	特定非営利活動法人ふるさと交流木曽 0264-27-1011	https://kiso-toymuseum.com/
木曽町 (開田高原)	そば打ち体験	4月～11月	日帰り	そば打ち体験	個人	全国	開田高原振興公社	おみやげ・お食事センター そば道楽体験道場 0264-42-3225	http://www.kisoumanosato.or.jp/

市町村名	名 称	時 期	形態 (日帰り・○)	内 容	対象者	対象者 居住地	実施主体	問い合わせ先 (機関名、電話番号)	関連する H P アドレス
木曾町 (開田高 原)	乗馬体験	通年	日帰り	木曾馬の乗馬体験	個人	全国	開田高原振興公社	木曾馬乗馬センター 0264-42-3085	http://www.kisoumanosato.or.jp/
木曾町 (開田高 原)	馬車体験	通年	日帰り	木曾馬の馬車体験	個人	全国	開田高原振興公社	木曾馬乗馬センター 0264-42-3085	http://www.kisoumanosato.or.jp/
松本市	坊主山ラインガルテン	通年	15日～12カ月	滞在型市民農園	一般	全国	四賀むらづくり株式会社 (指定管理者)	四賀むらづくり株式会社(指定管理者) 0263-64-4447	http://kleingarten.jp/
松本市	緑ヶ丘ラインガルテン	通年	24日～12カ月	滞在型市民農園	一般	全国	四賀むらづくり株式会社 (指定管理者)	四賀むらづくり株式会社(指定管理者) 0263-64-4447	http://kleingarten.jp/
松本市	大原ラインガルテン	通年	8カ月～12カ月	滞在型市民農園	一般	全国	ながわ楽農倶楽部管理 組合(指定管理者)	ながわ楽農倶楽部管理組合(指定管 理者)0263-79-2511	https://rakuno-oohara.sakura.ne.jp/
松本市	神谷ラインガルテン	4月～11月	8カ月	滞在型市民農園	一般	全国	ながわ楽農倶楽部管理 組合(指定管理者)	ながわ楽農倶楽部管理組合(指定管 理者)0263-79-2512	https://rakuno-oohara.sakura.ne.jp/
松本市	入山ラインガルテン	4月～11月	8カ月	滞在型市民農園	一般	全国	ながわ楽農倶楽部管理 組合(指定管理者)	ながわ楽農倶楽部管理組合(指定管 理者)0263-79-2513	https://rakuno-oohara.sakura.ne.jp/
松本市	学習旅行サマーキャンプ	7月21日～ 8月23日	3泊4日	山・川・体験 他	小学生	首都圏	長野県学習旅行誘致推 進協議会	長野県学習旅行誘致推進協議会 026-219-5247	https://www.naganoken-gakushuryoko.net/summercamp/plan/norikura/
松本市	学習旅行スノーキャンプ	12月末	2泊3日	山・川・体験 他	小学生	首都圏	長野県学習旅行誘致推 進協議会	長野県学習旅行誘致推進協議会 026-219-5248	
安曇野市	ブルーベリー摘み取り	7月～8月	1泊2日	ブルーベリー農園で摘み取り体験	宿泊客	全国	ほりでーゆー四季の郷	ほりでーゆー四季の郷 0263-73-8500	http://www.holiday-you.co.jp/
安曇野市	サンふじりんご収穫体験	11月	1泊2日	りんご農園でサンふじ収穫	宿泊客	全国	ほりでーゆー四季の郷	ほりでーゆー四季の郷 0263-73-8500	http://www.holiday-you.co.jp/
安曇野市	りんご狩り体験	10月～11 月	宿泊	りんご狩り体験	一般	全国	ファインビュー室山	0263-77-7711	
安曇野市	星を見る会	8月10日	宿泊	ロビーから見える星を専門家に解説して頂きながら観察する	一般	全国	ファインビュー室山	0263-77-7711	
安曇野市	餅つき大会	1月1日	日帰り	安曇野産のもち米を使っておもちを杵と臼で餅つき体験をする	一般	全国	ファインビュー室山	0263-77-7711	
安曇野市	こねこねハウス体験道場そば打ち	常時	日帰り	そば打ち	一般	全国	ビフ穂高	0263-82-0431(こねこね) 0263-81-5656(Vif穂高)	
安曇野市	こねこねハウス体験道場おやき作り	常時	日帰り	おやき作り	一般	全国	ビフ穂高	0263-82-0431(こねこね) 0263-81-5657(Vif穂高)	
安曇野市	V i f 穂高体験室そば打ち	常時	日帰り	そば打ち	一般	全国	ビフ穂高	0263-81-5656	

市町村名	名 称	時 期	形態 (日帰り・○)	内 容	対象者	対象者 居住地	実施主体	問い合わせ先 (機関名、電話番号)	関連する HPアドレス
安曇野市	V i f 穂高体験室おやき作り	常時	日帰り	おやき作り	一般	全国	ビフ穂高	0263-81-5657	
安曇野市	V i f 穂高体験室わさび漬け	常時	日帰り	わさび漬け作り	一般	全国	ビフ穂高	0263-81-5658	
安曇野市	貸農園	4月～12月	日帰り	野菜作り、収穫体験	一般	全国	ビフ穂高	0263-81-5659	
安曇野市	米づくり体験～田植え編～	6月上旬	1泊2日	田植え	一般	全国	全国	安曇野地球宿	https://chikyuyado.com
安曇野市	米づくり体験～田植え編～	6月中旬	1泊2日	田植え	一般	全国	全国	安曇野地球宿	https://chikyuyado.com
安曇野市	米づくり体験～稲刈り編～	9月下旬	1泊2日	稲刈り	一般	全国	全国	安曇野地球宿	https://chikyuyado.com
安曇野市	ブルーベリー収穫体験	7月	日帰り	ブルーベリーの収穫体験	一般	全国	全国	安曇野地球宿	https://chikyuyado.com
安曇野市	WWOOF受入れ	5月中旬～ 7月上旬	長期	各種農作業	WWOOF F登録者	全国・海 外	全国・海外	安曇野地球宿	https://chikyuyado.com
安曇野市	WWOOF受入れ	9月下旬～ 11月上旬	長期	各種農作業	WWOOF F登録者	全国・海 外	全国・海外	安曇野地球宿	https://chikyuyado.com
安曇野市	農家民泊事業受入	5月～10月	1泊2日	各種農作業	中	首都圏、 大阪	首都圏、大阪	安曇野地球宿	https://chikyuyado.com
安曇野市	りんごの木のオーナー	5月～11月	日帰り又は1泊 2日	りんごオーナーの収穫	個人	県内外	安曇野市観光協会	安曇野市観光協会 0263-82-9363	https://azumino-etabi.net/ringo
安曇野市	農家民宿受け入れ	5月～11月	1泊2日	農作業体験・宿泊体験	小・中・ 高・その 他	県外・海 外	安曇野市農家民宿連絡 協議会	安曇野市農家民宿連絡協議会	https://azumino-minsyuku.com/
麻績村	田植え体験	5月	日帰り	松本市の幼稚園児と麻績村の保育園児との農村交流体験イベント	幼稚園 児	松本市・ 麻績村	OMIMO	OMIMO代表 久保田 芳永 090-9664-6725	
麻績村	稲刈り体験	9月	日帰り	松本市の幼稚園児と麻績村の保育園児との農村交流体験イベント	幼稚園 児	松本市・ 麻績村	OMIMO	OMIMO代表 久保田 芳永 090-9664-6725	
麻績村	田植え体験	5月	日帰り	県内大学生との農村交流体験イベント	大学生	県内	西之久保集落協定	西之久保集落協定代表 塚原 宏文 090-8773-5720	
麻績村	稲刈り体験	9月	日帰り	県内大学生との農村交流体験イベント	大学生	県内	西之久保集落協定	西之久保集落協定代表 塚原 宏文 090-8773-5720	
生坂村	農業体験ツアー	5月・7月・9 月	1泊2日	農業体験	一般	首都圏	生坂農業未来創りプロ ジェクト会議	生坂農業未来創りプロジェクト会議事 務局 0263-69-3112	
生坂村	相模女子大学地域協働活動 (夏季)	8月	5泊6日	協働活動（農業体験・意見交換など）	大学生	首都圏	生坂農業未来創りプロ ジェクト会議	生坂農業未来創りプロジェクト会議事 務局 0263-69-3112	
生坂村	相模女子大学地域協働活動 (冬期)	2月	5泊6日	協働活動（農業体験・意見交換など）	大学生	首都圏	生坂農業未来創りプロ ジェクト会議	生坂農業未来創りプロジェクト会議事 務局 0263-69-3112	

市町村名	名 称	時 期	形態 (日帰り・○)	内 容	対象者	対象者 居住地	実施主体	問い合わせ先 (機関名、電話番号)	関連する HPアドレス
山形村	アスパラガス収穫体験	5月～6月	日帰り	栽培農家と交流しながらの収穫体験	一般	全国	山形村観光協会	山形村観光協会 0263-31-6220	http://www.ya-ma-kan.com/
山形村	さくらんぼ収穫・食べ放題体験	6月～7月	日帰り	栽培農家と交流しながらの収穫体験	一般	全国	山形村観光協会	山形村観光協会 0263-31-6220	http://www.ya-ma-kan.com/
山形村	ブルーベリー摘み取り体験	7月～8月	日帰り	栽培農家と交流しながらの収穫体験	一般	家族	山形村観光協会	山形村観光協会 0263-31-6220	http://www.ya-ma-kan.com/
山形村	りんご収穫体験	11月	日帰り	栽培農家と交流しながらの収穫体験	一般	家族	山形村観光協会	山形村観光協会 0263-31-6220	http://www.ya-ma-kan.com/
山形村	野沢菜収穫体験	11月～12月	日帰り	栽培農家と交流しながらの収穫体験	一般	全国	山形村観光協会	山形村観光協会 0263-31-6220	http://www.ya-ma-kan.com/
山形村	きのご駒うち体験	4月	日帰り	原木にシイタケ菌の駒を打ち込む作業体験	一般	全国	山形村観光協会	山形村観光協会 0263-31-6220	http://www.ya-ma-kan.com/
山形村	トマトケチャップ作り講習会	8～9月	日帰り	農産観光室を利用し、トマトケチャップ作りで交流	一般	全国	山形村観光協会	山形村観光協会 0263-31-6220	http://www.ya-ma-kan.com/
山形村	そば打ち体験教室	9～10月	日帰り	そば打ちの講習会	一般	全国	山形村観光協会	山形村観光協会 0263-31-6220	http://www.ya-ma-kan.com/
山形村	みそ作り講習会	3月	日帰り	農産加工室を利用し、みそ作りで交流	一般	全国	山形村観光協会	山形村観光協会 0263-31-6220	http://www.ya-ma-kan.com/
朝日村	朝日村で農業体験2024 稲作編	5月6日	日帰り	田植え体験	一般	県内	朝日村観光協会	朝日村観光協会 0263-87-1935	https://asahi-taiken.com/news/1748/
朝日村	朝日村で農業体験2024 野菜編	5月12日	日帰り	トウモロコシ・さつまいも・落花生の種・苗植え体験	一般	県内	朝日村観光協会 朝日村営農支援センター	朝日村観光協会 0263-87-1935	https://asahi-taiken.com/news/2319/
朝日村	朝日村で農業体験2025 稲作編	7月下旬	日帰り	稲刈り体験	一般	県内	朝日村観光協会	朝日村観光協会 0263-87-1935	https://asahi-taiken.com/news/1748/
朝日村	朝日村で農業体験2026 野菜編	9月中旬	日帰り	トウモロコシ・さつまいも・落花生の収穫体験	一般	県内	朝日村観光協会 朝日村営農支援センター	朝日村観光協会 0263-87-1935	https://asahi-taiken.com/news/2319/
大町市	山村留学（短期）	3月・7月・8月・12月・1月	3泊～5泊	農家生活体験・自然体験等	小中高生	全国	公財）育てる会	公財）育てる会 八坂美麻学園 0261-26-2306	http://www.sodateru.or.jp/
大町市	山村留学（長期）	通年	1年	農家生活体験・自然体験等	小中学生	全国	公財）育てる会	公財）育てる会 八坂美麻学園 0261-26-2306	http://www.sodateru.or.jp/
大町市	おおしおクラインガルデン	通年	日帰り・1泊から	滞在型市民農園	その他	市内・市外	大町市	大町市美麻支所 産業建設係 0261-29-2311	https://www.city.oma-chi.nagano.jp/
大町市	ふたえクラインガルデン	通年	日帰り・1泊から	滞在型市民農園	その他	市内・市外	大町市	大町市美麻支所 産業建設係 0261-29-2311	https://www.city.oma-chi.nagano.jp/
大町市	野沢菜漬け体験	11月	日帰り	農業体験、野沢菜採り～漬込み	個人	全国	（特非）ぐるったネットワーク大町	（特非）ぐるったネットワーク大町 0261-85-0556	http://www.grutta.net
大町市	わっぱらんのフィールド保全	6月～11月	日帰り	農業用温水路周辺の整備を行う	個人	長野県	（特非）ぐるったネットワーク大町	（特非）ぐるったネットワーク大町 0261-85-0556	http://www.grutta.net

市町村名	名 称	時 期	形態 (日帰り・○)	内 容	対象者	対象者 居住地	実施主体	問い合わせ先 (機関名、電話番号)	関連する HPアドレス
大町市	わっぱらんど里山の自然観察	7月～10月	日帰り	里山の自然観察 (水生昆虫の調査、葉っぱや木の実集め)	小学生 の団体	大町市	(特非)ぐるったネットワーク大町	(特非)ぐるったネットワーク大町 0261-85-0556	http://www.grutta.net
大町市	竹林整備と淡竹採り体験ツアー	6月	日帰り	八坂の竹林整備と淡竹採り体験	個人	長野県	(特非)ぐるったネットワーク大町	(特非)ぐるったネットワーク大町 0261-85-0556	http://www.grutta.net
大町市	ソーシャルデザインを学ぶ 学生のスタディーツアー	5月	5泊	伝統的なソーシャルデザインとして日本の里山と米作りを知り、現在進行形のまちづくりの取り組みを学ぶ	大学生	香港	北アルプス学びと遊びの旅行社	(同)北アルプス学びと遊びの旅行社 0261-85-0560	http://www.nal-tour.jp
大町市	たかね市民農園	4月～12月	日帰り	農業体験	個人	大町市	大町市	大町市農林水産課 農業振興係 0261-22-0420	https://www.city.omachi.nagano.jp
大町市	姉妹都市交流事業	10月	1泊	森林整備、植栽、木工細工	個人	立川市	立川市・大町市	大町市農林水産課 森林振興係 0261-22-0420	
池田町	森林里親交流事業	10月中旬	1泊2日	森林整備作業、おやきづくり体験	その他	中京	池田町、広津自治会	池田町役場建設水道課 0261-62-3130	
白馬村	白馬マイスターツアー	通年	日帰、宿泊	登山、トレッキング、里山ウォーキング等	一般	全国	白馬村観光局	白馬村観光局 0261-72-7100	https://www.vill.hakuba.nagano.jp/tour/
白馬村	サマーキャンプin信州、スノー キャンプin信州	夏、冬	宿泊	山村留学	小学生	全国	長野県学習旅行誘致推進協議会	長野県学習旅行誘致推進協議会 (一般社団法人 長野県観光機構) 026-219-5274	https://www.naganoken-gakushuryoko.net/summercamp/ https://www.naganoken-gakushuryoko.net/snowcamp/
白馬村	農業体験	春～夏	宿泊	農業体験	中学生	全国	長野県学習旅行誘致推進協議会白馬支部	長野県学習旅行誘致推進協議会白馬支部 (白馬村観光局) 0261-72-7100	https://sites.google.com/view/hakuba-sdgs/%E6%94%AF%E9%83%A8%E7%B4%B9%E4%BB%8B%E8%B3%87%E6%96%99%E3%81%8A%E5%95%8F%E5%90%88%E3%81%9B
白馬村	姉妹都市交流	1月21～ 23日	宿泊	雪遊び、交流	小学生	和歌山県 太地町	白馬村	白馬村役場 総務課 0261-72-7002	
白馬村	姉妹都市交流	1月15～ 17日	宿泊	スキー体験、交流	小学生	静岡県河 津町	白馬村	白馬村役場 総務課 0261-72-7002	
長野市 (農政)	農家民泊(信里)	4月～10月	1泊・2泊	農業体験を伴う農家民泊	中学生	全国	信里食育民泊受け入れの会	信里食育民泊受け入れの会	
長野市 (農政)	農家民泊(七二会)	4月～10月	1泊・2泊	農業体験を伴う農家民泊	中学生	全国	七二会農家民泊の会	七二会農家民泊の会	
長野市 (農政)	農家民泊(芋井)	5月～9 月	1泊・2泊	農業体験を伴う農家民泊	中高生	全国	芋井農村民泊受け入れの会	芋井農村民泊受け入れの会	

市町村名	名 称	時 期	形態 (日帰り・○)	内 容	対象者	対象者 居住地	実施主体	問い合わせ先 (機関名、電話番号)	関連する HPアドレス
長野市 (農政)	農家民泊(若穂)	4月～9月	1泊・2泊	農業体験を伴う農家民泊	中高生	全国	若穂農家民泊の会	若穂農家民泊の会	
長野市 (農政)	農家民泊(鬼無里)	7月	1泊	農業体験を伴う農家民泊	高校生	全国	鬼無里修学旅行受け入れ隊実行委員会	鬼無里修学旅行受け入れ隊実行委員会	
長野市 (農政)	農家民泊(大岡)	4月～9月	1泊・2泊	農業体験を伴う農家民泊	中学生	全国	大岡グリーンツーリズム倶楽部	大岡地区住民自治協議会 026-266-2152	
長野市 (農政)	農家民泊(信州新町)	4月～9月	1泊・2泊	農業体験を伴う農家民泊	中学生	全国	信州新町民泊受け入れの会	信州新町民泊受け入れの会	
長野市 (戸隠)	春の自然観察会	5月3日～5月6日	日帰り	戸隠高原森林植物園内の野鳥・植物・昆虫・森林の観察	一般	全国	NPO法人戸隠ボランティアの会	NPO法人戸隠森林植物園ボランティアの会 080-5141-9924	http://togakushi1904.sakura.ne.jp/
長野市 (戸隠)	バードウォッチング	5月13,27日 10月21日	日帰り	野鳥などの観察	一般	全国	NPO法人戸隠ボランティアの会	NPO法人戸隠森林植物園ボランティアの会 080-5141-9925	http://togakushi1904.sakura.ne.jp/
長野市 (戸隠)	定例自然観察会	5/7～10/29 毎週日曜	日帰り	戸隠高原森林植物園内の野鳥・植物・昆虫・森林の観察	一般	全国	NPO法人戸隠ボランティアの会	NPO法人戸隠森林植物園ボランティアの会 080-5141-9926	http://togakushi1904.sakura.ne.jp/
長野市 (戸隠)	夏季観察会	8月13日～8月15日	日帰り	戸隠高原森林植物園内の野鳥・植物・昆虫・森林の観察	一般	全国	NPO法人戸隠ボランティアの会	NPO法人戸隠森林植物園ボランティアの会 080-5141-9927	http://togakushi1904.sakura.ne.jp/
長野市 (戸隠)	戸隠ネイチャーウォーク	6月10日、9月16日、10月14日	日帰り	自然にふれあい楽しむと共に日ごろのストレスをいやす	一般	全国	NPO法人戸隠ボランティアの会	NPO法人戸隠森林植物園ボランティアの会 080-5141-9928	http://togakushi1904.sakura.ne.jp/
長野市 (戸隠)	ホタル観察会	45122	日帰り	戸隠神社奥社参道脇に生息するヒメボタルの観察	一般	全国	NPO法人戸隠ボランティアの会	NPO法人戸隠森林植物園ボランティアの会 080-5141-9929	http://togakushi1904.sakura.ne.jp/
長野市 (戸隠)	雪上観察会	3月4日	日帰り	ブナの巨木・野鳥・小動物の足跡・葉痕などの観察	一般	全国	NPO法人戸隠ボランティアの会	NPO法人戸隠森林植物園ボランティアの会 080-5141-9930	http://togakushi1904.sakura.ne.jp/
長野市 (戸隠)	団体予約観察会	5月～10月	日帰り	森林植物園の自然観察	一般	全国	NPO法人戸隠ボランティアの会	NPO法人戸隠森林植物園ボランティアの会 080-5141-9931	http://togakushi1904.sakura.ne.jp/
長野市(戸隠) 場所：信濃町	戸隠ふれあいの森植樹祭	45081	日帰り	戸隠ふれあいの森に広葉樹を植えて鳥居川の水源地の森づくりを目指します。	一般	全国	NPO法人戸隠森林植物園ボランティアの会	NPO法人戸隠森林植物園ボランティアの会 080-5141-9932	http://togakushi1904.sakura.ne.jp/
長野市 (戸隠)	化石クリーニング教室	4月～11月	日帰り	室内での化石のクリーニング体験教室	一般	全国	戸隠地質化石博物館	戸隠地質化石博物館 026-252-2228	http://www.avis.ne.jp/~kaseki
長野市 (戸隠)	親子でまなぶ「自然観察会」	毎月第3日曜日(8月のみ6日(土))	日帰り	博物館周辺の自然をテーマにした観察会	一般	全国	戸隠地質化石博物館	戸隠地質化石博物館 026-252-2228	http://www.avis.ne.jp/~kaseki
長野市 (戸隠)	地層観察会	4月～11月	日帰り	屋外での地層見学	一般	全国	戸隠地質化石博物館	戸隠地質化石博物館 026-252-2228	http://www.avis.ne.jp/~kaseki

市町村名	名 称	時 期	形態 (日帰り・○)	内 容	対象者	対象者 居住地	実施主体	問い合わせ先 (機関名、電話番号)	関連する HPアドレス
長野市 (戸隠)	リースづくり体験	8月	日帰り	自然の素材を使ったクラフト教室 「木の実であそぼう」	一般	全国	戸隠観光協会	鏡池どんぐりハウス 026-254-3719	https://www.kagamiike.jp/
長野市 (戸隠)	リースづくり体験	11月	日帰り	森のツルなどを使ってオリジナルのリースを制作	一般	全国	戸隠観光協会	鏡池どんぐりハウス 026-254-3719	https://www.kagamiike.jp/
長野市 (戸隠)	そば打ち体験	4月～11月	日帰り	戸隠流そば打ち体験（そば打ち+茹で上げ+つゆ、薬味 でお召し上がりまで）	一般	全国	戸隠観光協会	戸隠そば博物館とんくるりん 026-254-3773	https://www.togakushi-tq.jp/
長野市 (鬼無里)	鬼無里雪かき道場	2月	日帰り	雪かき、雪おろしの体験	個人	長野市他	鬼無里地区住民自治協議会	026-256-2213	
長野市 (鬼無里)	もりがーる [鬼森隊]に改称	4～11月	日帰り	林業体験(チェーンソーの使い方、キノコの駒打ちなど)	個人	首都圏・ 長野市他	NPO法人まめってえ鬼無里	090-5200-2062	
長野市 (鬼無里)	田んぼくらぶ	5～10月	日帰り	米オーナー20組(白米40kgを保証)募集し、田植え、稲刈り、脱穀。参加料1組2万円	個人・ 家族	首都圏・ 長野市他	NPO法人まめってえ鬼無里	090-5200-2062	
長野市 (鬼無里)	酒米くらぶ	5～12月	日帰り	酒米生産を通じた交流事業	一般	首都圏・ 長野市他	NPO法人まめってえ鬼無里	090-5200-2062	
長野市 (鬼無里)	えごま栽培体験	6・9月	日帰り	えごまの植付け、収穫の体験	一般	長野市内	鬼無里地区住民自治協議会	026-256-2213	
長野市 (鬼無里)	きのこの駒打ち体験	4月	日帰り	きのこの駒打ち	親子	長野市内	〇ハス茸菜里(きなさ)	026-256-2328	
長野市 (鬼無里)	お菜採りウォッチング	11月	日帰り	野沢菜の収穫体験 50円/kg(自己採り)、100円/kg(採り置き)	個人・ 家族	首都圏・ 長野市他	〇ハス茸菜里(きなさ)	026-256-2328	
長野市 (鬼無里)	みその仕込み(天地返し)体験	6月・10月	日帰り	みそづくり体験	個人・ 家族	首都圏・ 長野市他	鬼無里農林産物直売所 ちよつくら	026-256-2450	
長野市 (鬼無里)	そば打ち体験	12月	日帰り	そば打ち体験、そば粉料理	個人・ 家族	首都圏・ 長野市他	鬼無里農林産物直売所 ちよつくら	026-256-2450	
長野市 (鬼無里)	野菜収穫と箱膳体験	8月	日帰り	夏野菜(なす等)、箱膳体験	個人・ 家族	首都圏・ 長野市他	鬼無里農林産物直売所 ちよつくら	026-256-2450	
長野市 (鬼無里)	野沢菜漬け体験	11月	日帰り	野沢菜漬けの体験	個人・ 家族	首都圏・ 長野市他	鬼無里農林産物直売所 ちよつくら	026-256-2450	
長野市 (鬼無里)	茸収穫体験	9～12月	日帰り	きのこの収穫体験	個人・ 家族	首都圏・ 長野市他	〇ハス茸菜里(きなさ)	026-256-2328	
長野市 (鬼無里)	民泊受入れ	7月	1泊2日	農家民泊、農業体験	高校生	全国	鬼無里修学旅行受け入れ隊実行委員会	026-256-3169	
長野市 (大岡)	竹の子採りツアー	6月	日帰り	竹の子採り体験 料金 大人1,500円小人1,000円	一般	県内	女性ネットワーク/ 大岡特産センター/大岡	大岡地区住民自治協議会 026-266-2151	

市町村名	名 称	時 期	形態 (日帰り・○)	内 容	対象者	対象者 居住地	実施主体	問い合わせ先 (機関名、電話番号)	関連する HPアドレス
長野市 (大岡)	農業体験事業	6月～3月	日帰り	野沢菜栽培、収穫、漬け体験・夏の郷土食体験・おやき、こんにゃく作り体験、冬の郷土食体験	個人・ 家族	市内	大岡グリーンツーリズム倶楽部	大岡地区住民自治協議会 026-266-2152	
長野市 (大岡)	民泊受入れ	4月～10月	1泊又は2泊	農家民泊、農業体験	中・高校 生	全国	大岡グリーンツーリズム倶楽部	大岡地区住民自治協議会 026-266-2151	
長野市 (信州新 町)	長者山森林体験交流会	9月～10 月	日帰り	森林体験、クラフトワーク他	一般	県内	信級財産区 長者山森林学校運営委 員会 信級まぼうの森	信級まぼうの森 事務局 kibou.nobushina@gmail.com	
長野市 (信州新 町)	りんごの木のオーナー	5月～11月	日帰り	オーナー園開き、摘花、摘果、葉摘み、収穫	1. 農 作業体 験	個人・家 族	県内	安用りんご組合 信州新町地場産業開発機構	https://nagano-michinoeki.jp/
長野市 (信州新 町)	無農薬野菜の収穫体験	6月～11月	日帰り	無農薬で栽培した野菜等の収穫体験	1. 農 作業体 験	個人・家 族	全国	ふるば村自然農園	http://shin-machi.com/index.html
長野市 (信州新 町)	峯街道ウォーキング	11月10日	日帰り	石仏等を見ながら善光寺街道ウォーク、リンゴや野菜の収穫体験	1. 農 作業体 験	個人・家 族	全国	実行委員会	
長野市 (信州新 町)	民泊受け入れ	5月～9月	1泊又は2泊	農家民泊、農業体験	1. 農 作業体 験	小・中・高	全国	信州新町民泊受け入れの会	
長野市 (中条)	中条でカブトムシをとろう	7月	日帰り	カブトムシの採集体験 参加費1セット1,000円	一般	全国	中条でカブトムシをとろう 実行委員会	長野市中条支所 026-268-3001	
長野市 (中条)	お菜とりツアー	11～12 月	日帰り	野沢菜採り体験	一般	全国	お菜とりツアー実行委員 会	長野市中条支所 026-268-3001	
長野市 (小田 切)	アマワラビ収穫体験	5月～6月	日帰り	アマワラビの収穫体験	一般	県内	NPO法人 小田切オアシ ス	026-229-1511	
長野市 (小田 切)	野沢菜とりツアー	11月	日帰り	野沢菜収穫体験	一般	県内	NPO法人 小田切オアシ ス	026-229-1511	
長野市 (浅川)	ジャガイモ 植付・収穫体験	4月、8月	日帰り	浅川小学校の生徒にジャガイモの種芋の植付、収穫を体験してもらう	浅川小 学校児 童	市内	浅川地区住民自治協議 会	浅川地区住民自治協議会 026-244-5165	
長野市 (芋井)	農村民泊受入れ時期に合わせた農業体験	5月、9月	宿泊(1～2 泊)	りんご収穫、稲刈り、野菜栽培の手伝い	中・高	首都圏	芋井農村民泊受入れの 会	026-239-3185 (飯綱高原観光協会内)	http://i-moi.net/wp_imoi/play
長野市(篠 ノ井)	棚田オーナー制(篠ノ井信里)	5月～1 0月	日帰り	田植、稲刈り、ハゼかけ、交流会	一般	全国	のぶさと農楽耕	信里地域委員会 026-274-5206	
長野市 (豊野)	豊野りんご狩りウォーキング	11月	日帰り	ウォーキングに合わせてりんごの収穫体験を実施する	一般	県内	豊野りんご狩りウォーキン グ実行委員会	豊野りんご狩りウォーキング実行委員会 事務局 026-257-5874	

市町村名	名 称	時 期	形態 (日帰り・○)	内 容	対象者	対象者 居住地	実施主体	問い合わせ先 (機関名、電話番号)	関連する HPアドレス
須坂市	高校修学旅行職業体験受入れ	1月～12月	日帰り	各種体験	高	全国	信州須坂観光協会	026-215-2225	https://www.suzaka-kankokyokai.jp/
須坂市	中学修学旅行体験受け入れ	1月～12月	日帰り	各種体験	中	全国	信州須坂観光協会	026-215-2225	https://www.suzaka-kankokyokai.jp/
須坂市	小学修学旅行体験受け入れ	1月～12月	日帰り	各種体験	小	全国	信州須坂観光協会	026-215-2226	https://www.suzaka-kankokyokai.jp/
須坂市	サイクルツーリズム サイクリングツアー	1月～12月	日帰り	各種体験	個人	全国	信州須坂観光協会	026-215-2227	https://www.suzaka-kankokyokai.jp/
須坂市	発酵食体験	1月～12月	日帰り	各種体験	個人	全国	信州須坂観光協会	026-215-2228	https://www.suzaka-kankokyokai.jp/
須坂市	発酵ツアー	1月～12月	日帰り	各種体験	個人	全国	信州須坂観光協会	026-215-2229	https://www.suzaka-kankokyokai.jp/
須坂市	体験型観光ツアー	1月～12月	日帰り	各種体験	個人	全国	信州須坂観光協会	026-215-2230	https://www.suzaka-kankokyokai.jp/
須坂市	「槍に刺さる夕陽」撮影会・展望会	11月	日帰り	夕陽撮影、写真講習	個人	全国	峰の原高原観光協会		https://minenohara-tourism.com/
須坂市	草原をつくろう	9月	日帰り	ススキ狩り、散策	個人	全国	峰の原高原観光協会		https://minenohara-tourism.com/
須坂市	きのこ祭り	10月	日帰り	きのこ採取、きのこガイド(鑑定)	個人	全国	峰の原高原観光協会		https://minenohara-tourism.com/
須坂市	みそ作り体験	3月上旬	日帰り	みそ作り体験	一般	首都圏	須坂グリーンツーリズム	026-248-9004	https://greentourism.suzaka.info/
須坂市	ワインぶどう収穫体験	10月下旬	日帰り	ワインぶどうの摘み取り	一般	全国	須坂グリーンツーリズム	026-248-9004	https://greentourism.suzaka.info/
須坂市	りんご収穫体験	11月	日帰り	りんご収穫体験	一般	全国	須坂グリーンツーリズム	026-248-9004	https://greentourism.suzaka.info/
高山村	信州高山村りんご収穫体験	10～11月	日帰り	りんごの収穫体験	一般	全国	首都圏等	信州高山村観光協会 026-242-1122	https://shinshu-takayama-onsenkvo.com/
高山村	ワインぶどう収穫体験	10月	日帰り・宿泊	ワインぶどうの収穫体験	一般	全国	首都圏等	信州高山村観光協会 026-242-1122	https://shinshu-takayama-onsenkvo.com/
信濃町	乳製品等加工体験	4～11月	日帰り	アイスづくり	小・中・高	全国	童話の森ギャラリー	信濃町教育委員会(黒姫童話館係) 026-255-2250	https://douwakan.com/
信濃町	農山村生活体験	通年	日帰り・1泊	農業体験を伴う農家民泊	小・中・高	全国 国外	(一社)Farmstayしなの	(一社)Farmstayしなの 026-217-8040	https://farm-stay.jp/
信濃町	癒しの森(森林セラピー)	通年	日帰り・1泊	森林セラピー	一般・団体・学校	全国	しなの町Woods-Life Community	しなの町Woods-Life Community 026-255-5925	https://iyashinomori.main.jp/

市町村名	名 称	時 期	形態 (日帰り・○)	内 容	対象者	対象者 居住地	実施主体	問い合わせ先 (機関名、電話番号)	関連する HPアドレス
小川村	りんごオーナー収穫体験	5月～11月	随時	りんご収穫体験他	個人	全国	小川村役場総務課総合戦略推進室	小川村役場総務課総合戦略推進室 026-269-2323	https://www.vill.ogawa.nagano.jp
小川村	クラインガルデン利用	5月～4月	随時	クラインガルデンの利用	個人	全国	小川村農林公社みらい	小川村農林公社みらい 026-269-2323	https://www.vill.ogawa.nagano.jp
飯綱町	信州いづなりんご学校	年間	1泊2日	飯綱町でのりんごの作業体験	個人・家族	関東他	飯綱町役場産業観光課農政係	飯綱町役場産業観光課農政係 026-253-4765	https://www.town.iizuna.nagano.jp/ringogakkou/index.html
飯綱町	ワーキングホリデー	5月～11月	1泊2日～7泊8日	りんごの摘花・摘果・剪定・葉摘み・収穫、野菜の播種・収穫、水稻の管理作業、花卉・きのこの管理等	個人・家族	全国	飯綱町役場産業観光課農政係	飯綱町役場産業観光課農政係 026-253-4765	https://www.town.iizuna.nagano.jp/docs/313.html
飯綱町	リンゴオーナー	5月～11月	日帰り	りんごの木のオーナーになると町内レジャー施設の利用券・割引券が付く オーナー木のりんごの収穫	個人・家族	首都圏・中部・北陸	飯綱町ふるさと振興公社	飯綱町ふるさと振興公社 026-253-5153	https://www.iizuna-furusato.com/yukimuro
飯綱町	収穫・自然体験	5月～11月	日帰り	農産物収穫等の体験（りんご、桃、アスパラ、ブルーベリー、味噌作り）、自然体験（くわがた取り）	個人・家族	首都圏	飯綱町ふるさと振興公社	飯綱町ふるさと振興公社 026-253-5153	
飯綱町	農村民泊事業	5月～11月	1泊2日	農産物収穫等の体験（りんご、桃、アスパラ、ブルーベリー、味噌作り）、自然体験（くわがた取り）	個人・家族	首都圏	飯綱町町農村民泊受入の会事務局	飯綱町町農村民泊受入の会 026-253-5153	https://www.town.iizuna.nagano.jp/docs/317.html
飯山市	自然体験教室	5月～10月	2～7泊	農業・自然体験	小、中、高	全国	戸狩観光協会	戸狩観光協会 (0269-65-3161)	https://www.togarionsen.jp/contact/
飯山市	自然体験	6月～10月	宿泊	農業・自然体験、トレッキング、ラフティング、サイクリング等	小	全国	信州いよいよ観光局	信州いよいよ観光局 (0269-62-3133)	https://www.iiyama-ouendan.net/
飯山市	各種イベント交流会	通年	日帰り	講習会等	一般	全国	なべくら高原森の家	なべくら高原森の家 (0269-69-2888)	http://www.nabekura.net/
飯山市	自然体験	5月～10月	日帰り	トレッキング、他各種体験	一般	全国	斑尾高原観光協会	斑尾高原観光協会 (0269-64-3222)	http://www.madarao.info
飯山市	自然体験	通年	日帰り	トレッキング、木工細工、森林セラピー、スノーシュー体験等	一般	全国	なべくら高原森の家	なべくら高原森の家 (0269-69-2888)	http://www.nabekura.net/
山ノ内町	りんご、ぶどう栽培作業	5-10月	日帰り	就農及び農作業従事希望者向け作業体験(摘果、摘粒、葉摘み、玉回し等)	一般	全国	山ノ内町	山ノ内町産業振興課農業振興係 0269-33-1107	https://www.town.yamanouchi.nagano.jp/soshiki/nogyoshinko/gyomu/808.html

市町村名	名 称	時 期	形態 (日帰り・○)	内 容	対象者	対象者 居住地	実施主体	問い合わせ先 (機関名、電話番号)	関連する HPアドレス
木島平村	市民農園 田植え体験	6月	日帰り	手植えによる田植え体験	一般	東京都	木島平村観光振興局	木島平村観光振興局 0269-82-2800	
木島平村	市民農園 草刈り体験	7月	日帰り	田植えを行った田んぼの畔草刈りと田んぼの草取り体験及び郷土料理の提供	一般	東京都	木島平村観光振興局	木島平村観光振興局 0269-82-2800	
木島平村	市民農園 稲刈り体験	9月下旬から10月上旬	日帰り	田んぼの稲刈り体験	一般	東京都	木島平村観光振興局	木島平村観光振興局 0269-82-2800	
野沢温泉 村	のざわな蕪四季會社	11月	日帰り	収穫体験（野沢菜）	一般	全国	野沢温泉マウンテンリゾート観光局	野沢温泉マウンテンリゾート観光局 0269-85-3353	https://nozawakanko.jp/