



2022年 6月21日



長野県PRキャラクター「アルクマ」  
©長野県アルクマ

※新型コロナウイルス感染拡大防止のため、イベントが中止になる場合もございますので、予めご了承ください。

### 新着情報

頁	タイトル	開催日・期間	開催地
P1	檜尾小屋リニューアルオープン	7月22日～	駒ヶ根市
P2	志賀高原ガイドトレッキング2022	6月4日～10月23日	山ノ内町
P3	花見ほたる祭り	7月1日～7月3日	池田町
P4	なべくら高原テントサイトが7/1(金)よりオープン	7月1日～10月31日	飯山市
P5	上ノ平ピクニックガーデン	7月2日～10月31日	野沢温泉村

### 参加募集

P6	池の平湿原「プチ」ガイド	6月18日～9月25日	東御市
P7	第24回塩嶺王城パークラインハーフマラソン大会	11月6日	岡谷市
P8	第39回大町アルプスマラソン	10月16日	大町市
P9	修験霊場小菅の歴史と里づくり「おてんま」体験！	10月15日、16日	飯山市
P10	信州ふじみおひさんぽ 縄文の井戸尻体験コース	7月16日	富士見町
P11	霧ヶ峰で朝食を ～マイカープラン～	7月1日～9月30日	諏訪市

### YouTube 始めました！

10県の旬の情報をYouTubeでもお伝えしていきます。ぜひ、ご覧ください。

関東ブロック物産観光連絡協議会 YouTube



毎月  
第三火曜日  
に更新

【URL】 [https://www.youtube.com/channel/UC89zr2ce2\\_WS0fs22Ge4ytw](https://www.youtube.com/channel/UC89zr2ce2_WS0fs22Ge4ytw)

### 銀座NAGANO（信州首都圏総合活動拠点）

東京都中央区銀座5-6-5 TEL：03-6274-6015 FAX：03-6274-6557 担当：山浦義晴/齊藤里絵/真瀬垣まり子/大西輝久

<http://www.ginza-nagano.jp/> E-mail: [ginza-nagano@pref.nagano.lg.jp](mailto:ginza-nagano@pref.nagano.lg.jp)



しあわせ信州



長野県PRキャラクター「アルクマ」  
©長野県アルクマ

## 美術館

頁	タイトル	開催日・期間	開催地
P12	寺坂公雄個展 一山麓、風と光の交響—	7月2日～9月11日	原村
P13	FOOD SAMPLE展 ～ TAKUMI 匠 ～	7月2日～8月28日	池田町

## イベント

P14	トットちゃんの夏祭り	7月23日	松川村
P15	第45回須坂カッタカタまつり	7月23日	須坂市
P16	第35回須坂みんなの花火大会	7月24日	須坂市
P17	いいやま灯籠まつり 飯山駅構内の灯籠演出	8月11日 8月6日～8月21日	飯山市
P18	suwakoホラーナイトクルーズ	7月22日、23日	諏訪市
P19	諏訪湖の花火 ※2つの期間	7月24日～7月31日 8月16日～8月27日	諏訪市

▼「アルクマ便り」は毎月第3または第4水曜日、ホームページにアップします。カラーでご覧いただけます。  
<https://www.pref.nagano.lg.jp/tokyokanko/pressreleases/arukumatayori.html>

# 掲載市町村

## 7月号

### 大町市

- 第 39 回アルプスマラソン/P8

### 池田町

- 花見ほたるまつり/P3
- FOOD SAMPLE 展 匠/P13

### 松川村

- トットちゃんの夏祭り/P14

### 飯山市

- なべくら高原テントサイト 7/1 オープン/P4
- 修験霊場小菅の歴史と里づくり「おてんま」体験！/P9
- いいやま灯籠まつり/P17

### 野沢温泉村

- 上ノ平ビクニックガーデン/P5

### 山ノ内町

- 志賀高原が「トレッキング」/P2

### 須坂市

- 第 45 回須坂カッタカタまつり/P15
- 第 35 回須坂みんなの花火大会/P16

### 東御市

- 池の平湿原「チカイト」/P6

### 岡谷市

- 第 24 回塩嶺王城パークラインハーフマラソン大会/P7

### 原村

- 寺坂公雄個展/P12

### 諏訪市

- 霧ヶ峰で朝食を ～マイカープラン～/P11
- suwako ホラーナイトクルーズ/P18
- 諏訪湖の花火/P19

### 富士見町

- 信州ふじみおひさんぼ 縄文の井戸尻体験コース/P10

### 駒ヶ根市

- 檜尾小屋リニューアルオープン/P1

観光総合サイト「さわやか信州旅.net」及びインバウンドサイト「Go! NAGANO」を統一し世界にNAGANOを発信するグローバルサイトとして生まれ変わりました。

～とっておきのトリップアイデアを提案し、旅のプランをお手伝い～

# GoNAGANO

長野県公式観光サイト

<https://www.go-nagano.net>

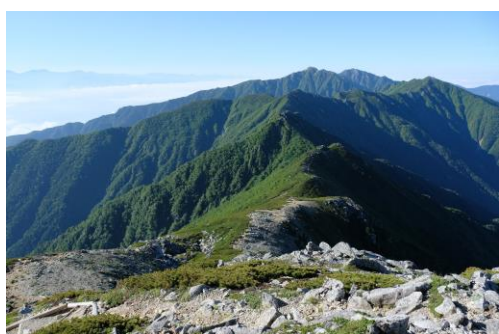


## 檜尾小屋リニューアルオープン

中央アルプス縦走路のほぼ中間に位置する檜尾小屋が、7月22日にリニューアルオープンします！  
 これまでは無人の避難小屋で収容人員も10名程度でしたが、昨年増改築工事を行い収容人員が23名（最大40名程度）となり、7月22日～10月中旬までは管理人が常駐します。また、檜尾岳山頂の東側に新たにテント場も設置し20張程度の幕営が可能となりました。

中央アルプス縦走路は、距離が長く、起伏もそれなりにあるため中級者向けのコースでしたが、檜尾小屋をベースにすることで多彩なコース選択が可能となります。

雄大な景色と道中に咲く高山植物の中で安全な登山をお楽しみください！



### 1 営業開始 7月22日(金)より【完全予約制です】

小屋、テント幕営利用の場合は必ず事前にご予約ください

- 夏季シーズンご宿泊(7/22～8/31) ⇒ご予約受付開始日は、6月1日(水)より
- 秋季シーズンご宿泊(9/1～10月中旬) ⇒ご予約受付開始日は、8月1日(月)より

### 2 料金

- ・素泊まり(1名につき)通常料金 7,000円 ⇒初年度特別料金6,500円
- ・テント幕営(1名につき)通常料金 2,000円 ⇒初年度特別料金1,500円(トイレ利用料含)
- ・レンタル寝具(寝袋、マット、枕) 3,000円

### 3 その他

- ・ご予約は、小屋直通電話(090-7957-7650)までお願いいたします。  
(受付9:00～18:00)
- ・ご予約なく、当日受付が発生した場合は、十分な就寝スペースを保証できない可能性があります。
- ・キャンセルの場合は、前日までにお願いいたします。
- ・当日の無断キャンセルはお断りします。  
なお、天候、体調不良等によるキャンセルにつきましては当日または下山後でもお電話ください。
- ※当日の無断キャンセルや減員などは、キャンセル料をいただく場合がございます。
- ・ひとつの山行において、意図的に重複予約をされると、限りのある山小屋運営において、大きな打撃となってしまいます。  
どうぞ意図的な重複予約はご容赦ください。
- ・予約キャンセルの場合はできるだけ早くお取り消しのご連絡を頂きますよう心よりお願い申し上げます。

詳しくは檜尾小屋  
HPをご覧ください



お問い合わせ先 RIDGELINE(リッジライン)

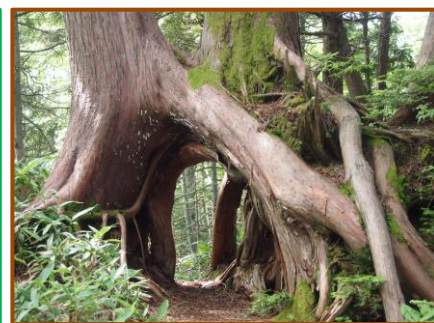
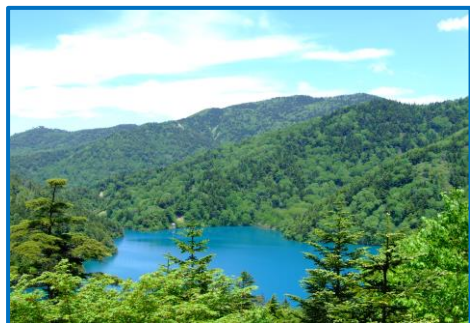
- [住所] 〒399-4117  
長野県駒ヶ根市赤穂3758
- [予約] 090-7957-7650
- [URL] <https://www.hinokio-chuoalps.com/>





## 志賀高原ガイドトレッキング2022

グリーンシーズンの志賀高原をより楽しめるガイドトレッキングに参加しませんか。個性豊かなガイドに案内をしてもらう志賀高原はいつもと違う発見があるかもしれません！コースもミニトレッキングコースから本格的なトレッキングコース、さらにはオーダーメイドのコースもございますので、参加される方々の体力・目的に合わせてご利用ください。自然豊かな癒しの森、志賀高原でスローな時間をお楽しみください。



1 日 時 6月4日(土)～10月23日(日) 午前8時45分～午後4時までの時間帯

2 会 場 志賀高原

3 料 金 2,000円～ ※コース等により異なりますので、お問合わせください。

4 内 容

- プライベートガイド:5名様までのご家族・グループ向け
- 四十八池・大沼池コース  
:志賀高原を代表するトレッキングコース  
注)7月16日～8月16日までは毎日、それ以外の期間は土日祝日
- 自然探勝コース:自然を学ぶコース
- 峠の三十三観音コース:石仏参拝できる古道
- 季節の自然観察ミニトレッキング:見頃を気軽に楽しめるコース
- 団体派遣ガイド:体力・目的に合わせてご提案するコース
- 【屋内 クラフト体験】 ※550円/1人
- ネイチャークラフト体験:木の実や枝を使ったクラフト

6月4日(土)  
～10月23日(日)



《主 催》 志賀高原ガイド組合

《アクセス》 [お車で] 上信越自動車道「信州中野IC」から約40分

[列車で] JR「長野駅」より急行バスで約70分  
または長野電鉄長野線「湯田中駅」よりバスで約35分  
「志賀高原山の駅」下車

お問合わせ先 志賀高原ガイド組合

[住所] 〒381-0401

長野県下高井郡山ノ内町志賀高原蓮池  
志賀高原自然保護センター内

[電話] 0269-34-2133 [FAX] 0269-34-2480

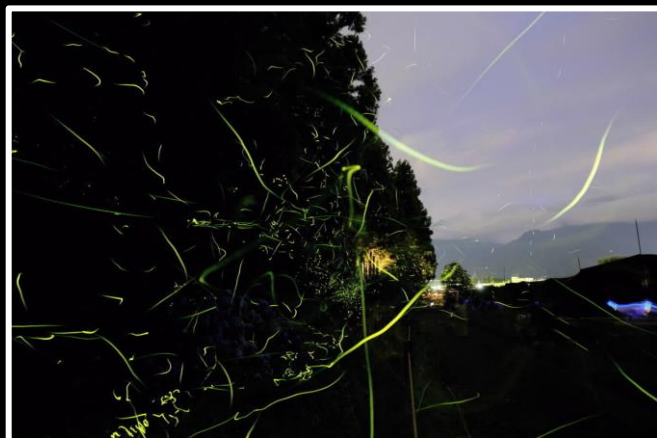
[URL] <https://shizenhogo-center.shigakogen.gr.jp>

[E-mail]



けみ  
花見ほたる祭り

あづみ野池田町の花見(けみ)地区では、間近でホタルの舞がご覧いただけます。お祭り期間中はキッチンカーが出店、夏の夜をゆっくりとお楽しみいただけます。



ゲンジボタルたちの舞



- 1 日時 7月1日(金)～7月3日(日)18:00～21:00
- 2 会場 花見集落センター会場  
北安曇郡池田町会染2565
- 3 料金 不要
- 4 内容 地元の人たちが水路整備や幼虫の放流などホタルの復活に努力してきた結果、今では1000匹以上のゲンジボタルを見ることができるようになりました。見ごろは6月下旬から7月上旬。地元の人たちによると8時半位が一番きれいに見えるとのこと

《主催》 池田町観光協会

《アクセス》 [お車で] 長野道「安曇野IC」から約20分  
[列車で] JR大糸線「信濃松川駅」よりタクシーで約10分

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] <https://ikeda-kanko.jp/>  
[E-mail] [info@ikeda-kanko.jp](mailto:info@ikeda-kanko.jp)



## なべくら高原テントサイトが7/1(金)よりオープン

長野県最北端のなべくら高原。豊かなブナの森が残るこの場所で、静かにキャンプを楽しみたいという方にオススメです。テントエリアは、なべくら高原の主峰である鍋倉山を望む「芝生エリア」と木々に囲まれた「ツリーエリア」の2種類。車通りが少なく、外灯もほとんどない場所なので、晴れた日には満天の星空を見ることが出来ます。また、6月下旬頃から8月にかけては、近くの田んぼで蛍が飛び交う瞬間に出会えることもあります。日中は、テントサイトのすぐそばにある遊歩道を散策して、美しいブナの森を眺めたり、なべくら高原・森の家で四季折々の自然体験に参加したり、楽しみ方は無限大です。この夏の思い出作りに是非お越しください！



芝生エリア



ツリーエリア



- 1 日時 7月1日(金)～10月31日(月)
- 2 会場 なべくら高原・森の家
- 3 施設利用料 大人500円/人、小学生以上250円/人、※未就学児 無料
- 4 内容 テントサイトは、芝生エリアとツリーエリアの2種類のフリーサイトのみとなります  
芝生エリア:7張 / ツリーエリア:3張 (計10張)  
なべくら高原テントサイトをご利用の際は、施設利用料金とは別にシーズン料金が必要となります。
  - ・ハイシーズン(7/23～8/20) 3,000円/1グループ
  - ・オンシーズン(7/1～7/22、8/21～8/31) 2,500円/1グループ
  - ・オフシーズン(9/1～10/31) 2,000円/1グループ
- 5 注意事項
  - ・上記のシーズン料金は、テント1張・タープ1張の持ち込みを含んだ料金です。追加のテントを持ち込みいただく場合、別途ご料金がかかります。
  - ・1グループは8名様までとなります。

《主催》 なべくら高原・森の家

《アクセス》 [お車で] 東京方面からお越しの場合  
東京→(関越道)→藤岡JCT→(上信越道)→豊田飯山IC  
豊田飯山IC→森の家(R117経由ICより森の家まで約40分)  
[列車で] JR「飯山駅」よりタクシーで約30分 または  
JR「戸狩野沢温泉駅」よりタクシーで約15分

お問い合わせ先 なべくら高原・森の家  
[住所] 〒389-2255  
長野県飯山市照岡1571-15  
[電話] 0269-69-2888 [FAX] 0269-69-2288  
[URL] <https://nabekura.net/>  
[E-mail] [info@nabekura.net](mailto:info@nabekura.net)





## 上ノ平ピクニックガーデン

【心地よい空間の中、目と心に優しいやすらぎの時間】をコンセプトに昨年よりオープンしている上ノ平ピクニックガーデン。季節ごとに楽しめる高山植物や山野草の品種は500種以上！

自然豊かなガーデン内では子供たちが楽しめる芝生エリア、ウッドデッキやベンチ・テーブルのある「こもれびテラス」で冬とは違った野沢温泉の景色や自然を体感できます。又お食事・軽食はキッチンセアボスで地産の夏野菜を使った彩豊かな料理やハーブティーなどテイクアウトも可能なメニューをご用意しております。周辺にはMTBコースや野沢温泉を一望できる整備された小毛無展望台、遊歩道で新たな魅力を満喫いただけます。この夏はぜひ上ノ平ピクニックガーデンで、ゆったりとしたやすらぎのひと時をお楽しみください。



- 1 日時 7月2日(土)～10月31日(月)  
※8月29日～9月29日の火・水・木は定休日
- 2 会場 野沢温泉スキー場 上ノ平
- 3 入場料 無料
- 4 内容
  - ナイトゴンドラツアー開催  
7月～9月の毎週土曜日野沢温泉のロマンチックな夜景と星空を楽しめます
  - やまびこマルシェ開催  
7月～8月の毎月1回やまびこ山頂駅付近にてピクニックガーデン内に咲いている山野草や野沢温泉特産品など購入できるやまびこマルシェを開催予定！  
※8/11～14やまびこまつり開催
  - 山本樹木医による山野草ガイドツアー開催  
7月～10月の毎月1回、山本樹木医による上ノ平ピクニックガーデン内に咲いている山野草など詳しく説明していただける山野草ガイドを開催予定！
  - S-Mountain The4100DマウンテントレイルIN野沢温泉2022:7月16日(土)～17日(日)
  - 野沢トレイルフェス : 8月6日(土)～7日(日)
  - 野沢温泉自転車祭り : 10月1日(土)～2日(日)

《主催》 株式会社 野沢温泉

《アクセス》 [お車で] 上信越自動車道豊田飯山ICより国道117号線で約25分  
[列車で] 北陸新幹線飯山駅より直通バス野沢温泉ライナーで約25分

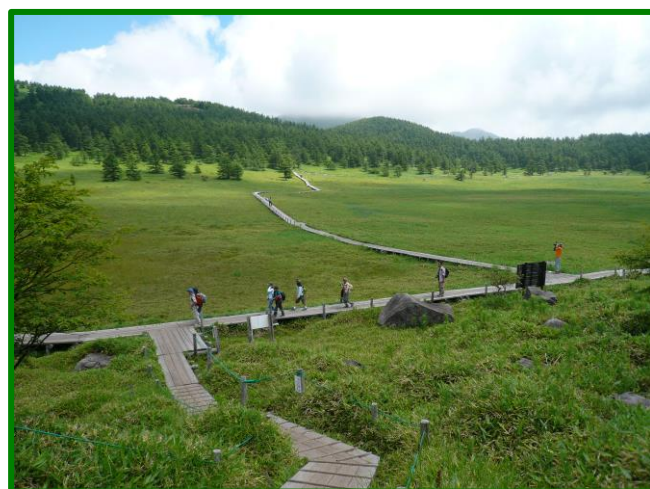
お問い合わせ先 株式会社野沢温泉 営業課  
[住所] 〒389-2502  
長野県下高井郡野沢温泉村大字豊郷7653  
[電話] 0269-85-3166 [FAX] 0269-85-2201  
[URL] <https://nozawaski.com>  
[E-mail] [info@nozawaski.com](mailto:info@nozawaski.com)





## 池の平湿原「プチ」ガイド

花高原として親しまれている湯の丸高原「池の平湿原」では、ワンコインで気軽に参加できる『池の平湿原「プチ」ガイドツアー』を、2022年6月18日(土)～9月25日(日)の期間実施します。池の平湿原の自然に詳しいネイチャーマイスターが、三方ヶ峰付近までの片道1時間ほどをご案内します。歩きやすい木道を散策しながら、高山植物の女王と言われているコマクサやイワカガミ、イチヨウラン、マツムシソウ等、たくさんの可憐な高山植物の観察をガイドと一緒に楽しんでいただけます。



- 1 日 時 6月18日(土)～9月25日(日) 10時～(1時間弱)
- 2 会 場 池の平湿原 集合場所:池の平インフォメーションセンター前
- 3 参加費 500円(税込)／おひとり様(未就学児無料)
- 4 内 容
  - 予約不要。先着10名様。平日も開催します。
  - 雨天中止です。
  - 日々の巡回に合わせて、時間は1時間弱程度の片道コースとなり、コース変更や時間延長はできません。
  - 池の平駐車場 100台収容可 料金:普通車600円 中型車2500円 自動二輪200円

《主 催》 (一社)信州とうみ観光協会

《アクセス》 [お車で] 上信越自動車道「東部湯の丸IC」より約50分

[列車で] しなの鉄道「滋野駅」よりタクシー 約50分  
しなの鉄道「田中駅」よりタクシー 約60分

お問い合わせ先 (一社)信州とうみ観光協会

[住所] 〒389-0516

長野県東御市田中279番地

[電話] 0268-62-7701 [FAX] 0268-62-7702

[URL] <https://tomikan.jp/>

[E-mail] [info@tomikan.jp](mailto:info@tomikan.jp)



## 第24回 塩嶺王城パークラインハーフマラソン大会

岡谷市、塩尻市、辰野町の2市1町にまたがる塩嶺王城地域は、諏訪・松本・伊那の各盆地と端を接しており、諏訪湖をはじめとして、日本アルプス、八ヶ岳、遠くは富士山が眺望できる標高約1,000m～1,300mの山地となります。この地域は「塩嶺王城県立公園」として県立公園にも指定されており、当地域には鳥居平やまびこ公園(岡谷市)・しだれ栗森林公園(辰野町)などの観光施設も豊富で、当地を利用したイベントやサイクルツアーが行われています。



- 1 日時 11月6日(日) 10時～14時
- 2 会場 塩嶺王城(会場:鳥居平やまびこ公園)
- 3 入場料 一般:4,000円 / 高校生:2,500円
- 4 内容 ●イベント概要

全国から鉄人が集結する、標高1,000m級、高低差約300mの過酷なマラソン大会です。

●参加賞

A)ご当地グルメ:ミニうな丼(岡谷市)、山賊焼丼(塩尻市)、ソースかつ丼(辰野町)の中から1点

B)2市1町の特産品購入券 ※特産品販売コーナーで使用できる購入券400円分

・Aについては、当日受付時に先着順となりますのであらかじめご了承ください。

注)・Bについても、各特産品の個数には制限があります。

・詳しい情報は、当協議会ホームページ、SNSで配信しますのでご確認ください。

●定員 500人

●締切 9月30日(金)

《主催》 塩嶺王城パークラインハーフマラソン大会実行委員会

《アクセス》 [お車で] 長野自動車道 岡谷ICより約10分/塩尻ICより約15分

[列車で] JR中央本線「岡谷駅」より徒歩45分、または  
大会当日岡谷駅前よりシャトルバス運行(約10分)

お問い合わせ先 岡谷市役所 商業観光課

[住所] 〒394-8510  
長野県岡谷市幸町8-1

[電話] 0266-23-4811(1455) [FAX] 0266-23-6448

[URL] <https://enreiojo.jp/marathon/>

[E-mail] [shogyo@city.okaya.lg.jp](mailto:shogyo@city.okaya.lg.jp)





## 第39回 大町アルプスマラソン

【日本の屋根を走ろう】を合言葉に3000m級の山々が連なる北アルプスの麓を走る第39回大町アルプスマラソン。

北アルプスの大自然を背景に、のどかな田園風景や仁科三湖を走るコースが魅力です。ただいま、参加受付を行っています。



- 1 日時 10月16日(日) 午前8時50分スタート ※雨天決行
- 2 会場 大町市運動公園陸上競技場(スタート・フィニッシュ)  
※大町市運動公園付属長距離競走路(日本陸連公認コース)
- 3 参加費及び定員
 

フルマラソン	:7,000円	定員:1,000人	
ハーフマラソン	:5,000円	定員: 900人	それぞれ定員になり次第 締め切りとなります
3Km (小学校1年～一般)	:2,000円	定員: 300人	
3Kmペア(小学生と一般のペア)	:4,000円	定員: 50組	
- 4 内容
 

【参加資格】	小学生以上で健康な方ならどなたでも参加できます。
【完走証】	種目別の完走者にタイム記載の証書を当日発行。
【参加賞】	参加者にオリジナル大判タオルを進呈。
【申込期間】	6月1日(水)～8月21日(日) 郵便振替は8月15日(月)まで
【申込方法A】	大会ホームページからの申込み 申込締切日:2022年8月21日(日)
【申込方法B】	振替用紙による申込み 申込締切日:2022年8月15日(月)消印有効
- 5 注意事項 新型コロナウイルス感染症予防対策マニュアルに基づいて実施します。  
詳細はHPをごらんください。

《主催》 大町アルプスマラソン実行委員会

《アクセス》 [お車で] 長野自動車道「安曇野IC」から約30分

[列車で] JR大糸線「信濃大町駅」からタクシーで約5分

お問い合わせ先 大町アルプスマラソン実行委員会

[住所] 〒398-0004

長野県大町市常盤5638-44(大町市体育協会内)

[電話] 0261-22-7664 [FAX] 0261-85-5788

[URL] <http://www.omachi-sports.com/alps-marathon/>

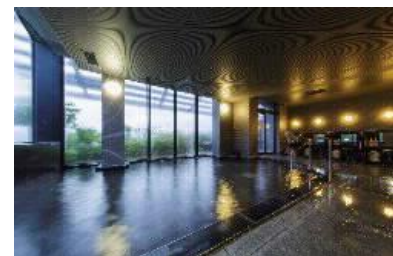




## 修験霊場小菅の歴史と里づくり「おてんま」体験！

かつて戸隠や飯綱と並ぶ北信濃三大修験場として隆盛を誇った「小菅の里」。最盛期には37の宿坊、300人を超える僧侶や修験者がいたとされている小菅は、今なお地域の人々の手によって大事に守られており、過去から受け継がれた風景、信仰、文化を色濃く感じることが出来ます。小菅のスペシャリストと一緒に地域の文化を学びながら、霊場・小菅の地域を守り次世代につなげていく活動「おてんま」に参加してみませんか？

※「おてんま」・北信地域の方言で、【地域のためにみんなでする共同作業】のこと。



1 日 時 10月15日(土)、10月16日(日) ※各日 10時～17時

2 会 場 訪問先 : 飯山市小菅地区  
集合 : 北陸新幹線(JR飯山線)飯山駅出発

3 入場料 おとな7,800円 / こども7,600円(税込)

4 内 容 午前: 地元を知り尽くした「ふるさと案内人」と小菅の集落巡り。  
昼食: 信州名物の蕎麦をいただきます。  
午後: 地元住民と共同作業！小菅の里づくり「おてんま」に参加し、地域保全に携わります。  
体を動かした後は、眺めの良い温泉で汗と疲れを流して解散となります。  
※荒天により作業が難しいと判断した場合、おてんま作業が中止になる可能性があります。  
作業が中止になった場合、代替として地域の方との交流会を行います。  
※日帰り体験となります。2日程の内、どちらかご希望日へお申込みください。  
※10月15日(土)および10月16日(日)は両日とも同じ内容での催行です。  
・申込締切: 9/30(金)  
・本プランに添乗員は同行致しません。現地スタッフがお案内致します。  
・最少催行人員10名様(最大30名様まで)  
\*お申し込みは1名様より可能です。  
\*参加者が最少催行人員に満たない場合には、催行中止となる可能性がございます。  
\*催行中止の場合にはご旅行の14日前までにご案内します。

《主 催》 一般社団法人信州いいやま観光局

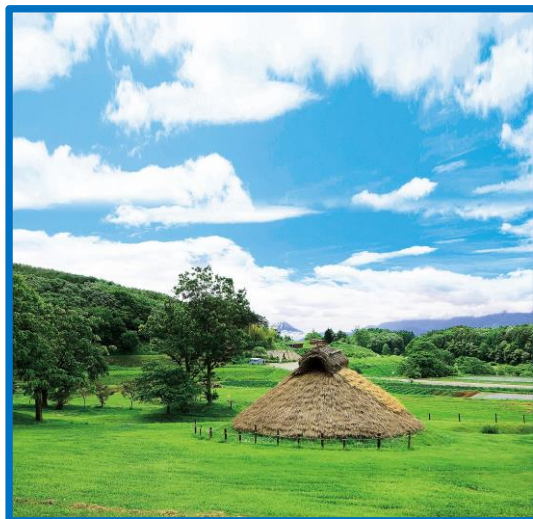
《アクセス》 [お車で] 上信越自動車道「豊田飯山IC」から約20分  
[列車で] JR「飯山駅」より徒歩0分(飯山駅構内)

お問合わせ先 一般社団法人信州いいやま観光局 営業企画課  
[住所] 〒389-2292  
長野県飯山市大字飯山1110-1  
[電話] 0269-62-3133 [FAX] 0269-62-7003  
[URL] <http://www.iiyama-ouendan.net/>  
[E-mail] [info@iiyama-ouendan.net](mailto:info@iiyama-ouendan.net)



## 信州ふじみおひさんぽ 縄文の井戸尻体験コース

八ヶ岳南麓のJR信濃境駅周辺は、約5千年前に縄文文化が栄えた井戸尻遺跡をはじめとする古代遺跡があります。雄大な美しい景色や壮大な古代ロマンに思いを馳せながら、日本遺産「星降る中部高地の縄文世界」を歩き、黒曜石を使った矢じりづくりを行います。



- 1 日時 7月16日(土) 午前8時 ~ 午後1時
- 2 集合場所 井戸尻考古館 住所:諏訪郡富士見町境7053 / 電話:0266-64-2044
- 3 料金 3,500円 ※昼食代、入館料を含む
- 4 内容 定員 10名 ※最少催行人数 5名

### コース概要 (距離約5キロ)

井戸尻考古館→古代蓮→池生神社→高森観音堂→藤内遺跡  
→井戸尻考古館(見学&矢じりづくり)

### 服装・持ち物、注意点

歩きやすい服装、靴、帽子、及び雨具(カッパ、傘)持参でお願いします。  
熱中症対策(飲料、塩飴など)を各自お願いします。

### 雨天時の場合

雨天(小雨)決行  
※荒天時(台風等)は中止となります  
※催行の状況については下記富士見町観光協会までお問合せ下さい。

《主催》 富士見町・富士見町観光協会

《アクセス》 [お車で] 中央道小淵沢ICから3.5km 約15分

[列車で] JR信濃境駅から徒歩約15分

お問合わせ先 富士見町観光協会

[住所] 〒399-0211

長野県諏訪郡富士見町富士見4654-224

[電話] 0266-62-5757 [FAX] 0266-62-7747

[URL] <https://www.town.fujimi.lg.jp/page/ohisanpo2022.html>

[E-mail] [fujimian@po13.lcv.ne.jp](mailto:fujimian@po13.lcv.ne.jp)



## 霧ヶ峰で朝食を ～マイカープラン～

標高1,600Mに位置する霧ヶ峰高原は平均気温が平地より約10℃低く、高原植物の宝庫としても知られています。高原の涼しい風を受けながらランチをお楽しみいただける企画が「霧ヶ峰で朝食を。」です。ご利用特典として、霧ヶ峰夏山リフト利用券もしくは霧ヶ峰高原のオリジナルピンバッジと霧ヶ峰マップをプレゼント致します。

ご利用には前日の正午までに直接ご予約いただくか、又は上諏訪温泉の旅館で専用プランをご予約いただくことをご参加いただけます。

★2021年より「諏訪の国」ブランド認定商品として登録されています。



1 日時 7月1日(金)～9月30日(金)8時～11時 ※除外日:8/10～8/16

2 会場 ころぼっくるひゅって (長野県諏訪市霧ヶ峰車山肩 TEL:0266-58-0573)

3 入場料 お一人様 1,500円

4 内容 ●イベント概要

- ・期間 7月1日(金)～9月30日(金) 除外日:8/10～8/16
- ・営業時間 8:00～11:00 (ころぼっくるひゅっての営業時間です)
- ・行程 霧ヶ峰へは直接お客様で行っていただきます。ころぼっくるひゅっての営業時間内に食事をしてください。お客様の時間に合わせて霧ヶ峰高原をお楽しみください。(ガイド、添乗員はつきません)
- ・その他 食事内容は、トースト(コーヒー付き)です
- ・申込方法 ①ころぼっくるひゅってへ直接予約(前日正午まで) TEL:0266-58-0573  
②上諏訪温泉の旅館で専用プランを予約

《主催》 諏訪魅力UP委員会  
《アクセス》 [お車で] 中央道諏訪ICより約40分

[列車で] JR上諏訪駅より路線バスで約60分

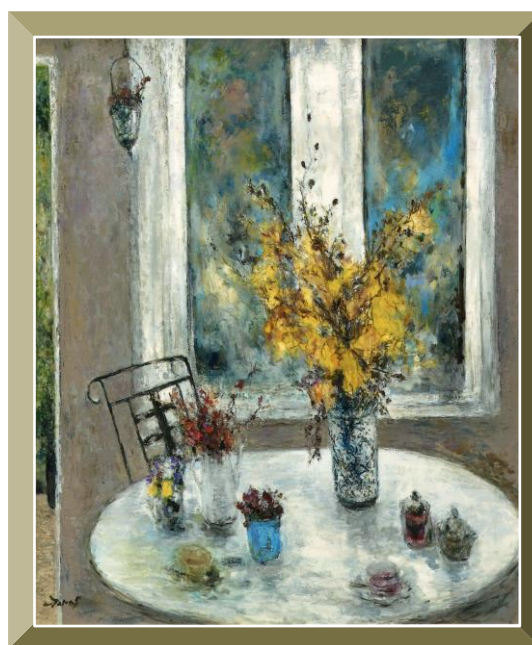
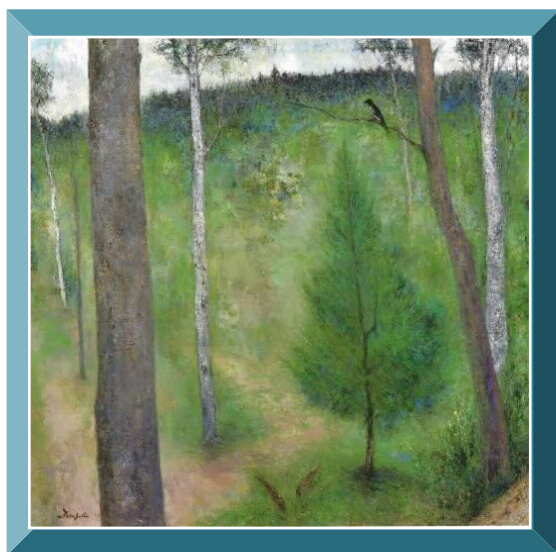
お問い合わせ先 ころぼっくるひゅって  
[住所] 〒392-0008  
長野県諏訪市霧ヶ峰車山肩  
[電話] 0266-58-0573 [FAX]  
[URL] <https://kirigamine.suwakanko.jp>





## 寺坂公雄個展 —山麓、風と光の交響—

樹間に匂い立つ白樺の緑や、山道に静かに佇む紅葉の朱といった八ヶ岳山麓の自然を色とりどりの色彩で表現する絵画の巨匠 寺坂公雄。雄大な自然との対話を通じ、四季折々の表情を捉えた絵画を多数展示します。八ヶ岳美術館の近隣で描かれた絵もあります。風と光、自然のシンフォニーをお楽しみください。



- 1 日時 7月2日(土)～9月11日(日)  
9時～17時(最終入館は16時30分まで)
- 2 会場 八ヶ岳美術館(原村歴史民俗資料館)
- 3 入場料 大人(高校生以上)510円 / 小中学生250円

- 4 内容 **【展覧会関連イベント】**  
オープニング・ギャラリートーク／セレモニー  
展覧会開催を記念してオープニングトークショーを開催いたします。  
登壇者：寺坂公雄（日本芸術院会員・光風会顧問・日展顧問）  
日時：7月2日(土) 13:30～  
会場：八ヶ岳美術館  
※要予約 電話：0266-74-2701まで

《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

《アクセス》 [お車で] 中央自動車道「諏訪南IC」から7km、「小淵沢IC」から14km  
[列車で] JR中央線「茅野駅」よりバスまたはタクシーで25～60分  
「富士見駅」よりタクシー約15分

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 0266-74-2701  
[URL] <https://yatsubi.com>  
[E-mail] [info@yatsubi.com](mailto:info@yatsubi.com)



## FOOD SAMPLE展 ～ TAKUMI 匠 ～

今回で2回目となる本展では、食品サンプル制作の老舗イワサキ・ビーアイでの社内コンクールの作品約120点を展示。

制作者の表現力は、単に「瞬間」「動き」を切り取るだけでなく、豊かな感性に裏打ちされています。“アートとしての食品サンプル”それは、楽しさや不思議さ、驚き、そして感動を見る人に与えます。世界に誇る日本の芸術、食品サンプルの魅力を十二分にご堪能ください。



東北南三陸  
まぐろ乗っけ丼



ブロッコ…リラ!?

- 1 日時 7月2日(土)～8月28日(日) 9:00～16:30(入館16:00まで)
- 2 会場 北アルプス展望美術館(池田町立美術館)  
住所:長野県北安曇郡池田町会染7782
- 3 入場料 大人:800円 / 高校生・大学生:600円  
小中学生:200円 / 未就学児:無料  
※障害者手帳をお持ちの方はご本人・同伴者1名様まで半額でご覧いただけます。  
※こちらの企画展チケットで常設展示もご覧いただけます。

注)7, 8月は下記日程は休館日となりますのでご注意願います  
休館日: 7月19日(火)、8月15日(月)

《主催》 北アルプス展望美術館

《アクセス》 [お車で] 長野自動車道「安曇野IC」より約20分  
[列車で] JR「穂高駅」よりタクシー 約15分  
または安曇追分からタクシー 約6分

黒部ダムの入り口「扇沢」まで車で約40分です。  
お立ち寄りポイントのひとつとしてどうぞお越しください!

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池田4169-3  
[電話] 0261-62-9197 [FAX] 0261-62-5688  
[URL] <https://ikedata-kanko.jp>  
[E-mail] [info@ikedata-kanko.jp](mailto:info@ikedata-kanko.jp)



## トットちゃんの夏祭り

松川村にある安曇野ちひろ公園は、安曇野ちひろ美術館に隣接した北アルプスの山並みを望む緑豊かな公園で、園内には黒柳徹子・著「窓ぎわのトットちゃん」にちなんだ「トットちゃん広場」などがあります。7月23日(土)にはトットちゃんの子ども時代をイメージした「トットちゃんの夏祭り」を開催。昔なつかしい遊びや、「信濃国松川響岳太鼓子供会」の迫力ある演奏、そして夏野菜の収穫体験など親子で楽しめるイベントが盛りだくさん。キッチンカーやハンドメイドクラフトを販売する「マルシェ」も同時開催します。ぜひご来場ください！



1 日時 7月23日(土) 10時～15時

2 会場 松川村 安曇野ちひろ公園

3 入場料 不要

4 内容

●イベント概要

- ・「信濃国松川響岳太鼓子供会」の演奏
- ・昔なつかしい遊び、夏野菜の収穫体験(有料)
- 同時開催マルシェ(キッチンカー、ハンドメイドクラフトの販売)

●その他のイベント概要

- ・10月までの毎月第4土曜日には体験イベントやマルシェなどの「おでかけホリデー」を開催中！

●ご注意・お願い

- ・体験イベント詳細についてはホームページのご確認をお願いします。
- ※イベントの内容は変更になることがあります。

《主催》 松川村 安曇野ちひろ公園

《アクセス》 [お車で] 長野自動車道 安曇野ICより約30分

[列車で] JR大糸線 信濃松川駅より約2.5km  
徒歩30～40分/レンタサイクル15分/タクシー5分

お問合わせ先 安曇野ちひろ公園

[住所] 〒399-8501  
長野県北安曇郡松川村3358-97  
[電話] 0261-85-8822 [FAX] 0261-85-8899  
[URL] <https://chihiro-park.org/>  
[E-mail] [chihiro1@chihiro-park.org](mailto:chihiro1@chihiro-park.org)





## 第45回 須坂カッタカタまつり

須坂カッタカタまつりの“カッタカタ”とは明治から昭和初期にかけて栄えた須坂の製糸業の繰糸機の糸枠の回る音で、大正12年に作られた須坂小唄(中山晋平 作曲・野口雨情 作詞)で歌われる“カッタカタ”という囃子言葉に由来した伝統的なお祭りです。市民による踊りの熱気で蔵の町の夏を演出します。



1 日時 7月23日(土) 18時～

2 会場 須坂市内

3 入場料 ございません

4 内容 須坂小唄がひびき渡る中、2体の荒々しい竜みこしが駆け回り、市民による踊りの熱気で蔵の町の夏を演出します。今年は規模を縮小しての開催です。

・踊りの祭典開始セレモニー 18:00～18:10

・踊りの祭典 18:10～19:40

・竜みこし 19:00～19:20

《主催》 須坂カッタカタまつり実行委員会事務局(須坂市商業観光課)

《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] 長野電鉄「須坂駅」より徒歩で約5分

お問合わせ先 須坂カッタカタまつり実行委員会事務局(須坂市商業観光課)

[住所] 〒382-0077

須坂市大字須坂1295-1シルキービル2階

[電話] 026-248-9005 [FAX] 026-248-9041

[URL] <https://www.city.suzaka.nagano.jp/contents/item.php?id=5962e7c923a62>

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

[その他]



## 第35回 須坂みんなの花火大会 ～疫病退散・がんばろう須坂！～

須坂の夜を彩る夏の風物詩。“～疫病退散 がんばろう須坂！～”をテーマに、スターメイン、メッセージ花火など、一発一発あでやかで粋な大輪の花火が、蔵の町の夜空を彩ります



1 日時 7月24日(日) 19時45分～

2 会場 須坂市百々川緑地公園

3 入場料 駐車場協力金1台1000円

4 内容 2022年で35回目となる「須坂みんなの花火大会」は、北信地域に夏の到来を告げる最初のロマンチックな花火大会として親しまれています。  
“～疫病退散 がんばろう須坂！～”をテーマに、スターメイン、メッセージ花火など、一発一発あでやかで粋な大輪の花火が、蔵の町の夜空を彩ります。

《主催》 須坂市花火大会実行委員会(須坂市商工会議所内)

《アクセス》 [お車で] 上信越自動車道「須坂長野東IC」から約8分

[列車で] 長野電鉄「須坂駅」よりタクシーで約8分

お問い合わせ先 須坂市花火大会実行委員会事務局(須坂市商工会議所)

[住所] 〒382-0091

長野県須坂市立町1278-1番地

[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]





## いいやま灯籠まつり

真夏の夜に、やわらかな灯りがいいやまの街を彩る「いいやま灯籠まつり」が、飯山中心商店街をメイン会場に行われます。飯山市の伝統工芸品である「内山紙」などを使って作られた灯籠約1万個に明かりが灯され、幻想的な空間が演出されます。地元高校生が中心となって取り組む「絆プロジェクト」灯籠演出は圧巻の迫力で、こちらの情景は「日本夜景遺産」にも認定されています。



- 1 日時 8月11日(木・祝) 16時～21時  
※飯山駅構内の灯籠演出は8月6日(土)～8月21日(日)
- 2 会場 長野県 飯山市中心市街地、飯山駅構内
- 3 入場料 入場無料
- 4 内容
  - 灯籠演出(8月11日 18:00～21:00)  
メイン会場(本町商店街)に灯籠を灯し、和紙の優しい光で癒しの空間として演出します。  
※今年度は新型コロナウイルス感染拡大防止の観点から、ステージイベントは実施いたしません。
  - 飯山駅構内の空間灯籠演出(8月6日～8月21日 終日)  
地元飯山高校の生徒を中心に、飯山駅構内において内山紙等を使った作品や、灯籠の展示を行います。

《主催》 いいやま灯籠まつり実行委員会

《アクセス》 [お車で] 上信越自動車道「豊田飯山IC」から車で10分 7km  
※注)当日は15時～22時まで市内交通規制有り  
[列車で] 飯山駅から徒歩約10分 800m

お問い合わせ先 飯山市 商工観光課 観光係  
[住所] 〒389-2292  
長野県飯山市大字飯山1110-1  
[電話] 0269-67-0731 [FAX] 0269-62-6221  
[URL] <http://www.city.iiyama.nagano.jp>  
[E-mail] [shoukan@city.iiyama.nagano.jp](mailto:shoukan@city.iiyama.nagano.jp)





## suwako ホラーナイトクルーズ

暗闇広がる諏訪湖の真ん中で会談を楽しんでいただくナイトクルーズ企画。  
ストーリーテラーは、2010年「稲川淳二の怪談グランプリ」で優勝経験のある『牛抱せん夏』。  
諏訪湖を流れる涼風とともに、怪談をお楽しみいただきたいと思います。  
1日100名様限定、乗船料金はお一人様1,500円(大人小人共通)ですが、7/21~7/23の期間中、  
諏訪魅力UP委員会加盟旅館にお泊りの方は優待価格1,000円でご利用いただけます。



- 1 日時 7月22日(金)、7月23日(土) 20時~21時 ※雨天決行
- 2 会場 諏訪湖 ロイヤル棧橋 19:30受付開始
- 3 料金 大人・小人共通 1,500円  
※魅力UP委員会加盟旅館宿泊者は500円割引となります。
- 4 募集人数 1日100名様まで
- 5 予約先 双泉の宿朱白 船舶部 TEL:0266-52-0739

《主催》 諏訪魅力UP委員会

《アクセス》 [お車で] 中央道諏訪ICより 約10分  
[列車で] JR中央線上諏訪駅より 徒歩約10分

お問い合わせ先 双泉の宿朱白船舶部  
[住所] 〒392-0027  
長野県諏訪市湖岸通り3-1-27  
[電話] 0266-52-0739 [FAX] 0266-52-0739



## 諏訪湖の花火

### ★第74回 諏訪湖祭湖上花火The Legacy, 諏訪湖サマーナイト花火★

夏の諏訪湖は毎日花火が上がります。7/24～8/27の35日間、1日10分間 約500発の花火を打ち上げます。花火を観覧する諏訪湖畔公園には有料桟敷席を設置せず、フリースペースとなりますので、お気に入りの場所で花火をお楽しみいただけます。また、期間中周辺では、ナイトクルーズやビアガーデンも開催予定。夏の諏訪湖で花火と一緒に楽しみいただけます。



1 日時 7月24日(日)～8月27日(土) 20:30～ 約10分間

2 会場 諏訪市諏訪湖畔公園

3 入場料 不要

4 内容 ●イベント概要

▽ 諏訪湖サマーナイト花火  
(2つの期間)

7月24日(日)～7月31日(日)  
8月16日(火)～8月27日(土)

▽ 第74回諏訪湖祭湖上花火 The Legacy 8月1日(月)～8月15日(月)

- ・場所: 諏訪市湖畔公園
- ・時間: 20:30～ 約10分間
- ・内容: 湖畔設置スピーカーからの音楽とシンクロした500発の花火打上げ
- ・雨天: 小雨決行、荒天時中止の場合あり

《主催》 サマーナイト花火実行委員会、諏訪湖祭実行委員会

《アクセス》 [お車で] 中央道諏訪ICより 約10分

[列車で] JR中央線上諏訪駅より徒歩約10分

お問い合わせ先 諏訪湖温泉旅館組合

[住所] 〒392-0021

長野県諏訪市上川1-1662

[電話] 0266-52-7155 [FAX] 0266-58-9613

[URL] <https://www.suwako-hanabi.com>

[E-mail] [info@suwako-onsen.com](mailto:info@suwako-onsen.com)

[その他]

