



表紙画像(参考画像)

P8 堀之内 聖 絵画展「いっしょに生きる私たち」
原村 ハケ岳美術館 より

Go Nature. Go Nagano.

7月号

2025年6月17日 発行



長野県PRキャラクター「アルクマ」
©長野県アルクマ

※諸般の事情により、イベントが変更・中止になる場合もございますので予めご了承ください。

〔項〕

〔タイトル〕

〔開催日・期間〕

〔開催地〕



新着情報

P1	9月・10月長野市イベント情報のご案内	9月13日、14日 10月11日、12日	長野市
P2	日本唯一のスカイレーターで行く、標高2307m天空の別世界	運行中～10月下旬	山ノ内町



参加募集

P3,4	第七回鉢盛山登山マラソン	8月3日	朝日村
P5	信州須坂 大谷不動尊 夏護摩祭 参拝トレッキング	8月19日	須坂市
P6	野沢温泉自転車祭	10月4日、5日	野沢温泉村
P7	安曇野雲海ロゲイニング2025	11月24日	安曇野市



美術館・博物館

P8	堀之内 聖 絵画展 「いっしょに生きる私たち」	7月5日～9月15日	原村
P9	川本喜八郎誕生100年特別展 ※展示・企画内容別の会期あり	開催中 ～2026年1月27日	飯田市



しあわせ信州
山々と育む すこやかな国

発行者：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 保科 / 増田 / 宮本 / 大西

<http://www.ginza-nagano.jp/> E-mail: ginza-nagano@pref.nagano.lg.jp



しあわせ信州

山々と育む すこやかな国

Go Nature. Go Nagano.



長野県PRキャラクター「アルクマ」
©長野県アルクマ

〔項〕

〔タイトル〕

〔開催日・期間〕

〔開催地〕



イベント

P10	「中央アルプス千畳敷ウォーキング」のお知らせ	7月22日、9月17日、 10月9日	伊那市 伊那谷観光局 (駒ヶ根市・宮田村)
P11	川中島の戦いデジタルスタンプラリー第三弾	開催中～11月24日	長野市
P12	いいだ人形劇フェスタ2025	8月7日～10日	飯田市
P13	飯田まつり第44回飯田りんごん	8月9日	飯田市
P14	飯田時又灯ろう流し花火大会	8月16日	飯田市
P15	安曇野市制施行20周年記念 第34回信州安曇野薪能	8月23日	安曇野市
P16	第56回 戸隠そば祭り	9月1日～10月31日	長野市
P17	2025.autumn 伊那谷ガイド付き自転車ツアー	9月13日～ 指定日	上伊那地区 伊那市・辰野町・箕輪町 飯島町・南箕輪村・中川村



資料・参考情報

P18	長野県エリアマップ (地勢図、主な名称)	—	—
-----	----------------------	---	---

銀座NAGANO ウェブサイトのご案内

銀座NAGANOホームページ	X 公式サイト	instagram 公式サイト	YouTube 公式サイト
https://www.ginza-nagano.jp/	https://x.com/ginza_nagano	https://www.instagram.com/ginza_nagano/	https://www.youtube.com/channel/UC8_uYpGpiVvk20NiJT-FOHkw
			
▼「アルクマ便り」は毎月第3水曜日、長野県公式ホームページにアップします。 https://www.pref.nagano.lg.jp/tokyokanko/pressreleases/arukumatayori.html			
			

掲載市町村

7月号

長野市

- 9月・10月 長野市イベント情報のご案内 /P1
- 川中島の戦い「シ」外スタンプラリー第三弾 /P11
- 第56回 戸隠そば祭り /P16

【安曇野市】

- 安曇野雲海ウォーキング2025 /P7
- 安曇野市制施行20周年記念
第34回信州安曇野新能 /P15

【朝日村】

- 第七回鉢盛山登山マラソン /P3,4

野沢温泉村

- 野沢温泉自転車祭り /P6

山ノ内町

- 日本唯一のスカイレーダーで行く、標高2307m
天空の別世界 /P2

須坂市

- 信州須坂 大谷不動尊 夏護摩祭
参拝トレッキング /P5

原村 ハッ岳美術館

- 堀之内 聖 絵画展「いっしょに生きる私たち」 /P8

伊那市 伊那谷観光局（駒ヶ根市・宮田村）

- 「中央アルプス千畳敷ウォーキング」のお知らせ /P10

伊那市 上伊那地区（伊那市・辰野町・箕輪町・飯島町・南箕輪村・中川村）

- 2025.autumn 伊那谷が「付」付き自転車ツアー / P17

飯田市

- 川本喜八郎誕生100年特別展 /P9
- いい大人形劇フェスタ2025 /P12
- 飯田まつり第44回飯田りんごまつり / P13
- 飯田時又灯ろう流し花火大会 / P14

【資料・参考情報】

- 長野県エリアマップ（地勢図・主な名称） /P15

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>



新着情報

9月・10月長野市イベント情報のご案内

長野市

秋に向けてのご紹介！

長野市のイベント先取り情報です。内容が変更になる場合があります。最新の情報、詳細はホームページなどでご確認ください。

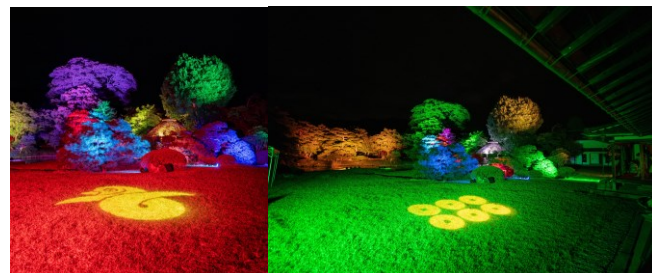
真田邸庭園ライトアップ ～幻奏～

長野市観光振興課 026-224-8316

松代城の城外御殿「真田邸」の庭園を7色の光でライトアップ。日替わりの演奏会なども予定しています。

開催日時 9月13日（土）、14日（日）
18時～20時30分

場 所 真田邸（国指定史跡）



第70回松代藩 真田十万石まつり

松代藩真田十万石まつり実行委員会
(長野商工会議所 松代支所内) 026-278-2534

松代藩真田十万石行列10月12日（日）出陣！
総勢200名を超える豪華絢爛な行列が松代城を出発し、町内を練り歩きます。松代城二の丸のステージで開催の「童謡の響くまち音楽祭」では地元の皆さんが歌や踊りを披露します。

開催日 10月11日（土）、12日（日）

場 所 松代城跡二の丸（メイン会場）



ちょっと寄り道
黄金の湯 松代荘
026-278-2596
真田の城下町に佇む宿。日帰り入浴もご利用いただけます。
源泉かけ流し100%の「黄金の湯」を思うままにご堪能ください。



恐竜イベント・信州新町フェア

信州新町観光協会 026-262-2245

着ぐるみで走るティラノサウルスレースなど様々な楽しい催しが盛りたくさん！ご家族で楽しめる2日間です。

開催日 10月11日（土）、12日（日）

場 所 信州新町化石博物館など
信州新町地区内



ちょっと寄り道
信州不動温泉さざり荘
026-264-2103
日帰り入浴・ご宿泊…各種アクティビティを！
知る人ぞ知る幻の羊「信州サフォーク」のジンギスカンは特別な味わい。



※各画像は参考画像となります

日本唯一の「スカイレーター」で行く 標高2307m 天空の別世界



スカイレーター：標高2,307メートルの横手山山頂へのアクセスを快適にする屋外型の動く歩道です。

日本で唯一のスカイレーターと日本で一番標高の高い第3スカイリフト（スカイペア）を乗り継ぎ、横手山山頂2307m、天空の別世界まで約15分間の小旅行をお楽しみください。また渋峠からも、渋峠ロマンズリフトご利用にて横手山山頂へのアクセスが可能です。～スカイレーターの魅力～「誰でも気軽に山頂へ」スカイレーターは、登山経験がない方や高齢者、小さなお子様連れでも安心して利用できます。歩かずに山頂まで到達できるため、体力に自信がない方にも最適です。



※各画像は参考画像となります

1	運行期間	現在運行中 ～10月下旬ごろまで
2	運行時間	スカイレーター運行時間 8:45～15:20 ※最終乗車時間：上り15:20／下り15:40 ★スカイレーター夜間運行を行い「天空フェス」を開催予定！ 8月9日・10日・16日・17日 17時から22時 詳細は後日HPにて ※雷や落雷、暴風雨などの場合、安全を確保するために運行見合わせや運休になることがあります。

2	場 所	志賀高原 横手山																					
3	利用料金	<table><tr><td>●横手山頂往復</td><td>大 人</td><td>: 2,000円</td></tr><tr><td>「スカイレーター・スカイリフト往復/渋峠ロマンズリフト往復」</td><td>小学生</td><td>: 1,700円</td></tr><tr><td>●スーパーダブル往復</td><td>大 人</td><td>: 2,500円</td></tr><tr><td>「スカイレーター・スカイリフト⇄（山頂）⇄渋峠ロマンズリフト往復」</td><td>小学生</td><td>: 2,300円</td></tr><tr><td>計6回分の乗車券。出発はスカイレーター、渋峠どちらからも可能です</td><td></td><td></td></tr><tr><td>●片 道</td><td>大 人</td><td>: 1,400円</td></tr><tr><td>「スカイレーター+スカイリフトもしくは渋峠ロマンズリフト片道乗車」</td><td>小学生</td><td>: 1,200円</td></tr></table>	●横手山頂往復	大 人	: 2,000円	「スカイレーター・スカイリフト往復/渋峠ロマンズリフト往復」	小学生	: 1,700円	●スーパーダブル往復	大 人	: 2,500円	「スカイレーター・スカイリフト⇄（山頂）⇄渋峠ロマンズリフト往復」	小学生	: 2,300円	計6回分の乗車券。出発はスカイレーター、渋峠どちらからも可能です			●片 道	大 人	: 1,400円	「スカイレーター+スカイリフトもしくは渋峠ロマンズリフト片道乗車」	小学生	: 1,200円
●横手山頂往復	大 人	: 2,000円																					
「スカイレーター・スカイリフト往復/渋峠ロマンズリフト往復」	小学生	: 1,700円																					
●スーパーダブル往復	大 人	: 2,500円																					
「スカイレーター・スカイリフト⇄（山頂）⇄渋峠ロマンズリフト往復」	小学生	: 2,300円																					
計6回分の乗車券。出発はスカイレーター、渋峠どちらからも可能です																							
●片 道	大 人	: 1,400円																					
「スカイレーター+スカイリフトもしくは渋峠ロマンズリフト片道乗車」	小学生	: 1,200円																					

主 催 アクセス

株式会社S&T観光

【お車で】 上信越自動車道「信州中野IC」より約50分

※季節、状況により異なる場合がございます。詳しくはお問合せ先へご確認ください

【列車で】 長野電鉄 湯田中駅から長電バスで約60分

お問い合わせ先

株式会社S&T観光

【住所】 〒381-0401

長野県下高井郡山ノ内町 志賀高原横手

【電話】 0269-34-2600 【FAX】 0269-34-2575

【URL】 <https://yokoteyama2307.com/>



参加募集

概要案内ページ
※詳細は次ページご参照ください

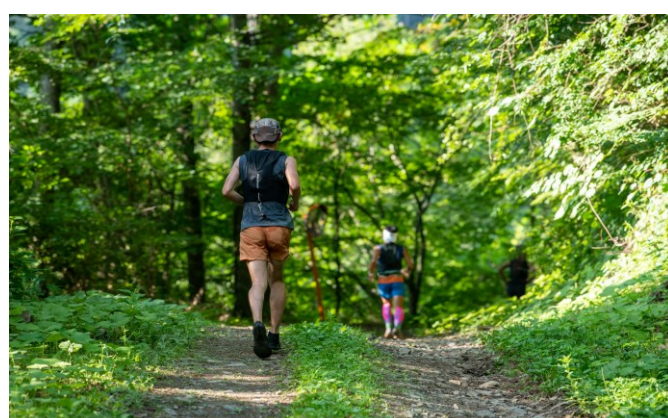
朝日村

第七回鉢盛山登山マラソン



朝日村役場を発着点に、村の最高峰で日本三百名山の一つでもある鉢盛山（2,447m）の頂を目指す高低差約1,600mのマラソン大会です。コースは全3コース。スカイコース（役場→山頂→役場）38km、トレイルコース（役場→登山口→役場）32km、ロードコース（役場→林道入口→役場）12km。参加者全員に信州朝日村産朝採れ野菜をプレゼント！一緒に大会を盛り上げましょう！詳しくは大会ホームページをご覧ください。

第七回 日本三百名山2447 鉢盛山登山マラソン



スカイコースで折り返し地点の鉢盛山山頂まで行けた参加者には山頂でしか手に入らない登頂証を差し上げます。登頂証は大会ごとにデザインが異なり、第一回から第十回までコンプリートすると大会名が完成します。

※各画像は過去の参考画像となります

参加募集

詳細ご案内ページ

朝日村

第七回鉢盛山登山マラソン

**1 開催日** 8月3日（日）**2 会場** 鉢盛山周辺指定コース**3 集合場所** 朝日村役場**4 参加費** コースによって異なります。 ※下記内容欄に記載

5 内 容	スカイコース（38km）	トレイルコース（32km）	ロードコース（12km）
定 員	300名	150名	100名
参加料	9,000円	7,000円	4,000円
受付時間	5：00～6：00	6：00～7：00	7：00～8：00
スタート	6：30	7：30	8：30

6 応募締切日	7月15日（火）	大会サイト
応募・申込は専用サイトからとなります https://moshicom.com/121381/		https://hachimori-marathon.jp/ 

主 催 朝日村観光協会**共 催** 朝日村

アクセス

（朝日村役場まで）

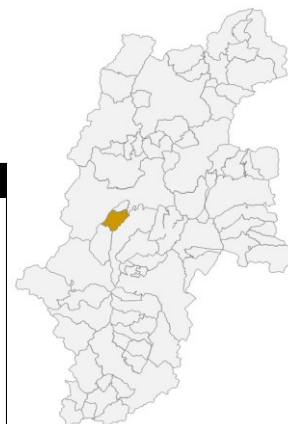
※季節、状況により異なる場合がございます。詳しくはお問合せ先へご確認ください

【お車で】 塩尻北インターより約20分

【列車で】 当日、松本駅から朝日村までバス運行予定。（要予約）
路線バスは本数が少ない為、下記サイトをご参考ください
朝日村役場アクセス情報サイト

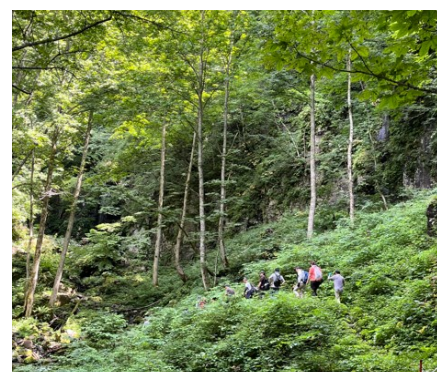
<https://www.vill.asahi.nagano.jp/official/soshikikarasagasu/kyoikuinkai/kyouikuseisakuka/shakaikyoikutanto/6/357.html>

お問合わせ先	競技に関するお問合わせ先
朝日村観光協会 〔住所〕 〒390-1104 長野県東筑摩郡朝日村古見1286 〔電話〕 0263-87-1935 〔FAX〕 0263-99-3584 〔URL〕 https://hachimori-marathon.jp/ 〔E-mail〕 asahi-k@go.tvn.ne.jp	株式会社未来図 〔住所〕 〒390-0315 松本市岡田町290-4 〔電話〕 080-1355-0375 〔URL〕 https://miraiz-corp.jp/ 〔E-mail〕 matsu@miraiz-corp.jp



信州須坂 大谷不動尊 夏護摩祭 参拝トレッキング 歩 行

須坂市仁礼地区にある大谷不動尊奥の院は早くから人々の信仰を集め、五穀豊穡・養蚕繁昌が祈願されてきました。旧大笹街道の御黒門から奥の院まで、神聖な空気を感じながらタケカンバの原生林に続くミズナラとトチノキの荘厳な森を歩きます。護摩炊きでは自分で願い札を焚べていただき、心も体も清められるような感覚をご体験ください。護摩炊きの後は地元の郷土食「ひんのべ」※をお楽しみください。



※各画像は過去の参考画像となります

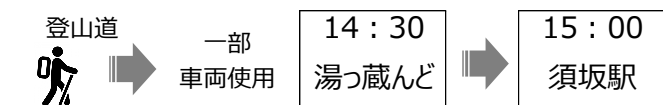
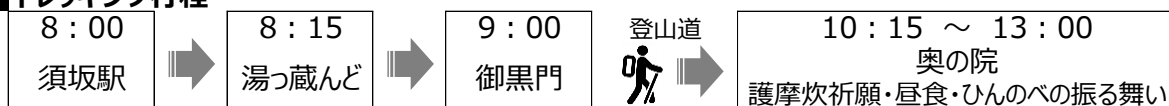
1 開催日時 8月19日(火) 8:00～15:00頃

2 会場 大谷不動尊奥の院
集合場所：長野電鉄「須坂駅」または「湯つ蔵んど」

※ひんのべとは？：北信地方に伝わる郷土料理。豚肉、ダイコン、サトイモ、ニンジンなどの根菜や油揚げなどを具材とする味噌仕立てのすいとん汁。名称はすいとんの生地をひっぱって伸ばすことから。「ひんのべ汁」ともいう。（出展：デジタル大辞泉プラス）

3 参加費 8,500円（護摩炊き代3,000円、保険・ガイド・集合場所からの往復送迎代含む）

4 内容 トレッキング行程



往復3km
山道を往復約2時間程度歩きます。
登山に慣れた方向きのコースです

【持ち物】 雨具、軍手、トレッキングポール、飲み物、軽食など。

【服装】 軽登山の支度でご参加ください。

5 特記事項 ※集合場所は「須坂駅」または「湯つ蔵んど」のどちらかをお選びください。
※宿泊付きプランもございます。お問い合わせください。1名様20,000円～(2名1室)
※最小催行人数5名様

主催 一般社団法人 信州須坂観光協会

アクセス

須坂駅まで

※季節、状況により異なる場合がございます。詳しくはお問合せ先へご確認ください

【お車で】 上信越道須坂長野東ICより約10分

【列車で】 長野電鉄線 須坂駅下車

お問い合わせ先

信州須坂観光協会

【住所】 〒382-0077

長野県須坂市大字須坂1295-1駅前シルキービル2F

【電話】 026-215-2225

【FAX】 026-215-2226

【URL】 <https://www.suzaka-kankokyokai.jp/>

【E-mail】 info@suzaka-kankokyokai.jp



参加募集

野沢温泉村

野沢温泉自転車祭



起伏に富んだ広大なフィールドを活用して開催される野沢温泉自転車祭。標高差800m・全長約13kmを一気に駆け上がる「ヒルクライム」。スキー場内、既存のダウンヒルコースと特設アドベンチャー区間を組み合わせた国内唯一、一斉スタートの「アドベンチャーダウンヒル」。北信州の原風景を駆け巡る「グラベル&アドベンチャーツーリング」は、普段は立ち入れない里山の未舗装路、棚田、森林など、まるで冒険のような特別ルートを走り抜けます。ファミリーからベテランまで楽しめる、旅心たっぷりのライドを楽しむことができます。夜には、地元の協力により『屋台村』が開かれます。スポーツの秋、食欲の秋を堪能しにおこしください。



※各画像は過去の参考画像となります

- 1 開催日 10月4日(土)、5日(日)
- 2 会場 野沢温泉スキー場
長野県下高井郡野沢温泉村
- 3 参加費 エントリー費：10,000円～
※種目により異なります
- 4 内容 今年で5回目！野沢温泉自転車祭。
自転車の初級者から上級者まで一緒に楽しむことが出来る自転車大会です。
「ヒルクライム」「アドベンチャーダウンヒル」「グラベル&アドベンチャーツーリング」の3種目を開催します。
メイン会場への入場はどなたでも無料です。会場ではキッチンカーやメーカーブースをご覧いただきながら
お過ごしいただくことが可能です。各競技への参加については事前にエントリーが必要となりますので、
公式HPにて詳細をご確認の上エントリーください。

エントリー期間		エントリー締切	
6月21日(土)～8月31日(日)		8月31日(日)	
大会公式HP		大会公式Instagram	
https://nozawa-cycle.jp/		https://www.instagram.com/nozawa_cycle/	

- 主催 野沢温泉サイクルイベント実行委員会
- アクセス
※季節、状況により異なる場合がございます。詳しくはお問合せ先へご確認ください
- 【お車で】 上信越自動車道「豊田飯山IC」より約25分
- 【列車で】 北陸新幹線「飯山駅」下車、野沢温泉ライナー25分
中央バスターミナル下車 徒歩約15分

- お問合わせ先 野沢温泉サイクルイベント実行委員会 事務局
- 【住所】 〒389-2502
長野県下高井郡野沢温泉村豊郷8005（野沢温泉スキークラブ）
- 【電話】 0269-85-2623 【FAX】 0269-85-3616
- 【URL】 <https://nozawa-cycle.jp/>
- 【E-mail】 jitenshasai@nozawa-cycle.jp



参加募集

安曇野市

安曇野雲海ロゲイニング2025

2014年に安曇野で始まり、毎年地域を変えつつ開催してきた「信州安曇野ロゲイニング※」
2025年は明科地区とその周辺をフィールドに開催します！今回のコンセプトは「天空に浮かぶ、安曇野の朝」
朝が好きになる街 安曇野で、日常を離れ雲の上の風景に出会う特別なひとときを体験してみませんか。



※ロゲイニングとは地図とコンパスを使い、指定されたエリア内の多数のチェックポイントを制限時間内に回り、獲得した得点を競う野外スポーツです。

※各画像は過去の参考画像となります

1 開催日時 11月24日（月・祝）5時00分～14時00分

2 競技エリア 長野県安曇野市明科地区とその周辺

3 主会場 安曇野市明科支所・明科公民館

4 参加費用 ● 5時間の部 一般1名5,000円、大学生以下1名1,000円
● 3時間の部 一般1名3,500円、大学生以下1名1,000円

5 内容 ● **競技内容：ロゲイニング** * 制限時間：5時間／3時間
* 移動手段：歩行または走行
* 通過証明：デジタル写真撮影
● **クラス** **5時間の部：チームは2～5人**
混合チーム、女子チーム、男子チーム、女子ソロ、男子ソロ
3時間の部：チームは2～5人
家族チーム
混合チーム、女子チーム、男子チーム、女子ソロ、男子ソロ
※16歳以上
(家族チームは15歳以下のメンバーを含む混成のみ参加可)

● **募集人数**
3時間の部、5時間の部及びチーム・ソロ合計 300名

● **募集締め切り：11月3日（月・祝）まで**

※定員になり次第締切

● **詳細は右記大会公式ホームページよりご確認願います**

タイムスケジュール

5:00 5時間の部 受付開始
5:30 5時間の部 開会式
6:00 5時間の部 競技スタート
8:30 3時間の部 受付開始
9:00 ロゲイニング講習会
9:30 3時間の部 開会式
10:00 3時間の部 競技スタート
11:00 5時間の部 フィニッシュ
11:30 5時間の部 表彰式
13:00 3時間の部 フィニッシュ
13:30 3時間の部 表彰式

大会ホームページ

<http://azumino-rogaining.jp/>



主催 信州安曇野ロゲイニング実行委員会

アクセス

※季節、状況により異なる場合がございます。詳しくはお問合せ先へご確認願います

【お車で】 長野自動車道「安曇野IC」から約15分

【列車で】 JR「明科駅」から徒歩約5分

お問合わせ先

安曇野市観光課

【住所】 〒399-8281

長野県安曇野市豊科6000

【電話】 0263-71-2000

【FAX】 0263-72-1340

【URL】 <http://azumino-rogaining.jp/>

【E-mail】 kankokoryu@city.azumino.nagano.jp



堀之内 聖 絵画展「いっしょに生きる私たち」



原村の原小学校に通う堀之内聖さんは、野生の生き物を独特の感性で描きます。

第15回中村キースヘリング美術館国際児童絵画コンクールの北杜市長賞を受賞するなど、精力的に活動を展開する堀之内さんの絵画作品をご紹介します。



※各画像は参考画像となります

1 開催期間 7月5日（土）～9月15日（月・祝）
9:00～17:00（16:30最終入館）
注）ライブアートは指定日がございます

2 会場 ハケ岳美術館（原村歴史民俗資料館）

3 入館料 一般（高校生以上） : 510円
小中学生 : 250円

4 内容

作者の

堀之内 聖さん

※まだ小学生です！



●ライブアート …作家本人が展示室内で絵を描きます。

開催日 7月 19日（土）、20日（日）
8月 2日（土）、3日（日）
9月 6日（土）、7日（日）
開催時間 午後1時～3時

●コラージュ・ワークショップ（要予約）

開催日 8月9日（日）
開催時間 午後1時30～3時
参加費 500円
定員 20名

主催 ハケ岳美術館（原村歴史民俗資料館）

アクセス

※季節、状況により異なる場合がございます。詳しくはお問合せ先へご確認ください

【お車で】 中央自動車道「諏訪南IC」から約7km、
「小淵沢IC」から約14km
【列車で】 JR中央線「茅野駅」よりタクシーで約25分
「富士見駅」よりタクシー約15分

お問い合わせ先 ハケ岳美術館（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】 <https://yatsubi.com>
【E-mail】 info@yatsubi.com



美術館（博物館）

飯田市

川本喜八郎誕生100年特別展

現在、川本喜八郎の生誕100年記念特別展「川本喜八郎が影響を受けた人形アニメーション作家」を開催しています。人形アニメーション界の巨匠イジイ・トルンカのアニメーション人形をはじめ、制作にまつわる絵コンテや挿絵など川本が受けた影響とつながりをご覧ください。

また、常設展「英雄列伝」では川本の代表作『人形劇 三国志』において最初につくられた呂布をはじめ、孔明や劉備など約80体を見ることができます。

※川本喜八郎（かわもと きはちろう／1925-2010）高い芸術性を備えた人形アニメーションを生み出し、NHK人形劇『三国志』『平家物語』などで多くのファンを魅了した。



1 開催期間 特別展Ⅰ「イジイ・トルンカ作品展」
開催中～2025年8月31日（日）まで
第31回常設展「人形劇三国志 英雄列伝」
開催中～2026年1月27日（水）まで

2 会場 飯田市川本喜八郎人形美術館
開館時間：9:30～18:30（入館は18:00まで）
休館日：水曜日（祝日は開館）、年末年始

3 入館料 一 般 ： 4 0 0 円 ※未就学児無料
小中学生 ： 2 0 0 円

4 特別展に合わせた記念イベント
7月12日(土) 古布でしおりづくり
7月30日(水) 写生大会（対象：小学生以下）
8月 2日(土) デジタル写生大会（対象：中学生以上）
8月23日(土) 長編人形アニメーション『死者の書』特別上映
10月 5日(日) 古布でブローチづくり
11月 3日(月・祝)「三国志」諸葛孔明の帽子づくり
12月28日(日) つきたて餅の振る舞い

特別展Ⅱ 人形劇「頂羽と劉邦」展
川本喜八郎が遺した未完の夢
会期 2025年9月13日(土)～11月30日(日)
未完に終わった幻の企画「頂羽と劉邦」。
この「最後の人形劇」の資料と人形を通じて、川本が
晩年に描いた壮大な物語の世界を紹介します。

主 催 川本喜八郎人形美術館

アクセス
※季節、状況により異なる場合がございます。詳しくはお問合せ先へご確認ください

【お車で】 中央自動車道「飯田IC」より約10分
※周辺市営駐車場2時間無料
【列車で】 JR 飯田線「飯田駅」より徒歩約10分

お問合わせ先 川本喜八郎人形美術館
【住所】 〒 395-0044
長野県飯田市本町1丁目2番地
【電話】 0265-23-3594 [FAX] 0265-52-3594
【URL】 https://kawamoto-iida.com/



イベント

上伊那地域
(駒ヶ根市・宮田村)

「中央アルプス千畳敷ウォーキング」のお知らせ



標高2,612メートルの千畳敷で、壮大な山岳景観を眺めながら、里山プロジェクトメンバーの指導による千畳敷ウォーキングです。大自然の中で歩くことは、脳内ホルモンの分泌を促し、自律神経のバランスを整える効果があるといわれています。運動が苦手な方でも安心してご参加いただける、無理のないペースで実施します。大自然の中で、自分の心と体を整える特別な時間を過ごしてみませんか。

1 開催日時
7月22日(火)、9月17日(水)
10月9日(木)
各出発日とも9時00分集合
～15時00分頃解散予定

2 会場
上伊那郡内(駒ヶ根市・宮田村)
「集合場所：菅の台バスセンター」

3 参加費
9,000円/人(大人・子ども同額)

4 内容
●行程：チラシ参照
<https://www.inadanikankou.jp/activity/page/id=1897>

●申込期限 出発の2週間前まで

●注意事項・備考

- 本ツアーは(一社)長野伊那谷観光局が主催する募集型企画旅行です。
- トレッキングシューズ、帽子、手袋、タオル、長袖等ご準備ください。
- 昼食、飲物は各自でご用意願います。
- 路線バス、ロープウェイ及び駐車場は混雑が予想され大幅な待ち時間となる場合があります。
- 添乗員は同行しません。当観光局職員が同行します。
- 天災、荒天等の理由により中止する場合があります。

可憐な高山植物たちに出会えるかも…
※各画像は参考画像となります

主催 一般社団法人 長野伊那谷観光局

アクセス

※季節、状況により異なる場合がございます。詳しくはお問合せ先へご確認ください

【お車で】 中央道「駒ヶ根インター」より約5分

【列車で】 JR 飯田線「駒ヶ根駅」より路線バス「駒ヶ岳ロープウェイ線」で約15分

お問い合わせ先

(一社) 長野伊那谷観光局

【住所】 〒396-0025

長野県伊那市荒井3500-1 いなっせ3F

【電話】 0265-98-8451

【FAX】 0265-73-5867

【URL】 <https://www.inadanikankou.jp/>

【E-mail】 k-dmo@union-kamiina.jp

上伊那魅力再発見ツアー
中央アルプス 千畳敷ウォーキング

標高2,612メートルの千畳敷で、壮大な山岳景観を眺めながら、里山プロジェクトメンバーの指導による千畳敷ウォーキングです。大自然の中で歩くことは、脳内ホルモンの分泌を促し、自律神経のバランスを整える効果があるといわれています。運動が苦手な方でも安心してご参加いただける、無理のないペースで実施します。大自然の中で、自分の心と体を整える特別な時間を過ごしてみませんか。

2025年
出発日 ①7月22日(火)
②9月17日(水)
③10月9日(木)

募集人員 各回24名
(最少催行人員 各回12名)

ツアー行程

09:00	菅の台バスセンター オリエンテーション(約20分)
09:45頃	菅の台バスセンター【標高850m】 ↓ 路線バス(乗車時間約30分) しらび平【標高1,662m】 ↓ ロープウェイ(乗車時間7分)
10:40頃	千畳敷駅【標高2,612m】 ウォーキング(全行程約2h・約90分) ホタル千畳敷 ※途中で(昼食・休憩)
14:00頃	千畳敷駅【標高2,612m】 ↓ ロープウェイ(乗車時間7分) しらび平【標高1,662m】 ↓ 路線バス(乗車時間約30分)
15:00頃	菅の台バスセンター【標高850m】 オリエンテーション(約20分) ※時間は目安となります。 混雑状況により変更になる場合があります。

観光地域づくり法人
一般社団法人 長野伊那谷観光局

ご旅行代金(税込)
お1人様 **9,000円**
大人・子ども同額

※昼食は含まれておりませんので、各自でご用意ください。
※添乗員は同行しません。当観光局職員が同行します。

ご旅行代金に含まれるもの
・交通費(路線バス・ロープウェイ)
・ガイド料

ご案内
●このツアーは「NPO法人 里山プロジェクト」の企画協力で(一社)長野伊那谷観光局が主催する募集型企画旅行です。●昼食、飲み物、トレッキングシューズ、帽子、手袋、タオル、長袖等をご準備ください。●路線バス、ロープウェイおよび駐車場の混雑が予想され、大幅な待ち時間となる場合があります。早めの集合と駐車場係員の指示による駐車をお願いします。●取消の際は所定の取消料をいただきます。●天災・荒天等の理由により、行程を変更または中止する場合があります。●詳しい取引条件書を説明した書面をお渡ししますので、事前にご確認の上、お申し込みください。
※このチラシは、2025年5月1日現在の資料に基づいて作成しました。

お申し込み
QRコード・HPまたはお電話にて
Tel: 0265-98-8451
営業時間: 月～金8:30～17:15(土日・祝日休業)

お申し込みは
QRコード・HPまたはお電話にて

お申し込みは
QRコード・HPまたはお電話にて



イベント

長野市



川中島の戦いデジタルスタンプラリー第三弾!!



武将 山本勘助カラノ挑戦状

「川中島の戦い」にまつわる謎解きをしながら、楽しくゆかりの地をめぐるスタンプラリー第三弾を開催します。

スタンプをためて、「川中島の戦い」オリジナルカードを手に入れよう!

デジタルNFTトレカは、長野市立博物館/真田宝物館で提示すると、入館割引が受けられる特典付きです。

- 1 **開催期間**
開催中～11月24日(月・祝)まで!
- 2 **会場**
川中島古戦場周辺など
チェックポイントは長野市内全9箇所
- 3 **参加料** 不要



4 内容・参加方法

①アクセス

スマートフォンで【スタンプラリー専用サイト】にアクセス
<https://kawanakajima3.meguru.ndensan.co.jp/index.html>



②なぞとき

「なぞとき」を選んで、問題をみます



③さがす 正解となる場所をさがします

④二次元コードを読み込む

正解場所にある二次元コードを読み込みます

⑤スタンプゲット

正解するとスタンプが表示されます



⑥景品ゲット!

指定の数のスタンプが貯まったら
アンケートに答えて景品をゲット!



※各画像は参考画像となります

※スマートフォンのみで参加可能です

主催 長野市観光振興課

アクセス

※季節、状況により異なる場合がございます。詳しくはお問い合わせ先へご確認ください

川中島古戦場まで

- 【お車で】 上信越自動車道「長野IC」より約10分
- 【列車で】 JR「長野駅」善光寺口③のりばより「松代行き」バスで約20分、
「川中島古戦場」バス停下車、徒歩約2分

お問い合わせ先 長野市観光振興課

- 【住所】 〒380-8512
長野県長野市大字鶴賀緑町1613番地
- 【電話】 026-224-8316 【FAX】 026-224-5043
- 【URL】 <https://kawanakajima.nagano.jp/>
- 【E-mail】 kankou@city.nagano.lg.jp



イベント

飯田市

いいだ人形劇フェスタ2025

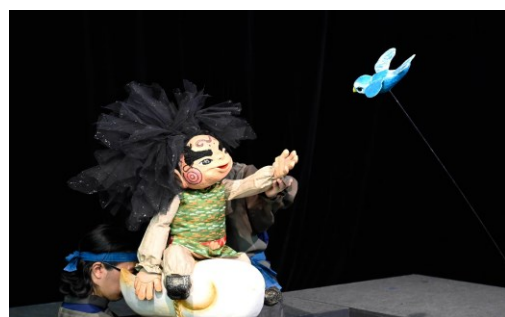
いいだ人形劇フェスタは毎年夏に開催される日本最大級の人形劇の祭典です。

今年のテーマは「もっと わくわく」

国内外からプロ・アマチュア・学生の劇団が参加し、ヨーロッパやアジアの劇団による海外人形劇公演、伝統人形劇から現代人形劇まで多彩な人形劇が約120会場で上演されます。人形劇公演のほかにワークショップなど楽しい企画が盛りだくさんです。



※各画像は参考画像となります



人形劇フェスタホームページ
<https://www.iida-puppet.com/>



1 開催期間 8月7日（木）～ 10日（日）の4日間

2 会場 飯田市全域および下伊那郡町村の約120会場

3 入場料 参加証ワッペン：700円（3歳以上）

※そのほかチケットが必要な有料公演あり

4 内容 海外の人形劇、伝統人形芝居、0・1・2歳向けの人形劇、紙芝居の連続公演など、公演の種類も様々です。人形劇の公演のほかにも、人形が街を練り歩くパレードや、人形作り、人形操作をプロから学ぶワークショップなどの企画もあります。

5 注意事項 人形劇の公演を見るには1枚700円の参加証ワッペンが必要です（3歳以上）。有料公演を見るにはワッペンのほかにチケットが必要となります。期間中に約400の公演が行われますが、そのほとんどはワッペンのみで見られる公演です（有料のものは43公演）。



★くわしくはこちらを参照願います

主催 いいだ人形劇フェスタ実行委員会

アクセス
飯田文化会館まで

※季節、状況により異なる場合がございます。詳しくはお問合せ先へご確認ください

【お車で】 中央自動車道「飯田IC」より約10分

【列車で】 JR飯田線「飯田駅」より徒歩約10分

お問合わせ先 飯田市教育委員会 飯田文化会館 人形劇のまちづくり係

【住所】 〒395-0051

長野県飯田市高羽町5-5-1

【電話】 0265-23-3552

【FAX】 0265-23-3533

【URL】 <https://www.iida-puppet.com/>

【E-mail】 festa2025@iida-puppet.com



イベント

飯田市

飯田まつり第44回飯田りんごん

飯田市中心市街地で、「飯田まつり第44回飯田りんごん」が開催されます。

昼間は街中が歩行者天国となり、「ふれあいアップルタウン」として商栄会による催しをはじめ、キッチンカーやクラフト物販の出店を計画しています。夜の「りんごん踊り」では、各地区、学校、企業ごとに「連」をなし、「りんごん りんごん ホイ おいな〜」の掛け声に合わせて、「りんごん大賞」、「アレンジ大賞」、「コスチューム大賞」を目指し、街中を盛大に踊り歩きます。



1 開催日時 8月9日(土) 11:00~21:00

2 会場 飯田市 中心市街地(丘の上エリア)

3 観覧料 不要

4 内容

11:00~17:00

ふれあいアップルタウンとして各商店街による露店、縁日などの催しが行われます。

18:00~18:30

スターティングセレモニー

踊り開始前のセレモニーです。

18:40~20:20

りんごん踊り 各連が街中を踊り歩きます。

★当日の飛び入り参加も可能です

(まつり本部：中央通り1・2丁目交差点 へお越しください)

踊りの休憩中にはメッセージ花火の打ち上げも行います。



※各画像は参考画像となります

飯田りんごん動画サイト

<https://www.youtube.com/channel/UC1bcDPWqjSULaSNFSBvkM3A>

主催 りんご並木の街飯田まつり協議会

アクセス

※季節、状況により異なる場合がございます。詳しくはお問合せ先へご確認ください

[お車で] 中央自動車道「飯田IC」より約10分

[列車で] JR飯田線「飯田駅」より徒歩約5分

お問合わせ先

りんご並木の街飯田まつり協議会事務局(飯田市商業観光課内)

[住所] 〒395-0044

長野県飯田市本町1-2

[電話] 0265-52-1715

[FAX] 0265-22-4567

[URL] <https://www.city.iida.lg.jp/soshiki/25/ringon.html>

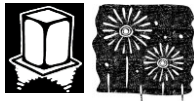
[E-mail] ii-maturi@city.iida.nagano.jp



イベント

飯田市

飯田時又灯ろう流し花火大会



昭和4年に新盆供養の行事として第1回が開催され、今年で96回目を迎えます。
 幻想的な灯ろうと花火の競演が見どころの「飯田時又灯ろう流し花火大会」は、天竜川に新盆供養の灯ろうが
 流れる中、尺玉、スターマイン、メッセージ花火、水中金魚花火、ナイアガラなど約2,000発の花火が打ち上げられ、
 昔ながらの懐かしい風景を楽しむことができます。



※各画像は参考画像となります

1 開催日時 8月16日(土)
 18:00～21:30 (毎年同日開催)

2 会場 飯田市 天竜川時又港

3 観覧料 不要

4 内容
 17:00 地元和太鼓チームによる鈴岡太鼓の演奏
 18:00 長野原竹宵の会竹灯籠・鈴岡太鼓演奏
 19:00 精霊供養灯籠万灯流し
 19:15 打ち上げ花火(約2,000発)

5 注意事項 時又港の座席取りは当日16:00から行えます。(それ以前に置かれたものは撤去)
 周辺の交通規制18:00～21:30
 臨時駐車場(川路多目的広場/今田平グラウンド/竜丘小学校グラウンド/竜丘自治振興センター)
 中止の判断は当日9:00に決定しホームページにて告知

時又灯ろう流し花火大会HP

<https://tokimata-tourounagashi.com/>



主催 飯田時又灯ろう流し実行委員会

アクセス

※季節、状況により異なる場合
 がございます。詳しくはお問合せ
 先へご確認願います

【お車で】 三遠南信自動車道(天龍峡IC)から約5分

【列車で】 JR飯田線「時又駅」から徒歩で約5分

お問合わせ先 飯田市 まちなかインフォメーションセンター

【住所】 〒395-0044

長野県飯田市本町1丁目2番地

【電話】 0265-22-4851

【FAX】 0265-22-4567

【URL】 <https://msnav.com/>



イベント

安曇野市

安曇野市制施行20周年記念
第34回 信州安曇野薪能

今年の信州安曇野薪能は安曇野市制施行20周年を記念して、青木道喜師作、能「犀龍小太郎」を上演いたします。「犀龍小太郎」は安曇野に伝わる民話をもとにした新作能です。
大人から子供まで楽しめる渾身のエンターテインメント能です。
ぜひご家族でお出かけください。



※各画像は参考画像となります

1 開催日時 8月23日（土） 15時30分開場
17時30分開演
20時30分終了（予定）

2 会場 安曇野市明科龍門淵公園
駐車場200台（雨天時：明科体育館）

3 鑑賞費用 一般（前売）： 3,000円 学生（大学生等）： 1,000円
一般（当日）： 3,500円 高校生以下： 500円
●定員 1,000人（全席自由）

4 演目 【能】菊慈童 片山九郎右衛門、宝生欣哉（人間国宝）
【舞囃子】龍田 青木道喜
【新作能】犀龍小太郎 茂山七五三（人間国宝）、茂山千五郎、茂山逸平、
浦田保親、青木真由人、地頭 青木道喜

5 注意事項 ・お出かけ前にホームページで会場を確認してください。天候により体育館に会場を変更する場合があります。
・詳しくはホームページをご参照ください。

主催 信州安曇野薪能実行委員会
信州安曇野薪能公式ホームページ <https://azumino-takiginoh.com/>

アクセス 【お車で】 長野自動車道「安曇野IC」より約30分

※季節、状況により異なる場合がございます。詳しくはお問合せ先へご確認ください

【列車で】 JR篠ノ井線明科駅下車、徒歩10分（無料の送迎バスもあります）

お問合わせ先 信州安曇野薪能実行委員会
（安曇野市教育委員会 教育部 文化課内）
【住所】 399-8281
長野県安曇野市豊科6000番地

【電話】 0263-71-2463 【FAX】 0263-71-2338
【URL】 <https://azumino-takiginoh.com/>
【E-mail】 bunka@city.azumino.nagano.jp



第56回 戸隠そば祭り



信州戸隠で開催される「戸隠そば祭り」。
10月30日に古くなったそばざるやそば打ち道具などのお焚き上げが行われます。
10月31日には、戸隠神社中社で「戸隠そば献納祭」が行われ、今年の実りに感謝し、新そばを献納します。「半ざる食べ歩き」は毎年ご好評をいただいております。「ゆっくりと食べ歩きをしていただきたい」というそば店の思いから、今回は9月1日スタートとなります。戸隠はそばの二期作が可能な土地のため、多くの店舗で今夏に収穫された「夏の新そば」が提供されます。秋の新そばに先立ち、ぜひお気に入りのお店を見つけてください。



半ざるそば



※各画像は参考画像となります

1	開催期間	9月1日(月)～10月31日(金)
2	会場	対象のそば店、宿泊施設、戸隠神社中社
3	内容 各費用等	秋の新そばの実りに感謝し、そば店の店主らが自らが育てたそば粉で打つおそばを戸隠の大神様に献納する神事のほか、戸隠そばの食べ歩きといった様々な企画を期間中に実施します。 ■対象そば店「半ざる食べ歩き」 9月1日(月)～9月30日(火) ※13～15日の三連休を除く ※チケットブック(2,000円税込、数量限定販売)の購入が必要となります。 13～15日は購入・使用不可。予約フォームで事前予約必須。詳細はそば祭りHPから ■戸隠神社中社大鳥居前「そば道具お焚き上げ神事」 …10月30日(木)16:30～ ■戸隠神社中社「新そば献納祭」 …10月31日(金) 9:00～ ■対象そば店、宿泊施設「献納そば提供」 …10月31日(金)12:00～ ※新そば献納祭でお祓いをしたそば粉で打つ「献納そば」を数量限定販売。 献納そば：1,300円税込

主催 第56回戸隠そば祭り実行委員会

アクセス

※季節、状況により異なる場合がございます。詳しくはお問合せ先へご確認ください

【お車で】 JR「長野駅」より約40分、または上信越自動車道「長野IC」より約65分

【列車で】 JR「長野駅」よりアルピコ交通「観光特急戸隠線」乗車、「戸隠中社」下車(約1時間)

お問い合わせ先

一般社団法人 戸隠観光協会

【住所】 〒381-4101

長野県長野市戸隠3517

【電話】 026-254-2888

【FAX】 026-254-2678

【URL】 <https://sobamatsuri.com/>

【E-mail】 info@togakushi-21.jp

【その他】 戸隠観光情報センター(営業時間：9時～17時、年中無休)



イベント

上伊那地域

伊那市・辰野町・箕輪町
飯島町・南箕輪村・中川村

2025.autumn
伊那谷ガイド付き自転車ツアー



長野伊那谷観光局では、令和元年度から観光地域づくりの一環として、自転車を活用した「旅」の提案をしています。これまで、サイクルマップの配布やプロモーション動画の作成、地域理解の促進、自転車ガイドの養成、試験的なツアー販売など、受入体制の整備に取り組んできました。

このたび、一般向けにガイド付き自転車ツアーの発売を開始しました。令和7年度は、4日程（3コース）を販売します。詳しくは、公式HPにて、コース造成過程も含めて案内をしていますので、ご確認をお願いします。

1	ツアー概要	
ツアータイトル	(1) 食べて知るアカマツの魅力 ～伝えられてきた自然と暮らし～	
開催日時	9月13日(土)	9:30～15:30
集合場所	道の駅大芝高原	
関連サイト	https://www.inadanikankou.jp/activity/page/id=2146	



ツアータイトル	(2) あなたに伝えたい 「美味しいリンゴができるまで」	
開催日時	9月20日(土)	8:30～15:30
集合場所	いなっせ北側多目的広場	
関連サイト	https://www.inadanikankou.jp/activity/page/id=2148	



ツアータイトル	(3) おいしいを集めよう ～ガレットハンティング～	
開催日時	10月11日(土)	9:00～16:00
集合場所	道の駅田切の里	
関連サイト	https://www.inadanikankou.jp/activity/page/id=2149	



ツアータイトル	(4) あなたに伝えたい 「美味しいリンゴができるまで」	
開催日時	10月18日(土)	8:30～15:30
集合場所	いなっせ北側多目的広場	
関連サイト	https://www.inadanikankou.jp/activity/page/id=2148	



※各画像は参考画像となります

2	参加費	15,000円/人(税込) ※(1)～(4) 共通 ※自転車を持込みの場合は10,000円にて参加できます。 ●募集人数 10名(最少催行人数2名) ●その他 https://www.inadanikankou.jp/special/page/id=2156 主催 長野伊那谷観光局
---	-----	---

アクセス

※季節、状況により異なる場合がございます。詳しくはお問合せ先へご確認ください

【お車で】 中央自動車道八王子ICから伊那IC、170km約2時間10分

【列車で】 新宿駅から伊那市駅(JR中央本線-JR飯田線) 約3時間
※最寄り高速バス停・最寄り中央線駅からの送迎は応相談

お問い合わせ先

(一社) 長野伊那谷観光局

【住所】 〒396-0025

長野県伊那市荒井3500-1 いなっせ3F

【電話】 0265-98-8451

【FAX】 0265-73-5867

【URL】 <https://www.inadanikankou.jp/>

【E-mail】 k-dmo@union-kamiina.jp

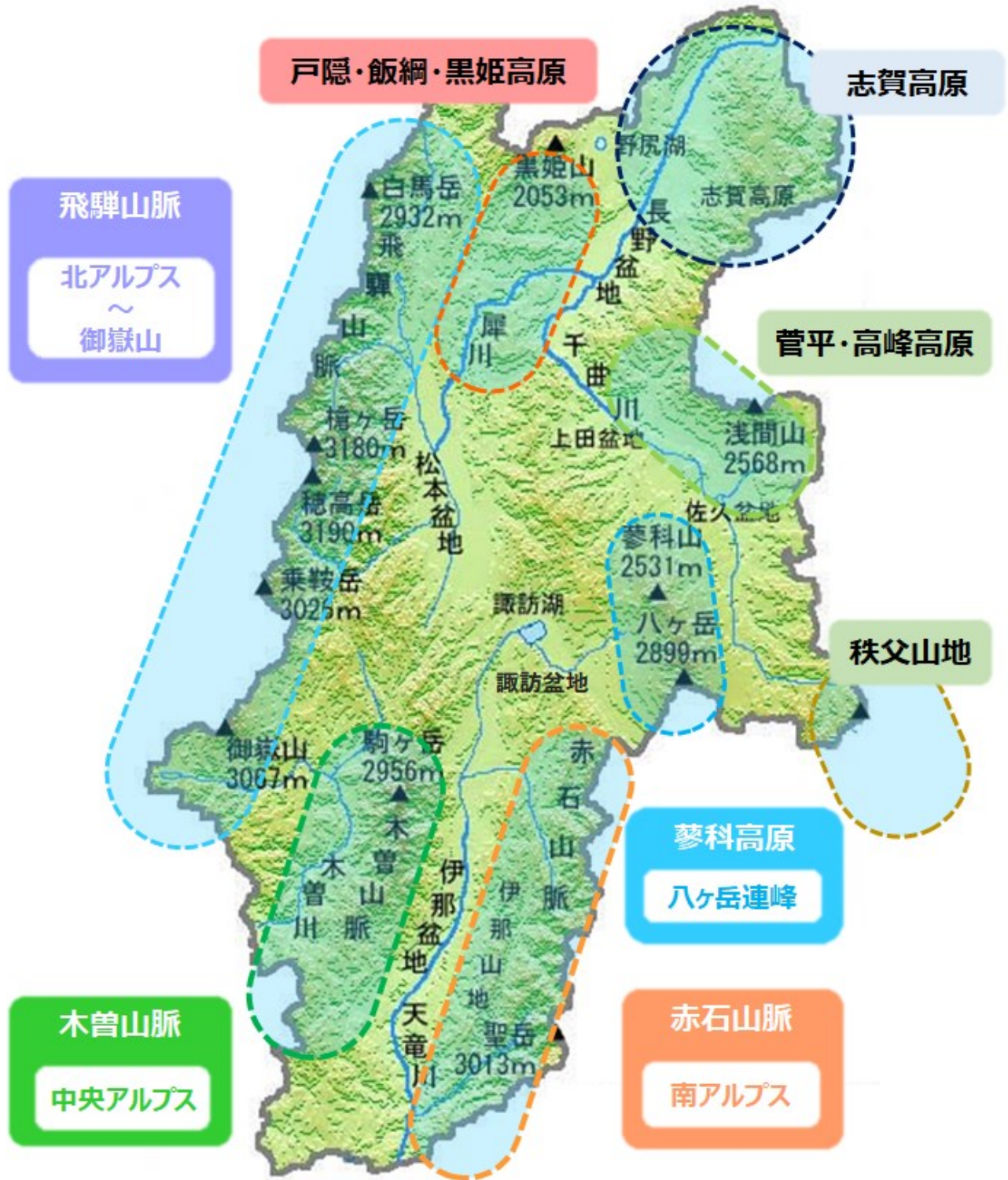


資料・参考情報

長野県エリアマップ°

(地勢図・主な名称)

長野県には3つの主な山脈、様々な高原があり、29座の日本百名山を有します



～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>



長野県PRキャラクター「アルクマ」
©長野県アルクマ



Go Nature. Go Nagano.

多彩な風土で魅力を育む しあわせ  信州