



2015 年12月15日

1月号

長野県PRキャラクター
アルクマ



掲載ページ

開催日・期間

開催地

● 記者会発表

1p おかげさまで 喬木村いちご狩り30周年 1月9日～5月20日 喬木村

● 真田丸関連

2p 真田丸大河ドラマ館オープン 1月17日～29年1月15日 上田市
3p 体感!! 戦国の絆～信州松代真田大博覧会2016 1月17日～12月12日 長野市
4p 真田大博覧会 真田家の城下町を歩こう! 1月30日～3月26日 長野市

● イベント

5p 国宝松本城新春開門式 1月3日 松本市
6p 伝統行事 三九郎 1月9日 安曇野市
7p 松本あめ市 1月9日、10日 松本市
8p 国宝松本城氷彫フェスティバル 1月23日～24日 松本市
9p 三十段飾り千体の雛祭り 1月20日～4月17日 須坂市
10p みはらしファームの節分会 1月31日 伊那市
11p だるま市 2月11日 伊那市

● 参加募集

12p 湯ったり三昧 湯治プラン ～3月31日まで実施 安曇野市
13p 志賀高原スノーシューハイキング 1月9日～3月27日 山ノ内町
14p ～現地発着～ 冬の体験ツアー 参加者募集中!
健康街道木曽路を歩く 冬の“とっておき”ヘルシーツアー 2月5日～6日 木曽町
ワイナリーの四季まるごと体験ツアー《第1回・早春編》 2月28日 飯綱町
スノーキャット(雪上車)&スノーシュー体験ツアー 2月12日～13日 須坂市
15p 信州安曇野ハーフマラソン 申込み1月16日～ 安曇野市

掲載ページ

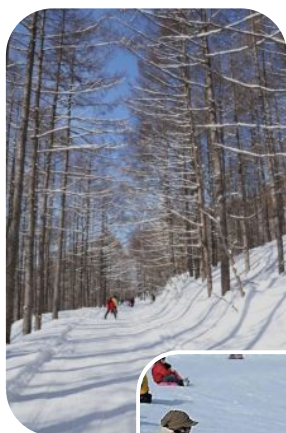
開催日・期間

開催地



雪・氷イベント

16p タコチツアーコース	12月27日～3月21日	高山村
17p 冬の公園で遊ぼう！	1月下旬～3月上旬	大町市
18p 白川氷柱群	1月中旬～2月中旬	木曽町
19p 開田高原かまくらまつり	2月6日 昼の部 夜の部	木曽町
20p 鹿島槍火まつり	1月30日	大町市
21p 信州 木曽ふくしま 雪灯りの散歩路	2月5日～6日	木曽町



▼「アルクマ便り」は毎月第3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。
<http://www.pref.nagano.lg.jp/tokyokanko/index.html> 新着情報→アルクマ便り(プレスリリース資料)

※掲載ページ内容のお問い合わせは、各ページの《お問い合わせ先》までお願いいたします。

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: 熊谷晃／竹鼻栄二／赤羽久美子／岩下春夫
<http://www.ginza-nagano.jp/> E-mail: ginza-nagano@pref.nagano.lg.jp

掲載市町村

1月号

長野市

- 体感!! 戦国の絆
信州松代真田大博覧会 2016/3P
- 真田家の城下町を歩こう!/4P

大町市

- 冬の公園で遊ぼう!/17P
- 鹿島槍火まつり/20P

安曇野市

- 伝統行事 三九郎/6P
- 湯ったり三昧湯治プラン/12P
- 信州安曇野ハーフマラソン/15P

松本市

- 国宝松本城新春開門式/5P
- 松本あめ市/7P
- 国宝松本城
氷彫フェスティバル/8P

飯綱町

- ワイナリーの四季まるごと体験ツアー
《第1回・早春編》/14P

山ノ内町

- 志賀高原
スノーシューハイキング/13P

高山村

- タコチツアーコース/16P

須坂市

- 三十段飾り千体の雛祭り/9P
- スノーキャット(雪上車)&
スノーシュー体験ツアー/14P

上田市

- 真田丸大河ドラマ館オープン/2P

木曽町

- 健康街道木曽路を歩く
冬の“とっておき”ヘルシーツアー/14P
- 白川氷柱群/18P
- 開田高原かまくらまつり/19P
- 信州 木曽ふくしま 雪灯りの散歩路/21P

伊那市

- みはらしファームの節分会/10P
- だるま市/11P

喬木村

- おかげさまで 喬木村いちご狩り30周年/1P

「さわやか信州旅 net」

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

エリア別の検索が可能!

見る・楽しむ

宿泊

グルメ・おみやげ

モデルコース

アクセス・交通

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

さわやか信州

検索

おかげさまで 喬木村いちご狩り30周年

喬木村は長野県のいちご狩り発祥の地、今シーズンで30周年を迎えました。
品種は章姫(あきひめ)が中心、糖度が高く形は大ぶりで真っ赤に熟します。
園内はバリアフリーで車いすやベビーカーにも対応、時間制限もなく、練乳のおかわりも自由です。
温かいハウスで甘い香りに包まれながら、真っ赤で大粒のいちごを思う存分お楽しみください。



バリアフリーの園内

- 1 期 間** 1月9日(土)～5月20日(金)
2 会 場 たかぎ農村交流研修センター(村内 いちごハウス)
 受付時間 9:00～15:00(3月からは16:00まで) 要予約
3 入 場 料 小学生以上:1,600円 小学生未満:1,300円 3歳未満:無料(4月3日までの料金)
4 内 容 ▼期間中特別イベント
 ・オープンイベント 1月9日(土) 9:00～
 豚汁無料サービス、杵つき餅の無料サービス、シンビジウムが当たる抽選会
 ・毎月15日(いちごの日)は入園された方、全員にくじ引きチャンス!
 いちごジャム等の景品をご用意しています。
 ・ポイント集めて入場券ゲット、入場1回につき1ポイントを付与します。
 8ポイント集めると抽選により100名様に入場券が当たるチャンス!
 ■あまーいスイーツでおもてなし♪
 30周年に合わせ、いちご狩りの受付をしている「たかぎ農村交流研修センター」
 では喬木産いちごを使ったスイーツを続々発売をしていきます。
 Ex:村のキャラクター バリー&ゴーをモチーフにした「ロールケーキ」甘酸っぱい
 いちごの味を活かしたクリームと、しっとりしたスポンジの相性が抜群です。
 プレーン味とココア味をご用意しております。お土産にどうぞ。1本1200円

- 《主 催》 いちご狩り実行委員会
 《アクセス》 [お車で] 中央自動車道「飯田IC」からR153を北上、座光寺信号右折 約20分
 「松川IC」からR153を南下、座光寺信号左折 約25分
 (ナビゲーションの設定は0265-33-4488(Aコープ喬木店)で)
 [列車で] JR飯田線「元善光寺駅」よりタクシーで約10分

- お問合わせ先 たかぎ農村交流研修センター(担当:吉川、松沢 0265-33-3999)
 (住 所) 〒395-1101 下伊那郡喬木村1440-1
 (電 話) 予約専用:0265-48-0602 (FAX) 0265-33-3665
 (URL) <http://www.takagi-nkkc.jp/>
 (E-mail) kouryu@vill.takagi.nagano.jp
 いちごを使ったスイーツを続々発売予定! いちご狩りと合わせて取材をお願いします。



～ 信州 上田 ～ 真田丸大河ドラマ館オープン

1月17日(日)
オープン

平成28年放送予定のNHK大河ドラマ「真田丸」。
全国で唯一、長野県上田市にオープンする「真田丸」のドラマ館では、戦国の荒波を駆け抜けた主人公、真田信繁(幸村)の波乱万象な生涯を描くドラマのストーリーに沿って、セットや衣装などの展示をし、魅力的な大河ドラマの世界をお楽しみいただける施設です。



- 1 期 間** 平成28年1月17日(日)～平成29年1月15日(日) 9時～17時
※1月17日(日)のオープン日の開館は13時です。
- 2 場 所** 上田城跡公園内(旧市民会館ホール) 長野県上田市二の丸1-2
- 3 入 館 料** 大人:600円 小・中学生:300円 団体(20名様以上)大人:480円 小・中学生:240円

《アクセス》 [お車で] 上信越自動車道「上田菅平IC」から約15分
[列車で] 北陸新幹線「上田駅」より徒歩12分

お問い合わせ先 大河ドラマ「真田丸」上田市推進協議会事務局
(住 所) 〒386-8601 上田市大手 1-11-16
(電 話) 0268-75-2554 (FAX) 0268-22-4131
(URL) <http://ueda-sanadamaru.com/>
(E-mail) promotion@city.ueda.nagano.jp



～体感!! 戦国の絆～ 信州松代真田大博覧会2016

2016年のNHK大河ドラマ「真田丸」の放送に合わせ、長野市松代において『体感!!戦国の絆 信州松代”真田大博覧会”2016』を開催します。

真田宝物館での「戦国の絆」をテーマにした特別企画展を中心に真田邸での大河ドラマに関わる展示や文武学校での体験プログラムなど魅力あふれる1年間の特別イベントです。

この機会にぜひ真田十万石の城下町・信州松代へお越しください。



- 1 期 間** 平成28年1月17日(日)～12月12日(月)
- 2 場 所** 真田宝物館、真田邸(新御殿)、文武学校、山寺常山邸、松代城跡
- 3 入 館 料** 3館共通券 大人:800円、小中学生:300円 (個別の入場料は下記に記載)
- 4 内 容**
- ▼NHK大河ドラマ特別展「真田丸」関連特別企画展『戦国の絆』
会場/真田宝物館 (入館料:大人600円、小中学生200円)
真田家が親子、兄弟、家族、地域など、様々な「絆」を通して乱世を乗り越え、信濃の小豪族から近世大名として自立したその歴史・実像を”本物”の史料から紹介します。
 - ▼『真田生活体験館』会場/真田邸(新御殿)
(入館料:大人300円、小中学生100円)
NHKとのタイアップによる大河ドラマ「真田丸」の世界にたっぷりと浸ることのできる展示や、武士の生活を体験できるプログラムなどを実施します。
●着物着付 ●茶道石州流 ●八橋流箏曲
(いずれも体験料1,000円・入館料別途)
●香道志野流(会場/山寺常山邸 体験料1,500円・入場料無料)
 - ▼『真田文化体験館』会場/文武学校(入館料:大人200円、小中学生80円)
松代藩士が研鑽を積んだ藩校・文武学校を舞台に武士の嗜みをご体験いただけます。●弓道 ●古武道 (体験料1,000円・入館料別途)
- ※体験プログラムは事前申込みが必要です。申込みは・・・
エコール・ド・まつしろ倶楽部 Tel026-278-0550/Fax026-278-0551
- ▼『お祭り広場』 会場/松代城跡

- 《主 催》 体感!!戦国の絆 信州松代”真田大博覧会”2016実行委員会
- 《アクセス》 [お車で] 上信越自動車道「長野」ICから約5分
[列車で] JR「長野駅」からアルピコ交通バス「松代」行きで約30分

- お問合わせ先** ながの観光コンベンションビューロー
- (住 所) 〒380-0835 長野市新田町1485-1 もんぜんぶら座4階
- (電 話) 026-223-6050 (FAX) 026-223-5520
- (URL) <http://www.nagano-cvb.or.jp/>



～真田大博覧会～
真田家の城下町を歩こう！

2016年に放映されるNHK大河ドラマ「真田丸」に合わせて開催する
「体感!!戦国の絆 信州松代真田大博覧会2016」の期間中、まち歩きツアーを実施します。
真田十万石の城下町に残る真田家が築いた歴史や文化を地元ガイドが紹介します。



- 1 期 間** 平成28年1月30日(土)～3月26日(土) (実施日は下記に記載)
- 2 場 所** 長野市 松代町内
- 3 内 容**
- ▼「真田丸」その後の真田家の実像を体感
—松代城跡や真田家の菩提寺・長国寺、小松姫の菩提寺・大英寺などをめぐります
1月30日(土)・1月31日(日)・2月20日(土)・2月21日(日)・3月12日(土)・
3月19日(土)・3月20日(日) 10:30～12:10頃 (1,500円(資料・拝観料含む))
 - ▼真田十万石の城下町に残る武家屋敷見学とひなめぐり(昼食付き)
—真田邸、山寺常山邸、大英寺、武家屋敷をめぐります
3月26日(土) 10:00～14:00頃 (2,200円(入場料・昼食代含む))
 - 申込み:NPO法人 夢空間 松代のまちと心を育てる会
Tel/Fax 026-278-1277
- ※上記の日程以外にも事前予約によりお申込みいただけます。
希望日の5日前までにお申込みください。

- 《アクセス》
- [お車で] 上信越道「長野IC」から約5分
 - [列車で] JR「長野駅」からアルピコ交通バス「松代」行きで約30分

- お問い合わせ先** NPO法人 夢空間 松代のまちと心を育てる会
- (住 所) 〒381-1231 長野市松代町伊勢町577松代まち歩きセンター内
 - (電 話) 026-278-1277 (FAX) 026-278-1277
 - (URL) <http://www.npo-yumekuukan.com/>



第25回 国宝松本城新春開門式

新年を祝う正月の恒例行事。古城太鼓の打初めと共に黒門の大戸が開かれます。庭園内では、檜ぐいのみ(松本城藩主家紋入り)、お餅の無料配布、甘酒及び常設売店の初売り、羽根つき・コマ回し大会、昔懐かしい飴、羽子板などが数多く当たるお楽しみ抽選会などをを行います。新年を祝い、新春の松本城を楽しみませんか。



- | | |
|---------|--|
| 1 日 時 | 1月3日(日)午前10時～午後3時 |
| 2 会 場 | 国宝松本城本丸庭園 |
| 3 入 場 料 | 本丸庭園のみ無料
※天守に登る方は有料 |
| 4 内 容 | ◇国宝松本城古城太鼓の初打ち
◇お餅・ぐい呑みの無料配布(先着順)
◇お楽しみ抽選会
◇羽根つき・コマ回し大会
◇甘酒、干支飴他の販売
※お餅・ぐい呑みは先着各1,000個、開門式前に黒門付近で午前9時30分から引換券を配布し、10時30分から本丸庭園で引換券と交換します。 |



- | | |
|--------|---|
| 《主 催》 | 松本城管理事務所 |
| 《アクセス》 | [お車で] 長野自動車道「松本IC」から約15分
[列車で] JR「松本駅」よりバスで約8分
JR「松本駅」より徒歩約15分 |
| お問合わせ先 | 松本城管理事務所
(住 所) 390-0873 松本市丸の内4番1号
(電 話) 0263-32-2902 (FAX) 0263-32-2904
(URL) http://www.matsumoto-castle.jp/ |



伝統行事 三九郎

毎年地区ごとに正月飾りを燃やして、この年の五穀豊穡・無病息災を願う「三九郎」が行われます。三九郎または「どんど焼き」とも言います。小学生が各家庭をまわり、しめ縄・門松などを集めてやぐらを組み飾り付けをし、畑には高さ4メートルほどのやぐらが完成します。等々力町区では子供の三九郎と一緒に、高さ9メートルの大人の三九郎が並びます。日々の健康と幸せを願う人々の心は今も昔も変わらず伝統行事として安曇野に語り継がれています。



- 1 日 時** 1月9日(土) 17時～
- 2 会 場** 穂高川の河川敷
- 3 内 容** 正月飾りを集めて昼間のうちに櫓を飾りあげます。
「まゆ玉」と呼ばれる色とりどりの団子を柳の枝にさしたものを、子供達が作り持ちよります。
三九郎の火で団子やお餅を焼いて食べることで1年間を健康に暮らせると言い伝えられています。
夕方、日が山の端に傾いたころ(5時頃)に櫓に火を付けます。
まもなく火の手が瞬く間に燃え広がり竹が弾けて大きな音を立てると大きな歓声が上がります。
北アルプスの美しい山並を背景にした田園風景のなかで行われる素敵なおまつりです。

- 《アクセス》** [お車で] 長野自動車道「安曇野IC」から約20分
[列車で] JR大糸線「穂高駅」よりタクシーで約5分

- お問合わせ先** 一般社団法人 安曇野市観光協会
(住 所) 〒399-8303 安曇野市穂高 5952-3
(電 話) 0263-82-3133 (FAX) 0263-87-9361
(URL) <http://www.azumino-e-tabi.net>
(E-mail) azumino@bz03.plala.or.jp



松本あめ市

戦国時代、塩の供給を断たれ困っている敵将の武田信玄に上杉謙信が塩を送り、この塩が松本の地に届いた永禄11年(1568年)の故事を記念して「塩市」が始まり、いつしか「あめ市」になったと言い伝えられている商都松本の新春の伝統行事です。
七福神が加わる時代行列、全国あめ博覧会・即売会、塩取り合戦、子供たちの福だるま売りなど多催な行事が行われます。



- 1 日 時** 1月9日(土)、10日(日) 10時～16時頃
- 2 場 所** 松本市中心市街地 ※駐車場は周辺の既設有料駐車場をご利用ください。
- 3 内 容**
- 9日、10日
 - ▼全国あめ博覧会・即売会 時間:10時～ 会場:中町・蔵シツク館
 - ▼福だるま売り
 - ▼松本城大手門枳形跡広場物産市 時間:10時～
 - 9日のみ
 - ▼歩行者天国
時間:10時30分～15時30分
区間:中心市街地一円
 - ▼松本あめ市時代行列
時間:11時30分～ 会場:歩行者天国内一円
 - ▼塩取り合戦(綱引き) 時間:13時～14時 会場:本町通り
 - ▼音楽隊・太鼓連の競演 時間:10時30分～15時 会場:歩行者天国内一円
 - ▼初春抽選会 時間:11時～15時 会場:千歳橋上
 - ▼あったか鍋のふるまい(チャリティ事業)
時間:11時30分～ 会場:松本城大手門駐車場
 - ▼スタンプラリー等 ←(アルプちゃんを探せ)
スタンプラリーの参加用紙は、《千歳橋上実行委員会本部》で入手できます。



- 《主 催》 松本あめ市実行委員会
- 《アクセス》
- [お車で] 長野自動車道「松本IC」から約15分
 - [列車で] JR「松本駅」よりバスで約8分
 - JR「松本駅」より徒歩約15分

お問い合わせ先 松本あめ市実行委員会事務局(本町商店街振興組合)

(住 所) 〒390-0811 松本市中央1-21-15

(電 話) 0263-36-1121 (FAX) 0263-36-1120

(取材担当) 松本市 商工観光部 商工課 傘木(かさぎ)0263-34-3110



第30回 国宝松本城氷彫フェスティバル

「さわやか信州松本フェスティバル」の冬の祭典として、国宝松本城と北アルプスを背景に開催する「国宝松本城氷彫フェスティバル」は、毎年多くの来場者を迎え今回で30回目を迎えます。

全国氷彫コンクールをはじめ、氷と触れ合うふれあい広場、キャラクターショー、氷のすべり台など、楽しいイベントが盛り沢山です。また、今年もご当地の鍋をお楽しみいただける「信州・松本鍋まつり」を同時開催します。



夜を徹して
作成した
氷像作品の
数々！！

早朝もライトアップ
入場無料！

- 1 日 時** 1月23日(土)10時～24日(日)16時
- 2 会 場** 松本城公園 ※駐車場は会場周辺の既設有料駐車場をご利用ください。
- 3 内 容**
- ▼全国氷彫コンクール
 - ・作品制作 23日(土)18:00～24日(日) 6:00
※夜～朝方は制作風景を公開しています。(ライトアップ)
 - ・作品展示 24日(日)6:00～16:00
※23日(土)のコンクール作品展示はありません。
 - ・作品審査 24日(日)10:00～11:00
 - 審査員(実行委員、選手、一般来場者の先着100名)
 - ▼祭典シンボル 氷像:鯪2体(松本城公園内)
 - ▼ふれあい広場 氷のジャンボ滑り台、氷像展示、氷彫刻デモンストレーションほか
 - ▼市民イベント
 - ・特設ステージで参加型イベントの開催(主に子ども向け)
 - ・キャラクターショー、じゃんけん大会、松本山雅FC交流イベントほか
 - ▼鍋まつりコーナー 市内外のご当地「鍋」や「汁」を集めた販売ブース
 - ・23日(土)10:00～15:00、18:00～21:00
 - ・24日(日) 6:00～15:00(予定)

《主 催》 国宝松本城氷彫フェスティバル実行委員会

《アクセス》 [お車で] 長野自動車道「松本IC」から約15分
[列車で] JR「松本駅」よりバス約8分、徒歩約15分

お問い合わせ先 松本市 観光温泉課 (担当:工藤)

(住 所) 〒390-0874 松本市大手3-8-13
松本市役所 大手事務所5F

(電 話) 0263-34-8307 (FAX) 0263-34-3049

(URL) <http://youkoso.city.matsumoto.nagano.jp/>

(E-mail) kankou@city.matsumoto.nagano.jp



三十段飾り千体の雛祭り

高さ6m、30段飾りに豪華絢爛1,000体の雛人形を展示する『三十段飾り千体の雛祭り』は、おかげさまで今年で10周年を迎えました。今年も恋人の聖地・須坂アートパークでは、「三十段の雛飾り」を世界の民俗人形博物館と須坂版画美術館の2館で展示。歴史的建物園に飾られるお雛様と合わせて、約6,000体の雛人形を展示します。



- 1 期 間** 1月20日(水)～4月17日(日) 9時～17時
- 2 会 場** 須坂アートパーク(世界の民俗人形博物館・須坂版画美術館・歴史的建物園)
※須坂版画美術館・歴史的建物園は5月8日(日)まで展示
- 3 入 場 料** 共通券500円(中学生以下無料) 20名様以上団体は2割引
- 4 内 容** 今年も高さ6メートルの30段に、1,000体の雛人形が並びます。
豪華絢爛な雛人形たちが並ぶ様は圧巻です！
見どころは様々な年代の雛飾り。古いものでは江戸後期から、新しいものでは平成のものまで、さまざまな年代の雛飾りを見比べることもできます。
御殿雛や木目込み雛、豆雛や押絵びななどの、変わり雛も多数展示します。
親子孫三代で違いを比べあうのも楽しいかもしれません。

- 《主 催》 世界の民俗人形博物館
- 《アクセス》 [お車で] 上信越自動車道「須坂長野東IC」から5km 約10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** 世界の民俗人形博物館
(住 所) 〒382-0031 須坂市大字野辺1367-1(須坂アートパーク)
(電 話) 026-245-2340 (FAX) 026-245-2341
(URL) <http://www.culture-suzaka.or.jp/hinamatsuri/>
(E-mail) doll@culture-suzaka.or.jp



みはらしファームの節分会

節分は、季節の分かれ目の意味で、元々は「立春」「立夏」「立秋」「立冬」のそれぞれの前日をさしていました。節分が特に「立春」の前日をさすようになったのは、冬から春になる時期を1年の境とし、現在の大晦日と同じように考えられていたためです。「立春」の節分に豆をまく「豆まき」の行事は「追儼(ついな)」と呼び、中国から伝わった風習で、疾病などをもたらす悪い鬼を追い払う儀式で文武天皇の慶雲3年(706)に宮中で初めて行われたとのこと。各ご家庭でも見られる風習を、みはらしファームでは劇を交えながら賑やかに開催します。



- 1 日 時** 1月31日(日) 12時～13時
- 2 会 場** みはらしファーム 特設会場
- 3 内 容**
- ▼鬼退治豆まき
2015年に伊那市をはじめ、日本中に災いをもたらした、さまざまな役を退治・撤退させるための豆まきです。スタッフが鬼や災害に扮し、お客様にもお手伝いいただきながら豆まき退治をします。
 - ▼福豆まき
日頃のご愛顧に感謝申し上げ、地元産お米やいちご狩り入園券などのみはらしファームの福(景品)を、お菓子や豆と合わせて大々的にまかせていただきます。

- 《主 催》 はびろ農業公園 みはらしファーム
- 《アクセス》 [お車で] 中央自動車道「伊那IC」から旧権兵衛峠方面へ約3km
[列車で] JR飯田線「伊那市駅」よりタクシーで約15分

- お問合わせ先** みはらしファーム公園事務所 広報担当: 高岡
- (住 所) 〒399-4501 伊那市西箕輪 3447-2
- (電 話) 0265-74-1807 (FAX) 0265-74-1808
- (URL) <http://miharashi-farm.com/>
- (E-mail) miharashi@dia.janis.or.jp



だるま市

鉾持神社では、旧暦正月14日（現在は2月11日）に五穀豊穡を祈る祭りが行われます。この日には参道に縁起物の「福だるま」の露店が並び、幸運をもたらすというだるまや地元の物産の販売も行われます。また、市内各団体が英知を集め苦勞して制作した人形たちがだるま市を飾ります。伊那谷唯一のだるま市をお楽しみください。



- 1 日 時** 2月11日（木・祝）7時～17時
- 2 場 所** 伊那市高遠町 西高遠鉾持神社から高遠駅周辺
- 3 内 容**
- ▼福だるまの販売
 - ▼地元物産の販売
 - ▼人形飾り
- ※お車で越しの場合は弁財天河原臨時駐車場（無料）をご利用ください。
※天候その他の理由により、催事を縮小、中止することもあります。

- 《主 催》 鉾持神社（ほこじんじゃ）
- 《アクセス》
- [お車で] 中央自動車道「伊那IC」から約30分
中央自動車道「諏訪IC」から約50分
 - [列車で] JR飯田線「伊那市駅」、「伊那北駅」よりバスで約25分

- お問合わせ先** 伊那市観光協会 高遠支部
- （住 所） 〒396-0292 伊那市高遠町西高遠 1806
- （電 話） 0265-94-2552 （FAX） 0265-94-3697
- （URL） <http://inashi-kankoukyoukai.jp/>
- （E-mail） ikk@ikk.inacity.jp



湯ったり三昧 湯治プラン

寒～い季節だから……

ご夫婦で、お友達で、心ゆくまで温泉を楽しみませんか！！

この時季ならではの特典・・・こたつの無料貸出、あったかのんびりくつろげます♪

ご夕食時にお酒1合またはソフトドリンク1本サービス、ご夕食は「湯治プラン」特別料理をご用意。
お昼もプランメニューの中からお選びいただけます。

実施中！



1 期 間 3月31日(木)まで実施中
(12/30～1/3、1/9・10、3/19・20及び土曜日除く)
2 場 所 ほりで一ゆ～四季の郷

3 内 容

- ▼2泊プラン: 夕食・朝食・昼食・各2回 : 19,740円
- ▼3泊プラン: 夕食・朝食・昼食・各3回 : 26,370円
- ▼4泊プラン: 夕食・朝食・昼食・各4回 : 33,000円

※2名様以上からのご利用となります。(近隣送迎承ります)。
※団体様もご利用いただけます(8名様～各室は定員ベースにて承ります)。

1. セルフサービスを基本としたプランになります。
2. お部屋のアメニティのご用意は初日のみとなります。基本として2日目以降お部屋の掃除・アメニティ交換はいたしません。ご必要な方には有料レンタルでのご用意、もしくは販売をいたします。
3. お部屋には担当の係はつきません。お布団の上げ下げはご自身でお願いいたします。
4. お食事時間はご夕食18時、ご朝食7時～9時とさせていただきます。ご昼食は11時～14時でございます。いずれも大広間およびレストランで他のお客様とご一緒のため、個室の希望には添えません(団体様はご相談ください)。
5. ご宿泊1日目のチェックインは17時までをお願いいたします。
6. お飲物等、お部屋へのお持ち込に關しての制限は特にございません。
各お部屋の冷蔵庫はご自由にお使いいただけるよう、空の状態でご用意してあります
7. お支払いは現金のみとさせていただきます。
8. 昼食などお食事をお召し上がりにならなかった場合のご返金はございません。



《アクセス》 [お車で] 長野自動車道「安曇野IC」から約25分
[列車で] JR大糸線「豊科駅」よりタクシーで約15分

お問合わせ先 安曇野蝶ヶ岳温泉 ほりで一ゆ～四季の郷
(住 所) 〒399-8211 安曇野市堀金烏川11-1
(電 話) 0263-73-8500 (FAX) 0263-73-8501
(URL) <http://www.holiday-you.co.jp>



志賀高原スノーシューハイキング

志賀高原ガイド組合ではグリーン期のトレッキングツアー、積雪期のスノーシューツアーをはじめ、お客様のご希望に応じ専用ガイドの派遣も行っております。たくさんのハイキングコースが整備されている志賀高原ですが専門知識を持ったガイドと一緒に巡り、新たな志賀高原の自然を発見してはいかがでしょうか？



1 期 間 2 内 容

1月9日(土)～3月27日(日)

▼旭山コース

・冬の琵琶池から旭山へ。山頂からは東に志賀高原の山々、西に北信五岳が楽しめます。
・実施日/期間中の土日祝日/9:30～14:30頃 ●行程/ガイド組合→琵琶池→旭山→一沼→サンバレー→ガイド組合:大人4,500円・小学生3,500円

▼長池コース

・長池の周りの自然を巡る初心者でも半日で回れる比較的やさしいコースです。
・実施日/期間中の土日祝日/9:30～13:30頃 ●行程/ガイド組合→信州大学自然教育園→長池→信州大学自然教育園→ガイド組合:大人4,000円・小学生3,000円

▼東館山頂コース～歩いた後は山頂レストランでコーヒープレイク！

・実施日/1月23日(土)・30日(土)/10:00～14:30頃
:大人6,500円・小学生5,500円(ゴンドラ代、昼食代込)

▼横手山コース～横手山へスノーモンスターを見に行こう！

・実施日/2月13日(土)・20日(土)・27(土)/10:00～14:00頃
:大人6,500円・小学生5,500円(リフト代、昼食代込)

▼前山コース～志賀高原ユネスコエコパークの核心エリアを行く！

・実施日/3月12日(土)・26日(土)/10:00～14:00頃
:大人6,500円・小学生5,500円(昼食代込)

▼焼額山コース～標高2,000m超、絶景パノラマに囲まれた大雪原。

・実施日/3月5日(土)・20日(日)
:大人6,500円・小学生5,500円(ゴンドラ代、昼食代込)

■プライベートガイド～お客様のご希望に合わせてガイドを派遣いたします！

※派遣時間は10時～15時の間となります。

・実施日/希望日の2週間前までにお申し込みください。

:2時間/ガイド1人につき10,000円 5時間/ガイド1人につき18,000円

※スノーシュー&ポールレンタル料 1セット1,000円

《料金にはガイド代、スノーシュー・ポールレンタル(プライベートガイドは別途)、保険代が含まれています。》



《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] 長野電鉄「湯田中駅」より志賀高原行きバスで約30分「蓮池」下車
JR「長野駅」より志賀高原急行バスで約70分「蓮池」下車

お問合わせ先

志賀高原ガイド組合
(住 所) 〒381-0401 下高井郡山ノ内町志賀高原蓮池
(志賀高原総合会館98内)
(電 話) 0269-34-2133 (FAX) 0269-34-2480
(URL) <http://shizenhogo-center.shigakogen.gr.jp/>



～ 現 地 発 着 ～ 冬の体験ツアー 参加者募集中！

信州・長野県観光協会では地域の観光協会・観光事業者と連携して、各地域ならではの魅力を体感するツアーを実施しています。

厳しい寒さの中にも凛とした美しさや温もりがある信州の冬を体感する、「雪景色」「スノーキャット(雪上車)」「温泉」「ワイン」などをテーマにした3つの現地発着ツアーを企画しました。

いずれもスノーシューで雪原を楽しみ、地元ガイドとのふれあいや各地の味覚などもお楽しみいただける内容となっています。冬だからこそ体験できる、冬の魅力満載の信州へ、ぜひお出かけください。



(1) 健康街道木曽路を歩く 冬の“とっておき”ヘルシーツアー

▼2月5日(金)～6日(土) 1泊2日

開田高原「木曽馬の里」と「木曽古道」をスノーシューで散策してリフレッシュ、温泉でカラダを癒し、夜は氷雪キャンドルに彩られる宿場の街並でココロを癒す。厳しくも美しい木曽路の冬を楽しむココロとカラダが健康になる1泊2日のヘルシーツアーです。

▼旅行代金(お一人様): 2～5名1室利用 大人19,990円・小学生15,990円

▼集合・解散: JR木曽福島駅前(2/5・13:30集合/2/6・13:15解散)

(2) ワイナリーの四季まるごと体験ツアー《第1回・早春編》

美しい雪原のヴィンヤード・スノーシューウォーク&剪定体験講習

▼2月28日(日) 日帰り

北信濃・飯綱町の人気ワイナリー・サンクゼールのぶどう畑「大入ヴィンヤード」は山並みのパノラマが広がる絶景の地。銀世界が広がる畑をスノーシューでウォーキングし栽培責任者による剪定講習を体験。作業の後はチーズフォンデュとワインで暖まりましょう。

▼旅行代金(お一人様): 大人9,900円・小学生8,900円

▼集合・解散: JR長野駅東口(2/28・9:00集合/16:30解散)

(3) 信州須坂・峰の原高原&菅平高原

スノーキャット(雪上車)&スノーシュー体験ツアー

▼2月12日(金)～13日(土) 1泊2日

厳しくも美しい銀世界が広がる上信越国立高原・根子岳山麓で、スノーキャット(雪上車)に乗って標高2000m以上の高山帯ドライブやガイドの案内によるスノーシューウォークに挑戦！大自然の景色や、冬でもたくましい生き物たちの息吹を体感しましょう。峰の原高原のペンションに泊まり、冬ならではの体験を楽しむ1泊2日のツアーです。

▼旅行代金(お一人様): 2～4名1室利用 大人15,000円・小学生12,000円

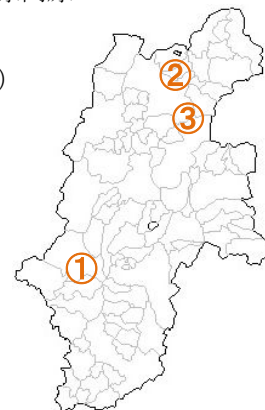
▼集合・解散: JR長野駅新幹線改札口(2/12・11:10集合/2/13・16:00解散)

※詳しくはWEBサイト「VISIT長野県」をご参照ください。

(同サイトより申込受付・旅行代金お支払いも可能です)

《主 催》
お問合わせ先

旅行企画・実施: (一社)信州・長野県観光協会
(一社)信州・長野県観光協会 誘客促進部(担当: 三井)
(住 所) 〒381-0043 長野市南長野幅下692-2
(電 話) 026-234-7219 (FAX) 026-232-3233
(URL) (ツアーの情報) <http://nagano.visit-town.com>
(E-mail) yukyaku@nagano-tabi.net



第2回 信州安曇野ハーフマラソン

大会コンセプトは「安曇野FUN RUN～人と自然で安曇野流おもてなし～」。残雪の北アルプスを背景に、初夏の安曇野を爽快に駆け抜けるハーフマラソン大会です。北アルプスが水田に映る水鏡、黄金色の麦畑、そして安曇野の人々の熱い応援が、ランナーの背中を押します。第2回大会はファミリーの部を同時開催予定。皆様のご参加をお待ちしています。



1月16日(土)
受付開始!



大会ゲスト
有森裕子さん

- 1 日 時** 6月12日(日)午前9時スタート
(申込み1月16日～)
- 2 場 所** 安曇野市 豊科南部総合公園
(スタート・フィニッシュ会場)
- 3 参 加 料** 5,500円(予定)
- 4 内 容** ▼大会概要
種目:ハーフマラソン(21.0975km)
定員:5,000人
参加資格:大会当日18歳以上
スタート時間:午前9時
制限時間:3時間
※ナンバーカードは事前に発送します。
- 参加申し込み(先着順)
平成28年1月16日(土)～3月25日(金)
申込方法:ランネットまたは郵便振替
※大会の内容は変更となる場合があります。
詳細は大会公式ホームページをご覧ください。
(12月下旬発表予定)



- 《主 催》 信州安曇野ハーフ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10分
※指定の参加者駐車場からシャトルバスを運行予定
[列車で] JR大糸線「豊科駅」よりシャトルバスを運行予定

- お問合わせ先** 信州安曇野ハーフマラソン実行委員会事務局
(住 所) 〒399-8281 安曇野市豊科6000番地
安曇野市役所 観光交流促進課内
(電 話) 0263-72-2239 (FAX) 0263-72-1340
(URL) <http://azumino-marathon.com/>
(E-mail) kankokoryu@city.azumino.nagano.jp



タコチツアーコース

高山村の2つのスキー場《YAMABOKUワイルドスノーパーク》と《山田温泉キッズスノーパーク》が12月19日、今年もオープン！この2つのスノーパークをつなぐ、全長13キロ・標高差750メートルのロングツアーコースも始まります。ふわっふわな新雪を思いっきり満喫してください。
カモシカやタヌキ、雲海のアルプスと樹氷など大自然の中での出会いもお楽しみに♪



- 1 期 間** 12月27日(日)～1月3日(日)の毎日
1月6日(水)～3月21日(月・祝)の水土日祝のみ
10時～15時 ※水曜日は14時まで
- 2 場 所** YAMABOKUワイルドスノーパーク～山田温泉キッズスノーパーク
※山田温泉～山田牧場間 無料シャトルバス運行。
※雪の状況、天候により閉鎖日があります。
- 3 入 場 料** 協力金1,000円 別途:リフト券、ガイド料(ガイド料はガイドツアーのみ)
- 4 内 容** ▼ガイドツアー
料金 3,000円 (別途:協力金、リフト券)
午前の部 受付:午前 9:30(ヤマボクスノーアカデミー) スタート10:00
午後の部 受付:午後13:00(ヤマボクスノーアカデミー) スタート13:30
▼フリー滑走
料金:協力金、リフト券(1日券または半日券)

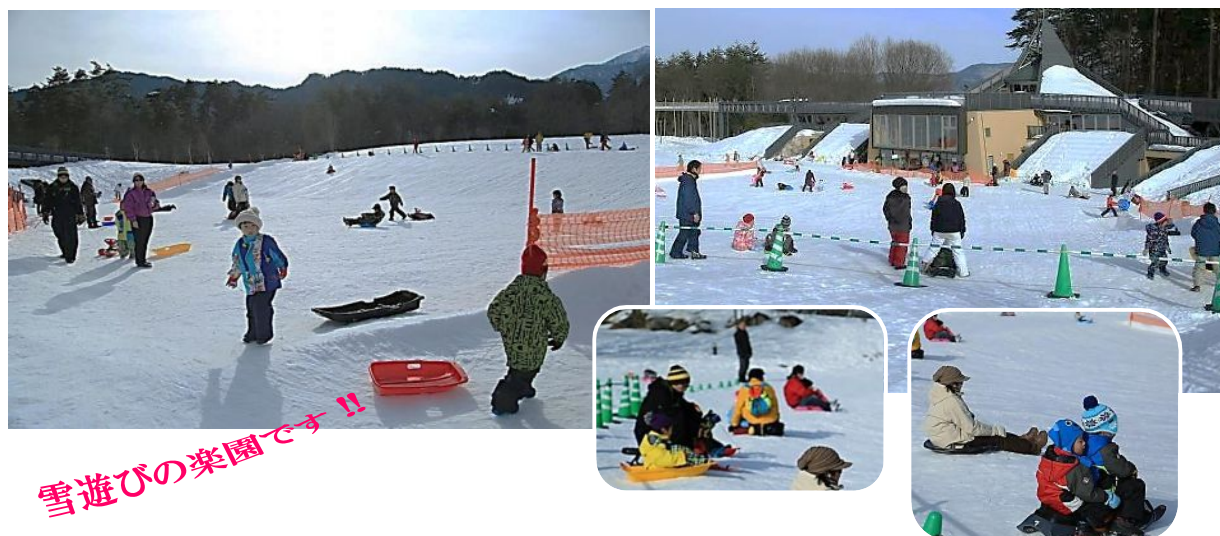
- 《主 催》 タコチツアーコース運営協議会
- 《アクセス》 [お車で] 上信越自動車道「須坂長野東IC」または
「小布施スマートIC」から約60分
[列車で] JR長野駅～長野電鉄「須坂駅」より路線バス山田温泉線
「山田温泉」(終点)よりシャトルバスで「山田牧場」下車

- お問合わせ先** 信州高山温泉郷観光協会
(住 所) 〒382-0816 上高井郡高山村大字奥山田 3579-1
(電 話) 026-242-1122 (FAX) 026-242-2200
(URL) <http://shinshu-takayama-onsenkyo.com/>
(E-mail) info@shinshu-takayama-onsenkyo.com



冬の公園で遊ぼう!

冬の公園は雪遊びの楽園に大変身!! 人気のスノーレーサーをはじめ各種そりや、スノーシュー、歩くスキーが全てレンタル無料となります。アルプス大草原とアルプス広場のそりゲレンデは小さなお子様でも安心してそり遊びをお楽しみいただけます。さらに、土日祝日は無料のガイドがスノーシューで真白な森をご案内します。



- | | |
|---------|---|
| 1 期 間 | 1月下旬～3月上旬 9時30分～16時(レンタルは15時30分まで) |
| 2 場 所 | 国営アルプスあづみの公園「大町・松川地区」 |
| 3 入 園 料 | 大人:410円 小・中学生:80円 シルバー(65歳以上):210円 |
| 4 内 容 | 国営アルプスあづみの公園は、雪が降ったら雪遊びの楽園に大変身。比較的傾斜も緩やかで、雪の下は芝生なので転んでも安心。小さなお子さんでも安全に雪遊びを楽しめるのが魅力です。
さらに、そりやスノーシュー、歩くスキーなどの雪遊びグッズはすべてレンタル無料。手軽に雪遊びがお楽しみいただけます |

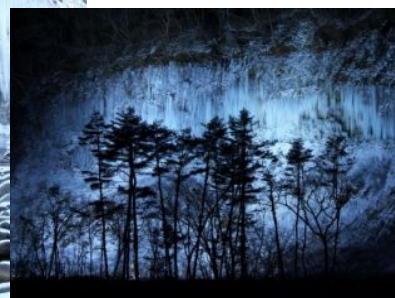
- | | |
|--------|--|
| 《主 催》 | 国営アルプスあづみの公園「大町・松川地区」 |
| 《アクセス》 | [お車で] 長野自動車道「安曇野IC」から国道147号経由で約40分
[列車で] JR大糸線「信濃大町駅」よりタクシーで約20分
JR大糸線「信濃松川駅」よりタクシーで約15分 |

- | | |
|---------|--|
| お問い合わせ先 | アルプスあづみの公園 大町・松川管理センター
(住 所) 〒398-0004 大町市常盤 7791-4
(電 話) 0261-21-1212 (FAX) 0261-21-1214
(URL) http://www.azumino.go.jp/ |
|---------|--|



白川氷柱群

開田高原から流れ来る西野川の右岸に、冬の間だけ出現する「白川氷柱群」。岩肌からつたつた御嶽の清水が、厳しい寒さで凍りつき美しい氷のカーテンを織り上げます。年によっては、幅約250m、高さ約50mにもなり、雪の白さと太陽に照らされた氷の青さが織りなす情景は息を呑む美しさです。夜間はライトアップも行われ、日中とは一味違う姿を見ることが出来ます。木曽ならではの自然の芸術を、是非ご覧ください。



- 1 期 間** 1月中旬～2月中旬（夜間ライトアップ 17:30～21:30）
2 場 所 木曽町三岳 井原地区（「小坂温泉けやきの湯」付近）
3 内 容 ▼期間中ライトアップします。 17:30～21:30
※駐車場
氷柱群の最寄に若干駐車可能なスペースがありますのでそちらをご利用ください。
また、「小坂温泉けやきの湯」の駐車場も利用できますが、使用される際には宿へ一声おかけいただきますようお願い致します。
※上記の内容は変更される場合があります、ご了承ください。

- 《主 催》 木曽町役場 三岳支所
《アクセス》 [お車で] 中央自動車道「伊那IC」から約65分
[列車で] JR中央本線「木曽福島駅」よりタクシーで約25分

- お問合わせ先 木曽町観光協会
(住 所) 〒397-0001 木曽郡木曽町福島 5084番地 広小路プラザ内
(電 話) 0264-22-4000 (FAX) 0264-24-3500
(URL) <http://www.kankou-kiso.com/>
(E-mail) kankou_kiso@kisoji.com



かしまやり
鹿島槍火まつり

冬のファンタジア2016のプレオープニングイベントとして開催されます。
夕暮れ時、スキー場へ道標としてキャンドルを点灯し、スキー場では松明滑走や、
おんべ(どんど焼き)、メッセージ花火大会などが行われます。



たいまつ滑走と「おんべ」

- 1 日 時** 1月30日(土) 17時～20時
- 2 会 場** HAKUBA VALLEY 鹿島槍スキー場 中綱ゲレンデ特設会場
- 3 内 容**
- ▼万燈祭 17:00～(国道やなば信号機よりスキー場へ)
 - ▼たいまつ滑走 18:45～
スキースクール、Jrチームによるたいまつ滑走。
たいまつ100本の灯りの行列が、おんべ会場へと続く。
 - ▼おんべ(どんど焼き) 19:00～
たいまつにて点灯。無病息災を願い正月の飾り物などを燃やす行事です。
大きな炎がおさまってきたら、竹串の先に餅をつるして焼き、
これを食べると1年間病気をしないといわれています。
 - ▼メッセージ花火大会 19:15～
- ※なお、各時間帯等は準備の都合上、変更する場合がございますので、ご了承ください。

- 《主 催》 HAKUBA VALLEY 鹿島槍スキー場
- 《アクセス》
- [お車で] 長野自動車道「安曇野IC」から約60分
上信越自動車道「長野IC」から約60分
 - [列車で] JR大糸線「信濃大町駅」よりシャトルバス約35分

- お問い合わせ先** HAKUBA VALLEY 鹿島槍スキー場
- (住 所) 〒398-0001 大町市平鹿島槍黒沢高原
- (電 話) 0261-23-1231 (FAX) 0261-22-2065
- (URL) www.kashimayari.net



第9回 開田高原かまくらまつり

広大な雪原には「大きなかまくら」や、「雪のすべり台」が出現。メインデーの2月6日(土)には、木曽馬による「馬ぞり」のほか、「スノーシュー体験」「スノーモービル乗車体験」「かまくら作り体験」など、大人も子どもも楽しめる体験メニューをたくさんご用意しています。開田高原は木曽町の中でも雪深い地域。そんな雪国ならではの体験で、木曽の冬を楽しんでみませんか？
夜の部では、雪原を彩るアイスクャンドルがお出迎え。星空観察会も予定しています。



- | | | |
|-----|---|---|
| 1 日 | 時 | 2月6日(土) 昼の部:10時～15時／夜の部17時～19時30分 |
| 2 場 | 所 | 木曽町開田高原西野 下栗尾農道 |
| 3 内 | 容 | 木曽町の中でも寒く、積雪量が多い地域、開田高原。その広大な雪原に「巨大かまくら」や「雪のすべり台」など、雪で作られた巨大なモニュメントが出現！
期間中にこれらのモニュメントで遊べるのはもちろん、メインイベントデーの2月6日(土)には下記のような催しを予定しています。 <ul style="list-style-type: none">・スノーモービル体験・スノーシュー体験・そりすべり・馬ぞり(木曽馬がそりを引きます)・宝探し(雪の中にあるお宝を探しましょう！)・星空観察会 ※上記の内容は変更される場合があります。ご了承ください。 |

- 《主 催》 開田高原地域協議会
- 《アクセス》 [お車で] 中央自動車道「伊那IC」から約75分
中央自動車道「中津川IC」から約120分
[列車で] JR中央本線「木曽福島駅」よりバス約60分

- お問い合わせ先 開田高原観光案内所
(住 所) 〒397-0301 木曽郡木曽町開田高原末川 1895番地
(電 話) 0264-42-3350 (FAX) 0264-22-3351
(URL) <http://www.kaidakogen.jp/>



～このまちの氷は、あたたかい。～
信州 木曽ふくしま 雪灯りの散歩路

木曽町福島地区市街地の各所に約4,000個のアイスクャンドルが飾られ、暖かい光が町を包み込む夜。極寒の木曽を暖かく包み込むキャンドルの灯りはとても幻想的です。当日はデザインに富んだアイスクャンドルの他、地元の方々が嗜好を凝らして造り上げた雪像もあります。幻想的な光が町を照らす一夜をお楽しみください。



- 1 期 間** 2月5日(金)～6日(土)18時～21時
- 2 場 所** 木曽町福島地区市街地(八沢・上の段・上町 他)
※両日夕方～21:00にかけて福島上の段地区は車両通行止めとなります。
- 3 内 容** ▼アイスクャンドル・雪像
地元の方を始めボランティアの方々が丹精を込めて造る冬限定のオブジェです。
見るだけでなくアイスクャンドルの制作や点灯をご自身で行うことも出来ます。
興味のある方はお問い合わせください(0264-22-2766)。
▼イベント当日は会場内で地元特産品の販売を行います。
・温かい甘酒や地酒の熱燗
・木曽の漬物「すんき」を使ったすんき料理 各種
・とん汁のふるまい 他
※上記イベント内容は変更する事があります、あらかじめご了承ください。

- 《主 催》 信州木曽ふくしま 雪灯りの散歩路 実行委員会
- 《アクセス》 [お車で] 中央自動車道「伊那IC」から約40分(国道361号→19号)
中央自動車道「中津川IC」から約70分(国道19号)
長野自動車道「塩尻IC」から約60分(国道19号)
[列車で] JR中央本線「木曽福島駅」より徒歩約15分

- お問い合わせ先** 株式会社 まちづくり木曽福島
(住 所) 〒397-0001 木曽郡木曽町福島 5084
(電 話) 0264-22-2766 (FAX) 0264-22-2706
(URL) <http://www.hundred-years.com/>
(E-mail) tmokiso3@mx1.avis.ne.jp

