

華やかで神聖な祭り、人々の歓声が響きわたるイベントの数々。



小川村桜ウィーク (小川村)



信州なかのバラまつり (中野市)



関山神社火祭り (妙高市)



三十段飾り 千体の雑祭り (須坂市)

イベントカレンダー event calendar



北信濃 旅の地図

こころふるわす 旅路へ



期間	イベント名	エリア	期間	イベント名	エリア	期間	イベント名	エリア	期間	イベント名	エリア
4月上旬	ろうかく梅園花祭り	長野市	7月上旬	野尻湖トリアスロン大会	信濃町	10月上旬	寺巡り 寺宝展	飯山市	1月7日	戸ノ尻道祖神祭り	長野市
4月上旬~下旬	小川村桜ウィーク	小川村	7月上旬~8月下旬	タングラム ラベンダー園開園	信濃町	10月上旬	いいやまフェスタ「寺町花街道」	飯山市	1月7日~15日	善光寺の御印文頂戴	長野市
4月上旬~下旬	臥竜公園さくらまつり	須坂市	7月中旬	志賀高原天空フェス	山ノ内町	10月上旬	松代藩 真田十萬石まつり	長野市	1月上旬~3月下旬	タコチガイドツアー	高山村
4月上旬~5月上旬	いいづなまち花めぐり	飯綱町	7月中旬	戸倉上山田温泉夏祭り&煙火大会	千曲市	10月上旬	中山晋平記念館まつり	中野市	1月上旬~3月下旬	志賀高原 スノーシューハイキング	山ノ内町
4月第3土日曜日	境内アート小布施大苗市	小布施町	7月中旬	稲荷山祇園祭	千曲市	10月上旬	御神木伐り出し見学ツアー	野沢温泉村	1月14日-15日	小布施「安市」	小布施町
4月中旬	宇木の古代桜まつり	山ノ内町	7月中旬	中野・祇園祭	中野市	10月上旬	信州なかの巡りEYEウォーク	中野市	1月15日	野尻温泉の道祖神祭り	野沢温泉村
4月中旬	武部八幡宮春季例大祭	小川村	7月中旬	ハス花まつり 昭和レトロ食彩紀行	木島平村	10月上旬	錦秋のクラフトフェア	山ノ内町	1月中旬	戸隠どんと焼き祭り	長野市
4月中旬	長野マラソン	長野市	7月中旬	須坂みんなの花火大会	須坂市	10月15日	大谷不動尊お山どり	須坂市	1月中旬	道祖神火まつり(市内各地)	飯山市
4月中旬	花もだんごも蔵開き	須坂市	7月中旬	須坂カタカタまつり	須坂市	10月中旬	よってかつしん山ノ内 秋の収穫祭	山ノ内町	1月中旬	ダイナマイトカーニバル	妙高市
4月中旬	日本人形資料館まつり	中野市	7月中旬	関山神社 火祭り	妙高市	10月中旬	スノーモキー ONSENガストロ/ミューズ	山ノ内町	1月下旬	黒姫クロスカントリースキー大会	須坂市
4月中旬	上今井諏訪神社例大祭太々神楽	中野市	7月中旬	なかの祇園祭 御祭礼屋台巡行	長野市	10月中旬	荒砥城まつり	千曲市	1月中旬~4月下旬	三十段飾り千体の雑祭り	須坂市
4月中旬~下旬	信州高山桜めぐりトレッキング	高山村	7月21日	須坂祇園祭 天王おろし 笠鉾行列	須坂市	10月中旬	一茶ゆかりの里併句大会・俳画会	高山村	1月下旬~2月上旬	霊仙寺湖 ワカサギの氷上穴釣り	飯綱町
4月中旬~下旬	飯山城址桜まつり	飯山市	7月25日	須坂祇園祭 天王あげ 灯籠行列	須坂市	10月中旬	信州高山紅葉トレッキング	高山村	2月3日	長野節分会	長野市
4月中旬	治田公園桜まつり	千曲市	7月第4土曜日	中野シヨンショまつり	中野市	10月中旬	信州高山古道トレッキング	高山村	2月3日	芝宮神社豆まき	須坂市
4月中旬~5月上旬	信州高山桜まつり	高山村	7月第4土曜日	野尻湖花火大会	信濃町	10月中旬	秋山登山開山祭(黒姫山)	信濃町	2月3日	戸隠神社追儺祭	長野市
4月29日	岩松院 桜祭り	小布施町	7月最終土曜日	くりんご祭り	小布施町	10月中旬	武部八幡宮秋季例大祭	小川村	2月立春の日	上林不動尊千駄焼き	山ノ内町
4月下旬	志賀草津高原ルートオープン	山ノ内町	7月31日	須坂水神社 芽の輪まつり	千曲市	10月中旬	おまつりスペシャルinOGAWA	小川村	2月上旬	スキー感謝祭	木島平村
4月下旬	菜の花飯山サイクルロードレース	飯山市	8月上旬~下旬	流温泉夏祭りイベント	山ノ内町	10月中旬	道祖神太鼓コンサート「打楽」	野沢温泉村	2月上旬	レルビ記念杯スキー大会	信濃町
4月下旬	「故郷」のふるさと音楽祭	中野市	8月第1土曜日	長野びんずる	長野市	10月中旬	小布施大苗市	小布施町	2月上旬~中旬	長野灯明まつり	長野市
4月下旬	野尻湖湖水開き	信濃町	8月第1土曜日	信州高山まつり	高山村	10月中旬	信州中野おこしフェア	中野市	2月中旬	いいやま雪まつり	飯山市
4月下旬	ルアー釣り解禁	信濃町	8月5日	夏まつり山ノ内どんと	山ノ内町	10月中旬~11月30日	いいづな りんご スイーツフェア	飯綱町	2月中旬	かまくら祭り(信濃平)	飯山市
4月下旬	さんさん市場山菜まつり	小川村	8月7日	信州千曲市千曲川納涼煙火大会	千曲市	10月下旬	川中島古戦場まつり	長野市	2月下旬~3月中旬	ひな街道	飯山市
4月下旬~5月上旬	奥穂花自然園開山祭	長野市	8月上旬	木島平村夏祭り	木島平村	10月下旬	須賀川そば 法印さんと新そば祭り	山ノ内町	3月上旬	冬の灯明夜まつり	野沢温泉村
4月下旬~5月上旬	おやき村春祭り	小川村	8月上旬	野尻湖一周遠泳大会	信濃町	10月下旬	須賀川そば 法印さんと新そば祭り	山ノ内町	3月上旬	松代でひな祭り	長野市
4月下旬~5月上旬	いもり池 水ばしりょう祭	妙高市	8月中旬	斑尾JAZZフェスティバル	飯山市	10月下旬	須賀川そば 法印さんと新そば祭り	山ノ内町	3月8日	桐原わらわし	長野市
4月下旬~6月下旬	五月人形蒲葺の節	須坂市	8月上旬	いいやま灯籠まつり(市街地)	飯山市	10月下旬	大岡ひびり三千石収穫祭	長野市	3月~4月上旬	信州須坂わくわくおひなめぐり	須坂市
5月1日	米子不動尊大護摩	須坂市	8月上旬~10月上旬	やたら祭り	飯綱町	10月下旬	栗祭り	小布施町	3月上旬	THEべ〜そ(戸隠)	長野市
5月3日	鬼無里神社春祭り	長野市	8月10日	黒姫高原グリア園&コスモス園開園	信濃町	10月下旬	信州高山村うまいもん市場	高山村	3月中旬	SNOW MONKEY BEER LIVE	山ノ内町
5月3日	白鷺神社春祭り	長野市	8月10日	飯綱火まつり	長野市	10月下旬~11月10日	戸隠そば祭り	長野市	3月中旬	野尻温泉はとくまカップ	野沢温泉村
5月3日~5日	いいやま菜の花まつり	飯山市	8月12日	お花市	小布施町	10月下旬~11月10日	信州須坂大菊展	須坂市	3月下旬	臥竜公園春の動物園まつり	須坂市
5月3日~5日	ながの花フェスタ 善光寺花回廊	長野市	8月13日	斑尾高原夏祭り	飯山市	10月最終日曜日	さらしなの里縄文まつり	千曲市	3月下旬	ひな供養	須坂市
5月5日	仏都花まつり	長野市	8月14日~15日	納涼盆踊り	野沢温泉村	11月1日	のぞむな無四季書社無主総会	野沢温泉村	3月下旬~4月中旬	あんずまつり	千曲市
5月5日	一茶まつり	信濃町	8月14日	千曲川河畔納涼花火大会	飯山市	11月3日	藤温泉まつり	高山村	3月下旬~5月上旬	春スキーサービス	野沢温泉村
5月8日	名瀑 幻の滝 樽尾(暫)、玉滝不動明王例祭	木島平村	8月15日	ろうかく湖とろうろ流しと花火大会	長野市	11月3日	えびす講	須坂市	3月末	春山まつり	野沢温泉村
5月上旬	黒姫高原一箱古本市	信濃町	8月中旬	鬼無里ふるさと夏まつり	長野市	11月3日	森将軍まつり	千曲市	3月31日~4月1日	中野ひな市	中野市
5月上旬	信州高山オヤマ桜トレッキング	高山村	8月中旬	おやき村夏祭り	小川村	11月3日	信州おしくらまつり	長野市			
5月上旬	戸隠森林植物園春の自然観察会	長野市	8月中旬	芝宮神社御鉾山祭	須坂市	11月上旬	信州新町フェア	長野市			
5月上旬	舞原祭	妙高市	8月中旬	小布施音楽祭	小布施町	11月上旬	峰の高原原サンセットウィーク	須坂市			
5月中旬	豊野つつし山まつり	長野市	8月中旬	千曲夏祭り	千曲市	11月上旬	野尻湖わかさぎ釣り解禁	信濃町			
5月中旬	須坂アートパーククラフトフェア	須坂市	8月中旬~11月下旬	ぶどうりんご祭り	須坂市	11月上旬	ふるさと収穫祭	信濃町			
5月下旬	牛に引かれて善光寺詣り	千曲市	8月下旬	志賀高原天空フェス	山ノ内町	11月上旬	おやき村秋祭り・新そば祭り	小川村			
5月下旬	カチューシャマラソン大会	中野市	8月下旬	大蛇祭り	山ノ内町	11月上旬	えびす講	飯山市			
5月下旬	福島橋田 田植え体験	飯山市	8月下旬	宇賀神社例大祭	信濃町	11月上旬	信州なかの音楽祭	中野市			
5月下旬~6月中旬	信州なかのバラまつり	中野市	8月下旬	黒姫妙高山麓大学駅伝大会	信濃町	11月19日	一茶忌併句大会・新そば会	信濃町			
6月第1日曜日	笠岳山開き	高山村	8月下旬	高野辰之記念館コンサート	中野市	11月中旬	収穫体験(りんご狩り)	高山村			
6月上旬	斑尾ふるさと祭り	中野市	9月上旬	NAGANO大湯芸フェスティバル	長野市	11月中旬~下旬	ふじりんご祭り	飯綱町			
6月上旬	カヤの平高原山開き・牧場開き	木島平村	9月上旬	癒しの森コンサート	信濃町	11月23日	えびす講煙火大会	長野市			
6月上旬	カヤの平高原キャンプ場オープン	木島平村	9月上旬	須賀川そば 法印さんとそばの花まつり	山ノ内町	11月下旬	野尻菜漬け込みツアー	小川村			
6月上旬	霊仙寺山開山祭	飯綱町	9月上旬~10月中旬	英国リンゴフェア	飯綱町	11月末	スキー場オープン	野沢温泉村			
6月上旬	科野のムラお田植えまつり	千曲市	9月8日~9日	湯沢神社燈籠祭り	野沢温泉村	12月1日	雪乞い祭り(戸隠)	長野市			
6月上旬	春山登山開山祭(黒姫山)	信濃町	9月14日	武水別神社仲秋祭	千曲市	12月上旬	志賀高原統一初滑りスキー場開き祭	山ノ内町			
6月上旬~中旬	さんさん市場たけのこまつり	小川村	9月15日	米子不動尊お山どり	須坂市	12月上旬	北志賀高原統一スキー場開き	山ノ内町			
6月上旬~中旬	たけのこまつり	野沢温泉村	9月中旬	白鷺神社秋祭り	長野市	12月上旬	高野辰之記念祭	中野市			
6月上旬~下旬	レンジツツジ in 五味池	須坂市	9月中旬	志賀高原ヒルクライム	山ノ内町	12月上旬	REWILD NINJA SNOW HIGHLAND スキー観戦	須坂市			
6月上旬~10月下旬	志賀ガイドトレッキング	山ノ内町	9月中旬	奈良沢神社秋季例大祭	飯山市	12月10日~14日	武水別神社大頭祭	千曲市			
6月中旬~10月下旬	志賀高原ナイス! フォトコンテスト	山ノ内町	9月中旬	福島橋田稲刈り体験	飯山市	12月中旬	タングラムスキーサーカスオープン	信濃町			
6月15日	米子不動尊お山祭り	須坂市	9月中旬	秋の例祭 五東の太々神楽	飯山市	12月中旬	黒姫高原スノーパークオープン	信濃町			
6月中旬~7月上旬	あんずまつり(あんずの実)	千曲市	9月中旬の各月の頃	観月祭	千曲市	12月中旬	戸隠スキー場開き	長野市			
6月中旬~9月上旬	千曲川鮎釣り解禁	千曲市	9月中旬~下旬	ブルムリーアップルフェア	小布施町	12月中旬	黒姫クロスカントリースキーコースオープン	信濃町			
6月18日	やまのうちロゲイング	山ノ内町	9月下旬	志賀高原天空フェス	山ノ内町	12月中旬	斑尾高原スキー場・戸狩温泉スキー場開き	飯山市			
6月下旬	ABMORI	山ノ内町	9月下旬	黒姫高原クラフト祭り	信濃町	12月下旬	木島平スキー場開き	木島平村			
6月下旬~7月上旬	ほたる観賞会	木島平村	9月下旬	秋も須坂で蔵開き	須坂市	12月下旬	信濃川そば 法印さんと新そば会	高山村			
7月1日~11月15日	アピリゾート 上越妙高イルミネーション	妙高市	9月下旬	ノルディックウォーキングハーフマラソン長野	飯綱町	12月下旬	いいづなリゾートスキー場開き	飯綱町			
7月上旬	飯山仏壇 体験フェスタ	飯山市	10月	鬼無里新そば祭り	長野市	1月1日	森将軍古墳で初日の出を拝む	千曲市			
			10月上旬	小川神社秋季例大祭	小川村	1月6日	善光寺のおびんずる廻し	長野市			

※2023年7月現在の情報です。

北信濃観光連盟

掲載している情報は2023年7月時点のものです。内容が変更になる場合があります。

北信濃・妙高の大自然は、訪れる人をやさしく包んでくれます。爽やかな高原・キャンプ場で、豊かな自然を満喫してください。

グリーンシーズン



■やすらぎの森オートキャンプ場(信濃町) ■野沢温泉スポーツ公園(野沢温泉村) ■フォレストアドベンチャー(長野市) ■大池キャンプ場(千曲市)◎信州千曲観光局 ■カヤの平高原キャンプ場(木島平村)

長野市	C-5	nagano forest village (旧:飯綱高原キャンプ場)	[開設期間] 通年 [交通] 長野IC～20km車で約50分 [問合せ先] nagano forest village TEL.026(239)3272
	C-4	戸隠キャンプ場 [オンライン予約]	[開設期間] 4月下旬～11月上旬 [交通] 信濃町IC～15km車で約25分 [問合せ先] 戸隠キャンプ場 TEL.026(254)3581
	C-4	戸隠イースタンキャンプ場 [オンライン予約]	[開設期間] 4月下旬～11月上旬 [交通] 信濃町IC～15km車で約25分 [問合せ先] 戸隠イースタンキャンプ場 TEL.026(254)2125
山ノ内町	B-7	聖山オートキャンプ場	[開設期間] 4月中旬～10月下旬 [交通] 麻績IC～20km車で約30分 [問合せ先] 聖山パノラマホテル TEL.026(266)2623
	F-5	木戸池キャンプ場	[開設期間] 5月上旬～10月上旬 [交通] 信州中野IC～26km車で約45分～徒歩3分 [問合せ先] 木戸池温泉ホテル TEL.0269(34)2821
	E-4	憩いの森 後楽亭	[開設期間] 5月中旬～10月上旬(他の時期相談) [交通] 信州中野IC～18km車で30分 [問合せ先] ホテルタガワ TEL.0269(33)6111
千曲市	F-5	熊の湯キャンプ場	[開設期間] 6月中旬～10月中旬 [交通] 信州中野IC～28km車で5分～徒歩3分 [問合せ先] 熊の湯キャンプ場 TEL.0269(34)2166
	F-4	ソラグランピングリゾート	[開設期間] 7月中旬～10月中旬 [交通] 信州中野IC～16km [問合せ先] 電王マウンテンパーク TEL.0269(33)6345
	C-7	大池市民の森 大池キャンプ場	[開設期間] 4月末～10月末 [交通] 更埴IC～15km車で約30分 [問合せ先] 大池総合案内所 TEL.026(272)5372
高山村	F-5	YAMABOKU GREEN SITE (山田牧場キャンプ場)	[開設期間] 4月下旬～10月下旬 [交通] 須坂長野東IC～24km車で約50分 [問合せ先] (株)山田牧場 TEL.026(274)5959
	D-3	野尻カムフォレストキャンプ場	[開設期間] 4月末～11月上旬 [交通] 信濃町IC～4km車で約10分 [問合せ先] 野尻カムフォレストキャンプ場 TEL.026(217)8748
	D-3	やすらぎの森 オートキャンプ場	[開設期間] 4月下旬～11月 [交通] 信濃町IC～5km車で約7分 [問合せ先] NPO法人 Nature Service TEL.049(287)8807
須坂市	E-5	五味池破風高原 オートキャンプ場	[開設期間] 5月下旬～10月31日 [交通] 須坂長野東IC～23km車で約45分 [問合せ先] 案内所 TEL.080(8744)4051
	E-6	REWILD ZEKKEI GLAMPING RESORT	[開設期間] 5月～10月末 [交通] 上田菅平IC～24km車で約30分 [問合せ先] rewild-snow@shinko-jv.co.jp
	E-5	山の神キャンプ場	[開設期間] 通年 [交通] 須坂長野東IC～7km車で約20分 [問合せ先] LINEにて
中野市	E-4	北信濃ふるさとの森文化公園キャンプ場	[開設期間] 4月～11月 [交通] 信州中野IC～3km車で約5分 [問合せ先] 北信濃ふるさとの森文化公園 TEL.0269(23)1021 [温室・昆虫館] TEL.080(2390)2975
	E-3	北竜湖キャンプ場	[開設期間] 4月中旬頃～10月下旬頃 [交通] 豊田飯山IC～18km車で約25分 [問合せ先] 北竜湖の館 TEL.0269(65)3508
飯山市	D-3	斑尾高原 キャンピングパーク	[開設期間] 4月下旬～10月下旬 [交通] 豊田飯山IC～車で約25分 [問合せ先] 斑尾高原ホテル TEL.0269(64)3355
	E-2	戸狩温泉 星降る★キャンプ場	[開設期間] 7月8日～11月5日※平日不定休 [交通] 豊田飯山IC～車で約30分 [問合せ先] 戸狩温泉 星降る★キャンプ場 TEL.0269(65)2359
	E-3	木島平 キャンピングパーク	[開設期間] 4月下旬～11月上旬 [交通] 豊田飯山IC～15km車で約25分 [問合せ先] 木島平 キャンピングパーク TEL.0269(82)3535
野沢温泉村	F-3	カヤの平高原 キャンプ場	[開設期間] 6月上旬～10月下旬 [交通] 豊田飯山IC～30km車で約60分 [問合せ先] カヤの平高原総合案内所 TEL.090(8025)4288(衛星電話)
	F-3	スタカ湖キャンプ場	[開設期間] 7月上旬～10月上旬 [交通] 豊田飯山IC～30km車で約50分 [問合せ先] 野沢温泉スキー場 TEL.0269(85)3166
飯綱町	D-4	キャンパスいづな (飯綱東高原 オートキャンプ場)	[開設期間] 4月下旬～11月下旬 [交通] 信州中野IC～車で45分 [問合せ先] キャンパスいづな TEL.026(253)3210

妙高市	C-3	休暇村妙高 笹ヶ峰キャンプ場	[開設期間] 7月1日～10月9日 ※9月・10月は土日・祝日のみ営業 [交通] 妙高高原IC～26km車で約40分 [問合せ先] 休暇村妙高 TEL.0255(82)3168
	D-2	高床山森林公園	[開設期間] 4月下旬～11月上旬 [交通] 中郷IC～8km車で約20分 [問合せ先] 高床山森林公園管理棟 TEL.0255(75)3455
長野市	C-5	フォレスト アドベンチャー・長野	[営業期間] 4月中旬～11月下旬 [受付時間] 9:00～15:00(季節によって変動) [定休日] 不定休 [料金] アドベンチャーコース3,800円 [問合せ先] フォレストアドベンチャー長野 TEL.080(7843)8680
	D-3	斑尾高原 ジップライン アドベンチャー	[営業期間] 4月下旬～10月下旬 [受付時間] スタート時間 9:00/12:00/15:00 [定休日] 火・水曜日(8月は無休) [料金] 1ツア4,500円 [問合せ先] 斑尾高原ホテル予約センター TEL.0269(64)3211
野沢温泉村	F-2	野沢温泉スポーツ公園	[営業期間] 6月～11月上旬(6月は土・日のみ、サマーグレンデは7月中旬～営業開始) [受付時間] 9:00～16:00 [定休日] 1日無休(サマーグレンデは水・木曜日※祝日、7月中旬～9月中旬は毎日営業) [料金] ジップスカイライド:大人2,000円、小人(中学生以下)1,500円 サマーグレンデ:リフト1日券 大人4,000円、子ども2,500円、シニア(60歳以上)3,600円 ナスキーカー入場料/600円 [問合せ先] 野沢温泉スポーツ公園 TEL.0269(85)2623
	F-3	野沢温泉マウンテンバイク	[営業期間] 7月上旬～10月下旬(夏季ゴンドラ営業中) [営業時間] 9:00～16:00 [料金] 要問合せ [問合せ先] 野沢温泉観光協会 TEL.0269(85)3155
妙高市	D-2	ロッテアライリゾート	[営業期間] 4月下旬～11月下旬 [受付時間] 要確認 [定休日] 水曜日 [料金] アドベンチャーバス(1日券)/13歳以上5,000円、4～12歳2,500円 ほか各種あり [問合せ先] ロッセアライリゾート TEL.0255(75)1177

ウォーター スポーツ体験



千曲市	C-7	SUP 体験	初心者でもインストラクターの補助で安心! [期間] 4月～10月 [料金] 千曲川リバーSUP/中学生以上8,000円、小学生6,000円 大池高原SUP/中学生以上5,000円、小学生3,000円 [問合せ先] 信州千曲観光局 TEL.026(261)0300
	D-3	サップで野尻湖の湖上散歩	[問合せ先] 信州千曲観光局 TEL.026(261)0300 今一番人気のサップにチャレンジ [サンデープランニング&ゲストハウス LAMP] [問合せ先] TEL.026(258)2979 [一滴paddle&Mountain Guide] [問合せ先] TEL.090(4911)1114 [ウケテ UCDI] [問合せ先] TEL.026(258)1006 [Naturance(ナチュラルス)] [問合せ先] TEL.090(1401)9414 [グリーンスポーツクラブ] [問合せ先] TEL.026(255)3645 携帯.090(8328)5893
飯山市	E-3	千曲川 カヌー体験	日本一の大河・千曲川や自然豊かな池でカヌーをしよう。 [バワードライブ R117] [料金/時間] 飯山ポート～湯涌ポート ヴォ(1人乗り)1艇10,000円 タンデム(2人乗り)1艇16,000円 タンデム親子(2人乗り)1艇13,000円/約3時間 ※いずれもいいやま湯涌温泉入浴券付 [問合せ先] TEL.080(6540)2438
	E-2	池カヌー体験	[なべくら高原森の家] [料金/時間] 1名4,500円/2時間(5月～10月末) [問合せ先] TEL.0269(69)2888
野沢温泉村	E-3	千曲川 ラフティング	[料金/時間] 1名6,500円(小学生以上)、幼児(3才以上)3,500円(別途300円保険加入あり)※湯涌温泉入浴券付/120分 [問合せ先] Active4 TEL.090(2551)0107 周囲を山々に囲まれた緑豊かな北竜湖でSUPをお楽しみいただけます。 [料金/時間] 1名5,000円/2時間 ①10:00～ ②13:30～
	E-3	SUPツアー	日本最長河川「千曲川」を下るSUPツアー初めての方でも安心してクルージングをお楽しみいただけます。 [料金/時間] 1名8,000円/2時間30分 9:30～ [問合せ先] 野沢温泉観光協会 TEL.0269(85)3155

先人達の浪漫と感動が熱く伝わる美術館・博物館の数々。心を潤す文化の香りをご堪能ください。



■いづなアップルミュージアム(飯綱町) ■豪商の館 田中本家博物館(須坂市) ■中山晋平記念館(中野市) ■高橋まゆみ人形館(飯山市)◎高橋まゆみ人形館

須坂市	B-5	鬼無里ふるさと資料館	[開館/休館] 9:00～16:30(入館は16:00まで)/月曜日・祝・休日の翌日(6・8・10月は無休)、12月29日～3月20日(冬季休館) [入館料] 大人200円、高校生100円、小学生50円※小学生土曜日無料	
	D-6	松たけ武蔵学校	[開館/休館] 9:00～17:00(11月～3月は～16:30)(入館は開館30分前まで)※年末年始(12月29日～1月3日) [入館料] 大人400円、小学生100円	
	D-6	真田邸	[開館/休館] 9:00～17:00(11月～3月は～16:30)(入館は開館30分前まで)※年末年始(12月29日～1月3日) [入館料] 大人400円、小学生100円※小学生土曜日無料	
	D-6	真田宝物館	[開館/休館] 9:00～17:00(11月～3月は～16:30)(入館は開館30分前まで)※年末年始(12月29日～1月3日) [入館料] 大人600円、小学生100円※小学生土曜日無料	
	D-6	旧横田家住宅	[開館/休館] 9:00～17:00(11月～3月は～16:30)(入館は開館30分前まで)※年末年始(12月29日～1月3日) [入館料] 大人400円、小学生100円	
	D-6	象山記念館	[開館/休館] 9:00～17:00(11月～3月は～16:30)(入館は開館30分前まで)※年末年始(12月29日～1月3日) [入館料] 大人400円、小学生100円※小学生土曜日無料	
	C-5	戸隠地質化石博物館	[開館/休館] 9:00～16:30(最終入館16:00)/月曜日・祝日の翌平日・年末年始 [入館料] 大人200円、高校生100円、小学生50円	
	C-4	戸隠民俗館 戸隠忍法資料館 忍者がくすり屋敷	[開館/休館] 9:00～17:00/(4月下旬～11月下旬)/冬季休業 [入館料] 大人650円、小学生450円	
	C-4	八十二森のまひや(森林学習館)	[開館/休館] 9:30～16:30/月曜日(祝日・振替休日の場合開館・翌日休み)、冬季休業(12月1日～翌年4月第4金曜日) [入館料] 無料	
	D-5	長野県立美術館・東山魁夷館	[開館/休館] 9:00～17:00(入館16:30まで)/水曜日・年末年始 [入館料] コレクション展(休館) 東山魁夷共進 一般700円、大学生及び75歳以上500円、高校生以下無料 ※企画展は料金が異なります。	
山ノ内町	D-5	北野美術館	[開館/休館] 9:30～16:30(12～2月～16:00)/月曜日・年末年始 [入館料] 大人700円、大学生500円、中学生以下無料	
	D-6	長野市立博物館	[開館/休館] 9:00～16:30/月曜日・年末年始 7月第2週の月曜日・全曜日・祝翌日 [入館料] 大人300円、高校生150円、小学生100円	
	D-5	水野美術館	[開館/休館] 9:30～17:00(4～10月～17:30)/月曜日・展示替日 [入館料] 企画展により異なる	
	B-6	信州新町美術館・有馬長馬記念館・信州新町化石博物館	[開館/休館] 9:00～16:30/毎月月曜日・祝日の翌日(月曜日の場合はその翌日が休館)その他臨時休館・特別開館あり [入館料] 大人500円、高校生300円、小学生200円	
	C-6	驛山館(きざんかん)	[開館/休館] 10:00～16:30/月曜日・祝日の翌日・年末年始、3月下旬 [入館料] 大人500円、中高生300円	
	E-4	志賀高原ロマン美術館	[開館/休館] 9:00～17:00(最終入館16:30)/木曜日・展示替日 [入館料] 大人269(33)8855	
	E-4	円美	[開館/休館] 9:00～17:00/不定休 [入館料] 無料	
	F-4	1988長野オリンピック・パラリンピック記念館・志賀高原自然環境センター	[開館/休館] 9:00～16:00/無休 TEL.0269(34)2133	
	F-4	志賀高原歴史記念館	[開館/休館] 9:00～17:00/木曜日・11月1日～翌4月30日まで冬季休館 [入館料] 無料	
	C-6	稲荷山宿蔵し館	～2026年1月まで休館 [開館/休館] 9:00～16:30/年末年始・月曜日・火・水曜日臨時休館(祝日の場合開館・翌日休み)・祝翌日 [入館料] 大人300円、高校生150円、中学生以下無料	
千曲市	C-7	raum戸倉宿酒造コレクション	[開館/休館] 9:00～17:00/元旦 [入館料] 無料	
	C-7	千曲市さらしなの里歴史資料館	[開館/休館] 9:00～17:00(最終入館16:30)/月曜日(祝日・振替休日の場合火曜日休み)・祝翌日・年末年始 [入館料] 大人300円、高校生150円、小学生以下無料	
	C-6	千曲市森将軍塚古墳館	[開館/休館] 9:00～17:00(最終入館16:30) [入館料] 大人300円、高校生150円、小学生以下無料	
	C-6	長野県立歴史館	[開館/休館] 3月11日9:00～17:00(最終入館16:30)、12月～2月9:00～16:00(最終入館15:30)/月曜日(祝日・振替休日の場合火曜日休み)・祝翌日・年末年始 [入館料] 大人300円、大学生150円、高校生以下無料	
	C-6	ふる里温泉館	[開館/休館] 9:00～16:30/年末年始・月曜日・火・水曜日臨時休館(祝日・振替休日の場合開館・翌日休み)・祝翌日 [入館料] 大人300円、高校生150円、中学生以下無料	
	C-6	アートまちかど	[開館/休館] 9:00～16:30/年末年始・月曜日(祝日・振替休日の場合火曜日休み)・祝翌日 [入館料] 大人300円、高校生150円、中学生以下無料	
	E-5	高山村歴史民俗資料館	[開館/休館] 9:00～16:00/月曜日(4・8・10月)、月曜日(5・7・9・11月)、冬季休業(12～3月) [入館料] 大人100円	
	E-5	歴史公園高山 一茶ゆかりの里「一茶館」	[開館/休館] 9:00～17:00/月曜日・年末年始・祝翌日 [入館料] 大人500円、小学生無料	
	D-4	一茶記念館	[開館/休館] 9:00～17:00(3月下旬～11月下旬) ※冬季休業12月3日(土・日・祝・要予約)・年末年始、5・6・9・10月の末日 [入館料] 大人500円、小学生300円	
	C-3	黒姫電話館	[開館/休館] 9:00～17:00(4月5日～11月30日)/5・6・9・10月の末日(日曜日・祝日の場合開館・翌日休み)・12月～4月4日 [入館料] 大人600円、小学生400円	
飯綱町	C-3	童話の森ギャラリー	[開館/休館] 9:00～17:00(4月5日～11月30日)/5・6・9・10月の末日(日曜日・祝日の場合開館・翌日休み)・展示替日・12月～4月初旬 [入館料] 大人300円、小学生200円	
	D-3	野尻湖ナウマンゾウ博物館	[開館/休館] 9:00～17:00/月の末日(3・4・7・8月無休)、年末年始 [入館料] 大人500円、小学生300円	
	D-5	笠鉾会館ドリームホール	[開館/休館] 9:00～17:00/月曜日(祝日の場合開館・翌日休み)・祝日の翌日・年末年始(12月29日～1月3日) [入館料] 200円、高校生以下無料、1F展示ホール無料	
	須坂市	D-5	須坂市ふれあい館 まゆくら	[開館/休館] 9:30～17:00(4～10月)、10:00～16:00(11～2月)、10:00～17:00(3月)/年末年始 [入館料] 無料
		D-5	豪商の館 田中本家博物館	[開館/休館] 平日11:00～15:30、土日祝10:00～16:00/火曜・水曜臨時休館あり 要問い合わせ [入館料] 大人300円、中学生300円、小学生250円
		D-5	須坂クラシック美術館	[開館/休館] 9:00～17:00(入館は16:30まで)/木曜日(祝日の場合開館)・年末年始・展示替日 [入館料] 大人300円(高校生以下無料)
		D-5	須坂版画美術館	[開館/休館] 9:00～17:00/水曜日(祝日の場合開館)・年末年始・展示替日 [入館料] 大人300円(高校生以下無料)
		D-5	世界の民俗人形博物館	[開館/休館] 9:00～17:00/水曜日(祝日の場合開館)・年末年始・展示替日 [入館料] 大人300円(高校生以下無料)
		D-5	蝶の民俗館	[開館/休館] 9:00～17:00(4月～11月)/月曜日～木曜日(祝日の場合開館) [入館料] 大人300円、小学生150円
		E-6	峰の高原 山の繪美術館	[開館/休館] 9:00～16:00(5月～10月)/水曜日～金曜日 [入館料] 大人400円(中学生以下無料)
D-5		旧小田切家住宅	[開館/休館] 9:00～17:00(入館は16:30まで)/木曜日(祝日の場合開館)・年末年始・展示替日 [入館料] 大人300円(高校生以下150円)	
D-5		須坂市立博物館	[開館/休館] 9:00～17:00/月曜日(祝日の場合は翌日)・祝日の翌日・年末年始(12月29日～1月3日) [入館料] 100円、高校生以下無料	
E-4		信州中野銅石版画ミュージアム	[開館/休館] 9:00～17:00、9:30～16:00(12～2月)/火曜日・年末年始 [入館料] 無料	
中野市	D-4	高野辰之記念館	[開館/休館] 9:00～17:00、9:30～16:00(12～2月)/火曜日・年末年始 [入館料] 大人300円、高校生以下150円	
	E-4	中野市立博物館	[開館/休館] 9:00～17:00、10:00～16:00(12～2月)/火曜日・年末年始 [入館料] (展示室)大人300円、高校生以下150円 (プラネタリウム)大人600円、高校生以下300円	
	E-4	中山晋平記念館	[開館/休館] 9:00～17:00、9:30～16:00(12～2月)/12～3月の月曜日(祝日の場合開館)・年末年始 [入館料] 大人300円、高校生以下150円	
	E-4	中野陣屋・県庁記念館	[開館/休館] 10:00～18:00/火曜日(祝日の場合開館)・年末年始 [入館料] 無料	
	E-4	日本土人形資料館	[開館/休館] 9:00～17:00、9:30～16:00(12～2月)/木曜日・年末年始 [入館料] 大人300円、高校生以下150円	
	E-3	飯山市美術館 TEL.0269(62)1501 伝統産業会館 TEL.0269(62)4019	[開館/休館] 9:30～17:00/月曜日(祝日の場合開館・翌日休み)・年末年始、展示替えのため休館日あり [入館料] 大人300円、小学生200円	
	E-3	飯山市ふるさと館	[開館/休館] 9:00～17:00/月曜日(祝日の場合開館・翌日休み)・年末年始 [入館料] 大人200円、小学生100円	
	E-3	高橋まゆみ人形館	[開館/休館] 9:00～17:00(冬期閉館10:00～16:00)/水曜日(祝日の場合開館)・年末年始※10月は無休 [入館料] 大人620円、小学生410円	
	E-3	ふるさと資料館	[開館/休館] 9:00～17:00(入館は16:30まで)/月曜日・年末年始 [入館料] 無料	
	野沢温泉村	E-2	高野辰之記念おぼろ月夜の館「斑山文庫」	[開館/休館] 9:00～17:00(入館は16:30まで)/月曜日 [入館料] 大人300円、小学生150円
E-2		日本スキー博物館	[開館/休館] 9:00～16:00(入館は15:30まで)/木曜日 [入館料] 大人300円、小学生150円	
小布施町	D-5	おぶせミュージアム・中島千波館	[開館/休館] 9:00～17:00(入館は30分前まで)/12月29日～1月3日・展示替日 [入館料] 大人500円、高校生250円、中学生以下無料	
	D-5	北斎館	[開館/休館] 9:00～17:00、元旦のみ10:00～15:00(入館は30分前まで)/12月31日・展示替日 [入館料] 常設展大人1,000円、高校生500円、小学生300円	
	E-5	高井鴻山記念館	[開館/休館] 9:00～17:00(入館は30分前まで)/12月29日～1月3日・展示替日 [入館料] 大人300円、高校生150円、中学生以下無料	
	D-5	日本のあかり博物館	[開館/休館] 9:30～17:00、9:30～16:30(11月21日～3月20日)/水曜日(祝日の場合開館)・年末年始※9月・10月・11月は無休 [入館料] 大人500円、高校生400円、中学生以下無料	
	E-5	古陶磁コレクション「ア庵」	[開館/休館] 9:30～17:00、10:00～16:00(11月～3月)/水曜日・年末年始 [入館料] 大人300円、高校生200円、小学生以下無料	
飯綱町	D-4	いづなアップルミュージアム	[開館/休館] 9:00～16:00/月曜日(祝日の場合開館・翌日休み)・年末年始・祝日の翌日 [入館料] 大人300円、小学生150円	
	D-4	いづな歴史ふれあい館	[開館/休館] 9:00～16:30/月曜日(祝日の場合開館・翌日休み)・年末年始・祝日の翌日 [入館料] 大人269(253)6646	
妙高市	B-5	ふるさとと小川(旧長野県知事公舎)	[開館/休館] 9:30～16:30(受付は15:30まで)/火曜日(祝日の場合開館・翌日休み)・祝翌日・年末年始 [入館料] 大人300円、小学生200円	
	D-3	北国街道・関川の関所「道の歴史館」	[開館/休館] 9:00～17:00(入館は16:30まで)/冬季休業(12月～4月中旬) [入館料] 高校生以上500円、小学生300円	

美術館・博物館

Museum

4館共通 高校生以上 大人1,000円 小学生500円

多彩なスキー場が点在する一大スノーエリア。 パウダースノーをたっぷり楽しみましょう。



■池の平温泉スキー場(妙高市) ■いいづなリゾートスキー場(飯綱町) ■木島平スキー場(木島平村) ■志賀高原(山ノ内町)

				[ゴンドラ・リフト基数]	[リフト]	[ナイター施設]	[グリーンシーズン リフト・ゴンドラ営業]
妙高市	C-3	妙高杉ノ原スキー場	妙高杉ノ原スキー場 TEL.0255(86)6211	5	○		10月上旬～11月上旬
	C-3	池の平温泉アルペンブリックススキー場	池の平温泉スキー場 TEL.0255(86)2370	6	○	貸切ナイターのみ、要問合せ	
	C-3	赤倉観光リゾートスキー場	赤倉観光リゾートスキー場 TEL.0255(87)2503	8	○		8月上旬～11月上旬
	C-3	赤倉温泉スキー場	赤倉温泉スキー場 TEL.0255(87)2125	14	○	○	
	C-3	関温泉スキー場	関温泉スキー場 TEL.0255(82)2316	2		不定期	
	C-3	休暇村妙高ルンルススキー場	休暇村妙高 TEL.0255(82)3168	1	○		
長野市	C-3	妙高スキーパーク	妙高スキーパーク TEL.0255(82)4189	1			
	D-2	ロッテアライリゾート	ロッテアライリゾート TEL.0255-75-1100	5	○	○(3月中旬まで)	7月中旬～11月中旬
須坂市	C-4	戸隠スキー場	戸隠スキー場 TEL.026(254)2106	7	○		
飯綱町	E-6	REWILD NINJA SNOW HIGHLAND	REWILD NINJA SNOW HIGHLAND TEL.0268(71)0464	2	○		
野沢温泉村	C-4	いいづなリゾートスキー場	飯綱高原観光開発 TEL.026(253)3911	3	○	○	
飯山市	F-3	野沢温泉スキー場	野沢温泉スキー場 TEL.0269(85)3166	19	○	年末年始、特定日(要問合せ)	
	E-2	戸狩温泉スキー場	戸狩温泉スキー場 TEL.0269(65)2359	4	○	貸切ナイターのみ	
信濃町	D-3	斑尾高原スキー場	斑尾高原スキー場 TEL.0269(64)3214	10(リフト・動く歩道)	○	不定期、要問合せ	8月上旬～中旬
	C-3	黒姫高原スノーパーク	黒姫高原スノーパーク TEL.026(265)3176	6	○		ゴルフデューク、7月下旬～10月上旬
高山村	D-3	タングラムスキーサーカス	タングラムスキーサーカス TEL.026(258)3692	5	○	土曜日、年末年始	ゴルフデューク、7月中旬～11月中旬
	F-5	YAMABOKUワイルドスノーパーク	山田牧場 TEL.026(274)5959	3	○		
木島平村	E-5	山田温泉キッズスノーパーク	信州高山村観光協会 TEL.026(242)1122	トロイカ1基	○		
	E-4	スノーリゾート ロマンズの神様スキー場(旧北信州 木島平スキー場)	最新の情報はWEBサイトの神様スキー場等でご確認ください。	6	○	土曜・年末年始	
山ノ内町	E-4	よませ温泉スキー場	よませ温泉スキー場 TEL.0269(33)2377	4			
	E-4	X-JAM高井富士	X-JAM高井富士 TEL.0269(33)6252	4			
小布施町	E-4	北志賀小丸山スキー場	北志賀小丸山スキー場 TEL.0269(33)6621	5		○	
	F-4	竜王スキーパーク	竜王スキーパーク TEL.0269(33)7131	リフト9基、ロープウェイ1基	○	平日・土曜・年末年始	6月中旬～11月上旬
山ノ内町	F-4	奥志賀高原スキー場	奥志賀高原スキー場 TEL.0269(34)2225	6	○		
	F-4	焼額山スキー場	焼額山スキー場 TEL.0269(34)3117	5		土曜・年末年始	
山ノ内町	F-4	一の瀬山の神スキー場	一の瀬山の神スキー場 TEL.0269(34)2556	1			
	F-4	寺小屋スキー場	寺小屋スキー場 TEL.0269(34)2231	2			
山ノ内町	F-4	高天ヶ原マンモススキー場	高天ヶ原マンモススキー場 TEL.0269(34)2041	3		年末年始	8月上旬～下旬
	F-4	タンネの森オコジョスキー場	タンネの森オコジョスキー場 TEL.0269(34)2241	1			
山ノ内町	F-4	一の瀬ファミリースキー場	一の瀬ファミリースキー場 TEL.0269(34)2241	4		○	
	F-4	一の瀬ダイヤモンドスキー場	一の瀬ダイヤモンドスキー場 TEL.0269(34)2556	2	○	不定期	
山ノ内町	F-4	サンパレススキー場	サンパレススキー場 TEL.0269(34)2255	1		不定期	
	F-4	西館山スキー場	西館山スキー場 TEL.0269(34)2524	1			
山ノ内町	F-4	東館山スキー場	東館山スキー場 TEL.0269(34)2231	1			7月中旬～10月下旬
	F-4	発舗ブナ平スキー場	発舗ブナ平スキー場 TEL.0269(34)2524	1			7月中旬～10月下旬
山ノ内町	F-4	ジャイアントスキー場	ジャイアントスキー場 TEL.0269(34)2524	2			7月中旬～10月下旬
	F-5	丸池スキー場	丸池スキー場 TEL.0269(34)2147	2	○	年末年始	
山ノ内町	F-5	横手山スキー場	横手山スキー場 TEL.0269(34)2600	7			4月下旬～11月上旬
	F-5	洗峠スキー場	洗峠スキー場 TEL.0269(34)2600	1			7月上旬～11月上旬
山ノ内町	F-5	蓮池スキー場	蓮池スキー場 TEL.0269(34)2255	1			
	F-5	熊の湯スキー場	熊の湯スキー場 TEL.0269(34)2166	5		不定期	7月上旬～8月下旬
小布施町	E-5	小布施Quest	小布施Quest TEL.026(214)6520			○	

ウィンターシーズン

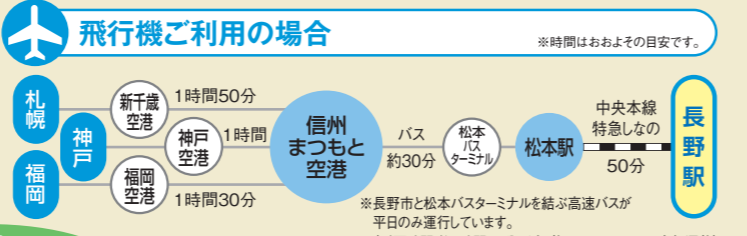
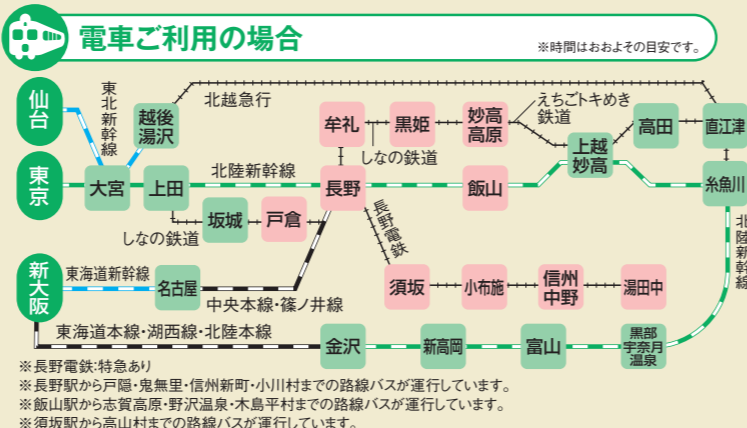
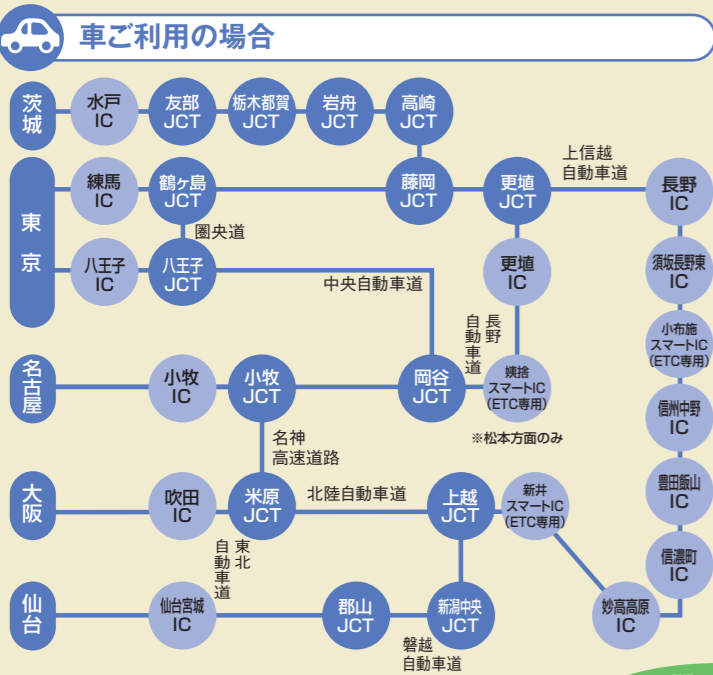
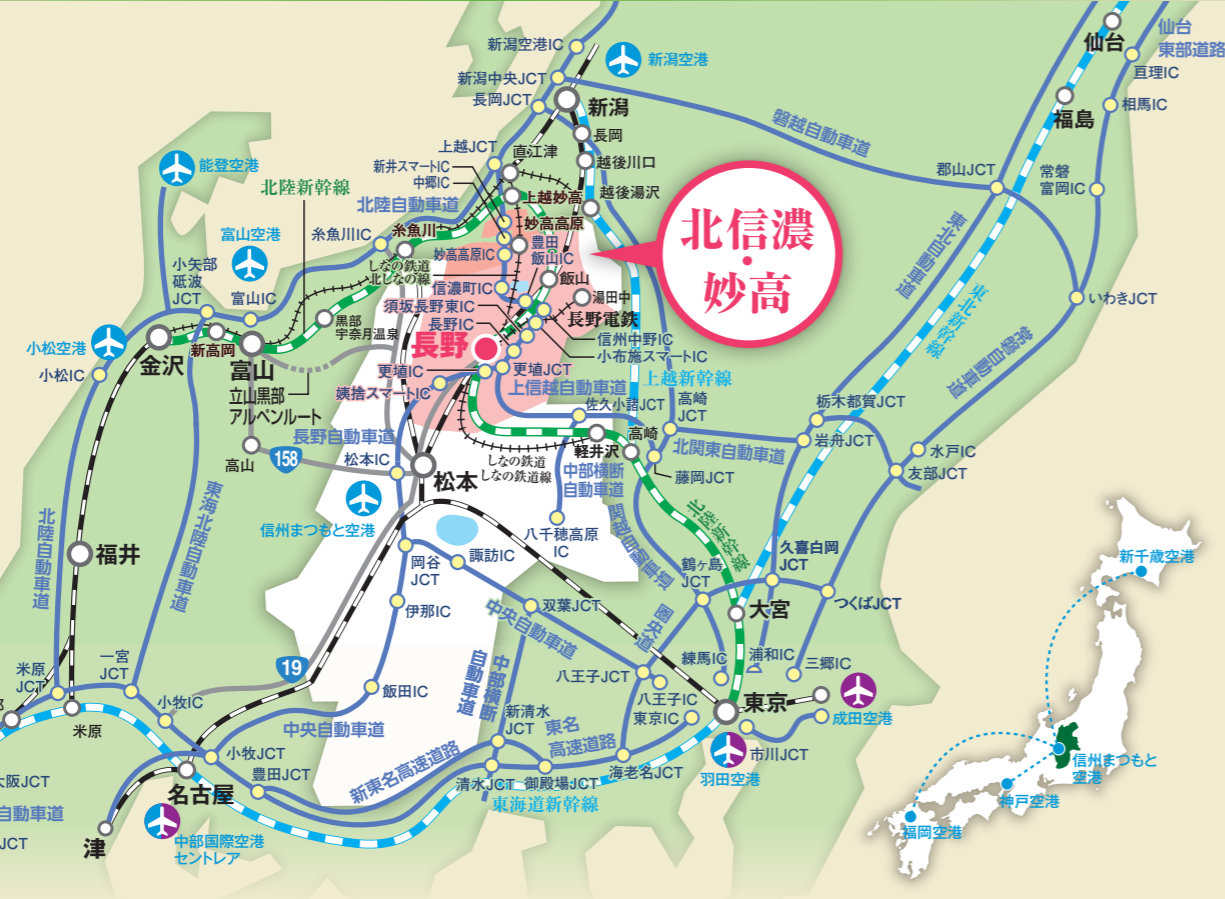
Winter season

豊富な湯量に良質な泉質、北信濃・妙高は温泉の宝庫。 歴史の湯から日帰り温泉まで、旅の疲れを癒してくれます。

温泉 Hot Springs

高山村	C-5	いよいよで湯 森林浴(もくもくばやし)	TEL.026(252)2810	[時間/定休日] 10:00～19:00/毎週水曜日、年末年始 [料金] 大人(中学生以上)410円、小人(小学生)300円 [交通] 長野IC～30km車で60分
	B-6	大岡温泉	TEL.026(266)1088	[時間/定休日] 12:00～18:00(土日祝)11:00～19:00/毎週火曜日(祝日は営業)、年末年始 [料金] 小学生以上360円 [交通] 麻績IC～車で30分
	D-6	大室温泉 まきばの湯	TEL.026(278)5687	[時間/定休日] 平日10:00～21:00 土日祝10:00～21:30/毎月曜日(祝日の場合営業) [料金] 高校生以上600円、小学生400円、幼児無料 [交通] 長野IC～車で15分
	B-5	奥裾花温泉 鬼無里の湯	TEL.026(256)2140	[時間/定休日] 11:00～18:00/毎月曜日(祝日を除く) [料金] 小学生以上510円、3歳以上～小学生310円、幼児無料 [交通] 長野IC～36km車で60分
	D-6	黄金の湯 松代荘	TEL.026(278)2596	[時間/定休日] 10:00～22:00(受付終了21:30) [料金] 入浴のみ 大人600円、小学生200円、幼児無料 [交通] 長野IC～3km車で5分
	B-6	信州不動温泉 さざり荘	TEL.026(264)2103	[時間/定休日] 11:00～21:00/無休(メンテナンスにより不特定あり) [料金] 大人500円、小学生250円 [交通] 長野IC～35km車で50分
長野市	B-5	信州むしらの湯 やまもち家	TEL.026(267)2641	[時間/定休日] 10:00～19:00/無休 [料金] 大人520円、小人(6歳以上12歳未満)310円 [交通] 長野IC～車で30分
	C-5	裾花峡天然温泉 うるおい館	TEL.026(237)4126	[時間/定休日] 10:00～23:00朝風呂6:00～9:00/無休 [料金] 大人800円、中学生530円、小学生210円、幼児110円(2歳以下無料)、土日祝大人850円 [交通] 長野IC～8km車で30分
	C-4	戸隠神かげ温泉「湯行館」	TEL.026(254)1126	[時間/定休日] 10:00～19:00(土日祝)20:00/木曜日 [料金] 大人700円、小人(3歳～小学生)350円 [交通] 信濃町IC～25km車で約30分
	D-5	豊野温泉 りんごの湯	TEL.026(257)6161	[時間/定休日] 10:00～22:00/毎月第4火曜日(祝日の場合営業・翌日休み) [料金] 大人410円、小学生300円、18歳未満大人350円、小学生250円 [交通] 信州中野IC～7km車で20分
	C-6	中尾山温泉 松山閣	TEL.026(292)2343	[時間/定休日] 12:00～20:00(土日祝)11:00～/無休 [料金] 大人700円、小学生300円、幼児100円 [交通] 長野IC～15分
	D-5	湯湯温泉 湯～ばれあ	TEL.026(282)5500	[時間/定休日] 10:00～21:30/毎月第2・4水曜日(祝日の場合営業・翌日休み) [料金] 大人510円、小学生300円、60歳以上350円 [交通] 須坂長野IC～車で5分
飯綱町	D-6	保科温泉	TEL.026(282)3050	[時間/定休日] (入浴)10:00～21:00/毎月第3木曜日、年末年始 [料金] 大人410円、小学生200円 [交通] 長野IC～車で15分
	D-5	まめじま湯つたり苑	TEL.026(222)1126	[時間/定休日] 10:00～24:00/年5回保守点検のため休みあり [料金] 大人800円(土日祝850円)、小学生350円(土日祝400円) [交通] 須坂長野IC～5km車で7分
	E-4	石の湯	TEL.0269(33)3171	[時間/定休日] 10:00～18:00/毎週火曜日 [料金] 大人600円、子供300円 [交通] 信州中野IC～10km車で20分
	E-4	洗温泉 大湯	TEL.0269(33)2921	[時間/定休日] 10:00～16:00/湯掛山時 [料金] 大人500円、子供300円 [交通] 信州中野IC～14km車で20分
	E-4	傳習館 とらやの湯	TEL.0269(31)3454	[時間/定休日] 平日11:00～20:00 土日祝11:00～19:00(最終入浴18:00)/毎週水曜日 [料金] 大人650円、小学生300円、幼児は2人目以降150円 [交通] 信州中野IC～15km車で20分
	E-4	遠見乃湯	TEL.0269(33)2020	[時間/定休日] 11:00～22:00(土・日・祝) 14:00～22:00(平日)/不特定 [料金] 大人600円、小人300円 [交通] 信州中野IC～15km車で20分
山ノ内町	E-4	三ヶ月の湯	TEL.0269(33)7131	[時間/定休日] 14:00～18:00(冬期のみ営業)/不特定 [料金] 大人600円、小人300円 [交通] 信州中野IC～17km車で25分
	E-4	みやま温泉わくわくの湯	TEL.0269(33)2260	[時間/定休日] 10:00～19:30/毎週水曜日 [料金] 大人500円、小学生未満無料 [交通] 信州中野IC～14km車で20分
	E-4	元湯箱山温泉	TEL.0269(31)1088	[時間/定休日] 10:00～21:00/毎週木曜日(祝日の場合営業・翌日休み) [料金] 大人500円、小学生300円 [交通] 信州中野IC～13km車で15分
	E-4	湯田中駅前温泉 楓の湯	TEL.0269(33)2133	[時間/定休日] 10:00～21:00(最終入浴20:30)/毎月第1火曜日 [料金] 大人300円、小学生150円 [交通] 信州中野IC～13km車で20分
	E-4	ホテルゆたなか 吉の湯	TEL.0269(33)5888	[時間/定休日] 11:00～21:00/不特定 [料金] 大人700円、小人400円 [交通] 信州中野IC～12km車で20分
	C-7	公衆浴場 湯元 かめ乃湯	TEL.026(276)4664	[時間/定休日] 10:00～23:00(最終入浴22:30)/毎月16日及び未日 [料金] 大人350円、小学生150円、6歳未満70円、2歳以下無料 [交通] 更埭IC～10km車で15分
高山村	C-6	佐野川温泉 竹林の湯	TEL.026(272)6500	[時間/定休日] 10:00～21:00(最終入浴20:30)/毎月第2・4水曜日、12/31/1/1 [料金] 大人350円、子供(3歳以上小学生以下)150円 [交通] 更埭IC～車で10分
	C-7	多世代健康交流プラザさつるの湯	TEL.026(261)0770	[時間/定休日] 9:00～20:00(最終入浴19:30)/毎月第1・3水曜日 [料金] 大人350円、小学生150円 [交通] 更埭IC～10km車で15分
	C-7	公衆浴場 戸倉観世温泉	TEL.026(275)0087	[時間/定休日] 5:00～23:00/毎月第1・3月曜日(祝日の場合は翌日) [料金] 大人300円、中学生250円、小学生120円、幼児70円 [交通] 更埭IC～10km車で15分
	C-7	公衆浴場 戸倉国民温泉	TEL.026(275)0457	[時間/定休日] 8:30～21:30/毎月月初旬1日 [料金] 大人(18歳以上)340円、中学生・18歳未満250円、小学生100円、幼児無料 [交通] 更埭IC～10km車で15分
	C-7	万葉超音波温泉	TEL.026(275)2228	[時間/定休日] 4:00～23:00/毎月第4火曜日(祝日の場合は翌日) [料金] 大人・中学生440円、小学生100円、幼児70円 [交通] 更埭IC～10km車で15分
	C-7	湯の華銭湯瑞祥	TEL.026(275)4321	[時間/定休日] 9:00～翌1:00(土日祝6:00～)(最終入浴24:30)/毎月第3火曜日 [料金] 大人750円、小学生350円、幼児100円 [交通] 更埭IC～車で15分・坂道IC～車で10分
高山村	C-7	湯のさと ちくま 白鳥園	TEL.026(275)0400	[時間/定休日] 9:30～21:00(最終入浴20:30)/毎月第2火曜日 [料金] 大人(中学生以上)600円、子ども(満3歳以上小学生以下)250円 [交通] 更埭IC～10km車で15分
	F-5	奥山田温泉	TEL.026(242)1122	[時間/定休日] 要問合せ [料金] 要問合せ [交通] 須坂長野IC～24km車で50分
	E-5	子安温泉	TEL.026(242)2219	[時間/定休日] 10:00～20:00/毎週火曜日 [料金] 中学生以上500円、子供150円 [交通] 須坂長野IC～12km車で25分
	F-5	七味温泉	TEL.026(242)1122	[時間/定休日] 要問合せ [料金] 要問合せ [交通] 須坂長野IC～22km車で45分
	F-5	松川溪谷温泉	TEL.026(242)2212	[時間/定休日] 10:00～16:00(最終入浴15:00)/月曜日、木曜日 [料金] 大人600円、子供400円 [交通] 須坂長野IC～20km車で40分
	E-5	山田温泉 大湯	TEL.026(242)2314	[時間/定休日] 6:00～21:00/毎月第3水曜日 [料金] 大人400円、小学生200円 [交通] 須坂長野IC～15km車で35分
高山村	E-5	YOUランド	TEL.026(242)2210	[時間/定休日] 10:00～21:00(冬期～20:30)/毎週木曜日(祝日の場合営業・翌日休み) [料金] 大人400円、小学生200円 [交通] 須坂長野IC～11km車で25分
	E-5	蔵温泉 ふれあいの湯	TEL.026(242)2313	[時間/定休日] 6:30～21:00/毎月第2火曜日 [料金] 大人400円、小学生200円 [交通] 須坂長野IC～15km車で30分
	D-3	タングラム斑尾温泉	TEL.026(258)3511	[時間/定休日] 12:00～21:00/11月中旬～12月中旬 [料金] 大人1,000円、小人500円 [交通] 信濃町IC～10km車で20分
	E-5	須坂温泉 古城荘	TEL.026(245)1460	[時間/定休日] 6:00～21:00/毎月第4水曜日 [料金] 中学生以上600円、小学生以上300円、幼児無料 [交通] 須坂長野IC～7km車で20分
	E-5	関谷温泉 湯つ蔵んど	TEL.026(248)6868	[時間/定休日] 10:00～22:00(最終入浴21:00)[平日] 10:00～21:00(最終入浴20:00)/無休(メンテナンス休あり) [料金] 大人700円、小学生400円 [交通] 須坂長野IC～6km車で10分
	E-5	福寿の湯温泉 福寿荘	TEL.026(245)5701	[時間/定休日] 10:00～21:00/要確認 [料金] 大人600円、子供300円(高校生以下保護者同伴) [交通] 須坂長野IC～7km車で15分
中野市	D-4	豊田温泉公園「もみぢ荘」	TEL.0269(38)3030	[時間/定休日] 10:00～21:00(最終入浴20:30)/毎週水曜日(祝日の場合営業) [料金] 大人450円、小学生200円 [交通] 豊田山IC～6km車で10分
	E-4	長瀬温泉	TEL.0269(26)1010	[時間/定休日] 13:00～22:00/無休 [料金] 大人(中学生以上)500円、3歳以上～小学生250円(休憩料込み) [交通] 信州中野IC～6km車で15分
	D-3	斑尾高原体験交流施設「まらおの湯」	TEL.0269(38)3000	[時間/定休日] 10:00～21:00(最終入浴20:30)/毎週火曜日(祝日の場合営業) [料金] 大人450円、小学生200円 [交通] 豊田山IC～7km車で10分
	E-5	間山温泉「ほんぼこの湯」	TEL.0269(23)2686	[時間/定休日] 10:00～21:00(最終入浴20:30)/毎週木曜日(祝日の場合営業) [料金] 大人450円、小人200円 [交通] 信州中野IC～10km車で25分
	E-2	いいやま湯温泉	TEL.0269(65)3454	[時間/定休日] 10:00～21:00(最終入浴20:30)/毎週火曜日(祝日を除く) [料金] 大人550円、小学生250円 [交通] 豊田山IC～19km車で40分
	E-2	戸狩温泉 眺の湯	TEL.0269(65)2648	[時間/定休日] 14:00～19:30(入浴19:00まで)、冬期11:00～20:30(入浴20:00まで)/不特定・要問合せ [料金] 中学生以上850円、小学生400円 [交通] 豊田山IC～17km車で25分
飯山市	E-2	戸狩温泉 望の湯 ※冬期のみ営業	TEL.0269(65)2629	[時間/定休日] 14:00～19:30(最終入浴18:00)/不特定・要問合せ [料金] 中学生以上850円、小学生400円 [交通] 豊田山IC～17km車で25分
	D-3	斑尾高原温泉	TEL.0269(64)3311	[時間/定休日] 6:00～10:00、12:00～22:00/ホテル営業に準ずる(要問合せ) [料金] 大人900円、小人600円 [交通] 豊田山IC～17km車で25分(斑尾高原ホテル内)
	E-3	馬曲温泉「望郷の湯」	TEL.0269(82)4028	※一時休業中 [時間/定休日] 要問合せ [料金] 大人600円、小学生300円 [交通] 豊田山IC～20km車で30分
	E-3	野沢温泉の外湯	TEL.0269(85)3155	[時間] 夏期5:00～23:00・冬期6:00～23:00 [料金] 大人500円、小人300円 [交通] 豊田山IC～20km車で25分
	E-2	麻釜温泉公園 ふるさとの湯	TEL.0269(85)3700	[時間/定休日] 10:00～20:00/毎週木曜日(祝日の場合営業・翌日休み) [料金] 大人500円、小人300円 [交通] 豊田山IC～20km車で25分
	E-3	野沢温泉スリリーナ	TEL.0269(85)4567	[時間/定休日] 要問合せ [料金] 大人700円、3歳～小学生500円 [交通] 豊田山IC～20km車で25分
野沢温泉村	E-5	おぶせ温泉あけびの湯	TEL.026(247)4880	[時間/定休日] 6:00～21:00(最終入浴20:30)/毎月第3木曜日 [料金] 中学生以上850円、小学生未満300円、3歳以下無料 [交通] 小布施スマートIC～2km車で10分
	E-5	おぶせ温泉穴音の湯	TEL.026(247)2525	[時間/定休日] 要問合せ [料金] 中学生以上850円、小学生以下・幼児含む300円 [交通] 小布施スマートIC～2km車で10分
	D-4	むれ温泉 天狗の館	TEL.026(253)3740	[時間/定休日] 10:00～21:00(最終入浴20:30)/毎月第3水曜日(祝日の場合営業・翌日休み) [料金] 大人600円、小学生300円 [交通] 信濃町IC～13.1km車で26分
	B-5	湯の沢温泉 小川の湯	TEL.026(269)2264	[時間/定休日] 10:00～19:00(11～3月は18:00)/毎週月曜日・12月29日～1月3日 [料金] 大人400円、小人200円 [交通] 長野IC～30km車で45分
	C-3	杉野沢温泉 苗名の湯	TEL.0255(86)6565	[時間/定休日] 11:00～19:00(7月23日～9月4日は20:00)/水曜日 [料金] 大人(中学生以上)500円、小学生300円、未就学児無料 [交通] 妙高高原IC～4km車で5分
	C-3	休暇村妙高	TEL.0255(82)3168	[時間/定休日] 13:00～18:00(要問合せ) [料金] 大人500円、小人(4歳以上)300円 [交通] 中野IC～10km車で12分
高山村	D-3	アパリゾート上越妙高	TEL.0255(82)4111	[時間/定休日] 8:00～10:00、12:00～21:00(最終受付20:00)*週調はお祈りする都合あり [料金] 大人700円、小学生350円 [交通] 妙高高原IC～18km車で25分
	E-2	大湯温泉「大湯荘」	TEL.0255(75)3230	[時間/定休日] 10:00～16:00(7月8日～18日)*最終受付17時前/月・水・木・1～3月休業 [料金] 大人500円、小人300円※HP参照 [交通] 中野IC～15km車で23分
	C-3	アルペンブリックス(日帰り温泉)	TEL.0255(86)5130	[時間/定休日] 9:00～22:00(最終入浴21:30)/毎週火曜日(お盆、年末年始除く) [料金/交通] 大人600円、小人400円/妙高高原IC～3km車で約5分
	C-3	赤倉温泉 野天風呂「滝の湯」	TEL.0255(87)2165	[時間/定休日] 10:00～15:30/冬期休業(11月上旬～4月中旬) [料金] 大人500円、小人350円

- 凡例**
- 北陸新幹線
 - その他新幹線
 - JR線
 - 私鉄
 - 高速道路
 - 主要道路
 - 国際線空港
 - 国内線空港



- お問い合わせは**
- 北信濃観光連盟事務局 (公財) ながの観光コンベンションビューロー**
☎026-223-6050
長野市新田町1485-1 長野市もんぜんぶら座4階
https://www.nagano-cvb.or.jp
 - 戸隠観光情報センター (一社) 戸隠観光協会**
☎026-254-2888
長野市戸隠3517
https://togakushi-21.jp
 - 鬼無里観光振興会**
☎026-256-3188
長野市鬼無里日影2750-1 鬼無里支所内
https://kinasa.jp
 - 信州新町観光協会**
☎026-262-2245
長野市信州新町新町1000-1 信州新町支所内
http://www.shin-machi.com
 - 山ノ内町観光連盟**
☎0269-33-2138
下高井郡山ノ内町平穏3227-2
https://www.info-yamanouchi.net
 - (一社) 信州千曲観光局**
☎026-261-0300
千曲市上山田温泉2-12-10
https://chikuma-kanko.com
 - 信州高山村観光協会**
☎026-242-1122
上高井郡高山村大字奥山田3579-1
https://shinshu-takayama-onsenkyo.com/
 - (一社) 信州しなの町観光協会**
☎026-255-3226
上水内郡信濃町柏原2692-12
https://www.shinano-machi.com
 - (一社) 信州須坂観光協会**
☎026-255-3226
須坂市大字須坂1295-1シルキービル2階
https://suzaka-kankokyoai.jp
 - (一社) 信州なかの産業・観光公社**
☎0269-38-0383
中野市大字豊津2508番地
中野市豊田庁舎1F
https://www.nakanokanko.jp
 - 信越自然郷飯山駅観光案内所**
☎0269-62-7000
飯山市飯山772-6 飯山駅舎内
https://www.iijama-ouendan.net
 - (一社) 木島平村観光振興局**
☎0269-82-2800
下高井郡木島平村上木島38-1
https://kijimadaira.org/
 - (一社) 野沢温泉観光協会**
☎0269-85-3155
下高井郡野沢温泉村豊郷9780-4
https://nozawakanko.jp
 - 小布施文化観光協会**
☎026-215-2225
上高井郡小布施町小布施1497-2 小布施駅舎内
http://www.obusekanko.jp/
 - (一社) 飯綱町観光協会**
☎026-253-7788
上水内郡飯綱町大字豊野4921-1 (牟礼駅内)
https://1127.info
 - 小川村観光協会**
☎026-269-2323
上水内郡小川村高野8800-8 小川村役場内
http://www.vill.ogawa.nagano.jp/kankou
 - 妙高高原観光案内所**
☎0255-86-3911
妙高市大字田口309-1
https://myokotourism.jp

豊かな大自然がおりなす、花々の美しいハーモニー。
春の可憐な花々から秋の紅葉まで、感動の自然をお楽しみください。



■[高山の五大桜]水中のしだれ桜(高山村)

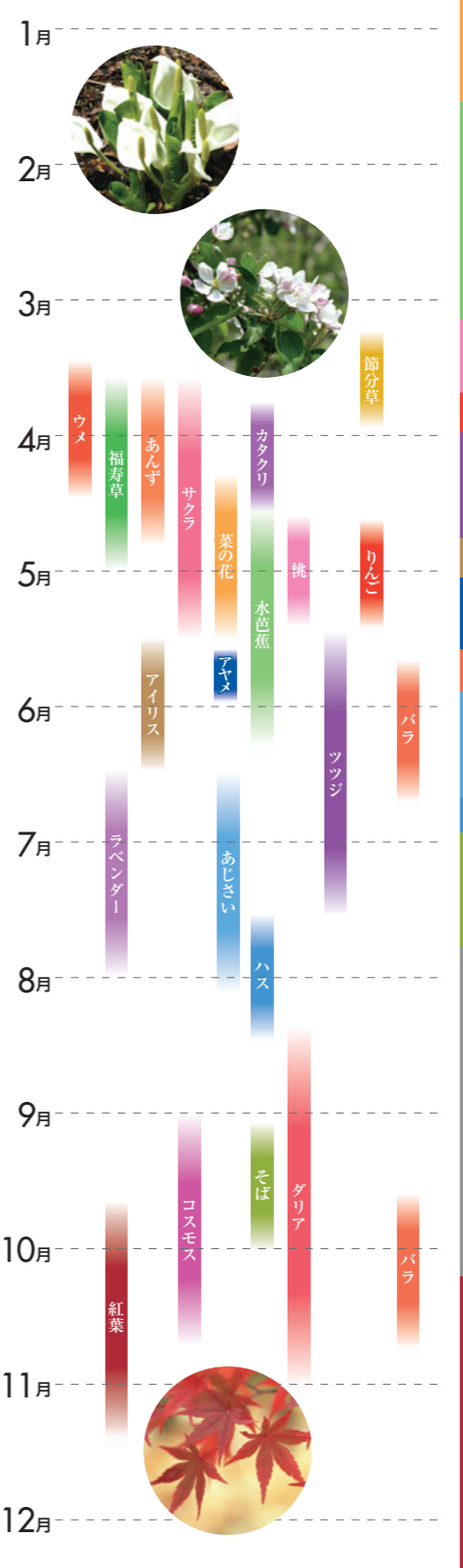


■千曲川ふれあい公園の菜の花(小布施町)



■薬師沢石張水路工のアイヤメ(小川村)

- 節分草**
ウメ
福寿草
あんず
- C-7 戸倉宿キティパークの節分草(千曲市)・2月下旬~3月上旬
 - B-6 ろうかく梅園(長野市)……3月下旬~4月上旬
 - E-3 原大沢地区の福寿草(木島平村)……4月上旬
 - C-6 あんずの里(あんずの花)(千曲市)・3月下旬~4月上旬
 - D-6 松代東条のあんずの花(長野市)・4月上旬~中旬
 - C-6 典蔵寺の桜(長野市)……4月上旬~中旬
 - D-2 経塚山公園の桜(妙高市)……4月上旬~中旬
 - D-5 臥竜公園の桜(須坂市) **ライトアップ**・4月上旬~中旬
 - C-7 戸倉宿キティパークの桜(千曲市)・4月上旬~中旬
 - B-5 二反田の桜・山桜群(小川村)……4月上旬~下旬
 - C-6 光林寺のしだれ桜(長野市)……4月中旬
 - D-6 松代城跡の桜(長野市) **ライトアップ**……4月中旬
 - B-6 立屋・番所の桜(小川村)……4月上旬~下旬
 - C-6 治田公園の桜(千曲市)……4月中旬
 - D-5 城山公園の桜(長野市) **ライトアップ**・4月中旬~下旬
 - E-4 宇木の千歳桜(山ノ内町) **一本桜**……4月中旬~下旬
 - E-4 宇木の古代桜(山ノ内町)……4月中旬~下旬
 - E-4 東山公園の桜(中野市)……4月中旬~下旬
 - E-5 岩松院の桜(ソメイヨシノ)(小布施町)……4月中旬~下旬
 - [高山の五大桜](高山村) **一本桜**
 - E-5 水中のしだれ桜……4月中旬~下旬
 - E-5 坪井のしだれ桜……4月中旬~下旬
 - E-5 黒部のエドヒガン桜……4月中旬~下旬
 - E-5 中塩のしだれ桜……4月中旬~下旬
 - E-5 赤和観音のしだれ桜……4月中旬~下旬
 - [須坂豊丘の五大桜](須坂市) **一本桜**
 - E-5 長妙寺のしだれ桜……4月上旬~中旬
 - E-5 大日向観音堂のしだれ桜……4月上旬~中旬
 - E-5 洞入観音堂のしだれ桜……4月中旬~下旬
 - E-5 延命地藏堂のエドヒガン……4月中旬~下旬
 - E-5 弁天さんのしだれ桜……4月下旬
 - E-3 飯山城址の桜(飯山市) **ライトアップ**……4月中旬~下旬
 - C-5 塩生の巡礼桜(エドヒガン)(長野市) **一本桜**・4月中旬~下旬
 - B-5 高橋のしだれ桜(長野市) **一本桜**……4月下旬~5月上旬
 - D-4 地蔵久保の大山桜(飯綱町) **一本桜**……4月下旬
 - D-4 袖之山のシダレザクラ(飯綱町) **一本桜**……4月下旬
 - C-5 素桜神社の神代桜(長野市) **一本桜**……4月下旬~5月上旬
 - D-5 千曲川堤防の桜(八重桜)(小布施町)……4月下旬~5月上旬
 - C-7 佐良志奈神社のカタクリ(千曲市)・3月下旬~4月上旬
 - D-1 斐太歴史の里のカタクリ(妙高市)……4月上旬~中旬
 - D-4 上赤塩地区のカタクリ(飯綱町)……4月中旬



- 菜の花**
水芭蕉
桃
りんご
ツツジ
ライオン
アイヤメ
バラ
あじさい
ハス
そば
その他
- D-5 千曲川ふれあい公園の菜の花(小布施町)……4月下旬~5月上旬
 - E-3 菜の花公園(飯山市)……4月下旬~5月上旬
 - C-3 いもり池(妙高市)……4月中旬~5月上旬
 - C-4 むれ水芭蕉園(飯綱町)……4月下旬~5月上旬
 - C-4 戸隠森林植物園の水芭蕉(長野市)・5月上旬~中旬
 - B-4 奥裾花自然園の水芭蕉(長野市)・5月上旬~下旬
 - F-5 笠ヶ岳水芭蕉公園(山ノ内町)……5月中旬~6月上旬
 - F-4 竜王山頂温泉の水芭蕉(山ノ内町)……5月下旬~6月初旬
 - D-5 千曲川沿岸の桃の花(須坂市)……4月中旬~下旬
 - D-4 丹雲郷の桃の花(飯綱町)……4月下旬~5月上旬
 - D-4 北信五岳道路(大原地区)のりんごの花(飯綱町)……5月上旬~中旬
 - D-4 豊野のつつじ山公園(長野市)……5月中旬~下旬
 - E-2 つつじ山公園・百番観音(野沢温泉村)……5月下旬~6月中旬
 - E-5 五味池破風高原自然園(須坂市)……6月上旬~下旬
 - C-6 ジャーマンアイリス観光花園(千曲市)……5月上旬~下旬
 - B-5 薬師沢石張水路工のアイヤメ遊歩道(小川村)……5月下旬~
 - F-4 志賀高原歴史記念館のシガヤメ(山ノ内町)……6月上旬~中旬
 - E-4 一本木公園(バラ公園)(中野市)……5月下旬~6月中旬
 - C-7 智識寺のアジサイ(千曲市)……6月中旬~7月中旬
 - E-2 あじさい寺(高源院)(飯山市) 6月下旬~7月中旬
 - D-4 霊仙寺湖アジサイ園(飯綱町)……7月上旬~下旬
 - E-3 稲泉寺の大賀蓮(木島平村)・7月上旬~8月上旬
 - C-4 戸隠展望苑のそばの花(長野市)……7月下旬~8月中旬
 - E-4 須賀川八丁原のそばの花(山ノ内町)……9月上旬
 - F-4 竜王山野草ガーデン(山ノ内町)……6月下旬~8月上旬
 - F-4 東館山高山植物園(山ノ内町)……6月~9月
 - D-3 タングラムラベンダー園(信濃町)……7月上旬~下旬
 - F-3 上ノ平ピクニックガーデン(野沢温泉村)……7月上旬~10月下旬
 - E-4 木島平やまびこの丘公園ダリア園(木島平村)……8月上旬~10月下旬
 - C-3 匂花咲く黒姫高原ダリア園&コスモス園(信濃町)……8月中旬~10月上旬
 - E-5 フローラルガーデンおぶせ(小布施町)……通年
 - F-4 志賀高原の紅葉(山ノ内町)……9月下旬~10月中旬
 - C-4 戸隠鏡池の紅葉(長野市)……10月上旬~中旬
 - C-3 笹ヶ峰高原(妙高市)……10月上旬~中旬
 - E-6 米子大瀑布の紅葉(長野市)……10月中旬
 - B-4 奥裾花溪谷の紅葉(長野市)……10月中旬~下旬
 - E-5 松川溪谷の紅葉(高山村)……10月中旬~下旬
 - F-3 上ノ平高原の紅葉(野沢温泉村)……10月中旬~下旬
 - C-3 苗名滝(妙高市、信濃町)……10月中旬~下旬