

特集

あなたを熱くする信州の冬

毎年多くの人でにぎわう全国有数のスノーリゾート 信州
多彩な冬のアクティビティ体験、冬季競技の未来のメダリスト育成など
ホットな信州の冬から目が離せません



スノーシューツアー（鍋倉山より三国山脈方面を望む）

北信濃のアクティビティはおまかせ

長野・新潟の県境9市町村にまたがる「信越自然郷」は、年間を通じて充実したアウトドア体験が可能なエリア。その玄関口である北陸新幹線飯山駅に、アウトドアアクティビティを専門に扱う拠点施設 **信越自然郷アクティビティセンター**はあります。

「北信濃のアクティビティに関する情報は何でも手に入る」が合言葉の同センター。この冬は、ファットバイクと呼ばれるタイヤが太くて雪道に強い自転車で雪の上をアクティブに楽しむ新たなツアーを計画中です。



信越自然郷アクティビティセンター

検索

用具のレンタルも充実。手ぶらで来ても楽しめます。

定番のスキー・スノーボード以外にも
さまざまな自然体験アクティビティがあなたを待っています!

テレマークスキー

T.M.N.スキースクール [須坂市] [サイト](#)



滑る・歩く・登るを一度に楽しめるテレマークスキー。バックカントリースキーに適した峰の原高原を舞台に自分だけのシュプールを刻めるのは最高のぜいたくです。

スノーラフティング

白馬ライオンアドベンチャー [白馬村] [サイト](#)



Hakuba 47の特設コースを激走するスノーラフティング。雪煙を浴びながら、上下左右に揺れるゴムボートのスリルがやみつきになってしまうかも!?

スノーシュートレッキング

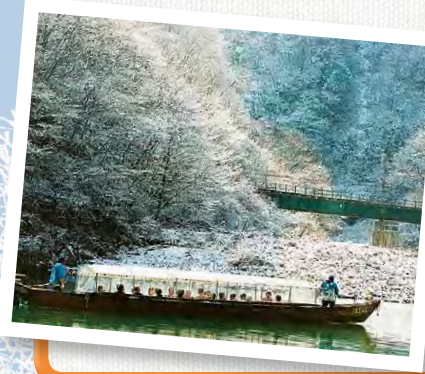
浅間山麓国際自然学校 [小諸市] [サイト](#)



一面に広がる白銀の風景にカラマツの霧氷。標高2,000mの高峰高原は、非日常の別世界が広がっています。晴天率が高いのもオススメポイント!

こたつ舟

天龍舟下り(株) [飯田市] [サイト](#)
天龍ライン遊舟(有) [飯田市] [サイト](#)



12月から2月までの3か月間、船内にこたつを設置し、あたたか仕様の舟で川下りをお楽しみいただけます。雪化粧した天龍峡・鷲流峡はまさに絶景です。

地域消費喚起事業
We Like! 信州 /

しあわせ信州
ふるさと割
旅とショッピングで信州を好きになろう!

割引率は最大
50%!

信州サあイコー!
ふるさと旅行券
[体験用]で
お得に遊ぼう!

[サービス提供施設はこちら](#)

今なら、額面5,000円のチケットを2,500円で購入できてお得! 上の4つのアクティビティをはじめとして、スキー・スノーボードのレンタル料やレッスン料も対象です。

■期限……平成28年1月31日(日)まで
※予定販売枚数の上限に達したら販売終了

問い合わせ先 TEL 0268-80-0022
(10:00~17:00)
※年末年始は休み

ウィジット

アクティブ

**「VISIT ACTIVE信州」
サイトが
OPEN!**

信州・長野県観光協会は、12月から県内全域の屋外レジャー情報をとりまとめたポータルサイトを開始。思わず足を運びたいインパクトのある動画と写真で、県内各地のウインターアクティビティを紹介しています。



サイトはこちら



長野県にゆかりのあるスポーツ選手の活躍は、私たち県民に勇気と感動を与え、信州を元気にしてくれます。

信州の強みである冬季競技に特化して、可能性を秘めた子どもたちを早期に発掘し、世界の舞台で戦える選手を育成する「SWANプロジェクト」。平成21年度に発足し、7年目を迎える今年も、厳しい選考会を通過した16名(男子8名、女子8名)がSWANメンバーに仲間入りしました。

「冬季オリンピックの開催県から未来のオリンピックメダリストを輩出する」 夢への挑戦は、これからも続きます。



選手全員が抱負を語った7期生開講式(12/5)



Q & A 教えて! SWANプロジェクト

Q 現在活動中のメンバーは何人ですか。

A 7期生16名を含めて88名です。
[小4~小6:33人、中1~中3:48人、高校生以上:7人]

Q どのように育成しているのですか。

A 共通プログラムとして、体力向上のためのフィジカルトレーニングの他に、スポーツ心理学、スポーツ栄養学、語学など、世界を舞台に戦っていく上で必要なことを競技の枠を越えて学びます。なお、各競技種目別のプログラムは、各競技団体や所属するクラブチーム主導で選手強化を進めています。

Q これまでの成果はどうか。

A 全国中学校体育大会において、メンバーから優勝者が出ています。また、修了生もインターハイや国体などの全国規模の大会で優勝や上位入賞するなど活躍しています。



海外遠征に備え、語学を学ぶ

TOPICS

冬季国体の
テーマなどが決定!

~来シーズンは長野県で開催~

2017年(平成29年)、9年ぶりに長野県で開催される第72回 国民体育大会冬季大会のテーマが「ながの銀嶺国体」に決まりました。

テーマ

「ながの銀嶺国体」

シンボルマーク

スローガン

「氷雪に かがやけ君の
技ちから」



スケート・アイスホッケー・スキーマの競技会日程はこちら >>

私の信州創生スタイル #1



人を惹き付け にぎわいのある 交流拠点を目指して

マサヤゲストハウス オーナー
斉藤 希生子さん

県では今年10月、「信州創生」を目指して「人口定着・確かな暮らし実現総合戦略」を策定しました。

「信州創生」に向けた新しいライフスタイルを体現し、自分らしい働き方や暮らし方を楽しんでいる皆さんを紹介する新連載「私の信州創生スタイル」。

第1回は、下諏訪町にあるマサヤゲストハウスのオーナー斉藤希生子さん。利用者同士の交流が深まりやすいゲストハウス^(※)の魅力や地域への愛着について語ります。

※ゲストハウス・・・サービスを省く代わりに低料金で宿泊できる施設。外国人や長期の滞在者にも人気。

Uターンしてゲストハウスのオーナーに

旅行で山口県萩市のゲストハウスを利用した際に、そのオーナーが紹介してくれたお店や人物と接するうちに、萩市のことを全く知らなかった私が気付いたら萩市のファンになっていたという貴重な経験をしました。これを機に、東京や京都のような観光地よりも、地方都市で



印象的な赤レンガの門構えはそのままに

その地域の魅力を発信する方が楽しいかも、と徐々に故郷の諏訪地域でのUターン開業に気持ちが傾いていきました。

そんなとき、築100年を超える下諏訪町の老舗旅館「ますや旅館」を紹介されました。取り壊されることが既に決まっていたのですが、改修することに決め平成26年8月には「マサヤゲストハウス」としてオープン。地域の方々の思いが詰まった「ますや」の名前も引き継ぐことにしました。

バーが地域との交流の拠点に

交流の機会を増やしたいという私のこだわりで、宿泊者以外の方も利用できるバーを1階に備えました。宿泊者、地域の方、私たちスタッフの交流が自然と深まるような雰囲気を作り出せているのではないかと感じています。旅行者の皆さんにとっては、ガイドブックに載っていない貴重な情報を地元の方から聞くことができ、地元の方にとっては、当たり前すぎて気付かなかった地域の良さを旅行者から教えてもらえる場にもなっています。



毎晩新たな出会いが始まる・・・

地域のにぎわい創出へ

観光目的で宿泊される方が多いのですが、将来の移住を考慮してお試しで宿泊される方もいらっしゃいます。中にはこの近所でカフェの出店を決意し、年明けのオープンに向けて現在準備中という方が実際にいるんですよ。この街に住みたくて移住してくる方が増えると地域が元気になるので、先輩移住者の声や空き家情報などをどんどん紹介していきたいです。

また、これからも音楽ライブや食のイベントなどを企画して、地域のにぎわいづくりに関わっていきたいと思います。そして、多彩な人々が行き交う地域の交流の拠点として、皆さんに気軽に利用していただけるよう頑張っていきます。

「信州創生」へ キックオフ #1

楽園信州 空き家バンク

移住希望者への住まいの情報提供を充実するため、市町村の空き家バンクと業者の中古住宅など県内の空き家情報を集約した「楽園信州空き家バンク」を県宅建業協会の協力を得て開設しました。

12月1日現在、573件の空き家情報を公開しています。

長野県への移住・二地域居住をお考えの方、また県内に空き家を所有している方は、ぜひご活用ください。

信州に住みたい。



楽園信州空き家バンクはこちら >>