



©長野県アルクマ
長野県PRキャラクター
「アルクマ」

南信州イベント情報 令和3年4月～5月





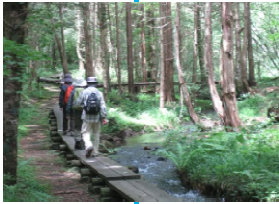
しあわせ信州

イベント名	期日	場所	主な内容	問い合わせ先
天空の楽園 日本一の星空 ナイトツアー (阿智村)	【通常営業】 4月17日(土)～ 3月26日(土) 【除外期間】 5月23日(日)～ 7月9日(金) 9月26日(日)～ 10月8日(金) 11月24日(水)～ 12月23日(木) 1月11日(火)～ 1月21日(金)	ヘブンスそのはら (阿智村)	ゴンドラに乗って、標高1,400mの「天空の楽園」へ日本一の星空の里で観る満天の星空をお楽しみください。さらにバージョンアップしたナイトツアーにぜひお越しください。(イベント等詳細については右記へお問い合わせください。) 【料金】 大人・高校生2,000円～/小・中学生1,000円～/未就学児無料 ※ 料金はゴンドラ往復乗車料金が含まれます。 【チケット】 ・オンラインチケット(日時指定・事前予約制) ご利用日の2週間前の午前10時より販売 ・天空の楽園 オフィシャルホテル・旅館にご宿泊のお客様 2週間前に限らずチケットのご予約が可能 ◆中央道園原ICから車5分 ◆中央道飯田山本ICから車20分	阿智☆昼神観光局 0265-43-3001 ヘブンスそのはら 0264-44-2311
天竜川ラフティング アルプスぼうけん 組楽部 (飯田市)	不定休(要予約)	天竜峡ベース (飯田市川路7674)	日本有数の急流・天竜川をゴムボートに乗って下ります。大きな岩を間近に見ながらボートを漕いだり、高い波に立ち向かったり、飛び込み岩でジャンプに挑んだり、まさに大冒険。ガイドが同乗するので、小さな子どもがいる家族連れでも楽しめます。他にダッキーボート、シャワークライミング(沢歩き)のアクティビティメニューもあります。 ■コース: 半日ツアー・1日ツアー・ファミリーツアー ■料金: <ハーフツアー半日>(約13km) 大人(中学生以上)7,000円 小学生 5,500円 園児 4,500円 <ロングツアー1日>(約16km) 大人(中学生以上)9,000円 小学生 7,000円 園児 6,000円 <ファミリーツアー> 大人(中学生以上)7,000円 小学生 5,500円 園児 4,500円 ファミリーツアーは8月10日(月)～8月18日(火)休止 ※装備一式、ガイド料、消費税を含む ※安全管理費 別途500円 ◆三遠南信道天龍峡ICから車3分 ◆中央道飯田ICから車15分	アルプスぼうけん組 楽部 0265-59-8881
信州飯田天竜 舟下り (飯田市)	3月20日(土) ～ 11月30日(火)	天竜舟下り 弁天港	天竜川の早瀬を弁天港～時又港まで約6kmを35分かけて手こぎの和船で下ります。スリルと波しぶきをお楽しみください。 ■弁天港～時又港 ■料金 大人2,800円税込、小学生1,400円税込 乗船後は着船場より無料シャトルバスを運行しておりますのでご利用ください。要予約。 ◆中央道飯田ICから車20分	信南交通(株) 天竜舟下り 0265-24-3345
天竜舟下り ラフティング部 (飯田市)	4月29日(木) ～ 10月31日(日)	天竜舟下り 弁天港	天竜川の大自然の中、水しぶきを浴びながら急流を下る気分爽快のリバーアドベンチャー。 全長13kmのコースを休憩をとりながら2時間ほどかけて下ります。 ■市田港～時又港(要予約) ■料金 大人7,000円 小学生5,500円 別途、保険料500円 ◆中央道飯田ICから車20分	信南交通(株) 天竜舟下り 0265-24-3345
天龍ライン下り (飯田市)	4月1日(木) ～ 11月30日(火)	天龍ライン下り	天龍峡から唐笠港まで約50分かけての川下りです。 諏訪湖を水源とする天竜川、流域の中でも随一の名勝地が天龍峡です。天龍ライン下りは、天龍峡十勝をはじめとする山水画のような幽玄な風景が堪能できます。途中ガイドの案内と船頭による投網のショーがあります。春はミツバツツジ、山桜、そして新緑、夏はやまゆり、いわたばこ、秋は大文字草、また水面に映る紅葉が素晴らしい四季折々の景色を満喫できます。癒しのライン下りです。 ■料金 中学生 3,200円 税込 小学生 1,600円税込 (要予約) 幼児は大人1人につき1名無料 ◆中央道飯田山本ICから車10分	天竜ライン遊舟(株) 0265-27-2247

イベント名	期日	場所	主な内容	問い合わせ先
ねばーらんど のひな祭り～ 二千体吊るし 雛 (根羽村)	1月中旬～ 4月4日(日) 9:30～17:00	ねばーらんど	特設会場に吊るされた二千体の吊るし雛の飾りの下をくぐって いただくことにより、皆様の厄を払い、 多幸を願わせていただきます。 その他にも根羽村に古くから 飾られてきた「土雛」が展示 されます。 ◆中央道飯田山本ICから車40分 	ねばーらんど 0265-49-2880
中馬ぬくもり 街道ひな祭り (阿智村)	2月1日(月) ～ 4月4日(日)	南信州西部3村(阿 智村・平谷村・根 羽村)、飯田市、豊 田市稲武、足助地 区	南信州と三河を結ぶ中馬街道沿線5市村で、平成17年から行わ れています。南信州では、商店・観光関連施設等にてひな人形 の展示(150箇所余)、手造りグッズの販売、期間限定メニューの 飲食の提供が行われます。 ※今年は古民家を活用したイベントを行います。 2月1日(月)～屋神温泉郷 3月1日(月)～飯田市、阿智村駒場・浪合・清内路、平谷村、根羽 村	下伊那西部地区広 域連携商工会(阿智 村商工会) 0265-43-2241
清流苑 吊るし雛 (松川町)	開催中 ～ 4月上旬(予定)	信州まつかわ温泉 清流苑 	「吊るし雛」の始まりは江戸時代といわれています。 とても高価で一般の家ではなかなか雛人形は 手に入らなかったため、お母さんやお婆ちゃん、 叔母さんから近所の人達まで、みんなで少しずつ 小さな人形をつくり持ち寄って始まったのが「吊るし雛」。 子の幸せを願う気持ちは皆一緒なのです。 清流苑のロビーに飾られるたくさんの人形をお楽しみください。 ◆中央道松川ICから車約5分	信州まつかわ温泉 清流苑 0265-36-2000
第16回根羽川 あまご釣り大 会 (根羽村)	4月1日(木)	根羽川全川(禁漁 区を除く)	3月にあまご成魚を200kg放流します。参加料は一竿2,000円(中 学生以下は無料)。入賞者には豪華賞品を用意しています。 新緑と清流をご堪能ください。	根羽川漁業協同組 合 0265-49-2039 根羽村役場振興課 0265-49-2111
半日バスツ アーガイドと行 く春の花巡りツ アー (阿智村)	4月18日(日) ～ 5月5日(水)	屋神温泉郷発着 	南信州に80本以上点在する樹齢300年を超える桜の古木を中 心に、個人ではなかなか行く事が出来ない「花」の名所をガイド と共に巡ります。どこへ行くかはガイドにおまかせ！その時の開 花状況により見事な桜や花をご案内します。※2021年は花桃バ スツアーのみ運行 ■集合時間(各旅館フロント又はアチベース(阿智☆屋神観光 局))9:00発 ■解散時間(屋神温泉) 12:00頃 ■参加費 2,800円 ◆中央道園原ICから車5分 ◆中央道飯田山本ICから車10分	阿智☆屋神観光局 0265-43-3001
和知野川キャ ンプ場オープ ン (天龍村)	4月20日(火) ～ 10月31日(日)	和知野川キャン プ場	豊かな緑と澄んだ川の流れるキャンプ場です。和知野川の透き とおった水は夏でも冷たく、思いっきり川遊びが楽しめます。夜 には満天の星空も。 ■利用料金 ログハウス(予約必要) ・平日と日曜日 1棟1泊 5,000円 ・土曜日と祝日の前日 1棟1泊 8,000円 ・ゴールデンウィークとお盆の期間中 1棟1泊 8,000円 フリーサイト(予約不要) テント1張1泊 1,000円 ◆中央道飯田山本ICから車約40分	天龍村役場 地域振興課商工観 光係 0260-32-1023
根羽川溪流釣 り解禁 (根羽村)	4月2日(金) ～ 9月15日(水)	根羽川全川(禁漁 区を除く)	昨年6月と10月にあまごの稚魚を総計10万尾放流、3月にもあま ご成魚を200kg放流予定です。年券4,000円、日釣り券1,000円 。 ■つり券販売所 根羽川漁業協同組合 0265-49-2039 上町松美屋 0265-49-2547 小川タイヤ商会 0265-49-2535	根羽川漁業協同組 合 0265-49-2039 根羽村役場振興課 0265-49-2111
大洲七椋神社 春祭り (松川町)	4月3日(土)・4日 (日) 	大洲七椋神社	4/3(土)夕祭り 獅子舞 囃子奉納 4/4(日)本祭り 松川町指定文化財の七椋神社の春季祭典。 小学生によるおかめ踊り、花踊り 餅まきは感染症拡大防止のため取り止め。 ◆中央道松川ICから車約10分	まつかわ旅の案内 所 0265-36-6320

イベント名	期日	場所	主な内容	問い合わせ先
大宮通り桜まつり (飯田市)	4月4日(日)	大宮通り	通りが歩行者天国になり、子供写生大会・吹奏楽の演奏などが行われる予定です。夜は提灯が灯され夜桜鑑賞が楽しめます。 ◆中央道飯田ICから車10分 新型コロナウイルス感染症の状況に応じて、事業の変更または中止となる場合があります。	東野まちづくり会議 (東野公民館) 0265-24-9144
うるぎ星の森オートキャンプ場オープン (売木村)	4月上旬～ 11月下旬	うるぎ星の森オートキャンプ場	標高1200mにある、全国屈指の四つ星キャンプ場。アウトドア誌で西日本第四位に選ばれました。「いつ行っても飽きません」との声をいただきます。 ■利用料金 広場サイト3,200円 個別サイト4,800円～ キャビン(小) 11,300円～ キャビン(大) 22,500円～ ◆中央道飯田山本ICから車約65分	うるぎ星の森オートキャンプ場 0260-28-2455
黒田人形芝居奉納定期公演 (飯田市)	4月10日(土)・11日(日) 予定	上郷下黒田・諏訪神社黒田人形舞台	江戸時代から伝承され、奉納上演される三人遣いの古典浄瑠璃。入場無料。 芝居は国選択無形民俗文化財。 舞台は国重要有形民俗文化財。 ◆中央道飯田ICから車15分	飯田市上郷公民館 0265-24-7744
ヘブンスそのはらグリーンシーズン (阿智村)	4月17日(土)～ 5月16日(日)	ヘブンスそのはら	春季営業が始まり、数千株の水芭蕉やかたくりなどの山野草がお客様をお迎えます。 ◆中央道園原ICから車5分 ◆中央道飯田山本ICから車20分	ヘブンスそのはら 0265-44-2311
二瀬キャンプ場オープン (阿南町)	4月10日(土)～ 11月28日(日)	二瀬キャンプ場	和知野川の溪流に面し、川遊びが楽しめます。 ◆バンガロー5,000円 テントサイト1,000～2,000円 ◆三遠南信道天龍峡ICから車30分	阿南町振興課 0260-22-4055
池の島キャンプ場オープン (阿南町)	4月10日(土)～ 11月28日(日)	池の島キャンプ場	和知野川上流の清流で川遊びが楽しめます。 バンガロー 5,000円 テントサイト 2,000円 ◆三遠南信道天龍峡ICから車30分	阿南町振興課 0260-22-4055
大鹿さくら祭り (大鹿村)	桜開花から散りはてまで	大西公園	130種3000本の桜が咲く大西公園は南信州を代表する桜の名所。残雪の赤石岳を眺めながら、満開の大西公園を満喫ください。 今回、新型コロナウイルス感染症対策のため恒例のイベントは開催しませんが、露店出店及びライトアップを実施します。会場でも消毒等対策を行います。コロナ対策を実施の上ご来場ください。 桜は4月中旬頃まで楽しめます。 駐車場無料 100台駐車可能。 入場無料。 ◆中央道松川ICから車45分	大鹿役場 産業建設課 0265-39-2001
野底山森林公園さくらまつり (飯田市)	4月18日(日)	野底山森林公園	広い公園内で子ども向けの体験など、様々な催しが行われます。桜の季節に、家族みんなで楽しみください♪ ◆中央道飯田ICから車約20分	野底山森林公園 0265-22-0915
大河内森林公園オートキャンプ場オープン (天龍村)	4月20日(火)～ 10月31日(日)	大河内森林公園オートキャンプ場	標高約900mの位置にある針葉樹に囲まれた静かな公園。オートキャンプ場やテント広場で思い思いのアウトドアが楽しめます。 ■利用料金 オートサイト(1区画) 2,000円(予約必要) フリーサイト(1張り) 1,000円(予約不要) ◆中央道飯田山本ICから車約60分	天龍村役場 地域振興課商工観光係 0260-32-1023
飯田やまびこマーチ (飯田市)	4月24日(土)	姑射橋広場(天竜峡駅前)	「～花と緑と陽光の中を～手作りのおむすびを持って家族で歩こう」をテーマに、第35回大会は、飯田下伊那在住者に限定した1コース大会として実施します。天龍峡周辺の魅力・絶景を再発見する約9kmのコースです。身体と気分をリフレッシュしましょう。 ■申込期限は4月9日(金)まで。事前申込のみ。定員の制限あり。 詳細は、市HPをご覧ください。 ◆三遠南信道天龍峡ICから車5分	飯田やまびこマーチ実行委員会事務局 0265-21-3001

イベント名	期日	場所	主な内容	問い合わせ先
ツリードーム 南信州まつかわ (松川町)	4月～11月 (予定)	松川町 	世界でも前例の少ない、木に吊るしたラグジュアリーテント「ツリードーム南信州まつかわ」は、新しいカタチの宿泊施設です。「空」、「土」、「森」の3種類のツリードームをご用意しています。 (予定) ◆中央道松川ICから車約5分	まつかわ旅の案内所 0265-36-6320 予約に関してはインターネットのみです
オーケストラと友に音楽祭 2021 (飯田市)	5月1日(土)～ 5月4日(火・祝)	飯田市内各所	～アフィニスのふるさと飯田音楽祭～ クラシック音楽を楽しみ、学び、まちに広がるハーモニーをプロオーケストラと友に奏でます。子供から大人まで楽しめる様々なコンサートなどを開催。チケットについては右記まで	オーケストラと友に音楽祭実行委員会 0265-23-3552
大鹿歌舞伎 春の定期公演 (大鹿村)	5月3日(月・祝) (予定)	大磧(たいせき)神社 ※今回の公演は無観客で事前撮影を行います。	大鹿村に300年以上伝承されている伝統芸能「大鹿歌舞伎」の定期公演です。H29年3月に地芝居(農村歌舞伎)として全国で初めて、国重要無形民俗文化財に指定されました。 今回は、新型コロナウイルス感染症対策として無観客で事前撮影し、飯田ケーブルテレビ及びネット配信において放映いたします。	大鹿村教育委員会 0265-39-2100 
フォレストアドベンチャーまつかわ (松川町)	通年営業 受付時間 10:00～15:00 (季節により変動あり)	フォレストアドベンチャーまつかわ	樹上10mの大冒険!! 専用のハーネスを装着して、森の樹から樹へと空中移動していくフランス発祥のアウトドアパークです。4つのコース、44のアクティビティが楽しめます。スリルと緊張感を味わって最後はジップスライドで爽やかに地上に帰還します。申し込みは予約専用電話で080-6936-8632 ■ご利用料金 小人(小学4年～17歳)2,800円 大人(18歳以上)3,800円 ■所要時間 2時間半～ ◆中央道松川ICから車約5分	フォレストアドベンチャーまつかわ 080-6936-8632
野田平キャンプ場 (豊丘村)	4月29日(木)～ 8月下旬 (要予約)	野田平キャンプ場	野田平(のたのひら)キャンプ場は森と清流に囲まれた大自然の中にあります。旧分校校舎を利用した宿泊棟からは懐かしさと暖かさを感じる事ができます。ご家族でも友達同士でも楽しめるネイチャーランドです。※完全予約制です。 ◆中央道松川ICから車約45分	株式会社メディアウォーズ 090-2019-1001
日本一の星空 浪合パーク (阿智村)	通年	浪合パーク 	パーク内には、星空観賞会など各種イベントを行う芝生の広場と、安全・快適に星空撮影、天体観測が出来るプライベートデッキ、また、旧宿木の湯の建物を改修した「浪合オフィス」には、展示会やワークショップを行うホール、より快適に星空観賞を行う為のグッズを揃えた、ショップとレンタルショップがあります。 【開催イベント等】 ■Starry sky guide ～星空観賞会・星見爆笑星座解説～ ■Starry sky photo session ～星景写真講座・撮影会～ ■Starry sky deck ～星空デッキ～ (イベントや料金等詳細については右記へお問い合わせください。) ◆中央道飯田山本ICから車20分 ◆中央道園原ICから車25分	阿智☆屋神観光局(浪合オフィス) 0265-48-8555 阿智☆屋神観光局 0265-43-3001

イベント名	期日	場所	主な内容	問い合わせ先
森林セラピー基地「およりの森」(松川町)	通年 	およりの森	町営の温泉施設「信州まつかわ温泉 清流苑」の近くに広がる「およりの森」は、スギを主体とした森で、信州では新しく認定された森林セラピー基地です。遊歩道はウッドチップ舗装されて歩きやすく、芝生が広がる広場や池などさまざまな風景が楽しめます。清流苑では宿泊もでき、近くにはキャンプ場もあります。 ◆中央道松川ICから車約5分	信州松川温泉 清流苑 0265-36-2000
阿智セブンサミット(阿智村)	通年 	阿智村内の7つの山	日本百名山の恵那山(2,191m)、大展望の富士見台高原(1,739m)、人気の大川入山(1,907m)など、歴史と文化があふれる阿智村内の7つのピーク(山頂)を制覇して「阿智セブンサミッター」となり、登頂記念バッジをもらおう! 各山頂にある看板とのツーショット写真を撮って、はゞき木館受付に提示してください。	東山道・園原ビジターセンターはゞき木館 0265-44-2011
富士見台高原 園原の里 エコトレッキング(阿智村)	通年 	富士見台高原・園原の里周辺	360° 大パノラマの富士見台高原や古代東山道が通り「万葉集」にも詠われた園原の里など、軽いエコトレッキングから本格的なコースまで全6コースがあり、ガイド付(要予約・有料)も可能です。 「いわなの森癒しのコース」は、ヤマトイワナが生息する小川が流れる原生林の中を1周する「森林セラピーロード」として認定のコース(2.3Km 約2時間)で、専用ベンチもあります。お子様からご年配の方までゆっくりと散策を楽しめます。専門の森林セラピーガイド付(要予約・有料)も可能です。 ※料金等詳細は右欄の問い合わせ先まで。 ◆「へブンスそのはら」へ 中央道園原ICから車5分 ◆中央道飯田山本ICから車20分	

花 情 報

種類	予想時期	場所	主な内容	問い合わせ先
水芭蕉	4月中旬 ～	ヘブンスその はら (阿智村)	ロープウェイでのぼること15分。雪どけとともに、約10,000株の開花が4月中旬頃より始まります 	ヘブンスそのはら 0265-44-2311
花桃	4月中旬 ～ 5月上旬	花桃の里 (阿智村)	5,000本の木が満開になると、山里の春はまさに桃源郷。一本の木に赤白ピンクの三色の花が咲くのが特徴。	阿智☆昼神観光局 0265-43-3001 阿智村地域経営課 0265-43-2220
	4月中旬 ～ 5月上旬	清内路R256 号沿い(はなも も街道)	1本の枝で赤・白・ピンクの三色に咲き分ける花が魅力的。	阿智村清内路振興 室 0265-46-2001
	4月中旬 ～ 5月上旬	大鹿村内 (大鹿村)	赤、ピンク、白の鮮やかな桃の花が一面に咲き誇ります。	大鹿村産業建設課 0265-39-2001
	4月中旬～ 下旬	比国平はなも も街道	地元の有志の手によって、約200本の花桃が比国平の道路沿線に植えられ管理されています。色鮮やかに咲き誇る、白・赤・ピンクの花桃たちを車窓からまたは、ゆっくり歩いてお楽しみください。	豊丘村産業建設課 0265-35-9055
水仙	4月上旬～ 中旬	林水仙園	水仙の種類は約100種類。そのうちの1種類6万本以上が10aの畑一面に咲き乱れ、周囲の枝垂桜、紅吉野桜、花桃、椿等も一緒に花を開きます。	豊丘村産業建設課 0265-35-9055
梨の花	4月上旬 ～ 下旬	中央道松川IC 付近 (松川町)	日本でも有数の梨の産地である松川町の中央道沿線付近が一面の白い花景色になります。	まつかわ旅の案内 所 0265-36-6320
菜の花	4月下旬 ～ 5月上旬	平石野良舞夏 ひまわり倶楽 部平石農場 (阿南町)	約1.3ヘクタールの広大な農場一面に菜の花が咲き誇ります。 	阿南町振興課 0260-22-4055
りんごの花	4月下旬 ～ 5月上旬	中央道松川IC 付近 (松川町)	松川インター周辺の高台では残雪のアルプスを背にリンゴの花が咲き、とてもきれいです。	まつかわ旅の案内 所 0265-36-6320
しゃくなげ	4月下旬 ～ 5月中旬	保寿寺 (飯田市龍江)	標高400mに咲く、めずらしい日本しゃくなげの群落。	まちなかインフォ メーションセンター 0265-22-4851

種類	予想時期	場所	主な内容	問い合わせ先	
つつじ	4月上旬 ～下旬	天龍峡 (飯田市)	名勝天龍峡の渓谷と調和した風景が美しい。	天龍峡観光案内所 0265-27-2946	
	4月下旬 ～ 5月上旬	台城公園 (松川町)	戦国武将武田氏の城塞であった当公園では、毎年5千株のキリシマツツジが色鮮やかに咲き誇ります。	まつかわ旅の案内所 0265-36-6320	
	4月中旬 ～ 5月中旬	鈴岡公園 (飯田市竜丘)	眼下に天竜川の清流、遙かに南アルプスの連山を望めます。		まちなかインフォメーションセンター 0265-22-4851
		風越峡 (飯田市鼎)	眼下に松川の清流を望めます。		
		妙琴公園 (飯田市鼎切石)	岩ツツジ、山ツツジが咲き誇ります。		
5月上旬	野底山森林公園 (飯田市)	4,000本が咲き誇ります。	管理事務所 0265-22-0915		
三色藤	5月上旬 ～ 中旬	泉龍院 (豊丘村)	泉龍院は中央アルプスが正面に見える高台にあり、この一角に藤園があります。中央アルプスを背景に、甘い香りとともに白・紫・桃の三色の花が咲き誇る様は見事です。	豊丘村産業建設課 0265-35-9055	
アイリス	5月上旬～	アイリス園 (豊丘村)	中央アルプスを望む高台に、230種5,000株の色とりどりのアイリスが色鮮やかに咲き誇ります。中央アルプスを望むロケーションも最高です。株の販売も行っています。 入園料:300円	豊丘村産業建設課 0265-35-9055	
くりん草	5月中旬 ～ 6月上旬	九十九谷森林公園 (喬木村)	園内の遊歩道沿いに村花に指定された約5万株のくりん草が、赤・ピンク・白の可憐な花を咲かせます。5月中旬から下旬にはくりん草祭りも開催されます。 ◆入園料:無料 ◆駐車場:有り	たかぎ農村交流研修センター 0265-33-3999 	
ポピー	5月中旬 ～ 6月上旬	縄文の丘フルーツパーク (喬木村伊久間)	遊休農地を活用したポピー農園は、3000平方メートルの敷地に約4万株のポピーが咲き誇ります。青空の下、風に揺れる赤や黄色のポピーの姿はとても爽やか。ポピー農園祭り期間中は、入場料200円で摘み取りができます。		
カタクリ	4月上旬	大森山諏訪神社下 (天龍村神原坂部)	4月上旬にかわいい花を咲かせます。花びらは6枚で、色は通常薄紫色ですが、時として白色の花を咲かせることもあります。	天龍村役場 地域振興課商工観光係 0260-32-1023	

“一本桜の宝庫” 南信州のさくら情報



：「ライトアップ計画あり」 ※新型コロナウイルス感染症の状況により変更となる場合があります。

種類	予想時期	場所	主な内容	問い合わせ先
遠山桜	3月中旬～	遠山川沿い堤防 (飯田市南信濃)	河津桜は寒桜の一種で開花の時期が他の桜よりも早く長く咲き続けます。遠山川沿いの堤防に約2.5kmの桜並木があります。	遠山郷観光協会 0260-34-1071
黒川のしだれ桜	4月上旬～中旬	上村中郷 (飯田市)	推定樹齢150年から200年のしだれ桜。桜の周りに茶畑がひろがります。	上村自治振興センター 0260-36-2211
天龍峡の山桜	3月下旬～4月中旬	川路・龍江 (飯田市)	天龍峡公園に植えられている山桜。樹齢推定250年。	天龍峡観光案内所 0265-27-2946
松川プールの桜		県 (飯田市)	松川の堤防に樹齢50年を越えるソメイヨシノが咲き誇ります。	まちなかインフォメーションセンター 0265-22-4851
大宮通りの桜並木		飯田市街地	1947(昭和22年)の飯田大火で荒廃したまちの復興を願い植樹されました。りんご並木と共に飯田市のシンボルとなっています。	
安富桜(長姫の江戸彼岸)			飯田城二の丸跡、飯田市美術博物館の敷地内に咲く美しい一本桜。周囲6m、樹高20m、推定樹齢450年以上、均整のとれたエドヒガン桜は県天然記念物に指定されています。	
愛宕神社の清秀桜			樹齢推定760年、エドヒガン桜。市内で最も古い桜で市天然記念物。	
桜丸の夫婦桜			樹齢推定400年。「赤門」と共に県飯田合同庁舎の敷地にあります。	
正永寺の枝垂れ桜			樹齢推定350年。正永寺本堂脇に咲く古樹。しだれ桜の枝が、滝が流れ落ちるようだとされている。	
黄梅院の枝垂れ桜			樹齢推定350年。黄梅院本堂脇に植えられている。濃い紅色の花は幻想的。	
専照寺の枝垂れ桜			樹齢推定350年。釈迦如来の頭上で咲く満開の桜には自然と手を合わせたくなる。	
阿弥陀寺の枝垂れ桜			飯田城主の脇坂侯お手植えと伝えられています。市天然記念物。樹齢350年。	
麻績の里舞台桜		座光寺 (飯田市)	元善光寺近くにある旧座光寺小学校舞台校舎脇に植えられている日本唯一の半八重枝垂れ彼岸桜。樹齢推定350年。	
くよとの枝垂れ桜		毛賀 (飯田市)	「くよと」とは供養塔のこと。地元の人たちに大切に守られています。樹齢推定350年	
増泉寺の天蓋枝垂れ桜		大瀬木 (飯田市)	本堂や観音堂の中庭に咲き、天蓋のように境内を包み込み地面に届く見事な樹形。樹齢推定270年	
杵原学校の枝垂れ桜	4月上旬～4月中旬	山本 (飯田市)	旧山本中学校杵原校舎前にある枝垂れ桜。映画「母べえ」、「母と暮せば」のロケ地ともなりました。樹齢約80年。	まちなかインフォメーションセンター 0265-22-4851
水佐代獅子塚のエドヒガン		松尾水城 (飯田市)	松尾水城にある前方後円墳(水佐代獅子塚古墳)の上に立つ樹齢推定約350年の桜。「お立符の桜」とも呼ばれています。	
飯沼石段桜		上郷飯沼 (飯田市)	上郷飯沼の飯沼諏訪神社の桜。300段余りの石段の両脇に植えられており、樹齢は100年余。開花時には桜のトンネルとなります。	

種類	予想時期	場所	主な内容	問い合わせ先
野底山森林公園の山桜	4月中旬	上郷黒田 (飯田市)	南アルプスを望む、森林公園の山桜。	管理事務所 0265-22-0915
原田のエドヒガンザクラ	4月初旬 ～ 中旬	大島原田 (松川町)	鎌倉時代に植えられたという下伊那有数の古木であり馬頭観音などの石仏が祀られています。町内では最大な桜で毎年可憐な花を咲かせます。樹齢年数500～700年のエドヒガン。	まつかわ旅の案内所 0265-36-6320
円満坊のエドヒガンザクラ	4月上旬 ～ 中旬	生田福与 (松川町)	江戸時代には阿島藩知久氏の奥方らが花見に訪れた名所で、現在もエドヒガンの古木並木の名残りを伝えます。昭和初期には「伊那谷十景」の第一位に推された。県宝の阿弥陀如来像は藤原時代中期の作品で下伊那でもっとも美しい仏象とされています。	
杉野屋の枝垂れ桜		生田部奈 (松川町)	残雪の中央アルプス空木岳を背景にした美しさが魅力で、年々カメラマンが増えており部奈地区の隠れた名所でもあります。	
片桐松川堤防の桜	4月初旬 ～ 中旬	片桐松川の堤防 (松川町)	160本余のソメイヨシノの若い桜が咲き競う片桐松川の堤防とアルプスの風景は絶景そのもの。JR飯田線で片桐松川の鉄橋を渡るときに見える風景は、飯田線の車窓の見所ともなっています。シーズンには桜、山の残雪、溪流、鉄道の4車が一つの構図に収まる格好の撮影スポットとして有名。ライトアップの予定は決まり次第発表します。	
円通庵の枝垂れ桜	4月中旬	大島 (松川町)	松川インター近く、三州街道沿い、石仏を守るように滝の花をつけます。	
台城公園のソメイヨシノ	4月上旬 ～ 中旬	台城公園 (松川町)	松川町古町の台城公園の本丸にある桜は、やさしい色で訪れる人々を癒してくれます。	
柄山のシダレザクラ		生田 (松川町)	柄山自治会館の近くに植わる。根元の幹回りは約4m、高さは15mほど。古くから地区のシンボルとして親しまれ樹齢は約200年近い。	
天竜川のソメイヨシノ		新井・天竜川の堤防 (松川町)	宮が瀬橋の近くの堤防には桜並木が続きとてもきれいで天竜川とマッチしています。	
高森南小学校の桜		下市田 (高森町)	昭和6～8年に植えられた約50本のソメイヨシノが、校庭を取り囲むように一斉に咲く姿は壮観です。夜桜をキャンドルで照らし出す「キャンドルナイト」も、4/3(金)～4(土)の19:00～20:00から予定されています。	高森町産業課 0265-35-3111
松源寺の桜			樹齢250～300年のエドヒガンザクラが、枝を広げた姿は見事であり、松源寺門前桜としての風格をたたえています。	
瑠璃寺の桜		大島山 (高森町)	約900年の歴史を誇る名刹・瑠璃寺の境内には、源頼朝が寄進したと伝えられる3本の枝垂桜をはじめとした桜並木が見事な花をつけます。	
松木戸場の桜		山吹下平 (高森町)	一本桜が多い高森町の中で、見事なソメイヨシノの桜並木を楽しむことができます。	
新田原の桜		山吹新田 (高森町)	山吹公園北側の畑の一隅にある樹齢150～200年のエドヒガンザクラは、果樹園地の中の本桜として見応えがあります。※大雪の影響で、一部枝折れがございます。	

種類	予想時期	場所	主な内容	問い合わせ先
コミュニティの桜	4月上旬	早稲田 (阿南町)	コミュニティの森駐車場から見る桜は圧巻です。	阿南町振興課 0260-22-4055
仲谷春告桜		北條 (阿南町)	阿南町で一番早咲きの『仲谷春告桜』。信州の彼岸系の樹齢100年以上の古桜では、一番初めに開花と言われています。	
千木の親子桜		東條 (阿南町)	樹齢700～800年の彼岸桜の半径500mの周囲に親桜を見守るように樹齢120～150年の子桜が5本植えられている珍しい桜です。6本合わせて「親子桜」と言われています。	
林松寺のしだれ桜		和合 (阿南町)	和合林松寺にある古木の枝垂桜。	
矢野愛宕様の桜	4月中旬～下旬	新野 (阿南町)	推定樹齢350年～400年の小彼岸桜。堂々とした枝ぶりが地元の自慢です。	
瑞光院のしだれ桜			新野瑞光院山門前にある枝垂桜。	
駒つなぎの桜 	4月中旬～下旬	智里園原の里 (阿智村)	源義経が奥州に下るときに馬をつないだとされる桜の大木。開花中はライトアップを行う予定。(新型コロナウイルスの拡大等により、ライトアップを中止することがあります。)樹の元にある水田に水が張られます。	園原ビクターセンターはゞき木館 0265-44-2011
黒船桜 		清内路 下清内路 (阿智村)	黒船桜は、1853年ペリー来航時に移植されたと伝わる枝垂れ桜。	阿智村清内路振興室 0265-46-2001
御所桜 		浪合上半堀 (阿智村)	伊良親王を奉る石の祠が桜の元にあったところから名付けられ、地元の人々が大切に守り続けています。樹齢約250年、樹高20mのエドヒガン桜。開花中はライトアップを行う予定。	阿智村浪合振興室 0265-47-2001
清浜桜	4月中旬	龍嶽寺 (下條村)	享保15年頃に地元の清浜という者が境内に植えたと言われています。樹齢約290年のエドヒガンザクラ。	下條村振興課 0260-27-2311
小松原の桜		小松原 (下條村)	南アルプスをバックにシダレとエドヒガンの2本が並ぶスポット。	
観音堂の桜 	4月中旬～下旬	観音堂 (売木村)	享保20(1735)年頃に建立された、念仏講で有名な観音堂脇にある樹齢約140年の枝垂桜。村内で現存する最も古い名木。シーズン中はライトアップも。	売木村村づくり総合推進室 0260-28-2311
福美桜		大牧 (売木村)	大牧地区の丘に咲く枝垂桜。枝が周囲に大きく張り出し、花も多かつけることから最近にわかに脚光を浴びています。	
大入りの桜		道仙沢 (売木村)	大入洞の入口にあるのでこの名がついた。大入りの桜のつぼみが赤くなったのを糶種まきの目安にしたという。	
正平桜		小枝 (売木村)	山ぎわの畑から集落を見下ろす桜。白鳥神社横にあった古木・神代桜の子を植えたと言われています。	
三太夫の桜		道仙沢 (売木村)	根元の石塔には明治6年の銘があり、昔、三太夫という人物が行き倒れたのを埋葬したものという。	
宝蔵寺の桜		宝蔵寺 (売木村)	宝蔵寺は文禄元(1592)年の創建で、宝暦4(1754)年以後に現在地へ再建された。山門は17世紀の建立とされ、村内最古の木造建築物として村の文化財に指定されています。	

種類	予想時期	場所	主な内容	問い合わせ先
天龍村のソメイヨシノ	3月下旬～	平岡発電所構内 (天龍村)	中部電力平岡発電所の桜は、施設の完成を記念して1952年に植樹され、60年の歳月を経て見事な桜並木になりました。この桜公園には、約120本の「ソメイヨシノ」があり、夜は提灯でライトアップされ、夜桜も楽しめます。	天龍村地域振興課商工観光係 0260-32-1023
		信濃恋し (天龍村)	信濃恋しは北からの村への入り口。天竜川が創り出した名所です。ふるさと味覚小屋前の県道沿いに約40本の桜並木を楽しめます。	
		ニセンジ (天龍村)	「ニセンジふれあい広場」の近くには約50本のソメイヨシノがあります。天竜川の雄大な流れと春の到来を告げる桜の美しさを同時に楽しむことができます。	
桜基の桜	4月上旬～ 中旬	万場 (泰阜村)	推定樹齢250年のエドヒガン。	泰阜村振興課 0260-26-2111
村民グラウンドの桜	4月中旬	平島田 (泰阜村)	昭和63年に植栽した100本のソメイヨシノ。	
氏乗の桜 	4月上旬～ 4月中旬	氏乗 (喬木村)	喬木第二尋常高等小学校氏乗分教場のしだれ桜。1909年頃、敷地内に植えられたと伝えられています。樹齢は100年以上。高さ2m、幹回り約3.2mにもなる大樹。10mほども枝を垂れ下げ、濃いピンク色の花が訪れる見物客を楽しませてくれます。見頃になると、地元の方が桜の下で湯茶のもてなしや桜について説明を行っています。	喬木村産業振興課 0265-33-5126 
大島馬合(まごう)のしだれ桜		大島 (喬木村)	樹齢は200年余とも言われているしだれ桜。桜の立つ路は、かつては麓の里との行き来で重要な路として栄えた。桜の根元に馬を繋ぎ、馬を休ませていたといわれています。	
笹見平のしだれ桜 	4月中旬	堀越 (豊丘村)	堀越の西部地籍にあるエドヒガン系の桜です。樹齢は推定で400年以上、大きさは樹高13m、胸高直径2m、枝張15mもあり、やわらかなドーム型の樹形に咲く桜花は、威風堂々とした美しさに満ちています。	豊丘村産業建設課 0265-35-9055
林公園の桜		林公園 (豊丘村)	豊丘中学校上(林の杜)隣の林公園は河岸段丘の突端にあり、伊那谷の絶景を眺めることができます。園内に桜の大木もあります。	
大西公園 	4月上旬～ 下旬	大河原 (大鹿村)	約3,000本の桜の名所。南アルプス赤石岳の残雪と小渋川の清流との眺望はすばらしい風景です。期間中桜のライトアップや売店なども利用いただけます。	大鹿村産業建設課 0265-39-2001

フォトコンテスト情報

イベント名	期日	場所	主な内容	問い合わせ先
第8回 日本で最も美しい村「信州・大鹿村」フォトコンテスト (大鹿村)	令和2年9月14日(月) ～ 令和3年8月31日(火)	大鹿村内	大鹿村の魅力を伝える風景、生活の営み、自然、歴史・文化など四季折々のとっておきの写真を募集します。 村内で撮影したものであれば被写体は大鹿村のものでなくても構いません(例:大池高原から撮影した中央アルプスなど)。 【撮影日】:2019年以降に撮影した写真に限ります。 【応募点数】:1人5点まで応募できます。 ※組写真及び合成写真は不可とします。他のコンテストで受賞された作品は、応募できません。詳細は右記まで問い合わせください。	大鹿村総務課 企画財政係 0265-39-2001
第48回ふるさと根羽村フォトコンテスト春夏の部	3月1日(日) ～ 8月31日(月)	根羽村村内	根羽村の風景・文化財・イベント・体験・森林環境・人とのふれあい等、根羽村に関することならなんでもOK! 詳細は右記までお問い合わせ下さい。根羽村観光協会のホームページでも募集要項をご覧ください。	根羽村観光協会 0265-49-2111
2021天龍村～私の一枚～フォトコンテスト (天龍村)	5月1日(土) ～ 7月31日(土)	天龍村内	天龍村の自然(風景・動植物)、飯田線、お祭りなど私たちの目を楽しませてくれる魅力を切り取った一枚を募集します。 応募は一人3点まで、郵送またはメールでの受付を行います。詳細は右記問い合わせ先まで。	天龍村観光協会 0260-32-2050

観光農園情報

品目(品種)	開園時期	品目(品種)の特徴	問い合わせ先
いちご狩り	開園中 ～ 5月上旬頃	(飯田市) 今田平 アルプスの麓天竜川の肥沃な大地と美しい自然環境のもとで育ったいちごです。 ■ジャム作り体験(要予約) ※料金は期間によって変更されます。 詳しくはお問い合わせください。 ◆中央道飯田山本ICから車20分	農業法人今田平事務所 0265-27-5020



※収穫時期は、天候等により変動があります。お出掛け前にご確認ください。※詳細はお問い合わせ下さい。

果樹・野菜オーナー募集情報

品目(品種)	募集内容	問い合わせ先
りんごの木 オーナー募集	(豊丘村)【豊丘村では毎年りんごの木オーナーを募集しています。】 長野県は、青森県に次ぐ全国第2位のりんごの産地として全国的にも有名です。りんごの栽培は県内全域で行われ、特に豊丘村のりんごは品質がよいことで知られており、大阪市場でもブランドとして高値で取引されています。そんな豊丘村の美味しいりんごの木オーナーになってみませんか! ○陽光 収穫時期:10月下旬 ○ふじ 収穫時期:11月下旬 ○シナノスイート 収穫時期:10月中旬 ○シナノゴールド 収穫時期:10月下旬 <イベント>開園式:5月GW中に名札付け、お楽しみ抽選会等イベントがあります。 ※収穫祭は品種ごとに行います。 ※締め切り3月末日(りんごの木に余裕があれば随時受付) ※新型コロナウイルスの感染拡大状況によって変更や中止になる場合があります。	豊丘村産業建設課 0265-35-9055

※詳細はお問い合わせ下さい。

信州版 新たな旅のすゝめ

この度は 信州を旅の目的地に選んでいただきありがとうございます。
長野県では、すべての人に信州で気持ちよく過ごしていただくために、Withコロナのもとでの旅行で
気をつけていただきたいこと、困ったときの相談先を「新たな旅のすゝめ」にまとめました。

感染防止の3つの基本

①人と人との距離の確保

- 人と人との間はできるだけ2m（最低1m）あけよう
- おしゃべりするときはできるだけ真正面を避けよう



②マスクの着用・咳エチケット

- 人混みではマスクの着用と咳エチケットを徹底しよう
- 周りに人がいたら電話やおしゃべりするときもマスクを



③こまめな手洗い・手指消毒

- 手洗いは30秒かけて水とハンドソープで洗い、しっかりとすすぎを
- 消毒用アルコールを使った手指の消毒も効果的



旅マエ - 準備は入念に！ -

- 旅行前の2週間は感染リスクの高い行動※を控え、体温や行動歴（時間や場所）をメモしておこう
※飲酒を伴う懇親会、大人数や長時間に及ぶ飲食、マスクなしでの会話 など
- 旅先の感染症対策の情報をあらかじめ調べておこう
- 体調が悪くなったときの対応を事前に考えておこう
- 旅行出発日を含め、10日前までの間に発熱や風邪症状があるようなら出かけるのはやめよう

旅ナカ - 楽しみつつ感染予防！ -

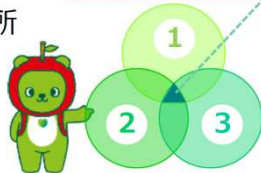
- おみやげ選びのときなどで 物にさわるのは必要最低限にしよう
- 混雑を避け、列に並ぶときは 前の人と距離をとろう
- お店や施設が行っている 感染防止対策をよく聞いて協力しよう
- お店や施設に入るときだけではなく、出るときも手洗い・手指消毒しよう
- 旅先の写真といっしょに行動歴（時間や場所）をメモしておこう

三密の回避

外出時は「密」を避けよう

- ①換気の悪い **密**閉空間
- ②みんなが集まる **密**集場所
- ③近くで話す **密**接場面

三密は集団感染のリスクが高くなります



旅アト - フォローまでしっかりと -

- 帰ってから2週間程度は健康チェックを続けよう

旅行者が感染防止対策を実施している証になるカードです
裏面にチェックして本紙から切り取り 旅にご持参ください

信州版 新たな旅のすゝめ

安心旅人 宣言カード

長野県



長野県PRキャラクター「アルクマ」
©長野県アルクマ

- お役立ちサイト -



長野県公式観光サイト
Go NAGANO



信州版 新たな旅の
すゝめ サイト



県 新型コロナウイルス
感染症対策 総合サイト

もし 旅行中に風邪等の症状が現れたら

旅行中、風邪等の症状が現れた場合で、新型コロナウイルス感染症ではないかとの不安をお持ちの場合は医療機関を受診する前に、滞在先の市町村を管轄する「受診・相談センター（保健所）」にご相談いただくか居住地の相談窓口や かかりつけの医療機関にご相談ください。

☆ 旅行の途中で、誰かが体調不良になった場合は、旅行を中止する勇気も必要です！

少なくとも、以下のいずれかに当てはまる場合は、すぐにご相談ください。

- 息苦しさ（呼吸困難）、強いだるさ（倦怠感）、高熱等の強い症状のいずれかがある場合
- 重症化しやすい方※で、発熱や咳などの比較的軽い風邪の症状がある場合
※高齢者、糖尿病・心不全・呼吸器疾患等の基礎疾患がある方、透析を受けている方、免疫抑制剤や抗がん剤などを用いている方
- 上記以外の方で発熱や咳など比較的軽い風邪の症状が続く場合（症状が4日以上続く場合は必ず相談）
- 上記の症状に当てはまらない軽微な症状のみでも、妊娠中の方、味覚障害・嗅覚障害のある方などはご相談ください。

受診・相談センター（24時間対応） ※最寄りの医療機関を紹介しますので、所在地を確認してからご相談ください。

窓口名	管轄（滞在地）	電話番号
佐久保健福祉事務所	小諸市、佐久市、小海町、佐久穂町、川上村、南牧村、南相木村、北相木村、軽井沢町、御代田町、立科町	0267-63-3178
上田保健福祉事務所	上田市、東御市、長和町、青木村	0268-25-7178
諏訪保健福祉事務所	岡谷市、諏訪市、茅野市、下諏訪町、富士見町、原村	0266-57-2930
伊那保健福祉事務所	伊那市、駒ヶ根市、辰野町、箕輪町、飯島町、南箕輪村、中川村、宮田村	0265-76-6822
飯田保健福祉事務所	飯田市、松川町、高森町、阿南町、阿智村、平谷村、根羽村、下條村、売木村、天龍村、 <small>やすおか たかぎ</small> 泰阜村、蕎木村、豊丘村、大鹿村	0265-53-0435
木曾保健福祉事務所	上松町、南木曾町、木曾町、木祖村、王滝村、大桑村	0264-25-2227
松本保健福祉事務所	松本市、塩尻市、安曇野市、 <small>おのみ</small> 麻績村、生坂村、山形村、朝日村、 <small>ちくほく</small> 筑北村	0263-40-1939
大町保健福祉事務所	大町市、池田町、松川村、白馬村、小谷村	0261-23-6560
長野保健福祉事務所	須坂市、千曲市、坂城町、小布施町、高山村、信濃町、飯綱町、小川村	026-225-9305
北信保健福祉事務所	中野市、飯山市、山ノ内町、木島平村、野沢温泉村、栄村	0269-67-0249
長野市保健所	長野市	平日（8：30～17：15） 026-226-9964 休日・夜間（17：15～8：30） 026-226-4911

新型コロナウイルス接触確認アプリ

新型コロナウイルス接触確認アプリ（略称：COCOA）は陽性確定者と接触した可能性について通知を受け取ることができる厚労省のアプリです

これにより、検査や受診など保健所のサポートを早く受けることができます

旅行中は多くの方と接触しますので、ぜひご活用ください

（キリトリ）

わたしは「信州版 新たな旅のすゝめ」をふまえ旅行を楽しみつつ、以下の感染防止策を実施します

- 人混みではマスクをします
- 手洗い・手指消毒をこまめに行います
- 旅行の同行者以外の方と一定の距離を保ちます
- 事業者が実施する感染防止対策に協力します

全ての項目を実践してチェック！旅先でも安心を！

DR用QRコード



iPhone用



Android用

県内事業者の感染防止対策について

以下の感染防止対策を実施しているお店は「新型コロナ対策推進宣言」を表示していますのでお店探しの参考にしてください

- 対人距離の確保
- 手指の消毒設備の設置
- マスクの着用
- 施設の換気
- 施設の消毒
- 国や関係団体が定めるガイドライン等に基づき必要と判断される項目への対応



©長野県 アルクマ

皆さまのお越しを心よりお待ちしております

長野県PRキャラクター「アルクマ」

発行／長野県 観光部

長野市大字南長野字幅下692-2