







©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7月～8月



イベント名	期日	場所	主な内容	問い合わせ先
ヘブンスそのはら夏営業 (阿智村)	7月17日(土)～ 9月26日(日)	ヘブンスそのはら	暑い夏は涼しい高原へ！富士見台高原の山頂には360°の大パノラマが広がり、「日本百名山」の二十三座が臨めます。 ◆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
大鹿村第1回ブルーベリーフェス	7/1(木)～ 7/25(日)	村内ブルーベリー農家及び食事処	ブルーベリー狩りをしていただいた方先着300名様に、特製ラッシーの無料チケットを配布します。特製ラッシーはブルーベリー味で村内施設で飲むことができます。また、村内飲食施設ではブルーベリーメニューを楽しむことができます。 ◆中央道松川ICから車40分 (道の駅「歌舞伎の里 大鹿」観光案内所)	大鹿村観光協会 0265-39-2929
天龍村の掛け踊り (天龍村)	8月14日(土)	天龍村坂部	天龍村に古くから伝わる伝統行事。堂の庭(熊谷山長楽寺)と八幡森下の金毘羅様の庭で、願人踊りや阿弥陀踊りを行います。 ◆三遠南信道天龍峡ICから車80分	天龍村観光協会 0260-32-2050
全日本カヌー競技大会 (高森町)	8月29日(日) 9:00～14:00	高森町 万年橋～飯田市弁天港(予定)	昭和47年から始まった本大会は今年で49回目になります。本大会のコースである天竜川は、地元では暴れ天竜と言われる川で、急流で波も高く、そんな荒波にもまれ川を下るのは、まさに技術の見せ所。高森町で行われる大会は、「ダウンリバー」と呼ばれるタイプで、この競技の平均的なコースの全長は長くて5km。しかしこの天竜川を使ったコースは全長約11kmあります。この長さのコースは、日本ではなかなかありません！そのため、この天竜川の大会は「巧さ」でもなく「速さ」でもなく、「日本で一番『強い』パドラー」を決める大会と言われています。 ◆参加費 一人4,000円(予定) ◆参加種目 13カテゴリー予定(詳しくは高森町産業課まで問い合わせください。) ◆その他 ・参加賞をご用意します。 ・賞品には、主に高森町の梨等の果物を用意。 ※開催日時やコース、種目は予定であり、変更になる可能性があります。また、新型コロナウイルス感染症の影響により、大会開催可否の判断は7月1日となります。なお、それ以降でも感染拡大の状況により開催を中止します。	高森町産業課 観光振興係 0265-35-9405
天空の樂園 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「天空の樂園」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 ・天空の樂園 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☆屋神観光局 0265-43-3001 ヘブンスそのはら 0264-44-2311

イベント名	期日	場所	主な内容	問い合わせ先
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 ※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	
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
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
ツリドーム 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。 <a href="https://dansuki.jp/stay/td/">https://dansuki.jp/ stay/td/</a>
フォレストアド ベンチャーまつ かわ (松川町)	通年  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

イベント名	期日	場所	主な内容	問い合わせ先
第13代大鹿さくらの女王募集 (大鹿村)	募集中～ 令和4年1月31日 (金)		第13代大鹿さくらの女王募集！ 『南アルプス歌舞伎の里』で「さくらの女王」として輝いてみませんか。 ○18歳から30歳までの未婚の女性。 ○上・下伊那郡、飯田市・駒ヶ根市・伊那市に住所を有する方。 ○女王には賞金25万円、参加者全員に参加賞を贈呈します 任期中は、大鹿村内外で大鹿村等のPR活動をして頂きます。	大鹿村産業建設課 商工観光係 0265-39-2001
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☆昼神観光局 (浪合オフィス) 0265-48-8555 阿智☆昼神観光局 0265-43-3001
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	まつかわ旅の案内所 0265-36-6320
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。 ◆「ヘブンスそのはら」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	

## 令和3年 花火イベント情報



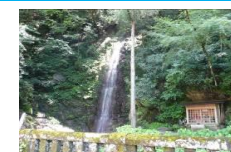
行事名	期日	場所	主な内容	問い合わせ先
富士山稲荷神社 例大祭麦わら祭り (飯田市)	7月7日(水) 20:00～	富士山稲荷神社	かつて神社周辺が麦畑で、収穫後の麦わらを松明にして祭を行ったことから麦わら祭りと呼ばれています。 ◆中央道飯田ICから車15分	富士山稲荷神社 社務所 0265-22-3316

※会場では、いずれも交通規制・駐車制限がある場合があります。ご協力ください。



# 涼をもとめて 南信州 滝情報

滝名	場所	河川名	特徴	問い合わせ先
唐沢の滝 (カラサワノタキ)	飯田市 千代	万古川	万古溪谷の最上流、秘境という言葉が似合う山中にある滝 ◆三遠南信道天龍峡IC、千代ICから車45分	まちなかインフォメーションセンター 0265-22-4851
黄金ヶ滝 (コガネガタキ)	飯田市 竜丘	臼井川	臼井川秘境の檜や杉などの木々に覆われた山間の岩盤から、広い滝壺に落ちる姿の美しい小型の滝 ◆三遠南信道天龍峡ICから車10分	
大釜の滝 (オオガマノタキ)	飯田市 南信濃 八重河内	梶谷川	滝は二段になって落下し、大釜不動尊を祀る。神秘性に満ちた大滝は古来より雨乞祈願の聖地でもありました。 ◆三遠南信道飯田上久堅・喬木富田ICから車60分	遠山郷観光協会 0260-34-1071
信玄滝 (シンゲンダキ)	飯田市 南信濃 南和田	柳木瀬沢	滝は豪快に滝つぼに水を落とし、ごう音と共にしぶきがあたり一面を覆う。武田信玄が一休みし、顔を洗った所です。 ◆三遠南信道飯田上久堅・喬木富田ICから車50分	
不動滝 (フドウタキ)	高森町 牛牧	大島川	信州の溪谷・滝100選にも選定されている南信州最大規模の滝です。落差50m、幅10mほどあり、その姿は壮観そのものです。岸壁に不動明王の石像が祀られています。 ◆中央道座光寺スマートICから車20分	高森町産業課 0265-35-9405
不動の滝 (フドウノタキ)	阿南町 南条	小見遠川	天龍村との境を流れる小見遠川にあり、朝霧のかかった不動の滝は大下条八景とも呼ばれています。幅広い岩盤から細くゆったりと流れ落ちる不動の滝です。 ◆三遠南信道天龍峡ICから車35分	阿南町振興課 0260-22-4055
暮白の滝 (クレシロノタキ)	阿智村 智里	園原川	夕暮れに滝がほの白く見えることから“暮白の滝”とよばれています。滝見台の上から願いを込めて皿を投げると望みが叶うと言われています。 ◆中央道園原ICから車5分、飯田山本ICから車25分	阿智☆屋神観光局 0265-43-3001
姿見不動滝 (スガタミフドウタキ)	阿智村 下清内路	不動沢	岩壁に伝って流れる水と黒く光る岩とのコントラストが不動明王の姿に見えることから、その名が付けました。 ◆中央道園原ICから車20分、飯田山本ICから車20分	阿智村清内路振興室 0265-46-2001
大滝 (オオタキ)	平谷村 うつぼ	フロヤ沢	林道売木うつぼ線より望むその姿は豪快で平谷一の名瀑。遊歩道も整備され飛沫を浴びて間近で見られます。 ◆中央道飯田山本ICから車30分	平谷村産業建設課 0265-48-2211
つたの滝 (ツタノタキ)	根羽村 取手	小川川	旧国道岩橋のすぐ下流にあり、高さ約15mの根羽一の大きな滝。滝の周囲は藤や紅葉が美しい。 ◆中央道飯田山本ICから車45分	根羽村振興課 0265-49-2111
瀬戸ノ滝 (セトノタキ)	売木村 長下	売木川	丸畑溪谷の下流に位置し、四季折々の美しさは、旅人が足をとどめる程。日本一美しいと言われる親子のポットホールがあり、水量が少ない時は近くへ行ってみる事ができる。 ◆中央道飯田山本ICから車50分 ◆三遠南信道天龍峡ICから車45分	売木村村づくり総合推進室 0260-28-2311
精心の滝 (ショウジンノタキ) 別名:浄心の滝	天龍村 平岡	精心沢	古くから信仰の滝として崇められ、滝の横には不動尊が祀られています。 ◆三遠南信道天龍峡ICから車45分	天龍村地域振興課 商工観光係 0260-32-1023



滝名	場所	河川名	特徴	問い合わせ先
関小屋の滝 (セキゴヤノタキ)	泰阜村 川端	万古川	関小屋沢との合流点にある滝。沢の中流に桂の大木があり、その根元に山の神を祀っています。 ◆三遠南信道天龍峡ICから車45分	泰阜村振興課 0260-26-2111
伝説七滝 (デンセツナナタキ)	泰阜村 唐笠	矢筈川	唐笠の矢筈川が、天龍川に落ち込む場所に多くの滝や滝壺を連ねる。上の白糸の滝から下って添水の滝まで、スリルある不動滝。 ◆三遠南信道天龍峡ICから車15分	
禍誤除けの滝 (カゴヨケノタキ)	喬木村 氏乗	小川川	禍が起こらないように祈って参道を行き来したという由来があります。 ※加護受の滝と呼ばれていた頃もありました。 ◆座光寺スマートICから車35分	喬木村産業振興課 0265-33-5126
壬生沢不動滝 (ミブサワフドウダキ)	豊丘村 壬生沢西	壬生沢川	不動尊を祀ることが名称の由来。その名に相応しく、飛沫を上げて一直線に流れ落ちる水の様は勇壮の一語 ◆中央道座光寺スマートICから車20分	豊丘村観光協会 0265-49-3395
成田不動滝 (ナリタフドウダキ)	豊丘村 壬生沢西	壬生沢川	壬生沢不動滝の上部にある滝です。 滝つぼのすぐそばまで行け、近くで迫力を感じることができます。 ※滑りにくく濡れてもよい靴の着用をお願いします。 ◆中央道座光寺スマートICから車20分	豊丘村観光協会 0265-49-3395




# 花 情 報

種類	予想時期	場所	主な内容	問い合わせ先
岩つつじ	6月中旬～ 7月上旬	月瀬の大杉公園 (根羽村)	長さ49mの吊り橋、根羽峡大橋から下を望むと矢作川の清流沿いに岩つつじが咲いています。 ■駐車場:有り ◆中央道・三遠南信道飯田山本ICから車で約35km・約40分 ●国道153号線沿い	根羽村振興課 0265-49-2111
	6月下旬～ 7月中旬	小戸名溪谷・檜原川 (根羽村)	矢作川の源流であり、溪流とともに新緑・岩つつじの自然を楽しむことができます。溪谷に咲く鮮やかなつつじが、すがすがしい気分させてくれます。また、美しい景観は写真愛好家に親しまれています。 ■駐車場:無し ◆中央道・三遠南信道飯田山本ICから車で約35km・約40分 ●県道46号線沿い	
ラベンダー	6月中旬～ 7月上旬 【予定】	縄文の丘フルーツパーク(喬木村伊久間原)	飯田の街並みと風越山を望む丘の上にある公園。ラベンダーの爽やかな香り、丘に吹く風、眺めの良さに癒されるスポットです。 ◆中央道松川ICから車26分 飯田ICから車18分 座光寺スマートICから車16分	たかぎ農村交流研修センター 0265-33-3999 
コマクサ	7月上旬	ヘブンスそのはら (阿智村)	7月上旬が見頃となります。 (ヘブンスそのはら夏営業は7月6日(土)から) ◆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
ササユリ	7月中旬	富士見台高原 (阿智村)	富士見台高原を代表する高山植物ササユリ。ピンク色の花が可憐です。 (ヘブンスそのはら夏営業は7月6日(土)から) ◆中央道園原ICから車5分 ◆中央道飯田山本ICから車20分	
アジサイ	7月中旬～ 8月中旬	明皇山あじさいの里 (売木村)	ヒノキ林の中に主に青色のアジサイ約8,000株が咲き誇ります。間伐跡地およそ1ヘクタールに植栽されたアジサイは、高冷地のため、長期間(お盆ごろまで)楽しむことができます。涼しげな林を散策しながら、花見を楽しむことが出来ると好評です。 ◆中央道飯田山本ICから車50分	売木村 村づくり総合推進室 0260-28-2311
		金野・稲伏戸 (泰阜村)	金野生活改善センターから稲伏戸「あじさい園」にかけての道沿いが紫陽花の咲く道となります。 ◆三遠南信自動車道天龍峡ICから車10分	
蓮	7月下旬～ 8月中旬	向原蓮の池 (売木村)	休耕田に植えた蓮がいつしか一面に広がり新しい村の名所となりました。お盆過ぎまで楽しむことができます。 ◆中央道飯田山本ICから車50分	売木村 村づくり総合推進室 0260-28-2311
しょうぶ	6月中旬～ 7月中旬	佐原 (豊丘村)	標高700mの谷間に咲く花しょうぶ。「しょうぶは雨の花」と管理人さんが仰るとおり、花しょうぶが一番美しく映えるのは、晴天ではなく、雨の降っている時なのだそうです。 梅雨の時期、しっかりと咲くショウブの花を見においでください。 ◆中央道松川ICから車25分 飯田ICから車35分 座光寺スマートICから車25分	豊丘村観光協会 0265-49-3395
ひまわり	8月上旬～ 8月中旬	ひまわりの湯周辺 (平谷村)	ひまわりの湯周辺が約15,000本のヒマワリでいっぱいになります。毎年変わる役場裏のひまわり迷路に参加してちんえもんグッズをゲットしよう!! ◆中央道飯田山本ICから車30分	平谷村観光協会(平谷村役場内) 0265-48-2211
	8月上旬～ 8月中旬	野良舞夏ひまわり倶楽部 (阿南町)	南北500m、東西200mの広大な農園一面にひまわりの花が黄色い絨毯をつくります。 ◆三遠南信道天龍峡ICから車30分	阿南町振興課 0260-22-4055

# キャンプ場情報

場所	期間	主な内容	問い合わせ先
山の寺キャンプ場 (高森町)	オープン中～ 11月末まで	高森町の名刹「隣政寺」の少し上、標高900mの静かな森の中にあります。トイレ、水道あり。その他には何ともありません！昔ながらの自然に抱かれたキャンプを無料で楽しめます。事前に使用願いを提出してください。 ◆中央道松川IC車10分	高森町産業課 0265-35-9405
和知野川キャンプ場 (天龍村)	オープン中～ 3月31日(木) ※年未年始を除く	豊かな緑と澄んだ川の流れるキャンプ場です。 【長野県が実施した河川水質測定ランキング】で常に上位にランクされる、透きとおった清流が自慢です。 春は近くの味覚小屋前に桜並木が出現し、夏場は思いっきり川遊びが楽しめます。また、夜には満天の星空が広がります。 ■利用料金 ログハウス利用料 ※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期間中 1棟1泊 8,000円 フリーサイトキャンプ場 テント1張1泊 1,000円 ◆中央道飯田山本ICから車40分	天龍村地域振興課 商工観光係 0260-32-1023
大河内森林公園 オートキャンプ場 (天龍村)	オープン中～ 10月31日(日)	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: オートキャンプ場(1区画)2,000円(予約必要)、テント広場(1張り) 1,000円(予約必要)	
親水公園オート キャンプ場 (下條村)	4月1日～ 10月末 (要予約)	南アルプスの頂きを彼方に眺め、吹き抜ける風が心地よく、隣接する清流「南の沢」の音色がやさしいキャンプ場です。マレットゴルフ場や遊具もあり、家族で楽しめます。 宿泊料 1サイト1泊2,000円 (GW・7/19～8/30・土曜祝祭前日は3,000円) ※デイキャンプは宿泊の半額	下條村振興課 0260-27-2311
	<b>休業中</b>		
松川高原キャンプ場 (松川町)	オープン中～ 11月中旬(予定)	中央アルプス山麓、静かな森に囲まれた美しい湖「池の平」湖畔のキャンプ場です。 テント一張り 一泊 2,000円 施設:炊事場 トイレ ◆中央道松川ICから車7分	さんさんファーム 0265-36-6608
銀河もみじキャンプ場 (阿智村)	オープン中	国道153号沿いにあるキャンプ場。マレットゴルフや釣り堀も楽しめます。予約受け付け中です。 定休日等詳細は右記へお問い合わせください。 ◆中央道山本ICから車30分、園原ICから車25分	銀河もみじキャンプ場 0265-48-6058 0265-47-2777(休日連絡先)
うるぎ星の森オート キャンプ場 (売木村)	オープン中～ 11月下旬	標高1,200mのキャンプ場。全国屈指の四つ星。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 フリーサイト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～	うるぎ星の森オート キャンプ場 0260-28-2455
二軒屋キャンプ場 (泰阜村)	オープン中 ※ただし、 <b>新型コロナウイルス感染対策により当面の間、県外者の利用はご遠慮願います。</b>	天竜奥三河国定公園万古(まんご)溪谷の入口にある、万古川キャンプサイト。平成27年に東屋を新築しました。 携帯電話も繋がらない、俗世間からかけ離れた自然いっぱいの溪谷でリフレッシュしてください。 ■トイレは協力金として100円をお願いしています。 ■飲料水と食料はご持参ください。 ■利用の予約無し！キャンプサイト使用料無料！利用者の皆さまの善意で環境を維持しています。ご利用にあたってはゴミの持ち帰りにご協力下さい。 ◆三遠南信道千代ICから車40分	泰阜村振興課 0260-26-2111 (予約不要、ご自由にどうぞ)
			
矢筈公園キャンプ場 (喬木村)	オープン中	ダム湖に面したキャンプ場。直火もOK。ペットもOK。トイレや炊事場も完備しています。予約不要。 ◆中央道松川IC、飯田ICから車約1時間、座光寺スマートICから車約40分	喬木村生活環境課 0265-33-5127
二瀬キャンプ場 (阿南町)	4月10日(土)～ 11月28日(日)	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 (阿南町)	4月10日(土)～ 11月28日(日)	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	



場所	期間	主な内容	問い合わせ先
野田平キャンプ場 (豊丘村)	4月29日(木)～ 10月下旬(予定) (要予約)	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 070-1837-1001
大池キャンプ場 (大鹿村)	4月下旬～ 10月下旬	標高1,500mの大池高原は、自然と遊べる楽しさいっぱいの別天地。正面に見える中央アルプスと伊那山脈の大パノラマは圧巻です。 ■大人400円※中学生以上、子供200円	大鹿村産業建設課 0265-39-2001
鳥ヶ池キャンプ場 (大鹿村)	4月下旬～ 10月下旬	標高1,700mの鳥ヶ池キャンプ場は、全線舗装の鳥倉林道から鳥ヶ池林道へ入って5分。自然林に囲まれた静かな環境にあります。 ■大人400円※中学生以上、子供200円	

※キャンプ場等をご利用の際は、クマに十分ご注意ください。

【参考】クマ注意喚起

<http://svcms.pref.nagano.lg.jp/cms8341/minamichi/minamichi-shokan/kannai/soshiki/documents/kuma.pdf>

## 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(募集終了) ○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。	豊丘村観光協会 0265-49-3395
果実オーナー募集	(下條村) 【りんご】つがる・王林・ふじ・シナノスイート・シナノゴールド ※各種20,000円40kg保証 つがる8月下旬～9月上旬 シナノスイート10月上旬 王林10月下旬 シナノゴールド10月下旬～11月中旬 ふじ11月上旬～11月下旬 【なし】幸水・豊水 ※各種25,000円70kg保証 幸水8月中旬～8月下旬 豊水9月上旬～9月中旬 ※募集期間:7月末日	親田果実オーナー 組合(事務局下條 村振興課) 0260-27-2311

※詳細はお問い合わせ下さい。



# 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	
さくらんぼ狩り	6月5日～7月上旬 (4月1日から予約開始)	(豊丘村) 収穫時期に合った数種類のさくらんぼを食べ比べできます。ハウスの中なので雨の日でも安心してお楽しみいただけます。 さくらんぼでお腹いっぱいになるなんて夢のようです！ ご予約はHPからお願いします。 <a href="https://www.okanouecherryfarm.com/">https://www.okanouecherryfarm.com/</a>	豊丘村丘の上さくらんぼ園 090-7401-6542	
ブルーベリー狩り	6月中旬～7月下旬	(高森町) 南アルプスを眺望してブルーベリー狩りを満喫！ 甘酸っぱくて、体にやさしい健康食をもぎ取りで味わってください。時間無制限食べ放題 ※要予約(水曜定休) ■料金 大人(中学生以上) 1,000円(お持ち帰り1パック付) 小学生 500円(お持ち帰り1パック付) 未就学児は無料！ ◆中央道松川ICから車10分	ミナリベリー 090-1693-5749 (寺澤まで)	
	6月下旬～7月末 (要予約)	(泰阜村) 料金等詳細はお問い合わせ下さい ◆三遠南信道千代ICから車10分	吉岡農園 0260-26-2063	
	6月下旬～7月下旬	(喬木村) 大島地区・氏乗地区は標高600m以上の山間部。高原で育つブルーベリーは、粒も大きくおいしさが一粒にぎゅっとつまっています。 令和3年度はコロナ感染拡大防止の観点から飯田・下伊那地域にお住まいの方限定となっております。要予約(前日までに) 料金等詳細は右記へお問い合わせ下さい。 ◆中央道飯田IC車40分、松川IC車40分、座光寺スマートIC車30分(細い道あり)	たかぎ農村交流研修センター 0265-33-3999 	
	6月下旬～8月上旬(予定)	(松川町) 南アルプスを望み、豊かな自然に囲まれたくたもの里松川町。 ■料金 一般料金(小学生以上)1,200円 3才以上800円 3歳未満無料 ■お土産 100g 300円～	dansuki.jp(松川町観光サイト)をご覧ください。	
桃狩り		7月8日～8月25日	(豊丘村) 真夏に収穫できる桃は、種類も豊富。時期に応じた桃狩りをお楽しみいただけます。(要予約) ◆料金:1,900円(2個もぎ取り+食べ放題) ◆中央道飯田ICから車30分、松川ICから車15分、座光寺スマートICから車15分	道の駅南信州とよおかマルシェ 0265-48-8062
		7月下旬～	(松川町) ◆料金 1時間1,500円(大人)/1,000円(小学生)※予定。料金は変更になる場合がございます。 (※もぎ取って食べられなかった分はお買い上げください)	 dansuki.jp(松川町観光サイト)をご覧ください。
プルーン狩り	7月下旬～(予定)	(松川町) 7月下旬～8月上旬までの品種:オパール、アーリーリバー 8月下旬～9月中旬までの品種:パープル・アイ、ペイラーなど ◆料金【30分】大人 800円～1,200円～(時期、品種によって異なります) 3歳以上 400円～600円～ 3歳未満 無料	dansuki.jp(松川町観光サイト)をご覧ください。	
とうもろこし狩り	8月上旬～	(平谷村)生でも食べられる甘いとうもろこしです。 畑で獲れたてをその場でたべられます。 ◆中央道飯田山本ICから車30分	ひまわりの湯 0265-48-2911	
りんご狩り		8月中旬～11月下旬	(飯田市) 8月中旬頃から早生種の「さんさ」、「つがる」の収穫が始まり、9月には「千秋」、「ジョナゴールド」等の中生種、甘さで人気の「シナノスイート」や黒光りした「秋映」が収穫されます。10月に入ると晩生種の「王林」、りんご界の王様「ふじ」と品種がリレーされ、11月下旬頃まで収穫が続きます。	まちなかインフォメーションセンター 0265-22-4851
		8月中旬～12月中旬	(松川町) 8月中旬頃より「さんさ」「つがる」の収穫が始まり、9月下旬から10月下旬には「シナノスイート」「秋映」「シナノゴールド」や「紅玉」「陽光」「ジョナゴールド」など糖度の高い濃厚な味わいが特徴のりんごの収穫ができ、りんごの王様「王林」「ふじ」と続きます。松川町にはりんご狩りができる農園が数多くあります。	天龍峡りんご狩り組合 0265-27-3322 dansuki.jp(松川町観光サイト)をご覧ください。

品目(品種)	開園時期	品目(品種)の特徴	問い合わせ先
プラム狩り (貴陽・紫峰)	8月中旬～ 下旬	(松川町)栽培が難しいことから生産量が少なく、希少で高級なプラム「貴陽」などが楽しめます。 ◆料金 試食(規格外)と2個もぎ取り 1,000円 ※要予約	dansuki.jp(松川町観光サイト)をご覧ください。
なし狩り	8月下旬～	(飯田市) 南信州の主力品種、赤梨の「幸水」は8月下旬から収穫が予想されています。9月には青梨の「二十世紀」、9月中旬以降は赤梨の「豊水」及び当地域で育成された赤梨「南水」が収穫時期を迎えます。	まちなかインフォメーションセンター 0265-22-4851
	8月下旬～ 11月上旬	(松川町) 8月下旬から「幸水」が始まり、その後「二十世紀」や「豊水」、南信州を代表する「赤梨(南水)」の収穫が始まり梨狩りを楽しめます。松川町には梨狩りができる農園が数多くあります。 10月には、洋梨の「ラ・フランス」、11月には「ル・レクチェ」の販売が始まります。(販売のみ)	

※収穫時期は、天候等により変動があります。お出掛け前にお問い合わせ下さい。

# 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 (根羽村)	6月1日(火)～8月31日(火)	根羽村内	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! これまでのカメラ部門に加え、今回よりスマートフォン部門を新設!! 老若男女どなたでもふるってご応募お待ちしております! 【応募点数】:1人2点まで応募できます。詳細は右記へお問い合わせください。	(一社)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
第24回熊谷元一写真賞コンクール (阿智村)	募集中～10月7日(木)	阿智村内	新型コロナウイルス感染症の拡大で、会いたいけれど会えない、行きたいけれど行けないといったもどかしさを、ほとんどの人が感じているのではないのでしょうか。 この時期だからこそ、あらためて「ふれあい」ということの大切さを捉えてほしいと思います。 たとえば、遠くのおじいちゃんおばあちゃんとのふれあい、いつもとは違って見える風景、延期になったイベント、大好きなペットとのちよつと違った関係、元気だけど、もどかしい子供たちの表情、などなど。 温かみのある写真を撮り続けた熊谷元一さんの仕事にも通じる、あなたの「ふれあい」のワンシーンをぜひお送りください。 (熊谷元一写真賞コンクール審査員)	熊谷元一写真童画館 0265-43-4422 阿智村協働活動推進課 0265-43-2220
2021喬木村フォトコンテスト (喬木村)	募集中～12月10日(金)	喬木村内	喬木村内の田園風景、夕焼け、式の行事、花、暮らしなどを題材とした風景写真を募集しています。 【募集するテーマ】 ① 新たな魅力発見「四季の風景」 ② 日々の営み「暮らし」 【募集作品について】1人各3点以内・未発表のもの・村内で撮影されたもの 【サイズ】4ツ切および4ツ切ワイド ※詳細は右記情報統計係へお問い合わせください。  Instagramでも受け付けてます! 喬木村公式アカウント (@takagi_kousiki)をフォローして「#喬木村フォトコン2021」をつけて投稿してください!	喬木村総務課情報統計係 0265-33-3666  





安心安全で楽しい旅を

# 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

- 人と会話する時はマスクの着用を徹底しよう
- 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いねいに
- 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！ -

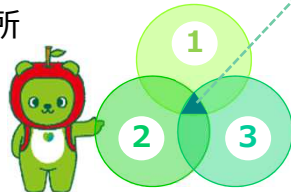
- おみやげ選びのときなどで 物にさわるのは必要最低限にしよう
- 混雑を避け、列に並ぶときは 前の人と距離をとろう
- お店や施設が行っている 感染防止対策をよく聞いて 協力しよう
- お店や施設に入るときだけでなく、出るときも 手洗い・手指消毒しよう
- 旅先の写真といっしょに 行動歴（時間や場所）をメモしておこう

## 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



## - 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

## 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

(キリトリ)

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

# 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
- 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、 やまおか 泰阜村、たかき 喬木村、豊丘村、大鹿村	0265-53-0435
木曽保健福祉事務所	上松町、南木曽町、木曽町、木祖村、王滝村、大桑村	0264-25-2227
松本保健福祉事務所	塩尻市、安曇野市、麻績村、生坂村、山形村、朝日村、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
松本市保健所	松本市	0263-47-5670

## 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 DR用QRコード  
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、ぜひご利用ください

（キリトリ）



iPhone用

Android用

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

- 人と会話をする時はマスクをします
- 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！

## 県内事業者の感染防止対策について

長野県では

- ・事業者自ら適切な感染防止策を宣言する  
「新型コロナ対策推進宣言の店」
- ・推進宣言の店のアップグレードとして  
感染対策を行っているお店の認証制度  
「信州の安心なお店」

※本制度対象業種は宿泊業や飲食店等に限定されて  
おります。詳細は公式HPをご確認ください。

を実施していますので

お店探しの参考にしてください



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」

©長野県 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