

新型コロナウイルスの影響により、イベントが中止・延期となる場合や施設が休業となる場合がありますので、お出掛け前にあらかじめご確認ください。



©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11～12月





| イベント名                      | 期日                      | 場所               | 主な内容  | 問い合わせ先   |
|----------------------------|-------------------------|------------------|---|--|
| 天空の楽園<br>雲海Harbor<br>(阿智村) | 10月9日(土)～<br>11月7日(日)   | ヘブンスそのはら         | “星空が明けたら雲海に出会えた”雲海率約62.2%<br>星が瞬く静寂の夜から、一筋の閃光により朝へと移り変わる神々しい瞬間を体験してください。10月には山々の紅葉、11月には南アルプスの冠雪に出会えます。<br>※山頂の朝は平均気温5℃以下です。防寒対策を！<br><br>■料金(ゴンドラ往復乗車料、展望台リフト・ヘアリフト料)<br>大人3,500円 小中学生1,700円 幼児無料<br>■チケット販売 オンラインにてご予約<br>◆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<br>0265-44-2311<br><br>阿智☆昼神観光局<br>0265-43-3001 |
| 高嶺山<br>パラグライダー<br>(平谷村)    | 開催中～<br>11月下旬           | 高嶺山              | 標高1,574m、車で行ける高嶺山の山頂は360°のパノラマが楽しめます。高嶺山は南信最大級のパラグライダーのフライトエリアです。ベテランインストラクターの操縦でゆったりと遊覧飛行を楽しむタンデムコース(2人乗り、親子で3人乗りも)は未経験者でも安心。フライトに自力でチャレンジする体験コースやライセンス取得コースも。<br>※料金等の詳細は右欄の問合せ先まで。<br><br>◆中央道園原IC、中央道飯田山本ICから車30分                                     | JMB中部パラグライダースクール<br>0265-48-2458                         |
| ヘブンスそのはら<br>秋営業<br>(阿智村)   | 10月9日(土)～<br>11月23日(火)  | ヘブンスそのはら         | 富士見台高原の三段紅葉を眼下に、秋の空中散歩をお楽しみください。<br>※ナイトツアー営業期間<br>10月9日(土)～11月23日(火)<br><br>◆料金(ロープウェイ・リフト券):<br>大人3,100円 小中学生1,500円<br>◆中央道園原ICから車5分、飯田山本ICから車20分   | ヘブンスそのはら<br>0265-44-2311                                 |
| 丘フェス月間<br>(飯田市)            | 11月1日(月)から<br>11月30日(月) | 中心市街地及び<br>オンライン | 例年11月3日に中心市街地最大の歩行者天国イベント「サブカル・グルメの大祭典」として実施している飯田丘のまちフェスティバル(通称:丘フェス)ですが、歩行者天国は来年に延期し、今年は「丘フェス月間」として実施します。<br>11月3日はフェスオンラインミーティングやバーチャル丘フェス(丘フェスバーチャル空間を開放。アバターで無料参加)を実施。<br>◆中央道飯田ICから車15分<br>◆JR飯田線飯田駅 徒歩圏内   | 飯田丘のまちフェスティバル実行委員会<br>0265-52-1715                       |
| 喬木村<br>総合文化祭<br>(喬木村)      | 11月8日(月)～<br>11月14日(日)  | 喬木村福祉センターなど      | 今年新型コロナウイルス感染症拡散防止のため、規模の大きい物産展・農協祭が中止となりましたが、作品展示につきましては村内各所(福祉センター、歴史民俗資料館、みんなの広場アスポ、棕鳩十記念館図書館など)で行われます。<br>村内の団体・クラブ・学生が制作した作品をぜひご覧ください。<br><br>◆中央道松川ICから車25分   | 喬木村総務課<br>0265-33-2001                                   |



| イベント名                                     | 期日   | 場所                        | 主な内容  | 問い合わせ先   |
|---|--|---------------------------|---|--|
| 下條村<br>文化の祭典<br>(下條歌舞伎<br>定期公演)<br>(下條村)  | 11月23日(火・<br>祝)  | コスモホール                    | 午前は下條村文化協会所属の各クラブの発表を行い午後からは下條歌舞伎の定期公演を行います。(入場無料)<br>三百年もの歴史を持つ村の伝統芸能をぜひご覧ください。<br><br>◆三遠南信自動車道天龍峡ICから車10分<br>◆JR飯田線天龍峡駅から車10分<br><br>※今年度は午後の歌舞伎公演のみ実施します。また、来場者は飯田下伊那在住者に限らせていただきます。  | 下條村教育委員会<br>0260-27-1050                                 |
| 御湯(おんゆ)<br>(阿智村)                          | 12月1日(水)～<br>令和4年3月上旬  | 昼神温泉                      | 昼神温泉郷の各旅館の玄関先に藁でつくられた高さ1mから2mの「湯屋守様」(ゆやもりさま)がお出迎えしています。<br>昔から伝わる「どんど焼き」の塔の形を模したものに目鼻をつけたもので、この地に災いが入り込まないよう威嚇しています。<br><br>◆中央道飯田山本IC、園原ICから車10分<br>  | 阿智☆昼神観光局<br>0265-43-3001                                 |
| 天空の楽園<br>日本一の星空<br>ナイトツアー<br>(阿智村)        | 【通常営業】<br>4月17日(土)～<br>3月26日(土)<br>【除外期間】<br>5月23日(日)～<br>7月9日(金)<br>9月26日(日)～<br>10月8日(金)<br>11月24日(水)～<br>12月23日(木)<br>1月11日(火)～<br>1月21日(金) | ヘブンスそのはら<br>(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。)<br><br>■料金:<br>大人・高校生2,000円~/小・中学生1,000円~/未就学児無料<br>※料金はゴンドラ往復乗車料金が含まれます。<br>■チケット:<br>・オンラインチケット(日時指定・事前予約制)<br>ご利用日の2週間前の午前10時より販売<br>・天空の楽園 オフィシャルホテル・旅館にご宿泊のお客様<br>2週間前に限らずチケットのご予約が可能<br>◆中央道園原ICから車5分<br>◆中央道飯田山本ICから車20分  | 阿智☆昼神観光局<br>0265-43-3001<br><br>ヘブンスそのはら<br>0264-44-2311 |
| 天龍川<br>ラフティング<br>アルプス<br>ぼうけん組楽部<br>(飯田市) | 不定休(要予約)   | 天龍峡ベース<br>(飯田市川路<br>7674) | 日本有数の急流・天龍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。他にダックボート、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。<br><br>■コース: 半日ツアー・1日ツアー・ファミリーツアー<br>■料金:<br>＜ハーフツアー半日＞(約13km)<br>大人(中学生以上) 7,000円 小学生 5,500円 園児 4,500円<br>＜ロングツアー1日＞(約16km)<br>大人(中学生以上) 9,000円 小学生 7,000円 園児 6,000円<br>＜ファミリーツアー＞<br>大人(中学生以上) 7,000円 小学生 5,500円 園児 4,500円<br>※装備一式、ガイド料、消費税を含む<br>※安全管理費 別途500円<br>◆三遠南信道天龍峡ICから車3分<br>◆中央道飯田ICから車15分 | アルプスぼうけん組<br>楽部<br>0265-59-8881                          |
| 信州飯田<br>天龍舟下り<br>(飯田市)                    | 3月20日(土)～<br>11月30日(火)   | 天龍舟下り<br>弁天港              | 天龍川の早瀬を弁天港～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。<br><br>■弁天港～時又港<br>■料金 大人2,800円(税込)、小学生1,400円(税込)<br>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。<br>◆中央道飯田ICから車20分   | 信南交通(株)<br>天龍舟下り<br>0265-24-3345                         |

| イベント名                             | 期日   | 場所               | 主な内容   | 問い合わせ先  |
|-----------------------------------|--|------------------|--|---|
| 天龍ライン下り<br>(飯田市)                  | 4月1日(木)～<br>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。<br>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。<br><br>■料金 中学生 3,200円(税込)、小学生 1,600円(税込)<br>(要予約) 幼児は大人1人につき1名無料<br>◆三遠南信道天龍峡ICから車3分  | 天竜ライン遊舟<br>(株)<br>0265-27-2247  |
| ツリードーム<br>南信州まつかわ<br>(松川町)        | 4月～11月                                       | 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。吊り下げ式、据え置き型2種類のツリードームに加え、新たに「ツリーフロア」が登場(今秋オープン予定)<br><br>◆中央道松川ICから車約5分<br>   | まつかわ旅の案内所<br>0265-36-6320<br><br>※予約に関してはインターネットのみです。<br><a href="https://dansuki.jp/stay/td/">https://dansuki.jp/stay/td/</a>                      |
| フォレスト<br>アドベンチャー<br>まつかわ<br>(松川町) | 通年<br><br>受付時間<br>10:00～15:00<br>(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快に地上に帰還します。申し込みは予約専用電話で080-6936-8632<br><br>■ご利用料金<br>小人(小学4年～17歳)2,800円 大人(18歳以上)3,800円<br>■所要時間 2時間半～<br>◆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<br>080-6936-8632   |
| 第13代<br>大鹿さくらの女王<br>募集<br>(大鹿村)   | 募集中～<br>令和4年1月31日<br>(金)                     |                  | 第13代大鹿さくらの女王募集!<br>『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。<br>■18歳から30歳までの未婚の女性。<br>■上・下伊那郡、飯田市・駒ヶ根市・伊那市に住所を有する方。<br>■女王には賞金25万円、参加者全員に参加賞を贈呈します<br>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<br>商工観光係<br>0265-39-2001   |
| 日本一の星空<br>浪合パーク<br>(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。<br><br>【開催イベント等】<br>■Starry sky guide ～星空観賞会・星兄爆笑星座解説～<br>■Starry sky photo session ～星景写真講座・撮影会～<br>■Starry sky deck ～星空デッキ～<br>(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。)<br>◆中央道飯田山本ICから車20分<br>◆中央道園原ICから車25分<br> | 阿智☆昼神観光局<br>(浪合オフィス)<br>0265-48-8555<br><br>阿智☆昼神観光局<br>0265-43-3001  |
| 森林セラピー基地<br>「およりの森」<br>(松川町)      | 通年   | およりの森            | 人気の施設「信州まつかわ温泉 清流苑」に隣接する「およりの森」は、癒しの効果を実証された森林セラピー基地に認定されています。松川インターからアクセスが良く、明るくて身近な森です。美しい小川や清流があり、そのせせらぎにも癒されます。ユニバーサルデザインの木チップ舗装された歩道もあり、誰もが訪れやすい森です。清流苑やツリードームでは宿泊もできます。<br><br>◆中央道松川ICから車約5分<br>   | まつかわ旅の案内所<br>0265-36-6320<br><br>森について<br><a href="https://dansuki.jp/retreat/base/#retreat-base">https://dansuki.jp/retreat/base/#retreat-base</a> |

| イベント名                               | 期日 | 場所                | 主な内容   | 問い合わせ先  |
|-------------------------------------|----|-------------------|--|---|
| 阿智<br>セブンサミット<br>(阿智村)              | 通年 | 阿智村内の<br>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、はき木館受付に提示してください。  |    |
| 富士見台高原<br>園原の里<br>エコトレッキング<br>(阿智村) | 通年 | 富士見台高原・<br>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。<br>「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。<br>※料金等詳細は右欄の問い合わせ先まで。<br><br>◆「ヘブンスそのはら」へ 中央道園原ICから車5分<br>◆中央道飯田山本ICから車20分 | <br>東山道・園原<br>ビジターセンター<br>はき木館<br>0265-44-2011 |





# 南信州紅葉情報



| 市町村    | 見頃              | 場所                               | 主な内容   | 問い合わせ先                            |
|--------|-----------------|----------------------------------|--|-----------------------------------|
| 飯田市    | 10月下旬～          | 風越山・虚空蔵山・野底山森林公園                 | 雑木・ベニマンサク  | まちなかインフォメーションセンター<br>0265-22-4851 |
|        | 10月下旬～          | 天龍峡～唐笠                           | 天竜川渓谷のモミジ・ドウダンツツジ・雑木   |                                   |
|        | 10月下旬～          | 飯田市南信濃木沢小嵐神社公園                   | 紅葉した稜線の向こうに南アルプス 兎岳、聖岳が見えます。<br>  | 遠山郷観光協会<br>0260-34-1071           |
|        |                 | 飯田市南信濃和田遠山川                      | 大きな岩場の間を水しぶきをたてながら流れる清流と紅葉のコントラストが美しい。   |                                   |
|        | 11月上旬～<br>11月中旬 | 飯田市上村(村の茶屋から南)                   | 対岸の岩場にモミジ・カエデが紅葉し、松の緑との対比が美しい。   |                                   |
| 松川町    | 10月中旬～<br>11月中旬 | 松川渓谷(片桐ダム松川湖付近)                  | 山々の広葉樹が秋には紅葉し、ダム湖の湖面に映ります。息をのむ美しさです。シーズンには多くのアマチュア写真家が訪れます。<br>                              | まつかわ旅の案内所<br>0265-36-6320         |
| 高森町    | 10月中旬～<br>11月上旬 | 月夜平大橋～不動滝(上段ハーモニックロードからの眺望)      | ハーモニックロード月夜平大橋や月夜平展望台から望む南アルプスの眺望や、滝と紅葉の調和が息をのむほど美しい。<br><br><b>林道崩落のため、不動滝に行くことはできません。</b> | 高森町産業課<br>0265-35-9405            |
| 阿南町    | 10月下旬～<br>11月上旬 | 町内全域                             | 県道深沢阿南線と阿南根羽線沿線は、和知野川、売木川の渓谷美と紅葉が見事です。日吉、鈴ヶ沢の両地区では、山一面の紅葉が楽しめます。新野の十九庵の樹齢700年の大銀杏の紅葉は圧巻です。「かじかの湯」周辺や国道151号沿は、紅葉通の中では『紅葉街道』と呼ばれているほど。いたるところに紅葉ポイントがあります。                          | 阿南町振興課<br>0260-22-4055            |
| 阿智村    | 10月中旬～<br>11月上旬 | 浪合地区全域                           | 赤や黄色に彩られた美しい景色はこの季節だけしか見られません。お気に入りの紅葉風景を見つけにお出かけください。国道、県道村内いたるところ何処からでも紅葉を楽しめます。   | 阿智村浪合振興室<br>0265-47-2001          |
|        | 10月下旬～<br>11月中旬 | 園原の里～昼神温泉へブンスそのはら                | 標高500～1,000m周辺の紅葉が鮮やかです。<br>  | 阿智☆昼神観光局<br>0265-43-3001          |
|        | 10月中旬～<br>11月上旬 | 観音山公園                            | 真っ赤なドウダンツツジの間に33体の素朴な観音像が点在。   | 阿智村清内路振興室<br>0265-46-2001         |
|        |                 | ふるさと村自然園                         | 目に鮮やかな紅葉の中でテニスやキャンプはいかがか。  |                                   |
| 南沢高原一帯 |                 | 標高1,400m ハイキングに最適。ベニマンサクが目鮮やかです。 |  |                                   |
|        | 梨子野峠一帯          | ベニマンサク、モミジなど。                    |  |                                   |
| 平谷村    | 10月中旬～          | 高嶺山・平谷渓谷(国道418号「平谷」交差点を恵那市方面へ)   | 様々な木々が、錦の絨毯を織りなします。<br>   | 平谷村産業建設課<br>0265-48-2211          |

| 市町村 | 見頃              | 場所   | 主な内容  | 問い合わせ先   |
|-----|-----------------|--|---|--|
| 根羽村 | 10月中旬～<br>11月中旬 | 檜原(ひばら)川<br>(長野・愛知県道10号<br>設楽根羽線沿い)          | 清冽な流れと鮮やかな紅葉のコントラストを楽しめます。  | 根羽村役場<br>0265-49-2111  |
|     |                 | 小戸名(おどな)溪谷<br>(長野県道46号阿南<br>根羽線茶白山高原方<br>面へ) | 矢作川最上流部に位置する小戸名溪谷は美しい紅葉と清らかな溪流の見事な絶景を一度に見せてくれる場所です。   |  |
| 売木村 | 10月下旬～<br>11月上旬 | あてび平小鳥の森                                     | 小鳥のさえずりを聞きながら、公園内を散策。モミジやカエデの紅葉の後はカラマツの紅葉(黄葉)が見られます。  | 売木村産業課<br>0260-28-2311   |
|     |                 | 白樺高原キャンプ場                                    | 県道阿南根羽線沿い、白樺キャンプ場から小鳥の森にかけての赤や黄色の艶やかな紅葉が見事です。   |  |
|     |                 | やまなみ広場                                       | 南アルプスの眺望と眼下に広がる紅葉が絶景。   |  |
|     | 岩倉ダムキャンプ場       | 岩倉ダム湖面に映る紅葉が綺麗です。                            |   |  |
|     | 11月上旬～<br>中旬    | 丸畑溪谷   | 日本一美しいといわれる親子ポットホールのある溪谷。溪谷を作る山々が赤や黄色に染まります。  |  |
| 下條村 | 10月下旬～<br>11月中旬 | 極楽峠、新井展望公園、おおぐて湖周辺                           | 極楽峠パノラマパーク(標高994m)や新井展望公園がビューポイント。南・中央両アルプス、天竜川の自然を満喫できます。<br> | 下條村振興課<br>0260-27-2311   |
| 天龍村 | 10月下旬～<br>11月上旬 | 信濃恋し   | 村の入り口、かつての天竜川が創り出した名所。川面に映る紅葉が美しい。  | 天龍村地域振興課商工観光係<br>0260-32-1023  |
|     |                 | 早木戸川   | 間近に見ることができる紅葉を楽しんだ後は、「おきよめの湯」にどうぞ。  |  |
|     |                 | 天竜川<br>(十方峡、羽衣崎)                             | 羽衣崎橋の架かるダム湖には天竜川の紅葉が映え、遠山川と天竜川の合流する十方峡も紅葉に包まれます。  |  |
|     |                 | 紅葉列車   | この時期のJR飯田線は紅葉列車と呼ばれています。紅葉の中、天竜川に沿って走るローカル線は絶景です。<br>            |  |
| 泰阜村 | 10月下旬～<br>11月上旬 | あいパークやすおか金田公園                                | 県内サンセットポイント100選に選ばれた地点から紅葉を望みます。<br>                           | 泰阜村振興課<br>0260-26-2111   |
| 喬木村 | 10月中旬～<br>11月上旬 | 矢筈公園キャンプ場                                    | 矢筈ダムが作る湖面に、周辺の山々の紅葉が映ります。<br>                                  | 喬木村<br>生活環境課<br>0265-33-5127   |
| 大鹿村 | 10月下旬～<br>11月上旬 | 鳥倉林道夕立神パノラマ公園、中峰黒川林道大池高原                     | 南アルプス赤石岳をはじめ、360度の山岳紅葉が楽しめます。<br>                              | 大鹿村<br>産業建設課<br>0265-39-2001   |
|     |                 | 大鹿村全域  | 赤石岳の山麓をはじめ村内全域で紅葉が楽しめます。  |  |

※見頃は予想時期です。天候によって変化しますので、お問い合わせの上お出掛け下さい。

# 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<br>(高森町)               | オープン中～<br>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。<br><br>◆中央道松川ICから車10分  | 高森町産業課<br>0265-35-9405                            |
| 和知野川キャンプ場<br>(天龍村)              | オープン中～<br>3月31日(木)<br>※年末年始を除く | 豊かな緑と澄んだ川の流れるキャンプ場です。<br>【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。<br>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。<br><br>■利用料金<br>ログハウス利用料 ※予約必要<br>・平日と日曜日 1棟1泊 5,000円<br>・土曜日と祝日の前日 1棟1泊 8,000円<br>・ゴールデンウィークとお盆期間中 1棟1泊 8,000円<br>フリーサイトキャンプ場 テント1張1泊 1,000円<br>◆中央道飯田山本ICから車40分  | 天龍村地域振興課<br>商工観光係<br>0260-32-1023                 |
| 松川高原キャンプ場<br>(松川町)              | オープン中                          | 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。<br><br>■1サイト 一泊 2,000円 施設:炊事場 トイレ<br>◆中央道松川ICから車7分   | さんさんファーム<br>0265-36-6608                          |
| 銀河もみじ<br>キャンプ場<br>(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。<br>定休日等詳細は右記へお問い合わせください。<br><br>◆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<br>0265-48-6058<br>0265-47-2777(休日連絡先) |
| ふるさと村自然園<br>せいなの森キャンプ場<br>(阿智村) | オープン中                          | 木曾の妻籠宿と昼神温泉を結ぶ国道256号沿いにあるキャンプ場です。オートキャンプ場の他に大人気のテントサウナがあり、仕事や人間関係・コロナ禍などで疲れたココロやカラダを森の中でリフレッシュしていきましょう。<br><br>◆中央道山本ICから車30分、園原ICから車26分  | せいな森キャンプ場<br>0265-46-2525                         |
| うるぎ星の森<br>オートキャンプ場<br>(売木村)     | オープン中～<br>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。<br><br>■利用料金 フリーサイト3,200円 個別サイト4,800円～<br>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<br>キャンプ場<br>0260-28-2455                |
| 二軒屋キャンプ場<br>(泰阜村)               | オープン中                          | 天竜奥三河国定公園万古(まんご)渓谷の入口にある、万古川キャンプサイト。平成27年に東屋を新築しました。<br>携帯電話も繋がらない、俗世間からかけ離れた自然<br>いっぱい渓谷でリフレッシュしてください。<br><br><br>■トイレは協力金として100円をお願いしています。<br>■飲料水と食料はご持参ください。<br>■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。<br>◆三遠南信道千代ICから車40分 | 泰阜村振興課<br>0260-26-2111<br>(予約不要、ご自由にどうぞ)          |

| 場所                 | 期間                              | 主な内容  | 問い合わせ先                    |
|--------------------|---------------------------------|---|---------------------------|
| 矢筈公園キャンプ場<br>(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。<br>◆中央道松川IC、飯田ICから車約60分、座光寺スマートICから車約40分                                      | 喬木村生活環境課<br>0265-33-5127  |
| 二瀬キャンプ場<br>(阿南町)   | 4月10日(土)～<br>11月28日(日)          | 和知野川の溪流に面し、川遊びが楽しめます。<br>■バンガロー5,000円 テントサイト1,000～2,000円<br>◆三遠南信道天龍峡ICから車30分   | 阿南町振興課<br>0260-22-4055    |
| 池の島キャンプ場<br>(阿南町)  | 4月10日(土)～<br>11月28日(日)          | 和知野川上流の清流で川遊びが楽しめます。<br>■バンガロー5,000円 テントサイト2,000円<br>◆三遠南信道天龍峡ICから車30分  |                           |
| 野田平キャンプ場<br>(豊丘村)  | 4月29日(木)～<br>11月下旬(予定)<br>(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。<br>◆中央道松川ICから車約45分 | 野田平キャンプ場<br>070-1837-1001 |

※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<br>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。】<br>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！<br>○陽光 収穫時期:10月下旬<br>○ふじ 収穫時期:11月下旬(募集終了)<br>○シナノスイート 収穫時期:10月中旬<br>○シナノゴールド 収穫時期:10月下旬<br><br><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。<br>※収穫祭は品種ごとに行います。<br>※締め切り3月末日(りんごの木に余裕があれば随時受付)<br>※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<br>0265-49-3395 |

※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  |
|---------------|-------------------------|--|---|
| りんご狩り         | 8月中旬～<br>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<br>0265-22-4851<br><br>天龍峡りんご狩り組合<br>0265-27-3322   |
|               | 8月中旬～<br>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。 | dansuki.jp(松川町観光サイト)をご覧ください。<br><a href="https://dansuki.jp/fruit/fruit146/">https://dansuki.jp/fruit/fruit146/</a>       |
|               | 10月中旬～<br>11月下旬<br>(予定) | (高森町)「シナノスイート」「ふじ」などの人気品種のりんご狩りを楽しめます。料金等詳細はお問い合わせください。  | 高森町営農支援センター ゆうき<br>0265-35-3044<br><br>予約サイト<br><a href="https://reserva.be/takamori204030">reserva.be/takamori204030</a> |
|               | 9月上旬～<br>11月下旬          | (阿南町)「つがる」から始まり、「王林」、「ふじ」が終る11月中旬までりんご狩りを楽しむことができます。詳しくはお問い合わせください。  | 新野高原りんごクラブ<br>0260-24-2544  |
|               | 11月1日～<br>11月30日        | (喬木村)食べ放題で、中学生以上500円、小学生200円、園児以下は無料です。お持ち帰りや贈答用のりんごにも対応しております。個人客のみ対象です。時間は午前9時から午後4時までです。詳しくはお問い合わせください。   | たかぎ農村交流研修センター<br>0265-33-3999   |
| 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<br>0265-22-4851   |
|               | 8月下旬～<br>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・レクチュ」の販売が始まります。(販売のみ)                  | dansuki.jp(松川町観光サイト)をご覧ください。<br><a href="https://dansuki.jp/fruit/fruit171/">https://dansuki.jp/fruit/fruit171/</a>       |
| 源助かぶ菜<br>収穫体験 | 11月下旬～<br>12月下旬         | (豊丘村) 信州のお漬物としては野沢菜が有名ですが、南信州では「源助かぶ菜」の漬物が主流です。独特の歯ごたえで風味と甘味があるおいしい漬物ができます。(要予約/料金等詳細はお問い合わせください。)   | 豊丘村観光協会<br>0265-49-3395   |

※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   |
|---------------------------------------|--------------------------|------|--|--|
| 2021喬木村<br>フォトコンテスト<br>(喬木村)          | 募集中～<br>12月10日(金)        | 喬木村内 | <p>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。</p> <p><b>【募集するテーマ】</b> ① 新たな魅力発見「四季の風景」<br/>② 日々の営み「暮らし」</p> <p><b>【募集作品について】</b> 1人各3点以内・未発表のもの・村内で撮影されたもの</p> <p><b>【サイズ】</b> 4ツ切および4ツ切ワイド</p> <p>※詳細は右記情報統計係へお問い合わせください。</p> <p>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！</p>  | <p>喬木村総務課<br/>情報統計係<br/>0265-33-3666</p>  |
| 第11回 平谷村<br>フォトコンテスト<br>(平谷村)         | 募集中～<br>令和4年2月25日<br>(金) | 平谷村内 | <p>平谷村の四季の自然、イベント、生活など「ひらや」の魅力を写真に収め、ご応募ください。</p> <p>詳細は平谷村観光協会HP(<a href="http://www.pikan.net">http://www.pikan.net</a>)にて記載しています。</p>   | <p>平谷村観光協会<br/>0265-48-2211<br/><a href="http://www.pikan.net">http://www.pikan.net</a></p>                                  |
| 2023<br>天龍村カレンダー<br>フォトコンテスト<br>(天龍村) | 募集中～<br>令和4年8月31日<br>(水) | 天龍村内 | <p>ブッポウソウや茶摘み、お祭り、秘境駅といった天龍村ならではの魅力を再発見するとともに多くの方に知っていただくため、四季折々の自然や文化、景色を収めた写真を募集します。入選作品は2023年の天龍村カレンダーに掲載します。</p> <p><b>【募集部門】</b></p> <p>①春部門(3～5月)…梅、桜、茶摘み、天竜川新緑 等<br/>②夏部門(6～8月)…ブッポウソウ、キャンプ場、夏まつり 等<br/>③秋部門(9～11月)…満島神社秋祭り、紅葉、ヒガンバナ 等<br/>④冬部門(12～2月)…冬景色、冬祭り、梅花駅伝 等<br/>⑤表紙部門…フリー、天龍村の魅力を題材にした作品</p> <p><b>【応募方法】</b></p> <p>・春・夏・秋・冬部門は横構図、表紙部門は縦構図<br/>・応募点数は一人3点まで<br/>詳細は右記問合せ先まで</p> | <p>天龍村観光協会<br/>0260-32-2050</p>         |



安全安心で楽しい旅を

# 信州版 新たな旅のすゝめ

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。

## 感染防止の基本

### ① 人との距離の確保

- 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 マスクを正しく着用

- 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



### ④ 十分な換気

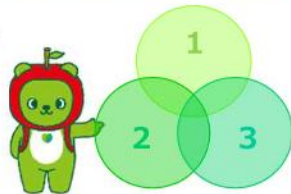
- 屋内や車内では十分な換気をしよう
- 屋内では30分に1回以上、数分程度換気をしよう



## 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



1つの密でも避ける「**ゼロ密**」を目指しましょう

### - 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
- 旅行の10日前から当日までの間に体調に異変（発熱やせき、のどの違和感やだるさ等）がある場合は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
- 行政のよびかけ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
- 旅行中に体調に異変を感じた場合は すぐ医療機関・保健所へ連絡しよう

## 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。

☆ 旅行の前や途中で、体調に異変（発熱やせき、のどの違和感やだるさの症状等）を感じた場合は、すぐにご相談ください！

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、<br><small>やすおか たかぎ</small><br>泰阜村、喬木村、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 | 塩尻市、安曇野市、 <small>おみ</small> 麻績村、生坂村、山形村、朝日村、筑北村 <small>ちくほく</small>                    | 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<br>休日・夜間（17：15～8：30） 026-226-4911 |
| 松本市保健所    | 松本市  | 0263-47-5670  |

## ワクチン接種について

- ワクチンの効果と副反応を知った上で、ワクチン接種をご検討ください
- ワクチンの接種が済んでいない方は、ご自身を守るため、より気をつけて行動しましょう
- ワクチン接種がお済みの方も引き続き感染防止対策の徹底をお願いします

## 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）

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
- 屋内や車内では十分な換気をします
- 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られて  
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



©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