

## 軽井沢を起点に **東信州中山道**を堪能しよう

～ 佐久を楽しむモデルコース ～

あくまでもモデルコースなので、みなさんの参考にしてね！

自分なりのコースをお好みにアレンジするのはいかが。

### 9:30 軽井沢の宿泊施設を出発

▽ <約 10分>

🔍「東信州中山道」で検索

### 9:40 追分宿(軽井沢町)

- 中山道二十番追分宿 追分宿は中山道と善光寺へ向かう北国街道との分岐点。かつては、善光寺参拝者の旅人などで大変賑わった宿場です。

▽ <約 25分>

### 11:00 岩村田宿(佐久市)

- 中山道二十二番岩村田宿 岩村田は佐久の要衝の地として戦国時代に武田氏の支配下で栄え、江戸期は中山道の宿場として発展してきました。
- 岩村田商店街には、160余年の味を守る信州みその老舗やガトーショコラ専門店などバラエティ豊かな商店が並びます。お店巡りを楽しんでください。

▽ <約 25分>

### 12:00 望月宿(佐久市)でランチ

- 中山道二十五番望月宿 望月は平安時代の頃から駒の里として知られており、街道沿いにある「望月歴史民俗資料館」では、当時の宿場を感じられます。
- 映画「犬神家の一族」の舞台となった老舗旅館もあり、昭和初期の雰囲気が味わえます。
- 地元雁喰（がんくい）味噌を使ったご当地グルメ「駒月みそかつ丼」。地元産のこだわりを召し上がれ。

🔍「駒月みそかつ丼」で検索

▽ <約 20分>

## 14:00 茂田井間の宿(佐久市、立科町)

- 茂田井間の宿は「間の宿」と呼ばれ、旅籠を持たない休憩処でした。
- 元禄二年（1689年）に名主市郎右衛門が酒造りを初め、現在は「大澤酒造」と「武重本家酒造」と知る人ぞ知る二つの蔵元があります。
- 「大澤酒造」では酒蔵見学ができますよ！

▽ <約 10 分>

## 15:30 芦田宿(立科町)

- 二十六番芦田宿 宿場には本陣が残っており、見学もできますよ。
- 街道を進んだ笠取峠では、江戸幕府の植樹政策で植樹された松や杉が約 60 本街道沿いに並木として残っています！

▽ <約 30 分>

### ▶ ここで、ちょっと中山道を離れて寄り道

## 17:00 白樺高原女神湖・白樺湖(立科町)

[🔍 「白樺高原」で検索](#)

- 白樺高原は、標高 1,500 メートル！湖畔の散策・トレッキングや美術館、高原スポーツなど大自然の中で極上の時間を過ごせます。
- e-バイク（坂道も楽々）をレンタルして、高原の空気を体で感じよう。

▽

## 18:30 軽井沢へ向けて帰りましょう(約 90 分)

- 帰路は途中の佐久市内でご当地ラーメン「安養寺らーめん」はいかが。
- 信州みその発祥と言われるのが「安養寺みそ」です。その安養寺みそを使った「安養寺ラーメン」は、それぞれの店が独自の味をご提供しています。
- さらに、佐久市と言えば「鯉料理」。千曲川の清流で育てられた佐久鯉は川魚特有の泥臭さがないことが特徴です。

[🔍 「佐久鯉料理」で検索](#)

[🔍 「安養寺らーめん」で検索](#)