



# アルクマ便り

2018年9月18日

# 10月号



長野県PRキャラクター「アルクマ」  
©長野県アルクマ



しあわせ信州

掲載ページ

開催日・期間

開催地

## 記者発表

- |    |                                     |        |     |
|----|-------------------------------------|--------|-----|
| 1P | 浅間山の噴火警戒レベル引下げに伴う規制緩和               | 8月30日～ | 小諸市 |
| 2P | 平成30年度飯山市美術館企画展<br>米林雄一彫刻展 一宇宙への眼差し | ～11月4日 | 飯山市 |

## 参加募集

- |     |                                |                    |            |
|-----|--------------------------------|--------------------|------------|
| 3P  | はろー浅間山登山(浅間山コース)               | 9月29日・10月20日・11月3日 | 小諸市        |
| 4P  | 舞台めぐりサイクル&ウォーキング KOMOROGAINING | 10月6日              | 小諸市        |
| 5P  | 高ボッチへ行こう！～夜景と星空に乾杯～            | 10月7日              | 塩尻市        |
| 6P  | 多肉植物で作るミニタペストリー                | 10月13日             | 安曇野市       |
| 7P  | 紅葉と絶景を満喫！米子大瀑布ハイキング            | 10月20日             | 須坂市        |
| 8P  | 「宮城第1発電所」特別見学と「有明山神社」特別拝観      | 10月20日             | 安曇野市       |
| 9P  | 秋セロリと蓼科の休日ツアー                  | 10月20～21日          | 茅野市        |
| 10P | 日本土真ん中ウォーク2018                 | 10月27日             | 塩尻市        |
| 11P | 健康ウォーキング体験講座                   | 10月27～28日          | 南箕輪村       |
| 12P | 桔梗ヶ原&日本アルプスワインバレー広域周遊バス        | 11月9・10・22・23日     | 塩尻市        |
| 13P | 諏訪市縁結びサポート事業 信州諏訪の地酒でほろ酔いコン    | 11月23日             | 諏訪市(開催:都内) |

アルクマ便りについてのお問合せ先：銀座NAGANO（信州首都圏総合活動拠点）

東京都中央区銀座5-6-5 TEL：03-6274-6015 FAX：03-6274-6557 担当：小山浩一／保科宗継／山口史靖／吉川悦治

<http://www.ginza-nagano.jp/> E-mail: [ginza-nagano@pref.nagano.lg.jp](mailto:ginza-nagano@pref.nagano.lg.jp)



しあわせ信州



長野県PRキャラクター「アルクマ」  
©長野県アルクマ

掲載ページ

開催日・期間

開催地



## イベント

14P	～北アルプス国際芸術祭イベント2018秋～ 北アルプス国際芸術祭プレイバック2017	～10月28日	大町市
15P	ジャム作り体験教室	～12月25日	軽井沢町
16P	くだもの狩り(りんご)	9月上旬～11月中旬	山ノ内町
17P	～北アルプス国際芸術祭イベント2018秋～ 北アルプス気流部の家	9月22日～10月28日	大町市
18P	信州小諸ふーどまつり	10月6日	小諸市
19P	ツリーフレンドシップフェスティバル	10月6～8日	安曇野市
20P	高遠「しんわの丘ローズガーデン」秋のバラ祭り	10月6～8日	伊那市
21P	第32回全国日曜画家中部日本展	10月6～14日	木祖村
22P	第13回信州大芝高原 イルミネーションFestival	10月6日～27日	南箕輪村
23P	こだまの森 秋の感謝祭(収穫祭)	10月7日	木祖村
24P	第35回 南アルプスふるさと祭り	10月7日	伊那市
25P	北アルプスアースディマルシェ	10月7～8日	大町市
26P	5週連続！ぶっとおし そば三昧	10月14・20・21日、 10月27～11月4日・11日	伊那市
27P	もみじ湖紅葉祭	10月20日～11月11日	箕輪町
28P	小諸城址懐古園 紅葉まつり	10月20日～11月18日	小諸市
29P	第31回信州須坂大菊花展 菊まつり	10月25日～11月12日	須坂市
30P	安曇野スタイル2018	11月1～4日	安曇野市
31P	第6回信州安曇野新そばと食の感謝祭・農林業まつり	11月3～4日	安曇野市
32P	第12回上田城紅葉まつり	11月3～4日	上田市
33P	仁科神明宮新嘗祭	11月23日	大町市
34P	鹿教湯温泉 氷灯ろう夢祈願	12月27日～1月31日	上田市

▼「アルクマ便り」は毎月第3または第4水曜日、ホームページにアップします。カラーでご覧いただけます。  
<http://www.pref.nagano.lg.jp/tokyokanko/index.html> 新着情報→アルクマ便り(プレスリリース資料)

# 掲載市町村

## 10月号

### 大町市

- 北アルプス国際芸術祭プレイバック 2017/14P
- 北アルプス気流部の家/17P
- 北アルプスアースディマルシェ/25P
- 仁科神明宮新嘗祭/33P

### 安曇野市

- 多肉植物で作るミニタペストリー/6P
- 「宮城第1発電所」特別見学と「有明山神社」特別拝観/8P
- ソリーフフレンドシップフェスティバル/19P
- 安曇野スタイル2018/30P
- 第6回信州安曇野新そばと食の感謝祭・農林業まつり/31P

### 塩尻市

- 高ボッチへ行こう！～夜景と星空に乾杯～/5P
- 日本土真ん中ウォーク 2018/10P
- 桔梗ヶ原&日本アルプスワインバレー広域周遊バス/12P

### 木祖村

- 第32回全国日曜画家中部日本展/21P
- こだまの森 秋の感謝祭(収穫祭)/23P

### 飯山市

- 米林雄一彫刻展 一宇宙への眼差し-/2P



### 山ノ内町

- くだもの狩り(りんご)/16P

### 須坂市

- 紅葉と絶景を満喫！ 米子大瀑布ハイキング/7P
- 第31回信州須坂大菊花展 菊まつり/29P

### 上田市

- 第12回上田城紅葉まつり/32P
- 鹿教湯温泉 氷灯ろう夢祈願/34P

### 小諸市

- 浅間山の噴火警戒レベル引下げに伴う規制緩和/1P
- はろー浅間山登山(浅間山コース)/3P
- 舞台めぐりサイクル&ウォーキング KOMOROGAINING/4P
- 信州小諸ふどまつり/18P
- 小諸城址懐古園 紅葉まつり/28P

### 軽井沢町

- ジャム作り体験教室/15P

### 茅野市

- 秋セロリと蓼科の休日ツアー/9P

### 諏訪市

- 信州諏訪の地酒でほろ酔いコン/13P

### 箕輪町

- もみじ湖紅葉祭/27P

### 南箕輪村

- 健康ウォーキング体験講座/11P
- 第13回信州大芝高原 イルミネーション Festival/22P

### 伊那市

- 高遠「しんわの丘ローズガーデン」秋のバラ祭り/20P
- 第35回 南アルプスふるさと祭り/24P
- 5週連続！ぶっとおし そば三昧/26P

「さわやか信州旅 net」

<http://www.nagano-tabi.net>

エリア別の検索が可能！

見る・楽しむ
宿泊
グルメ・おみやげ

モデルコース
アクセス・交通

さわやか信州
検索

四季旅キャンペーン、開花情報、イベント、温泉、宿泊施設など季節の旬な情報を随時更新！アクセス・問い合わせはもちろん関連ホームページや地図・周辺情報も表示する便利なサイトです。

## 浅間山の噴火警戒レベル引下げに伴う規制緩和

気象庁から発表された噴火警戒レベルの引下げ(レベル2からレベル1)に伴い、登山規制の緩和を行いました。これまで火口から概ね2kmの賽の河原分岐点までしか登山ができませんでしたが、今回の緩和により、火口から500mの前掛山の山頂まで登山が可能となりました。

これからの季節は、澄みきった青い空と紺碧の山肌に、色鮮やかな紅葉とのコントラストが美しい時期となります。

ぜひ、この機会にお越しいただき、大自然をおもいっきり満喫してください。



- 1 日 時 8月30日(木) 12時30分～
- 2 会 場 浅間山(前掛山)
- 3 内 容 ●浅間山の噴火警戒レベル引下げに伴う対応について
- 浅間山登山のご案内  
 詳細は小諸市のHPをご確認ください。  
<http://www.city.komoro.lg.jp>

- 《主 催》 小諸市
- 《アクセス》 [お車で] 上信越自動車道「小諸IC」から約30分  
 [列車で] JR小海線・しなの鉄道「小諸駅」よりタクシーで約35分  
 (火山館コース登山口まで)

- お問い合わせ先 小諸市商工観光課  
 (住 所) 〒384-8501 長野県小諸市相生町三丁目3番3号  
 (電 話) 0267-22-1700 (FAX) 0267-24-3570  
 (URL) <http://www.city.komoro.lg.jp>  
 (E-mail) [kanko@city.komoro.nagano.jp](mailto:kanko@city.komoro.nagano.jp)  
 (その他) 規制緩和の担当は危機管理課 [kkanri@city.komoro.nagano.jp](mailto:kkanri@city.komoro.nagano.jp)



平成30年度飯山市美術館企画展  
**米林雄一彫刻展 —宇宙への眼差し—**

信州小布施にギャラリー兼アトリエを構え、東京と長野を往復しながら精力的に創作活動を展開している東京藝術大学名誉教授・米林雄一(1942～、東京都出身)の彫刻展を開催しています。

二紀展、現代日本美術展、日本国際美術展、平櫛田中賞などに出品、数々の受賞歴があり、「宇宙」をテーマに創作を続け、粘土での工作を通じて宇宙航空研究開発機構(JAXA)の宇宙実験に携わった事もあります。

木や金属、セラミックなどで幾何学的な曲線や直線を組み合わせた近未来的なもの、宇宙的なイメージを彷彿とさせる作品など、宇宙を通して人間の本質をみつめてきた米林芸術の世界観に触れることができる展覧会です。



- 1 日時** 11月4日(日)まで 9時～17時(入館は16時30分まで)
- 2 会場** 飯山市美術館
- 3 入場料** 大人 300(200)円 小中学生 200(100)円  
 ※()内は20名以上の団体料金 ※障がい者手帳をお持ちの方と付添いの方1名様無料
- 4 内容** 本展では、1960年代の比較的初期の作品から最新作までを網羅して展示します。これまでの代表作とともに、ますます円熟味を増した最近10年以内に二紀展で発表した大作を複数点同時に鑑賞できる貴重な機会となります。展示する作品は大きなものから、親指ほどのサイズの作品まであり、ドローイングを含む80点あまりの作品で紹介いたします。

《主催》 飯山市美術館

《アクセス》 [お車で] 上信越自動車道「豊田飯山IC」から約10分。R117を十日町・野沢温泉方向へ直進後、斑尾高原方面へ左折、「斑尾高原入口」を右折。

[列車で] JR「飯山駅」徒歩10分、タクシー3分  
 ※レンタルサイクル・レンタカー有り

お問い合わせ先

飯山市美術館

(住所) 〒389-2253長野県飯山市大字飯山1436-1

(電話) 0269-62-1501 (FAX) 0269-62-1501

(URL) <http://www.city.iiyama.nagano.jp/soshiki/gakushuusen/bijyutukan>

(E-mail) [bijyutsukan@city.iiyama.nagano.jp](mailto:bijyutsukan@city.iiyama.nagano.jp)



## はろー浅間山登山（浅間山コース）

日本百名山に数えられる浅間山(前掛山)の山頂を目指しませんか！

平成30年8月30日の気象庁による噴火警戒レベルの引き下げに伴って、約3年2ヶ月ぶりに登山が可能になった浅間山(前掛山)に登る「はろー浅間山登山」。

「浅間山登頂証明書」の発行、ほっこり手作りスタンプを使ったスタンプラリー、特製おにぎり弁当&温泉入浴券付きなど、特典もいっぱい！



**1 日 時** 9月29日(土)、10月20日(土)、11月3日(土)

**2 会 場** 浅間山(前掛山) ※集合 天狗温泉浅間山荘

**3 参加費** 5,800円(税込)

**4 内 容**

▼コーススケジュール(予定)

8:00 集合 天狗温泉浅間山荘(長野県小諸市甲 甲又4766-2)

10:45 火山館 着/11:10 発

13:20 浅間山(前掛山)山頂 着/13:40 発

15:00 火山館 着

16:50 天狗温泉浅間山荘 着、自由解散

希望者は天狗温泉浅間山荘で入浴(入浴料は参加費に含まれております。)

▼参加者特典

○ほっこり手作りスタンプラリー

○特製おにぎり弁当&温泉入浴券

○「浅間山登頂証明書」の発行(希望者)

○天狗温泉浅間山荘の駐車場無料

▼お申し込みは実施日の5日前までをお願いいたします。

▼最少催行人数:7名、定員20名

▼こもろ観光局の山のプログラムに参加したことがある方は、リピート割で参加費から1,000円割引です。

《主 催》 一般社団法人 こもろ観光局

《アクセス》 [お車で] 上信越自動車道「小諸IC」から約30分

[列車で] JR小海線・しなの鉄道「小諸駅」からタクシーで約35分

お問い合わせ先 一般社団法人 こもろ観光局

(住 所) 〒384-0031 小諸市大手一丁目6番16号

(電 話) 0267-22-1234 (FAX) 0267-46-9077

(URL) <http://www.komoro-tour.jp/>

(E-mail) [info@komoro-tour.jp](mailto:info@komoro-tour.jp)



## 舞台めぐりサイクル&ウォーキング KOMOROGAINING

小諸市内にあるアニメ・マンガの舞台をめぐり写真を撮影しながら、小諸のグルメを食べてポイントを稼いで競うイベントです。

自転車が高得点を狙うもよし、普段自転車に乗らないけど電動アシスト自転車でガチ勢と競うもよし、徒歩で食い倒れするも良しのミックスガチンコバトル！



- 1 日時** 10月6日(土) 9時受付(競技10時30分～14時30分) 16時終了
- 2 会場** 小諸市内 (受付:小諸城大手門公園)
- 3 参加費** おひとり3,800円(保険料含む)
- 4 内容** KOMOROGAINING(コモロゲイニング)とは?  
チェックポイントを制限時間内に多く巡り、獲得した合計得点を競うスポーツ「ロゲイニング」。チェックポイント通過の証明に目印を撮影する長野県小諸市をフィールドにしたイベントの総称です。

- ▼イベントスケジュール(予定)
  - 9:00～10:15 受付(小諸城大手門公園)
  - 10:15～10:30 開会セレモニー
  - 10:30～14:30 ロゲイニング(ロゲイニング制限時間 4時間)
- ▼キャラクターサイクルウェア着用推奨イベントです。
- ▼参加申し込みは「スポーツエントリー」から！
- ▼参加申込締切:9月25日(火)
- ▼参加定員:200名

- 《アクセス》** [お車で] 上信越自動車道「小諸IC」から約10分  
[列車で] JR小海線・しなの鉄道「小諸駅」より徒歩約3分

- お問い合わせ先** 一般社団法人 こもろ観光局  
(住所) 〒384-0031 小諸市大手一丁目6番16号  
(電話) 0267-22-1234 (FAX) 0267-46-9077  
(URL) <http://www.komoro-tour.jp/>  
(E-mail) [info@komoro-tour.jp](mailto:info@komoro-tour.jp)



## 高ボッチへ行こう！～夜景と星空に乾杯～

日本のほぼ中央に位置し、八ヶ岳中信高原国定公園内にある『高ボッチ高原』。その山頂(標高1,665m)からは360度の眺望が開け、夕方には美しいサンセット、夜には諏訪湖周りに広がる夜景と澄んだ空に輝く星を望むことができます。来る人誰もが魅了される絶景です。

そんなサンセット・夜景・星空を存分に楽しめるバスツアーを開催します！  
美味しい食事、ワインと一緒に塩尻市の自然が作り出す絶景に酔いしれませんか？



- 1 日時** 10月7日(日)
- 2 行程** 松本駅アルプス口発(15:00)→市内各地→塩尻駅東口発(16:00)  
→高ボッチ高原「サンセット・食事」(17:00～)→「夜景・星空観賞」(18:00～)  
→高ボッチ高原発(20:00)→塩尻駅東口発(20:45)→市内各地→松本駅アルプス口着(21:45)
- 3 参加料** 大人3,000円、小学生以下1,000円(3歳未満は無料)  
※参加費は当日徴収します ※軽食、お飲み物(ワイン・ジュース)をご用意します
- 4 内容** 高ボッチ高原にてサンセット・夜景・星空をお食事つきで楽しめるバスツアーです。
- 【募集人数】 100名(最小催行人員20名) ※先着順  
【募集開始】 9月1日(土)から  
【お申込み・お問合せ】 (有)トラベルオフィス TEL:0263-51-6617

- 《主催》 (一社)塩尻市観光協会  
《アクセス》 [お車で] 長野自動車道「塩尻IC」からJR塩尻駅まで約10分  
[電車で] JR中央本線特急利用「新宿駅→塩尻駅」約2時間40分

- お問い合わせ先** (一社)塩尻市観光協会  
(住所) 〒399-0736 長野県塩尻市大門一番町12番2号  
(電話) 0263-88-8722 (FAX) 0263-52-1548  
(URL) <http://tokimeguri.jp/>  
(E-mail) [info-shiojirikanko@tokimeguri.jp](mailto:info-shiojirikanko@tokimeguri.jp)  
(その他) ※お申込みは、有限会社トラベルオフィスへ(0263-51-6617)



## 多肉植物で作るミニタペストリー

多肉植物は丈夫で育てやすく長期間楽しめるため、女性に大変人気があります。古くからイギリスを中心に楽しんでいるタペストリーガーデンを小さくしたミニタペストリー「寄せ植え」を造る手作り体験です。初心者でも育てやすいことも魅力の1つであり、貴方の夢がひろがる作品をぜひ作ってみませんか。



1 日 時 10月13日(土) 10時～

2 会 場 アルプガーデン

※申込み締切日:10月5日(金)、募集人員20名(最少催行人員10名)

3 参加費 2,000円

4 内 容

【日程】

アルプガーデン10:00集合⇒ミニタペストリーについての説明⇒タペストリー造りに挑戦⇒⇒完成品発表⇒ガーデン内見学⇒解散12:00

- 募集人員:20名(最少催行人員5名)
- 参加費に含まれるもの:体験料、保険代含む
- 申込み締切日:10月5日(金)

《主 催》 一般社団法人 安曇野市観光協会

《アクセス》 [お車で] 長野自動車道「安曇野IC」から約30分

[列車で] JR大糸線「穂高駅」より徒歩30分

または、タクシーで約5分

お問い合わせ先

一般社団法人 安曇野市観光協会

(住 所) 〒399-8303 長野県安曇野市穂高5952-3

(電 話) 0263-82-3133 (FAX) 0263-87-9361

(URL) www.zumino-e-tabii.net

(E-mail) azumino@bz03plala.or.jp



## 紅葉と絶景を満喫！ 米子大瀑布ハイキング

米子大瀑布は「日本の滝百選」に選定され、また米子瀑布群は「国の名勝」に指定されました。滝のマイナスイオンを浴び、色づく木の葉や滝の絶景を楽しみながら秋を満喫してください。また対岸より眺める二条の滝が並び落ちる姿は壮観です。地元ガイドがご案内しながら歩きます。



- 1 日 時** 10月20日(土) 9時30分～14時45分 ※集合 9時10分
- 2 会 場** ※集合場所＝湯つ蔵んど 歩く場所＝米子大瀑布 周遊道  
※お弁当や飲み物、雨具など必要なものはお持ち下さい。
- 3 参加費** 2,000円  
(おやき、旬の果物、湯つ蔵んどから米子大瀑布駐車場までの往復シャトルバス代1,300円含)
- 4 内 容** 【定員】40名  
【歩程】3km(約3時間)  
【持ち物】お弁当や飲み物、雨具等  
【募集締め切り日】10月19日(金) ※定員に達し次第、締め切り  
【コース】湯つ蔵んど9:30＝[シャトルバス]＝10:20駐車場・・・米子不動尊・奥之院・・・不動滝・・・権現滝・・・米子鉱山跡地(ビューポイント)お昼休憩・・・あずまや(ビューポイント)・・・13:40駐車場13:55＝[シャトルバス]＝湯つ蔵んど14:45  
※須坂駅から湯つ蔵んどまでの路線バス運行:片道350円  
<行き> 須坂駅9時発・・・湯つ蔵んど9時17分着  
<帰り> 湯つ蔵んど15時40分発・・・須坂駅着16時3分着

- 《主 催》 須坂市観光協会
- 《アクセス》 [お車で] 上信越自動車道「須坂長野東IC」から集合場所まで約10分  
[列車で] 長野電鉄「須坂駅」下車、タクシーで約12分

- お問合わせ先** 須坂市観光協会  
(住 所) 〒382-0077 長野県須坂市大字須坂1295-1 シルキービル2階  
(電 話) 026-215-2225 (FAX) 026-215-2226  
(URL) <http://www.suzaka-kankokyokai.jp/event/19.html>  
(E-mail) [info@suzaka-kankokyokai.jp](mailto:info@suzaka-kankokyokai.jp)



## 「宮城第1発電所」特別見学と「有明山神社」特別拝観

日露戦争が勃発した明治37年(1904年)に運転を開始！安曇野に初めて灯りをともしたドイツフォイト社製の水車とシーメンス社製発電機は114年後の今でも現役で稼働し続けています(日本現役最古)。2007年経産省により近代化産業遺産に認定されました。

明治35年(1902年)に建造された有明山神社の山門と神楽殿。信濃日光裕明門とも呼ばれる山門は素木作り彫刻が全面に施されています。神楽殿の81枚の格天井絵も安曇野指定文化財に指定されており必見です。



- 1 日時** 10月20日(土) 10時～  
**2 会場** 宮城第1発電所と有明山神社  
 ※集合場所:有明山神社駐車場

**3 参加費** 1,000円

**4 内容** 【日程】  
 有明山神社駐車場集合10:00⇒⇒中部電力さんによる説明⇒⇒出発10:15⇒⇒百年記念碑見学⇒⇒宮城第1発電所到着……見学(20分～30分)⇒⇒宮城第1発電所出発⇒⇒有明山神社到着……宮司さんの説明を聞きながら格天井絵拝観(20分～30分)⇒解散

- 参加費に含まれるもの:資料代、御朱印帳代、保険代含む
- 募集人員:20名(最少催行人員10名)
- 申込み締切日:10月10日(水)

- 《主催》 一般社団法人 安曇野市観光協会  
 《アクセス》 [お車で] 長野自動車道「安曇野IC」から約30分  
 [列車で] JR大糸線「穂高駅」よりタクシーで約15分

**お問い合わせ先** 一般社団法人 安曇野市観光協会  
 (住所) 〒399-8303 長野県安曇野市穂高5952-3  
 (電話) 0263-82-3133 (FAX) 0263-87-9361  
 (URL) <http://www.azumino-e-tabi.net>  
 (E-mail) [azumnio@bz03plala.or.jp](mailto:azumnio@bz03plala.or.jp)



## 秋セロリと蓼科の休日ツアー

### 銀座NAGANOしあわせ信州朝クラス×ちの旅

秋セロリがとびきり美味しいこの時期に、旬の美味しいもの、こだわりをもって茅野で暮らす人を巡り、森の中に滞在するスペシャルツアー！

セロリ農家さんプロデュースのセロリンランチ。夜は星空を眺めながらグランピングディナー。「ルヴァン」で修業後、茅野にお店をオープンさせた、「カルパ」の天然酵母パンでモーニング。都内にもファンの多い「ハーバルノート」でマイハーブティー作り。オリジナル蕎麦ランチ。

などなどちの旅案内人が秋の信州の2日間をめいっぱい楽しんでいただけるように企画しました。



- 1 日時** 10月20日(土)～21日(日)・1泊2日  
**2 会場** 集合場所 10月20日(土)10時30分 JR茅野駅  
**3 旅行代金** 25,000円(税込/お一人様) 最少催行人員:15名様 定員:25名様前後  
**4 内容** ◎ツアー行程

1日目 茅野駅集合(10:30)⇒☞⇒◎セロリハウスへ(見学)⇒☞◎秋セロリのウェルカムパーティー⇒☞⇒スーパーと地元のパン屋さん(お買い物タイム)⇒☞⇒クラスベッソ蓼科またはハーヴェスト蓼科に宿泊(16:00頃)⇒☞⇒夕食

2日目 おはようウォーキング&朝ヨガ(7:00)⇒各自ご朝食(自炊)⇒ゆっくりめの出発(10:00)⇒☞⇒◎ハーバルノートシンプルズ(ハーブ専門店)でマイハーブティー作り⇒☞⇒◎お蕎麦のランチ⇒☞⇒たてしな自由農園(お買い物タイム。地元の野菜や果物、お土産やお酒も充実)⇒☞⇒茅野駅(15:00～15:30頃解散)

- 《主催》 一般社団法人ちの観光まちづくり推進機構  
 《アクセス》 [お車で] 中央自動車道「諏訪IC」から約10分  
 [列車で] JR「茅野駅」下車

- お問い合わせ先 一般社団法人ちの観光まちづくり推進機構  
 (住所) 〒391-8501 長野県茅野市塚原2-6-1  
 (電話) 0266-73-8550 (FAX) 0266-78-7310  
 (URL) chinotabi.jp  
 (E-mail) ask8@chinotabi.jp



## 日本土真ん中ウォーク2018

塩嶺高原の中に敷かれたいい香りを発するチップウォーキング道を歩きます。  
 コースは3.5、5、12、20kmの4コース。自分に合ったコースを選び、山を彩る5000本のモミジ、諏訪湖・富士山・南北中央アルプス・御岳山などの山々の眺望、「日本の音風景百選」認定の小鳥のさえずり、日本最大規模の自生地で奇木・シダレ栗をお楽しみください。  
 参加者には豚汁のおもてなしや参加記念品のプレゼントもあります！



- 1 日時** 10月27日(土)
- 2 会場** 信州塩尻農業公園チロルの森
- 3 参加料** 【事前申込】 大人(高校生以上)1,000円 小中学生(幼児無料)800円  
 ※40人以上団体割引あり
- 4 内容** 【当日申込】 大人(高校生以上)1,300円 小中学生(幼児無料)1,000円  
 標高1,000m塩嶺王城県立自然公園周辺の紅葉や山の景色を楽しめるウォーキングイベントです！
- 【受付】 7:30～8:30  
 【開会式】 8:35～8:45  
 【事前申込方法】参加申込票(払込取扱票)に必要事項をご記入の上、参加料を添えて最寄りのゆうちょ銀行または郵便局でお申込みください。  
 【事前申込〆切】 10月12日(金)

- 《主催》 塩嶺王城県立自然公園日本土真ん中ウォーク実行委員会  
 《アクセス》 [お車で] 長野自動車道「塩尻IC」から約20分  
 [列車で] JR「塩尻駅」よりタクシーで約20分

- お問い合わせ先** 日本土真ん中実行委員会事務局(塩尻市体育協会内)  
 (住所) 〒399-0731 長野県塩尻市大門六番町5-27  
 (電話) 0263-53-1393  
 (URL) <http://shiojiri-taikyo.sakura.ne.jp/top/>  
 (E-mail) [nposhiojiri@yahoo.co.jp](mailto:nposhiojiri@yahoo.co.jp)



## 健康ウォーキング体験講座

信州大芝高原みんなの森(セラピーロード)で2種のウォーキングを体験できる健康ウォーキング体験講座を実施します。

27日は、ウォーキングの正しい姿勢や、効果的な歩行トレーニングの方法を学び、実際にウォーキングを体験する講座です。

28日は、ポールを使った全身運動ノルディックウォークを体験する講座です。

どちらか一方の参加も可能です。



- 1 日時** 10月27日(土) 9時～15時、10月28日(日) 9時～12時
- 2 会場** 南箕輪村 大芝高原 (※周辺に駐車場あり)
- 3 入場料** 27日 1,500円、28日 1,000円
- 4 内容**
- ▼10月27日(土)
    - 正しい歩き方と、脂肪燃焼に効果的なインターバル速歩の体験講座
    - (講師) 松本大学大学院医学博士 根本賢一氏
    - (定員) 50名
    - (参加費) 1,500円
    - (日程) 8:45～受付
    - 9:00～健康チェック(アミラーゼ測定等)
    - 9:40～正しい歩き方等の講座
    - 12:30～インターバル速歩体験、ヨガ
  - ▼10月28日(日)
    - ポールを使った全身運動ノルディックウォークの体験講座
    - (講師) 全日本ノルディック・ウォーク連盟 インストラクター 清水幸男氏
    - (定員) 30名
    - (参加費) 1,000円
    - (日程) 8:45～受付
    - 9:00～ノルディックウォークの講座
    - 9:45～ノルディックウォーク体験

《アクセス》 [お車で] 中央自動車道「伊那IC」から約10分  
[列車で] JR「北殿駅」よりタクシーで約15分

**お問い合わせ先** 南箕輪村観光協会(南箕輪村役場産業課)

(住所) 〒399-4592 長野県上伊那郡南箕輪村4825-1  
(電話) 0265-72-2180 (FAX) 0265-73-9799  
(URL) <http://kankou-minamiminowa.nagano.jp/>  
(E-mail) [syoukou-c@vill.minamiminowa.lg.jp](mailto:syoukou-c@vill.minamiminowa.lg.jp)



## 桔梗ヶ原&日本アルプスワインバレー広域周遊バス

日本ワインの先進地であり、県産ワインの中心産地である「桔梗ヶ原ワインバレー」と、松本から安曇野に産地が広がる「日本アルプスワインバレー」を結ぶ広域周遊型バスツアーを開催します！

全6ヶ所のワイナリーを巡り、農場見学や試飲、ショッピング等をお楽しみいただけます。参加者全員に特製漆塗りワイングラスをプレゼント！

長野県が誇る2大ワインバレーで醸造された美味しいワインを味わいにきませんか？



- 1 日 時** 11月9日(金)・10日(土)・22日(木)・23日(金・祝)  
**2 会 場** 桔梗ヶ原ワインバレー(サンサンワイナリー・林農園・井筒ワイン・信濃ワイン)  
 日本アルプスワインバレー(安曇野ワイナリー・山辺ワイナリー)

- 3 参加料** 無料 ※ランチBOXお申込みの場合は600円/個

- 4 内 容** 桔梗ヶ原ワインバレー & 日本アルプスワインバレーにあるワイナリーを巡り、  
 試飲・ショッピング等をお楽しみいただきます！

【集合場所】サンサンワイナリーor井筒ワイン

【ルート】サンサンワイナリー⇒林農園・井筒ワイン⇒信濃ワイン  
 ⇒安曇野ワイナリー⇒山辺ワイナリー⇒みどり湖PA

【定員】各日40名 ※先着順

【募集開始】10月6日(土) ※各日定員になり次第締め切り

【お申込み】(一社)塩尻市観光協会

TEL:0263-88-8722(9:00~18:00)

時間等の詳細は、上記協会または市観光課までお問合せください。

《主 催》 (一社)塩尻市観光協会

《アクセス》 [列車で] JR「塩尻駅」よりタクシーで約12分(サンサンワイナリーまで)  
 または、地域振興バス「ステップくん」15分、上柿沢下車

[高速バスで] 長野道「みどり湖PA」より徒歩約15分(サンサンワイナリーまで)

お問合わせ先 (一社)塩尻市観光協会

(住 所) 長野県塩尻市大門一番町12-2

(電 話) 0263-88-8722 (FAX) 0263-52-1548

(URL) <https://tokimeguri.jp/>

(E-mail) [info-shiojirikanko@tokimeguri.jp](mailto:info-shiojirikanko@tokimeguri.jp)



## 諏訪市縁結びサポート事業 信州諏訪の地酒でほろ酔いコン

「移住婚活イベント」を開催、女性参加者を募集します。諏訪の男性が貴女に逢いに東京へ参ります！地酒を楽しみながら、諏訪の男性との素敵な出逢いを見つけませんか？お酒が苦手な方も、美味しい甘酒をご用意してお待ちしています。

移住の先輩女性による諏訪暮らし体験セミナー付き★



- 1 日時 11月23日(金・祝) 14時～17時30分
- 2 会場 移住・交流情報ガーデン(東京都中央区京橋1丁目1-6 越前屋ビル1F)  
(東京駅八重洲中央口から徒歩4分)
- 3 参加費 女性無料
- 4 内容
  - ◎内容
    - 【第一部】「女子会！諏訪のお酒と暮らしを知ろう」(女性のみ)
      - ・真澄蔵元 宮坂醸造株式会社的女性社員による移住経験トーク、日本酒紹介 等
    - 【第二部】「諏訪の地酒でほろ酔いコン」(諏訪の男性合流)
      - ・諏訪の男性と諏訪の地酒・おつまみを楽しみながら交流
      - ・マッチングすると素敵な記念品をプレゼント！
  - ◎対象者
    - 諏訪市への移住に興味がある独身女性
    - ※男性は諏訪市在住・在勤の20～45歳までの独身者です
  - ◎定員
    - 15名(応募多数の場合は抽選。抽選結果は応募者全員に郵送で通知)
  - ◎申込
    - <申込期限>9月1日(土)～10月31日(水)
    - <申込方法>メール又はファックス(チラシ裏面)にて申込
    - ※記入事項:氏名(フリガナ)、生年月日、住所、電話番号、申し込みの動機

お問い合わせ先 諏訪市 地域戦略・男女共同参画課 地域支援係  
お申し込み先 (住所) 〒392-8511 長野県諏訪市高島1-22-30  
(電話) 0266-52-4141(内線288) (FAX) 0266-57-0660  
(URL) <http://www.city.suwa.lg.jp>  
(E-mail) [en-musubi@city.suwa.lg.jp](mailto:en-musubi@city.suwa.lg.jp)



～北アルプス国際芸術祭プレイベント2018秋～  
**北アルプス国際芸術祭プレイバック2017**

北アルプス国際芸術祭実行委員会では、2年後の2020年に第2回の開催が決定した「北アルプス国際芸術祭」へ向けた中間年イベントとして、昨年の芸術祭のプレイバック展示、ワークショップイベント、グッズ展示・販売等を行います。

この機会に是非お出かけください。



**1 日 時** 10月28日(日)まで 開館時間:9時30分～16時 ※火曜日定休

【10/13(土):大平由香理氏、10/14(日):青島左門氏によるワークショップ開催】

**2 会 場** 信濃大町情報ステーション (旧芸術祭「信濃大町駅前インフォメーションセンター」)

**4 内 容** 2017/6/4～7/30の間(57日間)に開催した北アルプス国際芸術祭時には、国内外をはじめ延べ45万人余の方々からご来場いただき、現代アートにより大町市の魅力発見やこの地域で育まれてきた文化や市民と触れ合うことができました。  
 次回2020年の開催に向けて、昨年の芸術祭をプレイバックできる作品のパネル展示、一部作品展示、映像上映、グッズ展示・販売を行います。  
 同会場内では、信濃大町ブランド、YORIP(まち中歩き)、信州花フェスタ2019のパネル展示や移住相談なども同時開催しています。

《主 催》 北アルプス国際芸術祭実行委員会

《アクセス》 [お車で] 長野自動車道「安曇野IC」から約40分  
 [列車で] JR大糸線「信濃大町駅」より 徒歩1分

**お問合わせ先** 北アルプス国際芸術祭実行委員会 (大町市まちづくり交流課内)  
 (住 所) 〒398-8601 長野県大町市大町3887  
 (電 話) 0261-22-0420 (FAX) 0261-23-4304  
 (URL) 北アルプス国際芸術祭HP <http://shinano-omachi.jp/>  
 (E-mail) [infp@shinano-omachi.jp](mailto:infp@shinano-omachi.jp)



## ジャム作り体験教室

ジャム製造のプロがご家庭でも出来るレシピでお教えいたします。沢屋のジャムに使用している旬の国産生果実を使い、ご家族・ご友人・カップルなど、小さなお子様から大人の方、外国の方まで皆様でお楽しみいただけます。作ったジャムは、お名前入りラベルを貼付しお持ち帰りいただけます。紅葉に囲まれた工場でジャムを作るもよし。 レストランこどうで紅葉を見ながらのランチもよし。体験の特典:オリジナルラベル・レシピ・お土産の3点をプレゼント。



## 1 日 時

12月25日(火)まで

\* 定休日:Aコースは、日曜 Cコースは、火曜・日曜

## 2 会 場

ジャムファクトリー(Aコース)、カフェこどうテラス(Cコース)

## 3 内 容

●Aコース:ジャム作り体験+工場見学コース

料金:1名様¥2,800 時間:10:00~/14:00~

開催場所:ジャムファクトリー

●Cコース:ジャム作り体験+ランチコース

料金:1名様¥4,500(小学生¥3,900)

時間:ジャム作り体験 11:00~12:00 ランチ12:00~

開催場所:カフェこどうテラス・レストランこどう

※作るジャムはその時の旬の果物。種類はお選びいただけません。

10月:巨峰・紅玉りんご

11月:紅玉りんご

12月:きんかんママレード・ゆずママレードの予定となっています。

※準備の都合上、ご予約は前日お昼までに。体験者2名様以上でお申込みください。

体験人数に限りがございますので、ご予約満員の際はご容赦ください。

※団体様、観光バスツアー等、ご対応いたしますので、お気軽にお問合せください。

軽井沢駅/中軽井沢駅、軽井沢町内ホテル等への送迎可。ご予約時ご相談ください。



## 《主 催》

株式会社 沢屋

## 《アクセス》

[お車で] 上信越自動車道「碓氷軽井沢IC」から約30分

[列車で] JR「軽井沢駅」よりタクシーで20分(Aコース:ジャムファクトリー)

JR「軽井沢駅」よりタクシーで約15分(Cコース:カフェこどうテラス)

## お問合わせ先

沢屋バイパス店

(住 所) 長野県北佐久郡軽井沢町塩沢702

(電 話) 0267-46-2400 (FAX) 0267-46-2404

(URL) <http://www.sawaya-jam.com>(E-mail) [y-furukoshi@sawaya-jam.com](mailto:y-furukoshi@sawaya-jam.com)

## くだもの狩り（りんご）

山ノ内町で栽培されるりんごは、昼夜の気温差が大きく、南西向き斜面で日没まで日が当たるなど最高の条件で栽培され、甘くて色つきも良く高品質です。

10月中旬の「シナノスイート」、11月中旬には「ふじ」や「シナノゴールド」の収穫が行われます。



- 1 日時 9月上旬～11月中旬
- 2 会場 町内の契約農園（※観光農園ではありません）
- 3 入場料 30分食べ放題 大人 1,000円/小学生600円
- 4 内容 [ジョナ・秋映・シナノスイート] 10月上旬～10月下旬  
[ふじ・シナノゴールド] 11月上旬～11月中旬

※前日までにご予約をお願いいたします。ご予約承り時間 午前9時～午後5時  
※道の駅などにて農家さんと待ち合わせし、一緒に農園に移動していただきます。

- 《主催》 山ノ内町グリーンツーリズム協議会
- 《アクセス》 [お車で] 上信越自動車道「信州中野IC」から 12km 約20分～30分（集合場所まで）  
[列車で] 長野電鉄長野線「湯田中駅」下車 タクシーで5分～10分（集合場所まで）

- お問合わせ先 山ノ内町グリーンツーリズム協議会（山ノ内町観光連盟内）  
（住所） 〒381-0401長野県下高井郡山ノ内町大字平穏 3352-1  
（電話） 0269-33-2138 （FAX） 0269-33-4655  
（URL） <http://www.info-yamanouchi.net/>  
（E-mail） [renmei@info-yamanouchi.net](mailto:renmei@info-yamanouchi.net)



～北アルプス国際芸術祭プレイベント2018秋～  
**北アルプス気流部の家**

北アルプス国際芸術祭実行委員会では、2年後の2020年に第2回の開催が決定した「北アルプス国際芸術祭」へ向けた中間年イベントとして、実行委員会と国営アルプスあづみの公園 大町・松川管理センターとの共催でアートプロジェクト気流部の作品展示及びワークショップを開催します。



**1 日 時** 9月22日(土)～10月28日(日) 作品展示10時～17時 (休館:国営公園休館日に準ずる)

【9/22(土)・23(日)「森の飾りつけ」ワークショップ開催】

**2 会 場** 国営アルプスあづみの公園(大町・松川地区)

**3 入場料** あづみの公園入園料 大人450円・シルバー210円・中学生以下無料

**4 内 容** 2017年の芸術祭の出品を契機に活動の拠点を国営アルプスあづみの公園に設けた「アートプロジェクト気流部」。通年でアートを活用する新たなアクティビティーや、地域×アートの可能性を实践する試みの、2018秋バージョンです。また、今回の秋活動の拠点を「そまびとの家」(公園内移築建築)に期間限定で設け、北アルプスの扇状地の面影が色濃く残り、大きな岩の散在する針葉樹林帯を背景に、北アルプス固有の風景を、来園者と共に新たな空間作品として作り上げます。そして、山の営みの拠点であった「そまびとの家」が醸し出す、山麓の地に寄り添う“息づかい”を重ね合わせる事で土地固有の空気感をより来場者に体感していただきます。

《企 画》 アートプロジェクト気流部  
 《共 催》 北アルプス国際芸術祭実行委員会／国営アルプスあづみの公園大町・松川地区管理センター  
 《アクセス》 [お車で] 長野自動車道「安曇野IC」から約40分  
 [列車で] JR大糸線「信濃大町駅」よりぐるりん号(所要時間15分)、  
 ふれあい号(所要時間25分)  
 JR大糸線「信濃大町駅」よりタクシーで約15分

**お問い合わせ先** 国営アルプスあづみの公園 大町・松川地区管理センター  
 (住 所) 〒398-0004 長野県大町市常盤7791-4  
 (電 話) 0261-21-1212 (FAX) 0261-21-1214  
 (URL) [http://www.azumino-koen.jp/oomachi\\_matsukawa/](http://www.azumino-koen.jp/oomachi_matsukawa/)  
 (その他) 北アルプス国際芸術祭HP <http://shinano-omachi.jp/>



## 信州小諸ふーどまつり

小諸の新たな食文化 (Food) の開発や地域性 (風土) の掘り起し、そして街歩き (Foot) を目的として毎年秋に開催される「信州小諸ふーどまつり」。

買い物や食べ歩き、各種ステージイベントに大勢の人で賑わいます。



- 1 日 時** 10月6日(土) 10時～15時
- 2 会 場** 小諸駅前相生町通り、藤村プロムナード、ほんまち町屋館、小諸市庁舎前 ほか
- 3 内 容**
- ▼飲食店によるフードコート  
こもろん味噌焼そば  
そばイベント
  - ▼地場食材を使用した手づくり加工品の販売  
小諸まちなかマルシェ
  - ▼参加団体によるイベントや出店  
出張ちびっこ動物園
  - ▼同時開催イベント  
北国街道小諸宿 骨董・蚤の市  
こもろ軽トラック市  
KOMORO CARnival(コモロカーニバル)  
などなどイベント多数!
- 《主 催》 信州小諸ふーどまつり連絡会
- 《アクセス》 [お車で] 上信越自動車道「小諸IC」から約10分  
[列車で] JR小海線・しなの鉄道「小諸駅」降りてすぐ

**お問い合わせ先** 小諸商工会議所  
(住 所) 〒384-0025 小諸市相生町3-3-12  
(電 話) 0267-22-3355 (FAX) 0267-23-9030  
(URL) <http://www.kcci.komoro.org/>  
(E-mail) [kcci@komoro.org](mailto:kcci@komoro.org)



## ツリーフレンドシップフェスティバル

ロープで木登りが出来るツリーイングやチェーンソーカービングの他、フック&リング遊びやツリーモックを使ったアクティビティーを体験できます。期間中はふれあい動物園もやってきます。

また、ツリーマスタークライミングアカデミーの全国大会を、一般者参加型で開催。会員によるデモンストレーションもご覧いただけます。



- 1 日時** 10月6日(土)13時～16時、7日(日)10時～16時、8日(月・祝)10時～14時
- 2 会場** 国営アルプスあづみの公園 堀金・穂高地区  
駐車場1000台(無料)
- 3 入場料** 大人450円 65歳以上210円 中学生以下無料 \*体験によって料金が発生する場合があります。
- 4 内容**
- ◎ツリーイング体験
  - ◎チェーンソーカービング実演&体験(無料)
  - ◎ロープワーク教室
  - ◎ブーメラン教室
  - ◎ドリームキャッチャーづくり
  - ◎ツリーモックキャッチ(無料)
  - ◎ふれあい動物園(無料)
- 【10月7日・10月8日】**
- ◎アルクマが公園にやってくる!  
アルクマのふわふわ遊具が登場します。(無料)

- 《主催》** 国営アルプスあづみの公園 堀金・穂高地区
- 《アクセス》** [お車で] 長野自動車道 安曇野ICより車で約20分  
[列車で] JR大糸線 豊科駅または穂高駅よりタクシーで約15分

- お問い合わせ先** アルプスあづみの公園 堀金・穂高 管理センター  
(住所) 〒399-8295 長野県安曇野市堀金烏川33-4  
(電話) 0263-71-5511 (FAX) 0263-71-5512  
(URL) <http://www.azumino-koen.jp>  
(E-mail) <https://www.azumino-koen.jp/contact/form.php?to=park>



## 高遠「しんわの丘ローズガーデン」秋のバラ祭り

高遠「しんわの丘ローズガーデン」は、遠くに中央アルプス、眼下に高遠町の街並みを望む自然と調和した公園です。標高が高いので(825メートル) 様々な品種が長い期間楽しめます。澄んだ青空のもとに咲く秋のバラは、小ぶりながらも色鮮やかに咲き、香りも強く感じます。初夏とはひと味違った落ち着いた雰囲気の内園を歩けば、心が解放される心地よさ。休憩施設と展望デッキをそなえ、スロープもありますので車イスでも散策が楽しめます。



- 1 日時** 10月6日(土)～8日(祝・月) 9時～16時
- 2 会場** 高遠「しんわの丘ローズガーデン」  
(ペット入園可:リードを1m程度に短くし、フンは飼い主の責任でお願いします)
- 3 入場料** 無料
- 4 内容** ▼麓のバラ茶屋(10時～15時)  
▼バラの育て方なんでも相談など  
※イベント内容は変更になることがあります。
- ・傾斜地にあり坂道が多い庭園です。歩きやすい靴、服装でお出かけください。

- 《主催》 高遠「しんわの丘ローズガーデン」バラ祭り実行委員会
- 《アクセス》 [お車で] 中央道「伊那IC」より約30分  
[列車で] JR飯田線「伊那市駅」よりバスで約25分  
「高遠駅」下車徒歩約15分

- お問い合わせ先** 高遠「しんわの丘ローズガーデン」バラ祭り実行委員会事務局  
(住所) 〒396-0211 長野県伊那市高遠町西高遠1806  
(電話) 0265-94-2556 (FAX) 0265-94-3697  
(URL) <https://inashi-kankoukyoukai.jp/>  
(E-mail) [t-knk@inacity.jp](mailto:t-knk@inacity.jp)



## 第32回全国日曜画家中部日本展

今年で32回目を迎える画家展です。関東・東海地区を中心に全国の日曜画家の作品がここ信州木祖村に集まります。今年も第1回からの特賞、知事賞の展示を同時開催予定！  
木祖村の紅葉とともに秋の芸術作品を楽しみにお出かけ下さい。



- 1 日 時** 10月6日(土)～14日(日) 9時～17時(最終日は16時まで)
- 2 会 場** 木祖村 社会体育館(長野県木祖村藪原1191-1) 木祖村役場 隣
- 3 内 容** 全国の日曜画家の方の作品展覧会です。  
今年も長野県知事賞、木祖村長賞をはじめ、新聞社、テレビ放送会社・企業を含む多くの賞の作品が展示されます。  
また、第1回からの歴代特賞、知事賞を展示予定！！  
木曾美術会の展覧会も同時開催します！  
6日には審査員の先生によるギャラリートークを開催します(参加費無料)  
木曾の紅葉を楽しみながら、絵画展へお出かけして秋の芸術に触れてみてはいかがでしょうか。

- 《主 催》** やぶはら高原イベント実行委員会
- 《アクセス》** [お車で] 中央自動車道「伊那IC」から国道361号線経由で約35分  
長野自動車道「塩尻IC」から国道19号線経由で約40分
- [列車で] JR中央西線「藪原駅」より徒歩10分  
(中山道藪原宿周辺 木祖村役場 隣)

- お問い合わせ先** やぶはら高原イベント実行委員会事務局(木祖村役場商工観光課内)
- (住 所) 〒 399-6201長野県木曾郡木祖村藪原1191-1
- (電 話) 0264-36-2766 (FAX) 0264-36-3344
- (URL) <http://www.vill.kiso.nagano.jp/kankou/nichiyou/nichiyou.html>
- (E-mail) [yabuhara-event@kisomura.com](mailto:yabuhara-event@kisomura.com)



## 第13回信州大芝高原 イルミネーションFestival

信州大芝高原全体をフィールドに、秋のイルミネーションFestivalを実施します。保育園児や小学生、企業などが思い思いに電飾を飾り付け。趣向を凝らした作品が数多く観られます。

期間中には飲食店ブースも出店する他、休日には様々なイベントを開催する予定です。なお、今年には新たに、ハロウィン仮装パレードを実施します。



- 1 日時 10月6日(土)～27日(土) 18時～22時
- 2 会場 南箕輪村 大芝高原  
(※周辺に駐車場あり)
- 3 入場料 無料
- 4 内容 ▼期間中イベント  
 ・味コーナー(飲食出店) ※平日は営業しないお店もあります  
 ・おとめ神社:絵馬と賽銭  
 ▼その他のイベント  
 ・10/6(土) 18時～ オープニングセレモニー  
 ・10/13(土)、20(土)、27(土) 18時～ スタンプラリー  
 ・10/14(日) 18時～ ハロウィンイベント  
 ※ その他、音楽イベント等あり

《主催》 信州大芝高原イルミネーションフェスティバル実行委員会  
 《アクセス》 [お車で] 中央自動車道「伊那IC」から約10分  
 [列車で] JR「北殿駅」よりタクシーで約15分

お問い合わせ先 実行委員会事務局(南箕輪村商工会)  
 (住所) 〒399-4511 長野県上伊那郡南箕輪村4809-1  
 (電話) 0265-72-6265 (FAX) 0265-72-6219  
 (E-mail) mmms2@valley.ne.jp



## こだまの森 秋の感謝祭（収穫祭）

木祖村の秋の味覚がこだまの森に大集合！  
 当日は地元で採れた野菜の販売、キノコ汁の無料配布のほかに、間伐材を利用した射的体験などを行います！！  
 ぜひ、木祖村の秋を楽しみにお出かけください。



- 1 日 時** 10月7日(日) 10時～15時
- 2 会 場** 木祖村 こだまの森(長野県木曾郡木祖村小木曾3362)  
 ※駐車場 無料
- 3 内 容** 木祖村で採れた野菜がこだまの森に大集合！  
 当日振舞われる「キノコ汁」は大人気です！！  
 また、今年度は間伐材を活用した射的体験を開催する予定です！  
 田舎らしい秋の木祖村を楽しみにお出かけください。

- 《主 催》 木祖村 こだまの森
- 《アクセス》 [お車で] 長野自動車道「塩尻IC」から国道19号線経由で約50分  
 中央自動車道「伊那IC」から国道361号線経由で約40分  
 [列車で] JR[藪原駅]より村営バスひまわり号で26分

- お問い合わせ先** 木祖村役場 商工観光課  
 (住 所) 〒399-6201 長野県木曾郡木祖村藪原1191-1  
 (電 話) 0264-36-2001 (FAX) 0264-36-3344  
 (URL) <http://www.vill.kiso.nagano.jp/kankou/indexhtml>  
 (E-mail) [kankou@kisomura.com](mailto:kankou@kisomura.com)



## 第35回 南アルプスふるさと祭り

”長谷ならではの”地元グルメが楽しめる恒例の「南アルプスふるさと祭り」を開催します。  
 地域の特色を生かした「食」をメインにしたお祭りで、長谷鍋(猪鍋)、ローメン、そば、イワナなど里山の秋を感じる地元グルメが味わえる屋台や、地場特産品を販売します。  
 会場内ステージでは地元小学生による『讃歌—長谷』、中学生による南アルプス太鼓の披露など、大変賑やかに開催します。  
 また夜は毎年大好評の花火大会が行われ、美和の湖にこだまする迫力ある花火をぜひお楽しみください。



<b>1 日時</b>	10月7日(日) 12時～19時	
<b>2 会場</b>	美和湖公園(伊那市長谷黒河内)	
<b>3 内容</b>	12:00～ 開会セレモニー・子供神輿	15:50～ よさこい音頭
	13:00～ 消防音楽隊演奏	16:15～ フリーステージ
	13:40～ 『讃歌—長谷』	16:45～ ビンゴ大会
	14:05～ 南アルプス太鼓	17:30～ 花火大会
	14:35～ チアリーディングダンス	
	15:05～ ざんざ節・キンニョンニョ	
	15:20～ ふるさとはせコンサート	

※内容・日程は変更になる場合があります。

《主催》 第35回南アルプスふるさと祭り実行委員会  
 《アクセス》 [お車で] 中央自動車道「伊那IC」から約45分  
 [列車で] JR「伊那市駅」よりタクシー約40分(美和湖公園)

**お問い合わせ先** 伊那市長谷総合支所 山岳高原観光課内  
 南アルプスふるさと祭り実行委員会  
 (住所) 〒396-0402伊那市長谷溝口1394番地  
 (電話) 0265-98-3130 (FAX) 0265-98-2029  
 (URL) <https://inashi-kankoukyoukai.jp/>



## 北アルプスアースディマルシェ

秋のアルプスあづみの公園では、「北アルプスアースディマルシェ」を開催致します。  
クラフトマルシェ&フリーマーケット&音楽を楽しむことができる、多国籍文化のフェスティバルです。  
中学生以下は入園無料ですので、ぜひお気軽にご参加ください。  
(クラフト体験料は別途必要です)



- 1 日 時** 10月7日(日)～8日(月・祝) 9時30分～16時
- 2 会 場** 国営アルプスあづみの公園「大町・松川地区」
- 3 入 場 料** 大人(15歳以上)450円、小人(小中学生)無料、シルバー(65歳以上)210円
- 4 内 容** クラフトマルシェ&フリーマーケット&音楽を融合させたイベントで、異国の文化も取り入れながら、秋に多国籍文化を感じることができるフェスティバルです。

- ◇開催日:10月7日(日)・10月8日(月・祝)  
◇時 間:9:30～16:00  
◇場 所:入口広場  
◇参加費:無料(クラフト体験料は別途必要です)

- 《主 催》 アルプスあづみの公園管理センター【大町・松川地区】
- 《アクセス》 [お車で] 長野自動車道「安曇野IC」から約40分  
[列車で] JR大糸線「信濃大町駅」または「信濃松川駅」よりタクシー約15分  
JR大糸線「信濃大町駅」より「ぐるりん号」南コースで約13分

- お問合わせ先** アルプスあづみの公園(大町・松川)地区管理センター  
(住 所) 〒398-0004 長野県大町市常盤7791-4  
(電 話) 0261-21-1212 (FAX) 0261-21-1214  
(URL) <http://www.azumino-koen.jp/>  
(E-mail) [yuhei-ono@prfj.or.jp](mailto:yuhei-ono@prfj.or.jp)



## 5週連続！ぶっとおし そば三昧

今年もやります。5週連続！ぶっとおし そば三昧！

「信州そば 発祥の地」として名を馳せる伊那市では、今年も5週連続でそばイベントを開催します。伊那市に古くから伝わる伝統の「行者そば」や「高遠そば」を、紅葉のなかでご賞味ください。

会場は週ごとに変わるので、ぜひ全会場の完全制覇にチャレンジしてみたいはいかがでしょうか。

また市内のそば店では「そばスタンプラリー」も同時開催します。イベントの後にはそば店巡りを楽しんで、ステキな賞品をゲット！！



- 1 日 時** 10月14日(日)・20日(土)・21日(日)、10月27日(土)～11月4日(日)・11日(日)
- 2 会 場** 伊那市内各地
- 3 内 容**
- 第32回行者そば祭り 10月14日(日) 10:00～14:30  
伊那市荒井区 内の萱スポーツ公園
  - 第7回信州伊那の新そばまつり 10月20日(土)・21日(日) 10:00～15:00  
みはらしファーム
  - 山麓一の麺街道フェスタ2018 in伊那 10月27日(土)・28日(日) 10:00～15:00  
高遠城址公園内特設会場
  - 「高遠そば」新そばまつり 10月27日(土)～11月4日(日) 10:00～14:00  
高遠城址公園内高遠閣
  - 西春近新そば&きのご祭り 11月11日(日) 9:30～15:00  
伊那スキーリゾートきのこ王国

《主 催》 各そばまつり実行委員会

《アクセス》 [お車で] 中央自動車道「伊那IC」から約20～30分  
中央自動車道「小黒川スマートIC」から約10～30分  
[列車で] JR飯田線「伊那市駅」よりタクシー約20分～30分

**お問い合わせ先** 信州そば発祥の地 伊那 そば振興会（伊那市役所観光課内）  
（住 所） 長野県伊那市下新田3050番地  
（電 話） 0265-78-4111(代) (FAX) 0265-78-4131  
（URL） <https://www.inashi-kankoukyoukai.jp/>  
（E-mail） knk@inacity.jp



## もみじ湖紅葉祭

清流と湖畔を染める1万本のもみじが楽しめるもみじ湖の紅葉と、もみじのトンネルを幻想的に照らし出すライトアップをお楽しみいただけます。期間中は地元の工芸品やお菓子、農産物等を販売するお店も立ち並びます。

ライトアップ鑑賞後は、もみじ湖下の樽尾沢キャンプ場で一泊したり、美人の湯として知られるみのわ温泉「ながたの湯」でポカポカ、お肌すべすべになりましょう。



- 1 日時** 10月20日(土)～11月11日(日)
- 2 会場** もみじ湖 周辺  
ライトアップ会場:末広広場 売店:竹の尾広場
- 3 入場料** 無料
- 4 内容** もみじ湖の美しい紅葉と、もみじのトンネルの並木道など、1万本のもみじの紅葉をお楽しみいただけます。

- ・ライトアップ 17時～21時  
もみじ湖の近くの末広広場で、ライトアップしたもみじの並木道を散策できます。夜間は冷え込みが予想されますので暖かい格好でお越しください。

- 《主催》 箕輪町観光協会
- 《アクセス》 [お車で] 中央道「伊北IC」から車で30分  
[列車で] JR「伊那松島駅」からタクシーで25分

- お問い合わせ先** 箕輪町観光協会  
(住所) 〒399-4695 長野県上伊那郡箕輪町大字中箕輪10298  
(電話) 0265-79-3111 (FAX) 0265-79-0230  
(URL) <http://www.town.minowa.lg.jp>  
(E-mail) [kankou@town.minowa.lg.jp](mailto:kankou@town.minowa.lg.jp)



## 小諸城址懐古園 紅葉まつり

日本百名城のひとつ、紅葉の名所「小諸城址懐古園」で開催します。  
 苔むした石垣の緑と黄、橙、朱に染まる紅葉した園内のケヤキやモミジ、カエデなどの樹々とのコントラストをお楽しみください。



- 1 日時** 10月20日(土)～11月18日(日)
- 2 会場** 小諸城址懐古園
- 3 入場料** 共通券:大人500円、小人200円 散策券:大人300円、小人100円
- 4 内容**
- 期間中に開催予定のイベント
- ▼第53回東信菊花展  
10月中旬～11月上旬  
9:00～17:00 園内馬場にて
  - ▼小諸センゴク甲冑隊による甲冑野点(のだて)  
11月4日(日)、11日(日)  
10:00～15:00 園内あずま屋にて  
一服 500円
  - ▼草笛教室  
期間中の日曜日  
13:00～15:00 園内あずま屋にて
  - ▼こもろ観光ガイド協会 ボランティアガイドによる園内ガイド  
10月20日(土)、21日(日)  
10月27日(土)～11月11日(日)  
11月17日(土)、18日(日)  
10:00～12:00、13:00～15:00 三の門前集合
  - ▼「信州・小諸フォトコンテスト入選作品」展示  
期間中毎日  
9:00～16:00 園内武器庫にて
  - ▼藤村記念館 開館60周年記念演奏会  
10月28日(日)  
10:30～、13:30～ 藤村記念館にて などなどイベント多数予定

- 《主催》 小諸市懐古園事務所
- 《アクセス》 [お車で] 上信越自動車道「小諸IC」から約5分  
 [列車で] JR小海線・しなの鉄道「小諸駅」より徒歩約3分

- お問い合わせ先** 小諸市懐古園事務所
- (住所) 〒384-0804 小諸市丁311  
 (電話) 0267-22-0296 (FAX) 0267-25-0296  
 (URL) <http://www.city.komoro.lg.jp/category/institution/kouen/kaikoen/>  
 (E-mail) [kaikoen@city.komoro.nagano.jp](mailto:kaikoen@city.komoro.nagano.jp)



## 第31回信州須坂大菊花展 菊まつり

須坂の秋の風物詩であり、秋を彩る恒例イベント！  
今年で第31回を迎える信州須坂大菊花展を開催いたします。  
三本立てや懸崖作りなど、500鉢余りの見事な菊が会場を彩ります。圧倒的な菊庭園やユニークな造形菊に目を奪われてしまいます。  
丹精こめて育てられた菊をご覧ください。大勢の皆様のお越しをお待ちしております。



- 1 日時 10月25日(木)～11月12日(月) ※12日は12時終了  
2 会場 臥竜公園内特設会場  
3 内容 今年で31回を迎える県内最大級の菊まつり！

### 【出展作品(予定)】

- 福助菊(頭でっかちの福助を連想させる菊)
- 懸崖菊(崖から滝が流れ落ちるように仕立てる)
- 千輪咲き(1株の苗を何回か摘心し、100～500個の花が咲く)
- 大作り菊(1株から数十本の大輪の花が咲く)
- 9鉢花壇(9鉢すべて異なる品種で構成された花壇)など

- 《主催》 信州須坂大菊花展実行委員会  
《アクセス》 [お車で] 上信越自動車道「須坂長野東IC」より約10分  
[列車で] 長野電鉄「須坂駅」下車、  
バス10分、タクシー5分、徒歩20分

- お問い合わせ先 実行委員会事務局(須坂市商業観光課)  
(住所) 〒382-0077 長野県須坂市大字須坂1295-1 シルキービル2階  
(電話) 026-24829005 (FAX) 026-248-9041  
(URL) <https://www.city.suzaka.nagano.jp/contents/item.php?id=59630381c9d33>  
(E-mail) [syogyokanko@city.suzaka.nagano.jp](mailto:syogyokanko@city.suzaka.nagano.jp)



## 安曇野スタイル2018

安曇野(安曇野市・池田町・松川村)にはモノづくりや文化的活動を行っている人たちがたくさん暮らしており、その活動を支える催しや文化施設なども多数点在しています。

安曇野に暮らす個性豊かな「人」が集まることによって成り立つ安曇野スタイルもその活動を支える一つです。14回目の今年も安曇野の魅力を伝えるべく、多くの文化人が参加しております。

安曇野を巡り、人に出会い、日々を素敵に彩るひとときを見つけに、是非「安曇野スタイル2018」へお出かけください。



**1 日 時** 11月1日(木)～4日(日) ※時間は会場ごとに異なります。

**2 会 場** 安曇野(安曇野市・池田町・松川村)

(回遊型の催しの為、会場数は複数に及びます)

**3 入場料** 無料会場が多いですが、一部有料の会場もあります。

**4 内 容**

「安曇野スタイル」とは、地図を片手に、ひと・もの巡り  
安曇野スタイルは4日間の期間中、会場を自由に巡る回遊型の催しです。「計画を立てて巡る」、「訪ねた会場で次のおすすめ会場を教えてもらう」、「安曇野散策をしながら気ままに巡る」など、あなたのスタイルで自由に安曇野をお楽しみください。

【内容】

▼特別展示▼工房公開▼ワークショップ

▼子供向けの企画など各会場個性豊かな催しが盛りだくさん！

※場所や時間等の詳細につきましては、安曇野スタイルホームページまたは安曇野市観光情報センターや各会場で配布している「公式ガイドマップ」をご覧ください。

《主 催》 安曇野スタイルネットワーク

《アクセス》 [お車で] 中央自動車道「岡谷JCT」経由 →長野自動車道「安曇野 IC」下車。(以下、目的地会場まで)

[列車で] JR「松本駅」よりJR大糸線・篠ノ井線にて目的地周辺駅で下車。  
※下車する駅の目安として、大糸線は「豊科駅・穂高駅・信濃松川駅」

**お問い合わせ先** 安曇野スタイル2018運営委員会  
(住 所) 〒399-8302 長野県安曇野市穂高北穂高2293-1  
(電 話) 090-5562-1009  
(URL) <http://www.azumino-style.com/>  
(E-mail) [azumino.style2018@gmail.com](mailto:azumino.style2018@gmail.com)



## 第6回信州安曇野新そばと食の感謝祭・農林業まつり

極上の安曇野を味わう。香り高い新そばをおろしたてワサビで楽しむ。  
 豊かな大地と清らかな安曇野の水が育てた、米・リンゴ・野菜・地酒・おやき・スイーツなど「美味しい安曇野」が大集合。  
 合わせて友好都市の産物も大集合。



**1 日 時** 11月3日(土)～4日(日) 10時～16時

**2 会 場** 穂高神社特設会場(北・南神苑及びその周辺)

※このお祭りはそばをメインとして提供するイベントです。そばアレルギーの方はご注意ください。

**3 内 容**

- ・新そば販売(全店共通メニュー もりそば500円)
- ・地元産食材を使った感謝祭特製「信州サーモン丼」、「安曇野林檎ナポリタン」販売予定
- ・野菜スイーツの限定販売(今年のテーマは“ほうれん草”“いちご”)
- ・近隣商工会、地産食材等を使用した食品、加工品の販売
- ・地元農家、農業関係団体、友好都市、地元高校、大学などによる物産販売
- ・安曇野地酒を楽しむ会
- ・駅前通りグルメストリート&マルシェ(移動販売車 軽トラ市等)
- ・3日(土)SBCラジオ「ともラジ」生放送 正午～午後2時
- ・スタンプラリーの開催
- ・安曇野の極上食材を競り落とす「せり市」体験
- ・各種ステージイベント etc

《主 催》 信州安曇野「新そばと食の感謝祭」実行委員会

《アクセス》 [お車で] 長野自動車道「安曇野IC」から約20分  
 ※臨時駐車場より無料シャトルバスをご利用ください。  
 [列車で] JR大糸線「穂高駅」より徒歩3分

**お問合わせ先** 安曇野市商工会  
 (住 所) 〒399-8205 長野県安曇野市豊科4289-1  
 (電 話) 0263-87-9750 (FAX) 0263-72-8491  
 (URL) <http://soba.azumino.biz/>



## 第12回上田城紅葉まつり

第12回を迎える上田城紅葉まつり。今年度は特に食を通じたおもてなしを重点に「信州上田の食がそろい踏み！上田食劇場」として、上田城フードコート、姉妹都市等の観光物産展、ワイン、フルーツ等秋のグルメの提供。特設ステージでは「日本全国 名のある武将隊、ここ上田城に集合」として武将隊イベントや忍者関連ステージイベント、伊賀流手裏剣打選手権大会上田予選開催されます。

また、10月27日(土)から11月4日(日)にはけやき並木の見ごろにあわせてライトアップが実施されます。



- 1 日時 11月3日(土)～4日(日) ※ライトアップは10月27日(土)～11月4日(日)
- 2 会場 上田城跡公園  
駐車場:バスは城跡公園南駐車場、乗用車は城跡公園北駐車場又はお城下駐車場
- 3 入場料 無料
- 4 内容 ●イベント概要
- ・上田食劇場として上田城フードコート
  - ・上田市姉妹都市等の観光物産展
  - ・全国武将隊イベント
  - ・伊賀流手裏剣打選手権大会長野予選
  - ・甲冑着用体験等々

- 《主催》 上田市商工観光部観光課まつり実行委員会
- 《アクセス》 [お車で] 上信越自動車道「上田菅平IC」から約20分  
[列車で] JR「上田駅」より徒歩12分

- お問い合わせ先 上田市商工観光部観光課  
(住所) 〒386-002 長野県上田市大手2丁目8番4号  
(電話) 0268-23-5408 (FAX) 0268-23-7355  
(URL) <https://www.city.ueda.nagano.jp/kanko/event/054.html>  
(E-mail) [kanko@city.ueda.nagano.jp](mailto:kanko@city.ueda.nagano.jp)



## 仁科神明宮新嘗祭

農作物の恵みに感謝する式典です。「新嘗(にいなめ)」とは、その年収穫された新しい穀物のことをいい、舞を奉納し、収穫をお祝いする祭祀のことです。



**1 日 時** 11月23日(金・祝) 浦安の舞 13時頃から

**2 会 場** 国宝仁科神明宮

**3 内 容** 毎年11月23日に新嘗祭(にいなめさい)が行われます。  
新嘗祭はその年の収穫祭にあたり、農作物の収穫に感謝する行事です。  
仁科神明宮の厳粛な中にも穏やかな雰囲気の中で行われます。  
地区の女の子が披露する浦安の舞もまた必見です。

《主 催》 国宝仁科神明宮

《アクセス》 [お車で] 長野自動車道「安曇野IC」から車で30分

[列車で] JR大糸線「信濃大町駅」よりタクシーで約15分

JR大糸線「信濃大町駅」より市民バス「ふれあい号」約25分  
または、「ぐるりん号」約25分

**お問い合わせ先** 仁科神明宮社務所  
(住 所) 〒398-0003 大町市社1159  
(電 話) 0261-62-9168  
(URL) <http://www.sinmeigu.jp/>



## 鹿教湯温泉 氷灯ろう夢祈願

鹿教湯温泉の冬の風物詩。氷灯ろう夢祈願は、温泉街から湯端通りをぬけ、五台橋の屋根の下をくぐり文殊堂への46段の階段から薬師堂まで続く氷で作られた「氷灯籠」にロウソクを灯して飾る幻想的なイベントです。

もう一つの屋根付きの橋「寺沢橋」から湯坂を望めば立ち上る湯気が幻想的な雰囲気をいっそう盛り上げてくれます。



**1 日時** 12月27日(木)～1月31日(木) 16時30分～21時頃(ロウソクの灯りが消えます)

**2 会場** 鹿教湯温泉街～文殊堂

駐車場:鹿教湯温泉交流センター駐車場

**3 内容**

- イベント概要
- ・鹿教湯の温泉街～文殊堂までの区間のロウソクによるイルミネーション、幻想的な雰囲気を体験ください。
- ・願いを込めて灯ろうに火を灯しませんか? たいまつで氷灯ろうに点灯したいという方は16:30頃に外湯「文殊の湯」前に集合してください。
- ・露天風呂に入りながら幻想の世界を楽しみたい方は五台橋すぐ近くの「文殊の湯」露天風呂からこの氷灯ろうを眺めることができます。温泉に浸かりながら灯ろうのおりなす幻想的な風景を堪能できます。

《主催》 鹿教湯温泉観光協会

《アクセス》 [お車で] 長野自動車道「松本IC」から約40分 上信越自動車道「東部湯の丸IC」から約40分

[列車で] JR「上田駅」より千曲バス約45分 JR「松本駅」よりアルピコバス50分

JR「上田駅」よりタクシーで約40分 JR「松本駅」よりタクシー約40分

**お問い合わせ先** 鹿教湯温泉旅館協同組合  
(住所) 〒386-0323 長野県上田市鹿教湯温泉  
(電話) 0268-44-2331  
(URL) [http://www.kakeyu.or.jp/event/fuyu\\_tourou.html](http://www.kakeyu.or.jp/event/fuyu_tourou.html)  
(E-mail) [kakeyu@kakeyu.or.jp](mailto:kakeyu@kakeyu.or.jp)

