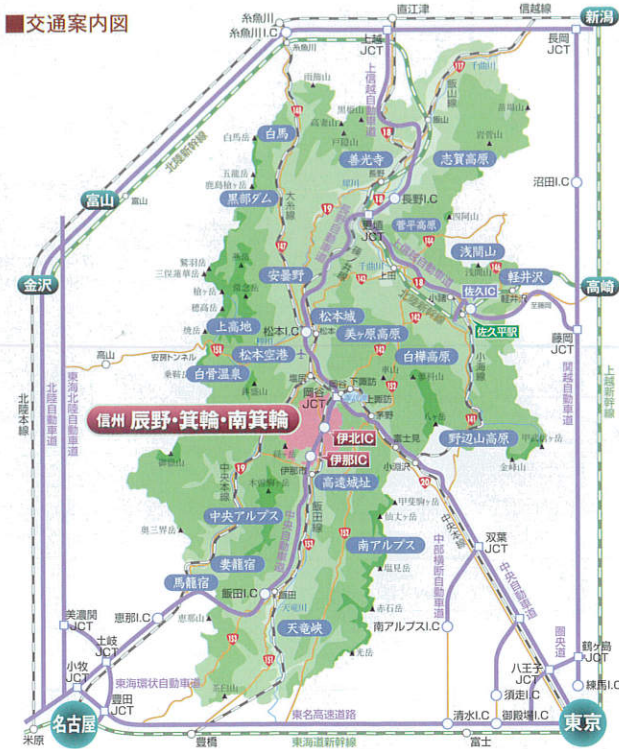


交通案内図



信州伊那[辰野・箕輪・南箕輪]へのお越しは...

- 東京 車 / 中央自動車道経由約3時間 - 伊北IC
JR / 中央本線 - 飯田線経由約3時間
名古屋 車 / 中央自動車道経由約2時間30分 - 伊那IC
JR / 中央本線 - 飯田線経由約3時間
大阪 車 / 中央自動車道経由約5時間 - 伊那IC
JR / 中央本線 - 飯田線経由約4時間

交通情報

- 辰野町 ●辰野タクシー ☎0266-41-1125
●辰野駅 ☎0266-41-0204
●町営バス川島線・町営バス飯沼線 ☎0266-41-1111
箕輪町 ●みのわタクシー ☎0265-79-2455
●伊那松島駅 ☎0265-79-2024
●みのちゃんバス(町内7コース)平日のみ運行 ☎0265-79-3111
南箕輪村 ●まっくんバス(村内循環バス)月~金曜日の運行で1日4回循環 ☎0265-72-2104

お問い合わせは

辰野町・辰野町観光協会

〒399-0493 長野県上伊那郡辰野町中央1
TEL.0266-41-1111(代) FAX.0266-41-4651
箕輪町観光協会 URL / http://kankou.town.tatsuno.nagano.jp

箕輪町・箕輪町観光協会

〒399-4695 長野県上伊那郡箕輪町大字中箕輪10298
TEL.0265-79-3111 FAX.0265-79-0230
南箕輪村観光協会 URL / http://www.minowa-town.jp/kankou/

南箕輪村・南箕輪村観光協会

〒399-4592 長野県上伊那郡南箕輪村4825-1
TEL.0265-72-2176 FAX.0265-73-9799
E-mail : syoukou-c@vill.minaminowa.nagano.jp

祭り・イベント

- 中曽根の獅子舞 1月の第2日曜日
荒神山公園さくら祭り 4月上旬~5月上旬
神戸 水仙祭り 4月上旬
無量寺 阿弥陀如来座像ご開帳 4月25日・12月31日
泥地フラッグス世界大会 5月上旬
経ヶ岳パーティカルリミット 5月中旬
田畑半沢のほたるまつり 6月中旬
辰野ほたる祭り 6月中旬
どろん田バレーボール日本大会 7月中旬
箕輪南宮神社 鹿頭祭り 7月第2又は第3日曜日
べとリンピック 8月上旬
南小河内おさんやり 8月14日~16日
大芝高原まつり 8月下旬
上古田 赤そば花まつり 9月下旬~10月上旬の土日
南みのわ農産物フェア 10月中旬
信州大芝高原イルミネーションフェスティバル 10月上旬~下旬
辰野町イルミネーションイベント「冬のほたる」 11月上旬~12月下旬
イルミネーションフェスタ☆みのわ 7月下旬~9月中旬



荒神山公園さくら祭り



中曽根の獅子舞



泥地フラッグス世界大会



無量寺 阿弥陀如来座像



箕輪南宮神社 鹿頭祭り



辰野ほたる祭り



大芝高原まつり



どろん田バレーボール日本大会



南小河内おさんやり



イルミネーションフェスタ☆みのわ



しだれ栗森林公園

キャンプ場

- しだれ栗森林公園 4月~11月(予約は通年受付)
蛇石キャンプ場 4月~11月
ながた自然公園 4~11月
萱野高原キャンプ場 5~10月
みのわダムキャンプ場 4月~11月
大芝高原キャンプ場 4月上旬~10月下旬

まだまだある観光スポット



ほたる童話公園 [辰野町]
自然とふれあいながら、のびのび遊べる自然公園。小川や池のある小さな生き物ゾーン、散策したり遊具で遊べる広場など、楽しみ方いろいろ。



矢彦神社 [辰野町]
信濃国二之宮として知られ、社叢は県天然記念物、境内の建造物5棟は県指定されています。



箕輪町郷土博物館 [箕輪町]
地域の歴史や文化を伝える資料を民俗、自然、考古・歴史、美術の4つの構成で展示。



福与城跡 [箕輪町]
天文年間における武田春信の侵襲に際し、藤沢頼親が伊那と力衆と共に激しい攻防戦を繰り広げた場所とされています。



愛の鐘 [南箕輪村]
大芝高原内の大芝湖畔に立つ愛の鐘は、静岡県伊豆市土肥の恋人岬にある愛の鐘と姉妹の鐘で、好きな人と3回鳴らすと恋が実るといわれています。

信州伊那谷北部の旅

ほつとすする



信州 [辰野・箕輪・南箕輪]

エリアマップ

信州伊那谷は日本のほぼ中央に位置する盆地で、中央アルプス、南アルプスに囲まれ、中央に天竜川が流れる、豊かな自然に抱かれた景勝地です。その伊那谷の北端から、南北に連なっているのが、辰野町、箕輪町、南箕輪村。時にはコトコト電車でゆられながら、時には爽快なドライブで、いつでもお出かけください。すてきな出会いと新しい感動が待っています。



- 凡例
- 主要観光地
 - その他の施設
 - 🏠 宿泊施設
 - 🏕️ キャンプ場
 - ♨️ 温泉
 - 🍁 紅葉の名所
 - 🎓 学校
 - 🏢 市町村役場
 - 👮 警察署
 - 📮 郵便局
 - 🏥 病院
 - 🚦 信号
 - 🏔️ 山



三級の滝

経ヶ岳

南箕輪村から見た経ヶ岳

信州大芝高原 森林セラビロード

横川の蛇石 (国天然記念物)

横川渓谷

かやぶきの館

箕輪町

南箕輪村

辰野町

岡谷市

伊那市

塩尻市

ぽかぽか、つるつる

美人美肌の湯が勢揃い。この地にきたら、どこの温泉に入っても、帰りはつるつる、ぽかぽか、そして、びっぴかびかの美人さん。今日はどの湯につかうか…

信州【辰野・箕輪・南箕輪】



温泉

大芝の湯【南箕輪村】 B-4

森を眺めながら森林浴気分がたっぷりリフレッシュできる日帰り温泉浴場。弱アルカリ性の温泉は「つるつる美肌」にも効能豊か。大浴場、源泉ミルキーバス、露天風呂、ジャグジーバス、家族風呂、サウナなど完備するほかやさしいバリアフリー設計も施され、地元の人はもちろん、観光客にも高い人気を誇ります。泉質：弱アルカリ性低張性高温泉 ☎0265-76-2614 / 毎週木曜日

みのわ温泉 ながたの湯【箕輪町】 B-3

ながた自然公園併設の日帰り温泉。大きな窓からは南アルプスを望み、サウナ、大浴場、露天風呂、超音波風呂などがあり、お肌がつるつるになる美人美肌の湯と評判も高い人気の天然温泉です。お休み処や食堂もあり、一日のんびりくつろげます。泉質：ナトリウム炭酸水素塩泉 ☎0265-70-1234 / 毎週火曜日



みのわ温泉 ながた荘【箕輪町】 B-3

昔懐かしい古民家風の造りながら洗練さを感じるレトロモダンな宿。眺望抜群のお部屋、レトロな趣のお部屋などを各種選ぶことができます。朝晩の入替制の大浴場で異なる風情を満喫してみるのもおすすめです。日帰り宴会にも好評です。和10室/和洋5室 泉質：ナトリウム炭酸水素塩泉 ☎0265-79-2682 / 毎週2・4火曜日

スポーツ&リゾートホテル 大芝荘【南箕輪村】 B-4

広大な森林に囲まれた信州大芝高原のホテル。広々とした客室、大浴場、露天風呂など、どこからでも四季折々の自然を満喫できます。研修センターや、合宿に最適なフォレスト大芝、森のコテージも人気です。和9室/洋6室 泉質：単純温泉 ☎0265-76-0048



たつのパークホテル【辰野町】 B-2

荒神山に建ち、ヨーロッパの古城を思わせるような外観が印象的なホテル。源泉掛け流し温泉と信州の幸をふんだんに使ったお料理が自慢で、温泉はアトピーなど慢性皮膚炎にも効能がある美人の湯として評判です。眺望が自慢の露天風呂からは、春の桜や冬のイルミネーション、四季折々の豊かな風景が広がり眺望抜群。日帰り入浴も可能です。和室17室、洋室5室、和洋室2室(バス付) 泉質：ナトリウム炭酸水素塩泉 ☎0266-41-2001



宿泊情報

- | | | |
|---|---|--|
| たつのパークホテル B-2
〒399-0425 辰野町沢底2396-20
☎0266-41-2001 | 藪田グリーンファーム(民泊) A-2
〒399-0423 辰野町沢底836
☎0266-41-0686 | 伊那プリンスホテル B-3
〒399-4601 箕輪町大字中箕輪8288-1
☎0265-79-0088 |
| かやぶきの館 C-2
〒399-0511 辰野町横川2766
☎0266-44-8888 | 辰野町民泊研究会
〒399-0512 辰野町大字上島448-1
☎0266-47-5305 | スポーツ&リゾートホテル 大芝荘 B-4
〒399-4511 南箕輪村2358-5
☎0265-76-0048 |
| エルボン辰野 B-2
〒399-0424 辰野町赤羽169-1
☎0266-44-1100 | みのわ温泉 ながた荘 B-3
〒399-0461 箕輪町大字中箕輪3733-18
☎0265-79-2682 | ホテルルートイン伊那インター B-4
〒399-4511 南箕輪村8293-1
☎0265-71-4411 |
| ダイニング旅館みのわ屋 B-2
〒399-0421 辰野町下辰野1794
☎0266-41-0032 | ビジネス旅館ふきはら B-3
〒399-4601 箕輪町大字中箕輪9977-1
☎0265-79-2426 | 旅館おみつ B-4
〒399-4511 南箕輪村7674-1
☎0265-78-2738 |
| 湯にいくセンター【辰野町】 B-2
荒神山の南側に位置する日帰り温泉施設。筋肉痛や打ち身、くじきなどによく効く、スポーツや日頃の疲れを解きほぐしてくれます。ゆっくり休憩できる和室もあります。泉質：ナトリウム炭酸水素塩泉 ☎0266-41-5555 / 毎月第2・4・5火曜日 | 旅館寿 B-3
〒399-4601 箕輪町大字中箕輪9973-3
☎0265-79-2214 | ホテル多香野 B-4
〒399-4511 南箕輪村8304-246
☎0265-78-8784 |
| 柳屋(民宿) B-1
〒399-0512 辰野町上島2482
☎0266-43-0353 | ますや旅館 B-3
〒399-4601 箕輪町大字中箕輪12564
☎0265-79-2043 | 大和里農園(農家民宿) B-4
〒399-4511 南箕輪村6439
☎0265-72-1057 |
| 月のもり(民宿) C-2
〒399-0511 辰野町横川394-1
☎0266-44-8558 | | |

信州【辰野・箕輪・南箕輪】



食



農産物直売所 にこりこ【箕輪町】 B-3

地元の採れたて野菜や花など、みずみずしい農産物が、安全・安心・安価で購入できる直売所。店の一角の喫茶スペースでは、季節に応じた7種類のジェラートが味わえます。☎0265-70-6858 / 毎週2・4火曜日



ファーマーズ あじ〜な【南箕輪村】 B-4

上伊那最大級の生産者直売所。農家の方々から運び込まれた野菜や果物など、新鮮な食材で店内はにぎわう。店頭で地元米の精米も行っており、一年中新米のおいしさを楽しめる。☎0265-78-0701



夜明け前【辰野町】 B-1

元治元年(1864)創業以来手作りの伝統を守り守りてきた小野酒造の銘酒。上品な米の旨味と高い香り、すっきりと切れのよい味わいが全国でも人気。☎0266-46-2505



もみじ湖夢ワイン【箕輪町】 B-3

農業の活性化を目的に住民有志グループが、ブドウの栽培からはじめ、こだわり抜いたオリジナルワイン。ここでしか味わえないプレミアム品をぜひ旅のおともに。☎0265-79-3111



いも焼酎みのわ【箕輪町】 B-1

地元産のサツマイモ黄金千貫を原料にした「コガネセンガン」、紅あずまを原料にした「ベニアズマ」。臭みがなく、甘くてまろやかな飲み心地が女性にも好評です。☎0265-79-3111



まつぶさワイン【箕輪町】 B-3

初秋に紫黒色の実をつける「まつぶさ」の果汁を100%使用したワインです。透明感ある深く鮮やかな赤色で、名前の由来ともいわれているほのかな松の香りが楽しめます。☎0265-79-3111

体験



かやぶきの館【辰野町】 C-2

かやぶきの館は、日本一ネットでも認定された高さ13m、横43m、約400坪の日本一大きなかやぶき屋根の館です。宿泊のほか、日帰り風呂や手打ちそばを楽しむことができ、秋にはマツタケなど地元特産品も購入できます。そば打ち、おやき作り、草木染めなどのふるさと体験も好評です。☎0266-44-8888

グルメ

ここでしか味わえない、絶品のおいしさをぜひ！



にこりこキッチンたべりこ【B-3】

手打ちの赤そばや地元の新鮮野菜を使ったビュッフェスタイルのレストラン。四季の味がお楽しみいただけます。☎0265-98-9101



大芝高原 味工房【B-4】

地元でとれた新鮮な野菜や食材を贅沢に使った手作りパン、おやき、みそ、ジェラート等を販売。遊んだ後の休日に、併設の足湯もおすすめです。☎0265-76-0054



ジェラート【B-4】

新鮮な地元のミルクをたっぷり使った濃厚な味わいが人気。定番人気のチョコチップ、パナコ、抹茶味のほか、旬の食材を使った季節のメニューが充実しています。☎0265-76-0054



信州そば【B-4】

冷涼な気候風土と澄んだ空気、清らかな水に育まれた信州そばの味は格別。各町村で、お店ごとに風味や喉ごし、つゆなど特徴あるおいしさが堪能できます。期間限定の箕輪町名物赤そばもおすすめです。☎各町村役場・観光協会まで



おやき【C-2】

かやぶきの館で毎日手作りされているおやきは、切り干し大根、野沢菜、あんこなど、どれもふっくら美味しく人気があります。おやき作りの体験もできます。☎0266-44-8888



ほたる丼【C-2】

香ばしく焼いた地鶏に特製のタレをかけた地鶏照り焼きに、たまごと野菜をトッピングした丼。野菜を華やかに、卵を町のシンボルであるほたるの光に見立てています。☎辰野町観光協会事務局 ☎0266-41-1111

さあ、思い切り深呼吸

どこか懐かしく、どこまでも心地よい自然がいっぱい。空にぐっと手を伸ばし、澄んだ空気を吸い込んだら、さあ、元気の種まきに出発です。

自然

あの感動をもういちど

脈々と受け継がれ、大切に守られてきた歴史、自然、文化。派手さもなくとも、心にしみる美しい感動が待っています。もういちど、何度でも、気がつけば今年もまた...

横川溪谷【辰野町】 C-2

中央アルプス経ヶ岳に源を発する清流と原始林が織りなす美しい渓谷。緑や紅葉など季節の彩りはもろろんのこと、川底を這うように横たわる奇岩、国指定天然記念物の「蛇石」、高さ50mの三級の滝など絶景奇景が見物。美しさと野趣が堪能できるスポットです。



しだれ栗森林公園【辰野町】 B-1

国の天然記念物シダレ栗の自生する一帯に設けられた森林公園。贅沢な自然の中でキャンプ場、パターゴルフ場など、好みに合わせて思い思いのアウトドアが楽しめます。



萱野高原【箕輪町】 A-3

南・北・中央アルプスの山並みと伊那谷を一望できる、標高1,200mの景勝地。キャンプ場やハイキングコースがあり、夕景は県内有数の美しさで有名です。



赤そば【箕輪町】 B-3

9月下旬～10月上旬、日本では珍しい赤そばの花が、東京ドームほどもある広大な畑を彩ります。この赤そばは、ヒマラヤ原産の赤そばを持ち帰り品種改良した「高嶺ルビー2011」という希少品種。観て美しく、食べておいしいのが魅力。



キャンプ【辰野町・箕輪町・南箕輪村】

自然豊かな伊那谷には、家族と、仲間と、のびのび過ごせるキャンプ場が点在しています。涼しい木陰で、広い芝の上で、清らかな流れの横で、満天の星空の下で...、キャンプ、オートキャンプ、バンガローなど思い思いのキャンプライフが待っています。



箕輪ダムもみじ湖【箕輪町】 A-3

湖畔には約1万本のもみじが植えられ、秋には美しい紅葉が楽しめます。周辺には公園や広場、キャンプ場もあり、上流は溪流釣りの好適地として知られています。10月下旬～11月上旬



ヘブンリーブルーの畑【箕輪町】 B-3

ヘブンリーブルーは、別名「天上の青」といわれる爽やかな空色が魅力的な西洋アサガオです。地域農家の有志グループによって大切に育てられ、多くの写真愛好家が訪れます。8月下旬～9月下旬



信州大芝高原【南箕輪村】 B-4

東京ドーム32個分の広大な自然の中、キャンプ場やアスレチック、テニスコート他各種スポーツ施設、温泉、宿泊施設等がそろい一日楽しめます。公園の南側に位置する「みんなの森」には遊歩道が整備されており、アカマツやヒノキの巨木、広葉樹や多くの山野草も見られ、ウォーキングや自然散策に最適。癒しの効果が証明され、森林セラピー®ロードに認定されています。



経ヶ岳【南箕輪村】 標高2,296m C-3

中央アルプスの最北端にあり、南箕輪村の飛地に位置する。木々が美しく、岩場が少ないため歩きやすく、登山コースとしても人気です。



小野宿【辰野町】 B-1

伊那(三州)街道、初期中山道の宿町として栄えました。今でも街道沿いには歴史を感じさせる建物が保存され、往時の栄華と繁栄がしのべられます。



新四国霊場【南箕輪村】 B-4

松林寺裏の林中にあるお四国様。江戸時代に四国八十八カ寺の本尊を安置したもので、石仏群が老木の下に穏やかにたたずむ姿は、人々に安らぎを与えてくれます。



古田人形芝居【箕輪町】

長野県選択無形民俗文化財に指定されている古田人形芝居。江戸中期から上古田地区を中心に、風よけや豊作を祈る神への奉納として行われたと伝えられています。◎郷土博物館 ☎0265-79-4860



日本中心の標【辰野町】 B-1

町のシンボルである大城山の北方、標高1,277mの鶴ヶ峰にあります。日本の屋根展望台からは南・北・中央アルプス、八ヶ岳連峰などの大パノラマが楽しめます。



イルミネーション【辰野町・箕輪町・南箕輪村】

7月下旬～12月下旬まで、町や村の各所に光のアートが登場します。思い出と感動、つながり、癒し、ストーリー性など、さまざまなテーマで趣向が凝らされた色とりどりのイルミネーションに包まれて、夢のようなひとときを過ごすことができます。

観る



中曽根のエドヒガン桜【箕輪町】 B-3

樹齢1000年を超えるといわれ、県天然記念物に指定されたエドヒガン。樹高約15m、周囲6.7mの巨木の根元には権現さまが祀られていることから、権現桜とも呼ばれています。樹勢がよくととのい、やや小ぎめの花をいっぱい咲かせ、東西の枝で若干色味が違うなど、観る人を楽しませてくれます。



ゲンジボタル【辰野町】 A-2

東日本随一といわれる松尾峡のゲンジボタル。町のシンボルでもあり、初夏には闇夜を彩る光の乱舞が、幻想的な世界を楽しませてくれます。ピーク期の6月中旬頃には、町をあげて「ぼたる祭り」が盛大に開催され、多くの人々に賑わいます。



美空ひばり歌の里【箕輪町】 A-3

美空ひばり芸能生活30周年記念曲「歌の里」は、詩の舞台になった伊那谷で誕生しました。生前をしのぶ貴重な資料が展示されています。☎0265-79-1601



沢底の道祖神【辰野町】 A-2

永正2年(1505)の年号が刻まれ、今でも行き交う人々の守り神として鎮座する日本最古の道祖神。



信州伊那梅苑【箕輪町】 B-3

2つのアルプスを望む、2万3000坪の苑内に、4月～5月にかけて、紅梅、白梅、れんぎょう、しだれ桃、緑の桜が次々と鮮やかな美と香りの饗宴を楽しませてくれます。☎0265-79-4086



大宗館文庫資料【南箕輪村】 B-4

江戸初期から明治にかけての古文書や和書、当時の文人墨客や著名人の書画や浮世絵、また島崎藤村の「夜明け前」の資料も収蔵され、現在は村郷土館に収蔵・展示されています。◎南箕輪村教育委員会 ☎0265-76-7007