

観光・イベントガイド 2025

信州

情報

おでかけ

大桑村 南木曾町 王滝村 木曾町 上松町 木祖村 朝日村 塩尻市 山形村 生坂村 松本市

美ヶ原温泉旅館協同組合
上高地観光アソシエーション

北アルプスエリアと
木曾エリアの
おすすめ観光スポットや
イベント情報が満載!

掲載の情報は
市民タイムス
ホームページからも
ご覧いただけます



市民タイムス
PRESENTS



Event Guide 2025 4月~8月

4月

- 通年/そば打ち体験/パラグライダー浮遊体験【生坂村】
- 4月1日(火)~/野沢沢林間キャンプ場 オープン【朝日村】
- 4月1日(火)~9月30日(火)/ひのきの里上松フォトコンテスト(応募期間)【上松町】
- 4月5日(土)~20日(日)/なごそミツバツツジ祭り【南木曾町】
- 4月8日(火)~6月5日(木)/妻籠宿五月人形【南木曾町】
- 4月12日(土)/木曾福島三蔵合同蔵開き【木曾町】
- 4月19日(土)/夜桜まつり【大桑村】
- 4月20日(日)/大城・京ヶ倉トレッキングツアー【生坂村】
- 4月25日(金)~27日(日)/小川若宮神社例祭【上松町】
- 4月25日(金)/高ボッチ高原開山祭【塩尻市】
- 4月26日(土)/赤沢自然休養林開園【上松町】
- 4月26日(土)~11月3日(月・祝) 予定/やぶはら高原こだまの森オープン【木祖村】
- 4月27日(日)/上高地開山祭(上高地)【松本市】
- 4月27日(日)~6月30日(月)/乗鞍岳春山バス【松本市】
- 4月29日(火・祝)~5月31日(土)/工芸の五月【松本市】
- 4月下旬/ぶら~っと桜鑑賞会/武居城公園和合庵・アサヒマレットゴルフ場 オープン【朝日村】
- 4月下旬予定/王滝村観光施設オープン(銀河村キャンプ場・森さちオートキャンプ場)【王滝村】
- 4月下旬~11月中旬予定/自然湖ネイチャーカヌーツアー営業【王滝村】



生坂村
ぶどうブランド
PRキャラクター
カラットリン



松本市
マスコットキャラクター
アルプちゃん

5月

- 5月予定/与川白山神社祭礼(春)【南木曾町】
- 5月上旬~11月上旬予定/おんたけ湖カヌーツーリング【王滝村】
- 5月上旬~11月下旬予定/水木沢天然林オープン【木祖村】
- 5月上旬~11月下旬(未定)/木曾町王滝村フォト&ムービーコンテスト(応募期間)【木曾町・王滝村合同】
- 5月1日(木)~5月31日(土)/松本民芸館 無料招待(美ヶ原温泉旅館協同組合)【松本市】
- 5月3日(土・祝)/駒ヶ岳神社例祭【上松町】
- 5月5日(月・祝)/農業体験(田植え)【朝日村】
- 5月11日(日)/野点茶会 春の宴【朝日村】
- 5月10日(土)・11日(日)/JBCF 第1回木祖村タイムトライアル・ロードレース(自転車レース)【木祖村】
- 5月中旬~6月中旬/アスパラガス収穫【山形村】
- 5月17日(土)/農業体験(野菜苗植え)【朝日村】
- 5月17日(土)/塩尻ワイナリーフェスタ2025~新緑と楽しむワインピクニック~【塩尻市】
- 5月17日(土)/御嶽山木曾本宮大祭【木曾町】
- 5月17日(土)・18日(日)/春の農業体験ツアー【生坂村】
- 5月17日(土)・18日(日)/JBCFおんたけタイムトライアル&ヒルクライム【王滝村】
- 5月18日(日)/国宝松本城 松本藩古流砲術演武【松本市】
- 5月24日(土)・25日(日)/クラフトフェアまつもと【松本市】
- 5月25日(日)/野麦峠まつり【松本市】
- 5月下旬~7月下旬予定/ほお葉祭り【木曾町・王滝村合同】



塩尻市振興公社
まちづくり
応援キャラクター
玄番サラ

6月

- 6月予定/木曾駒ヶ岳開山祭【木曾町】
- 6月上旬/御神木祭【上松町】
- 6月上旬~中旬/高ボッチ高原レンゲツツジ鑑賞期間【塩尻市】
- 6月1日(日)/ウェストン祭(上高地)【松本市】
- 6月1日(日)/南木曾町・妻籠健康マラソン大会【南木曾町】
- 6月7日(土)・8日(日)/第56回 木曾漆器祭・奈良井宿場祭(6/8奈良井宿でお茶壺道中を開催予定)【塩尻市】
- 6月7日(土)~27日(金)/第11回 長野県木祖村 桜のフォトコンテスト(展示・投票・結果発表)【木祖村】
- 6月8日(日)/やぶはら高原溪流釣り大会(小学生釣り体験)【木祖村】
- 6月14日(土)・15日(日)/全日本学生選手権(自転車ロードレース)【木祖村】
- 6月29日(日)/ツール・ド美ヶ原自転車レース大会 2025【松本市】
- 6月下旬予定/鉢盛山開山【朝日村】
- 6月下旬予定/御岳ロープウェイオープン【木曾町】
- 6月下旬~7月上旬/さくらんぼ祭り【山形村】



山形村
イメージキャラクター
やまっち



朝日村観光協会
キャラクター
あさやん

7月

- 7月上旬/第45回 みどり湖へら鮎釣り大会【塩尻市】
- 7月上旬/三河一色うなぎまつりinあさひ【朝日村】
- 7月上旬~8月中旬/ブルーベリー狩り【山形村】
- 7月1日(火)/木曾御嶽山開山式【木曾町・王滝村合同】
- 7月1日(火)~9日(水)/松本平地酒紀行in美ヶ原温泉(美ヶ原温泉旅館協同組合)【松本市】
- 7月1日(火)~8月7日(木)/七夕まつり(美ヶ原温泉旅館協同組合)【松本市】
- 7月4日(金)~8月3日(日)/釜井庵七夕飾り【塩尻市】
- 7月5日(土)/第38回やぶはら高原はくさいマラソン【木祖村】
- 7月11日(金)・12日(土)/藪原神社例大祭【木祖村】
- 7月12日(土)・13日(日)/阿禮神社例大祭【塩尻市】
- 7月13日(日)/野点茶会 夏の宴【朝日村】
- 7月中旬/鹿嶋香取神社例祭/大宮神社例祭【上松町】
- 7月中旬~8月7日(木)/妻籠宿七夕まつり【南木曾町】
- 7月19日(土)・20日(日)/三野野 東山神社夏季例大祭【南木曾町】
- 7月19日(土)・20日(日)/OSJ ONTAKE 100【王滝村】
- 7月19日(土)・20日(日)/須佐男神社例祭【大桑村】
- 7月20日(日)・21日(月・祝)/ネイチャリングフェスタ【松本市】
- 7月22日(火)・23日(水)/水無神社例大祭【木曾町】
- 7月23日(水)・24日(木)/妻籠和智楚神社夏季例大祭【南木曾町】
- 7月25日(金)・26日(土)/鹿嶋神社例祭【大桑村】
- 7月26日(土)/塩尻玄蕃まつり【塩尻市】
- 7月26日(土)・27日(日)/第37回 国宝松本城太鼓まつり【松本市】
- 7月26日(土)・27日(日)/夏の農業体験ツアー【生坂村】
- 7月26日(土)~8月17日(日)/トムソーヤクラブ村木曾・上松【上松町】
- 7月27日(日)/朝日村お夏まつり【朝日村】
- 7月27日(日)・28日(月)/御嶽神社例大祭【王滝村】
- 7月下旬/夏まつり筑北2025【筑北村】
- 7月下旬/ラベンダー・あじさい摘み取り体験【朝日村】



木祖村
イメージキャラクター
源流の源気くん



木曾町イメージキャラクター
福ちゃん/しまちゃん



王滝村
キャラクター
くりぴー
OTAKI MURA

8月

- 8月未定/木曾踊り【木曾町】
- 8月上旬予定/すすき川花火大会【松本市】
- 8月2日(土)/木曾川源流夏祭り【木祖村】
- 8月2日(土)/縁結神社例大祭【木祖村】
- 8月2日(土)/夏まつり松本ぼんぼん【松本市】
- 8月3日(日)/第七回 日本三百名山2447 鉢盛山登山マラソン大会【朝日村】
- 8月8日(金)/国宝松本城薪能【松本市】
- 8月8日(金)/御嶽山雲上大御神火祭(御嶽山木曾本宮)【木曾町】
- 8月11日(月・祝)/「山の日」四方山祭りin上高地(予定)【松本市】
- 8月14日(木)/広丘夏祭り【塩尻市】
- 8月14日(木)/木曾踊り【上松町】
- 8月14日(木)/木曾義仲旗挙げ祭り(らっぼしよ)【木曾町】
- 8月14日(木)/お盆ふれあいまつり【王滝村】
- 8月15日(金)/夏祭りじゃんずら(花火)【山形村】
- 8月中旬/山形じゃんずら【山形村】
- 8月中旬/釣り体験【朝日村】
- 8月16日(土)~24日(日)/奈川・夏の新そばまつり【松本市】
- 8月28日(木)~31日(日)/木曾音楽祭【木曾町】
- 8月31日(日)/乗鞍ヒルクライム2025【松本市】
- 8月下旬~10月中旬/信州塩尻ぶどうまつり2025【塩尻市】



上松町イメージキャラクター
美林ちゃん/太郎ちゃん



大桑村観光
イメージ
キャラクター
のぼへん



南木曾町
なごそねこ
公式キャラクター
ぼかにん

※イベントの開催日は2025年4月現在の予定です。
※2025年9月~2026年3月の予定は8月下旬頃に掲載予定です。

イベントの日程や詳しい内容は各自治体のHPなどでご確認ください。



標高約1500メートルの日本の代表的な山岳景勝地

自然と歴史が織りなす、感動の台地。

松本市

まつもと



美ヶ原高原

アルプスが見渡せる360度の大パノラマ



国宝松本城

現存する五重六階の天守としては日本最古の城

松本市は東側には2,000m超えの眺望を誇る美ヶ原高原。西側には3,000m級の秀峰連なる北アルプス。市街地から美しい山々を見渡せ、登山や高原ハイキングなど楽しみ方は色々。

- 松本市文化観光部観光ブランド課 / TEL.0263-34-8307 〒390-0874 長野県松本市大手3丁目8番13号
- 松本市観光情報センター / TEL.0263-39-7176
- 松本市観光案内所 / TEL.0263-32-2814
- 松本観光コンベンション協会 / TEL.0263-34-3295

<https://visitmatsumoto.com>



松本市観光情報 新まつもと物語



乗鞍高原

トレッキング、登山、スキー、温泉 季節ごとに楽しめる観光地

第10回 70歳以上の公募による美術展

老いるほど 若くなる

題字/日野原重明

2004年から始まった70歳以上の公募による美術展「老いるほど若くなる」は、今回をもって20年にわたる歴史に幕を下ろすこととなりました。第10回展では、本公募展最初で最後の試みとして、規定を満たしたすべての応募作品を展示する「アンデパンダン形式」で開催します。70歳以上の皆さまが描いた天衣無縫な世界をご堪能ください。

会期/2025年4月26日(土)~6月1日(日)
会場/松本市美術館 企画展示室
開館時間/9時~17時(入館は16時30分まで)
休館日/月曜日(4月28日と5月5日は開館)、5月7日(水)

松本市美術館 MATSUMOTO CITY MUSEUM OF ART
松本市中央4-2-22 ☎0263-39-7400
<https://matsumoto-artmuse.jp>

令和7年度特別展

信州の工芸

—作り手たちの原点—

主催/松本市立博物館 協力/松本クラフト推進協会

松本は「工芸のまち」と呼ばれる程、手しごとが盛んです。この度、本展では信州各地で活躍する現代作家たちとその作品を紹介します。作家たちが作り出す作品には熟練した技術と深い想いが込められています。作品たちは個々の思考や生き方さえも、見る側に訴えかけてきます。今回はそんな想いのこもった数々の作品に加え、作家たちの原点とも言える作品も展示します。さらに、松本地域の文化の源である博物館収蔵品も紹介することで、工芸の原点に迫ります。

ワークショップなどの関連事業

- スツールの座面編み
- キッチンツールづくり
- 木の実の時計づくり
- 竹のビー玉スライダーづくり
- ギャラリートーク
- 木のおもちゃづくり講座
- 金継ぎ実演

会期/2025年4月19日(土)~6月9日(月)
会場/松本市立博物館 2階特別展示室
開館時間/9時~17時(入館は16時30分まで)
閉室日/毎週火曜日(祝日の場合は翌平日)
観覧料/●特別展単独券 大人1,000円、大学生600円、高校生以下無料
●常設展とのセット券 大人1,200円、大学生800円、高校生以下無料

松本市立博物館 Matsumoto City Museum
松本市大手3-2-21 ☎0263-32-0133
<https://matsumoto-city-museum.jp>

6月~9月は直行バス運行予定!

美ヶ原高原

標高2,000mの高原からは、アルプスが見渡せる360度のパノラマが広がります。5月末からは、放牧された牛たちがのんびりと草を食み、可憐な花々が風に揺れる牧歌的な風景が魅力の日本百名山です。高原では体力に応じてトレッキングを楽しめる遊歩道も整備されています。

第37回

国宝松本城 太鼓まつり

国宝松本城を舞台に、全国から集まった太鼓団体と地元松本市の太鼓団体による演奏が2日間にわたり開催されます。

会期/2025年7月26日(土)・27日(日)
会場/国宝松本城 二の丸御殿跡特設ステージ
主催/城下町松本フェスタ組織委員会

まちなか音声ガイドアプリ ON THE TRIP 松本城とまち歩き

FREE ¥0 Audio Guide
日本語/English/中文/français

松本城を含む周辺12か所のスポットの観光音声ガイドアプリです。GPSと連動しており、専門家が行うような解説が自動で流れます。知りたいことや気になることを、その場で、自国の言葉でより深く理解できます。

松本から札幌、福岡、神戸へ!

信州まつもと空港時刻表

札幌(丘珠)	信州まつもと→札幌(丘珠) 15:35発→17:10着	神戸	信州まつもと→神戸 10:30発→11:35着 18:15発→19:20着
	札幌(丘珠)→信州まつもと 11:10発→12:45着	福岡	神戸→信州まつもと 8:00発→9:00着 16:45発→17:45着
札幌(新千歳)	信州まつもと→札幌(新千歳) 9:30発→11:10着		
	札幌(新千歳)→信州まつもと 15:05発→16:40着		

信州まつもと-丘珠線は2025年3月30日から10月25日まで毎日運航

FDA フジドリームエアラインズ
☎0570-55-0489 (7時~20時)
www.fujidream.co.jp



Kamikochi
上高地

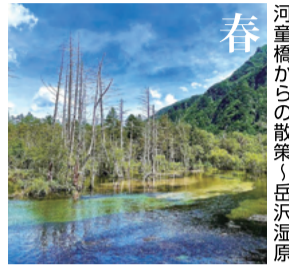


日本屈指の山岳景勝地上高地

日本の素顔を映す上高地。神秘を、感動を世界へ

4月27日(日)上高地開山祭

山岳観光シーズンの幕開け、上高地を代表する名所「河童橋」のたもとで、山岳観光シーズンの幕開けを祝い、山の安全を祈願します。アルプホルンの演奏等が行われます。久しぶりの上高地にシャッター切る人、地元の人々と共に歓談に花を咲かせる人、皆思い思いの上高地を満喫する開山祭の一日となります。



歩こう自然と。探そうそれぞれの上高地。

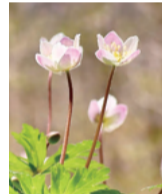
上高地を気軽に楽しむウォーキングコース

- 大正池⇒河童橋
片道:約80分
- 河童橋⇄明神橋⇄徳沢
[往路:約120分][復路:約120分]
- 徳沢⇄横尾
往路・復路:約70分



上高地から始めるトレッキングコース

- 岳沢・岳沢小屋(標高2170m)
[往路:約2時間30分][復路:約2時間]
- 焼岳(標高2455m)
[往路:約4時間10分][復路:約3時間]
- 西穂高岳・独標(標高2701m)
[往路:約4時間45分][復路:約3時間45分]
- 徳本峠(標高2135m)
[往路:約3時間10分][復路:約2時間40分]



トレッキング・登山を安全に楽しむために
・登山保険(短期もあります)に入ることをおすすめします。
・トレッキングシューズ・雨具などしっかりとした登山準備をしましょう。

www.kamikochi.or.jp

上高地観光旅館組合 上高地観光アソシエーション

最高の笑顔でお出迎え

山辺の里 美ヶ原温泉



宿泊施設 ご案内

旅館 すぎもと

りょかん すぎもと
TEL.0263-32-3379
http://www.ryokan-sugimoto.com
住所:松本市里山辺451-7

食自館

かなうかん
TEL.0263-32-1922
http://kanaukan.com/
住所:松本市里山辺131-2

湯宿 和泉屋善兵衛

いずみやぜんべえ
TEL.0263-32-2043
https://izumiya-zenbe.com
住所:松本市里山辺451

割烹旅館 桃山

かつほうりょかん ももやま
TEL.0263-46-1088
http://www.momo-yama.info/
住所:松本市大村142

旬彩 月斎

しゅんさい つぎのしずか
TEL.0263-35-6200
http://tsuki-shizuka.com
住所:松本市里山辺湯の原101

翔峰

しょうほう
TEL.0263-38-7755
http://www.hotel-shoho.jp
住所:松本市大字里山辺527

富田屋別館

とみたやべっかん
TEL.0263-33-8700
http://www.mcci.or.jp/www/shelly/
住所:松本市里山辺489-3

造り屋旅館

おいわけりょかん
TEL.0263-33-3378
http://www.oiwakeya.com
住所:松本市里山辺1145

百日紅のお宿 丸中旅館

さるすべりのおやど まるなかりょかん
TEL.0263-32-3380
http://marunakaryokan.com
住所:松本市大字里山辺451

御宿石川

おんやど いしかわ
TEL.0263-32-4599
https://www.tsukano-ma.jp
住所:松本市大字里山辺269-1

ホテル ニューことぶき

ほてる にゅーことぶき
TEL.0263-36-0517
https://www.newkotobuki.co.jp
住所:松本市里山辺484-1

美ヶ原温泉テニスコート

- 施設概要:屋外オムニコート 5面
- 使用料金:1面1時間...1,040円(税込)
- (組合旅館ご宿泊のお客様は半額の520円(税込))
- 利用時間:6:30~日没まで

日帰り温泉 白糸の湯

- ◎大人...400円 ◎幼児...無料
- ◎子供...200円(小中学生)
- 利用時間 午前6:00~午後10:00
- 第1・3火曜休館 ※受付終了午後9:30
- ※臨時休館や時期により時間変更有り

ふれあい山辺館

- 多目的展示室併設
- 調理実習・そば打ち教室開催
- そば打ち体験 要予約
- お一人様 3,300円(税込)(2名様より)

お問合せ

美ヶ原温泉旅館協同組合 TEL.0263-33-2353

〒390-0221 長野県松本市里山辺88-2

美ヶ原温泉

検索





山清路

山清路は、犀川と麻績川の合流点にある大峽谷で、長野自然100選にも選ばれた景勝地です。特に秋の紅葉は素晴らしく、周辺は整備されているので散策も可能です。民話「泉小太郎伝説」の中で、泉小太郎が犀の背に乗り、この地にあった大岩を突き破って、湖水であった松本平を肥沃な人里にしたという言い伝えがあります。



道の駅 いくさかの郷

道の駅 いくさかの郷では、村内で採れた旬の農産物を販売しています。特に5月中旬からの淡竹と9月のぶどうは人気で、直売所が賑わいます。併設する「かあさん家」では午前中に完売する「灰焼きおやき」や手打ちうどんなど、郷土の味を堪能できます。
◇問合せ ☎0263・69・1930



生坂のお土産



清澄な空気と、心に残る情景・文化
～自然を思いのまま体験～

生坂村

いくさかむら



カラット

●生坂村観光協会 / TEL.0263-69-3111
〒399-7201 東筑摩郡生坂村5493-2
(生坂村役場振興課内)
<http://www.village.ikusaka.nagano.jp/>

緑豊かで、住む人は暖かく食はふるさとの味わい。懐かしさの残る小さな里山には、そんな昔ながらの素朴さが生きています。村では昭和61年からぶどう栽培に取り組んでおり、約30ヘクタールものぶどう団地では、毎年甘みがのった大粒のぶどうが生産され、全国へ発送されており、日本各地に生坂の味覚を届けています。



大城・京ヶ倉登山

生坂を代表し、国道に沿って聳え立つ雄大な山。標高は1,000メートル弱と決して高くはありませんが、間近に望むためか、想像以上に高く見え、登り応えのある山です。戦国時代の大城には城が築かれており、古戦場でもあります。所々険しい箇所もありますが、四季折々の花や素晴らしい眺望を存分に楽しむことができます。



天然鉱石ラジウム岩盤浴 村営やまなみ荘

浴槽に晶石を使用したラジウム岩盤浴場で疲れと心を癒やす村営宿泊施設です。地物を使った料理は和・洋・中織り交ぜ好評です。宴会や宿泊ができ、マイクロバスでの送迎もあります。食堂・入浴のみの日帰り利用も可能です。食堂での丼フェアは人気の企画で、1階ロビー売店では自家製灰焼きおやきを好評販売中です。ソバ打ち体験、マレットゴルフ、テニスコートなどの施設も充実しています。フロントではEバイクの無料貸し出しも行っていますので、大自然の中でゆっくりとお過ごしください。
◇問合せ ☎0263・69・2032



たかつや 高津屋森林公園



雄大な北アルプスを望む「森と山と季節と遊ぶ」リゾートエリアです。木の香り溢れるコテージや、バーベキューハウス、キャンプエリアがあり、テントサイトにはトイレ棟・炊事棟・シャワー室を完備していますので、快適にお過ごしいただけます。
◇問合せ ☎0263・69・3900



信州生坂村の美味しいぶどう 193 イクサカラット

信州の豊かな自然に囲まれた生坂村。その静かで美しい地に、ぶどうブランド「イクサカラット」は誕生しました。生坂村の陽射しと昼夜の寒暖差は、ぶどうづくりに理想的な条件です。ぶどうを栽培する農園は村全体で30軒ほど。生坂村のぶどう農園が、一粒ひと粒、心を込めて丁寧に育てたぶどうをどうぞ味わってください。
◇問合せ ☎0263・69・3111



イクサカラット



高原の宿 スカイランド きよみず

◇問合せ ☎0263・98・2300



標高1,300mの清水高原に、おしゃれな佇まいを見せる公共の宿、スカイランドきよみず。はるか眼下に松本平を見渡す2つの大展望風呂は、大自然のすがすがしい香りを漂わせる檜の湯と、ラジウム人工温泉を楽しむ天然石張りのみはらしの湯。旅の疲れを癒し、心も体もリフレッシュできます。



慈眼山 清水寺

標高1,200m。松本平を望む清水高原にたたずむ清水寺。奈良時代の僧・行基が自ら千手観音を彫って安置したことが始まりでその後坂上田村麻呂が観音像を京都に移して、東山の清水寺になったとも伝えられています。檀家を持たないため、過去には何度も廃寺の危機にさらされたが、現在は保存会によって管理され、地元民の心のよりどころとして大切に護られています。

めぐみの大地に抱かれて
チャレンジ!やまがた

山形村

やまがたむら



インスタも見てね!

●山形村役場 観光係 / TEL.0263-98-5664
〒390-1301 東筑摩郡山形村2030-1
<https://www.vill.yamagata.nagano.jp>
●山形村観光協会 / TEL.0263-31-6220
〒390-1301 東筑摩郡山形村2025-1
<http://www.ya-ma-kan.com>

特産の長いもをはじめ、りんご、アスパラガス、すいか、ごぼう、ねぎ、ブルーベリーなど、いろんな農作物の畑が一面に広がる、フレッシュ野菜くだもの王国の山形村です。双体道祖神を探索するだけでも、そこかしこに郷愁をさそう「ふるさと」が薫る村です。



山形村の特産は 長いも!

水はけの良い火山灰土で育てられる山形村の長いもは、強い粘りと上品な甘みが特徴で、県内No.1の収穫量を誇ります。様々な料理に使える使い勝手の良い食材で、栄養豊富で健康に良いことも知られています。とろろ飯にして食べるのももちろみ、煮ても揚げても美味しい山形村産の長いもをぜひ一度ご賞味ください。



自然体験

春から秋までアスパラガスやさくらんぼ、ブルーベリー、りんご、野沢菜などの新鮮な野菜や果物の収穫体験が楽しめます。日頃食べている野菜や果物が、どんなふうにつくったかを農家さんから教えてもらえるのも魅力のひとつです。その他にも、とまとケチャップや味噌づくりなども体験することができます。
※各種体験要問合せ
◇問合せ / 山形村観光協会 ☎0263・31・6220

逸品グルメ 伝統と新感覚! やまっちそば

約500メートルの集落にそば屋が軒を連ねています。その味は、全国のそば通をうならせる逸品ぞろい。中でも、冷たい皿そばの上に妻切りにした長いもを乗せ、そばのツルツル感と長いものシャキシャキ感を一緒に堪能できる「やまっちそば」(10店舗で提供)はおすすめの逸品! ぜひお試しあれ!



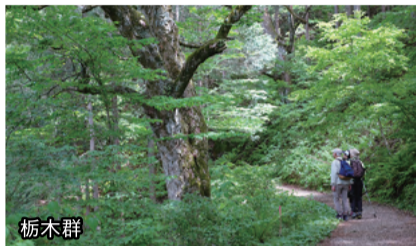
縁結神社

出雲よりご神体が運ばれ鎮座したといわれ、日本で唯一「縁結」の名を冠する神社です。木祖村から上高地へ向かう県道26号線沿い、境峠の林の中に「ひっそり」とたたずむ神社には、木の枝を男性の親指と女性の小指だけを使って結ぶと幸せになれるという言い伝えがあります。恋愛のパワースポットとして、また恋愛に限らず、家族や友人、進学や就職に良縁をもたらすと人気です！



おすすめトレッキングコース

トレッキングガイドを受付しております。(事前予約要)



鳥居峠

中山道の歴史を感じるコース

木曾街道敷原宿と奈良井宿を隔てる鳥居峠は、その昔旅人を泣かせる中山道屈指の難所でした。頂上からは御嶽山や木曾駒ヶ岳が望むことができ、眺望の素晴らしさは魅力十分。芭蕉をはじめとした俳人や歌人の句碑や石仏が多く建ち、歴史の趣を感じながら歩くことができるトレッキングコースとして人気を集めています。

水と森の涼風が魅力たっぷりのコース

林内の原始の森「太古の森」と名づけた2つの散策コースでは、それぞれ1時間程で巡ることができます。また、源頭の森コースは水木沢本流の水が生まれる岩の表面を流れ出る様子が見られます。各コースにある「サワラ(ヒノキナラ)の大樹は圧巻！」



水木沢天然林・床並の滝

山ガール&初心者向けトレッキングコース充実！

木曾川の水がうまれる涼風と緑が輝かしい源流の里。

木祖村

きそむら

旬な観光情報は▼コチラから▼



●(一社)木祖村観光協会
TEL.0264-36-2543
〒399-6201 木曾郡木祖村敷原196
<https://www.kisotourism.com/>

木曾川の最上流に位置する木祖村は、四方を山に囲まれ、村の東側にある鳥居峠は木曾川と信濃川の分水嶺になっています。江戸時代から伝わる伝統工芸品「お六櫛」や、冷涼な自然を活かした「御嶽白菜」「とうもろこし」などの生産も盛んな自然豊かな農村地帯です。



高原に広がる大自然の遊び場

全国的にも珍しい巨大迷路があり、星空も楽しめる夜の部が開催される日もあります。

広々とした芝生多目的広場・おもしろ自転車・イワナ釣り・ボルダリング・カヌー・SUP体験・マレットゴルフ・Eバイクツーリングなど家族で楽しめます。ケビンやコテージ、テントサイトと宿泊施設も充実！

●開園期間/4月26日(土)~11月3日(月)予定
●定休日/毎週火曜日(祝日とGW、7~8月除く)
◇こだまの森管理事務所 ☎0264・36・2777

やぶはら高原こだまの森

味噌川ダム(奥木曾湖)

日本で2番目に高い多目的ダム。透明度の極めて高い奥木曾湖は「日本のダム湖百選」に選ばれています。木祖村の全景が展望できる柳沢尾根公園、味噌川ダム防災資料館では誰もが水の故郷に親しめます。



日本のダム湖100選

御神木祭

20年に一度の伊勢神宮の遷宮に合わせて奉納される御神木を伐りだす「御杣始祭」と奉祝行事である「御神木祭」が2025年6月3日(火)~6月6日(金)に開催されます。



御神木祭行事日程(予定) 2025年6月

3日(火) 御杣始祭(非公開)
神宮主導で木曾の深山にて厳粛なる催事が執り行われます。その後よろまいかにて化粧がけをします。

4日(水) 奉曳行事 駅前奉祝イベント 町内5社獅子舞等披露
木曾郡内外の方たちのご参加により御神木を上松駅前まで奉曳します。参加するには事前申し込み(4月以降受付予定)が必要となります。

5日(木) 駅前奉祝イベント 花火大会(予定) 郡内芸能祭(木曾郡内15団体予定)
木曾郡内の様々なお祭り、郷土芸能が駅前にて披露されます。詳しくはチラシ等でご案内いたします。

6日(金) 奉送行事
朝に神事を行い、トラックにて、伊勢に向かって御神木がよいよ木曾を旅立ちます。途中大桑村、南木曾町にも立ち寄り奉祝行事が行われます。

木の国、美林の谷、そして懐かしい宿場の面影。

上松町

あげまつまち



美林ちゃん



太郎ちゃん

●(一社)上松町観光協会/TEL.0264-52-1133
〒399-5601 木曾郡上松町大字上松159-3
<https://kiso-hinoki.jp>

古くは中山道、木曾十一宿の宿場として栄え、尾張藩の厳格な森林保護により残された森林により、木曾木材産業の中心地として賑わった上松町。三大美林の一つ赤沢自然休養林は、わが国の森林浴発祥の地としても知られ、木曾ひのきの森の中の散策や、森林鉄道の乗車体験が楽しめます。奇岩が美しい木曾川の名勝・寝覚の床ほか、木工芸品や郷土の味も山国の魅力がにじみでています。



寝覚の床

大岩・奇岩が並びたち、翠緑の水をたたえる木曾川の名勝。浦島太郎が晩年をこの地で過ごしたという伝説があり、床岩の上には「浦島堂」が祀られています。岩には降り立つことができ、寝覚の床を一望する古刹・臨川寺の宝物館には浦島太郎愛用の釣竿や古民具・小道具が展示されています。

赤沢自然休養林



1970年、赤沢自然休養林は全国第1期の自然休養林として開園。1982年には初めて森林浴大会を開催しました。現在、森林浴は世界的なブームを迎えており、健康増進に役立つツアーとして注目されています。

森林浴にはリフレッシュ効果や免疫力の向上が認められています。ぜひ、健康的な身体づくりにお役立てください。



森林鉄道

木曾谷で60余年にわたって活躍した森林鉄道。かつて木曾谷の木材を運搬していた車両が、赤沢自然休養林を今も走り、乗車体験ができます。

車窓を駆けてゆく森と渓流の情景、清々しい風がとても心地よい。乗場改札の隣には森林鉄道記念館があり、小型蒸気機関車ポールドウィン号の実車ほか、当時の車両や器具、道具類が展示されていてマニアでなくとも十分に楽しむことができます。



小型蒸気機関車ポールドウィン号の実車ほか、当時の車両や器具、道具類が展示されていてマニアでなくとも十分に楽しむことができます。

義仲と巴を後世に語り継ぐ資料館
アーティストによる義仲と巴の新しい伝承

義仲館

義仲館は、木曾町にゆかりを持つ木曾義仲公や巴御前の存在を後世に継承することを目的に平成4年(1992年)に開館した資料館です。開館から33年経過しましたが、地域内外からの要望を受け、これまで以上に地域に愛され郷土に誇れる施設となることを目指し、令和3年(2021年)にリニューアルオープンしました。

- 営業期間/10:00~17:00
- 休館日/月曜日(祝日含)、年末年始
- 休館料/大人:300円 木曾町民・中学生以下:無料
身体障害者手帳・療育手帳・精神保健福祉手帳
所持者および付き添いの方1名:無料



御嶽山・木曾駒ヶ岳を仰ぐ、
自然と歴史の町

木曾町

きそまち



●(一社)木曾おんたけ観光局/TEL.0264-25-6000
〒397-0001 木曾郡木曾町福島2012番地5
<http://www.kankou-kiso.com>

江戸~京をつなぐ中山道の中間に位置する木曾町。福島宿、宮ノ越宿の2つの宿場に残る名所旧跡が、当時の面影と深い歴史を語ります。そして西からは御嶽山、東からは木曾駒ヶ岳が町を見守り、開田高原や木曾駒高原の豊かな高原が広がります。大自然と歴史が一度に味わえる町、木曾町をのんびりとお楽しみください。

おんたけロープウェイ

雲の上まで空中散歩!



木曾にそびえる雄大な霊峰「御嶽山」。標高2,150mまで、随時発着の6人乗りロープウェイを利用して雲上の空中遊覧をお楽しみ頂けます。また、山頂駅屋上展望台にはミラーデッキがあり、好天時には空、山、雲が映りこみ別世界が見られます。



- ◇木曾馬乗馬センター ☎0264-42-3085
- 乗馬体験/10:00~11:50・14:00~15:50
 - 料金/800円~ ●見学/8時30分~16時30分(無料)
- ◇そば道楽体験道場 ☎0264-42-3225
- 定休日/水曜日(12~3月休業)
 - 受付/11:00~13:00 ●料金/1,800円(食まで込み)

開田高原 木曾馬の里

木曾馬とそばのふるさと開田高原は、標高1,100~1,300mの爽やかな高原。御嶽山の展望スポットがたくさんあり、木曾馬の里からは四季折々の花と共に美しい景観が望めます。50ヘクタールの敷地内には、約30頭の木曾馬が暮らす牧場もあり、優しい木曾馬とのふれ合いや乗馬体験が楽しめます。またそば打ち体験やブルーベリー狩り(夏季限定)などもおすすすめ。

Eバイクで
木曾の大自然を満喫!

KISO ONTAKE SLOW TRIP



KISO ONTAKE SLOW TRIP紹介動画



E-BIKEで巡る木曾御嶽

紹介動画の
youtubeはコチラから!

木曾御嶽は、御嶽山麓の神秘的な雰囲気を持つ緑に囲まれた登山道、清々しい空気を感じられる高原など、様々な表情の自然を見せてくれます。小回りが効き、自然の中を駆け巡る爽快感のある移動が持ち味のE-BIKEは、深い緑に囲まれた神社へ続く小道や、御嶽山麓の登山道、見晴らしのいい高原がある木曾御嶽を巡るのにぴったりのアクティビティです。



レンタルの詳細や
予約方法はコチラから!

- コース/開田高原エリア 王滝エリア
- 料金/半日プラン(5時間) 4,500円
1日プラン(9~5時) 7,500円
24時間 8,000円

◇(一社)木曾おんたけ観光局 ☎0264-25-6000
<https://e-bike.yamap.com/kiso/>



おんたけ湖カヌーツーリング



美しい湖上を悠々と散策し、御嶽山の四季の移ろいを楽しもう!

- 期間/5月上旬~11月上旬(予定)
- ツアー時間/1日2回開催・全行程2時間
(1)9:00-11:00 (2)13:00-15:00
- 料金/大人5,000円
こども3,500円(小学生以下)
(ガイド料・用具レンタル料・保険料・消費税含む)



◇おんたけ湖カヌーツーリング受付 ☎090-7711-3233

自然湖ネイチャーカヌーツアー



長野県西部地震でせき止められてきた天然の湖をカヌーでツーリング。立ち枯れの木々を抜け、カヌーでしか行けない断崖絶壁の秘境へ行けます。またカメラマンの撮影スポットとしても有名です。

- 期間/4月下旬~11月中旬(予定)
- 料金/大人 6,500円
小学生 4,000円
幼児 3,000円



◇合同会社NiRo
自然湖ネイチャーカヌーツアー受付 ☎070-9119-6262

いのち呼び覚ますところ

王滝村

おうたきむら

●王滝村観光案内所/TEL.0264-48-2257
〒397-0201 木曾郡王滝村2758-3
<http://www.ontake.jp/>

標高3,067mの霊峰「御嶽山」
ハイキングや登山、そしてウィンタースポーツなど
四季を通じて楽しめる自然が魅力的です。

※御嶽山へ登山のお客様へ/2014年9月27日の噴火後、入山規制があります。詳細は木曾町または王滝村のHPをご確認ください。

長野県立 御嶽山ビジターセンター
やまテラス王滝

~火山防災情報と歴史・文化・自然の魅力を伝える~

安全に登山するための情報を提供するとともに、御嶽山の豊かな自然や動植物、地域の歴史と文化についても詳しく紹介しています。眼前に雄大な御嶽山を臨む新たな拠点として誕生しました。

- 住所/長野県木曾郡王滝村田の原3162
- 開館時間/9:00~16:00
- 営業期間/5月上旬~11月上旬(予定)
- 問合せ/☎0264-24-0505

※開館時間や営業日に変更となる場合もあります。HPをご確認ください。



御嶽山
ビジターセンター
最新情報は



冬の清滝



新滝

深い森を背景に宿す荘厳な谷合から轟音をとろとろさせる「清滝」は、古くから御嶽山を信望する行者が御山に登拝する際に必要とされる百日間の精進潔斎する行場でした。水量も豊富で、真冬には氷柱が出現しさらに荘厳な赴きを魅せます。

また「新滝」は、流れ落ちる滝の裏側に小さな岩祠があり、そこから滝を見ることのできる「裏見滝」とも呼ばれ、冬になると滝の流れが繊細な氷柱となって、一層神秘的な表情に変わります。

◇王滝村観光案内所
☎0264482257

清滝・新滝

MTB・E-Bikeレンタルサイクル

電動アシスト付き自転車

御嶽山の麓でさわやかな風を感じてサイクリング。ゆったりした時間と爽快感を味わえます。緑の豊かな王滝村内を、レンタルサイクルで散策してみませんか? 電動アシスト付自転車(E-Bike)もご用意しています。

要予約

OPEN
9:00~17:00

◇王滝村観光案内所 ☎0264-48-2257



一般社団法人木曾おんたけ観光局は、木曾エリアを旅する方が
素敵な旅を楽しめるようディープな情報を今後も発信していきます。

(一社)木曾おんたけ観光局

〒397-0001 長野県木曾郡木曾町福島2012番地5

TEL:0264-25-6000

<http://www.kankou-kiso.com>

