

【プラン名】 田舎料理と創作を楽しむアートな旅

【1日目】

● 上信越自動車道 信州中野インターチェンジ 発

中野市街地へ向かいます。



(移動時間 約20分)

○ 日本土人形資料館(土人形絵付け体験) 体験

素焼きの土人形に彩色し、世界でひとつあなただけの土人形ができます。

【周辺のご案内】

6月中、一本木公園では670種、1300株のバラが咲き誇ります。



(移動時間 約50分)

○ 農場レストラン「なご味」 昼食

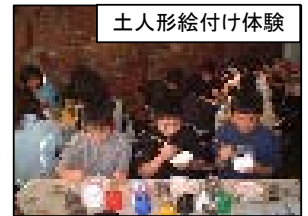
木島平産の美味しいごはんや採れたての野菜、山菜をふんだんに使った料理がたくさん並ぶバイキング式レストラン。芋なますやこねつけなど素朴な田舎料理を味わうことができます。

【周辺のご案内】

「なご味」がある「やまびこの丘公園」は英国風ガーデン、200種のバラや300種の宿根草、十数種のハーブが咲き誇ります。



(移動時間 約30分)



土人形絵付け体験



農場レストラン なご味

..... (AコースかBコースのいずれかを選択してください)

○ 飯山手すき和紙体験工房(Aコース) 体験

雪国の澄んだ水と手作業のぬくもりで作られる伝統工芸品『内山紙』の紙すきを体験できます。翌日の絵手紙作成のため、オリジナルのハガキを作成してみましょう!!

○ 内山和紙体験の家(Bコース) 体験

内山和紙の紙すきを体験できます。また館内には和紙によるクラフトなどの作品が展示されています。翌日の絵手紙作成のため、オリジナルのハガキを作成してみましょう!!



飯山手すき和紙体験工房

内山和紙体験の家



(移動時間 約30分)

..... (AコースかBコースのいずれかを選択してください)

○ 集印名所めぐり(Aコース) 体験

野沢温泉13ヶ所の外湯等24ヶ所の集印台が設置されています。そのうち13ヶ所以上集印すると岡本太郎画伯デザインのタオルなど素敵なプレゼントがもらえます。

○ つる細工体験(Bコース) 体験

野沢温泉の伝統工芸『つる細工』によるカゴや花瓶作りを体験できます。
(熟練者の案内有り、要事前申込)



集印名所めぐり

つる細工体験

○ 宿泊 野沢温泉

温泉街の中に13カ所の外湯と呼ばれる共同浴場が点在しています。建物の形や造り、泉質や効能も浴場により異なります。外湯を巡り、お気に入りの外湯を見つけてみてはいかがでしょうか。

【周辺のご案内】

宿泊は、飯山・斑尾高原・信濃平・戸狩・木島平エリアでも可能

【2日目】

○（野沢温泉）



（移動時間 約40分）

○ 山路智恵絵手紙美術館、国際絵手紙タイムカプセル館 鑑賞と体験

美術館では、ダイナミックな絵手紙を堪能できます。タイムカプセル館では5万通をパソコンで閲覧可能、絵手紙作り体験もできます。

前日作成した内山和紙のハガキに絵手紙を描き、大切な人へ送ってみませんか！！



（移動時間 約60分）

○ 信州秋山郷の民宿 昼食

各民宿自慢の山菜・岩魚料理などの郷土料理が味わえます（事前予約が必要）、地元の方との交流も楽しみ。地域の伝統料理『早そば』作りを体験し、味わうことのできる民宿もあります。



（移動時間 約20分）

○ 切明温泉「雄川閣」温泉

宿泊可能な日帰り温泉施設、眼下を流れる中津川の河原を掘ると温泉が湧き出しており、自分だけの露天風呂を楽しむことができます。

○ 秘境ライン（雑魚川林道）

切明から奥志賀高原へ続く全長15.2kmの林道、山々の稜線を眺めながら若葉の広葉樹林の中を駆け抜けます。（冬季閉鎖）



（移動時間 約50分）

○ 宿泊 志賀高原

時期により、地元特産の根曲がり竹を使った料理をご賞味いただけます。

○ 石の湯のゲンジボタル 観賞

志賀高原石の湯倉沢川は、日本一標高の高いゲンジボタルの生息地があり、あなたを幻想的な風景にいざないます。（7月中旬～）



国際絵手紙タイムカプセル館



秋山郷民宿の郷土料理



切明温泉の看板



秘境ライン

【3日目】

○（志賀高原）



○ 志賀高原トレッキング トレッキング・昼食

19の爽快なトレッキングコースは、それぞれに魅力があり、萌える緑、きらめくせせらぎ、咲き誇る花々は大自然のアートそのものです。お薦めは、前山～四十八池～大沼池をめぐり池めぐりコース。（所要時間約3時間30分、ガイドによる案内は事前申込）

【雨天の場合のおすすめスポット】

・長野県志賀高原自然保護センター、地獄谷野猿公苑、志賀山文庫 他



（移動時間 約60分）

● 上信越自動車道 信州中野インターチェンジ 着



志賀高原トレッキング

田舎料理と創作を楽しむアートな旅マップ

