

## 【プラン名】 美しいまち並み、自然を巡る～北国街道～

### 【1日目】

#### ● 上信越自動車道 東部湯の丸インターチェンジ



(移動時間 約15分)

#### ○ 「海野宿」散策

卯建(うだつ)と海野格子の美しい街並みを散策します。全行程1.3Km 所要時間1時間 ガイドあり



(移動時間 約30分)

#### ○ 「城下町上田」散策・鑑賞

池波正太郎「真田太平記館」、上田城跡、戦国真田ルートを散策します。所要時間1時間30分



(移動時間 約30分)

#### ○ 「おしぼりうどん」 昼食

あつあつの手打ちうどんを、ねずみ大根のおろし汁に信州みそを入れたつゆで食べます。

#### ○ 「坂木宿」鑑賞・散策

ふるさと歴史館 ⇒ 鉄の展示館 ⇒ 名主 坂田家 ⇒ 満泉寺(村上氏居館跡)

### 【周辺のご案内】

信州夢ばらの里: 民間の観光農園施設で、年間を通じてのバラの鑑賞のほか、季節ごとに巨峰やいちごなどフルーツ狩りが楽しめます。



(移動時間 約20分)

#### ○ 「戸倉上山田温泉」 宿泊

千曲川のほとりに広がり、信州最大規模の温泉街を誇っています。

### 【周辺のご案内】

JR姨捨駅: 善光寺平を一望できる美しい眺めは「日本三大車窓」に選ばれています。

姨捨の棚田: 1枚1枚に月が映る様子を、古き昔から「田毎の月」と呼ばれております。姨捨夜景ツアーも実施しています。

城山史跡公園 荒砥城址: 「大河ドラマ 風林火山」のロケも行われ、天下を見下ろすような迫力の眺望が楽しめます。

大衆劇場「信州大勝館」: 昼夜2公演。見ごたえ十分、衝撃と感動のエンターテインメントを楽しめます。



海野宿



おしぼりうどん



戸倉上山田温

## 【2日目】

### ○ 「戸倉上山田温泉」



(移動時間 約50分)

### ○ 「善光寺七福神めぐり／善光寺」参拝・散策・買物・軽食

七つの福を手に入れながらの善光寺参りと表参道をそぞろ歩きます。

「善光寺三門」は平成大修理により約250年前の創建当時と同じ栩葺(とちぶぎ)の屋根に復元されました。



善光寺三門

### 【周辺のご案内】

ぱていお大門: 20店舗からなる商業空間で食事・軽食・買物が楽しめます。

街かどミニ博物館: 善光寺表参道内にある全10店舗の店先や店内で開設。入館無料。

長野県信濃美術館・東山魁夷館: 東山魁夷生誕100周年記念展(7月12日～8月31日)

### ○ 「善光寺宿坊」 昼食

善光寺周辺の39の宿坊で、それぞれ工夫を凝らした精進料理が食べられます。(事前予約必要)



(移動時間 約50分)

### ○ 「戸隠神社奥社」参拝・散策・写真撮影

奥社参道両側には数百本を超える杉の大木が続いており、神秘的な雰囲気を感じられます。

### ○ 「戸隠高原鏡池」 自然観察・散策・写真撮影

深まる紅葉と戸隠連山を湖面に鏡のように映します。(紅葉見頃: 10月上旬～下旬)



戸隠高原鏡池

### 【周辺のご案内】

戸隠そば: 30余店のそば店はなるほど…どの店も、それぞれ個性ある深い味わいです。

戸隠古道三十ヶ所朱印めぐり: 戸隠古道30ヶ所の石柱の彫印を集めながら歩きます。

### ○ 「戸隠高原」 宿泊(宿坊・ロッジ・ペンション)

## 【3日目】

### ○ 「戸隠高原」



(移動時間 約40分)

### ○ 「黒姫高原」 自然鑑賞・散策

黒姫山の裾野に100万本のコスモスが咲き乱れ、高原に建つ「黒姫童話館」でロマンチックな童話の世界を感じられます。



黒姫高原

### 【周辺のご案内】

コスモス園: 開園7月中旬～10月中旬

御鹿池散策コース: 癒しの森コースにも指定されており、1周約1.2kmの散策コース



(移動時間 約30分)

### ○ 「サンクゼール」 昼食・買物

丘の上のレストランで自家製ワインと欧風田舎料理が楽しめます。

### ○ 「アップルミュージアム」 鑑賞

いつも身近にあるからこそ気づけなかった「りんご」の魅力を、ゆっくり味わうように見学ください。



サンクゼール



(移動時間 約20分)

### ○ 「アップルライン沿線 リンゴ狩り」収穫体験

美味しいリンゴの産地として有名な国道18号線アップルライン沿線で、蜜たっぷりの「ふじ」リンゴもぎとりを体験します。



(移動時間 約30分)

### ● 上信越自動車道 須坂長野東インターチェンジ

# 美しいまち並み、自然を巡る～北国街道～

マップ

