

下高井／中野

長野県



スノーモンキーを訪ねて 北信濃地獄谷ドライブ

ニホンザルが観察できるスポットや歴史的価値の高い作品を展示する美術館、長野県産の発酵食を生かしたランチで北信州の魅力を存分に堪能しよう。

動物、自然、芸術など
長野には魅力がいっぱい

肌寒さの中にも春が感じられる季節。気温が寒い日は温泉に入るサルとして有名な「スノーモンキー」が見られるチャンス。北信濃のアートや食も一緒に満喫しよう。まずはガラス工芸品が展示されている「山ノ内町立志賀高原ロマン美術館」へ。古代の美術品で感性を磨いたら近くにある「地獄谷野猿公園」へ。温泉でくつろぐサルに癒されよう。ランチは発酵食が味わえる「HAKKO YAMANOUCHI CHI」で。おなかを満たしたら「夢屋ガラス工房」でとんぼ玉を使ったアクセサリー制作体験を。最後は自然豊かな場所にある「ぼんぼこの湯」の温泉で心と体をリフレッシュして、日帰り旅を締めくくろう。

ルート略図



走行距離数/約64km
走行時間/約110分
※走行時間にはスポット滞在時間は含んでいません



3



4

3. 吹き抜けのホールに整然と並ぶ円錐形の展示ケース。志賀高原の森を表現している 4. 楕円形をモチーフに、独特の曲線が特徴的



2



1

1. ひも状の細いガラスを何重にも巻き付けて装飾された「把手付水差し」 2. ローマ時代に作られた貴重な瓶や壺が美しくきらめく

1 山ノ内町立志賀高原 ロマン美術館

時空を超えて甦る
ロマンあふれる美術館

建築家・黒川紀章がデザインし、長野冬季五輪を記念してオープンした美術館。「ロマン」をテーマに約2,000年前にローマ帝国領内で作られたガラス工芸品「ローマングラス」を中心に展示。

〒長野県下高井郡山ノ内町平穏1465
☎0269・33・8855 ☒9:00~17:00(最終入館16:30)
🕒休(☹の場合は翌日) 📄入館料高校生以上¥500・小学生・中学生¥300
📄回約60台(無料)

※消費税率引き上げおよび軽減税率制度の導入に伴い、持ち帰ることも店内で飲食することも可能な商品は、「店内飲食」「持ち帰り」のいずれかで税率が異なります。詳しくは現地スタッフへお尋ねください。
※掲載情報は2020年3月20日時点のものです。情勢により変更の可能性がございます。

2

Drive Course
じごくだにやえんこうえん
地獄谷野猿公苑

世界でここだけ!
サルが温泉に入るスポット

野生のニホンザルを間近で観察できる場所として人気の公苑。標高約850mの地にあり、一年の約3分の1が雪におおわれている。サルは体を温めるために温泉に入るので、気温が低い時が温浴シーンを見るチャンス。

〒478-0269 長野県下高井郡山ノ内町平穏6845
☎0269-33-4379
🕒9:00ごろ～16:00ごろ(11～3月)、8:30ごろ～17:00ごろ(4～10月)※時間はおおむねの目安
👤困なし ㊟入苑料18歳以上¥800、小学生・中学生・高校生¥400
🚌回約30台(無料)



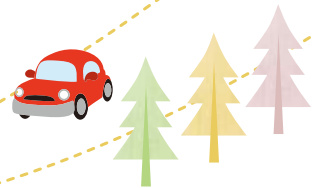
苑内にあるサルが入る露天風呂。ニホンザルたちが続々と湯につかりに来てリラックスした表情を見せてくれる



施設内ではステッカー¥200、缶バッチ¥300、クリアファイル¥400などグッズも販売



1. 驚かさないように静かに観察しよう
2. 運がよければニホンコマシカが見られるかも
3. あちこち動き回る愛らしい子ザルたちの姿も



3

Drive Course
HAKKO YAMANOUCHI

信州の食材をたっぷり使った
オリジナル発酵料理に舌鼓

信州で育まれた食材と発酵食をアレンジした創作メニューを提供するレストラン。味噌や醤油、チーズ、ヨーグルトなどの発酵食品をふんだんに使った、さまざまな料理やデザートが楽しめる。

〒478-0310 長野県下高井郡山ノ内町平穏3010
☎0269-38-8500
🕒11:30～14:30(LO)、18:00～22:30(LO)
👤困① ㊟38席(分煙) ㊟4台(無料)



「塩麹漬け信州ハーブ鶏のグリル」¥1,100。
信州産ハーブ鶏を塩こうじに漬けることで柔らかくなり、旨味が増す



店内で「しょうがみそ」¥690(左)、「しょうゆ豆」¥640(右)も販売



志賀高原にある酒蔵の酒粕を使った「酒粕チーズケーキ」¥580。甘さ控えめでしっとりした食感がいい



築100年ほどの精肉店だった建物をリノベーションし、ウッディな内装に仕上げた

Drive Course
夢屋ガラス工房

とんぼ玉を使った
アクセサリ作り体験♪

大自然に囲まれてアクセサリやランプの制作ができる体験施設。自分の好きな色と模様でとんぼ玉を作り、アクセサリにアレンジできる「とんぼ玉体験」(予約優先)が一番人気。

☑長野県下高井郡木島平村上木島3278-46
☎0269-82-1821
☒10:00~17:00(最終受付16:00) ☒不定
☒とんぼ玉体験¥2,500(材料費込み・予約優先)
☒10台(無料)



色とりどりのかわいいストラップ¥1,100
~などのアクセサリも販売



3



1・2.ガラスは300色以上から好きな色をチョイス。約2時間スタッフに丁寧に教えてもらいながらガラスを溶かし、とんぼ玉を作っていく 3.世界に一つだけのアクセサリが完成



2



3



1

4.入口に設置されている地元の特産品が並ぶおみやげコーナー
5.市街地から4kmほど離れた、中野市の南の山の中腹にあり、穏やかな時間が流れる



4

1.石造りの露天風呂からは市街地はもちろん、北信濃の四季折々の風景が楽しめる 2.ガラス張りの明るい大浴場で心も体もゆったり 3.フィンランド製のサウナストープを設置

Drive Course
ぽんぽこの湯

山岳風景を眺めながら
くつろぎのひと時を過ごす

中野市街地を見下ろす高台にある温泉施設。斑尾、妙高など北信五岳の雄大なパノラマが望め、温泉につきりながら絶景が楽しめる。露天風呂や大浴場、レストランなどがあり、地元客からも親しまれている。

☑長野県中野市間山956 ☎0269-23-2686
☒10:00~21:00(最終入館20:30)
☒☒ ☒入浴料中学生以上¥450、小学生以下¥200、未就学児無料 ☒174台(無料)



access map

東京からは首都高速5号池袋線より美女木JCTから東京外環道、関越道経由、藤岡JCTから上信越道へ入り、信州中野ICで降り、国道292号を利用して最初のスポット「山ノ内町立志賀高原ロマン美術館」へ。仙台からは仙台宮城ICより東北道に入り、磐越道、北陸道経由で、上信越道に、信州中野ICを降りて国道292号へ。

SA・PA Break Time

上信越道 小布施PA(上り)
☎026-247-5552 MAP P27-B-6

「栗の町」として知られる小布施。北信五岳の山並みが美しく、地元野菜も販売しているPAでおみやげをゲット!

信州小布施PA
栗おこわ
¥756

ブランド米のもち米「わたぼうし」、国産の栗を使用。優しく甘い味の栗がゴロッと入っていて、冷めてもおいしく食べられる、人気の名物商品。



※掲載情報は2020年3月20日時点のものです。情勢により変更の可能性があります。