

イベントが中止・延期となる場合や施設が休業となる場合がありますので、  
お出掛け前にあらかじめご確認ください。



# 南信州イベント情報

## 令和6年7月～8月




HPはこちらから↑



©長野県アルクマ  
長野県PRキャラクター  
「アルクマ」



イベント名	開催日	場所	主な内容	問い合わせ先
第25回 よこね田んぼ 案山子コンテスト (飯田市)	作品募集期間 ～7月21日 (日) 投票期間 8月1日(木)～ 9月23日(月・ 祝) 	飯田市千代 「よこね 田んぼ」	よこね田んぼ保全委員会では、毎年恒例となっている、案山子コンテストを今年も開催するにあたり、出展作品を募集します。 コンテストは、「お気に入り」「景観にマッチ」「ナイスアイデア」の3部門を設けて、投票をしていただきます。  「よこね田んぼのはざ掛け米が当たります！」 ・コンテストの入賞者や投票に参加していただいた方の中から抽選で、よこね田んぼで収穫した「はざ掛け米」をプレゼント  案山子の出展したい方は、よこね田んぼ保全委員会事務局までお問い合わせください。  ◆三遠南信道千代ICより車10分	よこね田んぼ 保全委員会 事務局 0265-59-2003
フェスタぎおん in上片桐 (松川町)	7月6日(土)	上片桐改善センター	上片桐地区のお祭りです。今年の内容はまだ未定ですが開催されます。  ◆中央道松川ICから車10分	まつかわ旅の案内所 0265-36-6320
喬木村発足150周年記念 スタンプラリー (喬木村)	7月7日(日) ～12月27日 (金)	喬木村各所	村では『喬木村発足150周年』を記念して『デジタルスタンプラリー』を実施します。 村内各地に設置した30箇所のポイントに印字された二次元コードをスマートフォンで読み込んでスタンプを集めてください。 10、20、30スタンプ達成ごとに記念品を差し上げます。 ポイントは各地区おススメの場所など30箇所。 この機会に普段なかなか訪れることのない村内の名所を巡って、喬木村の魅力を再発見してください。  ◆スポットにより所要時間は異なります	喬木村産業振興 課商工観光係 0265-33-5126 ↓特設ページ 
橋南夏まつり (飯田市)	7月14日(日) 9:00～14:00	りんご並木 (扇町～松尾町)	「りんご並木」歩行者天国を開催します。 ○獅子舞などの演舞 ○飯田東中学校によるりんごジュース・ジャム販売 ○金魚すくい、風船ヨーヨー釣り、ゲームコーナー ○かき氷、焼き鳥などの販売 ○いいだ丘のうえ朝市 ○ふるさとコンサート 10:00～ 1時間程度(予定)  ◆中央道飯田ICより車10分	橋南公民館 0265-22-4511 (内線4702)
あらい祇園祭 (松川町)	7月20日(土)	上新井	新井商店街のお祭りです。今年も屋台やキッチンカーが勢揃い。松川町で作られたシードルも販売されます。子供たちが楽しめるイベントも多数開催。現地へは公共交通や徒歩でお越し下さい。 ◆中央道松川ICから車10分	まつかわ旅の案内所 0265-36-6320
へブンスそのはら 夏営業 (阿智村)	7月20日(土) 予定～ 9月1日(日)	へブンスそのはら	暑い夏は涼しい高原へ！富士見台高原の山頂には360°の大パノラマが広がり、「日本百名山」の二十三座が臨めます。  ◆中央道園原ICから車5分 ◆中央道飯田山本ICから車20分	へブンスそのはら 0265-44-2311

イベント名	開催日	場所	主な内容	問い合わせ先
ひまわりの湯30周年記念祭 (平谷村)	7月27日(土)	平谷村252	ひまわりの湯は今年で30周年。 日頃の感謝をこめて30周年記念キャンペーンを実施します。 ①ひまわりの湯・ひまわりプール入場料半額 ②レストランアルコール500円均一 ③30周年タオル+記念品プレゼント	平谷村観光協会 (平谷村役場内) 0265-48-2211
いいだ人形劇 フェスタ2024 (飯田市)	8月1日(木)～ 8月4日(日)	飯田市内各所	全国から人形劇団が参加し、さまざまな人形劇が市内各所で 開催される、日本最大の人形劇の祭典です。国内で活躍する プロ劇団やアマチュア・学生劇団が一堂に会して、市内が人 形劇一色になります。  ■参加証ワッペン→7/7(日)から販売開始。 参加証ワッペン(1枚700円、3歳以上必要)を購入して着用す れば、有料公演以外、どこでも見ることができます。 ■有料公演チケット→7/7(日)から予約開始。 ■今年も人形劇フェスタをサポートしてくれる方や企業を募集 しています。いずれも、詳しくはお問い合わせください。  ◆「飯田文化会館」へ 中央道飯田ICから車10分 (そのほかの会場については、場所によって所要時間が異なり ます)	いいだ人形劇 フェスタ実行 委員会事務局 0265-23-3552
飯田まつり 第43回 飯田りんごん 飯田市)	8月3日(土) 11:00～20:15	飯田市 中心市街地	飯田の夏の風物詩「飯田まつり 飯田りんごん」。 昼間から夕方にかけては「ふれあいアップルタウン」として、商 栄会の皆さんが企画した楽しい催しや地域の団体によるダンス や太鼓など様々な市民活動の発表が行われ、まつりの雰囲気 を盛り上げます。 夜は「りんごん、りんごん、ホイ おいな～♪」のかけ声に合わ せ心をついに「りんごん」を踊ります。  ◆中央道飯田ICより車10分	りんご並木の街 飯田まつり 協議会事務局 0265-22-4852
千代河鹿 (かじか) がえるまつり (飯田市)	8月10日(土) 16:30～20:20	千代米川	『河鹿がえる』の風情豊かな鳴き声を聞くほか、子供みこしや ちょうちん行列などが行われます。 16:30 開会式 17:00 子供みこし 17:30 夜店・ゲーム 19:00 ちょうちん行列 20:00 打上げ花火  ◆三遠南信道天龍峡ICから車25分	千代河鹿がえる まつり実行委員 会(小嶋) 0265-59-2252
天の川の聖地で 七夕まつり しらびそ高原 天の川 (飯田市)	8月10日(土)	しらびそ高原 天の川 (飯田市上村 979-53)	標高1918m!一年中見られる天の川☆知る人ぞ知る星空の 聖地へようこそ!360°ぐるっとアルプスの大パノラマ! 旧暦の7月7日に行う七夕まつりです。 笹に願い事を書いて飾り、天の川を眺めながら織姫、彦星に 思いを馳せます。  ※宿泊前提イベントになり、料金等詳細は右蘭の問い合わせ先 まで。 ※ガイド付きの星空観察会になります。  ◆中央道飯田ICから車75分	しらびそ高原 天の川 050-3583-2302  
森の収穫祭(阿智 村)	8月11日(日)	治部坂高原 スキー場 駐 車場	阿智・平谷・根羽の3つの村の農家から、その日に獲れた夏野 菜をセットにして販売します。他にも南信州の味覚が楽しめる キッチンカーや湧水を使った水遊びなど森をキーワードにした ショップや企画が盛りだくさんです。	下伊那郡西部3 か村地域振興協 議会(阿智村役 場内) 43- 2230
和合の念仏踊り (阿南町)	8月13日(火)～ 16日(金) 毎晩20:00～	林松寺・熊野 社	太鼓、鉦、笛の音に合わせて激しく飛び跳ねて踊ります。 死者の霊を呼び寄せ、仏とともにあることの喜びを表現したも のと言われています。 国重要無形民俗文化財。  ◆三遠南信道天龍峡ICから車45分	阿南町振興課 0260-22-4055

イベント名	開催日	場所	主な内容	問い合わせ先
珍珍幕府夏の陣 (平谷村)	8月13日(火) ～14日(水)	信州平谷ひまわりの湯周辺 (平谷村)	8月13日(火)平谷村納涼煙火大会 8月14日(水)魚つかみ取り、ステージショー、盆踊り大会 ◆中央道飯田山本IC 車30分	平谷村観光協会 (平谷村役場内) 0265-48-2211
新野の盆踊り (阿南町)	8月14日(水) ～8月16日 (金)	新野本町通り	お盆の三日間、夜を徹しての盆踊り。 笛や太鼓といった楽器を使わず、音頭取りの音頭出しと踊り子による返しの声だけで踊りが進みます。 櫓を中心にした踊りの輪は500mにも達します。 国重要無形民俗文化財。ユネスコ無形文化遺産。 ◆三遠南信道天龍峡ICから車40分	阿南町 新野出張所 0260-24-2001
根羽村盆踊り (根羽村)	8月14日(水) 17:00～	役場前	今年の盆踊り祭のテーマは「ただいま根羽、ただいま盆踊り」、Iターン者、お盆で帰省した出身者、村内に住んでいる住民が同じ目標に向かって一つの踊りを作り上げます。盆踊りを特集した新聞、盆踊り当日までを追った映像も作成します。  ◆中央道飯田山本ICから車40分	根羽村公民館 0265-49-2111
大鹿夏祭り (大鹿村)	8月14日(水) ※荒天延期	大西公園及び 周辺	お盆を迎えて村は里帰りの方たちでとても賑やか。大西公園の夏祭りはそんな方々の一番の楽しみです。 今年も魚のつかみ取りやビンゴ大会等行いますので、ぜひお越しください！  ◆中央道松川ICから車40分	夏祭り実行委員会 大鹿村商工会 0265-39-2381
全日本天竜川 カヌー競技大会 (高森町)  	8月25日(日) 9:00～14:00	高森町 万年 橋～飯田市弁 天港(予定)	昭和47年から始まった本大会は今年で50回目になります。本大会のコースである天竜川は、地元では暴れ天竜と言われる川で、急流で波も高く、そんな荒波にもまれ川を下るのは、まさに技術の見せ所。高森町で行われる大会は、「ダウンリバー」と呼ばれるタイプで、この競技の平均的なコースの全長は長くて5km。しかしこの天竜川を使ったコースは全長約11kmあります。この長さのコースは、日本ではなかなかありません！そのため、この天竜川の大会は「巧さ」でもなく「速さ」でもなく、「日本で一番『強い』パドラー」を決める大会とされています。  ■参加費:一人5,000円(予定) ■参加種目:13カテゴリー予定 (詳しくは高森町教育委員会まで問い合わせください。) ■その他:参加賞をご用意します。  ※開催日時やコースや種目は予定であり、変更になる可能性があります。	高森町教育委員会 スポーツ・文化係 0265-35-9416

## 通年のイベント情報

イベント名	期間	場所	主な内容	問い合わせ先
<b>天竜川和船下り 南信州リゾート (飯田市)</b>	通年 ※水曜日定休 8月の水曜日は運航いたしません ※祝日営業 ※臨時休業有り	リバーポート時又(時又港) (飯田市時又1019)	和船の伝統を体験！通船の歴史・造船技術・操船技術を船頭さんからご案内！ 「リバーポート弁天」から「リバーポート時又」まで約6キロをおよそ35分かけて下ります。 県立公園鷺流峡の渓谷をあざやかな権さばきで急流を進みます。湯の瀬、南原の瀬などスリルとロマンの妙趣をお楽しみください。  <b>■料金</b> 大人:3,300円(中学生以上) 子供:1,650円(小学生) 幼児:1,000円(1歳児以上未就学児) <b>■時刻表</b> ※詳細は、ホームページをご確認ください。 ○7/21(日)までの土曜日・日曜日・祝日 及び7/22(月)～8/31(土)の毎日 9:30集合 9:40～11:10 10:50集合 11:00～12:30 12:50集合 13:00～14:30 14:10集合 14:20～15:50 ○7/19(金)までの平日 9:50集合 10:00～11:30 13:50集合 14:00～15:30 ※湯水・増水等の河川状況で運休する場合がございます。  <b>◆</b> 三遠南信道天龍峡ICから車8分、JR飯田線時又駅から徒歩5分	南信州リゾート(株) 0265-49-0075  
<b>天竜ライン下り (飯田市)</b>	通年(要予約) ※臨時休業有り	天龍峡温泉港 (飯田市龍江7115-1)	名勝天龍峡の中をゆったりとくだる船旅は一期一会の出会い 四季折々の絶景が日々待っています 峡谷に響き渡るガイドの歌声♪そして船頭の投網のワザはみどころのひとつです。 <b>■料金</b> 大人 :3,600円(中学生以上) 小学生 :2,600円 未就学児:1,600円(0～2歳は大人1名様につき1名様無料) <b>■時刻表【通常運航(4/1～11/30)】(船旅時間 約50分)</b> 天龍峡温泉港発→唐笠港着 お帰り方法 天龍峡温泉港着 9:20 → 10:10 バス 10:35 11:45 → 12:35 バス 13:00 14:10 → 15:00 バス 15:25 15:20 → 16:10 バス 16:35 バス…当社シャトルバス(無料) ※安全確保の為、コース変更させていただく場合がございます。 湯水し通常コースの安全運航が難しいと判断されました、安全確保の為天龍峡めぐりコース(約40分)に変更して運航させていただきます。 コース変更の際は、乗船料金大人3,600円→3,100円・小学生2,600円→2,100円・未就学児1,600円→1,100円にさせていただきます。 水位は、毎日・毎時間変動しますので、コース変更は当日の判断になります。 ご迷惑をお掛けいたしますがよろしくお願いたします。  <b>◆</b> 三遠南信道天龍峡ICから車5分、JR飯田線天龍峡駅から徒歩2分	天龍ライン遊舟(有) 0265-27-2247  

イベント名	期間	場所	主な内容	問い合わせ先
<p>天竜川 ラフティング 南信州リゾート (飯田市)</p>	<p>4月1日(月)～ 11月30日(土) (要予約) ※水曜日定休 ※祝日営業 ※臨時休業 有り</p>	<p>リバーポート 時又(時又港) (飯田市時又 1019)</p>	<p>約13km国内最長級！初心者大歓迎！ 天竜川の醍醐味を味わえるラフティング。 初心者から楽しめる変化にとんだコースで、思う存分笑って楽しい思い出を作ろう！</p> <p>■レギュラーコース 期間スペシャルプライス【5/18～7/12】 大人:7,500円 → 4,500円(中学生以上)(税・保険料込) 子供:6,000円 → 3,600円(小学生) 前日16:00までにお申し込み下さい。</p> <p>■ロングコース:13km(3時間) ○開催期間 4/1～11/30 ○時間 12:40集合 ～ 15:40 ○料金 大人:9,500円(中学生以上) 子供:7,500円(小学生)</p> <p>■レギュラーコース:6km(2時間) ○開催期間 4/1～11/30 ○時間 9:20集合 ～ 11:20 ○料金 大人:7,500円(中学生以上) 子供:6,000円(小学生)</p> <p>※装備一式・ガイド料・消費税が含まれます。</p> <p>◆三遠南信道天龍峡ICから車8分、JR飯田線時又駅から徒歩5分</p>	<p>南信州リゾート (株) 0265-49-0075</p> 
<p>天竜川 ラフティング アルプスぼうけん 組楽部 (飯田市)</p>	<p>不定休 (要予約)</p>	<p>天竜峡ベース (飯田市川路 7674 総合学習館か わらんべ手前)</p>	<p>日本有数の急流・天竜川をゴムボートに乗って下ります。大きな岩を間近に見ながらボートを漕いだり、高い波に立ち向かったり、飛び込み岩でジャンプにチャレンジとまさに大冒険。ガイドが同乗するので、小さな子どものいる家族連れでも楽しめます。他にダッキーボート、シャワークライミング(沢歩き)のアクティビティメニューもあります。 のんびりゆったり派におすすめ！貸し切りプラン新登場!!</p> <p>■コース:ロング(2名様～)・ショート(15名様～)・のんびり ■料金: 装備一式、ガイド料、保険代、消費税が含まれます。 &lt;ロング&gt; 距離約13km コースタイム約1時間45分 大人(中学生以上)8,800円 小学生7,150円 園児6,050円 &lt;ショート&gt; 距離約10km コースタイム約1時間30分 大人(中学生以上)7,150円 小学生6,050円 園児4,950円 &lt;のんびり&gt; 距離約6km コースタイム約2時間 1ボート貸し切り(8名様まで) 55,000円 ※天然温泉入浴割引券プレゼントあり、お風呂セットをお持ち下さい。 ※オプションBBQセットが人気です。(要予約)</p> <p>◆三遠南信道天龍峡ICから車3分、中央道飯田ICから車15分</p>	<p>アルプスぼうけん 組楽部 0265-59-8881</p> 

イベント名	期間	場所	主な内容	問い合わせ先
天竜川 ラフティング ランナバウト (飯田市)	要予約	ランナバウト ・ベース (飯田市龍江 2500-1)	<p>当社一番人気(お客様の約9割!)の定番コース「飯田ロングコース13km」!全行程3時間!約2時間のツアー中には、激しいラフティングのみならず、美しいアルプスの景色を眺めるもよし、川へ飛び込むもよし、流れの緩やかな所では、プカプカ浮いて遊んでもよし!ツアー後半の驚流峡という渓谷に入ると、まわりの景色が180度がらりと変わります。ここはTVのロケなどで利用されている美しい幻想的な渓谷です。</p> <p>■コース:ロングコース13km・ハーフコース6.5km ※開催期間 4月下旬~11月下旬 ■料金: &lt;ロングコース&gt;ラフティング時間(約)2時間/全行程3時間 ※早割りキャンペーン中! 予告なく変更または終了する場合がございます。 大人 9,900円 → 9,000円 子供 7,700円(小学生以下) → 7,000円 &lt;ハーフコース&gt;ラフティング時間(約)1時間/全行程2時間 大人6,800円 子供5,500円(小学生以下) ※保険料別途 500円 ※装備(ライフジャケット・ヘルメット・ナイロンジャケット)一式 ガイド料、消費税が含まれます。 ※温泉入浴サービス(ロングコース、8月対象外期間有り) ※BBQオプション有り ■HP URL: <a href="http://www.runabout-rafting.com/">http://www.runabout-rafting.com/</a></p> <p>◆三遠南信道天龍峡ICから車5分、中央道飯田ICから車20分</p>	ランナバウト 0265-28-5901 
一年中 天の川が見える 「しらびそ高原 天の川」 (飯田市)	【通年営業】 4月13日(土)~	しらびそ高原 天の川 (飯田市上村 979-53) 	<p>標高1918m!一年中見られる天の川☆知る人ぞ知る星空の聖地へようこそ!360°ぐるっとアルプスの大パノラマ! 標高が高く空気の澄んだしらびそ高原は、煌めく満点の星や天の川をいつでも見ることが出来る「星降る聖地」として、天文ファンからも人気です。 南アルプスユネスコエコパークとして登録され、世界にも認められた星空をごゆっくりお楽しみください。</p> <p>【ムーンライトツアー】 4/17~26 5/17~26 6/17~25 7/18~26 8/17~25 9/16~22 10/16~21 11/13~16 【スターライトツアー】 5/6~10 6/4~8 7/4~8 8/2~6 9/1~5 10/1~5 10/30~11/3 【流星群パック(観測日)】 4/30~5/2 みずがめ座 η 流星群 5/6~5/10 こと座 η 流星群 7/30~8/6 みずがめ座 δ 流星群 8/10~8/13 ペルセウス座流星群 9/6~9/10 ペルセウス座 ε 流星群 10/6~10/8 りゅう座流星群 11/4~11/7 おうし座流星群</p> <p>■宿泊前提イベントになり、詳細は右蘭の問い合わせ先迄 ◆中央道飯田ICから車75分</p>	しらびそ高原 天の川 050-3583-2302 
Orchard レストラン まつかわ	4月~11月中 旬	松川町内の 果樹農園	<p>Orchardレストランまつかわは、ふたつのアルプスにいだかれた「くだもの里」松川町が舞台。 「農園から食卓へ」では距離がありすぎるので、思い切って「食卓を農園へ」 レストランから屋根や壁を外して、テーブルを果樹園の真ん中に置きました。園主の農園ガイドツアーを楽しんでシールドで乾杯したあとは、地元で採れた野菜・お肉・お魚・そして果物を使った創作フレンチを。 ここにしかないとっておきのお料理をお楽しみください。</p> <p>【料金】 中学生以上14,000円/小学生3,000円 ランチ:11:00~13:00 ディナー:季節によって変わります。 最少催行人数:4名 申込締切:10日前まで</p> 	だんだん好きになる旅まつかわ 

イベント名	期間	場所	主な内容	問い合わせ先
Orchard ピクニック まつかわ	4月～11月中 旬	松川町内の 果樹農園	<p>遠くにアルプスが見え、果樹の樹が並ぶ美しい風景の中でピクニックバスケットを持ちレジャーシートを広げて、のんびりとランチを楽しむ。 そんな映画のワンシーンのような体験をお楽しみいただけます。</p> <p>まつかわ旅の案内所でピクニックセットを受け取り、指定の農園へお出かけください。ランチをしてゆっくり寛いだり、一緒にくだもの狩りを楽しむこともできます。</p> <p><b>【料金】</b> 1食3,000円(税込) 最少催行人数2名 申込締切:5日前まで</p> 	<p>だんだん好きになる旅まつかわ</p> 
Orchard サイクリング まつかわ	4月～11月中 旬	松川町内の 果樹農園	<p><b>【果樹園を駆け抜けるサイクリング】</b> Eバイクにスイスイ乗りながら、美しい果樹園が並ぶ道を通り、美味しいものを召し上がっていただく。地元ガイドによるサイクリングツアー</p> <p><b>【料金】</b> 募集型ツアー:1名10,000円(税込) 最少催行人数3名 1名様から申し込みが可能です</p> <p>プライベートツアー:1名15,000円(税込) 定員2名～5名様 ※申込締切:5日前まで(各ツアー共通)</p> <p>体験時間:4時間30分(各ツアー共通) ランチには、Orchardピクニックまつかわをお召し上がりいただけます。</p> 	<p>だんだん好きになる旅まつかわ</p> 
フォレストアドベンチャー まつかわ (松川町)	通年 9:00～17:00	フォレストアドベンチャーまつかわ	<p>樹上10mの大冒険！！専用のハーネスを装着して、森の樹から樹へと空中移動していくフランス発祥のアウトドアパークです。4つのコース、44のアクティビティが楽しめます。スリルと緊張感を味わって最後はジップスライドで爽快に地上に帰還します。</p> <p>■ご利用料金 小人(小学4年～17歳)2,800円 大人(18歳以上)3,800円 ■所要時間 2時間～2時間半 ■申し込みは予約専用電話 080-6936-8632</p>	<p>フォレストアドベンチャーまつかわ 080-6936-8632</p>
まつかわ リトリート 森林セラピー (松川町)	通年	およりの森	<p>人気の施設「信州まつかわ温泉 清流苑」に隣接する「およりの森」は、癒しの効果を実証された森林セラピー基地に認定されており、公認ガイドが森林セラピーを行っています。 松川インターからアクセスが良く、明るくて身近な森です。美しい小川や清流があり、そのせせらぎにも癒されます。ユニバーサルデザインのウッドチップ舗装された歩道もあり、誰もが訪れやすい森です。清流苑やツリドームでは宿泊もできます。</p> <p>◆中央道松川ICから車5分</p> 	<p>まつかわ森林セラピーの会 090-6355-3492</p> <p>およりの森について</p> 
天空の楽園 日本一の星空 ナイトツアー (阿智村)	ホームページにてご確認ください	ヘブンスそのはら(阿智村)	<p>ゴンドラに乗って、標高1,400mの「天空の楽園」へ日本一の星空の里で観る満天の星空をお楽しみください。さらにバージョンアップしたナイトツアーにぜひお越しください。(イベント等詳細については右記へお問い合わせください。)</p> <p><b>【料金】</b> 大人・高校生2,200円~/小・中学生1,100円~/未就学児無料 ※ 料金はゴンドラ往復乗車料金が含まれます。 <b>【チケット】</b> ・オンラインチケット(日時指定・事前予約制) ご利用日の2週間前の午前10時より販売 ・天空の楽園 オフィシャルホテル・旅館にご宿泊のお客様 2週間前に限らずチケットのご予約が可能</p> <p>◆中央道園原ICから車5分、飯田山本ICから車20分</p>	<p>阿智☆昼神観光局 0265-43-3001</p> <p>ヘブンスそのはら 0265-44-2311</p>

イベント名	期間	場所	主な内容	問い合わせ先
日本一の星空 浪合パーク (阿智村)	通年	浪合パーク	<p>パーク内には、星空観賞会など各種イベントを行う芝生の広場と、安全・快適に星空撮影、天体観測が出来るプライベートデッキ、また、旧宿木の湯の建物を改修した「浪合オフィス」には、展示会やワークショップを行うホール、より快適に星空観賞を行う為のグッズを揃えた、ショップとレンタルショップがあります。</p> <p>【開催イベント等】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>■Starry sky guide ~星空観賞会・星兄爆笑星座解説~</li> <li>■Starry sky photo session ~星景写真講座・撮影会~</li> <li>■Starry sky deck ~星空デッキ~</li> </ul> <p>(イベントや料金等詳細については右記へお問い合わせください。)</p> <p>◆中央道園原ICから車25分</p>	 <p>阿智☆昼神観光局(浪合オフィス) 0265-48-8555</p> <p>阿智☆昼神観光局 0265-43-3001</p>
阿智 セブンサミット (阿智村)	通年	阿智村内の7つの山	<p>日本百名山の恵那山(2,191m)、大展望の富士見台高原(1,739m)、人気の大川入山(1,907m)など、歴史と文化があふれる阿智村内の7つのピーク(山頂)を制覇して「阿智セブンサミッター」となり、登頂記念バッジをもらおう！各山頂にある看板とのツーショット写真を撮って、はき木館受付に提示してください。</p>	<p>東山道・園原 ビジターセンター はき木館 0265-44-2011</p>
富士見台高原 園原の里 エコトレッキング (阿智村)	通年	富士見台高原・園原の里周辺	<p>360° 大パノラマの富士見台高原や古代東山道が通り「万葉集」にも詠われた園原の里など、軽いエコトレッキングから本格的なコースまで全6コースがあり、ガイド付(要予約・有料)も可能です。</p> <p>「いわなの森癒しのコース」は、ヤマトイワナが生息する小川が流れる原生林の中を1周する「森林セラピーロード」として認定のコース(2.3km 約2時間)で、専用ベンチもあります。お子様からご年配の方までゆっくりと散策を楽しめます。専門の森林セラピーガイド付(要予約・有料)も可能です。</p> <p>※料金等詳細は右欄の問い合わせ先まで。</p> <p>◆「へブンスそのはら」へ 中央道園原ICから車5分 ◆中央道飯田山本ICから車20分</p>	 <p>東山道・園原 ビジターセンター はき木館 0265-44-2011</p> 
平谷村 移住体験ツアー 「親子できのままに 移住体験ツアー」 (平谷村)	4月1日(土)～ 3月31日(日)	平谷村内	<p>親子できのままに平谷村の日常を体験してみませんか。保育所や普通の小学校の様子を見学したり子育て中の村民に質問をしたりお話ができます。平谷村へ移住をご検討の家族1日1組限定です。参加料は無料(宿泊の場合は1泊5,000円)。</p>	<p>平谷村教育委員会 0265-48-2211</p> <p>※地域活性化支援団体「OINA」ひらやにお取次ぎします</p>
サイクリング ガイドツアー ～絶品ランチコー スプラン～ (豊丘村)	4月～12月初旬	豊丘村全域	<p>最新E-Bikeを活用したガイドツアーです。ツアーのミッションは絶品ランチの食材をゲットせよ！村内の提携農園へE-Bikeで野菜を刈り取りに行き、刈取った野菜を持ち帰ってシェフに手渡し、景色のいい「とよテラス」で刈取ったばかりの野菜のコースランチを堪能していただきます。</p> <p>農園へ行くまでの道のりはきれいな景色を堪能したり、地元の神社で一休みするなど、お客様のペースに合わせてゆったりとした豊丘村の旅をご堪能ください。五感で感じる贅沢な旅を満喫してください。1日1組限定の贅沢なツアーです。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>■料金 1人9,000円～(参加人数によって異なります)</li> <li>■人数 1組 2名～5名様</li> <li>■日程 10:00～14:00頃</li> <li>■集合場所 とよおか旅時間</li> </ul>	 <p>豊丘村観光協会 (とよおか旅時間) 0265-49-3395</p>
サイクリング ガイドツアー ～フルーツスイ ツプラン～ (豊丘村)	3月中旬～12月上旬	豊丘村全域	<p>最新E-Bikeを活用したガイドツアーです。E-Bikeで果物農園へ行き、果物狩りをしたあと、採ったばかりの果物を村内のカフェへ持ち込みます。採れたて果物を使ってかふえの店主が絶品スイーツを作ってくれます。今までありそうでなかったツアーをご堪能ください。五感で感じる贅沢な旅を満喫してください。1日1組限定の贅沢なツアーです。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>■料金 1人3,500円～</li> <li>■人数 1組 2名～5名様</li> <li>■日程 13:00～15:00頃</li> <li>■集合場所 とよおか旅時間</li> </ul>	



# 令和6年 花火イベント情報

行事名	期日	場所	主な内容	問い合わせ先
富士山稲荷神社 例大祭 (むぎわら祭り) (飯田市)	7月7日(日) 19:20~20:45	富士山稲荷 神社	飯田市内で最も早い夏祭り。奉納煙火はスターマインを含め約700発を盛大に放つ。 ◆中央道飯田ICから車15分	富士山稲荷神社 0265-22-3316
ひまわりの湯 30周年記念 前夜祭 (平谷村)	7月26日(金) 19:00~	平谷村252	ひまわりの湯30周年を記念した打ち上げ花火が夜空に咲きます。	平谷村観光協会 0265-48-2211
水神橋納涼 花火大会 (飯田市)	7月27日(土) 19:30~21:30	天竜川水神橋 左岸上流	スターマインや大型花火、尺玉などの大迫力な花火が次々と打ちあがる。 打上げ花火数:約2,500発 ◆中央道飯田ICから車20分	まちなか インフォメーショ ンセンター 0265-22-4851
深見の祇園祭 (阿南町)	7月27日(土) 19:30~	深見諏訪神社	神輿に乗せた大筏が深見の池を漂い、祇園囃子に合わせて花火の閃光が湖面を染める中で神事が進められます。その後、神輿は神社へ運ばれ、大三国花火の火の粉が飛び交う中、勇壮な競い(キオイ)がつづきます。 ◆JR飯田線温田駅からタクシー 5分 ◆三遠南信自動車道天竜峡ICから車25分	阿南町振興課 0260-22-4055
第24回 しもじょっ子まつ り (下條村)	7月27日(土) 【予定】 イベント 16:00~ 花火 20:00~	コスモホール	夜になると多数の打上花火が行なわれます。打上場所からほど近い所で見ることができ、山々に響き渡る音も風流です。 ◆三遠南信道天龍峡ICから車10分	下條村役場振興 課 0260-27-2311
第28回泰阜村民 夏まつり (泰阜村)	7月27日(土) イベント:15:00 花火大会:19: 40	総合グラウンド	昼はミニSLや模擬店。オープニングには、やすおか太鼓による迫力満点な演奏を実施。他にも大抽選会や泰阜子供太鼓による元気いっぱいな演奏、THE SCOOTERSの生演奏によるステージイベントも実施。まつりの最後に頭上に響き渡る大迫力の花火もお楽しみください。 ◆三遠南信道天龍峡ICから車15分	泰阜村公民館事 務局 0260-26-2750
清流苑祭り (松川町)	7月30日(火) イベント:16:30 ~ 花火:19:30~	信州まつかわ 温泉清流苑	今年リニューアルオープンした清流苑。日頃のご愛顧に感謝して今年も開催いたします！ 夏の風物詩を大いに楽しみましょう！ ◆中央道松川ICから車5分 ◆当日は一般車両の立ち入りが制限されます。 会場までは各エリアから出ているシャトルバスをご利用下さい。 	信州まつかわ温 泉清流苑 0265-36-2000
飯田まつり 第43回 飯田りんごん (飯田市)	8月3日(土) 11:00~20:15	飯田市 中心市街地	飯田の夏の風物詩「飯田まつり 飯田りんごん」。昼間から夕方にかけては「ふれあいアップルタウン」として、商栄会の皆さんが企画した楽しい催しや地域の団体によるダンスや太鼓など様々な市民活動の発表が行われ、まつりの雰囲気盛り上げます。夜は「りんごん、りんごん、ホイ おいな〜♪」のかけ声に合わせ心をついに「りんごん」を踊ります。 ◆中央道飯田ICより車10分	りんご並木の街 飯田まつり 協議会事務局 0265-22-4852

行事名	期日	場所	主な内容	問い合わせ先
昼神温泉夏まつり (阿智村)	8月12日(月・祝) ～18日(日) 19:00～21:15	昼神温泉内 朝市広場	連日、昼神温泉の夜を彩る大輪の花火が多数打ち上げられます。 ◆中央道園原ICから車10分、飯田山本ICから車15分	阿智☆昼神観光局 0265-43-3001
平谷村納涼煙火大会 (平谷村)	8月13日(火) 19:30～	上野公園 (平谷村)	スターメインなど約700発の打ち上げ花火。今年もメッセージ付き花火を申込み受付中 ◆中央道飯田山本IC 車30分	平谷村商工会 0265-48-2667
浪合夏まつり (阿智村)	8月14日(水) 18:00～(予定)	浪合小学校グラウンド	お盆の伝統行事を継承するとともに、地区内外との交流を深めます。大煙火大会では約500発の煙火が競演。盆踊り大会等も計画中です。 ◆中央道 飯田山本ICから 車30分 ◆中央道 園原ICから 車30分	阿智村浪合振興室 0265-47-2001
大鹿夏祭り 煙火大会 (大鹿村)	8月14日(水) 19:30～ ※荒天延期	大西公園	お盆を迎えて村は里帰りの方たちでとても賑やか。大西公園の夏祭りはそんな方々の一番の楽しみです。大鹿村の花火は、山と谷に反響した音が腹に響き、綺麗な音色を奏でます。  ◆中央道松川ICから車40分	夏祭り実行委員会 大鹿村商工会 0265-39-2381
売木高原盆踊り 協賛煙火大会 (売木村)	8月15日(木) 19:30～	売木村役場駐車場	伝統の手踊りによる盆踊りに合わせ、花火大会を開催。湖西市の手筒花火も披露される。  ◆中央道飯田山本ICから車50分 ◆三遠南信道天龍峡ICから車45分	売木村公民館 0260-28-2677
ふるさと夏まつり (天龍村)	8月15日(木) 17:30～	平岡駅前村営駐車場	豪華スターメインに加え、盆踊りや煙火大会などで暑い夏の夜空を彩ります。その他にもイベントや出店、お楽しみ抽選会も開催します。天龍村の大自然に囲まれながらお祭りを一緒に楽しみましょう。  ◆中央道飯田山本ICから車50分 ◆JR飯田線平岡駅下車 徒歩1分	天龍村観光協会 0260-32-2050
飯田時又 灯ろう流し 花火大会 (飯田市)	8月16日(金) 18:00～21:30 (煙火打上19:00～20:45頃)	天竜川時又港	昭和初期に始まった新盆供養。後に始まった納涼花火大会を同じ日に行うようになり、今日まで続いています。天竜川の川面を流れる灯ろうと、盛大に打ち上げられる花火のコントラストが見事です。  ◆三遠南信道天龍峡ICから車8分、JR飯田線時又駅から徒歩5分	まちなかインフォメーションセンター 0265-22-4851
梅松苑 花火大会 (松川町)	8月18(日)※予定 まだ確定ではありません	アウトドアひろば梅松苑	毎年恒例の梅松苑花火大会。生田の里山を色とりどりの花火が照らします。地元密着の花火大会ならではの間近で見ることが出来る花火は圧巻です。	まつかわ旅の案内所 0265-36-6320
市田灯ろう流し 大煙火大会 (高森町)	8月18日(日) 18:00～(予定)	天竜川明神橋 一帯 JR市田駅周辺	祖先の御霊をのせた灯ろうが川面を照らし、煙火が夜空を染める大正時代から続くイベントです。 ◆JR飯田線市田駅下車 徒歩5分 ◆中央道座光寺SICから車10分 (18:00頃～交通規制予定)	 高森町観光協会 0265-48-5132

※会場では、いずれも交通規制・駐車制限がある場合があります。ご協力ください。

# 涼をもとめて 南信州 滝情報

滝名	場所	河川名	特徴	問い合わせ先
唐沢の滝 (カラサワノタキ)	飯田市 千代	万古川	万古溪谷の最上流、秘境という言葉が似合う山中にある滝。 ◆三遠南信道天龍峡ICから車45分	まちなかインフォメーションセンター 0265-22-4851
黄金ヶ滝 (コガネガタキ)	飯田市 竜丘	臼井川	臼井川秘境の檜や杉などの木々に覆われた山間の岩盤から、広い滝壺に落ちる姿の美しい小型の滝 ◆三遠南信道天龍峡ICから車10分	
大釜の滝 (オオガマノタキ)	飯田市 南信濃 八重河内	梶谷川	滝は二段になって落下し、大釜不動尊を祀る。神秘性に満ちた大滝は古来より雨乞祈願の聖地でもありました。 ◆三遠南信道天龍峡ICから車90分	遠山郷観光協会 0260-34-1071
信玄滝 (シンゲンダキ)	飯田市 南信濃 南和田	柳木瀬沢	滝は豪快に滝つぼに水を落とし、ごう音と共にしぶきがあたり一面を覆う。武田信玄が一休みし、顔を洗った所です。 ◆三遠南信道天龍峡ICから車55分	
不動滝 (フドウタキ)	高森町 牛牧	大島川	信州の溪谷・滝100選にも選定されている南信州最大規模の滝です。落差50m、幅10mほどあり、その姿は壮観そのものです。岸壁に不動明王の石像が祀られています。 ◆中央道座光寺SICから車20分	 高森町産業課 0265-35-9405
不動の滝 (フドウノタキ)	阿南町 南条	小見遠川	天龍村との境を流れる小見遠川にあり、朝霧のかかった不動の滝は大下条八景とも呼ばれています。幅広い岩盤から細くゆったりと流れ落ちる不動の滝です。 ◆三遠南信道天龍峡ICから車35分	阿南町振興課 0260-22-4055
暮白の滝 (クレシロノタキ)	阿智村 智里	園原川	夕暮れに滝がほの白く見えることから「暮白の滝」とよばれています。滝見台の上から願いを込めて皿を投げると望みが叶うと言われています。 ◆中央道園原ICから車5分、飯田山本ICから車25分	阿智☆昼神観光局 0265-43-3001
姿見不動滝 (スガタミフドウタキ)	阿智村 下清内路	不動沢	岩壁に伝って流れる水と黒く光る岩とのコントラストが不動明王の姿に見えることから、その名が付けました。 ◆中央道園原ICから車20分、飯田山本ICから車20分	 阿智村清内路振興室 0265-46-2001
大滝 (オオタキ)	平谷村 うつぼ	フロヤ沢	林道売木うつぼ線より望むその姿は豪快で平谷一の名瀑。遊歩道も整備され飛沫を浴びて間近で見られます。 ◆中央道飯田山本ICから車30分	 平谷村産業建設課 0265-48-2211
つたの滝 (ツタノタキ)	根羽村 取手	小川川	旧国道砦橋のすぐ下流にあり、高さ約15mの根羽一の大きな滝。滝の周囲は藤や紅葉が美しい。 ◆中央道飯田山本ICから車45分	根羽村振興課 0265-49-2111

滝名	場所	河川名	特徴	問い合わせ先
瀬戸ノ滝 (セトノタキ)	売木村 長下	売木川	丸畑溪谷の下流部に位置する。 日本一美しいと言われる親子のポットホールがある。 ◆中央道飯田山本ICから車50分 ◆三遠南信道天龍峡ICから車45分	売木村産業課 0260-28-2311
精心の滝 (ショウジンノ タキ) 別名:浄心 の滝	天龍村 平岡	精心沢	古くから信仰の滝として崇められ、滝の横 には不動尊が祀られています。 ◆三遠南信道天龍峡ICから車45分	 天龍村地域振興 課 商工観光係 0260-32-1023
関小屋の滝 (セキゴヤノ タキ)	泰阜村 川端	万古川	関小屋沢との合流点にある滝。沢の中流に桂の大木が あり、その根元に山の神を祀っています。 ◆三遠南信道天龍峡ICから車45分	泰阜村振興課 0260-26-2111
伝説七滝 (デンセツナ ナタキ)	泰阜村 唐笠	矢筈川	唐笠の矢筈川が、天龍川に落ち込む場所に多くの滝や 滝壺を連ねる。上の白糸の滝から下って添水の滝まで、 スリルある不動滝。 ◆三遠南信道天龍峡ICから車15分	
禍誤除けの 滝 (カゴヨケノタ キ)	喬木村 氏乗	小川川	禍が起こらないように祈って参道を行き来したという由来があります。 ※加護受の滝と呼ばれていた頃もありました。 ◆中央道飯田IC、松川ICから車45分 座光寺SICから車35分	 喬木村産業振興 課 0265-33-5126
新九郎の滝	豊丘村 野田平	虻川	虻川の源流に位置する大瀑布。落差30mの大滝。 中央道松川ICから車50分	
壬生沢不動 滝 (ミブサワフド ウダキ)	豊丘村 壬生沢西	壬生沢川	不動尊を祀ることが名称の由来。その名に相応しく、飛 沫を上げて一直線に流れ落ちる水の様は勇壮の一語。 ◆中央道松川ICから車30分	豊丘村観光協会 (とよおか旅時 間) 0265-49-3395
成田不動滝 (ナリタフド ウダキ)			壬生沢不動滝の上部にある滝です。 滝つぼのすぐそばまで行け、近くで迫力を感じることがで きます。 ※滑りにくく濡れてもよい靴の着用をお願いします。 ◆中央道松川ICから車30分	

# キャンプ場情報

場所	期間	主な内容	問い合わせ先
妙琴公園 キャンプ場 (飯田市)	オープン中	マレットゴルフやサイクリングが楽しめるほか、近くを流れる松川ではアマゴ釣りもできる。 春のツツジ、秋の紅葉は見事。 ※直火禁止 ※予約不要、無料  ◆中央道飯田ICから車10分	飯田市 維持管理課 0265-22-4511
野底山森林公園 キャンプ場 (飯田市)	オープン中	森に住む野鳥や蝶、日本カモシカなどの動物に出会える他、モリアオガエルの繁殖地としても有名。 自然歩道、マレットゴルフ場、運動公園も完備。 ※予約方法:お問い合わせ先電話番号・FAX・メール・来所で受付  ◆中央道飯田ICから車20分	野底山森林公園 管理事務所 0265-22-0915
沢城湖 ハートランド牧場 キャンプ場 (飯田市)	オープン中	飯田市西部の山間に位置する小さな湖と牧場を中心としたオートキャンプ場。湖の周りにバンガローやテントサイトが点在しており、場内では乗馬、釣り、ボートカヌー、動物とのふれあいが楽しめる。 ※予約方法:お問い合わせ先電話番号にご連絡をお願い申し上げます。  ◆中央道飯田ICから車10分	沢城湖 ハートランド牧場 0265-25-8977
しらびそ高原 山岳 オートキャンプ場 (飯田市)	オープン中	南・中央・北アルプスを遠望できる標高1,900mの別天地。 目の前の風景には素直に感動できる。 ※予約方法:お問い合わせ先電話番号、キャンプ場検索・予約サイト【なっぷ】にて承ります。  ◆中央道飯田ICから車75分	しらびそ高原 天の川 050-3583-2302
大島河原 河川公園 オートキャンプ場 (飯田市)	オープン中	上村川の源流近く、標高1,000mの水辺のきれいなキャンプ場です。 川遊び・フィッシングからハイキングまで、思い思いのフィールドで楽しめます。 ※予約方法:お問い合わせ先電話番号、予約サイト【なっぷ・楽天トラベル キャンプ】にて承ります。  ◆中央道飯田ICから車60分	しらびそ高原 天の川 050-3583-2302
大平峠県民の森 キャンプ場 (飯田市)	オープン中	標高1,300m、飯田市と南木曾町を結ぶ県道8号線沿いにある自然豊かなキャンプ場。 ※予約不要、無料  ◆中央道飯田ICから車60分	南信州地域振興局 林務課 0265-23-1111 木曾地域振興局 林務課 0264-24-2211
アウトドアひろば 梅松苑 (松川町)	オープン中	松川町の東側、自然豊かな生田地区にある「アウトドアひろば 梅松苑」 春は山菜、夏は川魚のつかみ取り、秋は松茸、冬は焚き火やジビエと、まさに山の恵みを存分に楽しめます。  焚き火やソロキャンプも楽しめるオートキャンプサイトや、手ぶらでアウトドアが楽しめるドームテント、地元のそば粉と湧き水を使った手打ち蕎麦処があり、心もお腹も大満足！  ■利用料金 ・キャンプサイト 1泊(3名まで) 3,000円～ ・ドームテント 1泊(4名まで) 15,000円～ ・コテージ 1泊(5名まで) 19,000円～ ◆中央道松川ICから車20分	アウトドアひろば 梅松苑 0265-36-7100
松川高原 キャンプ場 (松川町)	オープン中	南アルプスを望む池の平にあるキャンプ場。 森の中でのんびり家族と過ごしたり、静かにソロキャンプを楽しむのもオススメ。 すぐ下のさんさんファーム森の家では循環型農業の豚肉や無添加ソーセージ等を販売しています。  ■利用料金 キャンプサイト(1区画)2,000円 ※サイトは全部で10区画 ■冬季は水道が凍結防止で閉鎖されますので、飲み水等はお持ちください。 ◆中央道松川ICから車10分	さんさんファーム 0265-36-6608



場所	期間	主な内容	問い合わせ先
ツリードーム 南信州 まつかわ (松川町)	オープン中	世界でも前例の少ない、木に吊るしたラグジュアリーテント「ツリードーム南信州まつかわ」は、新しいカタチの宿泊施設です。吊り下げ式、据え置き型2種類のツリードームに加え、新たに「ツリーフロア」が登場。地元の食材を使用した食事セットがあります。  ◆中央道松川ICから車約5分	まつかわ 旅の案内所 0265-36-6320 ※ご予約はウェブから <a href="https://dansuki.jp/stay/td/">https://dansuki.jp/stay/td/</a>
南信州グランピングTENKU (高森町)	オープン中	手ぶらで行けるラグジュアリーキャンプの南信州グランピングTENKUは、お客様毎に広々とした独立占有エリアでBBQコース料理やご宿泊を楽しめます。  ■利用料金(2名以上でご利用の場合) 素泊まり(大人1名)15,000円～ 2食つき(大人1名)19,600円～ ※利用するテント・施設により料金が異なります。 ◆中央道座光寺SICから車5分	南信州グランピングTENKU 080-8748-4649
山の寺 キャンプ場 (高森町)	オープン中	高森町の名刹「隣政寺」の少し上、標高900mを超える林間のキャンプ場。キャンプサイト11サイト、ソロサイト。 ■利用料金 テントサイト利用料 キャンプサイト:2,750円~/区画、ソロサイト:1,650円~/区画 駐車料:2台目以降1,000円/台 環境保全費:中学生以上200円/人 ◆中央道松川ICから車10分	高森町産業課 0265-35-9405  予約はキャンプ場検索・予約サイトなっぷで受付しています。 <a href="https://www.nap-camp.com/nagano/14813">https://www.nap-camp.com/nagano/14813</a>
二瀬キャンプ場 (阿南町)	オープン中	和知野川の溪流に面し、川遊びが楽しめます。 ■バンガロー5,000円 テントサイト1,500～2,000円 ◆三遠南信道天龍峡ICから車30分	阿南町振興課 0260-22-4055
池の島キャンプ場 (阿南町)	オープン中	和知野川上流の清流で川遊びが楽しめます。 ■バンガロー5,000円 テントサイト2,000円 ◆三遠南信道天龍峡ICから車30分	
銀河もみじ キャンプ場 (阿智村)	オープン中	国道153号沿いにあるキャンプ場。マレットゴルフや釣り堀も楽しめます。予約受け付け中です。 定休日等詳細は右記へお問い合わせください。 ◆中央道園原ICから車25分、飯田山本ICから車30分	銀河もみじキャンプ場 0265-48-6058 0265-47-2777 (休日連絡先)
ふるさと村自然園 せいなの森キャン プ場 (阿智村)	オープン中	木曾の妻籠宿と昼神温泉を結ぶ国道256号沿いにあるキャンプ場です。オートキャンプ場の他に大人気のテントサウナがあり、仕事や人間関係・コロナ禍などで疲れたココロやカラダを森の中でリフレッシュしていきましょう。 ◆中央道園原ICから車25分、飯田山本ICから車30分	せいなの森 キャンプ場 0265-46-2525
里山CAMPUS (阿智村)	オープン中	木曾の妻籠宿と昼神温泉を結ぶ国道256号沿いにあるキャンプ場です。キャンプ場直営店で、ソロ・デュオ専用のテントサイト・ハンモック専用サイトを併設しております。仕事や人間関係・コロナ禍などで疲れたココロやカラダを森の中でリフレッシュしていきましょう。 ◆中央道園原ICから車25分、飯田山本ICから車30分	里山CAMPUS 0265-46-2077
弓の又キャンプ場 (阿智村)	オープン中 (火曜定休)	区画整理された敢えて何もないシンプルなフィールドに、キャンプの醍醐味でもある拠点作りからスタート。日中はBBQや川遊び、夜は夜空鑑賞など、大自然を満喫できます。それぞれのスタイルでキャンプをお楽しみいただけます。 ◆中央道園原ICから車5分	弓の又キャンプ場 0265-44-2662
天魚 パークランド キャンプ場 (阿智村)	オープン中	南信州の湯多かな自然を身体で感じる五感喜ぶ自然体験施設内にある、自然との調和を目指したあったかいキャンプ場です。釣り堀・つかみ取り、炭焼き囲炉裏のBBQ、郷土料理やお肉も味わえます。無料ドッグランも常設しています。 ◆中央道園原ICから車5分	天魚パークランド キャンプ場 0265-44-2230
キャンプサイト ジブ (阿智村)	オープン中 (営業日等についてはホームページにてご確認ください。)	ミュー美術館の敷地内のファミリーキャンプ場です。標高約1,200mにある、素朴・温もりの美術館のキャンプサイトです。日本一の星空と治部坂高原の自然をお楽しみいただけます。 HP: <a href="https://www.campjibu.net/">https://www.campjibu.net/</a> ◆中央道飯田山本ICから車30分	キャンプサイト ジブ(ホームページより)

場所	期間	主な内容	問い合わせ先
キャンプサイト ななつ星 (阿智村)	オープン中	40年の歴史をもつ開拓精神・DIYの学習施設内の老舗キャンプ場です。草・木・土・石を使った大胆・工夫・愉快的な手作り感満載の施設です。南信州の高原で、ゆったり、ゆったり、人や自然とふれあってみませんか。 HP:https://www.camp7.net/  ◆中央道飯田山本ICから車20分	キャンプサイト ななつ星 (ホームページより)
やま星 (阿智村)	オープン中 (状況により火曜定休)	広々とした空間でゆったり過ごせる半球体大型グランピングドームテントです。おひとり様からご家族連れまでお楽しみいただけます。早朝の陽光の清々しさや澄み切った空に浮かぶ星々など、なかなか味わえない南信州の自然がここにあります。  ◆中央道飯田山本ICから車約10分	やま星 0265-49-8098
mokki (阿智村)	オープン中	四季をとおして格別な自然美を楽しめる特別な場所に、星をテーマにした北欧風ラグジュアリーグランピングが誕生しました。愛犬同伴可能なコクーテントやジャグジー付きドーム型テントなど全12棟・5種類のグランピングテントがごぞいます。  ◆中央道園原ICから車約5分	mokki 0265-49-3016
ひらやキャンプサイト (平谷村)	オープン中	平谷高原スキー場の中にあるキャンプ場です。涼しくて、星がきれいなキャンプ場で思い出を沢山作りましょう。BBQセットやコンロのレンタルもあります。  ◆中央道飯田山本ICから車30分	みなみ信州平谷 リゾート 0265-48-2100
CAMP&CHEERS KANESHIGE (下條村)	オープン中 (要予約)	ハードサイダー、クラフトビール、100%りんごジュースが飲めるキャンプ場です。大自然に囲まれながら、お酒とキャンプを楽しめます。  ◆三遠南信道天龍峡ICから車約15分	CAMP&CHEERS KANESHIGE 0260-27-2158
うるぎ星の森 オートキャンプ場 (売木村)	オープン中	標高1,200mにある、全国屈指の四つ星キャンプ場。アウトドア誌で西日本第4位に選ばれました。「いつ行っても飽きません」との声をいただきます。 ※予約受付は利用日の3ヶ月前から。  ◆三遠南信道天龍峡ICから車70分	うるぎ星の森オート キャンプ場 0260-28-2455
岩倉ダムキャンプ場 (売木村)	オープン中	夏の深緑や秋の紅葉など四季折々の景観が楽しめる湖岬のキャンプ場です。 ◆三遠南信道天龍峡ICから車60分	岩倉ダムキャン プ場 090-3834-3845
白樺高原キャンプ場 (売木村)	オープン中	県道沿いの白樺・カラマツ林にあるフリーサイトの小さなキャンプ場です。 ◆三遠南信道天龍峡ICから70分	白樺高原キャン プ場 090-6399-1500
和知野川 キャンプ場 (天龍村)	オープン中	豊かな緑と澄んだ川の流れるキャンプ場です。 【長野県が実施した河川水質測定ランキング】で常に上位にランクされる、透きとおった清流が自慢です。 春は近くの味覚小屋前に桜並木が出現し、夏場は思いっきり川遊びが楽しめます。また、夜には満天の星空が広がります。  ■利用料金 ログハウス利用料 ※「なっぷ」での予約必要 ・平日と日曜日 1棟1泊 5,000円 ・土曜日と祝日の前日 1棟1泊 8,000円 ・ハイシーズン10,000円 フリーサイトキャンプ場 ※「なっぷ」での予約必要 テント1張1泊平日・日曜日 1,000円 土曜日と休日の前日 2,000円 ハイシーズン 3,000円 ※ハイシーズンとは、ゴールデンウィーク(4月下旬から5月上旬にかけての連休)、7月・8月をいう ※「なっぷ」とはキャンプ場の予約サイトです  ◆中央道飯田山本ICから車40分	天龍村地域振興 課商工観光係 0260-32-1023
大河内森林公園 (天龍村)	オープン中	標高約900mの位置にある針葉樹に囲まれた静かな公園。オートキャンプ場やテント広場で思い思いのアウトドアが楽しめます。  ■利用料金 キャンプ場 オートサイト(1区画) 2,000円(予約必要) フリーサイト(1張り) 1,000円(予約必要) ◆中央道飯田山本ICから車60分	

場所	期間	主な内容	問い合わせ先
二軒屋 キャンプ場 (泰阜村)	オープン中	<p>天竜奥三河国定公園万古(まんご)溪谷の入口にある、万古川キャンプサイト。平成27年に東屋を新築しました。 携帯電話も繋がらない、俗世間からかけ離れた自然いっぱいの溪谷でリフレッシュしてください。</p> <p>■トイレは協力金として100円をお願いしています。 ■飲料水と食料はご持参ください。 ■利用の予約無し！キャンプサイト使用料無料！利用者の皆さまの善意で環境を維持しています。ご利用にあたってはゴミの持ち帰りにご協力下さい。 ◆三遠南信道千代ICから車40分</p> 	泰阜村振興課 0260-26-2111 (予約不要、ご自由にどうぞ)
矢筈公園 キャンプ場 (喬木村)	オープン中	<p>ダム湖に面したキャンプ場。直火もOK。ペットもOK。トイレや炊事場も完備しています。予約不要。山側の林間キャンプ場は利用可能。河川敷は工事のため制限がかかる場合がございます。冬季期間(12月～3月)は凍結防止のため水道・トイレがご利用いただけません。</p> <p>◆中央道松川IC、飯田ICから車約60分、座光寺SICから車約40分</p>	喬木村生活環境課 0265-33-5127
野田平キャンプ場 (豊丘村)	オープン中 (要予約)	<p>大自然の中で、通信手段を一切遮断して自然と一体化できるキャンプ場。サバイバル的にコアなキャンプをするのがおすすめ。要予約。簡易サウナに入って虻川の清流に飛び込む体験も行っています。(要予約)</p> <p>◆中央道飯田ICから車60分 ◆中央道松川IC、座光寺SICから車45分</p>	野田平キャンプ場 指定管理者 (株)メディアウオーズ 070-1837-1001
FREE SITE BASE とよおかベース (豊丘村)	通年 (会員限定 要予約)	<p>700坪の敷地を独り占めできる超贅沢なプライベートキャンプ場。1日1組限定の会員制サイトです。 伊那谷を見下ろすロケーションで夜景を望むことができます。 ワンちゃん連れやキャンピングカーキャンパーには打ってつけな場所で、人目を気にすることはありません。</p> <p>◆中央道飯田ICから車50分 ◆中央道松川IC、座光寺SICから車35分</p>	フリーサイトベース 070-2183-9124
大池キャンプ場 (大鹿村)	オープン中	<p>標高1,500mの大池高原は、自然と遊べる楽しさいっぱいの別天地。正面に見える中央アルプスと伊那山脈の大パノラマは圧巻です。</p>	
鳥ヶ池キャンプ場 (大鹿村)	オープン中	<p>標高1,700mの鳥ヶ池キャンプ場は、拡大改修工事が行われ15張までテント設置が可能になりました。 全線舗装の鳥倉林道から鳥ヶ池林道へ入って5分。自然林に囲まれた静かな環境にあります。</p>	大鹿村産業建設課 0265-39-2001 

※キャンプ場等をご利用の際は、クマに十分ご注意ください。

【参考】クマ注意喚起(PDF)

<https://www.pref.nagano.lg.jp/minamichi/minamichi-shokan/kannai/soshiki/documents/kuma.pdf>



# フォトコンテスト情報

イベント名	期日	場所	主な内容	問い合わせ先
再発見！ やすおかフォト 大募集 (泰阜村)	募集中～ 令和6年9月30日(月)	泰阜村	<p>泰阜村内で撮影した写真、または写真の大半に泰阜村が映っている写真が対象です。詳細は下記ホームページからご確認ください。</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>部門           <ol style="list-style-type: none"> <li>人の魅力を引き出す「人物部門」</li> <li>山紫水明がきらめく「風景部門」</li> </ol> </li> <li>応募要領           <ol style="list-style-type: none"> <li>データ提出に限る</li> <li>概ね3,000×2,000px以上</li> <li>JPG形式</li> <li>100MB以下 等</li> </ol> </li> <li>応募方法 ホームページの応募要領をよく読み、応募フォームから送信してください。</li> <li>抽選・景品 抽選により当選者を選出いたします。  <ol style="list-style-type: none"> <li>各部門5名ごと、最大10名</li> <li>景品は、商品券6000円分</li> </ol> </li> <li>応募フォーム <a href="https://ws.formzu.net/dist/S41813321/">https://ws.formzu.net/dist/S41813321/</a></li> <li>ホームページ <a href="https://www.vill.yasuoka.nagano.jp/docs/61208.html">https://www.vill.yasuoka.nagano.jp/docs/61208.html</a></li> </ol>	泰阜村 村づくり振興室 0260-26-2111
阿南町 フォトコンテスト	募集中～ 令和7年1月31日(金)	阿南町内	<p>阿南町の魅力が伝わる写真を大募集します！</p> <p>賞</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>各部門最優秀賞(副賞:1万円相当の景品)</li> <li>各部門優秀賞(副賞:5,000円相当の景品)</li> <li>Instagram部門いいね賞(副賞:1万円相当の景品)</li> </ul> <p>【応募方法】 「写真部門」 写真を現像して応募。詳しくは阿南町HPへ 「Instagram部門」 ①長野県阿南町アカウント(@nagano_anan.chou)をフォロー ②阿南町で撮影した写真に「#ANANフォトコン」を付け、「作品タイトル」、「撮影年月」を記載して投稿してください。 (2024年以降に撮影した写真のみが審査対象になります。)</p> <p>※必要事項の記載のない場合は、審査対象外になる場合がありますのでご注意ください。</p>	阿南町教育委員会 0260-22-2270
#平谷ひまわり フォトコン2024 (平谷村)	7月中旬～	平谷村内	<p>平谷のひまわりとアイデアが キラリと光る写真を大募集！！</p> <p>【応募方法】</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>平谷村観光協会のInstagramをフォロー</li> <li>平谷村内のひまわりを撮影</li> <li>「#平谷ひまわりフォトコン2024」のハッシュタグをつけて投稿</li> </ol>	平谷村観光協会 0265-48-2211
日本で最も美しい 村 「信州・大鹿」 フォトコンテスト (大鹿村)	【撮影期間】大鹿村内で 令和5年以降に撮影した もの 【募集期間】令和6年9月1 日～令和7年8月31日	大鹿村	<p>大鹿村内で撮影されたものであれば、被写体が大鹿村のものでなくてもかまいません。人物や動物が写っても差し支えありませんが、記念写真のような作品は、対象外とします。被写体に人物が入るばあいの肖像権侵害等の責は負いかねますので、本人の承諾を得てください。</p> <p>I プリント部門 ①写真規格 カラープリント 四つ切、または四つ切ワイド</p> <p>II ウェブ投稿部門 ①応募企画 1000万画像 350dpi以上 1MB～10MB</p> <p>※詳細は、令和6年夏頃、村ホームページ等でお知らせします。内容が変更となる場合がありますが、予めご了承ください。</p>	大鹿村総務課 企画財政係 0265-39-2001

# 花 情 報

種類	予想時期	場所	主な内容	問い合わせ先
岩つつじ	6月上旬 ～ 7月上旬	月瀬の大杉公園 (根羽村)	長さ49mの吊り橋、根羽峡大橋から下を望むと矢作川の清流沿いに岩つつじが咲いています。	根羽村振興課 0265-49-2111
	6月下旬 ～ 7月中旬	小戸名溪谷・檜原川 (根羽村)	矢作川の源流であり、溪流とともに新緑・岩つつじの自然を楽しむことができます。溪谷に咲く鮮やかなつつじが、すがすがしい気分させてくれます。また、美しい景観は写真愛好家に親しまれています。	
コマクサ	7月中旬	ヘブンスそのはら (阿智村)	7月中旬が見頃となります。 (ヘブンスそのはら夏営業は7月13日(土)(予定)から) ◆中央道園原ICから車5分 ◆中央道飯田山本ICから車20分	ヘブンスそのはら 0265-44-2311
ササユリ	7月中旬	富士見台高原 (阿智村)	富士見台高原を代表する高山植物ササユリ。ピンク色の花が可憐です。 (ヘブンスそのはら夏営業は7月13日(土)(予定)から) ◆中央道園原ICから車5分 ◆中央道飯田山本ICから車20分	
アジサイ	7月中旬 ～ 8月中旬	明皇山あじさいの里 (売木村)	ヒノキ林の中に主に青色のアジサイ約8,000株が咲き誇ります。間伐跡地およそ1ヘクタールに植栽されたアジサイは、高冷地のため、長期間(お盆ごろまで)楽しむことができます。涼しげな林を散策しながら、花見を楽しむことが出来ると好評です。 ◆中央道飯田山本ICから車50分	売木村産業課 0260-28-2311
	6月中旬～	隣政寺(山の寺) (高森町)	山の寺参道沿い(哲学の道)約600mに可憐な花を咲かせます。 ◆中央道松川ICから車10分	
		7月中旬～	金野・稲伏戸 (泰阜村)	金野生活改善センターから稲伏戸「あじさい園」にかけての道路沿いが紫陽花の咲く道となります。 ◆三遠南信道天龍峡ICから車10分
蓮	7月下旬 ～ 8月中旬	向原蓮の池 (売木村)	休耕田に植えた蓮がいつしか一面に広がり新しい村の名所となりました。お盆過ぎまで楽しむことができます。 ◆中央道飯田山本ICから車50分	
			売木村産業課 0260-28-2311	
ひまわり	8月上旬 ～ 8月中旬	ひまわりの湯周辺 (平谷村)	ひまわりの湯周辺が約15,000本のヒマワリでいっぱいになります。毎年変わる役場裏のひまわり迷路に参加してちんえもんグッズをゲットしよう!! ◆中央道飯田山本ICから車30分	平谷村観光協会 (平谷村役場内) 0265-48-2211
	8月上旬 ～ 8月中旬	野良舞夏ひまわり倶楽部 (阿南町)	南北500m、東西200mの広大な農園一面にひまわりの花が黄色い絨毯をつくります。 ◆三遠南信道天龍峡ICから車30分	

# 観光農園情報

品目(品種)	開園時期	品目(品種)の特徴	問い合わせ先
さくらんぼ狩り	6月上旬～ 7月上旬(予定)	(松川町)くだもの里松川町には20件以上のさくらんぼ農園があります！今年6月8日～7月上旬(予定)で開催します。事前予約制なので、だんだん好きになる旅まつかわのウェブサイトをご覧ください。直接農園にご予約ください。  ■料金 一般料金(小学生以上) 2,400円～ 3歳以上～小学生未満 1,200円 3歳未満 無料  詳細はウェブサイトへ <a href="https://www.dansuki.jp">https://www.dansuki.jp</a>	まつかわ旅の案内所 0265-36-6320
ブルーベリー狩り	6月中旬～ 7月下旬(予定)	(高森町)南アルプスを眺望してブルーベリー狩りを満喫！大自然の中で育ったブルーベリーをぜひ味わってください。 ※要予約  ■料金 ・大人(中学生以上) 1,000円(食べ放題／お持ち帰り1パック付) ・小学生 500円(食べ放題／お持ち帰り1パック付) ・未就学児は無料 (食べ放題／お持ち帰り無し)	ミナリベリー 090-1693-5749 (寺澤まで)
	6月中旬～ 7月中旬(予定)	(高森町)南アルプスを眺望してブルーベリー狩りを満喫！大自然の中で育ったブルーベリーをぜひ味わってください。 ※要予約  ■料金 ・1,000円(食べ放題／お持ち帰り1パック付)	信州高森・パノラマビレッジ 080-5145-5208
	6月中旬～ 8月上旬(予定)	(高森町)南アルプスを眺望してブルーベリー狩りを満喫！大自然の中で育ったブルーベリーをぜひ味わってください。  ■料金 ・大人(中学生以上) 1,000円(30分食べ放題) ・小学生 500円(30分食べ放題) ・未就学児は無料 (30分食べ放題)  ■お持ち帰りパック 1パック 300円	野の花ファーム 0265-35-8628 090-2767-4465
	6月中旬～ 7月下旬	(松川町)産地ならではの豊富な種類と、500円玉程の大きい品種もあるブルーベリーを是非ご賞味ください！ ※事前予約制、詳細はウェブサイトをご確認ください。 <a href="https://www.dansuki.jp">https://www.dansuki.jp</a>  ■料金 一般料金(小学生以上)1,200円 3才以上800円 3歳未満無料 ■もぎ取り購入 100g 300円～	まつかわ旅の案内所 0265-36-6320
	6月下旬～ 7月末 (要予約)	(泰阜村)料金等詳細はお問い合わせ下さい ◆三遠南信道千代ICから車10分	吉岡農園 0260-26-2063
	6月下旬～ 7月下旬 (予定)	(喬木村)大島地区・氏乗地区は標高600m以上の山間部。高原で育つブルーベリーは、粒も大きくおいしさが一粒にぎゅっとつまっています。料金等詳細はQRコードか右記交流センターへお問い合わせ下さい。  ◆中央道座光寺SIC車30分(細い道あり)	たかぎ農村交流研修センター 0265-33-3999
	7月上旬～ 7月下旬(予定)	(大鹿村) ■料金 ブルーベリー狩り【要予約】 各圃場によって金額が変わります。詳細はお問い合わせください。 ◆中央道松川ICから車40分(道の駅)	大鹿村観光協会 0265-39-2929

品目(品種)	開園時期	品目(品種)の特徴	問い合わせ先
 桃狩り 	7月中旬～ 8月下旬(予定)	(豊丘村)真夏に収穫できる桃は、種類も豊富。時期に応じた桃狩りをお楽しみいただけます。(要予約) <b>■料金:</b> 2,000円(2個もぎ取り+食べ放題) 2,300円(3個もぎ取り+食べ放題) ※その他プランあり <b>◆</b> 中央道飯田ICから車30分、松川ICから車15分、座光寺スマートICから車15分	豊丘村観光協会 (とよおか旅時間) 0265-49-3395
	7月下旬～	(松川町) <b>■料金</b> 1時間1,900円～(大人)/1,200円～(小学生)/小学生未満無料 料金は変更になる場合がございます。 (※農園により料金形態が異なる場合がございます。ご予約時にご確認下さい。)	まつかわ旅の案内所 0265-36-6320 dansuki.jp
プルーン狩り	7月下旬～ 9月下旬	(松川町)7月下旬～8月上旬までの品種:オパール、アーリーリバー 8月下旬～9月中旬までの品種:パープル・アイ、ベイラーなど <b>■料金 【30分】</b> 大人 800円～1,200円 (時期、品種によって異なります。) 3歳以上 400円～600円 3歳未満 無料	まつかわ旅の案内所 0265-36-6320 dansuki.jp
とうもろこし狩り	8月上旬～	(平谷村)生でも食べられる甘いとうもろこしです。 畑で獲れたてをその場でたべられます。 <b>◆</b> 中央道飯田山本ICから車30分	ひまわりの湯 0265-48-2911
 りんご狩り	8月中旬～ 11月下旬	(飯田市)8月中旬頃から早生種の「つがる」の収穫が始まり、9月には「ジョナゴールド」等の中生種、甘さで人気の「シナノスイート」や黒光りした「秋映」が収穫されます。10月に入ると晩生種の「王林」、りんご界の王様「ふじ」と品種がリレーされ、11月下旬頃まで収穫が続きます。	まちなかインフォメーションセンター 0265-22-4851 天龍峡りんご狩り組合案内所 0265-27-3322
	8月中旬～ 12月中旬	(松川町)8月中旬頃より「さんさ」「つがる」の収穫が始まり、9月下旬から10月下旬には「シナノスイート」「秋映」「シナノゴールド」や「紅玉」「陽光」「ジョナゴールド」など糖度の高い濃厚な味わいが特徴のりんごの収穫ができ、りんごの王様「王林」「ふじ」と続きます。松川町にはりんご狩りができる農園が数多くあります。 詳細はウェブサイトへ <a href="https://www.dansuki.jp">https://www.dansuki.jp</a>	まつかわ旅の案内所 0265-36-6320
なし狩り	8月下旬～ 10月上旬	(飯田市)8月下旬から赤梨の「幸水」の収穫が始まり、9月には青梨の「二十世紀」、9月中旬以降は赤梨の「豊水」「あきづき」及び当地域で育成された赤梨「南水」が収穫時期を迎えます。	まちなかインフォメーションセンター 0265-22-4851
	8月下旬～ 10月中旬	(松川町)8月下旬の幸水から始まる松川町の梨狩り。 ジューシーな果汁はやっぱり梨が断トツです。秋が深まるごとに甘さがグッと強くなり、晩生種が収穫出来る10月中旬まで様々な品種を楽しむことができます。 詳細はウェブサイトへ <a href="https://www.dansuki.jp">https://www.dansuki.jp</a>	まつかわ旅の案内所 0265-36-6320
野菜狩り	通年 (7月からスタート)	(豊丘村)豊丘村観光協会直営農場で季節の野菜狩りが楽しめます。年中いつでも野菜収穫ができますが、収穫できる野菜はその時期に旬のものだけ。気軽に籠いっぱい収穫できます。旬の野菜を刈取って持ち帰るのもよし、農園に設置された調理器具や調味料の貸し出しもあるので、農場でとれたて野菜をそのままお召し上がりされるのもよし。様々な体験が楽しめます。 <b>■料金</b> 入園料:300円/1人 大袋:1,500円 中袋:1,000円 小袋:500円 調理器具貸出し:1セット1,000円(1時間以内)	豊丘村観光協会 (とよおか旅時間) 0265-49-3395

※収穫時期は、天候等により変動があります。お出掛け前にご確認ください。  
 ※詳細はお問い合わせ下さい。

# 果樹・野菜オーナー募集情報

品目(品種)	募集内容	問い合わせ先
りんごの木 オーナー募集	<p>(豊丘村)【豊丘村では毎年りんごの木オーナーを募集しています。】 長野県は、青森県に次ぐ全国第2位のりんごの産地として全国的にも有名です。りんごの栽培は県内全域で行われ、特に豊丘村のりんごは品質がよいことで知られており、大阪市場でもブランドとして高値で取引されています。そんな豊丘村の美味しいりんごの木オーナーになってみませんか！</p> <p>○シナノスイート 収穫時期:10月中旬 ○陽光 収穫時期:10月下旬 ○シナノゴールド 収穫時期:10月下旬 ○ふじ 収穫時期:11月下旬</p> <p>※6月中旬の名札付けでご自分の木を選んでいただきます。 ※収穫は品種ごとに行います。 ※締め切り3月末日(りんごの木に余裕があれば随時受付)</p>	<p>豊丘村観光協会 (とよおか旅時間) 0265-49-3395</p>
	<p>(松川町)「りんごの木のオーナー」は、お申込みいただいた皆様がりんごの木のオーナーとなり、農家さんに栽培管理していただいたオーナー木(枝)の美味しいりんごを、皆様ご自身の手で収穫していただくプランです。収穫だけでなくりんごの花や生育を見に来ていただくことができます。お申し込みはウェブサイトもしくはふるさと納税の返礼品で受付中です。</p> <p>■申し込み・コースの内容について 申し込みや詳細情報はウェブサイトをご覧ください。 <a href="https://www.dansuki.jp">https://www.dansuki.jp</a></p>	<p>まつかわ旅の案内所 0265-36-6320</p>

制作：南信州地域振興局商工観光課  
TEL. 0265-53-0431 Mail. minamichi-shokan@pref.nagano.lg.jp

