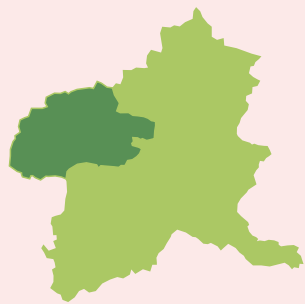




tavi
タヴィ

群馬^{あがつま}吾妻エリア 観光ガイドブック

温泉 自然 歴史 グルメ など魅力満載!



草津温泉



ハツ場ダム



県立ぐんま天文台



奥四万湖



キャベツ畑



岩櫃山

発行 ■ 吾妻観光連盟 TEL.0279-75-3301
ググっとぐんま観光宣伝推進協議会 吾妻地域部会
協力 ■ 吾妻物産振興協会



大地と水が育てた

食

ギンヒカリ

婦恋の高原キャベツ

農地が標高 300 ～ 1,400 mと広範囲に分布していることから、その環境に合わせて様々な農畜産物が生産されています。昼夜の温度差が大きく、また浅間山の恩恵を受けた豊かな土壌を持つ婦恋村では、キャベツはもちろんジャガイモやトウモロコシも非常においしいと評判です。日本名水百選の箱島湧水で選り抜かれて育てられた最高級ニジマス“ギンヒカリ” や手打ちそば、手作り豆腐など、おいしい水はおいしい食を生み出します。

CONTENTS

- 4 吾妻エリアマップ
- 6 新しい施設も続々オープン！ ハッ場あがつま湖
- 8 ここにしかない体験を 自然・体験
- 10 草津温泉の新たな観光スポット 「裏草津」
- 11 あがつまで歴史巡り 吾妻の歴史
- 12 あがつまの花
- 16 **Route 1** 高山▷四万温泉
アートと歴史のロマンを追って 文化薫る旅
- 18 **Route 2** 六合・野反湖▷沢渡温泉
心癒す優しい風景に出会う ふれあい探訪
- 20 **Route 3** 草津温泉周遊
一度は行かなきゃ！ 草津よいとこ巡り
- 22 **Route 4** 北軽井沢・浅間高原▷万座温泉
浅間山北麓の自然を堪能する ジオドライブ
- 24 **Route 5** 鹿沢温泉▷婦恋・バラギ高原
360度のパノラマビュー 絶景スポット巡り
- 26 **Route 6** 東吾妻▷浅間隠温泉
恵みをたっぷり浴びよう 大自然を感じる旅
- 28 あがつま四季の楽しみ方
- 30 あがつまのお土産
- 32 温泉でゆっくりゆったり 湯の里あがつま
- 33 紅葉スポット
- 34 スノーアクティビティ（スキー場情報等）



吾妻エリアへ行きたくなったら…
「ルートガイド」をCHECK!



高山村のきれいな星空

都心から近い
自然

野反湖

上信越高原国立公園を擁し、山岳や高原、湖、湿原、森林が織り成す変化に富んだ自然豊かな地域です。雄大な浅間山や珍しい高山植物が咲き誇る芳ヶ平湿原や野反湖、「関東の耶馬溪」とも言われる吾妻峡など感動の大自然があちこちに点在し、絶景を一目見ようと多くの観光客が訪れます。そんな大自然まで「都心から約2～3時間」というアクセスの良さも魅力です。



草津温泉：大滝乃湯



草津温泉：湯もみ

湯の丸レンゲツツジ群落



四万温泉

なんといっても
温泉

日本三名泉に数えられる草津温泉をはじめ、四万温泉や万座温泉、鹿沢温泉、沢渡温泉、川原湯温泉など、群馬が誇る名湯の多くが吾妻エリアにあります。ゆったりした時間を過ごせる閑静な一軒宿や、大自然の中の秘湯、歴史の重みある温泉宿なども多く、女性には見のがせない、日本三美人の湯の1つも吾妻エリアにあります。



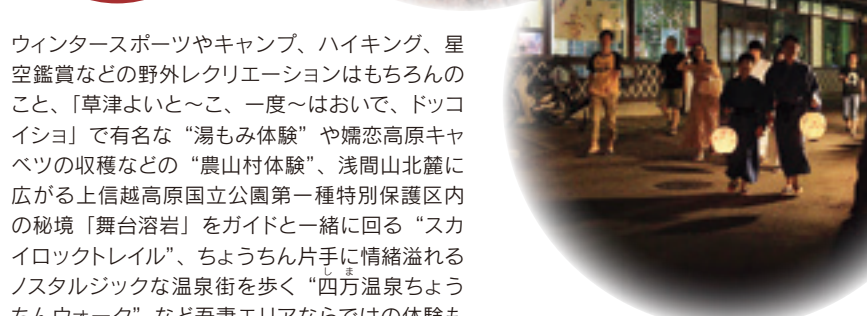
吾妻エリアの魅力大公開！

あがつま 「吾妻エリア」って どんなところ？

温泉大国・群馬の中でも、とくに湯資源豊富なエリアで、雄大な自然と多彩な観光スポットがあふれ、のんびり派もアクティブ派も大満足できる地域なんです。



スカイロケットトレイル



四万温泉：ちょうちんウォーク

忘れられない
体験

ウィンタースポーツやキャンプ、ハイキング、星空鑑賞などの野外レクリエーションはもちろんのこと、「草津よいとこ」、一度～はおいで、ドッコイショ」で有名な「湯もみ体験」や婦恋高原キャベツの収穫などの「農山村体験」、浅間山北麓に広がる上信越高原国立公園第一種特別保護区内の秘境「舞台岩」をガイドと一緒に回る「スカイロケットトレイル」、ちょうちん片手に情緒溢れるノスタルジックな温泉街を歩く「四万温泉ちょうちんウォーク」など吾妻エリアならではの体験も盛りだくさん。



2020年ハツ場ダム完成とともに、
新しい施設も続々オープン!

ハツ場 あがつま湖



自転車型トロッコ吾妻峡 レーンバイクアガッタン [E-3]

ハツ場ダム建設に伴う付け替えで、一部廃線となったJR吾妻線を利用した自転車型トロッコ。吾妻峡を眼下に景色を堪能でき、日本一短い鉄道トンネルだった樽沢トンネルや鉄道橋を通りスリルを味わえる渓谷コースがある。

- 🕒 8:30～17:15(詳細はHPを確認)
📍 東吾妻町吾妻峡周辺地域振興センター 東吾妻町松谷868-1
🕒 営業日(東吾妻町吾妻峡周辺地域振興センター):
0279-26-9431
営業日以外(東吾妻町役場まちづくり推進課):
0279-68-2111



道の駅あがつま峡 [E-3]

国指定名勝「吾妻峡」の玄関口に位置する道の駅。日帰り温泉、公園、農産物直売所、ドックランを併設している。新鮮な農産物は、午前中に売り切れてしまう事も。東吾妻町特産のコンニャクを使用した、デビルズタンパーガーはおすすめグルメ。

- 🕒 9:00～18:00 (12月から3月は17:00時まで)
📍 東吾妻町三島6441 📞 道の駅あがつま峡 0279-67-3193



ハツ場バンジー [E-4]

ハツ場大橋からハツ場あがつま湖に向かってバンジージャンプ。ジャンプ台正面からはハツ場ダム堤体が視界に広がるので、ダムサイトの景色とともに楽しむことができます。

- 🕒 9:00～17:00(最終受付16:30)
📍 火・水曜定休/営業日要問合せ
💵 15歳以上、体重制限40～105kg
1回目11,000円、同日2回目6,000円、
2回目以降7,000円
(要認定書、身分証明書)
📍 長野原町川原畑 ハツ場大橋
📍 渋川伊香保ICから車で約60分
📞 0278-72-8133
(バンジージャンプ)



観光船 [D-4]

冬から春にかけてハツ場あがつま湖をぐるりと巡るダム湖クルーズ。ハツ場湖の駅丸岩を発着点に約40分間遊覧します。船は2隻あり、内1隻は貸し切り船として運用します。

- 🕒 ハツ場湖の駅丸岩から乗車
9:00～17:10/1日5便、各便40分
📍 不定休
💵 大人2,000円、
子供(小学生以下)1,500円、
幼児無料
📍 長野原町横壁904-3
📍 渋川伊香保ICから車で約65分
📞 0279-82-5596
📍 チケットは同施設で販売。ネット電話予約可。



やんば茶屋 [E-4]

ハツ場ダム敷地内にオープンした飲食・お土産販売施設です。飲食は醤油、塩、とんこつ味のラーメンをメインに、数量限定のダムカレーやケーキ・コーヒーセットなどを提供しています。

- 🕒 10:00～16:00
📍 水曜定休 📍 長野原町川原畑1121-31
📍 渋川伊香保ICから車で約60分 📞 090-2230-4558



水陸両用バス [D-4]

群馬県内で初登場の水陸両用バスです。「ハツ場にやがてん号」に乗ってハツ場あがつま湖とその周辺の陸路を1日5便、各便約70分の行程で運行します。陸路から湖面に入る瞬間のスプラッシュは迫力満点。ハツ場あがつま湖の水位の状況によって入水地点が異なります。4月下旬～11月末を目途に運行しています。

- 🕒 Dts creation本社又はハツ場湖の駅丸岩から乗車
9:00～17:10/1日5便、各便75分
📍 毎週水曜日
💵 大人2,500円、子供(小学生以下)1,250円
📍 長野原町横壁904-3
📍 渋川伊香保ICから車で約65分
📞 0279-82-5596
📍 チケットは同施設で販売。ネット電話予約可。



川原湯温泉あそびの基地 NOA [E-4]

川原湯温泉駅から徒歩約1分の立地なので電車でも気軽にのんびりいただけます。キャンプ、バーベキュー、カヌー・カヤックなどの湖面ツアー、カフェ、日帰り温泉、観光案内所、レンタサイクルなど様々な体験を提供しています。キャンプやバーベキューは必要な道具が一通り揃っているので手ぶらで来ても楽しめます。

- 🕒 笹湯 12:00～18:00(最終受付17:00)/笹湯カフェ 10:30～17:30/
バーベキュー 11:00～16:00、17:00～20:00/キャンプ 13:00～翌11:00
📍 月曜定休(月曜が祝日の場合は営業)
📍 長野原町川原湯 223-5
📍 渋川伊香保ICから車で約60分/川原湯温泉駅から徒歩約1分
📞 0279-82-5250



ハツ場湖の駅丸岩 [D-4]

建物の外観は旧長野原町役場庁舎をモチーフにしたデザインで、2階には旧庁舎の町長室を再現したスペースがあります。飲食・お土産スペースもあり、ここでしか購入できないグッズもあります。水陸両用バスの発着地点となっており、乗車チケットもこちらでお買い求めいただけます。

- 🕒 9:00～17:30/水曜定休 📍 長野原町横壁904-3
📍 渋川伊香保ICから車で約65分 📞 0279-82-5056



やんば天明泥流ミュージアム [D-4]

ハツ場ダム建設工事に伴い実施された大規模発掘作業によって、様々な遺物が出土されました。この施設では、それら出土品を展示するほか、発掘作業によって明らかとなった当時のハツ場の村人の生活について再現映像も放映しています。

- 🕒 9:00～16:30
(最終入館16:00)
📍 水曜定休
(水曜が祝日の場合は翌日)
💵 600円、小中学生400円、
15名様以上団体割引、
障害者手帳所持者割引
📍 長野原町林1464-3
📍 渋川伊香保ICから車で約60分
📞 0279-82-5150



レンタサイクル [D-4] [E-4]

道の駅ハツ場ふるさと館と、らからからステーション(川原湯温泉あそびの基地NOA内)では、レンタサイクルの受付を行っています。自転車は、電動アシスト自転車と児童用自転車を用意しています。ハツ場ダム周辺を自転車で周遊してみませんか?

- 🕒 道の駅ハツ場ふるさと館又はらからからステーション
(川原湯温泉あそびの基地NOA内)で受付/
9:00～16:30
💵 2時間1,000円、延長料金1時間500円(上限1,000円)
📍 【道の駅ハツ場ふるさと館】長野原町林1567-4
【川原湯温泉あそびの基地NOA】長野原町川原湯223-5
📍 【道の駅ハツ場ふるさと館】渋川伊香保ICから車で約60分
【川原湯温泉あそびの基地NOA】渋川伊香保ICから車で約60分、
川原湯温泉駅から徒歩約1分
📞 道の駅ハツ場ふるさと館 0279-83-8088
らからからステーション 0279-82-5895

長野原町営浅間園 スカイロクトレイル

[B-6]

2018年6月にオープンした長野原町営浅間園のトレッキングコース。これまでの浅間山の火山活動によって形成された溶岩流や、高山の自然を満喫できます。浅間園認定ガイドがコースを案内します。

- 受付時間**9:00～9:30
出発時間10:00(集合時間9:40)
帰館時間14:30頃予定
- 実施日**はホームページをご確認ください。
- 料金** 大人1,000円、小・中学生500円
※別途ガイド料金がかかります。ガイド一人につき15,000円、ガイドは一人あたり7名様まで対応
- 住所** 長野原町北軽井沢
- アクセス** 上信越自動車道「碓氷軽井沢IC」から約50分
- TEL** 0279-82-5566 浅間山ジオパーク推進協議会
- 要**



万座しぜん情報館

(わくわく万探ツアー) [B-2]

上信越高原国立公園内の万座・草津地域の自然を紹介する施設で、2018年5月にオープンしました。館内にある展示コーナーには自然に関する展示物やサンショウウオの飼育も見学できます。また、休憩ライブラリーや屋外に設置されています展望テラスでは、万座の自然を楽しみながらゆっくりとお過ごしいただけます。館長による、万座の自然を科学と遊び心で探究・探検・探索する「わくわく万探ツアー」は大好評。季節毎に違ったテーマで開催され、大人も子どもも自然を楽しめます。

- 営業** 9:00～16:00
- 休** 年中無休
- 料金** ツアー参加費 1,000円～1,500円
(万座しぜん情報館への入館は無料)
- 住所** 嬬恋村 万座温泉
- アクセス** JR吾妻線「万座・鹿沢口駅」から路線バス(西武観光バス)で約40分
上信越自動車道「碓氷軽井沢IC」から車で約100分
- TEL** 0279-97-4000(万座しぜん情報館/万座温泉観光協会)
- 要** ツアー参加は予約要



吾妻峡 ハイキング

[E-3]

ハツ場ダムの下流に有り、関東の耶馬溪とも呼ばれる美しい渓谷。特にミツバツツジの咲く4月中旬、新緑の5月、紅葉が彩る10月下旬から11月上旬がベストシーズン。渓谷遊歩道やハイキングコースが整備され、ハイキングが楽しめる。新しく出来た紅葉台橋は八丁暗がりをよく見ることができ、おすすめのビュースポット。

- 営業** 12月から3月は冬季閉鎖
- 休** 期間中無休
- 住所** 東吾妻町三島 東吾妻町松谷
- TEL** 0279-70-2110
(一社)東吾妻町観光協会)



あづまやさん 四阿山 (群馬県境線トレイル 日本百名山に登ろう) [A-4]

群馬県の最西端、長野県との県境に位置する、標高2,354mの山で日本百名山の1つです。真田一族が守護神として崇めていた山でもあります。嬬恋村からの登山道は鳥居峠からのコースとバラギ高原からのコースがあります。鳥居峠からのコース内には、的岩、嬬恋清水、花童子の宮跡など名所があり、初心者でも楽しめます。

- 料金** バルコール嬬恋リゾートの Gondola 利用(運行は期間限定)の場合乗車料金がかります
※バルコール嬬恋リゾートの Gondola を利用すると、Gondola の頂上駅から、四阿山の山頂まで約100分で登頂できます。
- アクセス** 鳥居峠まで
JR吾妻線「万座・鹿沢口駅」からタクシーで約30分
上信越自動車道「上田菅平IC」から車で約30分
・バラギ高原まで
JR吾妻線「万座・鹿沢口駅」からタクシーで約20分
上信越自動車道「上田菅平IC」から車で約40分
期間限定でJR吾妻線「万座・鹿沢口駅」からシャトルバスを運行(ご利用の3日前までに要予約)
- TEL** 0279-97-3721((一社)嬬恋村観光協会)



自然・体験

吾妻エリアでは
豊かな自然の中、
ここにしかない様々な体験を
お楽しみいただけます!



奥四万湖 (カヌー)・四万湖 (カヌー・SUP)

[F-1] [F-2]

中之条町には「四万ブルー」と呼ばれる鮮やかなコバルトブルーの湖が2つあり、奥四万湖ではカヌー、四万湖ではカヌー・SUPが楽しめます。

※奥四万湖では個人のカヌー持ち込みはできません。

※四万湖では個人のカヌー・SUPをご利用の方は旧西中学校に駐車をしてください。

- 営業** 各カヌー業者にお問い合わせください
- 住所** 中之条町四万地内



道の駅「中山盆地」 [H-2]

朝採りの地元産野菜やフルーツ、加工品をそろえる直売所のほか、大型遊具のある公園やレストラン、日帰り温泉、宿泊コテージを併設する滞在型の道の駅。田園風景を眺めながらの足湯でほっと一息するのもおすすめです。

- 営業** 9:00～18:00 (11月～3月 9:30～17:30) 日帰り温泉は10:00～21:00
- 休** 毎月10日(土・日・祝の場合は翌平日)※直売所のみ4月～11月は無休
- 料金** 日帰り温泉:大人(中学生以上)530円、こども(3歳以上)330円
- 住所** 高山村中山2357-1
- アクセス** 関越自動車道「渋川伊香保IC」から約30分
- TEL** 0279-63-2000(高山温泉ふれあいプラザ)



天狗山 BanZip TENGU [C-2]

温泉街のパノラマを独占しながら楽しめるジップライン。全長約500m高低差約108mの空中に架設したワイヤーロープを専用滑車とハーネスを使い、天狗山山頂より一気に滑空します。



- 営業** 9:00～(最終受付16:00)※季節により変動あり
- 休** 無休
- 料金** 大人2,000円、子供1,200円
- 住所** 草津町草津白根国有林内
- アクセス** 関越自動車道「渋川伊香保IC」から約80分
JR吾妻線「長野原草津口駅」から路線バス25分
そこから更に路線バスに乗り換え5分
- TEL** 0279-88-8111
- 要**



中之条ビエンナーレ

隔年で開催される国際現代芸術祭。温泉街、廃校となった木造校舎、商店街の空き店舗等に作品(インスタレーション・映像等)を展示し、町全体が美術館になります。2021年の作品はオンラインで鑑賞することができますので、特設ウェブサイトをご覧ください。

<https://nakanojo-biennale.com/2021/>

※内容は2021年の情報です。

- 営業** 9:30～16:00 9月～11月のうちの1か月間(2021年は10月15日～11月14日。西暦の奇数年開催)
- 休** 期間中無休
- 料金** 鑑賞バスポート 当日1500円/高校生以下鑑賞無料
- 住所** 中之条町内
- アクセス** 中之条町・JR吾妻線「中之条駅」または長野原町・JR吾妻線「長野原草津口駅」から車・タクシー(エリアにより路線バスでアクセス可能。路線バスでアクセスできないエリアへは鑑賞バスポートで乗車できるシャトルバスでアクセス可能)。
- TEL** 0279-75-8848(中之条町観光工商課)または0279-75-3320(中之条ビエンナーレ事務局)



作家名: 浅野 暢晴 作品名: トリックスター百鬼夜校
撮影者: 永井 文仁

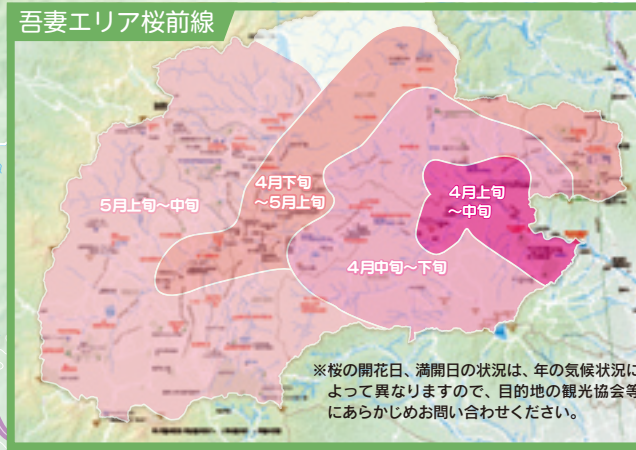


作家名: DamaDamTal 作品名: 忘れもの薬局
撮影者: 西形 美穂



花

標高差の大きい
吾妻エリアでは、
花々を時間差で長期間
楽しむことができます。
また、地域によって
様々な花を
楽しむことが
できます。



花ごよみカレンダー

スポット	3月	4月	5月	6月	7月
1 高山村 ロックハート城		イングリッシュブルーベル		シャクナゲ	バラ
2 高山村 小野子山			アナベル		
3 高山村 十二ヶ岳			ゴヨウツツジ		
4 東吾妻町 岩井親水公園			カタクリ		
5 中之条町 林昌寺			スイセン		
6 中之条町 オープンガーデン福田			シタレザクラ		
7 中之条町 中之条ガーデンズ			カッコンソウ		
8 長野原町・東吾妻町 ハッ場ダム周辺(吾妻渓谷)			ハナモモ・レンギョウ	クリンソウ	
9 長野原町 ハッ場周辺(カタクリ群落)			バラ		
10 中之条町 中之条山の上庭園			ミツバツツジ		
11 中之条町 野反湖			カタクリ		
12 中之条町 チャツボミゴケ公園			コマクサ		
13 草津町 ザゼンソウ公園			エーデルワイス		
14 中之条町 芳ヶ平湿原			シラネオアイ		
15 東吾妻町 浅間隠山			レンゲツツジ		
16 長野原町 長野原町営浅間園			レンゲツツジ		
17 嬬恋村 浅間高原シャクナゲ園			ワタスゲ		
18 嬬恋村 鹿沢・湯の丸高原			シャクナゲ		

※ 1・4・7・8・13・17 については、次のページでも特集しています。 ※開花時期はその年により異なります。





草津ザゼンソウ公園
[C-3]
小川に沿った湿地に群生するその数は北関東最大規模。園内には木道が整備されています。

住 草津町前口
料 無料
ア 関越自動車道
「渋川伊香保IC」から約80分
TEL 0279-88-7188



花



ロックハート城
William's Garden [H-2]
William's Gardenはヨーロッパの迷宮庭園の歴史と草木の美しさにフォーカスしたイングリッシュガーデン。お城と森に囲まれたフォトジェニックな庭園が、四季折々の花々のやさしい色と香り、安らぎをいっぱい感じられるお洒落な空間に皆さまを誘います。

5月中旬頃には、丘一面が青色に染まる「イングリッシュブルーベルの丘」が見頃を迎えます。

営 9:00～17:00
休 年中無休
料 大人(中学生以上)1,100円
4歳～小学生600円
住 高山村中山5583-1
ア JR上越線「沼田駅」からバスで約20分
関越自動車道
「渋川伊香保IC」から約35分
TEL 0279-63-2101(ロックハート城)



岩井親水公園脇の水仙畑と桜並木 [G-3]
岩井親水公園脇の畑一面に咲く30万本の水仙と1kmにもわたる桜並木。4月上旬から中旬に見頃を迎える、水仙の黄色と桜の薄紅色の美しいコントラストは一見の価値あり。

料 無料
住 東吾妻町岩井
ア ●岩井親水公園
関越自動車道「渋川伊香保IC」より車で40分
JR吾妻線「中之条駅」よりタクシーで10分
TEL (一社)東吾妻町観光協会 0279-70-2110



中之条ガーデンズ [F-3]
7つの庭とファームエリアからなるガーデンの集合体です。それぞれの庭にプロのガーデナーたちが表現した独自の世界が広がり、数百種類の花や植物が楽しめます。「いつ、どこを歩いても一人ひとりにとって、小さな発見がある庭」をコンセプトに、様々な季節、様々な場面で、訪れた方それぞれが新しい発見ができるよう、デザインと植栽に工夫を凝らしています。草花の楽しみだけでなく、地域の食や特産品も発信する拠点です。

営 9:00～17:00
(入園は16:30まで)
休 年末年始
料 変動制(大人300～1,000円)
住 中之条町折田2411
ア 渋川伊香保ICから約50分
TEL 0279-75-7111



子守りマツ [D-4]
不動の滝の目の前に生えるアカマツの幹の上で生育しているムラサキツツジ(ミツバツツジ)。その形態はまるで我が子を抱いているかのように見えます。4月下旬～5月上旬頃に開花。
※気象条件などにより開花しない場合もあります。

住 長野原町川原湯
ア JR吾妻線「川原湯温泉駅」から徒歩約10分
関越自動車道「渋川伊香保IC」から約60分
TEL 長野原町役場産業課 0279-82-3013



浅間高原シャクナゲ園 [B-6]
浅間山の麓、標高およそ1,500mから1,700mの秘境に咲く天空の花畑。大自然の中にシャクナゲ3種類の順に咲きみだれ、その中をゆっくり散策できます。高山植物の女王コマクサやレンゲツツジも見られます。毎年5月上旬から5月下旬の見頃の時期に開催される「浅間高原シャクナゲ園まつり」では、園内ガイドも常駐。記念植栽無料体験やシャクナゲの販売、地元の特産品の販売なども行われています。

営 9:00～16:00(15:30最終入園)
(まつり期間以外は入園自由)
休 無休
料 ※まつり期間中
環境美化協力費 300円(小学生以下無料)
団体がガイド希望の場合 有料
住 嬬恋村 浅間高原シャクナゲ園
ア JR吾妻線「万座・鹿沢口駅」からタクシーで約30分
上信越自動車道「碓氷軽井沢IC」から約1時間
・シャトルバスについて
嬬恋村観光案内所 0279-97-3721

文化薫る旅

アートと歴史のロマンを追って

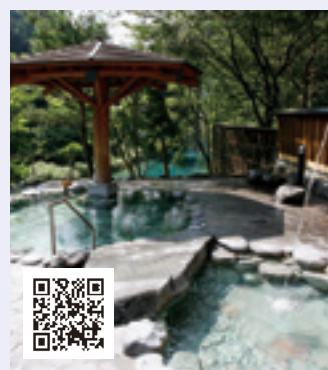


四万温泉街

⑧四万温泉

四万温泉は豊かな自然に囲まれた昔ながらの温泉情緒が残る温泉地です。温泉は浴用だけでなく、飲泉にも適しており、温泉街や旅館の中に飲泉所が設置されています。昭和29年には優れた環境、温泉の湧出量が豊富であることから、国民保養温泉地の第一号に指定されています。コバルトブルーの奥四万湖や旅館・商店で気軽にスイーツを楽しめるイベントなど見どころ満載です。

泉質●ナトリウム・カルシウム・塩化物・硫酸塩泉
日帰り入浴●一部旅館可 TEL●0279-64-2321(四万温泉協会)



④四万清流の湯

澄んだお湯はさらさらとくせがなく、とても入りやすい。名前のとおり、四万の清流を望め、四季折々の景観を楽しんでいるとつい長湯してしまう日帰り温泉施設。

泉質●ナトリウム・カルシウム・塩化物・硫酸塩泉 所在地●中之条町四万3830-1
時間●10:00～21:00 休●第4水曜、年末(要確認) TEL●0279-64-2610



⑦奥四万湖

光の加減や時間帯によって色が変化する湖水は見入ってしまうほどの美しさ。春の新緑や秋の紅葉の時期には多くの人が訪れます。1周約4kmの周遊道もあるので散策もおすすめ。

TEL●0279-64-2321(四万温泉協会)



④四万温泉 和洋スイーツ巡り

四万温泉には旅館や商店で気軽に食べられるスイーツ・甘味がたくさんあります。温泉協会や各施設で配布しているスタンプラリーの用紙にお店が掲載されているほか、施設の前の「ひとやすみ」の暖簾が目印です。

TEL●0279-64-2321(四万温泉協会)



④四万温泉エール

深い味わいと豊富な香りが特徴。「四万温泉エール」で検索して、そのこだわりを読めばおいしいワケが分かります。わしの屋酒店(直売所)では瓶入り販売や生ビールが飲めます。また、一部旅館でも飲むことができます。

わしの屋酒店 所在地●中之条町四万温泉3894-1 時間●8:00～21:00
TEL●0279-64-2608



②県立ぐんま天文台

目玉はなんといっても直接覗くことができる世界最大級の望遠鏡。ほかにも太陽観察や屋外モニュメントなど、昼も夜も宇宙の神秘を楽しめ、う～んと気軽に“宇宙”に近づけます。お土産に宇宙食はいかがでしょう。

所在地●高山村中山6860-86 時間●昼10:00～17:00/夜19:00～22:00(11～2月は、昼10:00～16:00/夜18:00～21:00) 観覧料
●大人300円/大学生・高校生200円/中学生以下無料
TEL●0279-70-5300



③道の駅「中山盆地」

雄大な田園風景、夜は露天風呂で満天の星空を満喫したり、夏は田んぼアートも楽しめる道の駅。直売所では、朝採れ高原野菜や手作り食品も多数ご用意しています。敷地内にある充実した設備の公園「高山ふれあいパーク」は大人から子どもまで楽しめます。日帰り温泉、コテージでゆっくりくつろぐのもおすすめ。

所在地●高山村中山2357-1 時間●[直売所]9:00～18:00(4～10月)/9:30～17:30(11～3月) [日帰り温泉]10:00～21:00(入館は20:00まで) TEL●0279-63-2000(高山温泉ふれあいプラザ)

④中之条ガーデンズ

12万平方メートルの園内に数百種の植物が植えられています。丘陵地に咲く1千本の花桃や日本を代表するガーデンデザイナーが監修する色彩豊かなイングリッシュガーデンなど四季折々の花を楽しむことができます。

所在地●中之条町折田2411 時間●9:00～17:00(入園は16:30まで) 休●年末年始・一部施設では冬期休業があります。 料金●変動制(大人300～1,000円) TEL●0279-75-7111



⑤道の駅「霊山たけやま」

端午節句の鯉のぼりや紅葉など、四季折々の景観は訪れる人を魅了します。そば処や特産物直売所、アスレチックなどがあり、大人から子どもまで楽しめる道の駅。「たけやま館」では4食分4,000円、しかも講師がついて本格的なそば打ち体験ができます！

所在地●中之条町五反田222-1 【たけやま館】時間●4～11月 9:00～17:00 12～3月 9:00～16:00 ※1月2・3日は9:00～15:00 TEL●0279-75-7280 【そば処やき】時間●4～11月 11:00～16:00 12～3月 11:00～15:00 TEL●0279-75-7021 休(共通)●4～11月無休 12～3月 毎週水曜日 年末年始(12月29日・30日・1月1日)

④呑み喰い処みょうが

あまみとねばりのある地元のお米、季節の野菜を漬けた自家製お漬物、昔ながらの手作りの味噌を使った味噌汁は、身体が喜ぶ美味しさ。高山村の旬の食材を使用することを心がけています。自家製うどんやリーズナブルな食替り定食もおすすめです。

所在地●高山村中山518-4 時間●昼11:30～13:30/夜17:30～21:00休●木曜日 ※都合により臨時休業ありTEL●0279-26-7405



①ロックハート城

英国の“本物”の古城を移築・復元、中世ヨーロッパの街並みを再現したテーマパーク。500着以上のドレスの中から、お気に入りの一着を選び、ティアラを付けば誰でもプリンセスに！イングリッシュガーデンをはじめ、欧州田舎料理や地ビールカントリーレストラン、ハートバザールショップなどもあります。

所在地●高山村中山5583-1 時間●9:00～17:00
TEL●0279-63-2101



ぐんま天文台の望遠鏡は世界最大級！伝統が息づく星の里“高山村”から名湯“四万温泉”を訪ねます。



高山村キャラクター
ひかるくん つぼみちゃん いぶきちゃん

沼田IC

↓車約25分

①ロックハート城

↓車約10分

②県立ぐんま天文台

↓車約10分

③道の駅「中山盆地」

↓車約20分

④中之条ガーデンズ

↓車約20分

⑤道の駅「霊山たけやま」

↓車約10分

⑥富沢家住宅

↓車約35分

⑦奥四万湖

↓車約5分

⑧四万温泉街

⑤野反湖

標高1,513mのダム湖で、シラネアオイ、ノソリキスゲなど、約300種の珍しい高山植物が可憐に彩ります。雄大な自然に囲まれた環境で、聞こえてくるのは風の声と小鳥のさえずりだけ。日常をすっかり忘れさせてくれます。湖畔には、雑誌「BE-PAL」で“ほんとうに気持ちいいキャンプ場日本一”に選ばれたことのあるキャンプ場もあります。野反湖キャンプ場管理事務所は売店やシャワールームなど便利な施設のほか、野反湖のみどころも紹介してくれます。

所在地●中之条町入山国有林内 TEL●0279-82-1180(野反湖キャンプ場総合予約センター) ※冬期閉鎖(11月下旬～4月下旬)



⑥中之条 山の上庭園

食事・特産品・創作体験・ギャラリー・観光情報が揃った暮坂高原の総合ターミナル! 広大な敷地には、色とりどりの季節の花や山野草が咲きみだれ、ドライフラワーアレンジメント、ハーバリウムなどにもチャレンジできます。

所在地●中之条町入山4046-2 時間●9:00～17:00 休●12月下旬～4月中旬まで冬期休館 TEL●0279-80-7123

⑦牧水詩碑

暮坂峠の素晴らしい景観に感動し、『枯野の旅』を残した牧水。詩碑は暮坂峠のシンボルとなっています。向かいの暮坂牧水茶屋で、峠の自然を眺めれば、感動した牧水の気持ちがわかるかもしれません。

所在地●中之条町入山国有林内 TEL●0279-75-8814(中之条町観光協会) [カフェクレサカ] 時間●10:00～15:00 休●水曜(12～4月下旬までは終日休み)

食 くれさか

地元産のそば粉を使った本格的な手打ちそばは地元の人はもちろん、観光客からも大評判。季節の山菜を使った天ぷらもさくさくで絶品。愛想の良いご主人が出迎えてくれます。

所在地●中之条町入山4049-208 時間●10:30～(売り切れ次第終了) 休●水曜(冬期は水・木曜) TEL●0279-95-3075



食 中屋饅頭店

きびが入ったモチモチした生地の「きび大福」。なんといっても自家製あんこがおいしい。沢渡に行ったらぜひお土産に買いたい。※JAあがつま沢田直売所(中之条町折田732-1)等でも販売しています。

所在地●中之条町上沢渡2313 時間●8:00～17:30 休●水曜 TEL●0279-66-2302

温 共同浴場

一般の方は300円、旅館にお泊まりの方はなんと無料で沢渡の湯を堪能できる嬉しい施設。

所在地●中之条町上沢渡2310 時間●9:00～20:30 TEL●0279-66-2841

沢渡温泉街

温 ⑧沢渡温泉

10軒の温泉旅館からなる、小さくもぬくもりに溢れる温泉地。湯治場としての歴史は古く、草津から暮坂峠を越えて沢渡へ通じる要路があったことから、「草津の仕上げ湯」としてその名が知られています。入れば玉のようにつややかな肌になれる「美肌の湯」として親しまれ、一度は訪れたい温泉。

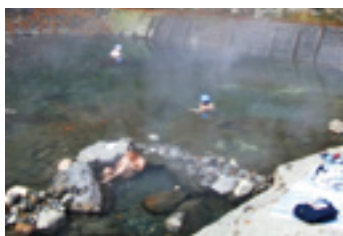
泉質●ナトリウム硫酸塩・塩化物温泉 日帰り入浴●一部旅館可 TEL●0279-75-8814 (中之条町観光協会)



温 ④チャツボミゴケ公園

強酸性の鉱泉が湧く地にしか生息しない珍しいコケで、本州ではここが唯一、東アジアでも最大規模の群生地。まるでピロードの絨毯を敷き詰めたようです。一年中鮮やかな緑色を保ち、四季折々の表情を楽しむことができます。特に初夏はレンゲツツジ、秋はリンドウや紅葉と楽しめます。平成29年2月に国の天然記念物に指定されました。

所在地●中之条町入山13-3 受付時間●4月～9月 9:00～15:00 (10月以降は14:30まで) 休園●12月～4月下旬 TEL●0279-95-5111 料金●入園料600円



温 尻焼温泉

尻焼温泉の魅力は何と言っても、川を堰き止めて作った巨大露天風呂。秘湯中の秘湯です。3軒の旅館があります。

所在地●中之条町入山内 日帰り入浴●可 TEL●星ヶ岡山荘 0279-95-5121 ホテル光山荘 0279-95-5126 白根の見える丘 0279-95-5055



温 ①六合赤岩重要伝統的建造物群保存地区

群馬県初の重要伝統的建造物群保存地区。幕末や明治期の養蚕農家が現存しているだけでなく、典型的な山村地域の家並みや景観を保っているところに価値があります。事前に予約をすれば、地元ガイドが重伝建をご案内します(要ガイド料。問合せ先: 0279-95-3008)。

所在地●中之条町赤岩地内 TEL●0279-95-3008(赤岩ふれあいの家)



温 旧太子駅

太子線は、戦時中に群馬鉄山の鉄鉱石を搬出するために開業した貨物専用線で、戦後、旅客輸送も行われましたが、昭和46年(1971年)に廃線となりました。その始発駅であった太子駅は、当時のホッパ一棟やホーム、レール、駅舎の復元を行い、「旧太子駅」として一般公開されています。

所在地●中之条町太子251-4 時間●10:00～16:00 休●12～3月は火・水曜定休(祝祭日除く。)、12月29日～1月3日 料金●入館料: 200円(中之条町民と中学生以下は無料。)TEL●0279-95-3055



温 ②道の駅「六合」

観光案内やお食事処はもちろん、温泉も併設された六合の観光拠点。ここなら六合の特産(花インゲン豆、六合ハム、桑茶、こんこんそうり、めんば など)が何でもそろいます。

所在地●中之条町小南29 (観光物産センター) 時間●9:00～18:00 休●1～3月は日曜定休、年始(※12月31日は17:00開店、12～2月の土・日・祝日は17:30開店) TEL●0279-95-3219



温 ③世立八滝

急峻な地形と清らかな水が創り出したそれぞれ趣の異なる8つの滝は世立八滝と呼ばれています。歩道は整備されていますが急な上り下りがあるのでトレッキングシューズなどの支度で入山ください。近くには滝見ドライブインがあり、炊き込みご飯とかつライスはおすすめです。

所在地●中之条町入山内 TEL●0279-95-3111(中之条町六合支所) 【滝見ドライブイン】 時間●10:00～15:00 休●火曜、12月1日～3月31日 TEL●0279-95-5167



食 喜久豆腐店

六合の天然水を使った手造り豆腐を販売。豆乳や厚揚げなどメニューも充実し、店内でも色々な豆腐料理を食べることができます。

所在地●中之条町入山1899-27 時間●9:00～18:00 休●水曜(臨時休業あり) TEL●0279-95-5258



食 野のや

地粉を使用した手打ちそばがおいしい。地元産(野のやで育てます)の黒舞茸の天ぷらは“ぷりぷり”と歯ごたえが素晴らしいです。黒舞茸はもちろん、珍しい白舞茸もお土産(箱入・袋入)にできます。

所在地●中之条町入山1899 時間●11:00～(売り切れ次第終了) 休●木曜(12～3月は不定) TEL●0279-95-5478

Route 2

六合・野反湖 ▷ 沢渡温泉

ふれあい探訪

心癒す優しい風景に出会う

夏の野反湖は、色とりどりの高山植物が湖畔を埋め尽くします。若山牧水も辿った峠道から「草津の仕上げ湯」として知られた沢渡温泉を訪ねます。



中之条町イメージキャラクター

なかのん・なかつこちゃん

吾妻線「長野原草津口駅」

↓ 車で約10分

①六合赤岩重要伝統的建造物群保存地区

↓ 車で約10分

②道の駅「六合」

↓ 車で約10分

③世立八滝

↓ 車で約35分

④チャツボミゴケ公園

↓ 車で約55分

⑤野反湖

↓ 車で約50分

⑥中之条山の上庭園

↓ 車で約5分

⑦牧水詩碑

↓ 車で約20分

⑧沢渡温泉街

草津温泉街

温 草津温泉

ご存じ日本三名泉の草津。なんといっても効能豊かな温泉が有名ですが、実は高原リゾートでもあることはご存じでしょうか？その高さ標高1,200m、スカイツリーのなんと2倍！7～8月の一番暑い時期でも最高気温は、25℃以上になることはめつたにありません。高原からは浅間山はもちろん、遠く榛名山や赤城山が望め、見事な景観です。気候は理想的な高原性であり、四季の変化が豊かで、恵まれた自然とあいまって、年間を通じて温泉・スポーツ・避暑などでにぎわいをみせています。

泉質●酸性・含硫黄-アルミニウム-硫酸塩・塩化物温泉 日帰り入浴●一部旅館可
TEL●0279-88-0800(草津温泉観光協会)

温 ちょいな 三湯巡り

御座之湯、大滝乃湯、西の河原露天風呂の個性的な三つの日帰り温泉施設が楽しめます。

料金●大人2,100円→1,600円／小学生以下1,000円→700円(3歳未満無料)(通常料金より500円お得・有効期限なし・御座之湯で販売)



温 ②御座之湯

かつて明治時代まで実在し、古くは源頼朝も入浴した伝説が残る共同湯を再建。江戸・明治期をイメージした木造建築に石と檜の風呂を備え、湯畑、万代の2種類の源泉を楽しむことができます。浴衣に着替え、下駄の音を鳴らしながらそぞろ歩くといった、昔ながらの温泉情緒を体験できます。

所在地●草津町草津421 時間●4月～11月は7:00～21:00、12月～3月は8:00～21:00(入館は30分前まで) 料金●大人600円／3歳～小学生300円【中広間利用】1時間／2,000円(12帖・1部屋) 浴衣の貸出し(別料金) TEL●0279-88-9000



詳細はこちら→



食 温泉まんじゅう

温泉と言ったら温泉まんじゅう。草津温泉では多くの温泉まんじゅう屋さんがあります。食べ比べをして自分のお気に入りを探してみたいかかてしょう。

TEL●0279-88-0800(草津温泉観光協会)

草津温泉街歩き
マップはこちら→



観 ①湯畑

毎分4,000リットルの温泉が湧き出ています。白く立ち上る湯煙や周囲に漂う硫黄の香りは温泉情緒たっぷりで、これぞ草津といったスポット。湧き出た湯を7本の湯樋に通すことにより、高温の湯は外気によってほどよく冷やされる仕組みとなっています。この方法によって、水で薄めることなくピュアな温泉を楽しむことができます。

TEL●0279-88-0800(草津温泉観光協会)

観 草津温泉のドレスコードは浴衣でしょ！ 浴衣de街歩き

草津温泉街を“浴衣”でそぞろ歩くと、キャンペーン参加店舗で特典が受けられます。宿泊施設の浴衣、御座之湯の貸出浴衣(有料)、もちろん自前の浴衣でもOK！

参加店舗やお得な特典はこちらのQRコードで内容を確認してください→



観

⑤地藏源泉(裏草津)

湯畑から徒歩5分の地藏堂の脇から湧き出ている源泉。共同浴場「地藏の湯」のそばには小さな地藏湯畑もあります。古くから眼病に効くと言われており、「目洗い地藏」にちなんで温泉の蒸気で顔を潤す「顔湯」も新設。裏草津の路地裏にひっそり佇む雰囲気と隠れた名所です。

TEL●0279-88-7188(草津町観光課)



詳細はこちら→

草津温泉の新たな観光スポット 「裏草津」 特集ページ→ P10

体 ⑥草津温泉スキー場 天狗山プレイゾーン

春から秋にかけては、ゲレンデがプレイゾーンに変身。グラスカートやバターゴルフなどのスポーツが楽しめるほか、ドッグランも整備されています。2019年4月、日本最大級のジップライン「BanZip TENGU」が登場。

所在地●草津町草津白根有林内
TEL●0279-88-8111



体 温泉らくご

「熱乃湯」にてなんと毎晩開演！365日落語を見られる温泉は草津だけ。食後にぶらっと落語を楽しみ、その後のんびり草津温泉を満喫することもできます。

時間●20:00～20:45
料金●大人1,000円／子ども500円
TEL●0279-88-5118(温泉らくご事務局)



詳細はこちら→



体 湯もみ体験

「湯もみと踊り」ショーでおなじみの熱乃湯では、期間限定で「湯もみ体験」もっています。湯もみとは、熱い源泉の中に六尺板を入れて湯をもみ、泉質を変えないまま入浴できるように一定の温度に下げたり、入浴前の準備運動として行うものです。

「湯もみと踊り」ショー 時間●1日6回(9:30/10:00/10:30/15:30/16:00/16:30) 休●なし(メンテナンス<12月上旬予定>やイベント等による臨時休演あり) 料金●大人600円／小学生300円

TEL●0279-88-3613(熱乃湯)



詳細はこちら→

Route 3

草津温泉周遊

一度は行かなきゃ！ 草津よいとこ巡り

草津
エリアの道路状況を
ライブカメラ映像で
確認できるよ！



←こちらから
チェック



草津温泉観光大使
ゆもみちゃん

吾妻線「長野原草津口駅」

↓車約30分

①草津温泉スキー場天狗山プレイゾーン

↓車約5分

②草津温泉街



浅間山『火山を学ぶ』



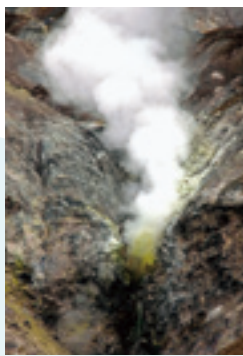
観 ⑤鎌原観音堂
天明3年(1783)の浅間大噴火に襲われた婦恋村・鎌原は“日本のボンベイ”とも呼ばれています。多くの人命が土石なだれで失われ、この観音堂にたどり着いた93人だけが奇跡的に助かりました。当時の石段の一部、生死を分けた15段が現在に残っています。
所在地●婦恋村鎌原492 TEL●0279-97-3852



観 ⑥婦恋郷土資料館
発掘品等を展示し、当時の噴火の様子を紹介。2011年には世界遺産であるボンベイ遺跡“噴火犠牲者の人型模型”が寄贈され、展示されています。
所在地●婦恋村鎌原494 時間●9:00~16:30 休●水曜(祝日の場合は木曜、7~8月は無休) 料金●大人300円/子ども150円 TEL●0279-97-3405



観 ⑦婦恋牧場(愛妻の鐘)
広々とした牧歌的雰囲気と素晴らしいロケーションが魅力の高原牧場。キャベツ料理の新メニュー開発コンテスト、C級グルメ品評会でグランプリを獲得した“愛妻スロッピージョー”がおすすめです。
所在地●婦恋村婦恋牧場 時間●9:00~17:00 休●不定(11月中旬~4月中旬は休業) TEL●0279-97-3855



観 ⑧万座温泉 空吹
火山の息吹を感じる万座名物の空吹。昔の噴火口跡の草一本生えていない岩場から、水蒸気を含んだ火山性ガスがもうとうと吹き出しています。
所在地●婦恋村万座温泉 TEL●0279-97-4000(万座温泉観光協会)

温 ⑨万座温泉
標高1,800mの雲海に浮かぶ天空の温泉郷。雄大な展望と大自然に恵まれ、古くから多くの人々に愛されています。春は残雪と新緑、夏は避暑、秋は紅葉、そして冬はスキーと一年を通じて楽しめます。源泉は、日本でも有数の濃厚硫黄を含む温泉で、なめらかな乳白色のお湯は疲れた体をつつみこみ疲れを和らげてくれます。
泉質●硫黄泉 日帰り入浴●可 TEL●0279-97-4000(万座温泉観光協会)



体 ②長野原町営浅間園
2021年に園内の一部をリニューアルし、「浅間山北麓ビジターセンター」をオープン。浅間山の成り立ちや周辺の動植物について展示・解説しています。屋外には浅間山北麓の自然を楽しみながら散歩できる自然遊歩道があります。
所在地●長野原町北軽井沢地内 時間●9:00~17:00(最終入館は16:30) 休●月~木曜(12月1日~3月31日は冬季休業) 料金●大人300円/子ども100円 TEL●0279-86-3000

観 旧草軽電鉄北軽井沢駅舎
大正から昭和中期にかけて軽井沢と草津温泉間を結んでいた草軽電鉄で、唯一現存する駅舎です。建物は和洋折衷形式で、欄間には駅舎を寄贈した法政大学のイニシャル「H」の文字がデザインされています。平成18年、国の登録有形文化財の指定を受けました。
所在地●長野原町北軽井沢1987-649 時間●9:00~17:00 休●水・木曜 料金●無料 TEL●0279-84-2047(北軽井沢観光協会)



観 ④浅間大滝
落差約10mの北軽井沢最大の滝。すぐ下流には滑らかな流れの魚止めの滝もあります。
所在地●長野原町北軽井沢 TEL●0279-84-2047(北軽井沢観光協会)



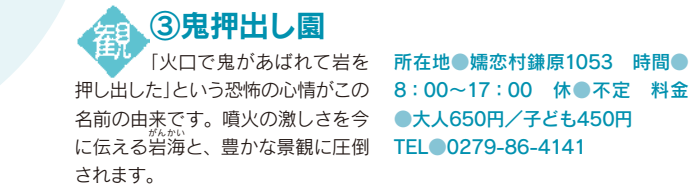
観 ホテル軽井沢1130
屋上「パノラマテラス」からは浅間山をはじめ、多くの山々や大自然を眺望することができます。春から夏にかけての新緑や深い緑。そして秋から冬にかけては、その季節ならではの別世界が広がり、一年をととしてすばらしい絶景とめぐり合うことができます。毎日開催の「星空観賞会」も大人気。
所在地●婦恋村鎌原1453-2 時間●7:00~22:00 星空観賞会(2,000円)●20:00~21:00 休●ホテルの営業による TEL●0279-86-6111



観 浅間家畜育成牧場
育成を目的とした“本格的な”県営牧場。雄大な浅間高原を一望でき、歌謡曲「丘を越えて」はこの牧場がモデル。遊歩道が整備されており、夏場の避暑や紅葉シーズン、冬はスノーシューと一年を通してにぎわいます。入口の茶屋では乗馬や食事なども楽しめ、ハイキングの案内もこちらでOK。
所在地●長野原町北軽井沢2032-23 TEL●0279-84-2074【浅間牧場茶屋】時間●8:30~17:00(冬9:00~16:00) 休●無休(12~3月は火・金曜) TEL●0279-84-3698



観 ③鬼押し出園
「火口で鬼があばれて岩を押し出した」という恐怖の心情がこの名前の由来です。噴火の激しさを今に伝える岩海と、豊かな景観に圧倒されます。
所在地●婦恋村鎌原1053 時間●8:00~17:00 休●不定 料金●大人650円/子ども450円 TEL●0279-86-4141



食 万座プリンスホテル
キャベツにベーコンをはさみ、塩味とキャベツの甘みを引き立て、ソースはコクのあるビーフシチューソースをあわせた、キャベツステーキでキャベツの甘みをご堪能ください。
所在地●婦恋村万座温泉 ランチタイム 営業時間●11:30~L014:00 休●ホテルの営業による TEL●0279-97-1111 ※夏から秋限定メニューです。

Route 4 北軽井沢・浅間高原 万座温泉

ジオドライブ

浅間山北麓の自然を堪能する

浅間山北麓地域が日本ジオパークに認定されました。浅間山の歴史を学びながら、浅間高原の自然を満喫してみませんか。

長野原町マスコットキャラクターにやがのはら

確氷軽井沢IC

- ①浅間・六里ヶ原休憩所
- ②長野原町営浅間園
- ③鬼押し出園
- ④浅間大滝
- ⑤鎌原観音堂
- ⑥婦恋郷土資料館
- ⑦婦恋牧場
- ⑧万座温泉 空吹
- ⑨万座温泉

広大な 自然を満喫

360度のパノラマビュー 絶景スポット巡り

パノラマラインから
見る高原は北海道を思わせる
雄大で、四季それぞれに
自然との感動の出会いが
あります。



嬬恋村キャベツキャラクター
嬬キヤベちゃん

- ① 鹿沢温泉
↓ 車で約15分
- ② 海野わくわく体験農園
↓ 車で約5分
- ③ 愛妻の丘
↓ 車で約10分
- ④ バラギ湖
↓ 車で約20分
- ⑤ 嬬恋高原ブルワリー
↓ 車で約15分
- ⑥ 嬬恋村観光案内所
↓ 車で約20分
- ⑦ 浅間酒造観光センター
↓ 車で約5分

吾妻線「長野原草津口駅」



⑤ 嬬恋高原ブルワリー
オリジナル醸造の嬬恋産地ビールと
イタリアンのお店。石窯で焼いたピ
ザは絶品。ほくほくフライドポテト(8
月頃～)と嬬恋でもなかなか食べられ
ない、まぼろしと言われるキャベツ
の品種「419」のキャベツサラダ(7月頃
～)は必食！

所在地 ● 嬬恋村大笹2193-27 時間
● 11:00～20:45(L.O.20:00) 休
● 火・水・木曜(8月は無休)、11月
中旬～4月中旬まで
TEL ● 0279-96-1403



⑦ 浅間酒造観光センター

地酒の蔵元が経営する大型ドライブイン。奥上州名産品や酒造オリジ
ナルの土産を求める人でにぎわいます。食事処は数百人は入るので安心。観光
センターでしか買えない季節限定酒や月別限定酒はぜひ手に入れたい。本格ピッ
ツアや軽食などのフードコーナーも充実しています。

所在地 ● 長野原町長野原1392-10 時間 ● 9:00～16:00 TEL ● 0279-
82-2045



④ バラギ湖

バラギ湖は、景観、水辺、草花、野鳥と自然の宝庫。ボート遊びや釣り、
湖畔をめぐる遊歩道の散策やサイクリングなどを楽しめます。

所在地 ● 嬬恋村バラギ高原 TEL ● 0279-97-3721(嬬恋村観光案内所)



⑥ 嬬恋村 観光案内所

嬬恋村の観光パンフレットを始め、イベント情報やお得なクーポンを取り揃えて
います。また、飲食可能なフリースペースも有り電車待ちやご休憩の際にもご利
用可能です。嬬恋村特産品のお土産も販売していますので、旅の始めだけでなく
お帰りの際にもぜひお立ち寄りください。

所在地 ● 嬬恋村鎌原710-136 時間 ● 8:30～17:15(イベント開催日はこの
限りではない) TEL ● 0279-97-3721(嬬恋村観光案内所)



⑦ つまごいパノラマライン

嬬恋村は、2,000m級の山々に囲まれた夏秋キャ
ベツ出荷量日本一のキャベツの産地。どこまでも広がるキャ
ベツ畑の合間を縫って、快適にドライブできます。

TEL ● 0279-97-3721(嬬恋村観光案内所)



② 海野わくわく体験農園

ご存じ嬬恋の高原キャベツをはじめ、トマト、トウ
モロコシ、ブルーベリーの収穫体験ができます。浅間山の恩
恵を受けた土壌と高原が作り出す高原野菜は、みずみずしく
て甘いと評判です。

所在地 ● 嬬恋村田代 期間 ● 7月下旬～10月 料金 ● 収穫
体験 1,300円～ TEL ● 0279-97-3721(嬬恋村観光案内
所)
※時期や品目、要望によって料金が異なります。



① 鹿沢温泉

湯ノ丸山の中腹にある清らかな温泉地です。古く
から、豊富な湯量とその効能で「湯治場」として人々を癒して
きました。野生植物の宝庫である鹿沢高原は「花の高原」とも
呼ばれ、あちらこちらに力強く咲く花が見られます。

泉質 ● 炭酸水素塩泉 日帰り入浴 ● 可
TEL ● 0279-97-3721(嬬恋村観光案内所)



湯の丸レンゲツツジ群落

1956年に国の特別天然記念物に指定されたレンゲツ
ツジ。6月中旬～7月上旬には、鮮やかな朱色の絨毯のように、
湯ノ丸山一帯を覆い尽くします。

所在地 ● 嬬恋村湯の丸高原 見頃 ● 6月中旬～7月中旬 TEL
● 0279-97-3721(嬬恋村観光案内所)



③ 愛妻の丘

愛妻家の聖地・嬬恋村の絶叫(?) スポット。毎年9
月に開催される「キャベツ畑の中心で妻に愛を叫ぶ(通称:キャ
ベチュー)」は、この名物イベント。ちなみに、声を出すの
が恥ずかしい方用の愛妻レターボックスもあり、毎月22日に
回収し郵送でお届けします。丘の近くには愛妻家の聖地なら
ではの面白い看板があるので確かめてください。

所在地 ● 嬬恋村田代 愛妻の丘 TEL ● 0279-97-3721(嬬
恋村観光案内所)



⑤岩櫃山
 いわぶつやま
 奇岩、怪石からなる断崖絶壁の岩山。お櫃を立てたような姿から岩櫃山と呼ばれたとも言われています。山頂からの眺望は素晴らしく、季節ごとの自然も楽しめます。中腹には真田三代の活躍の軌跡、難攻不落と言われ国指定史跡・続日本100名城に登録されている岩櫃城跡があります。

TEL●0279-70-2110((一社)東吾妻町観光協会)

⑥道の駅「ハッ場ふるさと館」
 やんば
 地元の特産品や新鮮な野菜を揃えた農産物市場や、レストラン、コンビニなどを完備。源泉掛け流しの足湯では、くつろぎながらハッ場の自然を満喫でき、情報コーナーではハッ場ダムや長野原町の観光情報などを提供しています。

所在地●長野原町林1567-4
 TEL●0279-83-8088 時間●8:30~18:00(季節、施設により異なります) 休●冬季隔週水曜日

⑦国指定名勝吾妻峡
 関東の耶麻溪ともいわれる吾妻峡。奇石、滝など変化に富んだ見どころが続き、渓谷の美しい眺めを一望できる見晴らし台もあります。コクヌギやカエデ等の落葉樹が茂り、春には若葉の間にツツジが咲き、秋には紅葉と四季折々の風景が楽しめます。

所在地●東吾妻町三島6441
 【農産物直売所 てんく】
 TEL●0279-67-3193 時間●9:00~18:00(12月~3月は17:00まで)
 休●年中無休
 【吾妻峡温泉 天狗の湯】 TEL●0279-67-2683 時間●10:00~21:00(最終受付は20:30) 休●毎月第2火曜日



所在地●東吾妻町箱島1002
 TEL●0279-59-3621 【釣り堀】時間●9:00~17:00(11~3月は9:00~16:00) 【食堂】時間●10:00~(昼シーズンの夕飯、宴会、ギンヒカリ料理は要予約)
 ※31ページのあがつまのお土産のページにも掲載されています。

所在地●東吾妻町箱島1031-1 時間●10:00~16:30 休●水曜
 TEL●0279-59-3253
 ※31ページのあがつまのお土産のページにも掲載されています。

所在地●東吾妻町箱島1668-8 時間●11:00~15:00
 TEL●0279-59-3650

所在地●東吾妻町箱島1668-8 時間●11:00~15:00
 TEL●0279-59-3650

所在地●東吾妻町箱島1668-8 時間●11:00~15:00
 TEL●0279-59-3650

所在地●東吾妻町箱島1668-8 時間●11:00~15:00
 TEL●0279-59-3650

所在地●東吾妻町箱島1668-8 時間●11:00~15:00
 TEL●0279-59-3650

所在地●東吾妻町箱島1668-8 時間●11:00~15:00
 TEL●0279-59-3650

所在地●東吾妻町箱島1668-8 時間●11:00~15:00
 TEL●0279-59-3650

所在地●東吾妻町箱島1668-8 時間●11:00~15:00
 TEL●0279-59-3650

所在地●東吾妻町箱島1668-8 時間●11:00~15:00
 TEL●0279-59-3650

所在地●東吾妻町箱島1668-8 時間●11:00~15:00
 TEL●0279-59-3650

所在地●東吾妻町箱島1668-8 時間●11:00~15:00
 TEL●0279-59-3650

所在地●東吾妻町箱島1668-8 時間●11:00~15:00
 TEL●0279-59-3650

所在地●東吾妻町箱島1668-8 時間●11:00~15:00
 TEL●0279-59-3650

所在地●東吾妻町箱島1668-8 時間●11:00~15:00
 TEL●0279-59-3650

所在地●東吾妻町箱島1668-8 時間●11:00~15:00
 TEL●0279-59-3650

所在地●東吾妻町箱島1668-8 時間●11:00~15:00
 TEL●0279-59-3650

所在地●東吾妻町箱島1668-8 時間●11:00~15:00
 TEL●0279-59-3650

所在地●東吾妻町箱島1668-8 時間●11:00~15:00
 TEL●0279-59-3650

所在地●東吾妻町箱島1668-8 時間●11:00~15:00
 TEL●0279-59-3650

所在地●東吾妻町箱島1668-8 時間●11:00~15:00
 TEL●0279-59-3650

所在地●東吾妻町箱島1668-8 時間●11:00~15:00
 TEL●0279-59-3650

所在地●東吾妻町箱島1668-8 時間●11:00~15:00
 TEL●0279-59-3650

所在地●東吾妻町箱島1668-8 時間●11:00~15:00
 TEL●0279-59-3650

所在地●東吾妻町箱島1668-8 時間●11:00~15:00
 TEL●0279-59-3650

所在地●東吾妻町箱島1668-8 時間●11:00~15:00
 TEL●0279-59-3650

所在地●東吾妻町箱島1668-8 時間●11:00~15:00
 TEL●0279-59-3650

所在地●東吾妻町箱島1668-8 時間●11:00~15:00
 TEL●0279-59-3650

所在地●東吾妻町箱島1668-8 時間●11:00~15:00
 TEL●0279-59-3650

所在地●東吾妻町箱島1668-8 時間●11:00~15:00
 TEL●0279-59-3650

所在地●東吾妻町箱島1668-8 時間●11:00~15:00
 TEL●0279-59-3650

所在地●東吾妻町箱島1668-8 時間●11:00~15:00
 TEL●0279-59-3650

所在地●東吾妻町箱島1668-8 時間●11:00~15:00
 TEL●0279-59-3650

所在地●東吾妻町箱島1668-8 時間●11:00~15:00
 TEL●0279-59-3650

所在地●東吾妻町箱島1668-8 時間●11:00~15:00
 TEL●0279-59-3650

所在地●東吾妻町箱島1668-8 時間●11:00~15:00
 TEL●0279-59-3650

所在地●東吾妻町箱島1668-8 時間●11:00~15:00
 TEL●0279-59-3650

所在地●東吾妻町箱島1668-8 時間●11:00~15:00
 TEL●0279-59-3650

所在地●東吾妻町箱島1668-8 時間●11:00~15:00
 TEL●0279-59-3650

所在地●東吾妻町箱島1668-8 時間●11:00~15:00
 TEL●0279-59-3650

所在地●東吾妻町箱島1668-8 時間●11:00~15:00
 TEL●0279-59-3650

所在地●東吾妻町箱島1668-8 時間●11:00~15:00
 TEL●0279-59-3650

所在地●東吾妻町箱島1668-8 時間●11:00~15:00
 TEL●0279-59-3650

所在地●東吾妻町箱島1668-8 時間●11:00~15:00
 TEL●0279-59-3650

所在地●東吾妻町箱島1668-8 時間●11:00~15:00
 TEL●0279-59-3650

所在地●東吾妻町箱島1668-8 時間●11:00~15:00
 TEL●0279-59-3650

所在地●東吾妻町箱島1668-8 時間●11:00~15:00
 TEL●0279-59-3650

所在地●東吾妻町箱島1668-8 時間●11:00~15:00
 TEL●0279-59-3650

所在地●東吾妻町箱島1668-8 時間●11:00~15:00
 TEL●0279-59-3650

所在地●東吾妻町箱島1668-8 時間●11:00~15:00
 TEL●0279-59-3650

所在地●東吾妻町箱島1668-8 時間●11:00~15:00
 TEL●0279-59-3650

所在地●東吾妻町箱島1668-8 時間●11:00~15:00
 TEL●0279-59-3650

所在地●東吾妻町箱島1668-8 時間●11:00~15:00
 TEL●0279-59-3650

所在地●東吾妻町箱島1668-8 時間●11:00~15:00
 TEL●0279-59-3650

所在地●東吾妻町箱島1668-8 時間●11:00~15:00
 TEL●0279-59-3650

所在地●東吾妻町箱島1668-8 時間●11:00~15:00
 TEL●0279-59-3650

所在地●東吾妻町箱島1668-8 時間●11:00~15:00
 TEL●0279-59-3650

所在地●東吾妻町箱島1668-8 時間●11:00~15:00
 TEL●0279-59-3650

所在地●東吾妻町箱島1668-8 時間●11:00~15:00
 TEL●0279-59-3650

所在地●東吾妻町箱島1668-8 時間●11:00~15:00
 TEL●0279-59-3650

所在地●東吾妻町箱島1668-8 時間●11:00~15:00
 TEL●0279-59-3650

所在地●東吾妻町箱島1668-8 時間●11:00~15:00
 TEL●0279-59-3650

所在地●東吾妻町箱島1668-8 時間●11:00~15:00
 TEL●0279-59-3650

所在地●東吾妻町箱島1668-8 時間●11:00~15:00
 TEL●0279-59-3650

所在地●東吾妻町箱島1668-8 時間●11:00~15:00
 TEL●0279-59-3650

所在地●東吾妻町箱島1668-8 時間●11:00~15:00
 TEL●0279-59-3650

所在地●東吾妻町箱島1668-8 時間●11:00~15:00
 TEL●0279-59-3650

所在地●東吾妻町箱島1668-8 時間●11:00~15:00
 TEL●0279-59-3650

所在地●東吾妻町箱島1668-8 時間●11:00~15:00
 TEL●0279-59-3650

所在地●東吾妻町箱島1668-8 時間●11:00~15:00
 TEL●0279-59-3650

所在地●東吾妻町箱島1668-8 時間●11:00~15:00
 TEL●0279-59-3650

所在地●東吾妻町箱島1668-8 時間●11:00~15:00
 TEL●0279-59-3650

所在地●東吾妻町箱島1668-8 時間●11:00~15:00
 TEL●0279-59-3650

所在地●東吾妻町箱島1668-8 時間●11:00~15:00
 TEL●0279-59-3650

所在地●東吾妻町箱島1668-8 時間●11:00~15:00
 TEL●0279-59-3650

所在地●東吾妻町箱島1668-8 時間●11:00~15:00
 TEL●0279-59-3650

所在地●東吾妻町箱島1668-8 時間●11:00~15:00
 TEL●0279-59-3650

所在地●東吾妻町箱島1668-8 時間●11:00~15:00
 TEL●0279-59-3650

所在地●東吾妻町箱島1668-8 時間●11:00~15:00
 TEL●0279-59-3650

所在地●東吾妻町箱島1668-8 時間●11:00~15:00
 TEL●0279-59-3650

所在地●東吾妻町箱島1668-8 時間●11:00~15:00
 TEL●0279-59-3650

所在地●東吾妻町箱島1668-8 時間●11:00~15:00
 TEL●0279-59-3650

所在地●東吾妻町箱島1668-8 時間●11:00~15:00
 TEL●0279-59-3650

所在地●東吾妻町箱島1668-8 時間●11:00~15:00
 TEL●0279-59-3650

所在地●東吾妻町箱島1668-8 時間●11:00~15:00
 TEL●0279-59-3650

所在地●東吾妻町箱島1668-8 時間●11:00~15:00
 TEL●0279-59-3650

所在地●東吾妻町箱島1668-8 時間●11:00~15:00
 TEL●0279-59-3650

所在地●東吾妻町箱島1668-8 時間●11:00~15:00
 TEL●0279-59-3650

所在地●東吾妻町箱島1668-8 時間●11:00~15:00
 TEL●0279-59-3650

所在地●東吾妻町箱島1668-8 時間●11:00~15:00
 TEL●0279-59-3650

所在地●東吾妻町箱島1668-8 時間●11:00~15:00
 TEL●0279-59-3650

所在地●東吾妻町箱島1668-8 時間●11:00~15:00
 TEL●0279-59-3650

所在地●東吾妻町箱島1668-8 時間●11:00~15:00
 TEL●0279-59-3650

所在地●東吾妻町箱島1668-8 時間●11:00~15:00
 TEL●0279-59-3650

所在地●東吾妻町箱島1668-8 時間●11:00~15:00
 TEL●0279-59-3650

所在地●東吾妻町箱島1668-8 時間●11:00~15:00
 TEL●0279-59-3650

所在地●東吾妻町箱島1668-8 時間●11:00~15:00
 TEL●0279-59-3650

所在地●東吾妻町箱島1668-8 時間●11:00~15:00
 TEL●0279-59-3650

所在地●東吾妻町箱島1668-8 時間●11:00~15:00
 TEL●0279-59-3650

所在地●東吾妻町箱島1668-8 時間●11:00~15:00
 TEL●0279-59-3650

所在地●東吾妻町箱島1668-8 時間●11:00~15:00
 TEL●0279-59-3650

所在地●東吾妻町箱島1668-8 時間●11:00~15:00
 TEL●0279-59-3650

所在地●東吾妻町箱島1668-8 時間●11:00~15:00
 TEL●0279-59-3650

所在地●東吾妻町箱島1668-8 時間●11:00~15:00
 TEL●0279-59-3650

所在地●東吾妻町箱島1668-8 時間●11:00~15:00
 TEL●0279-59-3650

所在地●東吾妻町箱島1668-8 時間●11:00~15:00
 TEL●0279-59-3650

所在地●東吾妻町箱島1668-8 時間●11:00~15:00
 TEL●0279-59-3650

所在地●東吾妻町箱島1668-8 時間●11:00~15:00
 TEL●0279-59-3650

所在地●東吾妻町箱島1668-8 時間●11:00~15:00
 TEL●0279-59-3650

所在地●東吾妻町箱島1668-8 時間●11:00~15:00
 TEL●0279-59-3650

所在地●東吾妻町箱島1668-8 時間●11:00~15:00
 TEL●0279-59-3650

所在地●東吾妻町箱島1668-8 時間●11:00~15:00
 TEL●0279-59-3650

所在地●東吾妻町箱島1668-8 時間●11:00~15:00
 TEL●0279-59-3650

所在地●東吾妻町箱島1668-8 時間●11:00~15:00
 TEL●0279-59-3650

所在地●東吾妻町箱島1668-8 時間●11:00~15:00
 TEL●0279-59-3650

所在地●東吾妻町箱島1668-8 時間●11:00~15:00
 TEL●0279-59-3650

所在地●東吾妻町箱島1668-8 時間●11:00~15:00
 TEL●0279-59-3650

所在地●東吾妻町箱島1668-8 時間●11:00~15:00
 TEL●0279-59-3650

所在地●東吾妻町箱島1668-8 時間●11:00~15:00
 TEL●0279-59-3650

所在地●東吾妻町箱島1668-8 時間●11:00~15:00
 TEL●0279-59-3650

所在地●東吾妻町箱島1668-8 時間●11:00~15:00
 TEL●0279-59-3650

所在地●東吾妻町箱島1668-8 時間●11:00~15:00
 TEL●0279-59-3650

所在地●東吾妻町箱島1668-8 時間●11:00~15:00
 TEL●0279-59-3650

所在地●東吾妻町箱島1668-8 時間●11:00~15:00
 TEL●0279-59-3650

所在地●東吾妻町箱島1668-8 時間●11:00~15:00
 TEL●0279-59-3650

所在地●東吾妻町箱島1668-8 時間●11:00~15:00
 TEL●0279-59-3650

所在地●東吾妻町箱島1668-8 時間●11:00~15:00
 TEL●0279-59-3650

所在地●東吾妻町箱島1668-8 時間●11:00~15:00
 TEL●0279-59-3650

所在地●東吾妻町箱島1668-8 時間●11:00~15:00
 TEL●0279-59-3650

所在地●東吾妻町箱島1668-8 時間●11:00~15:00
 TEL●0279-59-3650

所在地●東吾妻町箱島1668-8 時間●11:00~15:00
 TEL●0279-59-3650

所在地●東吾妻町箱島1668-8 時間●11:00~15:00
 TEL●0279-59-3650

所在地●東吾妻町箱島1668-8 時間●11:00~15:00
 TEL●0279-59-3650

所在地●東吾妻町箱島1668-8 時間●11:00~15:00
 TEL●0279-59-3650

所在地●東吾妻町箱島1668-8 時間●11:00~15:00
 TEL●0279-59-3650

自然あふれる
キャンプ場
Camping

浅間園オートキャンプ場
ASAMA Park Field [B-6]
問合せ先●0279-82-1597
オートキャンプきたかる [C-5]
問合せ先●0279-84-6626
北軽井沢スウィートグラス [C-5]
問合せ先●0279-84-2512
くるみの森キャンプ場 [C-5]
問合せ先●0279-84-1078
軽井沢キャンプクレスト [C-5]
問合せ先●0279-85-2229
休暇村嬬恋鹿沢キャンプ場 [A-5]
問合せ先●0279-98-0511
バラギ高原キャンプ場 [B-4]
問合せ先●0279-96-0490
嬬恋鹿沢キャンピングガーデン [A-5]
問合せ先●0279-98-0588
ミリーズ ラブ [B-5]
問合せ先●0120-113-521
無印良品カンパーニヤ嬬恋キャンプ場 [B-4]
問合せ先●03-5950-3660
アウトサイドベース [C-5]
問合せ先●0279-80-5061
草津高原オートキャンプ場 [C-3]
問合せ先●0279-88-3149
野反湖キャンプ場 [D-1]
問合せ先●090-5201-4782
暮坂高原オートキャンプ場 [D-3]
問合せ先●0279-95-3228

自然あふれる環境の中に、
設備の充実したキャンプ場が
あります。

みどりの村キャンプ場 [H-3]
問合せ先●0279-63-2431
県立北毛青少年自然の家
教育キャンプ場 [H-3]
問合せ先●0279-63-2004
上毛高原キャンプランド [H-3]
問合せ先●0279-63-1760
あづま森林公園キャンプ場 [G-4]
問合せ先●0279-68-2111
温川キャンプ場 [E-4]
問合せ先●0279-68-2111
ステキな村キャンプ場 [D-5]
問合せ先●0279-26-7547
キャンプフィールドかくれの郷 [C-5]
問合せ先●080-7629-8057
グランピングあさま空山望 [C-5]
問合せ先●050-5509-7438
川原湯温泉あそびの基地 NOA
川原湯温泉キャンプ場 [E-4]
問合せ先●0279-82-5250
北軽井沢どんぐり山の一番星キャンプ場 [C-5]
問合せ先●0279-82-5559
NAPi [F-2]
問合せ先●050-3554-2896





しまったか
▼尻高人形定期公演 [高山村]
一人で人形を動かす、国内でも珍しい人形浄瑠璃で、
国選択・県指定重要無形民俗文化財に指定されていま



▼川原湯温泉湯かけ祭り [長野原町]
厳冬の早朝、紅白二組に分かれた男たちが、
禪一本の勇み姿でお湯を
かけ合う奇祭です。



▼草津温泉感謝祭 [草津町]
温泉女神らにより行われる「お汲
み上げの儀」は、華やかな中にも
幻想的な厳かさが漂います。



▼鳥追い祭 [中之条町]
農作物の害鳥・害虫を追い払う祈りを込め、
掛声とともに太鼓をたたいて町中を練り歩
きます。

家族で楽しめる
イベント
Event



キャベツ畑の中心で
妻に愛を叫ぶ [嬬恋村] ▶
雄大な浅間山に向かって、男たちが「今まで
言えなかった」愛と感動の言葉を叫びます。

あがつま
四季の楽しみ方
吾妻エリアは自然が豊か。
楽しみ方も四季折々でいろいろ。
お好みを探してさっそくトライ！

12月	11月	10月	9月	8月	7月	6月	5月	4月	2月	1月	歳時記
中之条まちなか5時間リレーマラソン 原町大酉祭 中之条町暮市	伊参スタジオ映画祭 万座温泉薬師堂例祭 尻高人形定期公演	秋のローズガーデンフェア 北軽井沢わくわくフェスタ 牧水まつり	伊勢町祇園祭 中之条ヒエンナレ(隔年) キャベツ畑の中心で妻に愛を叫ぶ 赤岩ふれあい感謝祭 熱湯マラソン	草津温泉感謝祭 昆虫採集体験 中之条町祇園祭 六合ふるさとまつり 北軽井沢高原まつり 高山村ふるさと祭り 野反湖フィールドフォークコンサート 草津夏期国際音楽アカデミー &フェスティバル 川原湯温泉夏祭り 王城山神社だんご相撲	嬬恋高原キャベツマラソン 四万温泉ちようちんウオーク 白根神社祭礼 草津温泉サッカーフェスティバル つまこい祭り 岩下祇園祭 コマクサまつり 北軽井沢ミュージックホール フェスティバル 万座温泉コマクサ祭り 各地区祇園祭り	春のローズガーデンフェア 湯の丸高原つつじ祭 北軽井沢マラソン スパトレイル(四万・草津)	高山祭り 光泉寺花まつり 浅間高原シャクナゲ園まつり 氷室のふるまい	中之条町安市 嬬恋村安市 志賀草津高原ルート 雪の回廊ウォーキング 野反湖山開き	金甲稲荷祭典 浅間高原雪合戦 北軽井沢炎のまつり 星まつり 上州白久保のお茶講	鳥追い祭 川原湯温泉湯かけ祭り 四万温泉湯立祭	
26日	23日	20日	第1土・日曜 秋頃1ヶ月開催 第2土曜 中旬	1・2日 上旬	7月第1日曜日 7月中旬〜8月下旬 17・18日 上旬〜8月上旬 最終土曜日 海の日 1日〜中・下旬 下旬〜8月下旬	上旬〜中旬 上旬〜7月上旬 第3日曜 下旬	5日 7・8日 中旬〜6月上旬 下旬〜6月上旬	16日 29日 中旬 下旬	11日 第2土曜・日曜 第2土曜 第4土曜 24日	14日 20日 大寒の日	
中之条町 草津町 東吾妻町 中之条町	嬬恋村 高山村 中之条町	中之条町 長野原町 中之条町	中之条町 中之条町 嬬恋村 中之条町 草津町	草津町 草津町 中之条町 中之条町 長野原町 高山村 中之条町	中之条町 中之条町 草津町 草津町 東吾妻町 草津町 長野原町 嬬恋村 高山村	中之条町 嬬恋村 長野原町 草津町	中之条町 草津町 嬬恋村 草津町 中之条町	高山村 長野原町 長野原町 高山村 中之条町	中之条町 長野原町 中之条町		

29

28

お酒



貴娘酒造(株)

中之条町から高山村へと続く国道145号線辺りに広がる田んぼ、そんなのどかな風景の中におおきな酒林がつるされています。すぐ脇の細い道を奥へ進むと貴娘酒造があります。中之条町で唯一の酒蔵で代表銘柄は「貴娘」です。最近では香りがよく、甘みと酸味のバランスがとれた純米吟醸酒がおすすめです。

☎ 8:30~17:00 ☎ 4~10月:土・日曜日、11月~3月:日曜日

☎ 中之条町大塚1768-2 ☎ 0279-75-3146

ほか販売場所:Aコープあがつま店、ペイシア吾妻店、道の駅中山盆地など



浅間酒造(株)

奥上州の乾燥した環境と当社のやわらかい水が影響して生まれる日本酒達はすっきりとした味わいか特徴です。また、当社の製品は香りを程よく抑え、お料理と合わせることでお酒、お料理の双方が引き立つような味わいを目指しております。

☎ 9:00~16:00 ☎ 無休

☎ 長野県長野市向原1392-10

☎ 0279-82-2045

ほか販売場所:高崎駅[群馬いろは]

お魚



四万温泉 豊島屋

四万川沿いに建つ全15室の小さな宿。創業安政6年の老舗宿。群馬県産素材をふんだんに使用した宿オリジナル「里山懐石」と四万温泉唯一、全館源泉100%のかけ流し給湯が自慢。豊島屋オリジナルの商品(岩魚一夜干しや、四万温泉の源泉成分を再現した入浴剤等)をインターネットでも販売しております。

☎ 15:00~翌10:00 ☎ 不定休

☎ 中之条町四万3887 ☎ 0279-64-2134



嬬恋山女岩魚生産組合

嬬恋村の西端部、長野県境の鳥居峠までわずか数キロの田代地区でヤマメ、イワナ、マスの完全養殖を行っています。特にヤマメは当時「幻の魚」とまで言われていましたが、昭和32年に完全養殖に成功し在来ヤマメの資源保護と養殖生産技術の革新に大きく貢献し、現在良質な味、姿のヤマメ生産にこだわり多くの方々から高い評価を頂いております。生産された魚は地元の料亭や旅館へ出荷されるほか、河川放流用種苗として

も供給を行っています。鮮魚のほか燻製加工も手がけ一般消費者への販売も可能です。

☎ 嬬恋村田代29 ☎ 0279-98-0220



(有) あづま養魚場

群馬県のブランドニジマスのギンヒカリが丸々一尾食べられます。また、ギンヒカリの冷燻はサラダでもそのままでも酒の肴にもいいです。日本名水百選に選ばれた箱島湧水育ちの魚達は釣堀でもお楽しみいただけます。

☎ 9:00~17:00(冬期11~3月は、9:00~16:00)

☎ 無休(冬期11~2月は水曜日)

☎ 東吾妻町箱島1002 ☎ 0279-59-3621

農産物・加工品

稚屋徳茂醸造舗

創業明治32年。昔ながらの手仕込みにこだわる「こうじ・味噌」の専門店。手を掛け、日々変わる気温・水温・湿度に対応して醸す「こうじ」の醸造をはじめ、1年を掛けて発酵させる「味噌」は平成30年の第67回県特産品展示即売会では銀賞(食料産業局長賞)を受賞いたしました。また、期間限定(G.W~10月頃まで)の「味噌ジェラート」「塩こうじしモンジェラート」や冬期限定の「生甘酒」はお客様より好評をいただいております。

☎ 火~土9:00~18:30 日・祝 9:00~18:00 ☎ 月曜日、年始 ☎ 中之条町伊勢町855 ☎ 0279-75-2433

ほか販売場所:JAファーマーズ朝日町店・朝倉町店、道の駅(中山盆地、霊山たけやま、あがつま峡、こもち)



群馬実業

吾妻産の小麦、そばを自家製粉、製造した風味豊かな一品です。又、郡内外の農家の委託製造もしており好評をいただいております。販売商品:地粉生うどん・生そば、乾麺、地粉、地そば粉、ラーメン等

☎ 8:00~19:00 ☎ 年中無休

☎ 中之条町伊勢町乙988-2 ☎ 0279-75-3102

ほか販売場所:道の駅ハツ場ふるさと館、道の駅霊山たけやま、Aコープあがつま店、中之条駅前ふきのとう



その他

(株) 山口館

やわらかい肌へ。肌づくりは化粧水から。温泉を配合した、美容効果の高いオリジナル化粧水を販売しております。インターネットからも購入いただけます。

☎ 中之条町四万甲3876-1 ☎ 0279-64-2011



雑貨や華、森のパンやさん

(大自然生活館(株))

自然素材を活かした自然食品、自然雑貨の製造・販売を行っています。雑貨や華では、自社オリジナルブレンドのハーブティーや、アロマオイル、輸入雑貨など幅広い商品を取り揃えております。同敷地内には、森のパンやさんがございます。弊社通販HP <http://www.daisizen.com/>からも商品を購入いただけます。

☎ 9:30~17:00

☎ 雑貨や・営業期間中無休、パンや:火・水・木(GW,夏季休業)

☎ 両店とも11月中旬~4月下旬まで冬期休業

☎ 長野県北軽井沢1990-4053

☎ 0279-84-6295

あがつまのお土産

吾妻物産振興協会協力のもと、あがつまのお土産を掲載しました!農業が盛んな吾妻地域ならではのお土産や、新感覚のお菓子、味に定評のあるお酒など、魅力的なお土産が勢ぞろい!道の駅などでも販売されていますので、ぜひ買い求めください。

スイーツ・お菓子など



(有) 一松屋菓子店

創業100年を超える和菓子店です。郷土銘菓を初め、四季折々の菓子を製造しております。鳥追太鼓、どらやき、六連銭、ぐんまなバナナなど様々な菓子があります。

☎ 9:00~18:30 ☎ 月曜日

☎ 中之条町伊勢町865-2

☎ 0279-75-2044

ほか販売場所:中之条町のつむじ店舗内で一部商品を取り扱っております。



(株) 菓匠 清月堂

高原特産の花いんげんを使った甘納豆、最中、羊かんの製造・販売の店。創業大正12年の清月堂は、100年を目指してぐんまちゃん豆など等の新商品の開発をしながら、お客様をお迎えしております。

☎ 8:00~18:00 ☎ 不定期

☎ 草津町草津25-1

☎ 0279-88-2166

ほか販売場所:道の駅草津運動茶屋公園

(ロマンチックショップ)



HPもチェック!



日野製パン

昭和30年頃から皆様に愛され続けられた老舗。体に優しい無添加にこだわり、商品には添加物は一切使っておりません。その中でも、そのまま食べてもおいしいと評判の「食パン」、一風変わったクリーム入りの「メロンパン」、創立から作り続けられている「ドーナツまんじゅう」、くるみとゆずの効いた「ゆべし」等皆懐かしものから、定番、アイデア商品まで幅広く扱っております。又、お店も場所も新しくリニューアルし、お客様に喜んで頂いております。

☎ 8:00~18:00 ☎ 火曜日

☎ 東吾妻町松谷147-1

☎ 0279-67-2103

ほか販売場所:桔梗館、Aコープあがつま店、マルイチ岩島店、あがつまの里、道の駅あがつま峡、道の駅ハツ場ふるさと館、JA沢田直売所、JA嬬恋オアシス店



楓月堂

当店は、四万温泉桐の木平商店街にある和菓子店です。開湯伝説をヒントに初代が考案した「夢まくら」が当店を代表するお菓子です。柚子とくるみの二色の餡が求肥餅で包まれていて、女性のお客様を中心に好評をいただいております。また、特製生地で粒餡とこし餡をしっとり柔らかに包み蒸し揚げた「温泉まんじゅう」は、日本で最も有名な温泉の達人、飯出敬夫氏に一番好きな温泉饅頭として紹介されています。是非一度、ご賞味あれ!

☎ 8:00~18:00 (冬期8:00~17:00) ☎ 不定休

☎ 中之条町四万4237-34 ☎ 0279-64-2508

ほか販売場所:道の駅霊山たけやま、伊藤園ホテル、四万やまぐち館売店



(有) 金加屋

北海道産小豆を使った自家製あんです。中のこしあんは、甘さをおさえ、皮はカリッと!食べ時に油っぽくないのが「金加屋」のかりんと饅頭です。100年を超える老舗の味をどうぞお召し上がりください。

☎ 9:30~19:00 ☎ 日曜日

☎ 東吾妻町矢倉551 ☎ 0279-67-2105

ほか販売場所:道の駅あがつま峡・道の駅ハツ場ふるさと館・小野上温泉さちのゆ・高崎駅群馬いろは・銀座ぐんまちゃん家



藤井屋政右衛門

政右衛門は、当藤井屋の襲名であります。元禄年間の当主上原政右衛門代完は、吾妻地方の史蹟・社寺・記録・伝承などを集録して、「吾妻郡略記」を著し、「元禄時代の吾妻郡三大郷土研究家」として知られております。山紫水明の郷土吾妻を代表する銘菓として藤井屋が、まごころと自信をもって製造いたしました、銘菓「政右衛門」を末永く御愛用下さいますようお願い申し上げます。

☎ 9:30~18:00 ☎ 火曜日

☎ 東吾妻町原町203-9 ☎ 0279-68-2933

☎ 東吾妻町原町5048

☎ 0279-68-5315



(有) オーロラ

自家製のハチミツ「吾妻深谷のハチミツ」や、県産小麦を使ったお菓子やカステラ、天然酵母を使ったパンを、道の駅あがつま峡・道の駅ハツ場ふるさと館で販売しています。

☎ 東吾妻町岩下573

☎ 0279-67-2858



(有) 丸源清月堂

標高800メートル以上でないと取れないと言われていた2色の花まめを一粒一粒丹精込めて煮込み、砂糖で煮上げ、さらに砂糖をまぶしました。しっかりとした歯ごたえとさっぱりとした甘味を味わっていただけます。

☎ 7:00~19:00 ☎ 日曜日

☎ 東吾妻町原町203-9 ☎ 0279-68-2933

ほか販売場所:道の駅あがつま、峠道の駅こもち、らん藤岡



錦秋の紅葉スポット

抜けるような青空の下、見渡せば一面の紅葉。
吾妻エリアで秋をめいっぱい楽しもう！



暮坂峠 [D-3]
落葉樹、唐松の紅葉が美しい。峠には牧水詩碑があり、10月20日には牧水まつりが行われます。

見ごろ●10月中旬から11月上旬 問い合わせ先●(一社)中之条町観光協会 TEL●0279-75-8814



白砂溪谷ライン [D-2,D-3]
白砂溪谷沿いに美しい紅葉が見られます。強い酸性の水が流れ込むため濃いブルーや白みがかったブルーになり、紅葉とのコントラストが楽しめます。

見ごろ●10月中旬から11月上旬 問い合わせ先●(一社)中之条町観光協会 TEL●0279-75-8814



万座ハイウエー [B-3]
嬬恋村三原と万座温泉を結ぶハイウエー沿いには、紅葉台などの紅葉スポットがあります。(万座ハイウエーは有料道路です)

見ごろ●9月下旬から10月中旬 問い合わせ先●嬬恋村観光案内所 TEL●0279-97-3721

志賀草津高原ルート [B-2]

9月中旬頃、草津白根山の山頂や弓池、芳ヶ平周辺のナナカマドやうるしなどが紅葉し、次第に山を下りてきて草津の温泉街へと到達します。

見ごろ●9月下旬から10月中旬 問い合わせ先●(一社)草津温泉観光協会 TEL●0279-88-0800
※国道 292 号交通規制時には、ご通行いただけません。

国指定名勝吾妻峡 [E-3]

「関東の耶馬溪」ともいわれ、美しい紅葉の景観が見られます。深い渓谷のため日差しが差し込むベストな時間は午前11時～午後1時過ぎ。

見ごろ●10月下旬から11月上旬 問い合わせ先●(一社)東吾妻町観光協会 TEL●0279-70-2110



奥四万湖 [F-1]

鮮やかなコバルトブルーの湖と、周辺の山々の紅葉のコントラストが見事です。

見ごろ●10月中旬から11月上旬 問い合わせ先●(一社)四万温泉協会 TEL●0279-64-2321



個性的な秘湯ぞろい！

一軒宿の温泉

	大塚温泉 [G-2] 中之条町大塚803 TEL●0279-75-3073(金井旅館) 600年前から続く古湯で、美肌効果が備わっているといわれる重曹泉。ぬるめの温泉なので、ゆったり浸かることができます。	【日帰り】 9：00～21：00
	たんげ温泉 [E-2] 中之条町上沢渡1521-2 TEL●0279-66-2100(美郷館) 四季折々の彩りをみせる大自然と滝のせせらぎに包まれた温泉宿。日常生活の中で失っていた、懐かしさと幼き頃を思い出すことができるそんな“ぬくもり”がここにはあります。	【日帰り】 ×
	花敷温泉 [D-2] 中之条町入山花敷温泉1533 TEL●0279-95-5307(囲炉裏の御宿 花敷の湯) 昔ながらの囲炉裏を守る一軒宿の温泉。若山牧水はこの地を訪れ「一夜寝て わたたちいづる 山かげの 温泉(いで湯)のむらに 雪降り(にけり)の短歌を残しています。	【日帰り】 ×
	応徳温泉 [D-3] 中之条町小雨21-1 TEL●0279-95-3722(宿 花まめ) 心と体を優しく包む、どこか懐かしい空間。旬の山の幸、川の幸をふんだんに使った囲炉裏端料理など、山の湯宿ならではの味わいをゆっくり楽しむ事ができます。	【日帰り】 10：00～19：30
	北軽井沢温泉 [C-5] 長野原町北軽井沢1988 TEL●0279-84-2311(浅間高原 御宿 地藏川) モダン和風のオシャレなたたずまい。異なった趣の「庭園ひのき風呂」そして「庭園岩風呂＆露天岩風呂」を楽しめます。	【日帰り】 10：30～18：00 (繁忙期は時間短縮有り)
	相生の湯 [D-6] 長野原町北軽井沢2032-16 TEL●0279-84-1441(プレジデントリゾート軽井沢) 今もなお活動する浅間山の大地から湧き出る天然温泉は毎分109リットル。大浴場のほか四季折々の景色や風を感じられる露天風呂、サウナやジャグジーなど充実した設備をご用意しております。	【日帰り】 12：30～19：00 (繁忙期は17：00まで)
	本白根温泉 [C-4] 嬬恋村嬬恋高原 TEL●0279-97-4111(嬬恋プリンスホテル) 標高1,126(イフロ) mからは草津白根山、四阿山などの美しい山々を眺めながら温泉を楽しめます。	【日帰り】 13：00～18：00 ※冬季休業あり
	鬼押温泉 [C-5] 嬬恋村鎌原1453-2 TEL●0279-86-6111(ホテル軽井沢1130) ナトリウム硫酸塩質の緑色の湯は、肌にやさしく、とりとて柔らかな感触で人気を呼んでいます。	【日帰り】 14：00～20：00 (繁忙期は17：00まで)
	つま恋温泉 [C-4] 嬬恋村芦生田533 TEL●0279-97-2057(山田屋温泉旅館) 宿主が遊び、仕入れ、時に手を加えたレトロ感たっぷりの館内。茶褐色のにごり湯は神経痛や婦人病などに効能あります。	【日帰り】 ×
	吾妻・半出来温泉 [C-4] 嬬恋村今井97-1 TEL●0279-97-3373(半出来温泉 登喜和荘) 名前こそ半出来という名称ですがその効能は多種にわたり、塩分を多く含んだ泉質の効果で湯上り後もボカボカに保ってくれます。じつは「上出来」の温泉です。	【日帰り】 8：00～20：00
	奥嬬恋温泉 [B-4] 嬬恋村千保386 TEL●0279-96-1511(千川旅館 別邸 花いち) 地下1,000mから湧き出る温泉。塩分が多く、発汗作用にすぐれ、体の芯から温まります。アトピーや皮膚病によいとされています。	【日帰り】 13：00～15：00
	鹿沢温泉 [A-5] 嬬恋村田代681 TEL●0279-98-0421(紅葉館) 上信越高原国立公園の豊かな自然の中に佇む温泉宿。古くから湯治場として愛され、秘湯の雰囲気あふれる温泉です。	【日帰り】 10：00～16：00
	川中温泉 [E-3] 東吾妻町松谷2432 TEL●0279-67-3314(かど半旅館) 自然に囲まれた一軒宿で、日本三美人の湯のひとつに数えられます。無色透明のぬるめ湯が特色で、温泉に長くつかすることで美肌効果がさらに高まります。	【日帰り】 ×
	松の湯温泉 [E-3] 東吾妻町松谷937-3 TEL●0279-67-3210(松溪館) 自然に囲まれ、静かに温泉に浸かりたい方におすすめの一軒宿。これぞ真正正銘の「源泉掛け流し」というべく、とにかく湯量が豊富です。	【日帰り】 ×

気軽に名湯を楽しもう！

日帰り温泉

	高山温泉「いぶきの湯」 [H-2] 地元の人たちに愛される温泉施設。小腹が空いたら、おやつに素朴な手作り炭酸まんじゅうや温泉たまごをどうぞ。 高山村中山3999-1 時間●10：00～21：00 休●毎月1日 TEL●0279-63-2639	
	高山温泉「ふれあいプラザ」 [H-2] 道の駅に併設した日帰り温泉。露天風呂からの美しい星空は絶景です。 高山村中山2357-1 時間●10：00～21：00 休●毎月10日(休日の場合は翌平日) TEL●0279-63-2000	
	応徳温泉「くつろぎの湯」 [D-3] さらさらと手触りが良く、少し白濁した湯の中に独特な黒い湯の花が特徴です。 中之条町小雨21-1 時間●10：00～20：00 休●無休 TEL●0279-95-3241	
	北軽井沢・御所平温泉「かくれの湯」 [C-5] 炭酸ガスが多く含まれているのが特徴で、入浴時に体中に大量の泡が付着します。皮膚に気泡がつくことにより、保温効果でほかほか温まります。 長野原町応楽1985-175 時間●11：00～19：00 休●火曜(8月は無休) TEL●0279-82-1526	
	川原湯温泉「王湯」 [E-4] 露天風呂からはハツ場あがつま湖を望めます。伝統の湯かけ祭りはこちらを舞台に行われます。 長野原町川原湯491-6 時間●10:00～18:00(最終受付17:30) 休●1／1、1／20、第3木曜 TEL●0279-83-2591(川原湯温泉協会)	
	川原湯温泉「笹湯」 [E-4] 川原湯温泉あそびの基地NOA内にある温泉施設です。場内のキャンプ・バーベキューをご利用の方は割引で入浴できます。 長野原町川原湯223-5 時間●12:00～18:00 休●月曜 TEL●0279-82-5250	
	嬬恋バラギ温泉「湖畔の湯」 [B-4] からまつ林に囲まれた静かな環境が最大の魅力。間近で小鳥のさえずりを聞きながら、のんびり温泉を楽しめます。 嬬恋村バラギ高原 時間●11：00～19：00(変動あり) 休●第2・4水曜(休日の場合は営業) TEL●0279-80-6020	
	嬬恋高原温泉「つつじの湯」 [B-5] 大露天風呂・せせらぎの湯、リラクゼーションサウナなど、施設が充実。神経痛や皮膚病などに効能があります。 嬬恋村田代930 時間●10：00～22：00 休●第2・4木曜(祝日の場合は翌日、7月中旬～8月末までは無休) TEL●0279-98-0930	

	鹿沢温泉「とべの湯」 [A-5] 琥珀色の湯の花が漂う、やわらかいお湯の温泉で、家族やグループでもゆっくりくつろげる貸切風呂もあります。 嬬恋村鹿沢温泉 時間●11：00～20：00※季節による変動あり 休●不定 TEL●0279-98-0280	
	吾妻峡温泉「天狗の湯」 [E-3] 体の芯からボカボカと温まる泉質の良さには定評があり、貸切風呂も人気です。 東吾妻町三島6441 時間●10：00～21：00 休●第2火曜 TEL●0279-67-2683	
	あづま温泉「桔梗館」 [G-4] 木造で温かみのある和風の落ち着いた建物で、露天風呂からは岩井洞が望めます。 東吾妻町新巻325-1 時間●10：00～21：00 休●毎月21日(休日の場合は翌日) TEL●0279-59-3533	
	吾妻温泉「根古屋乃湯」 [H-4] 静かな場所にひっそりとたたずむ木造平屋の温泉施設。露天風呂からの眺めが絶景で、渋川市街から赤城山までなだらかな稜線が楽しめます。 東吾妻町岡崎309-1 時間●11：00～22：00 営業日●土日祝日 TEL●0279-59-3361	

湯の里あがつま

温泉でゆっくりまったり
吾妻エリアにはほかにも
まだまだ名湯がいっぱい！
ゆっくりのんびりお湯につかって
旅の疲れを癒そう。



チャツボミゴケ公園
群馬県吾妻郡中之条町六合地区
※集合・解散場所はJR長野原草津口駅
TEL ●0279-75-8814 (中之条町観光協会)

コース所要時間 ●約6時間
レンタル ●あり
※7日前までに要予約 予約受付は中之条町観光協会まで
国の天然記念物、チャツボミゴケ公園。冬期は閉園しており立ち入り不可ですが、本ハイキングツアーに限り、ガイドの同行のもと冬の貴重な景色をみることができます。



草津温泉スキー場
群馬県吾妻郡草津町草津字白根国有林158林班
TEL ●0279-88-8111
コース所要時間 ●約1.5～2時間
レンタル ●あり

2つのコース(氷谷コースと谷沢川コース)があり、氷谷コースでは、整備されたコースだけでなく、樹木の間も散策できます。谷沢川コースでは、川沿いを歩くため、川に出来た氷のオブジェが見られます。



浅間山北麓ジオパーク総合インフォメーションセンター
群馬県吾妻郡嬬恋村鎌原494-45
TEL ●0279-82-5566

日本ジオパークの「浅間山北麓ジオパーク」のエリア内をガイドがご希望に応じてご案内します。
(例) 以下の3地域の他、鬼押出し、高峰高原など
詳細は事務局にご確認ください。

鹿沢インフォメーションセンター
群馬県吾妻郡嬬恋村田代鹿沢園地
TEL ●0279-80-9119
コース所要時間 ●約2～7時間
レンタル ●あり ※登山届が必要な場合あり

高低差の少ない冬木立の中のトレッキングから、四阿山の冬山登山まで様々なコースを取り揃えています! 冬にしか見られない広大な景色があります!

浅間園
群馬県吾妻郡嬬恋村鎌原1053-26
TEL ●0279-86-3000
コース所要時間 ●応相談
レンタル ●あり ※参加料金ががかかります

子供から大人まで楽しめるコースは見どころ満載! 白い雪と黒い溶岩のコントラスト、間近にそびえる浅間山、遠くに望む百名山の数々など、絶景を堪能できます。詳細はお問い合わせください。

スノーシュー SnowShoe



**タイヤなどの
ご注意**

積雪と路面凍結が予想されます。お車でお越しの場合は、必ず冬タイヤ(チェーン・スタッドレスタイヤ)を装着し、天気予報や道路状況をご確認の上、気をつけてお越しください。



草津温泉スキー場
群馬県吾妻郡草津町草津字白根
国有林158林班
TEL ●0279-88-8111
FAX ●0279-88-8540
標高2,000mならではの上質な雪と全長8kmのロングコースが魅力! スキー・スノーボードで遊んだ後は、名湯草津温泉を存分にご堪能ください。



万座温泉スキー場
群馬県吾妻郡嬬恋村万座温泉
TEL ●0279-97-3117
FAX ●0279-97-2236
標高1,800mに降り積もる上質のふかふかパウダースノーが味わえる、国内屈指のパウダースポット。スキー・スノーボードを楽しんだ後は、万座温泉に是非お立ち寄りください。



鹿沢スノーエリア
群馬県吾妻郡嬬恋村鹿沢温泉
TEL ●0279-98-0611
FAX ●0279-98-0614
晴天率80%を誇る2つのエリアからなる変化に富んだ晴天グレンデ。5月上旬まで営業予定。炭酸泉をお楽しみいただける鹿沢温泉がすぐそばです。



パルコール嬬恋リゾート
群馬県吾妻郡嬬恋村バラギ高原
TEL ●0279-96-1177 (スキー場)
TEL ●0279-96-1166 (ホテル・温泉)
全長3.2km関東一の長さを誇るゴンドラで、全長4.5kmのロングクルージング! 幅も最長150m!
上質なシルキースノーと、広大なグレンデを活かし、安全なキッズ専用グレンデや、スノーパーク、スキー専用コースも。



ASAMA2000Park
群馬県吾妻郡嬬恋村高峰高原
TEL ●0267-23-1714
6つあるグレンデのコースではそれぞれに特徴があり、ファミリー・初心者から上級者まで、どなたでも楽しめます。もちろん標高2,000mの雪質は抜群です。



軽井沢スノーパーク
群馬県吾妻郡長野原町北軽井沢2032-16
TEL ●0279-84-1227
FAX ●0279-84-1229
リーズナブルな料金と優しいコースは雪山デビューに最適。ミキハウス子育て総研にウェルカムファミリーのスキー場の第1号として認定されています。