

歴史と自然の香るまち

須坂

米子大薬亭 長生堂

Photo: 国指定名勝「米子瀑布群」(2016年8月撮影)
 マイナビオンラインが選り出された「トップシェンゲンコース」
 2016NHK大河ドラマ「真田丸」のオープニング映像ロケ地

心を癒す大自然

時の流れを越えた感動の町並み

陽春の光を浴びて開花する桜

人の暮らしが息づく文化芸術

いこ 須坂

北信濃周辺観光アクセスMAP



善光寺	12km 30分
長野駅	12km 25分
松代町	16km 30分
峰の原高原	17km 45分
菅平高原	17km 45分
軽井沢	68km 110分
小布施町	5km 15分
中野市	12km 25分
湯田中・渋温泉郷	18km 35分
志賀高原	30km 50分
飯山市	23km 50分
山田温泉	12km 30分
山田牧場	19km 50分

湯田中・渋温泉郷

志賀高原の玄関口で個性のある湯田中・渋温泉郷は、古くから多くの文化人にも愛されてきた湯の町です。

山ノ内町観光高工課
026-93-1107

信州中野

中山高平、高野原の心あるまち。北信濃で知られる中野市は、志賀高原へ上越地方へ続く交通の要所にもなっています。

須坂市から高速道路で約10分です
 中野市観光推進課
0269-22-2111

松川渓谷・高山温泉郷

8つの温泉が渓谷に沿って点在する高山温泉郷。秋の紅葉の時期は清流感じっぱい湯と共にたっぷりの自然が楽しめます。

須坂市から車で15~30分です
 高山村産業振興課
026-245-1100

小布施町

菓子の製造、浮世絵師葛飾北斎の町で知られる小布施町は、須坂市に隣接し、りんご、ぶどうの産地内フルーツ街道でつながっています。

小布施町産業振興課
026-214-9104

交通のご案内

車
 東北・北関東方面
 東北自動車道
 北関東自動車道
 東京方面
 関越自動車道 - 藤岡JCT - 上越自動車道 - 上田菅平IC - R144 - 峰の原高原
 中央自動車道 - 岡谷JCT - 長野道 - 更埴JCT - 須坂長野野IC
 大阪・名古屋方面
 名神・中央自動車道
 北陸自動車道・上越JCT
 須坂長野野IC

鉄道
 東京方面
 東京 新幹線あさま ●1時間40分
 大塚 名古屋方面
 名古屋 中央西線 ●特急3時間
 長野 長野電鉄 電車20分
 須坂

空路
 札幌・福岡各地 - 松本空港 - 松本
 須坂

歴史の町松代

名將真田氏の城下町はゆかりの史跡、博物館、古社寺など、今も風情を残しています。須坂市とも歴史がつながり、須坂駅から車で約30分です。

長野市松代支所
026-278-2280

善光寺

平安の昔から宗派や性別を問わず多くの人が訪れる善光寺。高遠温泉は、上越自動車道 須坂・長野東インターが最寄りとなります。須坂駅から長野電鉄特急で約15分です。

長野市観光振興課
026-224-8316

- 【お問い合わせ先】**
- 須坂市観光協会 TEL 026-215-2225
FAX 026-215-2226
 - 蔵のまち観光交流センター TEL 026-248-6867
FAX 026-248-6875
 - 峰の原高原観光協会 TEL 090-4949-3080
 - 須坂市商業観光課 TEL 026-248-9005
FAX 026-248-9041
 - 須坂商工会議所 TEL 026-245-0031
 - 須坂NAGANO しあわせ信州シアスペース TEL 03-6274-6015
 - 長野県名古屋観光情報センター TEL 052-263-4118
 - 長野県大坂観光情報センター TEL 06-6341-8205



時代を超えて語りかける…心やすらぐ町並み

蔵の町並み

～製糸業で隆盛を極めたまち須坂～

江戸時代、須坂藩主堀氏の館町として繁栄した須坂は、明治から昭和初期にかけて製糸業によって隆盛を極めました。現在でも当時建てられた豪壮な土蔵造りの旧製糸家建物や繁盛した大塲造りの町屋などの町並みが残されており、蔵を活かした商店、博物館、美術館などで当時を偲ぶことができます。

Avenue of the "KURA" house

The old buildings including cocoon storehouses and the silk businessmen's residences which were built the early 20th century called "KURA" houses in the city are particularly marvelous. These "KURA" houses were built with thick white plaster walls and tiled roofs. As "KURA" are made of plaster they are fire proof and naturally temperature and humidity controlled. There are streets lined with these "KURA" houses and such an area is called, "KURA NO MACHINAMI," which means "avenue of kura"

- 現存する主な蔵**
- ◇須坂クラシック美術館 ガイドマップ●B-2
 - ◇ふれあい館まぐくら ガイドマップ●B-2
 - ◇蔵のまちギャラリーぷらり館 ガイドマップ●B-2
 - ◇蔵のギャラリー錦幸サロン ガイドマップ●C-2
 - ◇蝶の民俗館 ガイドマップ●C-2
 - ◇ふれあい館しらふじ ガイドマップ●C-2
 - ◇田中本家博物館 ガイドマップ●C-3
 - ◇塩屋味噌蔵 ガイドマップ●C-2
 - ◇旧越家 ガイドマップ●C-1
 - ◇須坂観光タクシー (旧信陽銀行) ガイドマップ●C-2

- 貴重な建築物**
- ◇須坂教会 ガイドマップ●B-2
1933年に曹長善がタニエル・ノルマンが建てた教会。
 - ◇中町・上中町の町並み ガイドマップ●C-2
かわらぶきの古い建物が並ぶ高層にいくつか、
 - ◇旧上高井郡役所 ガイドマップ●C-2
大正6年に建てられた洋風の建物。
 - ◇坂田浄水場 ガイドマップ●D-4
80年くらい前に造られた。
 - ◇旧園里学校 ガイドマップ●D-4
「園里」という洋風と和風がまじった建物。
 - ◇須高農協井上支所 ガイドマップ●
屋根に小さな窓が特徴で、外国の建物のよう。

ガイドマップ 2



ガイドマップ 1



蔵のまち観光交流センター
受付時間 9:00～17:00
TEL 026-248-6867

観光案内所
須坂市観光協会(シルキール2F)
受付時間 9:00～17:00
TEL 026-215-2225
URL <http://www.suzaka-kanikokuyakai.jp/>

観光タクシーコース(往復) 料金及び時間

- [須坂駅]～[五味池破風高原]
〈片道60分、散策2時間〉
小型(4人まで)約15,600円
- [須坂駅]～[米子大瀑布]
〈片道45分、散策2時間〉
小型(4人まで)約14,400円

須坂観光タクシー ☎026-245-1010
北信タクシー ☎026-245-5353
長電タクシー ☎026-245-0351

(レンタカー情報)

株式会社キタキリ ☎026-245-0375
須高車輦販売 ☎028-245-1018
ニコニコレンタカー ☎026-245-1618

須坂市民バス 主要長電バス路線 主要バス停

※休運日がありますので、ご利用の際は運行日、時刻、運賃等ご確認ください。

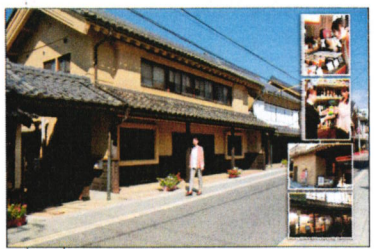
須坂市観光モデルコース



電車・バス問い合わせ 長野電鉄(電車)☎026-245-0317 (バス)☎026-296-3208

市営駐車場ご案内
(市街地散策に便利)

- ・大型(33台、専用車33台駐車可)
- ・利用料金100円/時間
- ・クラシック美術館利用者は1時間まで無料



静寂な谷に轟音をたて流れ落ちる二条の滝



よなごだいばくふ
米子大瀑布

～日本の滝百選の地～

根子岳と四阿山を源流に静寂な谷に並び落ちる80m級の2つの滝は日本の滝百選に選定される名瀑。周遊道をしばらく歩くと壮大な大自然が、訪れる人に時の経つのを忘れる程の感動をあたえます。

Yonako Falls

Gougen Daki (80 meter waterfall) and Fudo Daki (85 meter waterfall) having their sources in Mt. Nekodake and Mt. Azumayama respectively, are reverberating the sound of their roaring water deep in the mountains and valleys. These falls were chosen as one of the 100 finest falls in Japan. Fudo Daki has been known as 'a place of purification ceremony', where you can see many pilgrims purifying themselves with the water in summer.

◇須坂長野ICから19km車で約50分
駐車場から徒歩約30分

◇タクシーのご案内は
GUIDE MAPにあります。

ガイドマップ



真田家末裔の寺
米子瀧山不動寺



写真は本坊(庫裏) (撮影は適宜非公開)

米子瀧山不動寺は、上杉謙信公の護持仏であった不動明王を本尊とし、千菅成田、新湯宮谷の不動尊とならぶ日本三大不動尊の一つともいわれる。謙信公が所用したとされる軍神「虎沙門天」があらわされた軍配も保管されています。

最近では「開運」のパワースポットとして紹介されています。



オールシーズンリゾート&スポーツ
真夏平均気温19℃いつ来ても遊べる



トップアスリートの強化トレーニングにも使用される
クロスカントリーコース



みねのほらこうげん
峰の原高原 ～エンジョイスポーツ～

上信越高原国立公園の根子岳の西山麓、普平高原に隣接して広がる峰の原高原は、北アルプス、北信五岳を望む標高1,500mの高原です。冬は家族連に人気のスキー場、春から秋にかけてはクロスカントリーコース、テニス、ゴルフ、登山など年間を通じて自然を感じてアクティブに楽しめます。また、高原に建ち並ぶ個性的なお洒落なペンションは、都会の雑踏を離れのんびりと過ごすリゾート拠点として好評です。

槍に…夕陽が刺さる
天空の…奇跡の瞬間



峰の原高原サントセラス

峰の原高原では11月上旬と2月上旬の数日、槍ヶ岳(3,180m)につき刺さるように沈む夕陽を見ることができます。

ねこだけ
根子岳・四阿山
～登山ルート～



峰の原高原から花百名山「根子岳(2,207m)」、日本百名山「四阿山(2,354m)」へ絶景の登山ルートがあります。

Minenohara Highland

At the foot of Mt. Nekodake, Minenohara Highland, 1500 meters above sea level, you feel the cool fresh air as even in summer the average temperature is only 19C. Enjoy playing and tennis, and hiking during summer and, of course, skiing in the winter, or you could just relax and enjoy the natural surroundings. It all depends on you. There are stylish lodgings where you can make stay yourself as at home.

峰の原高原観光協会 090-4949-3080
<http://minenohara.net/>

◇須坂長野ICから18km車で45分

ガイドマップ

須坂市旧小田切家住宅



須坂の製糸発展に貢献した小田切家の住宅が生まれ変わりました。コビーなどの敷木とお菓子を味わいながら、ゆ〜っくりくつろげるサロンになります。(旧小田切家住宅は須坂市指定有形文化財です)

観覧料: 9:00~17:00 (休館日: 年末年始、GW、お盆等々その他指定日を含む)
026-246-2220 (観覧予約) **ガイドマップ**

須坂クラシック美術館



須坂の歴史とともに、明治・大正昭和と歩んできた町元・牧野七郎氏、日本画家 岡 徳孝氏の古美術コレクションを展示しています。

観覧料: 9:00~17:00 (12月は9:30~16:30)
休館日: 年末年始、GW、お盆等々その他指定日を含む
026-246-6474 **ガイドマップ**

笠鉾会館1階ホール



毎年7月に行われる須坂伝統祭りで遊ぶ笠鉾11歳と、町家の人々の気配を今に伝える舞台4台を展示しています。

観覧料: 9:00~17:00 (12月は9:30~16:30)
休館日: 12月29日~1月3日
026-246-7100 **ガイドマップ**

須坂市立博物館



市内各地から出土した考古資料、近世須坂の歴史、明治・大正期の製糸製糸産業の様子など貴重な資料展示と、郷土の民俗史に関する特別展も開催されます。

観覧料: 9:00~17:00 (休館日: 12月29日~1月3日)
026-246-0407 **ガイドマップ**

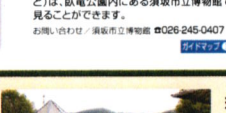
須坂版画美術館 平塚一版版画美術館



須坂出身の版画家 小林朝治が収集した大正期から近代以降の版画作品を常設展示しています。版画百術の歴史活動に尽くした平塚一版の代表作も紹介しています。

観覧料: 9:00~17:00 (休館日: 12月29日~1月3日)
026-248-8633 **ガイドマップ**

世界の民俗人形博物館



世界90数に及ぶ2,000体の民俗色豊かな人形を展示しています。須坂出身の小池千枝氏(元文化服装学院教授)が収集・制作した作品です。

観覧料: 9:00~17:00 (休館日: 12月29日~1月3日)
026-246-2340 **ガイドマップ**



◆地酒・ワイン

市内には、毎年品評会で優秀賞を獲得している名酒があります。清く丁寧に造られた気配と水を最大限に活かした地酒・ワインを是非一度味わってください。



◆おやき

ふくらヘルシーなおやきは、製造直売店だけでなく、お土産店、スーパーなど市内どこでもお買い求めできます。



◆みそ

須坂市には五つの味噌蔵があります。代々受け継がれた伝統技法により丁寧に造られたみそは、まるやかで旨味が高い味わいです。市内の飲食店では、須坂みそで味付けし、伝統野菜の村山早生こぼろが入ったみそすき

須坂市産 第50回全国観光土産品展覧会優秀賞

◆フルーツ



◆そば

一信州須坂そばの場—そば処信州の中でも創意工夫をこらした自家製そばを提供しているお店があります。お好みの味がきっと見つかります。



観光農園 信州フルーツ王国振興会

振興会加盟の観光農園でくだもりの狩りが楽しめます。

◎蔵のまち観光交流センター

明治時代にまゆ蔵として使用されていた建物を改装して観光案内所に利用。土産品の販売や手荷物預かり、休憩所としてお茶のサービスがあります。レンタサイクル(無料)や多目的ホール(有料)もあります。



関谷温泉 湯つ蔵んど

真内最大級の日帰り温泉施設で、6畳9つのお風呂が楽しめます。大浴場も露天風呂もつくり、のびのび、「手作り」地産地消「健康」にこだわった食卓も人気。「おいしい」が自慢の温泉です。

◎蔵のまち観光交流センター

明治時代にまゆ蔵として使用されていた建物を改装して観光案内所に利用。土産品の販売や手荷物預かり、休憩所としてお茶のサービスがあります。レンタサイクル(無料)や多目的ホール(有料)もあります。

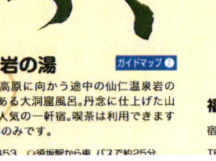


須坂温泉 古城荘

四季のうつろいも鮮やかな露天風呂(五岳の湯)と内風呂(龍の湯)があり、旅の情緒を堪能できます。立湯、お食事(要予約)、宿泊もできる。自然に包まれた一軒宿です。

福寿の湯温泉 福寿荘

宿泊(80名)でもできる家庭的な雰囲気温泉です。



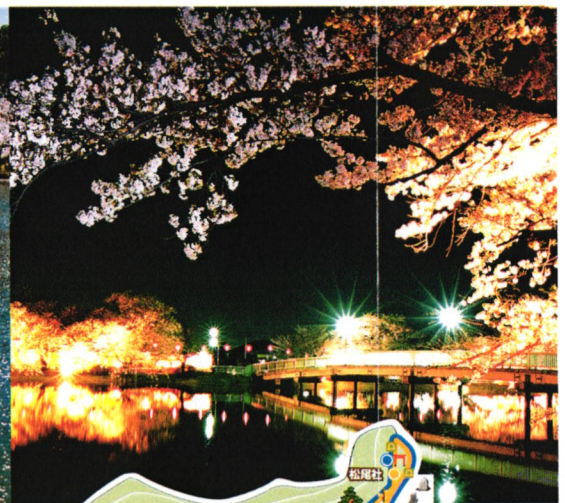
Autumn & Winter

Hot spring

車(一般道)での須坂駅からの所要時間

善光寺	12km 30分
長野駅	12km 25分
松代町	16km 30分
峰の原高原	17km 45分
菅平高原	17km 45分
軽井沢	68km 110分
小布施町	5km 15分
中野市	12km 25分
瀧田中込温泉郷	18km 35分
志賀高原	30km 50分
飯山市	23km 50分
山田温泉	12km 30分
山田牧場	19km 50分

池に映る桜の回廊 水面に映る夜桜も幻想的



がりゅうこうえん 臥竜公園

ガイドマップ① B-3 ◇須坂長野東ICから55km 車で15分

～日本のさくら名所100選～

市街地にある里山として古来より市民に親しまれている臥竜山と竜ヶ池一帯は、日比谷公園の設計者として知られる林学博士本多静六が設計しました。春には池周辺にある160本の桜が咲き乱れ、さくらの名所100選にも選ばれています。また、名松100選の松林、百番観音、須田城跡などの旧跡も集まっています。子ども達に大人気の動物園、縄文から昭和までの貴重な品を展示している市立博物館、隣接する各種スポーツ施設とともに臥竜山トレッキングコースなど家族全員で楽しめる総合複合公園です。

Garyu Park.

A place of scenic beauty, where a number of historical ruins remain in the quiet pinewoods. In spring, the beautiful cherry blossoms are in full bloom, attracting many people. The pinewoods have been chosen as one of the 100 finest pinewoods in Japan and the park has been chosen as one of the 100 best places to view cherry blossoms. In the area you can also enjoy a zoo and a variety of sports facilities, these and the park natural beauty means this park is loved by everyone.



須坂市動物園

ガイドマップ④ B-4

動物を間近で見ることができ、ウサギやモルモットとのふれあい、動物の解説やエサやり見学などを毎日開催しています。カビバラやワオキツネザルなどが人気。SLや大型遊具もあります。

開館時間 / 9:00～16:45(入園は16:00まで)
休 日 / 月曜日(祝日の場合は翌日)12/29～12/31 ※4-5-8月は無休
入 園 料 / 一般 200円 中学生以下 70円 未就学児 無料
お問い合せ / 026-245-1770



ワオキツネザル

カビバラ

紅色のレンゲツツジ大群落



ごみいけはふこうげんしぜんえん 五味池破風高原自然園

ガイドマップ⑥

◇須坂長野東ICから22km 車で60分
◇タクシーのご案内はGUIDE MAPにあります。

～長野県自然100選～

群馬県との境、破風岳(1,999m)の西に広がる破風高原、6月中旬から6月下旬にかけて県内最大規模100万株ともいわれるレンゲツツジ大群落が一斉に咲き誇り、9月上旬から中旬にかけてはエンリンドウの群生が見られます。北アルプス、北信五岳、善光寺平の眺望は絶景です。また破風岳、土鍋山(2,000m)の登山口としても利用されています。

Gomiike Hahu Highland

A million Azaleas dance in the winds on the west of Mt. Iihadake, 1999 meters above sea level. Mt. Hahadake forms the boundary between Gunma and Nagano prefectures. Early summer the azaleas are colorful in full bloom. The background view of Zenkoji-daira basin and the notable five mountains 'Hokushin Gogaku' with the Northern Alps is truly magnificent.



エンリンドウ



龍丘ダム 高さ81メートル。ダム湖は群竜湖。《問い合わせ》 宮城建設事務所 TEL.026-245-1670



龍丘の穴水 「龍州の名水・秘水」

賑わい 楽しむ

1月 信州須坂あわせ雑祭り



およそ100のお店や施設で伝統のお祭りが展示されます。また、ひな人形30段飾りが大迫力でお見えます。ガイドマップ④ C-4

3月 信州須坂・シルクと蔵のまち ツーデーウォーキング

早春の須坂、田舎の原風景を満喫できます。お泊り、周辺観光もご案内しています。



5月 五月人形菖蒲の節句

高さ6mの15段に武者人形が並ぶ。勇ましい五月人形たちが立ち並ぶ様は迫力満点。



7月 祇園祭

須坂の祇園祭は毎年7月に行われ、市内をねり歩く笠鉾は11基。全国的にも稀な文化財として貴重なものです。笠鉾会館ドリームホールで実物をいつも見ることができます。

7月 須坂みんなの花火大会

7月 須坂カッタカタまつり

“カッタカタ”とは練糸機の糸の回る音です。須坂の夏祭りは、大正12年、市内の製糸会社の工場歌として作られた須坂小唄(中山善平 作曲・野口雨情 作詞)がひびき渡る中、市民によるおどりの熱気や蔵の町を演出しています。



7月 須坂みんなの花火大会



10月 信州須坂 大菊花展 臥竜公園内特設会場

須坂の秋を彩る恒例イベントで、作品のレベルの高さが評判の大菊花展。1年以上かけて作り上げる作品は、作者の情熱を感じます。

10月 竜の里 須坂健康マラソン全国大会

さわやかな秋風の中、魅力あるコースに全国から参加者が集まります。

11月 須坂えびす講

七福神による福まき。商店会による福引きなど活気があふれます。

12月 須坂アートパーク 「イルミネーションフォレスト」



「恋人の聖地」に認定されたアートパークの森がイルミネーションで埋め尽くされます。高さ30mの光のタワーをメインに、きりと冷たい静寂な空間に暖かな灯りが煌めます。

交通のご案内

- 東北・北関東方面
- 東北自動車道
- 北関東自動車道
- 東京方面
- 関越自動車道-静岡JCT-上越縦自動車道
- 中央自動車道-四谷JCT-長野道
- 大塚・名古屋方面
- 名神・中央自動車道
- 金沢・新潟方面
- 北陸自動車道-上越JCT
- 秋田
- 東京方面
- 新幹線あさま●1時間40分
- 大塚・名古屋方面
- 名古屋 中央西線●特急3時間
- 金沢方面
- 金沢 新幹線かやがき●1時間20分
- 上越妙高 新幹線はくたか●23分
- 空路
- 札幌・福岡各地ー松本空港(松)

