

『高速道路』こだわりのドライブ&遊びマガジン

クーポンで
お遊ばせ

2016

秋

Autumn

TAKE
FREE

Vol.

48

中日本エクシス

高速家族

大特集

EXPASA足柄(上)に
今話題のグランピング体験施設
誕生!

中央道・長野道



自由な旅を

マイカー旅行者のための素泊まりのミニホテル「ファミリーロッジ旅籠屋」は、アメリカンスタイルの、シンプルなロードサイドホテルです。
1号店オープンから21年、「こんな宿を待っていた」という声に支えられ、ご利用者は延べ300万人以上、56店舗に増えました。全店直営です。
ご家族4人で1室1万円から、お二人なら1室8千円から。おひとりなら5千円から（いずれも消費税別）。あれこれのサービスはありませんが、それが自由に旅を楽しんでいただくための特長だと信じています。ファミリーやご夫婦でのドライブ旅行、ひとり旅、ビジネス出張、ツーリングやサイクリング。どうぞ、気兼ねなく、好きな時に、好きな所に。



「浜名湖店」外観

全店1〜2階建て、12〜23室のミニホテル。
無料駐車場完備（東京新木場店のみ有料）



「宮島SA店」客室

約25㎡のスペースに幅1.5mのベッド2台。
全室無料ネット接続。トイレは洗浄便座。



「秩父店」ラウンジ

インは15〜23時、アウトは11時まで。
休憩利用不可。朝は軽食を無料サービス。



ファミリー ロッジ
旅籠屋
は た ご や

お問い合わせ・ご予約

はたごや

検索

PC <http://www.hatagoya.co.jp/>

スマホ <http://hatagoya.gdd.jp>

空室状況もご覧いただけます。
ご予約のお申し込みも（3ヶ月前より）どうぞ。

パンフレットをお送りします

TEL. 03-3847-8858

（平日の9〜18時にお願いいたします）

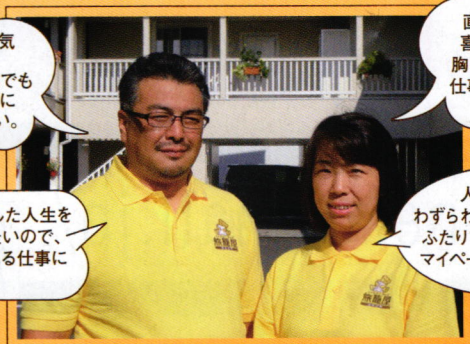
お知らせ

店舗支配人代行を募集しています！ お二人だけの職場です。

以下のような方に最適な仕事です！

まだまだ元気
なので、
60歳前後からでも
働いて社会に
かわりたい。

堅実で安定した人生を
築いていきたいので、
長く続けられる仕事に
就きたい。



直接お客様に
喜ばれる仕事、
胸を張ってできる
仕事に従事したい。

人間関係に
わずらわされることなく、
ふたりで力をあわせて
マイペースで働きたい。

支配人の休暇中に勤務する「代行支配人」（専任）募集！

特定の店舗に住み込むものではありませんから、月に数日程度、自宅の近くの店舗限定など、ご都合にあわせての勤務も可能です。定年退職後の時間を生かして全国を旅したい方にも最適です。ただし、あくまでおふたりでの勤務となります。どうぞ、お気軽にお問い合わせください。

問い合わせ先：本社・総務部 03-3847-8858（平日の9:30〜18:30）

◎住み込みの「店舗支配人」も募集しています。

「ファミリーロッジ旅籠屋」は、すべて当社が直接経営する直営店であり、当社の社員2名が支配人として店舗に住み込み、運営業務のすべてを行っています。素泊まりの宿ですから調理はなく、フロント業務と客室清掃が中心ですが、専門知識は不要で、職務経験も必要ありません。定年は65歳で、その後も同一条件で70歳までの延長もあります。また、1LDKの居住スペースが無償で確保され、光熱費の負担もありません。心身ともに健康で、誠実で責任感のある、お互い助け合って人生を共にするカップルということだけが条件ですから、学歴や職歴は問いませんし、戸籍上の夫婦であるかどうかとも問いません。LGBTの方も同様です。現状、子育ての終わった中高年の方が中心ですが、最近は子供のいない30代前後のカップルも増えています。

el colina

LUXURY CAMPING IN ASHIGARA SA

2016. 08. 27 GRAND OPEN



EXPASA 足柄(上)に グランピング施設が誕生

宿泊予約状況はお電話にてお問合せ下さい。

お問合せ
宿泊予約

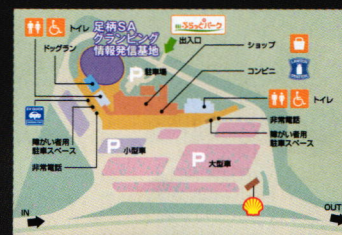
お電話にてお申し込みください **Tel.080-4074-0066** (9:00~20:00)

宿泊予約
状況確認

HPでリアルタイムな情報が確認できます。 **<http://el-colina.jp/>**

協力・協賛
企業

OUTDOOR LIFE STORE WEST、株式会社アスブルンド、株式会社伊藤園、CAPTAIN STAG株式会社
有限会社キャルトrend、株式会社けしきや、株式会社太陽デント、帝人フロンティア株式会社、日本ウッドデッキ協会、
株式会社VILLAGE INC、有限会社メネフネウォータージャパン、ロクシタンジャパン株式会社 (五十音順)





NEXCO中日本オリジナルキャラクター
みちまるくん

中央道・長野道大特集

05 **みちまるくんの部屋** Webで投票! 商品券が当たる!
ソフトクリーム総選挙!!/みちまるくん掲示板/
みちまるくん劇場



06 **このSA・PAにZoom in!** ズームイン! 恵那峡SA(上り)
神坂PA(上り)



08 **お国自慢のうまいもん!**
信州・甲州・飛騨・美濃のご当地グルメ案内

10 **ふかわりょうのSA・PA同好会
おみやげ座談会**



12 **ドライブご飯** 高速家族Special Edition
13 **極みStyle** SA・PAで出会う

るるぶ編集部が選んだ

14 **ICからすぐの立ち寄り湯**



16 **SA・PA News & Topics 7**

17 **みちまるくんの高速道路トリビア/
高速家族プレゼントクイズ**

18 **おせち&冬ギフト**



こぞってねっと 耳より情報&川柳募集中!

神奈川県・静岡県内のSA・PAにある
専用はがきでご応募ください。
優秀作品に選ばれた川柳には
「みちまるくん」グッズをプレゼント!



SA・PA限定グルメ、期間限定イベントなど
facebookページで配信中です。
どうぞご覧ください!

こぞってねっと facebook

検索



SA・PAの最新情報はWebでチェック!

NEXCO中日本管内のSA・PAの最新情報をホームペ
ージでご確認いただけます。スマートフォン、タブレット
から右のQRコードでアクセスしてください。

<http://sapa.c-nexco.co.jp>



中央道・長野道 Road Guide



おでかけ ドライブ情報

猿田彦神社 <http://www.sarutahikojinja.or.jp>



御祭神の猿田彦大神は、万事最も善い方へ「みちひらぎ」になる神様。その他、交通安全・方除け・商売繁盛・建築安全・家内安全・厄除けなど、古来多くの御神徳で知られている。特に方位を司る御力が強く、境内の大鳥居の柱や、御殿の鯉木など八角形のものが多い。また、境内には天岩窟で神楽を舞われた天宇受売命を祀る佐瑠女神社は、芸事・縁結びの御神徳で崇敬を集めている。

●参拝時間/境内自由 ●三重県伊勢市宇治浦田2-1-10

TEL 0596-22-2554

猿田彦神社 検索

キュルノンチュエ

本場フランス伝承の味

<https://www.curnontue.jp/>

「時間をかけずにすまそうとしても、時間がそれを許さない」月日が美味しさを磨き出す。吟味を重ねた当店の製品は食卓に人気者として、お子様からお年寄りまできっと気に入っていただけるものと確信しております。

- 営業時間/10:00~17:00
- 定休日/火曜日
- 岐阜県高山市清見町牧ヶ洞3154
- 中部縦貫道高山西ICより車で3分

TEL0577-68-3377

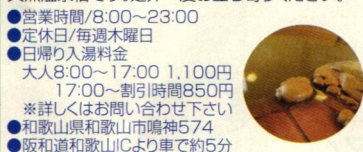
白かびのソーセージ 検索

紀州和歌山の名湯 花山温泉 薬師の湯

<http://www.hanayamaonsen.com/>

全国でも珍しい自噴天然炭酸温泉で、地下500メートルより炭酸ガスのみで自噴しています。源泉かけ流し100%濃い茶褐色のにがり湯が自慢で、また、温度差のある浴槽に交互に入る温冷入浴法でさらに温泉効果が期待でき、独自の温冷入浴が楽しめる天然温泉宿です。是非一度お立ち寄りください。

- 営業時間/8:00~23:00
- 定休日/毎週木曜日
- 日帰り入湯料金 大人8:00~17:00 1,100円 17:00~割引時間850円
- ※詳しくはお問い合わせ下さい
- 和歌山県和歌山市鳴神574
- 阪和道と歌山ICより車で約5分



TEL073-471-3277

花山温泉 検索

宝登山ロープウェイ

<http://www.hodosan-ropeway.co.jp/>

標高497mに架設されている宝登山ロープウェイは、全長832mを「ばんび号」と「もんきー号」2台のゴンドラで結びます。山頂駅周辺には、四季折々の花が植栽され、美しい花とともに、秩父連山などの眺望が楽しめます。宝登山小動物公園では、動物達と触れ合えることで、子供達にも人気があります。是非一度ご利用下さい。

- 料金/大人480円(片道)820円(往復) 小人240円(片道)410円(往復)
- *運転時刻等はお問い合わせください。
- 岐阜県秩父郡長瀬町長瀬1766-1
- 関越道花園ICより車で約20分

TEL0494-66-0258

宝登山ロープウェイ 検索

下條温泉郷「コスモスの湯」

<http://www.vill-shimojo.jp>

お湯は温まりやすく、湯冷めにくい泉質で、温泉に浸かりながら目の前に広がるアルプス・伊那谷を眺めながらゆっくりと入浴できます。心身ともに癒される温泉です。

- 営業時間/10:00~21:00(最終受付20:30)
- 休日/毎月第1月曜日・1月1日
- 料金/大人 400円 小人200円(小学生以下)
- 長野県下伊那郡下條村睦沢 3405
- 三遠南信自動車道天龍峡ICより車で7分
- JR飯田線「天竜峡」より車で7分

TEL0260-27-2600

下條村 観光 検索

河津七滝ハイキング

<http://www.kawazu-onsen.com/>



河津川にかかる七つの滝で、総称して七滝といえます。川端康成の「伊豆の踊り子」の舞台になっている河津町、河津七滝には「踊り子と私」の像があります。川沿いに遊歩道がありマイナスイオン効果で身も心も爽快に!

●詳しくは河津町観光協会

TEL0558-32-0290

河津町観光協会 検索

清流五十川のほとり 湯の瀬旅館

<http://www.yunose.jp/>



日本海から直接仕入れておりますので、山間ながら刺身、焼き物、煮物など活きの良い魚介をお楽しみいただけます。また、プールのような大露天風呂も当館自慢のひとつです。

- 料金/1泊2食8,000円(消費税込・入湯税別)
- 山形県鶴岡市戸沢神子谷103-2
- 山形道鶴岡ICより車で30分

TEL0235-45-2737

湯の瀬旅館 検索

クリスタルパーク恵那スケート場

<http://skate.city.ena.gifu.jp/>

山に囲まれた開放感たっぷりの屋外スケート場です。冬季はアイススケート場として、冬季以外はインラインスケートやフットサル等の軽スポーツや各種イベントに利用できる多目的施設です。広々としていて滑りやすいと好評ですので、初心者でも気軽なお楽しみいただけます。

- 営業時間/（夏季）平日9:00~17:00 土日祝8:30~17:00（冬季）平日9:00~20:30 土日祝8:30~20:30
- 夏季営業期間/H.28.4.17(日)~H.28.10.10(祝日)
- 冬季営業期間/H.28.11月27(日)~H.29.2月19(日)
- 定休日/（夏季）月曜日、月曜日が祝日の場合は翌日（冬季）無休
- 岐阜県恵那市武並町竹970-1
- 中央道恵那ICより車で10分

TEL0573-28-3390

恵那スケート場 検索

信州 物味湯産手形

<http://www.monomiyusan.jp/>

長野県内で利用できるお得な観光クーポン冊子「信州物味湯産手形」。長野県内の50の入浴施設から、最大12の施設を選んで入浴できます。更に、250を超す協賛施設で割引・特典が受けられます。入浴施設、協賛施設はウェブサイトでご確認ください。

TEL026-234-7165

ものみゆさんがた 検索

坂東十六番礼所 五徳山 水澤観世音

<http://www.curnontue.jp/>

飛鳥時代に開かれ、徳川幕府により再建された由緒あるお寺です。境内の中心にある本堂は、本尊千手観世音菩薩を安置。また六角二重塔は六角堂とも呼ばれ、六地藏尊を安置し元禄時代に建立された重要文化財となっております。

- 営業時間/参拝自由 納経受付/8:00~17:00 釈迦堂参拝 9:00~16:00
- 年中無休
- 群馬県渋川市伊香保町水沢 214
- 関越道渋川伊香保 ICより車で約 20 分

TEL0279-72-3619

水澤観世音 検索

炭とろ焼きうなぎ新城

<http://shinijo-unagi.com/>

木曾三川の豊かな伏流水に恵まれて育てられた桑鱧会館のブランドうなぎ「木曾三川うなぎ」を主に使用し、地元の溜り醤油ベースの自家製たれを馴染ませて、こだわりの備長炭で丹念に焼き上げる。また、新城特製の「鰻かまぼこ」や「共水うなぎ」の限定メニューも見逃せない。是非地産の旨さを味わってください。

- 営業時間/11:00~14:00 16:30~20:30(LO20:00)
- 定休日/水曜日、日曜日の昼、月ごとに連休あり
- 三重県桑名市中央町2-21
- 東名阪道桑名ICより車で約10分
- 伊勢湾岸道湾桑名ICより車で約10分

TEL0594-21-9416

炭火焼 うなぎ新城 検索

公共の宿 しきぶ温泉 湯楽里

<http://yurui-yu.jp/>



福井県越前市の最南端に位置し、豊かな自然の中に佇む天然温泉施設が併設された公共の宿です。浴室では、11種類のお湯をお楽しみいただけます。厳選した越前蟹をはじめ、福井の旬の味をぜひ一度ご賞味下さい。詳しくはお問い合わせください。

TEL0778-25-7800

しきぶ温泉 湯楽里 検索

活魚・磯料理お食事処 旅館ごとう

<http://www.r-gotou.com/>

阿字ヶ浦の海の目の前、近海漁港から直接仕入れた新鮮な地魚を使い、四季折々提供させていただきます。

磯料理にはリピーターも多く、用途に合わせて御利用頂いております。お食事は、日曜日はもちろん、磯泊者様も是非お食事処にて海の幸をご堪能下さい。お待ちしております。

- 営業時間/9:00~19:00
- 定休日/7月・8月、祝日を除く 木曜日
- 料金/1泊素泊り5,000円(税別)~
- 茨城県ひたちなか市阿字ヶ浦3240
- 東水戸道路ひたちなかICより車で約10分
- 常陸那珂道路ひたちなか海浜公園ICより車で約5分

TEL029-265-9104

旅館ごとう 検索

道の駅 富士川

<http://www.michinoeki-fujikawa.jp/>



ぶらっと立ち寄れる憩いの場。一押しは旬のフルーツで、これから12月にかけて柿、ゆずが店頭に並びます。キッチンでは郷土料理の「みみほうとう」がオススメ(数量限定)。ウッドデッキテラスからは甲府盆地が一望です。【クマさん】と篠原勝之氏の手がけた「富士川」も必見!近隣には紅葉の名所「大柳川」もおすすめです。お近くにお越しの際は是非お立ち寄りください。

- 営業時間/9:00~18:00(キッチンLO17:30)
- 定休日/無し
- 駐車場/79台(大型16台、普通車60台、身障者3台)
- 山梨県南巨摩郡富士川町町青柳町1655-3
- 中部横断自動車道増穂ICより車で3分

TEL0556-48-8700

道の駅 富士川 検索

和仏蘭西料理 Le Chant

<http://www.lechant.jp/>



自社農園野菜もふんだんに、季節の彩りでお楽しみ創作フレンチ。おいしいと華やきの本格フレンチをベースに、洗練された和の手法と、お茶の心を取り入れたメニューの数々。シェフおすめのワインや日本酒、焼酎などともにお楽しみ下さい。

- ランチタイム1,200円~ ※ディナータイム3,500円~
- 営業時間/ランチタイム11:00~14:00 ディナータイム14:00~16:00(LO15:00) ディナータイム17:00~22:00(LO21:00)
- 定休日/火曜日
- 静岡県島田市柳町9-12
- 東名道吉田ICより車で20分

TEL0547-33-0103

和仏蘭西料理 ル・シャント 検索

*飲酒運転は法律で強く禁止されております

みちまるくんの部屋

連載



こんにちは! ボクNEXCO中日本オリジナルキャラクターのみちまるくんです!
ボクもエントリーしている「ゆるキャラグランプリ2016」もついに終盤戦。みんな応援してね!



みちまるくんPresents

ソフトクリーム総選挙!!

中央道・長野道



今回は、中央道と長野道のSA・PAのソフトクリームを紹介するよ! どれもボクがお気に入りの味ばかりで、絶対おすすめ! ぜひ立ち寄って食べてみてね。それから、プレゼントが当たる投票にもぜひ参加してね! 応募の締め切りは2017年1月9日(月)です。

ばかりで、絶対おすすめ! ぜひ立ち寄って食べてみてね。それから、プレゼントが当たる投票にもぜひ参加してね! 応募の締め切りは2017年1月9日(月)です。

Webで投票! 商品券が当たる!

このページに掲載しているみちまるくんが推薦した中央道・長野道のSA・PAのソフトクリームの中から「食べておいしかった」または「食べてみたい」ものを選んで投票してください。あわせてそのソフトクリームへのコメントもお願いします。投票は下記のURLまたは右のQRコードから。ご参加いただいた方の中から抽選で5名様に商品券3000円分をプレゼントいたします。



<http://sapa.c-nexco.co.jp/special/hwfamil201610/index>

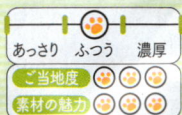


1

中央道・
双葉SA
上り

ショッピングコーナーの
巨峰
ソフトクリーム
380円

フレッシュな生乳に巨峰ジュースを絶妙なバランスで混ぜ込んだ人気のソフトだよ! 巨峰とミルクの風味がぴったりなんだ!

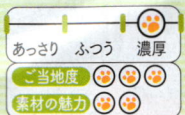


2

中央道・
ハヶ岳PA
下り

スナックコーナーの
ハヶ岳高原牛乳の
ソフトクリーム
350円

ミルクの産地として有名なハヶ岳高原のブランド牛乳を使っているよ。濃厚だけど、後味は意外にスッキリ。そのおいしさに大満足!

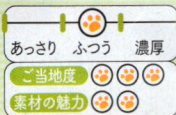


3

長野道・
梓川SA
上り

第二スナック
コーナーの
わさびソフト
350円

ワサビの産地として知られる安曇野の近くにあるSAの名物ソフトだよ。甘いんだけど、後からくるピリッとした辛さがクセになりそう!

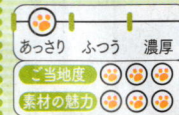


4

中央道・
小黒川PA
上り

スナックコーナーの
シナノ
スイートソフト
320円

「シナノスイート」という信州リンゴを使ったソフトだよ。甘みが強くて、酸みが少ないのが特徴のリンゴで、ボクはこの味が大好き!

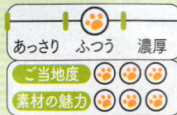


5

中央道・
恵那峡SA
下り

wa cafe 和茶房の
栗ソフトクリーム
320円

栗の産地、恵那地方にあるSAならではのソフトだよ。なめらかで、栗の風味が口いっぱいに広がるよ。秋にぴったりだね!



みちまるくん劇場

【みちまるくん掲示板】

ゆるキャラグランプリ2016で
ボクを応援してね!

投票期間 10月24日(月)18時まで

パソコンやスマートフォンなどから
公式サイトにアクセス
<http://www.yurugp.jp/>



IDを登録(初回のみ)

発行されたIDでログイン

みちまるくに投票!!

1日1回投票できるので、毎日投票をお願いします!
(10月24日18時まで)

いざ、愛媛の決選投票へ!

11月5日(土)~6日(日)、愛媛で開催されるイベントでも投票があり、そこでグランプリが決定!



このマンガに登場するみちまるくんのイラストの一部は、LINEスタンプとして発売中。
詳しくはこちらから!

Zoom in!

信州、甲州、飛騨、美濃…、
日本屈指の高地、山岳地帯を走り抜ける
中央道&長野道のSA・PAには、
山の恵みを使った料理やおみやげが充実。
今回はその中で、岐阜と長野の県境に近い
2つのSA・PAをピックアップ!



ふぐづくし雑炊膳 [1650円]

甘みのあるのが特徴の「飛騨とらふぐ」を使った雑炊。アツアツをどうぞ

飛騨・美濃 銘菓が 見逃せない!

「みやげ屋

ひめ街道物語」には、思わず買って帰りたい味みやげや、美濃和紙、西美濃大垣の柿渋染め、美濃焼やまん陶など、工芸品もいろいろ。なかでも歴史やこだわりを感じさせる地元の銘菓はぜひ。

松浦軒本店のカステラ [481円]

200年以上受け継がれてきた製法で、歯ごたえを感じるほどにしっかりした生地のカステラ



栗おこげ [670円]

栗さんとうんを作る際にできた鍋底のおこげをお菓子に。栗の旨みか凝縮された知る人ぞ知る逸品



飛騨のかたりべ [864円 (12個入り)]

きな粉と煎り粉の練り生地に糖蜜をからめた香ばしい半生菓子



絶品 ハヤシライス! 山で育った トラフグも!



飛騨牛朴葉味噌御膳 [1780円]

飛騨名物の朴葉味噌に飛騨牛のをせて焼く。サシの入った飛騨牛の旨みが引き立つ逸品だ

「れすとらん夕照の里」では、飛騨の山中で養殖された「飛騨とらふぐ」を使ったメニューや、地元出身の医師・早矢仕有希が考案したという説があるハヤシライスなど、飛騨・美濃ゆかりの料理が味わえる。

夕照オムハヤシ [1380円]

トロトロの卵と濃厚なハヤシライスの相性が抜群。ご飯は白米か古代米を選べる



地元の味覚 特産品が 充実!



「旅するどんぶり屋」の奥美濃古地鶏の特製天丼 [800円]

岐阜県産の地鶏の天ぷらがのった丼。半熟卵をからめて食べてもおいしい

「屋台通り」の飛騨牛ミルフィーユ串 [950円]

飛騨牛のバラ肉とモモ肉をロールした串焼き。やわらか〜!



飛騨・美濃を満喫!
フードコートには「らーめん蔵」や、「旅するどんぶり屋」のほか、焼き立てパンが味わえる「カワセミベーカー」がある。また、フードコートの外にある「屋台通り」には、地元食材のテイクアウトメニューがズラリ。



「カワセミベーカー」の栗パンいろいろ

栗の木デニッシュ290円、栗クリームパン260円、栗あんぱん270円、栗あんドーナツ260円など、名物の栗を使ったパンが人気

「屋台通り」の五平餅 [260円]

地元の有名店「五平餅本舗ふるや」の商品。くるみダレの香ばしい風味が絶妙



中央道のICからすぐの紅葉の
みどころ
中央道沿線には、ICを降りてすぐ行ける紅葉の名所が数多い。なかでも恵那IC近くにある恵那峡は、遊覧船に乗って眺める紅葉が見事。また、多治見ICからすぐの虎渓山永保寺の庭園の真っ赤に色づくモミジも必見だ。



▲甲府盆地の町並みや八ヶ岳が眺望できる中央道の双葉SA(下り)
▲北アルプスの山々が眼前に広がる長野道の梓川SA(上り)

中央道・長野道のSA・PA
ビュースポット
山あいや峠など、比較的高いところを走る中央道と長野道SA・PAも町を見下ろす高台にあたり、四季折々の自然が織りなす美しい山々に囲まれていたり、思わず写真を撮りたくなる風景と出合えるところが多い。

このSA・PAに

サービスエリア

パーキングエリア

どこか懐かしくてホッと落ち着けるPA

江戸時代
タイムスリップ?
の小さなPA

箸
[左から
コウヤマキ820円、
サワラ950円、
ヒノキ470円、
アスナロ600円]
貴重な木曾五木
で作られた箸。
どの木材も
軽くて持ち
やすい



中央道 神坂PA [上り]

岐阜県中津川
市に位置する
PA。神坂と書
いて「みさか」と
読む。「馬籠
と湯舟の里」

という愛称もあり、建物を含
めPAの全体が、近隣の宿場
町・馬籠宿をイメージした造
りとなっている。



素朴で 味わいのある おみやげ の数々

馬籠宿を含む中山道・木曾路の
山々は、古くから優良な木材を
産出してきた。PAには木曾五木
を使った工芸品をはじめ、木製
おもちゃ、藁で作った小物など、
素朴なおみやげ品がそ
ろろ。また、地元の特産
品を加工したジュ
ースも人気が高い。

かしもの とまとじゅうす [450円(360mL)]

地元・加子母(かし
も)産のトマトをし
ぼったジュース。水
を加えずトマトの旨
みが凝縮



馬籠のめんば飯[1000円]

ご飯とおかずを詰めた2段のめんばとざる
そばのセット



旅気分を盛り上げる “めんば” メニューも!

本当においしいSA・PAグルメを
知っている職業ドライバーに人
気のスナックコーナー。そば、
うどんだけでもそれぞれ10種
類以上、ボリューム満点の丼物
や定食類もあり、素朴なめんば
(木製の弁当箱)に入ったメニ
ューも好評だ。

お疲れさま丼 [780円]

鶏の唐揚げ、
目玉焼き、チ
ャーシューが
のった疲れも
吹き飛ばすワ
ッフル丼



五平そふとくりーむ [320円]

中津川銘菓の小倉せん
べいがのり、五平餅のタ
レがかかったソフトク
リーム



ねずこ下駄

[男性用(左)4500円、女性用(上)4400円]
木曾五木のひとつ、ネズコで作られた丈夫
な下駄



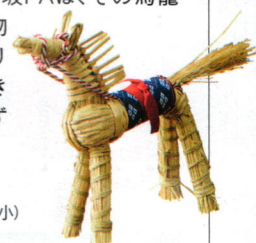
↑入口のガラスドアに書かれた文字も趣
がある ↓江戸時代の駕籠(かこ)の中
におみやげ品を展示、販売している



宿場町のような 風情ある建物

神坂PAのコンセプトは、近く
にある中山道43番目の宿場町・馬
籠宿。険しい山の斜面に約600m
にわたって続く宿場町で、当時
の雰囲気をも今に伝える建物が残
り、風情ある観光名所として人
気がある。神坂PAは、その馬籠
宿にある建物を模した造り
で、落ち着いた
あるたたず
まいだ。

素朴なわら馬(小)
300円



↑地元の新鮮野菜を直売し
ている小黒川PA(下り)

産地ならではの
新鮮さが自慢!
野菜直売所を
お見逃しなく!

小黒川PA(下り)、談合坂SA
(上り)、阿智PA(下り)など、地元
の農家がその日に収穫した新鮮な
野菜や果物を購入できる直売所を
設置したSA・PAに注目。一部期
間限定、曜日限定、さらに売り切れ
こめの早い者勝ちなので、見か
けたら迷わず立ち寄ろう。

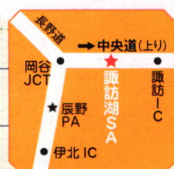


↑国の指定名勝にも選ばれている虎溪
山永保寺の美しい庭園
↑断崖絶壁の紅葉が湖面を彩る恵那峡
の秋は必見

信州

中央道・諏訪湖SA
上り

信州そば処
そじ坊



信州

かつては信濃国とよばれた長野県。おいしい水や比較的冷涼な気候によって育まれた農作物は、生産量も豊富で全国各地へ出荷されている。馬や鹿、羊の肉を食べる独特の食文化でも知られる。



中央道・諏訪湖SA
下り

信州 レストラン紅や

馬刺し定食 [1330円]

信州ならではの食文化を堪能しよう!

馬肉はサッパリとした赤身をいただくのが信州流。こちらで提供される馬刺しは、品質管理がしっかりとされていて、臭みもない。ショウガ醤油で食べればサッパリといただける。馬刺しは単品(1130円)でも注文できるので、信州を訪れた思い出にぜひ!

P9のクーポン券ご持参で!
馬刺し定食をご注文の方に
130円引きサービス
クーポン1枚につき1名のみご利用可

信州サーモン
ちらし寿司とおそばのセット [1390円]

諏訪湖を一望するレストランでいただく新名物

佐久や安曇野、北志賀などで養殖されている信州サーモンは、ニジマスとブラウントラウトを交配した新しい品種。きめ細かい肉質で、生臭さのないのが特徴だ。セットに付く信州そばは、店内で打つというこだわり。風味豊かで、ダシとの相性もバツグン。

P9のクーポン券ご持参で!
信州サーモンちらし寿司と
おそばのセットを
ご注文の方に
そばを大盛りサービス
クーポン1枚につき1名のみご利用可



いももん!

3000m級の山々をはじめとする豊かな自然や冷涼な気候のおかげで、おいしい野菜や果物、畜産物が名産となっている中央道・長野道沿線。SA・PAで食べられる各地方ご自慢の郷土料理をご紹介します!

クーポン券で
おトクにおいしく!

P9の下に付いているクーポン券を各店舗に持参すると、表示のサービスが受けられます。P8・9でご紹介している料理をご注文いただいた場合のサービスです。ぜひご利用ください。



信州

中央道・小黒川PA
上り

スナックコーナー

南信州ジンギス丼

[800円]

女性にもおすすめの低カロリー丼

南信州名物の「遠山ジンギス」を丼で。醤油ベースの辛みを効かせたタレに漬け込んだ羊肉を、キャベツやタマネギと一緒に炒め、ご飯の上に豪快にのせた。お米は長野県産のあきたこまちを使用。タレがしみ込んだご飯もテッパンのうまさだ。

P9のクーポン券ご持参で!
南信州ジンギス丼をご注文の方に
スーベニアコーナー
挽きたてコーヒー(100円)
を20円引き
クーポン1枚につき1名のみご利用可



長野道・みどり湖PA
上り

白樺亭

山賊焼定食 [780円]

ガブッと豪快にかぶりっこう!

長野県塩尻地方が発祥の山賊焼は、豪快に丸ごと一枚の鶏肉を、ニンニクたっぷりのタレに漬け込んで揚げた郷土料理。ここ白樺亭の山賊焼は、タレにタマネギ、ニンジン、ショウガなども一緒に漬け込み、味に深みを出している。車内で食べられるテイクアウト用の山賊焼単品も用意。

P9のクーポン券ご持参で!
山賊焼定食をご注文の方に
コーヒーまたはソフトドリンクを
1杯サービス
クーポン1枚につき1名のみご利用可

中央道・恵那峡SA
下り

レストラン飛騨牛とそば
味の蔵

飛騨牛ひつまぶし [3180円]

最後までおいしくいただけるひつまぶし

高級ブランド肉の飛騨牛を、3種類の食べ方で楽しめる。あぶった飛騨牛のモモ肉をご飯の上にのせ、甘めのタレをかけてある。1膳目はそのまま飛騨牛のおいしさを味わい、2膳目は薬味をのせて味に変化を。最後はダシをかけてサラサラッといただく。

P9のクーポン券ご持参で!

飛騨牛ひつまぶしをご注文の方に
ブレンドコーヒーを
1杯サービス

クーポン1枚につき1名のみご利用可



飛騨

岐阜県の北部、高山市、飛騨市、下呂市周辺は、かつての飛騨国。3000m級の山々が連なる北アルプスの麓。有名な飛騨牛のほか、酒、味噌、豆腐など、アルプスの雪解け水に由来する「水が命」の特産品がそろう。

美濃

美濃市をはじめとした岐阜県の南部エリア。各地域を細分化してそれぞれ岐阜、西濃、中濃、東濃ともよばれている。鶏肉料理のほか、特産品の柿や栗を使った和菓子も有名。

お国自慢のうま

中央道・内津峠PA
上り

スナックコーナー

鶏ちゃん炒め定食 [800円]

肉も野菜もたっぷり食べられるメニュー

岐阜県の山あいには伝わる家庭料理「鶏ちゃん」。こちらの鶏ちゃんは、鶏肉と一緒にキャベツ、ニンジン、モヤシなどを炒め、特製の甘辛いタレで味付けし、ご飯がもりもりすすむ一品。ボリューム満点ながら野菜たっぷりなので女性にもおすすめ。ご飯のおかわりは無料。

P9のクーポン券ご持参で!

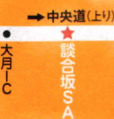
鶏ちゃん炒め定食をご注文の方に
ドリップコーヒーを
1杯サービス

クーポン1枚につき1名のみご利用可



甲州

甲斐の国の別称で、現在の山梨県地方。昼と夜の気温差が激しく、日照時間が長いという土地柄、太陽の光をたっぷり浴びたおいしい野菜や果物が育つ。ワイナリーの数が多いことでも知られる。



中央道・談合坂SA
上り

カサ・デ・フローラ

きのこほうとう [1280円]

心も体も温まる優しい味噌の風味

麦麴と米麴をブレンドして造った甲州味噌を使用。コクがあって甘みが強い甲州味噌は、ほうとうにぴったりだ。モチモチとした歯ごたえの麺は幅や厚みにこだわった特注品。シイタケ、シメジ、カイマイタケ、ヒラタケなど、キノコを中心に野菜もたっぷりとする。

P9のクーポン券ご持参で!

きのこほうとうをご注文の方に
セットドリンクを
1杯サービス

クーポン1枚につき1名のみご利用可



中央道・双葉SA
下り

お食事処 辛夷

サーロインステーキ [2800円]

ワインの産地ならではの良質牛肉

ワイン造りの過程で生まれたブドウ粕を、肉の味が形成される生後半年から2歳まで、飼料として与えて育てた甲州ワインビフのサーロインステーキ。肉の旨みがダイレクトに感じられる。ワインビフの旨みが溶け込んだデミグラスソースとの相性もバツグン。

P9のクーポン券ご持参で!

サーロインステーキを
ご注文の方に
ドリンクバーを
サービス

クーポン1枚につき1名のみご利用可



高速家族クーポン券
有効期限→2017年1月9日

P8-9でご案内している特典をご利用する場合、このクーポン券を切り離してお使いください。※ご利用条件は各店舗により異なりますので、必ず事前に確認ください。

高速家族クーポン券
有効期限→2017年1月9日

P8-9でご案内している特典をご利用する場合、このクーポン券を切り離してお使いください。※ご利用条件は各店舗により異なりますので、必ず事前に確認ください。

高速家族クーポン券
有効期限→2017年1月9日

P8-9でご案内している特典をご利用する場合、このクーポン券を切り離してお使いください。※ご利用条件は各店舗により異なりますので、必ず事前に確認ください。

高速家族クーポン券
有効期限→2017年1月9日

P8-9でご案内している特典をご利用する場合、このクーポン券を切り離してお使いください。※ご利用条件は各店舗により異なりますので、必ず事前に確認ください。

本日レビューするのは

こちら



同 好会活動のひとつとして前号から始まった「おみやげ座談会」。今回は、ご飯やパンがよりおいしくなるおみやげ品の試食会です。中央道や長野道の各県は名産品が多く、収穫の時期である秋は、多種多様な味覚を楽しむことができるエリアです。そこから、各地の果物やワサビ、野菜漬菜などをたっぷり使った13品をセレクトしました。いずれが人気を集めるでしょう。参加してくれた3人の女性同好会メンバーは、好みも世代もそれぞれで、どんな感想が聞けるか楽しみです！

お供が勢ぞろい！



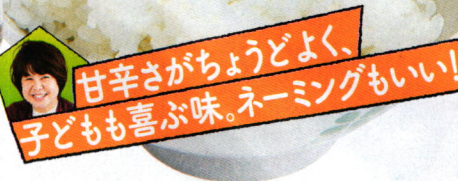
長野道
みどり湖PA 上り

ほかのSA・PA
にもあり

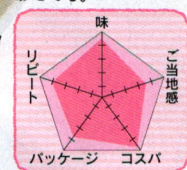
ショッピングコーナー

真田丸ご飯だれ
◎594円

信州・上田の地鶏「真田丸」を使ったご飯だれ。ネギや味噌、ニンニクの風味が地鶏のおいしさを引き立てる。ほどよい甘さで、ご飯、豆腐のほか、焼肉や野菜炒めに合せても。



甘辛さがちょうどよく、子どもも喜ぶ味。ネーミングもいい！



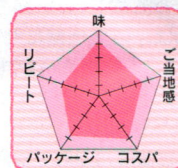
連載
ふかわりょうの
SA・PA
同好会

中央道
内津峠PA 上り

ショッピングコーナー

あさりつくだ煮としょうがのごはんじゅれ
◎545円

アサリ、シイタケ、ショウガを特製ジュレに包み込んだつくだ煮。愛知県蒲郡市の三谷水産高校の実習船「愛知丸」の船上で考案された。ツヤツヤの見た目が食欲をそそる。



濃厚な味わい。冷製パスタやカルパッチョにも合いそう！



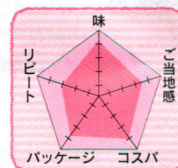
中央道
駒ヶ岳SA 下り

ほかのSA・PA
にもあり

ショッピングコーナー

蜂の子 甘露煮
◎2375円

南信州の高級珍味。驚きの見た目は裏腹に、甘めで食べやすいので、おやつに、おつまみにと愛されている。栄養価が高く、健康食品としても人気がある。



食べたらいきなりびっくり！珍味がSAで買えるのもうれしい！

中央道
駒ヶ岳SA 下り

ほかのSA・PAにもあり

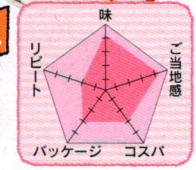
ショッピングコーナー

信州 野沢菜のしぐれ
◎540円

野沢菜漬けにキクラゲ、コンニャク、魚卵などを炊き合わせた、いろいろな食感が楽しめる一品。



何杯でもご飯がすすむ！



おみやげ座談会

今回は、中央道・長野道のSA・PAで購入できるご飯のお供、パンのお供になりそうな品を厳選して紹介。食べ歩きが大好きという各世代の女性たちが、ふかわさんと一緒に感じたままをレビューしました！

中央道
双葉SA 下り

ショッピングコーナー

甲州とりもつにんにく肉味噌
◎648円

鶏もつちのミンチとゴロリと入ったニンニクを味噌で味付け。甘辛さがご飯やラーメンにぴったり。

ピリ辛だけど食べやすい



中央道
諏訪湖SA 上り

ショッピングコーナー

食べる七味しょうゆ
◎540円

信州の郷土食「しょうゆ豆」に七味唐辛子を加えて漬けた食べやすいしょうゆ。ピリ辛がご飯に合う。



長野道
梓川SA 下り

ショッピングコーナー

本わさびのり
◎648円

海苔の佃煮とワサビのピリ辛が絶妙なバランス。辛すぎないマイルドな味わいが人気。



ツンとしないから食べやすい！



Webページもチェックしてね！

実食&お気に入り発表をするみなさんのやり取りが動画で紹介されているので、ぜひチェックしてね！また、ふかわさんのお気に入りも最後に発表しています！これまでのバックナンバーもWebページ下部から読めますよ。
<http://sapa.c-nexco.co.jp/special/fr10/index>



試食時は真剣そのもの!



どれもおいしくて、用意したご飯やパンはほぼ完食! そんな中、子どもも喜ぶ味なので買いたい! 見た目のインパクトと味にほれたなど、参考になるレビューが続出しました。



チエックポイントは?
味が好き? である
郷土の味や地元食材を使用
商品の内容と価格のバランスがいい
パッケージにセンスやユーモアを感じる
リピーター
何度も買いたくなる魅力がある

ご飯のお供、パンの

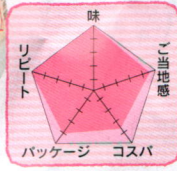


中央道
八ヶ岳PA

下り ショッピングコーナー



清里ミルクチーズクリーム
◎725円
清里ミルクプラントの牛乳と信州産クリームチーズを合わせて仕上げた、濃厚な牛乳クリーム。チーズケーキのような味わいが楽しめる、パンのほか、クラッカーなどとも相性抜群。



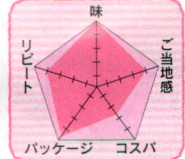
甘すぎないので好き!
パッケージのかわいさも高得点!

中央道
境川PA

上り ショッピングコーナー

純粋あかしあ蜂蜜
◎2200円

アカシアの花の蜜だけで作られたビュアで濃厚な蜂蜜。淡い香りとクセのない甘さで、パンはもちろん、料理の味付けとしても幅広く使える。山梨県の上水養蜂場で作られた無添加商品。



これぞ本物の蜂蜜だね!
"山梨の真珠(?)"に認定しよう

中央道 諏訪湖SA 下り

ほかのSA・PAにもあり

ショッピングコーナー

濃厚スイーツプリンジャム
ぬっちゃうプリン ◎648円

卵、練乳、バニラビーンズを使い、プリンと同じ製法で作った、甘くてとろけるジャム。



これはプリンそのもの!
おいしい〜



中央道
駒ヶ岳SA

下り

ショッピングコーナー

甘酒ミルク
◎650円

甘酒に信州の牛乳を加えた和テイストな無添加ジャム。お湯に溶かせばホットドリンクにも。



甘酒の甘さが
口いっぱいに広がる



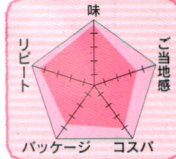
中央道
八ヶ岳PA 下り

ほかのSA・PA
にもあり

ショッピングコーナー

りんごバター ◎540円

国内産のりんごをすりおろし、砂糖とバターで煮詰めた自然な甘さが大人気のリンゴスブレッド。パンにぬってオーブントースターで焼くとアップルパイの味わいも楽しめる。



リンゴとバターの風味がいい。
病みつきになりそうです



中央道
駅堂PA 下り

ショッピングコーナー

山梨の貴陽ジャム ◎648円

山梨の高級スモモ「貴陽(きやう)」を使った無添加ジャム。果物本来の甘酸っぱさが特徴。



ヨーグルとも合いそう



レビュー後の反省会
飯やパンのお供って、普段の生活のなかの食べ物。だからこそ、普段の生活から離れた非日常の旅先で見つけるのって、ちょっと別の楽しさがあるし、旅から帰る寂しさも和らげてくれますよね。
ご飯のお供はよく食べるけど、パンのお供も魅力ある商品がたくさんあることがわかって満足。今回も好奇心をくすぐられる楽しい時間でした。

本日の座談会 完了!
Mission complete

ふかわりよう

TOKYO MX「5時に夢中!」(月~金曜)でMCを担当。バラエティー、ラジオ番組を中心に活動するほか、ROCKETMANの名義でクラブDJを務める。6月1日に最新アルバム「I'M MUSIC」をリリース。これまでにryo fukawa名義でアルバム「life is music」1~3も発売している。アイランド旅行記「風とマシュマロの国」ほか、著書も多数。



NOW ON SALE
ROCKETMAN
「I'M MUSIC」
価格: 2500円
発売元: タンバリンレコード
販売元: スペースシャワーネットワーク

中央道・EXPASA談合坂(下り)の

さばサンド

かねてより、そのおいしさが小森さんの耳にも入っていたEXPASA談合坂(下り)のさばサンド。もはや“談合坂名物”とよぶにふさわしい人気メニューだ。

小森晴香

SA・PAグルメを紹介する雑誌の編集者兼ライター。何事にも一生懸命取り組むタイプ。

宮澤博明

SA・PAグルメの楽しさが大好き。それが高じて各地に行ける引越会社に勤める。

柏木正樹

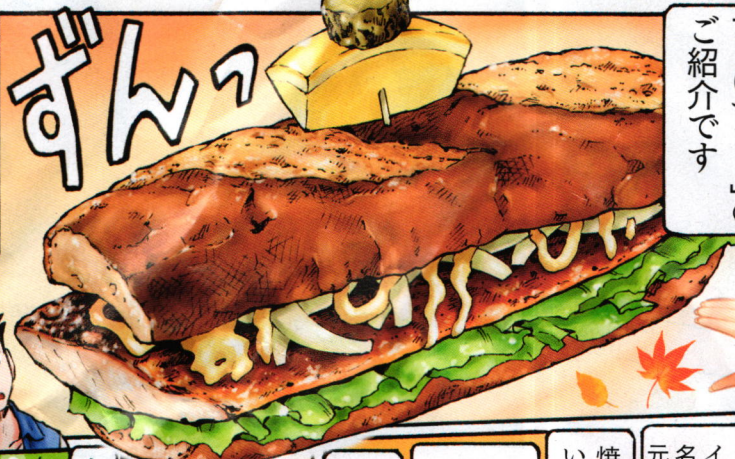
宮澤とコンビを組むうちにSA・PAグルメの道に巻き込まれた先輩。小森さんが好き。

今回は中央道
EXPASA談合坂
(下り)のギャルソン
バーガーさんから

「さばサンド」の
ご紹介です

魚のサバを
パンで挟んでいるのか
結構大きい
ですねー

ずんっ



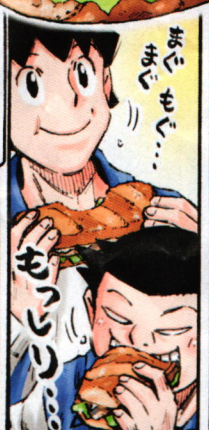
コレは
トルコ共和国
イスタンブールの
名物メニューが
元なんです

焼いたサバの
いい香り…

注文後に
焼くので
香りも味も
ふくよか
なんです

お！やわらかい
フランスパンだ

まぐもぐ…



あはー

香ばしくて
肉厚で
うまみ
たっぷりのサバ！

おいしい脂も
じゅうんわり
ぶわっとクチに
広がりますー



パンやタマネギ
レタスにマヨネーズ
合ってる！

どれもサバと
ピッタリ

ボク、コレ
大好きです

うんまい！

そのうえ

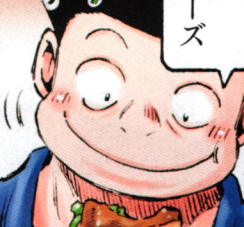
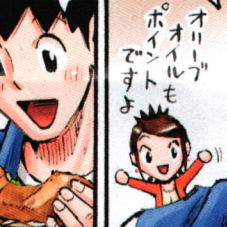
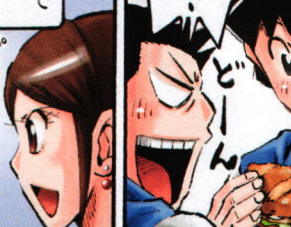
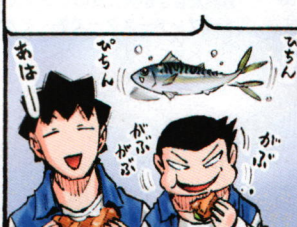
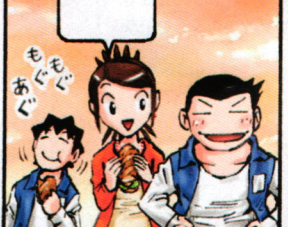
サバは高タンパクで
さまざまな
栄養素を
豊富に含んで
いますし

あふれる脂は
とても良質で
生活習慣病の
改善効果も
期待できる
ヘルシー食材
なんです

秋といえは
サンマだけでなく
サバも旬が
始まりますね

あ、コレは
一年中人気
だそうです

……



大好評発売中！

『ドライブご飯』

単行本
1巻・2巻



今や店の代表的なメニューになっている「さばサンド」600円。店の前には、さばサンドの魅力とボリューム感を伝える食品サンプルが置かれ、通りかかる人からも大注目の一品。

中央道・EXPASA談合坂

下り ギャルソンバーガー



オーダーを受けてからパテを焼き、ふかふかのパンズに挟んで仕上げるハンバーガーが大好評！ それに肩を並べるほど、さばサンドも人気がある。24時間営業。

こちらのお店で買えます！



中央道
恵那峡SA
下り



24時間営業のショッピングコーナーで南木曾のろくろ工芸品、木製の食器や雑貨を販売。ほかに美濃和紙を使った商品、飛騨牛革を使った革製品もあり、おみやげ品はバリエーション豊か

S A ・ P A で 出 合 う

極みStyle



木目が美しいお盆各5400円は
南木曾ろくろ工芸の真骨頂ともいえる



持ったときに天然木のやさしさが伝わる
タンブラー各6480円



温かみのある器としてさまざまな用途がある
サラダボウルは、大1万2960円、小8100円

良材の産地で磨かれた
極めて高度な職人技

ろくろ工芸とは、厚く切り出した木材を、ろくろで回転させながら専用の刃物で削り、盆や食器などを作り出す伝統の技である。長野県南西部、南木曾町には、江戸時代中頃からろくろ工芸の職人が集まり、技に磨きをかけてきた。そうした職人を木地師（もじし）とい、南木曾町漆畑は「木地師の里」ともよばれ、伝統の技を守り続けている。

木曾といえば、古くから針葉樹のスギやヒノキの産地として知られていたが、ろくろ工芸に用いられるのは、ケヤキ、トチ、カツラなどの広葉樹だ。木曾はこれらの樹木の良材にも恵まれている。職人たちの仕事は、まず木質が良く、木目の美しい素材を選ぶことから始まる。材料選定は経験がものになるには30〜40年かかるという。

ろくろを回す動力に、かつては水車なども使われたが、現在は電動式だ。そのろくろは1分間に1000回転以上もの高速で回するため、刃物を当てる作業には、極めて高度な技術と集中力を必要とする。こうして形づくられた作品は、トクサなどの植物を使って水磨きする「トクサ磨き」か、漆を擦り込んで磨く「漆拭き」でシンプルに仕上げられる。

中央道の恵那峡SA（下り）では、ろくろ工芸の老舗、ヤマダイ大蔵の作品を販売。木目の美しさが際立つ盆やサラダボウルは、SAを代表するおみやげ品として人気を集めている。

クーポン特典 割引の施設もあり!

クーポン特典マークのある施設で、P15に掲載の「高速家族クーポン券」を切り取ってご提出いただければ、記載の特典が受けられます。



編集部が選んだ



ICからすぐの立ち寄り湯

中央道

秘湯や名湯が数多い長野県・岐阜県を中心に、人気の温泉地が点在する中央道沿線。

眺望がよかったり、家族で楽しめたり、泉質の異なる湯船が用意されていたり……。個性的な温泉施設が大集合!

- 露天 … 露天風呂がある
- 貸切 … 貸切風呂がある
- 休憩室 … 無料休憩室がある
- … 該当がない場合



雄大な山々を眺めながら温泉を堪能

湯めみの丘

0551-28-2500

露天 貸切 休憩室

7つの日本百名山に囲まれた温泉

富士山や南アルプスの山並みを見渡す景観のよさが自慢の温泉施設。38〜46度と泉温が異なる5種類の風呂があり、泉温差による交代浴も楽しめる。無料で利用できる大広間やラウンジのほか、時間貸しの個室(1時間1000円)も用意されている。

山梨県甲斐市下今井2361-11
右記割引特典を参照。子ども(4歳〜小学生)400円、タオル販売250円、タオルセットレンタル100円、浴衣レンタル200円
10〜22時(受付は〜21時) 無休(メンテナンス等による臨時休業あり) 100台

クーポン特典

入浴料:大人700円→600円 ※1グループ5名までご利用可。入館時にフロントにてクーポン券をご提出ください。その他の割引サービスとの併用不可

やまなしフルーツ温泉 ぶくぶく

0553-23-6026

露天 貸切 休憩室

昼も夜も眺望のよさで人気

笛吹川フルーツ公園内にある温泉施設で、アルカリ性単純温泉の湯を男女それぞれ6つずつの湯船で楽しめる。特に露天風呂からの眺めが自慢で、昼は富士山や甲府盆地を、夜は甲府市街の夜景を眺めながら入浴できる。

山梨県山梨市大工2589-13 大人860円、子ども430円、タオルセットレンタル320円、館内着セットレンタル540円
11〜23時(土・日曜、祝日は10時〜) 無休 170台

クーポン特典

タオルセットレンタル(320円)→無料 ※1グループ5名までご利用可。入館時にフロントにてクーポン券をご提出ください。その他の割引サービスとの併用不可

2016年春に改修が終わり、リニューアルオープンした 日本有数の夜景が眺められる露天風呂



その名のとおり、豊かな緑に囲まれた「森の湯」

藤野やまなみ温泉

042-686-8073

露天 貸切 休憩室

都心からも気軽に行ける本格温泉

相模湖の近くにある公営の日帰り温泉施設。源泉を100%使用した「森の湯」「湖の湯」という2つの入浴エリアがあり、週ごとに男女が入れ替わる。火・金・日曜には、温泉周辺の農家がその日の朝に収穫した新鮮な野菜も販売される。

神奈川県相模原市緑区牧野4225-1 右記割引特典を参照。小学生未満は無料、タオル販売210円、バスタオルレンタル210円、浴衣レンタル210円
10〜21時(受付は〜20時20分) 水曜(祝日、年末年始、連休中は営業) 120台

クーポン特典

入浴料:大人(3時間)700円→650円/小学生(3時間)350円→300円 ※1グループ4名までご利用可。入館時にフロントにてクーポン券をご提出ください。夜間割引は不可、その他の割引サービスとの併用不可



源泉湯 燈屋

055-236-3515

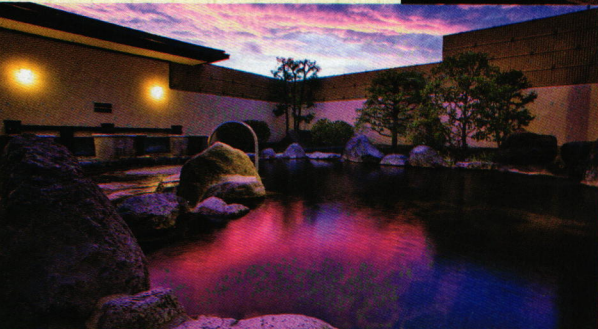
露天 貸切 休憩室

高級旅館を思わせる風情あふれる館内
甲府市郊外に立つ落ち着いた雰囲気の日帰り温泉。かけ流しの天然温泉は「含食塩・重曹泉」で、塩分によって体が芯から温まるうえ、重曹泉は肌をやわらかくする効果も期待でき、「美肌の湯」として珍重されている。

山梨県甲府市上阿原町590-3 右記割引特典を参照。子ども(3歳〜小学生)400円、3歳未満は無料(オムツ不可)、タオルセットレンタル260円、館内着レンタル260円
10時〜翌0時30分(受付は〜23時30分) 無休(メンテナンス等による臨時休業あり) 180台

クーポン特典

入浴料:大人930円→830円 ※1グループ5名までご利用可。入館時にフロントにてクーポン券をご提出ください。その他の割引サービスとの併用不可



手もみなどのリラクゼーションメニューも充実
開放感あふれる露天風呂でのもみほぐし

25分

勝沼IC

初狩PA
大月IC
大月IC
都留IC
谷村PA
河口湖IC

10分

河口湖IC

静かな湖畔に立つ
ロイヤルホテル河口湖



露天風呂の宿 開運の湯

0555-73-2655

露天 貸切 休憩室

温泉街の外れに立つ静かな温泉宿

河口湖畔に立つロイヤルホテル河口湖の中にある温泉。宿泊客でなくても利用できる。湯船は男女とも、あずまや風の庭園風呂、満天の星を見上げながら入浴できる岩風呂、御影石の内湯の3種類。個室の休憩室(有料)も用意され、お風呂上がりにつろげる。

山梨県富士河口湖町船津6713-22 右記割引特典を参照。タオル販売250円、バスタオルレンタル300円、個室休憩室+入浴(3時間)大人3000円、子ども1000円
6〜23時(季節により変動あり) 無休(メンテナンス等による臨時休業あり) 60台

クーポン特典

入浴料:大人(2時間)1000円→900円/子ども(中学生未満/2時間)800円→700円 ※1グループでのご利用可。入館時にフロントにてクーポン券をご提出ください。その他の割引サービスとの併用不可

天然温泉 三峰

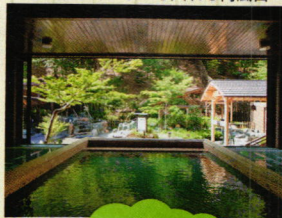
●てんねんおんせん みつみね

☎0574-64-0126 露天 貸切 休憩室

夜はライトアップされ幻想的な雰囲気に高級旅館を思わせる趣のある建物が特徴の日帰り温泉施設。細かい泡で真っ白な湯のシルク風呂「雲海の湯」をはじめ、源泉かけ流しの「立山の湯」、大きな陶器の壺で湯浴みできる「白山の湯」など多彩な風呂がある。

④岐阜県可児市大森1748-1 ⑤大人700円(土・日曜、祝日は800円)、子ども(小学生)350円(土・日曜、祝日は400円)、小学生未満は無料、タオル販売160円 ⑥10～23時(受付は～22時30分) ⑦無休(メンテナンス等による臨時休業あり) ⑧160台

↓庭の緑を眺めながら入れる内風呂



クーポン特典

タオル(160円)を1名につき1枚プレゼント ※1グループ4名までご利用可。入館時にフロントにてクーポン券をご提出ください。その他の割引サービスとの併用不可

↑広々とした「雲海の湯」は細かい泡で湯が白くなるシルク風呂



↑泉質はアルカリ性単純温泉で疲労回復などが期待できる



露天こぶしの湯

●ろてんこぶしのゆ

☎0265-83-7228 露天 貸切 休憩室

駒ヶ根の自然に溶け込んだ温泉施設。キャンプやBBQ、バターゴルフなどのアウトドア体験が楽しめる「家族旅行村」内にある温泉施設。3000m級の南アルプスの眺望を誇る露天風呂エリアは庭園風の造りで、岩風呂とヒノキ風呂の2種類がある。

④長野県駒ヶ根市赤穂中割23-170 ⑤右記割引特典を参照。子ども(小学生)300円、小学生未満は無料、タオル販売150円、バスタオルレンタル100円 ⑥10～21時(受付は～20時) ⑦第2・4木曜(祝日の場合は翌平日) ⑧220台



↑内風呂も天井が高くなっていて空気が爽やか

クーポン特典

入浴料:大人610円→510円 ※1グループ4名までご利用可。入館時にフロントにてクーポン券をご提出ください。その他の割引サービスとの併用不可

安曇野方面↑ 梓川IC

●松本IC

●塩尻北IC

●塩尻IC

★みどり湖PA

●岡谷IC

●諏訪湖SA

●諏訪IC

●岡谷JCT

●諏訪JCT

●諏訪IC

●諏訪IC

●諏訪IC

●諏訪IC

●諏訪IC

●諏訪IC

●諏訪IC

●諏訪IC

●諏訪IC

●諏訪IC

●諏訪IC

●諏訪IC

●諏訪IC

●諏訪IC

●諏訪IC

●諏訪IC

●諏訪IC

●諏訪IC

●諏訪IC

●諏訪IC

●諏訪IC

●諏訪IC

●諏訪IC

●諏訪IC

●諏訪IC

●諏訪IC

●諏訪IC

●諏訪IC

●諏訪IC

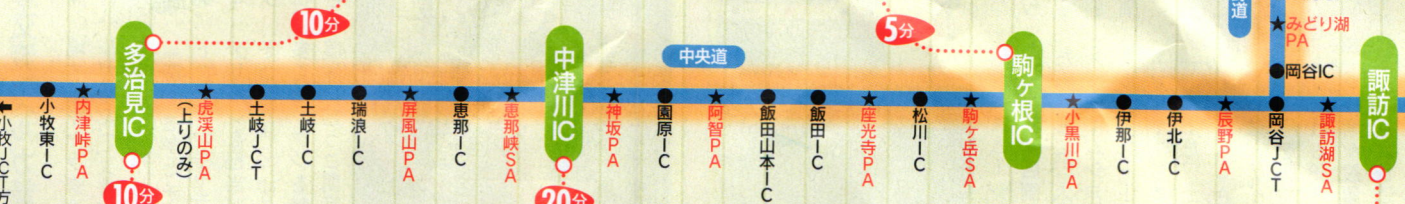
●諏訪IC

●諏訪IC

●諏訪IC

●諏訪IC

●諏訪IC



天光の湯

●てんこうのゆ

☎0572-24-4126 露天 貸切 休憩室

落ち着いた静かな空間が広がる市街地から離れた静かな温泉施設。草木に彩られた庭園露天風呂や、優良な造園石として知られる「三波石」を利用した岩風呂が魅力。その他、源泉かけ流しの湯船や炭酸泉の湯船、地域最大級の大型サウナやジェットバスもある。

④岐阜県多治見市大畑町6-105-1 ⑤右記割引特典を参照。子ども(中学生未満)400円、タオル・バスタオル・館内着セットレンタル180円 ⑥10～23時(受付は～22時) ⑦無休(メンテナンス等による臨時休業あり) ⑧220台

↓四季折々の美しさを見せられる庭園露天風呂



クーポン特典

入浴料:大人800円→750円 ※1グループでのご利用可。入館時にフロントにてクーポン券をご提出ください。その他の割引サービスとの併用不可



クアリゾート湯舟沢

●くありそーとゆふねさわ

☎0573-69-5000 露天 貸切 休憩室

楽しみ方はいろいろ! 多彩な温泉施設

中津川温泉の湯を利用したバラエティー豊かなアクア施設がそろう。温泉ゾーンは広々とした室内大浴場のほか、庭園風露天風呂、うたせ湯が好評。水着で入る13種類の機能風呂があるバーデゾーンやプールゾーンは別料金で楽しめる。

④岐阜県中津川市神坂280 ⑤大人800円、子ども300円、3歳未満は無料。バーデゾーンは大人1500円、子ども700円、3歳未満は無料 ⑥10時～21時30分(受付は～20時30分) ⑦第4木曜(祝日の場合は翌日) ⑧300台



↑水着着用で入る機能風呂が並ぶバーデゾーン

すわっこランド

●すわっくらんど

☎0266-54-2626 露天 貸切 休憩室

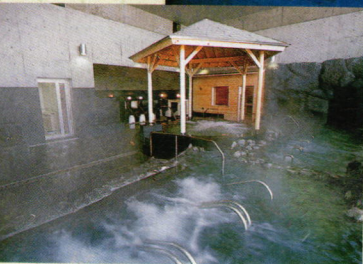
効能豊かな上諏訪温泉の湯

温泉のほか、屋内と屋外にプール、トレーニングルーム、マレットゴルフ場などを併設した健康増進施設。目の前に諏訪湖を望む絶好のロケーションも魅力。和風風呂の「浪漫」と洋風風呂の「アロマ」があり、男女週替わり制。

④長野県諏訪市豊田732 ⑤大人610円(20時以降は300円)、子ども300円(20時以降は150円)、3歳以下は無料、タオルセットレンタル310円、館内着レンタル310円 ⑥10～22時 ⑦木曜(繁忙期は営業) ⑧360台



↑ジェット風呂などがある洋風の浴室「アロマ」あすまや風の風呂がある和風の浴室「浪漫」



高速家族クーポン券

有効期限→2017年1月9日

P14-15でご案内している特典をご利用する場合、このクーポン券を切り離してお使いください。※ご利用条件は各店舗により異なりますので、必ず事前にご確認ください。

高速家族クーポン券

有効期限→2017年1月9日

P14-15でご案内している特典をご利用する場合、このクーポン券を切り離してお使いください。※ご利用条件は各店舗により異なりますので、必ず事前にご確認ください。

高速家族クーポン券

有効期限→2017年1月9日

P14-15でご案内している特典をご利用する場合、このクーポン券を切り離してお使いください。※ご利用条件は各店舗により異なりますので、必ず事前にご確認ください。

高速家族クーポン券

有効期限→2017年1月9日

P14-15でご案内している特典をご利用する場合、このクーポン券を切り離してお使いください。※ご利用条件は各店舗により異なりますので、必ず事前にご確認ください。

高速家族

高速家族 秋号 2016年10月8日発行

冬号予告

2016年12月中旬発行

特集

冬の注目メニューや
イベント、新商品
などを紹介!

※発行予定・内容は変更する場合があります。

高速道路のお問い合わせは

■料金、渋滞情報、サービスエリア情報など高速道路に関するご質問、ご意見、ご要望

NEXCO中日本お客さまセンター

☎0120-922-229

IP電話等のお客さまは

TEL 052-223-0333 (通話料有料)

■携帯電話による、最も近い地域の最新高速道路状況(自動音声)

NEXCO中日本ハイウェイテレホン #8162

固定電話からは、ご利用いただけません。

■高速道路等で「故障車」や「落下物」、「道路の損壊」などを見つけたら

道路緊急ダイヤル #9910 (通話料無料)

■その他道路交通情報

日本道路交通情報センター

全国共通ダイヤル...TEL050-3369-6666

携帯電話のお客さま...#8011

●SA・PAでのゴミの分別にご協力をお願いします。なお、家庭ゴミなど高速道路上で発生したもの以外のゴミはご遠慮ください。

●SA・PA内での喫煙は決められた場所で行ってください。

●高速道路では早めの給油を! 一部のガスタンションは夜間営業しておりますのでご注意ください。

●身障者用駐車スペースは、身体の不自由な方の専用駐車場です。

●地球温暖化防止のためSA・PA駐車場で不要なアイドリングはやめましょう。(5分間で約40gのCO₂の削減になります)

●安全運転のため2時間おきに休憩しましょう。

高速家族広告掲載のお問い合わせは

広告管理事務局

TEL 03-6854-0033

(平日9~12時、13~17時)

高速家族WEBサイト

<http://sapa.c-nexco.co.jp/hwfamily/index>



バックナンバーは
こちらから

←スマートフォン、タブレットに対応

※本誌掲載のデータは2016年9月1日現在のものです。発行後に、料金、営業時間、定休日、メニュー等の営業内容が変更になることや、臨時休業等を利用してできない場合があります。また、各種データを含めた掲載内容の正確性には万全を期しておりますが、おてかけの際には電話等で事前に確認・予約されることをおすすめいたします。なお、本誌に掲載された内容による損害等は、弊社では補償いたしかねますので、予めご了承くださいませようお願いいたします。

※本誌掲載の料金は消費税込みの料金です。
※本誌掲載の入園料などは、特記のないものは大人料金です。

※本誌掲載の定休日は、年末年始・お盆休み・ゴールデンウィーク・臨時休業を省略しています。

※本誌掲載の利用時間は、特記以外原則として開店(館)~閉店(館)です。ラストオーダーや入店(館)時間は通常開店(館)時刻の30分~1時間前ですのでご注意ください。

©中日本エクシス/JTB Publishing 2016 All Rights Reserved. Printed in Japan

中日本エクシス株式会社

〒105-6007 東京都港区虎ノ門4-3-1

TEL.03-6721-2036 <http://www.c-exis.co.jp>

制作◎株式会社JTBパブリッシング

表紙イラスト◎KUNTA

「高速家族」編集内容のお問い合わせは

E-MAIL: kosoku-kazoku@rurubu.ne.jp 主紙パブリッシング90%再生紙を使用

連載

みちまるくんの 高速道路トリビア Vol. 3

その1



「日本トイレ大賞」を受賞したトイレって、どこのどんなトイレなの?



新東名高速のNEOPASA 清水(上下集約)のトイレだよ。ここは清潔で使いやすいトイレとして評判だけど、評価されたのは、「最適トイレ数」の算出方法なんだ。トイレの利用状況のデータをたくさん集めて、独自の論理で解析して、多すぎず、少なすぎないトイレの数を算出したんだって。「2分以上お待たせしない」がコンセプト。新東名高速や改築された東名高速のSA・PAにも導入されているらしいよ。

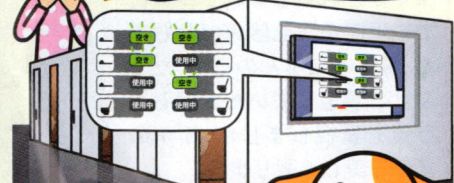


すご〜い! 使ってみた〜!

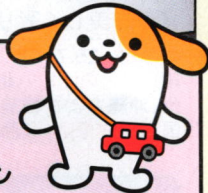
その2



どこのブース(個室)が空いているのか、ひと目でわかるトイレがあるって聞いたけど、どうやって調べているの?



それは「ITトイレ」とよばれていて、それぞれのブースの扉にマグネット式のセンサーを取り付けてあるんだ。扉が開まると「使用中」となって、それが「満空状況モニター」に表示されるというわけ。NEXCO 中日本管内のトイレ200カ所のうち、51カ所がこのITトイレだよ。迷うことなく空いているブースへ行けるから便利だよな。



わかった〜!

高速家族プレゼントクイズ

応募締め切り

2017年1月9日(月)

※郵便の場合は2017年1月9日(月) 当日消印有効

商品券1万円分が
3名様に当たる!!



問1~6のクイズ・質問に答えてご応募ください。応募者の中から抽選で3名様にJTBの商品券「JTBナイスギフト」1万円分を、残念賞として、抽選にもれた方の中から5名様に、るるぶ情報版「るるぶ安曇野 松本 白馬17」をさしあげます。

問1 本誌でふかわりょうさんが紹介しているおみやげは、〇〇のお供・パンのお供。〇〇の部分をお答えください。ヒントは本誌P10-11。

問2 今回の高速家族でおもしろかった記事は何ですか? 本誌3ページの目次から2つ選んでお書きください。

問3 今回の高速家族をご覧になったあと、どうされましたか? 次の6つからいくつでもお選びください。

1.紹介されたSA・PAに実際に行った/2.紹介されたメニューやおみやげを実際に買った/3.次に利用してみたり、買ってみたり/4.人に教えたり紹介したりした/5.本誌を持ち帰って保存している(保存する)/6.特に興味のある記事はなかった

問4 今後読みたい記事はどのようなものですか? 次の6つから1つお選びください。

1.SA・PAのお食事情報(フードコート・レストラン)/2.SA・PAのおみやげ情報(食べ物)/3.SA・PAのおみやげ情報(工芸品や服飾品などの物販)/4.観光・ドライブ情報/5.リニューアル・新規オープンニュース/6.イベント・キャンペーン情報

問5 高速家族を手にしたのは? 1.初めて 2.2回以上

問6 高速家族へのご要望・ご感想

【スマートフォン、携帯電話】

右記のQRコードを読み取ってフォーマットから応募ください。

【パソコン】下記URLから応募ください。

http://asp.rurubu.com/exis/family_201610/enquete/top



【ハガキ】

ハガキにクイズ・質問の答え、住所、氏名、性別、年齢、職業、電話番号をご記入の上、以下の宛先までお送りください。

〒162-8446 東京都新宿区弘方町25-5

(株)JTBパブリッシング 法人情報事業部

「高速家族2016秋号」プレゼント係

当社は皆さまから預かりした個人情報をプレゼントの抽選および発送のために利用いたします。また、性別・年齢等のデータおよびアンケートの回答は個人を特定しないマーケティングデータとして集計し、誌面改善のために利用します。なお、抽選にあたり発行元・中日本エクシス株式会社は当選者の個人情報を開示いたします。当社および中日本エクシス株式会社は、お預かりした個人情報をご本人の同意なく第三者に提供いたしません。当社が保管する個人情報に関するお問い合わせは下記までご連絡ください。

個人情報保護管理責任者

株式会社JTBパブリッシング 総務部長

☎03-6889-7811 受付時間/月~金曜(祝日・年末年始を除く)の10時30分~18時

当社の個人情報の取扱いについての詳細は<http://www.jtbpublishing.com/privacy/index.html>をご覧ください。

日本料理 魚庄

迎春 [21600円(税込)]

水清らかな滋賀・近江八幡の地で、地元の方々、遠来の客に深く愛され親しまれている日本料理店魚庄監修のおせちです。質はもちろんのこと、たっぷりと満足していただけるよう量も重視しました。新年の食卓を美しく彩ります。

◎外寸…25.7×25.7×5.3cm(×3段) ◎配送地域…北海道、青森、九州、沖縄および離島を除く日本全国 ◎賞味期限…1月2日

送料無料

冷蔵

60品/5~6人前

12月31日着

ご注文はこちら!▶



2015年度おせち売上げNo.1!
限定数 **30**

滋賀



東京

高級黒毛和牛
専門店の
おせち!
限定数 **30**

NEXCO中日本
オンラインモールで
注文できる
おせちのなかでも、
特におすすめのものを
厳選しました

おせち

おせち申込受付
2016年
12月14日(水)
まで

新年を寿ぐ
祝い膳

北陸・富山の
郷土食豊かな
食材・調理法を
使用!

富山



人形町今半

おせち重詰 三段重 [39960円(税込)]

明治時代に牛鍋屋として創業し、今なおすき焼の名店として知られる人形町今半が作る、年始のお客様にも自信を持っておすすめできる豪華おせちです。自慢の牛肉をはじめ、味わい深い品々は小皿に取り分けてお酒のお供に。

◎外寸…20.4×20.4×6.8cm(×3段) ◎配送地域…北海道、青森、九州、沖縄および離島を除く日本全国 ◎消費期限…1月1日

送料無料

冷蔵

39品/4人前

12月31日着

ご注文はこちら!▶



五万石千里山荘

おせち料理 和洋三段重 [16200円(税込)]

富山の海・里山の恵みに創意の技を加えた越中料理・五万石のおせちです。かじき昆布や富山県産立山パーク八幡巻など、富山らしい料理のほかに、ポン酢でいただくローストビーフ、柔らかく煮込んだ鮑など、多彩な味わいです。

◎外寸…17.4×17.4×5cm(×3段) ◎配送地域…日本全国(沖縄および離島を除く) ◎冷凍保管…1月31日まで

送料無料

冷凍

41品/2~3人前

12月30日着

ご注文はこちら!▶



中央道 八ヶ岳PA下り線 からお届け

Mt.八ヶ岳燻製工房

【推奨本格ハム・ソーセージ詰合せ】

【5000円(税込)】

Mt.八ヶ岳燻製工房特製のハムとソーセージの詰め合わせセットです。銘水百選で知られる白州で45年来のこだわり製法で職人が手造りしている本格派のハム・ソーセージは豊潤な味わいです。

◎内容…ロースハム約800g、アラカルトソーセージ5本(シボラウインナー、チョリソー、大葉、ジャーマン、スパニッシュのアソートパック) ◎賞味期限…冷蔵35日 ◎ショップ名…まるごとやまなし館

ご注文はこちら!



中央道

釈迦堂PA上り線 からお届け

桔梗信玄餅 吟造り16個入り

【3456円(税込)】

原料に一層こだわった上質な桔梗信玄餅です。お餅には厳選した餅米を、きな粉には極上の丹波種の黒大豆を使用しました。また、蜜は桔梗屋伝統の黒蜜をベースに、国産のアカシア蜂蜜を加えさらにまろやかな味わいです。

◎内容…桔梗信玄餅吟造りバラ×16個
◎消費期限…常温5日 ◎ショップ名…釈迦堂上りPA山梨フルーツ王国

ご注文はこちら!



中央道・長野道のSA・PAから
地元自慢の逸品を取り揃えました。
一年の感謝をこめた
冬の贈りものにいかがですか?

冬ギフト

地元自慢の逸品を贈る



長野道

梓川SA下り線 からお届け

峠の古木 二個セット

【2850円(税込)】

全国菓子大博覧会で橘花栄光章を受賞したロールケーキです。ナチュラルな甘さの黒糖、香ばしいくみ、生クリームを贅沢に使用。フォルムにもこだわり、山国信州の峠を代表する風景である古木の森林をイメージした黒糖くるみのロールケーキ二個セットです。

◎内容…峠の古木×2個 ◎賞味期限…常温60日 ◎ショップ名…長野自動車道梓川サービスエリア(下り線)

ご注文はこちら!



中央道 諏訪湖SA上り線 からお届け

信州の贈り物ギフト

【2160円(税込)】

甘口でさっぱりとした早期熟成の白味噌、コク深く香り高い長期熟成の赤味噌、べっこう色になるまで漬け込んだ本場の野沢菜漬けを詰め合わせにしました。信州ならではのギフトセットとしておすすめです。

◎内容…信州味噌白・赤×各1袋、野沢菜本漬320g×1袋 ◎賞味期限…常温180日 ◎ショップ名…諏訪湖サービスエリア上り線OMIアベニュー

ご注文はこちら!



おせち・冬ギフトはもちろん、ほかにもおいしいお取り寄せ商品がいっぱい!

NEXCO 中日本
Online mall
オンラインモール

<http://www.c-nexcomall.jp/>



★2016年11月1日～2016年12月31日まで送料無料キャンペーンを実施!

スマートフォン、タブレットに対応