信州屈指の

美肌の湯

低張性アルカリ性高温泉
温泉療法医おすすめ

ワーケーションでの長期滞在も大歓迎

50以上の源泉から湧き出る毎分8,300リットルを超える豊富な湯は、泉質の良さから「美肌の湯」と呼ばれています。約120年前から善光寺詣りの精進落としの湯として発展し、昭和レトロな雰囲気の街並みも魅力です。

千曲市のくつろぎの宿一覧

料金・条件等の詳細は各旅館へ直接お問い合せください。　(2022.2月現在)

戸倉上山田温泉旅館名		露天風呂	露天風呂付客室あり	貸切風呂あり	WiFiあり	一人旅OK	素泊まりOK	連泊プラン	クレジットカード
有田屋旅館	026-275-1006			○	○	○	○	○	○
梅むら旅館 うぐいす亭	026-275-3036	○			○	○		○	○
荻原館	026-275-1018	○ 熱い		○	○	○	○	○	○
湯元 上山田ホテル	026-275-1005	○	○	○	○	○ 平日のみ		△	○
亀清旅館	026-275-1032	○	△	○	○	○ 平日のみ	○	○	○
小石の湯 正明館	026-275-2354				○	○	○	○	○
玉の湯	026-261-0324	○	○	○	○	○ 土室のみ			○
遊子 千曲館	026-275-1111	○			○	○ 平日のみ	○	○	○
中央ホテル	026-275-3322	○	○	○	○	○ 平日のみ	○	○	○
ホテル亀屋本店	026-275-1002	○	○	○	○	○	○		○
信州の湯 清風園	026-275-1016	○		○	○	○		○	○
ホテル晴山	026-275-1201	○			○	△	○	○	○
ホテル圓山荘	026-275-1119	○			○	○	○		○
湯楽ゆうざん	026-275-2333				○ 0と一の日	○	○		○
山風荘	026-275-1262	○			○	○ 平日のみ	○	○	○
旬樹庵 柏屋	026-275-2211	○			○ 0と一の日	○	○		○

戸倉上山田温泉旅館名		露天風呂	露天風呂付客室あり	貸切風呂あり	WiFiあり	一人旅OK	素泊まりOK	連泊プラン	クレジットカード
旬樹庵 菊水	026-276-5858	○		○			○	○	
旅亭たかの	026-276-3001	○	○	○	○	○	○		○
旬樹庵 若の湯	026-275-1560				○ 0と一の日	○	○		
リバーサイド上田館	026-275-1881	○			○	○	○	○	○
國楽館戸倉ホテル	026-275-2019	○			○ 0と一の日	○	○	○	○
笹屋ホテル	026-275-0338	○	○	○	○	要相談	○		○
千曲乃湯 しげの家	026-275-1713	○	○	○	○ 一部可	○ 平日のみ	○	○ 2泊まで	○
あさひ倶楽部	026-285-0636			○	○	○	○	○	○
湯の宿 福寿草	026-275-0171	○			○	○	○	○	○
ビジネスホテル グリーンプラザ	026-276-7111				○	○	○		○
ホテルプラトン	026-275-5111				○	○	○		○
ホテルルートイン 上山田温泉	026-276-0006				○	○	○	○	○
千曲市内の宿									
八幡温泉 ホテルうづらや ホテルルートイン コート千曲更埴	026-272-1008 026-273-0100				○	○ 平日のみ	○	○	○

七福神外湯めぐり

戸倉上山田温泉には、それぞれを七福神になぞらえた七つの日帰り温泉施設があります。
温泉を巡るスタンプラリーでスタンプを7つ集めると、観光局で記念品がもらえます。
地元でも大人気の温泉を巡ってみませんか。

御開帳特選！ 春の旅プラン

1日目

千曲市散策
あんずや桜など、春を満喫！

千曲のスイーツ

温泉まんじゅうや
あんずジャムソフトを
楽しんだら
カラコロの足湯や荒砥城へ！

温泉街散策
夕食の後は温泉街で射的など楽しもう！

1日目の最後は
姨捨夜景ツアーに参加。
善光寺平に広がる美しい
景色を堪能しよう。

2日目

お朝事シャトルバス運行！

お朝事に参加
観音寺のお朝事へ。ご利益バッチリ！

最後にゆったりと温泉を満喫しよう！

千曲市を“楽しく知る会”がご案内！

あんずの里・日本遺産・稲荷山・戸倉上山田温泉を案内します。
◆1名～20名／ガイド１件/2,000円(2時間以内)
◆1週間前までに予約　TELまたはFAXで。
予約・問合せ／楽知会・亀山 TEL/FAX.026-274-0572

ずくだしエコツアー

◆自転車レンタル(スポーツタイプ)
2時間1,000円　4時間1,500円
8時間2,000円

◆ガイド付サイクリングツアー(2時間)
大人4,000円 小人3,000円

ガイド付サイクリングツアーはその日の天気や参加者のタイプからルートを選定。日本家屋の造りや、茅葺屋根のお寺に立ち寄ったり魅力満載。

予約・問合せ／ずくだし eco tours
TEL.080-2008-4815(9:30～18:00)

日本歴史館

10:00～19:00／木曜、第1・3・5水曜休館

知る人ぞ知る穴場スポット。歴代125代天皇肖像画を展示し日本の歴史と伝統文化を学べる歴史博物館です。お問合せ／TEL.026-405-2406

姨捨夜景ツアー

宿泊者割引あり！

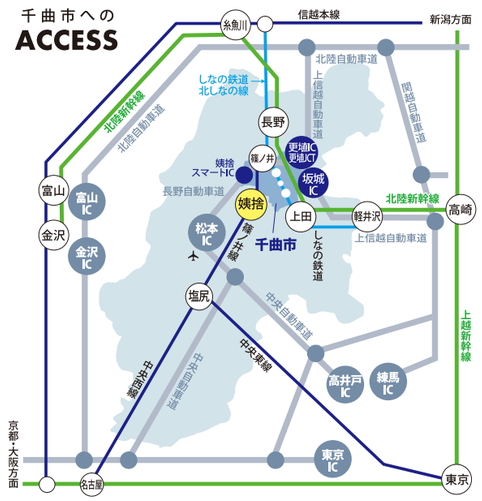
(4名以上で催行／一週間前までに要予約)
『日本夜景100選』にも選ばれている姨捨の夜景ツアー。戸倉上山田温泉から出発。料金は大人3,000円、小学生以下1,500円。予約は信州千曲観光局へ。

コワーキングスペースGorori

働くあなたを応援します！

戸倉上山田温泉の千曲市総合観光会館にコワーキングスペースができました。靴を脱いでゴロリとくつろげる和室のコワーキングスペースです。利用料は2時間500円、1日1,000円です。

千曲市への ACCESS



千曲市は観光拠点として便利です

■善光寺へ車で 約40分　■上田城跡公園へ車で 約25分
■軽井沢へ車で 約60分　■松本城へ車で 約60分

車で
東京～千曲市
約2時間30分
名古屋～千曲市
約3時間20分
金沢～千曲市
約3時間20分
◆上信越自動車道【坂城I.C.】より約10分
◆長野自動車道【更埴I.C.】
◆長野自動車道【姨捨スマートI.C.】
上下線とも松本方面利用

電車で
東京～千曲市(北陸新幹線長野経由)
約2時間
名古屋～千曲市(JR・篠ノ井線・しなの鉄道)
約3時間
金沢～千曲市(北陸新幹線長野経由)
約1時間30分
◆北陸新幹線《長野駅》から、しなの鉄道《屋代駅》・《戸倉駅》下車
◆北陸新幹線《上田駅》から、しなの鉄道《戸倉駅》・《屋代駅》下車
◆JR篠ノ井線《姨捨駅》下車

信州千曲観光局
TEL.026-261-0300 FAX.026-261-0350 https://chikuma-kanko.com/

2022年2月1日発行
月の都千曲

信州 千曲市 2022 SPRING

ちくま旅

あんずまつり
3月26日(土)～4月10日(日)