

# 秋のちくま満喫トリップ

木々の紅葉や穂穂の黄金色が美しい千曲市の秋。  
散策、味覚、お月見など、あなたの[Chikuma Trip]を見つけてください。

Autumn Chikuma Trip

## 紅葉めぐりで癒される旅

お寺や神社の多い千曲市には、秋の風情を楽しめる場所がたくさんあります。紅葉は10月下旬頃からが見頃です。



**長楽寺** 境内には多くの歌碑や句碑があり、門脇の松尾芭蕉の句「おもかげや 嬬(おば)ひとりなく月の友」を刻んだ芭蕉翁面影が著名。  
TEL.026-273-3578



**龍洞院**  
紅葉スポットとして人気。龍洞院架道橋は、明治33年に作られた土木建造物でJR線/井線に跨る官設鉄道(国有鉄道)時代のアーチ橋。  
TEL.026-273-1685



**城泉山観音寺**  
別名「善光寺大本願別院」。御恵観音菩薩と善光寺如来三尊のご分身が祭られている。  
TEL.026-275-1757



**智識寺**  
真言宗の古刹。本尊の木造十一面観音菩薩立像および大御堂は国の重要文化財。十一面観音拝観は要予約。  
TEL.026-275-1120

## 名月の里「嬬捨」で仲秋の頃を過ごす旅

美しい棚田と満月の景色をぜひご覧ください！



古来から名月と謳われる嬬捨の地。優しい月の光が棚田の稲穂を照らします。

**観月祭**  
9/28(土)～10/1(日) (中秋の名月 9/29(日))

■主催/吉州さらしな・おはすて観月祭実行委員会  
■お問合せ/信州千曲観光局 TEL.026-261-0300



**JR駅からハイキング**  
9/23(土)～30(土) 無料  
受付/嬬捨駅(9:00～10:30)  
嬬捨駅から棚田～稲荷山駅までの約8.5kmのハイキング。駅からハイキングアプリで参加できます。



**錦秋の嬬捨散策**  
9/28(土)～10/1(日) 無料  
受付/千曲市日本遺産センター駐車場  
楽しみながら嬬捨をご案内。開始時間は10:00～、11:00～、12:00～、13:00～。予約不要。10分前に集合。1回30分ほどの散策です。



**嬬捨夜市**  
9/30(土) 17:00～21:00  
会場/千曲市日本遺産センター駐車場  
子供からご年配の方までどなたでも楽しめる「嬬捨夜市」を開催。お月見しながら買い物を楽しんで。

## 自転車で爽やかな秋の風を感じる旅

思いのまま千曲市を散策できるサイクリング。自然が身近に感じられるよ！



**千曲川沿いをサイクリング!** サイクリングロード完備!  
レンタサイクルもあるので、皆で風を切って出かけよう。

◆レンタサイクル  
(すぐだしエコツアー TEL.080-2008-4815/9:30～18:00)  
スポーツタイプ、二人乗りや、子供用のトレッラーもある  
2時間1,000円、4時間1,500円、8時間2,000円



**シェアサイクル** 千曲市のシェアサイクルポートは全部で13ヶ所!  
スマホで借りられる電動シェアサイクルはどのポートに返却してもOK。

◆料金/1回会員 最初の30分 110円(税込) ※30分超えるごとに110円ずつ追加  
1日バス 1,430円～1,650円(税込) /観光局窓口/屋代駅ウェルカムステーション(日曜定休) /コンビニ(セブンイレブン・ファミリーマート)で1日バスを販売。(観光局窓口/屋代駅ウェルカムステーションで1日バスを貸すと学生割/グループ割でお得14時間バスもあるよ!)  
※マップの●印の場所がサイクルポートです。

## フルーツ狩りを楽しもう!

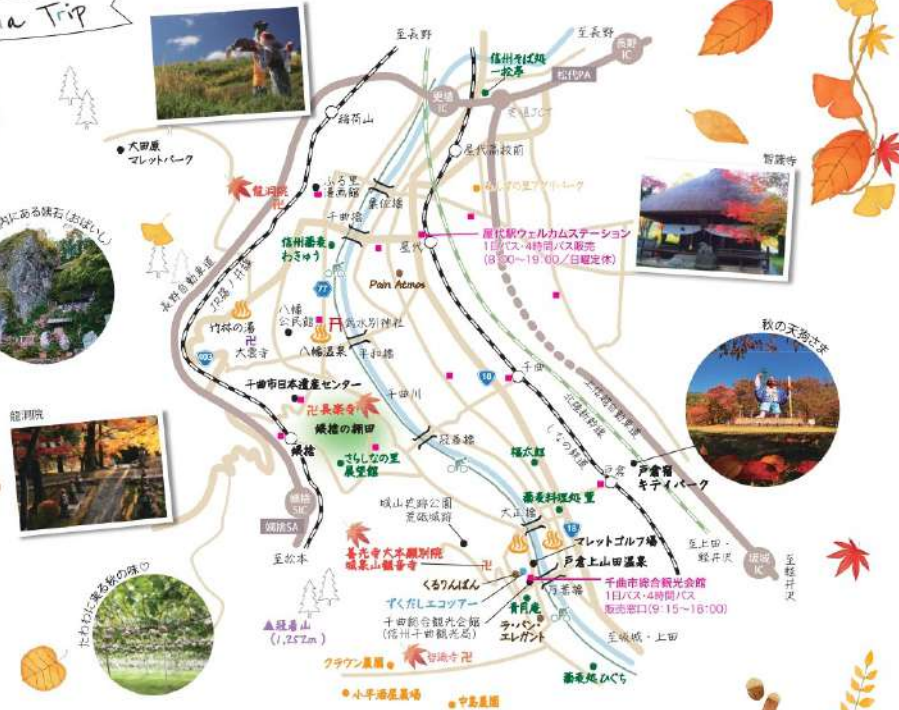
お問合せ・予約は各農園・施設へ

**クラウン農園**  
TEL.026-275-0929  
りんご狩り・販売(10月～11月中旬)  
要予約(前日まで)

**中島農園**  
TEL.026-276-2078  
TEL.090-4461-4091  
りんご狩り・販売(10月～11月)、  
ぶどう販売(9月)、洋梨販売(11月～12月)  
要予約(前日まで)

**小平酒屋農場**  
TEL.026-276-2040  
りんご狩り・販売(8月上旬～11月末頃)、  
ぶどう狩り・販売(9月中旬～10月中旬)  
10名以上は要予約

**あんずの里アグリパーク**  
TEL.026-273-4346  
ハウスみかん  
(10月中旬～1月頃無くなり次第終了)



## 秋の味覚やおすすめショップのグルメ旅

ぶどう、りんご、みかんなど、たわわに実る豊かな秋!新そばの秋!秋の味覚が楽しめる食秋の秋!

「新そば」の季節!千曲市のお蕎麦屋さんをご紹介します!

店舗名	営業時間	特徴	予約/お問い合わせ
●信州そば処 一松亭	11:00～20:00(LO19:30)	水曜定休 (お盆・年末年始、祝日の場合営業)	10月下旬頃～ 026-273-1102
●信州蕎麦 わさやう	11:00～15:00(LO14:45)	火曜定休 (祝日の場合営業)	11月頃～ 026-400-3249
●福太郎	11:00～14:30	不定休	10月下旬頃～ 026-275-2289
●さらしなの里展望館	11:00～14:00 17:00～21:00	月曜・第3火曜定休	11月～ 026-276-1800
●蕎麦料理処 萱	11:00～15:00 ※LOは30分前 17:00～20:00(日曜～19:00)	無休	10月上旬頃～ 026-276-7205
●青月庵	11:30～14:00(日曜は12:30～14:00) 17:30～22:00	月曜定休	9月下旬頃～ 026-276-5650
●蕎麦処ひぐち	11:30～15:00	火・水・木曜定休	10月頃～ 026-276-1245

## 秋の食材をパンで味わう!千曲市のパン屋さんをご紹介します!

**ラ・パン・エレガント**  
シュークリームが人気のベーカリー。おすすめは千曲産あんずのコンポートをのせた「あんず・千曲産あんず」の他、季節限定のシューもあります。  
◆8:00～18:00 / 火曜定休  
TEL.026-261-5606

**くるりんぱん**  
ベーグルや惣菜パンが人気の外観もかわいなお店。  
◆9:00～無くなり次第終了 / 水・木曜定休  
TEL.026-400-5151

**Pain Atmos(パン・アトモス)**  
トレッラーハウスが自印の国産小麦を使用したお店。  
◆7:00～15:00 / 月・火・水曜定休(不定期あり)  
TEL.026-400-3030

## 千曲川 ナイトワイン&グルメフェス

9/2(土)  
16:00～21:00  
戸倉千曲川緑地公園  
約50店出店

チーズや焼ききたてパンなどワインにあうグルメや人気のキッチンカーも!ビール、日本酒、ジュース、スイーツもご用意!ワイン講座もあります!

詳細はこちらから →

