

# 美肌の湯！戸倉上山田温泉へ

温泉療法医も太鼓判の良質温泉。ワーケーションでの長期滞在も大歓迎！

50以上の源泉から毎分8,300リットルを超える豊富な湯は「美肌の湯」と呼ばれ、善光寺詣りの精進落としての湯として発展。昭和レトロな雰囲気の街並みも魅力。

## 千曲市宿泊ガイド

(2024.2月現在)

露天風呂
 露天風呂付客室あり
 貸切風呂あり
 一人旅OK

温泉宿名	電話番号	設備など	温泉宿名	電話番号	設備など
有田屋旅館	026-275-1006	Wi-Fi	旬樹庵 菊水	026-276-5858	Wi-Fi
梅むら旅館 うくいす亭	026-275-3036	Wi-Fi	旅亭たかの	026-276-3001	Wi-Fi
荻原館	026-275-1018	Wi-Fi	旬樹庵 若の湯	026-275-1560	Wi-Fi
湯元 上山田ホテル	026-275-1005	Wi-Fi	リバーサイド 上田館	0570-081-780	Wi-Fi
亀清旅館	026-275-1032	Wi-Fi	國楽館戸倉ホテル	026-275-2019	Wi-Fi
小石の湯 正明館	026-275-2354	Wi-Fi	笹屋ホテル	026-275-0338	Wi-Fi
玉の湯	026-261-0324	Wi-Fi	千曲乃湯 しげの家	026-275-1713	Wi-Fi
遊子 千曲館	026-275-1111	Wi-Fi	湯の宿 福寿草	026-275-0171	Wi-Fi
民芸の宿 中央ホテル	026-275-3322	Wi-Fi	ビジネスホテル グリーンプラザ	026-276-7111	Wi-Fi
ホテル亀屋本店	026-275-1002	Wi-Fi	ホテルプラトン	026-275-5111	Wi-Fi
信州の湯 清風園	026-275-1016	Wi-Fi	ホテルルートイン 上山田温泉	050-5833-3808	Wi-Fi
ホテル晴山	026-275-1201	Wi-Fi	八幡温泉 ホテルらづらや	026-272-1008	Wi-Fi
ホテル圓山荘	026-275-1119	Wi-Fi	ホテルルートイン コート千曲更埴	026-273-0100	Wi-Fi
湯楽ゆうざん	026-275-2333	Wi-Fi	おせかいゲストハウス 昭和の寅や	080-1154-6876	Wi-Fi
山風荘	026-275-1262	Wi-Fi	娯楽ゲストハウス なからや	090-2306-7226	Wi-Fi
旬樹庵 柏屋	026-275-2211	Wi-Fi	ゲストハウス 旅館 相生	026-275-1635	Wi-Fi

料金・条件等の詳細は各旅館へ直接お問い合わせください。ゲストハウスはWi-Fi有り、貸切OK、食事なし



### トキたびみくじで運だめし

温泉につけると文字が浮かび上がる「トキたびみくじ」。温泉につけて運勢を占おう！

ガチャ設置場所/塩川菓子舗・ファミリーマート信州上山田温泉店



### ステンドグラス体験

イタリアのガラスを使って簡単アクセサリ作り。本格ステンドグラスコースもある。

◆料金/内容により要予約  
◆予約先/アーツプロデュース  
TEL.026-275-1123



### 陶芸体験

酒蔵の中にある陶芸工房で、電動ろくろを使った作品作りにチャレンジ。

◆予約先/工房陶(すえ)  
TEL.070-4817-7016  
2日前までに要予約



美肌の湯



### 昭和懐かしい射的で遊ぶ！



射的小津  
TEL.026-275-1523  
19:00~23:30(不定休)



みどり射的遊技場  
TEL.090-3565-5481  
19:30~23:30(不定休)



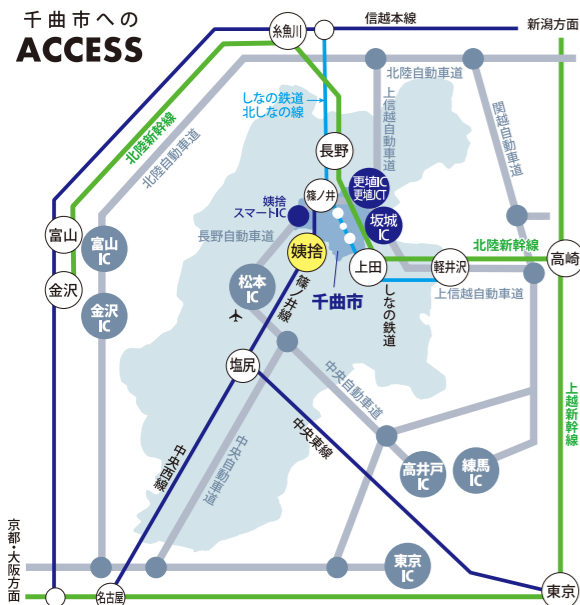
第2みどり射的  
TEL.090-4152-2299  
19:30~23:30(不定休)

### ネオン街へ行ってみる！

ネオンがきらめく昭和レトロな夜の街をもっとのぞいてみよう！映える写真が撮れるかも！  
ノンアルドリンクやスイーツもあり、女子会にもオススメです。



### スナック文化を発信！



### 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【嬬野スマート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 上田経由) 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《嬬野駅》下車

信州千曲観光局

TEL.026-261-0300 FAX.026-261-0350 <https://chikuma-kanko.com/>



2024年2月1日発行



月の都千曲

信州 千曲市 2024 SPRING

# ちくま旅



あんずまつり 3月23日(土)～4月7日(日)