

戸隠

天岩戸伝説に彩られた神秘の里

戸隠神社五社巡拝 御朱印めぐり
ご利益が異なる五社を巡り、御朱印をいただく。宝光社、中社、奥社の各授与所で授与しています。

戸隠神社
宝光社、火之御子社、中社、九頭龍社、奥社の五社からなる戸隠神社。天岩戸伝説に登場する神様が祀られており、パワースポットとしても人気です。

鏡池
撮影やスケッチに人気の絶景ポイント。池畔には遊歩道があり、鏡のように戸隠連山を映し出す神秘的な風情を楽しめます。

戸隠森林植物園
奥社参道に隣接する多種多様な樹木と高山植物が生息する植物園。自然探勝やバードウォッチングにも最適です。

長野市戸隠伝統的建造物群保存地区
戸隠中社及び宝光社の宿坊群を中心とした門前町で、江戸時代の地割がよく保たれ、戸隠信仰のもと参詣者を受け入れるため大規模化した宿坊が、社殿や在家の住宅、石垣等と一体となって歴史的風致を形成しているとして、平成29年2月、宿坊群としては全国初の国の重要伝統的建造物群保存地区に選定されました。(約73.3ha)

戸隠そば店ガイド

修験者の携行食として伝わり、清涼な気候や風土に磨かれて旨みを増していた戸隠そば。各店のそばは名人が打つ自慢の味をご賞味あれ。

MAP No.	店名	電話番号 026	営業時間	定休日
1	奥社前 なおすけ	254-2551	10:30~15:00 冬期10:45~15:00 (売り切れ次第閉店)	夏期は火曜・月曜 月曜、冬期は火曜・ 水曜、他休業あり
2	そば処 奥社の茶屋	254-2222	10:00~16:00 冬期10:30~ 15:00(売り切れ次第閉店)	4月~11月なし 冬期不定休
3	そば茶屋 極楽坊	254-3267	10:30~14:00 冬期11:30~ 14:00(売り切れ次第閉店)	水曜・木曜
4	そばの実	254-2102	10:30~16:00 (売り切れ次第閉店)	木曜・金曜
5	徳善院蕎麦 宿坊極意	254-2044	12:00~14:30 (売り切れ次第閉店)	不定休
6	蕎麦家 ゆたかや	254-2235	10:30~16:00 (売り切れ次第閉店)	不定休(12月中旬~ 4月上旬は休み)
7	二葉屋 葉隠	254-2176	11:00~15:00 (売り切れ次第閉店)	火曜(1月中旬~2月 下旬休み)
8	うずら家そば店	254-2219	10:30~15:30 (売り切れ次第閉店)	第2・第4火曜、毎週 水曜、11月~12月 中旬まで長期休業
9	元祖戸隠そば処 天岩戸そば店	254-2111	11:00~14:00 (L.O.13:15)	月曜・水曜・第3金曜 11月下旬~4月下旬休み
10	岩戸屋	254-2038	10:00~15:00 (売り切れ次第閉店)	火曜
11	手打ち蕎麦 戸隠堂	254-2129	10:30~16:00 (売り切れ次第閉店)	不定休(戸隠堂の営業 日カレンダーで確認)
12	しなの屋	254-2248	10:30~15:30 (売り切れ次第閉店)	不定休、11月下旬~ 4月下旬休み
13	戸隠そば 山口屋	254-2351	10:30~15:30 (売り切れ次第閉店)	火曜(冬期は月曜・火曜)
14	そば処 仁王門屋	254-2244	10:30~16:00(L.O.15:30) (売り切れ次第閉店)	金曜・第3木曜
15	湧水仕込そば処 千成	254-2889	11:00~15:00 (売り切れ次第閉店)	不定休
16	そば処 つる家	090-4848- 9324	10:30~15:30 (売り切れ次第閉店)	火曜・第3水曜
17	そば処 よつかど	254-2145	9:30~16:00(冬期10:00~ ~) (売り切れ次第閉店)	金曜・第4木曜 (冬期 木曜・金曜)
18	そばの里 二番館	254-3950	10:00~16:00 (売り切れ次第閉店)	火曜・水曜・木曜 11月中旬~4月下旬
19	そば処 たからや	254-2270	10:30~14:30 (売り切れ次第閉店)	金曜
20	そば処 紅葉	254-3433	10:00~17:00 (売り切れ次第閉店)	水曜・木曜、1月中旬 ~3月中旬休み
21	手打ち蕎麦 あいざや	217-8203	11:00~14:00 (売り切れ次第閉店)	月曜・他不定休
22	戸隠そば博物館 とんくるりん	254-3773	10:00~16:00	水曜、6-9月は火曜・ 水曜(冬期休業)
23	大久保の茶屋	254-2062	10:00~15:30 (冬期~15:00)	金曜・第2木曜(12 ~2月木曜・金曜)
24	たんぽそば店	254-2261	10:00~15:00(L.O.)	水曜・第3木曜(12 ~3月火曜・水曜)
25	ういそば 戸隠本店	217-1228	10:30~16:30 (売り切れ次第閉店)	水曜定休、火曜不定休 (冬期休業)

【お問い合わせ】市外局番は026です。

休日・夜間の緊急医の案内

電話案内サービス 0570-000692

鉄道・交通情報

長野電鉄お客様サポートセンター 248-6000
アルピコ交通(路線バス) 227-0404
アルピコ交通高速バス予約センター ナビダイヤル0570-550-373
長電バス(路線バス) 296-3208
ながでん高速バス予約センター 295-8050
日本道路交通情報センター 長野センター 050-3369-6620
JR東日本お問い合わせセンター
列車時刻、運賃・料金、空席情報(8:00~21:00)
050-2016-1600
お忘れ物案内(8:00~20:00) 050-2016-1601

北信濃観光連盟(観光案内)

信州千曲観光局 261-0300
信州高山村観光協会 242-1122
信州しなの市観光協会 255-3226
信州須坂観光協会 215-2225
小布施文化観光協会 214-6300
飯綱町観光協会 253-7788
小川村観光協会 269-2323
山ノ内まつくり観光局 0269-33-2138
信州中野ふるさと観光 0269-38-0089
信越自然館飯山駅観光案内所 0269-62-7000
木島平村観光振興局 0269-82-2800
野沢温泉マウンテリゾート観光局 0269-85-3155
妙高高原観光案内所 0255-86-3911

ホール・総合体育館等

南長野運動公園(長野オリンピックスタジアム)(野球場) 293-4062
エムウェア 222-3300
長野運動公園総合運動場 244-7555
真島総合スポーツアリーナ ホワイティング 283-7977
ビッグハット 若里市民文化ホール 223-2223
アクティオホール(JA長野県ビル) 236-3600
長野市生涯学習センター 233-8080
アークセンター 228-5720
千曲川リバーフロントスポーツガーデン 259-5588
ホク文化ホール(県民文化会館) 226-0008
長野市勤労者女性会館しなのき 237-8300
長野ターミナル会館 228-1156

タクシー

旭タクシー 221-6868
アルピコタクシー 283-8800
昌栄観光タクシー 283-6200
中央タクシー 282-7777
つばめ長電タクシー 231-1111
241-3255
平和観光タクシー 285-5555
長野タクシー 244-2222
長野観光タクシー 222-1234
松代タクシー 278-7000
長野個人タクシー事業協同組合 227-1522
長野第一個人タクシー協同組合 229-5570

長野駅周辺レンタカー

Jネットレンタカー長野駅東口店 267-8543
トヨタレンタリース長野 228-0100
ニコニコレンタカー 243-6100
バジェットレンタカー 267-6270

ゴルフ場

長野デュエンスゴルフクラブ 239-1025
南長野ゴルフ倶楽部 266-2000

警察・消防

長野中央警察署 244-0110
長野市警察署 292-0110
消防・火災情報ダイヤル 228-7000

発行者 (公財)ながの観光コンベンションビューロー
〒380-0835 長野市新田町1485-1
長野市もんぜんぶら座4F
TEL026-223-6050 FAX026-223-5520
https://www.nagano-cvb.or.jp

長野市観光情報 長野県SDGs推進登録企業 長野市防災情報

ようこそ ながの

「ながのファンくらぶ」は
長野市のファンクラブです。

会員募集中!
入会金 無料!
年会費

長野市防災情報

松代マップ

時代劇撮影の聖地「松代」ロケ地巡り
三谷幸喜監督の「清須会議」、小泉堯監督の「唄」など、たくさんの時代劇の撮影地となった松代。「松代城跡」「真田邸」「文武学校」「旧横田家住宅」「旧前島家住宅」などの撮影場所を巡り、名作に思いを馳せてみませんか。

信州松代観光協会
真田宝物館
松代城跡
松代城跡(国指定史跡)
江戸時代、真田藩主のもとで真田十万石の城下町として発展。現在は、櫓門、北不門門(きたあかずもん)などが復元されています。
国長野市松代町松代44 026-278-2801(松代文化施設等管理事務所) 09:00~17:00(11月~3月は16:30まで) (入場は閉館30分前まで) 02月29日~1月3日

真田宝物館
真田家伝来の大名道具のコレクションを収蔵・展示。展示替えは年4回あり、何度訪れても見応えがあります。
国長野市松代町松代4-1 026-278-2801 09:00~17:00(11月~3月は16:30まで) (入場は閉館30分前まで) 02月29日~1月3日

真田邸(国指定史跡)
9代藩主幸徳の義母・貞松氏の隠居所として建立。江戸末期の御殿建築の様式がうかがえる貴重な建物です。
国長野市松代町松代1 026-215-6702 09:00~17:00(11月~3月は16:30まで) (入場は閉館30分前まで) 02月29日~1月3日

文武学校(国指定史跡)
8代藩主幸徳が計画した藩校で、藩士の子弟が学問と武道を学ぶ場として1855年に開校されました。国長野市松代町松代205-1 026-278-6152 09:00~17:00(11月~3月は16:30まで) (入場は閉館30分前まで) 02月29日~1月3日

長国寺(国重要文化財 真田信之御霊屋)
真田家の菩提寺で、屋根には六文銭が掲げられています。歴代藩主の墓の他、初代藩主信徳の御霊屋があります。
国長野市松代町松代1015-1 026-278-2454 09:00~16:00 02月水曜、年末年始

信州まつしろう城下町 歴史さんぽ
真田十万石の城下町松代には、歩いてこそ楽しめる歴史的な町並みが残されています。風景を愛でながら、歴史さんぽへ出かけましょう。

松代

真田家ゆかりの地で、歴史文化を遊学

松代城跡(国指定史跡)
江戸時代、真田藩主のもとで真田十万石の城下町として発展。現在は、櫓門、北不門門(きたあかずもん)などが復元されています。
国長野市松代町松代44 026-278-2801(松代文化施設等管理事務所) 09:00~17:00(11月~3月は16:30まで) (入場は閉館30分前まで) 02月29日~1月3日

真田宝物館
真田家伝来の大名道具のコレクションを収蔵・展示。展示替えは年4回あり、何度訪れても見応えがあります。
国長野市松代町松代4-1 026-278-2801 09:00~17:00(11月~3月は16:30まで) (入場は閉館30分前まで) 02月29日~1月3日

真田邸(国指定史跡)
9代藩主幸徳の義母・貞松氏の隠居所として建立。江戸末期の御殿建築の様式がうかがえる貴重な建物です。
国長野市松代町松代1 026-215-6702 09:00~17:00(11月~3月は16:30まで) (入場は閉館30分前まで) 02月29日~1月3日

文武学校(国指定史跡)
8代藩主幸徳が計画した藩校で、藩士の子弟が学問と武道を学ぶ場として1855年に開校されました。国長野市松代町松代205-1 026-278-6152 09:00~17:00(11月~3月は16:30まで) (入場は閉館30分前まで) 02月29日~1月3日

長国寺(国重要文化財 真田信之御霊屋)
真田家の菩提寺で、屋根には六文銭が掲げられています。歴代藩主の墓の他、初代藩主信徳の御霊屋があります。
国長野市松代町松代1015-1 026-278-2454 09:00~16:00 02月水曜、年末年始

寺町商家(旧金箱家住宅)(市指定文化財)
松代で江戸末期から昭和初期まで質屋等を営んでいた商家の旧宅。2012年に長野市の有形文化財に指定されました。
国長野市松代町松代1226-2 026-214-5013 09:00~17:00(最終入場16:30) 02月29日~1月3日

旧樋口家住宅(市指定文化財)
真田家の家臣として藩の目付役等の要職を務めた樋口家。敷地のほぼ中央には泉水路が東西に流れ、北側には主屋等の建物があり、南側には畑が広がっています。主屋、土蔵、長屋が長野市の文化財に指定されています。
国長野市松代町松代202-1 026-278-2188 09:00~17:00(11月~3月は16:30まで) (入場は閉館30分前まで) 02月29日~1月3日

象山下下郷
第二次世界大戦末期に軍部が大本営、政府機関を移すために構築した地下下郷。戦争を語る歴史遺産として一帯が見学可能です。
国長野市松代町西条479-11 026-224-8316(長野市観光振興課) 09:00~16:00(最終入場は15:30) 02月3火曜、年末年始

松代東条のあんず
北アルプスを正面に望む山裾には、約6,000本のあんずが植えられており、春には一帯が淡いピンク色に染まります。
■見頃/4月上旬~中旬
026-278-3366(信州松代観光協会)

幕山神社(国登録有形文化財)
幕山の思想家、佐久間象山を祀る神社。桃山式の本殿を中心に、京都から移築した茶室・煙雨亭などがあります。
国長野市松代町松代1502 026-278-2461

善光寺表参道まち歩きアイテム
善光寺表参道食べ歩きチケット
約20店の参加店で、おみやげやまちなみゆなどの長野名物をお求めいただけます。使い終わったチケットは景品と交換できます!
026-278-7000
026-278-7000(公財)ながの観光コンベンションビューロー
026-223-6050(公財)ながの観光コンベンションビューロー

長野市広域マップ

長野市
信濃町
飯綱町
須坂町
千曲市
小布施町
上田市

信州松代観光協会
真田宝物館
松代城跡
松代城跡(国指定史跡)
江戸時代、真田藩主のもとで真田十万石の城下町として発展。現在は、櫓門、北不門門(きたあかずもん)などが復元されています。
国長野市松代町松代44 026-278-2801(松代文化施設等管理事務所) 09:00~17:00(11月~3月は16:30まで) (入場は閉館30分前まで) 02月29日~1月3日

真田宝物館
真田家伝来の大名道具のコレクションを収蔵・展示。展示替えは年4回あり、何度訪れても見応えがあります。
国長野市松代町松代4-1 026-278-2801 09:00~17:00(11月~3月は16:30まで) (入場は閉館30分前まで) 02月29日~1月3日

真田邸(国指定史跡)
9代藩主幸徳の義母・貞松氏の隠居所として建立。江戸末期の御殿建築の様式がうかがえる貴重な建物です。
国長野市松代町松代1 026-215-6702 09:00~17:00(11月~3月は16:30まで) (入場は閉館30分前まで) 02月29日~1月3日

文武学校(国指定史跡)
8代藩主幸徳が計画した藩校で、藩士の子弟が学問と武道を学ぶ場として1855年に開校されました。国長野市松代町松代205-1 026-278-6152 09:00~17:00(11月~3月は16:30まで) (入場は閉館30分前まで) 02月29日~1月3日

長国寺(国重要文化財 真田信之御霊屋)
真田家の菩提寺で、屋根には六文銭が掲げられています。歴代藩主の墓の他、初代藩主信徳の御霊屋があります。
国長野市松代町松代1015-1 026-278-2454 09:00~16:00 02月水曜、年末年始

