

観光情報をこの一冊に

ギョギョギョッと詰め込み詰め込み……



孺恋村 観光パツク



愛妻家注意



キャベツ・花豆・トウモロコシ・直売所・温泉・スキー
フオスポット・歴史・モデルコース・イベント・お土産
駅前マップ・村全域マップ etc…

「孺恋村のキャベツは日本一！」

突き抜ける空に広がるキャベツ畑

ドライブすれば一味違う爽快感

村では玉菜（たまな）とも呼ばれ

夏秋キャベツの出荷は

全国の総出荷量の

半分をも占めている

高冷地で育てられた

孺恋高原キャベツ

切り口からジワリと水分が滴り

シャキッと噛めば

自然の甘味が口に広がる

「浅間山と嬬恋村」

標高2568m

世界でも有数な活火山で

数十万年前から火山活動が活発に

生活に密接な浅間山

村では形や風向きで次の日の天気

を知る手掛かりにも

圧倒的な存在感は

見るたびにどっしりと心に残る

村から見える

雪のかぶった浅間山の右下に

「逆さ馬」と言われる雪跡が

春を伝える（村民談）



「日本のポンペイ」

江戸時代（天明3年）
鎌原村は

浅間山の大噴火によりほぼ全てが

飲み込まれた

全村民570名

その内この観音堂に逃げ延びた数、わずか93名

かつて50段あったとされる

観音堂の石段は現在15段のみ地上に顔を出す

階段下を覗けば地中へ続く階段のその先に

思わずぞくりとする程

リアルに歴史を体感する

現在では訪れる人々を

温かく迎えてくれる人気の

観光スポットとなっている

埋没石段

「広大なゲレンデとパウダースノー」

スキー場に囲まれた村

村民は子どもから大人まで

スキー・スノーボーの達人ばかり

湿度の低い孺恋村では

サラサラのパウダースノーが

降り積もる

見渡せば山々を見下ろせる景観

爽快感を高め

頂上で味わう達成感もひとしお

真っ白な雪の中

めいっぱい体を動かした後は

疲れた体を温泉で

癒す贅沢な一日を



嬬恋村ってどんなところ？

なんて読むの？

愛妻？野菜？

ドバツと詰め込みました。

嬬恋村は群馬県の西北部に位置している。

浅間山・湯ノ丸山・四阿山・白根山などの標高2000m級の山々に囲まれ、

多くの登山愛好家に親しまれている。

地質は火山灰土の腐食土壌が多く、**高原野菜**の適地。

有名な**夏秋キヤベツ**はもちろん、高級野菜**花豆**、大粒とうもろこし、ジューシーな**鎌原きゅうり**等：
多くの特産品。

気候は夏でも涼しく、年間の平均気温は16℃前後。

気温・湿度は**避暑**に最適で、近年では別荘地としても脚光を浴びている。

「嬬恋村」を「つまごいむら」と初めから読めたあなたはなかなかのツワモノ。

何故なら「嬬」は現代ではこの村名にしか使われていない文字だと言われているから。

気になる村名の由来は、日本武尊（ヤマトタケルノミコト）の**愛妻伝説**にある。

……

むかしむかし、ヤマトタケルノミコトが東征中、海神（ワタツミ）の怒りを鎮めるために愛妻・弟橘姫（オトタチバナヒメ）が荒れ狂う海に身を投じました。

その帰路、碓日坂（今の鳥居峠）に立ち、亡き妻を想うヤマトタケルノミコトは

「吾嬬者耶」（あづまはや）|| 「ああ、わが妻よ、恋しい」と嘆きました。

……

これが世界初の**愛妻家宣言**、そして村名の由来と言われている。

2006年、日本愛妻家協会が嬬恋村を「愛妻家の聖地」と制定。

「愛妻の丘」はその景観の良さから国内外から多くの人々が足を運ぶ。

愛妻の丘から「愛してるよ」と叫ぶ日本人男性の姿は、もはや村の風物詩だ。

目次

村の風景
どさん！と4ページ
(P22)



旅のモデルコース
(→ P22)



絶景の中へ
(→ P16)



新鮮な旬の直材
(→ P12)

ドバツと詰め込んでます。
嬬恋村ってどんなところ？
(P10)

つまごい弁で一言！
特産品を味わいたい！
(P12)

とどのいたい…はしやぎたい…
温泉&スキー
(P14)

映えすぎでは…？
絶景！撮影スポット
(P16)

知れば知るほど…
つまごい村の沼歴史
(P18)

まったり派？アクティブ派？
おすすめモデルコース
(P22)

何がある…？
イベント&お土産
(P24)



特産品を味わいたい！

つまごい弁で一言！

まずは
キャベツ
食べてみたらいいだんべ。



孺恋村の
キャベツの旬はいつ？

出荷時期の7月～10月

※直売所にて販売されるもこの時期になるのをご注意を！
ちなみに農家さんが日が昇る前から収穫をした朝採れキャベツは葉が柔らかくて栄養満点◎

農家さん直伝！
簡単でおいしいレシピ

材料：キャベツ、塩コショウ、
お好みの調味料（マヨネーズがオススメ）
作り方：①スライサーで一気に入にキャベツを千切りに！②塩コショウを適量降ってオープンでしんなりするまで火を通す。
③好みの調味料をかけて完成！

スライサーは
必需品…！？

旬の時期に沢山の美味しいキャベツを食べる村民は一家に一台、キャベツ用スライサーを持っているとかいないとか！？



【キャベツ】

甘味が多く瑞々しい理由は朝と夜の寒暖差の激しい高冷地にて、愛情たっぷり育てられているため。

【花豆】

標高700m以上の高地のみで育ち、数ある豆の中で最も粒が大きい最高級品。村では「花インゲン」「おいらん豆」とも呼ばれ、直径3cm程の大きな豆が育つ。

大粒花豆
美味しんだよ。

育てるの、よいじやねえんだよ？



こんな時にどうぞ
村ではお祭り・お祝い事・人が集まる時等に花豆の煮豆を作り、いただきます。おご飯の中に入れても食べ応えあり◎

意外と知らない
かわいい花

開花時期にはアーチ状に育てられた葉の間から真っ赤な花が顔を出します。



お土産に人気！

甘納豆・甘露煮・乾燥花豆として村内にて販売しています。新商品を開発しているとのウワサも…(?)



甘え甘えっていうけん、
余所のとうもろこし
じゃあ甘くねえんかや？

【とうもろこし】
村内では多くの品種が生産されている。実が詰まっていて、生で食べられる程甘い。

【鎌原きゅうり】
きゅうりの原種に近い品種。食べ応え抜群。

普通より、まっと瑞々しい

鎌原きゅうり
知らねえなんておやげねえなあ



一味違います。

市場にはあまり出回らないため、意外と知られていない一品！きゅうりよりも青臭さが少なく、瑞々しく柔らかいため、さっぱり食べられます◎

「くるこ」
って知ってる？

孺恋村の純然たる郷土料理。ジャガイモからデンプン（片栗粉）をとった搾りかすを冷凍と発酵によってもう一度食材に加工した保存食！まさにSDGs。搾りかすには大量の食物繊維が含まれていて、美容健康食品としてもオススメ。味付けは味噌とネギで、揚げて食べるのが美味です◎イベントにて出店している時に会えたら、是非ご賞味を！

簡単で
おいしい食べ方

皮をむく→少しぬらす→ラップで巻く→レンジ！は当たり前…
もっとおいしく食べたい上級者さんは皮をむくときに薄皮2,3枚残してみても風味もう美味もアップです◎

白いうもろこし！？

直売所で出会えればラッキー！！
「ピュアホワイト」は、真っ白い実をつける特別な品種です。従来の黄色いうもろこしに比べて糖度が高く甘味が強いのに加えて、実が柔らかいので、生のまま食べられます。サラダに加えればシャキシャキとした触感を楽しめます。

おちよんきでない
ジャガイモ
が絶品だんべ



【ジャガイモ / バレイショ】
実は北海道の気候とよく似ている村では、ホクホクとおいしく育つ。

【直売所紹介】

- ①孺恋牧場 / 愛妻の鐘
- ②くだもの狩り体験 黒岩農園
- ③宮崎直売所
- ④笹見平直売所
- ⑤海野わくわく体験農園
- ⑥佐藤ファーム
- ⑦農園六里
- ⑧雑貨店 & からまつ農産物直売所
- ⑨横沢農園
- ⑩やわら 2051
- ⑪北軽井沢倶楽部
- ⑫孺恋高原野菜直売所 ファミリー
- ⑬高原野菜生産直売 羽生田農園
- ⑭牛乳屋・松本牧場
- ⑮浅間高原特産品直売 ふれあいの森
- ⑯孺恋村農産物等直売 あさまのいぶき



詳細情報・メニュー
はこちらから↑



Google
マップ↑

※各直売所の営業期間は異なります。
必ず事前にお調べいただくか、
ご連絡の上お越しください。

全体マップ (P30) にもアイコンを記載しています→



推しポイントはココ！

徹底比較!? スキー場早見表

雪原の中心はしやぎたい！

易

チャレンジ度

難

ASAMA
2000Park

万座温泉
スキー場

横手山・渋峠
スキー場

パルコール
嬬恋リゾート

誰向け？

ファミリー向け



ファミリー
初心者向け



個性派
大人向け



上達希望者
上級者向け



推しポイント

・ゲレンデの幅が広く、初心者に安心。
・ファミリーで楽しめる仕掛けが多種多様

・スキー、ボードの初級コースが多い(7コース)
・子どもがお得

・日本で一番標高が高い。富士山から日本アルプスまで一望できる景観
・スノーモンスター(?!)

・プロと一緒に滑れる
・プロスノーボーダーがプロデュースした多用なパークでスキルアップ

レンタル



・軽井沢駅、佐々平駅から無料送迎バス有
・未就学児リフト料金無料
・小中学生は全日1000円
・12月～4月の第1、第3日曜日は小中学生無料
・その他リフト券無料など、キャンペーンを多数実施

・小学生以下全日リフト券無料
・小学生以下スキー、スノーボードレンタル無料(要予約)
・群馬県民割引有
・使用済みリフト券2枚で1日券無料
・宅配便預かり対応有

・滑走期間、時間により割引価格有
・志賀高原全18スキー場共通リフト券にて購入の場合、12月～4月の第3日曜日は小学生以下無料

・WEB 割有
・未就学児は Gondola、リフト無料
・嬬恋村民割有
・近隣割有
・シーズン券のランクにより多数優待対応有
・無料送迎シャトル有(期間要確認)

お得情報

・連携した宿泊施設にてスキーリフト券つきプラン有
・標高2000mの絶景温泉は必見！

・万座プリンスホテルにて期間限定でのリフト券付き宿泊プランなど多数キャンペーン開催(要確認)
・白濁の湯！万座温泉◎

・グループホテルにてリフト券付き宿泊プラン有(要確認)
・温泉街に行けば多種多様な温泉を堪能可能◎

・パルコール嬬恋リゾートホテルにて宿泊プラン多数有のため、目的別にて宿泊可能
・弱アルカリ単純泉の四阿山の湯が楽しめる。

温泉
ホテル

食事

・メインレストラン有
・リフト乗り場付近にカナディアンスタイルのログハウス有

・万座プリンスホテル内にて和洋中レストラン、ブッフェ有

・絶景独占できるカフェ、日本一標高の高いパン屋有
・リフト付近の店ではラーメンや焼きカレーも！

・ホテル内にて多種多様なバイキング有
→食物アレルギーの表示有

アクセス

公式サイト



・無料送迎バスは要予約
「鳥居峠車坂線」は冬期通行止めとなります。
小諸市側からの「チェリーパークライン」のみのため注意。

・軽井沢駅、万座・鹿沢口駅から西武バス運行。(本数が少ないため要確認)
・車の場合は万座ハイウェイ(有料)からのみ(※冬季)

・万座地区より北に位置。
・車、電車、バスにてアクセス可能

・予約不要の無料送迎シャトル有
・軽井沢駅よりシャトル有(要予約)
・車の場合冬季通行止めルート要確認

スキんケアの新しい方式！

温泉巡りでととのいたい！

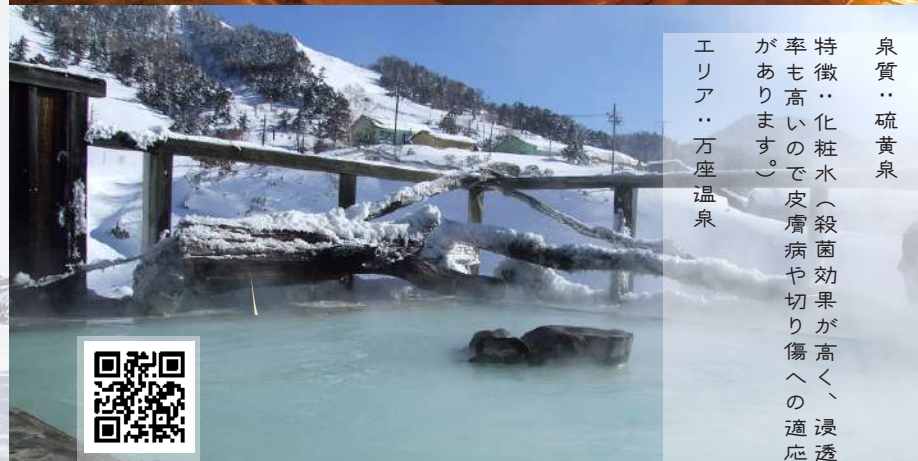
3種の泉質をスキんケア別に紹介します。村内に数多くある温泉からは是非お気に入りを見つけてみてください。あなたの湯巡り旅のヒントになれば幸いです。



泉質…炭酸水素塩泉
特徴…クレンジング(肌の不要な角質や毛穴の汚れを落とし、新陳代謝を促進する作用が期待できます。)
エリア…鹿沢温泉



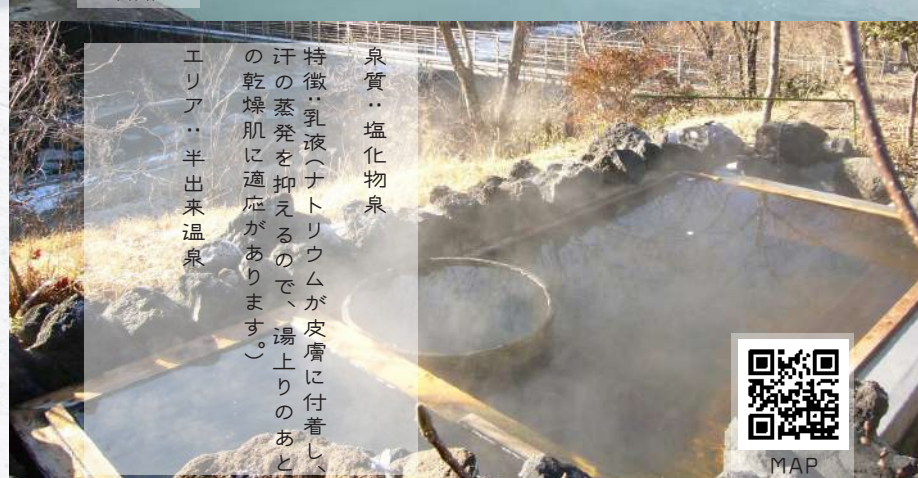
MAP



泉質…硫黄泉
特徴…化粧水(殺菌効果が高く、浸透率も高いので皮膚病や切り傷への適応があります。)
エリア…万座温泉



MAP



泉質…塩化物泉
特徴…乳液(ナトリウムが皮膚に付着し、汗の蒸発を抑えるので、湯上りのあとの乾燥肌に適応があります。)
エリア…半出来温泉

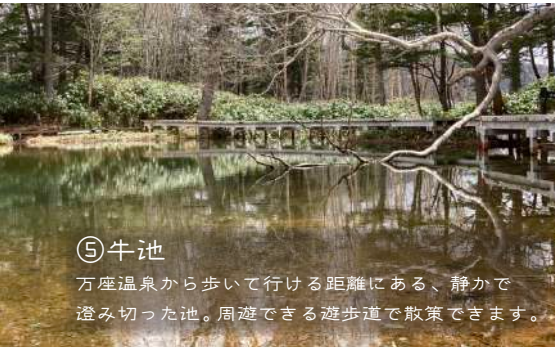


MAP



④ 鬼押し溶岩越しの浅間山

鬼押し園からは大迫力の溶岩からどんと構える浅間山が見える。シックな表情に思わずカメラを構えます。



⑤ 牛池

万座温泉から歩いて行ける距離にある、静かで澄み切った池。周遊できる遊歩道で散歩できます。



③ カラマツの丘（孀恋の丘）

西季折々の姿を見せるカメラビューポイント。某有名アーティストがPVに使用することも。周辺は農道のため、観光の際は車内からお楽しみください。



① キャベツ畑

村内には多くのキャベツ農家が点在し、夏～秋にかけてはキャベツ畑の中、爽快なドライブを楽しめます。
(→P 30 全体マップへ)

※キャベツ畑を觀賞する際はほぼ駐車場はありません。車内から觀賞することをオススメしますが、路肩に停車する場合は、交通状況に十分注意してください。



どこにあるか
見つけられるかな？
ヒント：キャベツ畑
を横目にドライブす
ると…

紹介します。
四季折々の風景をほんの一部、
風景を写真に収める旅。
孀恋ならではの美しい自然の

カメラ好きには
たまらない！！

映えすぎ

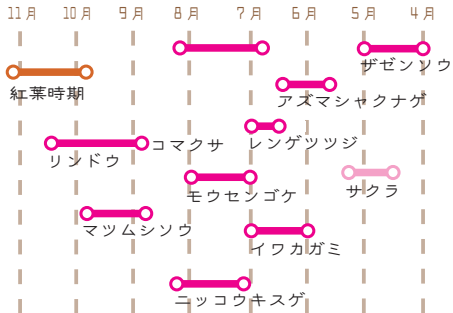


絶景！撮影スポット

⑥ レンゲツツジの群落

国の天然記念物。湯ノ丸高原では例年5月中旬～6月下旬がレンゲツツジの見頃です。湯の丸山の山腹から174haに広がるレンゲツツジは、約60万株にもなります。

花ごよみ



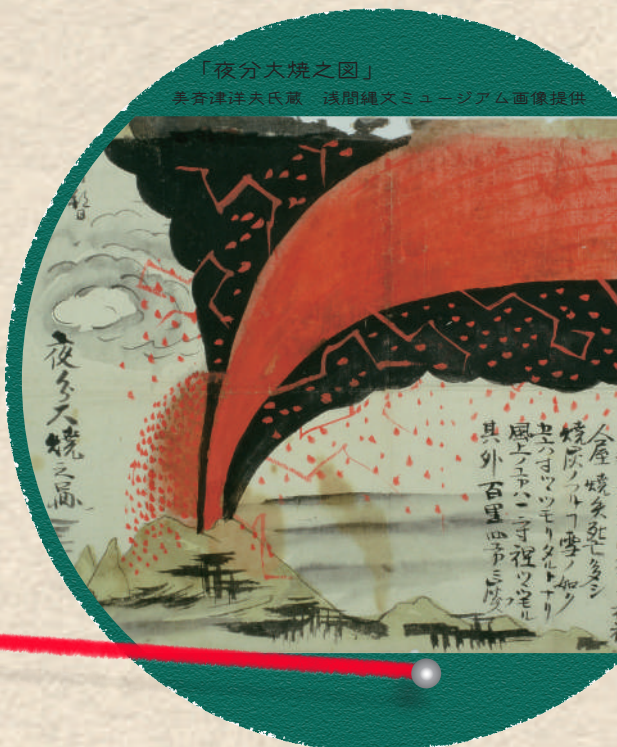
② 愛妻の丘

孀恋村を「愛妻家の聖地」として、世界的に有名にした場所。叫び台からは360度山に囲まれ、眼下にはキャベツ畑が広がります。ドライブの名所でもあり、ツーリングコースに人気です。

そこここ？

こちらのQRコードを読み取るとMAPを検索できます。

知れば知るほどズブズブと歴史の沼にハマっていく…



「夜分大焼之図」
美奈津洋次氏蔵 浅間縄文ミュージアム画像提供

【天明3年（江戸時代）の大噴火】
信州街道として栄えていた鎌原村。
天明3年に浅間山が大噴火。
八月五日（旧暦七月八日）、噴火により大量の
土石ながれが発生。

鎌原集落はほぼ埋められてしまう。
（↓「日本のポンペイ」）
鎌原村の人口570名のうち、477名が
亡くなる。
高台に建った鎌原観音堂と観音堂に逃げ延びた
93名のみ生き残った。
生き残った93名は身分や家柄の差を取り払い、
新たな家族を編成し村の再興を始めた。

【婦恋村指定史跡 鎌原城址】
応永四年の築城と伝えられている。
以来、戦国時代を中心に存続。
鎌原氏は真田氏と同じ滋野源氏の一族。
3方向を崖に囲まれた要害の地のため、
高い防御力をもつ山城の跡が伺える。
天和元年の「一国一城令」によって
破却されたものとされる。
現在は日本百名山の内3つの山
が見られるため、ビュースポット
として人気を集めている。



【婦恋村郷土資料館】
開館時間…9時～16時半
観覧料…300円（小人150円）
TEL…0279-97-3405



【鎌原観音堂】
TEL…0279-97-3852
観音堂を大切に守る「鎌原観音堂奉仕会」の人々が2月を除き毎日常駐し、来訪者に浅間山とともに生きてきた鎌原の歴史を語り続けている。春の彼岸入りには住民達が仏壇に「身護（みご）団子」を供え、「浅間山噴火大和讃」を唱えている。



【浅間山熔岩樹型】
溶岩樹型は一般に溶岩流が森林に流れ込み、木の内側が焼け、長い年月の間に腐り円筒状の穴が地面に残る現象。
しかし、浅間山溶岩樹型は火砕流によって形成されたのが特徴。これは世界的にも珍しく、国指定特別天然記念物に指定されている。



【御城印販売中】
筆字は、鎌原家の御当主にご協力をいただきました。
特別版では、キャベツを家紋風にデザインした「玉葉紋」を城名にあしらい、背景は鎌原城址の断崖をイメージしています。

【紅葉の中を走る草軽電鉄 絵画制作者：桑原昇一氏】

草軽電鉄 全路線図

（絵巻図）



草軽電鉄全路線図 / 2000円

※この地図は、「地理院地図」（国土地理院）（<http://maps.gsi.go.jp>）
をもとに嬬恋村観光高工線が作成したものです。
（初版作成：平成29年1月 更新日：平成30年11月9日）



【復刻版】
草軽鉄道硬券切符
・北軽井沢ゆき
・嬬恋ゆき
／各1000円



【草軽電鉄】

かつて新軽井沢駅（長野県軽井沢町）と草津温泉駅（群馬県草津町）を結んでいた、普通鉄道。
旅客だけではなく物資や貨物も輸送していた。
湯治客や避暑客、また多くの文士や著名人が軽井沢・草津を訪れるために利用し、活気に溢れた時代を走る。
嬬恋村には橋台跡など現役時代を思い出させるような場所が至る所に残る。



【百番道しるべ観音】
村指定重要文化財に指定されている。「町石」と呼ばれる百体の観音様が長野県東御市新張を一番として嬬恋村鹿沢温泉までの峠の道すじに建てられている。
「地藏峠道しるべ観音」とも言われ、旅の安全を祈り、道しるべの役目をした。
百番観音像は、千手観音・半肉立像。台座に「願主湯本中」とある。



【鳴尾の熊野神社大スギ】
県指定天然記念物。
直径8m、高さ36m、推定樹齢600年以上の荘厳な雰囲気醸し出す巨木。
弘法大師空海が訪れ、杖を立てたものに根が生え、逆さに育ったと言い伝えられている。

他にもまだまだたくさん...

歴史を感じられる
文化財は他にも！！



日帰り

おすすめモデルコース

歩き？ 車？

歩いてめぐる
つまごい入門コース

車でめぐる
夏のドライブコース

まったり派さん向け ごはんと温泉プラン

1h 万座・鹿沢口駅周辺でランチ

徒歩 15分

具材は日替わり



【あさま食堂】
営業時間(不定休)
11時～22時
TEL: 0279-97-2121
いつも出来立てボリュームたっぷりな食事を提供する。地元人気は「ソースカツ丼」。(お酒提供有/喫煙)

5min 浅間山ビュースポットまで散歩

徒歩 15分

村の家々の上に
ドンドン！
と浅間山が
撮れちゃいます



15min 観光案内所にてひと休み

バス 45分

※万座バススターミナルにて日進館の送迎マイクロボスにお乗り換えください。

【万座温泉日進館】
営業時間
日 10時～14時
土 10時～15時
TEL: 0279-97-3721
多様なパンフレット類の他に万座村の特産品やお土産品を多く取り揃えている。

1h 万座温泉でツルツル美肌に

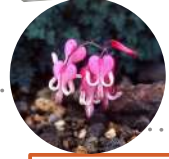
これがオススメ☆
【熊恋クリームソーダ】



キャベツエキスを入ったサイダーを使用しています。後味ほのかに香るキャベツがやみつきになるかも。(サイダーも売店にて単品販売中)

【万座温泉日進館】
営業時間(日帰り)
平日 10時～15時
土日 10時～14時
TEL: 0279-97-3131
硫黄濃度日本一の乳白色のにぎり湯。露天風呂「極楽湯」では他にはない開放感を味わえます。

【熊四郎洞窟】
万座温泉から徒歩で行ける天然の洞窟。途中、コマクサ畑を鑑賞可能。



バス 45分



もぐもぐ 噴火口跡から丘を昇るゲーム



【万座温泉空吹】

万座・鹿沢口駅に帰着

※交通機関の時刻は変更の場合があります。事前に確認してください。

【つまごい入門コース】
こちらのQRコードを読み取るとMAP検索ができます。

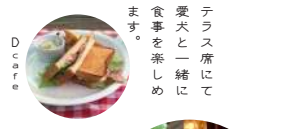


1h 浅間高原エリアでカフェ・スイーツめぐり

車 15分

鬼押し出し園を散歩

ゆったりのんびり



テラス席にて愛犬と一緒に食事を楽しめます。
無農薬・低温保持殺菌牛乳から作られたソフトクリームは濃厚◎

5min 鬼押し出し園

車 15分



オモシロ 溶岩発見!

15min 日本のポンパイへ
※鎌原観音堂

【鬼押し出し園】
営業時間
日 10時～17時
TEL: 0279-86-4141
浅間山の噴火のよって形成された溶岩と季節の植物を楽しめる。園内のらくやきコーナーで販売されている鬼がゆるかわで◎
(入園料) 大人650円 子供450円

車 15分

1h 熊恋キャベツを味わうランチ



「キャベツサラダドッピオ」(夏・秋限定)

【熊恋高原フルワー】
営業時間(土日祝)
11時～20時
TEL: 0279-96-1403
自家製ホップを使用した芳醇なクラフトビールとキャベツ料理を楽しめる。



地中で続く石段にゾクゾク...!

郷土資料館の駐車場から木製ゲートをくぐり下ると日本のポンパイ(鎌原村)を見下ろせます。

1h 愛妻の丘までキャベツドライブ

車 8分

温泉で一日の疲れを癒す

※愛妻家の叫び声が聞こえてきそうで怖い。幸せなだけです。

愛してるよ

【つつじの湯】
営業時間(木曜定休)
10時～21時
TEL: 0279-98-0930
サウナ・岩盤浴も入浴料で利用可能で泉質は炭酸水素塩泉。(入浴料) 大人600円 子供300円

【夏のドライブコース】
こちらのQRコードを読み取るとMAP検索ができます。



こころリフレッシュプラン

サイクリング

ハイキング

30min

脚力に自信アリ!
よくばりカスタムコース

観光案内所にて情報収集と休憩

FREE

ハイキング or サイクリング

休憩

パンフレットを見たら行きたいところが新たにみつかるかも。質問・相談はお気軽に案内所スタッフまで。

実は：駅周辺は鉄道・歴史好きにはたまらない、草軽電鉄の残り香を感じながら散策できるスポット。
(詳細は沼歴史へ1P20)
もっと詳しく知りたい方に



【ジオガイド】
湯間山北麓ジオパークでは、「湯間山北麓ジオパーク」の自然環境・歴史文化の専門知識に詳しいガイドがご要望に沿って有料にてご案内します。モデルルートやおすすめの巡り方の提案も可能です。



ランチはココ！

中居屋重兵衛の末裔が営む。多様な山菜料理を提供している。手打ちそばはもろろん、角煮が絶品という地元情報も。(お酒提供有/喫煙)

【割烹 中居屋】
営業時間(火曜定休)
11時～20時
TEL: 0279-97-2843

湯間山北麓ジオパーク
詳細はこちら
(公式サイト)
QRコード

モデルコース

☆キャベツ畑コース
※所要時間約2時間

☆歴史探索コース
※所要時間約30分

つまごいバララマレンタルサイクル

つまぢやり

つまごいバララマレンタルサイクル

イン北路 (キャベツ畑) → 重要な丘 (6km) → 湯間山ジオパーク総合センター (2.6km) → 湯原神社 (2.0km)

【貸出時間】
日時半～17時

【料金】
①1日プラン 1100円
②1回プラン 500円
500分延長毎に100円加算

【手順】
①身分証明書の提示とプランの選択
②申込書記入
③ICカード(カギ)の受け取り
④17時までには観光案内所へ返却・支払い
※アプリで事前登録すれば、24時間いつでもでも簡単

【注意事項】
・自動車専用道路(有料道路)は走行しないでください。
・お子様は保護者同伴の上、ヘルメットを着用してください。

観光案内所入口 にあります

最終に気を付けて

湯間山観光案内所内カフェスペースがおすすめです。電車の待機時間にご利用ください。(営業終了時刻は17時です)。

※交通機関時刻は変更場合があります。事前に確認してください。

【ここから】
こちらのQRコードを読み取るとMAP検索ができます。

バラギ高原を満喫!
パワー全開コース

1h 大空を滑空して景色を堪能

センターハウス
2階へ

【ASOBINA 嬭恋】
営業時間(土日祝)
TEL: 080-7655-2643

一人でも、家族でも、グループでも楽しめるアクティビティが満載! モーターパラグライダーフライト体験では運が良ければ曇海の上をフライトできるかも!!
※夏秋のみ営業
(要予約)

1h ガツンとランチで元気をチャージ

1.5h バラギ湖でゆったりお散歩

ランチ10時～14時半まではポルニエ酒庄のメニューの数々。定食やラーメン・井も・お子様プレート注文すると、「千切りキャベツ」が食放題という嬉しい特典付きです。

【嬭恋ダイニング】
営業時間(要確認)
?時～20時
TEL: 0279-96-1166

1h 石樋の滝でマイナスイオンを浴びて

※事前に東海大学嬭恋高原センターに駐車場を借りる旨をお伝えください。

【北條井沢倶楽部】
専門家の声やエビデンスに基づいた独自のプログラムを活用し、大自然と寄り添い、美しいアートを触れながら自分を知り、自分と向き合い、正しい「体」と「心」の両方の状態を実現する事で、本来の自分を取り戻すためのお手伝いします。

スイスイ
ボートに乗るのモアリ◎

1h 湖畔の湯でととのい終える

【湖畔の湯】
営業時間(日帰り)
11時～19時
TEL: 0279-80-6020

天井が高く広々とした空間。泉質はアルカリ性単純温泉です。スベスベの肌になります。(入浴料)大人/500円
子供/300円
3歳未満/無料

サラサラ...
つめたくて気持ちいい

【パワー全開コース】
こちらのQRコードを読み取るとMAP検索ができます。

移ろう季節を楽しみつくす！

イベントカレンダー

運が良ければ
会えるかも



※イベントはやむを得ず
中止になる場合があります。



三原の桜並木
香妻谷いに並ぶ約200本の桜並木。満開の時期にライトアップされ輝き輝きの春を彩る。



湯の丸高原つつじ祭り
50万株のレンゲツツジが開花し鮮やかな朱色の絨毯のように湯ノ丸山一帯を覆い尽くす。



燐恋高原キャベツマラソン
アップダウンが多く日本一過酷なロードレース。浅間山や草津白根山がそびえる雄大な景色の中、高原野菜のパノラマロードは格別。



キャベツ畑の中心で妻に愛を叫ぶ
燐恋家の聖地、燐恋の丘の叫び台からハートナーに向けて愛を叫ぶ。(通称:キャベチュー)



「愛妻の日」スノーシュー& 星空観賞会 in 万座温泉
1/31(愛妻の日)に夫婦仲を深めてもらいたいイベント。壮大な自然体験を堪能できる。



浅間高原シャクナゲ園まつり
標高1,500m~1,700mに咲き誇る15万株ものシャクナゲを楽しめる。



つまごい祭り
燐恋村の夏のビックイベント。夜空を彩る約200発の花火は迫力満点。



ハートキャベツ畑プロジェクト
若手キャベツ農家たちが中心となってハートの形に植えたキャベツの収穫イベント等を行う。



燐恋キャベツヒルクライム
メイン会場やフィニッシュ地点では、地元の美味しいおもてなしが堪能できる。



TSUMAGOI SKYRUN (不定期開催)
富士山、ハケ岳、北アルプスを一望しつづつ萬峰高原等のクラシックな山岳ルートを巡る快速登山レース。

お土産 コーナー

個性強め!

「花豆の甘露煮」
/6,000円

「厳選燐恋産大粒花豆(大)」
5,009/1,850円

「自家産花豆の甘納豆」
/5,500円

「大粒花豆甘納豆」
/5,400円

「燐恋ベジティー」/250円

「愛妻はちみつ」
2,509/1,250円

「燐恋ドライキャベツ」
/5,000円

「純正」えごま油 /2,300円

「国道ステッカー」
144号・406号 /550円

「雑貨」
「きたたる犬民 犬用クッキー」
/300 ~ 350円

「野菜消しゴム」
/3,000円

「キャベツサイダー」
/2,500円

「万座の湯温泉の素」
/2,000円

「叫ばれビール」
/6,300円

「キャベツマラソン第12回大会
オリジナルTシャツ」
/2,500円

「叫ばれビール」
※酒類は「入沢土産店」にて販売中。

「燐恋高原」
/2,500円

「燐恋高原」
/2,500円

「燐恋高原」
/2,500円

「燐恋高原」
/2,500円

「燐恋高原」
/2,500円

「燐恋高原」
/2,500円

「燐恋高原」
/2,500円

「燐恋高原」
/2,500円

「燐恋高原」
/2,500円

燐恋村観光協会
オンラインショップ
27

まだまだ他にもたくさん！
詳細は別紙パンフレットへ

駅周辺マップ

-  飲食店
-  三原の桜
-  ガソリンスタンド
-  コンビニ
-  郵便局
-  警察署
-  その他

孺恋村観光案内所

観光案内とお土産品の販売を行っています。
 カフェスペースでは軽食を楽しみながら電車
 やバス、タクシーの待合室としてもご利用
 いただけます。(FREEWi-Fi 設備有)
 様々なパンフレットをご用意しています。
 Tel: 97-3721



まったりと、オリジナルメニューをお楽しみください...

初恋 フロート

恋愛 フロート

熱愛 フロート

孺恋 クリームソフト

TEL: 97-3721

万座方面に行く方は... ¥

万座ハイウェイ 三原料金所

【料金】

・乗用車: 1070 円



← 上田方面

つまこいマート ヤマト運輸 さくら寿司 てんぐ食堂 あさま食堂 孺恋村観光案内所 入沢土産店 三原大橋 吾妻川

三原屋食堂 郵便局

→ 万座・草津方面

→ 長野原町方面

中居屋重兵衛の碑

まんぢ かざわぐち 万座・鹿沢口

← 軽井沢方面

鬼押ハイウェイ

あさまのいぶき 孺恋郷土資料館 地域交流センター 鎌原観音堂

うなぎ割烹 太甲

鬼押出し園方面に行く方は... ¥

鬼押ハイウェイ 鬼押出し料金所

【料金】

・乗用車: 370 円

【レンタカーを借りたい方は...】

ニコニコレンタカー 孺恋大笹店

営業時間: 7:00 ~ 19:00

休業日: 木曜日

店舗電話番号: 0279-96-0150

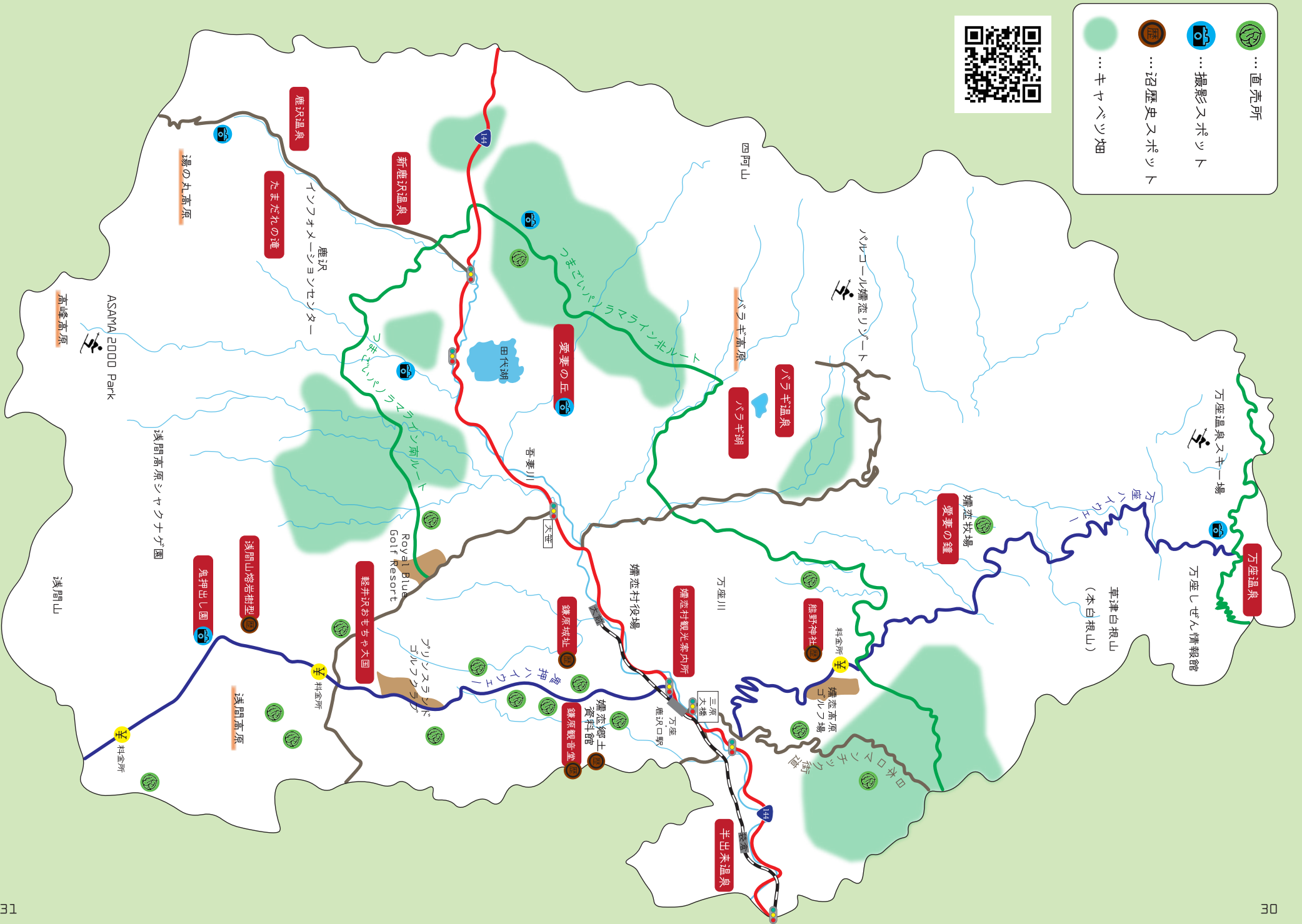
【電話予約】

ニコレン予約受付センター: 0120-32-2525

(携帯電話から: 0570-04-2525)

※ご予約受付時間 9:00 ~ 21:00

ホームページはこちら (空車検索も出来ます)



…直売所



…撮影スポット



…沼歴史スポット



…キヤベツ畑



アクセス

【電車】

東京駅

長野駅

上野駅

北陸新幹線
約70分

北陸新幹線
約35分

JR 高崎線
特急約80分

軽井沢駅

高崎駅

バス
タクシー
レンタカー

約60分
約35分
約35分

JR 吾妻線
特急約70分

長野原草津口駅

嬬恋村

万座・鹿沢口駅

【車】

東京

上信越自動車道

関越自動車道

碓氷軽井沢 I.C

渋川伊香保 I.C

浅間白根火山ルート

嬬恋村

志賀草津高原ルート

信州中野 I.C

上田管平 I.C

中央・長野
上信越自動車道

大阪・名古屋

愛妻家注意



TSUMAGOI



リンク

妻との時間をつくる旅
「ツマタビ」



嬬恋 × マップアプリ
「つまっぷ」



観光協会
オンラインショップ



一般社団法人 嬬恋村観光協会

〒377-1524

群馬県吾妻郡嬬恋村鎌原 710-136

TEL: 0279-97-3721

Eメール: info@tsumagoi-kankou.jp



HP



instagram



Twitter



facebook

