





#### 生島足島神社

万物に生命力を与える生島大神と、満足 を与える足島大神の二神が祀られる信濃 屈指の古社。武田信玄や真田家の尊崇も あつく、信玄の起請文(国の重文)等、貴重 な古文書が常設展示されています。

☎ 0268-38-2755 ¥ 志納





いけなみしょうたろうさなだたいへいきかん

#### 池波正太郎真田太平記館 [2-3

直木賞作家・池波正太郎氏の長編小説『真 田太平記』は、雑誌連載中からファンを獲 得。真田氏の興亡と、臣下や忍びの者たち の活躍を描いた作品世界と資料等が展示 されています。ギャラリーや喫茶も併設。

☎ 0268-28-7100 開10:00 ~ 18:00 (入館は 17:30まで) 休 水曜日、祝日の翌日、年末年始



#### 長谷寺

真田幸隆が開山した真田氏のかつての 菩提所。境内裏手に幸隆夫妻と昌幸の墓 があります。六文銭が刻まれたアーチ型 の石門や、これを覆うように咲く樹齢150 年のシダレザクラが情緒を誘います。

☎ 0268-72-2040 ¥ 志納



さなだしほんじょうあと

#### 真田氏本城跡

真田の郷の中心部にあり、規模が大きく 水利もあることから真田氏の本城であっ たと推定されています。眺めのいい小高 い山の上に広がり、自然の地形を利用し た巧みな築城技術がしのばれます。

☎ 0268-72-4330(上田市真田産業観光課)

#### 上田市立博物館 C-3



歴代上田城主の甲冑や武具を展示。ほか 上田藩関係資料や古文書、養蚕資料など 歴史から民俗、自然分野まで幅広く、中世 以降の上田地方の歴史が通観できます。

☎ 0268-22-1274 開9:00~17:00 (入館は16:30まで)

休 水曜日、祝日の翌日(水曜日に当たるときはその翌日)、年末年始 ¥ 300円

# 田神社 C-3



落城」にあやかり、受験生 に人気の神社。東虎口櫓 門をくぐった先に鎮座 し、真田氏・仙石氏・ 松平氏を御祭神とし ています。境内奥 には伝説の「真田 井戸」もあります。

**2** 0268-22-7302 開9:00~16:00

休無休 ¥ 志納

#### うえだじょうせきこうえん

上田城跡公園 ☎0268-23-5408(上田市観光シティプロモーション課) C-3

天正11年(1583)、真田昌幸により築城。徳川の大軍を2度撃退した歴戦の 名城として知られ、春の千本桜や秋の紅葉シーズンには多くの人で賑わいま す。園内では、博物館や櫓なども見学することができます。













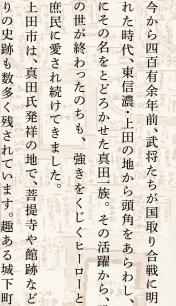
永禄年間(1558~1570年)の構 築と考えられ、土塁や枡形などの遺 構が残る。地元では「お屋敷」と呼び 親しまれ、現在はツツジの名所としても知ら

☎ 0268-72-4330(上田市真田産業観光課)

#### 真田氏歴史館

武具甲冑や豊富な資料により真田氏(幸隆、昌幸、 信之、信繁)の活躍の様子を年代ごとにわかりやすく解説。 真田父子の復元甲冑や昌幸に宛てた豊臣秀吉の書状な ど、真田氏ゆかりの品々は見応えがあります。

**☎** 0268-72-4344 **開** 9:00 ∼ **I**6:00



ら

戦

乱

天

け

3



史口

を ゆ

8

真田家中興の祖 さな だ ゆきたか 真田幸隆





さな だ のぶ しげ 真田信繁(幸村)



真田氏は当初の拠点・真田郷の山城から上田盆地のほぼ 中央に上田城を築き、その周辺に武士を、さらにその外側 に商人や鍛冶・染物などの職人を住まわせました。こうした 礎が上田を信州の経済・商業の中枢として発展させていき



上田真田まつり

上田築城400年を記念してスタート。武者

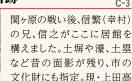
行列や鉄砲隊の演武、獅子舞など、真田

一族の生き様を表現した勇壮なパフォー

マンスが、上田城跡公園や市内中心部で

繰り広げられます。

#### 上田藩主居館跡



の兄、信之がここに居館を 構えました。土塀や濠、土塁 など昔の面影が残り、市の 文化財にも指定。現・上田高 等学校で見学は外観のみ。



☎ 0268-23-5408(上田市観光シティプロモーション課) ☎ 0268-23-5408(上田市観光シティプロモーション課)



P11にも

真田氏ゆかりの 観光情報が

載ってます

#### 角間渓谷

烏帽子岳(えぼしだけ)の麓、約4キロにわたり 切り立った岩壁が続く大渓谷。燃え立つ紅葉が 美しい県下有数の景勝地で、真田十勇士の忍 者・猿飛佐助の修行の場との伝説もあります。

☎ 0268-72-4330(上田市真田産業観光課)

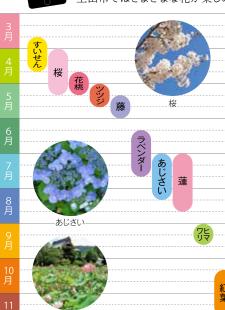


巢栗渓谷

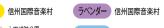
武石川上流の景勝地。清流が苔むした岩にあ たり、飛沫をあげるさまは、まるで一幅の画を 見るよう。春は緑萌え、夏は緑陰、秋は紅葉に 染まり、四季折々の表情が楽しめます。

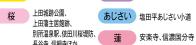
☎ 0268-85-2828(上田市武石産業観光課)

盆地、高原、山地など標高差のある 上田市ではさまざまな花が楽しめます。

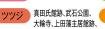












巣栗渓谷、角間渓谷、 鹿教湯温泉、 内村ダム(鹿鳴湖) 信濃国分寺史跡公園

塩田平、上田城跡公園、 岩谷堂観音

菅平高原 D·E-



花の百名山「根子岳(ねこだ け)」と日本百名山「四阿山(あ

千曲川

として知られています。

上田市を東西に流れる清流・千曲川。鮎の友

釣りやつけば漁など、伝統的な川魚漁の名所

☎ 0268-23-5408(上田市観光シティプロモーション課)

有名。日本のダボスとも称され、冬にはスキーのほ か、根子岳の標高2,170mの地点まで走る雪



で

れ る

る

#### うつくしがはらこうげん 美ヶ原高原

標高2,000m地点に位置する 高原リゾート。360度の大パノ ラマが広がり、高山植物の名 所としても知られています。 美ヶ原高原美術館では野外展 示されている350点あまりの 現代彫刻が楽しめます。

5

H

の

原風景が

広

がって

S

緑 お

か げ

て 千 見 が

...に恵ま

た信

田

な



☎ 0268-85-2828(上田市武石産業観光課)

しんしゅうこくさいおんがくむら

#### 信州国際音楽村



小高い丘に広がる音楽公園。 春のすいせんや、初夏のラベ ンダー、初夏と秋のバラなど、 花の名所としても人気が高く、 多くの観光客が訪れます。屋 内外2つのホールを備え、1年 を通じてコンサートなども開催。

**20** 0268-42-3436

以上にも及び、土手が石と土とで巧みに調和し

て造られています。農閑期の田んぼ内で楽しめ

る"棚田CAMP"やオーナー制度などの多くの

体験イベントを行っています。

☎ 0268-75-4808 (稲倉の棚田保全委員会)

#### ホタル(6月上旬~6月下旬)

夏の宵、水辺の所々で瞬く を楽しめます。毎年、「押出川 タル小道」、「下塩尻桜づつみ タル水路」、「狐塚ほたるの里」 鑑賞会も行われています。



☎ 0268-23-5408(上田市観光シティプロモーション課)

※花の見ごろは、天候などにより変わります。ご了承ください。

#### 鹿教湯温泉 文殊堂

鹿に化身し、猟師に出湯を教えたという「鹿教 湯温泉」開湯の由来となった文殊菩薩が祀ら れています。眼下を流れる内村川には屋根つき の五台橋がかかり、趣ある景観も楽しめます。

☎ 0268-44-2331(鹿教湯温泉観光協会)



#### 信濃国分寺 三重塔(重文)

室町時代に建てられた和唐折衷の美しい三重 塔は、現存する国分寺の塔の中で最も古く、国の 重要文化財にも指定。毎年1月7・8日は蘇民将 来符を授ける八日堂縁日で賑わいます。

☎ 0268-24-1388 ¥ 志納

#### ◇信濃国分寺資料館

国分寺跡を中心に原始から平安時代までの考古 資料を展示。上田地方の古代史がわかります。

☎ 0268-27-8706 開 9:00~17:00(入館は16:30まで) 休 水曜日、祝日の翌日(水曜日に当たるときはその翌日)、 年末年始 ¥ 250円



## 無言館

第二次世界大戦中、志半ばで戦没した画学 生たちの遺作や愛用品を展示する全国的にも 珍しい慰霊美術館。第二展示館もあります。

☎ 0268-37-1650 開 9:00~17:00(入館は16:30まで) 体 火曜日(祝日の場合は開館) ¥1000円

コンサートなど多彩なイベントが開催される交流文化芸術センターと、山本 鼎(かなえ)など上田ゆかりの作家を常設展示する市立美術館が併設。 文化の薫るまちづくりの拠点として、さまざまな催しを企画しています。

☎ 0268-27-2000(上田市交流文化芸術センター) ☎ 0268-27-2300(上田市立美術館)

# 上田の技、伝統工芸 □0268-23-5408(上田市観光シティプロモーション課)

江戸時代から養蚕で栄えた上 田ならではの伝統工芸 が上田紬。独特の光沢 と風合いをもち、大島紬・結 城紬とともに日本三大紬の一 つに数えられます。市内の工房では

見学や機織り体験も可(要予約)。

◆上田紬

#### ◆農民美術

旧北国街道 柳町 C-3

旧北国街道の古い町並みが残る通り。

うだつや格子戸など、当時の面影ある

建物が軒を連ね、造り酒屋やそば店、

甘味処など地元グルメも点在。映画

☎ 0268-23-5408(上田市観光シティプロモーション課)

やドラマのロケ地としても有名。

大正時代に活躍した芸 術家・山本鼎 (かなえ) が、農家の冬の副業と して広めたのがはじまり 信州の風土・生活を折り

込んだ野趣あふれる木彫りの作品で、 小物入れや飾り額など、多彩に揃います。

## 安楽寺 八角三重塔(国宝)

信州最古の禅寺。境内の奥にたたずむ塔は日本唯一 の木造八角塔で、長野県で最初に国宝に指定されま した。中国宋時代の禅宗様という建築様式で、 一番下の屋根は裳階(もこし)と呼ばれ、 ひさしにあたります。

☎ 0268-38-2062 ¥ 300円

田 の蚕種 濃 守 代 世 は北 0) を

綴 政 治·文 地 だっ た

を

代

K

は

玉

「分寺・国

分尼寺が

条氏 田 た。鎌 K 居 業国 経 を 倉

> ぜんさんじ さんじゅうのとう 前山寺 三重塔(重文)

弘法大師が開いた名刹。「未完成の完成塔」といわれ る三重塔(国の重文)がそびえ、花の名所としても有 名。くるみおはぎが名物です(4月~11月/要予約)。

☎ 0268-38-2855 ¥ 200円



#### 北向観音

825年創建の厄除観音。長野市にある善光寺と向か い合うように本堂が北を向いており、両方お参りすると 更に御利益があるといわれています。

☎ 0268-38-2023 ¥ 志納

日本遺産

P11にも

文化の 観光情報が 載ってます!

祝日本遺産認定

レイラインがつなぐ「太陽と大地の聖地」 ~龍と生きるまち 信州上田・塩田平~ 古来より"太陽と大地の聖地"として、多くの神社

仏閣が建てられた塩田地域。安楽寺や前山寺な ど古刹が点在し、観光地としても人気のエリアが、 2020年『日本遺産』に認定されました。

#### 日帰り温泉

趣向をこらした内湯や露天風呂で、心身共に リラックス。気軽に立ち寄りたい日帰り温泉 施設で、旅の疲れを癒してください。



別所温泉あいそめの湯 



真田温泉ふれあいさなだ館 **2** 0268-72-2500





武石温泉 うつくしの湯 20268-85-3900

ワイン

近年、市内ではワイン用 ぶどうの栽培も盛んに行 なわれています。



そのほか市内の温泉については P12でも紹介しています。



シャトー・メルシャン 椀子ワイナリー

周囲を広大なブドウ畑に 囲まれ、日本で唯一ワー ルド・ベスト・ヴィンヤード に選出された素晴らしい ロケーションのワイナリー で、香豊かで芳醇なワイ ンが醸されています。 (営業日は季節によって変 わります。詳細は椀子ワイ ナリーHP参照)

ナリーHP参照) □ 0268-75-8790 ■ 10:00~16:30 開10:00~16:30 (16:00ラストオーダー)



地酒

信州の水と米、伝統の技 グイ、夏は鮎など、千曲川 から生まれた地酒は評判 で捕れた新鮮な川魚料



信州みそ

風味がよくクセのない信 も相性抜群です。

豚肉と海鮮、野菜たっぷ 州みそは、どんな料理と りのあんかけ焼きそばは

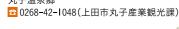


県内屈指の温泉地域上田。市内には信州最古とされる 「別所温泉」や、鹿教湯・大塩・霊泉寺の3つの温泉地か らなる「丸子温泉郷」など、歴史ある名湯が点在していま す。温泉宿のほか日帰り温泉施設も充実し、気軽に湯め ぐりが楽しめます。

別所温泉

☎ 0268-38-3510(別所温泉観光協会)

丸子温泉郷





おやき

ナスや野沢菜、あんこ等 を具にした信州の郷土 食。みやげにも人気です。



つけば

つけば小屋では、春はウ 理が楽しめます。



あんかけ焼きそば

上田市民のソウルフード。 ☎ 0268-23-5408(上田市観光シティプロモーション課)

#### すりおろしニンニクが入った醤油ベースのたれを、焼き鳥にか けていただくご当地グルメ。半世紀以上にわたり地元で愛さ れてきた味わい。焼鳥屋や居酒屋などで食べられます。 ☎ 0268-23-5408(上田市観光シティプロモーション課)

地元のそば粉を使った本格手 打ちそば。上田のそばは盛りが多 く、香り、のどごし、ボリュームともに大満 足。市内にはおいしいと評判の店がたくさ

美味だれ焼き鳥

んあります。

りんご、ぶどう、野菜

雨が少なく気温の日較差・年較差が

大きいなど、典型的な内陸性気候の

上田地域は、果物や野菜の生産に適

しています。直売所では、採れたて新

鮮な農産物が売られ、観光農園では

☎ 0268-23-5122(上田市農業政策課)

果物狩りも楽しめます。

きのこ・まつたけ

年間を通じてえのきやしめじ など、きのこ類の生産が盛ん に行なわれています。また季 節になると直売所などでの販 売のほか、市内にはまつたけ 小屋もオープンします。



くるみ

日照量が多く、冷涼乾燥の気 候である上田地域はくるみの 生育に適しています。そのまま 食べるのはもちろん、地元では そばダレやおはぎ、お菓子など にも使われています。



0

K

史あ 養

で

全

少

な

だ

泉地を有す

信 玉

州 で

田 数

浴

施 旅

設 館 V

B P 環 境 省

軽に

泉

立宿民

んに揃い

ま

らでは

V

0

か ぱ

まで

べっしょおんせんそとゆめぐり

## 別所温泉外湯めぐり

旅館の内湯のほか、木曽義仲ゆかりの「大湯」や慈覚大師が好ん ではいったという「大師湯」、天然の岩間を配した「石湯」の3つの 外湯と日帰り入浴施設「あいそめの湯」や無料の足湯もあります。 ☎ 0268-38-2020(別所温泉旅館組合)

見つけてみては

いかがで



event guide 信州上田"彩"時記

上田のイベントやお祭りは 彩りであふれています。

0

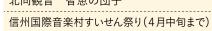
上田城千本桜まつり(中旬まで) 依田川こいのぼり 鹿教湯 文殊堂春祭り 武石余里の一里花桃(5月中旬まで) 下旬 つけば漁 上旬 白蛇神社の火渡り・刃渡り 中旬 御屋敷つつじ祭り 菅平高原カントリーフェスティバル ほたる舞う(6月下旬まで) 下旬 信州国際音楽村ラベンダー祭り(7月中旬まで) 岳の幟 あじさい祭り 中旬 蓮のフェスタin信濃国分寺 信州上田祇園祭 上田わっしょい 上田七夕まつり 花火大会(市内各所) 上旬 丸子ドドンコ 信州爆水RUN in 依田川 月 真田まつり 武石夏祭り 中旬 下旬 上田城跡能 9月 上旬 稲倉の棚田 案山子(かかし) 上田古戦場ハーフマラソン 鹿教湯温泉 食・浴の秋祭り ともしびの里駅伝大会 下旬 砥石米山城まつり 上旬 上田城紅葉まつり・上田真田まつり 上・中旬 新そばまつり(市内各所) 下旬 うえだ城下町映画祭 上旬 菅平高原スノーリゾートスキー場開き 武石番所ヶ原スキー場開き

2 月 戸沢のねじと馬引き 上旬 上田氷灯ろう夢まつり

信濃国分寺 八日堂縁日

節分 豆まき(市内各所)

北向観音 智恵の団子



鹿教湯温泉氷灯ろう夢祈願(1月末まで)

※都合により、変更・中止になる場合がございます。ご了承ください。



**2** 0268-22-2353

2 0268-38-2100

別所温泉 石湯

別所温泉 大湯

**2** 0268-38-0245

0268-38-0243

別所温泉 あいそめの湯

も併設。岩盤浴も人気です。

も登場する真田氏ゆかりの湯。

の前"と訪れたといいます。

鹿教湯温泉 文殊の湯

別所温泉 大師湯

0268-38-0244

クアハウスかけゆ

上田駅から歩いて5分の天然温泉。 舟風呂と

内風呂と露天風呂のほか、食事処や休憩室

湯船には天然の巨石を使用。「真田太平記」に

木曽義仲が御湯屋をここに新築し、愛妾 "葵

北向観音建立のために訪れた慈覚大師(円

仁)がよく入浴されたことから命名されました。

☎ 0268-44-2331(平日12:00、土日祝10:00 以降は44-2288)

5つの源泉から湧出する高温の湯を混合。

露天風呂から眺める内村川も絶景です。

源泉100%の温泉利用型健康増進施設。

お風呂と屋内温泉プールがあります。

☎ 0268-42-1048(上田市丸子産業観光課)

よく知られ、湯治客も多く訪れます。

「武田信玄の隠し湯 |と伝わる。傷への効能が

岩風呂があり、貸切でご利用いただけます。

# 信州上田の温泉紹介 🕔

自然と歴史、文化に恵まれた上田の名湯をご紹介!

室賀温泉ささらの湯 霊泉寺温泉 □ 0268-31-1126 ☎ 080-1261-8432 (霊泉寺温泉旅館組合) 地下1500mから湧出する美肌の湯。 清流・霊泉寺川沿いに佇み、静けさや風情が今

食事処や農産物直売所も併設されています。 なお残る、素朴で情緒あふれるいで湯です。 上田温泉 ホテル祥園・寿久庵 map C-3 武石温泉うつくしの湯

map R-4

map R-4

map R-4

map B-5

全館バリアフリーの天然日帰り温泉。露天風 呂から美ヶ原高原の眺望が楽しめます。

岳の湯温泉 雲渓荘 map R-6 **20** 0268-85-2263

標高1000m、森と渓谷に囲まれた静かな一 軒宿。信州の地産料理も評判です。

真田温泉ふれあいさなだ館 map D-3 0268-72-2500 真田氏の館をイメージした純和風の建物。

6種類の湯のほか温泉プールもあります。

千古温泉

**2** 0268-72-2323

**20268-72-2253** 川沿いにたつ温泉施設。霧隠才蔵が忍法を会 得したと伝わる千古の滝近く。

地蔵温泉 十福の湯 map C-2 0268-75-3855 北信濃最大級の露天風呂が魅力。

広間や本格レストラン、売店なども併設。 角間温泉 岩屋館 map F-2

角間渓谷に湧く秘境の湯。大自然のなかで茶 褐色の炭酸泉が楽しめます。

菅平高原温泉 map D-☎ 0268-74-2003(菅平高原旅館組合)

菅平高原に湧出した温泉で、スポーツの後に おすすめ。温泉宿の案内もしています。

菅平温泉 ホテルやまびこ 0268-74-2064

大明神沢で昭和初期に湧出した天然温泉。 大明神の湯とも呼ばれています。

-----



map B-5

map D-3

龍光院 map B-4

塩田北条氏の菩提寺。格式あ る黒門と樹齢600年のケヤキ が見事です。精進料理も味わえ ます(3月~11月/要予約)。

**☎** 0268-38-2561



みょうけんじ

妙見寺 map C-5

日本四方鳴龍のうちの南鳴龍。 十畳の間一杯の大天井に描か れた2匹の龍の頭の下で手を 打つと鳴き声が聞こえます。

**2** 0268-85-2102



いわやどうかんのん

□ 0268-42-256
 □

岩谷堂観音 map C-4

依田川畔の断崖にたつ朱塗り の山寺。木曽義仲が戦勝祈願 をしたことで知られ、樹齢800年 の義仲桜がある桜の名所。



じょうらくじ せきぞうたほうとう

常楽寺 石造多宝塔(重文) map B-4

北向観音の本坊。杉木立の奥 にたつ石造の多宝塔(国の重 文)は厳か。美術館も併設。



ちゅうぜんじ やくしどう

中禅寺 薬師堂(重文) map B-4

薬師堂は中部日本最古の木造 建築物で、本尊の薬師如来座 像、神将像とともに国の重要文 化財に指定されています。

**2** 0268-38-4538



しおのじんじゃ

塩野神社 平安期より続く古社。楼閣造り の2階建ての拝殿が見事。武田

信玄も武運長久を祈りました。 **2** 0268-23-5408 (上田市観光シティプロモーション課)

□ 0268-72-2030 map D-3



といし・こめやまじょう

map D-3 砥石·米山城

元は北信濃の大名・村上義清 の拠点であり、武田信玄が敗 れた「砥石崩れ」の舞台と しても知られています。真 田幸隆が攻略した後、真田氏 発展の重要な足がかりとな りました。

2 0268-23-5408 (上田市観光シティプロモーション課)



やまがじんじゃ

山家神社 map D-2

真田一族のほか歴代上田城主 が崇敬。四阿山の山頂に奥宮を おき、山岳崇拝、水分(みくまり) の神としても尊ばれています。

**2** 0268-72-5700



しょうねんじ 正念寺

map C-5

真田昌幸の後を継いだ長男・信 之が上田城主の時、再建され た正念寺には、信之の御尊牌と 書状が奉祀されています。

**2** 0268-85-2104



ほうせんじ

芳泉寺 map C-3

夏 囝

真田信之の正室・小松姫の墓 があります。高さ3m余の宝筐 印塔で、塔身と下壇の石に姫の 経歴が刻まれています。

□ 0268-21-9119



大輪寺

真田昌幸の夫人で信之と信繁 (幸村)の生母・寒松院が開基 と伝わる曹洞宗の禅寺。

**2** 0268-22-0575



信綱寺

map D-2

真田昌幸が長兄・信綱と次兄・ 昌輝の位牌所としたお寺です。

**2** 0268-72-4330 (上田市真田産業観光課)



# 映画のまち うえだ

天候がよく、首都圏からのアクセスが 容易なうえ、街道や寺社仏閣、歴史ある建造物な ど、撮影に適した場所も豊富なことから、上田市 では100年以上も前から映画のロケが行われてき ました。こうした伝統から誕生したのが、ロケ支 援組織「信州上田フィルムコミッション」です。現 在も多くの作品を手がけ、数々の名作が生まれ ています。

"屋根のないスタ ジオ"信州上田を 歩けば、いつかみ た名シーンの舞台 が目の前に広がっ ています。

『最初の晩餐』(2019)常盤司郎監督作品

-----



『サマーウォーズ』(2009) 細田守監督作品

## 「味 覚 (直売所)

丸子農産物直売加工センター あさつゆ ☎ 0268-41-1062 map C-4 浅間山を望む自然豊かな山間にある農産物直売加工施設です。

☎ 0268-75-0587 map B-3 道と川の駅[おとぎの里] 千曲川沿いの奇岩・岩梟を望む直売所。野菜や果物、上田のお土産等を販売。

うえだ食彩館ゆとりの里 2 0268-26-1050 map D-3 塩田東山観光農園直売所 □ 0268-39-0210 map C-4

園内の採れたて新鮮な果物や地元農産物を販売。味覚狩りもできます。 コアしおだ直売所「愛菜館」 © 0268-38-3828 map B-4

新鮮な野菜や果物のほか大豆加工品など地元の産品を販売

室賀温泉ささらの湯 農産物直売所 2 0268-31-1126 map B-3 温泉施設に併設。春や秋は山の幸が多彩に並びます。

真田地域の野菜や山菜、きのこ、果物のほか加工品なども並びます。 □ 0268-27-5580 map C-3 農産物直売所 マルシェ国分

生産者直売所いずみの里 ☎ 0268-28-6505 map B-3 花卉を中心に地元産の野菜や米、山菜などのほか手作り惣菜も販売

IA信州うえだ管内にあり、季節ごとの豊富な品揃えが特徴です。

ない(施設)

上田市立博物館 (詳細P4)	<b>☎</b> 0268-22-1274	map C-3
池波正太郎真田太平記館(詳細P4)	<u>□</u> 0268-28-7100	map C-3
信濃国分寺資料館 (詳細P8)	<b>☎</b> 0268-27-8706	map C-4
無言館(詳細P8)	☎ 0268-37-1650	map B-4
サントミューゼ (詳細P8)	☎ 0268-27-2000	map C-3
常田館製絲場	☎ 0268-26-7005	map C-3
マルチメディア情報センター	☎ 0268-39-1000	map C-4
菅平高原自然館	☎ 0268-74-2438	map D-
旧宣教師館	☎ 0268-39-0548	map C-4
丸子郷土博物館	☎ 0268-42-2158	map C-5
真田氏歴史館 (詳細P4)	☎ 0268-72-4344	map D-3
武石ともしび博物館	<u>□</u> 0268-85-2474	map C-5
美ケ原高原美術館	☎ 0268-86-2331	map B-6
	地波正太郎真田太平記館 (詳細P4) 信濃国分寺資料館 (詳細P8) 無言館 (詳細P8) サントミューゼ (詳細P8) 常田館製絲場 マルチメディア情報センター 菅平高原自然館 旧宣教師館 丸子郷土博物館 真田氏歴史館 (詳細P4) 武石ともしび博物館	<ul> <li>池波正太郎真田太平記館 (詳細P4)</li> <li>□ 0268-28-7100</li> <li>信濃国分寺資料館 (詳細P8)</li> <li>□ 0268-27-8706</li> <li>無言館 (詳細P8)</li> <li>□ 0268-37-1650</li> <li>サントミューゼ (詳細P8)</li> <li>□ 0268-27-2000</li> <li>常田館製絲場</li> <li>□ 0268-26-7005</li> <li>マルチメディア情報センター</li> <li>□ 0268-39-1000</li> <li>菅平高原自然館</li> <li>□ 0268-74-2438</li> <li>旧宣教師館</li> <li>□ 0268-39-0548</li> <li>丸子郷土博物館</li> <li>□ 0268-42-2158</li> <li>真田氏歴史館 (詳細P4)</li> <li>□ 0268-72-4344</li> <li>武石ともしび博物館</li> <li>□ 0268-85-2474</li> </ul>

下旬

上旬

月

1月



喫茶コーナー が併設された 1階の売店で は、上田の土 売。2階は休憩

スペースを設けた観光案内所があり、パ ンフレットも配布しています。

☎ 0268-23-5408 (上田市観光シティプロモーション課) ☎ 0268-25-4403(売店)

#### 上田観光ボランティアガイド



温泉など市内 の6コースをご 案内。2名様か 望日の10日前

までに要予約。詳しくはお問い合わせください。

☎ 0268-71-6074(信州上田観光協会)

#### 信州上田おもてなし武将隊



の撮影など、日本一のおもてなしを実施中! 出陣など詳しくは公式HPをご覧ください。

☎ 0268-71-6074(信州上田観光協会)



# 信州上田真田まち歩きマップ





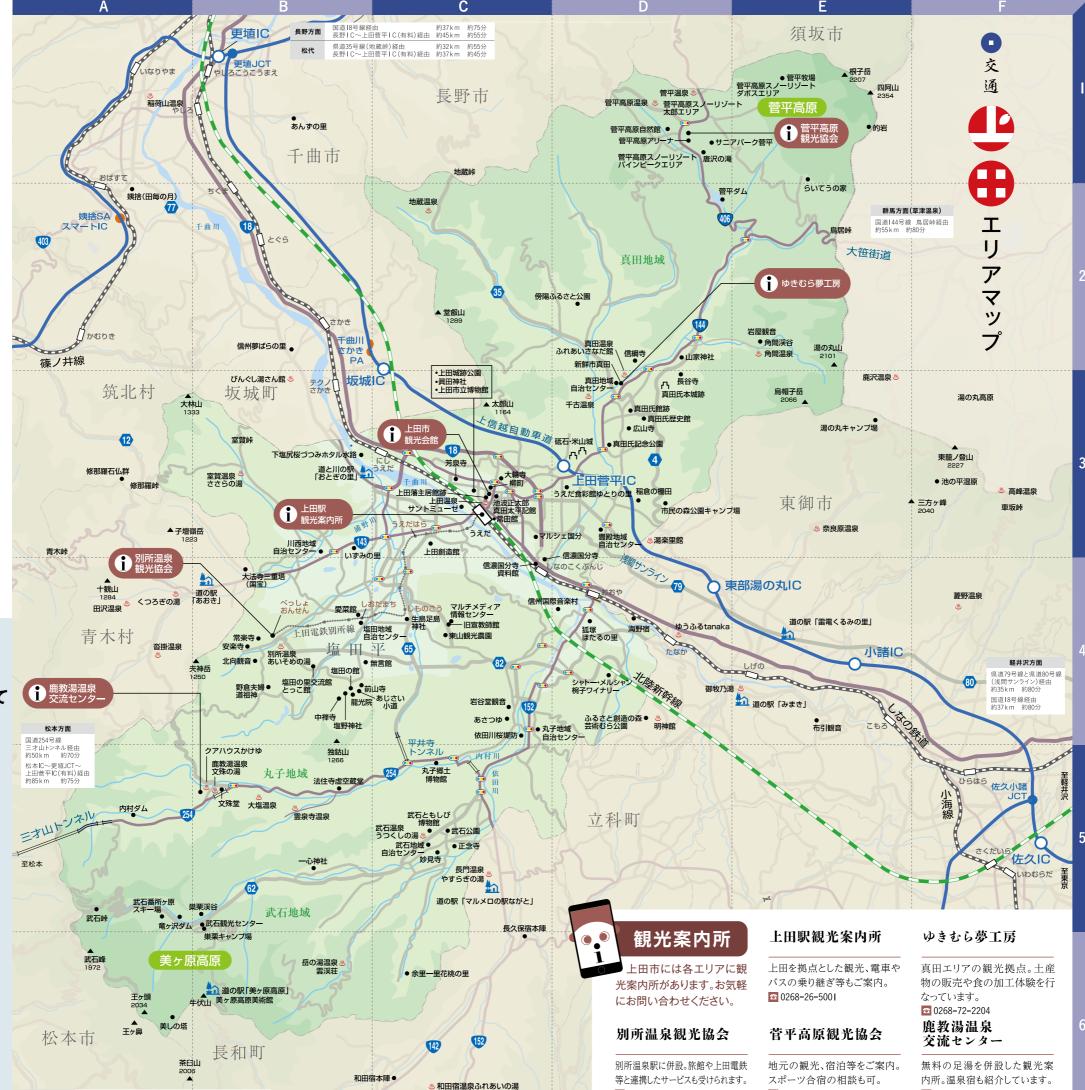
真田ロマン溢れるコースや、歴史ある神 社仏閣をめぐる「信州の鎌倉塩田平コー ス」など、魅力ある7つのコースを紹 介します。現在地から目的地へのナビの 他、施設の詳細についても解説。地図か ら行きたい施設を選ぶことも可能です。 

(マルチメディア情報センター)

※「信州上田真田まち歩き マップ」はブラウザ上で お楽しみいただける Web アプリケーションです。



岡谷・諏訪方面 国道 | 42号線 新和田トンネル経由 約60km 約90分 上田菅平IC 〜更連,CT(松本・名古屋方面)〜岡谷IC経由 約95km 約70分



**2** 0268-38-3510

**20** 0268-74-2003

# 内全域に観光スポッ が点 している 田 のまちは、

おす

**, めです** 

口

カル鉄道や観

光

夕

を使っ

た

Ø

びり

旅

### 上田電鉄 別所線

2 0268-22-36I 2

上田市街地と別所温泉を結ぶローカル鉄道。 レトロな駅舎が人気です。

#### しなの鉄道「ろくもん」

**2** 0268-29-0069

(ろくもんお申込み受付センター)



軽井沢と長野間を 走るしなの鉄道の 観光列車。食事付き プランもあります。

#### 上田-松本間直行バス

☎ 0268-23-5408 (上田市観光シティプロモーション課) 上田駅から生島足島神社、鹿教湯温泉を経て、 松本バスターミナルを結ぶ定期観光路線バス。 土日・祝日のみ運行します。

#### 上田草津線 路線バス

☎ 0268-23-5011(上田市交通政策課) 上田市と新鹿沢温泉、草津温泉間を約120分 で運行する「特急湯畑号」。観光に便利です。



■ ※時刻表・路線図情報 上田市の公共交通機関 (発道・バス)の時刻表・ (鉄道・バス)の時刻表・

#### 観光タクシー

☎ 050-3775-4727(観光販売システムズ)



