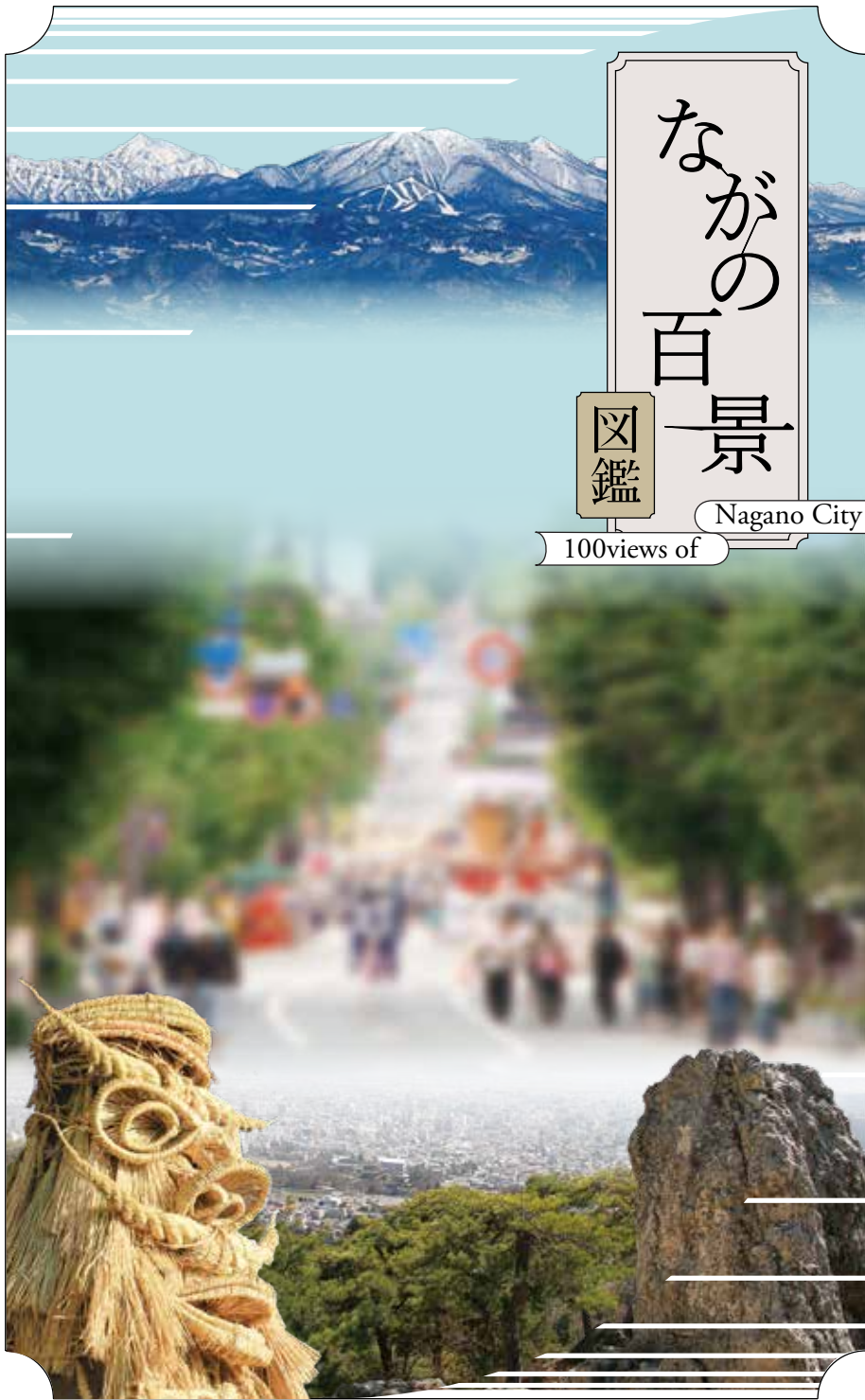




ながの 百景

図鑑

Nagano City

100views of

私たちの宝「ながの百景」

いつも見慣れている風景だけど、
そこには、季節のうつろいだったり、
時を越えて育む伝統文化だったり、
人々のいきいきとした表情だったり、
まちの賑わいだったり、
心に響く風景があります。
これらはふるさと長野の宝です。
こうした景観を大事にし、
誇りを持って未来へ継承しましょう。
まずは、「ながの百景」を見に行こう！

図鑑

ながの百景

Nagano City

100views of

Area Index エリアインデックス

▶ 善光寺周辺エリア	3
▶ 中心市街地エリア	7
▶ 市街地(北部)エリア	8
▶ 千曲川沿川エリア	11
▶ 市街地(南部)エリア	14
▶ 松代・若穂エリア	16
▶ 北部山間エリア	21
▶ 西部山間エリア	25

Indication guide 表示案内

春 夏 秋 冬 お薦めする季節

- ¥ 入場等をする場合是有料
人 ご覧になる場所または途中で
幅員の狭い道路がある

- トレッキングコースや
遊歩道などを歩く
P 駐車場あり
(有料の場合あり)

マップコードでビューポイントを確認!

「ながの百景」に記載してある  マークの番号をカーナビゲーションシステムに入力すると、「ながの百景」のビューポイントを調べることができます。
(機種により検索ができないものや、位置情報にずれが生じる場合もあります。)
「マップコード」は(株)デンソーの登録商標です。

※長野市のホームページでは、駐車場のマップコードなど、詳しい位置情報も掲載しています。



[ご覧いただくときのマナー]

大切な景観を守り育てるため、マナーを守ってご覧ください。

- ご覧になる場所のルールや注意事項には従ってください。
- 路上でご覧になるときは、歩道や道路脇など公共の場所からご覧ください。また、車の駐車場なども含めて、通行の妨げや周囲の迷惑にならないようお気をつけください。
- 田や畑、植物の生息地などでは、作物や植物が大切に守り育てられています。勝手に立ち入らないでください。
- ご覧になる場所、または到着するまでの行程に幅員の狭い道路が存在する場合があります。移動の際はお気をつけください。



善光寺周辺エリア

第1・第2地区



36 Dogtooth Violets at the Foot of Mt. Asahi

市街地近くのカタクリ群生地

カタクリが咲く旭山

市街地に近い旭山の麓にあるカタクリ群生地。美しい里山の風景が広がります。

春   54 245 668*32

37 Fireworks Ceremonies at Downtown Shrines (Kamo, Suwa, Iizuna-jinja shrine)

代々続く秋祭り

まちの神社の秋祭り奉納花火

各地で行われる秋祭り奉納花火。第一地区では伝統の手作り花火大会が行われます。(写真・位置は加茂神社)

秋  54 246 351*30



38 View from Ojoji Temple

童謡・夕焼け小焼けを思い出しながら

まちなみが望める往生寺

坂道を上った高台にある寺。夕焼の鐘のある境内からは市街地を一望できます。

¥   54 276 470*38

39 Cherry Blossoms at Unjoden

善光寺裏の桜坂も歩きながら

善光寺雲上殿の桜

市街地を一望でき、春には善光寺の裏手の桜坂(さくらざか)を含めて桜が楽しめます。

春   54 307 029*17





40 Zenkoji Temple and Surrounding Buildings

創建約1400年の時の流れを感じながら

ぜんこうじ

善光寺と周辺の建造物

山々に囲まれた長野市を象徴する建造物をまとめて眺めることができます。

 54 278 131*16

41 Nagano Tomyo Festival

平和を祈る五色のライトアップ

とうみょう

長野灯明まつり

毎年2月初旬、善光寺のライトアップや表参道に並ぶ光のアートが冬のまちを鮮やかに彩ります。

冬  54 247 416*88



42 View from Jitsukiyama Park

長野市街地を一望

ちづきやま

地附山公園からの眺め

車で簡単に行ける場所です。空気も澄んでいて、美しい市街地を見渡せます。

春 夏 秋  54 308 695*54



43 View from Kenshin-Monomi Rock

上杉謙信になりきって

けんしんものみ

謙信物見の岩

大峰山(おおみねやま)へと続く遊歩道の途中、善光寺平が一望できます。川中島(かわなかじま)の戦いのとき、この岩から上杉謙信が武田軍の動きを見たといわれています。

  54 307 130*58



豆知識

上杉謙信が川中島の戦いの際、この岩の上から武田勢の動きを物見(偵察)したといわれる巨岩です。確かに善光寺平を一望できる眺望抜群の場所です。現在この断崖は、長野県警山岳救助隊をはじめロッククライマーの格好の練習場ともなっています。



44 View of Zenkoji from Ippon-Sakura

なんとも風流な善光寺桜坂

一本桜から望む善光寺

善光寺の北、坂道の途中にある桜越しに善光寺、市街地が望めます。

春   54 277 651*33

45 Cherry Blossoms at Joyama Park

長野市民の憩いの場

城山公園の桜

ソメイヨシノが咲き誇る桜の名所。夜桜と出店、花見客の姿は春の風物詩です。信州のサンセットポイントのひとつに選ばれています。

春   54 278 040*37



46 Zenkoji Nakamise Street

約7777枚の石畳

善光寺仲見世

仁王門から山門（三門）へと向かう石畳の両脇にはお店が並び、参拝者でにぎわう様子は門前町の風景です。

 54 247 596*32

47 Zenkoji Temple

仏都長野を代表する祈りの聖地

善光寺

すべての人に極楽往生を約束する寺で、本堂は国宝に指定され東日本最大級の大きさを誇ります。ご本尊は絶対秘仏とされています。

  54 247 836*13



©善光寺



101 Streetscape around Zenkoji Temple

門前町の息づかいに触れる

善光寺門前の小路のまちなみ

善光寺参道の脇へそと歩みを進めた先、院坊や土蔵が軒を連ねる小路には、長い歴史の中で培われた、門前町の息づかいがあふれています。

54 247 478*38

107 Nagano Gion Festival

ながのの夏の風物詩

ながの祇園祭屋台巡行

かつては日本三大祇園祭の一つに数えられた、古くから伝わる弥栄神社（やさかじんじや）の祭礼。町ごとの個性があふれた屋台が門前を練りまわり、深まりゆく夏のまちを彩ります。

54 247 175*76



©善光寺

110 Dai-bon-odori at Zenkoji Obon Festival

よみがえった門前の風物詩

善光寺お盆縁日の大盆踊り会

昭和初期に途絶えた後、本堂再建300年を記念して平成19年に再開されたお盆縁日。その夜を飾る盆踊り会では、お坊さんも輪に入り、夏の夜を盛り上げます。

54 247 836*43

111 Illuminated Fountain Square at Joyama Park

夜を彩る水と光の共演

城山公園噴水広場のライトアップ

市民の憩いの場、城山公園噴水広場。様々な色の光でライトアップされた夜の姿は、昼間とは装いを変え、訪れる人を魅了します。

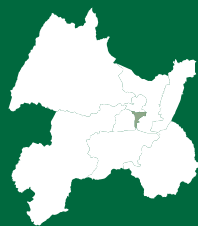
54 278 065*81



※ライトアップは金・土曜日午後6時から（冬季を除く）

中心市街地エリア

第3・第4・第5地区



48 Nagano Binzuru Festival

市民が踊り楽しむ夏まつり

長野びんずる

市民が参加する長野の夏の一大イベント。まちは大いににぎわいます。

夏 54 217 534*70



49 Zenkoji Omotesando

善光寺ゆかりのスポットが点在

善光寺表参道

長野駅から善光寺へと向かう通り。新しいまちなみから歴史のあるまちなみへと変化します。

54 217 354*40

50 Zenkoji Hana-Kairo Festival

ゴールデンウィークの
メインイベント

善光寺花回廊

中央通りに並んだ芸術性あふれる花のアートがつながる善光寺花回廊は、道行く人たちを楽しませます。

春 54 217 534*70



51 Side Street along Minami Hachiman River

昔の風情が残る市街地スポット

南八幡川沿いの通り

川沿いに咲く季節の花や、カッパの石像など、長野大通り近くのビル街の中で散歩が楽しめる身近な風景です。

54 218 362*03



52 Zenkoji Daira Canal

善光寺平を潤します

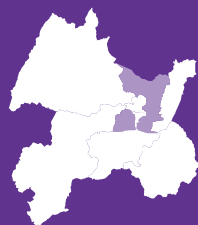
善光寺平用水

市街地を流れる疎水百選にも選ばれた用水路。まちの風景に潤いを与えます。

54 216 855*56

市街地(北部)エリア

芹田・安茂里・古牧・三輪・吉田・若槻・浅川



25 Karita-jinja Shrine (the spring ceremony)

ふるさとの伝統の祭り

蚊里田神社

(春の例大祭)

各地で守られている地域の祭りの一つ。神社の春は、神楽舞や子供相撲の奉納などでにぎわいます。

春  54 372 480*72

27 Autumn Leaves at Akiba-jinja Shrine

紅葉に包まれた神社

紅葉と秋葉神社

紅葉の季節、浅川門沢(あさかわかどさわ)の離れた道路から見える色づく山と神社との風景が素晴らしいです。

秋   54 364 503*12



28 Asakawa Terraced Rice Fields

浅川の棚田

 54 395 807*64

29 Brand Yakushi Shrine and the view of Asakawa Loop Bridge from the Ground

自然と造形美のコントラスト

ブランド薬師と境内からの眺め

(浅川ループ橋を望む)

登山道の途中にある岩場に建つ八幡(やぐし)神社。ここからは、浅川のループ橋とまちなみが望めます。

  54 368 095*57





30 Tatsumi Pond

野鳥も集う池

たつ み いけ
辰巳池

水面に浮く水鳥や桜などの木々、遠くに見える飯縄山
(いもづなやま)の姿など、四季折々の風景があります。

  54 282 673*47



31 Giant Ginkgo Tree in Yoshida

まちのシンボルは立派な大きさ

よしだ
吉田の大イチョウ

市指定の天然記念物で樹齢はおおよそ900年。弘法大師にまつわる伝説もあり、まちのシンボルとして地区住民に親しまれています。

  54 282 722*07



豆知識

「長野えびす講煙火の歴史」

長野えびす講煙火は、江戸時代から盛んであったと伝えられています。大正5（1916）年、日本で最初の二尺玉を打上げ、世間を驚かせました。現在は、全国屈指の煙火師を招く新作花火コンテストも魅力のひとつです。

33 Nagano Ebisu-ko Fireworks Festival

100年以上の歴史を誇る一大イベント

ながの
長野えびす講の花火

日本で一番美しい晩秋の花火と称される花火大会で、豪華な花火が夜空を彩ります。

  54 128 612*76



34 Hokto Culture Hall and Mt. Iizuna

長野市の芸術の拠点

ホクト文化ホールと飯縄山

市民の憩いの場でもある芝生広場から見る文化施設越しの飯縄山がきれいです。

54 157 747*25

35 Kurita Hiyoshi-jinja Shrine

歴史のあるまちを感じさせます

栗田日吉神社

栗田城跡の小高い位置にある社殿と境内の大木は、まちの中で荘厳さを感じさせる風景です。

54 188 080*32



53 Weeping Cherry Blossom Tree by Susobana River

心奪われるきれいな桜色

裾花川堤防のしだれ桜

裾花川の堤防沿いに咲くしだれ桜は、道行く人の心を和ませます。

54 186 443*51



113 Thoroughwort Garden at the Asakawa Dam

秋にはチョウも集います

浅川ダム フジバカマ苑

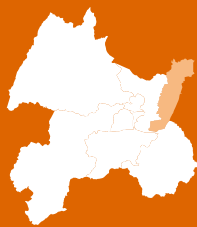
浅川ダム上流に植えられた、秋の七草のひとつ、フジバカマ。秋の訪れとともに開く花々と、飛来するアサギマダラが、溪谷を華やかに彩ります。

54 367 894*44



千曲川沿川エリア

豊野・長沼・古里・柳原・大豆島・朝陽



18 Tankakyo Hamlet

一面の桃色風景は春を実感

丹霞郷

飯綱町(いづなまち)との境界付近から北信五岳が一望できる見晴らしのよい場所。春には山々を背景に桃の花が一面に咲きます。

春 (P) 54 496 699*57

19 Tsutsujiyama Park (Azalea flowers)

全山が紅一色に染まる

つつじ山公園

室町時代から群生していたといわれ、明治以降に補植、手入れしたヤマツツジが約1万株あり、その規模は北信地方随一です。

春 (P) 54 527 648*76



20 Woodland View with Giant Magnolia in Bloom

300年の里山の時を感じながら

大コブシが咲く里山の眺め

豊野(とよの)地区の白坂峠(しらさかとうげ)の近く、推定樹齢約300年の堤の大コブシが春の里山を彩ります。

春 (P) 54 496 834*45

豆知識

長野市内最大のコブシの巨木で、樹高25m、枝張り15m、樹齢推定300年です。真っ白に半円形に咲き誇る姿は必見です。例年の見ごろは、4月中旬～4月下旬ごろです。



21 Spring View of Tategabana Bridge

ゆったり流れる千曲川は北信の代表的な風景

春の立ヶ花橋の眺め

豊野町蟹沢(とよのまちかにさわ)の小高い場所から立ヶ花橋を眺めると、千曲川の流れがゆったり感を増幅します。

春   54 561 832*76

22 Chikuma River and Mt. Kosba

北信を代表する山と川のマッチング風景

千曲川と高社山

JR飯山線と並ぶ道路から見る千曲川と高社山がお似合いです。

 54 562 213*75



23 Apples (at Apple Line, etc.)

春は花、秋は真っ赤な実が楽しめます

りんご(アップルラインほか)

各地に広がるりんご畑。花が咲き、実がなる様子は、長野らしい原風景の一つです。

春 秋  54 377 769*72



24 Sakurazutsumi and Saigonji Temple

まっすぐ続く桜づつみ

桜づつみと西厳寺

桜づつみとお寺の大木が並ぶ風景は春に見事です。周囲の山々とりんご畑も美しいです。

春  54 317 478*40





32 Scenery around M-Wave

信州の山なみをイメージさせる建物

エムウェーブと周辺の眺め

山なみを表現した外観の長野オリンピックの会場。周辺の農地や山々と長野らしい景観をつくっています。

 54 194 310*24

105 View from Morita-jinja Shrine with old Japanese Zelkova Trees

老巨樹のもとで時の流れに想いをはせる

ながのま

長沼の歴史を見守る

もりた

守田神社の老巨樹

ケヤキの老巨樹のもと、姿を変えて今なお鎮座する守田神社。千曲川の堤防と長沼の街並みを、今なお境内から見守り続けています。

 54 348 881*35



108 Lotus Flowers in Hara-ike Pond

夏には白い花を浮かべます

ハスの花咲く原池

上駒沢(かみこまざわ)の北しなの線沿いに広がるため池。夏には水面いっぱいにハスの葉が茂り、白い花を咲かせます。

 54 343 020*56

市街地(南部)エリア

川中島・更北・篠ノ井



78 Cherry Blossoms at Korinji Temple

迫力ある大木の桜

こうりんじ

光林寺の桜

シダレザクラは樹齢約300年。ゆったりと枝垂れた細い枝に花が咲く姿はとても鮮やかです。

春   54 030 768*84



79 South Nagano Sports Park

市民のスポーツの場

みなまがのうんどうこうえん

南長野運動公園

長野冬季オリンピックの開閉会式会場。生き生きとしたまちの景観を形成しています。

  177 890 406*58

80 Kawanakajima-daira Peaches

春は花を愛で夏果実をいただく

かわなかじまだいら

川中島平の桃

川中島平では、春に桃の花が咲き、一面ピンク色に染まります。川中島白桃のブランドでも知られています。

春  177 889 838*70

豆知識

「川中島白桃」の甘さの秘密

原産地が中国である桃。明治時代に岡山県で品種改良により誕生したのが「白桃」。「川中島白桃」は、白桃を元に開発された派生品種。川中島平は非常に水はけがよく、夜と昼の気温差が大きいいため甘みが強い桃が収穫できます。





81 Kawanakajima Old Battlefield

歴史の大舞台

かわ なか じま こ せんじょう

川中島古戦場

川中島の戦いの際、武田信玄が本陣を築いた八幡社などが鎮座し、歴史を感じます。

54 007 502*81

82 Nagano City Museum and Cherry Blossoms at Kawanakajima Old Battlefield Heritage Park

信州の山なみをイメージさせる建物

かわ なか じま こ せんじょう し せき こう えん

川中島古戦場史跡公園の桜と市立博物館

市民の憩いの場所である公園は、桜の名所です。

54 008 420*18



83 Scenes at the Nagano Marathon

全国でも人気の地方マラソン

長野マラソンの風景

オリンピック会場を見ながら、春の信濃路をランナーが駆け抜けます。

54 040 695*08

84 View of the Northern Alps and Saigawa River from Gorin Bridge

大パノラマの風景

ご りん おお はし

五輪大橋から見る

さい がわ

犀川・北アルプス

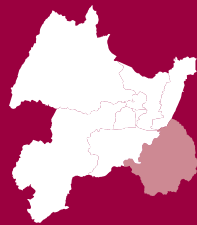
橋からは、犀川と北アルプスなどの山々が一望できます。

54 132 069*87



松代・若穂エリア

松代・若穂



85 Matsushiro Higashijo Apricot Orchards

ちょっと濃い目の花が見事です

まつしろ まちひがしじょう

松代町東条のあんず畑

尼巖山(あまかざりやま)、奇妙山(きみょうさん)の山ろく一帯は、春になるとあんずの花で鮮やかなピンク色に染まります。

春 177 837 226*57



86 View from Mt. Saijo

高台から戦いの舞台や市街地の眺望を堪能

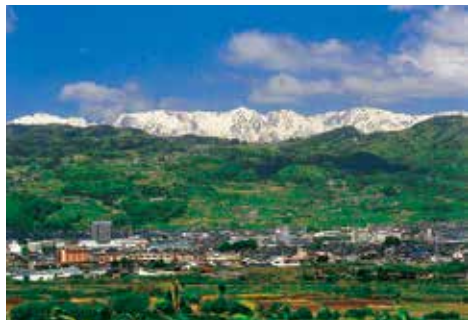
さいじょうさん

妻女山からの眺め

第4回川中島(かわなかじま)の戦いで、上杉軍が陣を張り、武田軍の動きをにらんだ山。展望台からは北アルプスや市街地を見渡せます。 177 830 088*02

豆知識

長野県が100箇所を選定した「信州のサンセットポイント」のひとつに妻女山展望台があります。ここは西南に視界が開けており、きれいな夕日を眺めることができます。



87 Matsushiro Castle Ruins

真田家ゆかりの地

まつしろじょうあと

松代城跡

武田信玄が築城したといわれている、自然の地形を生かした城の跡。春は桜の名所です。

177 833 444*58



88 Former Bunbu School and Sanada-Jumangoku Festival

江戸時代の城下町を体感

文武学校と真田十万石まつり

多くの人材を輩出した松代藩(まつしろはん)文武学校。秋には、真田十万石を象徴する祭りで町内はにぎわいます。

秋 177 833 087*57





89 Kakesuwa Daimyojin Shrine Grounds

地域の信仰の場

かけすわだいみょうじんけいだい
欠諏訪大明神境内

松代町西条欠(まつしろまちにしじょうかけ)にあり、多くの村人が参詣した境内は静寂の空間を醸し出しています。

📍 177 747 520*12

90 View of the Nagano Basin and Mountains, from the top of Mt. Amakazari

長野市を囲む山々と長野市街地を一望

あまかざりやまさんちよう
尼巖山山頂から望む

ぜんこうじだいら
善光寺平と山なみ

トレッキングコースを登ると、雄大な山なみとまちなみが望めます。

📍 177 867 333*18



91 Gardens at the Former Sanada Residence

ゆかしい庭園を堪能

さなだてい
真田邸の庭園

四季を通じて景色を楽しめます。江戸時代の庭園を有する御殿建築は類例が少なく貴重です。

📍 177 833 209*28

92 Townscape around the Yamadera-jozan Residence

城下町の風情を残すまちなみ

やまでらじょうざんてい
山寺常山邸付近のまちなみ

邸宅の門塀、流れる水路、整備された道路が織り成す風景は、歴史的まちなみと調和しています。

📍 177 804 451*45





93 Gardens at the Yamadera-jozan Residence

日本庭園の美を学ぶ

やま であらじょうざん てい えん
山寺常山邸の庭園

松代藩士(まつしろはんし)、山寺常山(やまであらじょうざん)の邸内にある庭園。池泉(ちせん)、泉水路(せんすいろ)が残され、背後にある山なみを借景としています。

177 803 509*17

94 Zozan-jinja Shrine

偉業を遂げた地域の人物をまつる

ぞうざん じん じゃ
象山神社

佐久間象山(さくまざうざん)をまつる神社。境内にある歴史的な建物と庭園は、四季を通じて楽しめます。

177 803 658*80



95 Bell Tower of the former Matsushiro Domain

城下の生活時間を体感

きゅうまつしろ はんしやうろう
旧松代藩鐘楼

旧藩時代、昼夜の区別なく時刻を知らせた時の鐘は、城下町の歴史を感じる風景の一つです。

177 834 254*11

96 Omuro Ruins and a Mountain View

古代ミステリーにタイムスリップ

おおむろ こふんぐん
大室古墳群と市街地を囲む山々

古墳時代に築造された古墳群。遠くには市街地や北アルプスなどの山々が望めます。

54 012 742*52





97 Maples and Peonies at Seisuiji Temple

紅葉とぼたんを楽しめるお寺

清水寺の紅葉・ぼたん

ぼたん寺で有名なお寺ですが、もみじが色づく秋にも見事な景色に出会えます。

春 秋 (P) 54 017 029*56

豆知識

「清水寺所有の重要文化財とは…」

長野市若穂の清水寺は、天平14(742)年発祥の古いお寺。坂上田村麻呂が納めた日本最古といわれる「鉄鍬形」、両界曼陀羅図や聖観音菩薩立像などの重要文化財が保存されています。信濃三十三番札所の十六番札所でもあります。

98 View from Koshiki Rock

市街地を手前に迫力のパノラマ

こしき岩から望む善光寺平

太郎山(たろうやま)トレッキングコースにあるこしき岩からの眺望です。千曲川・犀川と善光寺平の壮大なパノラマが広がります。

(P) 54 077 248*21



99 Kawada-juku

古の街道風景を堪能

川田宿跡

北国街道松代道(ほくこくかいどうまつしろみち)の宿場町として栄えた通り。現在でも歴史を感じる風景が数多く残っています。

(P) 54 073 046*45

100 Hydrangeas at Rendaiji Temple

しっとりした色が艶やか

蓮台寺のあじさい

若穂(わかほ)のあじさい寺として知られ、2000株以上の色とりどりのあじさいが初夏の境内を彩ります。

夏 (P) 54 108 150*72





103 Japanese Zelkova Tree Promenade at Nagata-jinja Shrine

ケヤキの大木にいざなわれ

ながたじんじや

長田神社参道のケヤキ並木

若穂太郎山の麓、長田神社の社殿へと向かう、およそ500mのケヤキ並木の参道。秋には黄金色の葉が輝き、荘厳な空気に包まれます。

54 045 862*02

104 White Ring and the Northern Alps

長野オリンピックのレガシーと山々の共演

ホワイトリングと 北アルプスの山なみ

松代町大室の高台から望む、ホワイトリングと背後の北アルプスの山並み。晩秋には、雪化粧の北アルプスと雲海をまとう山々が広がります。

54 042 765*31



106 Mt. Minakami and the Pastoral Scenery of Matsushiro Toyosaka

田園風景に現れるユニークな山容

まつしろとよさか

みなかみやま

松代豊栄の田園と皆神山

松代町豊栄、蛭川(ひるかわ)の扇状地に広がる田園から望む皆神山。初夏には、特徴的な姿で親しまれる山容が水田に映ります。

177 747 358*30

112 View from Mt. Hanareyama

少し登って眺望を堪能

おおむろはなれやま

大室離山から望む

ほくしんごがくぜんこうじだいら

北信五岳と善光寺平

松代町大室、千曲川沿岸にぽつんとたたずむ離山。その山頂には、北信五岳を背に、市街地の街並みと田園風景が調和する善光寺平の眺望が広がっています。

54 041 443*53



北部山間エリア

芋井・浅川・鬼無里・戸隠



1 Okusobana Nature Park

国内有数のミズバショウ群生地

おくすそ ばな

奥裾花自然園(ミズバショウ・ブナ原生林)

裾花川(すそばながわ)の源流域に広がる自然園。ブナの巨木が林立し、春にはミズバショウが一斉に花を咲かせます。

春 夏 秋 ￥ 535 479 008*81

3 Okusobana Valley

自然が作り出すダイナミック風景

おくすそ ばな けい こく

奥裾花溪谷

溪谷沿いの風景は自然豊か。春の新緑、秋の紅葉は美しく、後世に残したい自然の姿です。

春 秋 ￥ 382 791 675*72



4 Daibo Mountain Pass

伝説の谷

だい ぼう とう け

大望峠

鬼無里(きなき)と戸隠(とがく)との境にある峠。展望台からは戸隠連峰の西岳(にしだけ)や北アルプスの雄大な眺めが望めます。

382 800 036*66



5 Kagami-ike Pond

山々を映し出す池の神秘

かがみ い け

鏡池

四季折々の戸隠連峰を鏡のように映し出し、中でも紅葉の秋は見事な美しさです。信州サンセットポイントのひとつに選ばれています。

春 夏 秋 ￥ 382 892 448*32





6 Kotoriga-ike Pond

山と池とまわりの木々のハーモニー

ことりが いけ
小鳥ヶ池

池の周辺は自然豊か。水面に映る新緑や戸隠連峰の美しさは素晴らしいです。

春 夏 秋 382 864 655*10

7 Togakushi Forest Botanical Garden (Skunk Cabbage)

歩いて楽しんで、学んで

とがくし こしみずが はら
戸隠森林植物園・越水ヶ原（ミズバショウ）

多様な樹木が豊かに混生する植物園。一体にはミズバショウをはじめ豊かな自然が広がります。

春 夏 秋 1004 009 139*63



8 Togakushi-jinja Okusha Shrine Cedar Promenade

神聖な空気を感じながら神々にごあいさつ

とがくしじんじやおくしやさんどう
戸隠神社奥社参道の杉並木

随神門（ずいじんもん）から参道をはさんで500mにわたって300数本の杉が美しい並木をつくっています。

1004 008 859*30

豆知識

戸隠神社は、創建以来2000年余りの歴史を刻む神社です。天の岩戸伝説に由来し、「天の岩戸開きの神事」に功績のあった神々をお祀りしています。平安時代末には修験道の道場として知られた霊場でした。ずっと昔からのパワースポットです。

9 Togakushi Ski Resort

サラサラのパウダースノーは戸隠の特権

とがくし
戸隠スキー場（ゲレンデと戸隠連峰）

魔法の粉雪で有名なスキー場。ビューポイントからの眺めは素晴らしいです。

冬 382 899 344*02





10 Togakushi-jinja Chusha Shrine

山岳信仰を体感

と がくし じん じゃ むうしや

戸隠神社中社

五社(奥社・中社・宝光社(ほうこうしや)・九頭龍社(くずりゅうしや)・火之御子社(ひのみこしや))からなる戸隠神社の一つ。境内には、三本杉や古木があり、厳かな雰囲気を感じることができます。

382 865 587*61

11 Buckwheat Field and the Togakushi Mountain Range

一面の白い花と青空の素晴らしいコントラスト

と がくし

戸隠連峰とそば畑

戸隠一帯はそばの生産地。雄大にそびえる戸隠連峰を背景に、白いそばの花が一面に広がります。

秋 382 806 414*04



12 View of the Temple Lodgings of Togakushi

国の重要伝統的建造物群保存地区に選定

と がくし

戸隠の宿坊が連なるまちなみ

神社に向かう道すじに宿坊が並ぶ様子は、戸隠を代表する風景の一つ。歴史が感じられます。

382 865 289*35

13 Jindai-Sakura (the old cherry blossom)

推定樹齢1200年のエドヒガン

じん だい ぎくら

神代桜

素桜(すざくら)神社境内にある国指定の天然記念物。素戔鳴尊(スサノオノミコト)が刺したつえが大きくなったとの伝説があります。

春 54 334 234*24



14 Daizaboshi Pond and Mt. Izuna

市街地から最も近い高原

だい ざ ほう し いけ い い づな やま

大座法師池と飯縄山

飯綱高原にある山で、麓の池からの山の眺めに癒されます。

春 夏 秋

54 392 857*33

豆知識

飯縄山の麓に位置する大座法師池は、ダイダラボッチと呼ばれる巨人が飯縄山に座り、一步踏み出した時に湿地に足がはまりできたもの、という伝説もありますが、実はため池として作られた池です。



15 White Birch Forest at Iizuma Highland

さわやかな高原を満喫

いいづな こうげん

飯綱高原のシラカバ林

県の木であるシラカバ。レンゲツツジが咲く季節には一段と美しい姿を見せます。

春 夏 秋 54 421 433*40

16 Imoi Terraced Rice Fields

いも い

芋井の棚田

54 331 237*83



17 Mt. Mujina-goro

目を見張る自然の造形美

むじな こう ろ やま

貉郷路山

巨大な石の柱を束ねたような岩山で、その姿に自然の雄大さを感じます。

54 303 548*73

54 Susobana-Obashi Bridge

緑に映える赤い橋

すそばな おおはし

裾花溪谷に架かる裾花大橋

青い空、赤い橋、四季折々に色づく木々のコントラストが美しいです。

382 598 898*14



102 View of the Nagano Basin and Mountains, from the top of Mt. Iizuna

雄大な山々に抱かれる善光寺平を一望

いいづな やま

ぜん こう じ だい ら

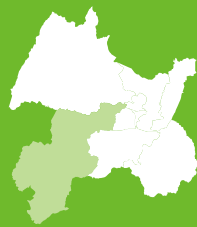
飯縄山山頂から望む善光寺平と山なみ

長野市民に親しまれる山のひとつ、飯縄山の山頂からは、山々に抱かれる善光寺平が一望できます。晴れた日には、はらかな山なみの先に、富士山の姿も。

54 511 872*85

西部山間エリア

小田切・七二会・中条・信更・大岡・信州新町



55 Junrei Sakura (famous cherry blossoms of Shiobu)

700年の重みを感じる桜

じゅんれい さくら
巡礼桜 (塩生のエドヒガン)

推定樹齢約 700 年の大木。小市(こいち)の渡しから戸隠方面へ通じる古道にあることからこの名がついたといわれています。

春 54 180 032*04



56 Night View from Otagiri

市街地の夜景を一望

お た ぎ り
小田切から見る夜の市街地

市内で夜景が望める場所の一つ。小田切地区の地蔵平(じざうだいら)から眼下に夜の市街地が広がります。

54 274 249*35



57 Kasugayama-jinja Shrine and the View from the Ground

春は花が色彩を添えます

かす が やまじんじや
春日山神社と境内からの眺め

北アルプスをはじめ周囲の山々が一望でき、春には花が彩りを与えてくれます。

382 443 632*12



58 View of Northern Alps from Naniai

真近に迫る北アルプス

な に あい
七二会から見る北アルプス

アルプスの山なみと七二会名物の霧のかかった山々の幻想的な美しさが調和しています。

382 472 298*52



59 Ooka Terraced Rice Fields

大岡の棚田

お お か
177 661 099*36



61 Scenery at Ashinosiri Dosojin Shrine 地域の願いを込めた伝統文化

あしのしりどうそじん 芦ノ尻道祖神の風景

石碑に神面を飾り付け、無病息災と豊作を祈る、伝統文化を感じる風景です。この場所は信州のサンセットポイントのひとつです。



158 837 773*46

62 Scenery at Hijiri-daijinja Shrine

斜面におわす神様

ひじりだいじんじゃ 樋知大神社(境内・お種池・ブナ林)の風景

杉並木の参道を抜けると、雨乞いの儀式が伝わるお種池とブナ林があり、自然と歴史が調和した風景が残っています。

春 夏 秋 177 542 778*00



63 Rokaku Plum Orchard

ほのかな香りも楽しめる

ろうかく梅園

犀川(さいがわ)のほとりに広がる梅園。春に約800本の小梅の木が花を咲かせます。



177 842 050*10



60 View from the Alps Observatory Park in Ooka

日本屋根・北アルプスを眺望

アルプス展望公園 からの眺め

北アルプスの連なる山々などを見渡すことができ、雄大な自然を満喫できます。



382 044 574*37





64 Shinsbushinmachi Terraced Rice Fields

しんしゅうしん まち

信州新町の棚田

  177 781 299*28

65 Kumeji Valley

山水画を思い出す絶景

く め じ きょう

久米路峽

県歌信濃の国にも歌われている名勝。季節ごとに木々が水面に映り山水の美を作りだします。

 177 814 619*21



66 Rokaku Lake

四季折々の風景を楽しむ

ろうかく湖（犀川ダム湖）

有島生馬（ありしまいこ）画伯が命名した湖。湖畔から眺める四季の風景の美しさは見事です。

 177 843 168*28

67 Fireworks and Floating Paper Lanterns on Rokaku Lake

祖先への祈りとともに

ろうかく湖の灯ろう流しと花火

8月に行われる送り盆の行事。犀川に灯ろうが流され、夜空に花火が打ち上がります。

夏  177 842 211*04



68 Tomono-jinja Shrine's Autumn Festival, with Lanterns

灯ろうの明かりがやさしい

と も の お

神部神社の秋祭りと灯ろう

各地で受け継がれる秋祭りの一つ。境内で催される秋祭りの灯ろうがとてもきれいです。

秋  177 811 722*02

69 Shinsbushinmachi Fudo Falls

涼を求めて



しんしゅうしんまち ふどうだき
信州新町・不動滝

渓谷にある滝で、かつては結氷の状態によって作物の豊凶を占っていたと伝えられています。

春 夏 秋 382 099 159*37



70 Northern Alps and the Townscape of Shinsbushinmachi

里の風景と山岳風景

しんしゅうしんまち
信州新町のまちと北アルプス

信州新町塩本(しおもと)から見る集落と北アルプスなどの山々は素晴らしいです。

春 夏 秋 177 782 489*36



71 Northern Alps and the Alps Observatory Park Fields 花と山の色彩美に感動

アルプス展望広場の菜の花畑と北アルプス

北アルプスを背景に春には菜の花、晩秋には収穫を待つ野沢菜が一面に広がります。

春 秋 382 498 006*14

72 Nakajo Terraced Rice Fields

なかじょう
中条の棚田

382 496 380*22



73 The Old Cedar Tree of Kusagano

まっすぐに伸びる御神木の杉

山あいの神社にある日下野のスキ

県指定の天然記念物。高さ40mほどの通称「神代(じんだい)スキ」と呼ばれる杉が、まっすぐに伸びています。樹齢約1300年。

382 531 012*24





74 Wild Cherry Blossoms Blooming in the Woodland

パッチワークのような山肌

山桜が咲き乱れる里山

中条(なかじょう)地区の山ろくに咲き乱れる山桜のビューポイントの一つです。

春  382 377 746*74

75 Shinko Terraced Rice Fields

しんこう
信更の棚田

  177 820 331*66



76 View from Waku-ike Pond

池が織りなす四季折々の表情

わくいけ
涌池からの眺め

善光寺地震の際にできた池の周辺とそこからの風景は、四季折々に素晴らしいです。

 382 322 588*83

77 Apple Orchard and Northern Alps

春の代表的風景

りんご畑と北アルプス

天気が良い日に眺めると心が洗われます。
りんご畑も四季に応じて素晴らしいです。

春 秋  177 881 780*58



109 Pheasant's Eye Flowers at Kosaka, Nanai

里山の斜面を彩る春告花

なにあいこさか ふくじゆそう
七二会小坂の福寿草群生地

1ヘクタール程の斜面に、およそ5万株もが群生する福寿草の名所。雪解けとともに黄色い花々が春の訪れを告げます。

    382 443 110*13

花の見頃・イベントカレンダー

※見頃は目安であり、天候などにより異なることがあります。

	1月			2月			3月			4月			5月			6月			7月			8月			9月			10月			11月			12月		
	上旬	中旬	下旬	上旬	中旬	下旬	上旬	中旬	下旬	上旬	中旬	下旬	上旬	中旬	下旬	上旬	中旬	下旬	上旬	中旬	下旬	上旬	中旬	下旬	上旬	中旬	下旬	上旬	中旬	下旬	上旬	中旬	下旬	上旬	中旬	下旬
桜																																				
梅																																				
アンズ																																				
桃																																				
リンゴ																																				
カタクリ																																				
福寿草																																				
コブシ																																				
ミズバショウ																																				
菜の花																																				
ツツジ																																				
牡丹																																				
アジサイ																																				
ハス																																				
フジバカマ																																				
ソバ																																				
紅葉																																				
イベント																																				

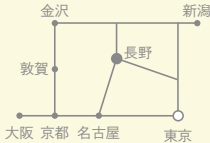
長野市までのアクセス

電車

東京→(北陸新幹線 約1時間40分 ※最速1時間20分)→長野
大阪→(東海道新幹線 約1時間)→名古屋→(中央本線特急しなの 約3時間)→長野
敦賀→(北陸新幹線 約40～50分)→金沢→(北陸新幹線 約1時間30分
※最速1時間5分)→長野
新潟→(上越新幹線 約1時間10分)→高崎→(北陸新幹線 約1時間)→長野

車

- 関東方面／練馬IC(関越自動車道)→藤岡JCT(上信越自動車道)→長野IC(約2時間40分)
- 関西方面／吹田IC→米原JCT(名神高速道)→小牧JCT(中央自動車道)→岡谷JCT(長野自動車道)→更埴JCT(上信越自動車道)→長野IC(約5時間10分)
- 新潟方面／新潟西IC(北陸自動車道)→上越JCT(上信越自動車道)→長野IC(約2時間20分)
- 金沢方面／金沢東IC(北陸自動車道)→上越JCT(上信越自動車道)→長野IC(約3時間)



花・木・果樹

1 奥裾花自然園 (ミズバショウ・ブナ原生林)	21
7 戸隠森林植物園・越水ヶ原 (ミズバショウ)	22
11 戸隠連峰とそば畑	23
13 神代桜	23
15 飯綱高原のシラカバ林	24
18 丹霞郷	11
19 つつじ山公園	11
20 大コブシが咲く里山の眺め	11
23 りんご(アップルラインほか)	12
24 桜づつみと西蔵寺	12
31 吉田の大イチョウ	9
36 カタクリが咲く旭山	3
39 善光寺雲上殿の桜	3
45 城山公園の桜	5
53 裾花川堤防のしだれ桜	10
55 巡礼桜(塩生のエドヒガン)	25
63 ろうかく梅園	26
71 アルプス展望広場の葉の 花畑と北アルプス	28
74 山桜が咲き乱れる里山	29
77 りんご畑と北アルプス	29
78 光林寺の桜	14
80 川中島平の桃	14
82 川中島古戦場史跡公園の 桜と市立博物館	15
85 松代町東条のあんず畑	16
97 清水寺の紅葉・ぼたん	19
100 蓮台寺のあじさい	19
108 ハスの花咲く原池	13
109 七二会小坂の福寿草	29
113 浅川ダム フジバカマ苑	10

棚 田

16 芋井の棚田	24
28 浅川の棚田	8
59 大岡の棚田	26
64 信州新町の棚田	27
72 中条の棚田	28
75 信更の棚田	29

山なみ・地形・水辺

3 奥裾花溪谷	21
4 大望峠	21
5 鏡池	21
6 小鳥ヶ池	22
9 戸隠スキー場 (ゲレンデと戸隠連峰)	22

テーマ別 インデックス

14 大座法師池と飯縄山	23
17 猯路登山	24
22 千曲川と高社山	12
30 辰日池	9
52 善光寺平用水	7
54 裾花溪谷に架かる裾花大橋	24
57 春日山神社と境内からの眺め	25
58 七二会から見る北アルプス	25
60 アルプス展望公園 からの眺め	26
65 久米路峠	27
66 ろうかく湖(犀川ダム湖)	27
69 信州新町・不動滝	28
70 信州新町のまちと 北アルプス	28
76 涌池からの眺め	29
84 五輪大橋から見る 犀川・北アルプス	15
106 松代豊栄の田園と皆神山	20

寺社・仏閣

10 戸隠神社中社	23
27 紅葉と秋葉神社	8
35 栗田日吉神社	10
38 まちなみが望める往生寺	3
40 善光寺と周辺の建造物	4
47 善光寺	5
62 樋知大神社(境内・お種池・ブナ林) の風景	26
89 穴諏訪大明神境内	17
94 象山神社	18
103 長田神社参道の ケヤキ並木	20

イベント・祭り

33 長野えびす講の花火	9
41 長野灯明まつり	4
48 長野びんずる	7
50 善光寺花回廊	7
67 ろうかく湖の 灯ろう流しと花火	27
83 長野マラソンの風景	15
88 文武学校と真田十万石まつり	16
107 ながの祇園祭屋台巡行	6
110 善光寺お盆緑日の大盆踊り会	6

文化財・史跡・伝統文化

8 戸隠神社奥社参道の杉並木	22
25 蚊里田神社(春の例大祭)	8
37 まちの神社の秋祭り奉納花火 (加茂・諏訪・飯縄神社)	3
61 芦ノ尻道祖神の風景	26
68 神部神社の秋祭りと灯ろう	27
73 山あいの神社にある 日下野のスキ	28
81 川中島古戦場	15
87 松代城跡	16
91 真田邸の庭園	17
93 山寺常山邸の庭園	18
95 旧松代藩鐘楼	18
96 大室古墳群と市街地を囲む山々	18

眺 望

21 春の立ヶ花橋の眺め	12
29 ブランド薬師と境内からの眺め (浅川ループ橋を望む)	8
32 エムウェーブと周辺の眺め	13
34 ホクト文化ホールと飯縄山	10
42 地附山公園からの眺め	4
43 謙信物見の岩	4
44 一本桜から望む善光寺	5
56 小田切から見る夜の市街地	25
79 南長野運動公園	14
86 妻女山からの眺め	16
90 尼蔵山山頂から望む 善光寺平と山なみ	17
98 こしき岩から望む善光寺平	19
102 飯縄山山頂から望む 善光寺平と山なみ	24
104 ホワイトリングと 北アルプスの山なみ	20
105 長沼の歴史を見守る 守田神社の老巨樹	13
111 城山公園噴水広場の ライトアップ	6
112 大室離山から望む 北信五岳と善光寺平	20

まちなみ

12 戸隠の宿坊が連なるまちなみ	23
46 善光寺仲見世	5
49 善光寺表参道	7
51 南八幡川沿いの通り	7
92 山寺常山邸付近のまちなみ	17
99 川田宿跡	19
101 善光寺門前の小路のまちなみ	6