

長野県学習旅行資料

班別行動モデルコース

① 善光寺

④ 小布施

⑦ 上田

② 松代

⑤ 諏訪

⑧ 軽井沢

③ 松本

⑥ 木曾福島

⑨ 須坂

2021.9

善光寺門前町散策

善光寺を中心に門前町、表参道を散策する方法と長野駅を起点に善光寺まで散策する方法があります。

1. 門前散策コース

善光寺を起点に、2021年4月リニューアルオープンの長野県立美術館を見学後、石畳の仲見世通りや町なみの景観が美しい表参道の散策を楽しめます。

善光寺西駐車場…善光寺（お戒壇巡り）…長野県立美術館…仲見世通り…大勸進…世尊院…仁王門…大本願…八幡屋磯五郎
…パティオ大門（小川の庄おやき村）…西之門よしのや…善光寺西駐車場

※このコースに宿坊での昼食を組み入れることができます。

所要時間 約3時間

歩行距離 約2.7km

【このコース上で体験できるプラン】

	施設名	連絡先	体験プラン	所要時間	受入人数	料金	備考
1	大勸進	026-234-0001	①写経体験 ②座禅体験	1~2時間	200名 200名以上	2,000円 1,000円	延命十句観音経（47文字）の写経@1,000円（約30~60分）もあります。 座禅/5名~、写経/1名~
2	玉照院	026-232-2546	①お数珠作りづくり体験 ②写経体験 ③座禅体験	30分 60分 60分	20名	3,000円 1,000円 2,000円	
3	ギャラリー・れん （白蓮坊）	026-238-3928	①万華鏡作り体験 ②ブレスレット手作り体験 ③サンキャッチャー作り体験	10~60分 30~60分 30~60分	20名	3,000円 3,000円 2,500円	
4	お香の店古薫	026-217-5355	②匂い袋制作体験 ②香木入りオイル制作体験	20分 15分	応相談 "	1,000円 1,000円	季節に応じた体験あり
5	小川の庄大門店	026-232-5786	おやき作り体験（おやき2個）	60分	1名~15名	550円	水曜日定休



国宝 善光寺



仲見世通り



小川の庄おやき村



表参道

昼食可能な宿坊

常智院 026-235-4012
薬王院 026-232-5180
玉照院 026-232-2546
常住院 026-232-3090
良性院 026-232-2988
常円坊 026-234-3181
淵之坊 026-232-3669
兄部坊 026-234-6677

2. 善光寺七福神めぐりコース

専用の色紙（長野駅長野市観光情報センターで購入）を持って、それぞれの寺院を訪ね、御朱印を集めながら善光寺を目指します。
不老長寿・除災招福・大願成就・学芸上達・家内安全・財運向上・五穀豊穰、他にも多くの幸福の御利益があるといわれています。

長野駅…①西芳寺（寿老人）…②大国主神社（大黒天）…
③秋葉神社（十念寺）（福祿寿）…④往生院（弁才天）…⑤藤屋御本陣（布袋）
…⑥西宮神社（恵比寿）…⑦善光寺・世尊院（毘沙門天）…善光寺本堂

所要時間 約3時間
歩行距離 約2.5km

※善光寺門前・仲見世通りの自由散策の時間は含まれていません。

善光寺七福神めぐり色紙



- 御朱印代
善光寺 200円
善光寺以外 100円
- 専用色紙代 800円



城下町松代散策

松代城址を起点にして、真田氏にゆかりのある文武学校、真田邸、真田宝物館をメインに目的に応じた城下町のまち歩きが楽しめます。

1. 真田氏ゆかりの地巡りコース

真田氏に関連のある地をコンパクトにめぐり、江戸時代の歴史に触れます。

松代城址…文武学校…旧臼井家表門…旧樋口家住宅…真田邸…真田宝物館…松代城址

所要時間 約2時間30分

歩行距離 約1.3km

【松代で体験できるプラン】

	施設名	連絡先	体験プラン	所要時間	受入人数	料金	備考
1	松代陶苑	026-278-7302	陶芸体験	60分	60名	1,500円	
2	信州松代観光協会	026-278-3366	古武道体験	30分	20名	500円	実施場所：文武学校
3			甲冑体験	20分	10名	500円	実施場所：文武学校
4			真田紐体験	40分	10名	1,000円	実施場所：真田邸、旧樋口家住宅 ストラップ作り
5			投扇興体験	30分	6名	500円	実施場所：旧樋口家住宅
6			箏体験	30分	10名	500円	実施場所：真田邸
7			着物体験	30分	10名	500円	実施場所：真田邸、旧樋口家住宅
8			茶道体験	30分	10名	500円	実施場所：真田邸、旧樋口家住宅
9	松代文化財ボランティアの会	026-278-9010	平和学習	60分	10名～	要ガイド経費	実施場所：松代象山地下壕 ガイド経費1団体1,000円



松代城址



文武学校



旧樋口家住宅



真田邸



真田宝物館

2. 幕末と戦争の歴史体感コース

藩校の文武学校、幕末に活躍した佐久間象山について学び、第二次世界大戦時政府機能を移設するために作られた大本営地下壕を知ることで近代史について理解が深まります。

松代城址…文武学校…象山神社…象山記念館…松代大本営地下壕…真田邸…真田宝物館…松代城址

所要時間 約4時間

歩行距離 約3.5km



象山神社



象山記念館



松代大本営象山地下壕

松代の平和学習について

松代象山地下壕は、第二次世界大戦の末期、軍部が大本営、政府各省などをこの地に移すという計画のもとに、昭和19年11月11日から翌20年8月15日の終戦の日までの間に極秘に建設されました。地下壕の中を見学しながら、戦争当時の状況や同地下壕が建設された理由などを学び、改めて戦争の悲惨さと平和の尊さについて考える平和学習の機会となります。

3. 江戸時代の建造物見学コース

江戸時代の武家屋敷、鐘楼、寺院、藩主邸、藩校と様々な建造物を見て回ります。特に長国寺の真田信之公廟所は、信州の名品とあってよいほどで左甚五郎や狩野探幽の技が施されており、価値のある江戸初期の建造物です。

松代城址…矢澤家の表門…長国寺(真田信之廟所)…祝神社…旧松代藩鐘楼…旧樋口家住宅…真田邸…文武学校…松代城址

所要時間 約3時間30分

歩行距離 約3.7km



長国寺(真田信之公廟所)



旧松代藩鐘楼



旧樋口家住宅



文武学校

城下町松本散策

国宝松本城を中心に広がる松本の街は、歩いて巡るのにちょうどいい大きさです。

歴史と伝統、さらに新しい文化があちこちに散らばっていて、いろいろな表情を見ながらまち歩きが楽しめます。

1. 城下町じっくりコース

松本市美術館を起点に、城下町の雰囲気を感じながら松本城を目指します。
ゆっくり松本城を見学した後は、国宝旧開智学校校舎とその周辺を回るコースです。

松本市美術館…源池の井戸…中町通り…はかり資料館…なわて通り…四柱神社…国宝・松本城…国宝・旧開智学校校舎…旧司祭館…松本城駐車場

所要時間 約4時間

歩行距離 約4.5km

【松本で体験できるプラン】

	施設名	連絡先	体験プラン	所要時間	受入人数	料金	備考
1	松本着物レンタル花こみち	080-3917-8753	着物レンタル&着付けプラン	2時間(散策)	6名	4,000円	月・火曜日休み
2	剣遊スタジオ	090-3065-7654	サムライ殺陣体験	30分	5名	2,000円	日・月曜日休み



松本市美術館



中町通り



はかり資料館



縄手通り



松本城



旧開智学校

2. 歴史的建造物めぐりコース

国宝の松本城、旧開智学校と松本市歴史の里（信州の近代をテーマに貴重な建物を集めた「たてもの野外博物館」）を見て回ります。
特に重要文化財長野地方裁判所松本支部庁舎は、明治41年(1908)に建てられた裁判所で、明治期を代表する現存の近代和風建築として価値が高く、また、内部外部ともに完全な形で残る国内唯一の和風裁判所です。市内循環バスのタウンズニーカーを利用して回ります。

8:30 8:47

10:22 10:31

10:40 11:04

松本駅お城口📍==旧開智学校📍…国宝・旧開智学校校舎…国宝・松本城…大名町📍==松本駅お城口📍…松本駅アルプス口📍==浮世絵博物館・歴史の里📍

12:04 12:20

…松本市歴史の里（見学）…浮世絵博物館・歴史の里📍==松本駅アルプス口📍



松本市歴史の里

所要時間 約4時間

歩行距離 約1.3km

3. 城下町早回りコース

松本城を起点に、国宝旧開智学校校舎、城下町の雰囲気を楽しめる縄手通り、中町通りと市内の代表的な観光地を巡るコースです。

松本城駐車場…国宝 旧開智学校校舎…松本城…四柱神社…なわて通り…
松本市はかり資料館…中町通り…松本城駐車場

所要時間 約3時間
歩行距離 約3.2km

【カエルの街なわて通り】

なわて通りは、松本城から歩いて5分、松本駅から歩いて10分のところにあり、個性なお店が長屋風に軒を並べる商店街です。女鳥羽川の土手から始まった通りで、「縄のように長い土手」から「縄手」と呼ばれるようになりました。24時間歩行者天国の通りです。

(生徒に人気のお店)

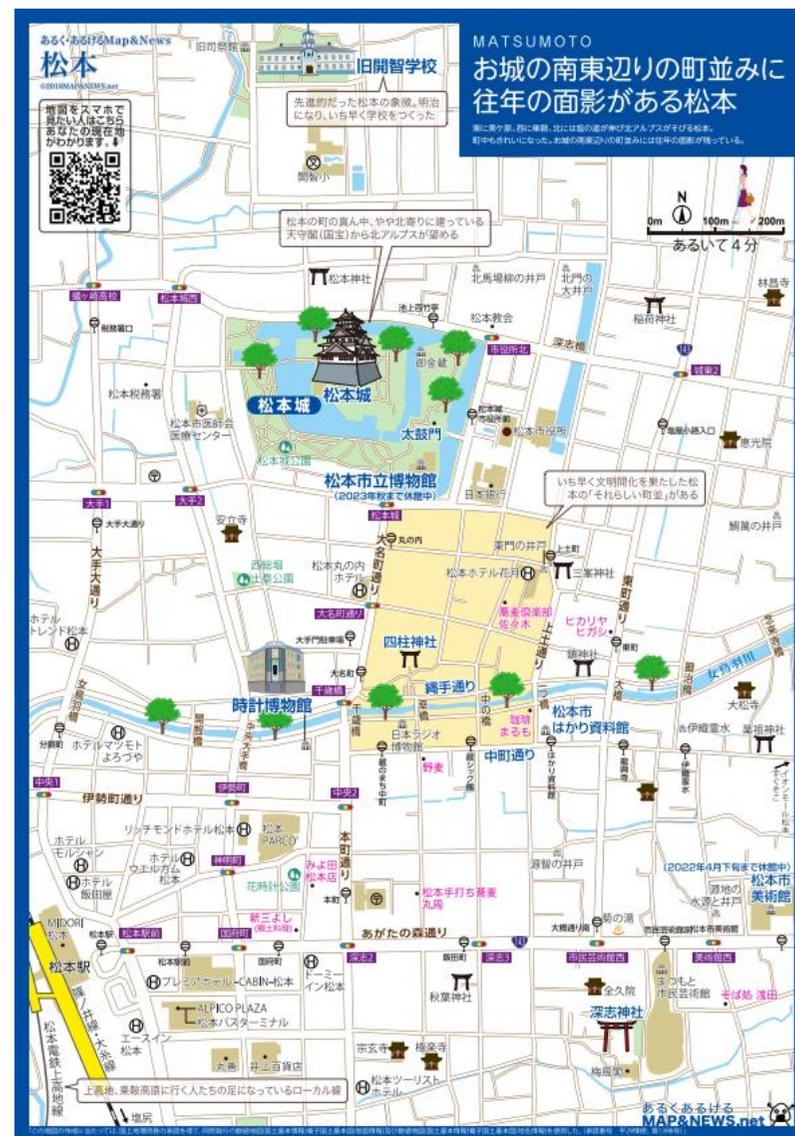
- ・パワーストーン我逢人
- ・手焼きせんべい雷神堂
- ・おみやげ処いろは
- ・かえるのお店 RiBBit
- ・ガラスと雑貨のお店あ〜す
- ・矢澤鯛焼店
- ・一本焼きのたい焼きふるさと

【中町通り】

江戸～大正時代の蔵造りの建物が多く残り、独特の景観を保つ中町通りは、伝統工芸品や飲食店などの専門店が並ぶ「観光商店街」として人気があります。

(生徒に人気のスポット)

- ・蔵シック館
- ・はかり資料館
- ・木のおもちゃぴあの
- ・中町ごんた



歴史と栗のまち小布施散策

こぢんまりとしたエリアに、北斎館をはじめ、6つの美術館、ギャラリーがあり、これらを巡りながら歴史に触れ、まちの雰囲気が楽しめます。

栗ソフトクリーム等の栗スイーツも楽しめます。また個人宅や店舗の庭を開放した「オープンガーデン」もあり、特に通り抜けができる庭があるのが特徴です。

1. 美術館・ギャラリーコース

北斎館を起点に、小布施の街並みを楽しみながら周辺にある美術館・ギャラリーを回るコースです。

北斎館…古陶磁コレクション・了庵…おぶせミュージアム・中島千波館…小さな栗の木美術館…ギャラリー藤十郎…栗日記ギャラリー…北斎館駐車場

所要時間 約2時間
歩行距離 約1.6km



北斎館



古陶磁コレクション・了庵



おぶせミュージアム



小さな栗の木美術館



ギャラリー藤十郎



栗日記ギャラリー

2. 美術館・博物館コース

北斎館を起点に、小布施の街並みを楽しみながら周辺にある美術館・博物館を回るコースです。

北斎館…栗の小径…おぶせミュージアム・中島千波館…小さな栗の木美術館…高井鴻山記念館…日本のあかり博物館…栗日記ギャラリー…
北斎館駐車場

所要時間 約2時間30分
歩行距離 約1.5km



栗の小径



高井鴻山記念館



日本のあかり博物館

3. 北斎ゆかりの地コース

葛飾北斎に関連のある施設や主な観光地を巡りながら岩松院を目指します。岩松院では、北斎晩年の作品「八方睨み大鳳凰図」を鑑賞します。

北斎館…高山鴻山記念館…おぶせミュージアム…歴史民俗資料館…岩松院

所要時間 約3時間30分
歩行距離 約2.7km



小布施歴史民俗資料館

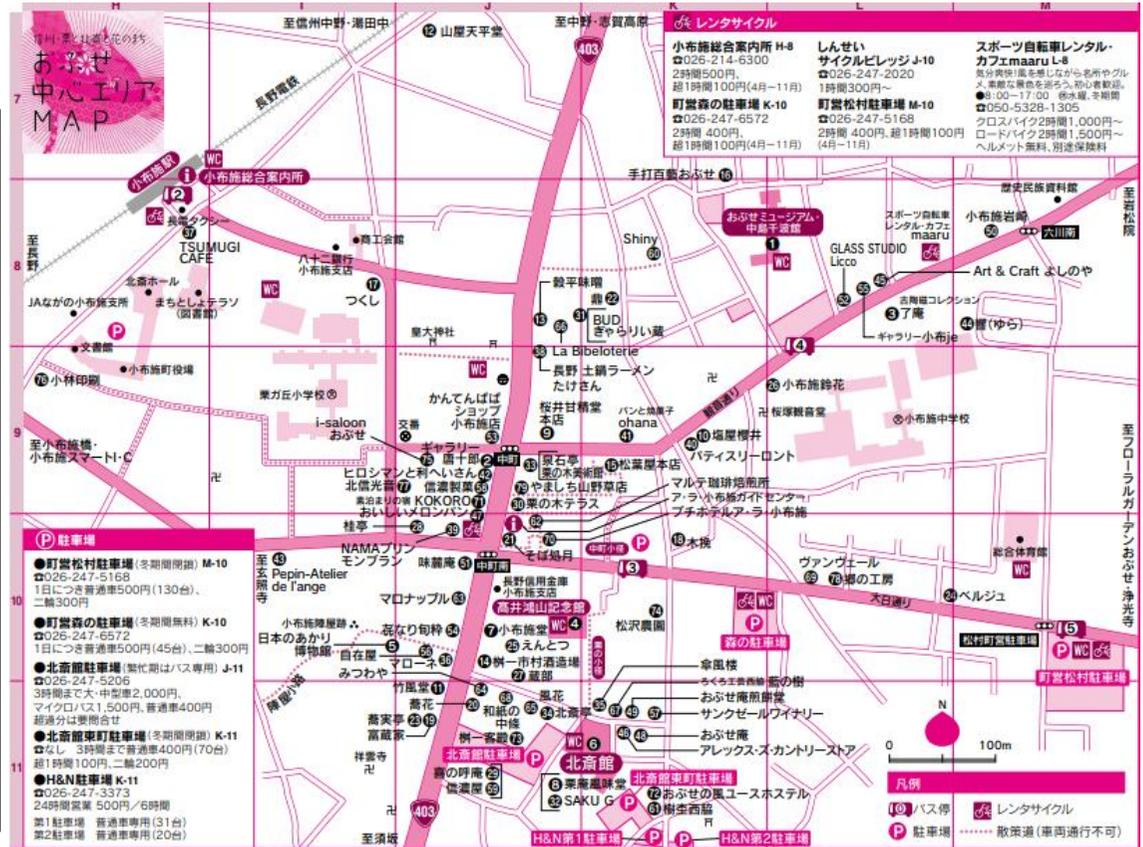
岩松院

岩松院は文明4年(1472)に開山された曹洞宗の寺です。葛飾北斎や俳人小林一茶、戦国武将・福島正則ゆかりの古寺でもあります。これらの縁を示すように 本堂の天井には葛飾北斎による大天井絵が、境内には福島正則の霊廟、一茶が「やせ蛙まけるな一茶これにあり」という句を詠んだ蛙合戦の池があります。



八方睨み大鳳凰図

完成は今から160年以上前の嘉永元年(1848)、北斎は89歳の時の作品です。「八方睨み」という謂れは、鳳凰の目が見る人がどこから見てもこちらを睨んで追ってくるような画法で描かれていることがらきています。



【小布施で体験できるプラン】

	施設名	連絡先	体験プラン	所要時間	受入人数	料金	備考
1	ガラスギャラリー&工房 GLASS STUDIO Licco	026-247-2754	サンドブラストガラス体験	1時間30分	10名	2,530円	ガラス代別途550円~ (50種類から選べる)

諏訪湖・下諏訪散策

諏訪湖は、周囲約 16km の信州一大きな湖。諏訪湖周辺は、全国でもまれな美術館・博物館が集まるエリア。その数 17 館。

この土地の文化を知ることができる博物館から、ゆったりと名品を鑑賞できる美術館まで個性的な美術館巡りが楽しめます。

1. 湖畔美術館巡りコース

北澤美術館を起点に SUWA ガラスの里まで湖畔近くの美術館を中心に諏訪湖の遊歩道を散策するコースです。

北澤美術館…サンリツ服部美術館…諏訪湖間欠泉センター…湖畔公園…諏訪市美術館…原田泰治美術館…SUWA ガラスの里

所要時間 約 5 時間

歩行距離 約 5 km

【諏訪湖で体験できるプラン】

	施設名	連絡先	体験プラン	所要時間	受入人数	料金	備考
1	諏訪湖カヤック	090-7711-3233	諏訪湖カヤック体験	2 時間	10 名	3,500 円	
2	諏訪市観光協会	0266-52-2111	e-bike レンタルサービス	3 時間	8 名	3,000 円	
3	SUWA ガラスの里	0266-57-2000	リューター作り体験	30~45 分	80 名	1,650 円	ペーパーウェイト
4			フローティングペン作り体験	30 分	40 名	1,320 円	2 アイテム
5			フォトフレーム作り体験	60 分	80 名	1,650 円	
6			万華鏡作り体験	50 分	80 名	1,650 円	
7			ジェルキャンドル作り体験	80 分	40 名	1,650 円	
8			キャンドル制作体験	90~120 分	40 名	3,310 円	小物 4 コ入り



北澤美術館



サンリツ服部美術館



諏訪市美術館



原田泰治美術館



SUWA ガラスの里

2. 上諏訪まち歩きコース

北澤美術館を起点に、高島城まで、美術館、温泉、歴史に触れながら諏訪のまち歩きを楽しむコースです。

北澤美術館…タケヤみそ会館…諏訪湖間欠泉センター…湖畔公園足湯…片倉館…諏訪市美術館…丸高蔵…高島公園・高島城

所要時間 約3時間30分
歩行距離 約2.5km



タケヤ味噌会館



諏訪湖間欠泉センター



湖畔公園足湯



片倉館



丸高蔵



高島城

3. 下諏訪まち歩きコース

下諏訪町の諏訪大社下社（春宮・秋宮）と大灯籠をつなぐ一辺八丁（872.72m）の三角形の中には下諏訪の代表的な観光地が詰まっています。三角形に沿ったまち歩きを楽しめます。

諏訪大社下社秋宮…宿場街道資料館…下諏訪本陣岩波家…伏見邸…諏訪大社下社春宮…万治の石仏…おんばしら館よいさ…下馬橋…大灯籠…

※岩波家見学は要事前予約

日本電産サンキョーオルゴール記念館すわのね…諏訪大社下社秋宮

所要時間 約3時間30分
歩行距離 約3.7km

【下諏訪で体験できるプラン】

	施設名	連絡先	体験プラン	所要時間	受入人数	料金	備考
1	日本電産サンキョーオルゴール記念館すわのね	0266-26-7300	オルゴール作り体験	40分	20名	2,420円 ～5,170円	別途要入館料 約700曲の中から好きな曲を選曲
2	時計工房 儀象堂	0266-27-0001	クオーツウォッチ組立体験	45分	35名	4,400円	別途要入館料 他に20分、3時間コースあり



諏訪大社下社秋宮



宿場街道資料館



本陣岩波家



伏見邸



諏訪大社下社春宮



万治の石仏



オルゴール記念館すわのね

日本四大関所福島関所がある福島宿散策

福島関所は、中山道の福島宿にあり、東海道の今切（新居）関所、箱根関所、中山道の碓氷関所とともに日本四大関所といわれていたほどの要所でした。

福島関所資料館での通関体験を取り入れた福島宿のまち歩きが楽しめます。

1. 宿場まち巡りコース

福島関所資料館を起点に、昔の福島宿の面影を残す上の段や関所の役人宅であった山村代官屋敷を見て回るコースです。

福島関所資料館…高瀬家資料館…上の段(福島宿)…木曾観光文化会館…高札場…木曾川親水公園(足湯)…山村代官屋敷

所要時間 約3時間
歩行距離 約1.7km



福島関所資料館



高瀬家資料館



上の段



木曾観光文化会館



木曾川親水公園園



山村代官屋敷

2. 歴史散策コース

興禅寺の枯山水の石庭「看雲庭」の広さは日本一といわれる庭園鑑賞と平安末期から明治までの歴史に触れるコースです。

福島関所資料館…高瀬家資料館…興禅寺…御料館（旧帝室林野局木曾局支庁舎）
…木曾義仲公墓所…山村代官屋敷

所要時間 約3時間
歩行距離 約1.5km



興禅寺（看雲庭）



御料館

【関所通行体験】



各自に発行された通行手形を使って、通関体験をします。関所役人に扮した地元人相手に、手形を見せ、問答のやり取りを行います。現代版イミグレーションです。通行手形は、記念に持ち帰ります。

通行手形には、事前に情報をいただくと下記のように書き換えて作成します。

氏名 通行人の氏名

住所 昔の藩主、国名、郡

例) 愛知県名古屋→尾張大納言領

尾張國愛知郡

※江戸時代末期情報で記載

問合せ先：木曾おんたけ観光局 TEL0264-25-6000

城下町上田散策

上田城を中心に広がる上田の街は、歩いて巡るのにちょうどいい大きさです。戦国武将の真田昌幸・幸村父子にゆかりの地が多く、歴史探訪のまち歩きが楽しめます。

1. 城下町散策コース

上田駅を起点に、上田城周辺の主な観光地を巡り、歴史に触れるコースです。

上田駅…真田幸村公騎馬像…上田映劇…池波正太郎真田太平記館…柳町(北国街道)…上田城址公園(真田神社)…上田市立博物館…
上田藩主居館跡(上田高等学校)…飯島商店(みずず飴)…上田駅

所要時間 約3時間
歩行距離 約4.2km



池波正太郎真田太平記館



柳町



上田城



真田神社



上田市立博物館



上田藩主居館跡



飯島商店

2. 真田十勇士像と巡る城下町散策コース

上田城を起点に、市内に設置されているアニメキャラクターの真田十勇士像を探しながら、城下町を巡るコースです。キャラクター像を画像に収める楽しさが味わえます。

上田駅…重文常田館製糸工場…海野六郎像…由利鎌之助像…三好清海入道像…根津甚八像…望月六郎像…猿飛佐助像(池波正太郎真田太平記館)…
霧隠才蔵像…柳町…上田城址公園(真田神社)・上田市立博物館…上田藩主居館跡…三好伊三入道像…飯島商店…穴山小助像…笈十蔵像…上田駅

所要時間 約3時間
歩行距離 約5.4km



常田館製糸工場



海野六郎像



由利鎌之助像



三好清海入道像



根津甚八像



望月六郎像



猿飛佐助像



霧隠才蔵像



三好伊三入道像



穴山小助像



笈十蔵像

3. 信州の鎌倉別所温泉散策コース

上田駅から上田電鉄を利用して終点の別所温泉駅に移動し、徒歩で鎌倉時代の寺院を中心に別所温泉を散策します。田園風景の中を走る上田電鉄も魅力の一つです。

上田駅+++（所要約 30 分）+++別所温泉駅…別所神社…常楽寺…
安楽寺(国宝八角三重塔)…黒門…石湯…北向観音…北向観音参道
…足湯ななくり…別所温泉駅+++++++上田駅

所要時間 約 3 時間 30 分
歩行距離 約 3.2 km

信州の鎌倉

上田市の西南に広がる塩田平一体は、鎌倉幕府の重職にあった北条義政からその孫まで、三代に渡り約60年、塩田北条氏が信濃の1大勢力としてこの地を統治したことから「信州の鎌倉」と呼ばれており、鎌倉時代から室町時代にかけて造られた神社仏閣など、数多くの文化財が残っています。



上田電鉄



別所神社



常楽寺



国宝 安楽寺八角三重塔



石湯



北向観音



さわやか高原軽井沢散策

軽井沢駅を起点に、新軽井沢、旧軽井沢のスタンダードな景色を楽しみながら、ショッピングも楽しめるまち歩きができます。

1. 新軽井沢・旧軽井沢一周コース

軽井沢駅を起点に、新軽井沢・旧軽井沢の景色を楽しみながら、美術館などの観光地を訪ねるコースです。

軽井沢駅…軽井沢ニューアートミュージアム…雲場池…聖パウロ教会…トリックアートミュージアム軽井沢…旧軽井沢銀座…ショー記念礼拝堂…
室生犀星記念館…万平ホテル…軽井沢駅

所要時間 約3時間30分

歩行距離 約7.8km



軽井沢ニューアートミュージアム



雲場池



聖パウロ教会



トリックアートミュージアム軽井沢



ショー記念礼拝堂



室生犀星記念館

2. 旧軽井沢銀座散策コース

軽井沢駅から旧軽井沢までタクシーを利用し、軽井沢の顔である銀座通りを中心に散策します。別荘地軽井沢の原点であるショー師の史跡や歴史ある建築、文学碑などを訪ね、にぎやかな銀座通りと文学碑付近の静かなたたずまいとの対比が楽しめます。

タクシー

軽井沢駅====トリックアートミュージアム軽井沢…旧軽井沢銀座…芭蕉句碑…つるや旅館…
ユニオンチャーチ…軽井沢ニューアートミュージアム…軽井沢駅

所要時間 約3時間

歩行距離 約3.2km



旧軽井沢銀座



つるや旅館



ユニオンチャーチ

【軽井沢のレンタサイクル】

サイクリングで周るのに適している軽井沢には、レンタサイクル店がたくさんあります。大きいお店では500台以上そろえているところもあります。

(軽井沢駅周辺のお店)

- ・軽井沢レンタサイクル ☎0267-45-7200
- ・軽井沢ライドタウン ☎090-7207-6681
- ・白ネコサイクル ☎0267-42-4574
- ・地産サイクル ☎0267-42-5614
- ・レンタサイクル市村輪店 ☎0267-42-2484

城下町須坂散策

江戸時代、須坂藩主堀氏の館町として栄えた須坂は、明治から昭和初期にかけて製糸業によって隆盛を極めました。現在でも当時建てられた豪壮な土蔵造りの旧製糸家建物や繁盛した大壁造りの商屋などの町並みが残されており、蔵を生かした商店、博物館、美術館などで当時を偲ぶことができます。

1. 蔵の町散策コース

須坂駅を起点に、蔵の町須坂が感じられる横町を中心に主な観光地を回るコースです。

須坂駅…須坂クラシック美術館…ふれあい館まゆぐら…笠鉾会館ドリームホール…綿幸サロン・蔵の美術館…旧小田切家住宅…塩屋醸造…
旧上高井郡役所…遠藤酒造場…須坂駅

所要時間 約3時間

歩行距離 約2.6km



須坂クラシック美術館



ふれあい館まゆぐら



笠鉾会館ドリームホール



綿幸サロン・蔵の美術館



旧小田切家住宅



塩屋醸造



旧上高井郡役所

2. 臥竜公園・須坂アートパークコース

臥竜公園を起点に、近くのアートパークにある美術館、歴史的建造物を見て回るコースです。

臥竜公園駐車場…須坂市動物園…須坂版画美術館…世界の民俗人形博物館…歴史的建物園…豪商の館・田中本家博物館…升田屋たい焼き店
…臥竜公園駐車場

所要時間 約3時間30分

歩行距離 約4.3km



須坂市動物園



須坂版画美術館



世界の民俗人形博物館



歴史的建物園



田中本家博物館