

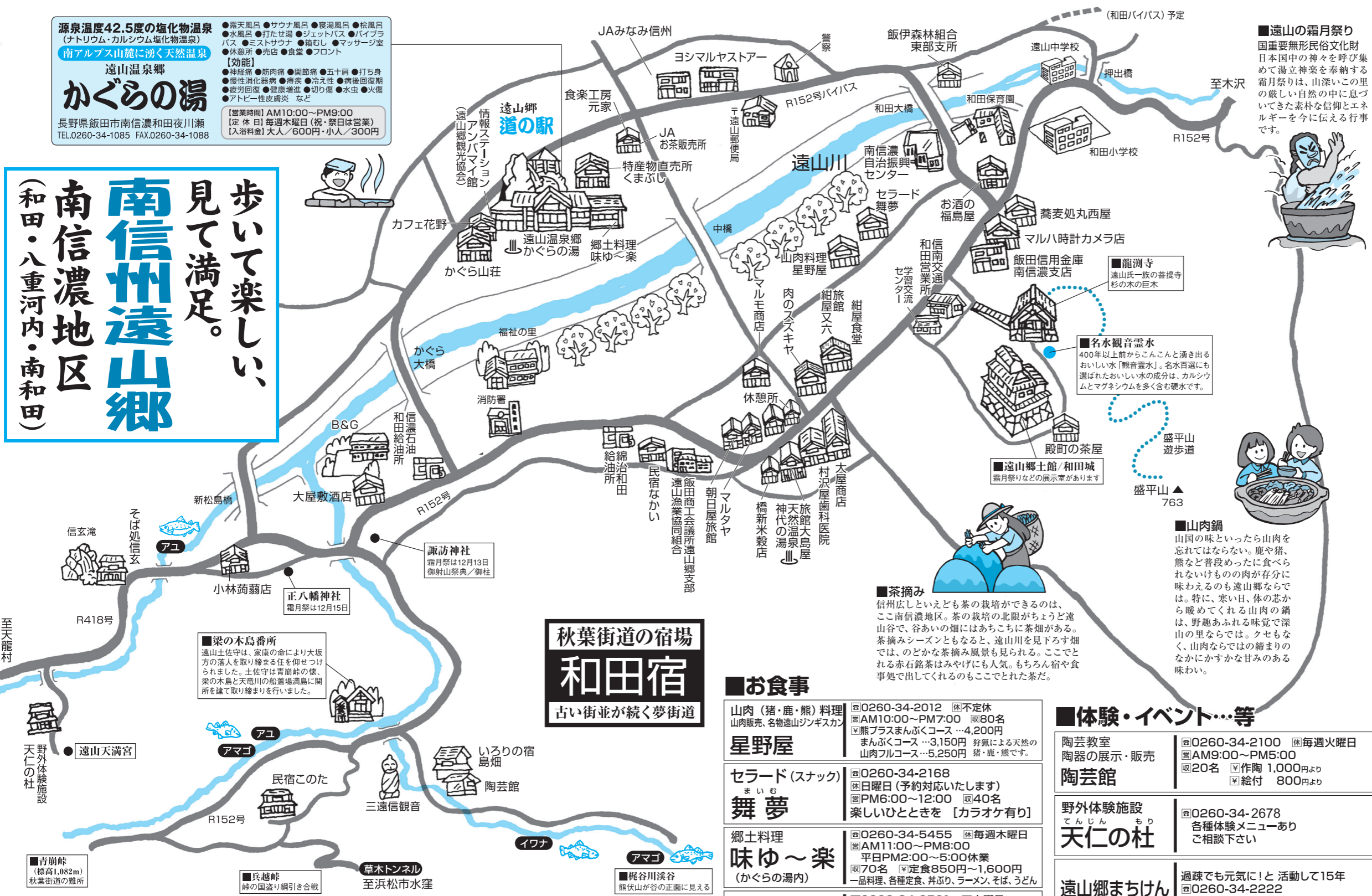
源泉温度42.5度の塩化物温泉
(ナトリウム・カルシウム塩化物温泉)
南アルプス山麓に湧く天然温泉
遠山温泉郷
かぐらの湯
長野県飯田市南信濃和田夜川瀬
TEL.0260-34-1085 FAX.0260-34-1088

●露天風呂 ●サウナ風呂 ●寝湯風呂 ●絵風呂
●水風呂 ●打たせ湯 ●ジェットバス ●ハイプ
バス ●ミストサウナ ●箱むし ●マッサージ室
●休憩所 ●売店 ●食堂 ●フロント

【効能】
●神経痛 ●筋肉痛 ●関節痛 ●五十肩 ●打ち身
●慢性消化器病 ●痔疾 ●冷え性 ●病後回復期
●疲労回復 ●健康増進 ●切り傷 ●水虫 ●火傷
●アトピー性皮膚炎 など

【営業時間】AM10:00～PM9:00
【定休日】毎週木曜日(祝・祭日は営業)
【入浴料金】大人/600円・小人/300円

歩いて楽しい、
見て満足。
南信州遠山郷
南信濃地区
(和田・八重河内・南和田)



遠山の霜月祭り
国重要無形民俗文化財
日本国中の神々を呼び集
めて湯立神楽を奉納する
霜月祭りは、山深いこの
里の厳しい自然の中に息づ
いてきた素朴な信仰とエネ
ルギーを今に伝える行事
です。



秋葉街道の宿場
和田宿
古い街並が続く夢街道

茶摘み
信州広しといえども茶の栽培ができるのは、
ここ南信濃地区。茶の栽培の北限がちょうど
遠山谷で、谷あいの畑にはあちこちに茶畑がある。
茶摘みシーズンともなると、遠山川を見下ろす畑
では、のどかな茶摘み風景も見られる。ここでと
れる赤石銘茶はみかげにも人気。もちろん宿や食
事処で出してくれるのもここでとれた茶だ。

山肉鍋
山国の味といったら山肉を
忘れてはならない。鹿や猪、
熊など普段めったに食べら
れないものの肉が存分に
味わえるのも遠山郷なら
だ。特に、寒い日、体の芯
から暖めてくれる山肉の鍋
は、野趣あふれる味で深
山の里ならではの。クセも
なく、山内ならではの締め
のなかにかなすか甘みのある
味わい。

名水観音霊水
400年以上前からこんこんと湧き出る
おいしい水「観音霊水」。名水百選にも
選ばれたおいしい水の成分は、カルシウ
ムとマグネシウムを多く含む硬水です。

龍瀧寺
遠山氏一族の菩提寺
杉の木の大木

遠山郷土館/和田城
霜月祭りの展示室があります

お食事

- 山肉(猪・鹿・熊)料理** 0260-34-2012 不定休
AM10:00～PM7:00 80名
熊プラスまんぷくコース 4,200円
まんぷくコース 3,150円 狩猟による天然の
山肉フルコース 5,250円 猪・鹿・熊です。
- 星野屋** 0260-34-2168 日曜日(予約対応いたします)
PM6:00～12:00 40名
楽しいひとときを【カラオケ有り】
- セラード(スナック)** 0260-34-2168 日曜日(予約対応いたします)
PM6:00～12:00 40名
楽しいひとときを【カラオケ有り】
- 舞夢** 0260-34-2168 日曜日(予約対応いたします)
PM6:00～12:00 40名
楽しいひとときを【カラオケ有り】
- 郷土料理** 0260-34-5455 毎週木曜日
AM11:00～PM8:00
平日PM2:00～5:00休業
70名 定食850円～1,600円
一品料理、各種定食、丼ぶり、ラーメン、そば、うどん
- 味ゆ～楽** 0260-34-5455 毎週木曜日
AM11:00～PM8:00
平日PM2:00～5:00休業
70名 定食850円～1,600円
一品料理、各種定食、丼ぶり、ラーメン、そば、うどん
- げんや** 0260-34-2501 日曜日
AM11:30～PM2:00
PM6:00～PM10:00 (LO)
昼はランチ・夜は居酒屋
- そば処信玄** 0260-34-5630 第1・3木曜日
AM11:00～PM3:00
※土・日・祝はPM4:00迄
信州そば処・遠山地鶏・キジそばあり
- 蕎麦処丸西屋** 0260-34-2109 毎週水・木曜日(祝日営業)
AM11:00～PM3:00
春～朝摘み山菜の天ぷら
蕎麦終わり次第 夏～薬味おろし蕎麦
秋～きのこのつけ蕎麦
冬～地どりせいろ

体験・イベント...等

- 陶芸教室** 0260-34-2100 毎週火曜日
AM9:00～PM5:00
20名 作陶 1,000円より
絵付 800円より
- 野外体験施設** 0260-34-2678
各種体験メニューあり
ご相談下さい
- 天仁の杜** 0260-34-2678
各種体験メニューあり
ご相談下さい
- 遠山郷まちけん** 0260-34-2222
過疎でも元気に！と活動して15年
0260-34-2222
(会長：鈴木まさし)

食料品

- マルモ商店** 0260-34-2261
豊かな暮らしのお手伝い
地元特産物取扱い店
仕出し・鮮魚・新鮮野菜
移動販売車
- 橋新米穀店** 0260-34-2075
AM7:00～PM8:00
信州ブランド米

- その他**
- 村沢屋歯科医院** 0260-34-2301
毎週日曜日と祭日
AM9:00～12:00
PM2:00～6:00
 - 出光ガソリンスタンド** 0260-34-2004
冬期間(12-4月)のみ日曜休業
AM7:00～PM6:30
(土、日、祝祭日) AM8:30～PM5:30
 - 文具・仏具・雑貨** 0260-34-2053
飯田商工会議所会員
防災用パナソニックどれでもライト
防災用LED強力ライト付ラジオ
マルタヤ 0260-34-2053
防災用パナソニックどれでもライト
防災用LED強力ライト付ラジオ
節電に手動式掃除機(各予約承り中)
 - 気軽に立ち寄れる店** 0260-34-2051
AM7:00～PM8:00
たばこ・塩・履物・日用雑貨

- マルハ時計カメラ店** 0260-34-2112
証明写真・記念写真・デジカメプリント
カラープリント・時計電池替工
- 昭和シェル石油** 0260-34-2033 毎週日曜日
AM7:30～PM6:00
(土・祝日) AM8:00～PM5:30
- 信濃石油(有)** 0260-34-2033 毎週日曜日
AM7:30～PM6:00
(土・祝日) AM8:00～PM5:30
- 和信給油所** 0260-34-2033 毎週日曜日
AM7:30～PM6:00
(土・祝日) AM8:00～PM5:30
- 遠山郷土館** 0260-34-2355 毎週木曜日
AM9:30～PM4:00
大人:300円 小人:100円
小学生未満:無料 カフェもあります

IIDA SHINKIN BANK
飯田信用金庫
南信濃支店 0260-34-5115
ATM時間帯●平日・土曜/8:30～19:00

みなみ信州
南信濃支所 0260-34-2525
お茶販売所 0260-34-2521
ATM営業 平日 8:45～19:00
土・日・祝 9:00～17:00

日帰り温泉・旅館民宿

- 遠山温泉郷** 0260-34-1085
毎週木曜日(祝・祭日は営業)
AM10:00～PM9:00
大人600円 小人300円
源泉温度42.5度の塩化物温泉
- 神々の棲む里に湧く** 0260-34-2030 FAX0260-34-2077
天然温泉神代の湯
旅館大島屋 0260-34-2030 FAX0260-34-2077
チェックイン PM 3:00
チェックアウト AM10:00
50名 旧館7,500円～新館8,600円
源泉温度42.5度の塩化物温泉
- いろいろの宿** 0260-34-2286 月曜日
チェックイン PM3:00 チェックアウト AM9:30
40名 川のめぐみコース 8,400円
いろいろを囲んで心温まるひとときをどうぞ。
- 四季折々の山を目の前に** 0260-34-5034 (FAX) 5091 不定休
大自然で育てた地元新鮮食材を
使った料理でおもてなし!!
民宿このた 0260-34-5034 (FAX) 5091 不定休
チェックイン PM 4:00
チェックアウト AM10:00
10名 7,350円より
すべてのお部屋からの眺めが最高。静かな宿です。
- 山肉・山菜手造りの店** 0260-34-2536・1188
0265-34-1189
20名 年中無休
仕出し弁当・宴会承ります。
- 旅館** 0260-34-2036
チェックイン PM 4:00
チェックアウト AM10:00
25名 8,000円
- ふれあいとくつろぎの宿** 0260-34-2144 毎年年末年始(12/28～1/4)
チェックイン PM 4:00
チェックアウト AM10:00
15名 6,500円より
- かぐらの湯となりの** 0260-34-5777 日曜日
チェックイン PM3:00 チェックアウト AM10:00
25名 6,825円～(2食 9,765円)
※かぐらの湯入浴券付 パソコン無線LAN可
喫茶店「カフェ花野」あります(カラオケOK)
兼泊まり6,825円 朝食付7,665円
- かぐら山荘** 0260-34-5777 日曜日
チェックイン PM3:00 チェックアウト AM10:00
25名 6,825円～(2食 9,765円)
※かぐらの湯入浴券付 パソコン無線LAN可
喫茶店「カフェ花野」あります(カラオケOK)
兼泊まり6,825円 朝食付7,665円

おみやげ

- お酒の** 0260-34-2034 無休
AM7:00～PM7:30
地酒、喜久水、霜月祭、松川蔵
地酒、喜久水のみくらベツッ、麦焼酎「今此処」
信濃ワイン、焼酎そばのかおり、手焼酎「風太」
- 信州特産** 0260-34-2074 無休
手造りこんにやく
地元でとれたこんにやく芋を主原料とし、
遠山の天然水で仕上げました。
- 小林菟蓐店** 0260-34-2056(代)
第1・4月曜日
AM9:00～PM6:30
- 遠山のおみやげが** 0260-34-2056(代)
いっぱい
第1・4月曜日
AM9:00～PM6:30
- ヨシマルヤストア** 0260-34-2222
不定休 AM8:00～PM6:00
山の恵みいっぱい、猪肉・鹿肉をおみやげに
どうぞ。猪ジン・鹿ジン・鹿肉カレー好評です。
- 大屋敷酒店** 0260-34-2305 日曜日
AM7:00～PM8:00
和・洋酒、遠山郷のはちみつ
- 特産物直売所** 0260-34-5605 毎週木曜日
くまぶし AM10:00～PM5:00(冬期変更あり)
地元農産物(下栗イモ・トウモロコシ・キャベツなど)
土産物、お茶、漬物、こんにやく、味噌、ジンギス、
土産物、お茶、漬物、こんにやく、味噌、ジンギス、
- ふじ姫饅頭** 0260-34-5623
AM7:30～売り切れまで