

松信本

MATSUMOTO

茜空・紅葉・黄葉

秋旅

標高差2630m 錦織なす高原大地

文禄（1593〜4）時代に建てられた、五重六階の天守を中心に、連結複合式と呼ばれる独特の構成をもった五棟の櫓が連なる天守閣は、現存する城の中では日本最古。日本アルプスまでをも借景にした威風堂々とした姿が、絶妙の調和を生み出している。

国宝 松本城

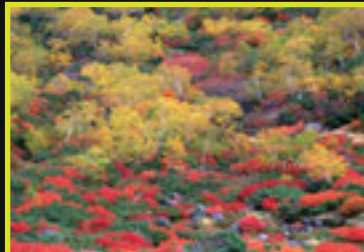
雲間の滝（上高地への途中国道 158 号沿い）



北穂高岳山頂からの槍ヶ岳遠望（標高 3,000m）



乗鞍 位ヶ原



奈川高原蕎麦畑



岳と水が織りなす、透明な地。

誰もが息をのむような、感嘆の声が上がるような、素晴らしい眺めが連続する日本の屋根の名勝。あまりにも大きなスケールの自然と季節は、何度訪れても飽きない、色とりどりのストーリーを秘めています。



■明神池お舟祭(10月8日)



■岳沢湿原



■焼岳登山道

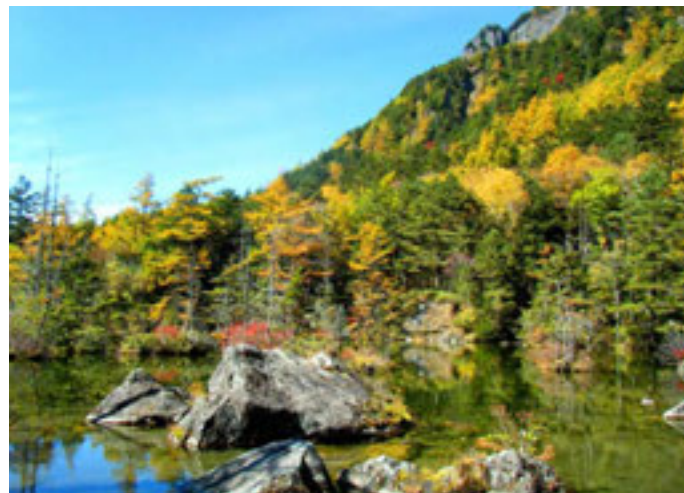
上高地、槍・穂高連峰

上高地遊歩道を歩こう

日本の代表的な山岳景勝地・上高地の中でも、大正池～河童橋～明神池は、上高地らしさを堪能できる平坦で歩きやすい4～5時間のコース。



■上高地河童橋



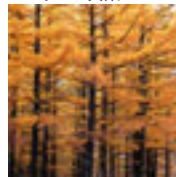
■明神池

■大正池と穂高連峰



■北アルプス 濁沢カール

■カラマツ黄葉





■乗鞍 位ヶ原

乗鞍岳の東に広がる乗鞍高原は、広大な一の瀬園地や湿原、趣の異なる滝、雪質絶好のスキー場など四季を通して見どころ豊富。

乗鞍高原



■乗鞍エコライン

■一の瀬園地の大力エデ



■番所大滝



奈川高原

野麦峠を通じて岐阜県と接する奈川高原は、松本市の最西端にあり、一級品のそばとスキー場、そして温泉が魅力の高原リゾートエリア。

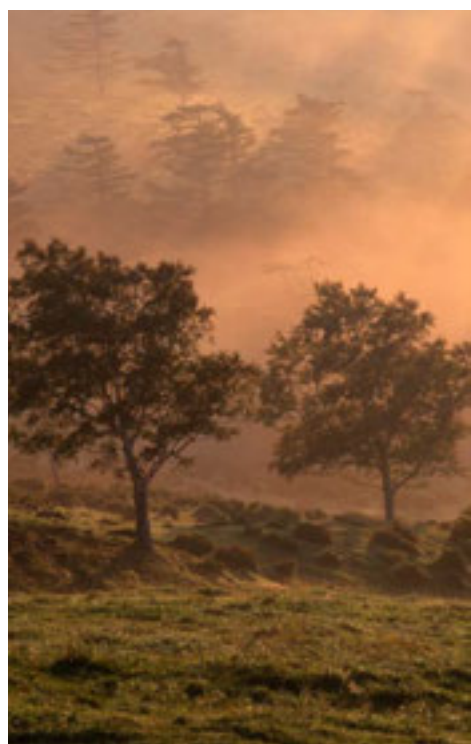
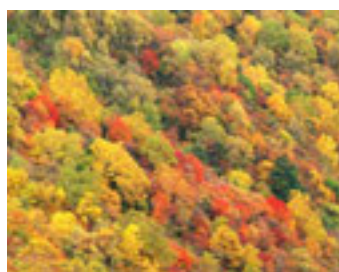


■美ヶ原高原(標高2,000m)



美ヶ原高原

松本市の東に広がる日本一広い高原台地。北・南アルプス、ハケ岳、浅間山、富士山までもが見渡せる360度の大自然が魅力。



歴史に触れよう

訪れるほどに、出会うほどに好奇心や探究心がときめく。山里の歴史は深く、深く、多くの英知を秘めている。松本の文化はいつも心ときめく浪漫の宝庫です。

蔵の町・中町通り

白と黒のなまこ壁が続くしっとりした風情の街並みに蔵造りの店80軒が軒を連ね、城下町の歴史と文化が堪能できます。



はかり資料館

蔵造りの建物の中に全国のはかり約700点を展示。蔵座敷の土蔵と中庭の静寂な佇まいは、隠れた見どころ。



松本民芸館

信州のみならず、国内外の陶磁器や木漆品、郷土玩具などの貴重な民芸品約800点を常時展示・保存しています。



松本市立博物館

松本「まるごと博物館」の中核施設で、松本城関連資料や国指定重要有形民俗文化財コレクションは一見に値します。



重要文化財 旧松本高等学校

北杜夫著の「どくとるマンボウ青春記」の舞台にもなり、大正時代に建てられた洋風校舎は当時の面影を今に伝えます。



緑町・上土通り

緑町は飲食街として栄えた通り。上土は、大正時代の建物が数多く残る「大正ロマンの街」。下町風情の残る個性的な通り。



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、たても野の野外博物館。江戸時代後期から昭和にかけて建てられた5棟(裁判所、工女宿、製糸工場、少年刑務所、木下尚江生家)の歴史的建造物が立ち並びます。



松本市時計博物館

意匠を凝らした和時計や、世界各国のクラシカルな掛け・置き・腕時計などをコレクション。静かに時を刻む姿は必見。



なわて(縄手)通り

松本初の夜店が始まった場所であり、現在も露店やオープンカフェが並ぶ。人情味溢れる通りをゆったりした散策が楽しめます。



藝游館

蔵の町・中町で端唄と三味線の生演奏が行われている。端唄で綴る「松本伝説」は聴き応えあり。

●開：日曜・祝日の13:30~15:00~
●料：700円(お茶・お菓子付き)



重要文化財 旧開智学校

明治9年に小学校として建築された日本最古の和洋混交、擬洋風の建物。明治~昭和の教育資料を多数展示。



県宝 山辺学校歴史民俗資料館

明治18年に建築の和洋両洋の建物様式を取り入れた校舎。教育資料とともに当時の民家、産業、信仰等の資料も展示。



城下町湧水群巡り・街巡り

美ヶ原西麓の扇状地・松本は、豊富な伏流水が湧き出す水の町。

■松本は古くから地元の人々に愛された井戸水、湧水が随所にあります。「城下町湧水群」として平成名水百選に選定。地元の魅力を知り尽くした「まちなか観光ボランティアガイド」がご案内します。ご予約は Tel.0263-39-7176へ1週間前までに。



女鳥羽の泉



鯛萬の井戸



蔵の井戸



源智の井戸



源池の水源地井戸



紅葉狩りの後は温泉で

市内をぐるり16カ所に湧き出す天然温泉。松本の奥座敷、武将の隠し湯など、いずれも高い効能と風情を持つ名湯をご堪能ください。



乗鞍高原のりくら温泉郷

乗鞍岳の麓に広がる乗鞍高原に湧出する泉質の異なる4つの温泉(のりくら高原温泉・すずらん温泉・安曇乗鞍温泉・わさび沢温泉)。トレッキングで疲れた体を癒やしてください。



浅間温泉

開湯は鎌倉時代とも伝えられ、多くの湯治客を迎えてきた、松本城主の御殿湯が設けられていた歴史ある温泉。松本の奥座敷とも呼ばれ、30軒ほどの宿が立ち並ぶ温泉街です。



美ヶ原温泉

起源は「日本書紀」にまでさかのぼり、奈良時代には「東間の湯」と呼ばれ、江戸時代には松本藩の庇護を受けた由緒ある温泉地です。



さわんど温泉

上高地や槍・穂高への拠点、沢渡にあり、中の湯から引湯する効能豊かな温泉です。



上高地温泉

河童橋から下流へ徒歩15分、焼岳を源泉に持つ、湯量豊富な温泉です。



奈川温泉

奈川渡ダムから木曽方面へ向かう黒川河畔にある山里の名湯。入湯はもちろんのこと飲泉しても幅広い効能が期待できます。

横田温泉

開湯は昭和34年、美ヶ原高原や松本観光の拠点として絶好のロケーションです。

中の湯温泉

国道158号線の上高地分岐近くにあり、洞窟風呂が人気の一軒宿の温泉です。

坂巻温泉

梓川渓谷にたたずみ、野趣あふれる露天風呂が人気の一軒宿の温泉です。

扉温泉

鎌倉時代に端を発する鉢伏山山麓の温泉地。美ヶ原山麓にある閑静な山の温泉です。

渋沢温泉

奈川高原に湧出する肌触りが優しく美肌の温泉として人気が高い温泉地です。

新奈川温泉

上高地や白骨温泉への絶好の観光拠点に位置する温泉地です。

竜島温泉

梓川の清流沿いにある日帰り温泉施設。手ぶらで気軽に立ち寄れます。

穴沢温泉

善光寺街道の旅人が湯治し、現在もひびいた風情が人気を呼んでいます。



崖の湯温泉

鎌倉時代に端を発する鉢伏山山麓の温泉地。かつては湯治場として人気を博し、現在でもその効能に人気が高い。



白骨温泉

温泉によって湯の色が微妙に違う人気の温泉地。上高地へ、乗鞍へ、北アルプスを越えて高山へ、広域観光の拠点としても絶好。歴史ある温泉旅館が多く秘境の雰囲気を楽しめます。

技と味の特産品

信州を代表する多彩な食材、そして特産品。
懐かしい郷土の味や昔ながらの伝統工芸品は
ふるさとのおみやげとしてぜひ選びたい逸品です。



手打ちそば

こだわりの名人たちが地区ごとに点在し、
味と個性を競い合う手打ちそば。何度でも
味わいたくなる故郷の味。



バーの街

松本には本格的なバーが10軒以上あり、上質な空間とおいしいお酒が
楽しめる。マスターとの語らいのひと時も松本の夜の楽しみのひとつ。



ワイナリー

ぶどう栽培の好適地、松本で収穫されたぶどうで作ったワインは味・品
質ともに高評価。市内には2箇所のワイナリーがあります。



清酒

アルプスの伏流水や厳冬を活用した地酒は高品質で人気が高い。蔵元
ごとに個性豊かに作られる日本酒を飲み比べるのも楽しい。



葡萄

標高600～700m山辺
地区は、300年の歴史を
誇る、長野県における
「ブドウ栽培の発祥の
地」。昼夜の気温差が、
濃厚なブドウの味を生
み出します。写真の「黄
華」は松本発の新品種。
種はなくそのまま皮ごと
食べられる、上品な
甘さと香りが大好評。
珠玉の逸品です。



おやき

代表的な郷土食のひとつ。作り手により、具
材も旬の野菜や惣菜、山菜など豊富。焼いた
り蒸したりと、様々な触感も特徴です。



松茸

秋の山の幸と言えば各種のキノコ。その中
でも王様は「松茸」。松本はキノコの産地で
もあります。この季節の「キノコ鍋」は絶品。



山賊焼

鶏肉をにんにくや生姜などの入った醤油ベー
スの汁に漬け込み、片栗粉をまぶしてカラッ
と揚げます。アツアツをおいしくどうぞ。



信州味噌

米こうじと大豆で作る淡色辛口の米味噌は、光
沢のある山吹色と特有の香氣・風味が人気。店
ごとにこだわりの味噌蔵が随所にあります。

りんご

日照時間が長く、昼夜の気温差が大きいのが、信州の
りんごが甘く色づきの良いものに育つ秘密です。栽培
面積・生産量も全国2位を誇ります。8月中旬から「つ
がる」、9月下旬からは長野県オリジナル品種「リン
ゴ3兄弟」「秋映」「シナノスイート」「シナノゴールド」
が、11月に入るとりんごの王様「ふじ」が。特に松本産
のりんごは甘味とコクがあると評判。豊富な品種の中
からお気に入りを見つけてください。



深山織・草木織



松本てまり



松本民芸家具



信州・松本そば祭り 10月

- ◆場所：松本城公園 入場無料
- ◆信州・松本そば祭り実行委員会／0263-33-8002

全国の味自慢のそば処が、国宝松本城に大集合。全国のそばを食べ歩く、日本最大級のそば祭り。そばの本場で、味比べをお楽しみください。その他、信州の物産も味わえます。

松本市（観光・宿泊のご案内）

松本市観光温泉課	☎0263-34-3000
松本市観光情報センター	☎0263-39-7176
松本市観光案内所	☎0263-32-2814
浅間温泉観光協会	☎0263-46-1800
松本ホテル旅館協同組合	☎0263-33-5025
浅間温泉旅館協同組合	☎0263-46-1224
美ヶ原温泉旅館協同組合	☎0263-33-2353
松本市四賀観光協会	☎0263-64-3115
松本市アルプス観光協会	☎0263-94-2221
上高地観光旅館組合事務所	☎0263-95-2405
乗鞍高原観光案内所	☎0263-93-2147・2952
白骨温泉観光案内所	☎0263-93-3251
さわんど温泉観光案内所	☎0263-93-1800
ながわ観光協会	☎0263-79-2125
松本市梓川支所経済建設課	☎0263-78-3003
松本市波田観光案内所	☎0263-92-3453

●その他のご案内

新宿駅信州観光案内所	☎03-3341-3261
長野県東京観光情報センター	☎03-3214-5651
長野県名古屋観光情報センター	☎052-263-4118
長野県大阪観光情報センター	☎06-6341-8205
(社)信州・長野県観光協会	☎026-234-7165
JR東日本お問い合わせセンター	☎050-2016-1600
JR東海テレフォンセンター	☎050-3772-3910
松本電鉄上高地線	☎0263-92-2511
NEXCO東日本お客様センター	☎0570-024-024
NEXCO中日本お客様センター	☎0120-922-229
松本駅前バスターミナル	☎0263-32-0910
松本電鉄上高地シャトルバスセンター	☎0263-95-2103
休日・夜間緊急医案内サービス	☎0120-890-423
FDAコールセンター	☎0570-55-0489



JRで

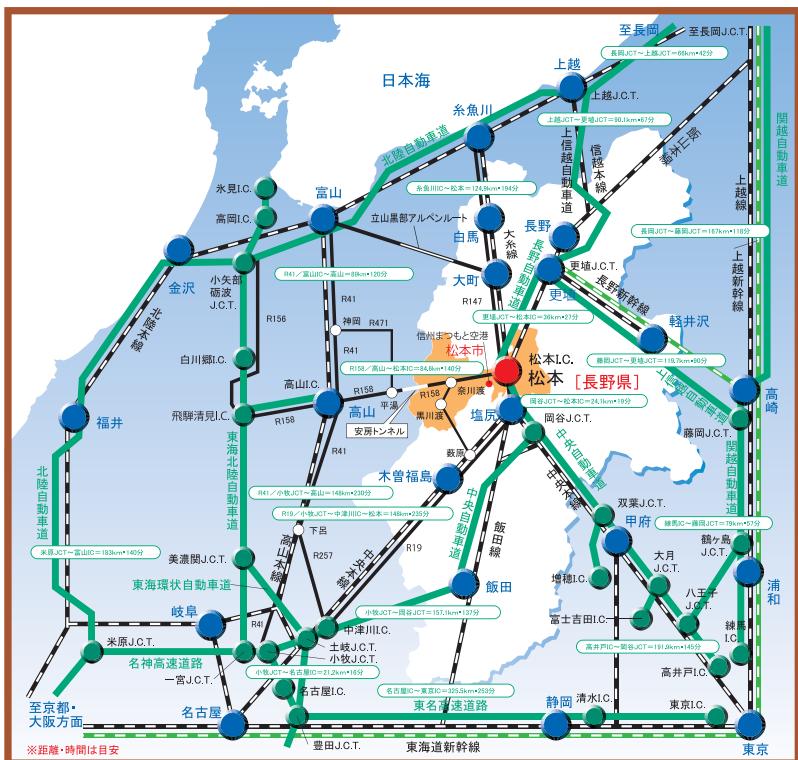
- 新宿から（東京・千葉から一部直通あり）
＝中央東線／特急約2時間30分（1時間に1本）
- 東京から（長野経由）＝新幹線利用約2時間10分
- 名古屋から＝中央西線／特急約2時間
- 大阪から＝新幹線利用約3時間10分

車で

- 名古屋から＝中央自動車道（岡谷JCT）
長野自動車道利用で約200km松本I.C下車、
松本城まで約10分
- 東京から＝中央自動車道（岡谷JCT）
長野自動車道利用で約220km松本I.C下車、
松本城まで約10分

飛行機で（信州まつもと空港利用）

- 福岡⇒松本 85分
- 札幌⇒松本 90分



松本観光でお気づきのこと、ご提案等々お教えてください。 松本観光コンベンション協会 0263-34-3295

●〒390-0874 松本市大手 3-8-13 松本市役所大手事務所 1F ●e-mail yokoso@matsumoto-tca.or.jp

（2012.7.30,000）