

OUT DOOR SORA terrace
ソラ テラス

標高1,770mの絶景テラス

標高1,770mの急斜面に建てられたテラス。条件が合えば眼下に広がる一面の雲海を見渡せるほか、山頂の「SORA terrace cafe」からも寛ぎながら雲の動きを眺めることができる。山草草ガーデンには、「幻の花」とも呼ばれるヒマラヤンブルーポービーをはじめ、約150種もの季節の高山植物が咲き誇る。

〒下高井郡山ノ内町夜間瀬11700 竜王マウンテンパーク内 ☎0269-33-7131 月9時~19時(フード10時~18時LO、ドリンク9時~18時30分LO) ※星空ナイトクルーズ営業日は時間延長 休2019年9月2日(月)~9月6日(金) 定1,500円 図上信越道信州中野ICから車で約30分 備考ロープウェイ往復料金別途(大人2,500円、小学生1,300円)

雲海遭遇率64.3%!
一面に広がる雲のじゅうたん



1.夕立など、急な雨が降った時は雲海の発生率がアップ! 2.暖炉やカフェバーがラグジュアリーな空間を演出。ソファ、テーブル、カウンターと、さまざまな席が用意されている 3.クリームスープ入りの「雲海パイ包みスープ」850円。スープの中には特産品のネガリタケが! 4.[天上の妖精]とも呼ばれるブルーポービーは6月下旬から8月上旬が見頃



ほかにも雲海をモチーフにしたメニューが多数!



元気いっぱい! 日本一寿命の長いホタル!

標高1,600m、日本一標高が高いところに生息するゲンジボタル。見頃の期間中は、足元灯が設置される



お盆頃まで鑑賞できる!

OUT DOOR 石の湯のゲンジボタル
イシノユノゲンジボタル

天然記念物のゲンジボタル

温泉が流れ込むこの一帯は絶好のホタル観賞スポット。ここに生息するゲンジボタルは、発生地の標高が日本一、成虫の発生期間が日本一などといった特徴から、国の天然記念物に指定されている。最盛期は6月終わりぐらいからお盆頃まで。満天の星空の下、無数のホタルが乱舞する。

〒下高井郡山ノ内町志賀高原石の湯 ☎0269-34-2404 (志賀高原観光協会) 図無料 定30円 図上信越道信州中野ICから車で約50分、駐車場から徒歩20分

OUTDOOR 外遊び

澄んだ空気を胸いっぱい吸い込んで散策しよう!

1.遊歩道が整備されているので歩きやすい 2.ニッコウキスゲの見頃は7月3-7月が見頃のコマクサ 4.7月中旬が見頃のシガアヤメ

5万mにも及ぶニッコウキスゲの大群落



OUT DOOR 東館山高山植物園
ヒガシタテヤマコウザンショクブツエン

日本最大級の高山植物園
標高2,030m、東館山の山頂一帯に広がる高山植物園。約10万㎡にも及ぶ園内には志賀高原に自生する500種類もの貴重な植物が植えられている。初夏のニッコウキスゲの大群落は志賀高原のグリーンシーズンを代表する風景の1つ。高山植物の女王コマクサや、珍しいヒカリゴケなども見られる。

〒下高井郡山ノ内町平穂7149 ☎0269-34-2231 (東館山ゴンドラリフト事務所) 図6月上旬~10月上旬:9時~16時 図ゴンドラリフト営業日に準ずる 図無料(リフト代別途) 東館山ゴンドラリフト(6月上旬~10月上旬):大人往復2,000円、小人往復1,100円 高天ヶ原サマーリフト(8月上旬~8月下旬):大人往復1,000円、小人往復600円 図あり 図上信越道信州中野ICから車で約50分



最寄りの長野日産自動車はコチラ! お気軽にお立ち寄りください。



ジューシーな塩麹漬けチキンはご飯との相性も抜群!

おしゃれなプレートでスタミナ補給!

スタミナ肉料理&自然の中で涼遊び

山ノ内町

YAMANOUCHIMACHI



ドライブに最適! 自然に恵まれた高原エリア



Meat chamise チャミセ

ほっこり寛げる和テイストのカフェ
「山ノ内町を体感できるカフェ」をコンセプトに、地元食材を使ったメニューを展開。看板はふわふわのフレンチトーストと塩麹で漬けたチキンで、一皿で両方楽しめる「鶏チキンとバジルチーズのフレンチトースト」が人気を呼んでいる。店内の大スクリーンでは近隣観光スポットの映像を上映。

〒下高井郡山ノ内町平穂2997-4 ☎0269-38-8989 図10時~17時 図月曜 図あり 図上信越道信州中野ICから車で約30分



3.フレンチトーストの甘さと塩麹漬けチキンの塩気のバランスが絶妙! 「鶏チキンとバジルチーズのフレンチトースト」単品:1,080円、ドリンク・スープセット:1,300円
4.ゆったり寛げる店内。観光案内の資料も充実している

Meat 肉



チキンのほどよい塩気がビールをグビグビ進ませる!

Meat HAKKO ハクコ

古民家をリノベしたビアレストラン
地元で作られている「8個」の「発酵」食品(味噌、醤油、酒、ヨーグルト、パン、漬物、麴、チーズ)をふんだんに使った料理で、信州の発酵食文化を世界に発信。地元のクラフトビールも充実しているので、一杯楽しむのもいい。海外からの観光客をはじめ、地元民からも愛されている。

〒下高井郡山ノ内町平穂3010 ☎0269-38-8500 図11時30分~14時30分LO、18時~22時30分LO 図月曜 図4台 図上信越道信州中野ICから車で約30分

Meat HOPE BELL ホープベル

暑い夏にぴったりなメキシコ料理
ロープウェイ駅舎隣のロッチで、本場仕込みのメキシコ料理を提供。人気のタコス、ハードタイプの生地で生ハムを包んだもの、トマト味のトルティーヤでスパイシーな牛挽き肉を包んだもの、ほうれん草の生地で鶏肉を包んだもの、一皿に3つの味がのる。別添えの中辛サルサをお好みで!

〒下高井郡山ノ内町夜間瀬12337 竜王スキーパーク内 ☎0269-33-7103 図11時~15時30分LO(要予約) 図不定休 図8台 図上信越道信州中野ICから車で約30分



リピーター続出! 3つの味の本格タコス

食欲を増進してくれるスパイシーな味付け!