



**お土産**

ドライフルーツを挟んだ「フルーツガレット」(1,350円/4個、1,980円/6個)

**上高地帝国ホテル ギフトショップ**  
カミコウチテイコクホテル ギフトショップ

マフラータオルやTシャツ、コーヒーカップなどのオリジナルグッズがそろったギフトショップ。人気商品はドライフルーツとバターが豊かに香る「フルーツガレット」。

住所: 松本市安曇上高地4460 上高地帝国ホテルロビー階 ☎0263-95-2001  
営業時間: 8時～20時(11月10日は～11時) 休なし(2020年は11月16日から冬期休業) ①なし ②長野道松本ICから約60分の沢渡駐車場までバスまたはタクシーに乗り換え(帝国ホテル前停留所から徒歩で約1分)



# 上高地

秋の上高地は人気の紅葉スポット  
散策の疲れは温泉でゆっくり癒やして!

標高1,500mの大自然から湧き出る温泉は、疲労回復の効果があるそう。日帰り散策や登山の汗を流すのにもおすすめ!

**嘉門次小屋**  
カモンジゴヤ

名物は、囲炉裏の炭火で一本一本丁寧に焼いたイワナの塩焼き。遠赤外線効果でじっくり火を通すので香ばしく、頭からしっぽまで余すことなく食べられる。「岩魚の塩焼き」は1,100円。ご飯と味噌汁、小鉢、漬物付きの「岩魚の塩焼き定食」(1,700円)も。

住所: 松本市安曇上高地4469-1 ☎0263-95-2418  
営業時間: 8時30分～16時30分 休なし(2020年は11月16日から冬期休業) ①なし ②長野道松本ICから約60分の沢渡駐車場までバスまたはタクシーに乗り換え(上高地バスターミナル停留所から徒歩で約50分)



1.2.創業時の明治の面影を残す囲炉裏のある店内  
小屋の前を流れる清流に設置した生け簀から直前にすくったイワナを焼いている

**坂巻温泉旅館**  
サカマキオンセンリョカン

上高地の入口、釜トンネル手前の国道158号に佇む一軒宿。マイカー規制の規制対象外エリアなので、通年で利用できるのも嬉しい。ほのかに硫黄が香る温泉は「子宝の湯」としても知られ、胃腸病や婦人病などにも効果があるといわれている。

住所: 松本市安曇上高地4460 ☎0263-95-2453  
営業時間: IN:15時 OUT:10時 日帰り入浴: 露天9時～16時 内湯11時～16時 休不定休 ①泊2食:11,500円～ 日帰り入浴: 大人600円、小学生以下300円 ②泊台 ③長野道松本ICから約60分 ④ナトリウム・カルシウム・炭酸水素塩・硫酸塩・塩化物泉(低張性中性高温泉) 内湯2・露天2

**上高地ルミエスタホテル**  
カミコウチルミエスタホテル

地下150mから湧く自家源泉を使ったかけ流しの湯が自慢。露天や大浴場はもちろん客室の湯もすべて天然温泉で、プライベートな空間でも至福を味わえる。すべての客室から梓川の清流や雄大な山々を望むなど、眺望も抜群。豊かな自然を感じながら、贅沢なひとときを。

住所: 松本市安曇上高地4469-1 ☎0263-95-2121  
営業時間: IN:14時 OUT:11時 ※新型コロナウイルスの影響で日帰り入浴は制限しています 休なし(2020年は11月15日から冬期休業) ①泊2食:33,000円～ ※入浴税別 ①なし ②長野道松本ICから約60分の沢渡駐車場までバスまたはタクシーに乗り換え(帝国ホテル前停留所から徒歩で約8分) ③弱アルカリ性単純温泉 内湯2・露天2・貸切露天2

**五千尺ホテル上高地**  
スイーツカフェ&バー-LOUNGE  
ゴセンジャクホテルカミコウチ スイーツカフェ&バーラウンジ

松本民芸家具を配した落ち着いたあるラウンジ。チーズケーキやアップルパイなどの名物スイーツに加え、新たにメインダイニングの看板だったビーフシチューがサンドになって登場した。窓の外に広がる眺望も美しい。

住所: 松本市安曇上高地4468 ☎0263-95-2111 営業時間: 9時～16時30分 休なし(2020年は11月16日から冬期休業) ①なし ②長野道松本ICから約60分の沢渡駐車場までバスまたはタクシーに乗り換え(上高地バスターミナル停留所から徒歩で約5分)



1.温泉は日帰り利用可。散策や登山の帰りにも気軽に立ち寄れる。写真は、緑に囲まれた「梓の湯」の内風呂 2.バルコニー付きの川側の客室からは梓川の清流と標高2,500m級の山々を望む 3.信州の食材をふんだんに盛り込んだ創作料理(写真は一例)

1.やわらかな湯で体をボカボカに温めてくれる上高地の湯 2.食事は川魚やキノコ、高原野菜など、地元の旬食材を使ったフレンチを提供 3.写真は、天然温泉をより満喫できる展望風呂付き客室 4.湯量たっぷりの内湯



**上高地温泉ホテル**  
カミコウチオンセンホテル

3つの源泉を持つ、創業130余年の老舗宿。古くは芥川龍之介や洋画家の安井曾太郎といった文人墨客が滞在したことでも知られ、館内のあちこちに彼らの作品が展示されている。露天と内湯は無色透明の湯、ヒノキ風呂は白濁の湯と泉質の異なる2つの温泉が楽しめる。

住所: 松本市安曇上高地4469-1 ☎0263-95-2311 営業時間: IN:15時 OUT:10時 日帰り入浴:12時30分～15時 休なし(2020年は11月15日から冬期休業) ①泊2食:16,800円～ 日帰り入浴:大人800円、小学生以下400円、3歳未満無料 ①なし ②長野道松本ICから約60分の沢渡駐車場までバスまたはタクシーに乗り換え(帝国ホテル前停留所から徒歩で約7分) ③単純温泉(弱アルカリ性低張性高温泉) 内湯2・露天2・貸切露天2

**上高地ルミエスタホテル**  
カミコウチルミエスタホテル

地下150mから湧く自家源泉を使ったかけ流しの湯が自慢。露天や大浴場はもちろん客室の湯もすべて天然温泉で、プライベートな空間でも至福を味わえる。すべての客室から梓川の清流や雄大な山々を望むなど、眺望も抜群。豊かな自然を感じながら、贅沢なひとときを。

住所: 松本市安曇上高地4469-1 ☎0263-95-2121 営業時間: IN:14時 OUT:11時 ※新型コロナウイルスの影響で日帰り入浴は制限しています 休なし(2020年は11月15日から冬期休業) ①泊2食:33,000円～ ※入浴税別 ①なし ②長野道松本ICから約60分の沢渡駐車場までバスまたはタクシーに乗り換え(帝国ホテル前停留所から徒歩で約8分) ③弱アルカリ性単純温泉 内湯2・露天2・貸切露天2



車を降りたら大自然を散策するのいいね!