



癒しの宿 清風苑

砂と塩をブレンドした「砂塩風呂」に入れる全国的にも珍しい宿。リラックス&美肌効果も期待できるので、湯浴みとセットで楽しんで。五感で楽しめる懐石料理は、ボリュームも満点で大満足。山の幸から海の幸まで手の込んだ料理が次から次へと運ばれてくる。

〒下伊那郡阿智村智里338-19
☎0265-43-4141 開:14時30分 OUT:10時
休不定休 内1泊2食:14,300円~ 内40台
中央道飯田山本ICから約10分 内アルカリ性単純硫黄泉 内湯2・露天2・貸切2、砂塩風呂あり

1.砂塩風呂は日帰り利用も可(5,000円 ※宿泊客は3,000円)。男女一緒に利用できる、カップルにもおすすめ! 2.内湯、露天風呂のほかに座湯もあり 3.昼神温泉を見渡せる、眺望抜群の和室 4.品数豊富な豪華な食事

ACHI BASE

昼間はキキ&ララとコラボレーションしたコンセプトカフェ、夜は星空の世界を体験できるバーとして営業。自転車やヘルメット、トレッキングウェアなどを貸し出すレンタルショップや観光案内所、土産物を扱うショップも併設しているので、何かと重宝する。

〒下伊那郡阿智村智里338-25 ☎0265-49-3177
内カフェ10時~17時30分(17時LO)、バー19時~23時30分(23時LO)、物販9時~17時、19時~23時
休不定休 内10台 中央道飯田山本ICから約10分

1.店内の装飾もキキ&ララ仕様 2.化学成分無添加、昼神温泉の湯だけで作った「昼神温泉水ミスト」(80g:1,324円・200g:2,400円)と昼神の湯を再現した「昼神湯粉」(163円)



カラフルな生クリームが添えられた「キキとララの星空ワッフルプレート」(1,500円)とラベンダーショップで色付けされた「夜空に広がる星のソーダフロート」(1,000円)



昼神温泉朝市

365日、毎日開催している名物朝市。新鮮な野菜やフルーツ、加工品、民芸品など、南信州の名産品がそろそろ。早朝から開催しているので、朝の散歩にもぴったり!

〒下伊那郡阿智村智里 ☎0265-43-2631(代表者)
内4月~10月:6時~8時、11月~3月:6時30分~8時
休なし 内100台 中央道飯田山本ICから約10分



懐石と炉ばたの宿 吉弥

旬を大切に懐石料理や炉端で焼く囲炉裏料理が名物。料亭風の個室での昼食(夕食)と温泉付きの日帰りプラン(昼食:6,600円、夕食:8,800円 ※2名~)もあり、気軽に利用もできる。10月からは松茸コースが日帰りプランに登場する。

1.非日常を味わうことができる、開放感たっぷりの露天風呂 2.寒くなるこれからの時期は部屋にこたつがお目見えする 3.月ごとに献立が入れ替わる華やかな懐石料理。秋に登場する名物の松茸料理も待ち遠しい



昼神

阿智川沿いに約20軒の湯宿が並ぶ南信州を代表する温泉郷

PH値9.7という日本屈指の強アルカリ性を誇る“美人の湯”。とろりとした湯は、入るだけで肌がつるつる、すべすべになると評判!



ユルイの宿 恵山

個室の食事処で味わう囲炉裏料理と抜群の眺望が自慢の温泉宿。風情豊かな露天風呂は、アルプスの天然大岩を配した庭園露天風呂になっていて、美肌の湯に浸かりながらじっくりと景色を楽しめる。食事は囲炉裏料理と彩り豊かな会席料理のどちらかを選択。

〒下伊那郡阿智村智里407 ☎0265-43-3188
内15時 OUT:10時 休不定休 内1泊2食:16,200円~
内50台 中央道飯田山本ICから約10分
内アルカリ性単純硫黄泉 内湯2・露天2・サウナあり



1.つるりとど越しの良いうどんを、飯田市のブランド豚「千代幻豚」の旨味を重ねたコクのあるつけ汁で楽しむ
2.カウンターとテーブル席のほか、座敷もあるので、シーンに合わせて利用できる



昼神うどん 玉のゆ

モチモチしたコシのある食感と、ツルリとしたど越しが自慢のうどん屋。イチオシは、つけ汁の中に千代幻豚とネギ、ニンニクチップが入った「昼神うどん」(900円)で、うどんは冷たいざると熱々の釜揚げから選択できる。

〒下伊那郡阿智村智里395 ☎0265-43-2880
内11時~14時、17時30分~20時
休火曜、月曜夜 内10台
中央道飯田山本ICから約10分