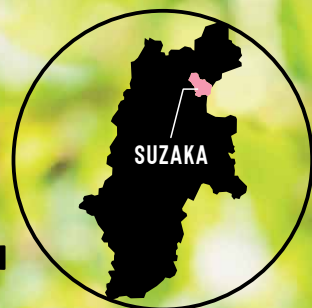


信州でいちばんジューシーな街



須坂市

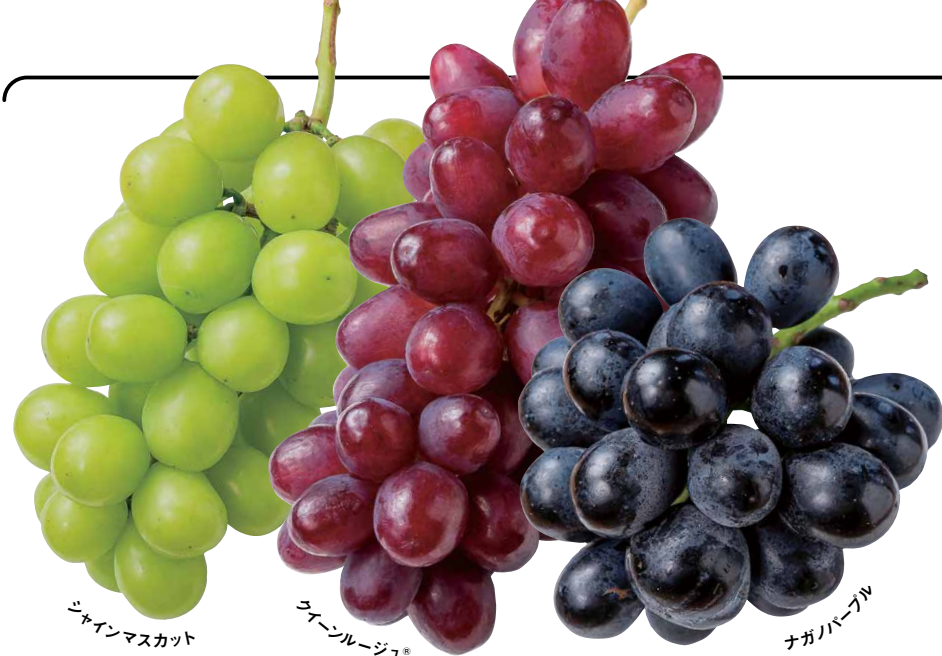
— S U Z A K A —

歴史と自然、
フルーツが香る。



須坂市 フルーツ 図鑑

自然に恵まれた生育環境と、品種改良や安定した生産性などフルーツに関する試験研究を行う長野県果樹試験場を擁する須坂市は、長野県内有数のフルーツの産地として全国から注目を集めています。そんな須坂市が誇るフルーツの数々を一挙にご紹介します。



SUZAKA
FRUITS

01 新種ブドウ 開発の聖地、 須坂市

須坂市が誇る特産フルーツのなかでも、その味や品質から特に評判が高いのがブドウ。「ナガノパープル」や「クイーンルージュ」など、長野県を代表するブドウとして近年注目を集めている品種も須坂市生まれなんです。

●須坂で生産される主な品種

シャインマスカット、ナガノパープル、クイーンルージュ®、巨峰 など

SUZAKA
FRUITS

02 長野県産の オリジナル品種をはじめ 色とりどりのリンゴが勢ぞろい



●須坂で生産される主な品種

シナノゴールド、ふじ、秋映、シナスweet、つがる、ムーンルージュ、シナノドルチェ、シナノリップ など

リンゴは長野県の特産品として県内全域で生産されていますが、なかでも須坂市のある北信濃は、とりわけ高品質なリンゴの産地として有名。蜜たっぷりの「ふじ」をはじめ、バラエティに富んだ品種のリンゴがつくられています。

SUZAKA
FRUITS

04 さわやかな甘さの 「ワッサー」は須坂市生まれ



●須坂で生産される主な品種

ワッサー、川中島白桃、白鳳 など

「川中島白桃」をはじめ、長野県北部はモモの一大産地。そんな北部に位置する須坂市内の農園から自然配合で誕生した「ワッサー」は、桃の甘さにネクタリンの酸味が程よく調和した、夏に良く合うさわやかな味です。

SUZAKA
FRUITS

06 寒冷地方でしか生産できない 高品質なブルーベリー

生食ばかりでなく、ジャムなどの加工品用としても人気が高いブルーベリー。最高品質と言われるノーザン・ハイブッシュ系品種の生育は、須坂市の気候に適しています。



SUZAKA
FRUITS

05 信州の初夏を 告げる味

須坂市にさわやかな夏の訪れを告げるサクランボ。「佐藤錦」などの人気品種はもちろんですが、長野県のみで生産される限定品種「シナノルビー」もオススメです。



全国有数のフルーツの産地

須坂市は、農業生産額の約80%を果樹が占めるフルーツ王国。リンゴとブドウを中心に、ナシやモモ、ブルーベリーやネクタリンなど、さまざまな品種が栽培されています。特にブドウの歴史は古く、高畑地区では明治19（1886）年から栽培を行っていた記録が残っています。果樹栽培の適地は年間降雨量1000mm以下の場所と言われていますが、須坂市の降雨量は800〜900mmと極端に少ないんです。また扇状地なので水はけがよく、昼夜の気温差があるので果実の糖度が上がりやすいというのも、良質なフルーツの産地となり得た理由です。加えて、最先端の研究環境が整った長野県果樹試験場があり、ナガノパープルやクイーンルージュ®をはじめ、須坂市で生まれたフルーツも多数。ぜひそのおいしさを堪能してください。



須坂フルーツ“旬”カレンダー

	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月
サクランボ							
ブルー・ネクタリン・もも							
りんご							
秋映							
シナスweet							
シナノゴールド							
ふじ							
巨峰							
ぶどう							
ナガノパープル							
シャインマスカット							
クイーンルージュ®							
ブルーベリー							



須坂市産のフルーツを使った スイーツもたくさん！

須坂市内には、新鮮な地元産フルーツを使ったスイーツを提供しているカフェや菓子店がたくさん。宝石箱のように美しいパフェから果実感たっぷりの和菓子まで、須坂市を旅すれば、さまざまなスイーツに出逢えます。

CHECK!

ふるさと納税寄付受入件数、3年連続*長野県1位！

須坂市はふるさと納税年間受入額が県内市町村の中でも2位（2021年度）。さらに年間寄付受入件数は2018年度から2021年度まで3年連続で1位の実績を誇ります。さまざまなフルーツが潤沢にあることから、寄付者の8割が返礼品にフルーツをチョイス。もちろんジュースやワイン、味噌など、加工品も充実しています。詳しくは須坂市のふるさと納税サイトへ。



詳しくは
コチラから
▼



※2018年度～2021年度



もぎたてが買える！味わえる！ 観光農園&果樹園

フルーツを収穫したり、農園で直接購入できたり。須坂市にはおいしい魅力たっぷりの観光農園や果樹園がたくさんあります。



各農園の
詳細はコチラ

- …直売あり
- …フルーツ狩り
- …サクランボ
- …ブルーベリー
- …モモ
- …ブドウ
- …リンゴ

※下記の果樹農園は、信州フルーツ王国振興会または、信州須坂観光協会の加盟会員です。

マルログ遠町遊覧園
国須坂市高畑町1838-2
☎026-246-4619、026-245-1227

丸長果樹園
国須坂市高畑町1256
☎026-246-8514、026-246-2318

青木農園直売所
国須坂市本郷町2977-1
☎026-248-1429、026-246-3884

自然農園富岡
国上高井郡小布施町都住三毛300
☎026-247-5358、026-247-3400

岡沢果樹園
国須坂市高畑町1261
☎026-248-2984、026-245-1226

三田農園
国須坂市北旭ヶ丘3614-1
☎026-246-8235、026-247-3370

竹前農園
国須坂市松川町3755-3
☎026-214-3820、026-247-4387

荒井農園
国須坂市本郷町3133-6
☎026-248-7744、026-246-2809

やまとフルーツ農園
国須坂市高畑町4292
☎026-246-8443

中条フルーツ農場
国須坂市松川町3750
☎026-245-1955

そりまち農園
国須坂市高畑町1269
☎026-246-8550

カネ十農園
国須坂市日滝3722-5
☎080-5772-9174

フルーツのみやがわ
国須坂市本郷町3640
☎026-245-6230

青木果樹園
国須坂市本郷町739-2
☎090-3312-0799

後藤農園
国須坂市野辺635
☎026-245-9865

さくらんぼ時上農園
国上高井郡高山村高井187
☎090-4567-6158

ブルブルファーム20(ニレイ)
国須坂市に礼283-1
☎080-6906-6097

そのさとブルーベリー農園
国須坂市豊丘町742-1
☎026-248-4627

ブルーベリー農園 森の畑
国須坂市福島町311
☎026-214-6559

黒岩果樹園
国須坂市日滝3114-8
☎026-245-5030

宮川農園
国須坂市大谷町447-4
☎026-248-1160

中村農園
国須坂市板倉350
☎026-245-9841

田中果樹園 TANAKA・FARM
国須坂市豊丘町1878
☎026-247-8917

信州須坂 太田農園
国須坂市小島町567-2
☎026-246-1834

須坂市の旬を買える！

農産物直売所

●関谷温泉 湯っ蔵んど MAP 19 C-3

国須坂市仁礼7 ☎026-248-6868
国10時～21時、土日祝～22時 国不定休

●アグリスA・コープ すこう店 MAP 56 A-2

国須坂市小河原1080-1 ☎026-248-8888 国9時30分～20時（日曜9時～） 国年に数回いずれかの水曜日

●JAながの須高フルーツセンター
「赤い屋根」直売所 MAP 57 A-2

国須坂市小島590-2 ☎026-248-5228 国10時～16時
国火曜（11月は無休） 国8/1～11/30までの営業





SPOT DATA

〒須坂市野辺581-1
☎026-214-3837
開10時～16時LO
休月・火曜 休20台
※冬季は営業日・営業時間変動あり

SPOT
03

カフェ ル・パニエで ピクニックランチ

MAP 50 E-1

のんびりサイクリング

市街地
から
2.6km

e-bike
で
約15分

多くのメディアが取り上げる
おしゃれなガーデンカフェ

四季折々の花や緑で彩られた「ガーデンソイル」内にある農園カフェ。フランス語で「カゴ」を意味する店名の通り、「自然と時間が編み込まれた場所」をコンセプトに、自家農園栽培のフルーツやハーブを使ったメニューを提供しています。ガーデン内の好きな場所で食べられる「ピクニックセット」が人気。



GOOD LOCATION

フルーツ香る畑道を
かけぬける!



SUZAKA CYCLING MAP



歴史情緒ある
蔵の街並み



蔵の街並み

百々川河川敷

垣野の棚田

フルーツ畑

鮎川

米子川

須坂駅前観光案内所

信州須坂観光協会

臥竜公園

蔵の街並み

百々川河川敷

垣野の棚田

フルーツ畑

鮎川

米子川

須坂駅前観光案内所

信州須坂観光協会

臥竜公園

蔵の街並み



「湯」も「食」も浸喫! 一日ゆったりできる温泉

バラエティ豊かな湯殿が男女併せて14ある日帰り温泉施設。野趣あふれる岩風呂がある和風の「臥竜の湯」、ジャグジーなどがある洋風の「鎌田の湯」は、日替わりで男女入れ替えに。レストランやカフェのおいしさにも定評があり、手作りの湯あがりジェラートや石窯焼きピッツァ、牛乳パンなど名物も多数あります。



SPOT DATA

〒須坂市仁礼7 ☎026-248-6868 開温泉: 10時～21時(最終受付20時)、土日祝～22時(最終受付21時)、食事処: 11時～15時、16時30分～20時LO(土日祝～21時LO) 休メンテナンス休館あり 休250台

須坂の景色を満喫

市街地
から
5.6km

e-bike
で
約30分

湯っ蔵んどで リラックス♪

MAP広域 19 C-3



臥竜公園の
美しい紅葉♪



牛乳ならではの
やさしい甘さ



まずは、ここで
e-bikeをレンタル!

SPOT
01

蔵のまち観光交流センター「くらっと」から 自転車旅をスタート!

MAP 01 B-2

SPOT DATA

〒須坂市須坂352-2
☎026-248-6867
開9時～17時
休年末年始(12/29～1/3)
休5台

レンタル料金

・普通自転車
半日.....1,000円
1日.....1,500円
・電動アシスト自転車
半日.....1,500円
1日.....2,000円
・e-bike
半日.....2,000円
1日.....3,000円

レンタルスポット

信州須坂観光協会
・須坂駅前観光案内所
☎026-215-2225
・蔵のまち観光交流センター「くらっと」
☎026-248-6867

のぼり坂もスイスイ!
小回りもバグン!
e-bikeは須坂散策の新定番!



レトロな
お店を発見!



SPOT
02

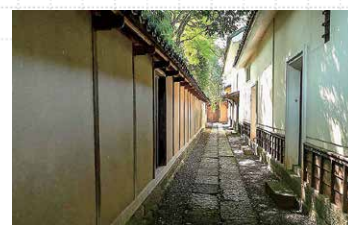
田中本家博物館で 須坂市の歴史と文化を知る

MAP 17 C-5

本格的なお抹茶も
楽しめます♪

豪商の栄華を いまに伝える博物館

穀物や菜種油などの商売で財を成した江戸時代の豪商・田中家に伝わる品々を公開する博物館。陶磁器や漆器などの美術品をはじめ、着物や教育玩具など、その所蔵数は3万点にも及びます。約3,000坪もある豪大な屋敷構えも圧巻。四季折々の景観が楽しめる池泉廻遊式庭園も見学できます。また、併設の喫茶「龍潜」では美しい庭園を眺めながら、軽食やお菓子、お茶などを味わえます。



SPOT DATA

〒須坂市穀町476 ☎026-248-8008
開11時～15時30分、土日祝10時～16時 ※最終入場閉館30分前
休火曜(祝日の場合は翌日)、展示替えなどによる臨時休館日あり
休50台 休冬季は営業日・営業時間変動あり、ランチは土日月祝のみ

お気軽コース

市街地
から
1.3km

e-bike
で
約7分

自転車で巡る
「須坂市スマート旅」

須坂市では、自転車のレンタルを行っています。車も良いけど、天気の良い日には、街の景観をゆっくり感じながらサイクリングで目的地へ向かうのもオススメです。



不動滝は落差89m。流れ落ちる水はまるでレースのカーテンのように霧状になびきます。古くから修験者の「みそぎの場」として知られ、今でも滝に打たれる行者の姿が見られます

ついでに
立ち寄り

米子瀧山不動寺

☎026-245-0972 MAP広域 05 C-3



米子不動尊 (里堂)

上杉謙信公の護持仏であった不動明王を本尊とし、千葉成田、新潟菅谷の不動尊とならぶ日本三大不動尊のひとつに数えられている「米子瀧山不動寺」。米子瀑布群の麓にある「奥之院」と、そこから少し下った米子地区にある「里堂(本坊)」があり、季節により本尊を移しています。

SPOT 02

大河ドラマにも登場した長野県有数の名勝地

ヨナコダイバクフ

米子大瀑布

MAP広域 04 D-5

☎026-215-2225 (信州須坂観光協会) 図上信越自動車道 須坂長野東ICから車で約40分(駐車場から徒歩で約30分)

美しい紅葉が彩る断崖を
流れ落ちる滝の雄大さ



根子岳と四阿山の源流に静寂な谷に並び落ちる落差80メートル級のふたつの滝「不動滝」「権現滝」は、日本の滝百選に選定される名瀑。四阿火山カルデラの断崖を勢いよく流れ落ちる様は圧巻です。周遊道をしばらく歩けば、まるで吸い込まれてしまいそうな壮大な自然を全身に感じることができます。NHK大河ドラマ「真田丸」のオープニング映像のロケ地として使われたことで一躍有名となったこの名勝地。特に紅葉のシーズンは人気が高く、多くの人が訪れます。

長野県の北東部に位置する須坂市は豊かな自然に恵まれ、風光明媚な景観と歴史文化が調和したまち。須坂を巡り、季節ごとに表情を変える美しい景色を五感で感じてください。

峰の原高原から行ける
絶景の登山ルート！

峰の原高原から出発し、峰の原高原へ戻る根子岳への登山では、高山植物を楽しみながら歩くならかな登山道で、初心者でも気軽にトレッキングが楽しめます。(所要時間:往復約4時間30分)



根子岳



根子岳山頂

SPOT 01

一年を通して、自然を満喫できる高原リゾート

ミネノハラコウゲン

峰の原高原

MAP広域 03 D-3

☎090-4949-3080 (峰の原高原観光協会) 図上信越自動車道 須坂長野東IC・上田菅平ICから車で約30分

根子岳・四阿山の西山麓に位置する標高約1,300～1,600mの自然豊かな高原。周辺には、ペンションやログなどの宿泊施設が40軒ほど点在しており、のんびりと過ごすリゾート拠点としても大変好評です。冬はファミリーに人気の高いスキー場、春から秋にかけてはテニス、ゴルフ、登山、星空観察、キャンプ、グランピングなど、四季を通じてスポーツやレジャーを楽しむことができます。また、スポーツの合宿地としても人気が高く、多くの人が訪れています。



スポーツ
合宿の聖地！

峰の原高原の標高を活かしたクロスカントリーコースは、高地トレーニングに最適。芝コースの外周、ゴムチップ弾性舗装による全長2.0kmの全天候型コース、全天候型トラック(400m)を備えており、駅伝の名門大学や、実業団のチームにも多く利用されています

四季折々、須坂観光

春夏秋冬、朝昼晩
いつ撮っても映える眺望



1



2

1.「こもれびテラス」では、気象条件がそろうと季節を問わず北アルプス全山や雲海が見えます 2.毎年11月上旬と2月上旬のわずかな数日だけ、北アルプス・槍ヶ岳の真上に夕陽が沈む「槍に刺さる夕陽」を見ることができます

SPOT 04

あのアニメで一躍人気フォトスポットに

サカタヤマキョウセイノモリ リュウノワリイシ

坂田山共生の森 一竜の割石

☎026-215-2225 (信州須坂観光協会) 図上信越自動車道 須坂長野東ICから車で約15分

MAP広域 07 B-3



坂田山は市の史跡「吉向焼窯跡」や文化財の古墳群などがあり、市街地に近い里山として市民に親しまれています。その中腹にある「竜の割石」はその昔、竜が水を飲もうとし、爪をかけ割ってしまったと伝えられている割石。あの大人気アニメに登場する岩に似ていると、話題になっています。

SPOT 05

東日本最大・最古級の古墳群

ハッチョウヨロイツカコフン

八丁鎧塚古墳

☎026-215-2225 (信州須坂観光協会) 図上信越自動車道 須坂長野東ICから車で約10分

MAP広域 08 B-3

河原石を積み上げた「積石塚」と呼ばれる6基の古墳群から成り、鮎川の段丘上に点在。特に県史跡に指定されている1号・2号墳は径25.5m、高さ3mを超え、積石塚としては東日本最大・最古級を誇ります。勾玉、帯金具などの貴重な遺物が発見されています。



SPOT 03

100万株のレンゲツツジは県内最大規模

ゴミイケハフコウゲンシゼンエン

五味池破風高原自然園

☎026-215-2225 (信州須坂観光協会) 図上信越自動車道 須坂長野東ICから車で約45分

MAP広域 06 C-5

まるで絵画のような
自然のコントラスト



群馬県との境、標高1,999メートルを誇る破風岳の西に広がる高原。6月中旬から下旬にかけては、100万株ともいわれるレンゲツツジ大群落が一斉に咲き競い、高原一帯が美しいオレンジ色で彩られます。また、9月上旬から中旬にかけてはエゾリンドウを見ることができます。見晴らしも見事で、北アルプスや北信五岳の眺望は格別です。

須坂温泉 古城荘

☎026-245-1460

MAP広域 20 B-3



▶営業時間
6時～22時(最終受付21時)
▶入浴料
大人600円、小学生300円、
幼児無料
▶泉質
弱アルカリ性単純温泉
▶風呂
内湯、露天
▶施設
売店、無料休憩所、食事処

上杉謙信が疲れを癒したと言われる名湯。広い内湯と露天があり、開放感は抜群。露天風呂泉質は肌に優しい弱アルカリ性単純温泉。疲労回復をはじめ打ち身、筋肉痛、関節痛なども癒してくれます。



仙仁温泉 岩の湯

☎026-245-2453

MAP広域 22 C-3



▶泉質
単純温泉
▶風呂
内湯、露天、
洞窟風呂(混浴)、貸切風呂
▶施設
宿泊者のみ利用可
※併設の「ディールーム横」は、
宿泊者以外も利用可

平安時代、山伏によって発見されたという秘湯は川中島にも近いことから、川中島の合戦以降に武田信玄の隠し湯になったとされる古い歴史を持つ温泉です。現在は「岩の湯」宿泊者のみ利用可能となっています。



関谷温泉 湯っ蔵んど

☎026-248-6868

MAP広域 19 C-3



▶営業時間
10時～21時(最終受付20時)、
土日祝～22時(最終受付21時)
▶入浴料
中学生以上700円、小学生400円、
未就学児無料 ※平日17時～:
中学生以上500円、小学生300円
▶泉質
単純温泉
(低張性弱アルカリ性温泉)
▶風呂
内湯、露天、サウナ、福祉浴室
▶施設
売店、無料休憩所、
食事処、カフェ、ペーカリー、
宴会場、福祉浴室



福寿の湯温泉 福寿荘

☎026-245-5701

MAP 21 E-5



▶営業時間
10時～21時
▶入浴料
大人600円、小学生以下300円
▶泉質
弱アルカリ性単純温泉
▶風呂
内湯
▶施設
売店

美人の湯と言われる弱アルカリ性単純温泉の湯。居心地の良いアットホームな雰囲気は利用者から定評があり、有名スポーツ選手なども訪れます。周辺は観光施設も多く散策ついでの利用もおすすです。



「須坂の温泉」

詳しくは
こちら



「須坂に触れる」

その土地を深く知るためには、そこに息づく文化を体験してみること大切。須坂市では、様々な体験を通して地域の魅力を知ってもらう体験プログラムをご用意しています。

体験プログラム

農業体験／峰の原高原で自然体験／スキー体験／蔵の町並み(蔵を活かした街づくり)／お寺で修業体験(座禅と住職の法話など)／老舗めぐり体験(伝統と匠の技)／郷土食「おやき」の調理体験／寿司作り体験／味噌作り体験(味噌蔵見学)など

問い合わせ

信州須坂観光協会
☎026-215-2225



1.園内にある「須坂市動物園」はアカカンガルーのハッチで全国にその名を知られた動物園 2.冬の風物詩「カピバラ温泉 華の湯」ではお風呂でほっこり温まるカピバラに癒やされる人が続出! 3.園内のお店で売られている色の濃い出汁のおでんは公園の名物。竜ヶ池周辺にある店が販売を始めて以来、80年以上の歴史がある



池岸を彩るように
600本の桜が咲き競う



春の桜、初夏の新緑、秋の紅葉、冬の雪景色と、一年を通して憩える場所として、市民に親しまれる公園。公園の設計者は明治神宮や小諸懐古園などを手掛けた日本初の林学博士・本多静六教授で、1931年に築造されました。公園全体で約600本の桜が色づく様はため息が出るほど。臥竜山の松は龍が臥しているように見え「日本の名松100選」にも選定されています。また、園内には須坂市動物園や名物「真っ黒おでん」もあり、一日中楽しめる人気スポットです。

桜の名所100選にも選ばれた須坂市民、憩いの公園
ガリュウコウエン
スザカンドウブツエン
臥竜公園 & 須坂市動物園
☎026-245-1770(臥竜公園管理事務所) 図上信越自動車道須坂長野東1Cより車で約15分

MAP 09 D-3
MAP 10 D-3

花と緑が美しく咲き競う

信州須坂
オープンガーデン
を見学

ペンションや個人宅の庭園を、オーナーの好意や善意で見学用に開放しているプロジェクト「信州須坂オープンガーデン」。それぞれ個性のあるオープンガーデンはコンセプトも見どころもさまざま。庭づくりの知恵やこだわりなど、オーナーとの交流も楽しみのひとつです。



☎026-248-9007(須坂市まちづくり課)

須坂イベントカレンダー

四季を通じて、街の魅力を感じられるイベントが盛りだくさん。いつ来ても楽しい須坂市へ足を運んでみてください!



秋

9月中旬	すこうぶどう祭り
9月下旬	須坂スイーツフェスタ
10月上旬	クラフト&アートフェア
10月下旬	信州須坂 大菊花展
11月上旬	須坂えびす講
11月下旬	信州須坂とよおか新そば祭り



春

4月上旬	臥竜公園さくらまつり
4月中旬	豊丘の大桜 観桜会ひんのべまつり
4月下旬	五月人形 菖蒲の節句
5月下旬	森の中のクラフトフェア



冬

12月下旬	スキー場開き
2月上旬	三十段飾り 千体の雛祭り
3月上旬	わくわくひなまつり



夏

7月下旬	祇園祭(笠鉾巡行)
7月下旬	須坂カッタカタまつり
7月下旬	須坂みんなの花火大会

須坂で学ぶ

歴史と文化が現代に息づく須坂市。市内には、その歩みを伝える魅力的な文化施設が多く点在しています。

▶ 笠鉾会館ドリームホール

MAP 12 B-3



須坂祇園祭で巡行する笠鉾11基と屋台を常時公開。2・3階では、江戸時代の人々の暮らしと須坂藩堀家資料を展示しています。

須坂市須坂410-1 ☎026-246-7100
☎9時～17時 図月曜(祝日の場合は開館)、祝日の翌日、
12/29～1/3 図一般200円(1階は見学無料)、高校生以下無料

▶ 須坂版画美術館

MAP 16 E-4



須坂市出身の版画家・小林朝治氏の版画作品と、交流のあった全国の版画家たちの作品や版画同人誌など、多数収蔵しています。

須坂市野辺1386-8 須坂アートパーク内 ☎026-248-6633
☎9時～17時(入館は16時30分まで) 図水曜(祝日の場合は開館)、
12/29～1/3 図一般300円、高校生以下無料 図企画展は別料金

▶ 世界の民俗人形博物館

MAP 16 E-4



有名デザイナーを多く輩出する文化服装学院の名誉学院長・小池千枝氏が収集した世界100か国・約3,000体の民俗人形を展示しています。

須坂市野辺1367-1 須坂アートパーク内 ☎026-245-2340
☎9時～17時(入館は16時30分まで) 図水曜(祝日の場合は開館)、
12/29～1/3 図一般300円、高校生以下無料 図企画展は別料金

▶ 須坂市立博物館

MAP 11 C-3



須坂の歴史や自然を知る「まるごと博物館」の入口として、市内の古墳などから発掘された出土品を中心に展示しています。

須坂市臥竜2-4-1 臥竜公園内 ☎026-245-0407
☎9時～17時 図月曜(祝日の場合は開館)、祝日の翌日、
12/29～1/3 図一般100円、高校生以下無料

▶ 須坂クラシック美術館

MAP 13 B-2



日本画家・岡信孝氏から寄贈された、大正から昭和期のアンティーク着物をはじめとした約2,000点の古民芸コレクションを収蔵展示しています。

須坂市須坂371-6 ☎026-246-6474
☎9時～17時(入館は16時30分まで) 図木曜(祝日の場合は開館)、
12/29～1/3 図一般300円、高校生以下無料

▶ 旧小田切家住宅

MAP 15 A-3



須坂の製糸業発展に貢献した豪商・小田切家の旧邸宅を一般公開。石橋のある門構えなど、当時の繁栄をうかがい、当ることが出来ます。

須坂市須坂423-1 ☎026-246-2220
☎9時～17時(入館は16時30分まで) 図木曜(祝日の場合は開館)、
12/29～1/3 図一般300円、高校生以下無料



須坂
ごはん

ウェイウェイギョウザ

ウェイウェイ餃子

中国出身の店主が故郷の家庭の味を再現した本場の餃子を販売。「中国では朝から餃子を食べる」という事柄から、ニンニク、キャベツ、白菜を使用しない餃子を提供しています。

食材の味が引き立つ
熱々ジューシーな餃子



予算 〔昼〕～1,000円
〔夜〕

須坂市坂田50-1 ☎026-248-3338
 営11時～14時、16時～(売切次第終了)
 休水曜 営10席 閉3台



須坂
ごはん

ざかすラーメン

中華そばや豚骨、鶏白湯など幅広いメニューをそろえるラーメン店。定番メニューのほか、10辛まで選べる「辛みそジンジャー」など独創性豊かなメニューも高い人気を誇ります。

個性豊かなラーメン



予算 【昼】～1,000円
【夜】～1,000円

【店】須坂市立町1445-1
☎026-248-9595 営業11時～14時
10分L、17時30分～20時30分L
【休】月曜 区35席 区15台



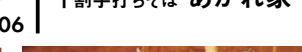
須坂
ごはん

アガレサ

十割手打ちそば あがれ家

周辺地域で栽培する蕎麦を石臼で自家製粉し手打ちする、香りととの越しの良いそばが自慢。季節の天ぷらやタケノコの炭火焼き、鴨の燻製など一品料理もそろいます。

06



自家製から提供すべて
製粉から仕上げるそば

予算 〔昼〕1,000円～2,000円
〔夜〕1,000円～2,000円

住須坂市上中町27 ☎026-246-7050
 営業11時～14時、18時～22時
 休水曜（祝日の場合は営業）
 座28席 P20台

SUZAKA
GOHAN

須坂
ごはん

須坂市には、雄大な自然に育
まれた地元食材をふんだんに
使用した料理を提供している
お店がたくさんあります。



ごはん
19

カフェ ル パニエ

CAFE LE PANIER

自家農園のブドウを使ったジュースやホットドッグを定番に、フルーツタルトなど旬の野菜やフルーツ、地元ならではの食材を生かした季節で内容が替わる「農婦シリーズ」にも注目。

地元食材のおいしさと自然をまるごと味わう



予算 【昼】1,500円
【夜】—

住須坂市野辺581-1 ☎026-214-3837
 営10時～16時15分 休月・火曜
 席30席 E20台 営業時間、
 定休日は季節により変動あり



ごはん

須坂
13

旬菜古民家 ゆるり

築百年の古民家を移築した店舗で、伝統の技法に現代のテイストを盛り込んだ創作和食が楽しめます。全国から届く厳選素材や旬の食材を熟練の料理人が腕によりをかけて提供。

予算

【昼】1,000円～3,000円

【夜】2,000円～3,000円

須坂市須坂1385 ☎026-248-6804

営11時～14時30分、
17時～21時30分

休なし 座40席 台16台



食材にこだわった
職人の技が光る味



須坂
ごはん

07

手打ちそばも丼も
すべてが自慢の逸品

マバヤブパテン

松葉屋そば店



1887年の創業以来、昔ながらの製法を変えず守り続ける味に定評あり。そば店でありながら、カツ丼や天丼、須坂市のご当地グルメ「みそすき丼」など、丼物の種類も豊富です。

予算 【昼】1,000円～2,000円
【夜】1,000円～2,000円

住須坂市常盤町702 ☎026-245-0418
 営業11時～14時、17時～20時
 昼木曜 皿30席 皿10台
 毎土日祝は昼営業のみ



須坂ごはん 01

精肉店のクオリティで提供される上質な肉

ソウセキテイ

信州牛 宗石亭



かつては精肉店を営んでいただけあり、素材に定評のある肉料理専門店。特に信州牛は創業からの人気メニューです。また、食事に合うワインも豊富に取りそろえられています。

予算 【昼】1,000円～3,000円
【夜】4,000円～8,000円

☎026-245-0177

☎11時30分～13時30分、16時～21時

☎火曜 区40席 区15台



ごはん
120

ケーキ茶房 みやび



茶そばからケーキまで
色々味わえるリノベ喫茶

廃園になった保育園を再利用した静かなカフェ。ケーキのほかに、ガレットやふわふわのパンケーキ、京都出身の店主がこだわる宇治抹茶を使ったスイーツやドリンク、茶そばも人気です。

予算 【昼】〜1,500円
【夜】〜

〒604-8001 京都市豊丘上町2440-1
☎026-213-6613
営業 11時〜16時、土日祝〜17時
休業 水曜 18席 10台

須坂
ごはん
14

日本庭園を眺めながら
味わう郷土のお料理

キッズリュウセン

田中本家博物館 喫茶龍潜



須坂を代表する観光スポット「豪商の館 田中本家博物館」にある喫茶・お休み処。江戸時代の料理を再現したお弁当メニューや、おやき、お雑煮セットなどのフードメニューも人気です。

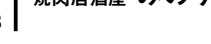
予算 【昼】1,000円
【夜】—

【須坂市穀町476 ☎026-248-8008
【昼11時～15時30分 火曜 休 40席
【P80台 昼ランチは土日祝のみ、
食事メニューは要予約

須坂
ごはん
08

創業以来継ぎ足す
自家製ダレが秘訣

焼肉居酒屋 みのに



豚ホルモンの秘伝のダレに漬け込んだ「みのに焼き」を看板に各種焼肉を取りそろえています。また、割烹出身の店主が手掛ける四季折々の山の幸や旬の刺身もおすすめです。

予算 【昼】－
【夜】4,000円～

生須坂市須坂252-4 ☎026-245-7467
 営17時～24時 休日曜
 席30席 〆なし

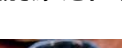


須坂
ごはん

02

駅前の極上焼き鳥

焼き鳥 たれや



先代から受け継ぐ伝統のたれを使った焼き鳥屋。自慢の「やわらかシロ」をはじめ、「つくね三兄弟」「ジュシーねぎま」などメニューは種類豊富。開店とともに、常連客にぎわうお店です。

予算 【昼】ー
【夜】2,000円～3,000円

住 須坂市須坂1230-43
☎ 026-248-5715
🕒 16時30分～22時
🔥 火曜 🍽 19席 📺 なし





須坂
ごはん
21

喜多方だけじゃない
オリジナルメニューも豊富

アイスキタカタラメンクラ

会津喜多方ラーメン蔵

須坂店



縮れた太麺の醤油ラーメンで有名な喜多方の味を伝えてくれる店。本場の味はもちろん、家系をベースに開発したメニュー「須坂味噌ラーメン」は、ここでしか食べられない一杯です。

予算 【昼】1,000円～2,000円
【夜】1,000円～2,000円

〒須坂市井上546-1 ☎026-251-2555
 営11時～23時(22時30分LO)
 休なし 図58席 〆35台

須坂
ごはん
15

豊富なメニューがそろった

コウサンテイ

高山亭 高井本店

高山産の地粉を使用した石臼挽き粉の二八蕎麦と、地元食材を中心に使用した和食が楽しめます。子どもから年配の方まで満足できる、多様なメニュー展開が自慢のお店です。



予算 【昼】1,000円～
【夜】2,500円

住上高井郡高山村高井56-1

☎026-248-1320 ㊤11時30分～14時30分(14時LO)、17時～20時30分(20時LO) ㊤水曜夜 ※12月のみ水曜全日定休 ㊤120席 ㊤50台

MAP広域 48 A-3

須坂
ごはん
09

地元民の胃袋を支える
昔と変わらない店の味

マツヤ

そば処 **松屋**



1912年創業の老舗。そばには信州産などのそば粉を使い、風味の良いニハそばを提供。県内産の豚コース肉を主に使用したカツ丼は「昔と変わらないそのままの味」と評判です。

予算 【昼】1,000円～1,500円
【夜】1,000円～1,500円

住須坂市上中町152 ☎026-245-0023
 営業 11時～14時、17時30分～19時30分
 休火曜、月曜の夜 座60席 □10台



須坂でも1軒の農家でしか作られていない「新幸福ねぎ」を使ったねぎ料理の専門店。甘くて柔らかな朝採れの新鮮なねぎを使った数々の創作料理を店主こだわりのお酒と一緒に味わえます。

〒1,500円～2,500円
【夜】 3,000円～4,000円

須坂市須坂1326-5 ABSビル1F
 ☎090-8126-1473 ㊤11時30分～14時、17時30分～22時 匠木曜(ほか不定休あり) ㊤20席 ㊤3台

高級感あふれる店内で
味わうA5ランクの牛肉

須坂
ごはん
22

キョウゼンパン

焼肉庵 京善橋



ゆっくりと食事が楽しめるよう、居心地の良い空間づくりにこだわった焼肉店。和牛のA5ランクを中心にホルモンや海鮮、ご飯ものなどバラエティ豊かなメニューがそろっています。

予算 〔昼〕－
〔夜〕 4,000円～6,000円

☎須坂市井上547-1 ☎026-214-9840
 曜17時～22時30分 (22時LO)
 休不定休 曜85席 曜20台

須坂
ごはん
16

シャビリーな雰囲気
で、焼き立てピZZAを堪能

ネコマチエキッチン

猫まち駅舎



民家を改装したカフェ。好きなピZZA、ハンバーガーを選んでも、サラダとドリンクがピュッフェ方式になるスタイルのランチが人気です。ショップもあり、買い物も楽しめます。

予算 【昼】1,000円~2,000円
【夜】—

住 須坂市村山254 ☎026-214-7580
 営 11時~17時(16時LO)
 休 なし 園 16席 〆 10台

MAP 広域 **49** A-1

須坂
ごはん
10

伝統の技を活かした
華麗な寿司や会席料理

マツカゼ

寿し割烹 **松風**



1907年創業の老舗寿司割烹。旬の魚貝を一つひとつ丁寧に手仕込みした寿司や会席は評判が高く、市外からも多くの人々が訪れます。たくさん魚貝が一度に味わえる「ちらし寿司」も人気。

予算 【昼】 3,000円～
【夜】 7,000円～

店 須坂市本上町41 ☎026-245-0164
営業 11時30分～14時、17時30分～21時
火曜 曜 店10席 □4台 圖要予約

MAP 43 B-4

須城市民のハレの日を
担う地元の名産品を
味わおう

須城市民のハレの日を
担う地元の名産品を
味わおう

出汁や食材にこだわり本物の味
を追求した料理を貫切個室で味
わえる贅沢感が魅力です。人気の
「ランチ」は当日の材料で決定
し、季節感を取り入れながら一
皿ずつ丁寧に提供しています。

須城市民のハレの日を
担う地元の名産品を
味わおう

須城市民のハレの日を
担う地元の名産品を
味わおう

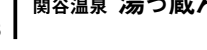
須坂ごはん

23

ラーメンにトッピング
何でもそろう食事処

ユックランド

関谷温泉 **湯つ蔵んど**



日帰り入浴施設内の食事処。須坂味噌ラーメンをはじめ、地元の食材を使った豊富なメニューがそろいます。もちろん施設には食事利用だけの入館もOK。その際の入館料は不要です。

予算 [昼] ~1,500円
[夜] ~1,500円

須坂市仁礼7 ☎026-248-6868
 営11時~15時、16時30分~20時LO
 (土日祝~21時LO) 囲メンテナス
 休館あり 営70席 定250台

MAP広域 19 C-3

ごはん

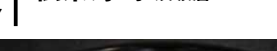
須坂 17

にぎり、巻き、手毬

職人が握る美しい寿司

マツエスシ

松栄寿司 須坂店



1972年の創業以来、鮮度の良いネタと仕上がりが見目麗しさに定評がある寿司店。弁当・仕出し・出前に対応可能なので気軽にお電話を。店内ではコース料理を提供（完全予約制）。

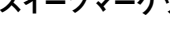
予算 【昼】3,500円～
【夜】3,500円～

住 須坂市墨坂南2-17-1
☎ 026-248-2555
営業 10時～21時 休なし ㊦ 30台

MAP広域 60 B-2

須坂
ごはん
11

スウィーツマーケットカフェ



ごはんもスイーツも
かわいいうがそろって

インテリア雑貨店が手がけるポップ&キュートなカフェ。看板メニューの華やかでかわいいデザインのカップケーキは必食です。カレーやピザなどスイーツ以外のメニューも充実しています。

予算 〔昼〕1,000円〜2,000円
〔夜〕ー

〒須坂市南横町1555 n-style内
☎026-214-0880
営業10時30分〜18時30分
休水曜、第1木曜 喫20席 喫4台

須坂
ごはん
05

酒と炭火焼きが好相性

ワカヤ

粹屋



築140年の元建具屋をリノベーションした居酒屋。レトロな雰囲気の人気です。鶏の半身を贅沢に使用し、じっくり焼き上げる「コッコ焼き」をはじめ、豊富なメニューがそろいます。

予算 昼 ー
[夜] 3,000円~4,000円

住須坂市須坂614-2 ☎026-247-8020
 画17時~23時 休日曜、祝日
 画45席 画10台

MINENOHARA AREA — 峰の原エリア



ペンション ケルン MAP広域 33 D-3

DATA
 須坂市仁礼3153-699 ☎0268-74-2591
 IN 15時～ OUT 10時



ロッジやまぼうし MAP広域 33 D-3

DATA
 須坂市仁礼3153-972 ☎0268-74-1250
 IN 15時～ OUT 10時



ペンション ホワイトイーグル MAP広域 33 D-3

DATA
 須坂市仁礼3153-285 ☎0268-74-2697
 IN 15時～ OUT 10時



うどのペンション MAP広域 33 D-3

DATA
 須坂市仁礼3153-700 ☎0268-74-2725
 IN 15時～ OUT 10時



ペンション スタートライン MAP広域 33 D-3

DATA
 須坂市仁礼3153-885 ☎0268-74-3538
 IN 15時～ OUT 10時



山の宿 木まま MAP広域 33 D-3

DATA
 須坂市仁礼3153-729 ☎0268-74-3908
 IN 15時～ OUT 10時



ペンション ポワ・ヴェル MAP広域 33 D-3

DATA
 須坂市峰の高原3153-591 ☎0268-74-2510
 IN 15時～ OUT 10時
 犬可



時空の杜 MAP広域 33 D-3

DATA
 須坂市仁礼3153-3 ☎0268-71-5691
 IN 15時～ OUT 10時
 犬可



ペンション ぶれじ〜 MAP広域 33 D-3

DATA
 須坂市仁礼3153-271 ☎0268-74-3570
 IN 15時～ OUT 10時
 犬可

●峰の高原観光協会 須坂市峰の高原 ☎090-4949-3080

まだある / 峰の高原の素敵なペンション

ロッジ ErsteLiebe
 ☎0268-75-0832
 ペンション ヘッケル
 ☎0268-74-3002
 さすらいの自由飛行館
 ☎0268-61-7535
 ロッジ アボリア
 ☎0268-74-2704
 ペンション フレデリック
 ☎0268-74-2570
 ペンション ブルーベル
 ☎0268-74-2790

ペンション れりーふ
 ☎0268-74-3344
 ペンション ぶらんこ
 ☎0268-74-2798
 ペンション 四季
 ☎0268-74-2736
 べるふれ〜る鈴蘭館
 ☎0268-74-2079
 あすなろペンション POCKET
 ☎0268-74-2733
 ペンション のいちご
 ☎0268-74-2693

ペンション ガーデンストーリー
 ☎0268-74-2728
 ペンションマウンテンパバ
 ☎0268-74-2730
 ペンション ふくなが
 ☎0268-74-2729
 ペンション 白いつばさ
 ☎0268-74-0210
 奥山ペンション ラディッシュ
 ☎0268-74-2722
 ペンション ハイジ・ホフ
 ☎0268-74-3133

ペンション ハートーン
 ☎090-5771-0376
 富田ペンション
 ☎0268-74-2120
 ペンション きら星
 ☎0268-74-3644
 かすみ亭
 ☎0268-74-3534
 ペンション 山羊
 ☎0268-74-2337
 ひらたペンション
 ☎0268-74-2354

ペンション リミニ
 ☎0268-74-2298
 ペンション きのこ
 ☎0268-74-2350
 Kong
 ☎0268-74-1063
 食事処 「ひんのべい」が
 味わえる!
 峠の茶屋 米量
 ☎0268-74-2209

天空の高原で、ペンションステイという選択

峰の高原は、およそ40軒のペンションやロッジが建ち並び国内有数のペンションビレッジです。山歩きや各種スポーツのサポート、オーナーの特技を活かした体験教室、食事やスイーツのワークショップに挑戦してみませんか。個性豊かな宿の中から、あなたにぴったりの一軒を探して下さい。

CITY AREA — 市街地エリア



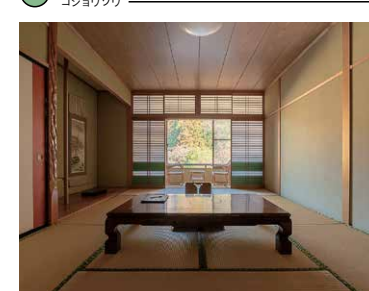
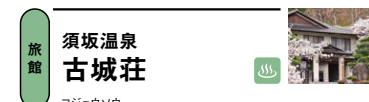
旭日館 MAP広域 23 B-1
DATA
 須坂市井上514-1
 ☎026-245-2121
 IN 16時～ OUT 10時
 5室 ¥1名4,500円～ P10台



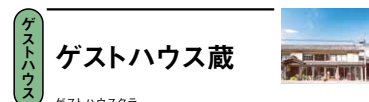
白藤 MAP 27 B-4
DATA
 須坂市本上町32-1
 ☎070-8570-0423
 IN 15時～ OUT 12時
 ¥1名66,000円～ P4台



シティホテル サンシャインエイト MAP 24 A-1
DATA
 須坂市須坂1210
 ☎026-245-8121
 IN 16時～ OUT 10時
 42室 ¥1名5,940円～ P50台



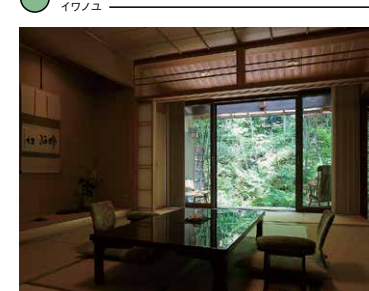
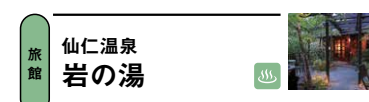
須坂温泉 古城荘 MAP広域 20 B-3
DATA
 須坂市日滝5414
 ☎026-245-1460
 IN 15時～ OUT 10時
 35室 ¥1名8,570円～ P70台



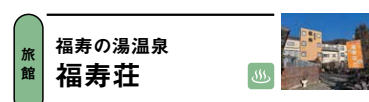
ゲストハウス蔵 MAP 28 B-4
DATA
 須坂市本上町39
 ☎026-214-7945
 IN 16時～ OUT 11時
 ¥1名4,000円～ P4台



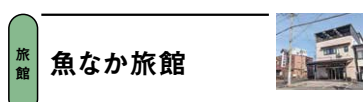
四明館 MAP 25 B-1
DATA
 須坂市南横町1629
 ☎026-245-0707
 IN 16時～ OUT 10時
 7室 ¥1名5,000円～ P3台



仙仁温泉 岩の湯 MAP広域 22 C-3
DATA
 須坂市仁礼3159
 ☎026-245-2453
 IN 15時～ OUT 12時
 18室 ¥1名30,900円～ P30台



福寿の湯温泉 福寿荘 MAP 21 E-5
DATA
 須坂市小山1
 ☎026-245-5701
 IN 16時～ OUT 10時
 18室 ¥1名5,000円～ P40台



魚なか旅館 MAP 26 B-4
DATA
 須坂市上中町173
 ☎026-245-0271
 IN 16時～ OUT 10時
 7室 ¥1名4,950円～ P5台

須坂に泊まろう

須坂は1日じゃ遊び尽くせない。じっくり観光するのなら、やっぱり泊まらなきゃ。須坂市内には街中からリゾートエリアまで、滞在を充実させる魅力的な施設がたくさんあります。

…温泉あり

大自然でキャンプ泊

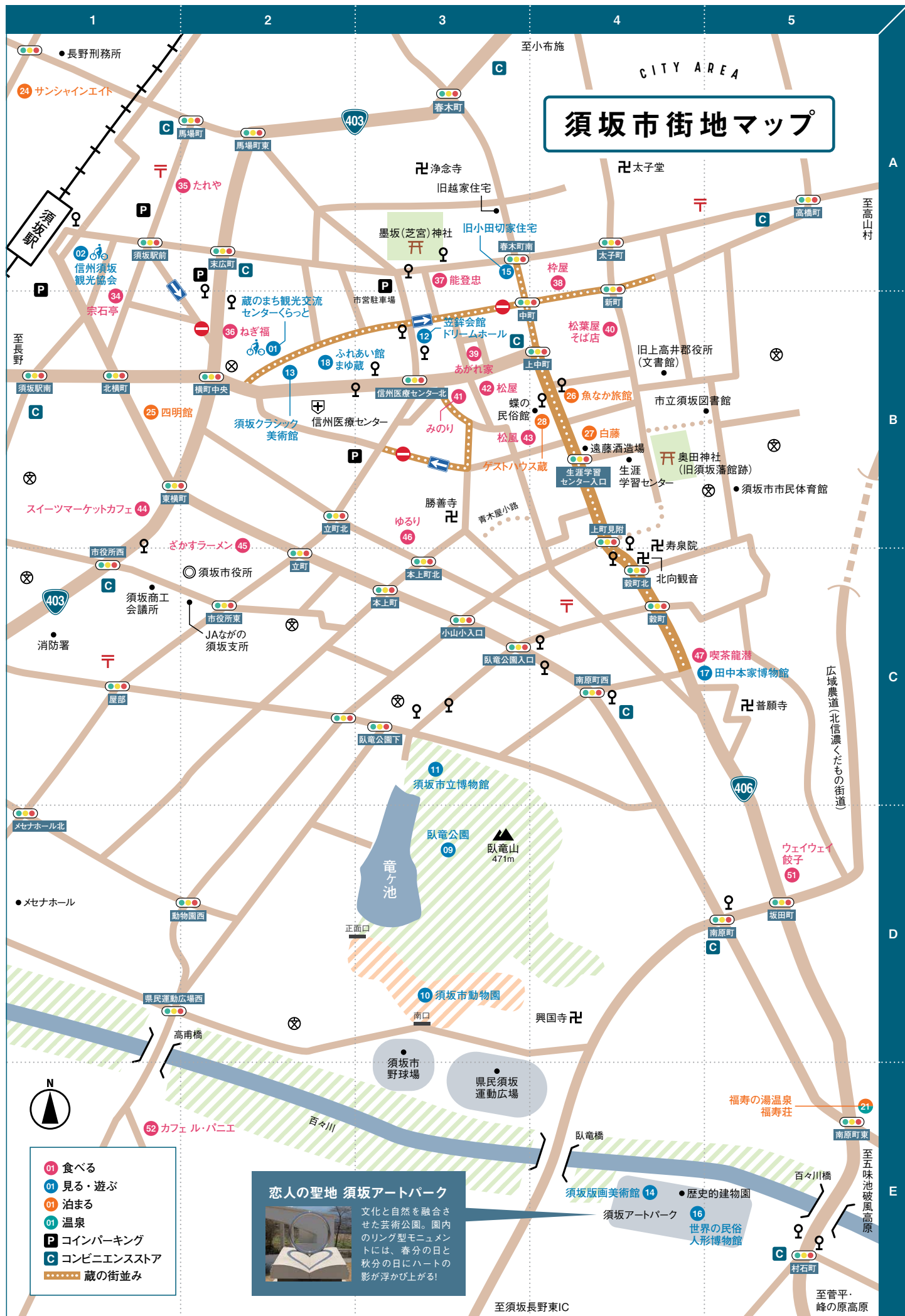
CAMP SITE

須坂市には、オートキャンプからグランピングまで、大自然に溶け込むステイが楽しめる施設も充実しています。美しい山並みを眺め、自然の音に耳を傾ける、そんな時間を過ごしてみるのはいかがでしょう？

- 須坂温泉 山の神キャンプ場 須坂市日滝5414 須坂温泉古城荘内 MAP広域 29 B-3
- 五味池破風高原オートキャンプ場 須坂市豊丘町3321-1 MAP広域 30 C-5
- REWILD ZEKKEI GLAMPING RESORT 須坂市仁礼3153-656 MAP広域 31 D-3

詳しくはこちら





01

JAM

02

JUICE

03

ANBATA SAND

04

FRUITS ALE

05

RESSING

06

SAKE

07

MISO NOODLE

08

OYAKI

09

SAKE

10

SAKE

11

SAKE

12

SAKE

01

須坂市産のフルーツを使ったジャム

実り豊かな須坂市産の果実を使ったジャムは果実味たっぷりのジュシーさと、果物本来のさわやかな甘さや酸味が特長。ヨーグルトやパンケーキとの相性も抜群です。

02

須坂市産のフルーツを使ったジュース

ブドウやリンゴなど、須坂市で生産される果物を使ってつくる果汁100%のジュースは糖度が高く、濃厚な味わい。市内のさまざまな農園や加工所でつくられています。

03

須坂あんバターサンド

和菓子と洋菓子がコラボした新たな須坂銘菓です。クラシックな和菓子店が多い須坂らしい人気スイーツのバターサンドにあんこを加えた和テイストのバターサンド。

04

信州須坂フルーツエール

須坂産のリンゴ(ふじ)やブドウ(巨峰・ナガノパープル・シャインマスカット)、カシスなどを、須坂の名水で仕込んだクラフトビール。果実の持つ自然な甘さが特長です。

05

スムージードレッシング

須坂市産の果物と野菜でつくる地産地消のドレッシング。しかも食塩や添加物を使わないのでヘルシー。パスタや肉料理のソースとしても活用できる優れものです。

06

須坂味噌

寒暖差のある須坂市は味噌の発酵や熟成に適した場所で、古くから続く4つのみそ蔵がいまも残ります。良質な大豆で丁寧に造るみそは、まろやかで昔懐かしい味わい。

07

信州須坂味噌ラーメン

須坂市を代表する特産品「味噌」を使ったご当地ラーメン。市内のラーメン店などで展開しているので、味比べをして、お気に入りの一杯を見つけてください。

08

沼目越瓜の漬物

白瓜栽培に適した須坂市沼目地区発祥の信州の伝統野菜「沼目越瓜」。肉厚で漬物に適したこの瓜を使った漬物は、まるで果実のような歯ごたえが魅力です。

09

おやき

長野県の郷土料理として有名なおやきですが、須坂市では蒸かしたおやきが一般的。小麦粉と水だけで作ったり、ふくらみ粉を使用したり、店によって製法もさまざまです。

10

信州須坂みそすき丼

明治から大正にかけて須坂を訪れた商人たちへ地元の工場主が振舞った須坂みそで味付けしたすき焼き。そんな大正浪漫の味を復活させようと開発された丼です。

11

遠藤酒造場の日本酒

長野県内多数の生産量を誇る酒造。主力銘柄は「深流」。近年は、慧星のように後味が消えていく「慧」など、新ブランドや限定ラインの展開にも力を入れています。

12

柿の葉いなりーのワイン

国内外のコンクールで数々の受賞経験を持つワインは、シャルドネやピノノワール、メルローなど各種を展開。日本の食事に合うエレガントなワインを目指しています。

手軽に購入できるオンラインショップ

信州須坂観光協会のネットショップにアクセスすれば、須坂市の特産品をいつでも購入可能。カード払いやコンビニ決済、携帯キャリア決済にも対応しています。

こちらをチェック!

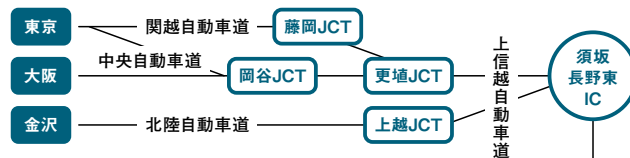
13



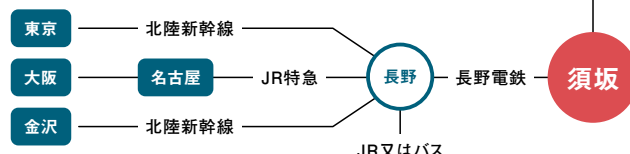
須坂市へのアクセス



車



鉄道



空路



一般社団法人 信州須坂観光協会 <https://www.suzaka-kankokyokai.jp/>
〒382-0077 長野県須坂市須坂1295-1 TEL 026-215-2225

須坂市産業振興部商業観光課 <https://www.city.suzaka.nagano.jp/>
〒382-0077 長野県須坂市須坂1295-1 TEL 026-248-9005

〔2023年11月発行〕



Lover's Sanctuary
恋人の聖地