

僕らの白馬

アウトドア系のワニっちも、美味しい物に目がないうさこも白馬が大好き。冬場のスキーやスノボもいいけれど、グリーンシーズンの白馬はいつも何かが新しい！白馬では全身くたくたになるまで遊び続けることができるよ。



高いところが好きならここがおすすめだワニ！



ガイドさんとの会話もたのしいよ。英語をもっと勉強しておけばよかった。



04 マウンテンバイク体験

初心者でも楽しめるファンライド。林や川沿いを爽快に駆け抜ける気持ちよさは、一度乗ったらやみつきになる。カナダ出身のガイドさんが英語で楽しませてくれるよ。おっと、日本語も堪能だから安心さ。エヴァーグリーンアウトドアセンターで予約してね。

☎ 0261-72-5150

05 白馬ジャンプ台

長野オリンピックでのジャンプ競技会場になった思い出の場所。運が良ければ、ジャンプの練習を見ることもできる。ジャンプする選手と同じ高さまで行けるよ。近くには白馬観光局もあるので、白馬村の情報はここで収集しよう。



07 ヤギのチーズ

道の駅白馬で購入したヤギのチーズ。風の谷ファームでヤギの乳しぼり体験もできる。くせがなくワインやシードルにもびったり。瓶入りなので、お土産にも喜ばれそう。道の駅白馬でチェックしてみよう。

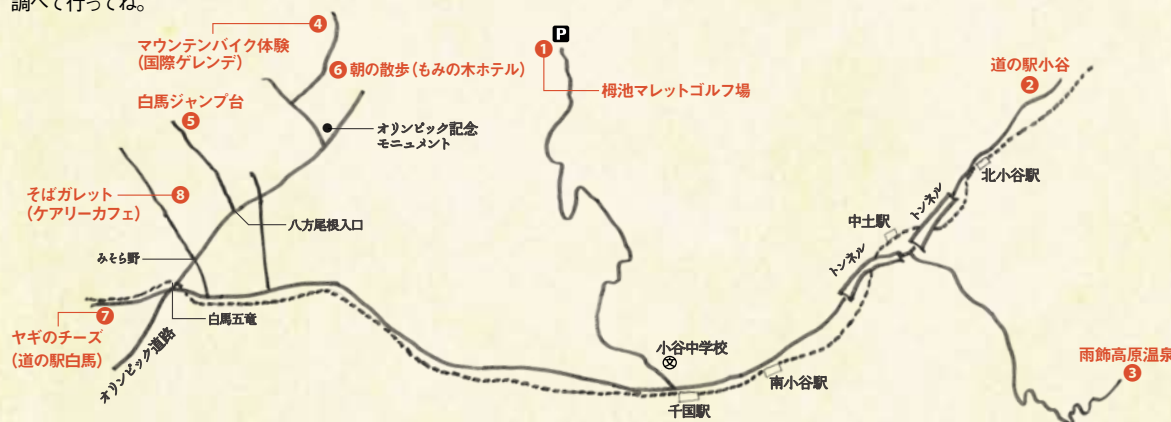
08 そばガレット

みそら野の森にあるレストランで、白馬村公認のクレープエが作ってくれたかぼちゃチーズガレット。アツアツチーズとほくほくかぼちゃが生地との相性抜群。ガレットは予約が必要な場合も多いので、白馬村観光局で事前に調べて行ってね。



06 朝の散歩

白馬村のホテルでは、すがすがしい朝の森林浴をガイドさんが無料で案内してくれるところもあるよ。運がよければ、リスにも会えるかも。

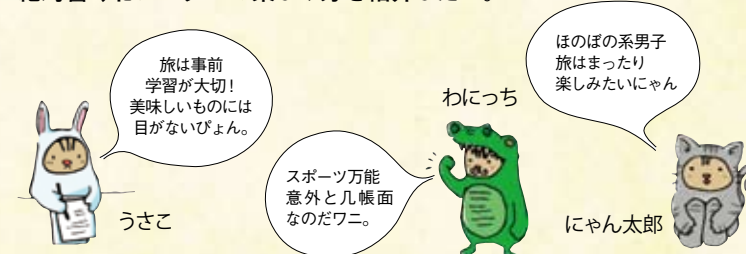


学生ナビゲートIN北アルプスの里

松本大学で観光を専攻する学生がおススメする

ぶらっと北アルプス

僕達は皆、松本大学で観光学を専攻している大学3年生。3人とも地元出身なんだけど長野県は広いし観光資源が豊富だから、知られてない場所や楽しみ方もまだまだ沢山ある。大学では観光産業の学びほかに、食と農業や地域の観光資源の活かし方など、地域の素材を活用した調査活動には事欠かない。今回僕ら3人組は、からだや心に絶対響く北アルプスの楽しみ方を紹介したい。



僕らの旅はR148の最北、小谷からはじまった。にゃん太郎ははじめてここを強く推していた。小谷村にはこれから注目される予感がある観光資源が沢山あるからだ。小谷には手付かずの自然がそのまま残されていて、信州らしさを感じてもらえる場所だ。そこで、県外の人達には未知の体験となるマレットゴルフや秘湯体験といった大自然を体感してもらえるスポットを紹介する。



松本大学では、地域の観光振興を目指して信州全域を教育のフィールドと捉え、進化しつつある観光を学ぶことができます。詳しくは、松本大学のHPを検索してね。

松本大学

〒390-1295 長野県松本市新村2095-1
http://www.matsumoto-u.ac.jp/matsumoto_u

ゆったり小谷

01 樽池マレットゴルフ場

まずは僕らにとってはなじみのあるマレットゴルフを紹介したい。長野県出身の僕らは、たいてい小学校や中学校の授業でマレットゴルフを体験している。子供のころから慣れ親しんでいたマレットゴルフは、初心者でもすぐにできるし、仲間づくりにも最適なスポーツなんだ。だから信州に遊びに来た人には、是非とも紹介したい。信州は、全国最多のマレットゴルフ場がある。形式はバターゴルフに近いが、手入れされた芝の上ではなく、自然の林の中でのプレイだ。木の枝や株、石などに阻まれ、予想もしない方向へ飛ぶ。そこがまた面白い。時にはモグラも顔をだす。小川の流れる音や鳥のさえずり、風の心地よさなど、森林浴をしながら楽しむことができる、ほのぼのの系スポーツ。



03 秘湯の雨飾高原温泉

まったりしながら、大自然を満喫できる開放的な露天風呂。源泉は56度と熱いので、水で調整しながら入ろう。料金は寸志とあるのが、ほのぼの小谷の心意気を感じられる。ここに行きつくまでの道中の景色も最高。小谷村は秘湯の温泉の宝庫なんだって。



02 道の駅小谷

郷土料理の「ちゃのこ」はジャガイモとそば粉が入ってもっちり。おやきとの食べ比べもおススメ。地元で人気の「小谷漬け」は、カレーの福神漬け代わり。とちの実ソフトクリームも、さわやかな味でした。



にゃん太郎は、とちの実ソフトがお気に入りだにゃーん。



人にやさしい松川

いわさきちひろの美術館のある松川村は、絵本のような風景とやさしい人に出会えるまち。宮沢牧場、市川農園、かぼちゃやま農場など、地元の美味しいものだけでなく僕らが出会った人たちはみんな親切に案内してくれた。



15 宮沢牧場のソフトクリーム

ちひろ美術館の敷地内にあるソフトクリームやジェラートは、近くの宮沢牧場で飼育されている牛のミルクを使っている。ミルクの味が濃く、とっても濃厚でデリシャス!

☎0261-62-8599



いわさきちひろは信州と縁が深いデス。両親は信州生まれだったから、小谷、白馬、大町などでもスケッチしているよ。ちひろの愛した場所を訪れて絵を描いてみるのも楽しいびょ〜ん!

14 安曇野ちひろ美術館

広大な土地の中にたたずむ絵本美術館。絵本がゆっくりと読める空間も確保されている。ここでは大人も子どもものんびりできるから時間を忘れてしまいそう。館内にあるカフェでは、地元の食材を使ったスイーツが楽しめる。100%地元産のリンゴジュースと紅茶をブレンドしたりんごのアイ스티ーは、見た目も美しい。地元の中学生在が支える夏のにじみ絵のワークショップは、毎年恒例の行事でお客様との交流空間に色を添えてくれる。

☎0261-62-0772



旅の終わりに

僕たち3人は、大学のゼミでホスピタリティ（おもてなし）を意識した観光について学んでいる。今回の旅行はその点からも「北アルプスの魅力」に注目してきた。北アルプスには、有名な場所から穴場まで色々あるけれど、何と言っても素敵な人に出会える町だ。「住んでよし訪れてよしの北アルプス」を是非体験して欲しい。



16 ニュートンのりんごの木の市川農園

カワイイ小屋が目印。イギリスから分けてもらったという万有引力のニュートンの木の下には、リンゴが落ちていた。広々とした農園では、りんご狩りも楽しめる。このすぐそばにちひろがスケッチした場所もあるよ。ご主人の笑顔とおもてなしも最高。

17 かぼちゃやま農場

かぼちゃ山のみもとにある農園では一年中イチゴ狩りが楽しめる。8軒の農家の奥さんが営む「シンデレラ農場」もあるとか。直売所もあるので、ふらっと立ち寄ってみては? 果物狩りは要予約。

☎0261-62-0187



大町deデート

僕ら3人で訪ねた大町、池田、松川は、実は恋人と行きたい場所なんだ。ここなら絶対に彼女を満足させられる。二人で楽しめるオリジナル香水作りや、二人で分け合って食べる巨大な黒部ダムカレー、夕日が沈む頃が超ロマンチックな池田町の景観スポットなど、きっと満足できるはず。

09 ラ・カスタナチュラルヒーリングガーデン

広い庭園の中は、様々な植物であふれている。きれいに手入れされたお庭はムード満点。洋風のお屋敷の中では、手作りのフレグランス体験もできる。7種類の香りをブレンドして、世界に一つしかない、自分だけのオリジナル香水を作ってみよう。お土産にも最適。

☎0261-23-3911



オリジナル香水づくりはみんなが楽しめるびょん。

黒部ダムには、「黒部の破砕帯」という黒部ダム限定のお菓子もあるよ。



10 人気の黒部ダムカレー

大町に来たら、ランチは何といってもこれっしょ! 地元の高校生からビジネスマンまでが並んでも食べたい人気の黒部ダムカレー。胃袋に自信があるならぜひ大黒部ダムカレーを食べてみるべし。彼女と二人で一つのダムカレーを食べてみていいかも。ダムの上にちょこんと乗った豚の形のニンジンがチャームポイント。

13 みち子さんをさがせ!



松川・池田にある交差点で時々見かけた人形。地元の小学生の間では、みち子さんと呼ばれているらしい。ちょっぴりシュールなみち子さんを探そう。いくつあるのかな?



12 かえでの木

真っ赤に紅葉したかえでの木を探しに行こう! 葉っぱを拾って思い出のアルバムに加えてみて。でも、木の近くに入ると根が傷んでしまうから要注意。

11 大峰高原

ここから見る白馬連峰と池田の景色は最高! 時間があればスケッチもいいかも。紅葉のシーズンは絶対におススメ。

美しい村の池田町

