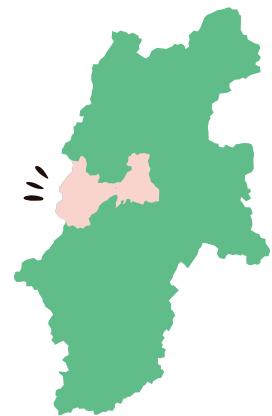


- 国宝 旧開智学校校舎
- 国宝 松本城
- 城下町
- 上高地
- 乗鞍高原
- 奈川高原
- 美ヶ原高原

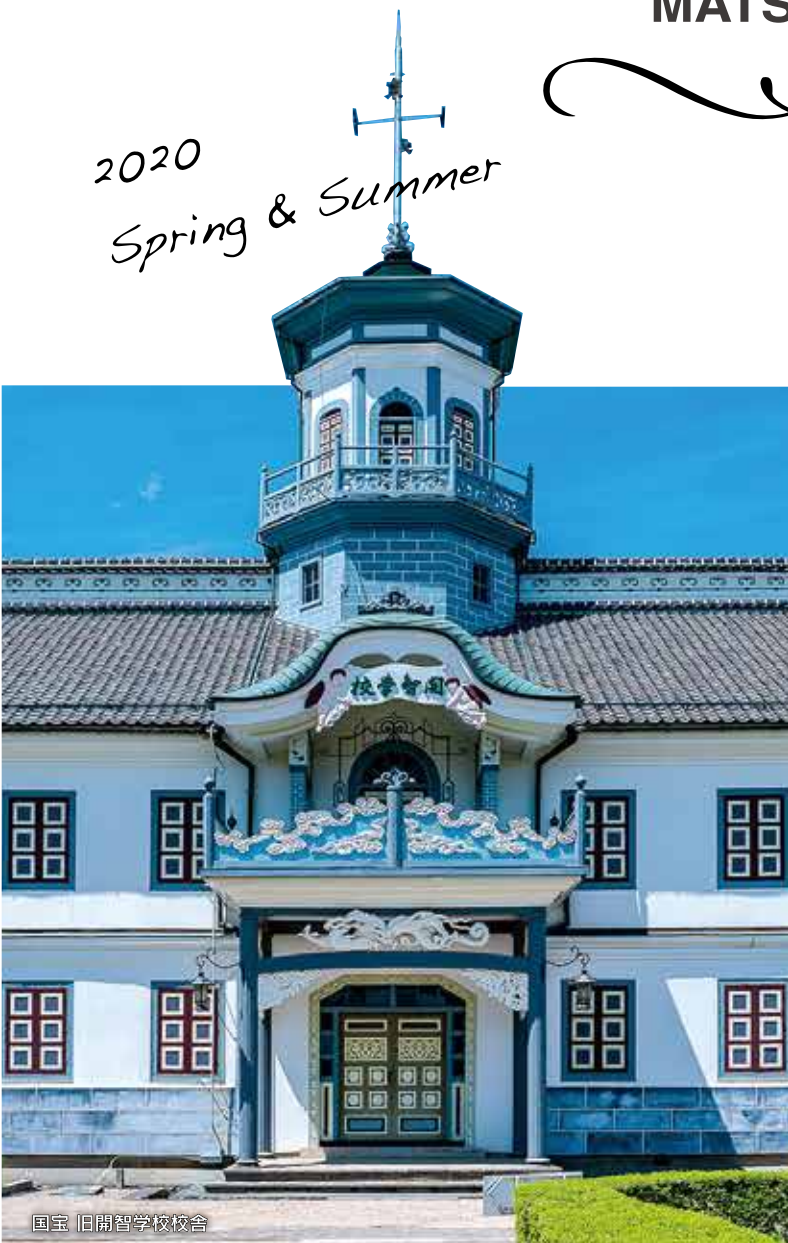


春夏旅

松信州本

MATSUMOTO

2020
Spring & Summer



国宝 旧開智学校校舎



国宝 松本城

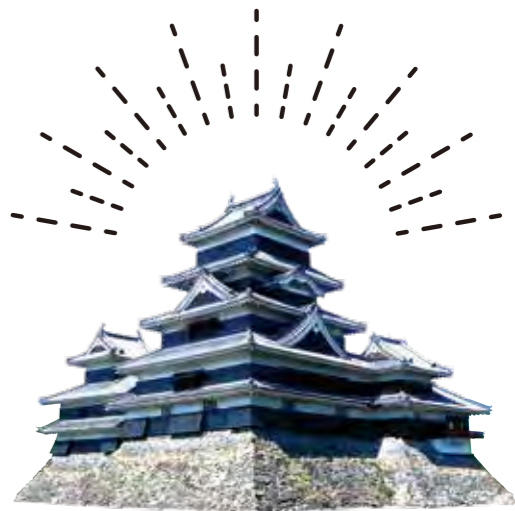


春夏旅

長野県 信州のまんなかにある 松本市
たくさん自然と歴史を感じられる場所です

何をしようか。誰といこうか。何処どこにいこうか。

どうぞページをめくってください まつもとで過ごす時間を想像しながら



上高地 河童橋



松本城 春



松本城 夏



松本市美術館



上高地



乗鞍高原



美ヶ原高原から見た松本平

令和元年9月に国宝指定されました。

A NATIONAL TREASURE FORMER KAICHI SCHOOL

国宝 旧開智学校校舎

擬洋風建築を見て、明治の始まりの力強さを感じる。

MAP P14
松本市街地

開館時間 AM9:00~PM5:00
(入場はPM4:30まで)
休館日 3月~11月/第3月曜日、
12月~2月/毎月曜日
(祝日の場合はその翌日、年末年始休館)
観覧料 大人400円/小中学生200円
(団体割引あり)



明治9年(1876)に創建された小学校の校舎です。文明開化の時代に全国で流行した、和洋のデザインが混ざった擬洋風建築の代表作で、国宝に指定されています。

校舎には細部に至るまで様々な和洋の意匠が施されています。明治という新しい時代に立ち向かった大工たちの意気を感じられます。校舎内では、江戸から現代に至る教育資料を展示しています。



廊下にある照明



1 浅唐戸

近隣寺院から転用された和風の彫刻のある扉。

2 手すり

ろくろで作られたと考えられる洋風の柱。



3

松本市出身。旧開智学校の設計施工を担当した大工の棟梁

3 立石清重

立石清重は数回、東京・横浜に擬洋風建築の見学に出かけ、そこで目にした要素と自身の経験に基づく和風の要素を組み合わせ、旧開智学校を誕生させました。

Check!



建物や展示物のディープな魅力を伝えるボランティアガイド(無料)が活動中!事前申し込み制、詳しくは旧開智HPで。

まつもと
の
夜

松本は夜もおすすめ!
北アルプスに太陽が沈んだあとは
日中とはまた違った雰囲気が楽しめます。

~国宝 旧開智学校校舎~



MATSUMOTO CITY MUSEUM OF ART

松本市美術館

MAP P14
松本市街地



まつもと
の
夜

~松本市美術館~



草間彌生《幻の華》2002年

松本市出身の前衛芸術家草間彌生の巨大彫刻が玄関を飾る他、市ゆかりの作家作品が多数展示される松本の芸術の発信地。

開館時間 AM9:00~PM5:00 (入館はPM4:30まで)
休館日 月曜日(祝日の場合は次の最初の平日)、
年末年始(12/29~1/2)
観覧料 大人410円(団体割引あり)

MATSUMOTO CITY MUSEUMS

市内の博物館

MAP P14
松本市街地



松本市立博物館

松本「まるごと博物館」の中核施設で、松本城関連資料や国指定重要有形民俗文化財コレクションは一見に値します。

開館時間 AM8:30~PM5:00 (入館はPM4:30まで)
休館日 年末年始(12/29~1/2)
※展示替え等により臨時休館の場合あり
観覧料 大人700円/小中学生300円(団体割引あり)
※松本城との共通入場券

松本市内には松本市立博物館とその附属施設以外にも、多くの博物館があります。

松本民芸館
松本市立考古博物館
松本市はかり資料館
県宝松本市旧司祭館
旧制高等学校記念館
窪田空穂記念館
重要文化財馬場家住宅
松本市歴史の里
松本市時計博物館
松本市山と自然博物館
松本市高橋家住宅
松本市四賀化石館
松本市安曇資料館
県宝旧山辺学校校舎

A NATIONAL TREASURE MATSUMOTO CASTLE

国宝 松本城

お城の中を登り、
古城の美しさと荘厳さを感じる。

MAP P14
松本市街地

1593~1594年頃に建てられた、五重六階の大天守を中心に、連結複合式と呼ばれる独特の構成をもった五棟の櫓が連なる天守群は、四百有余年の風雪に耐え、戦国時代の優れた築城技術を今に伝えます。

公開時間 AM8:30~PM5:00
(入場はPM4:30まで。季節により延長あり)
無休(年末12/29~31を除く)

観覧料 大人700円/小中学生300円(団体割引あり)



1

1 大天守 1 階

天守1階に、武者走りとそれより一段約45センチメートル高い^{もや}母屋部分があります。母屋部分が高くなっているのは、土台を二重に入れたためです。床下を見ると二重に組み合わせた土台が確認できます。



2

2 大天守 4 階階段

松本城で最も急な階段。最大斜度61度。

※写真はパンフレット用に撮影されたものです。
階段での写真撮影はご遠慮いただいています。



3

3 大天守 6 階

最上階。晴れていれば北アルプスが一望できます。
天井を見上げると伝統的な小屋組みを見ることができます。



4



5

4 渡櫓 (わたりやぐら)

天守と乾小天守をつないでいるのが渡櫓です。天守への入り口である大手口は、頑丈な扉があり、簡単には中に入れないように造られています。

5 月見櫓 (つきみやぐら)

月見をするための櫓で、開放的な造りです。

玄蕃石 (げんぱいし)

天守を完成させた石川康長が玄蕃頭^{げんぱのかみ}という官職名を授かっていたためこの名がつけました。松本城東側、太鼓門にある高さ約4m、重さ推定22.5tの巨石です。



とく 登久姫・小笠原秀政

登久姫は、徳川信康(徳川家康の長男)と徳姫(織田信長の長女)の長女で、松本城三代城主(小笠原氏初代城主)・小笠原秀政の正室(妻)でした。

まつもと
の
夜

~国宝 松本城~
日没から午後10時まで、年間を通じて天守のライトアップ
をしています。



松本城 VR ツアー

お手持ちのスマートフォンやタブレット端末で、江戸時代の松本城の姿をお楽しみいただけます。専用アプリ「ストリートミュージアム」(無料)をダウンロードしてご利用ください。

Check!



C A S T L E T O W N

城下町

MAP P14
松本市街地

松本は街歩きが楽しい。
風情と人情を感じる、
ちょうどいいサイズの城下町。



1

1 蔵の街・中町通り

白と黒のなまこ壁が続くしっとりとした風情の街並み。蔵造りの店が軒を連ね、城下町の歴史と文化が堪能できます。



2

2 なわて(縄手)通り

松本初の夜店が始まった場所であり、現在もたい焼き店や雑貨店などが並び、人情溢れる通り。



3

3 緑町・上土通り

緑町は飲食街として栄えた通り。上土は、大正時代の建物が数多く残る「大正ロマンの街」。下町風情の残る個性的な通り。

松本まちなか観光ボランティアガイド

松本城を中心とした市街の観光名所を無料でご案内します。

ボランティアガイド 申込方法

下記へ1週間前までにお申込みください。
◇松本市観光情報センター Tel.0263-39-7176

まつもと城下町湧水群

松本市街地は地下水が豊富で今なお多くの自噴井戸や湧水があります。「まつもと城下町湧水群」として「平成の名水百選」に選定されています。

街中を歩きながら湧水巡りをしてみませんか。



源智の井戸



女鳥羽の泉



蔵の井戸



辰巳の御庭井戸



伊織霊水

HOT SPRINGS

温泉

多彩な自然環境と泉質を有する温泉で、旅の疲れを癒やす。



1



2

しもほね

1 白骨温泉

開湯は鎌倉時代とも伝えられ、多くの湯治客を迎えてきた白骨の湯。あまたの文人墨客を魅了してきた、秘湯と呼ぶにふさわしい温泉です。

2 浅間温泉

起源は「日本書紀」にまでさかのぼり、奈良時代には「束間の湯」と呼ばれ、江戸時代には松本藩の庇護を受けた由緒ある温泉地です。

他、松本市内には14カ所の温泉があります。

各温泉地の場所はP13の松本市エリアマップをご覧ください。

高い効能と風情を持つ名湯をご堪能ください。

サクサクジュシーな山賊焼きをぜひお召し上がりください。

GOURMET & SOUVENIRS グルメ&お土産



手打ちそば



信州味噌



松本てまり



松本スイーツ



おやき



松本の飴



松本山賊焼

松本市内200店舗以上のお店で味わうことができます。味の決め手となる秘伝のタレや盛り付け方は各店ごと個性があり、創意工夫が込められています。

まつもとの夜



～バーの街～

松本には本格的なバーが10軒以上あり、上質な空間とおいしいお酒が楽しめます。マスターとの語らいのひと時も、夜の松本の楽しみのひとつです。



ワイン



地酒



クラフトビール

NORIKURAKOGEN 乗鞍高原

乗鞍BASE(いかりレクリエーションランド)で遊び、
大自然の空気を感じる。

MAP P13 A5



★ 長野県が
発祥の地とも
言われています♪



オートキャンプ

オートキャンプ場、キャンピングカーサイトは、乗鞍の絶景と満点の星空の最高のロケーション。ここをBASE(基地)に乗鞍をまるごと楽しもう。



マレットゴルフ

スティックとボールを使ったゴルフのようなスポーツで、老若男女、気軽に楽しめます。



シャワークライミング

水ぶきをあげて高原の溪流を突き進む!岩の上から滝つぼに飛び込めば、都会の暑さは一発で吹き飛びます!

乗鞍BASE
Tel.0263-88-0300

営業 4月末~10月末 9:00~17:00
定休日 火曜日(繁忙期は無休)

Check!

乗鞍岳 春山バス

4月末~6/30(火)【予定】

身長は何倍にも及ぶ雪の壁「雪の回廊」をたつぷりと楽しめます。雪の壁を抜けると大迫力のパノラマ絶景ポイントも。標高2,600mの大雪渓肩の小屋口へは、5月下旬以降の運行予定です。乗鞍高原観光センター~位ヶ原山荘前(大雪渓・肩の小屋口)



ご来光バス

7/23(木・祝)~9/22(火・祝)【予定】

乗鞍高原から乗鞍岳まで運行される、日本初のご来光バス。標高2,700mまでバスに乗って、雲海からのご来光を迎えることができます。乗鞍高原⇄乗鞍山頂(曇平)



☎ アルピコ交通新島々(営) ☎ 0263-92-2511

UTSUKUSHIGAHARAKOGEN 美ヶ原高原

トレッキングを楽しみ、
壮大な景色に天空を感じる。

MAP
P14 F3



写真協力:ランドネ

まつもと
の夜

~美ヶ原高原 美しき塔~



松本市の東に広がる広大な高原大地。北・南アルプス、八ヶ岳、浅間山、富士山までもが見渡せる360度の大パノラマが魅力です。

美しき塔

高原中央に建てられた高さ約6mのはしご形の塔。日本で一番大きな文学碑でもあり、塔の南側には山の詩人・尾崎喜八の美ヶ原をたたえる詩文がはめ込まれています。美ヶ原高原のシンボルです。

おすすめ
コース

アルプス展望周遊コース

三城いこいの広場の登山口から標高2,000mの美ヶ原高原を目指すルートです。

歩行時間:約4時間30分
歩行距離:約10km

美ヶ原ロングトレイルは、松本市の東山一帯に現存する登山道と新たに開いた登山道で構成された総延長45kmの遊歩道・登山道です。

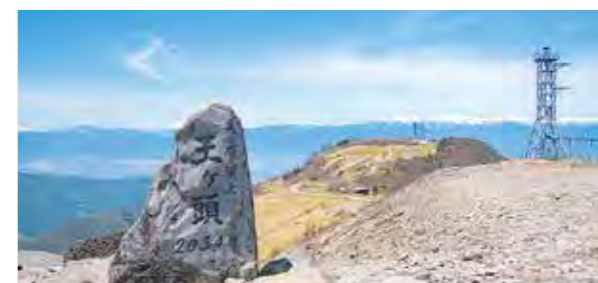


百曲がり登山口

登山口がある三城いこいの広場にはオートキャンプ場などがあります。



王ヶ頭



詳しくは「美ヶ原高原ロングトレイルガイドブック」をご覧ください



NAGAWAKOGEN 奈川高原

MAP
P13 B5

野麦峠を通じて岐阜県と接する奈川高原。5月頃からシラカバ等の芽吹きが始まります。樹齢200年を超えるカツラの原生林で芽吹き甘酸っぱい香りが漂います。



山の幸たっぷりの出汁にとろろかごに入れたそばを湯がいて食べる奈川名物とうじそば。

保平かぶ



ネイチャーガイドを体験して、自然の美しさを感じる。

MAP
P13 A3



日本の代表的な山岳景勝地・上高地。標高1,500mの上高地では春先の気温はまだ低く、特に朝晩の寒さは氷点下になることも。静かな遊歩道には、ここで越冬したり、暖地から戻ってきたりした野鳥たちの歌声が聞こえます。上高地の宿のオープンは4月20日前後です。



大正池へ続く自然研究路(梓川コース)



大正池

鏡面のような美しい水面に、雄大な穂高の姿を映す大正池。立ち枯れの木々が幻想的な様子は、上高地を代表する風景のひとつとして多くのメディアに登場します。

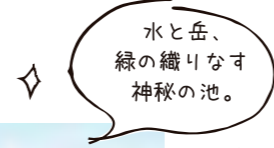


コマドリ



ネイチャーガイド

上高地を愛し、情熱を持ったガイドが皆様の上高地での思い出づくりのお手伝いをいたします。定期的な研修を行い、常に最新の知識と技術を身につけ、ガイドブックをこえた上高地の自然や歴史などを、その季節に合わせて紹介します。



水と岳、緑の織りなす神秘の池。



明神池

河童橋から梓川の上流へ、徒歩1時間あまり。明神から梓川に架かる明神橋を渡ると明神池に到着します。

ネイチャーガイド 申込方法

下記へお電話またはメールにてお申込みください。
 <連絡先>
 ◇NPO法人信州まつもと 山岳ガイド協会やまたみ
 Tel.0263-34-1543 Fax.0263-55-6194
 ☐ info@yamatami.com
 ◇白樺自然学校(ホテル白樺荘内)
 Tel.0263-95-2131 Fax.0263-95-2515
 ☐ kamikouchi@shirakabaso.com
 ◇上高地登山案内人組合 Tel.0263-95-2044

ゴリラ岩

上高地バスターミナルの東にある六百山の一部に、ゴリラ見える岩(通称・ゴリラ岩)があります。ゴリラの横顔に見えませんか?



上高地で見られる季節の花々

エゾムラサキ 5~7月



ズミ 5~6月



マユミ 5~6月



ツバネオモト 5~6月



ニリンソウ 5~6月



レンゲツツジ 6~7月



オオカメノキ 4~6月



散策 MAP



上高地での服装のご案内

4月・5月

4月はまだまだ冬の寒さ。フリースやダウンジャケットなどの防寒着が必需品。5月は長袖シャツやウィンドブレーカー等重ね着しやすいものを。



6月

この頃から春物シャツでOK! 雨が降ると肌寒い日もあるので薄手の上着があると便利です。



7月・8月

日中はTシャツで大丈夫。日差しが強いので帽子があると◎ 朝晩は冷え込むので長袖も忘れずに。



最適な服装で上高地散策を楽しんでね!

9月・10月

9月を過ぎると気温はどんどん下がっていきます。フリースやパーカーが必要です。

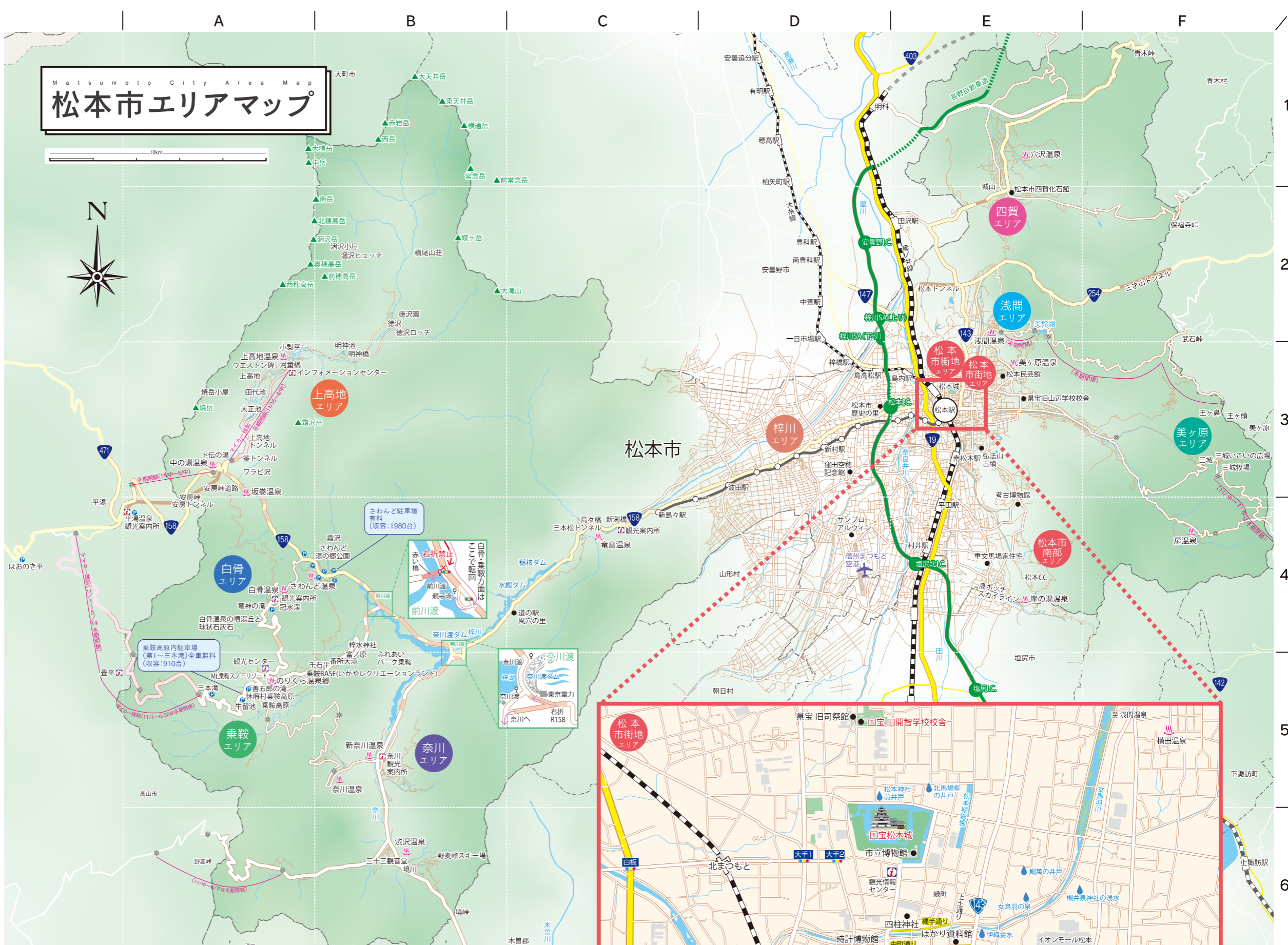


11月

比較的暖かい日でも最高気温は10度前後。保温性・防風性の高いウェアやボトムスが必要です。手袋なども忘れずに!

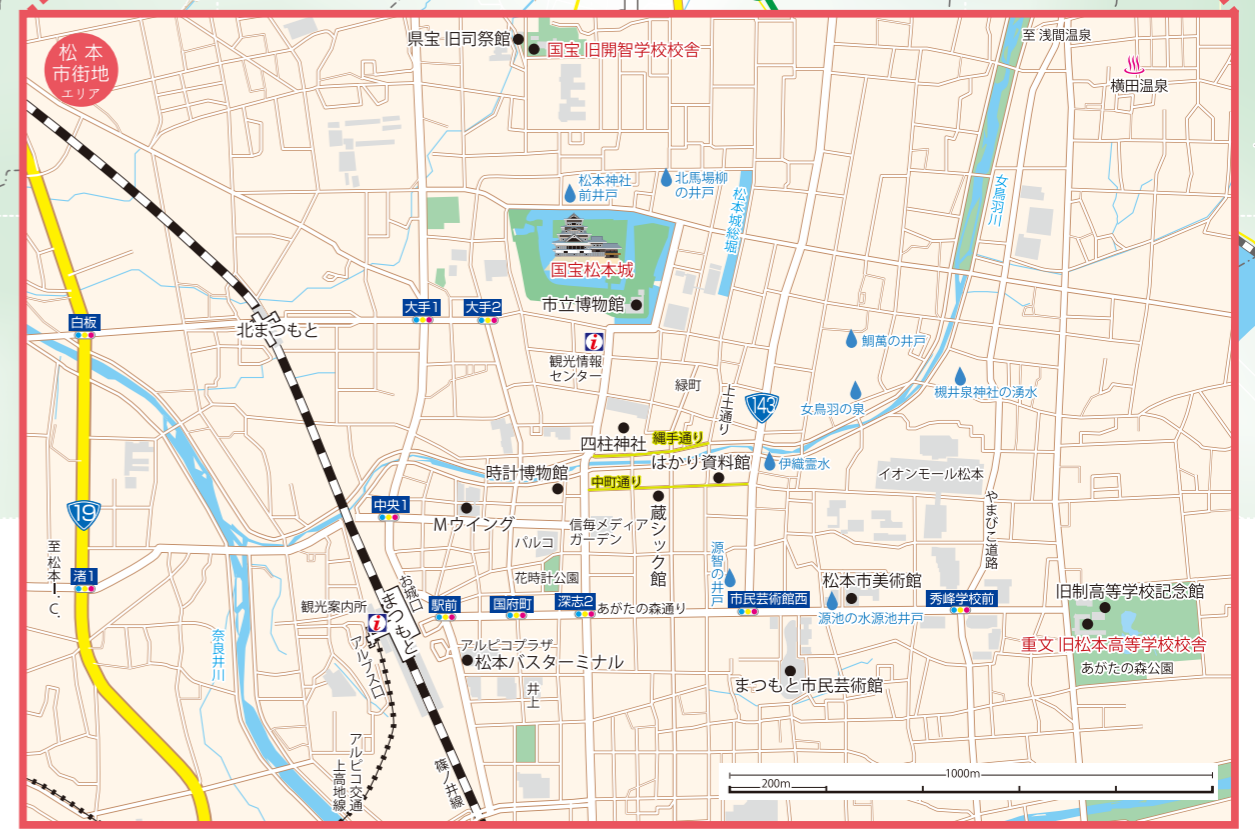


Check!



松本駅から主な観光地までのアクセス・所要時間

<p>松本市街地エリア</p> <p>松本城</p> <p>松本周遊バス タウンズニーカー 北コース</p> <p>約8分 または徒歩 約15分</p>	<p>松本市街地エリア</p> <p>旧開智学校校舎</p> <p>松本周遊バス タウンズニーカー 北コース</p> <p>約17分 または徒歩 約25分</p>	<p>松本市街地エリア</p> <p>松本市美術館</p> <p>松本周遊バス タウンズニーカー 東コース</p> <p>約16分 または徒歩 約15分</p>	<p>上高地エリア</p> <p>上高地</p> <p>アルピコ交通 電車 + バス</p> <p>約1時間40分</p>	<p>乗鞍エリア</p> <p>乗鞍高原</p> <p>アルピコ交通 電車 + バス</p> <p>約1時間30分</p>	<p>白骨エリア</p> <p>白骨温泉</p> <p>アルピコ交通 電車 + バス</p> <p>約1時間40分</p>	<p>美ヶ原エリア</p> <p>美ヶ原高原 (自然保護センター)</p> <p>車</p> <p>約1時間15分</p>
-----------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------



松本市街地をめぐる

1日モデルコース

見学所要時間は目安です。//////////


令和元年に
国宝指定されたばかり！
近代学校建築として
日本初の国宝です。

10:00 頃発	10:30 11:30	11:45 13:30	13:40 14:40	14:45 15:20	15:30 16:15	16:30 頃着
松本駅	松本市美術館	中町・なわて通り	国宝 松本城	松本市立博物館	国宝 旧開智学校校舎	松本駅
タウンズニーカー 東コース	徒歩	徒歩	徒歩	徒歩	タウンズニーカー 北コース	
約16分	約15分	約10分	約3分	約7分	約14分	
	「松本市美術館」 下車				「松本駅お城口」 下車	

草間彌生など、
松本に縁の深い
アーティストたちの
作品を鑑賞♪

城下町の趣ある
街なみの散策や、
山賊焼きやお蕎麦などの
松本グルメの
ご食事を楽しんで。
お土産も
買っちゃいます。

松本城天守観覧券を
購入すると、
松本市立博物館も
見学することができます。



交通のご案内

JRで

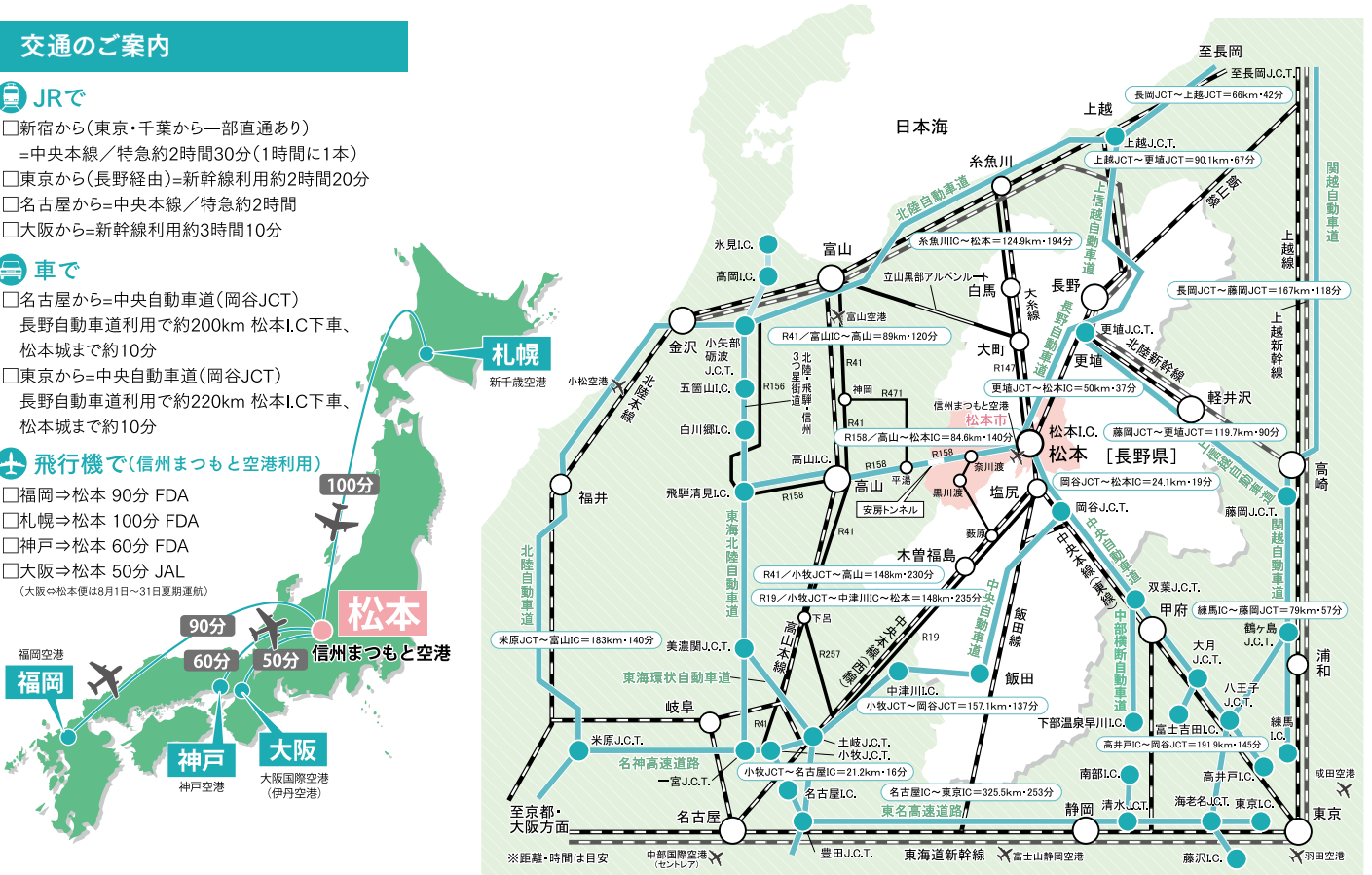
- 新宿から(東京・千葉から一部直通あり)
=中央本線/特急約2時間30分(1時間に1本)
- 東京から(長野経由)=新幹線利用約2時間20分
- 名古屋から=中央本線/特急約2時間
- 大阪から=新幹線利用約3時間10分

車で

- 名古屋から=中央自動車道(岡谷JCT)
長野自動車道利用で約200km 松本I.C.下車、
松本城まで約10分
- 東京から=中央自動車道(岡谷JCT)
長野自動車道利用で約220km 松本I.C.下車、
松本城まで約10分

飛行機で(信州まつもとと空港利用)

- 福岡⇒松本 90分 FDA
- 札幌⇒松本 100分 FDA
- 神戸⇒松本 60分 FDA
- 大阪⇒松本 50分 JAL
(大阪⇒松本便は8月1日～31日夏期運航)



観光・宿泊のご案内

- | | |
|----------------|--------------------|
| 松本市観光情報センター | ☎0263-39-7176 |
| 松本市観光案内所 | ☎0263-32-2814 |
| 浅間温泉観光協会 | ☎0263-46-1800 |
| 松本ホテル旅館協同組合 | ☎0263-33-5025 |
| 浅間温泉旅館協同組合 | ☎0263-46-1224 |
| 美ヶ原温泉旅館協同組合 | ☎0263-33-2353 |
| (一社)松本市アルプス山岳郷 | ☎0263-94-2221 |
| 上高地観光旅館組合事務所 | ☎0263-95-2405 |
| 乗鞍高原観光案内所 | ☎0263-93-2147・2952 |
| 白骨温泉観光案内所 | ☎0263-93-3251 |

- | | |
|-------------|---------------|
| さわんど温泉観光案内所 | ☎0263-93-1800 |
| ながわ観光協会 | ☎0263-79-2125 |
| 松本市四賀観光協会 | ☎0263-64-4447 |

松本観光へのご意見・ご要望

- | | |
|----------|--------------------|
| 松本市観光温泉課 | ☎0263-34-3000 (代表) |
| 松本市山岳観光課 | ☎0263-34-3000 (代表) |

その他のご案内

- | | |
|------------------|---------------|
| 銀座NAGANO観光情報センター | ☎03-6274-6017 |
| 長野県名古屋観光情報センター | ☎052-263-4118 |

- | | |
|-----------------|----------------|
| 長野県大飯観光情報センター | ☎06-6341-8205 |
| (一社)長野県観光機構 | ☎026-234-7165 |
| JR東日本お問い合わせセンター | ☎050-2016-1600 |
| JR東海テレフォンセンター | ☎050-3772-3910 |
| アルピコ交通上高地線 | ☎0263-92-2511 |
| NEXCO東日本お客様センター | ☎0570-024-024 |
| NEXCO中日本お客様センター | ☎0120-922-229 |
| 松本バスターミナル | ☎0263-32-0910 |
| 休日・夜間緊急急案内サービス | ☎0570-08-8199 |
| FDAコールセンター | ☎0570-55-0489 |