

SHINSHU

MATSUMOTO

2023-2024



まつもの
かわらない魅力を
感じる旅

国宝松本城

SHINSHU

MATSUMOTO

2023-2024



まつもの
あたらしい魅力を
感じる旅

松本市美術館 草間彌生〈幻の華〉2002年

3ガク都 まつもと へようこそ

長野県 信州のまんなかにある 松本市は3ガク都とよばれています。

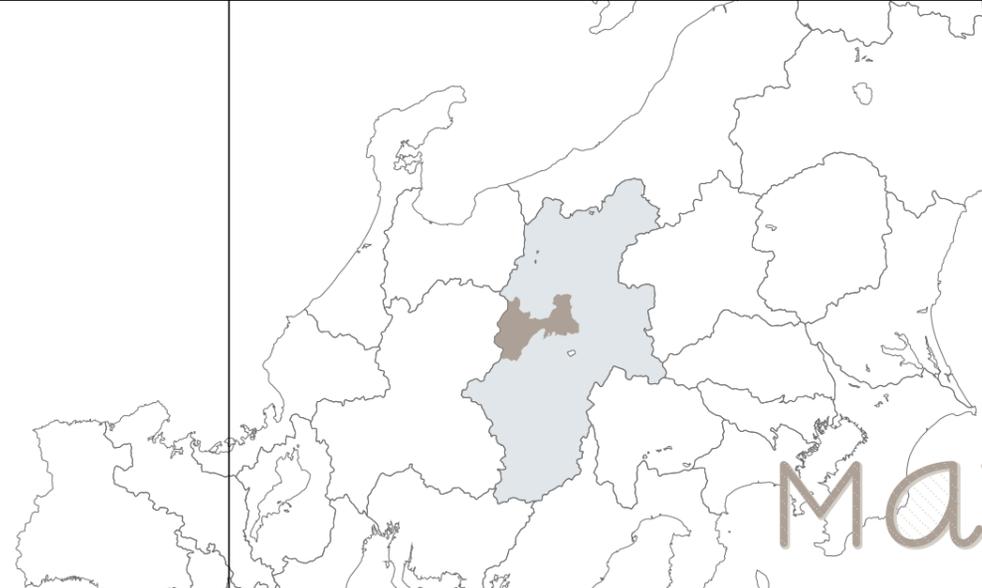
「山“岳”」のまち 3,000m級の峰々が連なる北アルプスや、広大な高原台地を誇る美ヶ原高原の美しい自然

「学“問”」のまち 旧開智学校校舎の開校や、旧制松本高等学校の誘致といった教育を重んずる文化

「音“楽”」のまち 国際的な音楽祭「セイジ・オザワ 松本フェスティバル」やスズキ・メソードなど街中に流れる旋律

自然と歴史を感じられるまつもとの魅力をこの一冊に詰めこみました

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



SHINSHU

MATSUMOTO



〈上高地 大正池〉

MATSUMOTO CASTLE, NATIONAL TREASURE

国宝 松本城

戦国時代の永正年間に造られた深志城が始まり。
黒と白のコントラストがアルプスの山々に映えます。

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

詳細はこちらを
チェック



観覧
所要時間
約45分
~60分

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。



冬のイルミネーション



城内の様子(大天守1階)

FORMER KAICHI SCHOOL, NATIONAL TREASURE

国宝 旧開智学校校舎

明治9年(1876)に建てられた擬洋風建築の小学校校舎。
令和元年9月に国宝指定されました。

※耐震工事のため、令和6年秋頃まで休館中

詳細はこちらを
チェック



観覧
所要時間
約40分
~60分



校舎内の様子(1階特別展示室)

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おり、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、江戸から現代にいたる教育資料を展示しています。

FORMER CATHOLIC PRIEST'S RESIDENCE

県宝 旧司祭館

★
国宝旧開智学校
校舎の目の前!

明治22年(1889)にフランス人のオーギュスタン・クレマン神父により、松本城のすぐ北側に建設された西洋館です。以後、100年近くにわたり松本カトリック教会の宣教師たちの住居として使用されました。平成元年(1989)に松本市へ寄付され、現在地へ移築復元されました。平成17年(2005)には、旧松本カトリック教会司祭館として長野県宝に指定されました。

Topic

旧開智学校校舎の休館中は、旧司祭館で旧開智学校の紹介や耐震工事の速報展などを行います。また、旧開智学校売店も営業します。



松本市美術館

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、市ゆかりの芸術作品が多数展示される松本の芸術の発信地。



草間彌生《大いなる巨大な南瓜》2017年 ©YAYOI KUSAMA

開館時間 AM9:00~PM5:00 (入場はPM4:30まで)

休館日 月曜日 (休日の場合は、次の最初の平日)、年末年始(12/29~1/3)

詳細はこちらをチェック



MUSEUMS in MATSUMOTO CITY

博物館&資料館

松本は、マチ全体が屋根のない博物館

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。



令和5年10月 移転オープン

松本市立博物館

「松本まるごと博物館」の中核施設で、常設展示室では城下町や商都、山岳など松本をひも解く「8つのテーマ」でご案内します。ここから松本の自然・歴史・文化を知る旅が始まります。

開館時間 AM9:00~PM5:00 (1階の一部はPM9:00まで)

休館日 展示室は火曜日(第3火曜日は全館休館、休日の場合は、次の最初の平日)、年末年始(12/29~1/3)



松本市時計博物館



松本民芸館



松本市歴史の里



各施設の開館日や観覧料はWEBサイトなどでご確認ください。

日本浮世絵博物館

松本まるごと博物館 WEBサイトを覗いてください



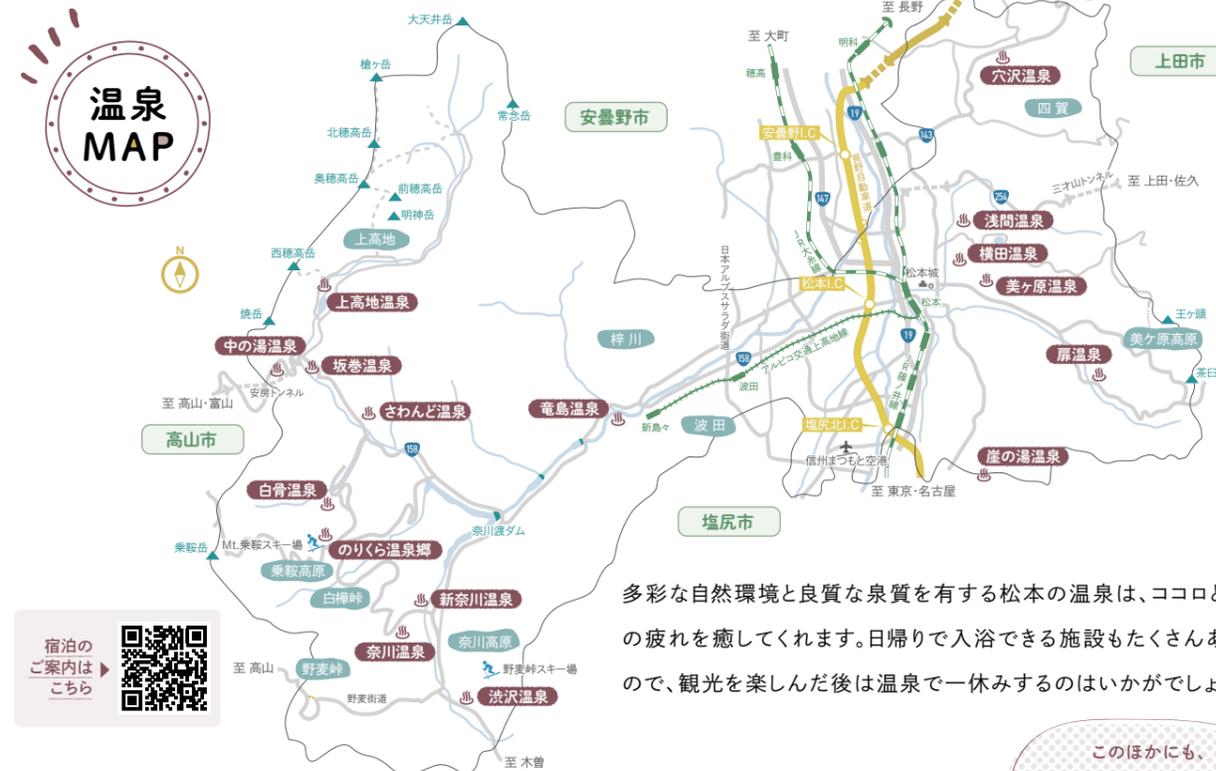
他にもたくさんの博物館や資料館が！

松本市立考古博物館、松本市はかり資料館、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、松本市山と自然博物館、松本市四賀化石館、県立旧山辺学校校舎、日本ラジオ博物館、康花美術館など...

HOT SPRINGS

松本は国内屈指の大温泉郷

松本市内には、16カ所もの温泉地があります。



温泉 MAP



多彩な自然環境と良質な泉質を有する松本の温泉は、ココロとカラダの疲れを癒してくれます。日帰り入浴できる施設もたくさんありますので、観光を楽しんだ後は温泉で一休みするのはいかがでしょうか。

このほかにも、市内には数多くの日帰り入浴施設があります！

日帰り温泉施設



浅間温泉 ホットプラザ浅間

松本市浅間温泉3-16-3 TEL 0263-46-6278 露天風呂と広い大浴場でゆっくりと疲れを癒すことができます。施設前には源泉かけ流しの足湯もあります。



のりくら温泉郷 湯けむり館

松本市安曇鈴蘭4306-4 TEL 0263-93-2589 内湯外湯共に乗鞍岳が見渡せます。乳白色の温泉は武田信玄によって開拓された大樋銀山から自然湧出したもので、信玄が開拓当時からその疲れを癒したともいわれています。



竜島温泉 せせらぎの湯

松本市波田3452 TEL 0263-94-1126 北アルプスの雪解け水が流れる下流の梓川のほとりにある施設。清流梓川のせせらぎと季節ごとに姿を変える山々が安らぎを与えてくれます。入浴後はつるつる美肌に。



白骨温泉 公共野天風呂

松本市安曇白骨温泉 TEL 0263-93-3121 白濁した弱酸性の泉質が特徴です。露天風呂のみの施設でお湯につかりながら森林浴を楽しめます。営業期間は4月下旬~11月下旬。



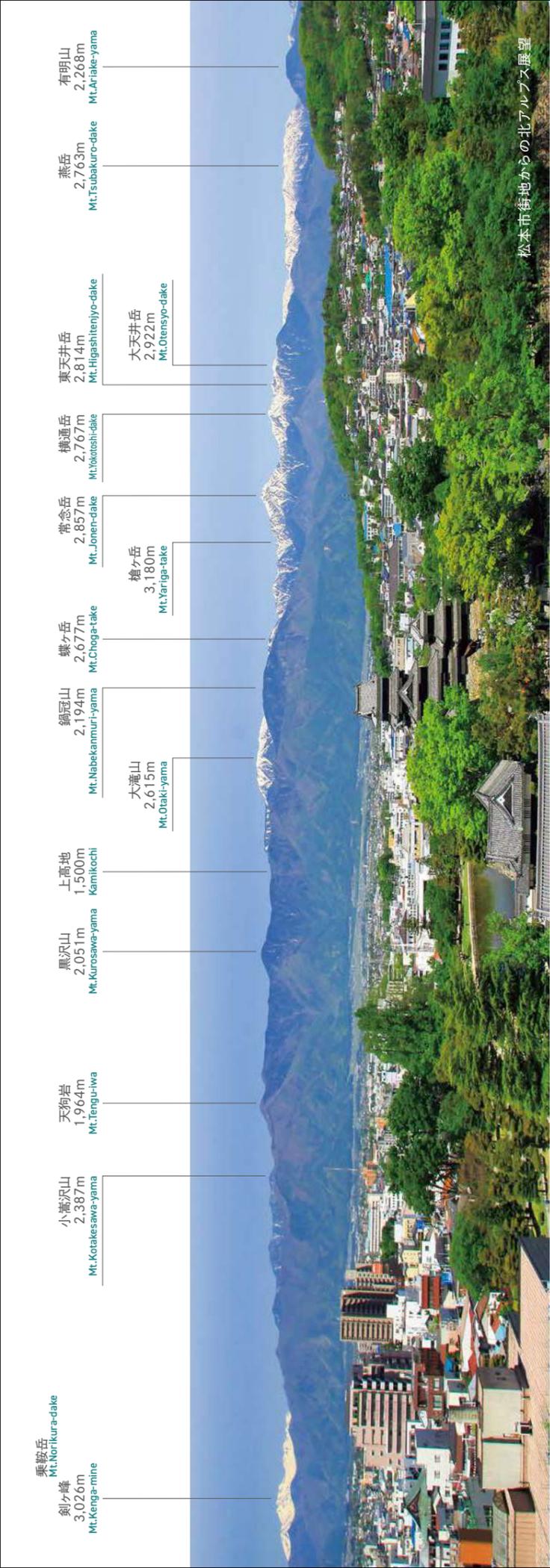
美ヶ原温泉 ふれあい山辺館・白糸の湯

松本市里山辺85-1 TEL 0263-35-9076 源泉かけ流し、上り湯も源泉です。施設は漆塗りの白壁、ダークブラウンの腰板、信州瓦葺きの蔵造りの外観で、民芸を醸す雰囲気の良い建物です。



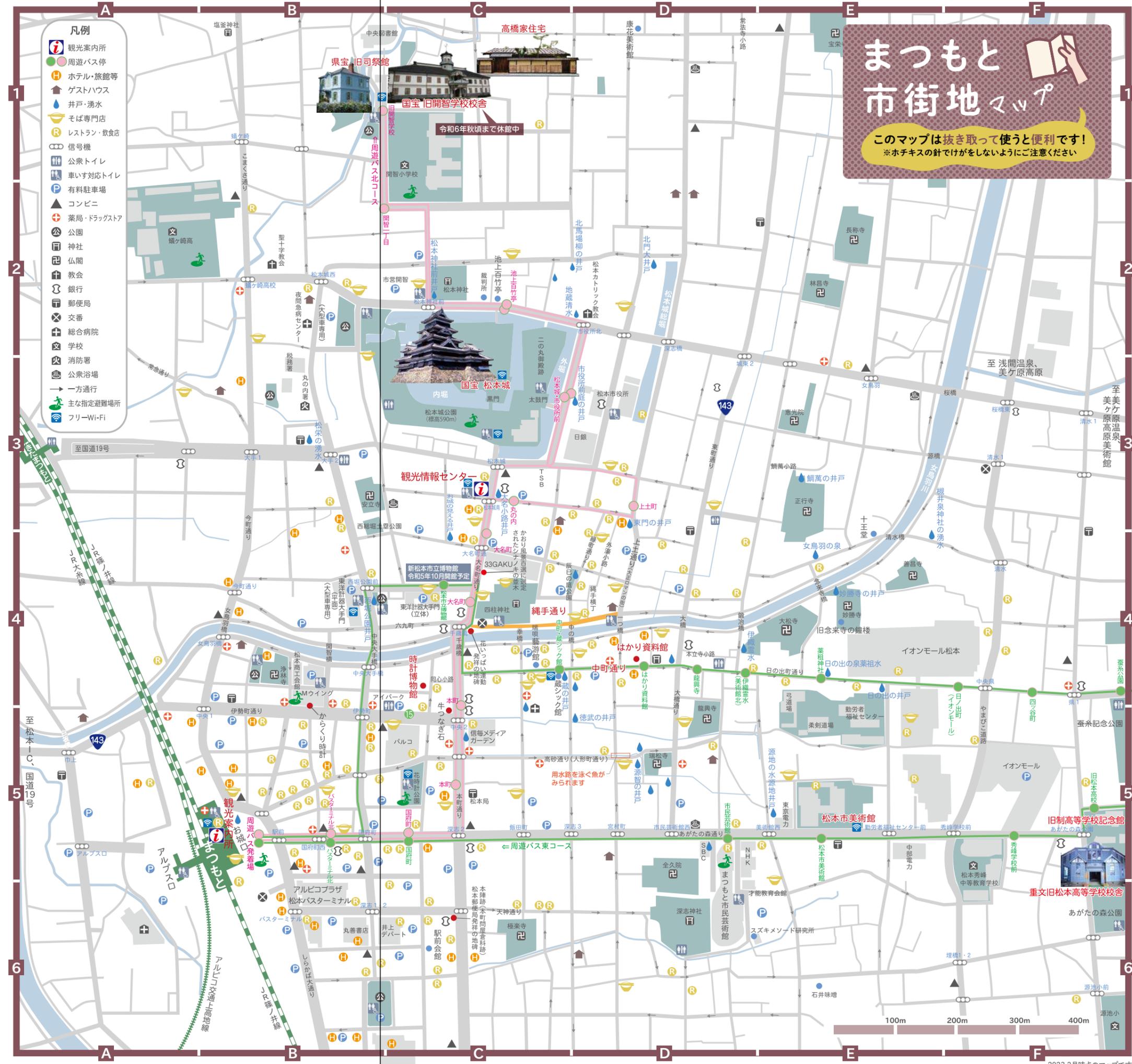
穴沢温泉 松茸山荘別館東山館

松本市穴沢756 TEL 0263-64-2102 晴れた日には北アルプスが遥かに望める展望風呂。滑らかな泉質で源泉かけ流しの天然温泉「美人の湯」として好評です。



松本市街地からの北アルプス展望

- 有明山 2,268m Mt.Ariake-yama
- 燕岳 2,763m Mt.Tsubakuro-dake
- 東天井岳 2,814m Mt.Higashitenryo-dake
- 横通岳 2,767m Mt.Yakutshi-dake
- 常念岳 2,857m Mt.Jonen-dake
- 楯ヶ岳 3,180m Mt.Yariga-take
- 蝶ヶ岳 2,677m Mt.Choga-take
- 鍋冠山 2,194m Mt.Nabekammuri-yama
- 大滝山 2,615m Mt.Otaki-yama
- 上高地 1,500m Kamikochi
- 黒沢山 2,051m Mt.Kurosawa-yama
- 天狗岩 1,964m Mt.Tengu-iwa
- 小笠沢山 2,387m Mt.Kotakesawa-yama
- 乗鞍岳 3,026m Mt.Norikura-dake
- 剣ヶ峰 3,026m Mt.Kengamine



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井戸や湧水があり、「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。



女鳥羽の泉



源智の井戸



葎の井戸



辰巳の御庭



伊織霊水

交通のご案内

- JR**
 - 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**
 - 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**
 - 信州まつもと空港利用
 - 福岡→松本 90分 FDA
 - 札幌→松本 (新千歳・丘珠*) 100分 FDA
 - 神戸→松本 60分 FDA
 - 大阪→松本 (伊丹*) 50分 JAL



観光・宿泊のご案内

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

- さわんど温泉観光案内所 TEL 0263-93-1800
- (株)ふるさと奈川 TEL 0263-79-2125
- 松本市四賀観光協会 TEL 0263-64-4447

松本観光へのご意見・ご要望

- 松本市観光プロモーション課 TEL 0263-34-3000(代表) (平日9:00~17:00)
- 松本市アルプスリゾート整備本部 TEL 0263-34-3000(代表) (平日9:00~17:00)

その他のご案内

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

- 長野県大阪観光情報センター TEL 06-6341-8205
- JR東日本お問い合わせセンター TEL 050-2016-1600
- JR東海テレフォンセンター TEL 050-3772-3910
- アルピコ交通上高地線 TEL 0263-87-3166
- 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 TEL 0263-32-0910
- 休日・夜間緊急医療案内サービス ☎ 050-3033-0665
- FDAコールセンター ☎ 0570-55-0489

グルメ&お土産

おいしい食べ物や歴史を感じる工芸品などがたくさん。松本の思い出のひとつに。



松本てまり
江戸時代中期に手作りされたのが始まりです。伝統ある手工芸品としてその技法は現代まで守り伝えられています。



りんご
昼夜の寒暖差が大きく、日照時間が長い松本では品質の良い甘くておいしいりんごが収穫されます。



ぶどう
山辺地区は明治初期からぶどうの生産が行われています。デラウェア、巨峰などの品種のほか、松本オリジナルの黄華(おうか)があります。



スイカ
波田(はた)地区下原を中心につくられるスイカは糖度が高くシャリシャリとした食感が楽しめます。



松本民芸家具
松本は空気が乾燥し、風通しがよいため家具作りに適しています。松本民芸家具の歴史は古く、その誕生は安土桃山時代に遡ります。



松本一本ねぎ
江戸時代には既に栽培されていた伝統野菜です。加熱すると甘く、とろろになり、煮ても焼いてもおいしく召し上がれます。



松本山賊焼き
鶏肉をにんにく、生姜などが入ったたれに漬け込み、片栗粉をまぶして揚げた松本の郷土料理。



馬刺し
かつて松本では「肉と言えば馬肉」を指すほどでした。馬刺しをはじめとする馬肉料理を扱うお店が数多くあります。



とうじそば
奈川地区に古くから伝わる郷土料理です。取っ手のついたザル(とうじかご)に小分けにしたそばを入れ、汁の中でさつと温めていただきます。



信州味噌
全国の味噌生産量の30%を占める長野県。その中でも松本は県内1位の「信州味噌」の産地です。



クラフトビール
地元産のホップや麦、そして果物などの農作物を使用した松本ならではの魅力が詰まったビールです。



ワイン
山辺地区は長野県のぶどう栽培発祥の地といわれています。市内には2カ所ワイナリーがあり、どちらも良質のワインとして好評です。



地酒
きれいな空気や北アルプスの豊富な伏流水など、酒造りに必要なすべてを備えた松本でこそ醸し出せる地酒の味をお楽しみください。



おやき
長野県内で広く食べられているおやきは、蒸したり焼いたり、そば粉を使うものなど、種類も様々。



松本の餠
老舗あめ店の昔ながらの技で作られたオリジナリティあふれる様々な商品は松本土産にぴったり。

CASTLE TOWN 城下町

松本は街歩きも楽しみのひとつ。★☆☆ ちょうどいいサイズの城下町で食べ歩きや寄り道を楽しんで。



なわて(縄手)通り
松本城から歩いて5分。お店が長屋風に軒を並べる商店街です。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ぶ人情あふれる通りです。



中町通り
白と黒のなまこ壁がつづくしっとりとした風情の街並み。民芸・工芸・飲食などたくさんの専門店があり、城下町の歴史と文化が堪能できます。

NORIKURA-HIGHLAND

乗鞍高原

乗鞍岳の東に広がる乗鞍高原は広大な一ノ瀬園地や湿原、趣の異なる滝、雪質絶好のスキー場など、四季を通じて見どころ満載です。

詳細はこちらを
チェック



ACCESS



長野自動車道松本ICから約50分



松本駅からアルピコ交通上高地線で、終点新島々駅まで約30分
新島々駅から乗鞍高原行き路線バスに乗り換え約50分

UTSUKUSHIGAHARA-HIGHLAND

美ヶ原高原

松本市の東に広がる高原台地。北・南アルプスが見渡せる360度の
大パノラマが魅力で、八ヶ岳や浅間山、富士山までもが見渡せます。

詳細はこちらを
チェック



▲美しい塔

▶6月中旬～7月上旬頃見ごろを迎えるレンゲツツジ

ACCESS



長野自動車道松本ICから約70分
※11月下旬から4月下旬まで冬期通行止め

KAMIKOCHI

上高地

日本の代表的な山岳リゾート。

詳細はこちらを
チェック



標高1,500mの上高地はその美しい景観から「特別名勝」と「特別天然記念物」のふたつの称号を与えられた日本でも稀有な場所です。北アルプスの玄関口として、毎年多くの登山客が訪れます。上高地の観光シーズンは開山祭4月27日～11月15日の閉山式まで。



ACCESS



長野自動車道松本ICから沢渡(さわんど)駐車場まで約60分
沢渡(さわんど)駐車場から上高地までシャトルバスまたはタクシーで約30分
※上高地は通年マイカー規制のため、沢渡(さわんど)駐車場からシャトルバスかタクシーをご利用ください。



松本駅からアルピコ交通上高地線で、終点新島々駅まで約30分
新島々駅から上高地行き路線バスに乗り換え約60分



天狗池から見た槍ヶ岳

NAGAWA-HIGHLAND

奈川高原

野麦峠を通じて岐阜県と接する松本市の最西端にあり、一級品の蕎麦とスキー場、そして温泉が魅力の高原リゾートエリアです。

ACCESS



長野自動車道松本ICから約60分

詳細はこちらを
チェック



キャンプ場

自然を感じながらゆったりとした時間を過ごす、松本市内のキャンプ場。



美鈴湖もりの国オートキャンプ場

松本市大字三才山1871 TEL 0263-46-9990
北アルプスと夜景、広がる星空。街から車で30分の気軽さ、標高1,000mでも安心の設備。地元・柳沢林業が手掛ける、松本の素晴らしさを象徴するキャンプ場です。



芥子坊主農村公園

松本市大字岡田町868-2
TEL 0263-46-2313 (岡田地区地域づくりセンター)
里山の自然環境を活用した無料のテントサイトや展望台が完備された公園です。テントサイトは老若男女問わずキャンプ場として多くの方に利用され、展望台から望む北アルプスや美ヶ原、また、松本平の眺望は圧巻です。

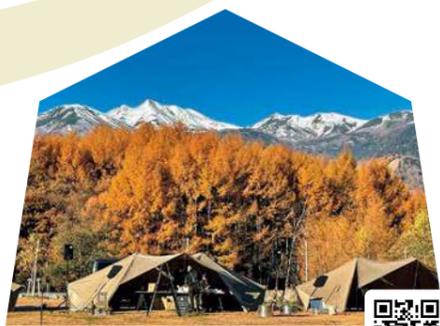


湖、森林、高原など、
色々なロケーションで
キャンプが楽しめます！



三城いこいの広場

松本市大字入山辺8961 TEL 0263-31-2229
日本百名山「美ヶ原」の中腹に佇む大自然に囲まれたキャンプ場。山の斜面を利用したプライベート感の高いサイトは日々の喧騒を忘れさせます。



乗鞍BASE(いがやレクリエーションランド)

松本市安曇3994-21 TEL 0263-88-0300
北アルプス・乗鞍岳を望む標高約1,500mに位置するキャンプ場・アクティビティ施設です。樹上アスレチックやMTBなども楽しめます。



自然豊かな信州で
美しい星空を
存分に堪能できます



高ソメキャンプ場

松本市奈川2212-16 TEL 0263-79-2919
山々の懷に抱かれ、美しい白樺林と釣池からの雄大な乗鞍岳の眺望が自慢のキャンプ場。自然の起伏を生かしたサイトで、直火OKの焚火と共に満点の星空をゆったり眺めてみてください。



野麦峠オートキャンプ場

松本市奈川29-1 TEL 0263-79-2468
川と森に囲まれた、静かなキャンプ場です。全てのサイトに駐車場と電源を完備し、ファミリーや初心者の方も安心して利用出来ます。長期滞在には、コテージの利用もお勧めです。



年間イベントスケジュール

各イベントの日程、内容についてはWEBなどでご確認ください



SPRING

3月

中旬
四賀福寿草まつり
@四賀地区福寿草群生地

4月

27日
上高地開山祭
@上高地河童橋畔

5月

中旬
※松本城開花宣言3日後から8日間(予定)
国宝松本城桜並木 光の回廊
@国宝松本城外堀
@女鳥羽川
@大名町

6月

下旬
ツール・ド・美ヶ原高原自転車レース大会
浅間温泉(スタート)
~美ヶ原高原(ゴール)

7月

第1土曜日
松本ぼんぼん @中心市街地
8月中旬 ~ 9月上旬
セイジ・オザワ松本フェスティバル(OMF)
@キッセイ文化ホール
@まつもと市民芸術館 他

8月

中旬
「山の日」四方山祭りin上高地 @上高地
下旬
国宝松本城太鼓まつり
@国宝松本城メインステージ 他

中旬
「山の日」四方山祭りin上高地 @上高地
下旬
乗鞍ヒルクライム @乗鞍高原



SUMMER

9月

8月中旬 ~ 9月上旬
セイジ・オザワ
松本フェスティバル(OMF)
@キッセイ文化ホール
@まつもと市民芸術館 他

10月

上旬
信州・松本そば祭り
@松本城公園 他

11月

15日
上高地閉山式
@上高地河童橋畔

3日
松本まつり~まつもと市民祭~
@国宝松本城・中心市街地

3日~10日
国宝松本Week @国宝松本城

11月(予定)
松本マラソン @市内広域

中旬
浅間温泉松明まつり
@浅間温泉

下旬
美ヶ原温泉道祖神祭り
@美ヶ原温泉



AUTUMN

12月

12月 ~ 約3カ月
イルミネーション
@国宝松本城・大名町 他

1月

上旬
松本あめ市
@中心市街地

2月

1月下旬 ~ 2月上旬
国宝松本城
氷彫フェスティバル
@松本城公園
@松本駅前広場 他



WINTER