

(1) 戸隠高原

～山岳信仰息づく地～

【戸隠旬ウォーク(戸隠観光協会・戸隠登山ガイド組合のツアー)】

◆歩くスキーでお散歩

～戸隠森林植物園から鏡池～

日程：1月27日(土)

料金：4,000円/人

◆高デッキ山スノーハイキング

～戸隠スキー場から高デッキ山～

日程：2月17日(土)

料金：4,000円/人

◆結水の鏡池をスノーハイキング

～戸隠森林植物園から鏡池～

日程：3月17日(土)

料金：4,000円/人

【戸隠森林植物園ボランティアの会の観察会】

◆戸隠雪上観察会

～戸隠神社奥社参道一帯で冬の観察会～

日程：3月17日(土)

料金：500円/人

【GOZAN自然学校のツアー】

◆池めぐり1(小鳥ヶ池～鏡池)

～山越え、天然滑り台～

日程：2月24日(土)、3月24日(土)

料金：2,000円/人

◆池めぐり2(みどりが池～鏡池)

～森林植物園・平坦コース～

日程：2月18日(日)

料金：2,000円/人

◆戸隠神社奥社参拝

～雪の中に静かに佇む奥社を参拝～

日程：2月11日(日)、3月4日(日)・18日(日)

料金：2,000円/人

【祭り】

◆Theベ～そ2018

～毎年恒例 雪上の大酒宴！～

日程：3月3日(土)

料金：300円(ベ～そカップ代)

場所：戸隠神社中社の広庭

★戸隠高原のスキー場★

◆戸隠スキー場

歴史の地で楽しむ。

魔法の粉雪&戸隠連峰を望むスキー場。



冬の晴るい森をハイキング



雪深い、戸隠神社奥社



結水した鏡池の上へ!



Theベ～そ



戸隠スキー場から戸隠連峰を望む

(2) 戸隠地質化石博物館

～日本有数の化石の宝庫にたつ博物館～

【博物館わくわく入門】

◆郷土料理をつくってみよう

～そば粉の団子汁、野沢菜の漬物など～

日程：1月21日(日)

料金：200円(別途材料費+入館料)

◆化石クレーニングに挑戦!

～石から化石を探してきれいにするよ～

日程：2月18日(日)

料金：400円(別途材料費+入館料)

◆太陽染めに挑戦!

～青焼きの原理でサンプリント!～

日程：3月18日(日)

料金：200円(別途材料費+入館料)

【親子で学ぶ自然観察教室】

◆スノーシューで冬の里山探検～その1

～里山観察&メープルループ採取のセッション～

日程：1月28日(日)

料金：200円(別途入館料)

◆スノーシューで冬の里山探検～その2

～里山観察&樹液からメープルループ作り～

日程：2月11日(日)

料金：200円(別途入館料)

【キラキラ探し】

◆火山灰から宝石さがし

～火山灰を洗ってきれいな鉱物を観察～

日程：3月24日(土)

料金：200円/人(別途入館料)

◆ミワノツツ「水晶ひろい」

日程：いつでも

料金：100円/人(別途入館料)



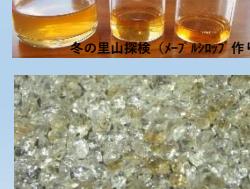
郷土料理をつくってみよう



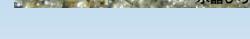
太陽染め



冬の里山探検



冬の里山探検(メープルループ作り)



水晶ひろい

(7) 古池・種池

～古くからの信仰の池～

【GOZAN自然学校のツアー】

◆池めぐり(種池～古池)

～比較的平坦、天然滑り台～

日程：3月10日(土)・31日(土)

料金：2,000円/人



天然滑り台でけつぞり!

(8) 小谷

～ブナ林に囲まれた秘湯～

【祭り】

◆大網火祭り

～炎・太鼓・踊り 熱気あふれる勇壮なお祭り～

日程：2月10日(土)

場所：小谷村大網地区東阿弥陀ヶ原会場



↑(2) 戸隠地質化石博物館

↓登長野駅

(3) 飯綱東高原

～家族みんなの高原リゾート～

【GOZAN自然学校のツアー】

◆けもの谷ツアー

～冬の森は、生きものの痕跡たくさん!～

日程：2月25日(日)、

3月11日(日)・25日(日)

料金：2,000円/人

【祭り・雪上スポーツ】

◆こらっしゅまつり

～みつとんと遊ぼう、かまくら作りなど～

日程：1月7日(日)

料金：無料

場所：いづなりリゾートスキー場

◆2018飯綱町けつぞり大会

～子供も大人も楽しめる! チーム対抗けつぞりレースに参加しよう～

日程：2月4日(日)

料金：無料(事前申込制)

場所：いづなりリゾートスキー場

★わかさぎ釣り★

◆霊仙寺湖

絶景の中、穴釣りを楽しもう

★飯綱東高原のスキー場★

◆いづなりリゾートスキー場

非圧雪・モーグルコースからキッズパークまで充実



生きものを感じる冬の森



(4) 野尻湖

～ナウマンソウ発掘の美しき湖～

★わかさぎ釣り★

屋形船のあたたい船内から

わかさぎを釣ろう!



(5) 飯綱高原

～自然の恵みあられる爽やか高原～

【スポーツ】 ※観戦にお越しください

◆第15回長野県雪合戦

選手権大会in飯綱高原

～本格的な雪合戦が目の前で!～

日程：1月21日(日)

場所：大座法師池

◆第2回雪国カップ

スノービーボール全国大会

～誰でも楽しめる新しい雪遊び～

日程：2月10日(土)

場所：大座法師池

★飯綱高原のスキー場★

◆飯綱高原スキー場

近くて、安くて、滑りやすい! ちょうどいい! づな。



これが本格的な雪合戦だ!



誰でも楽しめる、スノービーボール

(6) 黒姫高原

～のびやかな景色広がる明るい高原～

【スポーツ】

◆黒姫クロスカントリースキ大会

～雄大な景色のクロカンコース～

日程：1月20日(土)

場所：童話の森スノーウェイブ

◆レレビ記念杯スキー大会

～伝統あるスキー大会～

日程：2月3日(土)

場所：黒姫高原スノーパーク

★黒姫高原のスキー場★

◆黒姫高原スノーパーク

ファミリーパークは、東京ドーム20個分の広さ!



黒姫クロスカントリー大会



黒姫高層スノーパーク

(9) 妙高高原

～妙高山の麓に広がる温泉郷～

【池の平温泉観光協会のツアーなど】

◆スノーシューナイトツアー「月の旅・星の旅」

～月明かりで見る温泉や、新月の星空に浮かぶ妙高山を～

日程：1月～3月(水・日定休) 料金：3,000円/人

◆第7回妙高スポーツ雪合戦大会

～子供も大人も全力で楽しむ、初心者にも優しい大会～

日程：3月11日(日) 料金：プランにより異なる

場所：池の平温泉観光協会前特設会場

【休暇村妙高のツアーなど】

◆ソリタイムレース ～目の前のグレンデで雪遊びを楽しむ～!

日程：1月～3月毎週土曜15時半から 料金：無料 場所：休暇村カノスキー場

◆雪を歩こう! スノーシューレッキング ～半日コースで初めての方も安心～

日程：1月から3月 料金：5,000円

場所：赤倉周辺



妙高山の麓に広がる妙高原温泉郷とスキー場

★妙高高原のスキー場★

妙高山の麓に7つのスキー場が集結!

・妙高杉ノ原スキー場

・池の平温泉スキー場

・赤倉観光リ조트スキー場

・赤倉温泉スキー場

・関温泉スキー場

・休暇村妙高ルンルンスキー場

(10) 妙高高原ビジターセンター

～いもり池畔にたつ、自然と文化を知るビジターセンター～

◆館長のガイドウォーク◆

日程：いつでも実施

料金：300円/人

【雪遊び】

◆雪と遊ぼう

～手作りそり・アイスクリーム作り・

スカイシャトル作り・雪洞体験など～

日程：1月14日(日)・21日(日)

・28日(日)、2月3日(土)・4日(日)

料金：300円/人

【スノーシュー・観察会】

◆スノーシュートレッキング

～一面の銀世界! 初めての方大歓迎～

日程：1月14日～2月11日までの日曜

・2月3日～3月3日までの土曜

料金：300円/人

◆雪上観察会

～冬芽や動物の足跡などを探そう!～

日程：2月17日(土)・24日(土)

・3月3日(土)

料金：300円/人

【クロスカントリースキー】

～早春の光の中、歩いて転んで楽しむ!～

◆初めてのクロスカントリースキー(入門編)

日程：3月4日(日)

料金：500円/人

◆クロカンをもっと楽しもう!

日程：3月17日(土)

料金：500円/人

◆クロカンスキルアップ

日程：3月18日(日)

料金：500円/人

【登山】

◆三ツ山へ行こう!

～冬だからこそ行ける山へ!～

日程：2月18日(日)・25日(日)

料金：500円/人

◆袴岳

～妙高山の展望を求めて～

日程：3月6日(火)

料金：500円/人

【作ってみよう】

◆菓箱作り

～木材を使って菓箱を作ってみよう～

日程：2月10日(土)・11日(日)

料金：500円/人

◆メープルシロップを作ってみよう!

～樹液を採取し煮詰めます～

日程：3月10日(土)・11日(日)

料金：500円/人



日本有数の豪雪地帯で、豪快に雪遊び!



スノーシューレッキング



クロスカントリースキー



袴岳登山、美しいブナの森を歩く



菓箱作り

妙高戸隠連山国立公園

2018年冬のイベント・ツアー情報

～日本有数の豪雪地帯&国立公園の大自然!! スキー・スノボはもちろん、

スノーシューやわかさぎ釣り・雪合戦まで、冬をとことん楽しもう♪～

※イベント・ツアーの詳細情報は裏面のスケジュール一覧をご覧ください。