

新潟

上越・妙高エリアのステキな魅力を全国に発信!

上越・妙高

jam旅 Joetsu and Myoko

ジャムたび

2021-22
秋・冬号

autumn and winter

vol. 21

特集

上越・妙高は温泉天国

個性あふれる8つの温泉に注目!
温泉地グルメ

● Enjoy season

自然の中に身を置く休日

● 食べるを楽しむ

地元人気店の味をテイクアウト!



デジタルブック
始めました!
(上越観光 Navi)



うまさぎっしり
新潟



上越・妙高エリア

「#はしっこにいがた」

上越忠義隊 げんげんず

「#上越もよう」



燕温泉 (黄金の湯)



赤倉温泉 滝の湯



霧下そば やぶ



雪だるま高原 キュービッドバレイ



七つ森

C O N T E N T S

2021-22 秋・冬号 vol.21

新潟 上越・妙高エリアのステキな魅力を全国に発信！

上越 妙高 旅 J o e t s u a n d M y o k o

※冊子・タイトルについて

当情報誌は、上越市・妙高市の2市を一体の観光地として全国に向けてPRすることを目的としています。タイトルは上越と妙高(joetsu and myoko)のそれぞれの頭文字[j][a][m]をとり、2つの市を合わせることによる“一体感”、より充実する魅力・観光素材の“ぎゅっしり感”を表現しています。

特集

上越・妙高は温泉天国

2 インタビュー 妙高高原温泉郷・鵜の浜温泉の魅力

4 各温泉地の特長 個性あふれる8つの温泉に注目！

8 入湯後は美味を堪能 温泉地グルメ

10 Enjoy season 自然の中に身を置く休日

12 食べるを楽しむ 地元人気店の味をテイクアウト！

13 上越・妙高イベントカレンダー アンケートプレゼントのお知らせ

※表紙の写真: 燕温泉(黄金の湯)
※本冊子に掲載されている情報は2021年8月現在のものです。変更になることもありますので、お出かけ前にご確認ください。
※記載の定休日とは別に、年末年始休暇や臨時休業でお休みとなる場合がございます。
※料理・イベントなどの写真はイメージです。実際の内容と異なる場合がございます。
※本冊子掲載の価格は基本的に税込表記となっています。ただし、(税別)と表記している箇所も一部ございますので、ご注意ください。

Information

上越市文化財『旧今井染物屋』が手仕事工房として開館

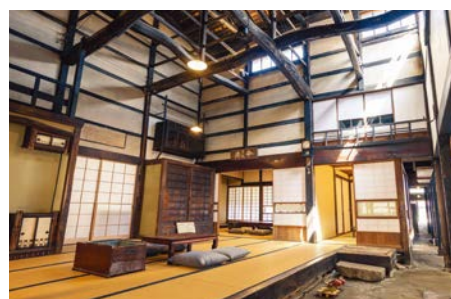
江戸時代末期に建てられた雁木町家「旧今井染物屋」が耐震改修工事を終え、地域文化の継承と発信の拠点として2021年4月29日に開館。館内では、高田の町家の様子を見学できるほか、雪国高田の風土産業であるパテンレースの常設工房を備え、制作の実演や製品の展示販売などを行う。事前申し込み不要の制作体験も可能。(詳しくは、市ホームページを確認)

問 旧今井染物屋 住 上越市大町5-5-7

電 025-520-9788 営 10:00~17:00

休 月曜日(月曜日が休日の場合はその翌日)、休日の翌日、年末年始

HPはコチラ↓



— 新型コロナウイルス感染症対策実施中です！ —

各店舗や宿泊施設では下記のような取り組みを実施しています。旅行される方もご協力をお願いします。



※取り組みは各施設によって異なります



苗名滝 (妙高)



笹ヶ峰・夢見平 (妙高)



火打山・高谷池 (妙高)



春日山神社 (上越)



光ヶ原高原 (上越)



高田城址公園・高田城三重櫓 (上越)



上越・妙高は 温泉天国

さまざまな良質の湯を楽しめる妙高高原温泉郷、
海の近くで贅沢な時間を過ごせる鵜の浜温泉。
開湯の歴史から秋の温泉の魅力を聞きました。



——赤倉温泉は高田藩が藩営事業として温泉奉行を置いていた長い歴史があり、温泉と源泉地が離れているという点もユニークです。

源泉から約6キロもお湯を引っ張ってきている温泉地は珍しいでしょうね。地獄谷から湯を引き、湯治場を作る計画は古くからあったようなのですが許可がおりなかったため、村人が高田藩に掛け合い、藩の仲介によって許可を受け、引き湯に成功したそうです。温泉地と引湯路や営業権などが800両で売り払われ、その代金や工事費の一部は藩からの拝借金で賄ったと資料に記載されています。当時は手掘りです

から約6キロも離れた地獄谷から竹をつないで湯を引く作業は大変だったでしょう。

——秋からの妙高高原温泉郷の魅力を教えてください。

妙高山をはじめ、火打山と高谷池、苗名滝、不動滝など、鮮やかな紅葉に彩られた大自然を温泉とともに楽しめます。源泉が違うことは、温泉の泉質や効能も違いますので、ぜひ、1つの温泉だけでなく、湯めぐりで妙高温泉郷のお湯を堪能してください。妙高高原温泉郷の3軒の温泉が楽しめるお得な「湯めぐりチケット」を1200円で販売しています。

妙高高原温泉郷

秋の湯めぐりで楽しむ
美しい紅葉の絶景と
バラエティ豊かな温泉

——妙高高原温泉郷は車で5分から10分ほどの地域にさまざまな泉質の温泉が点在している全国でも珍しい温泉郷です。源泉について教えてください。

妙高高原温泉郷の温泉をもたらししているのは今も活動を続ける活火山群です。約6000年前の縄文時代に噴出した巨大な溶岩ドーム「中央火口丘」にあたる妙高山とその周辺を囲む前山、赤倉山、三田原山、大倉山、神奈山の「外輪山」を含めて妙高火山全体です。険しい山岳地域や山麓の広大な高原に火山特有の源泉があります。外輪山の前山に沿って源泉が分布し、江戸時代以降はそこから湯を引く6つの温泉郷が作られました。

——一番最初に開湯したのはどちらの温泉ですか？

関温泉の前身だった「関之山ノ湯」が1716年(享保年間)ごろと最も古いです。次が1816(文化13)年の赤倉温泉、1895(明治28)年の燕温泉、1910(明治43)年の妙高温泉、大正末期の池の平温泉の順番です。その後、昭和初期に赤倉分湯として1929(昭和4)年に新赤倉温泉、1997(平成9)年には赤倉山の南山麓でボーリングによって杉野沢温泉が開湯しました。たくさんの源泉があるのでそれ

鵜の浜温泉

海岸沿いの温泉で
秋の静かな海と夕日
日本海の幸を満喫する

——鵜の浜温泉の開湯の歴史について教えてください。

1956(昭和31)年に帝国石油が石油天然ガス採集のために掘削を行ったときに水温43度のお湯が出ました。泥を含んだお湯だったので海岸の砂地に流していましたが、その後、このお湯が自然と緑色に変わり、良質であることがわかったのです。石油会社において、お湯を町に寄付してもらえらることに、1958(昭和33)年に休憩所併設の共同浴場を開設したのが鵜の浜温泉の始まりです。



それ泉質が異なりますが、どこも高温で豊富な湯量に恵まれています。

——妙高高原温泉郷の特徴として5つの泉質、3つの湯色とされています。

泉質は単純温泉、塩化物泉、炭酸水素塩泉、硫酸塩泉、硫酸泉の5つ。3つの湯色というのは、燕温泉が乳白色のにこり湯で源泉100%の硫酸泉なんです。関温泉は赤いお湯でタオルを湯につけると真っ赤になります。昔はもっと赤かったようです。池の平温泉は黒でこれも日本では珍しい湯色です。ほかは透明ですね。

単純温泉

体にやさしい成分量で、刺激の少ないお湯が特長の温泉。高齢者や子どもも入浴しやすいことから「家族の湯」とも言われています。

塩化物泉

海水の成分によく似た、塩辛く無色透明のお湯。皮膚に塩分が付着して汗の蒸発を防ぐことから、保温効果がよく湯冷めしにくい。

炭酸水素塩泉

皮膚の表面を軟化させ、老廃物や分泌物を洗い流してくれる温泉。肌がなめらかになることから「美人の湯」として知られている。

硫酸塩泉

切り傷や火傷などに効くので昔から「傷の湯」と言われ、鎮静効果の高さから、高血圧症や動脈硬化症にも良いとされている。

硫酸泉

温泉気分を盛り上げる、独特の匂いが特長。強い作用が期待されるが刺激が強いため、赤ちゃんや皮膚の弱い人の入浴は注意が必要。

妙高高原温泉郷「5つの泉質」



鵜の浜温泉観光組合
組合長
伊倉吉之さん

——共同浴場から始まったんですね。

そうですね。海水の成分に似た食塩を含む塩辛く無色透明のお湯が特徴で、保温効果や皮膚病に効く薬湯として評判になりました。利用者から「宿泊したい」「泊まる所が欲しい」という声が増えて、温泉旅館ができました。※現在は7つの温泉旅館があります。

——秋からの鵜の浜温泉の楽しみ方を教えてください。

広い砂浜ときれいな水が自慢の海が目の前にあります。夏の喧騒が落ち着いた秋の静かな海も魅力的です。秋は一年で一番夕日が美しい季節ですから、夕暮れ時の海辺を散歩すると、あたり一面夕焼けに染まる美しい景観を見ることが出来ます。人魚伝説が言い伝えられていて海岸には人魚像もあります。今年はコロナウイルス感染症対策で中止になりましたが、網にかかった魚を持ち帰りができる「観光地引網」も鵜の浜温泉の人気イベントです。

——海が近いので四季折々の日本海の幸も評判ですね。

秋は上越の漁港で水揚げされるメギスがおすすすめ。なかでもメギスフライやメギスの団子汁は宿泊客に好評です。旅館の朝食で手作りのメギス一夜干しを味わえますよ。



赤倉温泉組合
組合長
北村裕之さん



上越・妙高は
温泉天国

個性あふれる8つの温泉に注目！

湯色、香り、効能が異なるバラエティに富んだ
上越・妙高地域の温泉で「じょんのび」しましょう！



access 新潟県妙高市新赤倉 妙高高原ICから車で約10分



【泉質】カルシウム・ナトリウム・マグネシウム・硫酸塩・炭酸水素塩泉 【効能】泉質別適応症として…切り傷、火傷、慢性皮膚病、動脈硬化、美肌づくり など



本格的な高原リゾートの草分け的なホテルを中心に、素晴らしい自然が堪能できる場所ですね



新赤倉温泉

しんあくらおんせん

スカイケーブルやゴルフ場もある 高原リゾートエリア

開湯は昭和4(1929)年。温泉付き別荘地として大正12(1923)年から開発が行われたことから、ゴルフ場やリゾートホテル、森に囲まれたペンション村などもある。スキーシーズンにはゴンドラリフトとして使われ、紅葉時も営業される赤倉観光リゾートのスカイケーブルに乗車すると片道約11分の空中散歩を楽しみながら標高1,300メートルへ到着。眼下にはブナの原生林、遠く志賀の山々や斑尾山、野尻湖などを望むことができる。



access 新潟県妙高市関川 妙高高原ICから車で約3分



【泉質】単純温泉 【効能】一般適応症として…神経痛、筋肉痛、関節痛、運動麻痺、くじき、うちみ、痔、冷え性 など



妙高高原駅から一番近い温泉です。妙高山を眺めるならここがおすすめです



妙高温泉

みょうこうおんせん

妙高高原駅からいちばん近い温泉は 妙高山の裾野まで見える絶景スポット

開湯は明治43(1910)年。その頃は赤倉温泉の分湯だったが、大正11(1922)年には南地獄谷からの引き湯に成功し、現在の妙高温泉と改称されたという歴史を持つ。妙高山麓の南地獄谷から約10キロという国内でも屈指の長距離を配管で運ばれてくることにより、「天然の湯もみ」をされた状態の優しいお湯が浴槽へ届いている。地元の人から親しまれている共同浴場「大湯」と2軒の温泉宿からなる、こじんまりとした温泉地。

池の平温泉

いけのたいらおんせん

2022年に開湯100周年を迎える 蒸気造成温泉

大正11(1922)年、妙高山南地獄谷からの引き湯で開湯。源泉は高温の噴気そのもので、噴気に地下水を混ぜて温泉にする「蒸気造成温泉」。硫黄成分を多く含んだ黒い泥を含む「黒泥湯」が本来の姿。しかしそのままでは一般的な入浴に適さないため、ろ過したものを「単純温泉」として使用する施設が多い。「単純温泉」と硫黄泉の「黒泥湯」という、2種類の温泉が楽しめるのも特長。近くの「いもり池」から見る妙高山が美しい。



池の平温泉スキー場の麓にひろがる温泉街です。妙高山を眺めるのにおすすめな「いもり池」や、日帰り温泉施設もあります



access 新潟県妙高市関川 妙高高原ICから車で約5分



【泉質】単純温泉 【効能】一般適応症として…神経痛、筋肉痛、関節痛、運動麻痺、くじき、うちみ、痔、冷え性 など



赤倉温泉

あくらおんせん

豊富な湧出量と絶妙な湯加減 開湯200年を超える歴史を誇る名湯

開湯は江戸時代の文化13(1816)年。大正期には、皇族の避暑地としても知られるようになった。妙高山麓北地獄谷の数十箇所から自噴する、40～60℃の源泉を集め、温泉街までの10キロを旅してくるお湯は有効成分も豊富。浴槽に満たされた段階で、ちょうど42℃程度に保たれるという絶妙な湯加減も自慢だ。尾崎紅葉、与謝野晶子、有島武郎といった文人や、日本近代美術の父と言われる岡倉天心に愛された温泉地だ。



妙高の温泉ではもっとも歴史のある温泉ですね。『湯の華』が混じるのは有効成分が豊富な証拠です



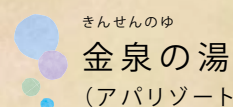
access 新潟県妙高市赤倉 妙高高原ICから車で約13分



【泉質】硫酸塩・炭酸水素塩泉 【効能】泉質別適応症として…切り傷、火傷、慢性皮膚病、動脈硬化、美肌づくり など



まだまだあります！温泉情報

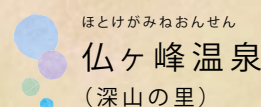


きんせんのゆ

金泉の湯

(アパリゾート上越妙高)

露天風呂・サウナも備えたリゾートホテル内の温泉。天然温泉の露天風呂からは妙高の山裾まで見渡せる。内湯は準天然光明石温泉(人工温泉)となり、2種類のお湯が楽しめる。11月中旬～4月下旬は冬季休館。

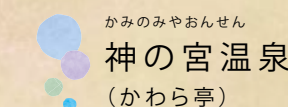


ほとけがみねおんせん

仏ヶ峰温泉

(深山の里)

長野県県境に近い山奥に位置。寸分道集落にある秘湯だ。冷鉱泉を沸かして提供しているが、含硫黄ナトリウム塩化物泉は肌がツルツルになると評判。ヤマゴボウの葉でつないだそばも名物。要事前予約(TEL:0255-75-2028)。

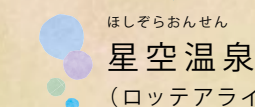


かみのみやおんせん

神の宮温泉

(かわら亭)

上杉景虎ゆかりの鮫ヶ尾城の麓にある温泉。天然保湿成分と言われるメタケイ酸を含み、とろりとしたお湯が楽しめる内湯と、保温・保湿効果の高いナトリウム塩化物泉の露天風呂。2種類のお湯が楽しめる。日帰り入浴も可能。



ほしぞらおんせん

星空温泉

(ロッテアライリゾート)

地下1,750mより湧き出るお湯は、肌に優しく保湿性に優れた低張性弱アルカリ温泉。晴れた日には、満天の星空を眺めながら入浴できる露天風呂もあり、年間を通して利用できる。宿泊者以外の日帰り入浴も可能。

まだまだあります！温泉情報



上越・妙高は温泉天国

個性あふれる8つの温泉に注目！



access 新潟県妙高市関山燕温泉 妙高高原ICから車で約25分



【泉質】含硫黄・ナトリウム・カルシウム・炭酸水素塩・硫酸塩・塩化物泉 【効能】泉質別適応症として…肝臓病、高血圧症、切り傷、火傷、慢性皮膚病、動脈硬化、糖尿病、美肌づくり など

湯の色
青みがかった白



北村さんからひとこと
古くからの湯治場です。このエリアではもっとも高い場所にある秘湯ですね



燕温泉

つばめおんせん



access 新潟県妙高市杉野沢 妙高高原ICから車で約10分



【泉質】ナトリウム・カルシウム・マグネシウム・塩化物・炭酸水素塩泉 【効能】泉質別適応症として…切り傷、末梢循環障害、冷え性、皮膚乾燥症など

湯の色
無色透明



北村さんからひとこと
妙高杉ノ原スキー場の麓にある温泉です。「苗名の湯」には民俗資料館もあるんですよ



杉野沢温泉

すぎのさわおんせん

鵜の浜温泉

うのはまおんせん

海に近い温泉ならではの海の幸もお楽しみ
広い砂浜で、日本海に沈む夕日を眺めよう

開湯は昭和30年代。石油天然ガスの採掘を行った時に噴出した温泉だ。「鵜の浜」という名前は、昔この地に鵜の長者が住んでいたといわれ、縁起の良い伝説から。佐渡ヶ島の娘と雁子浜の若者との悲恋物語は人魚伝説として伝えられ、小川未明の著した童話「赤いろうそくの人魚」のモデルとされる。周囲には松林が広がり、波の音が聞こえてきそうな立地の温泉街からは、沖に見える佐渡島や、日本海に沈む夕日も美しい。



伊倉さんからひとこと
ほとんどの宿から日本海を見ることができます。冬は海の幸が喜ばれますね



access 新潟県上越市大潟区九戸浜 大潟スマートICから車で約5分



【泉質】ナトリウム塩化物泉 【効能】泉質別適応症として…切り傷、火傷、皮膚病、婦人病、神経痛 など

湯の色
無色透明

関温泉

せきおんせん

最初は透明。時間が経つと茶褐色に
変わる鉄分の豊富な温泉

弘法大師によって発見されたといわれ、開湯は享保13(1728)年。戦国の時代には妙高山を信仰した上杉謙信も戦の疲れを癒すために通った「隠し湯」としても知られ、越後三大名湯にも数えられている。鉄分を豊富に含んだお湯のため、最初は透明なお湯が時間経過にしたがって見事な茶褐色になる。鉄の香りもする湯は保湿・保温効果の高さも特長。昭和47(1972)年には環境省の国民保養温泉地に指定されている。



北村さんからひとこと
すべての旅館が「100%源泉かけ流し宣言」をしています。春スキーでも有名ですね



access 新潟県妙高市関山 妙高高原ICから車で約20分



【泉質】塩化物・炭酸水素塩泉 【効能】泉質別適応症として…切り傷、火傷、慢性皮膚病、虚弱児童、慢性婦人病、美肌づくり など

湯の色
茶褐色

まだまだあります！温泉情報

ながみねおんせん

長峰温泉

(ゆったりの郷)

県道30号・新井柿崎線沿いの温泉施設。大浴場と露天風呂は天然温泉で、泉質はナトリウム塩化物泉。慢性消化器病、慢性皮膚病、神経痛、冷え性などに効能があるとされる。和風風呂とローマ風呂が日替りで楽しめる。

はなたておんせん

花立温泉

(ろばた館)

豊かな自然に囲まれた静かなたたずまいと、懐かしい炉端が自慢の温泉施設。お風呂は内湯のみ。泉質は弱アルカリ性冷鉱泉で、硫黄分も含まれているから肌がツルツルになると評判。福祉浴槽「いたわりの湯」もあり。

おおたきおんせん

大滝温泉

(大滝荘)

幻の大滝の岩盤から噴出する鉱泉を利用したお湯は弱アルカリ性。肌がツルツルになり、よく温まると評判だ。昔ながらの品種で希少な「こそば」を使った二八そばも名物で、そば打ちの体験もできる。1〜3月は休館。

ゆきだるまおんせん

ゆきだるま温泉

(久比岐野)

キュービットパレイスキー場近くにある日帰り温泉。塩分が濃いお湯は、ナトリウム・カルシウム塩化物泉。体の芯から温まると評判だ。2020年のリニューアルに際し浴室を拡張。源泉も地下356メートル地点へ新設した。



関・燕温泉

かのうやの『鴨のコンフィ』

大正4年(1915年)創業。温泉街のお土産屋さんでありながら、12月から3月の冬期間は、スキー場の食堂として営業。パスタ類をはじめ、多彩なアラカルトや自家製ケーキなど、本場ミラノで修行したシェフの味を堪能できる。4月から11月20日は、ランチ・ディナー各1組限定の完全予約制。

〒6087-5 函 0255-82-2327 圏 11:00～15:00(ディナーは予約制) 困シーズン中無休 圏60席 円なし(温泉街の共同駐車場を利用)



杉野沢温泉

レストラン サンアントンの『しょうが焼ライス』

妙高杉ノ原スキー場のゲレンデにあるこちらのお店のイチオシは、国産豚肉を使用したボリューム満点の『しょうが焼ライス』(1,400円)。タレやドレッシングはオリジナルで調合するというこだわりぶり。『妙高ゲレンデカレー選手権』で優勝したカレーライスやかつ丼なども好評。

〒3178-3 函 0255-86-6426 圏 9:00～16:00 困無休(営業は12月下旬～3月下旬。杉ノ原スキー場に準ずる) 圏120席 円1,800台



池の平温泉

あらきんラーメンの『高原トマトのトマトラーメン』

妙高高原ならではの寒暖差でおいしかった『大洞原の高原トマト』。これが旬の時期に仕込んだトマトソースを使い、シーフードミックスや溶き卵と合わせた変わり種ラーメン(860円)。トッピングされたフレッシュトマトの酸味と甘味に、レタスの食感も加わった。リピート率の高い人気の味。

〒2417-15 函 0255-86-2150 圏 9:00～22:30(LO22:00) 困無休 圏38席 円10台



妙高温泉

もちや菓子舗の『米粉バターシフォン』

創業は1959年。この地で60年以上愛され続けている和洋菓子店。日持ちのするサブレーやマドレーヌなどの焼菓子ははじめ、キメ細かなモチッと食感で評判の『米粉バターシフォン』も名物だ。地元で暮らす人のお誕生日ケーキから、リゾートで訪れた人のお土産利用にも。850円。

〒637-2 函 0255-86-2260 圏 8:00～18:30 困日曜 円3台



妙高温泉

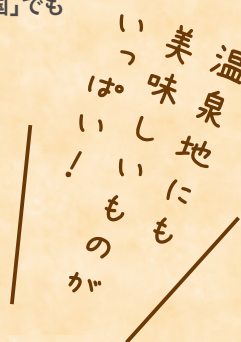
霧下そば やぶの『天ざる』

霧が立ち込める事が多く、昼夜の温度差が大きい妙高高原の冷涼な山間で穫れる『霧下そば粉』を使用。ツルリとしたのど越しの二八蕎麦は、昆布や煮干し、カツオ、宗田節などのダシと醤油を、一年間ほど熟成させたそばツユと好相性だ。季節の天ぷらや、小鉢とともに味わいたい。1,380円。

〒720-1 函 0255-86-2146 圏 11:00～14:00/17:00～20:00 困火曜(不定休あり) 圏25席(2階にお座敷もあり) 円5台



入浴のほかに
温泉地での楽しみといえば、
もちろんグルメ！
豊かな自然に囲まれた
この地域は「グルメ天国」でもあるんです。



鵜の浜温泉

マルト歌代商店の『いちじくのお菓子』

いちじくのなかでも希少な在来種「蓬萊柿(ほうらいし)」。完熟した形のよいものだけを厳選し、ゆでて手で皮をむき、水と砂糖だけで作ったシロップに漬け込む数量限定の缶詰をはじめ、いちじく羹、最中、どら焼きなども名物。いちじくによる大潟区のまちおこしにも取り組んでいる。

〒上越市大潟区潟町159 函 025-534-2155 圏 9:00～18:00 困月曜(不定休あり) 円4台



鵜の浜温泉

おかしな御菓子屋さん ぜんじろうの『ぜんじろ～る・玉水プリン』

国道8号沿いの古民家風建物が目印。注文のたびにクリームを詰める『堅焼きシュー』などと並んで人気なのが『ぜんじろ～る』(880円)。キメが細かくて繊細な食感のスポンジに、たっぷり巻かれた生クリームがポイントだ。常連さんの名前を冠した『玉水プリン』(250円)などもおすすめ。

〒上越市大潟区下小船津浜1043-1 函 025-534-2098 圏 9:00～18:30 困月・火曜(不定休あり) 円8台



鵜の浜温泉

ビストロ サプリーユの『野菜フレンチ』

「上越から北信州にかかる地域は、多種多様な野菜が栽培され、気候的にも土壌的にも、おいしい野菜が育つ絶好の地域です」と、旬の地物を使った「野菜フレンチ」で提供。能生漁港から揚げた魚介や「くびき牛」なども取り入れたコース料理を、ゆったりとした時間とともに味わいたい。

〒上越市大潟区上小船津浜714 函 025-534-3684 圏 11:30～15:00/18:00～19:30 困火曜(ほか不定休あり) 圏18席 円8台



新赤倉温泉

われもこうの『とんかつラーメン』

赤倉観光リゾーツスキー場のゴンドラ乗り場からすぐ近くのお食事処。広く落ち着いた店内で、ゲレンデを眺めながら食事が楽しめる。バリエーション豊富なラーメンやカレーをはじめ、定食、丼ものを提供。各種アルコールやおつまみも用意しており、シーズン中は夜営業も行なう。1,100円。

〒妙高市田切218-2 函 0255-87-2727 圏 11:00～15:00/17:00～20:00 困不定休 圏50席 円5台



新赤倉温泉

Bakery & Table Akakura Kanko Hotelの『ピッツァ』

赤倉観光リゾーツ&スパ入口近くにあるベーカリーカフェ。自家製豆乳を使った超薄焼きピッツアをはじめ、ビーフシチューや焼きカレーなどのランチが楽しめる。また、ホテルメイドのパン・サンドイッチはテイクアウト可能。写真の「佐渡産黒豚 自家製パンチェッタのビスマルク」は1,380円。

〒妙高市田切216 函 0255-87-2503 圏 9:00～16:30(16:00LO) 困不定休(お問い合わせください) 圏50席 円1,000台



赤倉温泉

萬寿堂の『温泉まんじゅう』

保存料や添加物は一切使わない、白砂糖と黒砂糖を使った二色の皮のまんじゅうが名物。北海道産の小豆を使ったあっさりとしたこしあんとしっとりした生地は絶妙なバランス。スキーシーズンには、周辺のお宿のチェックアウト時間は行列ができるほどの人気。どちらも1個90円。

〒妙高市赤倉426-5 函 0255-87-2324 圏 8:00～20:00 困秋～冬季無休 円なし

上越妙高のスキー・スノーリゾート



上越	雪だるま高原 キュービットバレイ ☎ 025-593-2041 所 上越市安塚区須川4820 所 https://www.yukidaruma-kogen.com/ 金谷山スキー場 ☎ 025-525-4295 所 上越市大貫 595-2 所 https://joetsukankonavi.jp/spot.php?id=23
妙高	赤倉温泉スキー場 ☎ 0255-87-2125 所 妙高市赤倉温泉 所 https://akakura-ski.com/ 赤倉観光リゾーツスキー場 ☎ 0255-87-2503 所 妙高市田切216 所 https://akr-ski.com/ 妙高杉ノ原スキー場 ☎ 0255-86-6211 所 妙高市杉野沢 所 https://www.princehotels.co.jp/ski/myoko/ 池の平温泉スキー場 ☎ 0255-86-2370 所 妙高市池の平温泉2457-1 所 https://ikenotaira.info/ 関温泉スキー場 ☎ 0255-82-2316 所 妙高市関温泉 所 http://www.sekionsen.com/ 休暇村妙高ルンシルスキー場 ☎ 0255-82-3168 所 妙高市関山 所 https://www.qkamura.or.jp/myoukou/ski/ 妙高スキーパーク ☎ 0255-82-4189 所 妙高市関山6323-4 所 https://www.myoko-skipark.jp/ ロッテアライリゾート ☎ 0255-75-1100 所 妙高市両善寺1966 所 https://www.lottehotel.com/arai-resort/ja.html 斑尾高原スキー場 ☎ 0269-64-3214 所 妙高市斑尾高原 所 https://www.madarao.jp/ski



白銀のゲレンデへ
上越・妙高
エリアのスキー場は
パウダースノーが魅力！

雪だるま高原 キュービットバレイ

上越市安塚区にあるスキー場で、初級中級者向けのコースが中心。山頂から山麓までつながる全長4kmのコースは北斜面なので雪質も良く、天気の良い日なら日本海を望みながらの滑走が楽しめる。このほか、上級者向けのオフピステ（非圧雪）コースや、そり遊び・雪遊び専用のキッズパークも用意されている。滑った後は、源泉かけ流しの日帰り温泉「ゆきだるま温泉 久比岐野」で疲れをリフレッシュできる。

所 上越市安塚区須川4820 ☎ 025-593-2041
 期 2021年12月18日（土）～2022年3月13日（日） 時 8:30～16:30
 所 https://www.yukidaruma-kogen.com/



妙高エリアのスキー場

妙高山の山麓は、温泉とウィンタースポーツが楽しめるリゾートエリアが広がる。このエリアだけで7つのスキー場が点在し、いずれも上質な雪と多彩なコース設計が魅力。このほか、新井エリアには「ロッテアライリゾート」、長野県との県境には「斑尾高原スキー場」がある。シーズン中にいくつか巡り、好みのスキー場を見よう！



YUKIBANCHO（雪番長）
スノーモービルツアーズ
上越妙高

日本最大級のモービル専用のパークで、初心者からでも楽しめるスノーモービルツアーを提供している。美しい木々に囲まれたコースや日本海へと雄大に広がるパノラマ景色を眺めながら、雪原を颯爽と駆け抜ける爽快感を堪能できる。

所 上越市中郷区岡沢1441-2 ☎ 090-4609-5090
 期 12月中旬頃～3月末頃まで ※積雪状況によります
 時 9:00～16:00（予約制） 所 ツアー内容と料金はHPをご確認ください
 所 https://japow.japaho.com/snowmobiletours/



空中から紅葉遊覧

紅や黄に染まる秋の絶景の中を空中散歩。足元に広がる紅葉の絨毯だけでなく、遠くに望む野尻湖や周囲の山々も含めた大パノラマを楽しめる。ゴンドラの山頂駅付近に散策コースや休憩スポットが整備されているところもあり、大自然に囲まれながら贅沢な時間が過ごせる。

妙高杉ノ原ゴンドラ

所 妙高市杉野沢 ☎ 0255-86-6211
 期 2021年10月9日（土）～11月7日（日）
 時 9:00～16:00（上り最終15:30）
 料 大人（中学生以上）往復 2,000円
 子ども（小学生）往復 1,000円
 ※幼児は大人1名の同行につき1名様まで無料（1名を超える場合は子ども料金を適用）

妙高高原スカイケーブル

所 妙高市田切216 ☎ 0255-87-2503
 期 ～2021年11月7日（日）
 時 平日8:00～15:30（上り最終）、
 土日祝8:00～16:00（上り最終）
 料 大人（中学生以上）往復 2,000円
 子ども（小学生）往復 1,000円

ロッテアライリゾート 観光ゴンドラ

所 妙高市両善寺1966 ☎ 0255-75-1177
 期 2021年10月初旬～11月7日（日）
 時 土日祝10:00～16:00（下り最終16:30）
 料 大人（中学生以上）往復 1,800円
 子ども（小学生）往復 1,500円



ロッテアライリゾート 観光ゴンドラ



妙高高原スカイケーブル

色づく春日山を散策



上杉謙信公が居城としていた春日山城跡も紅葉の人気スポット。春日山神社の境内の木々が色づき、紅葉の絨毯が現れ、観光客を楽しませている。二の丸跡にある「一本イチョウ」も、周囲の木々と一線を画すように黄金色に輝き、初冬の風物詩となっている。城跡には遺構が点在し、戦国ロマンを体感しながらの紅葉散策が楽しめる。

問 上越市観光交流推進課 ☎ 025-526-5111
 期 紅葉時期は例年10月中旬～11月上旬

美術館の庭園をライトアップ



上越市の高田城址公園内にある小林古径記念美術館では、紅葉の見頃に合わせて、庭園の木々をLED照明でライトアップ。イベント中は美術館の開館時間も延長するので、昼間とは違った雰囲気での芸術鑑賞も楽しめる。

問 小林古径記念美術館
 所 上越市本城町7-1（高田城址公園内）
 ☎ 025-523-8680
 期 11月9日（火）～11月23日（火・祝）
 時 ライトアップ16:30～19:00
 （美術館の開館時間は通常9:00～17:00、ライトアップ実施日は19時まで開館）
 料 大人 700円、小中学生・高校生 350円

EVENT CALENDAR

2021-22 秋・冬
上越・妙高イベントカレンダー

Autumn 秋

～11/15(月)
**APA ILLUMINATION
2021 by TOOMO** 妙高市



今回は参加型フォトスポット、
大型立体イルミネーション、
ウォータースクリーンマッピング
など大幅にリニューアル。子
どもが遊具で遊べるプレイスポ
ットや音楽噴水ショーもあり、
ゆっくり過ごすことができる。

園アパリゾート上越妙高 園0255-82-4111
園700円(宿泊客は500円)※小学生以下入場無料

10月1日(金)～
**リリエンフェルト市との姉妹都市
提携40周年記念事業** 上越市



上越市とオーストリア共和国リリエンフェルト市との姉妹都
市提携40周年を記念して、音楽や映画、食といったオース
トリア文化を楽しめる事業を実施します。
詳細は上越市HPからご確認ください。

園上越市観光交流推進課
園025-526-5111



2/5(土)・6(日)
レルヒ祭 上越市

日本に初めてスキー術を伝えたレル
ヒ少佐の遺徳を顕彰するイベント。
園レルヒ祭実行委員会事務局
(上越観光コンベンション協会内)
園025-543-2777
園金谷山スキー場、
高田本町商店街 ほか



2月下旬 上越市



ともしび
灯の回廊
キャンドルの灯と雪
像が温かな雪の世
界を演出し、訪れる
人々を魅了する。

園園安塚キャンドルロード実行委員会 025-592-3880
大島雪はたろーど実行委員会 025-594-3122
うらがわら雪あかりフェスタ実行委員会 025-599-2302
牧まちづくり実行委員会 025-533-5151
高土地区雪まつり実行委員会 090-9746-7607
不動森あげ米かい 025-538-2432
園安塚区、大島区、浦川原区、牧区、高土区、名立区

新型コロナウイルス感染症の影響で、イベントが
中止や内容変更となる場合がございます。
詳細は各問い合わせて先にご確認願います。

10/23(土)・24(日)
第16回 越後・謙信SAKEまつり2021 上越市



高田本町商店街を会場とし
て、優れた酒づくりの伝統をも
つ上越地域の酒や地元の食
を堪能できるイベント。今年は
上越地域の酒や特産品の物
販を中心に、現地とオンライン
を組み合わせ開催。

園越後・謙信SAKEまつり実行委員会事務局
(株)エムコミュニケーション
園025-521-2627

Winter 冬

1月上旬
**道の駅 あらい
新春お楽しみ抽選会** 妙高市

新春を祝い、コシヒカリ、
酒、地元特産品などが当
たる抽選会を開催。各店
舗1,000円以上の利用で
抽選券配付。景品総数
100本。

園道の駅あらい
園0255-70-1021
園妙高市大字猪野山58-1



アンケートプレゼントのお知らせ

PRESENT

妙高高原温泉郷
温泉ペア宿泊券
[1組] (写真はイメージです)



アンケートにご応募いただいた方の中から抽選で11名様に温泉
ペア宿泊券をはじめとした素敵な賞品をプレゼントいたします。

応募締め切り

令和4年1月31日(月)当日消印有効

※当選者の発表は賞品の発送をもって代えさせていただきます。
※ご応募はお一人様につき1回とします。
※ご記入いただいた個人情報は①プレゼントの抽選・発送、②アンケート集計の目的に
のみ使用いたします。

応募方法

郵便ハガキの表面に下記のあて先、裏面に左記の応募用紙をそれぞれ
切り取り線で切り取って、貼り付けてご応募願います。
もしくは右のQRコードからご応募願います。

●問合せ先／電話025-526-9326



〒943-8551 新潟県上越市本城町5-6
新潟県上越地域振興局企画振興部内

jaM旅2021-22 秋・冬号 アンケートプレゼント係宛



地元人気店の味を テイクアウト!



お持ち帰りのニーズが高い昨今。上越・妙高地域の味を自宅どうぞ!

上越
JOETSU AREA

七つ森



コンセプトは「体に優しいスパイス料理」

消化や発汗をうながすスパイス
や旬の地場産食材を使ったカレー
を味わえる『七つ森弁当』(全7種各
1,100円)。写真は定番の『チティ
ナード チキンカレー』。メニューは
全てグルテンフリーで健康や美容
にも効果的な内容だ。要予約。



園上越市春日野1-3-11 BIKE LOOP内
園080-6613-7645 園11:30～14:30
(予約は前日の14:30～22:00、受け取り
は当日の11:30のみ) 園水・木曜定休、
金曜不定休 園6台

上越
JOETSU AREA

上越妙高駅 駅弁 山崎屋



明治34年創業。厳選した食材を
丁寧に仕込んだ駅弁の老舗。JR東
日本主催「駅弁味の陣」で最高賞を
受賞した『さけめし』や『鰯めし』。
『にしんめし(写真・左下)』などが名
物だ。地元産コシヒカリを使ったご
はんの味には定評があり、早々と売
り切れてしまう日も。事前予約可。

園上越市大和2-1-1 園025-520-4210
園8:00～17:00 園無休
園なし(※上越妙高駅の市営駐車場は1
時間まで無料)

妙高
MYOKO AREA

MYOKO COFFEE 北新井店



自家焙煎のスペシャルティコーヒーと地元野菜の軽食を

店内で煎豆された豆を使った
コーヒーをはじめ、バスクチーズ
ケーキや焼き菓子などを販売。地
元野菜をたっぷり使った『本日のサ
ンドイッチとサラダプレート』(時
価)はテイクアウト可能。デリとサラ
ダの内容は季節により変わる。



園妙高市栗原4-5-21 園070-8364-6719
園11:00～17:00(ランチは11:30～14:00、トース
トLO16:00、テイクアウトは16:30まで) 園水曜
園9台 ※LIME RESORT店(妙高市池の平)、
LOTTE ARAI RESORT店(妙高市大字両善寺)あり

妙高
MYOKO AREA

四季彩館 ひだなん



のど越しのよいそばやうどんが
人気の食事処。地元産コシヒカリを
使ったごはんに、揚げたて天ぷらを
のせた天丼もテイクアウトOK(写
真は「かきあげ丼」(600円))。店頭
の産直市場で売っている野菜や山
菜を、天ぷらに調理してくれるサー
ビス(有料)も行なっている。

園妙高市猪野山58-1(道の駅あらい内)
園0255-70-5252 園11:00～15:30(農
産物直売所は8:00～18:30)
園無休、1月1日 園676台(共有)

jaM旅 2021-22 秋・冬号 アンケートプレゼント応募用紙

Q1 この情報誌をどこで入手しましたか?

入手先名
(具体的に)

旅館・ホテル、観光施設、観光案内所、高速SA・PA、駅、HPなどの名称をお書きください。

Q2 今号で「面白かった」「参考になった」記事は何ですか?

Q3 今号で紹介した観光スポットやイベント等で、実際に訪れた
(又は訪れてみたいと思う)ものをお聞かせください。(3つまで)

(1))
(2))
(3))

Q4 今後本誌で取り上げて欲しいテーマや感想など、ご自由にお
書きください。

お名前	(フリガナ)	性別	男・女
ご住所		年齢	歳
電話番号		()	

※点線で切り取ってハガキに貼り付けてください。

上越・妙高 広域MAP



お問い合わせ先

上越市観光交流推進課

〒943-8601 上越市木田1-1-3
TEL 025-526-5111
<https://www.city.joetsu.niigata.jp/>

(公社)上越観光コンベンション協会

〒943-0171 上越市藤野新田175-1
TEL 025-543-2777

<https://joetsukankonavi.jp/>

上越観光Navi

検索

Facebook



Instagram



Twitter



妙高市観光商工課

〒944-8686 妙高市栄町5-1
TEL 0255-74-0021
<https://www.city.myoko.niigata.jp/>

妙高高原観光案内所

〒949-2106 妙高市大字田口309-1
TEL 0255-86-3911
<https://www.myoko.tv/>

<https://myoko-note.jp/>

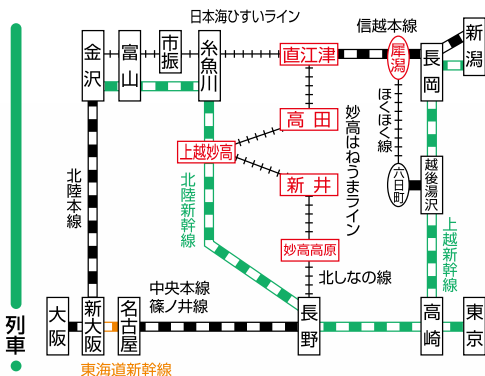
妙高ノート

検索

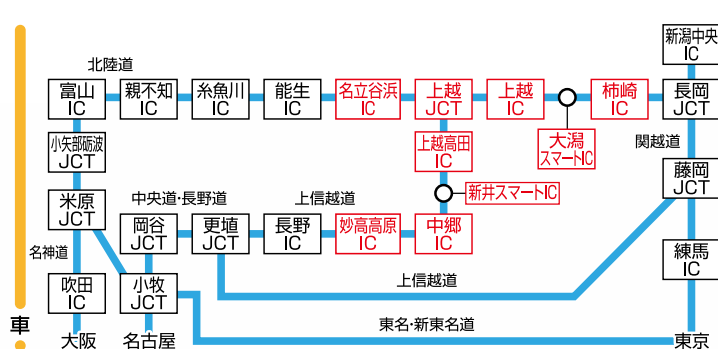


※赤字部分については、本誌において掲載されているものです。

アクセス



- 東京から
JR北陸新幹線(東京→上越妙高)／約1時間50分
JR上越新幹線(東京→越後湯沢)・ほくほく線(越後湯沢→直江津)／約3時間
- 大阪から
JR北陸本線等(大阪→金沢)・北陸新幹線(金沢→上越妙高)／約3時間50分
- 名古屋から
JR中央本線・篠ノ井線(名古屋→長野)・北陸新幹線(長野→上越妙高)／約3時間30分
JR北陸新幹線(長野→上越妙高)／約20分
- 長野から
JR北陸新幹線(長野→上越妙高)／約1時間
- 金沢から
JR北陸新幹線(金沢→上越妙高)／約1時間



- 東京から
関越自動車道・北陸自動車道(練馬IC→長岡JCT→上越IC)／約3時間30分
関越自動車道・上信越自動車道(練馬IC→更埴JCT→上越高田IC)／約3時間20分
- 大阪から
名神自動車道・北陸自動車道(吹田IC→米原JCT→上越IC)／約5時間30分
- 名古屋から
東名自動車道・中央自動車道・長野自動車道・上信越自動車道(名古屋IC→小牧JCT→岡谷JCT→更埴JCT→上越高田IC)／約4時間10分
- 長野から
上信越自動車道(長野IC→上越高田IC)／約1時間
- 富山から
北陸自動車道(富山IC→上越IC)／約1時間30分

上越市の
路線バス



妙高市の
路線バス

