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（ジャムたび） Joetsu and Myoko

2022 春・夏号
spring and summer
vol. 22

●Enjoy season
海も山も欲張りに♪

●食べるを楽しむ
地元人気店の味をテイクアウト!

特集
ノスタルジック歴史旅
上越市の名家
妙高市国指定国登録文化財

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
「#はじっこにいがた」

上越忠義隊 けんけんず
「#上越もよう」

白田邸

旧関山宝蔵院庭園

うみがたり

ソンニャーレのジェラート

C O N T E N T S

2022 春・夏号 vol.22

新潟 上越・妙高エリアのステキな魅力を全国に発信！

jaM旅

上越 Joetsu and 妙高 Myoko たび

※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"ぎっしり感"を表現しています。

特集
ノスタルジック歴史旅 2
インタビュー 上越市の名家・妙高市の文化財 4
上越市 上越の名家 6
妙高市 国指定国登録文化財
ひと足のばして お立ち寄りスポット 8
Enjoy season 海も山も欲張りに♪ 10
食べるを楽しむ美味体験 地元人気店の味をテイクアウト！ 12
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 13

※表紙の写真:瀧本邸(上越市)
※本冊子に掲載されている情報は2022年1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、GWやお盆などの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

妙高高原ビジターセンターが4月にグランドオープン

令和2年6月から新築工事がすすめられていた、いもり池近くにある「妙高高原ビジターセンター」が4月にグランドオープンします。カフェやミュージアムショップ、ツアーデスク、展示室、工作室、休憩スペースがあります。休憩スペースには、テーブル席やソファがあり、いもり池側の窓は、大きなガラス張りで池と妙高山を眺めることができます。

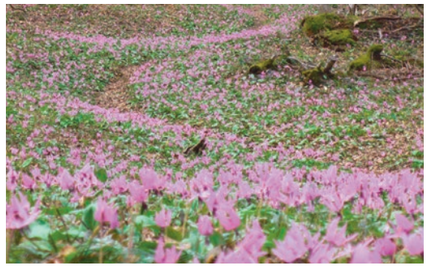
妙高高原ビジターセンター
電 0255-75-5270　所 妙高市関川2248-4

自然に囲まれてゆったり過ごせる。施設内はWifi完備

火打山天狗の庭のハクサンコザクラ（妙高）
見ごろ／７月中旬～７月下旬

季節の花のPhotograph

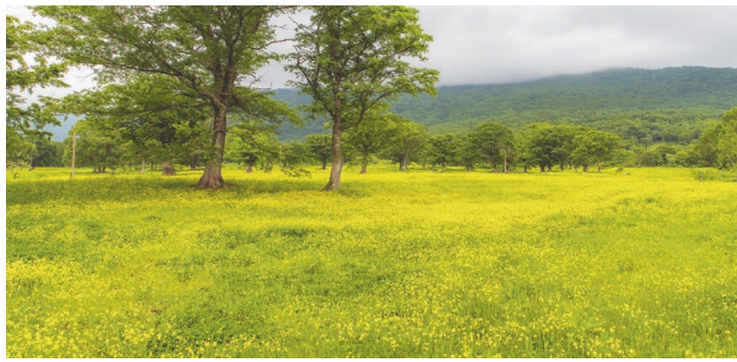
巡りくる季節に合わせて咲く、彩り豊かな花々。
年に１度の満開の景色に癒されに行こう!


斐太歴史の里のカタクリ（妙高）
見ごろ／３月下旬～４月中旬

正善寺ダムのあじさい（上越）
見ごろ／６月下旬～７月中旬

高田城址公園の桜（上越）　見ごろ／４月上旬

松ヶ峯周辺の桜並木（上越）　見ごろ／４月中旬～４月下旬


笹ヶ峰牧場のキンポウゲ（妙高）　見ごろ／６月上旬～６月下旬

― 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

林富永邸

古の時代にタイムスリップ

ノスタルジック歴史旅

上越市の名家

上越名家一斉公開で名家の歴史と文化に触れる

——上越市の名家が生まれた歴史的背景と特徴を教えてください。

上越名家ネットワークの白田家、瀧本家、林富永家、保阪家は江戸時代から続く名家で地主であり、戦前は地域の活動のために積極的に出資を行い、敬われた存在でした。全邸とも個人所有で、全国的にも珍しい歴史的建造物を今に伝えられているのが大きな特徴です。瀧本邸以外の三邸は現在も当主がそこで生活をしています。

——上越名家ネットワークが誕生したきっかけは？

ネットワーク結成前からそれぞれで一般公開を行っていたのですが、2017年、新潟で日本庭園や和風建築を後世に残す活動を行っている「庭屋一如研究会」主宰の藤井哲郎さんが上越を訪れたときに四邸一斉公開を提案されたのをきっかけに四邸のつながりができました。それまでは私自身、三邸のことを知っていましたが公開されても見に行ったことがありませんでした。2019年までは上越名家一斉公開実行委員会が運営していましたが、2020年から上越名家ネットワーク主催の活動となりました。

——公開日はどのように決めていますか？

5月、8月、11月に開催予定です。一斉公開は1日だけですが一斉公開に合わせて前後1日か2日公開する名家もあります。2021年の11月は初めて一斉公開を2日間開催しました。1日で四邸を見学するのは時間的に厳しいという声があったからです。瀧本邸は、この2日間で約400人の見学者が訪れました。ネットワーク結成によって公開日をホームページやSNSで発信できるようになって県外からの見学者が増えました。北海道から来た人もいました。私は瀧本邸に住んでいなかったのですが、多くの人に喜んでもらっている様子を見ると一斉公開をやってよかったと思います。

——名家の見どころ、見学を楽しむポイントを教えてください

白田邸には、移築されたものですが明治天皇御小休座敷「玉座の間」があります。庭を一望できる入側の柱の間が5間あり、全国でも10例も残っていない貴重な造りです。林富永邸は1883（明治16）年に建てられた茅葺き屋根のしつらえ。主屋は豪快な農民仕様の部分と格式高い書院造の武家仕様の部分に分けられているのも特徴です。保阪邸は上越で一番大きい地主さんだったと聞いています。離れの寺院風玄関と母屋の数寄屋造が対照的な邸宅です。美術収集家でもあった保阪家の持ち物、花嫁衣装なども見ることができます。瀧本邸の母屋は玄関しか残ってないのですが、総檜の書院造りの離れ「懐徳亭」と苔庭が見どころでしょうか。公開日は当主やボランティアが説明をしてくれるので気軽に聞いてください。瀧本家は残念ながら資料があまり残ってなく、一般公開で見学に来られた庭や建築の専門家から私が教えてもらうことも多いです。

——今後の活動は？

名家四邸を後世に残すためには、まずは上越名家一斉公開で皆さんに四邸を知ってもらうことが大事だと思っています。名家では結婚式の前撮りなど撮影会のほか、マルシェやギャラリーとしても利用することができます。昨年11月の一斉公開には白田邸と瀧本邸で箏の野外演奏会を開催しました。林富永邸では文化財カフェをやっています。四邸それぞれの特徴を生かして新しいことができないかと探っているところです。上越名家ネットワークと地域がコラボレーションをして、見学者に上越の良いところを紹介することで地元にも還元できたら良いですね。新型コロナウイルスが落ち着いたら海外の人にも見に来てほしいです。

上越名家ネットワーク
理事長
瀧本宜弘さん

一斉公開の様子（林富永邸）

文化財カフェ CAFE HAYASHI（林富永邸）

妙高市の文化財

妙高山ゆかりの秘仏を拝観できる「関山神社秘仏御開帳」開催

妙高（関山）の文化財を語る会
会長
川上昭治さん

——川上さんが関山神社のガイドを始めたきっかけは？

関山神社の大切な文化財を後世に伝えなければという思いから2008年に「妙高（関山）の文化財を語る会」を結成。ガイドや地元の子ども向けに講演を行っています。

——関山神社と妙高山との関係は？

関山神社は霊峰妙高山の里宮です。妙高山はサンスクリット語のシュメールを漢字で意訳したもので、仏教の世界観では世界の中央にそびえる秀麗な高山といわれます。708（和銅元）年に裸形上人による開山から霊峰妙高山として崇められ、明治の神仏分離まで三体の仏像が祀られていました。明治政府が調査に来たときに住人が封印したので秘仏として残すことができたのです。

——関山宝蔵院との関係は？

関山神社は江戸時代まで「関山三社権現」と呼ばれ、関山宝蔵院は「権現」の祭礼や管理を行う寺院（別当寺）でした。妙高山信仰の中核として広大な富を支配していましたが明治の神仏分離で宝蔵院は廃絶。現存する関山神社の社殿は関山宝蔵院の15世院主・薩海が10年をかけて1818（文政元）年に再建したもの。欅の柱や細部に施された霊獣の彫刻など見どころがたくさんある、国登録有形文化財です。

——見学を楽しむポイントは？

今年の5月21日から6月12日まで「善光寺前立本尊御開帳記念 関山神社秘仏御開帳」を行います。4年ぶりに妙高堂（関山善光寺）の阿弥陀三尊像と前述の関山神社秘仏の聖観音菩薩像の計四体を拝観することができます。御開帳の期間中には旧宝蔵院庭園から見る妙高山に「山」の字の雪形も見ることができますよ。

上越市

上越の名家

上越エリアに残る名家は、まさに地域の宝。
雪国ならではの重厚な佇まいを今に伝えています。

白田邸（しらたてい）

大正期の洗練さがうかがえる

白田家住宅主屋は、1878年の明治天皇北陸巡幸の折に御小休された西頸城の斎藤家の座敷「玉座の間」を、大正に入って移築した建物。2014年、登録有形文化財に登録された。

洋風な玄関を構え、ガラス建具など、大正期の洗練さが感じられる。大きな梁と高い天井や二重構造で強固な骨組みなどは建築当時のままで、純和風な造作もありながら、窓枠の形や上下開きの窓などに洋館造りも見られる。通常は非公開。

欅、杉、松、栗などの太い柱や透かし彫りの欄間、切り石を積み上げた石積塀、洋風で大きな玄関などが見どころ

access
上越市頸城区森本703
北越急行ほくほく線
「くびき駅」から車で約5分
北陸自動車道
「大潟スマートIC」から約10分

瀧本邸（たきもとてい）

広く静寂な苔庭にはお茶室も

瀧本家は、300年ほど前に行われた大瀁郷（おおぶけごう）新田開発からこの辺りで栄えた大地主。武家屋敷などによく見られる薬医門（やくいもん）と呼ばれる形式の表門の中には、上越市でも屈指の規模の池泉回遊式日本庭園が広がっている。主屋は現存していないものの東屋、茶室などが残されており、2012年には宮大工による書院造りの懐徳亭が国の登録有形文化財に登録されている。通常は非公開。懐徳邸から見る庭園の美しさも魅力。

会津藩士南摩羽峯が明治27年に来訪し、集義齋と名付けた主屋玄関。昭和23年に主屋は移築され、式台玄関だけが残る

access
上越市頸城区百間町711
北越急行ほくほく線
「くびき駅」から車で約15分
北陸自動車道
「上越IC」から約15分

❖ 上越名家　一斉公開情報 ❖

2021年11月に歴史的旧家4邸が一斉公開されました

上越名家ネットワーク4邸（白田邸、瀧本邸、林富永邸、保阪邸）を一般公開する催し。上越名家ネットワークが主体となって、貴重な建造物を後世に継承していくための保存活動を支援し、利活用する活動を行なっている。年に数回行なわれる予定で2022年のスケジュールは、同ネットワークのwebなどで発信していく。

上越名家HP情報

上越名家の情報はこちらから

通常は公開されていない名家の内部や、過去に開催されたイベント、これから開催される催しの情報などをSNSで積極的に発信しています。新緑や紅葉、雪景色などのほか、アート展やマルシェなどといった、普段とはちがった名家の風景が見られるかも。

SNSでも上越市の名家情報を発信中

Facebook　Twitter　Instagram

林富永邸（はやしとみながてい）

茅葺き屋根と杉苔、枯山水の庭園

1883年、四代目の富永護右衛門によって建設。茅葺き屋根の主屋は、豪快なけやきの梁や鴨居で構成された農民仕様の部屋と、書院造りの座敷をはじめとする武家仕様の部屋に仕切られている。杉苔が敷き詰められた枯山水庭園は、水田や山々を取り入れた借景庭園。現在の当主が実際に生活しており、維持・保存するだけでなく活用することで後世に継承しようと、週末を中心にカフェ営業も行なっている。

明治16年（1883年）に、高田藩の御林であった土地に建設されたため屋号を林とし、「林富永」と呼ばれるようになった

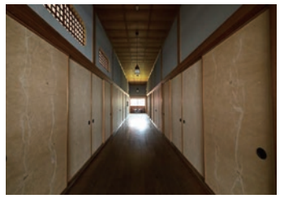
access
上越市三和区神田2245
北越急行ほくほく線
「うらがわら駅」から車で約9分
北陸自動車道
「上越IC」から約17分

保阪邸（ほさかてい）

堀口大學等の著名人も訪れた

主屋は数寄屋造り。現存する邸宅は1908年に焼失したが、その後、3年の月日をかけて再建された。明治期の建築様式が色濃く表現されているほか、美術品収集家でもあった保阪家の美術品なども見どころとなっている。季節の美しい花々が咲き誇る庭園では、小鳥のさえずりが聞こえ、四季の移り変わりを感じることができる。12代目となる当主が現在も暮らしている。通常は非公開となっている。

高田城址公園の蓮は、現在の当主の曾祖父に当たる保阪貞吉氏が高田藩士の生活のために栽培・販売したものが始まり



access
上越市戸野目488
えちごトキめき鉄道
「高田駅」から車で約10分
北陸自動車道
「上越IC」から約5分

飯田邸（いいだてい）

現在は農村レストランとしても活用

土間前面が入主屋造りの茅葺き民家。1853年に建てられたといわれている。2011年の長野県北部地震で壊滅的な被害を受けたものの、震災復興の補助金などで、ほぼ同じ状態に復元。2014年4月には国の登録有形文化財にも登録されている。庄家屋敷ならではの広い館内と綺麗な庭も魅力。農村レストランとして活用されており、手打ちそばや郷土料理が味わえる（要事前予約025-594-7888）。

地元有志により保存会が設立され、食や灯りのイベントなども開催されているほか、映画撮影のロケ地に使われたこともある

access
上越市大島区菖蒲318-1
北越急行ほくほく線
「ほくほく大島駅」から
車で約10分
北陸自動車道
「上越IC」から約50分

◆妙高市◆

国指定 国登録 文化財

長い歴史のなかで
生まれ、育まれ、
今日まで守り伝えられてきた
妙高市の
国指定・国登録文化財を紹介。

access
妙高市大字関山4804
※上信越道 妙高高原ICから車で10分

2013認定スポット

国指定 関山神社と旧関山宝蔵院庭園

せきやまじんじゃときゅうせきやまほうぞういんていえん

評価ポイント

妙高山信仰の中心的存在、
関山神社と、5mにも及ぶ滝石組と
妙高山を対比した景観構成が
美しい旧関山宝蔵院庭園。
妙高市のシンボルとして
市民から親しまれている。

1300余年の伝統を今に伝える火祭りで広く知られる関山神社は、奈良時代に裸行（らぎょう）上人が開山したと伝えられる妙高山の里宮。そこに隣接する旧関山宝蔵院庭園は、妙高山信仰が盛んだった江戸時代、滝石組（石で組まれた滝）を主景に、妙高山を背景景観に組みこんで整備された庭園だ。関山神社の社殿と宮殿は2018年に国の登録有形文化財（建造物）に登録。旧関山宝蔵院庭園は2013年に国の名勝に指定され、崩落していた石組みなどを修復する工事が6年がかりで行なわれた後、2021年春から庭園の一般公開も行なわれている。

関山神社と宝蔵院は古くから妙高山信仰の中心で、宝蔵院は江戸時代に将軍家の庇護を受け、関山神社を守る名目で社領が寄進された。江戸時代の宝蔵院は東叡山寛永寺の直末の寺院であり、歴代の院主は本山から任命されていたとのこと。明治時代の神仏分離により、宝蔵院は廃寺となったが、庭園だけが今に伝わっている。

室町時代に関山を訪れた連歌師・宗祇（そうぎ）は、その時の様子を連歌（れんが）会の発句で「越後関の山に水おもしろき坊にて『水にすむ心やみ山あきの庭』」と詠んだことから、室町時代後期には妙高山に見立てたこのような岩山を配した滝をもつ庭園が形作られていたと推測されている。復元された庭園内の「ミニ妙高山」には、山から流れてきたように見せる5メートルもの滝と石組みがあり、そこを登れば、妙高山を登ったかのような疑似体験ができる。

旧関山宝蔵院庭園の令和4年度の一般公開は、4月下旬を予定（降雪量により前後する場合あり）。妙高高原観光案内所では、歴史や庭園についてのガイドを依頼することもできる（要予約0255-86-3911）。

2021認定スポット

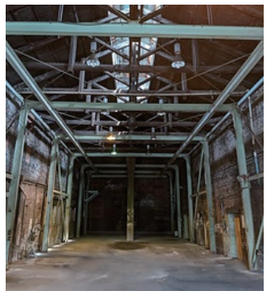
国登録 新日本電工㈱妙高工場赤煉瓦建屋

しんにっぽんでんこうかぶしきがいしゃみょうこうこうじょうあかれんがたてや

評価ポイント

鉄道の車窓からも見える
赤レンガ造りの建物は
関川水系の電源開発と
上越地方工業の近代化を
今に伝える重要な建物。

information
妙高市大字田口272



煉瓦造平屋建一部2階建ての元カーバイド（水と反応させるとアセチレンガスを発生し、溶接などに使われる）工場。東京電化工業の敷地内に1918（大正7）年に建造された。太平洋戦争中には航空機の素材を製造、終戦後には水素吸蔵合金やマンガン化成品の製造工場へと、時代に合わせて姿を変えながら、現在も新日本電工㈱妙高工場の敷地内で倉庫として活用されている。近くを流れる関川水系の水力発電所の余剰電力を用いた、電源開発に端を発した電気化学工業の興隆を伝え、上越地方産業発祥の地を示す貴重な建屋遺産となっている。

現在、内部の見学は行なっていないが、えちごトキめき鉄道の車窓から見ることができ、夜は毎日ライトアップされている。

2021認定スポット

国登録 太田切橋梁

おおたぎりきょうりょう

評価ポイント

深い渓谷に設けられた
水路トンネル上の線路は
鉄道創業期における
高い技術水準を伝える
日本の鉄道遺産。

information
妙高市大字坂口新田字坂ガケ657-1
～大字二俣字東熊堂435-5
（えちごトキめき鉄道
関山駅～妙高高原駅の区間）

妙高山を源に、関川へ合流する太田切川。その合流点付近で、官設鉄道直江津線（後の信越本線＝現在のえちごトキめき鉄道妙高はねうまライン）が太田切川をまたぐ渓谷を横断する鉄道橋だ。当初は鋼材による鉄橋の架設が検討されたが、当時は高額な輸入品だったこともあり、高さ30メートルにもおよぶ渓谷を埋め立てる大規模な築堤工事が行われた。深い谷に堤防と延長94メートルの水路トンネルを設け、その上に線路を敷設した。その水路トンネルは、アーチはレンガ積、坑口・側壁・底部アーチは整層切石積（石材約1万8千個と試算）、上流と下流には石積みの翼壁がついた構造で、鉄道創業時代の日本の高い技術水準を示している。完成は1887（明治20）年11月。

上越

上越清里星のふるさと館

標高482mの坊ヶ池湖畔に佇む天体観測施設。県内最大の口径65cmの反射望遠鏡に加えて、4Kプロジェクターを使ったデジタル式プラネタリウム、隕石や惑星に関するパネル展示が並び、見る者を宇宙空間へと誘う。大正9年9月16日に清里区上中条地内の水田に落下した「櫛池の隕石」（県指定天然記念物）の実物も展示している。

所 上越市清里区青柳3436-2　電 025-528-7227
営 10時～17時（最終入館16：30）
休 毎週火曜日、冬季（12月1日～3月31日）休館
H http://www.tenmon.jorne.ed.jp/
料 プラネタリウム有り 一般620円 子ども410円
プラネタリウム無し 一般460円 子ども310円

上越

岩の原葡萄園

日本のワインぶどうの父・川上善兵衛が1890年に開設したワイナリー。明治に建造されたワインの香り漂う石蔵や川上善兵衛の取り組みを紹介する記念館を見学できるほか、ワインショップでは試飲しながらのショッピングも楽しめる。また、ランチが楽しめるワイナリーレストラン「金石の音」も併設している。

所 上越市北方1223　電 025-528-4002
営 9：30～16：30（見学・試飲の受付は16：00まで）
休 1月・2月の日曜、年末年始、3月の特定日
H https://www.iwanohara.sgn.ne.jp/
※「金石の音」は11：00～16：30の営業、水曜定休

上越

直江津 D51 レールパーク

2021年4月にオープンした直江津の車両基地の一部に開設された鉄道テーマパーク。目玉はSL(D51 827)が牽引する車掌車の乗車体験で、片道約250mの線路を実際に走行する。発車時刻が決まっているので、HPを確認しよう。パーク内では国鉄形車両「413系」の車内見学が可能。休憩所として利用でき、一角にはトキ鉄のアイテムなどを揃えたショップもある。

所 上越市東町1-15　電 025-520-5551
営 主に土曜・日曜・祝日に営業、開園9:45～16:30（最終入場16：00）
※営業期間は3月中旬～12月上旬
H https://www.naoetsu-d51-railpark.com/
料 大人1,000円、子ども700円　※SL乗車体験含む

上越

坂口記念館

応用微生物学の世界的権威で「酒博士」としても知られる坂口謹一郎博士の功績をたたえる施設。酒造り唄の保存継承や酒造り道具を展示する「酒杜り館」、博士が好んだ囲炉裏のある書斎を再現し、お酒の試飲（有料）もできる「楽縫庵」、博士が愛した雪椿を植栽した「雪椿園」、文化人・蔵人との交流空間であった「留春亭」の4施設からなる。

所 上越市頸城区鵜ノ木148　電 025-530-3100　営 10:00～16:00
休 月曜（休日にあたるときはその翌日）、
年末年始（12月28日～翌年1月4日まで）
料 酒杜り館入館310円（中学生以下は無料）

ひと足のばして お立ち寄りスポット

買い物、グルメ、自然など、
おすすめスポットをご紹介

妙高

道の駅あらい

観光案内所をはじめ、10店舗を超える多彩な飲食店、農産物直売所、鮮魚センター、お土産店などが並ぶ大型の道の駅。国道18号と上信越道新井PA、スマートICの双方から利用でき、アクセスも抜群に良い。東側エリアの芝生広場では、妙高山を眺めながら開放的な雰囲気でのBBQを楽しめる（要予約）。

所 妙高市大字猪野山58-1　電 0255-70-1021
H https://www.eki-arai.com/
※各店舗の営業時間と休日はHPをご確認ください

妙高

いもり池

妙高高原池の平にある湿原で周囲約500m。妙高山の絶景スポットとして有名で、晴れた日には湖面に「逆さ妙高」が映し出される。四季折々自然をゆったりと鑑賞できるようバリアフリーの遊歩道が整備され、1周15分ほどで回れる。4月下旬の雪解けとともに10万株以上もの可憐なミズバショウが見頃を迎え、毎年多くの観光客が訪れる。

所 妙高市関川2248-4　電 0255-75-5270（妙高高原ビジターセンター）

妙高

苗名滝

「日本の滝百選」にも選ばれた、落差55mの滝。春先は雪解けの水が大量に流れ込み、1年の中で最も迫力が増す時期。滝の近くまで歩道や山道が整備されており、豪音と水しぶきを上げて滝壺に流れ落ちるさまを近くで見ることができる。周辺は豊かな自然に囲まれているので、森林浴を楽しみながら心身ともにリフレッシュ！駐車場付近にはカフェや「流しそうめん」で有名な食事処があり、歩いた後のひと息に最適。

所 妙高市杉野沢　電 0255-86-3911（妙高高原観光案内所）

JOETSU Enjoy season MYOKO

海も山も欲張りに♪

日本海の海遊びに、名峰・妙高山での山遊び。
自然を活かした多彩な「遊び場」を満喫しよう！

日本海をバックに大ジャンプ

上越市立水族博物館 うみがたり

日本一の飼育数を誇るマゼランペンギンを間近で楽しめるエリアや、日本海をテーマにした大水槽、季節ごとの企画展など見どころ満載の水族館。春～秋シーズンは、日本海をバックにした屋外のイルカスタジアムでのパフォーマンスも見逃せない。館内のレストランでは、アルゼンチン料理、地元食材を活かした料理やスイーツなどが味わえる。

所 上越市五智2-15-15　電 025-543-2449
営 10:00～17:00（季節により変動有り。HP参照）
休 年中無休（臨時休業あり）
H umigatari.jp
料 大人（18才以上）1,800円、高校生1,100円、小・中学生900円、幼児（4才以上）500円、シニア（65才以上）1,500円

夕日も魅力の４つの海水浴場

海水浴

上越市の約40kmに及ぶ海岸線には4つの海水浴場があり、毎年夏休みシーズンになると県内外からの海水浴客で賑わいをみせる。いずれも水質の良さには定評があり、波も穏やかで砂浜が広いところが多いので、子ども連れでも遊びやすい。日本海に沈む夕日の美しさを見るため、夕方に海岸線をドライブするのもおすすめ。

海水浴場開設期間
〈7月中旬～8月中旬〉
たにはま海水浴場／なおえつ海水浴場
鵜の浜海水浴場／柿崎中央海水浴場

森の中を大冒険！

ロッテアライリゾート

敷地内の広大な森を贅沢に使ったアクティビティは、まさに木の上の大冒険！ 木から木へとワイヤーロープを渡り歩く「ツリーアドベンチャー」、ハーネス付きの滑車で木々の上を一気に降りる「ジップツアー」など、非日常の爽快体験が待っている。夏には屋外ガーデンプールがオープンし、リゾートの雰囲気を満喫できる。

問 妙高市両善寺1966　電 0255-75-1100
H https://www.lottehotel.com/arai-resort/ja.html/
※屋外アクティビティのオープン予定の詳細はHPをご確認ください

A 久比岐自転車道（長浜トンネル）

B 久比岐自転車道（たにはま公園）

C 妙高山麓ルート

山から海までつながるサイクリングロード

サイクリング

自然豊かな妙高高原から、市街地を抜けて海岸線へ。どこを走っても、それぞれの楽しみ方ができるサイクリングロードが広がる。「妙高山麓ルート」は妙高高原駅から上越妙高駅までの42.5kmのコースで、自然の美しさや地形の変化を楽しめる。上越妙高駅から直江津海岸までは市街地が中心で、観光にグルメに立ち寄りながらマイペースに散策できるのが魅力。日本海の海岸線を走る「久比岐自転車道」は全長32km、旧国鉄北陸本線の線路跡地を利用した歩行者と自転車の専用道で、潮風を受けながらの開放的なサイクリングを体感できる。

Q&A

Q 自転車はレンタルできる？

A できます。主なレンタルスポットは下記です。

■ **妙高高原観光案内所**
ロードバイク5台と電動自転車3台のレンタルができ、料金は4時間2,000円、8時間3,000円。

■ **高田世界館**
シティサイクルが4台（予約優先）あり、3時間まで500円（以降1時間ごとに100円追加）、終日レンタル（原則10時～17時）は800円。

※いずれも借りた場所にお戻しください

EVENT CALENDAR

2022 春・夏
上越・妙高イベントカレンダー

7/23(土)～29(金)
第47回 上越まつり
花火 26(火)　上越市

前半は高田地区、後半は直江津地区でそれぞれ開催され、ひとつの御輿がふたつの地区を結ぶ。大民踊流し、大花火大会のほか、みこしの川下りや屋台巡行も見どころ。

問上越まつり委員会事務局(上越観光コンベンション協会内)
電025-543-2777　所高田・直江津両地区

7月中旬～下旬
妙高山関山神社火祭り
妙高市

妙高山信仰から生まれた「火祭り」は、1,200年余続く伝統の祭り。県無形文化財の「仮山伏しの棒遣い」の演武をはじめ、「松引き」「みこし渡御」「奉納相撲」などが行われる。

問妙高高原観光案内所　電0255-86-3911　所関山神社

8/20(土)・21(日) 前夜祭19日(金)
第97回 謙信公祭
上越市

戦国の名将・上杉謙信公の武勇と遺徳をたたえ、大正15年(1926年)から開催されている祭り。鎧兜に身を固めた武将たちによる勇壮な「出陣行列」や、かがり火の中で行われる「川中島合戦の再現」など、戦国絵巻さながらの迫力と臨場感で魅了する。

問謙信公祭協賛会事務局(上越市観光交流推進課内)
電025-520-5741
所春日山城跡・春日山城史跡広場ほか
料観覧無料(川中島合戦の再現観覧席一部有料)、出陣行列に参加する場合は有料

新型コロナウイルスの影響で、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先にご確認願います。

Summer 夏

7/1(金)～11/15(火)
アパリゾート上越妙高
APA FESTIVAL 2022 by TOOMO
妙高市

毎年人気のサマーイルミネーションは、「体験型」のアクティビティが追加され、大幅リニューアル!噴水ショーもさらに壮大かつ華やかに。また子どもの遊具が満載の@PARKは親子で楽しめる。

問アパリゾート上越妙高　電0255-82-4111　休月曜または火曜
料大人900円、小学生500円、未就学幼児無料

7/16(土)～8/21(日)
第43回 高田城址公園観蓮会
上越市

公園の外堀約19haを埋め尽くすように紅白の和蓮が花をつける。その規模・美しさは「東洋一」と評され、観光客の目を楽しませる。

問高田城址公園観蓮会実行委員会事務局
(上越観光コンベンション協会内)　電025-543-2777
所高田城址公園(上越市本城町)　料イベントにより有料

7/16(土)・17(日)
糸魚川・上越・妙高 SEA TO SUMMIT 2022
上越市　妙高市

人力のみで海(カヤック)から、里(自転車)、そして山頂(登山)へと進む中で、自然の循環に思いを巡らせ、かけがえのない自然について考えることを目的とした環境スポーツイベント。

問上越地域SEA TO SUMMIT実行委員会(新潟県上越地域振興局内)　電025-526-9326

Spring 春

3/26(土)～4/10(日)
第97回 高田城址公園観桜会
上越市

公園内とその周辺を合わせ、約4,000本の桜が咲き誇る。夜にはシンボル「高田城三重櫓」とともに桜がぼんぼりの灯りに照らされ、その美しさは「日本三大夜桜」に数えられる。

問上越観光コンベンション協会　電025-543-2777
所高田城址公園(上越市本城町)　料観覧無料

5/5(木・祝)
第46回 艸原祭・大かやば焼
花火 5(木・祝)　妙高市

妙高に春を告げるお祭り。妙高山の中腹のカヤバゲレンデに御神火が放たれ、「艸」の火文字が浮かび上がるなか、大輪の花火が夜空を彩る。炎と光の競演は圧巻。

問艸原祭実行委員会(妙高高原観光案内所内)
電0255-86-3911　所妙高市いもり池周辺

6/4(土)・5(日)
くびき野緑日
妙高市

道の駅あらいが総力をあげてお客様をお迎えする、道の駅あらい最大のイベント。特設会場での催しや、グルメ屋台、地元特産品の販売など、大人から子どもまで楽しめる。

問道の駅あらいくびき野情報館　電0255-70-1021
所道の駅あらい

---

jaM旅 2022 春・夏号　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
		年齢	歳
ご住所	〒　　- 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。

(切り取り線)

アンケートプレゼントのお知らせ

PRESENT

上越市鵜の浜温泉
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

2022年7月22日(金)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

PC・スマホ用

(切り取り線)

〒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2022 春・夏号　アンケートプレゼント係宛

携帯電話用

食べるを楽しむ

地元人気店の味を テイクアウト!

食事からスイーツまで!　上越・妙高地域の味を自宅でどうぞ。

TAKE OUT 上越 JOETSU AREA

ソンニャーレ
Sognare

上越エリアの豊富な食材をジェラートに

上越市にある三和牛乳のミルクを使い、地元素材を使ったジェラートが評判。中でも、上越エリアにある6つの蔵元の酒粕を使った『酒粕ジェラート』(1個350円)と、妙高の発酵食品を使った『妙高発酵ジェラート』(1個400円)に注目。

所上越市春日山町1-7-8
電025-512-4530
営11:00～16:00
休水曜
P100台

TAKE OUT 上越 JOETSU AREA

ちゅうかりょうり シャーレン
中華料理 蝦仁

アッツアツのあんかけメニューが人気

具だくさんでボリューム満点中華料理が、世代を問わず人気のお店。揚げ麺と蒸し麺が選べる『五目焼きそば』(1,000円、容器代別途50円)のほか、ほぼ全てのメニューがテイクアウトOK。人気店ゆえ、事前の電話注文がおすすめ。

所上越市春日新田5-21-10
電025-543-5161
営11:30～15:00(LO14:30)／17:30～21:00(LO20:30)
休月曜(祝日の場合は翌日)　P48台

TAKE OUT 妙高 MYOKO AREA

ラーメンしょう みちのえきあらいてん
ラーメン翔 道の駅あらい店

地元産のお米を使ったご飯にも定評あり

豊富なメニュー構成で、ラーメンフリークや観光客のみならず、地元ファミリーにも評判のラーメン店。写真の『タレカツ丼』(1,000円)をはじめ、丼ものや定食系、一品料理の持ち帰りにも対応してくれる。冷凍餃子も好評だ。

所妙高市猪野山120-8 道の駅あらい内
電0255-72-0343
営11:00～22:00
(LO21:30。日祝は～20:00。LO19:30)
休月曜　P468台(共有)

TAKE OUT 妙高 MYOKO AREA

まっちゃや
松茶屋

ご飯のおともやおつまみにぴったりなメニューも充実

鍋を持参して買いに来る常連さんもいるという『もつ煮込み』(600円)は、シンプルな味付けでとても柔らか。丹念な下処理でクセも無く、味の染みたコンニャクまでうまい。『手作りギョーザ』(5個450円)のテイクアウトも可能。

所妙高市柳井田町4-11-23
電0255-72-6060
営10:30～15:00(LO14:30)／17:00～21:00(LO20:30)
休水曜　P50台

JOETSU & MYOKO GUIDE MAP

上越・妙高 広域MAP

※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。

お問い合わせ先

上越市

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

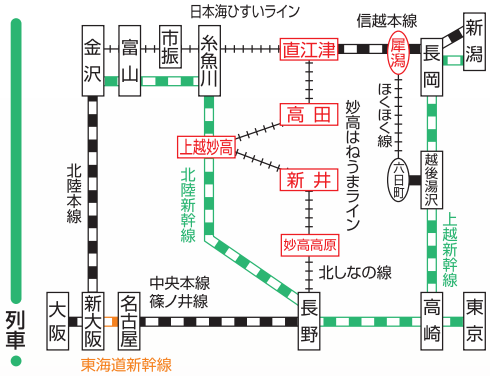
妙高市

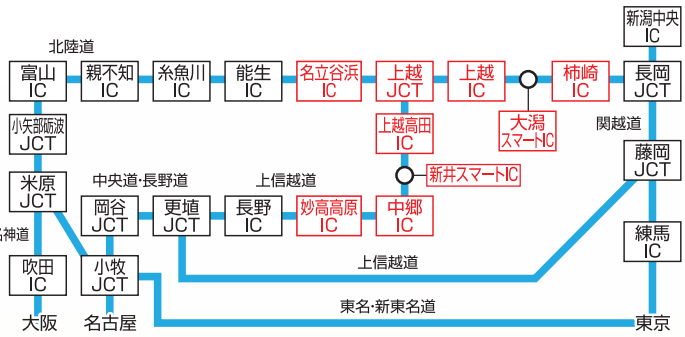
妙高市観光商工課
〒944-8686 妙高市栄町5-1
TEL 0255-74-0021
https://www.city.myoko.niigata.jp/

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

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
- 長野から　JR北陸新幹線(長野→上越妙高)／約20分
- 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→藤岡JCT→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

発行：上越市・妙高市・新潟県上越地域振興局