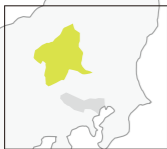


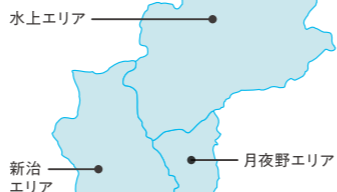
交通のご案内



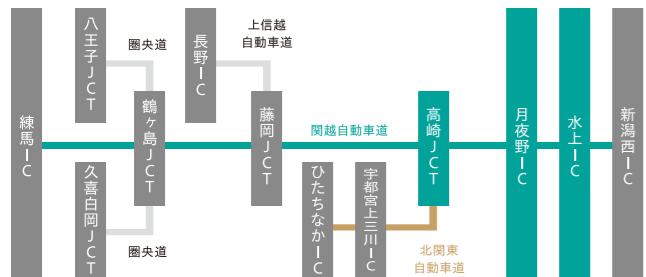
略図



エリア図



車をご利用の場合



関越自動車道ご利用

- 練馬IC～月夜野IC (約1時間30分)
- 練馬IC～水上IC (約1時間40分)
- 新潟西IC～月夜野IC (約2時間)
- 新潟西IC～水上IC (約1時間50分)

北関東自動車道ご利用

- ひたちなかIC～月夜野IC (約3時間)
- ひたちなかIC～水上IC (約3時間10分)
- 宇都宮上三川IC～月夜野IC (約2時間)
- 宇都宮上三川IC～水上IC (約2時間10分)

道路情報

- 群馬県情報(前橋センター)JARTIC 050-3369-6610
- 群馬県情報(新潟センター)JARTIC 050-3369-6615
- 日本道路交通情報センター JARTIC 050-3369-6666 (全国共通ダイヤル)

お問い合わせ

観光案内

- 水上駅中案内所 0278-62-0401
- みなかみ町役場(観光商工課) 0278-25-5017
- 利根沼田広域案内所(上毛高原駅内) 0278-62-3089

近隣の広域観光案内所

- 沼田市観光協会 0278-25-8555
- 川場村観光協会 0278-52-3412
- 昭和村企画課 0278-24-5111
- 片品村観光協会 0278-58-3222

道の駅

- 月夜野矢瀬親水公園「月夜野は一べすと」(年末年始休館) 0278-20-2123
- みなかみ水紀行館(年中無休) 0278-72-1425
- 「豊楽館」たぐみの里総合案内所(年末年始休館) 0278-64-2210

■このパンフレットに関するお問い合わせ

一般社団法人 みなかみ町観光協会

〒379-1313 群馬県利根郡みなかみ町月夜野1744-1
TEL.0278-62-0401 FAX.0278-62-0402
営業時間/8:30～17:30(年末年始を除く)
※窓口対応は平日のみ
※観光案内(電話のみ)は土日は8:30～17:30まで
http://www.enjoy-minakami.jp MAIL:info@enjoy-minakami.jp

＼SNSでも情報発信中！／



LINE



X



Instagram

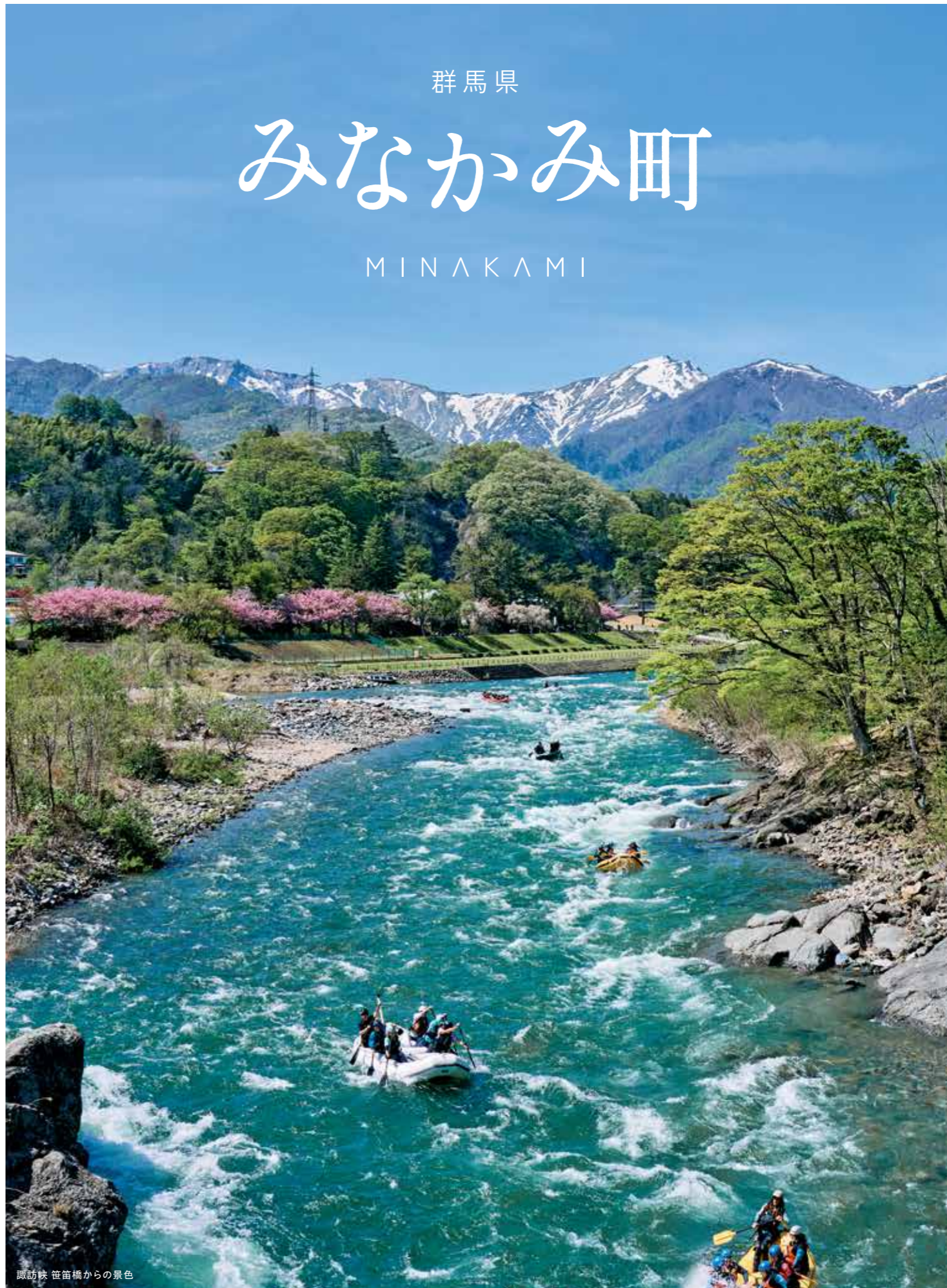


facebook



公式HP

Find your oasis.



諏訪峡 笹苗橋からの景色

ようこそ、水と森林と人を育む
利根川源流のまち

Find your oasis.



Find your oasis.

ようこそ、山と水の楽園へ。

みなかみ町とは

みなかみ町は、関東北部の群馬県最北端に位置しています。谷川岳・三国山などをはじめとする谷川連峰の麓、利根川の源流域にあり、「関東の水瓶(みずがめ)」に育まれる豊かな自然や温泉、美味しい農産物がある町です。

登山家に愛される、険しく美しい谷川岳。人々の暮らしを支え、豊かで清らかな水をたたえる利根川源流。みなかみ町が世界に誇る、山と水の楽園。

日本トップクラスの山と水の自然を有するみなかみ町で、感動を体験し、あなただけのoasisを見つけてください。



水上・藤原エリア



利根川の渓谷沿いにつながるエリア。山と水、豊かな自然をアクティブに満喫できます。年間を通して様々なアクティビティを楽しめます。

月夜野・上牧エリア



首都圏からのみなかみ町の入口に位置し、人々の暮らしが息づくエリアです。名の通り月夜を愛で、文化的な風情と自然が調和しています。

猿ヶ京・三国エリア



三国街道沿い、懐かしい農村風景と街道の歴史的な雰囲気を感じるエリアです。のどかな雰囲気の中、工芸体験もできます。

MINAKAMI Oasis

MINAKAMI Oasisとは？

みなかみの水の価値をより多くの人々が享受できるよう、冷たく清涼で良質なみなかみ町内の水道水を「MINAKAMI Oasis」として世界へと伝え広めるブランディングプロジェクトです。

特設サイトはこちらから ▶



みなかみ町は世界に認められ、ユネスコエコパークに登録されました

みなかみ町は、地域の大切な資源であり宝である豊かな自然と共生しながらまちづくりをしてきました。それらの取り組みや町の姿そのものが世界のモデルであるとしてユネスコから評価され、2017年6月14日にユネスコエコパークへ登録となりました。

大切に守られてきた自然環境に感謝しながら、自然と人が共生する持続可能なまちづくりを継続して行うため、水と森林を育み、それを「まもる・いかす・ひろめる」力を携えた「人」を育む「みなかみユネスコエコパーク」をめざします。

「ユネスコエコパーク」とは、日本では親しみやすいようにユネスコエコパークと呼ばれていますが、正式名を生物圏保存地域(BR:Biosphere Reserves)といい、1976年に開始されたユネスコ人間と生物圏(MAB:Man and the Biosphere)計画のプロジェクトの一つです。



この地に湧出した一滴が、3000万人の生活水へ。

豊かな水質と水量を誇る水源郷みなかみ。関東平野に注ぐ利根川の水の旅はここからはじまります。降り積もった雪や雨は、永い年月をかけてゆっくりと壮麗な山々に抱かれ、いくつもの地層をくぐり抜け、人のココロとカラダにやさしい一滴へと生まれ変わります。

世界が認めた水を蛇口から。

2017年に登録された「ユネスコエコパーク」で、最も評価されたのは「みなかみの水の豊かさ」でした。名峰 谷川岳の強固な岩盤と幾つもの地層をくぐり抜けてきた自然のミネラルをたっぷり含んだ弱アルカリ性の軟水です。この清涼で良質な水が旅館・ホテルや観光施設、各ご家庭へと届けられています。



インデックス

INDEX

- 02-03 谷川岳・尾瀬
- 04-05 アクティビティ
- 06-07 スノーアクティビティ
- 08-09 みなかみ18湯めぐり
- 10-11 歴史・文化巡り
- 12-17 水上・月夜野・新治エリア紹介
- 18-19 食事とお土産
- 20-21 果物・ペットフレンドリー
- 22-23 アウトドア施設一覧
- 24 イベントスケジュール
- 25-31 宿泊・飲食店・各種施設一覧
- 32 みなかみ町全体地図



Mt. Tanigawa

谷川岳

「日本百名山」谷川岳。

圧巻の2,000m級の大パノラマ



毎年7月の第1日曜日に山開きが行われ、春の新緑、夏のお花畑、秋の紅葉、そして白銀のスキーシーズン。一年を通して色とりどりの絶景が楽しめます。



●一ノ倉沢の紅葉する樹木
(黄色) プナ9割、ダンコウバイ、オオバクロモジ、ウリハダカエデなど。
(赤色) ヤマモミジ、ウリハダカエデ、サラサドウダンなど。

登山家を惹きつけてやまない谷川岳の一ノ倉沢

この地方の方言で岩や岩壁のことを「クラ」と呼んでいます。谷川岳の岩場は、剣岳、穂高岳とともに日本三大岩場として知られています。谷川連峰随一の岩場であるところから「一ノ倉」と名付けられています。道のりもブナ林に囲まれた歩きやすい道で森林浴やトレッキングが気軽に楽しめます。

※一ノ倉沢は冬期閉鎖となります。
※国道291号線(谷川岳一ノ倉沢道路)は一般車両の通行はできません。

電気バスについて

一ノ倉沢までは電気バスをご利用いただけます。(定員8名～予約不可) 運行情報はこちらからご確認ください



「7月2日は谷川岳の日」谷川岳登山のいい季節!

7月第一日曜日には「谷川岳山開き」の神事が行われ、この時季から谷川岳では可憐な花々を見ることができ、楽しく登山ができます。この機会に山登りを始めてみませんか。

谷川岳の登山情報
谷川岳登山指導センター
☎ 0278-72-3688

谷川岳ヨッホ by 星野リゾート

日本で三カ所のみ設置されているフニテル式ロープウェイで全長約2,400m、約15分間の空中遊覧を楽しめます。ロープウェイと観光用リフトを乗り継いだ天神峠展望台からは谷川連峰の360度大パノラマに心奪われること間違いなしです。



● ロープウェイ+リフトセット券(往復)
大人3,500円 / 小学生2,000円
● 8時～17時(平日)
7時～17時(土・日・祝)
☎ 0278-72-3575

みなかみ山岳ガイド協会

群馬県みなかみ町を中心に、日本百名山の谷川岳を始め、上州武尊山、尾瀬ヶ原、至仏山など様々な山域のガイドを行っています。「ガイドがいることで、山を安心、安全に楽しんでいただけるとともに、みなかみの自然をより深く知ることができます。」ガイド協会主催のツアーもありますので、是非一度ご相談ください。



お問い合わせご予約先:
☎ 0278-62-0401(みなかみ町観光協会内)

みなかみ山岳
ガイド協会
HPはこちら



谷川岳山岳資料館

谷川岳や利根川源流に関連した書籍や写真を中心に、スポーツ登山の先駆けとなった谷川岳登山の歴史や貴重な写真資料、それまでの山岳信仰の資料、実際に使われていた登山用品などにも触れることができる、他ではみられない充実の展示内容です。



● 10:30～16:30
● 開館期間:5月中旬から11月上旬
● 入館料:無料 ☎ 0278-72-6446

MAP P33-D3

谷川岳インフォメーションセンター

MAP P33-D3

施設内には、谷川岳周辺の自然や、人との関わりなどのパネル展示、ドーム型スクリーンの映像により様々な自然体験アクティビティを疑似体験できるヴァーチャル・リアリティ(VR)など様々な展示をしています。



● 開館時間等 9:00～16:00
(11月中旬～5月下旬は10:00～15:00) ※最終入館時間は30分前になります。
● 休館日(年末年始・11月中旬から5月下旬まで水曜日)
● 入館料:無料 ☎ 0278-25-8830



三国山

奈良から平安時代にかけて開かれたと伝えられる三国街道。三国峠は上州と越後を結ぶ交通の要衝で、旅人にとっては、最大の難所でもありました。歴史を感じながら歩くのもおすすめです。お花畑への往復ならお子さんとご一緒でも安心です。

● 駐車場あり

MAP P32-A5



三峰山

MAP P33-E7

関東百名山の一つに数えられています。中腹に位置する河内神社からの展望や山頂からの谷川岳の眺めは素晴らしく、登山者に人気です。三峰山の標高は1,123m、テーブル状の山容が特徴的で名前のとおり後閑峰、吹返峰、追母峰の3つの峰があります。各地に同名の山があることから「上州三峰山」と呼ばれています。

● 駐車場あり



大峰山

MAP P32-C6

手軽に自然と触れ合うことができる約6キロメートルのハイキングコースがある大峰山。中腹には本州最古ともいわれる浮島高原のある大峰沼、モリアオガエルの生息地として知られる古沼があります。モリアオガエルは毎年6月から7月に産卵期を迎えます。

● 駐車場あり

本州最大の高層湿原「尾瀬」。



● ニッコウキスゲ
夏(7月～8月)の尾瀬を代表する花、ニッコウキスゲ。尾瀬ヶ原、中田代、アヤマ平、尾瀬沼、大江湿原などで見られる一日花。

遙かな尾瀬へ

尾瀬は、福島県・新潟県・群馬県の3県にまたがる高地にある盆地状の高原であり、阿賀野川水系最大の支流只見川の源流域となっています。2007年に指定国立公園となった尾瀬は、水芭蕉や湿原を黄色で埋め尽くすニッコウキスゲ、秋の草紅葉(くさもみじ)など、大湿原の草花や壮大な山々を望める場所です。



尾瀬へのアクセス

公共交通機関を利用の場合

- ① JR上越新幹線「上毛高原」駅下車
- ② 関越交通バス(大清水行き)でJR上越線「沼田」駅経由
- ③ 鳩待峠は「戸倉」で下車し、乗合いバス・タクシーを利用

自家用車の場合

- ① 関越自動車道「沼田I.C.」から国道120号線を日光(金精峠)方面へ
- ※鳩待峠は「戸倉」で下車し、乗合いバス・タクシーを利用
- ※交通規制があるので事前の確認が必要となりますのでご注意ください。

詳しくは尾瀬保護財団のホームページをご参照ください。



尾瀬保護財団 ☎ 027-220-4431



ラフティング

関東一の急流・利根川を、大型のボート「ラフト」に乗って、自分でパドルを操りながら下っていくリバーアクティビティです。必ずガイドが同乗し、必要な装備もレンタル可能なので、初心者でも安心して楽しめます。例年では、4月中旬から10月下旬頃まで楽しめます。



キャニオニング

自然の滝や沢の流れとともに滑り降りたり、滝つぼめがけて飛び込んだり、渓谷を下っていくリバーアクティビティ。バリエーション豊かなコースがあり、アドベンチャー気分を思う存分満喫できます。例年では、6月から10月頃まで楽しめます。

Activity



みなかみ町の
詳しいアウトドア
情報はこちら



アウトドア、アクティビティの 聖地、みなかみ町

みなかみ町の美しい自然の中で、日常では出会えないさまざまな冒険にチャレンジ！優秀なガイドと一緒にツアーなら、「安全・安心」にアウトドア・アクティビティを楽しめます！



パラグライダー

空を飛ぶ夢をかなえてくれる空に最も近い乗り物。自分の体に羽が生えたように、大空を自由に動くことができるスカイスポーツです。



バンジージャンプ

みなかみ町内の2か所でバンジージャンプが楽しめます。諏訪峡大橋42m、猿ヶ京水管橋62mです。非日常の絶叫体験をぜひ！



カヌー/カヤック/SUP

湖などで探検気分を気軽に楽しめるカヌー&カヤックツアー。湖を隅から隅まで知り尽くしたガイドが完全サポート。小さなお子様でも安心して挑戦できます。さらに、ウォータースポーツの新定番として「SUP(サップ)」も人気です。SUPとは、「Stand Up Paddleboard(スタンドアップパドルボード)」の略称で、その名の通り、ボードの上に立ち、パドルを漕いで水面を進んでいく新感覚のアクティビティです。



フィッシング

利根川、阿能川、湯掛曾川などで、釣りを楽しむことができます。



マウンテンバイク

山林の道なき道を駆け抜けるアクティブなスポーツです。ビギナーから上級者までが様々なコースにチャレンジできるマウンテンコースがあります。専用のマウンテンバイクで爽やかな気分を味わえること間違いなしのアウトドア体験です。

釣りに関してのお問合せ | 利根漁業協同組合 ☎ 0278-22-4516

Snow Activities

冬のアクティビティも充実。
最高峰の雪質の中で
目一杯遊んでください。

みなかみ町内には7つのスキー場があり、それぞれ魅力にあふれています。
どこも雪質が良好で、ハイシーズンにはシュプールを描くたびに
軽やかに舞上がる極上のパウダースノーが体験できます。
非圧雪エリアを備えたスキー場もあり、
サラサラのパウダースノーを存分に味わえるスノーリゾートです。
また、滑らなくても楽しめる冬の遊びがたくさんあります。



スノーボード

今やウィンターアクティビティの主役「スノーボード」。
みなかみ町のスキー場も、ほぼ全面滑走可。
初心者や、今年こそ「かっこよく決めたい」人にも
レベルの合ったスクールも行われています。



群馬みなかみほうだいぎスキー場

スノーキャニオニング

世界初！日本初！みなかみ町・
キャニオンズで生まれた新しい冬
のアクティビティです。世界から
「ジャパンパウダー」と呼ばれるほ
どクオリティの高いパウダー
スノーとキャニオニングスキルと
バックカントリースキルが揃うこ
とで実現！スキー等の技術がなく
ても新雪の気持ち良さやスリルを
体感できるキャニオンスキルを駆使
した超激しいソリ遊びです。



スノーシュー

スノーシューを履いて森や雪原
をトレッキング。
ツアーではベテランのガイドが
同行し無理なく安全に雪上散
歩と雪遊びが楽しめます。
ウサギやカモシカの足跡を探し
たり…運が良ければ遭遇でき
るかもしれません。



湯楡曾川付近

スノーモービル

爽快なスピード感、雪上ドライブ
を楽しもう！
専用の周回コースや、ちびっこ
専用スノーモービルもあり安
心して体験できます。



水上高原スキーリゾート

犬ぞり体験

本州随一の本格的な「犬ぞり
体験」が、水上高原スキーリゾ
ートの広大な敷地で体験でき
ます。
犬たちと一緒に白銀の世界を
駆け抜けよう！



水上高原スキーリゾート

Ski Area

スキー場



お問い合わせ

営業時間や定休日に変更に
なる可能性があります。
予めご了承ください。

水上高原スキーリゾート

ゲレンデはホテルの目の前。スキー・ボード
だけでなくスノーラフティング、スノーモービ
ル、クロスカントリーや“犬ぞり”など様々な
アクティビティが体験できる。家族で楽しむ
2つの“キッズパーク”も人気。

- 最長滑走距離 / 3,000m
- 最大斜度 / 34度
- リフト数 / 4基
- コース数 / 12コース
- ナイター営業 / なし
- キッズエリア / あり



☎ 0278-75-2222
(水上高原ホテル200)

Mt.T by 星野リゾート

国内有数の降雪量から、豊かなパウダー
スノーを満喫できるスキー場です。
全長4kmの田尻沢コースではダイナミック
な滑走を楽しめます。

- 最長滑走距離 / 4,000m
- 最大斜度 / 38度
- リフト数 / 3基
- コース数 / 5コース
- ナイター営業 / なし
- キッズエリア / なし



☎ 0278-72-3575
(谷川岳ヨッポ by 星野リゾート)

群馬みなかみほうだいぎ スキー場

多彩な16コースは、初心者からエキスパート
まで、思いのまま！「キッズランド」ではソリ
や雪遊びも安心して楽しめます！

- 最長滑走距離 / 2,600m
- 最大斜度 / 40度
- リフト数 / 7基
- コース数 / 16コース
- ナイター営業 / なし
- キッズエリア / あり



☎ 0278-75-2557

ホワイ太白レーみなかみ

谷川連峰が見渡せる眺めのよいスキー場。
コースは初級者向きから上級者向きまで
揃っています。

- 最長滑走距離 / 2,000m
- 最大斜度 / 35度
- リフト数 / 2基
- コース数 / 5コース
- ナイター営業 / なし
- キッズエリア / あり



☎ 0278-72-5094
(ロッジホワイ太白レー)

水上高原藤原スキー場

緩やかな斜面が中心の広々としたコース
設計。隣接しているホテルサンバードの
大浴場なども利用できます。

- 最長滑走距離 / 660m
- 最大斜度 / 37度
- リフト数 / 3基
- コース数 / 10コース
- ナイター営業 / なし
- キッズエリア / あり



☎ 0278-75-2321
(ホテルサンバード)

ノルンみなかみスキー場

水上ICから一番近いスキー場。
週末はナイター営業もあり！！

- 最長滑走距離 / 2,000m
- 最大斜度 / 30度
- リフト数 / 4基
- コース数 / 5コース
- ナイター営業 / あり
- キッズエリア / あり



☎ 0278-72-6688
(群馬スノーアライアンス株式会社)

奥利根スノーパーク

オール融雪道路でアクセス安心！小学生以
下、全日リフト無料！関東唯一ナイター期間
中は毎日ナイター営業！ナイター時間でも3
基もリフト動いています！日中は更に上まで！
標高差はなんと駐車場から500m！

- 最長滑走距離 / 2,500m
- 最大斜度 / 30度
- リフト数 / 7基
- コース数 / 7コース
- ナイター営業 / あり
- キッズエリア / あり



☎ 0278-72-8101

苗場スキー場(新潟県)

日本国内でも広大なゲレンデと良質な
雪が楽しめるスキー場として人気のスキー
場です。

- 最長滑走距離 / 6,000m
- 最大斜度 / 45度
- リフト数 / 12基
- コース数 / 24コース
- ナイター営業 / あり
- キッズエリア / あり



☎ 025-789-4117(苗場プリンスホテル)
新潟県南魚沼郡湯沢町三国202

→ 体験できる施設などの詳細は22、23ページへ

みなかみ 18湯めぐり

宝川温泉

みなかみ町は、2005年(平成17年)10月1日に、月夜野町・水上町・新治村が合併してできました。町名は大正時代に当地を旅した若山牧水の「みなかみ紀行」に由来しています。

町内には、温泉街がある水上温泉や旅館や民宿が軒を連ねる猿ヶ京温泉をはじめとし、川沿いに延べ約470畳の面積を誇る4つの露天風呂がある宝川温泉、創業明治八年で宿泊体が国有有形文化財であり、約50年前に降った雨や川の水が地中にしみこみ、今わき出でる湯船を持つ法師温泉などがあり、群馬県内でも最大の18の温泉地を誇ります。

これらの温泉地を総称して、「みなかみ18湯」(みなかみじゅうはっとう)としています。

泉質は、単純温泉、アルカリ泉、硫黄泉、ナトリウムカルシウム硫酸塩泉など、豊富な泉質を誇ります。また、上牧、奈女沢、湯宿、川古、猿ヶ京、法師の6つの温泉地は環境省の国民保養温泉地でもあります。

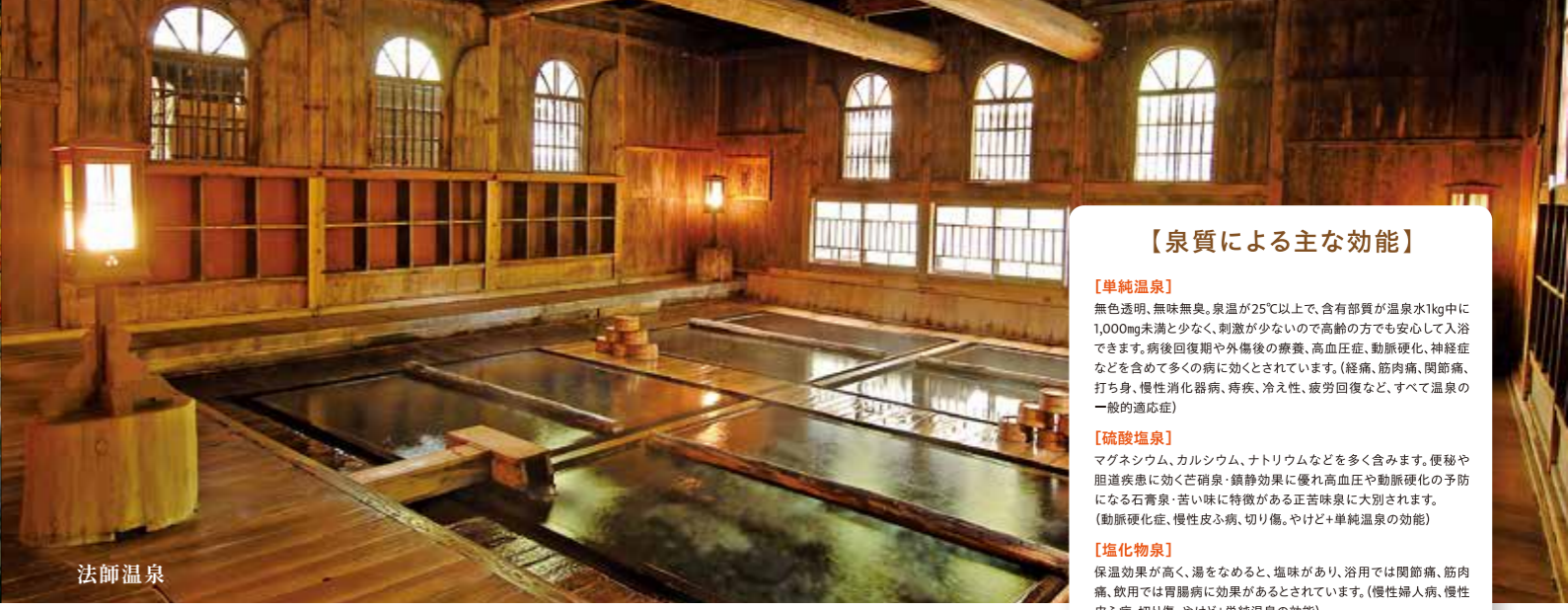
観光経済新聞社の「にっぽんの温泉100選」では毎年上位にランキングされ、温泉総選挙の初年度2016年リフレッシュ部門において、堂々の1位を獲得しました。



みなかみ18湯 泉質と特徴

温泉地	泉質	特徴	源泉温度	所要時間
湯ノ小屋温泉	単純温泉	利根川の最奥、洞元湖にそそぐ木の根沢溪流のほとりに湧く温泉です。	76.1℃	水上I.C.より約40分
上の原温泉	アルカリ性 単純硫黄温泉	宿泊者専用の別棟「露天風呂「涼楽」からの絶景が魅力。ゴルフ、スキー場を併設する水上高原ホテル200だけで楽しめる温泉です。	47.6℃	水上I.C.より約40分
宝川温泉	単純温泉	日本武尊が一羽の白鷹に導かれてここで病を癒したという伝説も。天下第一といわれる大露天風呂です。	64℃	水上I.C.より約30分
湯檜曾温泉	単純温泉	湯のひそむ村と呼ばれたのが名の起りで、湯檜曾川のほとりに位置する静かな温泉。谷川岳の登山口(谷川岳ヨッホ by 星野リゾート)に一番近い温泉地です。	42℃	水上I.C.より約15分
向山温泉	アルカリ性単純温泉	上流には藤原ダム湖があり、利根川沿いから少し入った自然豊かな温泉地。	28℃	水上I.C.より約15分
うのせ温泉	単純温泉	水上I.C.から約5kmにあるダイナミックな景観と利根川の流れが調和した温泉です。	50.4℃	水上I.C.より約10分
谷川温泉	単純温泉	谷川岳マナイタグラを仰ぎ見る場所に位置しています。谷川の清流に沿って広がる閑静な温泉地です。	31℃~47℃	水上I.C.より約10分
水上温泉	カルシウム・ナトリウム 一硫酸塩・塩化物温泉	水上温泉郷の中心。飲食店やホテル・旅館が建ち並び、群馬を代表する名温泉地です。	40℃~68℃	水上I.C.より約5分

水上エリア



法師温泉

【泉質による主な効能】

- 【単純温泉】**
無色透明、無味無臭。泉温が25℃以上で、含有部質が温泉水1kg中に1,000mg未満と少なく、刺激が少ないので高齢の方でも安心して入浴できます。病後回復期や外傷後の療養、高血圧症、動脈硬化、神経症などを含めて多くの病に効くとされています。(経痛、筋肉痛、関節痛、打ち身、慢性消化器病、痔疾、冷え性、疲労回復など、すべて温泉の一般的適応症)
- 【硫酸塩泉】**
マグネシウム、カルシウム、ナトリウムなどを多く含みます。便秘や胆道疾患に効く芒硝泉・鎮静効果に優れた高血圧や動脈硬化の予防になる石膏泉・苦い味に特徴がある正苦味泉に大別されます。(動脈硬化症、慢性皮膚病、切り傷、やけど+単純温泉の効能)
- 【塩化物泉】**
保温効果が高く、湯をなめると、塩味があり、浴用では関節痛、筋肉痛、飲用では胃腸病に効果があるとされています。(慢性婦人病、慢性皮膚病、切り傷、やけど+単純温泉の効能)

日帰り温泉



宝川温泉 宝川山荘 混浴
※入浴の際は湯着み着用になります。
みなかみ町藤原1899
10:00~16:30
(最終受付16:00)
☎ 0278-75-2614



法師温泉 長寿館 混浴
みなかみ町永井650
11:00~13:30
☎ 0278-66-0005



天狗の湯 きむら苑 混浴
みなかみ町小日向326
10:00~16:30
休 隔週木曜日
☎ 0278-72-5851



猿ヶ京温泉 まんてん星の湯
みなかみ町猿ヶ京温泉1150-1
平日/10:00~20:00(最終受付19:00)
土日祝/10:00~21:00(最終受付20:00)
休 火曜(祝日の場合は営業)
☎ 0278-66-1126



奥平温泉 遊神館
みなかみ町入須川378
10:00~20:00
休 毎週木曜日(祝日は営業)
☎ 0278-64-2626



水上温泉 ふれあい交流館
みなかみ町湯原801
11:00~20:30
(最終受付20:00)
休 火曜
☎ 0278-72-8885



貸切 かけ流し温泉 ゆう
みなかみ町谷川1534-1
9:00~18:00(予約制)
休 主に水曜日
(不定休・要お問合せ)
☎ 0278-25-4926



月夜野温泉 三峰の湯
みなかみ町後閑2265
10:00~19:30
休 第3水曜・1月1日
☎ 0278-62-1022



さなざわ出テラス
(読み:さなざわのてらす)
みなかみ町月夜野2573-2
12:00~20:00(最終受付19:00)
休 不定休 ☎ 050-1807-3582

その他、
町内の日帰り
入浴施設は
こちらから

温泉地	泉質	特徴	源泉温度	所要時間
上牧温泉	ナトリウム・カルシウム 一硫酸塩・塩化物温泉	利根川のほとり、谷川岳の雪解け水が地中で温められ、およそ17年の歳月をへて湧き出ている温泉です。	42℃	水上I.C.より約5分
月夜野温泉	単純温泉	気軽に楽しめる日帰り入浴施設「三峰の湯」があります。町民の人ばかりでなく観光客にも人気があります。小鳥のさえずりを聞きながら、のんびりと温泉浴もいいものです。	49.5℃	月夜野I.C.より約10分
真沢温泉	メタけい酸含有温泉	大峰山麓に位置し、山と森に囲まれた静かなロケーションと、眼前には棚田が広がり、美肌効果のあるアルカリ性の湯が自慢です。	23℃	月夜野I.C.より約20分
奈女沢温泉	メタけい酸含有温泉	山々に囲まれた静かな一軒宿。カラダに染みわたる温泉水には定評があり、感謝の手紙が多く寄せられています。	22.2℃	水上I.C.より約15分
湯宿温泉	ナトリウム・カルシウム 一硫酸塩温泉	1000年を超える歴史がある湯治場です。源泉かけ流しの湯は、高血圧症、動脈硬化、糖尿病、皮膚病などに良いとされます。	63℃	月夜野I.C.より約20分
赤岩温泉★	ナトリウム・カルシウム 一硫酸塩温泉	四季折々の自然と豊富な湯量に恵まれた古からの湯治場として栄えてきました。効能は神経痛、リウマチ、動脈硬化、慢性皮膚病などとされています。	42.6℃	月夜野I.C.より約20分
高原千葉村温泉	含硫黄・カルシウム 一硫酸塩温泉	2020年9月に「ちばむらオートキャンプリゾート」としてリニューアルしました。	27℃	月夜野I.C.より約30分
川古温泉	ナトリウム・カルシウム 一硫酸塩温泉	赤谷川上流の豊かな自然に抱かれ、古くから神経痛・リウマチなどに効能があると伝わる湯治の名湯。ぬるめの温泉に長時間入浴することが特徴です。	39.9℃	月夜野I.C.より約30分
猿ヶ京温泉	カルシウム・ナトリウム 一硫酸塩温泉	谷川連峰と三国連山の雄大な景観に囲まれ、美しい赤谷湖を見つる温泉地。地名は古く、上杉謙信に由来するとされています。	53.7℃	月夜野I.C.より約25分
法師温泉	カルシウム・ナトリウム 一硫酸塩温泉	弘法大師が巡錫の際に発見したのが名前の由来とされています。優雅な景色が与謝野晶子ら多くの文人たちにも愛されました。	43℃	月夜野I.C.より約40分

★現在休館中

→ 体験できる施設などの詳細は25~27ページへ

歴史・文化巡り

History, culture

歴史に思いをさせ、 心を静め参拝する神社・仏閣巡り

みなかみ町には歴史を感じられる旧跡や、魅力溢れる神社やお寺が点在しています。時には、都会の喧騒を忘れてゆっくり巡ってみるのはいかがでしょうか。

ゆかりのある武将として地元でも昔から親しまれている真田氏

真田氏ゆかりの史跡 なぐるみじょうし 名胡桃城址

上杉謙信の死後、武田勢は利根川東岸にあった北条勢の沼田城を攻略する前線基地として、武田の重臣・真田昌幸が対岸に名胡桃城を築城しました。その後も北条と真田による緊張状態が続き、天正十七(1589)年、北条方沼田城代の猪俣邦憲は、名胡桃城を一方的に占拠しました。この行為を惣無事令に違反したとして、豊臣秀吉は小田原城を攻める口実としたのです。この名胡桃城をめぐる小さな事件が戦国時代に終止符を打つことにつながったと言われています。



🕒 9:00~16:00 📞 0278-62-0793

要所を守る支城 小川城址

小川城は沼田城主・沼田景久が西の備えとして築いたとされています。豊臣秀吉による真田領と後北条領の裁定により、沼田城及び小川城は後北条氏に、名胡桃城は真田氏のものとなります。小田原攻めにより後北条氏の滅亡後、小川城は真田領となります。小川城の縄張り、東西から流れる二つの沢からなる天然の要塞であり、本郭には土塁の一部、南西には櫓台跡などが残っています。上州真田三名城と併せて散策してみても良いでしょう。



登城の思い出に 御城印

*御城印とは、和紙等に城名や所縁ある城主の家紋や花押などの印を押ししたものです。

販売場所

- 名胡桃城：名胡桃城址案内所(みなかみ町下津3462-2)
- 小川城：利根沼田広域案内所(上毛高原駅内)
- 猿ヶ京城：猿ヶ京温泉まんてん星の湯(みなかみ町猿ヶ京温泉1150-1) 猿ヶ京関所資料館(みなかみ町猿ヶ京温泉1144)

※種類ごとに販売場所が異なりますのでご注意ください。
※販売時間は各施設の営業時間に準じますので、事前に確認ください



人々の往来を支えた、三国街道

猿ヶ京関所資料館

戦国武将・上杉謙信は、三国街道を軍道として関東進出を頻繁に行っていました。越後(現在の新潟県)から三国峠を越え、関所が置かれて各所に宿場町が営まれており、現在でもその面影を残しています。関所跡が現存している「猿ヶ京」の由来も上杉謙信だと言い伝えが残っています。このように三国街道沿いには、歴史的な遺産が残されています。これらは越後と上野が三国山脈という壁に阻まれながらも、人々が活発に往来していたことを物語っているのです。



🕒【4月~11月】9:00~16:00 【12月~3月】10:00~15:00
📞 0278-66-1156

珍しい御朱印が話題の小さな神社



月夜野にある三峯神社では季節ごとに珍しい御朱印が取り揃えられています。アマビエはその姿を描き写すことで、疫病の流行を防ぐご利益があるといわれています。御朱印の郵送も対応してくれるそうですので詳しくは以下までお問い合わせください。

三峯神社 | みなかみ町師1588 TEL.0278-62-3338



茂左衛門地蔵尊 千日堂

沼田領主の悪政で苦しむ領民を救うために命を捧げた月夜野の百姓「杉木茂左衛門」を祀る地蔵尊は、農民たちが茂左衛門の千日間の供養を行うために建立したものです。現在では春と秋のお彼岸に茂左衛門地蔵尊縁日が行われ、多くの参拝客でにぎわっています。

📞 0278-62-2380



「天下の義人」と呼ばれる茂左衛門のストーリーが描かれた御朱印を販売しています。



法師温泉に与謝野晶子



与謝野晶子歌碑公園

与謝野晶子が三国路を初めて訪れたのは、昭和6年9月4日。法師温泉を好んだ高村光太郎の紹介で、夫鉄幹や、歌人らと永井宿・三国峠で遊び、歌を詠みました。昭和14年11月に再び訪れ、紅葉の猿ヶ京温泉、法師温泉で三国路を堪能しました。

与謝野晶子 (わがやまのあきこ)

旅と酒をこよなく愛した若山牧水が三国路を旅したのは、大正11年10月23日、38歳の秋のことでした。沼田から月夜野を経て新治に入り、法師温泉に泊まって長旅の疲れを癒しました。帰り道、猿ヶ京温泉で昼食を食べて湯宿温泉に泊まり、再び沼田へと戻りました。



青池屋若山牧水を囲んで



ゆじゆく金田屋「牧水の間」

当時は、ほぼ全行程を歩いている旅で、その様子は水の源をたずねてという意味の「みなかみ紀行」として紹介されています。

みなかみの旅

みなかみ町の自然や温泉などは、著名な作家や歌人に愛されました。電車の待ち時間や旅行の休憩時間などに文学の世界へ浸ってみてはいかがでしょうか。

水上エリア



諏訪峡・清流公園

諏訪峡大橋を望む水辺の広場で諏訪峡遊歩道のスタート地点です。雪解けとともに盛んになるリバーアクティビティは、見ているだけでも爽快感があり迫力満点です。新緑から紅葉シーズンまで新鮮な空気と水辺の雰囲気を楽しめます。溪谷の美しさを体験しながら、ガイドと一緒にめぐる遊歩道散策はおすすめです。

MAP P33-D5



道の駅 みなかみ水紀行館

MAP P33-D5

諏訪峡の入り口、清流公園に隣接しています。日本初「淡水魚のトンネル水槽」やみなかみ町のお土産や農産物が揃う満店横町、フリーライミングが楽しめます。敷地内に足湯もあるのでゆったりと疲れを癒せます。

- 年中無休(水産学習館を除く)
- ※足湯は4月～11月まで営業
- 9:00～17:00(各施設は要問合わせ)
- 0278-72-1425



照葉峡

湯ノ小屋温泉から入口まで徒歩80分。その名の通り紅葉の美しい秘境の趣きがある渓谷です。俳人・水原秋桜子が命名した大小11の滝が連なり、6月頃の新緑、10月中旬～下旬の紅葉は特に美しく、毎年多くの観光客で賑わう人気のスポットです。県道の湯ノ小屋から先は、例年11月中旬～5月下旬は冬期閉鎖になりますのでご注意ください。

0278-62-0401
(みなかみ町観光協会)

MAP P33-G3

※照葉峡には、お手洗いや駐車場はありません。路肩への駐車は、渋滞や事故の原因にもつながり大変危険ですので、ご注意ください。皆様のご協力をよろしくお願いいたします。



翡翠の滝



岩魚の滝



新治エリア

水上
エリア

月夜野
エリア

奥利根地域のダム



矢木沢ダム

MAP P33-F1

利根川最上流部に位置し、堤長高131.0mを誇るアーチ式コンクリートダムです。利根川水系最大級の規模を誇る多目的ダムです。隣接する防災資料館「ネイチャービュー-矢木沢」からダムを展望することができます。様々な自然アクティビティも楽しむことができます。また毎年行われる点検放流は迫力満点です。



藤原ダム

MAP P33-E4

利根川水系上流ダムで最も古いダムです。日本最大級のホロージェットバルブを備えた重力式コンクリートダムで、洪水調整と発電が主な目的です。雪解けシーズンである5月ごろには放流を行うため、豪快な景観を楽しめます。



奈良俣ダム

MAP P33-F2

湯ノ小屋温泉の上部にあり平成3年に誕生した比較的新しいロックフィル式の多目的ダムです。ダム資料館もある展望台からは色鮮やかに広がる奥利根の大パノラマが楽しめます。新緑、紅葉の観光のほか、湖でのアウトドア体験が楽しめます。

ダム印の販売

訪ダムの思い出にいかがですか?

- ・矢木沢ダム
- ・奈良俣ダム
- ・藤原ダム

一枚:300円 販売 道の駅水紀行館



日本一のモグラ駅 JR土合駅

MAP P33-D4

上越線で群馬県内最北端の駅「土合駅」は、駅舎と新清水トンネル内の地下にある下りホームとの標高差が70.7m。階段にして486段!「モグラ駅」の愛称で親しまれています。駅構内にはカフェも併設されています。

みなかみの美術館



天一美術館

MAP P33-D5

江戸前天ぶらの老舗「銀座天一」のコレクションを展示しています。日本の近代美術を代表する画家、岸田劉生や梅原龍三郎らの名作ほか、ピカソ、マチスの名画も展示されています。

0278-20-4111 9:30～17:00(最終受付 16:30)
水曜定休(1/6から2月末は休館)



岸田劉生「麗子像」

SLぐんま みなかみ

みなかみ町には、週末を中心にJR上越線・高崎駅から水上駅を往復するSLが運行されています。駅のみどりの窓口や指定席券売機でお気軽にお買い求めいただけます。

停車駅:高崎、新前橋、
渋川、沼田、後閑、水上
※詳しくはJR東日本のサイトをご覧ください。

MAP P33-D5

月夜野エリア

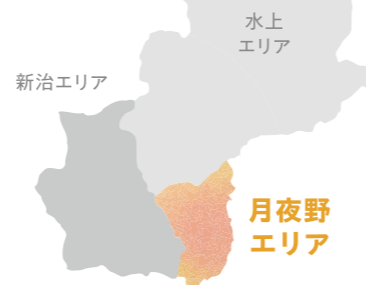


ホタル観賞

みなかみ町では、町内各所で例年6月中旬から7月中旬にかけて、ホタルを見ることができます。なかでも、上越新幹線・上毛高原駅西側(徒歩5分)にある「月夜野ホタルの里遊歩道」では、6月中旬にゲンジボタルの乱舞が始まり、6月下旬にはヘイケボタルの同時乱舞が見られる、全国でも珍しい場所です。多い日には約800匹の同時乱舞も観測されることがあり、まさに夢のような光景です。昭和58年から保護の取り組みが始まり、ホタルの餌となるカワニナを

増やすことから始めて、その結果、自然発生するホタルが増えてきました。地元のボランティア「月夜野ホタルを守る会」の皆様によりコースの各所でもご案内も行われます。ホタルは時間に正確です。20時頃になると飛び始めて、21時頃にだんだん落ち着きます。蒸し暑い夜で月の灯りがない夜に比較的多く乱舞するといわれています。

MAP P33-D7



道の駅 月夜野矢瀬親水公園

MAP P33-D8

国指定史跡の矢瀬遺跡、農産物直売所の月夜野は一歩すと、大型遊具が整備されたわんぱく広場などからなる利根川の河川敷を利用した親水公園。ゆるやかな丘陵地に広がる豊かな自然の息吹を感じながら、初夏には「みなかみえんにち」が開催され、町内外から訪れる人で賑わいます。

- 9:00-17:00(12月-3月は16:30まで)
- 無休(12月-3月は第2第4水曜定休)
- 0278-20-2123



国指定史跡「矢瀬遺跡」

MAP P33-D8

今から3500年から2300年前の縄文時代遺跡で、住居跡や祭祀遺構、水場などが発見されています。比較的狭い範囲に集中して様々な施設の痕跡が発見されている事から、縄文時代の集落構造が分かる遺跡として知られています。出土品の一部は月夜野郷土資料館に展示されています。

- 入館無料
- 駐車場有り
- 0278-20-2123



イベント・お祭り



三重院 火渡り修行

「火渡り」は、年に1回開催されます。無病息災を祈り、燃え盛る火の中を渡る修行です。様々な悪因縁を焼き払います。三重院の火渡りは護摩壇の長さが6メートルもあり、厳しい行事として有名です。

MAP P33-E8



真沢の棚田

MAP P33-D7

利根川源流の棚田として、大峰山麓に位置します。一部の棚田は圃場整備されていますが、下流側に小規模ながらかわいらしい棚田が残っています。この棚田ではオーナー制により10組ほどの都市住民が稲作体験を楽しみ、一棟貸しも可能な交流施設「さなざわ出テラス」も隣接しています。

体験・見学



県指定史跡「名胡桃城址」

MAP P33-D8

真田昌幸の築城で、利根川と赤谷川の合流近く、三方が絶壁となっている天然の要塞に造られた山城です。豊臣秀吉の天下統一の発端となる、小田原北条征伐のきっかけになった城として有名。現在でも本郭、二の郭などが原型をとどめています。歴史ガイドも常駐しており、資料も充実しています。

- 入館無料
- 駐車場有り
- 名胡桃城址案内所 0278-62-0793(9:00~16:00/年末年始は休み)
- 歴史ガイド案内(10:00~15:00/ガイドは火曜・木曜定休 臨時定休あり) ※冬期休業



指月会(嶽林寺)

MAP P33-D8

中秋の名月の夜、嶽林寺の境内に約1,000個のキャンドルが彩られ、月と神秘的な火の灯りに囲まれながら、本堂及び境内での演奏会などが開催されます。



月夜野焼 祐太郎窯

MAP P33-D6

上牧温泉沿いにある月夜野焼祐太郎窯は、昭和51年、古くから陶磁器の産地として知られる長崎県波佐見市出身の陶工、福田祐太郎によって開窯されました。波佐見焼伝来のろくろ技法によって成形された器に、独自に調合した釉薬を施して焼いた特徴ある色合いの焼き物で、燃えるように赤い辰砂(しんしゃ)釉は中でも出色です。施設内には、焼き物作品を展示販売する店舗があり、店舗内には月夜野焼創設者の業績を収めた「福田祐太郎記念館」もあります。隣接している工房では、月夜野焼の陶芸体験も楽しむことができます。北に谷川岳を仰ぎ、利根川の清流の音をききながらの陶芸は、旅の思い出作りにも最適です。

- 10:00~16:00(冬季15:00)
- 陶芸体験受付 10:00~14:00
- 0278-72-5307
- 水曜(祝祭日は営業)



イヌワシストア

JR上越新幹線「上毛高原駅」駅ナカに誕生した地域の魅力を発信しているカフェです。オリジナルブレンドのコーヒー等を味わえ、みなかみの「食」を体験できます。待ち時間休憩だけでなく情報収集の場としてもご利用ください。

- 10:00~18:00
- 不定休



新治エリア



たくみの里の宿場通り

MAP P32-C8

玄関口に位置する道の駅「たくみの里 豊楽館」では、農産物直売所も併設しています。地元産の新鮮な野菜や果物・山菜、手づくりの加工品など季節感あふれる商品をお買い求めいただけます。

🕒 9:00~17:00 (11月-3月/9:00~16:00)
📞 無休 (年末年始を除く) ☎ 0278-64-2210



新治エリア



水上
エリア

月夜野
エリア



たくみの里



三国街道の面影を残した里山のテーマパーク

たくみの里は、東京ドーム約70個分(330ha)もあり、20以上の体験工房がそれぞれ「家」として点在し、昔ながらの生活や手法で、木工や和紙などの様々な手作り体験ができます。ほかにも農園での果物狩り体験や地元の素材を使った美味しいものもたくさんあり、四季折々に移りゆく里山をめぐることで昔懐かしい農村風景に出会えます。

MAP P32-C8



赤谷湖

相模ダム建造に伴ってできたダム湖です。かつてあった笹の湯、湯島温泉などがダム建設により湖底に沈み、湖岸に猿ヶ京温泉ができました。現在は三国国境の山並みを映す静かな湖で、ワカサギやヤマメなど溪流魚の釣り場としても人気です。毎年、赤谷湖周辺に咲く桜とともに湖面を鯉のぼりが元気に泳ぐ姿は、みなかみ町の春の風物詩となっています。夏には「赤谷湖上花火大会」を開催しています。

🚗 駐車場あり

MAP P32-B7



群馬サイクルスポーツセンター

大峰高原の自然に囲まれて家族みんなで健康的に遊べるテーマパークです。変わり種の自転車や背の高いのっぽサイクルなど、奇想天外な自転車が集合した自転車の遊園地です。

☎ 0278-64-1811

MAP P32-C7



伊賀野の花畑

MAP P33-D8

伊賀野の花畑では、元々休耕地であった土地を地元のボランティアが活用し、ホウキ草(コキア)、小菊、そばの花が育てられています。秋にはホウキ草が真っ赤に色づき、一面を染めます。展望台があり、自由にご利用できます。

■住所:みなかみ町羽場1678 ☎ 090-2674-2177

ホウキ草の見頃
10月上旬~10月中旬

小菊の見頃
10月下旬~11月上旬ごろ

伝える



民話と紙芝居の家

MAP P32-B6

江戸と越後を結ぶ三国街道の宿場町として栄えた群馬県、猿ヶ京温泉。商人や旅芸人などが行き交い多くの民話が語り継がれました。民話と紙芝居の家では、地元で埋もれていた五百以上の民話の生語り、のぞきからくり、絵巻物、影絵を通しての紙芝居の歴史を説明、戦前を含む約二千点の紙芝居の展示や実演、手作り紙芝居の紹介などを行っています。

🕒 9:30-17:00 (16:00までに入館) 📞 0278-66-1874 🚗 駐車場10台 📅 火曜・木曜不定休

歴史



ノスタルジックな石畳の 小さな温泉街 湯宿温泉

湯宿温泉は平安時代に発見され、開湯1200年の歴史がある。旧三国街道の宿場町として発展し、沼田城主真田信之が関ヶ原の戦いの後、疲れを癒しに訪れたことでも知られています。

🚗 駐車場あり

MAP P32-C7



Gourmet & Souvenir

豊かな水が育む、 みなかみの食とお土産

谷川岳をはじめとする山々から流れる豊かな水。
きめ細かく柔らかい水で育った食材は新鮮そのもの。
その食材で調理された数々の料理は味わう人々を悦ばせます。



そば

名水が育む香り高いお蕎麦、自然の恵みと風土にあった豊かな味わいが楽しめます。



クラフトビール

水源地みなかみの豊かな自然が育む上質な水を使い、豊かで澄んだ味わいのビールが特徴です。



生どら焼

町内でよく目にする看板。生どらとは生クリームが入ったどら焼きです。厳選された素材で作られた逸品で、色々な味が楽しめます。



豚肉料理

群馬県は豚肉が有名です。町内でも豚肉を使った料理や加工品がたくさんあります。



ダムカレー

みなかみ町には5つの形式の異なるダムがあり、ダムの形にこだわるため、3種類のダムが再現されました。各店の自慢のダムカレーを食べ比べるのも楽しみの一つです。



みなかみのスイーツ

美味しいお水や、季節のフルーツを使ったスイーツがたくさんあります。スイーツ巡りもおすすめです。

みなかみ町の詳しい飲食店情報はこちら。



みなかみ町地域ブランド認証品 みなかみ珠玉 (しゅぎょく)

みなかみユネスコエコパークの豊かな自然と気候に恵まれた地場産の食材や地域の特徴的な素材等を活用し、卓越した技術と地域に根ざした食文化にこだわりをもって作られた逸品を、みなかみ町地域ブランド「みなかみ珠玉」として、認定しています。生産者はもちろん、みなかみ町が自信を持っておすすめする逸品です。



みなかみ町役場・観光商工課 TEL.0278-25-5018 / みなかみ町商工会 TEL.0278-62-1155

※営業時間や定休日に変更になる可能性があります。予めご了承ください。

→ 其他のお店やお問い合わせは28・29ページへ

Fruits Picking

みなかみ町で旬を感じる

自然豊かで澄んだ水に恵まれているみなかみ町は、日照時間も長く一日の気温差が大きいので果物や農産物の栽培に適しています。作人たちの優しさや真心がいっぱい詰まっていて、大切に育てられてきた宝物です。大地の恵みを感じられる旬のものをぜひ味わってみてください。

Strauberry

みずみずしくて甘いいちごは、「やよいひめ」や「かおり野」など種類が豊富で、冬から春にかけて楽しむことができます。多品種を栽培している園もあり、食べ比べて自分の好みを見つけてみてください。



いちご

Cherry

みなかみ町は、群馬県内でも屈指のさくらんぼ産地として知られています。ジューシーで濃厚な甘味が口いっぱいに広がるさくらんぼは、初夏の高級フルーツとして、一度食べたらくせになる美味しさです。



さくらんぼ

Grape

大人にも子どもにも人気の、ぶどう狩り。もぎたての新鮮なぶどうを味わえるのが魅力です。秋の味覚として名高いぶどうの旬は、例年8月から10月頃。時期などによって、出会う品種はさまざまです。



ぶどう

Apple

秋から初冬にかけて旬を迎える、りんご。「あかぎ」に「ふじ」をかけあわせてできた「ぐんま名月」は、蜜がたくさん入っていて香りがよく、甘いのが特徴で群馬県で開発された品種です。月夜野エリアには農園がたくさんあります。



りんご

みなかみフルーツランドモギトーレ

果物を「もぎとる」「たべる」「あそぶ」「かう」「そだてる」「つくる」ことができる、365日フルーツエンターテインメント体験施設です。約6.5万m²の広大な敷地のなかで、年間を通じて様々な果物を栽培しており、季節ごとの果物狩りが楽しめます。旬の果物を贅沢に使用したスイーツもオススメです。

🕒 10月～5月 / 10:00～16:00
6月～9月 / 9:00～16:00
☎ 0278-64-2800



フルーツカレンダー

Fruit calendar

	1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月
いちご												
さくらんぼ												
ブルーベリー												
もも												
ぶどう												
りんご												



大事な家族と、一緒に、みなかみ旅。

ペットと楽しむ、自然豊かな癒しの時間

都心からわずか約90分。群馬県・みなかみ町は、豊かな自然、美しい山々、清らかな水に恵まれた“癒しのリゾート地”です。そんなみなかみが今、ペットとの旅先としても注目を集めています。「ペットフレンドリーみなかみ」は、ペットと一緒に安心・快適に過ごせる観光・宿泊・食の情報をまとめた特設Webサイト。初めての方でも迷わず計画が立てられるよう、ペット連れOKの宿泊施設、カフェ、観光スポット、アクティビティなどを分かりやすく掲載しています。



みなかみペット旅おすすめポイント

慣れない場所に大切なペットを連れて行くことに不安はありませんか？みなかみ町に安心してお越しいただけるように、おすすめポイントをご紹介します。



⑥ アクセス抜群

関越道・練馬IC～月夜野ICまでは車で約90分。スムーズで快適なドライブが好評です。

⑥ 自然散歩コースが充実

清流・利根川沿い、湖畔の道、森の小径…。四季折々の景色とともに、ペットとリラックスできる散策が楽しめます。

⑥ ペット歓迎の宿泊・飲食施設

一緒に泊まれるペンション・グランピング・温泉旅館、テラス席完備のカフェや犬用メニューありの飲食店まで、幅広く掲載

⑥ アクティビティ豊富！

- カヌー/SUP: 愛犬と水遊びが楽しめるツアーが人気。
- 果物狩り: 抱っこやカートで同伴OKの農園も。ペットと一緒に里山体験を。
- 雪遊び(冬季): スノーシューツアーでは、雪を愛犬と駆け回れます



ペットフレンドリーな施設一覧はこちらから



アウトドア



※営業時間や定休日が変更になる
可能性がございます。
予めご了承ください。

アウトドアに関する
詳しい情報はこちら



SUMMER (SPRING / AUTUMN)

WINTER

		レイクカヌー・カヤック	ラフティング・レイクラフティング	キャニオニング	SUP	シャワークライミング	ハイドロスピード	パラグライダー	バギー	マウンテンバイク/サイクル	登山&トレッキング	キャンプ	ロッククライミング	チームビルディング研修	ツリーイング(木登り)	乗馬※通年	バンジージャンプ※通年	バックラフト	ダッキー	B B Q	スノーシュー	スキー・スノーボードレッスン	障がい者スキースクール	ネイチャースキー	スノーモービル	エアボード	スノーキャニオニング	
お問い合わせ先		電話番号																										
水上エリア	I LOVE OUTDOORS JAPAN	●	●	●																								
	アイリーオンSUP				●							●										●						
	アウトドアヴィレッジ ザイオン				●																							
	ウイズスポーツ	●	●				●																					
	H2Oガイドサービス		●	●																								
	MTB Japan										●																	
	カップCLUB		●	●				●					●		●					●								
	キャニオンズ		●	●									●		●					●			●					●
	サバイディ・カヤック	●																										
	Ziggies Adventure JAPAN		●																									●
	ジャグスポーツ		●	●																			●					
	DEEP NATURE		●	●																								
	TOP水上カンパニー	●	●	●	●		●		●	●	●	●	●	●					●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
	ネイチャー・ナビゲーターみなかみ	●	●	●	●							●	●		●					●	●		●	●				
	BUNGY JAPAN																		●									
	ネイチャーガイド ファンテイル	●										●																
	フォレスト&ウォーター	●	●	●								●	●															●
	冒険小屋			●								●								●								
	マックス		●	●	●																							
	みなかみ山岳ガイド協会											●																
猿山 モンキーマウンテン	●																											
NPO法人 ユニバーサルスポーツ協会	●																											
イーストウインド・プロダクション														●														
月夜野エリア	R-LABO		●		●																							
	グランボレ							●	●																			
	ブルームーンヒル牧場																●											
	ワンドロップ	●									●	●		●						●								
新治	群馬サイクルスポーツセンター									●																		

Event

みなかみ町のイベントをご紹介します

町内で楽しめる
イベント情報です。
詳しいイベント情報は
右記をご覧ください。



ノルンみなかみフラワーガーデン

北関東最大級のすいせん園で、90種・100万株のすいせんを鑑賞することができます。
水仙の黄色い絨毯の上を観光リフトに乗りながら望む山々の風景は格別です。山頂から望む日本百名山「谷川岳」の絶景をご堪能下さい。

- 4月中旬～5月末頃開園
- 営業時間/8:30～16:00
- 入園料とリフト料金は別途かかります。



みなかみ3ダム春の点検大放流

みなかみ町の奥利根地域にある、3つのダム(藤原・矢木沢・奈良保ダム)では、年に一度、洪水期を迎える前にダムの放流設備が安全に作動するか確認するため「点検放流」が行われます。

たくみの里 わらアートまつり

たくみの里では、平成29年度より秋の里山散策のお楽しみとして、わらアートの展示をしています。毎年、干支を含めた新作を製作しています。



水と光のナイトガーデン

道の駅みなかみ「水紀行館・清流公園」を舞台にこの秋彩られる特別な夜。「宇宙と和式美」をテーマに光と反射の空間作品を創り出すミラーボールとのコラボレーションによるナイトガーデンが出現!



竹灯籠

みなかみ町産の竹を使用した「竹灯籠」会場はたくみの里「熊野神社」などで展示し、音のない静寂の夜を演出。竹灯籠の幻想的な雰囲気にもまれます。

年間イベント Event Schedule

1月 January

- ・山岳ガイドと行く 谷川岳ーノ倉沢スノーシュー

2月 February

- ・山岳ガイドと行く 谷川岳ーノ倉沢スノーシュー

3月 March

- ・茂左衛門地蔵尊 春の縁日
- ・たくみの里つるし雛ひなめぐり

4月 April

- ・ノルンみなかみフラワーガーデン
- ・猿ヶ京 相俣太々神楽春のお祭り
- ・春の風物詩 上ノ原茅場の野焼き
- ・赤谷湖 鯉のぼり

5月 May

- ・大峰山山開き及び安全祈願祭
- ・みなかみ3ダム春の点検大放流
- ・平標山山開き及び安全祈願祭

6月 June

- ・月夜野ホテル観賞(6月中旬～7月中旬)
- ・みなかみえんにち
- ・上州武尊山 山開き及び安全祈願祭
- ・みなかみアウトドアマンス

7月 July

- ・谷川岳山開き及び安全祈願祭
- ・マスのつかみ取り

8月 August

- ・藤原湖マラソン
- ・山の日イベント
- ・猿ヶ京 赤谷湖上 花火大会

9月 September

- ・水上温泉おいで祭り
- ・月夜野のお月見「指月会」
- ・みなかみの奇祭「ヤッサ祭り」
- ・NEW ACOUSTIC CAMP

10月 October

- ・豊楽祭り 大鳥天狗神輿
- ・水と光のナイトガーデン

11月 November

- ・たくみの里わらアートまつり
- ・水と光のナイトガーデン

泊まる



町内の宿泊はみなかみBookingで
予約・空室検索が可能です。



INFORMATION

- 温泉 …… 温泉あり
- 露天風呂 …… 露天風呂あり
- 客室露天風呂 …… 一部客室露天風呂
- 貸切風呂 …… 貸切風呂あり
- 素泊 …… 宿泊のみ可(食事無)

- 日帰り入浴 …… 立ち寄り日帰り入浴
- 送迎 …… 送迎あり 上毛高原駅 水上駅 後閑駅
- ※送迎は予約が必要です。事前に宿泊施設にご確認ください。
- ペット可(ペットの受け入れ条件は各施設へお問い合わせください。)

- ※料金は宿泊人数やシーズン、食事の有無などにより異なる場合があります。ご予約の際にご確認ください。
- ※料金は消費税別、入湯税別の目安の金額です。
- ※立寄入浴の料金・営業日・時間は各宿によって異なります。
- ※営業時間や定休日に変更になる可能性があります。予めご了承ください。

宿泊施設名	お問い合わせ	料金の目安	温泉	露天風呂	客室露天風呂	貸切風呂	素泊	日帰り入浴	送迎	部屋数
水上エリア 旅館ホテル 水上温泉	坐山 みなかみ 0278-72-3221	¥11,000～¥60,000	●	●	●	●	●	●	●	85
	みなかみホテルジュラク 0278-72-2521	¥19,500～¥60,000	●	●	●	●	●	●	●	99
	源泉湯の宿 松乃井 0278-72-3200	¥14,300～	●	●	●	●	●	●	●	255
	松乃井別邸 四季の湯宿 桃山流 0278-25-8580	¥20,000～¥50,000	●	●	●	●	●	●	●	
	ホテルロモサ 0278-25-8978	¥7,000～¥40,500	●	●	●	●	●	●	●	38
	あらたし みなかみ 0278-25-9100	¥16,000～¥40,000	●	●	●	●	●	●	●	42
	ペットと泊まれる温泉館 だいきく館 0278-72-3278	¥17,600～¥20,900	●	●	●	●	●	●	●	13
	みなかみの自然を楽しむお宿 MICASA 0278-72-3288	¥5,650～¥29,320	●	●	●	●	●	●	●	12
民宿ペンション	天野屋 090-4949-2774	¥5,000(素泊まりのみ)	●	●	●	●	●	●	●	7
	ペンション Be 0278-72-5518	¥8,000～¥14,000	●	●	●	●	●	●	●	6
	まちやど sansui-so 女性専用 0278-72-2959	¥6,000～	●	●	●	●	●	●	●	
	焼肉旅館 松み荘 080-5499-1666	1泊素泊まり料金¥5,500～	●	●	●	●	●	●	●	5
旅館ホテル	別邸 仙寿庵 0278-20-4141	¥48,550～¥92,550	●	●	●	●	●	●	●	18
	旅館 たにがわ 0278-72-2468	¥22,150～¥39,750	●	●	●	●	●	●	●	28
	檜の宿 水上山荘 0278-72-3250	¥16,500～	●	●	●	●	●	●	●	19
	金盛館せゝらぎ 0278-72-3260	¥24,200～	●	●	●	●	●	●	●	18
	水素風呂と美食と…。谷川温泉やど 筈山 KANZAN 0278-72-3041	1泊2食 ¥19,000～、素泊まり ¥10,000円～	●	●	●	●	●	●	●	6
旅館ホテル	旅の湯やど セルバン 0278-72-2097	¥9,000～¥13,000	●	●	●	●	●	●	●	6

宿泊施設名	お問い合わせ	料金の目安	温泉	露天風呂	客室露天風呂	貸切風呂	素泊	日帰り入浴	送迎	部屋数
旅館ホテル	KKR水上 水明荘 0278-72-2345	¥10,900～¥12,800	●	●	●	●	●	●	●	24
	ゆの宿 上越館 0278-72-2216	¥29,850～¥48,550	●	●	●	●	●	●	●	5
	旅館 みやま 0278-72-2018	¥14,300～¥22,000	●	●	●	●	●	●	●	11
旅館ホテル	ホテル 湯の陣 0570-059-780	¥5,800～¥20,800	●	●	●	●	●	●	●	107
	天空の湯 なかや旅館 0278-72-3516	¥19,500～	●	●	●	●	●	●	●	14
	風木立の川辺 紫明館 0278-72-3650	¥14,900～¥20,900	●	●	●	●	●	●	●	14
	旅館 永楽荘 0278-72-3507	¥4,400～¥12,000	●	●	●	●	●	●	●	7
	BLUE MONKEY LODGE 0278-72-8950	要問合せ	●	●	●	●	●	●	●	
民宿ペンション	天神ロッジ 0278-25-3540	要問合せ	●	●	●	●	●	●	●	16
	土合山の家 0278-72-5522	¥11,000～	●	●	●	●	●	●	●	27
旅館ホテル	雪雪の宿 尚文 0278-72-2466	¥33,000～¥53,900	●	●	●	●	●	●	●	9
	別亭 やえ野 0278-72-1266	¥36,000～¥43,000	●	●	●	●	●	●	●	4
民宿ペンション	ペンション 朝ねぼう 0278-72-6761	¥10,000～¥12,000	●	●	●	●	●	●	●	7
	ペンション 山路 0278-72-4410	¥9,600～¥10,800	●	●	●	●	●	●	●	7
	民宿 つなご 0278-72-3526	¥4,000～¥6,500	●	●	●	●	●	●	●	8
	民宿 まにわ 0278-72-2445	¥4,500～¥6,000	●	●	●	●	●	●	●	4
	リゾート民宿 なかじま 0278-72-3797	¥6,000～	●	●	●	●	●	●	●	8
	料理民宿 三枝 0278-72-5122	¥4,000～¥7,500	●	●	●	●	●	●	●	7

泊まる



町内の宿泊はみなかみBookingで
予約・空室検索が可能です。



宿泊施設名	お問い合わせ	料金の目安	温	露天風呂	客室露天風呂	貸切風呂	茶泊	日帰り入浴	送迎	部屋数
幸知 民宿 みちのく 0278-72-4180	¥6,500~¥8,500									7
宝川温泉 宝川温泉 汪泉閣 0278-75-2611	¥22,000~									42
上の原温泉 水上高原ホテル200 0278-75-2222	¥13,200~¥45,100									206
藤原 温泉ペンション 花さき山 0278-75-2808	¥8,900~									5
温泉ロッジ たかね 0278-75-2228	¥8,500~									8
シャレー・ラ・ネージュ 0278-75-2828	¥7,700~¥13,800									11
ペンション アミューズ 0278-75-2310	¥6,500~¥9,800									
民宿 関ヶ原 0278-75-2132	¥5,000~¥8,500									11
民宿 並木山荘 0278-75-2287	¥4,000~¥8,000									6
民宿 やぐら 0278-75-2077	¥5,800~¥9,300									6
民宿 吉野屋 0278-75-2710	¥5,200~¥8,500									13
ロッジ 樹林 0278-75-2040	¥5,000~¥8,000									6
ロッジ 宝台樹 0278-75-2035	¥5,000~									9
ロッジ とんち 0278-75-2337	平日・日曜日 ¥8,140 土曜日・祝前日 ¥9,020									10
湯ノ小屋温泉 ホテルサンバード 0278-75-2321	¥13,200~									67
源泉掛流しの湯めぐりテーマパーク 龍洞 0278-75-2086	¥11,000~¥26,500									22
清流の宿 たむら 0278-75-2096	¥15,000~									3
照葉荘 0278-75-2802	¥10,450~¥12,000									6
ペンション オールド・ストリング 0278-75-2386	¥8,050~¥14,100									4
上牧温泉 温もりの宿 辰巳館 0278-72-3055	¥12,000~¥50,000									41

宿泊施設名	お問い合わせ	料金の目安	温	露天風呂	客室露天風呂	貸切風呂	茶泊	日帰り入浴	送迎	部屋数
月がほほえむ宿 大峰館 0278-72-3329	¥7,000~¥14,000									13
旅籠 庄屋 0278-72-6126	¥13,000~¥31,000									
湯治と合宿 常生館 0278-72-3494	¥5,000~									
やませみ荘 0278-72-2112	¥4,500~¥11,000									
真沢温泉 さなざわ出テラス 050-1807-3582	¥17,000~(貸切宿泊時は要予約)									8
釈迦の霊泉 0278-72-3173	¥5,400~									11
法師温泉 法師温泉 長寿館 0278-66-0005	¥19,800~									33
豆富懐石 猿ヶ京ホテル 0278-66-1101	¥15,000~									52
湯元 長生館 0278-66-1131	¥10,000~¥17,000									18
ル・ヴァンペール湖郷 0278-66-0880	¥31,000~¥52,000									13
源泉湯の宿 千の谷 0278-66-1151	14時出発 ¥13,000~¥25,000 16時10分出発									110
蔵やしき 野の花畑 0278-66-0641	¥8,500~¥23,000									15
温宿 三河屋 0278-66-0172	要確認									10
わらしの宿 生寿苑 0278-66-1175	¥21,000~¥32,000									13
フォレストリゾート猿ヶ京 誓湖荘 0278-66-0011	¥13,000~¥19,600									7
泊まれる学校 さる小 0278-25-3349	要問合せ									1
仁田屋旅館 0278-66-0114	1泊2食 ¥10,000~ 素泊まり ¥6,000~									10
旅籠 吉長 0278-66-1515	¥13,500~¥22,000									7
里山温泉 江戸創業 旅籠屋丸一 0278-66-0066	¥15,000~¥25,000									18
宮野旅館 0278-66-0648	¥3,500~¥7,500									5

INFORMATION

- 温 泉 …… 温泉あり
- 露天風呂 …… 露天風呂あり
- 客室露天風呂 …… 一部客室露天風呂
- 貸切風呂 …… 貸切風呂あり
- 茶泊 …… 宿泊のみ可(食事無)

- 日帰り入浴 …… 立ち寄り日帰り入浴
- 送迎 …… 送迎あり 上毛高原駅 水上駅 後閉駅
※送迎は予約が必要です。事前に宿泊施設にご確認ください。
- ペット可 (ペットの受け入れ条件は各施設へお問い合わせください。)

※ 料金は宿泊人数やシーズン、食事の有無などにより異なる場合があります。
ご予約の際にご確認ください。
※ 料金は消費税別、入湯税別の目安の金額です。
※ 立ち入り浴の料金・営業日・時間は各宿によって異なります。
※ 営業時間や定休日の変更になる可能性があります。予めご了承ください。

宿泊施設名	お問い合わせ	料金の目安	温	露天風呂	客室露天風呂	貸切風呂	茶泊	日帰り入浴	送迎	部屋数
料理旅館 樋口 0278-66-1500	¥17,820~¥25,500(季節変動あり)									5
愛犬と泊まれる宿 ガルニヴィレッジ 0278-25-3769	¥10,000~¥30,000									6
温泉農家民宿 はしば 0278-66-0153	¥4,500~									7
小野屋八景苑 0278-66-0166	1泊2食 ¥8,500~¥8,700 素泊まり ¥5,050~¥5,250									7
高原ハウス 0278-66-0090	¥4,500~¥10,000									8
スポーツ民宿 ふじや 0278-66-0296	¥3,600~									12
民宿 松屋 公式フェイスブックへ要問合せ	¥3,500~¥7,500									3
川古温泉 浜屋旅館 0278-66-0888	¥6,500~¥15,000									10
大滝屋旅館 0278-64-0602	¥9,000~¥14,500									6
太陽館 0278-64-0211	¥7,700~¥19,800									13
ゆじゆく金田屋 0278-64-0606	要問合せ									7
ホテルファミリーオみなかみ 0278-20-6060	1泊2食 ¥11,200~¥17,200 素泊まり ¥7,210~¥13,000									30
ペンション ポミエ 0278-64-0005	要問合せ									
農園民宿 かかし 0278-64-1204	¥4,500~¥8,400									4
苗場プリンスホテル 025-789-2211	¥4,276~¥21,109									

キャンプ・グランピング・一棟貸

宿泊施設名	お問い合わせ	お風呂	共用シャワー
オートキャンパーズエリアならまた 0278-75-2700			●
キャニオンズ リバーサイドオアシス 050-4560-3800			
キャンプ場Tapa 0278-72-5086			●
コテージ水上 0278-72-6838			●
コンドミニアム イン みなかみ(カッパコテージ) 0278-72-1372	¥5,000~		●
奥利根温泉サンバードキャンプガーデン 0278-75-2321			●
塩屋温泉 SHIOYA SPA 0278-72-5086			●
TIPIグランピング 0278-72-5086			●
DOAI VILLAGE 0278-25-8981			●
みなかみアウトドア・ログ&オートキャンプ場 0278-25-4678			●
水上キャンプ場 River Stone 0278-72-5086			●
群馬みなかみ ほうだいきキャンプ場 0278-75-2206			●
The BROOK COTTAGE MINAKAMI 0278-72-6761			●
藤左工門の宿 0278-25-8816			●
LAVA HOUSE 080-7895-0867			●
星ヶ丘 LABO			●
ちばむらオートキャンパーズリゾート 0278-25-8700			●
湯島オートキャンプ場(まんてん星の湯) 0278-66-1126			●
AKAYA GLAMPING HOUSE 070-4101-5224			●
果樹園グランピングヴィラHARASAWA 0278-64-1417			●

※ ペットの種類やお泊りに関する条件がございますので、必ず事前に各施設へご確認ください。

飲食店・お土産



ペット可 (ペットの受け入れ条件は各施設へお問い合わせください。)

みなかみの道の駅		
水上	道の駅 みなかみ水紀行館	0278-72-1425 9:00-17:00 年中無休
月夜野	道の駅 月夜野矢瀬親水公園	0278-20-2123 9:00-17:00(12月-3月は16:30まで) 無休(12月-3月は第2第4水曜定休)
新治	道の駅 たくみの里「豊楽館」	0278-64-2210 9:00-17:00(11月-3月 9:00-16:00) 無休(年末年始除く)

店舗名	お問い合わせ
営業時間	定休日
甘いものや 梅の蜜	0278-72-2216 10:30-16:30 毎週水曜、木曜定休【予約制】
雨ニモマケズ	0278-25-3688 11:00-14:00(13:30 L.O.) 木曜定休 17:00-20:30(20:00 L.O.) (祝日の場合は店舗へご確認ください)
アルパインカフェ	0278-72-2811 11:30-14:00 17:00-20:00 不定休
ANDo&CAFE	080-2659-9189 10:00-18:00(17:30 L.O.) 定休日:火・水・木曜日
育風堂精肉店	0278-72-3574 10:00-18:00 水曜定休
一カ寿し	0278-72-2122 11:30-24:00 不定休
魚信	0278-72-3309 18:00-23:00 日曜定休
駅茶mogura (DOAI VILLAGE)	0278-25-8981 10:00-15:00【土日祝】 不定休
OCTONE Brewing オクトワンブルーイング	0278-25-4520 16:00-20:00【月木金】 14:00-20:00【土日祝】 火曜、水曜定休
菓子工房 大とろ牛乳	0278-25-3604 10:00-17:30【平日】 10:00-18:00【土日祝日】 火曜定休
カステラ可助	0278-25-8863 10:00～売切れまで。 火曜定休
Cafe Restaurant 巫詩麻	0278-72-3326 11:00-16:00(平日) 11:00-19:00(土日) 水曜定休
窯焼きピザの店 ラ・ビエール	0278-72-2959 11:00-15:00(14:30 L.O.) 17:30-20:30(20:00 L.O.) 火曜・第2水曜定休
気ママ屋	0278-72-1700 9:00-15:00 日曜、火曜定休
Good Day Bagel & Coffee	050-5896-8769 8:30-16:00【平日】 基本水曜、木曜定休 ※臨時休あり 8:30-16:30【土日祝】
The Campfire Grill & Cafe Bar Minakami	0278-25-9799 昼 11:30-14:30(14:00 L.O.) 夜 17:30-21:30(21:00 L.O.) Bar 20:00-23:30(22:30 L.O.) 火曜定休

店舗名	お問い合わせ
営業時間	定休日
ジャック・ザ・タルトファンタジー	0278-72-8181 10:00-17:30【平日】 10:00-19:00【土日祝】 火曜定休
じゅらく食パン工房 <small>みなかみホテルじゅらく【おみやげマルシェ内】</small>	0278-72-2877 8:30-13:00 不定休
食彩の駅 MForest <small>【レストラン】10:00-17:00 【物産館】9:00-17:00</small>	<small>【レストラン】0278-25-9105 【物産館】0278-25-3251</small> 不定休
スナックさち	0278-25-9250 11:00-14:00 20:00-24:00 水曜(ランチは水・木)
Sumika Living サンデー・カフェ	090-8116-0320 12:00-18:00 ※ドリンク中心 金・土・日のみ営業
そば処 角彌	0278-72-2477 11:00～売り切れ次第終了 木曜定休
そば処 くぼ田	0278-72-6420 10:00～ 売り切れ次第終了 木曜定休
そば処 まるよし	0278-72-3736 11:00-15:00 17:00-19:00(週末は20:00まで) 木曜定休
大八	0278-72-2451 17:45-23:00 月曜定休
Walk on Water	月曜・火曜・各週日曜 11:00-17:00 ※営業は変動的となるため詳しくはインスタグラムにてご確認ください。
小さなレストラン 彩絵	0278-72-5002 11:00-14:30 17:30-20:30(20:00 L.O.) 定休日:火・水・木曜日
Drips and Drops coffee Minakami (MIDORI SOW)	0278-25-8414 11:00-22:00 不定休
バームクーヘン菓子工房GARBA Cafe 本店	0278-25-3887 物販 9:30-18:00 火曜は物販のみ営業(祝日の場合は通常営業) Cafe 10:00-16:00
パブ 琥珀の森	0278-72-3440 20:00-1:00 不定休
ミナカミノ(ホテルロモサ内)	0278-25-9166 17:00-23:00 不定休
焼肉 桂来	0278-25-8855 ランチ 11:30-14:30(14:00 L.O.) ディナー 17:00-21:00(20:00 L.O.) 水曜定休
焼肉 昭和みなかみ本店	080-5499-1666 昼 11:30-14:00 夜 17:00-20:30(金土～21:30) 不定休
やぶそば	0278-72-3492 11:00～ 売り切れ次第終了 平日不定休
山カフェ ポサノバ	0278-72-6677 9:30-18:00 火曜定休
湯酒屋 安兵衛	090-4099-2167 18:00-24:00 不定休
レストラン諏訪峡	0278-72-2397 11:00-15:00 火曜定休・金曜不定休 (土日祝11:00-15:00、17:00-19:30)

月夜野エリア

店舗名	お問い合わせ
営業時間	定休日
阿部りんご園 アップルパイ販売	0278-72-5006 9:00-17:00 水曜(9-11月は無休)
イヌワシストア	10:00-18:00 不定休
銀の月	0278-62-1002 11:30-14:30 18:00-20:30 月曜定休
上毛高原駅そば屋	0278-62-1300 10:30-16:30【平日】 10:30～17:30【土日】 無休
そばの里 芳味亭	0278-72-2744 11:30-15:00 17:00-20:00(8月-11月を除く) 不定休
月夜野は一べすと (道の駅月夜野矢瀬親水公園内)	0278-20-2123 9:00-17:00 ※季節によって変動あり 年末年始
高橋の若どり	0278-62-3194 【水～日】10:00-17:00 ※売り切れ次第終了 月曜、火曜定休
天丸	0278-62-3477 11:00～15:00 水・木定休
北欧風田舎料理レストラン あすか	0278-62-1310 11:00-14:00 18:00-19:30(月曜はランチのみ) 木曜定休
満留伊屋食堂	0278-62-3131 11:00-14:00、17:00-19:30 ※宴会延長可 水曜(不定休あり)
焼肉べんけい	0278-62-3460 11:00-13:30、17:00-20:45 火曜、第3月定休曜(祝日は水曜に変更)
ラーメン香華	0278-62-3472 11:30-14:30 17:00-20:00 水曜定休
和風レストラン しんりん	0278-62-1122 11:00-20:30 不定休
和洋レストラン 竹	0278-62-2229 11:00-14:30、17:00-20:00 月曜、火曜定休
うまいもの屋 すえひろ	0278-64-0831 10:00-20:00 (宴会、Bar等は応相談) 不定休
お食事処 一膳	0278-25-3605 11:30-14:30 毎週月曜・水曜定休 17:00-23:00(22:30 L.O.)
otowaya cafe	0278-64-0322 11:00-17:00(冬季16:00) 18:00-21:00(L.O.) 18:00-23:00(L.O.)【金・土のみ】 火曜、第4水曜定休
くるみ亭(キッチンカー)	080-3085-6789 9:00-17:00 不定休
十割そば処 ふれあいの家	0278-64-2288 11:00-14:00(蕎麦が終了次第閉店) 火曜定休
里山食堂	0278-64-1033 9:00-17:00(夏季) 9:00～16:00(冬季) 年中無休
須川茶屋	0278-64-0784 10:30-16:00 無休/冬季休業12月中旬-3月中旬まで
農産物加工の家	0278-64-0010 9:00-16:00(夏季17:00まで) 木曜定休
野ぼとけそばやまいち屋 たくみの里店	0278-64-1020 11:00-15:00 ※早く閉める場合もあり 木曜定休 ※祝日の場合は営業

新治エリア

店舗名	お問い合わせ
営業時間	定休日
アウトドア用品店 OneDrop+Store	0278-72-8136 10:00-17:00(土日祝は10:00-18:00) 火曜定休
いさごや湯原店	0278-72-4955 8:00-17:00 水曜定休
お菓子の家 谷川岳ドライブイン	0278-72-5222 平日 9:30-16:00 不定休 休前日・祝日 9:00-17:00(季節により異なります)
小荒井製菓	0278-72-2143 8:00-18:00 木曜定休
丸須製菓	0278-72-3591 8:00-18:00 火曜定休
まんじゅう屋 笛木製菓 川上店	0278-25-8003 9:00-18:00 年中無休
まんじゅう屋 笛木製菓 水上駅前店	0278-72-1000 8:30-17:00 年中無休
ヤマザキYショップ 阿部商店	0278-72-3510 6:00-19:00 不定休
ワインとお酒の専門店 瀧澤	0278-72-3121 10:00-18:00 水曜、毎月第2火曜定休
大阪屋菓子店	0278-64-0601 8:30-18:00 木曜定休
酒の老舗 いちますや酒店	0278-66-0012 8:00-20:00 水曜定休
太助ドライブイン	0278-64-0710 8:00-17:00 年中無休
丸久物産	0278-72-6157 オンラインショップのみ
Licca アロマ蒸留工房の家	火曜、水曜定休 ※ 営業時間や定休日に変更になる可能性があります。予めご了承ください。

新治エリア

店舗名	お問い合わせ
営業時間	定休日
野ぼとけそばやまいち屋 本店	0278-64-1321 11:00-19:00(季節により変動) 木曜定休
HUMPTY DUMPTY	080-3085-6789 7:00-19:00 水曜定休
PIZZERIA chez SO	0278-66-0880 【ランチ】11:00-14:00 【ディナー】17:00-22:00 木曜定休
福寿茶屋	0278-64-2228 9:00-17:00(夏季) 9:00-16:00(冬季) 年中無休
PLANTS & COFFEE ね	050-3574-7029 10:00-20:00 水、木曜定休(その他不定休)
みなかみフルーツランド モギトーレ	0278-64-2800 【BBQ・食事メニュー】10:00～14:00 年末年始定休(毎年変更) 【ケーキ・ジェラート】10:00-16:00(10月-5月) 9:00-16:00(6月-9月)
まんてん星の湯「かざ車」	0278-66-1126 平日 11:00-20:00(19:00 L.O.) 火曜日定休(祝日の場合は営業) 土日祝 11:00-21:00(20:00 L.O.)
麺料理 夢や(農家レストラン)	090-9329-3198 11:00～17:00【土日祝祭日】

水上エリア

店舗名	お問い合わせ
営業時間	定休日
アウトドア用品店 OneDrop+Store	0278-72-8136 10:00-17:00(土日祝は10:00-18:00) 火曜定休
いさごや湯原店	0278-72-4955 8:00-17:00 水曜定休
お菓子の家 谷川岳ドライブイン	0278-72-5222 平日 9:30-16:00 不定休 休前日・祝日 9:00-17:00(季節により異なります)
小荒井製菓	0278-72-2143 8:00-18:00 木曜定休
丸須製菓	0278-72-3591 8:00-18:00 火曜定休
まんじゅう屋 笛木製菓 川上店	0278-25-8003 9:00-18:00 年中無休
まんじゅう屋 笛木製菓 水上駅前店	0278-72-1000 8:30-17:00 年中無休
ヤマザキYショップ 阿部商店	0278-72-3510 6:00-19:00 不定休
ワインとお酒の専門店 瀧澤	0278-72-3121 10:00-18:00 水曜、毎月第2火曜定休
大阪屋菓子店	0278-64-0601 8:30-18:00 木曜定休
酒の老舗 いちますや酒店	0278-66-0012 8:00-20:00 水曜定休
太助ドライブイン	0278-64-0710 8:00-17:00 年中無休
丸久物産	0278-72-6157 オンラインショップのみ
Licca アロマ蒸留工房の家	火曜、水曜定休 ※ 営業時間や定休日に変更になる可能性があります。予めご了承ください。

新治エリア

月夜野エリア

新治エリア

農園



ペット可
(ペットの受け入れ条件は各施設
へお問い合わせください。)

農園名	お問い合わせ	果実 狩り& 販売	販売 のみ
開/開園期間 販/販売期間			
水上エリア 鈴木りんご園	0278-72-4818		
販/9月下旬~11月中旬			
月夜野エリア 阿部りんご園	0278-72-5006		
開/9月上旬~11月下旬 ※ログ店舗は通年営業			
果実工房 本家園	0278-62-2198		
開/6月下旬~11月中旬 販/6月下旬~2月			
村主りんご園	0278-62-6811		
開/9月中旬~ 販/9月中旬~			
高橋りんご園	0278-62-2696		
開/9月上旬~11月下旬 販/9月上旬~2月末			
月夜野きのご園	0278-62-1673		
開/10:30-17:00 定休日/日曜午後			
月夜野まるかチェリー園	0278-62-6931		
開・販/6月上旬~7月上旬【さくらんぼ】 開・販/9月~10月【ぶどう】			
都谷りんご園	0278-72-5035		
開/8月~11月 販/8月~12月			
呉桃(なぐるみ)りんご園	0278-62-3176		
開/10月上旬~11月下旬 販/9月上旬~2月末			
まるひろ農園	0278-62-3008		
6月中旬~3月下旬 直売所0278-25-3461			
まるよしりんご園	0278-62-6886		
開・販/7月上旬~7月下旬(ブルーベリー) 9月上旬~11月下旬(りんご)			
名月園	0278-62-3183		
開/10月上旬~11月下旬 販/8月中旬~12月下旬			
彌平治りんご園	070-9001-8812		
開/10月上旬~12月上旬 販/10月上旬~12月中旬			

農園名	お問い合わせ	果実 狩り& 販売	販売 のみ
開/開園期間 販/販売期間			
月夜野エリア やまとしりんご園	0278-62-6808		
開/9月1日~12月中旬 販/9月1日~12月中旬			
吉永りんご園	0278-62-6875		
開/9月下旬~12月中旬 販/9月上旬~12月下旬			
新治エリア 一作農園	0278-64-1416		
開/10月上旬~11月下旬 販/10月上旬~12月下旬			
江口りんご園(江高園)	0278-25-8064		
開/10月上旬~11月中旬 販/10月上旬~12月下旬			
たくみの里 いちごの家	080-9568-4706		
開・販/12月中旬~6月中旬 ※カフェ営業は通年 ※火曜定休			
たくみの里 梅沢りんご園	0278-64-0971		
開・販/通年			
たくみの里 たにがわ園	0278-64-1351		
開/6月20日~7月中旬 販/6月20日~7月中旬			
たくみの里 本多果樹園(ふれあいの家)	0278-64-2288		
開・販/6月中旬~12月中旬			
田村農園	0278-64-1668		
開・販/9月上旬~11月中旬			
たむらブルーベリー園	0278-64-0659		
開/6月下旬~8月下旬 販/6月下旬~8月下旬			
本多ブルーベリー園	0278-64-1837		
開/7月上旬~8月上旬 販/7月上旬~8月上旬			
フルーツランドポミエ	0278-64-0005		
開/9:00-16:00 販/6月中旬~12月上旬			
みなかみフルーツランド モギトレ	0278-64-2800		
開・販/10:00-16:00(10月-5月) 9:00-16:00(6月-9月)			

体験・見学

施設名	お問い合わせ
営業時間 定休日	
水上 Taiga Glass	0278-72-6885
10:00-17:00 (夏季)火曜(冬季)火曜・水曜	
月夜野エリア jalan jalan(ジャランジャラン) ※タイダイ染体験	0278-72-8136
10:00-17:00 体験10:00-15:00	不定休
月夜野焼・祐太郎窯	0278-72-5307
10:00~16:00(冬季15:00) 陶芸体験受付10:00~14:00 水曜定休(祝日は営業)	
桐匠根津	0278-62-2715
9:00-19:00 日・祝日	
新治エリア 草木屋 染の家	080-3156-2210
10:00~17:00(夏季) 10:00~16:00(冬季) 金・土・日・月曜日のみ営業	
さとこの工房 鈴の家	0278-20-6030
10:00-16:00(夏季) 10:00~15:00(冬季) 不定休	
三成社(株) 蚕・繭・絹の家工房	0278-64-2242
10:00~17:00(最終受付16:00)(夏季) 10:00~16:00(最終受付15:00)(冬季) 火・水・金曜定休	

施設名	お問い合わせ
営業時間 定休日	
新治エリア たくみの里 おめんの家	0278-64-1827
9:00-17:00(夏季) 9:00-16:00(冬季) 月曜定休	
たくみの里 陶芸の家	0278-64-1031
9:00-17:00(夏季) 10:00-16:00(冬季) (夏季)火曜、金曜定休 (冬季)月曜~金曜	
たくみの里 マッチ絵の家	0278-64-2481
9:30-17:00(夏季) 9:30-16:00(冬季) 水曜・木曜定休	
たくみの里 やまさん工房 七宝焼の家/流木の家	0278-64-2064
10:00-16:00(夏季) 10:00~15:00(冬季) 月曜~金曜定休	
たくみの里 和紙の家	0278-64-1047
9:00~17:00(4~11月) 10:00~16:00(12~3月) (夏季)火曜定休 (冬季)火曜・水曜定休	
民話と紙芝居の家	0278-66-1874
9:30-17:00(16:00までに入館) 火曜・木曜不定休	
着物・日本文化体験の家	080-3415-6864
予約時のみ営業	

※ 営業時間や定休日に変更になる可能性があります。予めご了承ください。

歴史・資料館

施設名	お問い合わせ
営業時間/定休日	
水上エリア 国指定史跡「水上石器時代住居跡」	水上公民館 0278-72-3707
国指定重要文化財「旧戸部家住宅」	水上公民館 0278-72-3707
9:00~16:00/月曜、祝日休館	
国指定重要有形民俗文化財「雲越家住宅資料館」	みなかみ教育委員会 0278-25-5025
谷川岳インフォメーションセンター	0278-25-8830
9:00~16:00/休日:年末年始・11月~5月下旬水曜定休	
谷川岳山岳資料館	0278-72-6446
9:30~16:00/無休 ※開館:5月中旬~11月上旬	
与謝野晶子歌碑公園	みなかみ町観光工課 0278-25-5017
月夜野エリア 県指定史跡「名胡桃城址」	名胡桃城址案内所 0278-62-0793
9:00~16:00/無休 ※年末年始は休館	
県指定史跡「梨の木平敷石住居跡」	みなかみ町教育委員会 0278-25-5025
月夜野郷土歴史資料館	0278-62-3088
9:00~16:00/土・日・祝日開館 ※年末年始は休館	
新治エリア 県指定重要文化財「旧大庄屋役宅書院」	みなかみ町教育委員会 0278-25-5025
9:00~17:00/不定休	
猿ヶ京関所跡並びに旧役宅	0278-66-1156
9:00~16:00/水曜~土曜定休 ※12月~3月は10:00~15:00	
塩原太助翁記念公園(塩原太助生家)	太助の郷 0278-64-1166
須川宿資料館	0278-64-1032
9:00~17:00/火曜定休	
永井宿郷土館	0278-66-1343
9:00~16:00/月曜、木曜定休 ※12月~4月は休館	

文化施設

施設名	お問い合わせ
営業時間/定休日	
水上 公益財団法人 天一美術文化財団 天一美術館	0278-20-4111
9:30~17:00(16:30受付終了)/水曜日定休 ※1月6日~2月末は休館	
新治 民話と紙芝居の家(でんでこ座 三国館内)	0278-66-1874
9:30~17:00(16:00受付終了)/火曜、木曜定休	

寺社

寺社名	お問い合わせ
月夜野エリア 大峰山 嶽林寺	0278-62-6455
参峰山 玉泉寺	0278-25-9233
三重院	0278-25-3578
三峯神社	0278-62-3338
茂左衛門地藏尊 千日堂	0278-62-2380
新治 大黒山 東泉寺	0278-25-8421

ダム

施設名	お問い合わせ
ダム様式	
水上エリア 須田貝ダム(洞元湖) 重力式コンクリートダム	
奈良俣ダム(ならまた湖) ロックフィルダム	独立行政法人水資源機構 利根川上流総合管理所 0278-24-5711
藤原ダム(藤原湖) 重力式コンクリートダム	藤原ダム管理支所 0278-75-2006
矢木沢ダム(奥利根湖) アーチ式コンクリートダム	*ネイチャービュー-矢木沢 0278-75-2081 独立行政法人水資源機構 利根川上流総合管理所 0278-24-5711
新治 相俣ダム(赤谷湖) 重力式コンクリートダム	相俣ダム 管理支所 0278-66-0034

そのほか

イベント出店	みなかみマルシェ	090-3402-6363
みなかみ町の 総合旅行社	三浦観光	0278-50-9011
旅行企画、手配	コード合同会社	080-8702-0670
フォトスタジオ	フォトスタジオ佐川	0278-62-1586
宣伝、広告	プラスチック	0278-25-9512
印刷、デザイン	東洋プロセス	0278-62-1414
グラフィックデザイン	エム.クリエイティブルーム	0278-20-2108
看板デザイン、施工	サイン工房 クロスアップ	0278-25-8971
デザイン	BoxOffice	0278-25-4454
印刷	荒瀬印刷	027-343-4132
印刷	啓文社印刷	0278-22-2514
インソールで足から 健康な体を作る	BMZ	0278-62-0928
イベント企画制作	株式会社VERTREK	070-3391-1220
マッサージ	健康一番	0278-72-8180
音楽	テリ-齋藤音楽事務所	090-5595-5158
地域団体	森林塾青水	090-3390-8406
プロバスケット ボール	特定非営利活動法人 水上自然遊楽	080-7972-2311
自動車整備	木村ホンダ	0278-62-2519
自動車整備	山本自動車工業	0278-64-0614
石材販売	阿部石材工業所	080-5182-6663
清掃	三善	0278-20-6008
ガス	三国商事	0278-64-0923
建設	笹木建設	0278-66-0636
電気工	有限会社三友電設	0278-62-3610
不動産	谷川開発	0278-50-7072
飲料	コカ・コーラボトラーズジャパン	0278-23-1152
電子機器	コーワパートナーズ	0279-23-5319
コンサルティング	For Smile.	090-1730-5198
銀行	群馬銀行 月夜野支店	0278-62-2231
銀行	東和銀行 水上支店	0278-72-2515
銀行	利根郡信用金庫 新治支店	0278-64-2071

※ 営業時間や定休日に変更になる可能性があります。予めご了承ください。

みなかみ町内約320のお店でご利用可能!

みなかみを愛するひとの地域通貨 MINAKAMI HEART Pay

スマホアプリで、簡単キャッシュレス。

ご利用方法

STEP1 スマホで専用アプリをダウンロード

STEP2 現金またはクレジットカードで残高をチャージ

STEP3 マークのあるお店で決済

まずは専用アプリ「chiica」をダウンロード!

みなかみと生きる 検索

MINAKAMI HEART Pay事務局
TEL:0278-62-0810

ふるさと納税で群馬県みなかみ町を楽しもう!

返礼品は、一生残る思い出。

ふるさと納税 みなかみ 検索

みなかみ町役場 観光商工課
TEL:0278-62-0671(ふるさと納税専用)
〒379-1313 群馬県利根郡みなかみ町月夜野1744-1

みなかみがすき LINE公式アカウントはじめました!

友だち募集中!

みなかみ町の最新情報をお届け

お得な友達限定のクーポンやキャンペーン開催!

友達の追加はこちら→



当日予約もOK!

対象期間
2025年4/1(火)宿泊分~
2026年3/30(月)宿泊分まで

販売サイト
みなかみBooking
みなかみ町観光協会
公式ホームページ



みなかみ町全体地図

路線バス

水上線(全区間自由乗降)

この路線は全区間で自由乗降ができます。停留所以外の場所からも乗降できます。※交差点や横断歩道の近くやカーブ、坂道等の見通しの悪い場所では乗降できません。

沼田・猿ヶ京線

みなかみ町営バス(法師線について)

猿ヶ京から法師温泉間は、みなかみ町営バスの運行区間となります。関越交通株式会社路線「まんてん星」発車。乗車料金が別途お支払いとなりますのでご注意ください。

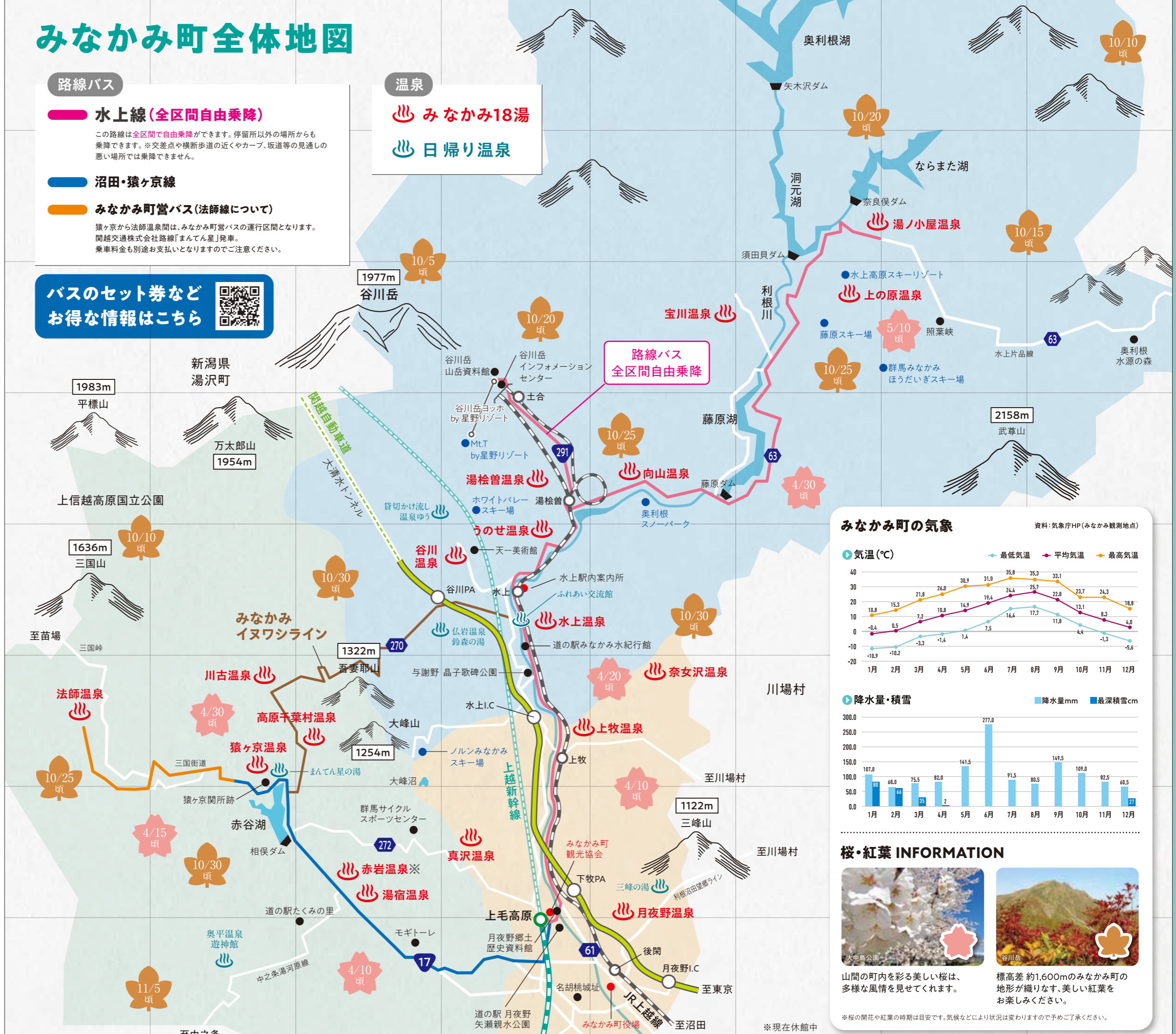
バスのセット券などお得な情報は



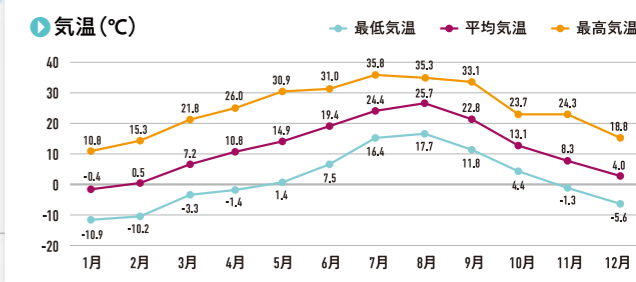
温泉

みなかみ18湯

日帰り温泉



みなかみ町の気象



桜・紅葉 INFORMATION

大田島公園

谷川岳

山間の町内を彩る美しい桜は、多様な風情を見せてくれます。

標高差約1,600mのみなかみ町の地形が織りなす、美しい紅葉をお楽しみください。

※桜の開花や紅葉の時期は目安です。気候などにより状況は変わりますので予めご了承ください。

群馬県

みなかみ町にお泊りの方に

1,000円分プレゼント!

当日予約もOK!

対象期間
2025年4/1(火)宿泊分~
2026年3/30(月)宿泊分まで

販売サイト
みなかみBooking
みなかみ町観光協会
公式ホームページ