

ちの旅 秋冬休み

2024
体験プログラム
受付中!

笹原歴史の山里まち歩き

当日朝8時迄
予約OK!

地元の方のお宅の敷地におじゃまして、伝統的な家の造りやこの地区特有の美しい庭と池と蔵、それにつけられた立体的な装飾「こて絵」などを見て回ります。

小難しい歴史の話ではなく、かつては日本のどこにでもあった「懐かしい」空気を感じることができる、ほのほの交流まちあるき。

おひとり様 2,200 円
こども (12歳未満) 無料



■開催日：11/23(土・祝)・11/24(日)
12/21(土)・12/22(日)
1/25(土)・1/26(日)
2/8(土)・2/9(日)・3/8(土)・3/9(日)

■開催時間：土曜日 13時30分～15時30分
日曜日 10時30分～12時30分

■所要時間：2時間

■定員：10名（最少催行2名）

■料金に含まれるもの：ガイド・保険料

■アクセス：JR茅野駅から車で約20分



申込み

御射鹿池の水の行方をたどる 水の郷まちあるき

当日朝8時迄
予約OK!

人気の絶景スポット「御射鹿池」は、山の冷たい水を日に当てて温める「温水ため池」。その水は、現在でも農業に利用され、美味しいお米や野菜の栽培の要です。標高1500m～1100mを車で移動しながら、地域の暮らしを支える水の秘密を解き明かす体験です。
※移動用に各自の車が必要です。（冬はスタッドレスタイヤ必須）

おひとり様 2,200 円
こども (12歳未満) 無料



■開催日：11/23(土・祝)・11/24(日)
12/21(土)・12/22(日)
1/25(土)・1/26(日)
2/8(土)・2/9(日)・3/8(土)・3/9(日)

■開催時間：土曜日 13時30分～15時30分
日曜日 10時30分～12時30分

■所要時間：2時間

■定員：10名（最少催行2名）

■料金に含まれるもの：ガイド・保険料

■アクセス：JR茅野駅から車で約20分

※雪により「笹原歴史の山里まち歩き」に変更することがあります



申込み

季節を味わう郷土おやつ作り

前日18時迄
予約OK!

山に寄り添った暮らしを送る標高1100mの小さな集落「笹原」。「伝統のレシピ」を伝えるおばあちゃんに教わって、旬の食材を使った郷土のおやつを（1～2品）一緒に作って味わいます。

※体験の内容やメニューは季節によって異なります。

おひとり様 2,750 円
こども(4～12歳) 1,375 円
※3歳以下は無料



■開催日：11/17(日)・12/15(日)
1/19(日)・2/16(日)・3/2(日)

■開催時間：10時30分～12時

■所要時間：1時間半

■定員：8名（最少催行2名）

■料金に含まれるもの：ガイド・材料費・保険料

■アクセス：JR茅野駅から車で約20分



申込み

焚火でつくる、 プレミアム味噌づくり体験

前日17時迄
予約OK!

築150年の古民家の庭で焚火をおこし、じっくりと大豆に火を通す。火の番をしたり、周りの景色を楽しみながら特製おやつで一服したり。発酵食品を取り入れた料理を提供する有浦さんと、味噌づくりにとどまらない、食や暮らしにまつわるお話を深めるひと時です。

おひとり様 7,700 円
こども(4～12歳) 7,700 円
※3歳以下は無料



■開催日：11/10(日)・12/8(日)
1/12(日)・2/9(日)

■開催時間：10時30分～13時30分

■所要時間：3時間

■定員：8名（最少催行2名）

■料金に含まれるもの：ガイド・昼食・材料費・保険料

■アクセス：JR茅野駅から車で約15分



申込み

お問い合わせ：ちの旅案内所 0266-73-8550

企画運営：一般社団法人ちの観光まちづくり推進機構
長野県知事登録旅行業 第2-611号
長野県茅野市ちの3506

ちの旅 冬休み

2025
体験プログラム
受付中!

氷瀑巡り横谷溪谷 スノーハイキング

3日前12時迄
予約OK!

一年でいちばん寒い時期だからこそ出会える景色の1つが、滝が凍りつく「氷瀑」。蓼科にある「横谷峡」では、溪谷に沿って遊歩道を歩きながら、次々と目の前に現れる複数の氷瀑を間近に見ることができます。軽アイゼンを装着して雪上歩行講習も行うので雪道初心者でも安心のツアーです。

おひとり様 5,500 円
子ども(5歳~小学生)
※4歳以下は無料 4,400 円



■開催日：2/1(土)・2/2(日)
2/8(土)・2/9(日)
2/10(月)・2/11(火・祝)
2/22(土)・2/23(日)・2/24(月・祝)

■開催時間：13時~16時

■所要時間：3時間

■定員：5名(最少催行3名)

■料金に含まれるもの：ガイド・軽アイゼン・ストック・保険料

※防寒長靴レンタル品1,100円/足
(予約時にお申し込みください)

■アクセス：JR茅野駅から車で約30分



申込み

北八ヶ岳・坪庭 スノーハイキング

3日前12時迄
予約OK!

ロープウェイで一気に標高2,237mの氷の大地へ。そこから始まるっておきの「白銀の世界」を歩いてみませんか？誰でも手軽に雪の中を歩くことができる秘密兵器、スノーシューを使って、白銀の雪原を進み、神秘的な樹氷の森を進む3km程度の冬のハイキングです。

おひとり様 7,700 円
子ども(5歳~小学生)
※4歳以下は無料 5,500 円



■開催日：2/1(土)・2/2(日)
2/8(土)・2/9(日)
2/10(月)・2/11(火・祝)
2/22(土)・2/23(日)・2/24(月・祝)

■開催時間：11時30分~14時30分

■所要時間：3時間

■定員：5名(最少催行3名)

■料金に含まれるもの：ガイド・スノーシュー・ストック・保険料

※ロープウェイ利用料往復2,600円がかかります

※防寒長靴レンタル品1,100円/足(予約時にお申込み下さい)

■アクセス：JR茅野駅から車で約40分



申込み

12月-2月限定！生産者と巡る 白銀の寒天畑ガイドウォーク

当日朝8時迄
予約OK!

伝統的な寒天は煮込んだ海藻を「フリーズドライ」にして作ります。茅野の冬の気候は天日干しにぴったりで、江戸時代から続けられてきました。このツアーは、生産者の案内で普段は見られない製造工程の見学、田んぼに寒天を並べる「天出し」の体験、寒天料理の試食もあります。

おひとり様 2,200 円
子ども(3~12歳)
※2歳以下は無料 1,100 円



■開催日：12/22(日)・12/29(日)
12/30(月)・12/31(火)
1/1(水)・1/2(木)・1/3(金)・1/4(土)
1/5(日)・1/12(日)・1/19(日)・1/26(日)
2/2(日)・2/9(日)・2/16(日)

■開催時間：10時30分~12時

■所要時間：1時間半

■定員：20名(最少催行1名)

■料金に含まれるもの：ガイド・試食・保険料

■アクセス：JR茅野駅から車で約30分



申込み

凍みでつながる ワークショップ2025

「凍み」「干し」を学ぶ交流会形式ワークショップ、凍み食材を使った

おもてなし料理講習会などを企画中!

干し場でマルシェ 2025

開催日：2月23日(日)
時間：10時~15時
会場：イリセン寒天 湯川工場



毎年恒例、この冬できたての新凍み食材を満喫できる1日限りの特別企画。2025年はさらにさらにパワーアップして開催いたします!

- ・凍み立て凍み食材直売
- ・凍み食材グルメ
- ・寒天釣り
- ・スペシャルゲストによるトークショーなどを計画!



詳細

裏面もご覧ください→