

只有在茅野才能體驗的
人文風情及融合當地文化的體驗項目，
茅野之旅策劃人精心為您定制專屬您的旅遊行程，
帶您領略茅野濃郁的傳統風情， 詳細敬請洽詢！

敬請洽詢

茅野之旅策劃人



官網 <https://chinotabi.jp/zh-tw/>
E-mail ask8@chinotabi.jp
Tel +81(0)266-73-8550

茅野之旅攻略

chinotabi.jp/zh-tw

茅野之旅攻略

| | |
|---------------|----|
| 茅野之旅宣言..... | 1 |
| 關於茅野市 | 2 |
| 茅野之旅／春季 | 6 |
| 茅野之旅／夏季 | 12 |
| 茅野之旅／秋季 | 18 |
| 茅野之旅／冬季 | 26 |
| 交通指南 | 34 |



Chino Tabi

茅野之旅宣言

我們「茅野之旅策劃人」所提案的「茅野之旅」，不只是單純的路過，而是近距離體驗日本生活的一段旅程，開啟貼近大自然且令人嚮往的生活之旅。

在八岳山腳下所延伸出的這片大地上，以酷寒而聞名的茅野的冬季，與大自然所賜予的恩惠，構成無限美麗的自然風光。

從萬年前人類已在這片熱土上生息，與大自然共生存，共譜出生命的軌跡。

我們所策劃的「茅野之旅」，是藉由一場旅行，為到訪茅野的您，打造與當地人們相遇的契機。感受大自然賜予這片土地的智慧與人文風情。讓我們共同攜手與自然繼續邁向下一個萬年。

茅野之旅策劃人





白樺湖·車山地區

海拔 1,400–1,900m

滑雪、登山、騎行、泛舟、露營，這裡是戶外運動愛好者的鐘愛之地。在遼闊的高原上放飛自我，雲在眼前飄蕩，風在耳邊掠過便是這裡最大的特點。

蓼科地區

海拔 1,200–1,500m

日本畫家東山魁夷的名作“綠響く”便是參照「御射鹿池」的景色為原型創作。2019年榮獲國土交通省頒發的「絕景賞」大獎。宛如鏡面般的御射鹿池倒映出夏綠和秋楓之美。還有靜謐的蓼科湖，橫谷峽的瀑布、聖光寺的櫻花，帶您領略蓼科的四季美景。

八岳地區

海拔 2,000–2,899m

八岳的名稱是由八個相連的山峰所組成而命名，其中的最高山峰赤岳海拔 2899 米。在森林覆蓋的緩坡上，修築了多條登山路線，許多登山者紛至沓來。看過無邊的海洋後，也要去征服最高的山峰。

市區

海拔 800–1,200m

收藏在「尖石繩文考古館」的兩件國寶（繩文維納斯、假面女神）代表著繩文時代的另一種形態之美，展現深厚的歷史文化底蘊。在茅野這片充滿人文情懷的熱土上，願與您共同譜寫旅途的幸福篇章。

茅野市鳥瞰圖

茅野的四季風物詩

感受自然的寒來暑往，旅程因四季的變換而顯得格外精彩。

風景如畫四季如詩的茅野無處不讓人沉醉。

春日櫻花滿開、夏日高原綠意盎然、冬日雪花紛飛、秋日紅葉滿山。

映入眼簾的皆是大自然賦予這座城市獨有的色彩之美。

虽没有大海的汹涌，却有群山的雄姿，沒有街頭的熱鬧，却有所期待的寧靜。

甘甜的泉水、清香的果菜，大自然是溫柔芬芳的熏香。

嚮往的田園生活，從茅野之旅開始。



遊玩樂盡在茅野!

白樺湖

白樺湖設有各種戶外休閒運動體驗項目，劃艇、獨木舟、腳踏船、湖上釣魚等。周邊擁有美術館、騎馬、遊樂園等多種休閒玩樂設施，是親子遊的好去處。圍繞湖周圍修建的遊步道約6km，秋季可在此徒步賞楓。



車山高原

車山是日本百名山之一。設有多種徒步路線，適於初中高級徒步愛好者。7月滿山遍野的野百合爭相綻放。由維納斯天空之路串聯的群山美景，乘坐纜車便可輕鬆到達山頂，360度全景將日本百名山的壯麗景觀盡收眼底。夏季的車山是繁花的海洋，冬季的車山是滑雪愛好者的勝地。



滑雪場

茅野市內共有五家滑雪場，雪質優良。各種各樣地形的滑道，適合初中高級的滑雪愛好者和親子冬季遊的家庭。以及新型雪上工具Snowdrive、雪上步行等體驗項目，讓即使不會滑雪的遊客，也能盡情享受冬季無窮的快樂。



白樺湖·車山地區

蓼科地區

溫泉

傳說蓼科是戰國時代武將「武田信玄」的秘湯之地，從而有溫泉之鄉的美名。獨具特色的日式風情溫泉旅館遍佈蓼科高原。泡溫泉是一種享受，更是旅途中必不可少的一部分，泡湯療愈在蓼科溫泉。



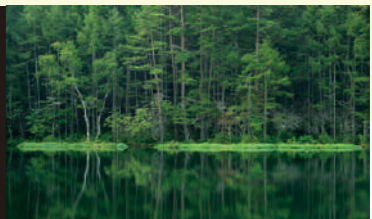
橫谷峽

秋季賞楓的名勝之地。紅黃綠的落葉鬆相交映，漫步林中欣賞秋季的紅葉，冬季的冰瀑。夏季微風吹過瀑布，淋浴水珠瀟灑天空飄落身上的清爽。葉色轉紅的樹木，與山明水秀的風土相得益彰。未經人工雕飾自然美景。



御射鹿池

日本畫家東山魁夷的名作「綠響く」便是參照「御射鹿池」的景色為原型創作。2019年榮獲國土交通省頒發的「絕景賞」大獎。一平如鏡的御射鹿池倒映出夏綠和秋楓之美。拍照無需過濾的人間仙境!

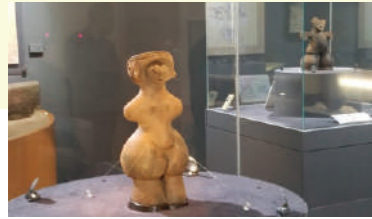


市區

八岳地區

尖石繩文考古館

收藏在尖石繩文考古館的最古老的兩件國寶(繩文維納斯、假面女神)，擁有五千年的歷史。兩件土偶還有埋藏土偶的挖掘痕跡被完整的保存下來。穿越時空的隧道，領略繩文時代另一種形態之美，感受繩文時代的智慧和歷史的魅力。



諏訪大社

日本最古老的神社之一，諏訪大社前宮被稱為諏訪神明信仰的發源地，日本千年流傳至今的「御柱祭」而聞名，每七年舉辦一次。御柱祭將持續幾個月完成，分兩個階段進行，傳統上在四月舉行出山，五月份舉行立御柱。約10噸的御柱全憑人力拖拽到諏訪大社，豎立在社殿的四角，數以萬計人參與盛大祭典。



田園風光

繩文時代的繁榮和諏訪大社悠久的歷史文化賦予這座城市獨特的風貌。嚮往的田園生活，高原風光，還有不可辜負的美食和美景從茅野之旅開始!感受自然的氣息，享受生活的禪意。心之所向，身之所往!



青苔森林 (苔の森)

空山無語的秘境之地。神秘的青苔森林猶如畫師筆下美輪美奐的童話世界。原生林的地表滿是各類珍稀植物，生息著約500種各色青苔，其中也不乏各種稀少種類的苔蘚。青苔綠樹交織出的神秘景觀實在是難得一見。



北八岳纜車

北八岳是海拔2000米的八岳群山峰北側，擁有多條登山路線，吸引了眾多登山愛好者光臨。一次可乘坐100人的北八岳纜車，從海拔1771m的山麓站到海拔2237m的山頂站約7分鐘。纜車上視野遼闊，能看到隨季節和海拔變化的山岳風景。擁有令人嘆為觀止的自然景觀和變化萬千的四季風情。



登山

八岳連峰跨越長野縣與山梨縣，列入日本百名山之一。擁有多條登山路線，適於初中高級的登山愛好者。從標高700m到2899m最高峰赤岳山，八岳是登山愛好者的朝聖之地。勇於攀登才能到達頂峰，體驗登頂日本百名山的成就感。





騎單車去賞櫻

Hello~!

我和同學在日本畢業旅行。

來之前想象不出茅野市是一個什麼樣子的地方，

這裡正是生機盎然的櫻花季，眼前是美好的田園風光。

空氣中瀰漫著春天溫暖的氣息。

初到茅野我們選擇在車站租自行車騎車去賞櫻，

中途還遇見了一隻可愛的小松鼠~

晚上入住日本的農家，和農家人一起去山上採野菜，然後一起做飯，

真真切切的體驗了一次日本的生活，感受到當地的風土人情。

第二天去參觀了茅野市的國寶，據說擁有五千年的歷史。

看起來並不太像出土的土偶，設計上還有一點可愛~!

短暫的茅野之旅~讓我結識了熱情農家的爺爺奶奶，那是未曾有過的感動。

春天帶著希望和憧憬，開啟了四季輪回的又一個新篇章，

我們在茅野夢幻般的春季，一起遊山玩水，一起感受文化的熏陶，一起感受青春!

第一天!



賞櫻途中還遇到一位可愛的松鼠小夥伴同行。聽聞只有日本才有這樣種類的松鼠喔。



車窗外是寬闊的稻田，田陌縱橫，遠處山脈連綿起伏。



1 車站租自行車去賞櫻

在車站內的觀光諮詢處借完電動自行車後，便前往工作人員向我們介紹的附近賞櫻的公園，左右兩側盛開的櫻花道，像漫畫中的場景。

櫻花瓣隨風翩翩起舞，讓人陶醉其中，真是春風惹人醉，櫻花讓人迷!



2 沿著河岸騎行!

櫻花道旁邊有一條河流，河水清澈見底，在陽光的照耀下閃著點點星光。流水如美妙的歌聲流淌著

3 農家homestay!

入住當地的觀光機構所推薦的農家! 午飯過後便早早的到了農家，一起去山上採摘晚飯所用的食材，然後和農家一起學習當地的料理。有好多沒有吃過的新鮮料理。品嚐日本當地的佳餚，感受農家生活。旅途中的溫馨和感動。



採摘蜂團菜

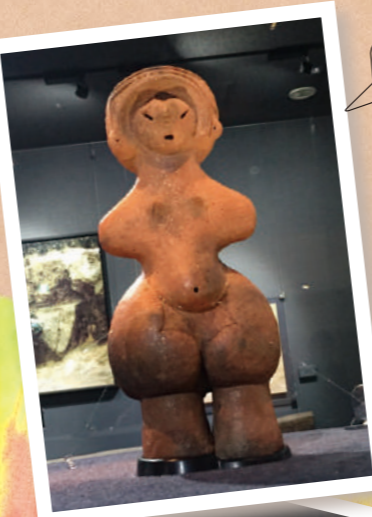




第二天!

5 前往考古館觀賞
五千年前的土偶

聽住宿農家的奶奶說茅野市有兩件國寶，收藏在尖石繩文考古館（繩文維納斯、假面女神）。穿越時空隧道，領略繩文時代的智慧和魅力。



「繩文的維納斯」，代表了繩文時代另一種形態的美。

6 當地美食蕎麥麵

對於吃貨來說，離開茅野前，當然不能忘記要吃茅野的名物蕎麥麵。日本的春天空中瀰漫著草木生長的青澀氣息，這也驅使著人們想要走進山間的田野，尋找喚醒味蕾的“自然味道”。



7 在茅野站乘坐電車
前往下一個目的地

坐在電車裡回憶茅野之旅的點點滴滴，美麗的、快樂的、溫馨的、美好的畫面在腦海中翻閱。人生就像旅途的道路般，時而筆直，時而蜿蜒，我們永遠不知道轉彎後會遇見什麼樣的風景…願在青春旅途的路上看過世界各國的文化風情。



四千年前的「假面女神」，外形看上去好像會魔法的感覺~

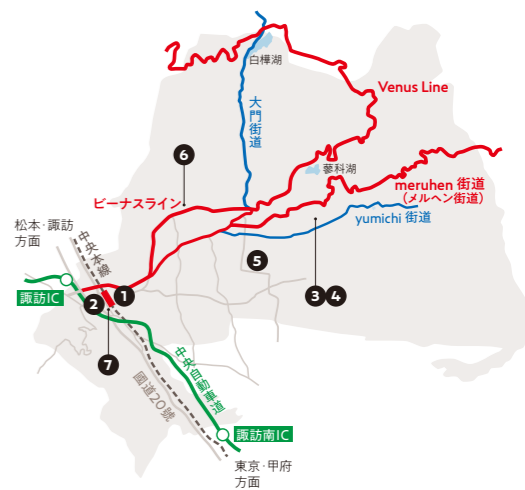


4 住宿農家一起把酒言歡

坐在被爐裡，像家人一樣一起喝著當地釀造的地酒，聊著天，日語、英語、漢字、肢體語言完全沒有交流上的阻礙。誰說家的溫馨和遠方的詩意不可兼得？

行程特色

如果你錯過了3月的櫻花，4月的茅野櫻花正在含苞待放，4月中旬至4月末總有一處櫻花等你來賞！騎著單車去賞櫻，在櫻花盛開的街道，淋雨著和熙暖陽，感受溫暖春風的陣陣花香。走進當地的農家切切實實感受當地的風土人情。春天是夢想的季節，青春的味道，一切都是生機盎然的景象！



行程路線圖

- 1 茅野市運動公園
- 2 宮川
- 3,4 笹原
- 5 尖石繩文考古館
- 6 信州本格手打蕎麥麵 長壽更科
- 7 JR 茅野駅



老朋友好久不見,最近可好?

孩子們策劃了一場親子之旅,現在一家人在日本的長野縣茅野市。

轉眼間孩子們就長大了,大女兒已經上大學,小兒子也在讀高中。

小的時候是我牽著他們的手,現在變成他們牽著我們的手。

但只要孩子在身邊,不管去哪裡都覺得是幸福的。

這裡夏天涼爽,群山環繞,水是甜的~空氣是新鮮的~

徒步,泡溫泉,孩子們說這是親子健康之旅,

我們走過的每一處風景都讓人留戀往返,沉醉其中。

記憶最深的應屬車山山頂壯麗的景色和神秘的青苔森林。

大自然的魔力著實讓人震撼,充滿著正能量。

為獨特的風景而駐足,為高山流水的魅力而停留。

對於孩子來說,旅行是教育的一部分。

對於我們老年人來說,旅行是閱歷的一部分。

全家總動員,踏遍萬水千山,放鬆心情,愉悅無限。

我們一路興致勃勃,當夕陽西下時,才戀戀不捨的離開。

相信喜歡旅遊的你來過後一定會深深的愛上這座高原城市。

就寫到這裡了,我們這個年代的人對寫信有一種見字如面的感覺。

願時光慢走,願歲月溫柔,我們依舊!

第一天!

② 維納斯路線兜風

被稱之為天空之城的維納斯路線，
車子馳騁在綠油油的草原上，
湛藍的天空下，
好像伸手就可以碰觸到天空~



① 前往茅野市

提前在網上預約租好車，
到達機場取完行李直接從
東京自駕前往茅野，
約3個半小時的車程。



③ 日式冷蕎麥麵
(只有夏天才能吃到的蕎麥麵)

冬天時將秋季收割的蕎麥放置冰川，
再經過曬乾後保存。
讓客人在夏季也可以品嚐到蕎麥麵。
如此可以看出日本人對蕎麥麵的喜愛
之深。



④ 車山高原徒步行

今天的主題是車山高原徒步行。
絕對不能錯過的車山美景，
可中途下空中纜車，然後徒步約1小時到達山頂。
對於缺乏運動的我來說是剛好的運動距離。
登頂時的成就感和眼前的360°絕景讓人感動至極。



坐落在山頂上的神社，
是日本人對山的崇敬。



富士山
↓

⑤ 到達溫泉飯店

第一晚入住當地有名的古色古香的溫泉飯店。
舒適的和式風格房間，榻榻米散發出草的芳香，
還有大型的露天溫泉，可舒緩旅途中的疲勞。



7 和導遊一起走進原生態的神秘之青苔森林(苔の森)

和導遊同行前往青苔森林(苔の森)。

走進綠色森林的世界，

空氣中飄散著濃郁的草木氣息，讓人神清氣爽。

“空山不見人，但聞人語響；返景入森林，復照青苔上”，也就是這等意境吧！



6 自駕山路行

車子行駛在蜿蜒迴旋的山道，一路美景相隨。

第二天！



8 古民家「指北庵」的鄉土料理

日本當地古民家的鄉土料理，樸實卻精緻，是在其他地方無法品嚐到的美味佳餚。當地的人文風情與地緣歷史脈絡，都能從美食中窺見一二。



9 蓼科瀑布(蓼科大滝)

這裡有一點像青苔森林。穿過神秘的森林，瀑布強有力的節奏，如同扣人心弦的交響樂在耳邊迴蕩。

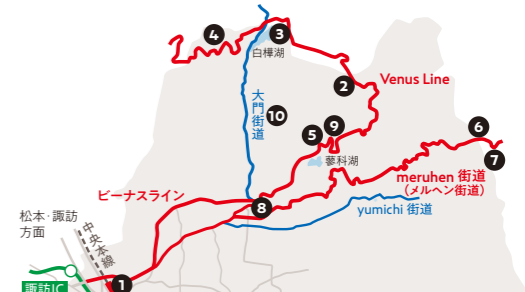
10 坐落於林中的飯店

茅野之旅的最後一晚，入住林中的優雅豪華飯店。偶爾也要奢侈一下，慰勞一直為家庭付出的我們，還有努力學習的小孩。特別推薦的親子健康之旅。讓人生更精彩！



行程特色

列入日本百名山的「車山高原」，神秘的青苔森林，古民家的鄉土料理，深入走進富有當地文化特色的茅野市。這裡不同於大城市的車水馬龍，不同於繁雜無章的鬧市街頭。在大自然中呼吸清新的空氣，品甘甜的泉水，享受新鮮的美食，家庭總動員之親子健康之旅。



- 1 JR茅野駅
- 2 維納斯路線
- 3 蕎麥麵 Asahigaoka
- 4 車山高原
- 5 Tateshina Grand Hotel Takinoyu (滝の湯)
- 6 麥草峠
- 7 青苔森林(苔の森)
- 8 指北庵
- 9 蓼科瀑布(蓼科大滝)
- 10 蓼科東急Hotel

行程路線圖



橫谷觀音展望台拍攝「橫谷峽の紅葉」

在這個網絡通訊發達的時代，
似乎我們已經忘記還有一種通訊方式寫信，
用筆記錄下旅途的美好，寄給我可愛的小夥伴。
我們關了手機，遠離城市的喧囂，
自駕來到了距離東京約200km的長野縣茅野市，
在這裡開啟了屬於我們的秋季之旅。
這是一座被稱之為“日本屋脊”的高原城市，
我們一路走走停停，沿途的風景匯聚成一首又一首浪漫的散文詩。
每一片落葉似乎在和風訴說著它的故事，不小心被我們聽到。
走過的每一個地方都會有人親切的和我們打招呼，
10月茅野的天氣涼涼的，但到處都散發著人情味。
人生最好的旅行就是在陌生的地方發現一種久違的感動。

我們用相機拍下所有美好的瞬間，用筆續寫旅途的幸福篇章。
有趣的，感動的，溫暖的……
等回去再把我們旅行的故事慢慢的說給你聽。



第一天!



① 自駕從東京前往茅野

從東京自駕前往長野縣茅野市，約3小時車程。載著我們的背包和幾本書，一部相機、還有喜歡的歌，一起向茅野出發!!

② 旅行一定要吃當地的料理～蕎麥麵

蕎麥麵絕對是必嘗的日本道地的美食之一! 而長野縣正是蕎麥麵的發祥之地，茅野市擁有多家蕎麥麵店，品嚐蕎麥職人的手擀蕎麥麵，感受日本和食文化的魅力! 午餐我們特別選擇來到一家富有當地氣息蕎麥麵店。旅途中除了美好的回憶，就應該是好吃的美食了。

③ 賞楓名勝地橫谷峽

在橫谷觀音的展望台眺望雄偉的阿爾卑斯山，有種一覽眾山小的感覺。被秋季換上新妝的落葉鬆，紅黃藍綠相間的橫谷峽像一幅色彩斑斕的油畫。



④ 「王滝」瀑布像白色的屏風掛在山間

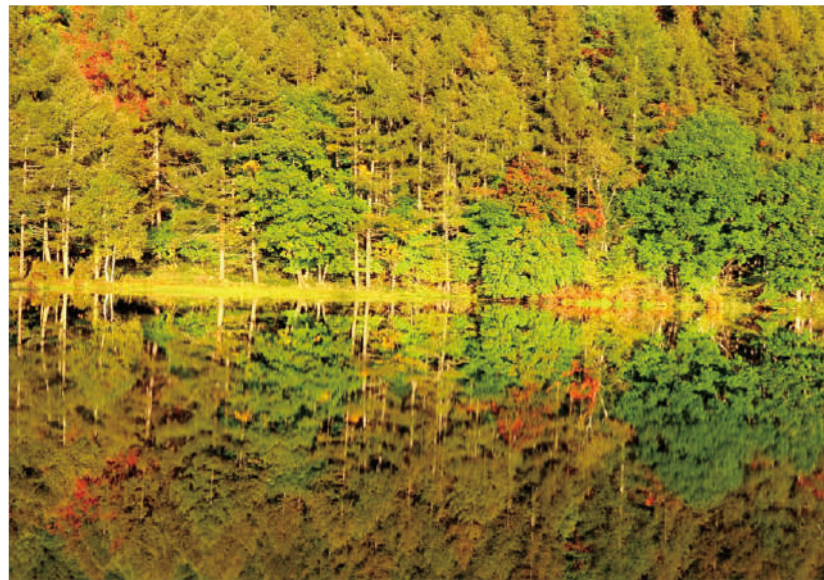
坐落在橫谷峽間的「王滝」瀑布，高約50米，頗有種山中之王的姿態。



⑤ 「乙女滝」瀑布如一副美妙無比的山水畫

「乙女滝」瀑布並不是如其名那般嬌弱的涓涓細流，而是帶著強大迫力的沖擊瀑布從山間直流而下。呼吸著負離子空氣，感覺整個人都變得元氣滿滿。





6 一平如鏡的御射鹿池

日本畫家東山魁夷的名作“綠響く”便是參照御射鹿池的景色為原型創作。從而海內外遊客睦若而至。2019年榮獲國土交通省頒發的「絕境賞」。宛如鏡面的御射鹿池倒映出夏綠和秋楓之美。聽聞很多攝影愛好家會選擇日出或日落時前來這裡拍攝。

7 入住溫泉旅館

從山下開到山上，會發現一路上楓葉的顏色越來越深，因為紅葉是從海拔高的地方開始慢慢變紅，海拔低處的紅葉相對較晚一些。紅色的楓葉、黃色的落葉松、綠色的湖泊、白色的雲彩、藍色的天空，像一場色彩繽紛的視覺盛宴，我們在趕赴盛宴的途中~約30分的車程我們來到這間坐落在山中的溫泉旅館，日式風的建築、和食、溫泉、浴衣像是在電影中出現的畫面。

據說家科溫泉因戰國時期的武士持來此泡湯治愈傷病而聞名。



第二天!



8 笹原地區見學

笹原地區位於茅野市的東部，當地人為我們介紹了每家每戶的建築和獨有的日式倉庫的特點。走在這裡的街道上，感受日本純樸的鄉土風情。繩文時代的繁榮和諏訪大社悠久的歷史文化賦予這座成市獨有的風貌，嚮往的田園生活從茅野之旅開始!



9 和当地的奶奶學習製作日式甜點

讓人欲罷不能的日式甜點，真的是每個女生的最愛。我們選擇自己動手和當地的奶奶學習製作日式甜點。使用曬乾的柿子作成的甜點，口感醇厚，甜而不膩。為我們旅途又增添了一絲美味的回憶。



農家自己種植的紫蘇製作的特別口味的萩餅，還有使用茅野生產的寒天製作的當地傳統和菓子。

10 午餐-精緻的法國料理

一間開在森林中的豪華法國料理餐廳，走進餐廳每一個角落都散發著浪漫的氣息。這裡的食材是精心挑選當地種植的蔬菜，還有狩獵師在附近山中捕獲的鹿肉。正式因為這樣得天獨厚的自然條件，孕育出當地獨有美食和美景。





11 楓葉名勝地~長圓寺

長圓寺參道的兩側的楓樹擁有300年的樹齡。這裡的紅葉被稱之為「一行寺楓」，秋季看紅葉一定不要錯過長圓寺。

12 感恩大自然賜予的恩惠・諏訪大社的信仰

諏訪大社前宮被稱之為諏訪神明信仰的發源之地，日本千年流傳至今的「御柱祭」而聞名。是日本的三大奇祭之一，7年舉辦一次（猴年、虎年）。15m高的御柱全憑人力從山中拖拽到神社，樹立在神社的四角。近距離觀看更會感受到御柱的魄力。



13 味噌製作體驗

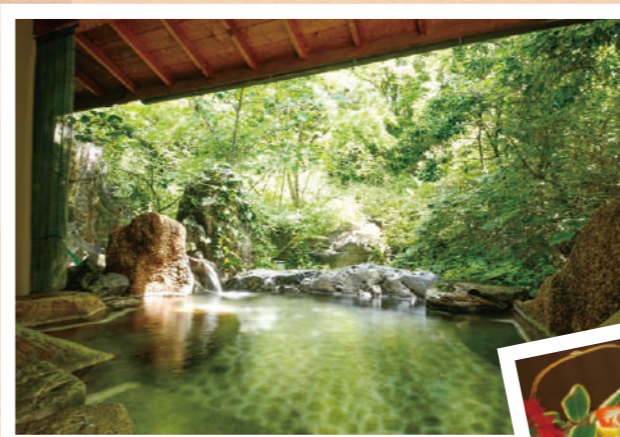
茅野市味噌店的味噌選用八岳名水所釀造，保持傳統的味道。琳瑯滿目的味噌種類，頗負你對味噌的認識。店內可參觀味噌工廠還有美味的味噌冰激凌。



味噌遇上醇厚奶香的冰淇淋，絕妙的搭配！

14 寧靜的溫泉旅館

房間內附設露天溫泉的豪華溫泉旅館。一邊泡溫泉一邊欣賞戶外的庭院，穿上浴衣享用晚餐，你會發現每一道料理都像一件藝術品，讓人捨不得吃掉。奢侈的晚餐、奢侈的住宿，這是屬於我們奢侈的小時光。



第三天！

15 結束圓滿的旅行，向下一站出發~

生活是一本多彩的漫畫書，需要兩個人用絢麗的彩筆抒寫美好的故事。而旅行就是最好的生活方式，在旅途中發現一份感動，一份溫暖。我們在幸福旅途的路上，路過茅野這坐充滿人情味的城市，寫下屬於我們幸福的故事。



行程特色

當你還猶豫不決這個秋季要去哪裡，不如來茅野走一走。有一種風景叫做茅野的秋天，從橫谷峽一路紅葉相隨到長圓寺的百年楓樹，山中的落葉鬆紅黃綠相交輝映，秋天的美讓人心動。旅途要有美景當然也要美食，蕎麥麵、味噌冰激凌、法式料理、體驗製作當地的和菓子。在這個浪漫季節收穫屬於你的秋季之旅。



- 1 諏訪IC
- 2 蕎麥麵 Yamanami
- 3,4,5 橫谷峽
- 6 御射鹿池
- 7 澀・辰野館 (住宿飯店)
- 8,9 笹原
- 10 Esipoir (餐廳)
- 11 長圓寺
- 12 諏訪大社上社前宮
- 13 丸井伊藤商店 (味噌)
- 14 Tateshina 藍 (住宿飯店)
- 15 諏訪IC

行程路線圖



北八岳雪上步行

親愛的爸爸媽媽

印象中這是我給您們寫的第二封信。

又有幾個月沒回家，氣溫下降了不要感冒喔。

我們帶著孩子來體驗日本的冬天。

孩子們一直嚮往的冰雪童話世界，

看著小孩在雪地中打雪仗，堆雪人，

不禁想起小時候一到冬天爸爸就會帶我去滑雪，

雖然很冷，但是看到漫天的雪花和銀裝素裹的景色就會很興奮。

也希望可以讓冬天這個嚴厲的老師，

用有嚴寒風雪做教鞭，教會他們擁有頑強的意志。

這裡的晴天率在80%以上，藍天白雲還有冬日的暖陽。

讓孩子們徹底的沉醉在這坐叫做茅野的城市！

滑雪、玩雪橇、雪上步行、泡溫泉、農家體驗…

在人生的旅途上，在成長的道路上，

希望他們可以勇敢的挑戰，去體驗不同的事物！

旅行結束，我們就帶著孩子回去過年。

想念您們。

① 到達茅野站 第一天!

從東京乘坐JR特快 (Azusa),
茅野站下車。
車窗外遠處山巒重疊, 霧靄縈繞。



② 車站租車

在車站租車, 出發~開啟茅野冬季之旅,
沿著薄雪覆蓋的道路,
車子行駛在堪稱絕景的「維納斯路線」上,
遠處是粉妝玉砌的八岳山脈。

③ 從茅野車站自駕到滑雪場約20km

茅野市共有五家滑雪場, 坐落在起伏的山巒中景色宜人。
各種各樣的地形滑道, 適於初中高級的滑雪愛好者和親子
冬季遊的家庭。皚皚白雪與群山構成美麗的銀白山水畫。
雪場如披著雪白的嫁衣, 那是銀裝素裹的浪漫世界。

④ 第一次與雪的親密接觸

茅野市「澤右衛門」溫泉旅館的社長用了7年
時間研發的新型雪上娛樂工具SnowDrive
(スノードライブ)、外形看起來雖然很簡單,
但每個零件的設計都隱藏著獨特的特性。
讓很多不會滑雪或害怕滑雪的人都可以感受雪上的
快感和刺激。只要學習30分鐘便可乘坐纜車從
山頂滑下。從小孩到老人都可以輕鬆駕馭。



⑤ 報名參加滑雪課程

私人滑雪教練, 1對1課程。
讓小朋友專心, 家長放心學習滑雪。
在教練的幫助穿上滑雪服,
踏上滑雪板, 在茫茫的雪原上飛翔,
在高山上風馳電掣。小朋友在一次次摔倒
的過程中體驗到成功的喜悅與自豪。



輕鬆駕馭
Snow drive!

參加滑雪教室



舌尖上的美食!



第二天!

⑦ 前往位於茅野市蓼科高原的北八嶽纜車

日本最大型的空中纜車,一次可乘坐100人,只需7分鐘的時間便可到達海拔2,237m的山頂。日本百名山阿爾卑斯巍然屹立,冬日雪山和樹冰之美景盡收眼底。



到了海拔2237m的地方寒風瑟瑟



⑥ 寒冷的冬季裡唯有溫泉和滑雪不可辜負

入住的溫泉旅館旁邊就是滑雪場,對於滑雪的遊客是絕好的選擇。銀裝素裹的冬季不可少的行程泡溫泉、吃和食、滑雪。健康美味的日本料理,專選有田燒的餐具搭配廚師精心烹飪的料理,每一道菜更像是一件藝術品,可謂是秀色可餐。



8 報名參加導遊同行雪上徒步行!

雪上娛樂項目不可少的雪山徒步體驗。
跟著導遊一起到雪山徒步! 穿上雪上徒步專用的鞋子, 即使在鬆弛的雪地上行走也不會下沉。
在銀白的森林中追尋動物的足跡, 探索大自然的奧秘, 享受雪上健行的樂趣!

雪上徒步的秘密裝備「Snowshoe」!



在冬日雪山上喝一杯暖暖的咖啡~

9 在當地農家體驗劈柴

最後一站, 特別推薦的行程安排「農家體驗」。感受當地農家的生活氛圍, 體驗劈柴, 一起圍在飯桌旁做飯糰, 充滿生活質感的一次體驗。充滿生活質感的體驗。



第一次看見柴火爐又好奇又興奮!

10 結束行程, 向下一站出發!

一次充滿幸福回憶的家庭之旅, 期待下一次的到訪!

行程特色

旅行是讓孩子在成長路上了解世界最生動的教育方式。冬季走進茅野銀裝素裹的冰雪世界, 感受冬季的速度與激情。滑雪、泡溫泉、品美食、這才是冬天最美的樣。報名參加滑雪課程、體驗雪上新型娛樂項目Snowdrive、和孩子一起走進農家體驗當地的生活文化, 了解當地的風土人情。在旅途中學習、成長。在成長的旅途上, 留下美好的回憶。



行程路線圖

交通指南

關於茅野市

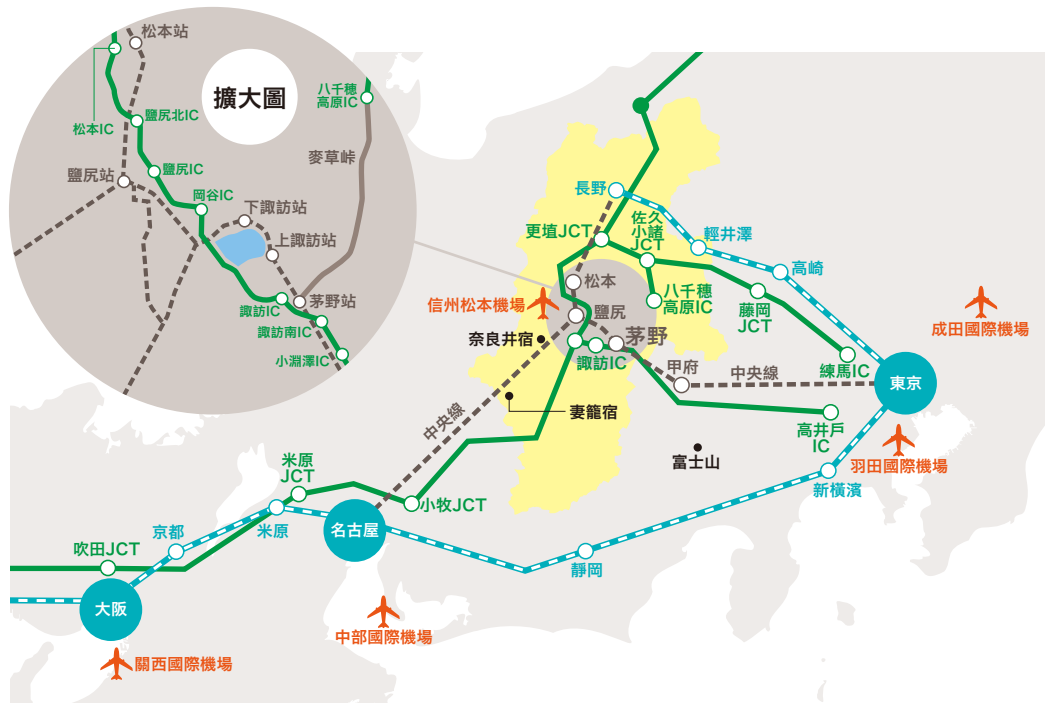
春季

夏季

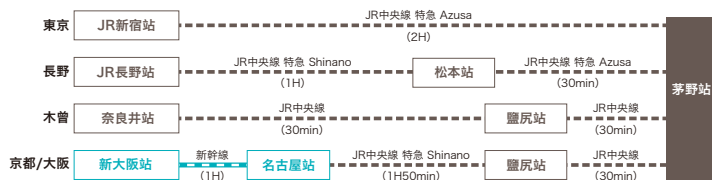
茅野之旅
秋季

冬季

交通指南



By train



By car

