魚沼市 ｜ 庄屋造りの店内で手打ちの味を！ MAP E–3

そば処 薬師

手打ちそばと、うどんの両方を味わえる店。そばは厳選された国内産そば粉（岩手産・北海道産）、つなぎに山芋を使用した本格手打ちです。**一日一打を守り**、コシのある、のど越しの良いそばと、うどんをお出ししています。人気メニューは、そばとうどんの「合盛」に天ぷらが付いた「**合盛天ざる**（写真）」がおすすめ。

TEL 025-792-7187
住 魚沼市七日市小杉沢580-2
営 11:00～19:30（品切れ次第終了） 休 火曜日（祝日の場合は水曜日） P 有り

南魚沼市 ｜ 塩沢織を見て・聞いて・触れて・体験して… MAP D–6

織の文化館 塩沢つむぎ記念館

— 紬ワールド — 体験工房 土産工房

TEL 025-782-4888
住 南魚沼市塩沢1227-14（塩沢駅・牧之通りより徒歩3分） 営 9:00～17:00
P 有り 休 12/24～1/3（改装・薫蒸） http://tsumugi-kan.jp/

南魚沼市 ｜ 珠玉の日本酒と出会える店 MAP D–6

雪国酒舗 金沢屋

TEL 025-782-1135
住 南魚沼市塩沢521
営 平日9:00～20:00
日曜・祝日10:00～20:00
休 なし（元旦のみ休み） P 有り
http://www.kanazawaya.com/
shop@kanazawaya.com

「酒造りは芸術である。」

当店は戦前には杜氏が興した銘酒の蔵元でした。その日本酒にかける精神を受け継ぎたく、

「皆様の心を豊かにする素晴らしいお酒をお届けしたい。」

これが当店の願いです。

☆一押しは鶴齢・高千代！他店には無い特別なお酒があります☆

南魚沼市 ｜ 魚沼コシヒカリ、中でも塩沢産にこだわっています

1 農園直営店／栽培だけでなくお米の保管方法にも、そうとうこだわりがある

2 南魚沼の中の「塩沢産コシヒカリ」にこだわっている。魚沼の中の→南魚沼→南魚沼の中の→旧塩沢町（1000人中1人だけが食べられる）

3 じつは、美味しいご飯の炊き方には秘訣がある。ご来店頂けましたら全てを明らかに。簡単だけど皆さんご存じない。

4 じつは、おにぎりを美味しく握るには秘訣がある…簡単だけど難しい

5 じつはマグロづけ丼、カレーも旨い

6 じつは隣にはセブンイレブン

MAP D–6

おにぎりや

TEL 025-782-5151
住 南魚沼市塩沢471-11
営 9:00～18:00 休 なし P 有り http://www.gokujoumai.com/

湯沢町 ｜ 越後湯沢東口の老舗カフェ＆レストラン MAP D–7

レストランゆざわ

上越新幹線開業とともに40年。沢山のスキーヤーに愛されてきた老舗のレストラン。おすすめは越後もち豚を使った「ポークカツレツ」。油で揚げずに焼いたカツレツは、昔ながらの味。自慢のデミグラスソースをたっぷりかけてお召し上がりください。ランチ、カフェメニューもございます。

TEL 025-784-4543
住 南魚沼郡湯沢町大字湯沢1-8-1
営 10:00～19:30（L.O） 休 水曜日（変更あり） P 有り
フリーWi-Fi使えます

南魚沼市 ｜ おいしい南魚沼の甘味をお届け MAP D–5

純生クリームと小豆あん大福を組み合わせた新しいおいしさ！半解凍がオススメ！

作り立てのおいしさをギュッ！と閉じ込め 冷凍販売

新潟名物・笹団子の中に純生クリームを合せた新感覚の和スイーツ！ 笹団子の素朴な味わいと、生クリームの甘味がお口いっぱいに広がります！

株式会社 孝泉堂製菓

P駐車場あり！ 地方発送承ります！
各種ご贈答・詰合せ承ります！

1000円以上お買い上げで 生クリーム笹団子 1個プレゼント
※本券は1組様につき1回限り有効
※2020年4月末まで有効

TEL 025-772-2281
FAX 025-772-2184
住 南魚沼市六日町1055-4
休 不定休 営 9:00～18:00
http://www.kosendo.co.jp/

南魚沼市 ｜ おいしい物を おいしい場所で！ 旬の味覚を堪能！ MAP E–5

地元でとれた **新米コシヒカリおにぎり**

新米コシヒカリ弁当、きのこそば、きのこうどん、他にもおいしい秋の味覚をご用意！

団体予約承ります

— お申込・お問合せは —
NPO法人六日町観光協会 ☎025-770-1173
南魚沼市六日町140-2（JR六日町駅東口1F） MAP D–5

南魚沼市 ｜ 医食同源 癒しの宿でのんびりと MAP D–5

心と体の保養の宿 龍氣

天然温泉・漢方温泉・塩冷うたた寝の湯・自然エネルギーの湯・重炭酸水素風呂の5つの湯殿で、六日町温泉が楽しめます。15種の薬石が発する「遠赤外線温熱波動」薬石風呂も好評です。

TEL 025-770-2525
住 南魚沼市小栗山2310 http://www.ryuuki.com/

南魚沼市 ｜ 魚沼の四季を体験できる温泉宿 MAP D–5

六日町温泉 いろりあん

木のぬくもり、人のぬくもりが伝わる温泉宿で、くつろぎのひとときを。目にまぶしい新緑。もえるような紅葉。真っ白な雪の花と、四季折々の表情が楽しめる絶好のロケーション。

TEL 025-773-5847
住 南魚沼市小栗山2089-4 http://www.irorian.co.jp/

湯沢町 ｜ 本格「布のりつなぎ」のそば屋 MAP C–7

食事処 福寿庵

湯沢駅西口 目の前のそば処

お勧めは山芋のとろろで頂くとろろそば、布のりそばと相性抜群！鮮度にこだわったジューシーな舞茸天ぷらも、是非一緒にご注文ください。そのほかうどんと丼物も有ります。越後もちぶたのカレーうどんは飲み干したくなる旨さです。開店以来継ぎ足しのタレが自慢の天丼も是非ご賞味ください。

TEL 025-785-5230
住 南魚沼郡湯沢町湯沢2229-1
営 11:00～14:30、17:00～20:00 休 火曜日

南魚沼市 ｜ 野の花と共に飾られた"野の花絵"のギャラリー MAP D–6

外山康雄 野の花館

古民家を改装した落ち着いたギャラリーに、四季折々の山野草や木の実を実際の大きさに描いた水彩画と共に絵のモデルとなった花が添えられている。
ポストカード・画集・陶器など、アートグッズも充実。

TEL 025-783-7787
住 南魚沼市万条新田371-1 ¥ 300円 P 有り
営 9:00～17:00 休 水曜日 ※祝日の場合は翌日
http://www.toyama-yasuo.jp/

湯沢町 ｜ 野趣あふれる十割蕎麦 MAP D–7

十割蕎麦 大岳寺

地元魚沼産蕎麦粉と越後湯沢の水だけで作った自慢の十割蕎麦の他にへぎ蕎麦も楽しめるお店。地元産の舞茸や野菜を使った「野菜天ざる十割蕎麦」がおすすめ。魚沼の美味しい一品料理、地酒の飲み比べセットなどご用意しております。

TEL 025-784-1011
住 南魚沼郡湯沢町湯沢2391
営 11:00～15:00/17:00～20:00
休 木曜日 P 有り

湯沢町 ｜ 越後湯沢の『美味しい』を存分に！ MAP D–7

一晩中入れる温泉浴場！

夕食は湯沢の田舎料理、コシヒカリだんご鍋定食や美味しい山菜料理でおもてなし。ご予約で新潟が産んだ黒毛和牛の陶板ステーキ「にいがた和牛」のプランもご用意（繁忙期不可）。お得なリフト券付き宿泊有り

★ご宴会も可能です！

浦子の湯 温泉民宿 高野屋

TEL 025-787-3054
住 南魚沼郡湯沢町土樽146-2
P 有り http://www.takanoya.gr.jp/

1泊2食付 7,800円～（入湯税150円別）
立寄り入浴 600円（13:00～22:00）
※温泉浴場は午前10時～午後1時を除きご利用可。
※チェックアウト後の当日入浴無料。

Snow Country

日本三大奇祭 浦佐毘沙門堂裸押合大祭
［南魚沼市・普光寺毘沙門堂］ 3月7日(土)
上半身裸の男衆が「サンヨサンヨ」の掛け声と共に押し合う。
問 大和観光協会
☎025-777-3054

© 十日町雪まつり実行委員会

第71回 十日町雪まつり
［十日町市・市内一円］ 2月14日(金)～16日(日)
市内各地の「おまつりひろば」でのおもてなしや、市民手づくりの雪の芸術作品など。
問 十日町雪まつり実行委員会
☎025-757-3100

つなん雪まつり
［ニュー・グリーンピア津南］
前夜祭3月13日(金)・本祭14日(土)
夜の雪原に舞い上がるスカイランタンやスノーボード大会など。問 津南町観光協会
☎025-765-5585

第68回越後湯沢温泉雪まつり
［湯沢高原スキー場 布場ゲレンデ］ 3月7日(土)
花火、タイマツ滑降など。
問 越後湯沢温泉観光協会（雪国観光舎内）
☎025-785-5353

湯の里雪まつり 百八灯
［魚沼市マレットゴルフ場］ 3月1日(日)
山の尾根に並ぶ108の篝火が幻想的。
問 (一社)魚沼市観光協会
☎025-792-7300

ユネスコ無形文化遺産 越後上布
夏用の最高級麻織物「越後上布」。千年以上昔から、雪に埋もれる冬に製作されてきました。雪国の文化が息づく技術を伝承してきたことが評価され、平成21年、ユネスコ無形文化遺産に「小千谷縮」とともに登録されています。

三国街道塩沢宿 ひな雪見かざり
［南魚沼市 D-6］ 2月15日～4月3日
牧之通りを中心に、約60軒の店舗や民家で、江戸時代から平成までのひな人形や塩沢上布で作った木目込み雛などを見ることができます。
問 射干(しゃが)の会 ☎025-782-1116

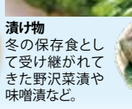
スノーシューでフィールド散策！
白銀の里山をスノーシューで散策。初めての方、小さな子どもでも、雪あそびが楽しめます。
問 日本アウトドアサービス ☎070-2836-8559
問 「森の学校」キョロロ ☎025-595-8311
問 農と縄文の体験実習館「なじょもん」 ☎025-765-5511

雪国うおぬまの食文化

地酒
低温でじっくり醸す高品質な酒。

あんぽ
米粉の皮で餡を包んだ郷土食。

こがねもち
コシと粘りが強く、濃厚な味わいは米処ならでは。



漬け物
冬の保存食として受け継がれてきた野沢菜漬や味噌漬など。

雪下にんじん
雪の下で越冬させた、フルーツ感覚のにんじん。

湯之谷温泉郷 魚沼市
薬師・芋川・折立・大湯・栃尾又・駒の湯（冬期休業）・銀山平（冬期休業）の各温泉が点在しています。

南魚沼温泉郷 南魚沼市
六日町温泉、上の原高原温泉、五十沢温泉、浦佐温泉、ハツカ温泉、上野鉱泉など13の温泉郷があります。

越後湯沢温泉 湯沢町
川端康成の小説『雪国』の舞台。駅近くの温泉街には共同浴場が点在し、外湯めぐりが楽しめる。

松之山温泉 十日町市
草津、有馬に並ぶ日本三大薬湯。1,200万年前の化石海水が湧き出たものとされます。

津南町の温泉 津南町
JR津南駅前の温泉や、「龍ヶ窪」近くの泉質自慢の竜ヶ窪温泉、小下里温泉・田中温泉・鹿渡温泉など。

秋山郷の温泉 津南町・栄村
赤濁の小赤沢温泉や河原に自噴する切明温泉など、渓谷沿いに温泉地が点在しています。

泉質自慢の温泉の宝庫です

湯

とおかまち湯めぐりキャンペーン
実施期間5月1日～12月31日。十日町市内6温泉施設のうち、指定された5施設を巡り終えると共通入浴券1枚進呈。さらに抽選で豪華賞品が当たります！詳しくは下記の参加施設まで。
参加施設：キナーレ明石の湯・雲海・千年の湯・ミオンなかさと・ゆくら麦有・松之山温泉鷹の湯

湯沢温泉 外湯湯めぐり
1,500円で山の湯・駒子の湯・岩の湯・街道の湯・宿場の湯の5ヶ所の湯が楽しめる外湯めぐり券がお得！チケットは外湯めぐり各温泉、湯沢町観光協会、雪国観光舎 越後湯沢温泉にて販売中。
問 (一社)湯沢町観光協会
☎025-785-5505

十日町市 ｜ 過ごし方、自由自在。オールシーズンリゾート。 MAP C–6

あてま高原リゾート ベルナティオ

東京ドーム109個分の広大な敷地の中、青々と広がる芝生や色とりどりの花々が咲き誇る高原リゾートです。ホテルの中にはレストラン、温泉、結婚式場や本格18ホールのゴルフ場や室内プールがあります。他にも、春夏秋冬それぞれの季節に敷地内の自然を生かしたプログラムやアクティビティを楽しむことができます。日帰りでも、ご宿泊でも満喫いただける総合リゾートホテルです。

TEL 025-758-4888 住 十日町市珠川 www.belnatio.com

十日町市 ｜ 雪と着物とそばの街、元祖へぎそば処

越後十日町 小嶋屋 MAP C–5

創業時の製法と味を守り続ける

上質の玄そばと、つなぎの布海苔そして初代考案のこだわり製法によって生まれる小嶋屋のそばは独特の歯応えのどごしが身上の越後のそばを代表する元祖へぎそば処。越後湯沢駅店は列車の待ち時間等に気軽に立ち寄れます。本場の味をご賞味ください。

「越後湯沢店」越後湯沢駅がん通り待ち合わせに最適

「和亭」古民家を移築した癒しの空間が広がる

本　店／十日町市本町4　TEL 025-757-3155 C-5
和（なごみ）亭／十日町市下島　TEL 025-757-1513 C-4
越後湯沢店／湯沢町（JR駅構内）　TEL 025-785-2081 D-7
http://www.hegisoba.co.jp

十日町市 ｜ こだわりの味、名物へぎそば MAP C–5

名代 由屋

TEL 025-758-2077
住 十日町市土市4
営 10:30～18:30 休 火曜日 P 有り

岡本太郎画伯が愛した越後のそば処

厳選した地元そば粉を石臼でひき、打ち、精選されたそば粉を混ぜ合わせて布海苔でつなぐ自家製粉にこだわっています。そば通を唸らせる独特の舌ざわりと歯ごたえ、つるっとした喉越しは格別。高級絹織物の伝統産地、十日町が育んだ「そば」の味をご堪能ください。

名代由屋

故岡本太郎画伯書

十日町市 ｜ 豪雪地帯「妻有エリア」を雪上ハイキング！（温泉付） MAP C–5

日本アウトドアサービス

普段は立ち入ることのできないエリアをスノーシューで探検！

積雪豊富な里山を雪上探検！雪化粧の山並みや棚田、動物の足跡。斜面を滑り降りたり雪遊びも満喫！小学1年生より三世代で楽しめます！絶壁「石落し」の渓谷を望む津南コースも開催。

TEL 070-2836-8559
大人：6,500円（基本装備レンタル、温泉込） 開催期間：12月中旬～3月下旬
住 十日町市宮中己4197（集合場所：ミオンなかさと） https://www.j-os.jp/

十日町市 ｜ 日本秘湯を守る会 源泉掛け流しの薬湯 MAP C–7

清津峡湯元温泉 清津館

渓谷を望む宿泊客専用露天風呂

上杉謙信公ゆかりの薬師如来像のお告げによって掘り当てられた温泉は源泉掛流し。採れたての山菜や川魚など、四季折々の味覚が心ゆくまで楽しめる。

TEL 025-763-2181
住 十日町市清津峡 休 不定休 http//www.kiyotsukan.com

十日町市 ｜ カロリーが気になる方にうれしい本格カレー専門店 MAP C–5

カレー 番紅花（ばんこうか）

こだわりのカレーソースに旬の野菜がたっぷり入った**「野菜カレー」**がオススメです！ カレーパンやポール、カレーソースのテイクアウトも好評。さらに店主自慢の**「気まぐれカレー」**などなど…詳細はHPのオフィシャルブログにて配信中。

TEL 025-755-5788 住 十日町市昭和町1-143-1
営 11:00～20:00（L.O） 休 火曜日・第1土曜日 http://www.banko-ka.com

十日町市 ｜ 焼きたてフランスパンとビエノワサンド MAP C–4

フレンドリー髙橋（髙橋パン）

ミルクフランスはミニバタールと自家製バタークリームが絶妙。ミルク風味のビエノワなどが人気。

人気No.1 ビエノワサンド

11月下旬! X'mas限定シュトーレン

TEL 025-755-2702
住 十日町市下条2-212 営 7:00～18:30 休 不定休

津南町 ｜ 自家源泉100%、信濃川河畔の湯宿でごゆるりと… MAP B–6

越後田中温泉 しなの荘

隠れ家的な宿

隠れ家的で静かな全12室の一軒宿。全館畳敷きの館内は、どこか懐かしい落ち着いた雰囲気。客室の種類も豊富で日帰り入浴もできる、つるつるの湯として人気が高い温泉。

～ご入浴～ 100円引券
※本券にて4名様でご利用可
※2020年4月末まで有効

TEL 025-765-2442
住 津南町田中 営 入浴10:00～21:00
¥ 日帰入浴600円、宿泊11,000円～
休 なし http://www.tsunan-kanko.co.jp

津南町 ｜ 県内最大級の露天風呂！ 全国名水百選「龍ヶ窪」へ車2分 MAP B–6

竜ヶ窪温泉 竜神の館

露天風呂は県内最大級！泉質自慢の温泉。男女週替わりで2種類ある温泉場を味わえます。直売所は津南高原など、近隣で採れる旬の野菜や果物などが豊富に並びます。

TEL 025-765-5888
住 津南町谷内7031（竜ヶ窪まで車で2分） ¥ 600円
営 10:00～21:00（11月1日～4月20:00） 休 火曜日
http://www.ryugakubo.com/
※11月～4月露天風呂縮小して営業します。

津南町 ｜ 「苗場山」蔵元の直営売店・試飲無料 MAP B–6

津南之地酒蔵 苗場酒造㈱

明治40年創業。日本百名山「苗場山」の伏流水を仕込み水とする「地酒蔵」。良質の県内産酒米を磨き、雪にすっぽり埋まった蔵で醸す酒は芳醇で旨みがある。直営売店には蔵元の全種類の酒やオリジナル商品が揃い、無料で試飲もできる。〈蔵見学：状況により見学不可、要問合せ〉

▶蔵元の全種類の酒やオリジナル商品が揃う売店

TEL 025-765-2011
住 津南町下船渡戊555
休 水曜日 営 9:00～18:00
http://www.naebasan.com/

津南町 ｜ 新鮮野菜・地酒・魚沼コシヒカリ、お食事処 MAP B–6

津南観光物産館・津南食彩館

津南高原の朝採り野菜や魚沼産コシヒカリ、にんじんジュースなど、地元の農産品、特産品を販売。越後の地酒や名産のそばも豊富に揃う。館内の食堂「とんかつ つまり」は、津南産妻有ポークが味わえるメニューが充実。

◀ボリューム満点のとんかつが人気

TEL 025-765-5008
住 津南町芦ヶ崎乙203（R117号沿） http://www.aji-y.com
営 9:00～18:00（食堂11:00～17:00、水曜～15:00） 休 無休（12～3月は水曜）

雪国うおぬま歳時記

■塩沢つむぎ語り［南魚沼市・牧之通り／10月1日(木)～11月23日(土)］ 牧之通りを中心に商屋で塩沢紬などを展示、商売の歴史などを家人がご案内。問 射干の会（中島屋）☎090-7244-2353

■こらっしゃい湯沢収穫祭［湯沢町・越後湯沢駅　東口バスロータリー／10月20日(日)］ 地元魚沼で収穫された秋の味覚が勢ぞろい！新鮮な食材を使った料理、採りたての野菜や魚沼産コシヒカリを販売。問 こらっしゃい湯沢収穫祭実行委員会 ☎025-784-2522

■八海山大崎口火渡大祭［南魚沼市・大崎八海山尊神社祭場／10月20日(日)］ 祭壇の前に積み上げた杉の木が燃え尽き、真っ赤な炭になったところを全国各地の信者が家内安全と無病息災を念じて、素足で渡り歩く。
問 八海山大崎社務所 ☎025-779-2010

■GEO河岸段丘花火 2019［津南町・マウンテンパーク津南／10月26日(土)19時点火予定 ］ 全長6キロ、打上時間わずか33秒の花火大会。マウンテンパーク津南では、17時から打ち上げまで太鼓演奏や露店などがある。
問 津南町観光協会 ☎025-765-5585

■奇祭・大白倉バイトウ［十日町市・大白倉／1月14日(火)］ ワラで作った小屋（バイトウ）に火をつけ、立ち上がる炎で、無病息災と五穀豊穣を願い占う伝統行事。点火は20時30分頃。問 (一社)十日町市観光協会 ☎025-757-3345

■奇祭・むこ投げ・すみ塗り［十日町市・松之山温泉薬師堂／1月15日(水)］ 前年に結婚した花婿を薬師堂境内の崖の上から投げ落とす祝福行事。お互いの顔に塗りあう「すみ塗り」も行われる。問 松代・松之山温泉観光案内所☎ 025-597-3442

■第69回 南魚沼市雪まつり［南魚沼市・六日町大橋下特設会場／2月8日(土)・9日(日)］「ぼんやら洞」や、ステージショーなど楽しみ盛りだくさん。問 南魚沼市雪まつり実行委員会 ☎ 025-783-3377

■小出国際雪合戦大会［魚沼市・小出郷文化会館前・雪のコロシアム／2月上旬］ 戦国時代に世界最古の雪合戦が行われた?という伝説のもと「国際雪合戦大会」を開催。問 小出雪まつり実行委員会事務局（魚沼市商工観光課）☎ 025-792-9754

■雪中花水祝［魚沼市・八幡宮境内／2月11日(火)］ 前年に結婚した新婚に冷水をかけ、子宝、子供の成長、夫婦和合を祈る冬の奇祭。問 (一社)魚沼市観光協会 ☎ 025-792-7300

■第71回 十日町雪まつり［十日町市・市内一円／2月14日(金)～16日(日)］ 市内各地の「おまつりひろば」では、郷土料理、雪上茶席、巨大な雪の滑り台などが楽しめる。市民手づくりの雪の芸術作品など雪の魅力がいっぱい。問 十日町雪まつり実行委員会 ☎ 025-757-3100

■しおざわ雪譜まつり［南魚沼市・鈴木牧之記念館周辺／2月15日(土)］ 江戸時代、鈴木牧之が著した『北越雪譜』の舞台「塩沢地区」の織物文化や雪国の生活に想いを馳せて、牧之を偲ぶ幻想的な祭り。問 塩沢商工会 ☎025-782-1206

■三国街道塩沢宿ひな雪見かざり［南魚沼市・越後街道塩沢宿牧之通り他／2月15日～4月3日］ しおざわ雪譜まつりを皮切りに開催。塩沢宿牧之通りを中心とした約60軒程度の店舗や民家で江戸時代から平成までのひな人形や塩沢上布で作った木目込み雛などを見ることができる。圓 射干(しゃが)の会 ☎ 090-7244-2353

■浦佐毘沙門堂裸押合大祭［南魚沼市・浦佐普光寺境内毘沙門堂／3月7日(土)］ 日本三大奇祭の一つ。上半身裸の男衆が「サンヨサンヨ」の掛け声と共に押し合う。
問 大和観光協会 ☎ 025-777-3054

■第68回越後湯沢温泉雪まつり［湯沢町・湯沢高原スキー場 布場ゲレンデ／3月7日(土)］ ゲレンデで雪中みこし、湯沢冬花火、タイマツ滑降など開催。問 越後湯沢温泉観光協会（雪国観光舎内）☎ 025-785-5353

■湯の里雪まつり 百八灯［魚沼市・魚沼マレットゴルフ場／3月1日(日)］ 折立温泉で約380年間続く無病息災・五穀豊穣を祈願する伝統行事。雪山の尾根に並ぶ108の篝火がとても幻想的。圓 （一社）魚沼市観光協会 ☎ 025-792-7300

■つなん雪まつり［津南町・ニュー・グリーンピア津南／前夜祭3月13日(金)・本祭14日(土)］ 夜の雪原に舞い上がるスカイランタンやスノーボード大会「SNOW WAVE」他、伝統的なアトラクション、雪遊びエリア、露店市など。
問 津南町観光協会 ☎ 025-765-5585

■雪原カーニバルなかさと［十日町市・なかさと清津峡スキー場／3月7日(土)］ ゲレンデー面に広がるスノーキャンドル。暗闇が幻想的な世界に変化する中、打ち上がる花火は必見！地元の美味しい出店も楽める。問 雪原カーニバルなかさと実行委員会 ☎ 025-763-2511

歴史・文化めぐり

日本を代表する原始美術 国宝 火焔型土器

約5000年前の縄文時代中期に造られ、その造形美は世界からも注目されています。新潟県では唯一、縄文土器としては全国初の国宝に指定。十日町市博物館に収蔵展示。

十日町市博物館【十日町市 C-4】
2020年6月に新博物館がオープン。
（移設工事のため12月2日から完全休館）
休 月曜日（祝日の際は火曜日）
営 9:00～17:00
☎025-757-5531
¥ 300円 中学生以下無料

国重要文化財 目黒邸【魚沼市 F-2】
寛政9年（1797年）に建てられた割元庄屋のお屋敷。豪農住宅で、石で塀を築き冠木門を設けるなど、中世武士の屋敷構えになっています。
☎025-797-3220

雲洞庵【南魚沼市 D-6】
本堂へと続く敷石の下に法華経の一文字一文字が記された小石が埋められているとの言い伝えから「雲洞庵の土踏んだか」で有名。
¥ 300円 ☎025-782-0520

歴史民俗資料館 雪国館【湯沢町 C-7】
地域の歴史と文化、および小説「雪国」の世界を紹介。
¥ 大人500円 子ども250円
休 水曜日（祝日の際は翌日）
営 9:00～16:30 ☎025-784-3965

農と縄文の体験実習館なじょもん【津南町 B-6】
クラフトなど体験実習が充実。本物の縄文土器に触れられます！
休 月曜日 営 9:00～17:00
¥ 無料 ☎025-765-5511

写真／苗場山麓ジオパーク推進協議会

うおぬまの暮らしや食を体験

南魚沼市農業体験大学校 そば打ち体験【南魚沼市 E-5】
民宿などが連携して実施する田舎体験プログラム。そば粉は南魚沼産100%。
問 六日町観光協会内 ☎025-770-1173

いなか体験村 上田の郷【南魚沼市 D-6】
野菜の収穫、ちまきづくりなど「いなか体験」ができます。（要予約）
営 10:00～17:00 休 水曜日
☎025-782-1197

体験工房 大源太【湯沢町 D-7】
そば打ち、みそ、米粉パン、ちまきなど体験プログラムをご用意。
営 9:00～16:00
休 水曜日 ☎025-787-1121

森の学校キョロロ【十日町市 B-5】
松之山の里山の木工体験、生き物探検ほか、自然プログラムが盛り沢山。
営 9:00～17:00
休 火曜日 ☎025-595-8311

魚沼産コシヒカリ

日本一のお米「魚沼産コシヒカリ」。豊富な雪解け水、肥沃な土、適度な標高と盆地特有の日中暑く、夜間冷え込む寒暖の差がおいしさのヒミツです。

魚沼きのこ汁&新米おにぎりまつり
南魚沼市［八海山ロープウェー山麓駐車場 E-5］
10月4日(金)～11月4日(月)（10時30分～14時30分）
八海山を眺めながら、きのこ汁や新米おにぎりが食べられる（有料）。問 NPO六日町観光協会
☎025-770-1173

南魚沼、本気丼（マジドン）キャンペーン
南魚沼産コシヒカリの美味しさに本気で取り組んだグルメ企画。周辺市町を含め57店61杯の丼ぶりが集結。
問 12月31日(火)まで ¥ 600円～
問 南魚沼市商工観光課
☎025-773-6665

名物へぎそば

機織りで使われる海藻の布海苔（ふのり）をつなぎに用い、「へぎ」という容器にひと口分ずつ手繰って盛りつけます。コシが強く、つるつるののど越しが特徴です。

へぎそばの里 越後十日町「地そば」まつり
十日町市［越後妻有交流館キナーレ C-4］
10月19日(土)・20日(日)、市内外からそば店が集結。小盛りそば1杯400円で食べ比べ。問 へぎそばの里越後十日町「地そば」まつり実行委員会事務局 ☎025-757-2323

魚沼そば、塩沢そばスタンプラリー
［魚沼市内、南魚沼市、塩沢地区の対象施設、のぼり旗が目印］
11月4