

ズラレイチ

2015 春まち号 ズーラ × スワイチ

信州諏訪の“をかし”なイベントと
“地域の魅力を再発見”できる体験プログラムがもりだくさん！
春の訪れを日々感じながら、この季節を楽しみましょう！



第9回 スワイチ

3/1 (日)

下諏訪エリア

『春待ちスイート ペチカフェ』

会場：マサヤゲストハウス/長崎酒店

3/7 (土)

岡谷エリア

『ほっこり村』

会場：ララオカヤ 2F

3/14 (土)

上諏訪エリア

『すわをかしまつり』

会場：諏訪市文化センター

3/21 (土)

茅野エリア

『春まちカフェ 2015』

会場：茅野駅前ビル ベルビア 2 階

4/11 (土)

富士見・原・八ヶ岳エリア

『八ヶ岳ほのぼのの商店街』

会場：富士見駅前商店街周辺 他

信州諏訪
温泉泊覧会

ズーラ

1/31(土)~3/31(火)

食べる香む・まちあるき・
クラフト・アート・
冬のアウトドア体験

岡谷市・諏訪市・茅野市・
下諏訪町・富士見町・原村・
塩尻市・辰野町で開催！

第9回 スワレイチ

諏訪地域で開催する“をかし”なイベントにみんなで出かけよう！

下諏訪エリア 3月1日(日)

時間 10:00～16:00

会場 マスヤゲストハウス (下諏訪町平沢町314)



春待ちスイート ペチカフェ

もうすぐ春な弥生の休日、ほっこり古民家でペチカ(暖炉)にあたり、下諏訪のお菓子を食べながらゆるりとしませんか。お菓子バイキング：800円で好きなお菓子3個とドリンク1杯が選べます。



陽だまりほっこり はちみつ色 「コーパル磨き教室」

100万年前の樹脂の化石を磨いてつやつやの蜂蜜ドロップのようなコーパルを作りましょう誰でも簡単につやつやにできます！

予約不要/受付時間 10:00～16:00(作業時間 約40分)/料金 500円(コーパル1個)/お問い合わせ先：すてっぷカサイ ☎ 0266-27-8455

主催：NPO 匠の町しもすわあきないプロジェクト

お問い合わせ先：NPO 匠の町しもすわあきないプロジェクト ☎ 0266-27-9033 <http://www.takumi.shimosuwa.jp>

岡谷エリア 3月7日(土)

時間 10:00～16:00

会場 ララオカヤ 2F (岡谷市中央町1-1-1)



ほっこり村

おかや お宝いちがリニューアル。手仕事にこだわった「ほっこり村」の職人さんの温かい手仕事にほっこりいやされる。

暦の上では春と言っても諏訪の春はもう少し先。お店自慢のスイーツに温かいお茶でもすすりつつ、クラフトの手仕事ワークショップを楽しんで、長い冬の終わりをほっこり楽しみましょう。

をかしなバイキング

をかしクーポン 前売800円/当日900円。お菓子や飲み物など4品とお得に交換できます。ララチャレンジ広場、参加菓子店にて2月中旬より販売予定。

主催：ほっこり村実行委員会 お問い合わせ先：ほっこり村事務局 (南アイス内) ☎ 0266-24-2391

※1 掲載情報は1月20日現在のものです。イベント内容・参加出展者・スケジュール等は変更になる場合もございます。予めご了承ください。

※2 お問い合わせは各エリア末尾記載のお問い合わせ先までお願いします。

会場でのお買い物には
マイバッグやマイタッパー
が便利で～す♪

さいかちゃんからの おねがい

各会場周辺の駐車スペースには限りがあるので、移動はなるべくバス・電車等の公共交通機関をご利用ください。
ご協力をお願いします！

イベント情報

2/3(火)

奈良井宿アイスクャンドル祭り
会場：塩尻市奈良井宿

2/14(土)

下諏訪ひな街道まつり
会場：下諏訪町内

3/14(土)

地酒と手打ちそばを味わう会
会場：中村屋(塩尻市)

2/6(金)

ワインと語る夕べ
会場：フェリススクレール(塩尻市)

2/21(土)

たつの荒神山温泉春まつり
会場：荒神山周辺(辰野町)

4月中旬

水芭蕉まつり
会場：みどり湖(塩尻市)

2/7(土)

アイスクャンドル
会場：諏訪市

2/22(日)

富士見の日
会場：富士見町各所

4/10日頃

荒神山さくら祭り
会場：辰野町

2/7(土)

岡谷まちゼミ
会場：岡谷市内参画店

2月下旬

福寿草祭り
会場：辰野町

4/18(土)

ぶらりしもすわ三角八丁其の二十三
会場：下諏訪町三角八丁エリア

上諏訪エリア 3月14日(土)

時間 10:30～16:30 会場 諏訪市文化センター(諏訪市湖岸通り5-12-18)

すわをかしまつり&みそ天丼10周年プレミア ～おいしい諏訪を楽しもう～

すわのお菓子大集合!

和菓子・洋菓子、パン。諏訪のいろんなお菓子屋さんの定番スイーツから新作お菓子が当日会場に大集合!あれも食べたい!これも食べたい!幸せ!「諏訪のお味噌」で、新作スイーツ企画。

「信州諏訪みそ天丼10周年プレミア」

幻と云われ続け、平成17年3月4日に一斉に発売開始した信州諏訪みそ天丼。みなさまに愛されもう10年!

今年も登場!「をかしなプレミアムクーポン券」

当日会場内でお得にゆったり楽しめる「をかしなプレミアムクーポン券」を発行します!

限定500セット 前売:900円…1100円分使える/当日売:1000円…1100円分使える

「たかしまん」の宝投げ!

まちを元気にするポイントカード「すわともカード」の公式キャラクター「たかしまん」が開幕式でお宝放出!乞うご期待!

「xuxu(しゅしゅ)」ライブ

みそ天丼応援ソング『みそ天丼ロックンロール』他、素敵な歌声を聴かせてくれます。女性アカペラユニット。http://www.xuxu442.com

主催:第9回すわをかしまつり実行委員会・諏訪TMO資源開発部会 共催:諏訪市・諏訪商工会議所 お問い合わせ先:れすとらん割烹いずみ屋 ☎ 0266-52-3267



茅野エリア 3月21日(土)

時間 10:30～16:00

会場 ベルビア2階(茅野市ちの3502-1)

春まちカフェ2015

美味しいものを食べて、きれいになって、笑って、癒やされて…元気になる!!そんな贅沢なイベント「春まちカフェ」が今年も1日限定オープン。毎年大好評 春まちスイーツプレートはじめ盛りだくさん! 2月1日～ 前売り券発売 ¥500

主催:春まちカフェ実行委員会 お問い合わせ先:夕香亭 蓼科店 ☎ 0266-75-5070



富士見・原・八ヶ岳エリア 4月11日(土)

時間 10:00～16:00

会場 富士見駅前商店街周辺 他

今年是一緒に! 「八ヶ岳ほのぼのの商店街in富士見」

おいしいものでゆるやかにつながる、富士見・原村・北杜市の八ヶ岳周辺のお店が、富士見駅前商店街に大集合!ごはんやおやつ、クラフト雑貨もおたのしみに。

なから1000体!マリコストリート

富士見生まれ・変幻自在のポジティブ人形「マリコ」を商店街のあちこちに展示。日々増えゆくマリコは現在900種超!ブログをチェックしてね。

主催:スウィッチ富士見・スウィッチ原組 お問い合わせ先:八ヶ岳珈琲工房テーブルランド ☎ 0266-62-8626



FM769 LCV FM 放送(周波数 FM76.9MHz)で 各会場の魅力を知ろう!

スウィッチ各会場開催日前日の金曜日、LCV FM769「諏訪湖ラジオランチ」(11:30～13:30)番組内で週末開催の「スウィッチ」の耳より情報をお届けします。ラジオを聞いて会場に出かけましょう! イベント当日も「諏訪湖ラジオランチ」放送中に会場より生放送中継の予定です。LCV FMは、スマホ(無料アプリダウンロード)でも聞けます!!

生放送!



スウィッチを100倍楽しむ案内所開設!

スウィッチのイベント内容をより詳しく知って楽しんでいただくために、各会場に特設ブースを設置します。お得な前売り券の発売、会場別の詳しいチラシなどでワクワクをアピール!! スウィッチだからこそできる、6市町村のこだわりと、魅力満載のイベントを楽しむ極意を手に入れます。



食べる呑む

01 伝統“上野大根”が繋ぐグルメライブ



信州伝統野菜に認定されている「上野大根」。たくあん漬けで知られる辛味大根が、野菜ソムリエの資格を持つシェフの手で洋食に形を変えます。大根農家の方々の声を交えてのお料理は一層味わい深いものに。産地ならではの、希少な“上野大根”。一夜限りの逸品グルメライブです。

日程 2/8(日) 18:00~20:30
料金 5,400円(「上野大根」を使ったコース料理※飲料別途)
定員 大人40名(最少催行人員10名)
会場 上諏訪温泉「ホテル紅や」2F レストラン サンセット
(諏訪市湖岸通り2-7-21 P有)

ガイド 笠原 芳晴さん(上野大根農事組合長)、小松 勝親さん(ホテル紅や 洋食部門料理長)

ウェブ予約 0266-57-1111(ホテル紅や 代表)
予約〆切 3日前

食べる呑む

02 伝統“上野大根”フェア



そば職人や料理人、ホテルのシェフが腕によりをかけて信州伝統野菜「上野大根」の期間限定メニューを提供します。実が締まって・水分が少なく・辛みがある「上野大根」が、プロの手によってどのようなお料理になるのか？食べ比べてみてください。

日程 1月末～売り切れ次第終了
会場 「上野大根」を元気にするプロジェクト参画店舗
a. 田毎庵：各種そばメニュー + 上野大根おろし味噌(+200円)
b. ホテル紅や：2月平日限定ランチコース/オードブル・シチュー・デザート・パン付(1,728円)
c. 中央自動車道・諏訪湖SA下り線：諏訪辛味そば(970円)
d. れすとらん割烹・いずみ屋：期間限定 冬の信州諏訪みそ天井・上野大根入り(980円～)
その他、信州諏訪みそ天井会に参画する「すわっこランド」、「すし春」、「民芸食事処 やまさや」、「秋月」でも期間限定で上野大根メニューが登場予定です。

食べる呑む

03 晩酌企画「信州ジビエを食べよう！」



美容と健康に、鹿肉や猪肉などの信州ジビエはいかがですか？3軒の飲食店で美味しい信州ジビエを食べ比べ！ジビエ料理は豚肉・牛肉に比べて、高タンパク・低カロリーなので、ダイエットにも適しています。

日程 2/27(金) 19:00~21:00
料金 3,500円(3軒の食べあるき代※飲料別途)
定員 大人20名(最少催行人員4名)
集合 そば処さくら
(辰野町辰野1472-4 P有)
会場 辰野町ジビエ料理提供店(そば処 さくら・山賊焼とちっこ・居酒屋かじか)(JR辰野駅周辺)

服装 十分な防寒着でご参加ください。
備考 未成年またはお車を運転される方の飲酒はご遠慮ください。申込み締め切り後のキャンセルは全額ご負担いただきます。

ガイド 野澤 隆生さん
ウェブ予約 zoola.jp (No.14-1003)
電話予約 0266-41-1111(辰野町産業振興課観光推進室) **予約〆切** 10日前

まちあるき

04 糸都岡谷の昔と現在



明治～昭和初期に「糸都 岡谷」として、その名を世界にとどかせた岡谷。その歴史を学べる「シルクファクトおかや」を館長による解説付きで見学します。さらに古くは製糸工場だった吉田館で最新技術を使った植物工場を見学します。

日程 3/29(日) 13:30~15:00
料金 大人1,500円/子ども1,000円(入館料・飲み物・土産付)
定員 大人/子ども5名(最少催行人員3名)
集合 岡谷蚕糸博物館
(岡谷市郷田1-4-8 P有)
会場 岡谷蚕糸博物館、エービーエヌ(株)
服装 暖かい服装でご参加ください。

ガイド 高林 千幸さん(岡谷蚕糸博物館館長)、竹内 康裕さん(エービーエヌ(株))

ウェブ予約 zoola.jp (No.14-1004)
電話予約 0266-23-4854(岡谷市観光協会)
予約〆切 4日前

まちあるき

05 美と健康！酒蔵&味噌蔵めぐり



女子力アップ！岡谷の特産品「日本酒」と「味噌」で美と健康をテーマにまちあるきをします。(株)豊島屋では、製造している「甘酒」を、(有)喜多屋醸造店ではあったかい味噌汁を飲みながら、お話を聞きます。参加するだけで、岡谷美人になれるかも！？

日程 3/8(日) 13:30~15:00
料金 2,000円(試飲・土産付)
定員 大人5名(最少催行人員3名)
集合 岡谷絹工房入口前
(長野県岡谷市中央町1-13-17 P有)
会場 (株)豊島屋、(有)喜多屋醸造店
服装 暖かい服装でご参加ください。

備考 当日は酒の仕込み具合で会場が変更になる場合がございます。
ガイド 林 美貴さん(株)豊島屋、佐々木 愛さん(有)喜多屋醸造店

ウェブ予約 zoola.jp (No.14-1005)
電話予約 0266-23-4854(岡谷市観光協会)
予約〆切 4日前

まちあるき

06 熱い志に触れる！酒蔵&味噌蔵めぐり



受け継がれる熱き志を持つ若旦那に会いに行こう！岡谷の特産品「日本酒」「味噌」を古くから作り続けている現場で働く若旦那を訪ねるまち歩きです。寒い時期ですが、歩いて身体が、情熱で心が温まる企画です。

日程 3/28(土) 13:30~15:00
料金 2,000円(試飲・土産付)
定員 大人5名(最少催行人員3名)
集合 岡谷市役所前広場
(岡谷市幸町8-1 P有)
会場 高天酒造(株)、(合資)山万加島屋商店
服装 暖かい服装でご参加ください。

備考 未成年・お車の運転をされる方の飲酒はご遠慮ください。
ガイド 高橋 功さん(高天酒造(株))、小松 豊幸さん(合資)山万加島屋商店

ウェブ予約 zoola.jp (No.14-1006)
電話予約 0266-23-4854(岡谷市観光協会)
予約〆切 4日前

まちあるき

07 冬の風物詩 奈良井宿アイスキャンドルまつり



毎年節分に開催される奈良井宿アイスキャンドルまつり。約1km続く宿場がアイスキャンドルの優しい光で彩られます。そばがきを作ったり、寒い時期に食べられる「とうじそば」で体を温めたら宿場を散策します。地元の方による豚汁、ホットワインなどのあたたかな振舞いも楽しみの一つです。

日程 2/3(火) 16:30～19:00

料金 2,200円

定員 大人10名/子ども10名(最少催行人員4名)

会場 お食事処・甘味処 ころ音(塩尻市奈良井368 P有)

服装 暖かい服装、歩きやすい靴

備考 お酒やホットワインの振る舞いがあります。お車でお越しにご留意ください。

ガイド 奈良井宿観光ガイド部のみなさん

ウェブ予約 zoola.jp (No.14-1007)
予約〆切 4日前

クラフト

08 デコせんバレンタイン!



お煎餅にメッセージをデコレーションして、日頃お世話になっている大切な人にサプライズプレゼントしましょう!カラフルなお砂糖で絵やメッセージを描きます。気持ちが伝わること間違いなし!お砂糖が乾燥するまでの間に新設の「宮町通り社乃風」で自由にランチタイム。お煎餅ができたら諏訪大社に参拝、それぞれの想いを祈願します。

日程 2/7(土)、2/10(火) 10:30～13:30

料金 1,500円(材料費含・食事代別途)

定員 大人/子ども10名(最少催行人員1名)

集合 信州手焼せんべい本舗

(諏訪市中洲201北参道 P有)

会場 宮町通り社乃風

持物 エプロン・三角巾

ガイド 小口 弘子さん(信州手焼せんべい本舗)

ウェブ予約 zoola.jp (No.14-1008)

予約〆切 1日前

クラフト

09 思い出写真を彩る“スクラップブッキング”体験



スクラップブッキングは、写真でつくる癒し系ホビーです。思い出が詰まった写真を台紙に貼りタイトルやイラスト・コメントを添え、世界でたった1つのアルバムを作るペーパークラフト。荒神山公園で開催中の「たつの荒神山温泉春まつり・ひな祭り」、ホテルのランチと合わせて充実のひと時を!

日程 2/26(木) 10:00～13:00

料金 2,200円(食事代含)

定員 大人20名(最少催行人員5名)

会場 たつのパークホテル

(辰野町樋口2396-20 P有)

持物 写真5枚以上、鉛筆、消しゴム、30cm定規、はさみ

備考 当日キャンセル:取消料50%
講師 小澤ゆきこ(スクラップブッキング協会認定講師)

ウェブ予約 zoola.jp (No.14-1009)

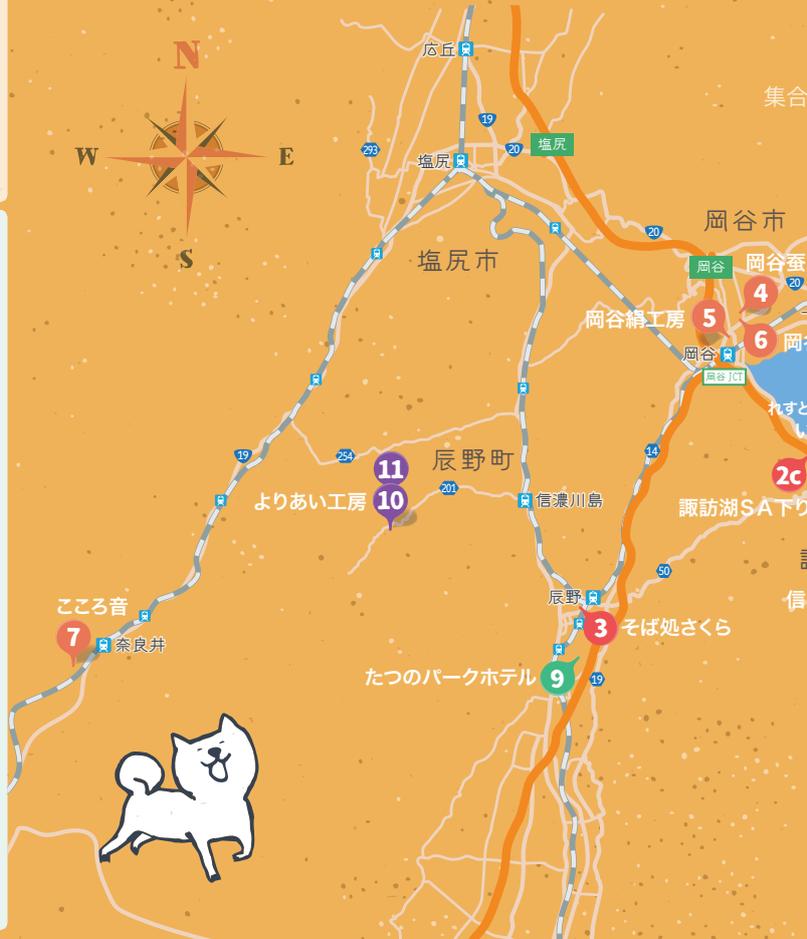
電話予約 0266-41-1111
(辰野町産業振興課観光推進室)

予約〆切 2日前

信州諏訪 温泉泊覧会

ズーラ

たべあるき・まちあるき
寒くても心あたたまる



アート

10 11 伝統工芸品「龍溪硯」製作体験



りゅうけいすずり

地元産の龍溪石を使った、手軽にできる文鎮、本格的な硯の製作体験です。文鎮は半日コース、硯は1日コース。江戸時代から続く和硯の歴史をたずねてみてはいかがでしょうか。町内で活動する唯一の作家、清泉堂三代目秀石に学びます。

日程 3/1(日) 10:00～

会場 信州ふるさと農村公園
グリーンビレッジ横川
「よりあい工房」
(辰野町大字横川12766 P有)

持物 エプロン(前掛け)

服装 作業のできる服装

講師 深澤 秀石(秀教)さん(硯工房清泉堂)

電話予約 0266-41-1111
(辰野町産業振興課観光推進室)

予約〆切 10日前

10 硯コース 10:00～15:00

料金 7,500円(昼食そば代含)

定員 大人4名(最少催行人員2名)

ウェブ予約 zoola.jp (No.14-1010)

11 文鎮コース 10:00～13:00

料金 2,000円(昼食そば代含)

定員 大人5名(最少催行人員2名)

ウェブ予約 zoola.jp (No.14-1011)

プログラムリスト

開催期間：2015年1月～3月

ものづくりにアウトドア！
冬の体験プログラム 18

会場・集合場所マップ

場所と会場が異なるプログラムは集合場所を示しています



注意事項 ※プログラムの申し込み前に必ずお読みください。

- ✓ 定員のあるものは、申し込み先着順で定員に達し次第予約受付終了となります。
- ✓ 子どもの参加は、保護者同伴でお願いします。
- ✓ 最少催行人員に満たないものは、実施を中止する場合がございます。この場合、お申込みいただいた方には主催者からご連絡致します。
- ✓ プログラムごとに予約締切日がありますので、各申込先にご確認ください。
- ✓ 天気の状況により中止の判断をしたものは、前日に主催者からご連絡いたします。
- ✓ やむをえずキャンセルする場合は、申込先まで必ず電話連絡ください。zoola.jpからお申込みの場合はTEL：080-4361-8842（ズーラ実行委員会事務局）まで。



みんなで冬の体験に行くズラ〜♪

冬のアウトドア

12 諏訪湖の恵みスペシャル！わかさぎ釣り体験



諏訪湖博物館の名物館長によるおもしろくてためになる諏訪湖の話聞き、冬の風物詩「わかさぎ釣り」を体験します。舟に乗ったり揚げたてのわかさぎを味見したり、初心者も子どもも楽しめます。釣りの疲れは帰りに、しもすわ温泉で癒してください。

日程 2/8(日)、2/15(日)、2/22(日)、3/1(日)、3/8(日) 8:30～11:30
料金 大人4,000円/子ども2,500円
定員 大人/子ども10名(最少催行人員10名)
集合 諏訪湖博物館・赤彦記念館(下諏訪町10616-111 P有)
会場 諏訪湖、諏訪湖博物館、湖畔の湯
持物 防寒着、袋(釣った魚を入れるもの)、お風呂セット

備考 湖畔の湯入浴券付(1年間有効)。天候等により中止する場合は当日7時までにご連絡いたします。
ガイド 宮坂 徹さん(諏訪湖博物館)、津金 正通さん(諏訪湖旅館)

ウェブ予約 zoola.jp (No.14-1012)
電話予約 0266-26-2102(下諏訪観光協会)
予約締切 2日前

ミュージアム&温泉めぐりスペシャルクーポン びゅ 美湯一ポン



寒い冬の諏訪湖。でも諏訪湖の周りにはとても素敵な美術館・博物館が並んでいます。それから、湯量豊富な温泉があります。今年の冬は美術館のアートに触れて心を、温かい温泉に浸かって身体を、ほっこり温めていただけるクーポンをご用意しました。

対象 クーポン販売旅館にご宿泊またはお食事で旅館をご利用の方(日帰り入浴利用は対象外)

販売 3月末まで 対象施設の営業時間(ご利用期間：2015年7月末まで有効)
料金 1枚1,500円(右記施設の中から3ヶ所分)
会場 右の旅館および美術館
販売 クーポン付き宿泊プラン、または旅館のフロントでお求めください。
備考 クーポンを使い切らなくても返金・換金はありません。施設は予告なく休館する場合があります。

クーポンが使える旅館

油屋旅館 ☎ 0266-52-2222
 すわ湖苑 ☎ 0266-52-5050
 諏訪湖ホテル ☎ 0266-52-2151
 双泉の宿 朱白 ☎ 0266-52-2660
 諏訪レイクサイドホテル ☎ 0266-53-5353
 上諏訪温泉しんゆ ☎ 0266-54-2020
 むのはん ☎ 0266-52-5500
 浜の湯 ☎ 0266-58-8000
 ホテル鷺乃湯 ☎ 0266-52-0480
 ホテル紅や ☎ 0266-57-1111
 RAKO 華乃井ホテル ☎ 0266-54-0555

※ クーポンは対象旅館で販売

クーポンが使える美術館

ガラスの里
 諏訪市原田泰治美術館
 オルゴール博物館「奏鳴館」
 時の科学館「儀象堂」
 ハーモ美術館

冬のアウトドア

13 親子ワンデイスノーキャンプ



北八ヶ岳の標高1,800mにある静かな森の中で1日雪遊びをします。雪の達人とかまくら作りやソリ遊びをして、かまくらの中で餅焼きやおでんを楽しみます。午後からスノーシューをはいて森の中を探検！自然の魅せる雪景色の美しさや澄んだ空気的美味しさに触れながら雪と友達になれる1日をお楽しみください。

日程 2/7(土)、2/8(日)、3/21(土)、

3/22(日) 10:00~14:30

料金 大人3,500円/子ども2,800円(昼食、おやつ、スノーシュー・ソリ・レンタル代含)

定員 10組(最少催行人員1組)

会場 茅野市千駄刈自然学校
(茅野市北山5513-341 P有)

持物 スキーウェア程度の防寒着、帽子、手袋、靴下、ザック

備考 キャンセル料：3日前から発生
ガイド 岡本 巖さん・村松 邦彦さん・榎谷 まりさん(NPO蓼科・八ヶ岳国際自然学校)、自然学校インタープリターのみなさん

ウェブ予約 zoola.jp (No.14-1013)

電話予約 0266-67-1115
(NPO法人蓼科・八ヶ岳国際自然学校)

予約〆切 7日前

冬のアウトドア

16 スノーシューピクニック



雪の季節ならではのスポーツ「スノーシュー」はいかがですか。初心者にもやさしいコースを選びました。歩き方講習、アニマルトラッキング(動物の足跡探し)を織り交ぜながら雪原を歩いていきます。絶景ポイントに到着したらティータイム。

日程 2/7(土)、2/14(土)、2/28(土)
9:00~12:00

料金 大人3,000円/子ども2,000円
(スノーシュー&ストックレンタル料、おやつ代含)

定員 大人/子ども10名(最少催行人員2名)

集合 八ヶ岳美術館駐車場
(原村17217-1611 P有)

会場 八ヶ岳森の小径ウォーキングコース
持物 雪山に対応した防寒着、帽子、手袋、登山靴又は防寒対応の長靴
備考 天候や参加者の足並みにより、途中で引き返す場合があります。

ガイド 石川 高明さん

ウェブ予約 zoola.jp (No.14-1016)

予約〆切 2日前

冬のアウトドア

14 冬山体験スノーシュー入門ツアー



スノーシューは、雪の中を自由に歩くことができるこの冬注目のアイテムです。スノーシューの使い方や歩き方を優しいスタッフに教わってアルプスの絶景が見える日向小場展望台を目指します。冬の動物や足跡を探すなどの自然観察や銀世界での写真撮影などを楽しみます。大自然の中で心と体のエネルギーをチャージできます。

日程 2/7(土)、2/11(水・祝)
9:30~15:00

料金 大人3500円(スノーシューレンタル代1500円別途)

定員 大人/子ども20人(最少催行人員2人)

会場 茅野市千駄刈自然学校
(茅野市北山5513-341 P有)

持物 スキーウェア程度の防寒着、帽子、手袋、靴下、ザック、スノーブーツ、昼食

備考 キャンセル料：3日前から発生
注意事項：雪の森を3時間程度歩ける方が対象。

ガイド 須藤 敏和さん(NPO 蓼科・八ヶ岳国際自然学校/八ヶ岳ガイド協会所属)、自然学校インタープリターのみなさん

ウェブ予約 zoola.jp (No.14-1014)

電話予約 0266-67-1115
(NPO法人蓼科・八ヶ岳国際自然学校)

予約〆切 7日前

冬のアウトドア

17 富士見の日特別企画！プレミアムスノーシューツアー in 入笠山



雪山初心者の方も大歓迎！スノーシューを履いて、純白の世界にでかけよう！冬の入笠山の自然散策をしながら絶景ポイントを巡ります。ふかふかの雪の上でのスノートレッキングはとっておきの体験になること間違いなし！また、山小屋で食べるホットランチは格別です。

日程 2/22(日) 9:00~14:30

料金 大人/子ども6,000円
(スノーシューレンタル料、ゴンドラ料金、昼食代含/富士見の日限定特別価格)

定員 大人/子ども30名(最少催行人員5名)

集合 富士見パノラマリゾート
(富士見町富士見6666-703 P有)

会場 入笠山(富士見町)

持物 手袋、帽子、スキーウェア、飲み物
備考 対象年齢13歳以上。悪天候の場合は中止、

またはコース変更となる場合があります。「ミニアドベンチャー in パノラマ」との合同企画。「富士見の日」のイベントも同時開催(詳細は町HPをご覧ください)

ガイド 富士見町おもてなしガイドのみなさん

ウェブ予約 zoola.jp (No.14-1017)

電話予約 0266-62-5757(富士見町観光協会)
予約〆切 2日前

冬のアウトドア

15 冬山入門 バックカントリースキーツアー



山の中を滑るバックカントリースキーは、かかとが上がるテレマークスキーを使って、登山道を歩いたり斜面を滑ったりとアクティブに冬の大自然を満喫できます。また、八ヶ岳の自然が作り出す霧氷や真青な空と真白な雪の対比などの景色は大きな感動を与えてくれます。八ヶ岳を熟知したガイドが案内しますので、安全に楽しみ方を指導します。※スキーでブルーコーゲンができる人が対象となりますのでご注意ください。

日程 2/14(土)、3/4(水)、3/8(日)、
3/15(日) 9:30~15:00

料金 大人/子ども4,000円、
ロープウェイ代別途900円、
専用スキーレンタル代別途2,500円

定員 大人/子ども10人(最少催行人員2人)

集合 北八ヶ岳ロープウェイ山麓駅
(茅野市北山4035-2541 P有)

会場 北八ヶ岳ロープウェイ山頂駅周辺

持物 スキーウェア程度の防寒着、

帽子、手袋、靴下、ザック、
スノーブーツ、昼食

備考 キャンセル料：3日前から発生
ガイド 小林 晃さん(NPO蓼科・八ヶ岳国際自然学校)、自然学校インタープリター・北八ヶ岳バックカントリークラブのみなさん

ウェブ予約 zoola.jp (No.14-1015)

電話予約 0266-67-1115
(NPO法人蓼科・八ヶ岳国際自然学校)

予約〆切 7日前

冬のアウトドア

18 富士見の日特別企画！絶景！スノートレッキングツアー in 創造の森



純白の世界にでかけよう！自然散策をしながら絶景ポイントを巡ります。日本三大高峰の富士山・北岳・奥穂高岳を望む、180度の大パノラマを楽しめます。絶景を楽しみながら、ホットドリンクと富士見町の美味しいスイーツで富士見町を丸ごと満喫してください！

日程 2/22(日) 10:00~12:00

料金 大人1,500円/
子ども600円(3歳~小学生以下)
(リフト代含、スイーツ・ホットドリンク付)

定員 大人/子ども20名(最少催行人員10名)

会場 富士見高原リゾート
(富士見町境12067 P有)

持物 手袋、帽子、スキーウェアなど歩きやすく暖かい服装、長靴かスノーブーツ(無い場合は長靴レンタル可、別途

500円)、ゴーグルまたはサングラス
備考 3歳~小学生以下保護者同伴必須。
悪天候の場合は中止となる場合があります。「富士見の日」同時開催。
(詳細は町HPをご覧ください)

ガイド 富士見町おもてなしガイドのみなさん

ウェブ予約 zoola.jp (No.14-1018)

電話予約 0266-62-5757(富士見町観光協会)
予約〆切 2日前

Suwaichi Week Night Suwaichi

スワイチウィーク & 夜のスワイチ

スワイチ開催中に各店舗の特色を活かした様々なイベントが行われます！昼も夜も仲間を誘って出かけよう！

下諏訪 リンパサロンミネラル(長崎酒店とコラボ！)

お酒で心をほぐす前に体をほぐす会

ほっとバーの前に、足つぼ押しして体を癒して元気にきれいに！
足湯コーナーも設置します！

3月28日(土)

予約優先です

料金 1回 ¥1,000
時間 13:00~18:00
場所 長崎酒店(下諏訪町10616-66)
主催 リンパサロンミネラル
WEB <http://www.mineral-salon.com>
TEL 0266-57-3677



富士見町 オステリア・アジアート

6市町村の地元食材でランチのデザートを!

スワイチが開催される6市町村産の食材が週代わりでランチデザートに登場！地元食材がどんなスイーツになるのかお楽しみ。詳しくはブログ等をご覧ください。

2月第1週~3月第2週まで(日曜日定休)

要予約

料金 ¥1,700コース(税込)、¥2,200コース(税込)
時間 lunch 11:30~14:00(C.L. 15:00)
場所 Osteria agiato オステリアアジアート
(富士見町落合9942-1)
WEB <http://ameblo.jp/agiato-osteria/>
TEL 0266-62-7040(日曜日定休)



上諏訪 DANLO

スワイチ限定デザートランチ

年に一度のランチ営業。
前菜+スープ+パスタ+自家製パン+あたたかいデザート+つめたいデザート+cafe

3月14日(土)

要予約 各回定員15名
料金 ¥3,500(税込込み)
時間 11:00~/13:00~ 2部制
場所 イタリア田舎料理DANLO
(諏訪市大手2-16-12)
TEL 0266-53-0021(日曜日定休) WEB <http://danlo.net/>



下諏訪 長崎酒店

酒屋の毎週ほっとバー

ジャンルの違うおいしいお酒を週替りに楽しもう!

2月 28日(土) 冬の外国ビールを楽しむ会
3月 7日(土) 美味しいワインとチーズの楽しみ
3月 14日(土) ホワイトデーに春待ち日本酒を飲もう
3月 28日(土) 冬の終わりに本格焼酎

要予約(最寄り駅より送迎いたします)

料金 各回 ¥3,000
時間 各回 19:00~
場所 長崎酒店(下諏訪町10616-66)
主催 (有)長崎酒店
WEB <http://www.lcv.ne.jp/~sakaya/>
TEL 0266-27-7440(月曜日定休)



岡谷 市内の参画飲食店

街コイ 春待ちBAR



岡谷の街を食べ歩き飲み歩き。3500円の街コイチケットで5軒の店をハシゴができます♪1軒毎に、飲み物1杯+自慢の料理1品!初めてのお店も安心です!お得に岡谷の街を呑み食い歩き♪

3月6日(金)~3月11日(水)

前売 ¥3,500(2月中旬よりララチャレンジ広場、参加飲食店にて販売予定)
時間 参加店舗営業時間 主催 おかや街コイ実行委員会
TEL 0266-23-2345 おかや街コイ実行委員会(岡谷商工会議所内 清水)

下諏訪 長崎酒店

「ひな街道まつり」春風亭ぴっかりさんの落語会

女性落語家。春風亭小朝師匠の直弟子です。
ひな祭りとホワイトデーをかけてお白酒(甘酒)をふるまいます。

3月14日(土)

前売 ¥2,500(お早めにどうぞ)
時間 16:00~18:00
場所 ハウスカ 岩村建設展示場(下諏訪町社7472-4)
主催 (有)長崎酒店
TEL 0266-27-7440(月曜日定休)



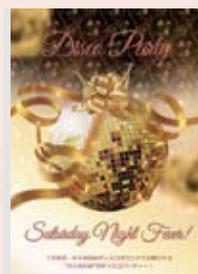
茅野市 the Piano Man

Disco PARTY!~サタデーナイトフィーバー~

70年代~80年代のディスコサウンドでお贈りする“大人のための”ディスコパーティー!

3月21日(土)

前売 ¥2,000(1ドリンク・1フード付)
当日 ¥2,000(ドリンク・フード別)
時間 19:00~24:00
場所 Bar & Live the Piano Man
(茅野市ちの3502-1 地下一階)
TEL 0266-78-6922 WEB <http://www.pianoman.bz/>



スワイチウィークと夜のスワイチの会場は「スワイチ」の各該当エリアのマップ内に表記されています。

さいかちゃん

諏訪アライアンスプロジェクト「さいか」って?

諏訪地方を賑やかにしようと、たのしく活動している仲間たちのゆるやかな連携組織です。

信州諏訪温泉泊覧会「ズーラ」って?

地域資源の掘り起こしをしながら、人々に感動を与えるような体験プログラムを開発し、地域の活性化と新たな観光として効果を与えるオンパイク手法を取り入れた官民一体の連携組織です。

ずら坊

