

好きにいいこう、 みなみまきむら。

野辺山高原・八ヶ岳



澄んだ空気と星降る夜空。
爽やかな高原と美しい山々。
行きたい、行こう。
好きなものに出会い、
これから好きになるものに出会う旅へ。

好きに
いこう、
みな
みまき
むら。

CONTENTS

- 03 星空観測のすすめ
- 05 トレッキングのすすめ
- 07 登山のすすめ
- 09 建築散歩のすすめ
- 10 おいしいもの、食べにいこう
- 11 サイクリングのすすめ
- 13 みなみまきむら MAP



星降る夜がここにある。

check!

手ぶらde 星空観賞会

初心者の女性に向けた天体観測イベント。開催時期などはfacebookでご案内しています。



日本三選星名所 野辺山高原

天文学者が選ぶ日本で一番きれいな星空ベスト3のひとつ、野辺山高原。野辺山高原は標高が高く、市街地などの光の影響を受けません。さらに空気が澄んでいるため、星がとてもきれいに見えます。冬には日本で見ることのできる79の星座をすべて楽しむことができます。



MAP 35 (C-3) 国立天文台 野辺山宇宙電波観測所

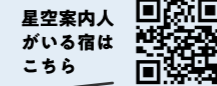
海外からも多数の研究者が訪れ、宇宙の解明のために観測、研究を行っています。高原の中に複数のパラボラアンテナが並ぶ光景は圧巻。直径45mの宇宙電波望遠鏡の精度は、宇宙電波望遠鏡としては世界一！ 構内の見学は自由で、年に1回特別公開もあります。

南牧村野辺山 462-2
時間：8:30～17:00 (7月20日～8月31日は18:00まで)
休み：12月29日～1月3日 TEL：0267-98-4300 料金：無料
JR 野辺山駅より徒歩約40分 (自転車約15分)



泊まるならここ！

星空案内人は、星空や宇宙の楽しみ方を教えてくれる案内人の資格です。星空案内人がいるお宿で星のお話を聞いてみてはいかがでしょうか。



MAP 55 (C-3) 拡大3 ハケ岳グレイスホテル

全室からハケ岳連峰を一望できるホテル。自社農園で育てた野菜と地元食材によるお食事も人気。星空案内人による星空鑑賞会を毎晩開催。

南牧村野辺山 217-1 TEL：0267-91-9515
送迎バスあり (野辺山駅から約5分)



MAP 13 (C-3) 滝沢牧場

乳搾りや乗馬体験ができるほか、キャンプ場もある牧場。夜は満天の星を眺めながら寝ることができるかも。

南牧村野辺山 23-1 TEL：0267-98-2222
時間：5～10月 9:00～18:00 (17:30最終入場)
11～4月 9:00～17:00 (16:30最終入場)
休み：5～10月無休、11～4月不定休

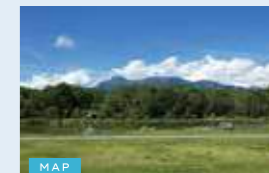
星空観察ならここ！

スターウォッチングマップ



MAP 27 (C-3) 開拓記念碑

絶好の星空観測スポット。高原の畑のど真ん中からハケ岳が見渡せる最高の撮影スポットとしても人気。



MAP 26 (C-2) ハケ岳ふれあい公園

星空観測の名所としてTV番組で紹介されるほど有名な場所。池の周りの芝生で寝ころびながら流星群ウォッチはいかがでしょうか？

よみちのすすめ

南牧村農村文化情報交流館 ベジタボール・ウイズ



MAP 16 (C-3) 子どもと楽しめる施設

フライトシミュレーターやプラネタリウムが子どもたちに人気。
南牧村野辺山 412-1
時間：8:30～17:00
休み：5～9月無休、10～4月毎週月曜 (祝休日の場合は翌日)
料金：無料 (アトラクションは有料)
TEL：0267-91-1771



天空に一番近い列車
ハイレール
HIGH RAIL 1375

車内は四季の星々をあしらったシートが配置され、半球形ドームのギャラリーでは星空の映像が流れる中、天文関連書籍を閲覧できる観光列車。夜に運転する「HIGH RAIL 星空」は、野辺山駅の停車時間中 (約50分) に星空案内人による星空観察会を開催しています。子どもから大人までワクワクする列車の旅になるはず。[HIGH RAIL 1375] は乗車券と指定席券が必要です。ご利用の際は事前に指定席券をお買い求めください。



02 トレッキング のすすめ

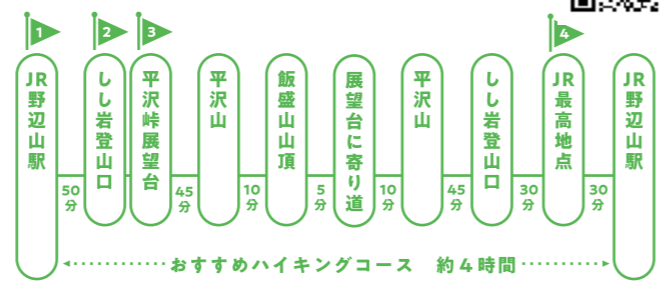
MAP 41 meshimoriyama
飯盛山

ご飯を盛ったような美しい山の形から「めしもりやま」と呼ばれています。低山で登りやすく、人気スポットです。山頂からは八ヶ岳はもちろん南アルプス、富士山、浅間山、秩父連峰まで360度の大パノラマを満喫できます。

山頂の大パノラマに感動!



トレッキングマップ

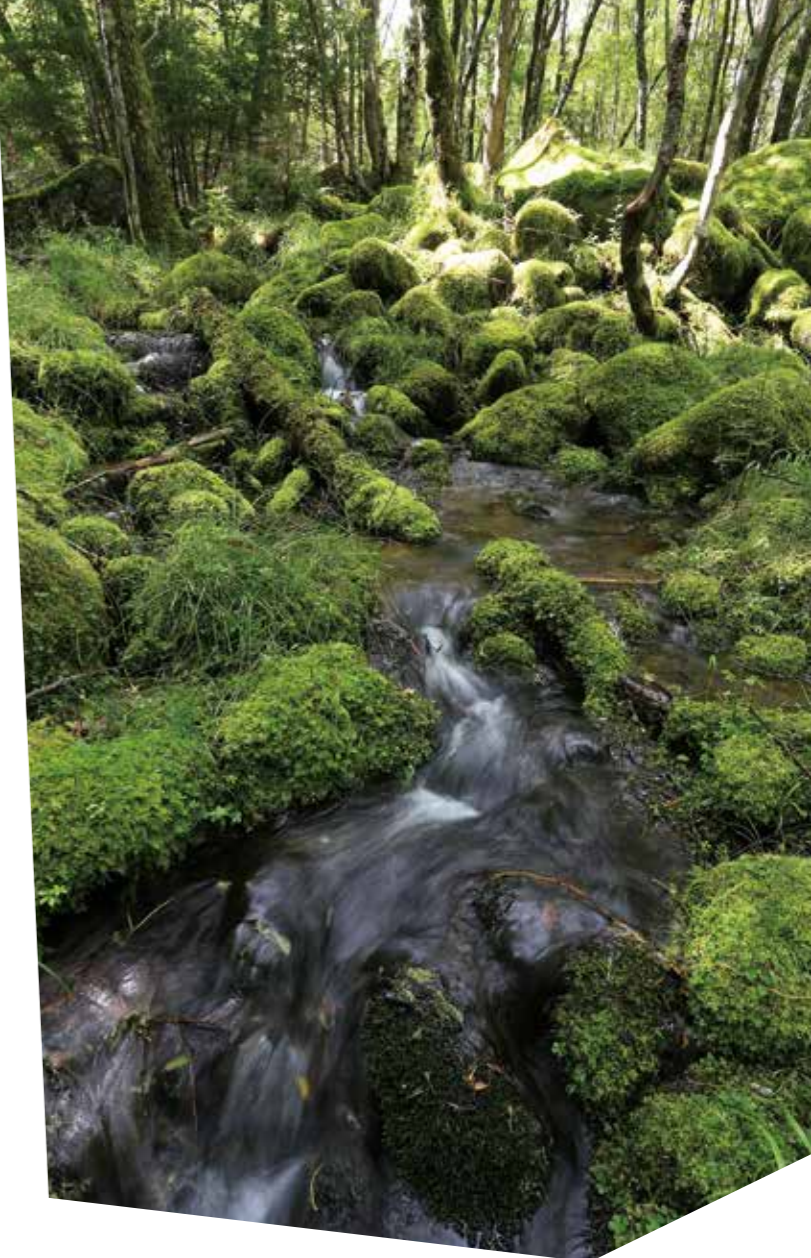


清里駅から飯盛山を目指すコースもあるよ。(所要時間 約3時間)

JR 清里駅→15分→千ヶ滝(大門川)→25分→平沢公民館→45分→飯盛山山頂→15分→平沢山→45分→しし岩登山口→45分→野辺山駅



野辺山駅までは高原列車小海線で。
車窓からは八ヶ岳や富士山、奥秩父、南アルプス、浅間山などの山々が望まれ、「山岳展望列車」としても有名です。



MAP 42 (B-3) **苔と湧水の南沢遊歩道**



八ヶ岳の山麓にある「苔と湧水の南沢遊歩道」では、苔むす森と苔の中を流れる湧き水を楽しむことができます。

全長：片道約1km
周遊時間目安：約30分
駐車場：県界尾根登山口
※林道ゲートから苔エリアまで約3.8Km、徒歩45分



こもおすすめ

遊歩道に向かう林道の途中でふくろうに出会えるかも?



MAP 76 (C-5) 拡大2
1 JR野辺山駅
JRの駅の中で日本一の高さ(標高1345.67m)を誇り、宇宙に一番近い駅として有名。駅前からは八ヶ岳の主峰、赤岳がよく見えます。

MAP 38 (C-4) 拡大2
2 しし岩
獅子の横たわる姿に似ていることからしし岩と呼ばれています。八ヶ岳を望むビュースポットです。(トイレは冬期閉鎖)

MAP 38 (C-4) 拡大2
3 平沢峠展望台
八ヶ岳連峰を一望できるおすすめのスポットです。飯盛山の登山の際に、その中でも一番高い場所がこのJR最高地点(標高1,375m)。野辺山駅と清里駅の間にあります。

MAP 33 (C-3) 拡大3
4 JR最高地点
日本一高いところを走るJR小海線。その中でも一番高い場所がこのJR最高地点(標高1,375m)。野辺山駅と清里駅の間にあります。

MAP 7 (C-3) 拡大2
take out café カントリー
出発前にサンドウィッチを買って山頂でランチ。おにぎり派ならコンビニへ。

MAP 11 (C-3) 拡大3
レストラン 最高地点
JR最高地点にある山小屋風の和風レストランでちょっと休憩。

お店一覧

飯盛山は高山植物の宝庫!

- サクラスミレ (5月中旬~6月上旬)
- アヅムシソウ (8月~10月中旬)
- シモツケソウ (7月中旬~8月下旬)
- アサマフウロ (7月下旬~9月中旬)
- スベキトラノオ (6月中旬~7月中旬)
- ニッコウキスゲ (6月下旬~7月下旬)

MAP 22 (C-2) **湯川溪谷**
大小たくさんの滝が流れ落ち、新緑や秋の紅葉など四季を通して散策を楽しめます。冬は巨大な氷瀑になり、写真家たちに人気のスポットです。
JR海尻駅より徒歩90分

息をのむ景色がつづく道。



登山とセットで
楽しみたい温泉

MAP 59 (A-2) 本沢温泉



「雲の上の露天風呂」とも呼ばれ、日本一標高の高いところにある通年営業の露天風呂。標高2,150mの八ヶ岳山麓にあり、登山をしないと入れない温泉です。

八ヶ岳で見られる高山植物

開花時期：6月下旬～7月下旬

- イワカガミ
- イチヨウラン
- イワウメ
- ヤツガタケキスミシ
- 国の天然記念物 / ヤエキバナシヤクナゲ
- ツマトリソウ
- コマクサ
- ウルップソウ
- ミヤマシオガマ
- ツクモグサ

高山植物の女王

yatsugatake
八ヶ岳



南牧村は、八ヶ岳でも人気が高い赤岳、横岳、硫黄岳への登山口が3つあり、バラエティ豊かな登山コースが楽しめます。八ヶ岳の登山シーズンは6月から10月頃。花のベストシーズンは6月下旬から8月下旬まで。八ヶ岳には約1,000種類もの高山植物が咲きます。有名なコマクサや、もしかすると国の天然記念物ヤエキバナシヤクナゲも見られるかも。



赤岳越しに見る富士山



硫黄岳の山頂付近



横岳山頂付近から見る雲海

04 建築散歩

のすすめ



MAP 23 (C-2) **八ヶ岳高原ヒュッテ (旧尾張徳川家本邸主屋)**

国の登録有形文化財。1934年に東京都豊島区目白に建てられた旧・徳川義親邸を1968年に現在の地に移築。設計は『銀座和光』などを手がけた建築家の渡辺仁氏。現在はレストランやティールーム、結婚式場として使われています。

料金：無料
TEL：0267-98-2131（八ヶ岳高原ロッジ）
季節営業のため、営業日についてはお問い合わせの上、ご来館ください。
八ヶ岳高原ロッジから徒歩12分

泊まるならここ！



MAP 14 (C-2) **八ヶ岳高原ロッジ**

標高1,500mに建つホテル。大きな暖炉のある落ち着いた雰囲気のリロビーと、高原らしい静けさが漂うお部屋が心地いい。

南牧村海ノ口 2244-1
TEL：0267-98-2131
送迎バスあり 要予約（野辺山駅から約15分）



MAP 24 (C-2) **八ヶ岳高原音楽堂**

巨匠リヒテルの助言を得て生まれた、席数わずか250の贅沢な木造の音楽ホール。まわりの自然になじむ六角形の建築が美しい。設計は建築家の吉村順三氏。

TEL：0267-98-2131（八ヶ岳高原ロッジ）
施設使用日以外は外観の見学は自由です。
八ヶ岳高原ロッジから徒歩12分
コンサート鑑賞はご予約が必要です。



八ヶ岳高原ヒュッテ

yatsugatake kougen hutte

八ヶ岳の麓に佇む「八ヶ岳高原ヒュッテ」「八ヶ岳音楽堂」は、それぞれ著名な建築家によって設計されました。同じ敷地内に建つ「八ヶ岳高原ロッジ」も落ち着いた雰囲気のホテルです。ティールームで休憩しながら、建築散歩を楽しんでみませんか。



徳川義親は北海道開拓に尽力し、今ではお土産の定番になった「木彫りの熊」の生みの親です。館内では表情豊かな木彫りの熊が出迎えてくれます。

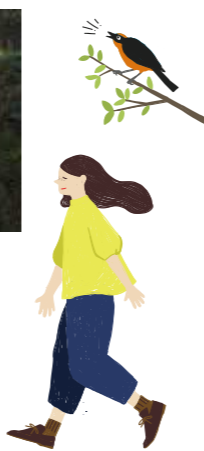


お土産には「幸せを呼ぶ青い鳥」チョコレートが人気。



周辺には気軽に散歩できる遊歩道があります。

早朝のお散歩は気持ちいいですよ。



おいしいもの、食べにいこう。



MAP 11 (C-3) 拡大3 **窓からは雄大な八ヶ岳！ レストラン 最高地点**

JR最高地点にある山小屋風の和風レストラン。おすすめは手打ちそば。

南牧村野辺山 214-32
時間：9:30～18:00、
食事は11:00～
休み：火曜日
(祝日の振替や冬季は臨時休業あり)
TEL：0267-98-3210
JR野辺山駅より徒歩25分、
中央道長坂ICより25分



MAP 1 (D-2) 拡大1 **地元食材を生かした料理 レストラン ストロークハット**

信州牛のステーキなど、地元産にこだわった料理が自慢。

南牧村海ノ口 1086-2
時間：11:00～21:00
休み：木曜日（不定休あり）
TEL：0267-96-2445
JR佐久海ノ口駅より徒歩5分、
中央道長坂ICより40分



MAP 2 (D-2) **ボリュームのある定食が人気 レストラン 141**

黒毛和牛A5使用の焼肉、野菜レストラン。各種定食もご用意しています。

南牧村海ノ口 2057
時間：11:30～15:00、
17:00～21:00
休み：水曜日
TEL：0267-98-2813
JR野辺山駅より車6分、
中央道長坂ICより35分



MAP 10 (C-3) **築230年の古民家でごはん 古民家ごはんとおやつ ふるさと**

地元野菜を中心にしたごはんはやさしい味。おやつもどうぞ。

南牧村野辺山 183-5
時間：11:00～16:00
休み：火曜日
TEL：0267-98-3118
JR野辺山駅より徒歩20分、
中央道長坂ICより30分

みなみまきむらの特産品

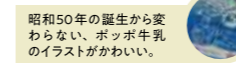
（乳製品）

寒冷地の野辺山高原は乳牛にとって最適な環境。のびのびと育った牛のミルクとそのミルクで作られたヨーグルト、チーズなどの乳製品はこだわりの逸品です。



ヤツレン

直売所に隣接する工場から、輸送時間30分圏内の地元の牧場で搾乳された新鮮な牛乳だけを使用しています。「ポッポ牛乳」の愛称で地元でも親しまれています。



滝沢牧場

自然豊かな滝沢牧場で飼育された牛のミルクで、アイスやプリン、キャラメルなどをつくっています。



（花豆）



花豆は冷涼な地域でしか実らないため、栽培地域が限られます。南牧村（特に野辺山高原）は花の開花時に冷涼な気候となるため、栽培に適し、他産地より大粒の実になります。甘露煮の他、ようかんなどの加工品も販売。

（そば）



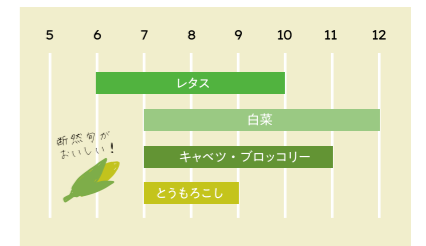
昼夜の大きな気温差はそば栽培にも適しています。朝霧の発生もそばをおいしくしてくれます。村内にはいくつか手打ちそばの店があり、新そばを食べることもできます。新そばを食べるなら10月～12月頃です。

（高原野菜）



標高差が激しいため、昼夜の気温差も大きい野辺山高原。この気温差が野菜をおいしく育てます。直売所ではレタスや白菜など、みずみずしい旬の採れたて野菜が豊富に揃っています。

高原野菜カレンダー



お土産を買うならここ



MAP 64 (C-3) 拡大2 **南牧村農畜産物直売所**

南牧村野辺山 100-4
時間：9:00～17:00
休み：無休（年末年始は休業）
TEL：0267-98-2780
野辺山駅より徒歩5分

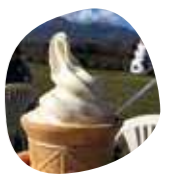


MAP 63 (C-3) 拡大2 **ホワイトラビット**

南牧村野辺山 693-160
時間：9:00～17:00（夏期8:00～18:30）
休み：不定休
TEL：0267-98-3114
野辺山駅より徒歩1分

ソフトクリーム 食べくらべ

南牧村農畜産物直売所
ヨーグルトとソフトクリームを同時に楽しめるヨーグルトソフトが人気。



ホワイトラビット
黄色味を帯びた濃厚ソフトクリーム。

滝沢牧場
搾りたての新鮮な牛乳を使ったコクが自慢。



八ヶ岳高原ロッジ、ヒュッテ、音楽堂の情報はこちら



自転車でしか見れない風景。

nobeyama
自転車で駆ける
野辺山高原

八ヶ岳の雄大な姿を見ながら、高原の空気を満喫できるサイクリング。高原の中を走るだけでもいい思い出がくれるはず。

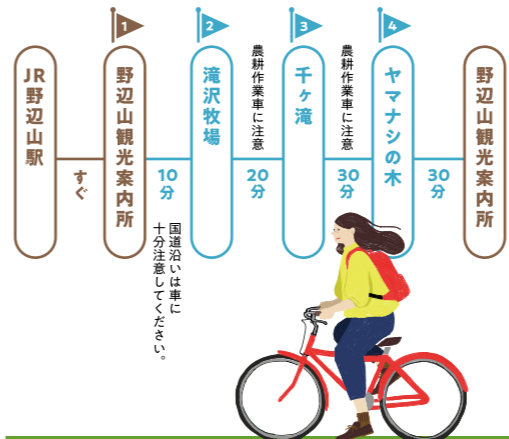


トレイルもおすすめてです。歩く時間の目安は自転車の約3倍。ゆっくり歩いて巡るのも楽しいですよ。



野辺山観光案内所
野辺山観光の拠点。観光情報はこちらでチェック。レンタサイクルも可能です。数に限りがありますが、電動アシスト自転車のご用意もあります。立ち食いコーナーでは、そばやうどんがいただけます。全品テイクアウトOK。
時間：9:00～17:00（食事10:00～15:00）
自転車貸出時間：9:00～15:00
休み：12/29～1/3 TEL：0267-98-2091

ロングコース おすすめ（約3時間）



滝沢牧場
牛の乳搾りや乗馬体験などが楽しめます。ペット同伴での入場も可能で、ドッグランも完備されています。プリンやソフトクリームも人気。(p.4 参照)

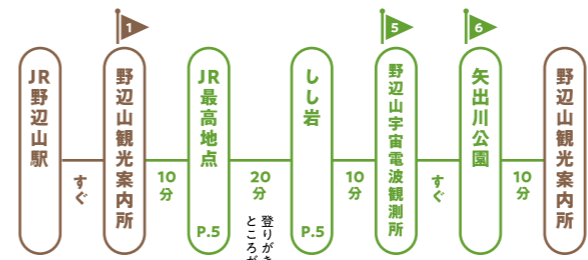


千ヶ滝
森の中の「秘境」とも言えるこの滝は、トップシーズンでも訪れる人の少ない穴場的スポットです。



ヤマナシの木
きれいな白い花が咲く5月頃に訪れるのがおすすめです。

ショートコース おすすめ（約2時間）



野辺山宇宙電波観測所
電波を遮るものが何もないのどかな高原の中にパラボラアンテナが異彩を放っています。(p.4 参照)



矢出川公園
野辺山宇宙電波観測所に隣接。春から秋にかけて、約150種類の山野草が咲きほこります。春にはサクラソウが群生し、スミレやニリンソウとの共演が楽しめます。



ここもおすすめ

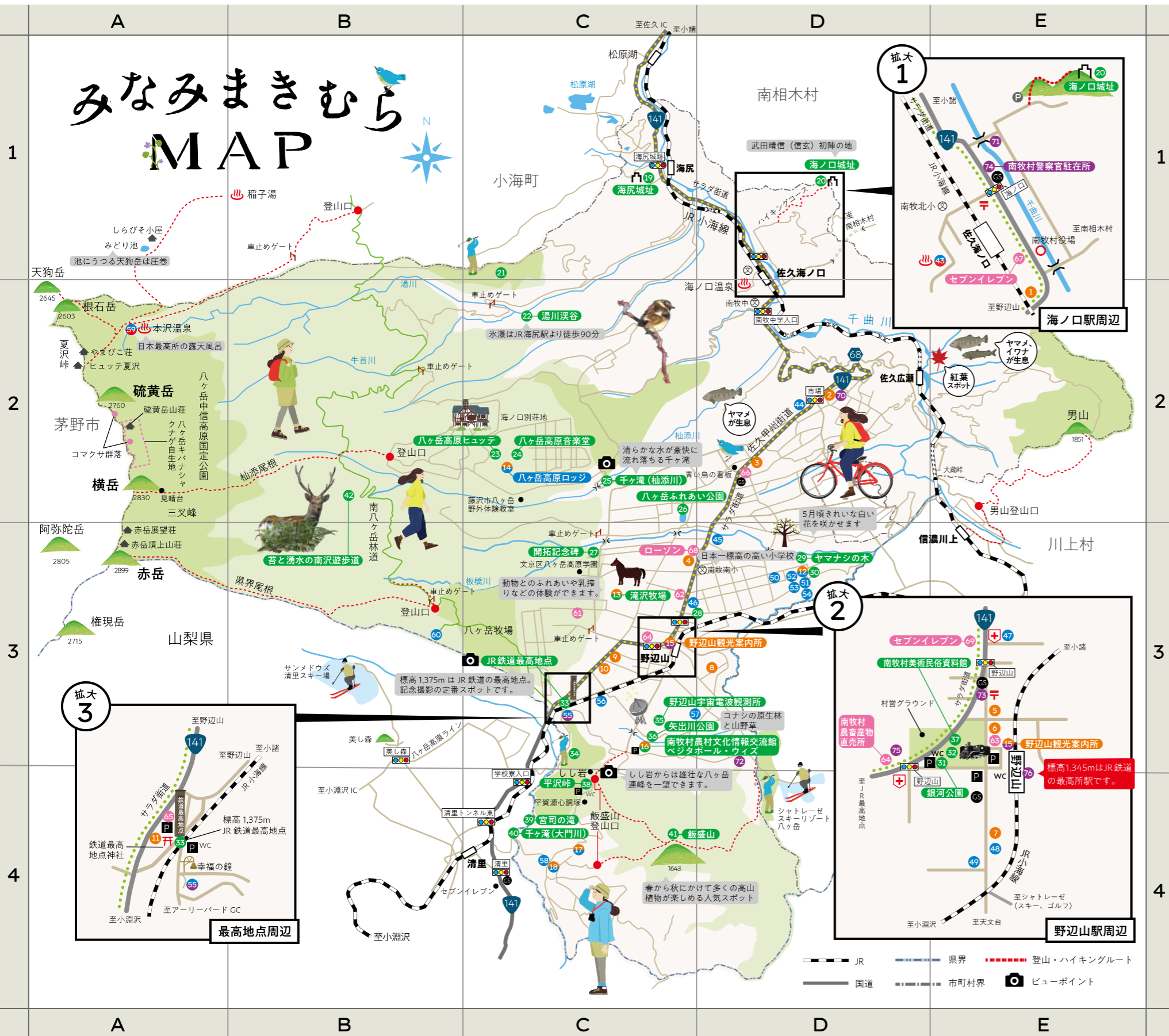


C56（銀河公園内）
かつて小海線を走っていたSL「C56」は、鉄道の最高所を抜けて八ヶ岳山麓の高原地帯を走り、「高原のポニー」の愛称で親しまれました。



南牧村 美術民俗資料館
日本で初めて細石刃と呼ばれる小型石器を発見した矢出川遺跡の出土品や、南牧村に古くから伝わる家具、民具、農具などを展示しています。美術館では、年に数回企画展を行っています。展示内容はHPで確認してください。

みなまきむら MAP



名称	電話番号 [市外局番0267]	マップ
1 レストランストローハット	96-2445	D-2 拡大①
2 レストラン141	98-2813	D-2
3 そば処 あららぎ	98-3181	D-2
4 ドライブイン菊本	98-2155	C-3
5 八宝園	98-2006	C-3 拡大②
6 喫茶 ビクニック	98-2784	C-3 拡大②
7 take out café カントリー	98-2670	C-3 拡大②
8 あったかごはんとお酒 はなふき	98-3238	D-3
9 ラーメンはるき屋	98-4575	C-3
10 古民家ごはんとおやつ ふると	98-3118	C-3
11 レストラン最高地点	98-3210	C-3 拡大③
12 料理の美味しい宿さんかくじょうぎ	98-2795	D-3
13 滝沢牧場	98-2222	C-3
14 リゾートホテル 八ヶ岳高原ロッジ	98-2131	C-2
15 野辺山観光案内所	98-2091	C-3 拡大②
16 南牧村農村文化情報交流館 「ベジタボール・ウィズ」	91-1771	C-3
17 ロッジ牧詩	0551-48-2248	C-4
18 民宿ロッチ飯盛山	0551-48-2975	C-4
19 海尻城址		C-1
20 海ノ口城址		D-1 拡大①
21 八ヶ岳高原カントリークラブ	93-2330	C-1
22 湯川溪谷		C-2
23 八ヶ岳高原ヒュッテ	98-2131	C-2
24 八ヶ岳高原音楽堂	98-2131	C-2
25 千ヶ滝 (仙添川)		C-2
26 八ヶ岳ふれあい公園		C-2
27 開拓記念碑		C-3
28 帝産アイススケートセンター	98-2861	D-3
29 ヤマナシの木		D-3
30 陶工房たわん	98-2882	D-3
31 銀河公園		C-3 拡大②
32 ふくろうの森機関車ひろば (大型遊具)		C-3 拡大②
33 JR 最高地点		C-3 拡大③
34 清里アーリーバードゴルフ場	98-5115	C-3
35 国立天文台 野辺山宇宙電波観測所	98-4300	C-3
36 矢出川公園		C-3
37 南牧村美術民俗資料館	98-3288	C-3 拡大②
38 平沢峠 (しし岩)		C-4
39 宮司の滝		C-4
40 千ヶ滝 (大門川)		C-4
41 飯盛山 (登山)		C-4
42 苔と湧水の南沢遊歩道		B-3
43 滝沢牧場	98-2222	C-3
44 南牧村農村文化情報交流館 「ベジタボール・ウィズ」	91-1771	C-3
45 和泉館	96-2106	D-2 拡大①
46 星と山の宿 りんどう	98-2306	D-2
47 ペンションタイムリー	98-3002	D-3
48 帝産ロッジ	98-2861	C-3
49 ロッチ最高地点	98-2500	C-3 拡大②
50 高原旅館 野辺山荘	98-2027	C-3 拡大②
51 リゾートイン黒岩荘	98-2264	C-3 拡大②
52 ゲストハウス高原野菜	98-3113	D-3
53 ペンションシーナックキャビン	98-4179	D-3
54 ペンション森のふみりい	98-3308	D-3
55 ペンションドライブ気分	98-3225	D-3
56 ペンションかんたんけい	98-3109	D-3
57 八ヶ岳グレイスホテル	91-9515	C-3 拡大③
58 ペンションホルン (B&B)	98-3655	C-3
59 旅人の宿 こっつあんち	98-2817	C-3
60 高原のスポーツランド しんたく山荘	0551-48-2155	C-4
61 湯元 本沢温泉 (山小屋)	0266-72-3260	A-2
62 志木市立八ヶ岳自然の家	98-2297	B-3
63 料理の美味しい宿さんかくじょうぎ	98-2795	D-3
64 滝沢牧場	98-2222	C-3
65 リゾートホテル 八ヶ岳高原ロッジ	98-2131	C-2
66 ロッジ牧詩	0551-48-2248	C-4
67 民宿ロッチ飯盛山	0551-48-2975	C-4
68 海ノ口温泉		D-2 拡大①
69 和泉館	96-2106	D-2 拡大①
70 本沢温泉		A-2
71 湯元 本沢温泉	0266-72-3260	A-2
72 クマ工房	98-2334	C-3
73 ヤマホ青果びっくりり市	98-3844	C-3
74 ホワイトラビット (おみやげ)	98-3114	C-3 拡大②
75 南牧村農産物直売所	98-2780	C-3 拡大②
76 みやげ渡辺	98-2551	C-3 拡大③
77 JA生活店舗「ななちゃんのお店」	98-3155	D-2
78 コンビニエンスストア		D-2 拡大①
79 セブンイレブン (南牧村役場前店)	96-2005	D-2 拡大①
80 ローソン	98-5320	C-3
81 セブンイレブン	98-4578	C-3 拡大②
82 マッサージなど		D-2
83 CORO²@La Mer	090-3142-2800	D-2
84 ありさか治療院	080-9999-0212	D-1 拡大①
85 織月 (マッサージ)	050-8881-5812	D-3
86 在宅マッサージ 施術所のべやま	090-3506-2726	出張
87 からだほぐし屋	080-3595-1345	C-3 拡大②
88 アロマンパ整体シフォン (八ヶ岳グレイスホテル内)	090-5418-0761	C-3 拡大③
89 南牧村警察官駐在所	96-2140	D-1 拡大①
90 ヤツレン	98-2028	C-3 拡大②
91 JR 野辺山駅		C-3 拡大②
92 野辺山観光案内所	98-2091	C-3 拡大②
93 ENEOS (海ノ口)	96-2638	
94 ENEOS (八ヶ岳)	98-2526	
95 ENEOS (西野野辺山)	98-2440	
96 ENEOS (ミルクウェイのべやま)	98-3362	

名称	電話番号 [市外局番0267]	マップ
43 和泉館	96-2106	D-2 拡大①
44 星と山の宿 りんどう	98-2306	D-2
45 ペンションタイムリー	98-3002	D-3
46 帝産ロッジ	98-2861	C-3
47 ロッチ最高地点	98-2500	C-3 拡大②
48 高原旅館 野辺山荘	98-2027	C-3 拡大②
49 リゾートイン黒岩荘	98-2264	C-3 拡大②
50 ゲストハウス高原野菜	98-3113	D-3

名称	電話番号 [市外局番0267]	マップ
51 ペンションシーナックキャビン	98-4179	D-3
52 ペンション森のふみりい	98-3308	D-3
53 ペンションドライブ気分	98-3225	D-3
54 ペンションかんたんけい	98-3109	D-3
55 八ヶ岳グレイスホテル	91-9515	C-3 拡大③
56 ペンションホルン (B&B)	98-3655	C-3
57 旅人の宿 こっつあんち	98-2817	C-3
58 高原のスポーツランド しんたく山荘	0551-48-2155	C-4
59 湯元 本沢温泉 (山小屋)	0266-72-3260	A-2
60 志木市立八ヶ岳自然の家	98-2297	B-3
61 料理の美味しい宿さんかくじょうぎ	98-2795	D-3
62 滝沢牧場	98-2222	C-3
63 リゾートホテル 八ヶ岳高原ロッジ	98-2131	C-2
64 ロッジ牧詩	0551-48-2248	C-4
65 民宿ロッチ飯盛山	0551-48-2975	C-4
66 海ノ口温泉		D-2 拡大①
67 和泉館	96-2106	D-2 拡大①
68 本沢温泉		A-2
69 湯元 本沢温泉	0266-72-3260	A-2
70 クマ工房	98-2334	C-3
71 ヤマホ青果びっくりり市	98-3844	C-3
72 ホワイトラビット (おみやげ)	98-3114	C-3 拡大②
73 南牧村農産物直売所	98-2780	C-3 拡大②
74 みやげ渡辺	98-2551	C-3 拡大③
75 JA生活店舗「ななちゃんのお店」	98-3155	D-2
76 コンビニエンスストア		D-2 拡大①
77 セブンイレブン (南牧村役場前店)	96-2005	D-2 拡大①
78 ローソン	98-5320	C-3
79 セブンイレブン	98-4578	C-3 拡大②
80 マッサージなど		D-2
81 CORO²@La Mer	090-3142-2800	D-2
82 ありさか治療院	080-9999-0212	D-1 拡大①
83 織月 (マッサージ)	050-8881-5812	D-3
84 在宅マッサージ 施術所のべやま	090-3506-2726	出張
85 からだほぐし屋	080-3595-1345	C-3 拡大②
86 アロマンパ整体シフォン (八ヶ岳グレイスホテル内)	090-5418-0761	C-3 拡大③
87 南牧村警察官駐在所	96-2140	D-1 拡大①
88 ヤツレン	98-2028	C-3 拡大②
89 JR 野辺山駅		C-3 拡大②
90 野辺山観光案内所	98-2091	C-3 拡大②
91 ENEOS (海ノ口)	96-2638	
92 ENEOS (八ヶ岳)	98-2526	
93 ENEOS (西野野辺山)	98-2440	
94 ENEOS (ミルクウェイのべやま)	98-3362	

スポーツ好きならこのイベント

星の郷八ヶ岳野辺山高原 100km ウルトラマラソン

1995年から開催され、毎年3,000名以上のランナーが集まる大会。未舗装の林道トレイルやアップダウンのあるタフなコースが名物で、「野辺山100kmを制するものはウルトラを制する」とも言われています。毎年5月頃開催。

冬の楽しみ

野辺山シクロクロス

日本全国のシクロクロス愛好者の大会。泥やフライオーバー(立体交差)などを有すUCI(国際自転車競技連合)規格のコースは本気でレースに臨めるコースです。フリッツやコーヒの香り立ち始める会場での観戦にも力が入ります。毎年11月頃開催。

スキー

野辺山周辺の4つのスキー場

- シャトレゼスキーリゾート八ヶ岳 TEL: 0267-91-1001
- サンメドウズ清里スキー場 TEL: 0551-48-4111
- 小海リエクス・スキーバレー TEL: 0267-93-2537
- 八千穂高原スキー場 TEL: 0267-88-3866

スノーシュー

スノーシューでの散策を満喫できるのは広大な野辺山高原ならではの自然の美しさを身近に感じられます。各宿泊施設でスノーシューを体験できる場所もあります。問: 南牧村観光協会 0267-96-2211

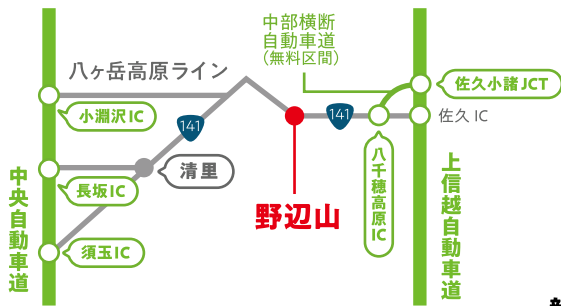
泊まる



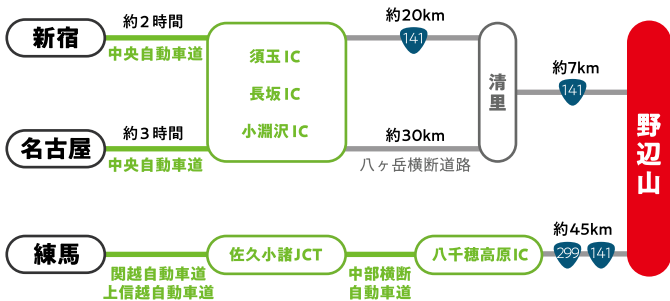
長野県南牧村へのアクセス



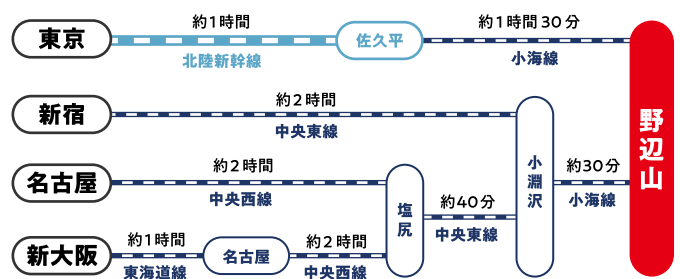
みなみまきむら 南牧村



お車でのアクセス



電車でアクセス



野辺山周遊観光バス 「くるり野辺山」

運行：毎年7～10月（予定）
 停留所（予定）
 野辺山駅→国立天文台野辺山→しらね→JR最高地点→
 滝沢牧場→南牧村農畜産物直売所→野辺山駅
 ※運行が決まり次第、南牧村観光協会のホームページや南牧村のfacebookでご案内いたします。



レンタサイクル

観光協会ホームページやお電話での事前予約も可能です。ご利用ください。
 ※道路状況（凍結等）に応じて貸出をしていない場合がございます。ご注意ください。
 貸出場所：野辺山観光案内所（JR野辺山駅隣）
 貸出時間：9:00～16:30
 休み：12/29～1/3
 TEL：0267-98-2091



お問い合わせ

野辺山観光案内所

〒384-1305 長野県南佐久郡南牧村野辺山 107-5
 TEL：0267-98-2091

南牧村観光協会

（南牧村役場産業建設課内）
<https://www.kanko-nobeyama.jp/>

南牧村役場産業建設課

〒384-1302 長野県南佐久郡南牧村海ノ口 1051
 TEL：0267-96-2211 FAX：0267-96-2227
<https://www.minamikimura.jp/>