

NEXCO中日本 中央道マガジン

CHU-TRIP. Vol. 1

TAKE FREE

January, 2019
2019年1月発行



諏訪を旅する8の理由 “神秘の国”に恋をして

神秘の諏訪湖 / 諏訪大社・四社参り

縄文の郷を訪ねて / 伝統のマタギ料理 / アツアツの「とうじそば」

日本酒蔵元・五蔵巡り / 塩羊羹の秘密 / 八ヶ岳の星降る里

中央道
シーズン
MAP付

2018-19・冬

NEXCO中日本 中央道マガジン

CHU-TRIP. Vol. 1

TAKE FREE

January, 2019
2019年1月発行

中央道
シーズン
MAP付
2018-19・冬

諏訪を旅する8の理由 “神秘の国”に恋をして

神秘の諏訪湖 / 諏訪大社・四社参り

縄文の郷を訪ねて / 伝統のマタギ料理 / アツアツの「とうじそば」

日本酒蔵元・五蔵巡り / 塩羊羹の秘密 / 八ヶ岳の星降る里



【表紙A】 鹿食箸でいただく
信州マタギ亭の猪鍋 (P.8)。
写真=弘瀬秀樹



【表紙B】 凍り付く諏訪湖と
富士。写真=長波明久

CONTENTS

特集 諏訪を旅する8の理由 “神秘の国”に恋をして — ②

- #1 神秘の諏訪湖 / #2 諏訪大社・四社参り
- #3 縄文の郷を訪ねて
- #4 伝統のマタギ料理 / #5 アツアツの「とうじそば」
- #6 日本酒蔵元・五蔵巡り
- #7 塩羊羹の秘密 / #8 八ヶ岳の星降る里

わたしの人生中央道 — ⑫

温泉ソムリエ選・中日本の湯 — ⑭

NEXCO・中の人 — ⑮

中央道シーズンMAP — ⑳

- ◎発行=中日本高速道路株式会社 八王子支社
- ◎制作=株式会社 東急エージェンシー
- ◎企画・印刷=株式会社 千修
- ◎企画・取材編集=正村英樹 (Office「麦」)、秋山光次 (株式会社マージサイド)
- ◎アートディレクション・デザイン=株式会社 Meta Maniera
- ◎本文写真=弘瀬秀樹
- ◎イラスト=すぎやまえみこ (P.22)、アボット奥谷 (P.14-15)
- ◎協力=益山代利子教授 (松本大学総合経営学部観光ホスピタリティ学科)

※本誌に掲載の内容は2019年1月10日現在のものです。イベントや価格、掲載内容などは予告なしに変更となる場合があります。掲載の価格は特に表記がない場合、税込価格です。掲載の距離・時間などは概算のものです。ドライブは計画的に、無理のない安全運転を心がけてください。

特集 — 諏訪を旅する8の理由
“神秘の国”に恋をして

諏訪

S U W A , N A G A N O I S S U E

5000年前、八ヶ岳山麓に縄文文化が栄え、全国に1万有余社ある諏訪神社の総本社が神代より鎮座し、戦国の世では武田信玄がこの地を愛し、そして現代では日本が世界に誇る時計・カメラの精密工業が盛ん…。諏訪には日本人のルーツが全てある。

諏訪を旅する8の理由

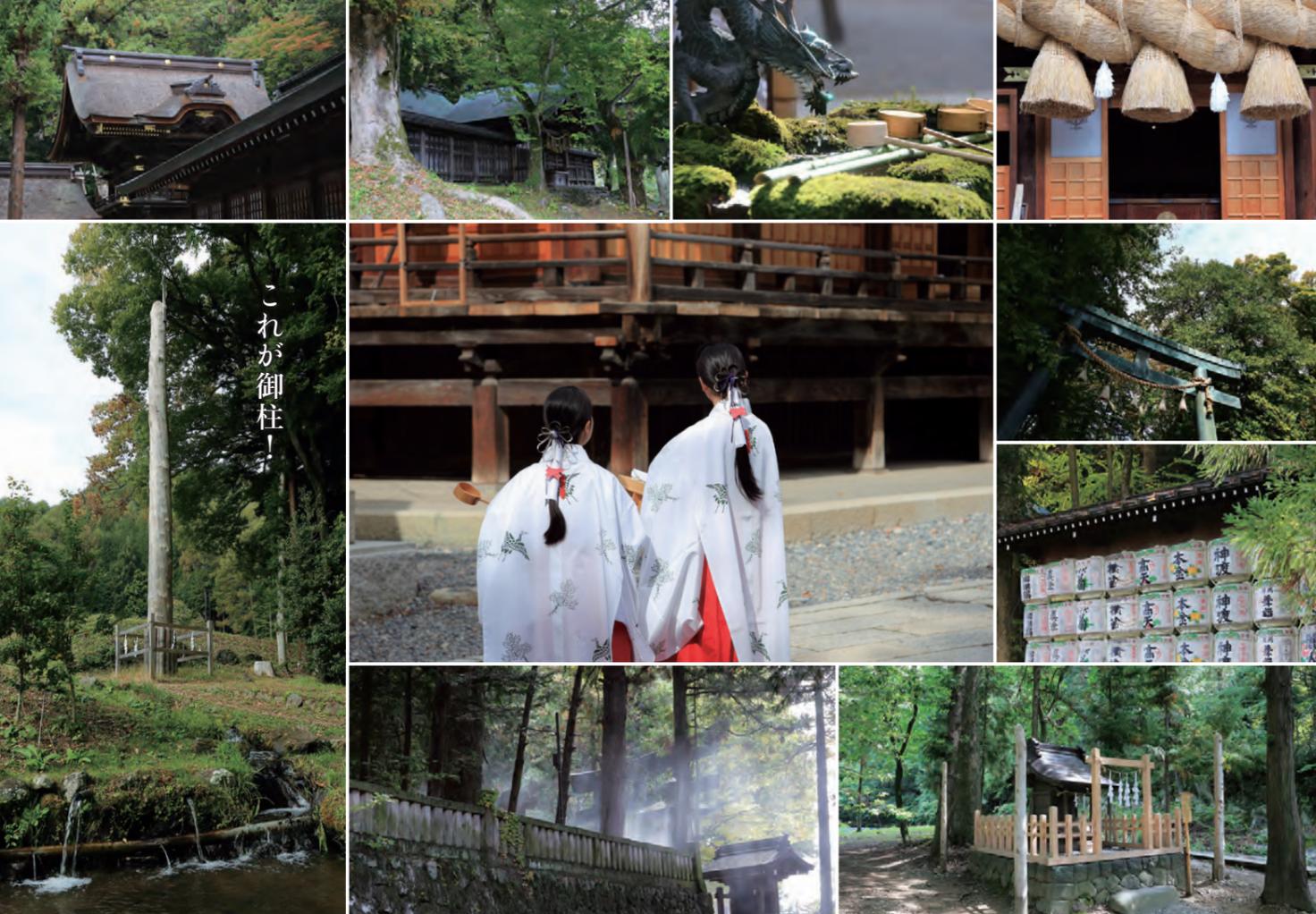
#1 神代から現代まで物語の生まれる地 神秘の諏訪湖

「諏訪」を訪れると否応なしに目に飛び込んでくる「諏訪湖」。夏は花火が有名だが、極寒の冬は湖面が全面氷結し膨張…湖面の面積では足りなくなり、大音響とともに湖面上に亀裂が走り氷がせり上がる自然現象=御神渡り(おみわたり)が有名。諏訪大社上社の男神が下社の女神のもとへ渡った恋の路といわれる。最近では立石公園から観る諏訪湖の光景とアニメ映画『君の名は。』の湖が全くもって似ていると、ファンの聖地になっている。湖面から足が2本突き出ているシーンで有名な『犬神家の一族』もこの地が舞台だそう。

#2

自然そのものが御神体

諏訪信仰の中心 諏訪大社・四社参り



これが御柱！

[右ページ上] 下社春宮の拝殿。華麗な彫刻も見どころの一つ。[右ページ下] 国の重要文化財をはじめとする多くの建造物が残存する上社本宮。御神体山を拝し、本殿を持たない「諏訪造り」という独特の様式。[左ページ上] 四社それぞれに見どころがあり、神秘的な空気を感じることができる。



四社の御朱印を集めると、記念品がいただける。

古事記にも登場
日本最古級の神社、諏訪大社

天下の大祭「御柱祭」で知られる「信濃國一之宮 諏訪大社」。全国各地に1万余ある諏訪神社の総本社で、神位・正一位。日本最古の歴史書「古事記」にも登場するほど長い歴史を持っている。

諏訪湖を挟んで上社本宮、上社前宮、下社春宮、下社秋宮と四社が鎮座する。幣拝殿と片拝殿のみで本殿を持たない「諏訪造り」という独特の様式。諏訪信仰の象徴といえる巨木「御柱」が四隅にそびえ立つ光景からは、圧倒的なパワーを感じる。

*御柱祭(おんはしらまつり)…7年目ごと、寅申の年に行われる大木を山から切り出してこれを社地の四隅に立てる古式の神事。

せっかく車なら、四社を
2時間で巡ってみる

まず最初に回り方だが、決められた参拝の順序はなく、社格の序列や4つのお社に祀られている祭神、ご利益は

同一とされている(ただし地元に住む年配の方のなかには「上社については先に前宮から参拝するのがよい」と言っている方もいる)。なお、上社と下社は車で移動しても30分ほどの距離だが、上社の本宮と前宮、下社の春宮と秋宮はそれぞれが近い距離なので、合わせて参拝するのがよいだろう。

下社の神様は、2月から7月は春宮に住み、8月1日の「御舟祭」で秋宮に移るといわれているので、もしも秋宮、春宮どちらか一方だけを参拝するのであれば、2〜7月は春宮へ、8〜1月は秋宮へと、それぞれ神様が鎮座されているお宮を参拝するのも一案。

行けば分かるあの空気感
霊験あらたかなことこの上ない

鳥居から一步境内へ足を踏み入れると、樹齢数百年の樹々に囲まれ、厳かな空気に背筋がピンと伸びるのが分かる。神社特有のこの感覚は日本人のみぞ知るものらしい。ならばこのパワースポットでたくさんのご利益を受けて帰りたい。



下社春宮の近くに鎮座する阿彌陀如来の石仏「万治の石仏」。高さ約2mの自然石に頭部が乗せられている。芸術家の岡本太郎氏が絶賛したという逸話も。

NAVI

信濃國一之宮 諏訪大社 <http://suwataisha.or.jp/>

上社本宮	MAP ① (P.22) 諏訪ICより約1.7km	[住所] 〒392-0015 長野県諏訪市中洲宮山1
上社前宮	MAP ② (P.22) 諏訪ICより約1.8km	[住所] 〒391-0013 長野県茅野市宮川2030
下社春宮	MAP ③ (P.22) 岡谷ICより約5.3km、諏訪ICより約11.3km	[住所] 〒393-0092 長野県諏訪郡下諏訪町193
下社秋宮	MAP ④ (P.22) 岡谷ICより約6.5km、諏訪ICより約9.9km	[住所] 〒393-0052 長野県諏訪郡下諏訪町5828

万治の石仏 MAP ⑤ (P.22)
岡谷ICより約4.3km、諏訪ICより約12.5km [住所] 〒393-0051 長野県諏訪郡下諏訪町社





#3
悠久の時を肌で感じる
縄文の郷を訪ねて



縄文時代の集落を丸ごと再現!

時空を超え5000年前の日本人に会いにゆく

世の中に知らないことなんてたくさんあったっていいと思う。ましてや5000年前のことなんて、何が本当か分からない…。と、思ってた八ヶ岳連峰に抱かれた茅野市の山間部には縄文時代の遺跡が237箇所もある。そしてそのほとんどが、豪華な装飾の土器や、「縄文のビーナス」と呼ばれる国宝「土偶」が作られた縄文中期(約5000年前〜4000年前)の遺跡。なぜこの地に? と思いながら道を挟んで対する「尖石遺跡」と「与助尾根遺跡」に足を運ぶ。そこには復元された縄文時代の集落があった。湧き水があり小川が流れ、どんぐりの木が茂り陽光がさんさんと降りそそぐ…。なるほど縄文人にとって八ヶ岳山麓が住環境にとっても恵まれていたであろうことを、5000年後の今、改めて知ることができる。

知恵を借り、工夫を凝らして、自然の恵みを余すことなく活かした縄文人の生活や考え方は、長い間日本人の生活の基盤を成してきた。今、縄文ブームが起きているのは、自然と共存共生していた祖先を畏れ敬う、私たち現代人の反省からなのかもしれない。

隣接する「尖石縄文考古館」には、尖石遺跡の出土品をはじめ、国宝土偶「縄文のビーナス」「仮面の女神」が所蔵されている。



仮面の女神

(国宝「土偶」)

仮面を被った姿は、神に代わって祭事を行う女性を表現していると考えられる。やはり妊婦を連想させるシルエット。子孫を残すことがいかに大切だったかがうかがえる。

国宝に認定されている土偶
わずから5体のうちの2体が諏訪に!



縄文のビーナス

(国宝「土偶」)

最大の特徴は妊娠した女性の姿を表現したといわれる大きく張り出した腹部。その姿から、安産や子孫繁栄の象徴と考えられている。



出土状態に見る「仮面の女神」のミステリー

「仮面の女神」は墓地と考えられる場所に横たわり、胴体から右足が外された状態で出土した。人とともに埋葬されたのか、なぜ右足のみ外されていたのか…ミステリアスな魅力に引き込まれる。



趣向を凝らした展示や縄文体験も!

国宝「土偶」2点の趣向を凝らした展示のほか、八ヶ岳山麓から発掘された2000点余りの貴重な考古資料を展示。縄文土器制作や衣装展示など、体験学習も充実。大人も子どもも1日楽しめる。

茅野市尖石縄文考古館

MAP (P.22)
諏訪ICより約10.9km、諏訪南ICより約13.1km

〔住所〕〒391-0213 長野県茅野市豊平4734-132 〔電話〕0266-76-2270
〔開館時間〕9:00~17:00(最終入館16:30) 〔休館日〕月曜(休日の場合を除く)、休日の翌日(この日が休日、土・日曜の場合を除く)など ※臨時休館、開館あり
▷ <https://www.city.chino.lg.jp/site/togariishi/>

【上】尖石縄文考古館には多数の縄文土器や黒曜石の矢尻など、縄文人の暮らしを考察できる資料が収蔵・展示されている。【中央】考古館の裏手にある「与助尾根遺跡」。【下】居住跡のみだが、「与助尾根遺跡」と合わせて縄文時代の空気を感じたい「尖石遺跡」。【左下】「尖石さま」の四隅にも御柱が立てられているのがいかにも諏訪らしい。

#5 まるで“そばのしゃぶしゃぶ” 信州名物、アツアツの「とうじそば」



とうじかごで
さっ!と湯がく

「とうじそば」とは、野麦峠の里に古くから伝わる伝統のそばの食べ方の一つで、小盛りしたそばをとうじかごに入れ、季節の野菜やきのこたっぷりの鍋に浸し、さっと湯がいて食べる。鴨肉を煮込んだつゆの旨味とそばの香りが食欲をそそる。



[左] 松本から夫婦2人で引っ越してきて、すっかりこの岡谷の地(諏訪湖畔)が気に入っているそう。
[右] とうじそば専用の道具「とうじかご」。柄は10年物のイチイの木、その枝を曲げ、輪を作り、すず竹を編んで籠にした山人の作品。



1・2 | 毎日「木鉢」でそば粉をこねる。この最初の工程が大切。3 | そば生地は長さ60cmの生そばに仕上がるようにのす。4 | お客様に目でも味わってもらおうそばを切り上げるために、包丁と心を研ぎ澄まして臨む。

諏訪エリアでは新しい
信州名物 岳家の「とうじそば」

松本地方(奈川)で元々食べられてきた冬の郷土料理「とうじそば」を「そば処 岳家」のご主人が諏訪に持ってきたのは、この諏訪湖畔が大好きだから。そして信州の一部の地方で冬限定で提供される「とうじそば」にこだわっているのは、日本全国にあるそば屋とは違った信州独自のそば屋を作りたかったから。東京でも食べられるもりそばや、ざるそばはもちろん信州でも美味しいが、せっかく遠くから来られたお客様に、こんなに美味しいそばの食べ方があることを知ってもらいたい。だから岳家の看板そばは「一年中」とうじそば。

また、岳家のご主人がそば打ちに専念するため、自家栽培・製粉はしない。曰く「今はそば打ちの腕を磨くことが最重要で、全身全霊を注ぎ込みたい」とのこと。蓼科山西麓のソバ畑で栽培された信濃一割を使った十割そばで「信州そば切りの店」に認定されている。



“神秘の国”諏訪を旅する8の理由

体の芯からあたたまる!



基本メニューは猪鍋のコース(4,000円〜)。岩茸、ジバチの佃煮、鹿肉の味噌漬けなど信州の珍しい郷土料理が6〜8品付く。必ず電話でメニュー、料金を確認し、予約してから。

#4 大自然の恵みを味わう 伝統のマタギ料理



現役のマタギの大將は、寡黙だがとても優しく親切。取材当日も狩りに行って来たそう。

現役マタギ老夫婦が営む「信州マタギ亭」で大自然の恵みに出会う

「信州マタギ亭」の大將は現役マタギで寡黙な料理人。優しい女将さんは「一・犬、二・脚、三・鉄砲ですから」と、マタギが大切にしていることを話し始め、大將は奥で猪の肉をさばき始めた。

諏訪地方には「鹿食免」という狩猟の免許符がある。全国に分布する諏訪神社の総本山・諏訪大社(P.455)が「慈悲と殺傷は両立する」というお諏訪さまの説により発行するものだ。仏教の影響で、殺生は罪悪として狩猟を忌み嫌った江戸時代にも、この神符「鹿食免」を諏訪大社から授かった者は生きるために狩猟をし、「鹿食箸」を使って鹿肉を食べることが許された。そうして諏訪地域の人々は自然からの恵みを授かり、長い冬を乗り越えてきたのだという。

この時期に諏訪に来てまず食べるとしたら、鹿、猪の肉であろう。あえてジビエとは言わず、マタギ料理として味わいたい。

そば処 岳家

MAP ⑧ (P.22)
諏訪ICより約7.6km、岡谷ICより約8.2km

【住所】〒394-0044 長野県岡谷市湊5-13-7 パウワビル3階
【電話】0266-78-8846
【営業時間】11:00〜14:00、17:00〜21:00 [定休日] 水曜・第3火曜(祝日営業)
▷ <http://www9.plala.or.jp/takeya6610/>

信州マタギ亭

MAP ⑦ (P.22)
諏訪ICよりビーナスライン経由約9.5km

【住所】〒391-0216 長野県茅野市米沢北大塩6275
【電話】0266-73-9766 (※予約必須)
【営業時間】11:30〜14:00、17:30〜22:00 [定休日] 月曜
▷ <http://www.lcv.ne.jp/~bosskun/>

#7 146年変わらない 塩羊羹の秘密

諏訪大社の「場」を決して壊すことない佇まい。物腰の柔らかい5代目店主は、とても綺麗な眼でその商道を語る。「先代からも先代からも言われてきた『眼の届く範囲で商いをする』のが新鶴の流儀。塩羊羹は冬場でも7日間しかもちませんので、その日の分を作つてその日に売るだけなんです。支店も作らないし、卸もしないんです」

家族を含めた数名だけで伝統を切り盛りする「新鶴本店」は、現代社会の構造と真逆をいく名店中の名店なのだ。帰り際6代目に、塩羊羹カフェなどいかなものかと尋ねたら、もちろんそんなものは作りませんと笑われた。悠久の時間が流れていく。

諏訪大社秋宮の隣に佇む
名店中の名店「新鶴本店」



北海道十勝産の小豆、地元茅野の天然作りの寒天を使って楯薪の火で炊き、丹念に練り上げる名物の塩羊羹は絶妙な塩加減とすっきりした甘さが特徴。

NAVI 新鶴本店

MAP ⑩ (P.22)
岡谷ICより約5.7km、諏訪ICより約10.0km

〔住所〕〒393-0014 長野県諏訪郡下諏訪町木の下3501(諏訪大社秋宮宝物殿隣)
〔電話〕0266-27-8620
〔営業時間〕8:30~18:00 [定休日]水曜
▷ <http://www.shinturu.com/>



#8 夜、足を運ぶなら 八ヶ岳の星降る里

八ヶ岳の澄んだ空気の中で観る冬の星座たちと天の川

諏訪南ICを降りて車を走らせると、ものの10分で急に空が開け、視界が変わる。

原村の中心地は、役場、警察、消防署、学校、病院が一つの交差点周辺に集まった作りなのですぐに分かる。空気が澄んでいて、空が広い。海拔は1200m。日本-UFOが現れる、というのもあるが分らないでもない。

夜、肉眼で初めて観る冬の星座たちの中を突っ切る天の川にただただ涙が溢れ出た。神秘とかパワースポットとか地球人が使う言葉では表せない、宇宙の「なにか」を全身で感じた。その「なにか」は初めての体験だった。このまま原村に一泊しようと思った。

NAVI 原村(中心部)

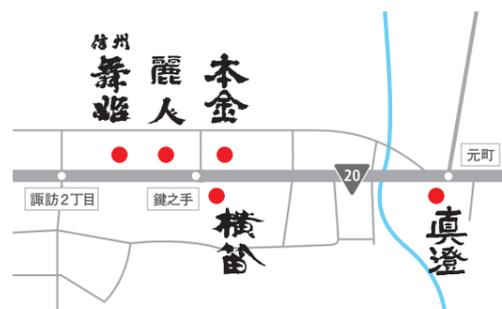
MAP ⑩ (P.22)
諏訪南ICより約4.5km、諏訪ICより約10.0km

〔住所〕〒391-0192 長野県諏訪郡原村6549番地
八ヶ岳自然文化園・自然観察科学館(プラネタリウム・展示室)では、星空のことを学べ、幅広い世代で楽しめる。〔住所〕〒391-0115 長野県諏訪郡原村17217-1613(原村中心部から約5.8km) ▷ <http://www.yatsugatake-ncp.com/>



“神秘の国”諏訪を旅する8の理由

#6 個性豊かな酒の味くらべ 日本酒蔵元・五蔵巡り



甲州街道沿い500m間に5軒の酒蔵とショップが立ち並び、それぞれの蔵元で駐車場は用意されているが、飲酒の際は宿泊先などに車を停めて、タクシーもしくはJR上諏訪駅から徒歩で飲み歩きを。

奇跡の共存共栄「諏訪五蔵」
これも諏訪大社の御利益か？

諏訪は日本でも有数の酒の街でもある。「信州舞姫」「麗人」「本金」「横笛」「真澄」。甲州街道に沿ってわずか500mの間に昔ながらの暖簾や木看板、杉玉を掲げた5軒の造り酒屋が立ち並んでいる。同じ霧ヶ峰の伏流水を仕込み水に使いながら、それぞれに特徴のある個性豊かな酒を醸し続けてきた。ライバル同士でもありながら、ご近所仲良く「酒の街・諏訪」を盛り上げていきたい。「諏訪五蔵」はそんな心意気で立ち上げた奇跡の酒蔵グループ。冬季は各蔵元から「しぼりたて」限定酒も登場するおすすめシーズン。この世の「ごらく」諏訪五蔵で、自分好みの日本酒がきつと見つかるはず。

NAVI 諏訪五蔵 「いつでもごらく酒蔵めぐり」

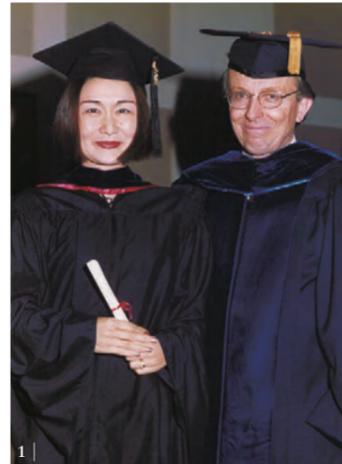
MAP ⑨ (P.22)
諏訪ICより約4.6km~5.0km

スタンプラリー全蔵共通クーポン券・ごらくセット(グラス・クーポン・手さげ)
〔料金〕1,800円(各蔵元で販売) ※営業時間や定休日などは各蔵元HPなどでご確認ください。
※クーポンは「呑みあき」イベントの開催日にはご利用いただけません。
▷ <http://nomiaruki.com/>



1 | オクラホマ州立大学で博士課程を取得。2 | オリエンタルランド時代には本物のサービス精神とは何かを学ぶ。3 | 現在は松本大学で観光ホスピタリティ学科の学生たちを指導。4 | 「毎日運転することが気分をフレッシュに保つことにもつながっています」 5 | 地域の方たちとの交流も現在の仕事の醍醐味。6・7 | 学生たちからは「よこ先生」と呼ばれ、慕われています。

観光にも生活にも、この地域に高速道路の存在は欠かせません



地域の人、道とわたし
～このエリアで生きていく喜び～

わたしの人生中央道

この連載では中央道・長野道沿線の地域に根ざした活動をされている魅力的な方たちをご紹介します。

第1回は松本大学・観光ホスピタリティ学科の益山代利子教授。
本誌・諏訪特集(P2-11)のアドバイザーにもなっていました。

My Life, My Way

学生に日本のホスピタリティを教え、
信州の素晴らしさをアピール

「信州が好き。中でも中信地方が大好き。だから中央道と長野道は、私にとって大事な道なんです」と語る益山代利子さんは、その中信地方の松本市にキャンパスを置く松本大学・総合経営学部観光ホスピタリティ学科の教授。専門分野はホスピタリティ・マーケティングで、学生達に本物のホスピタリティ(接客やサービスの提供)について教鞭をとられています。信州を愛して止まない益山さんは、日本中の、いや世界中の人に、この爽やかで人が暖かい信州に来て欲しいと願って毎日教壇に立っているそうです。「松本大学は元々地域貢献に力を注いでいる大学。日本人の持つ独特なおもてなしの視点で学生達を教育し、地域への就職支援をして、中信地方の地域活性に貢献したいと日々考えています」

ディズニーが教えてくれた 本物のサービス

益山さんの出身は同じ信州の東信地方に当たる軽井沢。いつもたくさんの観光客が訪れる街だから自然とおもてなしやホスピタリティは身についていたのかも知れません。大学卒業後、東京ディズニーランドを運営する(株)オリエンタルランドに就職、英語力を買われ「Walt Disney Attractions」

出向し、アメリカからカウンターパートで来日しているディレクターの秘書を9年間務めました。この時期は毎日が発見と驚きの連続! 本物のエンターテインメントとは何か。本物のサービスとは何か。直接学ぶことができたそうです。退社後38歳でアメリカのオクラホマ州立大学に留学。人間環境学を学び、日本に戻ってからは故郷信州の松本大学(軽井沢とは少し離れています)でホスピタリティ・マーケティングを教えています。

単身赴任と夫婦の絆 東京と松本をつなぐ中央道

ご主人は東京勤務。それぞれ東京と松本、別々に暮らしています。必然的に東京と松本間をどちらかが行ったり来たりになります。益山さんが東京から戻る時はいつも八ヶ岳と諏訪湖とアルプスと季節で異なる景色を楽しみます。特に甲府を過ぎて山々が近づき、空が広くなると「ああ、故郷が近づいてきた」と郷愁を感じるそうです。

「蛙が川を遡るように、DNAに刻み込まれた信州人の帰巣本能が呼び覚まされるような感覚を中央道と長野道に感じます。そして地元のFM局にチューニングし、信州弁まるだしのCMを聴きながら高速道路を降りて、窓を全開にしてから新鮮な空気を胸いっぱい吸い込んだとき、また「信州人」に戻ったなあ、と実感するんです」



RAKO華乃井ホテル代表取締役
白鳥和美(しろとり かずみ)

「一期一会」がモットー。他の旅館にはないオンリーワンを目指し、創意工夫を凝らした温泉や、女性にうれしい「温泉水 de 天童蒸」、「スリッパ卓球」など、さまざまなアイデアでお客さまをおもてなしています。



RAKO華乃井ホテル

“女将の湯”

白鳥女将発案のバリエーション豊かな趣向を凝らした「ここにしかない」オンリーワンの湯！日帰り入浴も可能です。



微弱な磁力線やマイナスイオンを放出する黒曜石には、水の分子を一定の構造にし、抗菌効果が。「黒曜の湯」は良質な温泉水を黒曜石に一度触れさせることで、より柔らかい湯に。肌を癒してくれます。



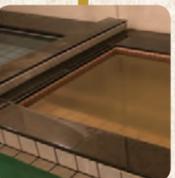
古代深海中で変性され、地殻変動により地表に現れた蛇紋岩。マグネシウムなどのミネラルを多く含む緑色に輝くその石は、遠赤外線を放つことから、古来より体を温めるために利用された温石です。



気功師・張志祥氏によって発見された「分杭峠」。ゼロ磁場という特異な空間を形成し、日本を代表するパワースポットとして注目されています。その分杭峠からお借りした貴重な石で上諏訪温泉を磨いたお湯。



諏訪の地酒を混ぜた名物風呂です。温泉に含まれるメタケイ酸と、地酒に含まれるアミノ酸が血行を促進し、老廃物を排除、お肌はもちもち&つるつるに。ほんのり地酒の香り。五感で楽しんでください。



大浴場「水華の湯」内湯の東洋薬草風呂です。漢方系生薬の薬湯で、血流を促進するほか、肩こり/腰痛/冷え性の方におすすめです。体の芯からしっかり温まってください。



大浴場「月華の湯」内湯。うちみ/くじき/筋肉痛/疲労回復におすすめ。かつては湿布薬や腹痛止めに用いられたといわれる、諏訪市の市木「きはだ」が含まれているから、湯の色はうす黄色なんです。

日帰り入浴もできます！

本館 6Fシエスタフロア・温泉大浴場 [露天風呂 / 大浴場 / 薬草風呂 / ドライサウナ]
【料金】入浴のみ…大人 1,550円、小人 1,000円 (4~12歳) 【営業時間】12:00~22:30 (最終受付 22:00)

※「蛇紋岩」「分杭峠ゼロ磁場の石」は伊那市に特別な許可を頂き借用しています。※時間帯で男女入れ替えあり。

車で一足のぼして行ける
諏訪・日帰り温泉



“巡りの湯”



“浪漫の湯”

片倉館・千人風呂



昭和初期に建造された大理石造りの浪漫漂う天然温泉大浴場。もとは製糸業で財を成した片倉翁が地元民のために造った文化福祉施設です。

【アクセス】諏訪ICより約7.0km
【住所】〒392-0027 長野県諏訪市湖岸通り4-1-9
【電話】0266-52-0604 【料金】大人650円、小人450円 (3歳以上小学生まで) 【営業時間】10:00~21:00 (最終受付 20:30)
【定休日】毎月第2・第4火曜日



下諏訪温泉「三湯めぐり」



下諏訪は中山道・甲州街道で唯一の温泉宿場でした。現在も歴史のある源泉が豊富で、700円で由緒ある3つの公衆浴場「遊泉ハウス 見湯」「旦過の湯」「新湯」の湯巡りができます。

【アクセス】岡谷ICより約4.5km、諏訪ICより約9.9km
【チケット販売・お問い合わせ】下諏訪観光振興局 0266-26-2102 / 下諏訪観光案内所 0266-28-2231 など
【料金】700円 (タオル・バッグ付)
【営業時間】3施設とも5:30~22:00 (最終受付 21:30)

上諏訪温泉
RAKO華乃井ホテル

MAP (P.22)
諏訪ICより約4.6km~5.0km

【住所】〒392-0022 長野県諏訪市高島2-1200-3
【電話】0266-54-0555
▷ <https://www.hananoin.co.jp>



ご紹介するRAKO華乃井ホテルでは、この上諏訪温泉の湯に女将流のアイデアをプラス。他のどの温泉宿にもない、オンリーワンのお風呂の数々が楽しめますよ！

長野県は温泉地数、湯量、泉質と三拍子揃った日本有数の「温泉王国」です。温泉地数は、広大な面積の北海道に次ぐ全国第2位。その長野県の中でも諏訪の温泉湧出量は県内1位を誇ります。下諏訪温泉は中山道で唯一の温泉のある宿場町として栄え、泉質は硫酸塩泉・塩化物泉・単純温泉/泉温は24度。上諏訪温泉は諏訪湖畔一帯にかけて旅館、ホテルがずらりと立ち並び信州最大の温泉郷で、江戸時代から諏訪大社参拝後の精進落としの湯として有名です。泉質は単純温泉(低張性弱アルカリ性高温泉)、泉温は57度、無色透明のサラサラした優しい温泉なので多くの方におすすめです。効能は神経痛、筋肉痛、関節炎、五十肩、冷え性、痔、消化器系疾患、病後回復など。

温泉ソムリエ選
中日本の湯

Vol.1
上諏訪温泉・下諏訪温泉

神秘的国「諏訪」で入りたい
女将の湯・巡りの湯・浪漫の湯

神々の時代から水の恵み、湯の恵みにあふれた諏訪。緑深い山々に囲まれた自然の恩恵で、至福のひとつときを。

私がおすすめの温泉を紹介します



温泉ソムリエ・りえ先生

日本全国の温泉と美味しいものに目がない永遠の25歳。名湯・秘湯や宿巡りをして、その効能や特徴・魅力を広めることが生きがい。

雪氷対策部隊に密着取材

地元の大学生に雪氷対策部隊を密着取材してもらいました



この日はNEXCO中日本・松本保全・サービスセンターで「安全祈願式」「出陣式」があり、作業車は点検と整備がされ(左)、安全祈願のお祓いなどの儀式が執り行われました(右)。深まる雪の季節に向け隊員たちの士気が上がります。



高速道路に積もった「雪」がないのはどうしてですか？

NEXCO 中の人

INSIDE NEXCO-NAKANIHON

私たちがインタビューしました！

松本大学 観光ホスピタリティ学科3年生 / 2人とも特別豪雪地帯で大規模スキー場が多い長野県小谷村(おたりむら)出身の21歳。



私たちがお答えしました！



松本保全・サービスセンター・雪氷基地所属ドライバーの左・中野学、右・塩原利広 / 除雪のスペシャリストとして、冬季の高速道路で日夜お客さまの安全を守ります。

高速道路でよく見る黄色い車や派手な色の作業服を着た人たち…。彼らが何をしているのか気になったことはありませんか？ そんなみなさまの素朴な疑問を代表して、高速道路の「中の人」たちを地元大学生にインタビューしてもらいました！

「安全祈願式」と「出陣式」を間近に見せていただけて、まだ感動しています。神社や警察の方もいらしてましたね！

「安全」は私達にとって一番大切なことです。毎年シーズンの初めに、雪氷対策作業の関係者が集まり、穂高神社の宮司さまをお招きして約1時間にわたって今シーズンの無事を祈願します。出陣式で除雪車や湿塩散布車など大きな作業車を初めて間近で見ました。重さは何とぐらいいあるんですか？ 正直言って値段も気になりました。

色々なタイプの車輛があるけど、軽い車種の湿塩散布車で14t、そこに凍結防止剤を7t積んで出動するから、他の除雪車と同様に「20t級の、値段的にはフェラーリの最高級車」が冬の高速道路を走っていると思うください(笑)。

除雪隊がどんな生活をしているかにも興味があります。出動のタイミングや、どの辺まで除雪に行くのか…。規律は厳しいですか？ 寒くないんですか？ 降雪シーズンが始まると、ここ(松本保全・サービスセンター)の基地で毎日交替で寝泊まりします。私達の仕事は本当に天気次第で、降雪予報があれば24時間体制で待機になります。雪が降る限り毎日除雪作業が必要ですからね。松本がベースで普段は長野道エリアを除雪していますが、大雪時には八王子エリアの除雪応援に行くことが多

NEXCO 中日本では
若い女性社員たちも
頑張っています!



左・八王子支社・契約担当の伊井朝香/右・松本保全・サービスセンター・保全計画担当の高林温実/2018年4月入社/入社1年目

初めまして。ズバリNEXCO中日本ってどんな会社ですか?

ズバリ高速道路の会社です(笑)。物流や人の移動など、生活に直結した「インフラ」を扱う社会貢献度の高い事業で、かつ老朽化しつつある高速道路を「守る」会社でもあります。

面接官みたいな質問ですが、志望動機を教えてください。私たちもこれから就職活動を控えているので、とても興味があります。

私は建設業に元々興味があって、大学の専攻が土木でした。高速道路は鉄道に比べてとても身近だったので、道路を造ったり運営したりする仕事に携わりたかったんです。

私は社会貢献度の高いインフラ事業に携わりたかったからです。

月並みな質問ですけど、仕事の「やりがい」について教えてください。

工事や調査の発注・受注契約の業務をしています。ここがスムーズにいったら補強工事などを素早く実施できるときが、とても「やりがい」を感じる瞬間です。それと規模の大きい契約締結に携われるのも、インフラ事業の会社ならではのですね。

規模が大きいため、いくらかの契約的なか気になりますね(笑)。

私はグループ会社の方を含めたくさんの方と会う機会が多いので、プロのスタッフの知識が身に付くことが、新人としてのやりがいです。高速道路を見る目も変わりました。

おふたりとも私たちと2つしか年がかわらないのすごいですね!

大学に戻って「インフラ」についてもっと勉強します。企業の持つ本質や、世の中への貢献度を調べたり、考えたりしたいですねと実感しました。



除雪車

除雪作業の際は、何台かの除雪車が斜めに隊列を作り、巨大な「スノーブラウ」で積もった雪をかき分けて路肩まで運びます。

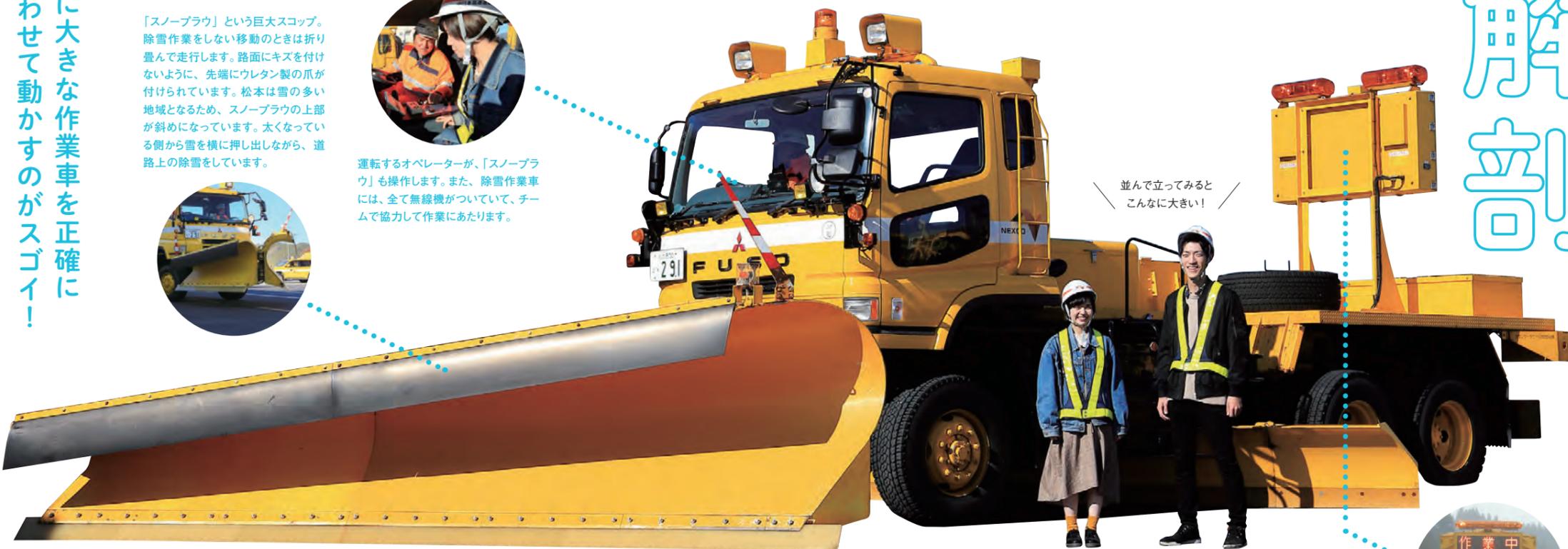


「スノーブラウ」という巨大スコップ。除雪作業をしない移動のときは折り畳んで走行します。路面にキズを付けないように、先端にウレタン製の爪が付けられています。松本は雪の多い地域となるため、スノーブラウの上部が斜めになっています。太くなっている側から雪を横に押し出しながら、道路上の除雪をしています。



運転するオペレーターが、「スノーブラウ」も操作します。また、除雪作業車には、全て無線機がついていて、チームで協力して作業にあたります。

こんなに大きな作業車を正確に列を合わせて動かすのがスゴイ!



並んで立ってみるとこんなに大きい!



雪氷作業車を見つけた場合は、安全のため十分な車間距離をとり、追い抜かず走行してください。作業車の後ろは路面が整備されているので、雪道・凍結路に比べて安全に走行できます。

ロータリー除雪車

高速道路の路肩にたまった雪を本線外に排雪します。ダンプトラックなどで本線外に排雪することもあります。



湿塩散布車

路面が凍結する前に、凍結防止剤(固形の塩や塩水など)を道路に散布します。水分に塩が混ざることによって、道路を凍りにくくし、スリップ事故を防ぎます。



冬の走行時・注意ポイント

冬用タイヤ規制時の高速道路は、**スタッドレス** **タイヤ**か**タイヤチェーン**を装着しないと走行できません。

区間によってはチェーン装着が必須となる場合があります。気象情報と交通情報のチェックをお忘れなく。

「ゆるやか」「ゆっくり」を心がけて運転しよう!

また来年も頑張ろう、って思います。最後に、冬場のドライブについて、どうしたら安全に運転できるか、雪道のプロの目から教えてください。

実は私達は、雪上車にばかり乗っているから、冬場に普通車を運転する機会が少ないんですよ(笑)。アドバイスするとしたら、「冬用タイヤをはいて雪に備えること」と、「慌てないこと」かな。余裕を持って出かけることが大切だと思います。事故を起こして色々な人に迷惑かけないようにね!

お客さまの「安全の確保」が最大の目的です。私達のエリアでは「黒管理」という除雪作業をしています。「黒」とは道路の雪を取り除いて路面を見えるようにすることです。これとは逆に「白管理」という積もった雪を圧雪して平らにする方法もあります。長野は「黒管理」、新潟は「白管理」など県によって異なります。

仕事の「やりがい」というより、雪氷対策の作業は「やるべきこと」が当たり前。本当に裏方の仕事で、他人に褒められもせず、逆にじゃま者扱いされることもあるので…。そうですね、春になってひと段落したときに今年も頑張ったな、

もちろん冬は寒いですよ(笑)。

除雪作業って具体的にどういうことをするんですか? 大変なことや、仕事の「やりがい」も聞かせてください!



冬の雪道ドライブや雪氷作業について、詳しくは下記のサイトをご確認ください。
>>> <http://www.c-nexco.co.jp/special/snow/attention.html>

中央道・長野道 ドライブ&休憩ガイド

