

JAF総合案内サービスセンター TEL 0570-00-2811(9:00~17:30)*2

上田市

上田市観光会館2階
観光案内所

中央を横断する千曲川、南北にメヶ原と菅平の二つの高原を有する自然豊かな市。戦国時代に名を轟かせた真田氏ゆかりの地でもあります。歴史ある名湯や神社仏閣、地元グルメなど、季節の美しい景色とともに楽しくください。



東御市

東御市観光情報ステーション

浅間連峰を背に広がる、豊かな風土と歴史に育まれた市です。北国街道海野宿の歴史ある街並みや、湯の丸高原など、観光の見所も盛り沢山! ワインや地ビール、特産のくみを使ったお菓子など、グルメも充実。ぜひ一度お越しください!



小諸市

懐古園

浅間山の南麓に美しい農村風景が広がり、小諸城址懐古園や北国街道の宿場町として商家など古い街並みを残す詩情あふれる高原の城下町。懐古園は「日本さくら名所100選」にも選ばれ、秋には紅葉も楽しめます。※有料駐車場(普通自動車500円/12時間)



御代田町

エコルみよた内
浅間縄文ミュージアム

浅間南麓に広がる人口約17,000人の町。首都圏とのアクセスも良好でありながら、豊かな自然に出会うことができます。浅間縄文ミュージアムでは、浅間山とその麓で栄えた縄文文化をテーマとした展示や縄文体験をお楽しみいただけます。



嬬恋村

嬬恋村観光案内所

英雄ヤマトタケルの伝説に由来する「嬬恋村」。日本一の出荷量を誇る夏秋キャベツの畑の真ん中に位置する「愛妻の丘」や万座温泉で見上げる「満点の星空」、ジョン・レノン夫妻が訪れた「鬼押し出し園」など、ロマンチックなスポットが魅力のエリアです。



長野原町

道の駅
ハッ場ふるさと館 館内情報コーナー

長野原町は草津温泉や軽井沢などの観光地に隣接し、浅間山北麓の高原地帯やハッ場ダム周辺の渓谷や湖など豊かな自然に溢れた町。ハッ場あがつま湖を眺望できる道の駅ハッ場ふるさと館は、地元新鮮野菜や各種お土産品、道の駅オリジナルパンを販売しています。足湯も併設されおりドライブ中の息抜きに最適なスポットです。



草津町

道の駅
草津運動茶屋公園 観光案内所

草津温泉の玄関口、国道292号沿いにある「道の駅草津運動茶屋公園」は、草津温泉観光大使の「ゆもみちゃん」グッズや、お土産も多数取り揃えてあります。温泉門足湯まで遊歩道で散策もおススメ!ぜひお立ち寄りください。



東吾妻町

道の駅
あがつま峡 直売所

上州真田三名城の一つである岩櫃城を擁する歴史ロマンあふれる町です。真田氏に仕えたといわれる吾妻真田忍者にちなみ、道の駅あがつま峡では、忍者衣装に扮したスタッフがおもてなし、手裏剣投げなども体験できます。



中之条町

ふるさと交流センター つむじ内
中之条町観光協会

豊かな自然と豊富な温泉に恵まれた「花と湯の町」です。野反湖や芳々平湯地帯といった豊かな自然景観、四万・沢渡・六合など多彩な泉質の温泉が魅力です。ふるさと交流センターつむじでは地元の食材を活かしたカフェ・ショップや複数のテナントショップがあります。



高山村

たかやま未来センター
さとのわ

人口3,000人ほどの小さな村。澄んだ夜空、四季折々の里山の美しい景色を楽しめます。道の駅中山盆地や県立ぐま天文台、ロックハート城など見どころもたくさん。「たかやま未来センターさとのわ」では、地元食材を使ったピザやジェラートなどが味わえます。



沼田市

道の駅
白沢 農産物直売所「座・白沢」

豊かな自然と豊富な温泉群・スキー場・ゴルフ場・史跡・果樹園、そして関越自動車道沼田インターチェンジによるアクセスの良さに恵まれた観光地。道の駅白沢に併設の日帰り温泉「望郷の湯」はpH9.8のアルカリ性単純温泉と絶景の露天風呂が自慢です。



みなかみ町

道の駅
みなかみ水紀行館

谷川連峰の麓、利根川の源流域に位置し、関東の水瓶と呼ばれる水源で育まれる豊かな自然や温泉、農産物がある町です。道の駅みなかみ水紀行館の最大の見どころは、トンネル水槽がある日本初の淡水魚の水産学習館。ほかにも足湯、クライミングウォール等、みなかみ町を存分に味わうことができます。



川場村

道の駅
川場田園プラザ 観光案内所

武蔵山南麓に広がる自然豊かな農山村です。広大な敷地を誇る道の駅「川場田園プラザ」は、地元食材を使ったグルメや手作りスイーツ、クラフト体験、アスレチックなどが充実。「じゃらん」全国道の駅グランプリで2年連続全国第1位に輝いた人気スポットです。



昭和村

道の駅
あぐりーむ昭和 観光交流室

「やさい王国」昭和村。中でも、こんにやく芋の生産量は日本一。レタスやほうれん草などの栽培も盛んで、畑が一面に広がる雄大な景色は必見です。道の駅あぐりーむ昭和内の農産物直売所「旬菜館」には、村内産のとれたて野菜が並びます。



片品村

道の駅
尾瀬かたしな

尾瀬国立公園の玄関口となっている小さな村。標高が高いことによる昼夜の寒暖差と、美味しい名水のおかげで、糖度の高く、味の濃い新鮮な高原野菜が収穫できます。四季を通して楽しめる大自然のオールシーズンリゾートです。



日光市

道の駅 日光
日光街道ニコニコ本陣観光情報館

風光明媚な自然環境の下、世界に誇る文化遺産や魅力的な観光資源が豊富な日光市。冬の奥日光では、中禅寺湖の波しぶきが凍ることで作られる「しぶき氷」が見られます。一つ一つ違った形を楽しめる自然の芸術作品を楽しんでください。



スタンプを集めて応募しよう!

抽選で素敵な
景品プレゼント

応募締切: 2027年1月20日(水)まで

コンプリート賞

16個すべてのスタンプを
集めて応募しよう!

抽選で1名に
プレゼント!

長野県御代田町の宿泊施設で使える
30,000円分 宿泊助成券

中間コンプリート賞

8個のスタンプを
集めて応募しよう!

抽選で7名に
プレゼント!

日本ロマンチック街道沿い市町村の
特産品 4,000円相当

参加賞

4個のスタンプを
集めて応募しよう!

抽選で16名に
プレゼント!

日本ロマンチック街道沿い市町村の
特産品 2,000円相当