

信州富士見町 癒し旅ガイド [ポアン]

2024  
vol.45

# Poan

色とりどりの  
花に囲まれる  
富士見旅

一度は訪れたい  
富士見町 2 大リゾート特集

「話題の新店」VS「人気の老舗」

3つの富士見町モデルコース

TAKE FREE

TAKE FREE

信州富士見町の楽しみ方ガイド [ポアン]

# Poan

子どもと一緒に富士見町の魅力を満喫

思い出になる旅をしよう！







長野県

富士見町

ふじみまち



魅力にふれたら、もう夢中  
私だけのお気に入り



- 26 25 23 19 18 15 13 11 07 03
- アンテナショップPonte  
ルバーブジャム  
Mrs. BERRYの  
道の駅 信州葛木宿  
富士見町MAP・アクセス情報  
富士見町モデルコース  
カゴメ野菜生活Farm  
縄文時代と井戸尻文化  
話題の新店vs人気の老舗  
富士見町グルメめぐり  
「解体新書」  
ブルーベリー狩り  
富士見高原リゾート  
富士見パノラマリゾート  
「2大リゾート特集」

目次



富士見パノラマリゾート  
ハケ岳展望台

感動・オドロキ・新発見

いろんな「初めて」、目いっぱい!



先達のしだれ桜



入笠湿原



入笠山



富士見パノラマスキー場



誰でも一緒に/  
バリアフリー  
にも対応!

無料貸出の屋外用車いす「ジンリキ」を使えば、足の弱い方でも気兼ねすることなく、思う存分に天空の絶景が楽しめます!



創造の森

創造の森

季節の花々を愛でながら天空カートで行けば、そこは標高1450mの別天地「創造の森」。

3つの展望台からは富士山から南アルプス、北アルプスまでを見渡す自慢の絶景を一望! 森の散策路に点在する50体の彫刻たちも、訪れる人々を歓迎しています。



天空カートもペットと一緒に!

片道25分の自動運転カート



ルバーブ  
ジェラート

ハケ岳夏イチゴ  
ミルクジェラート

夏イチゴやルバーブのジェラート、濃厚なミルクをたっぷり使ったカフェオレやハニーミルクなどが人気です!



天空の鐘を鳴らそう!

天空カフェで  
スイーツ満喫!

ハケ岳産のミルクや高原のフルーツなどから作られる、地元でしか楽しめないドリンクや絶品スイーツが勢ぞろい!



ハケ岳高原牛乳を使った  
カフェオレ



TOPICS

お試し移住も、2拠点ライフも!

富士見高原リゾートを、富士見町観光の拠点にしよう。



キャンプ場や貸別荘に、ゴルフなどの施設も揃った富士見高原リゾートは、富士見町観光を満喫するための拠点にもぴったり。さらにキャンプ場や貸別荘には、ペット対応施設もあるので、愛犬と一緒に大自然を楽しむのもオススメ。将来に向けたお試し移住や、憧れの2拠点ライフというのも素敵ですね。



四季の魅力を満喫できる!

ペットと一緒に  
楽しめる場所が満載!

キャンプやゴルフなど  
アウトドアスポットが充実!

ココに来たら一度は訪れたい

富士見町

2大リゾート 特集

〔春～秋〕  
富士見  
高原リゾート

長野県諏訪郡  
富士見町境12067  
☎ 0266-66-2932



PICK UP

町内限定  
オリジナルグッズ  
販売中!

可愛い鹿の湯のオリジナルトートや、富士見高原の絶景絵葉書、ルバーブや地産フルーツのジャムなど、ここでしか手に入らないグッズもお見逃しなく!



そばの名店で舌鼓!

そばの名店として知られる「花鳥野」。手打ちの真髓を味わうなら、冷たい蕎麦がおすすめです。



そば処 花鳥野

☎ 0266-66-2932  
☉ 月・金・土・日曜のみ営業 11:00～14:30

花の里

標高1250mの広大な高原を舞台に、シヤクヤクやアジサイ、マリーゴールド、キスゲなど160種もの花々が咲き誇る「花の里」は、お子様からファミリー、シニアまで、誰もが季節の美と感動を体感できる色鮮やかな自然の遊園地です。



ロックガーデン



ロマンスエリア



白樺エリア

ペットと一緒に  
散策もできる♪







国内でも希少な植物たちが息づく豊かな自然環境を未来へ



## HUMAN REPORT

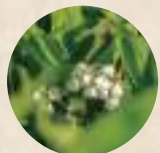
標高1450mの大自然のなかで、  
絶景と四季の山野草、  
ユニークな彫刻作品が楽しめる  
**富士見高原創造の森**



ニッコウキスゲ



サクラソウ



スズラン



執筆。この冊子が完成してからは、創造の森をハンドブック片手に散策するたくさんの人々の姿が見られるようになりました。

自然のサイクルは人の想像以上に長い。環境を守るためには継続的な取り組みが必要だと苗代さん。

「昨年は間伐したエリアにヒヨドリバナがたくさん咲き、アサギマダラなど数多くの蝶が来てくれました。これから山野草と生き物が増えていく光景が楽しみです。季節を変え、何度も来てもらってその変化を感じられる場所になっていけたらと思います。」

そんな言葉が印象的でした。

想いをひとつに、  
創造の森の  
素晴らしさを守りたい



ガーデンドesigner  
苗代 夏菜さん



苗代さんが手がけた

創造の森・植物BOOK



※天空カートの乗客およびホテル八峯苑宿泊者に無料配布しています。(数に限りがあるため先着配布)



1日  
遊べる♪

県内最大級/  
キッズスノーランド

長野県を代表する大スケールのキッズスノーランド。スノーストライダーやふわふわ遊具など、楽しいアイテムが揃っています。



遊び疲れた時にひと休みできる休憩室や多目的トイレ、授乳室なども完備されているので、お子様連れのパパ・ママにも安心です！



ふわふわ遊具

富士見高原スキー場は、お子様の雪デビューにぴったりのスキー場。初めての雪遊び、初めてのスキーを思う存分に楽しめるよう充実した設備の数々や冬限定イベントなどをたっぷり用意して、たくさんの方のファミリーの訪れを待っています。

PICK UP

日帰り温泉「鹿の湯」

名物は、輝くような翡翠色の湯。源泉を入れた後の短時間にしか見られないので、湯の入替え時間は事前要チェック！



ホテル八峯苑 鹿の湯

☎ 0266-66-2131

🕒 10:00～19:00

(閉館日はHPで要確認)

ふろの日(毎月26日)の特典など、お得な情報もサイトで要確認！



冬季限定イベント

アルパカとのふれあいや焼きマシュマロ、お正月の餅ふるまいなど、冬ならではの楽しい催しもいっぱい！

◀スノースライダー

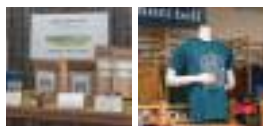




## PICK UP

### イチ押し オリジナルグッズ販売中!

売店には、モンベルのオリジナルTシャツを始め、八ヶ岳周辺の地域ブランド品がいっぱい。さらに生ルバーブなど季節の農産物もふんだんに揃っています。お土産ならここでキマリです!



### 八ヶ岳を一望できる 絶景カフェテラス

トレッキングを楽しんだら山頂カフェでひと休み。標高1,780mからの八ヶ岳の雄姿を眺めながらルバーブソフトに舌鼓!



#### 山頂カフェ

☎ 9:30~15:30

※営業時間は季節や天候によって変わります。



ゴンドラで  
楽々アクセス!

入笠温泉

### 入笠山散策&トレッキング

山頂エリアとは思えない広大な空間が広がる入笠山は、ゴンドラで気軽にアプローチできるトレッキング天国。貴重な山野草たちが彩る季節の輝きを五感で味わってください。



### 日本最大級/ マウンテン バイクパーク

コースは初級~上級まで用意されており、幅広い世代が楽しめます。



### 爽快な大空散歩/ パラグライダー

真正面にそびえる八ヶ岳に向かって、青空へ舞い上がろう!

壮大な雲海を見に行こう!



### 期間限定/ プレミアム 雲海ゴンドラ

[10月上旬~11月中旬]  
毎週:土・日・祝

全国にも知られる大迫力の雲海は富士見町の魅力のひとつ。遥かに広がる雲と富士山を始め日本を代表する山々が描き出す荘厳な光景を、あなたもぜひ。



## TOPICS 広がる絶景の中、音楽を奏でる!

### 2024年、ゴンドラ山頂駅付近に 「日本一標高が高い」フリーピアノが誕生予定!

誰もが気軽に弾くことができる!

音楽とともに記憶に残る旅になる!



## ペット・インフォメーション



### ペットと一緒に楽しもう!

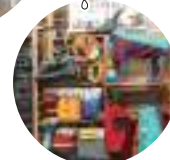
愛犬と一緒にゴンドラに乗って空の旅。ペットと一緒に過ごせば富士見パノラマリゾートの大自然の魅力もさらに倍増! 売店にはワンちゃん用のドリンクボトルや鹿肉ジャーキーなどのペット専用グッズもいっぱい。

### スタッフイチ押しアイテム

鹿肉ジャーキー

ワンちゃん用  
ドリンクボトル

売店の  
ペットコーナーが  
さらに充実!



## 〔春~秋〕 富士見パノラマ リゾート

長野県諏訪郡富士見町  
富士見6666-703  
☎ 0266-62-5666

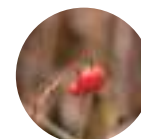


季節ごとに移り変わる美しい自然のアートに目を楽しませながら快適なゴンドラに身をゆだねれば、あつという間に雲の上へ。  
標高1780mから見晴らす八ヶ岳とどこまでも続く空の下に広がる大パノラマは一見の価値あり。もちろん見るだけでなく、トレッキング、マウンテンバイクなど多彩なアウトドアレジャーも満載です。



### 120万本のスズラン [5月下旬~6月中旬]

赤くて可憐なスズランの実が彩る9~10月頃の秋の風景も必見!







## SDGs REPORT

富士見町のかげがえのない  
自然環境を守り、  
未来へと手渡すための  
SDGsと自然保護

### 世界唯一の固有種を 守る取り組み

全国でも希少な植物として知られているホテイアツモリ。その中でも「金無ホテイアツモリソウ」は世界で唯一、富士見町にだけ生育する固有種ですが、近年その姿が見られなくなり、町民、民間企業、民間ボランティア団体、教育機関、富士見町が組織する「富士見町アツモリソウ再生会議」の主導によってようやく自生地を発見できたことが、保護活動のスタートとなりました。

行政と民間の垣根を超えたこの取り組みでは、盗掘を回避するために自生地を厳密に保護するとともに、一般の方でも購入が可能となるよう培養・増殖栽培を進めています。

富士見パノラマリゾートは園内に実験園を設置するなど、この取り組みに全面的に協力しています。



ホテイアツモリソウの温室での育苗風景



この実験園で栽培された花株の売上は金無ホテイアツモリソウ保護育成の大切な資金として役立てられています。

### SDGsへの 多様な取り組みも

さらに富士見パノラマリゾートでは、長野県準絶滅危惧種の「イチヨウラン」の保護と観賞エリアの拡大、環境配慮型農業の導入・実践などSDGs達成に向けた多彩なプロジェクトを積極的に推進。

「来てよかった」と思ってもらえる観光施設であり続けるための取り組みを幅広く展開しています。



イチヨウランの保護



## 〔 冬 〕 富士見パノラマ リゾート

長野県諏訪郡富士見町  
富士見6666-703  
0266-62-5666



### キッズパーク

場内のソリは、使い放題（無料）！ウェーブチュービングやワクワクするアトラクションで遊ぼう。

爽快感もあって  
子ども大喜び♪



富士見パノラマリゾートの冬は、富士山とハケ岳を望むスノーリゾートに。総合スノー施設・スキー場、スノートレッキングのほか、キッズパークも充実しているので、スキーやスノーボードだけでなく、家族みんなで1日、冬の遊びが楽しめます。

### スノートレッキング

ゴンドラ山頂駅から入笠山の山頂へ至るルートのスノーシューで歩く初心者から楽しめる冬のトレッキング。雪に残った動物の足跡を探すアニマルトラッキングも、冬ならではの楽しみです。

初心者から  
楽しめます！



本格的な  
人工氷瀑！！



### サミットフォール

安全に楽しくアイスクライミングの体験、練習ができるサミットフォール。他にはない体験をしてみよう！





農園オススメ  
 摘んだブルーベリーは美味しく食べよう！ **お手軽レシピ**

● **ブルーベリー・グラニテ**  
 【材料】  
 ブルーベリー …… 50g  
 牛乳 …… 150cc  
 練乳 …… 少々  
 【作り方】  
 1.ブルーベリーを凍らせておく  
 2.凍ったブルーベリーと牛乳をミキサーにかける  
 3.シャリシャリになったらグラスに移し、練乳をかけて完成

● **ブルーベリー・ミルク**  
 【材料】  
 ブルーベリー …… 50g  
 生クリーム …… 50cc  
 粉砂糖 …… 少々  
 【作り方】  
 1.グラスに生ブルーベリーを入れる  
 2.生クリームを注ぐ  
 3.その上からお好みの量の粉砂糖をかける

● **ブルーベリー・とろとろミルク**  
 【材料】  
 ブルーベリー …… 50g  
 牛乳 …… 100cc  
 砂糖 …… 少々  
 【作り方】  
 1.材料と一緒にミキサーにかけて攪拌する  
 2.グラスに注ぎ冷蔵庫でよく冷やす  
 3.しっかり冷えたらブルーベリー・とろとろミルクの出来上がり

● **ブルーベリー・マフィン**  
 【材料①】  
 ブルーベリー …… 150g  
 小麦粉 …… 120g  
 オートミール …… 30g  
 ※なければ小麦粉で代用  
 ベーキングパウダー …… 5g  
 塩 …… 1g  
 【材料②】  
 卵(全卵) …… 1個  
 砂糖 …… 70g  
 サラダ油 …… 50g  
 牛乳 …… 80cc  
 【作り方】  
 1.材料①、②を個別にボウルに入れる  
 2.それぞれの材料をよく混ぜる  
 3.まざったら①と②を  
 合わせて器に入れる  
 4.200℃のオーブンで、  
 20～30分ほど焼く

**ブルーベリーの摘み取り体験**

摘み取り体験ができるのは、  
 例年6月下旬～9月上旬の期間です。  
 栽培状況や農園によって異なりますので、  
 事前にお問い合わせください。

摘取料 1,200円/1kg (令和6年現在)



ブルーベリー摘み取り体験のお問い合わせは  
 富士見町観光協会 または富士見町の  
 ホームページを  
 TEL. 0266-62-5757 ご覧ください。




**解体新書**  
 「ブルーベリー」

収穫 / Blueberry  
 ブルーベリー

自然を感じる摘み取り体験

富士見町なら、その他にも「ベリー体験」が！  
 ブルーベリーの他にも、富士見町はストロベリーやゴールデンベリー(食用ホオズキ)の名産地。  
 「ベリー天国」でしか味わえない特別な美味しさを、五感で満喫してみましょう！

Strawberry いちご




Goldenberry 食用ホオズキ




**ハケ岳エナジーファーム**  
 6種類の希少な夏いちごを栽培し、1年中いつでも旬のいちごを  
 味わえます。手ぶらで楽しめるから寄り道にもピッタリです。  
 ●体験期間：通年可能(事前予約制)  
 ●予約・お問い合わせ：☎0266-61-2202



**バディアス農園**  
 ブチッと手軽にフルーティな味わいの食用ホオズキ。  
 そのまま食べてもジャムやケーキなどに使っても  
 美味しさ満点です！  
 ●体験期間：9月初～10月末 ●お問い合わせ：☎090-7272-1782



「ブルーベリー狩り」に挑戦！  
 高原の気候が育んだフレッシュさを食べ比べ！

驚くほど甘～い！

紫色の可憐な実の中にポリフェノールがいっぱいのブルーベリーは、美容健康やアンチエイジングに優れた効果があり、特に女性の熱い視線をひとり占め！  
 今や「ブルーベリーの町」とも言われる富士見町では、ブルーベリーがたわねに実をつける夏になると町内の農園での摘み取り体験が一斉にスタート。新たな夏のレジャーとして多くの観光客の注目を集めています。

ブルーベリーとひと口に言っても実はその品種は数十種にも及び、粒の大きさや香り、味わいも様々。  
 富士見町内でも多数の品種が栽培されていますが、品種を問わず町内産のあらゆるブルーベリーには

「味わいに深みがあり食べやすい」という共通の特長があるため、フレッシュな摘みたてを味わえば思わず頬がほころぶこと間違なし。  
 しかもこの特長はジャムやジュースなどに加工しても変わらないため、お土産にもピッタリです。  
 この夏はぜひ高原の澄みきった青空の下で、ご家族やお仲間と連れ立って「楽しく・美味しく」ブルーベリーの摘み取りを体験してみたいかがですか。

お土産にもピッタリ！




**富士見町自慢のベリー・グルメ**  
 収穫体験の後は、美味しさが詰まったお土産を。

01 **ハケ岳夏イチゴミルクジェラート**  
 「01」の夏イチゴと、味わい濃厚なミルクが美味しくマリージュしました！  
 (販) 高原のエコース  
 @ instagram.com/kougennoechoes/



02 **ハケ岳夏イチゴ**  
 ハケ岳の大自然が育んだ富士見町ならではのフレッシュな夏イチゴです。  
 (販) 高原のエコース  
 @ instagram.com/kougennoechoes/



03 **太陽の子**  
 桃やメロンに匹敵する糖度を誇る甘～い食用ホオズキ。  
 (太陽の子)  
 (販) バディアス農園  
 090-7272-1782



04 **太陽の子ほおずきパウダー＆セミドライ**  
 ビタミン豊富な美味しさを手軽に堪能できるパウダー＆セミドライ。  
 (販) バディアス農園  
 090-7272-1782



信州富士見町の特産品&おみやげなら  
**富士見町観光サイト ENJOY! FUJIMI**  
 ブルーベリーやイチゴ、食用ホオズキはもちろん、生産日本一を誇る赤いルバーブ、古代米やお酒、お蕎麦や味噌まで、富士見町自慢の特産品・加工品が揃っています！  
<https://www.town.fujimi.lg.jp/site/kanko/tokusan.html>  






## ◆蕎麦 にしむら [蕎麦]

ていねいに石臼で挽いた、  
香り高い地元産のそばを満喫

地元産のそばをその日使う分だけ石臼で挽いた香り高い手打ちそばに、デザートまでがセットになった「そば定食」が人気のひと品です。

住 富士見町富士見3679-18  
☎ 0266-62-7078  
🕒 11:00~14:00  
休 日曜・月曜



## ◆すみれ亭 [和食]

30余年に渡って  
富士見町的美食を司る名店

上質な和牛の焼肉と旬の和食をどちらも欲張りに味わえる、  
こだわりの店。信州あぶり肉と新鮮なお刺身を贅沢に味わえる「彩御膳」が人気メニューです。

住 富士見町落合10408-5  
☎ 0266-62-3308  
🕒 11:00~21:00  
休 月曜(祝日の場合は営業)



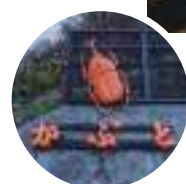
天婦羅や手打ちそば  
なども絶品!



## ◆レストラン かぶと [洋食]

人気の「ナポリタン鉄板焼き」は、もはや富士見町名物  
ホッとするような懐かしさがしっとりと心になじむ居心地の良さに包まれて、味も食べごたえも満点の「ナポリタン鉄板焼き」をじっくりとご賞味あれ。

住 富士見町富士見1892  
☎ 0266-62-5073  
🕒 11:30~15:00  
17:00~21:00  
休 木曜



かぶとむしが  
目じるし!



富士見町

グルメめぐり

人気の

話題の

老舗

V S

新店

富士見町には人気のグ  
歴史と定評のある老舗から誕生  
魅力たっぷりの味わ

ルメが盛りだくさん!  
したばかりの新たなお店まで、  
いをご賞味あれ!



## ◆小さな食堂 山ひこ

[創作和食]

養蚕農家だった古民家で、優しい手づくりの味わいを。

歴史を感じさせる築250年の古民家に少しずつ手を加えて改装オープンしたお店。自家製野菜をたっぷり使った心暖まる山ひこランチをどうぞ。



住 富士見町立沢688  
☎ 090-8585-1312  
🕒 11:30~15:00  
(14:30 L.O.)  
休 水曜・木曜・金曜



## ◆ブルッスリーローズリバー

[フレンチ]

2023年9月に移転オープンしたの、  
気軽なフランス食堂

ローズリバーは居心地のいい空間で、満足感たっぷりのフレンチを味わえるお店。週末にはワインを片手にゆったりと憩いのディナーも楽しめます。

住 富士見町富士見3369-28  
☎ 0266-63-1672  
🕒 11:30~15:00  
18:00~21:00  
(土曜のみ)  
休 日曜・月曜



## ◆かるみれんげ [カレー]

北インドのカレーの味わいを

2023年5月に北杜市から富士見町に移転オープン。オリジナルレシピで再現した北インドの家庭のカレーは、本格的だけど辛味は抑えめ。誰にも美味しく召し上がれます。ご自宅で味わえる冷凍カレー販売中。

住 富士見町落合12073  
☎ 0266-75-2436  
🕒 11:00~15:00  
休 月曜・火曜・日曜



## ◆八ヶ岳食堂 [定食・お弁当]

曜日ごとに店主が代わるユニークなシェア食堂

お好みで白米と酵素米が選べる「いもいもらんちゃん」の日替わり定食など、地元産の食材を使ったバラエティ豊かな手作りの味が楽しめます。

住 富士見町富士見4654-971  
☎ 090-1500-9978  
🕒 シェアキッチンの為、  
店舗ごとに営業時間が異なります。  
休 不定休





# 縄文時代と井戸尻文化

八ヶ岳山麓に花ひらいた独自の生活と文化を読み解いてみよう！



縄文時代とは約一万年に渡って続いた長い歴史の総称。

そんな縄文時代の中期頃に、八ヶ岳周辺地域に栄えた「井戸尻文化」の特徴のひとつが「縄文農耕論」です。

私たちが教わったのは、縄文時代は狩猟採集の時代というもの。しかし近年の研究によつてこの定説が少しずつ変わってきています。

井戸尻文化の遺跡では狩猟を象徴する矢じりではなく、打製石斧が数多く出土するのがその証拠のひとつで、これは実は斧ではなく、土を掘るための鍬だと考えられているのです。

井戸尻考古館では縄文中期にはすでに農耕栽培が行われていたとの推察を基盤として、数々の遺跡からの出土品の分析調査を行うのはもちろん、これに加えて縄文の人々の生活を再現するユ



遺跡から出土した打製石斧

ニークな実証実験を通して、縄文人の心を読み解こうという研究を重ねています。近頃ブームとなっている不思議と魅力に満ちた縄文時代について、皆さんもぜひ一緒に、自由な発想で「見て・ふれて・考えて」みませんか？

令和5年5～6月

## 曾利遺跡発掘調査



曾利遺跡は縄文中期の井戸尻文化を代表する遺跡のひとつ。令和5年の5月から6月にかけて、この遺跡の井戸尻考古館北側にあたるエリアでボランティアも参加した発掘調査が行われました。

## 体験情報



令和6年度「縄文体験」  
◎ 5/5(日)、8/3(土)・4(日) ※予定  
◎ 井戸尻考古館



古代蓮の開花を見よう「観蓮会」  
◎ 7/13(土) 6:30～ ※予定  
◎ 井戸尻遺跡公園

詳細はこちらをご覧ください



井戸尻考古館HP  
userweb.alles.or.jp/fujimi/idojiri.html

井戸尻考古館の旬な情報は、「X」で随時公開中！  
ぜひチェックしてみてください

井戸尻考古館「X」公式ページ  
✕ twitter.com/idojirikoukokan



今すぐTRY!

## 正解のない縄文クイズ

- Q1 縄文の集落は、真ん中に何を囲んでいる？
- Q2 土器に描かれる「渦巻き」は何を表す？
- Q3 土器に描かれている蛇やカエルは何のシンボル？
- Q4 八ヶ岳の縄文文化はどんな最後を迎える？

問題は他にも！

facebook



井戸尻考古館ページ

小松館長にきいてみよう

縄文最大のナゾ

## 土偶って一体ナニモノ？



蛇を戴く土偶

に広く知られています。井戸尻文化でも、当時の縄文人は女神を大切に祀ると同時に、その像を壊すことによって翌年の新たな生命の誕生、つまり豊作を祈っていたのだと考えられています。

この考えに基づいて井戸尻考古館では毎年秋に行われる収穫祭で、縄文人と同じように土偶を壊して土の中に埋め、「くく舞」を奉納することで、来年の豊かな実りを祈念するという儀式を再現しています。

縄文時代のシンボルといえば土偶ですが、それがどんな存在なのかは今も数々の議論が重ねられています。八ヶ岳周辺でも数々の土器や石器に混じって多くの土偶が出土していますが、土偶だけはほとんどがバラバラに壊れていて、パーツが揃って出土することもまずありません。完全な姿の土偶が出土しないのは一体どういうワケなのでしょう？

土偶のポーズを再現した

## くく舞の所作



「半人半蛙(カエル)」の精霊の動きを取り入れて、井戸尻考古館が独自に再現したのが、秋の収穫祭で奉納される「くく舞」。3本指の両手を大きく広げたり、胸の前で交差させたりする時間の流れや生命の再生を象徴しています。

## 井戸尻考古館・歴史民俗資料館

◎ 富士見町境7053  
☎ 0266-64-2044  
◎ 9:00～17:00  
◎ 月曜日 ※休館日はHPをご確認ください  
¥ 大人300円、小中学生150円 (団体割引あり)

You Tube  
井戸尻考古館チャンネル





# KAGOME 野菜生活 Farm.

野菜や自然と  
“おいしく、楽しく”ふれあえる  
体験型の「野菜テーマパーク」



## 野菜収穫体験

大自然の中で、

## おいしさを見つける「笑顔の体験」!

一年を通して、自分の手で野菜とのふれあいを!  
とうもろこしやトマトなどの夏野菜収穫体験(6~8月)の他、芋掘り体験(10月)や冬野菜収穫体験(11~12月)など、野菜の盛期以外にも楽しい催しが目白押し!工場見学や多彩なワークショップなどもお見逃しなく。



楽しい  
収穫体験!



### 体験コンテンツの一例

春	夏	秋	冬
トマトの樹見学ツアー トマト狩り	トマト狩り	ハロウィン南瓜 デコレーション体験	クリスマス リース作り 体験
トマト栽培 講習会	夏野菜収穫 ひまわり 種まき	秋野菜収穫 芋掘り	冬野菜収穫 焼芋大会

## レストラン「IL FAGGIO」

ピザ窯で焼き上げたピザやパスタ  
など、野菜たっぷりのメニューが満  
載。定番コースの他、季節ごとの限  
定コースも充実しています。

野菜が  
美味しい!



## カゴメ野菜生活ファーム

〒富士見町富士見9275-1  
☎ 0266-78-3935  
🕒 10:00~16:00  
📅 火曜日

※12月中旬~  
翌年3月中旬まで  
冬季休業(予定)



セロリの  
ジェノベーゼパスタ



トマトとバジルの  
冷製パスタ



ポルチーニ香る  
きのこのチーズピッツァ



さつまいものピッツァ

※写真はイメージで、実際とは異なる場合があります。

井戸尻に来たら見逃せない!

# 縄文オリジナル グッズ

黒曜石ストラップ

いにしえチャーム

オリジナル!

御朱印帳

縄文クリア  
ファイル

便箋

ミニチュア縄文土器オブジェ

- 始祖女神像(坂上遺跡)
- 水煙渦巻文深鉢(曾利遺跡)
- 神像筒形土器(藤内遺跡)

土偶の箸置き(始祖女神像)

SUWA  
プレミアム選定

積み木 しそちゃん

信州ハンドクラフトフェ  
スタ2023・最高賞受  
賞。「女神様」をモチーフ  
に、地元の材と技を集め  
た知育と安らぎの積み  
木です。

縄文土器型酒器「暁」

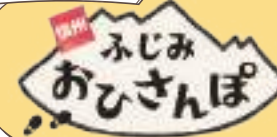
DVD

『縄文にハマる人々』  
~世界で最も美しい謎~

マグネット  
シート

積み木しそちゃんは、富士見駅そばのイチジウや、  
SUWAガラスの里でも購入できます。

## 令和6年版コース



「ふじみおひさんぽ」は、ガイドさんの案内付きで町内各所をめぐる  
体験ツアー。地元の人でもあまり知らないような富士見町の歴史や  
文化の魅力をたっぷりと体感することができます。  
縄文に関連したツアーも例年開催されていますので、ぜひ最新情  
報をチェックしてみてください。

詳細は  
こちら



## 縄文食材を使った オリジナルグルメ大集合

# 縄文 フードフェア



富士見町が  
縄文一色!

# 縄文ハロウィン

詳細は  
こちら



縄文時代をメインテーマとし  
て、毎年10月に開催される期間  
イベントが「縄文ハロウィン」。  
さまざまな縄文体験が楽しめる  
縄文王国収穫祭をはじめ、商  
店街でのホコ天まつり、栗やク  
ルミといった縄文の食物をデー  
マにしたメニューが勢ぞろいす  
る縄文フードフェアなど、町内  
で多彩な催しが繰り広げられ、  
町が彩り豊かににぎわいます。



1日
04
PM6:00

マナスル山荘  
天文館

入笠山の標高1,800m地点に佇む宿。遠目からでもすぐわかる大きな天体ドームがシンボルです。食事のおいしさにも定評があり、焼きチーズカレーやローストビーフ丼が特に人気です。  
◎ 富士見町富士見11404  
☎ 0266-78-7022

宿泊

満天の星空鑑賞体験

毎週土曜日(夏休み期間は毎日)には星空鑑賞を体験できます。日本有数の降るような星空の美しさをぜひ自分の目で確かめてみてください。

※宿泊者は無料(キャンプ場利用者は料金別途)  
※開催は天候条件によって左右されます

2日
06
AM9:00

赤いルパーブ収穫体験  
かぼちゃん農園

赤いルパーブの生産日本一の富士見町。6月から10月までの期間には、ぜひ町自慢のルパーブの収穫体験を楽しんでください！  
◎ 富士見町富士見9052  
☎ 0266-78-6853  
◎ 8:00~17:00 ◎ 火曜日

2日
05
AM5:30

ちょっと早起きして  
朝の雲海鑑賞

一面の雲の海を金色に染め上げる雄大なご来光。富士見パノラマリゾートでは、秋の雲海シーズンにゴンドラの早朝特別運行も実施されています。  
プレミアム雲海ゴンドラ  
(10月上旬~11月中旬・限定運行)  
◎ 毎週:土・日・祝、AM5:30~  
※詳しくはHPをご確認ください。

2日
09
PM4:00

大丸屋

富士見駅前商店街のアンテナショップ。手作りの展示やワークショップ、時々マルシェも。  
◎ 富士見町富士見3590  
☎ 0266-62-2022  
◎ 9:30~18:00  
◎ 火・水曜日

2日
07
PM12:00

ビストロ梅の木

富士見町めぐりのランチに、地元野菜をたっぷり使った自慢のヘルシーなフレンチを。  
◎ 富士見町立沢815-135  
☎ 0266-62-5694  
◎ 12:00~14:00/18:00~21:00  
◎ 火曜日

2日
06
AM9:00

赤いルパーブ収穫体験  
かぼちゃん農園

赤いルパーブの生産日本一の富士見町。6月から10月までの期間には、ぜひ町自慢のルパーブの収穫体験を楽しんでください！  
◎ 富士見町富士見9052  
☎ 0266-78-6853  
◎ 8:00~17:00 ◎ 火曜日

2日
05
AM5:30

ちょっと早起きして  
朝の雲海鑑賞

一面の雲の海を金色に染め上げる雄大なご来光。富士見パノラマリゾートでは、秋の雲海シーズンにゴンドラの早朝特別運行も実施されています。  
プレミアム雲海ゴンドラ  
(10月上旬~11月中旬・限定運行)  
◎ 毎週:土・日・祝、AM5:30~  
※詳しくはHPをご確認ください。

2日
09
PM4:00

大丸屋

富士見駅前商店街のアンテナショップ。手作りの展示やワークショップ、時々マルシェも。  
◎ 富士見町富士見3590  
☎ 0266-62-2022  
◎ 9:30~18:00  
◎ 火・水曜日

2日
07
PM12:00

ビストロ梅の木

富士見町めぐりのランチに、地元野菜をたっぷり使った自慢のヘルシーなフレンチを。  
◎ 富士見町立沢815-135  
☎ 0266-62-5694  
◎ 12:00~14:00/18:00~21:00  
◎ 火曜日

2日
09
PM4:00

大丸屋

富士見駅前商店街のアンテナショップ。手作りの展示やワークショップ、時々マルシェも。  
◎ 富士見町富士見3590  
☎ 0266-62-2022  
◎ 9:30~18:00  
◎ 火・水曜日

2日
07
PM12:00

ビストロ梅の木

富士見町めぐりのランチに、地元野菜をたっぷり使った自慢のヘルシーなフレンチを。  
◎ 富士見町立沢815-135  
☎ 0266-62-5694  
◎ 12:00~14:00/18:00~21:00  
◎ 火曜日

2日
09
PM4:00

大丸屋

富士見駅前商店街のアンテナショップ。手作りの展示やワークショップ、時々マルシェも。  
◎ 富士見町富士見3590  
☎ 0266-62-2022  
◎ 9:30~18:00  
◎ 火・水曜日

2日
07
PM12:00

ビストロ梅の木

富士見町めぐりのランチに、地元野菜をたっぷり使った自慢のヘルシーなフレンチを。  
◎ 富士見町立沢815-135  
☎ 0266-62-5694  
◎ 12:00~14:00/18:00~21:00  
◎ 火曜日

1泊2日

日帰り

雨の日

富士見町のモデルコース

富士見町のみどころギュッと!

1泊2日

モデルプラン

富士見町の魅力満喫!  
「ゆったりお泊り」コース

雄大な大自然に四季の息吹、そして温かいおもてなしの心...  
富士見町のあふれる魅力をたっぷりと、ヨクバリに満喫しちゃいましょう!

1日
01
AM9:00

富士見  
高原リゾート

▶詳しくはP.3~P.6をご覧ください。

1日
02
PM1:00

食派のあなたは  
井筒屋

ていねいに手作りした和菓子の味は格別。季節の果実をふんだんに使ったフルーツ大福が特に人気の一品です。

1日
03
PM3:00

体験派のあなたは  
すずの音カフェ

優しく居心地のいい空間に包まれて、地域の素材を使った「こまちスイーツ」はいかが。

1日
01
AM9:00

富士見  
高原リゾート

▶詳しくはP.3~P.6をご覧ください。

1日
03
PM3:00

体験派のあなたは  
すずの音カフェ

優しく居心地のいい空間に包まれて、地域の素材を使った「こまちスイーツ」はいかが。

1日
01
AM9:00

富士見  
高原リゾート

▶詳しくはP.3~P.6をご覧ください。

1日
03
PM3:00

体験派のあなたは  
すずの音カフェ

優しく居心地のいい空間に包まれて、地域の素材を使った「こまちスイーツ」はいかが。

1日
01
AM9:00

富士見  
高原リゾート

▶詳しくはP.3~P.6をご覧ください。



# 雨の日

モデル  
プラン

雨天も楽しく!

## 「屋内で体験三昧」コース

「せっかくの旅行なのに天気が悪くて…」そんな時にオススメなのが屋内でも楽しめる体験の数々。  
雨の富士見町が好きになる、魅力いっぱいの催しをご紹介します!

01  
AM7:00

ちっとレトロな喫茶店  
朝喫茶ちっと



早朝から営業しているお店。どこかホッとするような手づくりの朝ごはんが心に元気をとどけてくれます。手作りおにぎりのテイクアウトも可能です。



④ 富士見町富士見4654-856  
☎ 080-2590-1501  
⑨ 7:00~13:00  
⑩ 水・木曜日



02  
AM10:00

お好みの  
体験を  
チョイス  
しよう!



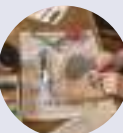
### 富士見高原ハイジロッジ

富士見高原の自然に包まれてヨガ体験。高原のパワーをいっぱいに浴びて、心と身体を気持ちよく開放してみましょう。

④ 富士見町境12067-548 ☎ 0266-78-8233  
⑨ 10:00~17:00  
⑩ リラクセスヨガ 不定期開催



脳が目覚める  
アート塾



### てらーと ~TERART~

お寺での多彩なアート体験、それが「てらーと」。独自のアートプログラムに沿った創作活動が、脳を活性化させ心身を明るく前向きに整えてくれます。

④ 富士見町立沢120(高榮寺内)  
☎ 0266-62-3774  
⑨ 随時開催

※事前連絡にて日時・体験内容などのご希望をお知らせください。



### アトリエ テディベア ライフスタイル

テディベア作家の指導のもと、静かな環境の中で2~3時間じっくりとものづくりに熱中すれば、素敵な旅の思い出や大切な人への贈り物の出来上がりです。初心者向けの体験コースもあるので、テディベア作りに気軽にチャレンジできます。

世界で  
ひとつ!



④ 富士見町乙事5598-1  
☎ atelier.teddybear@gmail.com  
⑨ 9:00~14:00

※可能な限りご希望日に合わせますので事前にご連絡ください。



ランチを  
兼ねて

### おっこと亭

手打ち蕎麦の名店「おっこと亭」。食事はもちろん熟練の講師によるそば打ち体験も楽しめます。

④ 富士見町乙事3777-3  
☎ 0266-62-7188  
⑨ 4月~11月は10:30~15:00  
12月~3月は11:00~15:00  
⑩ 木曜日(祝日の場合は前日水曜)  
※臨時休業あり



### 富士見町 高原のミュージアム

富士見町の自然をこよなく愛したアララギ派の歌人を始め、町にゆかりのある数々の文学者たちの資料にふれることができます。

④ 富士見町富士見3597-1  
☎ 0266-62-7930  
⑨ 10:00~17:00  
(入館は16:30まで)  
⑩ 月曜日  
(祝日の場合は翌火曜)  
年末年始



03  
PM2:00

八ヶ岳山麓の魅力いっぱいの  
道の駅 信州 蔦木宿

▶詳しくはP.25をご覧ください



日帰り  
温泉



お土産  
お買い物



# 日帰り

モデル  
プラン

富士見町をいいトコどり!

## 「一日でも大満足」コース

日帰りでも満足できる富士見町の見どころ・遊びどころの数々をピックアップ!  
もっと興味が湧いてきたら、ぜひ何度でも足を運んでみてください!



01  
AM9:00

八ヶ岳~富士山までの眺望は最高!  
富士見パノラマリゾート

▶詳しくはP.7~P.10をご覧ください

富士見パノラマリゾートのゴンドラで山頂駅に向かえば、そこはもう天空のお花畑。清々しい風と爽快な景色の散策を楽しんだり、草花の写真を撮影したりと、楽しみ方は色々!



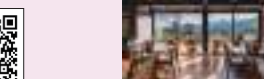
02  
AM11:30

南アルプスを望む古民家そば  
手打ち蕎麦 ひとひら

2023年8月にオープンしたての手打ち蕎麦のお店。レトロモダンな店内、窓外には甲斐駒ヶ岳の雄大な姿を楽しめます。カフェタイムには、ぜひ店主自慢の本格手作りスイーツを!



④ 富士見町境2772  
☎ 0266-55-2981  
⑨ 11:30~13:30(蕎麦)  
14:00~17:00(カフェ)  
⑩ 火・水・木曜日



03  
PM1:00

体験型「野菜のテーマパーク」  
カゴメ野菜生活ファーム

▶詳しくはP.18をご覧ください



フレッシュな  
野菜がいっぱい!



04  
PM2:30

もふもふしてみる?  
八ヶ岳アルパカ牧場

可愛いアルパカとのふれあいを心ゆくまで!ユニークな「アルパカダービー」も必見です。

④ 富士見町落合13505-1  
☎ 0266-75-2554  
⑨ 10:00~16:00  
※12・1月は10:00~15:00  
⑩ 火曜日 ※祝日の場合は営業  
※臨時休業あり



ふわふわの  
アルパカに  
タッチ!

自然派なら釣り体験! /

### 釜無川釣り堀センター



釜無川のせせらぎを聞きながら、初心者から気軽にニジマス釣りにチャレンジしよう!!

④ 富士見町富士見釜無8258-18  
☎ 080-7127-4518  
⑨ 8:00~18:00(4月~9月まで)  
⑩ 土・日・祝日のみ営業 ※団体は平日も可



日本を代表する縄文時代の遺跡  
井戸尻遺跡

▶詳しくはP.15~P.17をご覧ください



2000年の  
タイムトリップ!

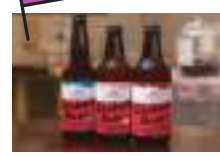


05  
PM4:00

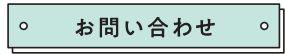
お土産とお買い物  
八ヶ岳ルバーブハウス

希少な赤いルバーブを使ったビールを始め、ルバーブを使ったお菓子やジャムなどの多彩な品ぞろえが自慢です。

④ 富士見町境7391-1  
☎ 0266-55-2981  
⑨ 12:00~17:00  
⑩ 金・土・日曜日・祝日営業







23





## Mrs.BERRYの ルバーブジャム

まるで赤い宝石

### 甘酸っぱいルバーブ・ジャムをご家庭で

春のルバーブは秋のルバーブに比べると酸味が強く、秋のルバーブより色鮮やかです。春のルバーブはグラニュー糖とレモン果汁でシンプルが美味しいです。

#### 作り方

〈材料〉150ml瓶6〜7本分/糖度：約50度

- 赤いルバーブ 1kg
- グラニュー糖 500g
- レモン果汁 50ml
- キルシュ 小さじ1

#### 〈作り方〉

1. ルバーブをきれいに水洗いし1cmにカットする。
2. 鍋にカットしたルバーブ、グラニュー糖の半量、レモン果汁を入れ、木べらでよく混ぜ10〜20分。鍋に果汁がたまったら、中火で煮詰める。  
(アクのような泡が出ますが、あまり取らずに木べらで混ぜる)
3. 残りのグラニュー糖の半量を入れ糖度を計り、アクを取ってから残りのグラニュー糖を二回に分けて加え、とりといたら、火を止める。(焦がさぬよう注意しましょう)
4. 熱いうちに熱湯消毒した瓶に空気を入れないよう、90%ほど瓶詰をする。
5. 蓋をして1分、蓋を緩め脱気、蓋をしっかりと閉め、鍋に瓶の肩までお湯をはり10〜15分煮沸消毒をする。  
(火傷に注意してください)

このレシピを複製して、レッスン等に使用する事を禁じます。  
Copyright © 2023 office-Mrs.BERRY All Rights Reserved.



Mrs.BERRY  
赤曾部 麗子さん

40年以上のコンフィチュール作りの経験を多くの方に伝える伝道師。富士見町の特産品である「赤いルバーブ」を使った作品の開発などを通じて町のPR活動にもご協力くださっています。  
2017年と2019年にイギリスで「Worlds ORIGINAL MARMALADE AWARDS」を受賞するなど世界での受賞歴も豊富で、NHKカルチャー教室などが予約待ちになるほどの人気を博しています。多くの著書を持つとともに、「Mrs.BERRY」ブランドのオリジナル商品も販売されています。



### 友好都市東京都多摩市との共同店舗 富士見町の特産品の販売やイベントも!

赤いルバーブやお蕎麦、季節限定品など富士見町の特産品の数々を販売する「Ponte」では、各種PRイベントなども随時開催。富士見町の観光情報の発信拠点として、多くの方々に親しまれています。

イタリア語の「橋」「架け橋」を意味する「Ponte(ポンテ)」の名には、2つの街の交点となる願いが込められています。



東京都多摩市永山1丁目4 グリナード永山  
☎ 042-401-9566  
🕒 10:00〜18:00 📅 年始および施設点検日



ひとやすみに立ち寄りたい

甲州街道の宿場として栄えた鳶木宿の  
歴史と風情を今に伝える一大スポット。



## 道 の 駅 信州鳶木宿

in 富士見町



花豆パフェ

富士見町特産の  
花豆の自家製あん  
が味わえる♪

8月  
夏祭り



流しそうめん

毎年8月の第一日曜に開催

11月  
3日  
新そば祭り



そば打ち実演



新そばのふるまい

諏訪地域各  
地で開かれる新  
そば祭りのトリ  
を飾ります。

日帰り温泉、お食事処、そして地元産物のショッピングと3つの魅力が揃った「道の駅 信州鳶木宿」は、甲州街道の宿場として栄えた鳶木宿の歴史と風情を今に伝える一大スポットです。  
旅の途中の休み処としてはもちろん、季節ごとの多彩なイベントや「そば打ち体験」なども楽しめます。

毎月  
2回



そば打ち講習会

「そば打ち講座」(6名まで・要予約)も  
大人気のイベント

月替り



新鮮野菜市

6月〜9月の最終日曜9時〜12時に  
旬の美味しい食材を特売!



お食事処「てのひら館」



売店・お土産



日帰り温泉「つたの湯」

道の駅「信州鳶木宿」  
長野県諏訪郡富士見町落合1984-1  
☎ 0266-61-8222 📅 火曜定休

📍 情報館・売店  
温泉  
食事処

9:00〜17:00(土日祝20:00)  
10:00〜21:00(最終受付20:30)  
11:00〜20:00(L.O.19:30)

\*営業時間は季節により変更がございます。  
詳しくはHPをご覧ください。

