

# 信州うえだ地域 上田市 東御市 青木村 長和町 「道の駅」・周辺情報

## 上田市 道の駅 上田道と川の駅おとぎの里 ①

- 農産物：地元産・旬の野菜・果物
- 物販：お土産品、桑の実など地元野菜、果物の加工品、地酒、ジビエ商品各種
- お食事処「岩鼻」：馬鹿バーガー、鹿ミートスパゲッティー、馬肉うどん、桑の実ソフト
- 季節ごとの体験学習



上田市小泉2575-2 ☎0268-75-0587  
営業時間／9:00～17:00 無休

ホームページ▶



## 東御市 道の駅 雷電くるみの里 ②

- 直売所・お土産：旬の農産物、信濃くるみ、野沢菜漬け、地酒コーナー
- お食事処「湯の丸」：カツカレーライス、雷電丼、くるみおはぎ
- 軽食・カフェ「雷ちゃんカフェ」：雷電焼、くるみソフトクリーム、しそジュース
- 雷電資料館



東御市滋野4524-1 ☎0268-63-0963  
営業時間／8:00～18:00 無休

ホームページ▶



## 東御市 道の駅 みまき(御牧乃湯) ③

- 直売所：新鮮な野菜、八重原米、福祉コーナー
- 「cafe みまき苑」：本格手づくりピザ、アルコール類、ソフトドリンク
- 布引温泉御牧乃湯：ナトリウム塩化物温泉
- 温泉アクティヴセンター：スイミング、トレーニング等



東御市布下35-4 ☎0268-67-3467  
営業時間／10:00～21:00 休業日／毎週木曜日

ホームページ▶



## 長和町 道の駅 マルメロの駅ながと ⑥

- 販売：青果直売コーナー、ミニスーパー、お土産特産品
- 「黒耀キッチン by 竹内農産」：そば、山菜料理、まぐろ丼、かつ丼、カレー



長和町古町2643-3 ☎0268-75-8735  
営業時間／9:30～17:00(12月～3月)、9:30～17:30(4月～11月)  
休業日／年末年始

ホームページ▶



## 長和町 道の駅 和田宿ステーション ⑦

- 販売：農産物、おやき・お餅特産品(渓流魚の唐揚げ、野沢菜、アイス、味噌、黒耀石等)
- 食堂：そば、各種定食、丼もの



長和町和田2834-5 ☎0268-88-0008  
営業時間／8:00～17:00(11月～3月は8:30～16:30)  
休業日／原則月曜日(8月～11月は無休)

ホームページ▶



## 青木村 道の駅 あおき ④

- 農産物直売所：農産物、加工食品
- レストラン「味処こまゆみ」：タチアカネ蕎麦、うどん、ラーメン、かつ丼、天丼、カレー
- 憩渡屋：アオキノコちゃん焼・ソフトクリーム



青木村村松26-1 ☎0268-49-0333  
営業時間／9:00～18:00(冬季営業時間あり)  
休業日／年末年始

ホームページ▶



## 上田市 道の駅 美ヶ原高原 ⑤

- ショッピングモール：特産物、信州蕎麦、地酒、地ビール、信州産ワイン、美術館オリジナルグッズ
- レストラン「コンポート」：カレー類、めん類、軽食、喫茶
- 展望テラス：ソフトクリーム、おやき類



上田市武石上本入2085-70 ☎0268-86-2331  
営業時間／9:00～17:00(4月下旬～11月中旬)  
期間中は無休

ホームページ▶



お問い合わせ

上田地域観光協議会 ☎0268-43-8818

(上田市・東御市・青木村・長和町) 上田地域広域連合事務局企画課内

信州上田地域の観光情報は  
信州うえだ観光 NAVi ▶▶▶



ホームページ



X (旧 Twitter)

# 道の駅周辺情報、イベント・お祭り

※時間は車で目の目の所要時間です。  
実際のルートや道路状況により変動します。

上田市

## 道の駅 上田 道と川の駅 おとぎの里

①

### 周辺の名所・旧跡、施設 ①

- 上田城跡公園 [8分]
- 上田市観光会館 [13分]
- 柳町 [14分]
- 池波正太郎真田太平記館 [14分]
- サントミュージゼ [10分]



### 周辺の温泉 ①

- 室賀温泉ささらの湯 [14分]
- 別所温泉あいそめの湯 [17分]
- びんぐし湯さん館(坂城町) [10分]



### イベント・お祭り ①

- 上田城千本桜まつり [4月上旬～中旬]
- 上田城紅葉まつり [11月上旬]
- 上田真田まつり [11月上旬]
- 新そばまつり [11月]  
(室賀ささらの湯、武石観光センター)
- 菅平スノーリゾート open [12月]
- 番所ヶ原スキー場 open [12月]



上田市

## 道の駅 美ヶ原高原 ⑤

### 周辺の名所・旧跡、施設 ⑤

- 美ヶ原高原美術館 [高原内]
- 美しの塔 [高原内]
- 武石観光センター [26分]
- 道の駅和田宿ステーション [25分]



### 周辺の温泉 ②③

- 布引温泉御牧乃湯 [10分、0分施設内]
- みづほ温泉 湯楽里館 [11分、17分]
- ゆうふる tanaka [11分、9分]
- アートヴィレッジ明神館 [16分、8分]



### イベント・お祭り ②③

- 東御ワインフェスタ [5月上旬]
- 湯の丸高原つつじ祭 [6月上旬～7月上旬]
- 巨峰の王国まつり [9月中下旬]
- 海野宿ふれあい祭り [11月上旬]
- 海野宿ひなまつり [3月上旬～下旬]
- 湯の丸スキー場 open [11月下旬]



東御市

## 道の駅 雷電くるみの里 ②

## 道の駅 みまき ③

※時間は、順番に道の駅雷電くるみの里、道の駅みまきからの所要時間を示します。

### 周辺の名所・旧跡、施設 ②③

- 北国街道 海野宿 [13分、12分]  
(白鳥神社、海野宿資料館、海野宿玩具館、  
海野宿滞在型交流施設うんのわ)
- 明神池 [16分、8分]
- 湯楽里館 [11分、17分]
- 湯の丸高原 [18分、26分]



青木村

## 道の駅 あおき ④

### 周辺の名所・旧跡、施設 ④

- ふるさと公園あおき [1分]
- 大法寺 [4分]
- 五島慶太未来創造館 [5分]
- 五島慶太翁記念公園 [2分]



### 周辺の温泉 ④

- くつろぎの湯 [4分]
- 田沢温泉有乳湯 [6分]
- 沓掛温泉小倉乃湯 [8分]



### イベント・お祭り ④

- そばの花・実まつり [9月上中旬]
- 青木村産業祭 & 新そば祭り [11月中旬の土日]

長和町

## 道の駅 マルメロの駅ながと ⑥

## 道の駅 和田宿ステーション ⑦

※時間は、順番に道の駅マルメロの駅ながと、道の駅和田宿ステーションからの所要時間を示します。

### 周辺の名所・旧跡、施設 ⑥⑦

- 長久保宿本陣跡、長久保歴史資料館 [5分、11分]
- 黒耀石体験ミュージアム [24分、17分]
- 黒耀の水 [21分、10分]
- 和田宿本陣 [12分、2分]



### 周辺の温泉 ⑥⑦

- 長門温泉やすらぎの湯 [2分、15分]
- 和田宿温泉ふれあいの湯 [14分、3分]



### イベント・お祭り ⑥⑦

- ふる里和田宿宿場祭り [8月14日]
- 長門牧場収穫祭 [10月下旬]
- 新そば祭り [11月]  
(立石和紙の里、和田コミュニティセンター)
- ブランシュたかやまスキーリゾート open [12月上旬]

