

# くらたび

須坂市民イチオシののんびりスポット  
百々川エリアの魅力に迫る  
朝夕どちらも美しい絶景が味わえる  
米子大瀑布&峰の原高原

須坂市民の“地元愛”が目白押し

# 須坂で 暮らすように 旅をする

須坂のスイーツを  
食べ歩いて  
ギフト券をゲット

すざか  
スイーツ  
スタンプラリー

SEASON 5



# OBUSE MIZUKI



手前味噌かもしれませんが、やっぱり自分が生まれ育った峰の原高原が好き。アウトドアアクティビティが盛んなエリアのようにすごい山深いわけでもなく、程よく自然があふれているので、“頑張らない、ちょうどいい”自然を満喫できます。また、峰の原といえば県内最大級のペンションヴィレッジ。日本各地でペンションが減少しているなか、開村50周年を迎え、峰の原のペンションヴィレッジはとって元気。ペンションは、ホテルや旅館に比べてホストとゲストの距離が近いから、ペンションオーナーが交流のハブとなり、ゲスト同士が仲良くなるというシチュエーションもたくさんあり、人の温かさを感じる滞在ができるのもこの場所の魅力ですね。

（ペンションケルン代表  
峰の原高原観光協会 会長）

## 小布施 みづき

**PROFILE**  
峰の原高原出身。20代で家業であるペンションを継ぎ、2代目オーナーとなる。現在、約40軒のペンションオーナーが主となり構成される「峰の原高原観光協会」にて史上最年少で協会長に就任

### ▶ 須坂おすすめスポット

私の須坂のおすすめスポットは「こもれびホール」周辺。展望デッキから早朝に長野市街地を見下ろすと、朝日があたって街全体がキラキラして見えるんですよ。地元の有志で結成した山野草保護団体が維持活動を行っている山野草もとても美しく咲き競い、その景観は「未来に残したい草原の里100選」にも選出されているほどなんです。



### こもれびテラス

須坂市仁礼峰の原3153-756  
◎ 25台



自然の豊かさやフルーツももちろん須坂の魅力ではあると思うけれど、私はこの街に残る歴史文化に目を向けてみてほしいと思います。田中本家、旧小田切家住宅、旧牧家(須坂クラシック美術館)など、江戸の時代に栄えた豪商の豪華華麗な館が並び、蔵の町並みがこれほど現存している地域は、なかなかない。それと同時にこの街が歩んできた歴史を紐解いていくのが非常に面白い。例えば新紙幣の肖像画で一躍有名になった渡沢栄一と親交が深かった須坂の製糸王・越寿三郎や、江戸幕府15代将軍・徳川慶喜に武士としての義を問い、自らが手本となり自刃して果てたという壮絶なストーリーを持つ須坂藩13代藩主・堀直虎公など、彼らが須坂の地でのように生き、須坂の発展にどのように貢献してきたか。歴史的に価値のある品々が建造物同様、非常に良い保存状態で残っているので、当時の目線のまま、感じ取ることができるんじゃないでしょうか。

（田中本家 十二代当主）

## 田中 宏和

**PROFILE**  
長野県飯島町出身。大手しょうゆメーカー勤務を経て、田中家の第12代当主となる。継承後は食品営業の経験を生かし、運営する田中本家博物館を中心に、須坂市の歴史文化の発信に尽力

# TANAKA HIROKAZU



### ▶ 須坂おすすめスポット

田中本家博物館の横にある普願寺を中心とした5ヶ寺の寺町は、小京都の雰囲気があります。ちなみに普願寺の本堂は善光寺の本堂と同じ大きさなんです。その大きさを直接見て感じていただきたいです。特に、桜の時期の寺町は最高に美しいのでおすすめです。

### おおいわきん ながんじ 大岩山 普願寺

須坂市小山南原町353  
◎ 026-245-0305

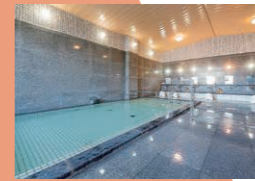


### ▶ 須坂おすすめスポット

日帰り入浴もできる温泉宿「古城荘」の一角が、子どもの頃から大好き。春は駐車場の桜がとてきれいなんですよ。夏は「サマーランド」のプールや「山の神キャンプ場」でレジャーを楽しんで、温泉で疲れを癒やす。秋は周辺の山々が色づくので紅葉が楽しめますし、冬はちょっと熱めの温泉が最高に気持ちいい!どの季節に行っても楽しめます。

### すざかおんせん こじょうそう 須坂温泉 古城荘

須坂市日滝5414 ☎ 026-245-1460  
◎ 日帰り入浴：6:00～22:00(最終入館)、ランチ：11:00～14:00  
◎ 第4水曜 ◎ 日帰り入浴：中学生以上600円、小学生以上300円、幼児無料 ◎ 70台



# FUJISAWA TAKUYA

（カネ十農園3代目）

## 藤沢 拓也

**PROFILE**  
須坂市出身。大学卒業後、会社員を経て2021年秋より就農。2代目農園主の父よりリンゴとブドウ栽培のノウハウを学んでいる。体を動かすことが好きで、百々川緑地公園で散歩をすることも

観光地というよりは、生活にメルトできるところが須坂の魅力だと感じています。地元の人が大切にしてきたもの、愛してきたものをかいつまめる町。ゲストにおいしい物を尋ねられたら、長く親しまれている和菓子やおやきをお勧めすることが多いのですが、皆さんとても喜んでくれますね。須坂の人って優しいんですよ。居酒屋に行っても、ご飯を食べに行っても、おもてなしが商業的でなく、愛があるんですよ。町の人同士がつながっているの、どこを訪ねても安心して楽しんでいただけます。

（ゲストハウス蔵・  
一棟貸宿白藤オーナー）

## 山上 万里奈

# YAMAKAMI MARINA

**PROFILE**  
須坂市出身。日本語教師や仲居の経験を生かし、2012年に「ゲストハウス蔵」、2021年に国の有形文化財である建物を改修した宿「一棟貸宿白藤」を開業。国内外のゲストをもてなしている



住めば都は、  
来ても都!

雄大な自然とそれが育む農作物、歴史や文化が息づく須坂に魅了され、そこに暮らす人々。生まれながらのローカルも移住者も、皆それぞれ、大好きな須坂があるんです。地域に根ざす私たちのイチオシ、ぜひ足を運んでみてください!

私たちの大好きな須坂、

教えます!

### ▶ 須坂おすすめスポット

百々川の河川敷は夕日がとてもきれい。宿から歩いて「臥竜公園」に行き、そこから百々川を目指すちょっといい散歩コースになるので、海外からのゲストには特にお勧めしています。須坂市の花火大会もこの河川敷で行われているのですが、緑地公園の芝生は、ゴロリと寝転びながら真上にかかる花火を楽しめる特等席。人でギョウギョウの都会の花火大会では考えられませんよ。毎年ゲストと一緒に花火鑑賞を楽しんでいます。

### どどがわりよくちこうえん 百々川緑地公園

須坂市臥竜ほか  
◎ 026-245-1770(臥竜公園管理事務所)  
◎ 600台



# ドドガワ

川の両岸約2kmに渡って広がる「百々川緑地公園」。芝生が敷き詰められた敷地内にはマレットゴルフ場やゲートボール場が整備されていて、ゲームを楽しむ人たちで朝からにぎわっている。天気の良い日は根子岳や北信五岳を見晴らす抜群の眺望。毎年4月になると、色とりどりの

の鯉のぼりが川の上を泳ぐ。橋を渡ってぐるりと歩けば1周約5km。景色が良く、ウォーキングやピクニックを楽しむのも気持ちがいい。バーベキュー(予約制)もできるので、ファミリーやグループでワイワイ楽しむことも。ここは思い思いのスタイルで過ごせる、市民憩いの場所なのだ。



散歩やバーベキューも楽しめる  
全長約2kmに及ぶ緑地公園

須坂市民が  
こよなく愛する  
んびりスポット

# 魅力に ドドッと迫る

どどがわ

“どどがわ”と  
読みます!

百名山「四阿山」を源流とし、須坂市を東西に流れる百々川。河川敷には緑地公園が広がっています。その魅力をひも解いていきましょう。



ナビゲーターはこの人!  
須坂市地域おこし協力隊  
山際真奈さん

DODOGAWA COLUMN

DODOGAWA COLUMN



## 硫黄鉱山からしみ出た鉄分が 川底を赤く染めている

「龍の吐き出した血で、川が赤く染まった」という昔話が遺されている百々川。川底に目をやると赤褐色にさび付いているのが分かるが、これは上流部分にある米子の硫黄鉱床からしみ出た鉄分の影響によるもので、水質は強い酸性を示す。

百々川って  
どんな川?



私が  
答えます!

百々川は、ながれている魚たち、いないけど百々川の、そばで二人、およいでいた百々川で、さくあの花、あなたにも見えていた百々川で、見たあの花もう見えないあーなーにーつたえたい、百々川の夕日あーなーとー歩きたい 百々川橋

(百々川橋より)

## 毎日夕方になると聞こえる 須坂市の防災チャイムは “百々川橋の夕暮れ”

毎日夕方になると聞こえてくる防災行政無線のチャイム。「夕焼け小焼け」や「家路」といった定番のメロディを流す行政が多い中、須坂市では「百々川橋の夕暮れ」という独自の曲を流している。原曲は、須坂市出身者が結成したバンド「水くれトーバンズ」が作曲した「百々川橋」という曲で、オルゴール調にアレンジして流されている。

### 臥竜公園

臥竜公園には24種の桜が植えられていて、長期間花見が楽しめる



### 須坂市動物園

須坂市動物園の名誉園長「ハッチ」のDNAが今も受け継がれている



バーベキュー可能エリア  
(利用前に須坂市動物園 or WEBで届出を)

GWには約100匹の鯉のぼりが風になびく光景も見られる



### 須坂 アートパーク

早春の風物詩、30段の雛壇に飾られる約1,000体の豪華絢爛な雛人形は必見



北 NORTH SIDE



臥竜公園

臥竜公園を中心に広がる  
須坂市民の憩いの場所

百々川の北側に広がるのは、「日本さくら名所100選」に選ばれている「臥竜公園」。敷地には160本の桜が植えられていて、春になると一面がピンクに染まる。この名物といえば、真っ黒おでん。「池乃清泉亭」はその元祖で、公園の工事が



須坂市動物園

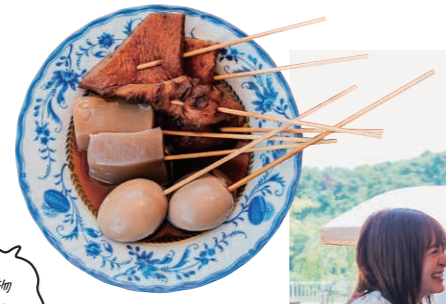
ホクにちが待ってるよ!



動物とのふれあいまじ



始まった昭和5年から、ずっとここでおでんを売っている。当初は、工事中に吸い込んだ砂ぼこりを体外に排出するための「砂払い」として、こんなにやくのおでんが売られていたのだそう。真っ黒な色の秘密は地元蔵の醤油で、日高昆布と煮干しでとった出汁を毎日合わせ、90年以上、継ぎ足し、継ぎ足しで使っている。50年ほど前から卵やちくわ、さつま揚げが加わり、いつしか公園の名物に。今では園内各所で黒いおでんが楽しめるようになった。50種250点が展示されているお隣「須坂市動物園」は、動物との距離が近いことでも有名。間近に迫る動物の姿に、大人もきつと童心に戻ってしまう。



公園名物 真っ黒おでん



池乃清泉亭



ガリュウコウエン・ドドガワリョクコウエン  
臥竜公園・百々川緑地公園 MAP | E-5  
須坂市 臥竜2-5-13 ☎ 026-245-1770 (臥竜公園管理事務所) ㊟ 終日開放 ㊞ 600台

スザカシドウブツケン  
須坂市動物園 MAP | E-4  
須坂市 臥竜2-4-8 (臥竜公園内) ☎ 026-245-1770 (臥竜公園管理事務所) ㊟ 9:00~16:45 (券売は16:00まで) ㊞ 月曜 (祝日の場合は翌日)、12月29日~31日 ㊟ 一般200円、小中学生70円、未就学児無料 ㊞ 700台 (臥竜公園と共通)

イケノセイセンテイ  
池乃清泉亭 MAP | E-4  
須坂市 臥竜2-5-9 (臥竜公園内) ☎ 026-245-1313 ㊟ 10:00~17:00 ※4月は~19:30 ㊞ 月曜 (祝日の場合は翌日) ㊟ なし (臥竜公園Pを利用)

スザカシツハクブツカン  
須坂市立博物館 MAP | D-5  
須坂市 臥竜2-4-1 (臥竜公園内) ☎ 026-245-0407 ㊟ 9:00~17:00 ㊞ 月曜 (祝日の場合は開館)、祝翌日、12月29日~1月3日 ㊟ 一般100円、高校生以下無料 ㊞ 臥竜公園Pを利用



ドドガワ

どっちで楽しむ?  
百々川の北側、南側



サイクリングやお散歩コースとしてもおすすめです!

スザカアートパーク  
須坂アートパーク MAP | F-6  
須坂市 野辺1367-1 ☎ 026-245-2340 (世界の民俗人形博物館) ㊟ 30台

カフェルパニエ  
CAFÉ LE PANIER MAP | F-4  
須坂市 野辺581-1 (ガーデンソイル内) ☎ 026-214-3837 ㊟ 10:00~16:00 ㊞ 日~火曜 ㊟ 20台

CAFÉ LE PANIER

気分はまるでピクニック♪



自家栽培の素材を使用



須坂アートパーク

自然や緑に囲まれた環境で  
アートやグルメを楽しむ

南側は緑あふれるエリア。近くにある「須坂アートパーク」は「世界の民俗人形博物館」「須坂版画美術館」「歴史的建物園」の3施設の総称で、芸術や文化にふれ合える。人形博物館の見どころは、全国から寄せられた雛人形約1000体が並ぶ三十段飾り。高さ6mにも及ぶ迫力の展示で、同館の早春の風物詩となっている。メインの収蔵物は、元文化服装学院名誉学院長・小池千枝氏が寄贈



ここは恋人の聖地♡



南 SOUTH SIDE

# 両A面で味わう

# 須坂の絶景

朝日を浴びて虹がかかる米子大瀑布と北アルプスに夕日が沈む様子が見える峰の高原。時間帯や季節によっても表情がくるくる変わり、訪れる度に新たな魅力に気付かせてくれます。

## 峰の高原

ミネノハラコウゲン

MINENOHARA KOGEN

サンセットテラスから見た夕陽



### 峰の高原のココがいい!

初めて峰の原のペンションを訪ねた時から、ハートフルなおもてなしの虜に。どの宿も個性が光るので、お気に入りを探してほしいですね。一年中美しい自然を体感できますが、夏の涼しさは格別。星空もきれいで感動的です。

標高1,500mに位置する日本屈指のペンション村。「未来に残したい草原の里100選」に選ばれていて、根子岳や四阿山、米子大瀑布にもアプローチできる。春から秋にかけてはトレッキングやキャンプも楽しめ、冬はパウダーが降り積もるリゾート地。根子岳の麓に36軒のペンションが点在し、個性が光るそれぞれのおもてなしで迎えてくれる。



## 米子大瀑布

ヨナコダイバクフ

YONAKO DAIBAKUFU

米子鉱山跡地から見た2つの滝



### 米子大瀑布のココがいい!

新緑が美しい春、アマツバメが滝のまわりを飛び交う初夏、滝にひと時虹がかかる夏、紅葉が見事な秋、神々しい大氷瀑と化す冬、四季折々の姿を見ることができます。滝行ツアーやスノーシューで行く氷瀑ツアーも好評です。

岩肌をとうとうと流れる二条の直瀑で、日本の滝百選に選ばれている名瀑。真下から見上げる落差89mの「不動滝」と落差82mの「権現滝」を近くで眺めることができる。紅葉の名所として知られるが、霧煙る雨の日や大氷瀑に変わる冬の季節もまた美しい。滝の近くに建つ奥之院は「米子のお不動さん」として広く信仰を集めている。



峰の高原のことならお任せ!

須坂市地域おこし協力隊  
宮澤美穂さん

季節の花が美しい  
オープンガーデン



36軒のペンションやロッジが立ち並び、国内でも有数のペンションビレッジ

ミネノハラコウゲンペンションビレッジ

### 峰の高原ペンションビレッジ

食事やスイーツは趣向を凝らしたメニューを提供し、アクティビティやワークショップなど体験コンテンツも充実。高地トレーニングの合宿地としても盛んに利用されている。

☎ 090-4949-3080 (峰の高原観光協会)  
HP minenohara-tourism.com

MAP | 広域



地元有志のゲレンデ草原維持活動の成果によって多様な植物が咲き誇るようになり、「未来に残したい草原の里100選」にも選出された



毎年、11月上旬と2月上旬のわずか数日だけ、北アルプス・槍ヶ岳の真上に夕陽が沈む「槍に刺さる夕陽」を見ることができる

### スノーベアー ジェラート

個性豊かなフレーバーが常時24種類。季節の食材で作るジェラートはどれも甘さ控えめで、素材の味が生きている。どんなフレーバーと出合えるかは、その日のお楽しみ!

☎ 須坂市仁礼3153-591  
☎ 0268-74-2510  
🕒 11:00~17:00、日・祝10:00~17:00  
📍 火曜 📍 6台

MAP | 広域



ココのあるミルク系ジェラートからさっぱりとしたソルベまで、さまざまな味がそろって

どれにしようか  
迷っちゃう!

ダブル  
500円

米子大瀑布のことならお任せ!

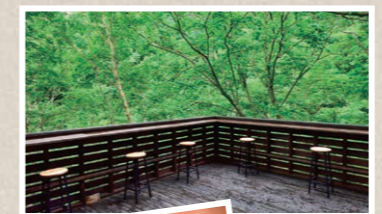
マウンテンワークス  
三笥 育さん

ネコダケサンソウ  
根子岳山荘

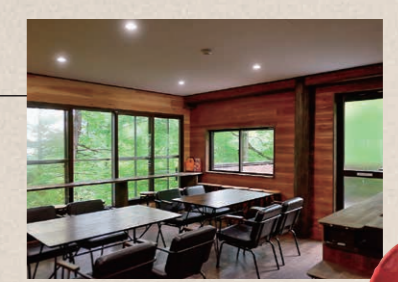
使われていなかった山小屋を改修し、気軽に立ち寄れるカフェスペースとして再生。空中にせり出したテラスからの眺めも素晴らしい、自然を間近に感じることができる。

☎ 須坂市米子 ☎ なし 🕒 9:00~16:00  
📍 11月~7月、8-9月の平日  
※10月の紅葉シーズンは毎日営業  
📍 なし(米子大瀑布無料駐車場から徒歩で約30分)

MAP | 広域



燃えるような紅葉が美しい秋の景観は特におすすめ。奥万橋から眺める自然の色彩美は想像を超える絶景



自慢のコーヒーで  
ほっとひと息♪

根子岳山荘  
オリジナルブレンド  
700円

ハンドドリップで丁寧に淹れる本格的なコーヒーが、山歩きの疲れを優しく癒してくれる



### ヨナコフドウソウ オクノイン 米子不動尊 奥之院

日本三大不動尊の一つに数えられ、上杉謙信も川中島合戦の際に戦勝祈願をしたと伝わる。滝を背に建つ奥之院は江戸時代から続く修験場で、滝に打たれる行者の姿も見られる。

☎ 須坂市米子 ☎ 026-245-0972 (本坊米子瀧山不動寺)  
📍 参拝自由  
📍 なし(米子大瀑布無料駐車場から徒歩で約30分)

MAP | 広域

本尊は不動明王。千葉成田、新潟菅谷の不動尊と並び、日本三大不動尊に数えられている

※峰の高原全般の問い合わせ先は、峰の高原観光協会(☎090-4949-3080)へ

※紅葉期の週末はマイカー規制を実施。有料シャトルバスの運行あり。※駐車場から滝までは登山道で約30分程度歩きます。※米子大瀑布全般の問い合わせ先は、信州須坂観光協会(☎026-215-2225)へ

**SUZAKA SWEETS**  
**25** **TEMO.jp atelier shop**  
 MAP | D-7 須坂市小山 497-4  
 非公開  
 11:00~17:00  
 火・水・日曜 3台  
 HP temocake.wixsite.com/mysite

トレーラーハウスの小さなスイーツ工房。シャインマスカットを入れて焼き込んだ新商品のタルトは、火を加えたことで広がる芳醇な香りと、生のままトッピングしたフレッシュな味わいが楽しめるのが魅力。



旬果実タルト(シャインマスカット) 480円

**SUZAKA SWEETS**  
**28** **須坂温泉 古城荘**  
 MAP | C-10 須坂市日滝 5414  
 026-245-1460 11:00~14:00  
 第4水曜 40台 HP kojousou.co.jp

宿泊や食事、日帰り入浴など幅広く利用できる市民憩いの温泉施設。新メニューの「シャインマスカットのヨーグルトパフェ」は白木耳など薬膳食材を使った美容にもおすすめのスイーツ。



シャインマスカットのヨーグルトパフェ 900円(ドリンク付き)

**SUZAKA SWEETS**  
**31** **餅・和菓子処 おおば**  
 MAP | 広域 須坂市米持町 141-10  
 026-245-8212 8:30~18:30  
 水曜、第3火曜 5台  
 HP wagashi-oba.com

地元スーパーにも卸される手作りのおやきをはじめ、団子やどら焼き、季節のお菓子を取り揃えている。材料にこだわって一つひとつ丁寧に作るお菓子は手土産用に購入する人も多い。



シャインマスカット大福 260円

**SUZAKA SWEETS**  
**34** **関谷温泉 湯っ蔵んど 蔵カフェ**  
 MAP | 広域 須坂市仁礼 7 026-248-6868  
 13:00~20:00、土日祝11:00~21:00  
 不定休 250台 HP yukukiland.jp

日帰り温泉施設「湯っ蔵んど」内にある蔵カフェでは、須坂市の旬な果物や野菜を使用した手づくりジェラートを楽しまれる。このほか自社焙煎のオーガニックコーヒーもおすすめ。



湯あがりジェラート シングル 385円

**SUZAKA SWEETS**  
**26** **御菓子処 つたや本店**  
 MAP | C-6 須坂市小山 529-7  
 026-245-0541 8:00~17:00  
 月曜 3台

名物の串団子は彩り豊かなフルーツだれや鮮烈なやたらたれを使った個性的なラインナップ。おやきも常時17種類以上と豊富な種類数で、カレーやビビンパなどの変わり種も。



フルーツ串団子 1本 167円

**SUZAKA SWEETS**  
**29** **猫まち駅舎**  
 MAP | 広域 須坂市村山 254  
 026-214-7580 11:00~17:00 (L.O.16:00)  
 なし 10台 HP studiosayap.com

古民家をリノベーションした映画の世界観のような店内で、ハンバーガーやピッツァ、自家製ケーキなどを味わえる。アンティークの雑貨販売などもあり、店内散策するのも楽しい。



カッサータ 660円

**SUZAKA SWEETS**  
**32** **CAFÉ LE PANIER**  
 MAP | F-4 須坂市野辺 581-1  
 ガーデンソール内  
 026-214-3837 10:00~16:00  
 日~火曜 20台

季節の花やグリーンで彩られる「ガーデンソール」内のカフェ。目の前の畑で採れたブドウで作ったジュースなど、果物を使ったドリンクやスイーツを庭園内の好きな場所で楽しめる。



農婦のタルト 1,100円

**SUZAKA SWEETS**  
**35** **スノーベアー ジェラート**  
 MAP | 広域 須坂市仁礼 3153-591  
 0268-74-2510 11:00~17:00、日祝10:00~ 火曜 6台

峰の高原にあるジェラート専門店。ソルベ系、ミルク系と種類豊富に取り揃えられたジェラートは全24種類。季節に応じてラインナップは替わるので何度訪れても飽きない!



ジェラート シングル 450円

**SUZAKA SWEETS**  
**27** **鈴木蛸雪堂**  
 MAP | D-6 須坂市北原町 546-3  
 026-245-0591 8:00~18:00  
 木曜(月1回連休あり) 4台  
 HP suzukiiseidou.jp

関西の老舗和菓子店で修行を積んだ店主が営む。毎朝できたてのおやきが並び、季節の和菓子は手土産にもおすすめ。あんこの美味しさが際立つ「塩豆大福」や種類豊富などら焼きが人気。



抹茶蒸しどら(つぶあん) 165円

**SUZAKA SWEETS**  
**30** **kitchen&cafe ツユハレ**  
 MAP | 広域 須坂市福島 33-2  
 070-8989-7823 8:30~20:00 (L.O.19:00)  
 火曜 15台  
 テイクアウトは要事前連絡

歴史ある福島宿の通りに佇む古民家をリノベーションしたカフェ。モーニングからディナーまで時間帯を問わず食事利用ができ、須坂市産のフルーツを使ったスイーツ&ドリンクも充実。



巨峰のミルフィーユ 900円

**SUZAKA SWEETS**  
**33** **花屋本藤醸造舗**  
 MAP | F-6 須坂市野辺(村石町) 1366  
 026-245-0456 9:00~18:00、土日祝9:00~17:00  
 不定休 15台  
 HP 528.jp

創業から150年、手作業によるこだわりを持って天然醸造の発酵食品づくりを心を込めて提供している。スイーツや日々の料理にもよく合う発酵食品の美味しさを体感してみよう。



八丁鐘塚みそケーキ 1カット 324円

毎月第2土曜開催(予定)  
**スイーツを通して須坂を体験!**  
 詳しいイベント内容は信州須坂観光協会HPでチェック!  
**蔵の町並み散策&スイーツ食べ歩き**  
 日程 2024年9月14日(土)、10月12日(土)  
 時間 10:00~12:00 場所 市内のスイーツ店  
 参加費 2,500円 定員 各回8名  
 申し込み方法 信州須坂観光協会HPの専用フォームまたはTELにてお申し込みください  
 信州須坂観光協会 TEL: 026-215-2225 FAX: 026-215-2226  
 mail: info@suzaka-kankokuyokai.jp  
 https://www.suzaka-kankokuyokai.jp

# 須坂だからこそ味わえる お菓子な街のご当地スイーツ

老舗和菓子店ならではの「あんスイーツ」や、地元産の新鮮な果物を使った洋菓子など、ここでしか味わえない魅力的なスイーツがそろった須坂。2024年はシャインマスカットを一房使ったパフェにニューフェイスが誕生! お菓子な街・須坂を訪れて、甘くておいしい発見をしてみませんか?

**01** **シャインマスカットのイタリアンドルチェパフェ**  
 3,800円  
 ※9月~ブドウがなくなり次第終了



**03** **須坂フィナンシエ** 2,500円  
 内容量/10個セット(プレーン、抹茶、須坂味噌、ソルガム、リンゴ各×2)

**01** 白ワインのジュレ、ジャスミンのグラニテ、マスカルポーネのアイスクリームを閉じ込めるようにシャインマスカットが鎮座。溶けにくい食材で最後の一口まで美味。

**Kitchen&Bar SABO** サボ  
 MAP | B-3 須坂市南横町 1637  
 026-246-6650 11:30~14:30、カフェ13:30~17:00、ディナー17:30~23:00  
 月曜、第1日曜、第3火曜 15台

**02** 濃厚なバタークリームと自慢の自家製粒あんを合わせた一品。口溶けに合わせて歯切れの良いやわらかくきめ細かい餅で包み、とろけるバターと相性が抜群。

**信州須坂餅菓子処 コモリ餅店** コモリモチテン  
 MAP | B-3 須坂市北原町 1316-11  
 026-245-0528 9:00~売り切れ次第閉店  
 月曜、第1日曜、第3火曜 3台

**03** 須坂市産の味噌やリンゴ、ソルガムなどを厳選。素材本来のおいしさにこだわり、バターは焦がすギリギリまで熱を入れることで風味を最大限に生かしている。

**Pâtisserie cafe sincere** シンシア  
 MAP | C-3 須坂市須坂 1528-3  
 島田ビル1F西 非公開  
 11:30~16:00 ※出店の関係でイレギュラー営業あり  
 日~火曜 2台

**04** 「コモリ餅店」のあんこと卵黄を使ったリッチなバタークリームをサンド。粒あん、こしあんのほか、須坂市の名産・カシを使ったあんなど個性の異なる3種セット。

**三河屋パン店** ミカワヤパンテン  
 MAP | B-3 須坂市北原町 1323  
 026-245-2847 9:00~17:30 日曜、第2-4日曜  
 なし スイートハート、くらっと、コモリ餅店でも注文・受取可

**05** さっぱりとしたブドウのゼリーやシャーベットに、コクのあるオプセ牛乳のジェラートと牛乳クリームがマッチ。横たわるシャインマスカットがイベント抜群。

**関谷温泉 湯っ蔵んど 蔵カフェ** ユックランド クラカフェ  
 MAP | 広域 須坂市仁礼 7  
 026-248-6868 13:00~20:00、土日祝11:00~21:00  
 不定休 250台



**02** **あんバター大福** 210円



**04** **須坂あんバターサンド** 1,500円  
 内容量/3個セット(粒あんサンド、こしあん&粒あんサンド、カシあんサンド各×1)  
 ※3日前までに要予約

**05** まるごとシャインと手作りジェラートのパフェ  
 ※9月頃~ブドウがなくなり次第終了  
 ※2日前までに要予約

01 栗中華本舗 盛進堂 駅前店

明治33年創業、須坂市に2店舗を構える老舗製菓舗。日本テレビ系「秘密のケンミンSHOW」で取り上げられた銘菓「栗中華」をはじめ、季節の和菓子やスイーツを多数取り扱っている。



あんどーなつ 1個 172円

04 &chocolate

こだわりのベルギーチョコレートを使ったオリジナルデザインのチョコで驚きと感動を味わえる。プレゼントやギフトにも人気。WEB販売も行っているが店舗に行けばお得に購入できる。



シャインマスカット &chocolate 700円

07 須坂煎餅堂

国産米と正田醤油を使った煎餅の専門店。1枚1枚手描きする「お絵かき煎餅」は、子供用の手土産やちょっとしたお祝い用のプレゼントとしても人気！ほか煎餅以外のお菓子もあり。



お絵かき煎餅(丸厚焼き) 1枚 220円

10 横田製菓

創業昭和元年の老舗和菓子店。人気のおやきは定番のなすや野沢菜のほか、丸大根やじゃがいもなどもおすすめ。毎日できたてを並べる和菓子は甘さ控えめのあんこが美味しい。



季節の和菓子 1個 135円

02 café bota

「最高のサードプレイス」となることを目指した複合施設「bota」内にあり、誰でも利用できるカフェ。日替わりで様々なお店のランチやスイーツを楽しむことができる。



ドーナツ 1個 270円～

05 信州須坂餅菓子処 コモリ餅店

大正8年の創業からの味と製法を守り続ける老舗。名物「コモリ団子」をはじめ、信州米を石臼で挽いた上新粉を使った餅菓子が評判。人気の「シャインマスカット大福」「あんバター大福」も注目！



シャインマスカット大福 240円

08 こし乃菓子工房

自家果樹園産を主に、信州産のフルーツを使った手作りのお菓子の工房。フルーツ以外にも味噌や小麦粉なども信州産を使うことにこだわっている。名物は果肉をふんだんに使った羊羹。



紫桃夏 ハーフ 840円

11 kitchen FUTARIYA

地元の女性客を中心に賑わいを見せるイタリアンレストラン。須坂産の果物や野菜をはじめ、旬の地元食材を大切にし、気取らず楽しめる料理が揃う。秋は須坂産のブドウパフェが登場。



季節のパフェ (シャインマスカットのパフェ) 1,000円 ※ブドウにより変動の場合あり

03 JULIAN

北海道産クリームチーズやバター、ホワイトチョコを贅沢に使った「クリームチーズサンド」が自慢。クリームチーズの表面を炙ったブリュレ風サンドが味わえるのは新メニューだけ。



秋のスペシャルティ 1,650円 (ドリンク付き) ※10月限定(9月～予約開始、3日前までに要予約)

06 三河屋パン店

須坂市で昔ながらの味わいを大切にしながら営むパン屋。曜日限定で「駒津商店スイートハート」のケーキも販売。「紅茶とチーズのタルト」のほか、カップ型の「レアチーズ」もおすすめ。



紅茶とチーズのタルト 490円

09 S5BAR

築100年以上の古民家をリノベーションした工房で、無添加・グルテンフリー・高たんぱく・糖質オフなどカラダ想いのおやつや、アクティブライフに寄り添うエナジーバーを製作。



エナジーガトー 470円

12 Kitchen&Bar SABO

サラダとドリンクが食べ飲み放題のランチやリズナブルなディナーが人気のカジュアルイタリアン。テイクアウトではピザのほか、オーダーケーキもおすすめ。8月からカフェタイムがスタート！



シャインマスカットのイタリアンパフェ 3,800円 ※9月～ブドウがなくなり次第終了

須坂市南横町1637 ☎026-246-6650 ☎ランチ11:30～14:30、カフェ13:30～17:00、ディナー17:30～23:00 ☎月曜、第1日曜、第3日曜 ☎15台 HP lit.link/sabochan

13 スイーツ マーケットカフェ

マリメッコやイッタラなどの北欧雑貨を取り扱う雑貨&カフェ。カップケーキやスムージーとどうぶつドーナツがセットになった「スムードー」などキュートなメニューがそろっている。



季節限定 シャインマスカットパフェ 1,430円

16 お食事・休み処 臥竜の金箱

臥竜公園内にある食事・休み処。名物のおでんや団子をはじめ、タピオカ、スムージー、カップソフトなどの甘味を販売。食事も含めて多彩なメニューで来店を迎えてくれる。



五色の五味団子セット 600円

19 旧小田切家住宅 CAFÉ KOH

長野県宝に指定された趣きある旧家に併設されたカフェ。オリジナルスイーツのほか、市内の和菓子職人が作るお菓子を提供。入館者は四季折々の自然に囲まれた館内で喫茶を楽しむ。



アップルローズケーキ 380円

22 玉林餅菓子店

団子や大福、すまみなど、柔らかくて香り高い餅菓子で、訪れる人の優しい笑顔を作るお手伝いを。保存料などは一切使用せず、毎日つくたてのお餅を用意して迎えてくれる。



笹巻道明寺 1個 160円

14 Pâtisserie cafe sincere

パティシエ&バリスタの経験を持つ店主が手がける、素材の魅力を生かしたお菓子とコーヒーが味わえる。エディブルフラワーやハーブで彩った可憐なケーキやラテアートが魅力。



シャインマスカットのショートケーキ 600円

17 お休み処 みずだや

信州みそ、須坂産フルーツにこだわった団子やオリジナルスイーツが人気。須坂を表現したパルフェやクリームソーダなどの甘味、エスプレッソマシンで淹れるコーヒー類も充実。



須坂産シャインマスカット shifukuパルフェ 770円

20 鈴木養蜂場

みつばちと共に創業100年。自家採取のアカシア、菜の花、りんご、レング、栗、そばなどの蜂蜜や、キャンディー、ジェラート、フィナンシェといった蜂蜜を使ったお菓子も人気。



はちみつジェラート 1個 378円

23 Café La Vie Lente

須坂産のふじを使って2日間かけて作る名物の「タルトタン」(10月下旬～)や「シャインマスカットパフェ」(9月中旬～)を。市内のイタリアン店「il vico」製のスイーツも人気。



タルトタン 1,100円(ドリンク付き)

15 二葉堂 須坂店

江戸時代後期、須坂藩の御用菓子司として江戸屋敷にカステラを献上していたルーツを持つ老舗菓子店。今も素材にこだわった焼菓子から生菓子までの多様なスイーツを取り揃える。



長寿萬年かすていら 1カット 242円

18 池乃清泉亭

ソフトクリームやコーヒーフロートなどの甘味が揃う中、注目は伝統の味を生かしたジュレ仕立てのつゆと生クリームを絡めていただく、ゆずの香り広がる新感覚の「冷やしおでん」。



冷やしおでん 650円 ※1日10食限定

21 栗中華本舗 盛進堂 中町店

明治33年創業の老舗製菓舗の本店工場併設のショップ。「栗中華」をはじめ、甘さ控えめの自家製あんを使用した和菓子や、季節ごとに旬の素材を生かした洋菓子など多数揃えられている。



シャイン・シャンテ 410円

24 田中本家博物館 喫茶 龍潜

日本庭園を眺めながらくつろげる喫茶店。土・日・月曜、祝日はランチや田中本家の古文書に記されている汁粉餅を再現した「おしるこ」などの甘味を提供。売店、喫茶は入館料不要。



おしるこ 600円

☑️イートイン…店内で購入したスイーツを食べられます ☑️テイクアウト…テイクアウト可能なスイーツがあります 掲載のスイーツは一例です。各店の全スイーツがスタンプラリー対象となります。





毎月先着  
300名様に  
スイーツギフト券  
プレゼント!

抽選で豪華宿泊券が当たる  
コンプリート賞も!

# すざか スイーツ スタンプラリー

SUZAKA SWEETS  
STAMP RALLY

SEASON 5

2024 9.1日 ~ 11.30日

## 参加方法

- 1 参加店で税込500円以上のスイーツ購入(または飲食)をすると、応募台紙にスタンプを押印します。
- 2 須坂市内にある35のスタンプラリー参加店を巡って、スタンプを3つ集めます。(必ず3つ異なるスイーツ店を回ってください)
- 3 3つ集まったら、信州須坂観光協会もしくは蔵のまち観光交流センターくらっとにお持ちください。期間中、毎月先着300名様に参加店で使えるスイーツギフト券500円分をプレゼント!  
注)スイーツギフト券を使ったお買い物はスタンプ押印対象外となります。
- 4 参加店すべてのスタンプを集めると、抽選で1名様に「仙仁温泉 岩の湯」1泊2食付きペア宿泊券が当たります!

さら・に!

## 景品交換・応募場所

- ・信州須坂観光協会 (須坂駅前シルキービル2F)  
営業時間 9:00~17:00・期間中無休  
MAP | B-2
- ・蔵のまち観光交流センター くらっと  
営業時間 9:00~17:00・期間中無休  
MAP | B-4



※お一人様何回でもスタンプラリーに参加可能です。  
※スタンプラリーの台紙はホームページからもダウンロードできます。