

旅、食べよ。

Tabi-Tabeyo!!

2019.10.1~12.31

新潟県・庄内エリア デスティネーションキャンペーン

新潟・庄内 ガストロノミー



日本海美食旅



妙高・上越 エリア

2019 DC エリアガイドブック

- 上越市
- 糸魚川市
- 妙高市



MYOKO JOETSU

「新潟県・庄内エリア DC」推進協議会

発酵文化が息づくまち

日本有数の豪雪地域として知られる上越地域には、風土と先人の知恵に育まれた発酵文化がある。現代に息づく伝統の食を味わおう

夏は高温多湿、冬は雪による低温多湿という上越地域は、発酵に適した気候風土の中にあるまち。古くから日本酒や味噌などが家内工業的に製造されてきた。また発酵・醸造に関する微生物の研究で、世界的権威である坂口謹一郎や「日本のワインぶどうの父」と呼ばれる川上善兵衛など、発酵食品に関わりの深い偉人も輩出している。近年はクラフトビールの製造も盛んだ。雪国が育んだ上越の発酵食品を味わって欲しい。

日本酒 見学ができる蔵元

杜氏の伝統の技が生み出すおいしい日本酒。それぞれの蔵元がこだわりのお酒を造る。ぜひ見学に足を運んでみて

上越市 武蔵野酒造 妙高酒造 竹田酒造店 代々菊醸造 上越酒造 よしかわ杜氏の郷 田中酒造

糸魚川市 加賀の井酒造 妙高市 君の井酒造 千代の光酒造 鮎正宗酒造

ビール

🍴 [飲食]

妙高高原ビール園タトラ館

天然水仕込みの地ビール

世界5大ビール審査会でトリプル受賞。妙高の天然水で仕込み、濃厚なのにスッキリとした味わいとキレのある喉ごし。レストランバイキングも人気。

TEL.0255-86-2600
住 妙高市池の平温泉
営 17:30～21:00 (LO20:00)
休 無休



ワイン

岩の原葡萄園 [観光施設・飲食]

見学可能なワイナリー

明治23年、「日本のワインぶどうの父」と呼ばれる川上善兵衛が創設したワイナリー。見学可能な石蔵や雪室のほか、ワインショップ、レストランも。『深雪花』はG20大阪サミットで提供された。

TEL.025-528-4002
住 上越市北方1223
営 9:30～16:30
休 年末年始
料 見学無料



上越独自の食文化

個性豊かな郷土の味

🛒 [買う]

かんずり『かんずり』

トウガラシを雪にさらし製造

塩漬けのトウガラシを雪の上にさらし、あくを抜き、柚子や糀などと混ぜて発酵させた伝統の調味料。冬の鍋料理や刺身、味噌汁に入れて食す。

TEL.0255-72-3813

住 妙高市西条437-1 営 8:30～17:30
休 日曜、祝日(土曜不定休)



🛒 [買う]

農家民宿ほほえみ荘・どぶろく荘『どぶろく』

上越は日本初の特区

民宿などを営む農業者が自家製米を使って仕込む。上越市は全国で最も早く「どぶろく特区」に認定され、全国の品評会で大賞を多数受賞している。

ほほえみ荘 TEL.025-533-6588

住 上越市牧区棚広2631-1

どぶろく荘 TEL.025-533-5643

住 上越市牧区坪山1055-3



能水商店『最後の一滴』 🛒 [買う]

高校生が作る貴重な魚醤(ぎょしょう)

県内トップクラスの漁獲量を誇る能生川のサケを使用した魚醤。製造は地元の海洋高校の学生が担当。豊かなこくとまろやかさを持つ調味料。

販売:マリンドリーム能生 TEL.025-566-3456

住 糸魚川市能生小泊3596-2 営 9:00～18:00 休 無休
※商品に関する問い合わせはTEL.025-556-6950(能水商店)



🛒 [買う]

杉田味噌屋『浮き糀味噌』

上品で繊細な味わい

上杉謙信公の時代から上越エリアに根付く。米糀の甘みと大豆のうまみが合わさり上品な味。味噌汁にするとう白い米糀がふわりと浮かび上がる。

TEL.025-525-2512

住 上越市本町4-3-16
営 9:30～18:30
(1～3月上旬は18:00まで)
休 水曜



🛒 [買う]

渡部鮮魚店『たらこの糀漬』

まろやかさと甘みのある珍味

糀をふんだんに使って漬け込んだ珍味。生では糀のまろやかな甘みが楽しめ、焼くとたらこの粒の食感が引き立ち、糀の香りが口の中に広がる。

TEL.025-523-7324

住 上越市本町4-2-26
営 9:30～18:00
休 日曜



旧街道で生まれた食文化

「北国街道」「加賀街道」沿いの町には、各地の商人や彼らが運ぶ物品、文化が集まり、豊かな食文化が花開いた

北国街道は中山道追分宿から高田城下まで。加賀街道は高田城下から金沢城下までの街道を指す。戦国期に軍兵と物資の移動を重要とした上杉謙信は、道の造成や宿場の整備に着手。交通と軍事上の重要拠点である宿場を掌握して越後から信濃・北陸に進攻していった。江戸時代に入ると、幕府は上杉氏が整備した交通路を引き継ぎ、近世街道を整備。新しい政治や経済、時代を映し、発展していく。こうして街道沿いの城下町や宿場町には各地の文化や人が往来し、結果として豊かな食文化が花開いていく。重厚な歴史的建築物を持つ料亭や、長い歴史を持つ和菓子店が多いのは、このような歴史的背景に由来する。地域の伝統食も歴史から生まれたものだ。



割烹春よし

老舗の味を気兼ねなく

糸魚川の中心部にある隠れ家的な老舗料亭。新鮮な海の幸、旬の山の幸を使った季節料理をリーズナブルに提供する。地元特産の魚・メギス料理や、芸術家であり食通として知られる北大路魯山人が作った料理を再現した『魯山人弁当』が評判。

TEL.025-552-0344 (要予約)
住 糸魚川市本町10-11 営 11:00～14:00 / 17:00～22:00
休 不定休



御菓子司 紅久 (べにきゅう)

銘菓『山のほまれ』の店

200年以上の歴史を持つ老舗和菓子店。糸魚川銘菓として知られる『山のほまれ』は、昭和9年に3代目が考案。当時としては珍しかった「かすていらの原材料」を使い誕生したせんべい。命名は童謡『春よ来い』の作者であり歌人の相馬御風。

TEL.025-552-6249
住 糸魚川市本町7-18 営 8:30～17:30 休 火曜



牧野製飴店

大粒の手作り飴

昔ながらの製法で作る糸魚川名物「マキノの飴」。吟味した原料を使った手作りの味は職人のなせる技。黒糖飴、水晶飴、イチゴ飴、甘カン飴、レモン飴、チョコレート飴、落花生飴など、色鮮やかな見た目と、懐かしい味わいを楽しめる。

TEL.025-552-0725
住 糸魚川市本町4-10 営 9:00～18:00 休 火曜、第4月曜



養老本舗 池田屋

160年以上の歴史を持つ

嘉永5年、東本願寺別院の門前で菓子業を創業。代表銘菓の『養老』は、明治末に、日持ちのする饅頭製法に苦心研究した6代目長太郎によって創案。卵黄をふんだんに使った黄味餡を小麦粉と卵の生地で包んで焼いたかすてら饅頭だ。

TEL.0255-72-2074
住 妙高市下町4-12 営 9:00～17:30 休 日曜、第1・3月曜

—— 地元の「うまい」が詰まった伝統食 ——

笹寿司

四季彩館ひだなん

ひだなんでは、農産物や加工品の直売とレストランを経営。笹寿司は、レストランで食べられるほか、販売もしている。

TEL.0255-70-5252
住 妙高市猪野山58-1
営 11:00～18:50
休 無休



謙信公のかちどき飯

旬魚料理と地酒の店

大黒屋・から松や

出陣時、飯を山のように炊かせ、部下将兵に山海の幸を振るまったと伝えられる上杉謙信。勝利を願った料理を当時の文献をもとに再現。



大黒屋 TEL.025-523-5428
住 上越市仲町4-5-2
から松や TEL.025-522-3043
住 上越市春日山町3-4-13



高橋孫左衛門商店

長い歴史を持つ飴屋

創業は寛永元年。江戸時代より400年近く続く飴一筋のお店。水飴と寒天で作る翁飴は、高田城主の参勤交代の土産に使われた歴史も持つ。『東海道中膝栗毛』の著者・十返舎一九も来訪し紹介した。店舗は国登録有形文化財。

TEL.025-524-1188
住 上越市南本町3-7-2 営 8:30～18:30 休 水曜



3つの国登録有形文化財を有する

江戸時代末期に創業し、地域でも格式のある店として有名。地元の旬の素材と代々伝わる日本料理の技を使った会席料理を提供する。おすすめはかつて来店された高松宮殿下も召し上がったという『鯛の兜蒸し』。依頼すれば、由緒ある建物の説明や案内を受けることができる。

〔飲食〕

百年料亭 宇喜世

TEL.025-524-2217
住 上越市仲町3-5-4
営 11:30～14:30 / 17:30～22:00
休 不定休



そば処御宿せきがわ

コシのある更科そば

関川関所道の歴史館に隣接するそば処。趣を感じる建物で庭を眺めながら、コシの強い更科そばが味わえる。100%国内産最高級品をゆっくりと石うすで挽いたそば粉を使用した2・8そば。地元で採れた季節の野菜や山菜の天ぷらも美味。

TEL.0255-86-3286
住 妙高市関川273 営 11:00～15:00
休 水曜(12月1日～4月中旬)

〔飲食〕



高原野菜と 雪下・雪室野菜を買いに

肥沃な大地と勤勉な生産者がつくる雪国の野菜はみずみずしく甘みたっぷり。その味と魅力を生産地で体感しよう

日本有数の積雪地帯である妙高原。厳しい冬があるからこそ、自然は素敵な贈り物を届けてくれる。すべての生命の源は水であり、水の良い土地ではおいしい農作物が作られる。高原の涼しい気候と肥沃な土地に育まれた高原野菜だ。また、12月以降の畑で、一定の冷え込みと降雪を経た雪下野菜や、雪を詰めた倉庫内で低温・高湿度で貯蔵された雪室野菜。いずれもみずみずしく甘みたっぷりで滋味深い味だ（雪下・雪室野菜は冬期のみ販売）。妙高・上越エリアには直売所が充実。ぜひ味わってみて。



[買う]

ひすい食彩館

JAひすいが直営する、地域の食と農、農業者と消費者の交流拠点。地元の生産者がつくる朝どれの野菜や米、山菜など、安全で新鮮な地元産食材が揃う農産物直売所。糸魚川駅アルプス口より徒歩圏内にある。

TEL.025-553-0050

住 糸魚川市南寺町2-10-23

営 9:00～17:00

休 無休



[買う]

妙高山麓直売センターとまと

妙高山麓の新鮮な農作物や加工品を揃える直売所。米や酒、妙高名物の笹寿司も販売する。また、特大盛のそばや、竹の子汁、のっぺい汁など、妙高地域の郷土料理が味わえる飲食店も併設されている。

TEL.0255-82-2760

住 妙高市坂口新田430-1

営 9:00～17:00

休 無休



[買う]

旬菜交流館 あるるん畑

野菜、果実、米など上越の多彩な農産物と加工品を扱い、地産地消を推進するファーマーズマーケット。生産者とイベントも定期的に開催。雪室人参を使用したオリジナルドレッシングは野菜とも肉とも相性抜群。

TEL.025-525-1183

住 上越市大道福田639

営 9:30～19:00（11～3月は18:00まで）

休 無休



フォッサマグナとは
日本列島を横断する大きな溝。独自の地形が織り成す糸魚川には多様な魚種が獲れる天然の良港がある

2000万年前から1200万年頃、地殻変動により日本列島が大陸から離れた時にできた大きな溝が「フォッサマグナ」と呼ばれ、長い時間をかけて陸地や山脈になっていった。日本海に面した糸魚川は、静岡まで延びるフォッサマグナの西の境目（糸魚川―静岡構造線）の出发点。その海には他所とは異なる特長がある。陸から近い場所でも1000メートルの深さに達する溝があり、ベニズワイガニやアンコウなどの深海魚をはじめ、さまざまな水深に生息する魚が獲れる。この利点を最大限に活用しているのが能生漁港。昼の3時からセリが行なわれ、獲れたての魚が市場に並び、鮮度・魚種の両面から見て日本有数の漁港だ。

日本海の鮮魚をたっぷり味わおう



[飲食]

富寿し 高田駅前店

県内外で店舗展開する富寿しグループは地魚の提供に積極的。日本海沿岸の豊富な漁場に恵まれた地域特性をいかしさまざまなメニューを紹介。

TEL.025-524-5181

住 上越市仲町4-7-26

営 11:00～22:00

休 無休



[飲食]

漁師の寿司屋 漁場 傳兵

糸魚川で30年以上 漁師を営む主人の店。料理には朝、水揚げした地魚を贅沢に盛りつける。南蛮エビをはじめ、糸魚川の海の幸を味わえる。

TEL.025-553-2661

住 糸魚川市南押上2-1-22

営 11:30～14:00／

17:00～23:00

休 木曜



[飲食]

軍ちゃん 直江津店

日本海で水揚げされた白身をふんだんに使った刺身の盛り合わせ、焼き魚、煮魚、揚げ物等の地魚料理が自慢。米と酒も地元にごだわる。

TEL.0120-41-3718

住 上越市西本町1丁目14-2

営 11:00～14:00／

17:00～22:30

休 無休



[飲食]

漁師の店 煌凛丸（こうりんまる）

水産店直営で、旬の魚介類を贅沢に使用した海鮮料理がメニューに並び。あんこうのコースも人気。糸魚川駅から徒歩2分の好立地も魅力だ。

TEL.025-552-0664

住 糸魚川市大町1-3-26

営 17:00～23:00

休 不定休

—— 地元の台所をうるおす朝市 ——



[買う]

上越市高田地域で毎月2と7のつく日にある『二七の市』、4と9のつく日の『四九の市』、妙高市の新井駅近くで6と10のつく日にある『六斎市』。地元からだけでなく、観光客にも人気がある。

二七の市／四九の市

問 上越市観光交流推進課

電 025-526-5111

六斎市（六十の市）

問 妙高市役所

電 0255-72-5111

絶景と美食を堪能

リゾート観光列車「雪月花」の贅沢旅

週末の上越・妙高の旅を少し贅沢にしよう。スペシャルな眺望と食事を楽しめる観光列車の旅へ



1号車は日本海と妙高山側を向くラウンジ形式の座席配置。2号車の先端部では前方または後方の展望を独占できる。ダイナミックな車窓に注目だ

えちごトキめき鉄道の観光列車「えちごトキめきリゾート雪月花（せつげつか）」の旅は、リゾートを冠する名前にふさわしい贅沢なひとときだ。車両設計は数々のデザインコンクール受賞歴を持つ川西康之氏が担当。インテリアには越後杉や安田瓦など新潟県産の天然素材がふんだんに使用され、豊かな恵みをもたらす日本海や越後富士と称される妙高の雄大な山並みを大きな車窓越しに楽しむことができる。車内で提供されるのは食材とそのかし方にこだわったオリジナルメニュー。これは雑誌『自遊人』代表の岩佐十良氏のプロデュースによるもので、地元食材の良さを知る地元出身の一流シェフや、老舗割烹が考案したもの。贅沢な週末の旅が楽しめる。

食事は車窓に広がる山海の恵み



午前発便
上越妙高駅発便は
フレンチフルコースを提供



監修
飯塚隆太さん

十日町市出身のミシュラン二つ星シェフが手がける越後上越フルコース。新潟の旬の食材をフレンチに昇華させ、「駅弁」の域をはるかに超えた内容に。繊細で華やかな料理の数々を、たっぷりと堪能できる。

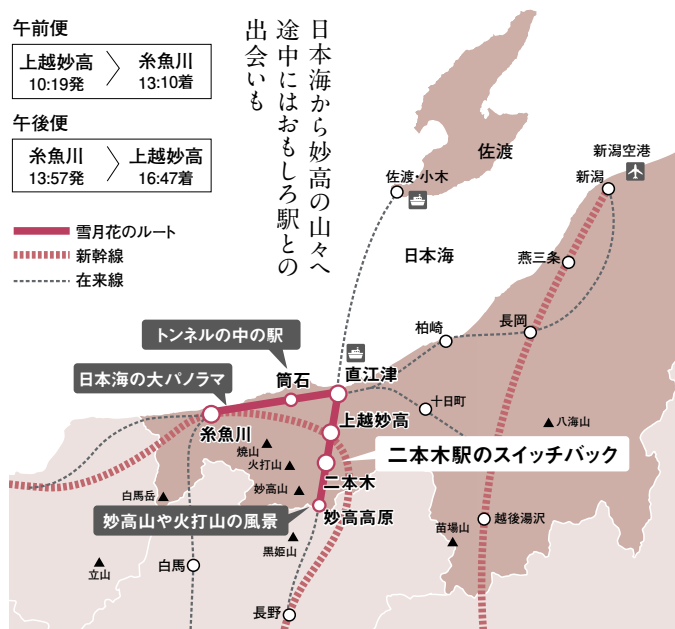


午後発便
糸魚川駅発便
和食のフルコースを提供



監修・調理
青木孝夫さん

江戸時代から続く地元・糸魚川の老舗割烹・鶴来家が担当。当地域で採れる旬の食材を伝統の技で三段重に詰めた、和食のフルコース。遅めのランチや早めのディナーに。はんなりとした午後の上質なひとときを演出。



スイッチバックの二木駅でおもてなし



全国的にも数少ない折り返し線で進行方向を変えるスイッチバック駅。スイッチバック駅を全国に発信しようと取り組む地元の人たちが出迎えてくれる

名物の駅弁も

鱈めし

JR東日本の駅弁大將軍受賞の名物駅弁。上越妙高駅と直江津駅で販売。雪月花のみ直江津駅で立ち売りを実施



二次交通

えちごトキめきリゾート雪月花

期間:3~11月(12~2月は冬期特別運行)

時 午前便(フレンチ)・午後便(和食)の1日2便

[運行日]土・日・祝日(年末年始除く)※10日前までの要予約

料 17,500円(食事付き)※乗車当日は「えちごトキめき鉄道」沿線の普通・快速列車が乗り放題

問 えちごトキめきリゾート雪月花予約センター

電 025-543-8988(月~金曜の10:00~17:00)



〔観光施設〕
上越市立水族博物館 うみがたり
 TEL.025-543-2449
 住 上越市五智2-15-15
 営 10:00～17:00(季節により変動)
 休 無休
 料 大人1,800円、高校生1,100円、小中学生900円、幼児500円、シニア1,500円



〔観光施設〕
林泉寺
 幼き謙信公の修行の場

謙信公が7歳から14歳まで厳しい文武の修業を積んだ寺。山門は鎌倉時代の様式を取り入れた大正14年建立の名作。墓所には謙信公の墓や供養塔がある。
 TEL.025-524-5846
 住 上越市中門前1-1-1
 営 9:00～17:00
 休 無休
 料 大人500円、小中学生250円



〔飲食〕
トラットリア ラ・ベントラッチャ
 空間も楽しめるイタリア料理店
 TEL.025-545-3991
 住 上越市下門前2292
 営 11:30～13:30(LO) / 17:30～21:00(LO)
 休 月曜、第1・3火曜



〔飲食〕
ホテルハイマート お食事処 多七
 海の幸の贅沢どんぶりは必食
 TEL.025-543-7125
 住 上越市中央1-2-3
 営 11:00～22:00
 休 無休



〔飲食〕
鳥まん
 旬の味と名物料理を気軽に
 TEL.025-543-1515
 住 上越市西本町4-1-5
 営 11:00～13:30(LO) / 17:00～21:30(LO)
 休 水曜

AREA
SPOT
GUIDE

上越直江津・春日山 エリア

北前船の寄港地として栄えた港町

古くからその名を知られ、室町時代には「直江の津」として繁栄を見せた直江津。江戸時代には北前船の寄港地として栄えた。そんな港町の今を象徴するのが「上越市立水族博物館 うみがたり」。飼育数世界一のマゼランペンギンや愛らしいシロイルカなどの水生生物たちの魅力に触れられる。海と水槽の水面が一体に見える空間では、日本の雄大さを感じることが出来る。また、戦国の名将、上杉謙信公の居城があった春日山には、歴史的なスポットも点在する。

街歩き COLUMN

越後上越
 上杉おもてなし武将隊
 上杉謙信公を中心とした武将たちが春日山城跡などで観光客のおもてなしや演武を披露する。出陣スケジュールは公式HPで確認を。



オススメ
ランチスポット



〔体験〕
高田世界館
 TEL.025-520-7626
 住 上越市本町6-4-21
 営 見学 9:00～9:50 / 14:00～14:30
 料 見学500円(高田世界館解体新書付)
 ※映画鑑賞は別料金
 休 火曜(事前連絡あれば見学可)



〔観光施設〕
町家交流館 高田小町
 町家を再生した施設

明治時代に建築された町家「旧小妻屋」を再生・活用した施設。館内には町家の特徴である吹抜けや土蔵がある。お土産を購入することもできる。見学は無料。
 TEL.025-526-8103
 住 上越市本町6-3-4
 営 9:00～22:00
 休 第4月曜(休日の場合は翌日)



〔飲食〕
藤作 別館
 季節感あふれる会席料理
 TEL.025-520-8841
 住 上越市本町3-2-29
 営 11:00～14:00(LO13:30) / 17:00～21:30(LO20:30)
 休 火曜

2014年に開府400年を迎えた高田は徳川家康の六男、松平忠輝公が開いた城下町。歴史と文化、ロマンを感じるスポットが点在する中、近年、注目を集めているのが高田世界館。日本映画黎明期の建築様式を今に残す現役では日本最古の映画館で、映画のロケ地や新スタイルのコミュニティ映画館として全国から多くの人が足を運ぶ。施設のある旧市街地は情緒あふれるレトロな街並み。景観を楽しみながら散策を。

街歩き COLUMN

雁木通り

「雁木」とは、家の前に出したひさしの呼び名。冬期の生活道路を確保するために、居住者が協力し作られた。その総延長は日本一だ



〔飲食〕
イタリア料理 リボッソ
 イタリア料理とワインの店
 TEL.025-524-4330
 住 上越市仲町4丁目8-27
 営 11:00～14:00 / 18:00～22:00
 休 月曜



〔飲食〕
cafe世界ノトナリ
 高田世界館隣の町家カフェ
 TEL.025-512-4982
 住 上越市本町6-4-19
 営 10:00～17:00
 休 月・火曜

オススメ
ランチスポット

AREA
SPOT
GUIDE

上越高田 エリア 歴史とロマンあふれる城下町歩き

More Fun Joetsu!
もっと知りたい上越のこと



メイド・イン上越をお土産に

厳しい審査を経て選ばれた
上越市の優れた逸品

清らかな雪が豊富に降る上越市。恵まれた気候と豊かな自然で育まれ、熟練の技で磨かれた特産品の中から、厳しい審査を経て認証された選りすぐりの逸品。それが「メイド・イン上越」ブランド。和洋菓子、発酵食品、伝統工芸品など上越市が自信を持っておすすめするお土産品だ。

〔販売店〕

- 上越あるん村「あるん畑」
- 直江津ショッピングセンター エルマール
- うみてらす名立「食彩鮮魚市場」



いんてい
なまは
JOETSU

11/30(土)から
提供店拡大

雪むろ酒かすラーメン

発酵のまち上越の新名物！
雪国が醸す温かい一杯

酒蔵の多い上越では酒粕は身近な食材。栄養豊富で料理に絶妙な深みとコクを与えてくれる。そして最近注目の「雪室」。天然の冷蔵庫で寝かせた食材を使い、さらに美味しさアップ！地域の魅力が詰まった上越ならではのラーメンは市内各所で提供中。味も見た目も多彩で食べ比べにもってこい。



王華飯店
TEL.025-525-9012

蒲公英拉麺 YAMATO
TEL.025-530-7774



新潟県旅館ホテル組合『いながた晩ごはん』企画

新潟県・庄内エリアデスティネーションキャンペーン期間中は、上越の食材をふんだんに使ったおいしい夕食を提供！



潮風薫る宿 みはらし
『潮風薫る晩ごはん』
鯛釜飯／スズキの西京みそこう漬けの焼き物
TEL.025-534-2566



美味海食 汐彩の湯みかく
『かまどレストランで食す新潟の味』
深海魚メギス／黒パイ料理を提供
TEL.025-534-2434



高台の宿 三景
『上越市大潟区(旧大潟町)の味』
「じゅんさい」を酢の物、お吸い物等で提供
TEL.025-534-2721



▲〔観光スポット〕

棚田

眼前に広がる棚田は息をのむほどの美しさ。大島区の「蓮野の棚田」は「日本の棚田百選」にも認定されている。

蓮野の棚田

住 上越市大島区菖蒲
問 上越市大島区総合事務所
電 025-594-3101

市内中心部を離れ、郊外に車を走らせ山間部へ。街中や海から比較的近い距離に、自然豊かなエリアがあるのも上越の特徴だ。山あいには鮮やかな季節ごとの草花が咲き、この土地の自然の豊かさを感じることが出来る。手足を伸ばし大自然を満喫するレジャーを楽しむのがお勧めだ。また、山間地に広がるのは階段状の棚田。景色としてはもちろん、自然と共生する人の営みという点からも感動する。清んだ空気が日頃の喧騒を癒してくれるはずだ。



▲〔観光スポット〕

光ヶ原高原

大パノラマが広がる絶景地

長野県境に広がる高原。頸城平野を眼下に望むロケーションは格別だ。天気の良い日は、佐渡や能登半島、夕日や上越の夜景も楽しむことができる。

住 上越市板倉区関田
問 上越市板倉区総合事務所
電 0255-78-2141



▲〔観光スポット〕

虫川の大杉

推定樹齢1,200年の天然記念物

「千年杉」の愛称で親しまれている虫川の大杉。高さ30m、周囲10.6mもあり、国の天然記念物に指定されている。健康長寿の祈念をするため訪れる人も多い。

住 上越市蒲川原区虫川1429
問 上越市蒲川原区総合事務所
電 025-599-2302



🍴〔飲食〕

本草庵

地産食材を使った手打ちそば

自家栽培を含む牧区産そば粉「とよむすめ」と自然薯を使い、その日の朝に手打ちした店主自慢のそばを提供。そば打ち体験も予約制で開設している。

TEL.025-533-5017

住 上越市牧区池舟2
営 11:00～14:00 休 水曜



「買つ」
マリンドリーム能生
豪快にカニを食べよう

能生漁港で水揚げ、直送されたベニズワイガニは、漁船名ごとに店が並ぶ「かにや横丁」で直売される。新鮮な海の幸や、マリンドリーム能生だけの特選メニューを堪能でき、家族そろって楽しめる。隣にある能生漁港では珍しい昼セリが開かれ、間近で見学できる。

TEL.025-566-3456

住 糸魚川市能生小泊3596-2
営 8:00～17:00(昼セリ15:00開始)
休 無休(昼セリは火・土曜、ほか不定休あり)

糸魚川は海岸から急に深くなるという地形的な特性により漁場が近く、新鮮な海産物が集まる港町。ここに来たら「日本一のベニズワイガニの直売所」と言われる道の駅マリンドリーム能生の「かにや横丁」は外せない。かにや横丁で購入したカニは屋内はもちろん屋外でも食事が可能で、日本海の眺望も同時に楽しめる。また、もうひとつのシンボルが弁天岩。美しい海岸線から橋を渡って日本海を一眺めできる。



「飲食」

味千汐路 番屋

新鮮な魚介メニューが並ぶ
TEL.025-566-3423
住 糸魚川市能生小泊3596-2
営 10:00～18:00
休 無休



「飲食」

農家キッチンひだまり

地元かあちゃんが作る手作りの味
TEL.025-568-2227
住 糸魚川市横1048
営 11:00～14:00(LO13:30)
休 木曜(ほか不定休あり)

AREA
SPOT
GUIDE

糸魚川能生

エリア

日本海を眺めながら鮮魚を味わう



「観光スポット」

弁天岩

漁船を見守る岩礁の灯台

能生海岸にある大きな岩礁の弁天岩。灯台があり、能生漁港へ出入りする漁船の大切な道標だった。島の中程には海の守り神として知られる巖島神社があり、紅い欄干の曙橋を渡ると、四季を通じて日本海が見渡せ、潮の香が満喫できる。一年を通し賑わう海岸線のフォトスポット。

住 糸魚川市能生
問 糸魚川市観光協会
電 025-555-7344

オススメ
ランチスポット

「観光施設」

フォッサマグナ
ミュージアム

石が語る日本列島の歴史

糸魚川静岡構造線の直上に位置し、岩石や鉱物を展示する地球博物館。日本列島の誕生によりできた大地の裂け目「フォッサマグナ」をポイントに鉱物・化石と大地の探求ができる。

TEL.025-553-1880

住 糸魚川市一ノ宮1313
営 9:00～17:00
(16:30受付終了)
休 12月の月曜、祝日の翌日と
12/28～31
料 500円、高校生以下無料



「観光施設」

翡翠園(ひすいえん)

ヒスイ原石のある本格庭園

造園家・中根金作氏の設計・監督により1978年に開園。面積1万7,000㎡の広大な敷地内には、70トンのヒスイ原石と数多くの石がある。豪壮で優雅な回遊式庭園をじっくり散策できる。

住 糸魚川市蓮台寺2-11-1
営 9:00～16:30
(受付終了16:00)
休 12月～3月中旬は休園
料 500円
問 ガーデン・ミュージアム運営協議会
電 025-552-9277



「飲食」

フェルエッグ カフェ&スイーツ

ビュアエッグのスイーツが評判
TEL.025-550-6680
住 糸魚川市平牛2116
営 10:00～18:00
休 木曜、第4水曜



北は日本海に面し、南は3000メートル級の山々に囲まれた糸魚川市。豊かな海で獲れる海産物と美しい山々を同時に楽しめる。また、フォッサマグナを中心に珍しい地質・自然遺産が数多くあり、ユネスコ世界ジオパークに認定されている。市内中心部には県内最古と言われ、100年以上の歴史を持つ加賀の井酒造をはじめ、蔵元が5つある「五蔵のまち」としても知られている。奴奈川姫の伝説、国石ヒスイの産地など、豊かな文化を育む土地だ。



秋の紅葉をライトアップ

木彫芸術家・澤田政廣(せいこう)の作品と、建築界の巨匠・村野藤吾(とうご)のコラボによる美術館。隣接の日本庭園・玉翠園の紅葉をライトアップ。ヒスイ製品が当たる抽選会を実施。

期間：11/8(金)～17(日) 会場：玉翠園・谷村美術館

住 糸魚川市京ヶ峰2-1-13
営 17:00～19:30(受付終了19:00) 休 12月の火曜 料 500円
問 ガーデン・ミュージアム運営協議会 電 025-552-9277



「飲食」

すし廣

ソウルフードのメグス天押
TEL.025-552-0821
住 糸魚川市横町2-13-9
営 11:00～14:00/
17:00～22:00
休 不定休



「飲食」

月徳飯店

ブラック焼きそば発祥の店
TEL.025-552-0496
住 糸魚川市大町2-5-18
営 11:00～14:30/
16:30～21:00
休 不定休



「飲食」

ジオ丼

会場：市内23の飲食店

糸魚川産コンヒカリを使った各店の個性ある魅力的なライスボウル(どんぶり)を提供中。「ジオ丼」で検索。

AREA
SPOT
GUIDE

糸魚川

エリア

海と山に囲まれた地質・景観・文化のまち

オススメ
ランチスポット

/

More Fun Itoigawa!

もっと知りたい糸魚川のこと

自然豊かな絶景スポット

海と山に囲まれた糸魚川には悠久の刻を感じる絶景スポットがたくさん！
美しい紅葉の季節にぜひ足を運んで。



1

1. 高浪の池・明星山 満々と水をたたえる高原の池。約3億年前のサンゴ礁でできた明星山の
大岩壁も圧巻の風景 2. 小滝川ヒスイ峡 ヒスイのふるさと糸魚川を象徴する日本随一の産地。
昭和31年に国の天然記念物に指定 3. 蓮華白池 鏡のような水面に空の模様が映り、神秘的な
佇まいで訪れた人々を魅了。周囲は遊歩道がある



新潟県旅館ホテル組合
『いいた晩ごはん』企画

新潟県・庄内エリアデスティネーション
キャンペーン期間中は、糸魚川の食材を
ふんだんに使ったおいしい夕食を提供!



親不知観光ホテル
『親不知産地直送 海鮮づくし』

親不知の海岸で生息している
天然もずくを、もずく酢やみそ
汁の具材として提供

TEL.025-562-3005



笹倉温泉 龍雲荘
『あんこうといいたけの唐揚げ』

冬の糸魚川の代表食材あん
こうといいたけを合わせた料
理。異なる歯応えが楽しめる

TEL.025-559-2211



荒波あんこうフェア

個性豊かなあんこう料理を各店で提供

糸魚川はあんこうの絶好の漁場であり、あん
こう料理は冬の味覚として古くから親しまれている
定番料理。各部位はそれぞれに違う味わいがあり、
捨てるところがない食材。参加店それぞれの
料理を味わおう。

期間：12/1(日)～3月末

会場：市内参加飲食店

問 糸魚川市観光案内所 電 025-553-1785

糸魚川の海岸は、小石が広
がる海岸と、きれいに澄み
きった海が特徴。中でも、通
行の難所で「天下の険」と呼ば
れた「親不知・子不知」が有名
だ。地名の由来は当時の苦難
を思わせる。断崖絶壁と荒波
が旅人の行く手を阻み、波打

ち際を駆け抜ける際に、親は
子を忘れ、子は親を顧みる余
裕がなかったことから呼ばれ
るようになったと言われる。
親不知記念広場の展望台から
海岸線を眺めると、「天下の
険」と称される断崖を見るこ
とができる。



ヒスイハンターになる 親不知海岸でヒスイをゲット!

〔体験〕

糸魚川の石・ヒスイを探そう

道の駅親不知ピアパークの目の前に広がる親不知海岸
は、通称・ヒスイ海岸と呼ばれる糸魚川海岸と並ぶヒスイ
探しスポット。石ころ探索キット「ひろっこ」を用意して繰り
出そう。

会場：親不知海岸

住 糸魚川市外波 休 無休

料 ひろっこ800円、ひろっこ・スコップ・くまでセット1,000円

問 糸魚川市観光協会 電 025-555-7344

〔飲食〕 親不知ピアパーク レストピア

げんぎょ丼はココだけの味

TEL.025-562-5440

住 糸魚川市外波903-1

営 10月9:30～18:00／

11月9:30～17:30／

12月10:00～16:00

休 無休



親不知レンガトンネル ▲〔観光スポット〕

天険を貫く先人の偉業

親不知レンガトンネル(旧親不知トンネル)は、地域の近
代化に貢献した貴重な鉄道遺産として、平成26年度に
土木学会選奨の「土木遺産」に認定された。ここでは、
親不知コミュニティロードと2つの「土木遺産」を周遊でき
る。コースは約2キロで約60～90分。

住 糸魚川市市振

料 無料

問 糸魚川市観光案内所

電 025-553-1785

〔飲食〕 親不知ピアパーク お食事処 漁火

日本海が一望できる食事処

TEL.025-561-7291

住 糸魚川市外波903-1

営 9:30～19:30

休 無休(ほか不定休あり)



AREA
SPOT
GUIDE

糸魚川親不知

おやしらず

エリア 松尾芭蕉が歩いた天下の険

オスス
メ
ラン
チ
ス
ポ
ッ
ト



滝を見た後は地元の食材を味わえる苗名滝苑や、スイーツを提供するカフェグランへ



▲ [観光スポット]

苗名滝

紅葉に映える100選の滝

鮮やかな紅葉の渓谷から流れ落ちる日本の滝 100選の苗名滝。駐車場から渓谷を眺めながら、二つのつり橋を渡ると、そこには絶景の滝が。流しソーメンで有名な苗名滝苑では、山菜キノコソバやニジマスの塩焼きも堪能できる。また、カフェグランの濃厚ソフトクリームは、自家製ソースのトッピングがおすすめ。

TEL.0255-86-6536

住 妙高市杉野沢2905-1

営 8:00～16:00(苗名滝苑)

休 無休(苗名滝苑の営業は11月末まで)

🏠 [観光施設]

妙高高原スカイケーブル

空から紅葉を眺めよう

紅葉の樹々を眼下に見下ろす 11 分間の空中散歩。標高 1,300mの展望台からは、妙高高原や野尻湖や志賀高原の山並みなど、大パノラマが楽しめる。また、食事を楽しむなら敷地内にある赤倉観光ホテルの最上階にあるアクアグリルダイニングへ。絶景とともに食事が楽しめる。

TEL.0255-87-2503

営 8:00～16:00(土・日曜、祝日は～16:30。11月上旬まで)

休 無休

料 大人(中学生以上)往復:1,800円／片道 1,300円

小人(小学生)往復:900円／片道 700円



アクアグリルダイニングのディナーコース。地元の旬の味覚や厳選食材を使用した創作料理だ

🎭 [イベント・ツアー]

プレミアムイルミネーション「アパリュージョン」

幻想的な光の感動ショー

超世界級の新たなナイトイベントとして、夜景評論家・夜景プロデューサー丸々もとお氏のプロデュースによる「世界レベルの企画」と近年のイルミネーションで人気の「体験型イベント」を融合。大型プロジェクターやレーザー機器を使用した空間演出を行ない、数々の世界レベルの「光のアトラクション」を楽しめます。

期間：～11/17(日)

会場：アパリゾート上越妙高

TEL.0255-82-4111

住 妙高市桶海1090

時 17:00～22:00

料 大人1,500円、

小学生以下無料



妙高 エリア 高原と温泉のリゾートへ



🍴 [飲食]

いもり池 芭蕉苑

そば&天ぷら食べ放題

日本 100名山のひとつで、越後富士とも呼ばれる妙高山のビュースポット、いもり池にある、風光明媚なそば店。地元産そば粉を使って毎朝手打ちする二八そばと、職人が目の前で揚げる山菜天ぷらが食べ放題になるメニューが好評だ。店舗脇には足湯や遊歩道があり、観光客の癒しのスペースにもなっている。

TEL.0255-86-4727

住 妙高市関川2316-1

営 8:00～17:00(食べ放題は11:00～14:30)

休 不定休(営業は11月中下旬まで)

1
2

1.紅葉の妙高山が水面に映るいもり池 2.江戸時代に開湯された歴史ある赤倉温泉。赤倉観光ホテルの露天風呂は絶景スポットだ

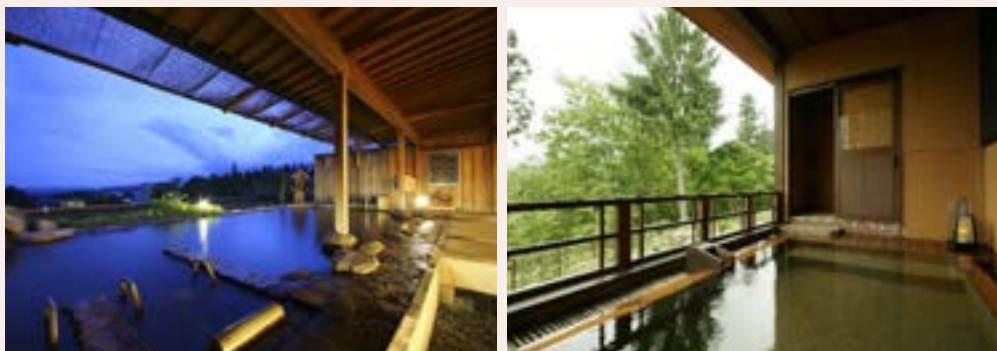
妙高市は東京から約160分の場所に位置するスキーと温泉の高原リゾート。四季折々の表情を見せる自然豊かな土地には、旅館やホテルなどの宿泊施設が充実し、県内屈指の観光スポットとして知られている。燃えるような紅葉で山々が染まる秋は、観光のハイライトと言えるタイミング。まるで芸術作品のようなグラデーションに覆われ、はっと息を飲む景色が広がる。また、7つの個性豊かな温泉が集まる妙高高原温泉郷としての顔も持つ。山々の景観や散策を楽しんだ後は、ゆっくりと湯につかって疲れを癒そう。

More Fun Myoko!
もっと知りたい妙高のこと

妙高高原温泉郷「七五三の湯」

赤倉／新赤倉／池の平／杉野沢／妙高／関／燕

複数の温泉と泉質が楽しめるのが妙高高原温泉郷の特徴
湯めぐりを楽しもう!



妙高高原温泉郷には7つの温泉、5つの泉質、3つの湯色があり、これを称して「七五三の湯」と言われる。すべてに肌がきれいになる「美人の湯」という共通点があるが、泉質が違うので、弱い泉質からの湯めぐりがお勧めだ。妙高にはこのようなアドバイスしてくれる「温泉ソムリエ」がいる。

問 妙高観光局
電 0255-86-3911



新潟県旅館ホテル組合
『にいがた晩ごはん』企画

新潟県・庄内エリアデステネーション
キャンペーン期間は、妙高の食材を
ふんだんに使ったおいしい夕食を提供中!



参加旅館

妙高・山里の湯宿香風館
TEL.0255-86-2046
赤倉ホテル
TEL.0255-87-2001
香嶽楼
TEL.0255-87-2036
お宿ふるや
TEL.0255-87-2102

ホテル太閤
TEL.0255-70-4195
旅館おかやま
TEL.0255-87-2056
ホテルアルペンブリック
TEL.0255-86-3180
空飛ブウサギ
TEL.0255-86-6969



妙高高原温泉郷 「湯めぐりチケット」2019

便利でお得な入浴券

妙高高原温泉郷で使える3枚つづりの共通入浴券。日帰り温泉施設、旅館などで利用できる。日を変えて3回に分けて使っても、3人が同時に使ってもOK。

期間：～12/8(日)

問 妙高観光局
電 0255-86-3911
料 1,200円



🍴 [飲食]

こそば亭

希少な在来種のそば

店名のこそばとは、昔から妙高山麓で栽培されてきた希少な在来種のそば。この貴重なこそばを丁寧に乾燥させ、低速回転の石臼でゆっくりと製粉したそば粉を使用。風味豊かな手打ちそばは、のど越しがよく、昔ながらの味わいだ。

TEL.0255-72-8628

住 妙高市美守681-1
営 11:30～14:00頃
休 月・火曜



🍴 [飲食]

とん汁の店 たちばな

妙高名物のとん汁専門店

豚肉、玉ねぎ、豆腐と白味噌で仕上げる地元の名物グルメ。シチューに例えられるくらい濃厚でやさしい甘みのスープが特徴だ。スープの8割は玉ねぎから出た水分。玉ねぎの自然の甘さを最大限に引き出したスープを堪能して。

TEL.0255-72-2450

住 妙高市栗原2-3-10
営 10:00～20:00
休 月曜(祝日の場合は翌日)



妙高エリアの特選食材



甘くてうまい高原とまと

標高2,454mの妙高山から吹き降ろす風は、真夏でも冷たく、芳醇な水と冷気によりトマト甘く育てる。ずっしりと詰まった身が特長だ。



雪どけの清流で育つ「妙高米」

妙高連峰から流れる雪どけ水と、日照時間が長く雨量の少ない夏の気候が、甘みがあり、ふくよかな味わいのコシヒカリを育む。

雪と大地が育んだ
妙高の味

AREA
SPOT
GUIDE

妙高
エリア

新潟県・庄内エリア デスティネーションキャンペーン

新潟・庄内 ガストロノミー

日本海美食旅 2019.10.1 - 12.31

ガストロノミーとは「美食学」のこと。今回の「日本海美食旅」キャンペーンでは、日本海と雄大な山々に育まれた新潟県と庄内エリアを、美味しいのはもちろん、その土地に内包された歴史や文化、暮らしや風土といった背景も合わせて地域のストーリーを伝え、地域全体の魅力を味わう旅を提案します。

妙高・上越エリアの観光情報のお問い合わせはこちらまで

- (公社)上越観光コンベンション協会 … tel.025-543-2777
- (一社)糸魚川市観光協会 … tel.025-555-7344
- 妙高観光局 … tel.0255-86-3911

必ずお読みください。

※ガイドブックに掲載されている情報は、2019年7月末日現在のものです。掲載の観光施設・店舗などの休業日、営業時間及び料金など各種情報が最新の情報とは異なる場合があります。予め出発前にご確認ください。

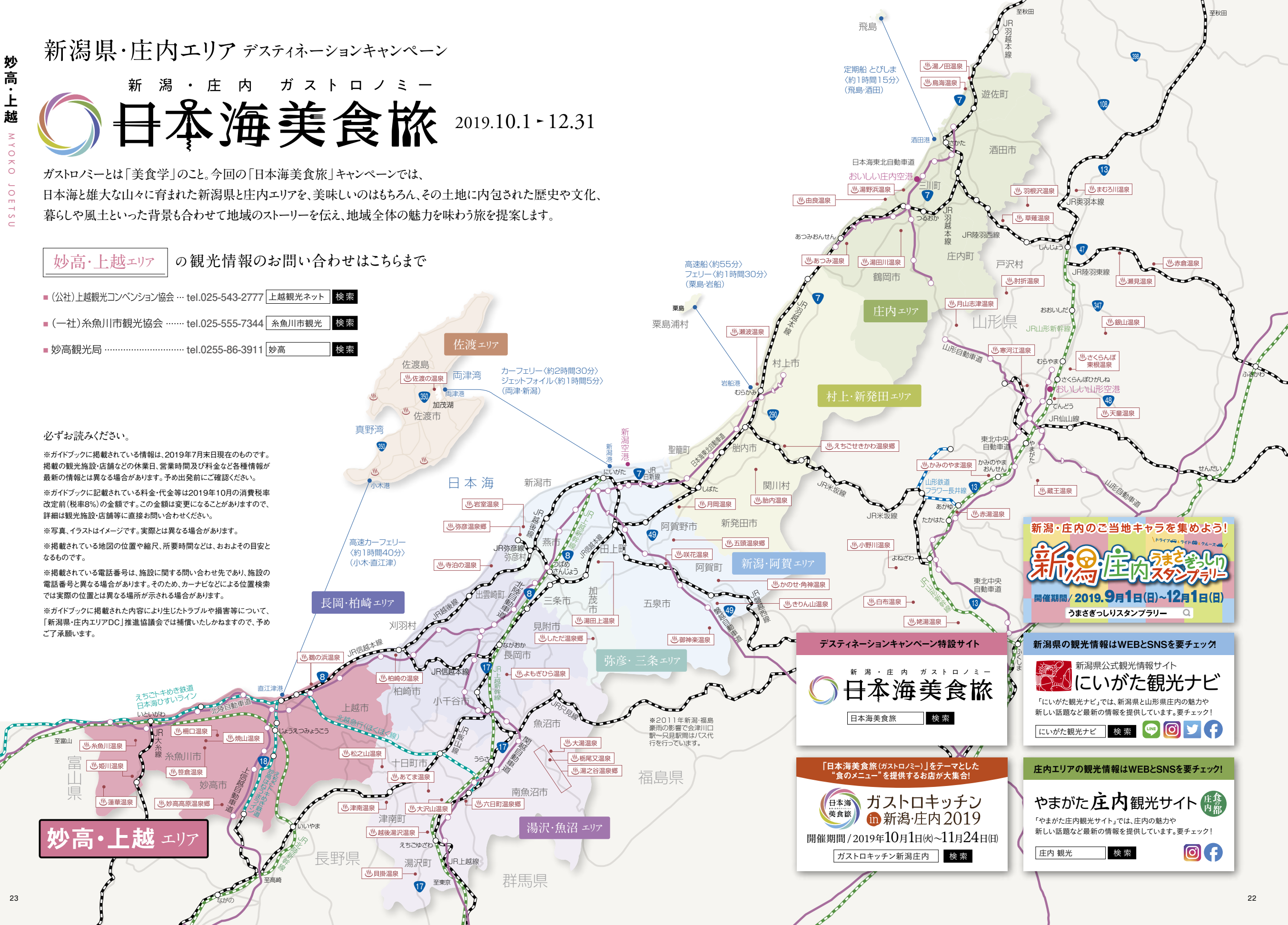
※ガイドブックに記載されている料金・代金等は2019年10月の消費税率改定前(税率8%)の金額です。この金額は変更になることがありますので、詳細は観光施設・店舗等に直接お問い合わせください。

※写真、イラストはイメージです。実際とは異なる場合があります。

※掲載されている地図の位置や縮尺、所要時間などは、おおよその目安となるものです。

※掲載されている電話番号は、施設に関する問い合わせ先であり、施設の電話番号と異なる場合があります。そのため、カーナビなどによる位置検索では実際の位置とは異なる場所が示される場合があります。

※ガイドブックに掲載された内容により生じたトラブルや損害等について、「新潟県・庄内エリアDC」推進協議会では補償いたしかねますので、予めご了承ください。



新潟・庄内のご当地キャラを集めよう!

新潟・庄内 うまさっしりスタンプラリー

開催期間 / 2019.9月1日(日)~12月1日(日)

うまさっしりスタンプラリー

デスティネーションキャンペーン特設サイト

新潟・庄内 ガストロノミー

日本海美食旅

日本海美食旅

新潟県の観光情報はWEBとSNSを要チェック!

新潟県公式観光情報サイト

にいがた観光ナビ

「にいがた観光ナビ」では、新潟県と山形県庄内の魅力や新しい話題など最新の情報を提供しています。要チェック!

にいがた観光ナビ

「日本海美食旅(ガストロノミー)」をテーマとした“食のメニュー”を提供するお店が大集合!

ガストロキッチン in 新潟・庄内 2019

開催期間 / 2019年10月1日(火)~11月24日(日)

ガストロキッチン新潟庄内

庄内エリアの観光情報はWEBとSNSを要チェック!

やまがた**庄内**観光サイト

「やまがた庄内観光サイト」では、庄内の魅力や新しい話題など最新の情報を提供しています。要チェック!

庄内 観光



新潟・庄内を走る「のってたのしい列車」





新潟を走る、お酒を楽しむリゾート列車

越乃Shu*Kura

越乃Shu*Kura 検索

越乃Shu*Kura

上越妙高 ⇄ 十日町

ゆざわShu*Kura

上越妙高 ⇄ 越後湯沢

柳都Shu*Kura

上越妙高 ⇄ 新潟

森と水とロマンの鉄道

SLばんえつ物語



新津 ⇄ 会津若松

SLばんえつ物語 検索

新潟・庄内の食と景観を楽しむ列車「海里」デビュー

海里 KAIRI

新潟 ⇄ 酒田

海里 検索





世界最速の芸術鑑賞

現美新幹線

越後湯沢 ⇄ 新潟

現美新幹線 検索

新津 ⇄ 会津若松

SLばんえつ物語 検索

新潟観光ドライブバス

新潟・北信濃・会津周遊プラン | 高速道路『周遊エリア内乗り放題』

販売中 → 令和元年12月5日(木)

のうち、連続する最大2日間(週末型)または3日間(全日型)

利用期間	普通車	軽自動車等
週末型(2日間)	5,700円	4,500円
全日型(3日間)	7,500円	6,000円

【週末型】土・日・祭日を少なくとも1日含む。連続する最大2日間を利用いただけます。【全日型】曜日に関係なく、連続する最大3日間を利用いただけます。
※ご利用区域や曜日・時間帯によっては、本商品をご利用いただく方が前高となる場合がございます。※本商品が適用された走行は、平日朝夕割引の対象外です。
※販売価格は、2019年6月現在のものです。

例えばこんな使い方


1日目(金) 新潟西IC 3,990円 | 信濃町IC 1,020円 | 須坂長野東IC 470円 | 信州中野IC | 新潟県道

2日目(土) 信州中野IC 2,390円 | 長岡IC 820円 | 新潟西IC 400円 | お疲れさまでした!

ETC料金は5,000円のところ、
3,390円もお得になります!!

2日間乗り放題で プラン料金 **5,700円**

新潟・北信濃・会津周遊プラン



ETCドライブ割引

ドラ割

ETC 限定

普通車・軽自動車等

ウェブサイトによる
事前申込制


あなたに、ベスト・ウェイ。

NEXCO
東日本

詳細・お申し込みは

ドラ割 検索

https://www.driveplaza.com/tip/itinerary/2019_niigata/



文化ふつつ新潟!

文化・芸術・観光

天皇陛下御即位記念
第34回国民文化祭・にいがた2019
第19回全国障害者芸術・文化祭にいがた大会

2019.9.15 SUN → 11.30 SAT

コア事業テーマ

発酵文化の礎を築いた先人たち


この地域に生まれ、発酵文化の礎を築いた先人たちの足跡や功績を顕彰し、生活に根づく発酵食品や古くから受け継がれる食文化とともに地域の魅力を発信します。

発酵リレートーク〜味わい、語らう〜

9月28日 会場: 坂口記念館

10月5日 会場: 赤倉観光ホテル

11月2日 会場: 谷村美術館玉翠園



※この他にも県内で様々なイベント等を開催します。詳細は公式ガイドブックや公式ホームページをご覧ください。
お問い合わせ先: 第34回国民文化祭・第19回全国障害者芸術・文化祭新潟県実行委員会 TEL.025-280-5177

文化ふつつ新潟! 検索

<https://niigata-futtotsu.jp/>

「新潟県・庄内エリアDC」推進協議会

事務局:「うまさざっしり新潟」観光推進協議会(公益社団法人 新潟県観光協会) 〒950-8570 新潟市中央区新光町4-1 <https://niigata-kankou.or.jp/>