

まるごと

信州立科町



ガイドブック

SHINSYU TATESHINA-MACHI



おいしい
感動の
たてしな



知って
得する
たてしな



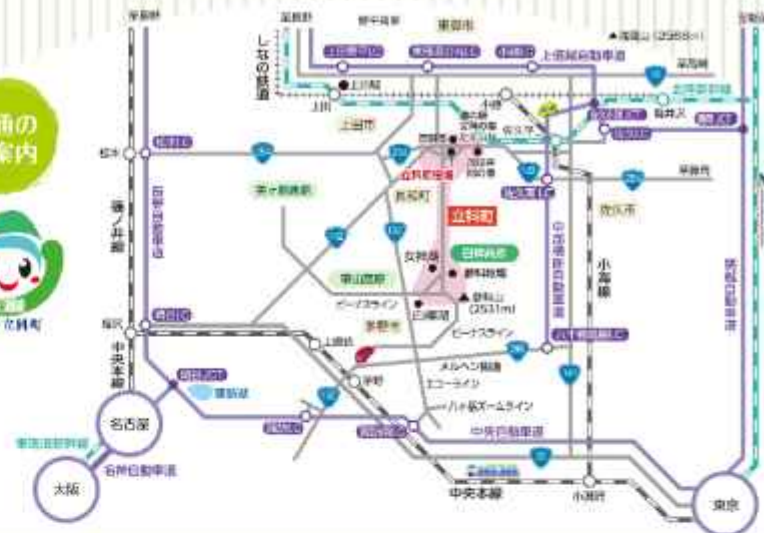
自然を
満喫する
たてしな



人とつながる
たてしな



交通の
ご案内



お車で利用の場合



電車ご利用の場合



交通機関のご案内

バス
たてしなスマイル交通(路線バス)
0267-88-8403
立科町役場 企画課
千曲バス(路線バス)※
0267-22-2100
東信バス(路線バス)※
0267-53-5522
アルピコ交通(路線バス)
0266-72-7141
※平日運行のみ、土日祝は運行
望月ハイヤー・タクシー
0267-56-1153

お申し込み・お問い合わせ

- ▶ 立科町役場
〒384-2305 長野県北佐久郡立科町大字芦田2532
TEL.0267-56-2311(代)
FAX.0267-56-2310
- ▶ 立科町役場 夢科出張所
〒384-2309 長野県北佐久郡立科町大字芦田ハッ野1001
TEL.0267-55-6201
- ▶ (一社)信州たてしな観光協会
〒384-2309 長野県北佐久郡立科町大字芦田ハッ野743
TEL.0267-55-6654
- ▶ ゴンドラリフト・スキー場・
御泉水自然園 しらかば温泉
〒384-2309 長野県北佐久郡立科町大字芦田ハッ野743
TEL.0267-55-6000

ネットでアクセス

- 立科町公式HP
<https://www.town.tateshina.nagano.jp/>
- 夢科牧場 ゴンドラリフトHP
<https://whitebirch.co.jp>
- 信州たてしな観光協会HP
<https://shirakabakogen.jp>

新発見!!
「新高速乗合バス」で快適アクセス!
お問い合わせ
トラビスジャパン TEL 0265-98-0805



立科町は長野県の南部に位置しています。東は佐久市、北は東御市と上田市、西は小県郡長和町、南は茅野市に隣接しています。東西9.9km、南北26.4kmと南北に長い町で、面積は78.2km²、面積は85.87km²です。

北部では、稲作を中心として、りんご・野菜・蕎麦など農業が盛んです。南部の高原地帯は、茅科山の北西に女神湖・茅科牧場・白樺湖を有する一大リゾート地「白樺高原」で、四季折々の自然の美観を満喫することができます。



日本百名山の茅科山山麓に広がる高原の町たてしな。南北に細長く、細華（ひょうたん）を引さ延ばしたような形をしていて、最狭部は、幅わずか53メートル。そのくびれを境に南部には、大自然の運動を体いっばいに感じる高原エリア。北部にはのどかな田園風景や歴史文化にあふれる里エリアが広がり、アクティブ派も、のんびり派も、大満足のメニューが待っています。あなたがたの、とっておきの旅、に出かけてみませんか？

たてしなまちへようこそ！

立科町の注目ポイントをご紹介
まるごとたてしな

P4

里エリア

里エリアマップ

P6

歴史と文化、そこに息づく人びと
街道ロマンの町

P8

地元の人とふれあい 地産を知る田舎暮らし
ふるさと交流

P10

田舎暮らしを体験!!

ふれあいの里

P12

伝統芸能祭り

P13

高原エリア

高原エリアマップ

P14

白樺リゾート・東白樺湖

美術館・森園地・温泉

P16

茅科牧場

茅科第二牧場・茅科牧場 Gondola リフト

P18

御泉水自然園

自然の深淵!

P20

女神湖

心のままに過ごしたい

P22

スポーツ広場

仲間と一緒に楽しむ、鍛える

P23

癒しのスポット!

P24

スキー場ガイド

しらかば2in1スキー場・白樺高原国際スキー場・
白樺リゾート 地の平スノーパーク

P25

たてしな歳時記

P26

立科町への移住のオススメ!

P27

施設のご案内

P28

立科町ふるさと納税

P30

周辺観光マップ

P31



【町木】シラカバ 【町鳥】キジ 【町花】スズラン

女神湖と茅科山

茅科山は別名「女の神山」
これにちなんで「女神湖」と命名されました

まるごと たてしな

日本百名山「蓼科山」がある
自然豊かな町

八ヶ岳中信濃高原国定公園にふくまれる蓼科山はもちろん、大自然に恵まれ白樺湖や女神湖、御蔵水自然園など、見どころがいっぱい！絵画のような世界が目の前に、自然の中からヒトリコリをたずねる方たちにも出会えます。



御蔵水自然園

心も体もあつたまる
厳選温泉

里エリア、高原エリアともに信州の温泉が楽しめます。P.10、P.17「家族や仲間での旅行など、絶景を楽しみながらのんびり、ゆったりした時間をお過ごしいただけます。」
のどかな立科町で休日を楽しみませんか？



立科温泉「権現の湯」



露天風呂

中山道が横断する 歴史ロマンの町

江戸時代の「五街道」のひとつ中山道が有名ですが、縄文時代から多くの人が生活をしていました。歴史的、文化的遺産も多く残る信州の注目エリアです。



西田南平庵（原）



野原茂商店

高原リゾート・牧場など 見どころ満載の地

白樺湖には多くのレジャースポットがあります。日本百名山、蓼科山のもとにある蓼科牧場に行ってみましょう。ゴンドラリフトで向かう女神のテラス1830からの眺めはまさに絶景。白樺湖には美術館やレジャーランドをはじめとするリゾート施設が充実。アトラクションや体験など観光拠点にも最適です。



女神のテラス1830

スポーツ施設も充実 健康に楽しむ

立科町には3か所のスキー場を始め、女神湖には充実したスポーツエリアがあります。何となくでも大自然の山々での登山やトレッキングなどが人気で、抜群の環境です。標高も高いことから、準高地としてトレーニングや夏の合宿などにも最適です。冷たい空気と絶景が待っています。



白樺高原国際スキー場



女神湖多目的グラウンド

大地の恵みに感謝 食を巡る旅

楽しい旅にはやっぱり美味しいもの。高原野菜やお米、果実、中でもりんごはオーストラリアの食材を使ったとっても美味しい料理もぜひ食べてもらいたいです。蓼科山の裾野でのびのびと育つ信州蓼科牛の上質な牛肉や、蓼科の湧水が生んだお酒もご賞味いただきたい逸品です。



伊勢神宮奉納 信州蓼科牛
蓼科山の裾野で清らかな環境で育まれたのびのびと育った蓼科牛。肉質がきめ細やかで、やわらかく旨みがあり、上質な味わいが特徴です。
伊勢神宮にも奉納された、安心、安全、美味しい牛肉です。



りんごの極み 立科りんご

栽培されていくつもの品種はありますが、その代名詞は「国産」に誇りをかけず、国産りんごを育てることにこだわっています。シャキッとジューシーな果肉で、美しい色が入ったその味は格別です。



高原野菜 レタス・白もも

冷涼な気候を活かして栽培された高原野菜。味が濃く、食感がよく、栄養価も高いです。夏のやわらかさ、冬のやわらかさ、水分をしっかりと含んだみずみずしさが特徴です。

蓼科山の 湧水が生んだ逸品

日本酒・焼酎・ワイン

蓼科山から湧き出る清らかな水（湧水）は、ミネラル豊富な天然水です。この天然水は、日本酒、焼酎、ワインの醸成に最適です。また、この天然水は、ミネラル豊富な天然水です。この天然水は、日本酒、焼酎、ワインの醸成に最適です。

たてしなサイダー

蓼科山からの湧水（ミネラル豊富な天然水）で作ったオリジナルサイダー。



コシヒカリ 立科産

環境豊かな水田によって、蓼科山からの湧水が水田を潤します。気候や土壌にも恵まれた立科産のコシヒカリは、県内でも高品質。白食味、香りのよいお米です。全国的に販売されています。



蕎麦

朝と夜の寒暖差が大きく、冷涼な高原地帯で育つ蕎麦は、香りがよく、甘みの強さが特徴。蓼科山からの天然水で、さらに品質が向上。蕎麦粉のにおいしさが楽しめます。



“おいしい立科町”を 召し上がれ！

たてしなの恵み利用店

自然豊かな長野県立科町が育んだ美味しい「立科産の恵み」を提供している立科町認定の店舗です。農産物の利用状況のお知らせや、地元産品を推進し観光地域の魅力を発信することを積極的に行う宿泊施設、飲食店等が「たてしなの恵み利用店」として認定されています。
※店舗情報はP.28～P.29「施設のご案内」をご覧ください。





ふたつの「たてしな」

「立科町」と「蓼科町」？

観光地の聖地が有名ですが町の名前は「立科町」です。日本百名山のひとつ豊科山の山麓に広がる町で、昭和30年に吉田町、横島村、二郷和村の三村が合併して、立科町が発足し、昭和33年に立科町が誕生。

当初、地域の豪族でもあゝ豊科山や上野君岡村があったため、豊科の字を当てようとしたが、当用漢字に「豊」の字がなかったこと、また豊科山は古くから「真山」と呼ばれていたことなどから、「正」の字が当てられ「立町」となりました。

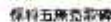


湖の山々に囲まれ、日本の宮を思い出させてくれるような雰囲気に出会える異国リヤ。いにしへに想いを馳せながら見る史跡や寺社、決つとする田園風景。そこで暮らす人々のふれあい、異行や田舎暮らし体験など自然に囲まれる豊潤に魅了される場所になっています。



街道口マンの町

関文時代から多くの人々が得られてきた立料町。古墳時代には大和朝廷の車国支配の要として「古車山道（諸説あり）」が、江戸時代には五街道のひとつ「中山道」が開通し、多様な文化が交わる東西交通の要衝として栄えてきました。今でも多くの歴史的遺産が残る立料町。そこには新たな発見が待っているはずです。



中国産、高田藩の西側から笠置峠にかけて、約100にわたる松や杉、松葉木、津川藩府が各藩道を改修した際に松や杉を譲って薪木を作り、笠置峠には赤松の樹々53本が植えられました。その後、枯死や台風などもあり、現在は、45本のアカマツが地蔵の手によりつた歴史を感じさせてくれます。

豆蔻峠
笠取峠に標高500mの箇所。その名の由来は「黒田藩」から灰の炭火保護まで長く続く街道にあったため、夏の暑い時期に焚火と蕎麦で旅人が思わず豆蔻を取ってしまつたから、峠の上から見る笠取山が豆蔻で、旅人がこっそり豆蔻を取って歩き回った「豆蔻峠」と呼ばれてゐます。



笠取峠のマツ並木〔県天然記念物〕



無量寺 町有文化財

興隆寺は、延暦寺の良導大僧が長保元年（1003）年に創建したと伝えられてきたが、境内には表情がそれぞれ異なる大土地主が鎮座し、参拝者や道ゆく人を懐く見守っています。本尊の姿即如法印の瑞持に日光、日光菩薩を祀る三尊像。

六造蔵とは

地蔵菩薩の六分身と考え認知された上へ地蔵
人は死後に「地蔵」「萬生」「南無」「娑羅」「人
間」「天國」という六道があり、それぞれの役割
を果たする菩薩の地蔵さんが救ってくださる
といわれています。六地蔵の個々の名前は應
域によって異なるそうです。



旧芦田宿本陣
土屋家住宅（県立）

山田實の開設に力を尽くした土曜家は、代々本陣を襲いました。公家や諸大名の宿泊・休養などに使われ、現在も鎌太夫の舞台がたゞさん残されています。



茂田井間の宿

市岡藩・佐久市と三田藩との間に位置し、双方の加藩としての役割を果たしました。石型版を上りつめた所に、一筆塚跡がみえます。



大庭遺跡 町有文化財

三田川の氾濫跡である沖積地に形成された。縄文時代から奈良・平安時代にわたる複合遺跡です。豊饒な遺跡のため、築地は扇形のまま廃土し、保護、保存に努めています。



津金寺宝塔〔聖蹟〕

荻野一族はかつて、望月牧の牧主として、望月一族を支えました。これらの望月家は、享文(1820)年に没後3(1827)年に、荻野(望月)氏が祖先伊集屋のために建立した石塔が遺跡です。



神代杉 町指定天然記念物



豊科町神里西人口にある神代杉は、樹齢1500年以上と推
 われる御神木です。火災などに遭いましたが、今なお青い葉を
 茂らせます。周囲の長さ55m、高さ約20mです。



光德寺不開門

不開門

文明年間（一469）一487）
 白田城之代城主白田光玄が、父
 光徳の冥徳を祈るために建立し
 た寺。正面入り口の「不蘭門」は
 諏訪の白土工、立川流の酒蔵廻
 廊りで精巧な彫刻が秀逸です。



芦田城跡 町指定文化財

戦国時代には黒田氏の居城とされた山城で、別名「木の居城」。

標高806mの高台にあり、展覧台からは見事な景色が望しめ、多くの見学者が訪れていまう。



あし田 望月
!?

広重は間違えたのか?

清江田舎が牛山を隔てた木曾邊邊六拾六
里之間の二枚の絵よりとる。こゝに田に
採られた急傾斜は、月田手前の田生坂で、
月田に動かれた日本古田園の急傾斜は、取
のメツ草で、茂南山を横切るの田田から
望むる山と一致しています。田生坂は、生
では、生田田田田田田田田田田田田田
を隔てて置いたため取り違えられたこと
がわかってゐます。

