



### 高原エリア

自然のエネルギーをいっぱい浴びて、心も体もリフレッシュできる高原エリア。自然公園や湖畔の散歩・トレッキング、山登り、美術館や温泉、高原スポーツなど、遊びのメニューはいろいろ。大自然の中で過ごす極上の休日をお楽しみください。



### 鳴石【町指定文化財】

蓼科第二牧場駐車場の少し奥にある、鏡餅状に重なった2つの巨石。昔、風が強く吹くようになったため「鳴石」と呼ばれるようになったと言われています。古代人が神聖視し、蓼科山の神を祀った祭祀遺跡群のひとつ。

### 別荘地【P31参照】



### 白樺湖拡大図



## 白樺リゾート 池の平ホテル

### RESORT FOOD HALL 湖畔の風

四季折々の高原の風を感じながら、バルや夜市さながらの空間で、ご夕食・朝食はビュッフェ形式でお料理をお選びいただけます。テラスで高原の澄んだ風を感じられ、カフェやランチも営業しているので日帰りの方もお立ち寄りいただけます。

### 天然温泉 湖天の湯

「木の湯」は木曽ひのき、「石の湯」は天然石を基調とした男女別の温泉。「湖畔混浴 空」は白樺湖を見下ろすインフィニティの露天風呂や「展望サウナー-Ku-」と併せて、レイクリゾートの開放感をお楽しみいただけます。

泉質/カルシウム・ナトリウム-硫酸塩泉  
 効能/きりぎす、うつ状態、末梢循環障害、冷え性、皮膚乾燥症  
 日帰りのお客様は入浴料の中にタオル・バスタオル・湯あみ着が込みになります。  
 ※湯あみ着は大人の方のみフリーサイズでのご用意となります。

11:30~23:00(受付終了22:00)

●料金 通常日:大人2,000円/小人1,500円/2歳以下無料  
 繁忙日:大人2,500円/小人2,000円/2歳以下無料

白樺リゾート 池の平ホテル  
 TEL.0266-68-2100



湖畔混浴「空」 RESORT FOOD HALL 湖畔の風 SORAYAMAテラス ※画像はイメージです。

## 白樺リゾート レイクサイドガーデン

### 黄金アカシアと花の丘

夏には80種10万株のユリやニッコウキスゲ、シャクヤク、秋にはコスモス、アカシアなど、春から晩秋まで色とりどりの花が咲き誇るガーデン。散策を遊歩道や展望リフトでお楽しみください。



ユリと白樺湖



展望リフト



ニッコウキスゲ



ピーターラビット™の森

### 花のガーデンエリア

白樺湖畔の色とりどりの花と、緑あふれる美しい庭園散策ができるエリアです。



### FIRE BASE ファイヤーベース

白樺湖畔でのんびり楽しめるアクティビティ「ファイヤーベース」。気軽に手ぶらでバーベキュー、白樺湖を眺めながらサウナタイムをお楽しみいただけます。



テントサウナ

### レンタサイクル

自転車で高原の風をきって走る爽快感。ぜひ体感してください。



白樺リゾート 池の平ホテル TEL.0266-68-2100



## 体験学習館 ルミエール



「そば打ち体験」「陶芸教室」「絵付け」「革細工」など、ファミリーで、友達と、団体で各種体験を。

TEL.0267-55-6246



## リゾートローソン

新スタイルコンビニエンスストア、リゾートローソン。地産商品も並ぶ新しいタイプの店舗です。ピーナスラインに溶け込む湖畔のテックで楽しいひと時をお過ごしください。

TEL.0267-55-7321



## 白樺リゾート 健康いきいき診断プログラム



池の平ホテルと松本大学が提携した、健康増進のためのプログラム。生活習慣病予防・改善、ダイエット、走力アップなど、目的や体力、年齢に合わせた多彩なプログラムを、健康運動指導士が丁寧にサポート。大自然の中でリラックスしながらの実践も好評です。

TEL.0266-68-2100



## 白樺湖畔一周コース 白樺ぐるりん



白樺湖に整備された遊歩道を一周する3.8kmのフラットなコース。おいしい空気を胸に、大自然を感じながら気分爽快ランニングを楽しみませんか!さらに、夢科牧場・女神湖往復を組み入れた約15kmのコースは、準高地トレーニングに最適です。



## 白樺リゾート 池の平ファミリーランド



白樺湖畔の遊園地。大自然の中でゴーカートや森林鉄道のアトラクションやパターゴルフを楽しめる。わくわくどうぶつ王国では、アザラシ・コツメカワウソ・ミニアキアットなどの可愛い動物たちに会える。

営業期間/ 4/22~11/19  
 営業時間/ 9:30~17:00(一部施設~16:00)  
 入園券(一般)/ 大人1,700円・子ども1,400円  
 ※アトラクションなどの施設利用料は別。フリーパス券あり

TEL.0266-68-2100



## 白樺リゾート 森の3つの美術館

### 世界の影絵・きり絵・ガラス オルゴール美術館



日本を代表する影絵作家、藤城清治氏の作品を中心に、アンティークオルゴール、きり絵作品を展示。ミュージアムショップも併設しております。

営業時間/ 9:00~17:00(時期により変更あり)  
 入館料/ 大人(中学生以上)900円  
 小学生600円・3歳~300円

TEL.0266-68-2100



### 白樺湖畔 夢科ティディバア美術館



世界各国から11,000体以上のティディバアが大集合!15カ国、18のテーマに分かれ、愛らしいティディバアの世界が楽しめます。

営業時間/ 9:00~17:00  
 (時期により変更あり)  
 入館料/ 大人(中学生以上)1,400円  
 子ども(小学生)800円  
 幼児(3歳~)500円

TEL.0267-55-7755



### 白樺リゾート 森の美術館

リサとガスパール絵本原画展 第2弾  
 ~リサとガスパールの休日~



2021年にオープンした「森の美術館」。フランス生まれの人気絵本「リサとガスパール」の原画展第2弾を開催。\*2024年2月25日まで  
 企画協力/ オフィス渋谷  
 協力/ ソニー・クリエイティブプロダクツ Hachette Livre

営業時間/ 9:00~17:00(時期により変更あり)  
 入館料/ 大人(中学生以上)500円  
 小人(3歳~小学生)300円

TEL.0266-68-2100





## 蓼科第二牧場



浅間山や蓼科山をバックに颯爽と走る馬や、のんびりと草を食む牛など、広大な草原に広がる牧歌的な景色の中で、癒しのひとときが楽しめます。一角には朝日の丘公園があり、あずま家で休憩もできます。

放牧期間/  
6月上旬～10月下旬

MAP  
P14-D2

## 蓼科第二牧場に隣接 牛乳専科もうもう

蓼科第二牧場駐車場のすぐ前にあり、濃厚で新鮮な牛乳やソフトクリーム、焼きたての自家製パンなどを販売。大自然の中で味わえばおいしさもひとしお!

MAP  
P14-E2

営業時間/9:00～17:00  
(12月から3月は10:00～17:00)  
水曜日定休

TEL.0267-55-7557



## 蓼科クロスカントリーコース



営業期間/6月上旬から11月下旬

予約・問合せ  
TEL.0267-55-6201

MAP  
P14-D2

1周1500mのランニングコース。折返しを利用すれば平地コースの1000mと、傾斜地コースの1000mも選択可能。標高1500mの準高地トレーニング場として最適。



## 夢の平キャンプ場



美しい白樺木立に囲まれたキャンプ場。屋根付きの炊事場、トイレなども完備。高原の澄み切った空気と緑の中でアウトドアが楽しめます。

営業期間/5月～10月  
利用料金/大人300円・子ども150円

TEL.0267-55-6201 MAP  
P15-C3



## 蓼科牧場ゴンドラリフト

眼下には女神湖や遠く北アルプス…。眺望抜群のゴンドラリフトにゆられて、標高1,830mの御泉水自然園へ。春から秋にかけてはペットと一緒に乗車ができ、もちろん自然園にも一緒に入園できます。山頂の脇にはドッグランも完備。

◆ゴンドラリフトに乗車いただいた方は、全て御泉水自然園への入場料込

区分	片道	往復	
大人(中学生以上)	900円	1,600円	※未就学児は無料。
小学生	540円	960円	※犬1頭につき300円(片道・往復同料金)
			★気象条件により休止・変更の場合があります。

運行期間/5月上旬～11月上旬(定休日あり)

営業時間/9:00～16:30

定員/6人乗り

所要時間/5～10分

TEL.0267-55-6000

MAP  
P15-C2

- 運転速度/4～2m/s
- 標高差/300m
- 延長/1,260m
- 客車数/50台
- 輸送力/1,200～600人/時間



## 女神のテラス1830

2018年7月オープン女神のテラス1830。標高1,830mから眺める景色はまさに絶景。高原の風を感じながら、豊かな自然と澄み切った空気をお楽しみください。

営業期間/5月上旬～11月上旬

MAP  
P15-C3



高原エリア

# 蓼科牧場

- 蓼科第二牧場
- 蓼科牧場ゴンドラリフト



白樺高原に来たら一度は訪れたい蓼科牧場。ゴンドラリフトで爽快な絶景空中散歩をしたり…。その先は、自然の宝庫、御泉水自然園が待っています。蓼科第二牧場では、広大な草原で草を食む牛や馬たちについてい表情も穏やかに、ふっと心安らぐひとときを満喫。