

御泉水自然園

ごせんすいせんえん

標高1830mに広がり、総面積は163ha。
東京ドーム約36個分の広大な自然園には、
苔むした原生林や高山植物、野鳥など、
図鑑でしか見たことがないような自然の魅力がいっぱい。
40分ほどで巡れる遊歩道もあり、
リードをつければベトナムと一緒に散策できます。



1 夢仙の滝

夢科山の湧水が源泉で、落差約8メートル。心地よい滝の音やし
ぶきに清涼感いっぱい。



2 カラマツ池

鏡のような水面に夢科山の
四季を映し出します。畔には
あずまややさびだちと見へ
るに最適。



御泉水自然園

入園料	
大人(中学生以上)	600円
小学生	400円
コンドラリフトにご乗車いただいた方は入園無料	
駐車料金 (コンドラリフト運休日(土曜)は駐車無料)	
普通車以下(バイク含む)	1日 1,400円
中型以上(マイクロバス含む)	1日 1,500円

期間 4月下旬～11月上旬
時間 9:00～16:30
※気象条件により休園・
変更場合があります。

TEL.0267-55-6131



3 ビジターセンター

自然園散策の前に、まずビジ
ターセンターで自然園の知識を
知っておくと楽しさ倍増。

4 原生林の遊歩道

原生林に囲まれた遊歩道周辺は、
苔むした朽木や岩石が広がります。
神秘的な癒しの世界が広がります。



御泉水自然園の動植物

- 花 カタクリ、ギンリョウソウ、コバイケイソウ、
ハクサンフウロ、マツムシロ、トリカブト、
モウセンゴケ、サルオガセ 他
- 樹木 ミネザクラ、チョウセンコウモリ、
サラサドウダンズミ 他
- 動物 ヤマネ、ニホンカモシカ、ニホンジカ 他
- 昆虫 アサギマダラ、キベリタテハ、クジャクチョウ、
ハルゼミ 他



夢科山

夢科山
(2,531m)

ここは、
八ヶ岳中央国立公園です。
このエリアを歩きましょう。
1.動物園の指定区域に入ります。
2.ゴミは持ち帰りましょう。
3.コース以外は入山禁止です。

5 黄葉のカラマツの径

カラマツは針葉樹ですが、黄葉する珍しい
木。他の木々の紅葉が終わった頃、黄金色の
輝きを放ちます。



6 レンゲツツジ

6月になると園内はレン
ゲツツジの美しい花に彩ら
れ、白樺の木々のコント
ラストが見事です。



7 ハクサンシャクナゲ

5月下旬から6月上旬、二
千株を超えるアズマシャ
クナゲが園内をピンク色
に彩ります。ハクサンシャ
クナゲの見頃は7月上旬。



8 サルオガセ

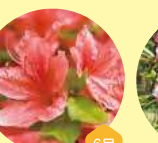
菌と藻からなる複合生物
で、空気中の水分を吸収し
て育つ不思議な生き物。



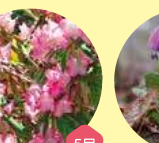
ヤマホテルブクロ
8月



ツリガネニンジン
9月



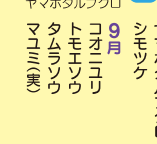
レンゲツツジ
6月



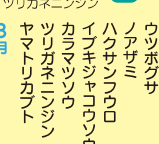
アズマシャクナゲ
5月



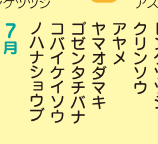
カタクリ
4月



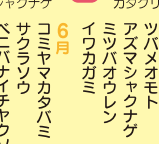
ヤマホテルブクロ
8月



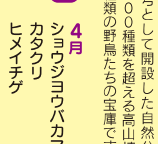
ツリガネニンジン
9月



レンゲツツジ
6月



アズマシャクナゲ
5月



カタクリ
4月

花暦

日本百名山 夢科山に登ろう!



標高2,531m。「諏訪富士」とも呼ばれる優雅な山容に對し
て、急登やゴツゴツとした岩場が多く、そのギャップに驚か
れます。登山ルートはいくつかあるものの、山頂まで2時間
ほどで登れる七合目登山ルートは、大きな駐車場があり、
マイカー利用や気軽な日帰り登山、子ども連れの方などに
おすすめです。七合目登山口からは、山頂に奥宮を祀る夢科神
社の一ノ鳥居をくぐって登山スタート。苔むした岩や針葉樹
林帯を抜け、最後に岩が積み重なる急斜面を登り切ると山
頂に到着です。森林限界を超えた山頂には1本の木もなく、
大きな岩だらけ。そして、とにかく広い! 間近に迫るハゲ岳は
もちろん、南アルプス、中央アルプス、御嶽山、奥の尾、北アル
プス、霧ヶ峰、浅間山と360度の大展望が広がります。



夢科山荘

営業期間 4月下旬～11月上旬
TEL.090-1533-4500
<https://www.tateshina2531.com/>
[tateshinansou](https://www.tateshinansou.com/)

夢科山頂ヒュッテ

営業期間 4月下旬～11月上旬
TEL.090-7258-1855(小屋直通)
<https://www.tateshinayama.com>



高原
エリア

スポーツ広場

MAP
P15
C2

標高 1530mに、蓼科山に抱かれ、女神湖畔に広がる高原のスポーツ&リゾートエリア。
体育館、グラウンド、テニスコートなど総合運動施設が充実。
パターゴルフやアーチェリー、氷上ドライブなど、多彩なスポーツ&レジャーが楽しめます。

マーガレットリフレクパーク

テニス・パターゴルフ・アーチェリー・フットサル・マレットゴルフなど様々なスポーツができる女神湖湖畔の広大な施設。
オゾンたっぷりの高原で汗を流してリフレッシュ!



テニスコート

29面(人工芝13面/ハード3面/クレイ13面)
営業期間/4月中旬～11月中旬

パターゴルフ

18ホール(天然ペント芝)
営業期間/4月中旬～11月中旬

アーチェリー

12打席(インストラクター指導)
営業期間/4月下旬～11月上旬
平日休業の場合があります。

フットサル

3面(人工芝)

TEL.0267-55-6942 <https://www.megamiko-asobu.com/>

つり堀

イワナ・ニジマス
営業期間/4月下旬～11月中旬
平日休業の場合があります。

クロスカントリースキー

4コース(冬季)

マレットゴルフ

18ホール
営業期間/4月上旬～11月中旬

バーベキュー

ガス台・炭台(要予約)



女神湖センター

ボート遊びをしたり、自転車を漕いでみたり、散歩道を歩いたり、女神湖を満喫できる拠点です。カヌーやカヤックのほか、冬季は全面氷結する女神湖での氷上ドライブも体験可能です。

営業時間/9:00～18:00

TEL.0267-55-6210

<https://www.megamiko-asobu.com/>



女神湖体育館

女神湖に隣接する体育館。バレーコート2面、バドミントンコート4面があり、卓球・ドッジボールなども楽しめます。(バスケは不可)。トイレ、ロッカー付き。会議室も完備。

営業時間/9:00～22:00(アリーナ・会議室)

利用料金/ 半日全面使用:10,500円～

要予約

予約・問合せ TEL.0267-55-6201



女神湖スポーツ広場 しらかば1530(グラウンド)



サッカーコート(芝)1面、400mトラック6コースが整備されたグラウンド。更衣室、ロッカー、トイレ、コインシャワーも完備され、夏のスポーツ合宿にもおすすめです。

営業期間/5月上旬～11月上旬

営業時間/8:30～17:00(フィールド、トラック、全面共)

利用料金/陸上・サッカー等 専用使用(半日)5,560円～

要予約

予約・問合せ TEL.0267-55-6201

女神湖ゴーカート

自然の中を走行する、子供も大人も楽しめるゴーカートコースです。

営業期間/5月～10月

営業時間/9:00～17:00

TEL.0267-55-6603



立科の民話 赤沼池の河太郎

MAP
P14
D2

昔、女神湖は赤沼といわれた池でした。池と道の間には大きな石があり、いつも一人の子供が腰掛けていて、指を絡めて引き合う「鍵引き遊び」に旅人を誘い、池に引きずり込んでいました。この子でも、実は池に棲み着いた「かわたろ」といういたずら好きのカッパだったのです。うわさを聞き退治してやることとやってきた諏訪の侍、頼遠は、かわたろと指を絡めるとすぐに馬に乗ったまま一里ほど走り抜けました。かわたろの頭の血はすつかり乾き、「許してくれたら今夜この沼を出て行く」と約束をしました。明るく朝、頼遠が赤沼池に行ってみると、池の水はすべて無くなり、その夜のうちに隣村に池が出来ていました。かわたろは、この池で静かに暮らしたそうです。「かわたろ」が腰掛けていた巨石は「鍵引石」と呼ばれ、今も女神湖の近くにあります。



鍵引石



高原
エリア

女神湖

MAP
P15
C2



伊藤左千夫の歌碑と女神の像

AMBIENT 蓼科ホテル

女神湖展望露天風呂



「女神湖展望露天風呂」は、天然温泉「樽ヶ沢温泉」を引湯する自慢の露天風呂。目の前には女神湖、前方には蓼科山など雄大な自然が、そして夜は美しい星空が楽しめます。

営業時間/15:00～24:00

休日/お問い合わせください

料金/大人 1,200円 子供(小学生)600円

乳幼児無料 タオルセット各110円

TEL.0267-55-7711

MAP
P14
D2

女神湖クリスタルチャーチ



標高1,550メートルの自然に囲まれた360度ガラス張りの教会。

TEL.0267-55-7711

MAP
P14
D2

白樺高原花火大会



標高1530mの高原を舞台に色とりどりの花火が打ち上げられる夏の一大イベント。打ち上げ前には御泉水太鼓が演奏され、お祭りムードを盛り上げます。

(一社)信州たてしな観光協会

TEL.0267-55-6654

MAP
P15
C2

蓼科園地野外音楽ホール



女神湖畔にある芝生公園に建つ野外音楽ホール。公園内を散歩したり芝生の上でのんびり過ごすのもおすすめです。

TEL.0267-55-6201

MAP
P15
C2

諏訪富士ともいわれる、美しい円すい形の蓼科山をキラキラと映す女神湖。湖のほとりには、サゼンソウ、レンゲツツジなど四季さまざまな彩りと香りを添えてくれる花々が咲き誇ります。レストランやショップが並ぶ「女神湖通り」もあり、自然を楽しみながら素敵なひとときが過ごせます。

Lake Office女神湖(ワークスペース)

女神湖センターの一角に個人利用や団体貸切り利用のためのワークスペースを提供しています。高速Wi-Fiや会議室を備え、レクリエーションの魅力を感じながら仕事ができます。

営業時間/9:00～18:00

利用料金/個人利用:1時間550円・1日3,300円、
団体による貸切り料金あり

利用にはWeb予約が必要です。

TEL.0267-88-8412



公式 HP



Lake Office 女神湖 (ワークスペース)

スキー場ガイド

晴天率80% アクセス抜群! 冬を満喫!!



近隣エリアで唯一の
ゴンドラリフト!

白樺高原国際スキー場



● スキースクール
白樺高原スキー学校 (SAJ公認) TEL.0267-55-6109
JSBA公認 白樺高原国際 AZプロスノー ボーディングスクール TEL.070-4359-6020



MAP
P15
C3

安心・安全で、キッズもシニアも家族
みんなが大満足できるグレンデです。
全長1260mのゴンドラリフトで空中
散歩。白樺高原一帯の素晴らしい景色をご堪能
できます! 首都圏からのアクセス抜群! およそ2
時間半でパウダースノー!



長野県北佐久郡立科町大字芦田ハッ野743
駐車場/500台 (一部エリアを除き無料)
TEL.0267-55-6000
<https://whitebirch.co.jp/kokusai/>



スノーボード
全コース滑走可能!

しらかば2in1スキー場



● スキースクール (ボードも可)
白樺高原スキー学校 (SAJ公認) TEL.0267-55-6109
SIA 2in1ベーシックレーシングスクール TEL.0266-68-2166
JSBA公認 しらかば2in1 AZプロスノー ボーディングスクール TEL.080-2260-3213



グルメも充実



ルミエール

MAP
P15
A3

晴天率80%以上! 360度の太パノ
ラを楽しみながら滑走できるワイド
なグレンデ。スノーボードも全リフト
乗車可能で、パークアイテムも多数設置! コー
スも充実しているので、初級者から上級者まで
幅広く楽しめる!



しらかば2in1総合管理センター
長野県北佐久郡立科町大字芦田ハッ野2021-1
駐車場/1,000台 (一部エリアを除き無料)
TEL.0267-55-6868
(冬季営業期間のみ)
<https://whitebirch.co.jp/shirakaba2in1/>



ファミリーや
スキーデビューに最適!

白樺リゾート 池の平スノーパーク



グレンデ全部がスノーアスレチック!

体験もできます! 「池の平ホテル」に隣接しており温泉、室内温
プールでアフタースキーも充実! ファミリーや卒業旅行におす
めです。



長野県北佐久郡立科町東白樺湖
駐車場/1,900台 (無料)

TEL.0266-68-2100
<https://www.shirakabaresort.jp/snowpark/>



MAP
P15
B2

雪遊びとスキーデビューにびっ
たり! 滑りながらスノーアスレチックで
遊んで、どうぶつ広場ではエサやり
体験もできます!

心洗われる

癒しのスポット!

朝日の丘公園

MAP
P14
D2

心晴れやかに、おはよう!
夢科第二牧場の一角
にあり、夢科山や遠
く浅間山を望む眺望
も抜群なロケーション。
白樺林の中に遊
歩道やあすまや、ベ
ンチが点在し、牛や
馬を眺めながら気ま
まに散歩したり、
ほっと一息つける想
いのスポットです。



夕陽の丘公園

MAP
P15
B3

夕焼け小焼けてまた明日
信州のサンセットポイ
ント100選に認定さ
れた絶好のビュース
ポット。
白樺湖・車山・北アルプ
ス、天気が良ければ北
信五岳まで見渡せます。
空一面を茜色に染めな
がらゆつと沈む夕陽
の美しさは言葉に表せ
ないほどの感動的です。



御柱の道

MAP
P15
B3

神の巨木を生んだ森
諏訪大社最大の神事「御柱祭」。平成16年
の御柱祭で主役となったモミの巨木「御
柱」を伐り出した神聖な御柱用材跡地を
たどります。
途中、存在感
たつぷりの太
い切り株や、
疏水自遣に選
ばれた塩沢堰
の清流など、
神々しさを感じ
る自然に心が
洗われます。



たてしなを楽しむ モデルコース

たてしなのお楽しみを合わせて楽しめる、散歩コースをご紹介します。動物と触れ合ったり、
広大な自然を眺めたり、高山植物を楽しんだり、自分だけのお気に入りを見つけてみましょう!

① 御泉水・夢科山



- 夢科牧場 (6人乗りゴンドラリフト)
- 御泉水自然園 (道地帯・高山植物・野鳥)
- 夢科山七合目 (登山口)
- 将軍平 (天祥寺原・双子池・竜潭橋)
- 夢科山頂 (360度の大展望)
- 女神茶屋
- 白樺湖

② 女神湖・教会



- 夢科牧場
- 女神湖通り
- 女神湖 (周囲1.8km)
- 女神湖クリスマスチャーチ
- 夢科第二牧場

③ 白樺湖・美ヶ原



- 夢科牧場
- 白樺湖 (サイクリング・釣り・ボート・温泉)
- 車山 (ニコウキスゲ・レンゲツツシ)
- 霧ヶ峰
- 美ヶ原

④ 歌碑・句碑・中山道



- 女神湖 (女神の像と伊藤千左衛門の歌碑)
- 雨降峠 (鎌引石・橋石)
- 旧中山道芦田宿 (伝説のまつ並木)
- 津金寺 (東宝蓮寺宝塔)
- 西塩沢 (六川長三郎碑)
- 旧中山道茂田井間の宿

立科町への移住のススメ!

移住のことならここをチェック!

移住サポートサイト『旅する移住』

立科町への移住に関する情報について、まとめたサイト「旅する移住」で、みなさまの移住をお手伝いいたします。

<https://www.tateshina-iju.jp>



移住サポートセンター

移住に関する様々な相談を受けています。移住関連イベントも実施しています。

住所/長野県北佐久郡立科町大字芦田2602-1
ふるさと交流館「芦田宿」内

TEL.0267-78-5645

mail:t-iju2@sas.janis.or.jp

おためし移住してみよう!

移住体験住宅

立科町への移住を無料体験できる施設があります。
1泊2日から最大6泊7日までご利用可能。

立科町の暮らしに興味がある方は、こちらで実際の移住に近いイメージを持つことができます。

お問い合わせは、上記「移住サポートセンター」まで



移住体験住宅



立科町で暮らしてみませんか?

充実した子育て環境

- 町内の小・中・高連携事業の実施
(算数・数学の相互授業、三校清掃、特別支援教育の充実)
- 自校給食 ● 福祉医療の充実(妊産婦から高校生まで)
- 保育料の減免(2人目半額、3人目から免除)
- 保育園の早朝・延長・休日・一時保育 ● チャイルドシートの購入補助
- 充実している児童館事業 ● スキー場の優待サービス
- 不妊・不育症治療費の助成 ● 出産祝金の支給
- 小中学校児童生徒給食費無償化
- 保育園3歳以上児副食費無償化 ● 給付型奨学金事業



たてしな保育園



子育て支援住宅

空き家バンク 町内の空き家を有効活用するために、賃借・購入希望者に物件の情報を提供します。

町営住宅 町営住宅へ入居できる機会は、空き室が出た時になります。空き室状況、入居条件など、詳しくはお電話でお問い合わせください。



販売中! 西塩沢三葉団地

平均面積 約330㎡(約100坪)

1区画平均価格 約416万円

交通
■ JR北陸新幹線佐久平駅より車で約25分
■ しのの鉄道滋野駅より車で15分

周辺施設等

- たてしな保育園...2.9km
- 立科小学校...2.8km
- 立科中学校...2.2km
- 夢科高等学校...3.1km
- 近隣スーパー・ホームセンター...3.0km
- 権現の湯...4.1km



地方創生の取組

テレワークによる雇用創出

住民の雇用を作る取組



立科町テレワークセンター

<https://tateshina-telework.jp/>

企業の多様な働き方を誘致する取組



立科 WORK TRIP

<https://work-trip.com/>

たてしな 歳時記

四季折々の自然と
たてしなの魅力を満喫

四季折々の自然を満喫できるイベントや大会、伝統ある祭りなど、立科町ならではの魅力がいっぱい!

6月

白樺高原すずらん祭り

MAP
P15
C2



立科町の花「すずらん」の開花時期に合わせて開かれ、開運の駒やすずらんのプレゼント、御泉水太鼓、ニジマスのつかみ取りなどさまざまな催しが行われます。

10月

白樺高原歩け歩け大会

MAP
P14
P15



記録を目指して走るもよし、秋の景色を眺めながらゆっくり歩くもよし。友達を誘って、あるいは家族みんなでさわやかな秋の1日を満喫しよう。

8月



MAP
P15
A2

白樺湖夏祭り花火大会

メロディ花火や水中スターマイン、フィナーレの超特大スターマインなど、山々に囲まれた湖での花火大会ならではの華やかな光と大音響が魅力です。



MAP
P15
C2

白樺高原花火大会

標高1,530mの高原を舞台に、色とりどりの花火が打ち上げられる夏の一大イベント。打ち上げ前には御泉水太鼓が演奏され、お祭りムードを盛り上げます。

イベントカレンダー

3月

立科ゴルフ倶楽部オープン [3月下旬]
夢科山麓にあり、雄大な自然と四季を感じながら快心のショットが楽しめます。
実行委員会 立科町企画課 TEL.0267-88-8403

4月

外倉獅子舞 (駒形神社) [4月] P6-D1

6月

白樺高原すずらん祭り [6月第1週日曜日]
立科町役場夢科出張所 TEL.0267-55-6201

立科町民ゴルフ大会 [6月第4週日曜日]
立科ゴルフ倶楽部 立科町教育委員会 TEL.0267-88-8416

8月

町民まつり 立科えんてこ [8月第1週土曜日]
芦田宿通り・役場周辺 P7-C3
実行委員会 立科町企画課 TEL.0267-88-8403

白樺湖夏祭り花火大会 [毎年8月10日] P15-A2

白樺湖

白樺高原花火大会 [毎年8月11日] P15-C2
(一社)信州たてしな観光協会 TEL.0267-55-6654

9月

古町獅子舞 (夢科神社里宮) [9月上旬] P7-C3

桐原獅子舞 (神明社) [9月] P6-D2

藤沢獅子舞 (駒形神社) [9月] P6-E2

10月

白樺高原歩け歩け大会 [10月中旬頃予定] P14-15
白樺湖～夢科第二牧場
標高約1,500mのさわやかな高原をゆっくり歩いて、体力向上と健康増進、参加者同士のふれあいを楽しむウォーキング大会です。
立科町教育委員会 TEL.0267-88-8416

12月

白樺高原国際スキー場 P15-C3

11月下旬OPEN予定

しらかば2in1スキー場 P15-A3

11月下旬OPEN予定

白樺リゾート池の平スノーパーク P15-B2

12月中旬OPEN予定

施設のご案内

里エリア

宿泊施設

ホテル	白樺リゾート池の平ホテル	0266-68-2100	241	1099	長野県下最大のレジャー・8リゾート基地。
	白樺湖ビューホテル	0267-55-6211	145	40	白樺湖畔に佇むリゾート・型ホテル。飲み放題付の「バイキングプラン」が好評です。1泊2食7,800円～
ブチホテル	白樺湖 くらみとみるく	0267-55-6560	10	25	とまきと池が顔を出すところへ
	白樺湖オーベルジュ ヒストリフィカド	0267-55-6012	8	28	各種ファミリーパック有り、貸切り家族風呂品有。料理、デザートも人気。
ペンション	カントリーイン・ザ・コロニアルハウス	0267-55-7638	7	16	白樺湖の森の中奥の食材をふんだんに使った料理の宿。
	ペンション ロック	0267-55-6355	7	16	素泊まり、朝食付。白樺湖から少し離れたしらねの森でのんびり贅沢ひとときを。お一人様も歓迎です。

お食事・お買物・体験施設など

アモューグラススタジオ	0267-55-6681	スプリングランド・プラザの体験（要予約）。工場でハンドメイドのガラスの食器や日用品の販売等。
道の駅フジリョーランド(4/23～11/23の間営業)	0268-69-2100	子どもから大人まで様々なアクティビティーが楽しめる。大遊園地、シラカバ(ワッドビル)で楽しむ大船等。
黄金クラウンの丘プラザ(4/20～11/5の間営業)	0268-69-2100	白樺湖を一掃するリゾート地。ランチパイクアップ、そば屋、フリークーム、売店など。
黄金クラウンの丘(4/23～11/3の間営業)	0267-69-2100	1,000本の金糸アサヒエニホトコブキなどが咲き誇る自然園。今はそびえ立つ木々にも驚かします。 しかばね山(12月15日)への施設。クリスマス期間中のみ営業。
ゴッホ美術館	0267-69-6521	影絵作家・関根清治郎の作品を多数展示。市ヶ崎公園のゴッホショップを併設。
世界の彩絵・きりぎりす・ガラス・オルゴール美術館	0268-69-2100	1,000以上の色紙を使ったアート作品が楽しめます。
秋田県立美術館	0268-69-2100	今期「リゾットとガムラン」続々と新画展！開展。特別期間限定でも開催されます。
森の学習館ミル美術館	0267-55-6245	夏は、何れも「ほろろ」の祭典、冬は、毎年「ぼんぼり」そして、大賀田、雪見、レトロスタイルホテルとして営業、シーズンズ／営業、 新スタイルコンビニエンスストア、土産商品なども並び新しい店舗です。
リゾートオーシャン	0267-55-7321	いつでもそばが食べられます。
そば処 たばた		

観光・運動施設

立科温泉 権現の湯		0267-56-0606	日帰り温泉施設、食事処「権現亭」
権現山運動公園	立科町教育委員会	0267-88-8416	野球場1面、グラウンド1面、屋内運動場/グートボール1面、テニスコート/砂入り人工芝4面、立科体育センター(総合体育館)/バレーコート2面、権現山マレットゴルフ場/27ホール、風の丘広場/遊歩、水路、芝生広場
陣内森林公園 (4月～11月)		0267-56-1085	釣り、バーベキュー、食事処「歩歩亭(さんぽ)」、地物の手打ちそば、新鮮な「川魚料理」が人気。
松並本公園	立科町教育委員会	0267-88-8416	「豆取割のまつり」がある公園
ふるさと交流館「芦田館」		0267-78-5645	町の歴史・文化や自然をパネル展示・映像などで紹介、町がかなのコミュニケーションスペースです。

宿泊施設

旅館	金丸土屋旅館	0267-56-1011	5	10	伝統を引き継ぐ宿。
民宿	たなかみ あかりや	070-8453-3173	一棟	10	1日1組限定、一棟貸しの宿。10名様までご宿泊いただけます。
ゲストハウス	カリアリアハウス	0267-56-1232	3	8	ワイン用ブドウ栽培農家が営む素泊まりの宿。ピザ窯もあります。ワインの購入も可能です。
	アツマルセンター立科	0267-88-8930	2	5	地域の複合交流拠点。アツマルINNでは立科にお越しの方の宿泊もできます。みんな立科にアツマル!

お食事・お買物・体験施設など

道楽の女 神望里たなしな(夢楽農園産物)	0267-561-4100	直売所、レストラン、(体験学習施設)耕福園、地元で収穫した安心安全な農産物、食事が楽しめます。
夢楽いちいっちょ	0267-56-3317	夢楽牛生産者直売、一頭買いの焼肉店、地元コースターも併設。
エンジェルカフェ・プチヌール	0267-89-7661 ●89-6265	しっとりもちもちのオリジナル生地のフローズンと過激なデザート各格をお試ください。(キッチンカー)
レストラン かつら	0267-56-3187	各種大宴会を催進にお過ごしください。(要予約)
かみどり (庭瀬酒場)	0267-56-1417	山菜やジビエなど地元産の味と立派な野菜と果物を使った家庭料理をどうぞ、大1人宴会も承ります。
レストラン クック	0267-56-3199	焼肉、和食、和洋食、和食にこだわりたいです。価格もリーズナブルに設定になっています。
海鮮料理 農興 (コウシュン)	0267-56-0877	おいしい湯料理を提供しています。
Gojigōji Sobacke (ゴジゴジソバックル)	080-6600-5435	二十四節気を巡りながら、信州の食文化に合わせた州産食材をフルコースで提供。
焼肉アース	0267-56-0608	温泉施設内飲食店 お食事でも入館できます。お気軽にお出かけください。
佐賀アース	0267-56-0600	となつて、農の美、りんご、ブルーベリーなど地元産の果実や野菜を加工し、健康志向の食品を提供。
そびん 歩歩亭 (さんぽ)	0267-58-3933	こだわりの手打ちは、岩魚天は人気メニューです。岩魚のから揚げも人気です。
瑞穂園	0267-56-3084	葡萄が40年になつた、こちらも立派な地産農産物を使った中華料理を凝縮した昔ながらの味をお楽しみしております。
静麗飯	0267-56-1101	中山道芦屋にある1833(明治26)年創業の地産農産物を使った昔ながらの味をお楽しみください。
せんや	0267-56-2248	おすすめはラーメン、焼肉(ラム肉等)
Café&Shop たしなナッブル	0267-56-3555	立地がゆりこに近く、果物を採れたジュースや高級感のある経路したシールドやワインなど自産の逸品をどうぞください。
手打ちそば とんきん亭	0267-56-3563	地元食材を活かして、体に優しい品を提供します。
ドバイビー豆取	0267-56-1072	創業45年、地元で愛されるお店。
のんき亭(道楽の女 神望里たなしな) ●	0961-51-4100	立派な野菜と地元産の美味し野菜・果物・肉を中心とした手作り、温かメニューをお楽しみください。
はじまるカフェ	090-2339-7502	はじまるカフェは、民家のたすまひを活かしたビーガン料理を提供する民営のカフェです。
レストラン 花水月	0267-56-0238	夢楽牛(ゆるり)ブランドを平日の大人気日並びランチ、夜は季節の料理で特別宴会。
Muguet (ミュグ) by 塩菜堂	0267-56-1083	店内のショーケースには、和菓子や洋菓子並び、落ち着いた雰囲気のカフェスバーも併設。
和食娘とし	0267-56-0036	丼物、定食、一品料理などお食事を中心としたメニューです。大宴会受も承ります。
ろくわ 夢夢料理	0267-56-3458	魚の旬、野菜を産産で、やきとり等一品料理、食事メニューも豊富、希少な海鮮、日本酒多数あり。
十八摩理牛生産共同組合	0267-56-2053	おいしい立派なリンゴ(自宅用・贈答用)を販売しています。
JA 佐久遠岡本橋共道所	0267-56-1129	またいたの立派なリンゴを販売しています。
慈恵庵	0267-89-8482	地元米・野菜、市場直送の鮮魚を使い、出汁にこだわりの精進料理で日本料理をお楽しみください。
カフェ ベジラボ	0267-89-8189	農家でもあるお茶の園で育てた新鮮野菜を使ったランチやオーグのデザートをお楽しみください。
フの家	080-1229-1766	自家焙煎珈琲と産地小売の身体に優しい焼き菓子パンを提供。土・日営業(テイクアウト専門店)
bake&soup yum-yum	080-9775-1925	地元の食材を使ったスープ付きのランチメニューや焼き菓子を提供しております。
ALPACAfe (アルパカフェ)	070-4197-0567	予約制のメルパがふれあい広場&カフェ、カラーやグランドリースーツを提供。1組6名様まで。
Dome Sauna (ドマサウナ)	070-8453-3173	完全予約制(1時間制)のサウナ施設。地元水産品、外気浴スペースあり。夏前営業中。

観光・運動施設

女神湯体育館	0267-55-6201	パルーコート2面、バドミントン4面、卓球台8台、他
女神湯スポーツ広場 1530	0267-55-6201	400mトラック6コース、サッカーコート(芝)1面
夢科園地・野外交渉ホール	0267-55-6201	音楽堂、ステージ、園地(芝)
夢科第二牧場	0267-55-6201	牛、馬、夢科山・浅間山・雲海など雄大な自然の眺望が楽しめる。
夢科ウロスカントリーコース	0267-55-6201	標高1500mの準高原、足腰に負担の少ないウレシ舗装
夢科の平安キャンプ場	0267-55-6201	ご利用申込みは白根高原観光センター(0267-55-6654)
御泉寺自然園	白根高原観光観光センター 0267-55-6000	約100種類を超える高山植物
夢科牧場コンドリラフト	白根高原観光観光センター 0267-55-6000	夢科牧場→御泉寺自然園
白根高原国際スキー場	0267-55-6000	スキー、スノーボード
しらかば2in1スキー場	0267-55-8868	スキー、スノーボード
白根リゾート池の平スノーパーク	0266-68-2100	スキー、スノーボード
マウンテンサイクルベース MEGA チャリ	090-8728-9345	トレイルライドできるMTBをレンタル、ガイドしています。
マーガレットリフレクパーク	0267-55-6942	スポーツの森、テニス、バドミントン、マレットゴルフ、アーチェリー、つり籠、フットサル、パークラン、多目的ロスカウトコース、
みどりかわスポーツ	0267-55-7304	貸スキー、個人から団体まで。
女神湯ユースコート	0267-55-6603	ゴーカート・貸自転車。
女神湯センター●	0267-55-6210	湖畔のレストラン・お土産・ボート・カヤック。レストランテラス席はペット同伴可。
長門牧場●	0267-55-6969	自家製チーズを石窯で焼くピッツァ。ソフトクリームは絶品! テラスでペットもOK。
白根リゾートサービス係	0267-55-7777	別荘及び施設の管理・仲介・建築・リフォーム等お気軽にご相談ください。
女神湯リゾートプランニング	0267-55-7750	家族旅行、教育旅行など女神湯での滞在をご提案。スキースクール、スノーシュー、ナイテイングガイド有。
雪うさぎ	090-8856-6432	レンタルスキー(冬期のみ)
SIA ラ・モンターニュ	0267-55-6255	スキー・レンタルスキー・スキーレッスン・ガイド等
(一社) 信州たてしな観光協会	0267-55-6654	2つの湖をレンタルボート・Bikeで巡るコースが大人気。観光案内、宿泊手配。ワーケーションコーディネートウ
女神の森キャンプ場(冬季クローズ)	080-7796-2014	ウエジェット付ドレーンやジョギングヤシヤを完備。管理棟ではキャンプグッズの販売も行っています。
キャンプ・アール 女神湯	0267-51-6101	満天の星空に包まれ、サウナで整い、冷涼な空気が静寂に自まて過ぎてく至極のキャンプ場。

宿泊施設

ホテル	AMBIENT 夢科ホテル コシノアム・イン・ホテル 四季の森ホテル 池の平白樺高級ホテル	0267-55-7711 0267-55-6341 0267-55-6339 0267-55-6204	104 29 84 30	295 296 370 370	女神湖を望ぶ露天風呂とガーデンテラスを新設、ガラスの教会と美味しい料理が評判。 食と癒しにこだわったオーブージュスタイルのリゾートホテル。 高原のオーベルジュ、広い敷地に本郷とペットが泊まれるログコテージも3棟あります。 温泉入りバリエーション料理をお楽しみください。
プチホテル	アルペン・シャトー オテル・ド・ローワール プチホテル ヴェル・レストラン 森の小さなウッディホテル FINLAND	0267-55-7070 0267-55-7007 0267-55-6200 0267-55-6277	4 5 5 8	11 15 19 19	アメリカの全主人が料理・お部屋とことんこだわった、身体をいやすてくれるプチホテル。 仏料理の、ごま金湯服用/付き、家族風呂有、食事のみ可(要予約) 朝食付、夕食はレストランにてお飲みものメニューからどうぞ、レストランのみ利用可。 全室B-TV・T・V付、ツイーンとダブル有。貸貸費アップで好きな音楽をお楽しみください。
旅館	夢科荘 (Breeze cafe) ●	0267-55-6301	24	120	高原の静かな宿。併設のカフェでは、夢科牛100%、アメリカンスタイルのグルメバーガーがイチオシ。
民宿	民宿 青井 ● 民宿 すずらん荘 夢科メドウズ・スポーツツミトリ ロッテ グランジヤム	0267-55-6757 0267-55-6030 0267-55-6705 0267-55-6255	7 15 9 6	36 70 28 26	自家製の材料を用いた、誰でも安心して食べられる食事。 いつも安心価格。居るの地味と四季折々の料理が自慢の民宿です。 28でこのアスリートに!!快速な環境と豊かな休日を!! 高原でジャズを聴く。オリジナル真空管アンプでジャズをどうぞ!!山岳ガイドもOK。
ロッテ	白峰山荘	0267-55-6122	5	10	白樺に囲まれた南ドイツ風の静かなリゾートロッジです。
ユースホテル	白立白樺高原ユースホテル	0267-55-6801	14	70	広い吹き抜けホールはゆったり。1人旅から家族、研修、合宿までOK。
ゲストハウス	Picnicbase&Hostal	0267-55-7892	7	36	女神湖通り入口にあるお宿 BBQやピクニックで白樺高原をお楽しみください。
ペンション	アニービルズ ペンション ウィンズ ペンション esola ペンション おゆめえんどう ペンション じゃあ●● ペンション すもーくさふ● B&B sora ● ペンション ティータイム ブルーベル Cottage ● One's home ほぷてー● ペンション ミルフィーユ 女神湖ゲストハウス＆カフェ 森のまぶと●	0267-55-7088 0267-55-7077 0267-55-6578 0267-55-6722 0267-55-7355 0267-55-6377 0267-55-7890 0267-55-7807 0267-55-6755 0267-55-7121 0267-55-6581 090-1040-2065	8 25 26 16 16 16 26 9 9 7 8 25	34 26 25 12 16 16 26 9 9 21 22	女神湖畔にたつ2つ洋館です。 女神湖のそば、景色の如を生かしたデザイナー&手作りパン、美味しさと美しさを満喫! ファミリー、料人の和洋室&和室あり。デザイナーは特製創作料理のプロコース。 色とりどりの花に包まれた四季美し山が楽しめる宿。 朝食は手づくりパン!当日予約のみお気願に... 自家製川魚の塩焼きオーブントースト、ペットの宿泊OK。たくさん絵本、ゆとりたつとお過ごしを。 ペットと朝食、大人も子どももリーズナブルに宿泊可。1階客室のみNoodle Store 朝食付。 仏風家庭料理おもてなし、英会話・シンガーソングライターで韓国・中国語をどうぞ!! 白樺とカマツカに囲まれた、英国の田舎のB&Bをイメージした3割限定の全館禁煙のペンションです。 白樺と高山植物に囲まれたほぷてーは、One's home=「故郷」をコンセプトにした宿です。 目で見て心で感じるオーナージュの本格フランス館。 女神湖は目の前、料理人特選の和洋折衷料理とゆったり過ごせる広い庭。BBQ、ディナークにも最適。
	ペンション ラクーン● ペンション ラ・フォンテーヌ・アルジャンテ ペンション くらら● ペンション ワイルドフラワー● 資料わんわんパラダイス Cottage 異国荘 (森の家) & ペンション 風	0267-55-6806 0267-55-6136 0267-55-6275 080-8889-8324 0267-55-7711 0267-55-6278	6 6 6 9 23 4	26 24 26 19 109 13	大穴休屋望遠鏡を常設。晴れた日には星空散歩。 ペットと泊まれる宿 (条件付き) アットホームな雰囲気でご宿泊いたします。 オーストラリア郊りのオーナーによる季節に応じた地元食材を使った料理が特徴のペンション。 特別専用ロケーションでドッグラン、屋外バーベキュー場もあります。 貸別荘は2棟、2LDK&3LDKのタイプ、B・T付、1棟7名まで利用可、長期滞在OK。

お食事・お買物・体験施設など

コーネリアス フィールド	02-67-55-7049	和みのある和食屋、和雑貨と洋品等、毎日を楽しくする品をOFFプライスです。
そは処 水車茶屋	02-67-55-6802	夢草山の清らかな水を使った石臼焙煎の二八茶は、
レストラン ストリーム (冬季のみ)	02-67-55-6453	目の前がゲレンデ、底意のきレストランでコーヒースーランチ、レンタルスキー・有料有印。
そは処 センティ	02-67-55-7575	女子高の入口、お物ごとと天井を一層に味わえる女神セッとをぜひご賞味ください。
植桑の家 (そまびととの家)	02-67-55-6363	日中のみ営業し、肴・お飲み物・信州そばのコースのみにてサービスを提供いたします。
樺原 たんぽぽ	02-67-55-6605	自家製ソフトクリームやパチミンのトッピング、評判のケーキ、静かに癒されるディールームです。
イワナたままヌゲ 対山園	090-4118-6359	リニューアルしました。イワナもよく釣れます。塩焼きは無料です。
山のぼり とどめ	02-67-55-6575	生地で仕込む、手作りのパンのお店。良野景小栗のパンも作っています。
カフェレストラン神楽沢	02-67-55-6940	湖の南、木の香りとつながるカフェ、手作りはげなランチ、ガーデンテラスは愛犬と一緒にどうぞ。
牛乳亭もうちゅう	02-67-55-7857	新鮮な牛乳・ソフト、アイスをベロリ♪パリ、ソフトクリームも大人気!
山本屋 (やまもと)	02-67-55-6080	牛乳・肉・漬物・山菜、馬刺しと山菜、季節のおつまみ有。テラスはベット・OK。
エロアゲローロージングジャパン(株)	050-1699-0808	英国Aero Leather Clothing社の日本総代理店です。
武蔵野温泉 内湯	050-6929-55-3019(本館)	地湯・露天風呂・内湯・名湯・別荘・お茶室等をご用意。お申し込みは4月～5月まで。7月下旬～8月下旬まで、
武蔵野花火館神楽池通	02-67-55-6302	あつたあつたザ・パシフィック・ビルでお楽しみください。100%日本産正統材料。
Noodle Store sora	02-67-55-7890	白鳥温泉の老舗「湯元ちんちん」専門店、自家製の「夢草山」にも食べられる名物です。
Ashfield Laboratory	080-331-4278	自然無添加の工房で、様々な商品を制作、販売しています。
QDORIDER CAFE venus9	Instagram @qdorider.venus9	7月用月経用品が完成、植木鉢など店内OKのカフェ。キューパードが「デジノ」密着リポート提供。
1830Cafe	02-67-55-6000	白樺高原国家公園一帯に山本がカフェで誕生し、標高1,830mの絶景を背景として優雅なひとときを。
ファストフードショップしらが	02-67-55-6000	夢草牧場コングラドパルクにも1軒店舗、グリーンシーズン、スノーシーズン共に営業しています。
ちんちん あさぎ	Instagram @asaga_kita	黄色いスノーパークが目印の看板メニューのカレーは充実のラインナップ、お弁当のご予約も承ります。
蕎麦レストラン小梨の木下	02-67-55-6716	信州の蕎麦、関西風のじだいで、ほんとにじんじんがおます。

国定公園内に約1500区画！
白樺高原別荘地

四季折々の美しい自然、高原の絶景に包まれた贅沢なロケーション。借地権別荘地ならではのコストパフォーマンスと、町有地の安心感で、理想的な別荘ライフをお過ごしいただけます。

立科町役場 総務課 TEL.0267-88-8401

白樺高原 別荘地

与惣塚別荘地	夢の平別荘地	竜ヶ峰別荘地	女神平別荘地
つづじヶ丘別荘地	夢科学園地別荘地	もみの木別荘地	夢牧場別荘地
有楽別荘地	南平台別荘地	白樺湖別荘地	八子ヶ峰別荘地

立科の
大自然が
お待ちして
います♪



立科町 周辺マップ



立科町 ふるさと 納税

TATESHINA

自然豊かなふるさと立科町では、ふるさと立科のまちづくりを応援してくださる皆さんからの寄附金（ふるさと納税）を募っています。りんご、お米などの特産品を始め、町内の宿泊施設・飲食店・レジャー施設等で使用できる【ふるさと納税限定】立科町応援感謝券等の中からお選びいただき、お送りいたします。いただいた寄附金は、皆さんのご希望に沿えるよう、有効に活用させていただきます。※選べる特産品は時期により異なります。下記サイトにてご確認ください。

ワンストップ特例制度

「もともと確定申告の必要がない」「寄附先が5自治体以内」などの条件に合う方はワンストップ特例制度が利用できます。利用者は、各ふるさと納税先の自治体に特例の適用に関する申請書を提出する必要があります。

いただいた寄附で立科町ができること

立科町では、「子育てしやすい町」「定住・移住したくなる町」をめざし、さまざまな施策に取り組んでいます。いただいた寄附金は、5つの基本テーマから皆さんの希望に沿えるよう、有効に活用させていただきます。

- 住みよいまちづくり（福祉・環境）に関する事業
- 旧跡・史跡を後世につなげる事に関する事業
- 「夢科山」や「夢科の水」に関する事業
- 産業振興（農業振興・農産物ブランド化）に関する事業
- 次代を創る子どもの育成と教育・文化の振興に関する事業

お申し込み



ふるさとチョイス



さとふる



楽天ふるさと納税

他にも、各ポータルサイトに掲載しています

納税お礼の品 一例

信州立科産コシヒカリ

5kg×2袋
立科町産のおいしいコシヒカリ新米10kg（5kg×2袋）をお届けします。



夢科牛モモすき焼き

（400g×2）
冷涼な気候と自然豊かな環境で育まれた夢科牛のすき焼き用肉です。



味噌＆醤油 詰合せセット

立科町の老舗の醸造元から信州立科味噌と醤油の詰合せです。



たてしなりんごサンふじ

（約5kg）
立科町産のサンふじをお届けします。



夢科御泉水サイダー

（340ml×12本）
硬度13度の「超軟水」のお水で作ったサイダーをぜひ一度ご賞味ください。



ふるさと納税限定 「立科町応援感謝券」

1,000円×5枚
立科町内の加盟店で感謝券1枚につき1,000円分として使用できます。



お礼の品はほかにもたくさん！

お礼の品として立科町の特産品を多数ご用意してありますので、ご紹介します。※同じ品物でも寄附金額により内容が異なります。ここでは代表的なものを掲載しています。

寄附金額6,000円～10,000円

紅玉りんごジャム、白樽茶（ハーブティ）、立科産コシヒカリまたは玄米、旬感ジャム3種セット、夢科ティファ美術館オリジナルハンドメイドキット＆フォトセット、刈払機用ナイロンコード、夢科牛切り落とし、立科産りんご（サンふじ、シナノスイート・シナノゴールド）、ニジマスから揚げ、赤ワイン、アップルワイン、シードル（発泡りんご酒）、りんごジュースセット、蜂蜜朝鮮人参、旬感ブチャム詰め合わせ、夢科牛いとう（立科本店）食事券、権理の湯利用券、立科ゴルフ倶楽部利用補助券、白樽樹皮細工コースター

寄附金額1,000,000円

立科町応援感謝券1,000円分×300枚

寄附金額11,000円～50,000円

立科産コシヒカリ、立科産りんご各種、たてしなりんごのお便りコース（定期便）各種、夢科牛各種、ワイン各種、発芽玄米甘酒、みそ・醤油詰め合わせ、刈払機用ナイロンコード各種、白樽樹皮細工各種

寄附金額67,000円～500,000円

立科産コシヒカリ（10kg×6回発送）、夢科牛（6か月定期便）、立科町応援感謝券各種

寄附金額3,000,000円

夢科牛まるごと一頭（12か月定期便）