

遊べる・学べる・くつろげる 周辺観光のご案内



リフレッシュパークあおき

沓掛温泉の近くにあります。イワナやニジマスの渓流釣りが楽しめ、釣った魚をその場で焼いてもらえます。

マレットゴルフ、ローラー滑り台など楽しさ満載です。  
☎0268-49-2923



国宝

大法寺三重塔

鎌倉末期の建立で、初重を大きくした造りは大変珍しく安定感があり、その美しさに思わず振り返ってしまうことから「見返りの塔」とも呼ばれています。

また、そのほとりに郷土を代表する画家の作品が展示された郷土美術館、別館の喫茶室もあります。静寂の彩空間をお過ごください。

☎0268-49-2256



道の駅あおき

直売所では朝採りたての野菜、山菜、特産品が並びます。

自然体験・農林業体験・そば打ちなどの郷土食体験ができます(要予約)。

☎0268-49-0333

長野県内観光地ご紹介

北アルプス 善光寺~志賀高原へ 地獄谷自然公園の野生のニホンザル 白馬~安曇野へ 浅間山~軽井沢へ 上高地~松本城へ 旧三笠ホテル 浅間山

青木村  
● 面積 - 57.99km<sup>2</sup>  
● 人口 - 552名

●料金表

区分	大人(高校生以上)	子供(小・中学生)	障害者(村外者)
入浴	300円	200円	100円
団体(20名以上)	250円	150円	50円
回数券利用(11枚)	3,000円	2,000円	1,000円
通年券	25,000円	10,000円	

■村内で70歳以上の方は入浴無料です。(申請が必要です。)

●ご利用案内

営業時間:午前10時より午後8時30分

休館日:毎週月曜日(但し、月曜日が祭日の場合は翌日、年末年始は12月31日~1月2日)

●お宿泊は



田沢温泉

飛鳥時代後半の開湯で、若き島崎藤村も訪れ「千曲川のスケッチ」で紹介しています。



沓掛温泉

開湯が平安時代といわれ、裏山の山容が京都小倉山に似ていることから「小倉の湯」とも呼ばれ古くから旅人に愛された名湯です。



- 自動車アクセス 上信越自動車道 上田菅平ICより 約30分
- 電車アクセス 北陸新幹線 上田駅下車 青木行バスで約30分



●お問い合わせ

〒386-1601 長野県小県郡青木村田沢 3231

青木村 くつろぎの湯 ..... ☎0268-49-1000

管理運営 青木村社会福祉協議会 ..... ☎0268-49-2129

信州・青木村  
くつろぎの湯

女 LADIES SPA

田沢温泉 源泉 100%

入浴料300円  
第2休憩室への食べ物持込可

信州 青木村



# 温泉にゆつくり入って健康づくり

田沢温泉  
源泉  
100%

信濃路は今の壱道刈株に  
足踏ましむな沓著けわが夫  
東山道青木村保福寺峠で詠まれた  
萬葉集(巻十四東歌)より



人と人の“ふれあいの湯”……

青木村には飛鳥・平安時代に開湯したといわれる、田沢・沓掛の二つの温泉があります。保養地として名声を馳せている田沢温泉は、小諸義塾時代の島崎藤村が、この地を訪れ「千曲川のスケッチ」で紹介しています。単純硫黄温泉で神経痛・胃腸病・皮膚病などに効能があり、また、婦人病疾患によく効くことから「子持ちの湯」「有乳湯」の別名もあります。くつろぎの湯は、この田沢温泉から引湯しています。効能確かな温泉で、ゆったりとしたくつろぎのひとつときをお過ごしください。



ロビー



ミニギャラリー

## 大広間



## 第2休憩室



## 個室(4室)



館内には個室が4室あります。  
・華道・茶道・囲碁・将棋・俳句・舞踏・書道など多目的にご利用いただけます。  
(お部屋使用料別途)

令和元年5月8日より大広間の使用につきましては、団体のお客様のみ使用できます。(事前に予約が必要です。)また、カラオケは使用できません。

## 効用

泉質／単純硫黄泉、無色透明の硫黄泉  
効能／婦人病、不妊症、冷え性、リュウマチ、高血圧、創傷、神経痛、糖尿病、関節痛、慢性皮膚病

## 大浴場

浴槽の深い部分は、全身浴用として疲労回復とともに、発汗を活発にし、新陳代謝を高めます。腰掛のある部分浴は水圧が低いため、動脈硬化・心臓病・高血圧症などの人に最適です。



## 寝湯(気泡浴槽)

ゆったりと浅い浴槽に全身を浸すことにより、鎮静と睡眠の効果があります。温水と空気を同時に噴き出すことにより、小さな泡ができ、この泡がこわれる時に発生する超音波によって全身に温熱効果がいきわたります。肌の美容効果や腰痛・筋肉痛・疲労回復・四十肩・五十肩等に効果があります。



## マッサージ浴槽(歩行浴槽)

高熱と圧力による刺激で、血液の循環を高めることによって、神経痛・腰痛・打撲・捻挫などによく効きます。浴槽の中をゆっくりと歩くことにより、疲労回復とともに全身の機能促進に効果があります。

※各浴槽は男女各々にあります。

