



ぐるっとマップ

No.143 北アルプス山麓を自転車で走ろう

保存版

マップ作成: NPO法人ぐるっとネットワーク大町



風薫る5月、サイクリングが楽しい季節となりました。ダイナミックな景色を眺めながら、爽やかな高原の風を感じながら、いつもより少し長い距離を走ってみませんか。今回のマップでは、北アルプス山麓の歴史や景観を楽しめるルートを紹介합니다。

変化に富んだ景色が楽しめる

湖と高原を結ぶ眺望ルート【約57km】

信濃大町駅～白馬コリナスキー場
北アルプスの峰々を左手に仰ぎつつ、仁科三湖の爽やかな湖畔や、透き通る姫川源流の森のたもとと透き通る姫川源流の森のたもとを抜け、視界の開けた水田地帯を愛びながら、可憐な花が咲く梅池高原へ。



1. 大町温泉郷

自然との調和が美しい静かな温泉郷。日帰り入浴や人気のスイーツ店も◎。

2. 木崎湖を見下ろす小熊山

上り応えのある鹿島槍スキー場から小熊山トレッキングコースへ足を伸ばすと、木崎湖を見下ろす絶景が楽しめます。



3. 姫川源流自然探勝園

姫川源流の澄みわたる湧水群。春を告げる福寿草や梅花藻の群生、野生のイワナが見られます。

4. グリーンスポーツの森

カラマツ林に囲まれたキャンプ場。バーベキューや釣り堀などがあり、吊り橋から正面に眺めるアルプスは絶景です。



5. 水田に映る北アルプス

雪を抱く白馬三山が鏡のように水田に映るさまは初夏の風物詩。

6. コリナのラテアート

白馬コリナの有名パティシエがつくるスイーツやパスタのカラリアは、折り返し地点の休憩に最適です。

今回のマップは、「白馬山麓塩の道実行委員会」の協力をいたたいて作成しました。

いにしへの暮らしに思いを馳せて

歴史が薫る田園風景ルート【約46km】

白馬コリナスキー場～信濃大町駅
千国街道塩の道は牛かや馬方が海産物を信濃へ農産物を越後へ届けたという物流の大動脈で、ヒスイを運ぶ道として古事記にも登場します。街道には栗井な石仏や馬頭観音が置かれ、旅の苦勞がしのばれます。また、山間の集落や棚田などこの土地ならではの人の暮らしがりに見ることができます。

7. 大別当

秋になると黄金色に輝く棚田や収穫後のはぜかたなど、懐かしい景色が広がります。



8. 牛方宿

梅池高原から千国街道を下ると、かつて塩の道を往来した牛方たちが利用していた茅葺屋根の牛方宿が見えます。



9. 木流川散策路

白馬山麓の薪を集落まで運んでいた木流川。流れわたる種が育ち、平地では珍しい植物も見られます。

10. 中山高原

朝の連続テレビ小説「おひさま」のロケ地だった中山高原。5月には菜の花、8月下旬～9月上旬にはそばの花が咲き誇ります。



11. ジビエ料理

中山高原の農園からラビットでは、鹿肉などの獣肉を使った地元産ジビエのおしゃれなおリジカ料理が楽しめます。

12. 東山観光道路のりんご並木

春には桜が咲き、秋にはりんごが実る並木道。北アルプスの稜線と大町市街を眺めながら気持ち良く走ります。

ぐるっとマップのダウンロードを再開しました。

また、マップで紹介された詳細情報も掲載してまいります。

ご利用ください。HP <http://www.grutta.net>

ぐるっと事務局: TEL 0261-85-0556 FAX 0261-85-0557

