

「ほっ」と 身体あったまる



美肌の湯の宝庫 ▶ 安曇野の温泉♨の楽しみ方

市内には美肌の湯と呼ばれるアルカリ性単純温泉、単純硫黄泉、ナトリウム炭酸水素塩泉が数多くあります。ナトリウム炭酸水素塩泉は「クレンジングの湯」とも呼ばれています。また、天然ラドン温泉は万病に効くといわれ、特に痛風に効く唯一の泉質といわれています。

湯めぐりの際は、刺激の少ないアルカリ性単純温泉から炭酸水素塩泉、硫黄泉の順に徐々に濃くしていくと肌にも健康にも優しくおすすめです。

温泉	泉質	温泉	泉質
安曇野穂高温泉郷	アルカリ性単純温泉	安曇野蝶ヶ岳温泉	天然ラドン温泉
安曇野みさと温泉	アルカリ性単純温泉	豊科温泉	ナトリウム炭酸水素塩泉
中房温泉	単純硫黄泉ほか	安曇野温泉	単純硫黄泉
		有明温泉	単純硫黄泉

頭にタオルをのせるとのぼせ防止の効果UP!

安曇野温泉マップ



5 寒い時期の遊び方、教えます



安曇野市観光情報センター
カイル千景さん

市民の皆さんとお話すると、「安曇野の観光スポットは知っているけど、行ったことがない」という方が意外といらっしゃいます。観光情報センターには、観光施設のパンフレットなどもたくさん置いてあるので、ぜひ一度見に来てほしいと思います。もうすぐお正月休みになるので、親戚の皆さんとの過ごし方の一つとして、安曇野の旅の計画を立ててみてはどうでしょうか。お得な情報も紹介できますよ。

また、どこかへ出掛けなくても、カメラ片手に家の周りを散歩してみるのもおすすめです。私は、太陽が昇りはじめ、暖められた地面から湯気が出る——。そのかすみがあった幻想的な風景が好きで、朝の散歩によく出掛けます。冬の朝の安曇野は刻一刻とその姿を変えるので、寒いからといって家にいるだけではもったいないですよ。ぜひ、市民の皆さんも暮らしている安曇野の良さを一緒にPRしてほしいです。

☎安曇野市観光情報センター (☎82・9363)

4 新たなお気に入り入りを さがそう



安曇野の食と魅力大発見!スタンプラリー 2021

新型コロナウイルスで打撃を受けた市内施設を応援するため、123の店舗が参加するスタンプラリーを開催しています(2/28まで)。新そばやご当地グルメ、特産品、宿泊や体験施設など、安曇野にはたくさんの魅力があることが冊子を開けば分かっていただけたと思います。スタンプラリーの特典も豪華賞品を用意しています。行き慣れたお店以外にも、新たなお店を発掘し、「安曇野にこんな美味しいお店が…!面白い商品が…!」など、楽しみながら多くの皆さんに安曇野市中を巡ってほしいです。



詳細はココから↑

美味しい
そばに舌鼓



安曇野市商工会
平川博章さん

安曇野の食文化・年越しそば

ミニコラム

豊科郷土博物館 倉石あつ子

年 越しそばの文化はもともと安曇野にはありませんでした。始まりは江戸時代にさかのぼります。

盆暮れ勘定。都市商人たちの大晦日は、一年の締めくくりに貸した金の集金に駆け回る、非常に忙しい一日でした。そのような中、ささっとすることのできる「そば」が好まれ、食べるようになったとされています。また、そばは細く長いので、寿命が延びるとか、家運を伸ばすという願いが込められているともいわれ、今でも、大晦日の夜にお店を予約するなどして、年越しそばが食べられています。

昔 日没が一日の終わりであり始まりであると考えられていました。そこで、ここ安曇野でも、大晦日の晩から新しい年が始まり、夕飯が新年最初の食事にあたるため、ご馳走が振る舞われていました。

当時のご馳走といえば、「年取り魚」。保存がきく塩漬けのブリを一匹丸々または半身で買いつ

け、(魚の大きさはその年の稼ぎを表していたようですが…)、お正月の間中食べる。安曇野でも年取り魚を食べる風習は広く行われており、現在もいろいろなブリ料理を食べているご家庭が多いのではないのでしょうか。お雑煮にブリが入るのも、特徴的ですよね。

総 じて、安曇野のお年取りの晩は、年神様を迎え、家族全員の一年の無事を感謝し、一年で一番豪華な食事を食べながらお祝いする。このような習わしが伝わっていると思います。

そこに、都市から入ってきた「年越しそば」文化が加わります。日が暮れた後、みんなでご馳走を食べながら紅白歌合戦を見て、少しお腹に余裕ができた除夜の鐘が鳴る頃に、そばを茹でて食べる、という人が多いでしょうか。

