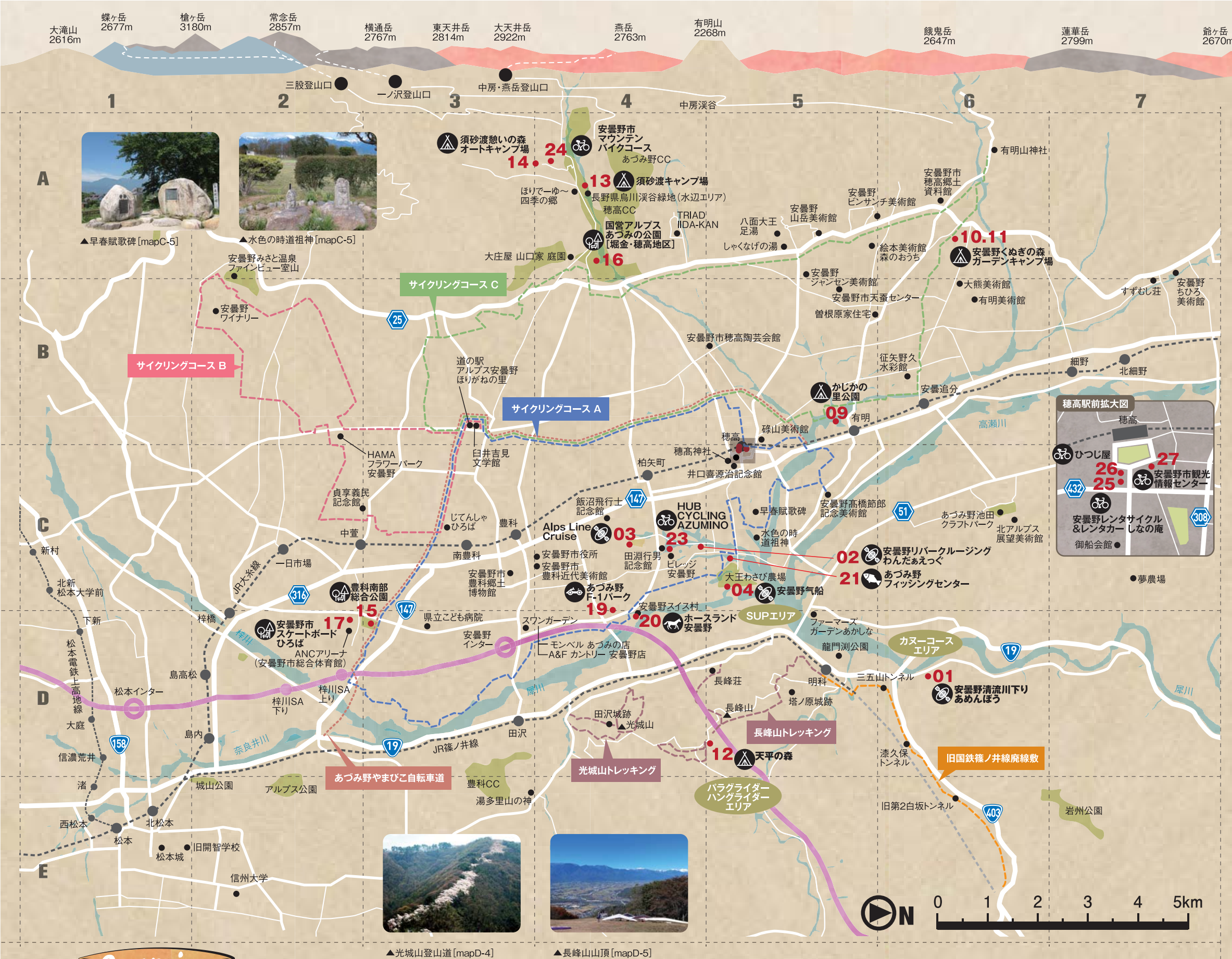




標高500mから 3,000mの安曇野で遊ぼう！

安曇野市の西側には標高3,000m前後の北アルプスがそびえており、日本百名山の常念岳をはじめ、蝶ヶ岳や燕岳などが連なり、表銀座・パノラマコースとして、多くの登山者を魅了しています。東側には筑摩山地が広がり、里山として親しまれています。中でも、春は桜の開花が徐々に上昇し、登り竜のようにみえる光城山や、北アルプスをパノラマで望める長峰山が人気で、特に秋から初冬の朝には雲海が発生しやすく、北アルプスとの絶景が見事です。湧水の地で知られ、水の豊富な安曇野には河川も多く、穂高川・高瀬川と合流して日本海まで続く犀川を中心に、川下りやカヌーも楽しめます。市内には安曇野の景色を自転車で楽しめるコースが3つあり、また、自然と一体になって楽しめるMTBコースもあります。北アルプスの麓でアクティビティやスポーツを楽しみませんか。



▲長峰山山頂 [mapD-5]



▲旧国鉄篠ノ井線廃線敷 [mapDE-6]

安曇野をアクティブに楽しもう！



安曇野市はSDGsに取り組んでいます

あづみのアウトドア＆スポーツ 編

【発行】安曇野市商工観光スポーツ部スポーツ推進課
(一社) 安曇野市観光協会
【お問い合わせ】安曇野市観光情報センター TEL 0263-82-9363

■安曇野市観光協会公式サイトもご覧ください！



HP



SNS



ボート・川下り

安曇野の流水を楽しもう！

01

[MAP]
D-6

安曇野清流川下り あめんぼう

問 安曇野市明科東川手13363

☎ 090-4602-8702

安曇野の清流を、景色を眺めながらのんびり川下り。1歳からご年配まで安心してご参加いただけます。



02

[MAP]
C-4

安曇野リパークルージング
わんだあえっぐ

問 安曇野市豊科南穂高6815-4

☎ 0263-71-6073

「何処かいいところ」をお探しなら「ここ」。3歳から120歳、ワンちゃんも一緒に笑顔になれるのんびり川旅。





トレッキング

登山、里山、町歩き。歩くと分かる安曇野！

06

[登山・里山・トレッキング] アウトドア ガイド キボコ

outdoor guides kiboco

問 安曇野市穂高有明7265-22

☎ 0263-74-5336

Kibocoと山の楽しさを再発見しませんか？お子様からベテランまで、経験豊富なガイドが山をアテンドします！





キャンプ場

非日常を楽しむ、自然豊かな安曇野のキャンプ場、おすすめです。

09

[MAP]
B-5

かじかの里公園

問 安曇野市穂高北穂高2543-10

☎ 0263-82-6968

キャンプエリア、公園エリア、自然体験エリアの3つのエリアがある自然が豊かなとても心地よい場所です。



10

[MAP]
A-6

安曇野くぬぎの森ガーデンキャンプ場

問 安曇野市穂高有明7348-1

☎ 0263-87-1033

初心者からご家族まで楽しめるキャンプ場です。清流や蝶、四季折々の景色が楽しめます。



11

[MAP]
A-6

Glamping Azumino BASE「ポレキャン」

問 安曇野市穂高有明7348-1
くぬぎの森ガーデンキャンプ場内

☎ 0261-62-4814

安曇野の大自然でキャンプ初心者や女性でも安心して「ゆっくり」リッチなキャンプを堪能できるグランピング施設です。



03

[MAP]
C-4

Alps Line Cruise

問 安曇野市豊科南穂高4998-8

☎ 090-2666-6349

安曇野で遊ぶならここ！！北アルプスの麓を流れる清流で川下りして、思い出作りをしましょう！！



04

[MAP]
C-5

安曇野気船

問 安曇野市穂高8207-2

☎ 0263-87-9828

水車があり水草が揺れる湧水の川で、安全に安心して三世代家族と一緒に独特の自然を楽しむボート体験。



05

アウトドア ガイド キボコ

outdoor guides kiboco

問 安曇野市穂高有明7265-22

☎ 0263-74-5336

キャニオニングにラフティング、釣りからテントサウナまで！？ Kibocoで安曇野の清流を遊び尽くしましょう！



07

[登山・里山・トレッキング] ハイク & バイク わそび

Hike&Bike W-Asobi

問 安曇野市穂高9636-1

☎ 090-9392-5364

北アルプスの眺めを街から楽しむだけじゃもったいない！国内外の登山者を英語と日本語で安全にサポートします。



08

[町歩き・トレッキング]

安曇野案内人倶楽部

問 安曇野市穂高5971-1

☎ 090-1883-6867

安曇野の地形、歴史、文化など様々な魅力を観光客にも地元の方にもお伝えしています。ぜひお問合せを！



Topics

[MAP]
C-3

じてんしゃひろば

常念岳と拾ヶ堰(じっかせぎ)が一度に見られるビューポイントです。



12

[MAP]
D-5

長峰山森林体験交流センター「天平の森」

問 安曇野市明科光2573-35

☎ 0263-62-6235

山頂展望台からの眺望と自然環境を通じて多様な体験が可能なコテージ、キャンプ場等の複合施設があります。



13

[MAP]
A-4

須砂渡キャンプ場

問 安曇野市堀金鳥川11-1

☎ 0263-72-6976

雄大な常念岳、鮮やかに四季を彩る花々。気の合う仲間と、ほりで一ゆ〜隣接の当キャンプ場で過ごしてみませんか？



14

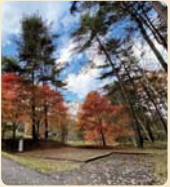
[MAP]
A-3

須砂渡憩いの森オートキャンプ場

問 安曇野市堀金鳥川11-1

☎ 0263-73-9122

あなたの車が森の別荘になる。自然あふれるオートキャンプ場、ここには、ゆったりと贅沢な時間が流れています。





広場

家族の憩いのスペース、子どもから大人まで楽しめます。

15

[MAP]
D-3

豊科南部総合公園

問 安曇野市豊科高家4882

☎ 0263-73-1600

豊科南部総合公園には、芝生広場や総合体育館があり、テニス、ジョギング、マレットゴルフなど楽しめる公園です。また、家族連れにも人気の公園です。



遊び
各種


熱気球


ゴーカート


乗馬


釣り堀

18

[熱気球] あづみのきせん

安曇野気船

問 安曇野市穂高8207-2

☎ 0263-87-9828

大空にふわり！と浮かぶ熱気球に乘ろう！冬はロープなし・高度1000mのフリーフライト。夏は30mの係留飛行。



19

[MAP]
C-4

あづみ野 F-1 パーク

問 安曇野市豊科南穂高1622-2

☎ 0263-72-6801

初めての方でも大丈夫！迫力とスリルを味わいましょう。最高時速60キロのゴーカートで安曇野を駆け抜けろ！





サイクリング

レンタル、ガイド、体験など各種あります。

22

[サイクリング] ハイク & バイク わそび

Hike&Bike W-Asobi

問 安曇野市穂高9636-1

☎ 090-9392-5364

安曇野ののんびりサイクリングがおすすめ！一緒にながめもグルメも楽しみましょう。英語対応可。



23

[MAP]
C-4

HUB CYCLING AZUMINO

問 安曇野市豊科南穂高5089-1
まちの駅安曇野BASE内

☎ 070-4456-6290

Eバイク(電動アシスト付スポーツ自転車)をレンタルして、もっと楽しく快適に安曇野を楽しもう！



24

[MAP]
A-4

安曇野市マウンテンバイクコース

問 安曇野市堀金鳥川11-35

☎ 090-7027-0053

自転車、ヘルメットをレンタルしてマウンテンバイクを体験してみませんか？E-MTB貸出あり。レッスン、ガイドあり。



16

[MAP]
A-4

国営アルプスあづみの公園

問 安曇野市堀金鳥川33-4

☎ 0263-71-5511

北アルプスの清流が流れる園内には四季を通じて様々な花々が開花、お弁当を広げたり、愛犬との散歩も楽しめます。



17

[MAP]
D-2

安曇野市スケートボードひろば

問 安曇野市豊科高家4500-1

☎ 0263-73-1600

北アルプスを一望しながら、スケートボードが楽しめる施設です。令和6年4月には、スパインなどの3つのセクションを整備し、子どもから大人まで楽しめる施設になります。



20

[MAP]
D-4

ホースランド安曇野

問 安曇野市豊科南穂高3800-1

☎ 0263-73-8275

北アルプスの大パノラマを眺めながら乗馬を楽しめます。ポニーやヤギにおやつをあげられるふれあいコーナーあり。



21

[MAP]
C-5

あづみ野フィッシングセンター

問 安曇野市穂高3581-1

☎ 0263-82-3372

安曇野の湧水を利用した1年中楽しむことのできる釣り堀です。ルアー、フライ、餌釣りができます。



Topics

[MAP]
A-5

八面大王足湯

利用料無料！

安曇野を満喫するなら、安曇野の民話「八面大王伝説」にちなんで作られた、癒しスポットの足湯にお立ち寄りください。

■開設時間／午前10時から午後8時まで(夜間は排水)



25

[MAP]
C-5
C-7

安曇野レンタサイクル&レンタカーしなの庵

問 安曇野市穂高5951-2

☎ 0263-82-3730

安曇野ののんびり巡るなら自転車が便利です！電動アシストやクロスバイク、子供用自転車も扱っております。



26

[MAP]
C-5
C-7

ひつじ屋

問 安曇野市穂高5951-1

☎ 0263-82-3888

穂高駅のすぐ前。レンタサイクルの他、カフェやレンタカーなど、安曇野を旅する始まりと終わりお待ちしております。



27

[MAP]
C-5
C-7

安曇野市観光情報センター

問 安曇野市穂高5952-3

☎ 0263-82-9363

安曇野のマップ、パンフレット等の資料をとりそろえ、観光やアクティビティ、体験のご案内をしています。

