

森林浴に最適な今だからこそ、
歩いたら森林浴発祥の地

第55回



世界級リゾートへ、
ようこそ。山の信州

赤沢森林浴

開催日 2018年5月27日(日)

上松町キャラクター
太郎ちゃん・美林ちゃん

上松町キャラクター
太郎ちゃん・美林ちゃん



スケジュール

(現地集合、現地解散です。)

受付集合 9:00

・赤沢自然休養林 赤沢森林交流センター案内所
※受付終了後、お弁当を配布します。

開会式 9:30

赤沢森林交流センター前

森林鉄道乗車 10:00 (往路のみ)

森林浴 10:10から

ガイドの説明を受けながら森林浴(14:30頃まで)
散策終了後は班ごとに解散。
(赤沢森林交流センター付近)

森林浴コース

(70名様限定・要予約)

学術研究コース 【約4.5km 約4時間】

普段は公開されていない、木曾ひのき天然林を歩きます。

※学術研究コースは安全のためヘルメットをご用意します。

ふれあいコース 【約3km 約3時間】

脚力が不安な方、ゆったり過ごす森林浴を希望される方向けです。

リラックスコース【午前・午後】

森の癒しをテーマに、ゆったりと過ごすコースです。

お申込み・お問い合わせ等

- 料 金 森林浴参加費 3,500円/1人 ※当日、現地受付でお支払いください
【内訳：お弁当(飲み物付)、ガイド料、森林鉄道乗車賃、傷害保険料ほか】
- 申込方法 申込受付開始は、平成30年5月8日(火)午前9:00～
《電話:0264-52-1133》※電話受付のみ
※お申込みの際は、お名前・ご住所・お電話番号・ご参加コース等をお伝えください
定員70名(2つの森林浴コース参加者合わせて) ※団体でのお申込みは5名様まで
- お問い合わせ 【平日】上松町観光情報センター
TEL: 0264-52-1133 / E-mail: hinoki@avis.ne.jp
http://www.avis.ne.jp/~hinoki/
【休日】上松駅前観光案内所
TEL: 0264-52-4820





前回、第53回 春の赤沢森林浴の参加者の声です!

「森も広いし川もきれいで、大好きです」
 「自然環境の大切さを実感を持って学ぶことができた」
 「山のおいを嗅ぐ嬉しさを体が覚えていて、ありがたく参加させていただきました」

ご注意・その他



- ※ 森林浴に合わせて宿泊をご希望の方は、観光案内所へご相談下さい。
- ※ 赤沢自然休養林は標高が高く(1080m以上)、急に天候が変わる可能性があります。暑さ・寒さに対応できる服装、装備をご持参下さい。
- ※ 学術研究コースに参加される方は、途中3時間程度トイレがない区間があります。森林鉄道乗車前にトイレを済ませて散策に備えてください。
- ※ 昼食(お茶付)や雨具・敷物等が入るリュックサック、バッグ等をご持参下さい。散策に必要なない手荷物は現地の案内所(受付)にてお預かりします。
- ※ 豪雨・台風などの悪天候を除き、雨天決行です。
- ※ コース内での禁煙にご協力ください。
- ※ ペットを連れてのご参加は出来ません。



アクセス(公共交通機関)

電車

※上松駅では交通系ICカードはご利用になれません。

【行き】

松本駅発(普通) 6:26 → 上松駅着 7:43
 松本駅発(特急) 7:04 → 上松駅着 7:49
 中津川駅発(普通) 7:40 → 上松駅着 8:46
 名古屋駅発(特急) 7:00 → 上松駅着 8:22

【帰り】

上松駅発(普通) 15:25 → 松本駅着 16:41
 上松駅発(普通) 16:25 → 松本駅着 17:41
 上松駅発(普通) 15:56 → 中津川駅着 16:51
 上松駅発(普通) 17:10 → 中津川駅着 18:18
 木曽福島駅発(特急) 16:25 → 松本駅着 17:04
 木曽福島駅発(特急) 15:30 → 名古屋駅着 17:01
 木曽福島駅発(特急) 16:30 → 名古屋駅着 18:05

タクシー

【行き】上松駅 → 赤沢(片道約5,000円)
 【帰り】赤沢 → 上松駅(片道約5,000円+150円)

上松駅前発専用バス(有料)

【行き】上松駅発 8:50 → 赤沢着 9:20
 【帰り】赤沢発 15:00 → 上松駅発 15:30 → 木曽福島駅着 15:45

赤沢路線バス

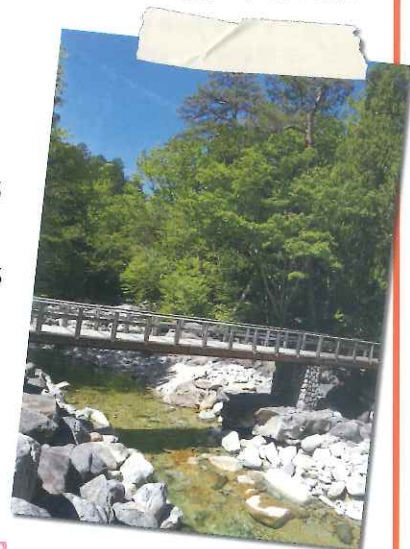
【行き】木曽福島駅発 9:10 → 上松駅発 9:25 → 赤沢着 9:55
 【帰り】赤沢発 14:15・16:05 → 上松駅着(+30分) → 木曽福島駅着(+15分)

- ・上松駅から往復2,000円、木曽福島駅から往復2,800円 往復きっぷは各駅前の観光案内所で販売しています。
- ・行きと帰りで乗降場所が異なる場合は、バス降車時に車内で現金精算となります。片道料金:上松 ↔ 赤沢 1,200円 木曽福島 ↔ 赤沢 1,500円

京王高速バス

【帰り】木曽福島駅発 15:40 → 新宿着 19:55

※平成30年4月1日現在



アクセス(自家用車)

<東京方面より>

- 長野道塩尻ICより
国道19号線を木曽方面へ約60分
→上松町市街地付近から西へ約30分

- 中央道伊那ICより
国道361・19号線を中津川方面へ約50分
→上松町市街地付近から西へ約30分

<名古屋方面より>

- 中央道中津川ICより
国道19号線を塩尻・木曽方面へ約60分
→上松町市街地付近から西へ約30分

※赤沢駐車場料金が別途必要です。
 料金は普通車 600円(1日)です。

