

長丘丘陵の麓、のどかな田園地帯に位置する長嶺温泉。解放感あふれる露天風呂と「こけし」と「土人形」の展示が特徴的な、風情溢れる温泉です。源泉は毎分 300ℓ の豊富な湧出量を誇り、浴槽は全て源泉 100% かけ流し。「体の芯まで温まる」と評判の湯です。

## 長嶺温泉

### DATA

中野市大字田麦 338

☎ 0269-26-1010

営業時間 / 午前 10 時～午後 10 時

料金 / 大人 400 円(中学生以上) 小人(3 歳以上) 250 円 ※宿泊は素泊まり 4,000 円～

休館日 / なし

風呂 / 露天風呂 (平日は午後 5 時から)、内風呂



源泉 100% かけ流し  
泉質が自慢!



▲内閣総理大臣賞受賞のこけし「かのこ」

### PUSH

岩を組み上げた趣ある造りの露天風呂は、開放感たっぷりです。細かい気泡を含む、やや緑がかったお湯は、100% かけ流しの良質なナトリウム - 塩化物温泉。神経痛や婦人病に効果があります。豊富な湯量で湧き出る泉質の良いお湯を、ぜひ一度体験してみてください。



1



2

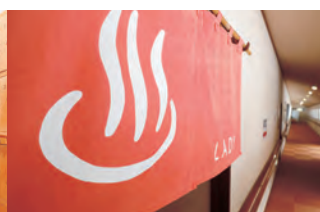


3

1\_ 志賀高原や野沢温泉など周辺のスキー場ともアクセス良好。スキーツアーの拠点として利用する宿泊客も多い 2\_ 先代が収集したこけしと土人形がお出迎え 3\_ 湯の温度はややぬるめ。ゆっくり入ることで心身ともにリラックスできる

「やっぱりこの温泉が一番。」取材をしていると、あちこちの施設でお客様のこんな声を聞きました。それぞれの温泉にそれぞれのファンがいて、みんな自慢の温泉のようです。遠くに出かけなくても、地元にもこんなに良い温泉があります。寒い日は、近くの温泉で、のふとまっていきませんか?

特集「のふとまっていっちゃい」  
👉 終わり





中野市地域おこし協力隊がゆく!

# 信州ながの日和

File: 9



あっという間に漬け終わり、次の日には完成しましたよ!

今月の協力隊員 赤松 頼子 隊員  
問 農政課 ☎ 22-2111 (内線 250)



1



2



3

## 漬物を漬けました

中野市へ移住して1年が経ちました。四季を通じて自然の移ろいの美しさや豊富な農産物を味わい、北信州の土地の豊かさを体感しています。

この冬にどうしても体験してみたかったことの一つに「漬物をつける」ことがありました。長野県では当たり前かもしれませんが、多種多様な漬物を漬けるお母さんの味は魅力的で、信州の風土を感じることができます。今回、初心者の中でもできる「切り漬け」を教わり5kg漬けました。この反響は、地元の同世代の女性から「私も教わりたい」と複数の声をいただき、都市だけではなく地元にもニーズがあることを確信しました。次のシーズンは多くの方と一緒に漬物を漬ける楽しみを共有したいと思います。

- 1\_ お世話になっている西野さんに教えていただきました
- 2\_ 枝豆畑にこんなに雪が! 雪解けしたら比べてみよう!
- 3\_ 初めての除雪機操作! 一晩でこんなに積雪あるんですね



## 池田市長の vol.60 わくわくレポート

中野市の魅力創り  
～温泉と観光と～

市内には、ぼんぼこの湯、まだらおの湯、もみじ荘、長嶺温泉の4つの温泉がある。それぞれ特徴のある泉質で、市民の皆さんに利用されている。温泉を拠点として、さまざまな交流があり、出会いがある。温泉はその健康効果については言を俟たないが、4つの温泉施設を今後とも有効に活用し、寄り合い場所として、健康づくりの拠点として、なによりも癒しの場として今市民の皆さんに大いに活用していただきたい。

さて、これら温泉を市民の皆さんはご利用したことがあるでしょうか。言うまでもなく、日本は火山国であり、温泉王国でもある。昔から、温泉に親しみ、温泉の健康効果を利用してきたが、いま、国内外を問わず、温泉は地域の重要な観光資源でもある。中野市の周辺には有名な温泉観光地が数多くあるが、



◀ ぼんぼこの湯から見える北信五岳がおススメです(写真はドローンで撮影)

身近に親しみ利用される4つの温泉は若干そうした温泉地とは趣を異にする。一方で、地域の人が親しむ、地域に溶け込んだ温泉は、ある意味地域の温もりを醸し出すものであり、域外の人たちからは、一つの魅力ともなり得るものでもあると思う。

私たちがより親しみ、これら温泉を育てていくことは、ひょっとしたら、自然な形で観光資源の開発創造につながる。もっと活用していただき、ご意見をいただくことで、さらに温泉が魅力を増していくことに繋がると思う。皆さんの更なるご利用をお願いしたい。