

# 2024年度版 三遠南信 ロードマップ

愛知・静岡・長野・長野

**南信州 (長野県)**

**東三河 (愛知県)**

**遠州 (静岡県)**

## 愛知・静岡・長野、県境を越えた「三遠南信地域」!!

【三遠南信地域とは】  
愛知県東部の東三河(ひがしみかわ)地域を「三」、静岡県西部の遠州(えんしゅう)地域を「遠」、長野県南部の南信(みなみしんしゅう)地域を「南信」とした、3県の県境にまたがるこのエリアを「三遠南信地域」と呼んでいます。

三遠南信地域では、東海道や姫街道による東西の交易に加え、天竜川や豊川など中央構造線の川筋、谷筋に沿って、三遠南信街道(伊那街道、足助街道)や遠州街道、秋葉神社への参拝道であった秋葉街道など「道の道」を行き交う人々の交流がありました。地形的にも歴史的にも繋がりが深い地域です。

【三遠南信地域連携ビジョン推進会議(SENA)】  
三遠南信地域が1つの目標に向かって進むための指針である「三遠南信地域連携ビジョン」を推進するため、平成20年度に設置された組織です。三遠南信地域内の39の市町村、53の商工会議所・商工会、そして3県の計95団体により構成されています。

## 三遠南信の最新情報

### 三遠南信域内の軽トラ市情報

三遠南信地域で行われている、軽トラ市の情報です。開催情報は、2024年1月時点のもの。詳しくは「軽トラ市」をご覧ください。

**軽トラ市とは...**  
軽トラ市は、軽自動車の貸付や車室に高級を追求して販売をする市です。可動範囲が広く、まさに活気をつくり、人々を魅了します。  
三遠南信地域には軽トラ市が多くあり、三遠南信地域連携ビジョンにおいて「三遠南信地域連携ビジョン」において「三遠南信地域連携ビジョン」を推進するため、平成20年度に設置された組織です。三遠南信地域内の39の市町村、53の商工会議所・商工会、そして3県の計95団体により構成されています。

**軽トラはまたまつ出世市**  
軽トラ市は、軽自動車の貸付や車室に高級を追求して販売をする市です。可動範囲が広く、まさに活気をつくり、人々を魅了します。

## 地域内の広域的な観光インフォメーション

一般社団法人 三河観光協会  
一般社団法人 奥三河観光ナビ  
公益財団法人 浜松・浜名湖ツーリズムビューロー  
公益財団法人 静岡県観光協会  
一般社団法人 長野伊那谷観光局  
株式会社 南信州観光公社  
飯田信用金庫  
アルプス中央信用金庫  
高田掛川信用金庫  
豊川信用金庫  
三遠南信地域連携ビジョン推進会議 30002.0000M

## 市町村紹介

東三河 遠州 南信州

川下りや温泉、果物狩り、四季の峡谷がおすすめ。『そらさん天龍峡』からは天竜川や鉄道を眺められる。

1 名勝天龍峡

川下りや温泉、果物狩り、四季の峡谷がおすすめ。『そらさん天龍峡』からは天竜川や鉄道を眺められる。

飯田市 「日本一の焼き肉の街」 飯田

1 名勝天龍峡

川下りや温泉、果物狩り、四季の峡谷がおすすめ。『そらさん天龍峡』からは天竜川や鉄道を眺められる。

伊那市 未来を織りなす 創造と循環のまち 伊那市

2 高遠城址公園「さくら祭り」

燦爛と咲き誇る天下第一の桜。小振りな濃い紅色のタカトコヒガンザクラを、ご覧になってみてください。

駒ヶ根市 アルプスがふたつ 映えるまち

3 くらすわの森

【おしい体験】たのしい体験【あやかな体験】を提供する体験型総合施設。豊かな森の中で充実した時間をお過ごしください。

長野町 日本一の ゲンジボタルの里

4 はたるの名所 松尾峯・長野県最大の鍾乳洞

6月上旬の夜、多く年では約1万匹のゲンジボタルが乱舞する。幻想的な光景を楽しむことができます。

箕輪町 みんなで創る未来につながる 暮らしやすい箕輪町

5 もみじのトンネル(末広広場)

箕輪ダムは、別名「もみじ湖」と呼ばれ、秋になると赤や黄色の約1万本のもみじが湖を彩ります。湖面に映る紅葉は絶景。

飯島町 ふたつのアルプスが 見えるまち

6 千人塚公園

自然の恵みを堪能し、遊びつく特別体験を多く用意しています。日帰りでも宿泊でも楽しめる休日です。

南箕輪村 人口が増え続ける 謎の村

7 信州大芝高原

日帰り温泉や運動施設、アスレチック、キャンプ場、セラピーロードがあり、自然の中で一日中楽しめます。

中川村 ようこそ、おいでなんしょ! 絶景と果物の村

8 陣馬形山

標高1,445mの頂上からは大パノラマが広がり、伊那谷の風景とアルプスの景観を一望できます。

宮田村 住みたい田舎ランキング 村の部 全国1位

9 信州みやだワイン産種

宮田村の農家が丹念に栽培した「ヤマビロニシ種」を醸成したワイン(ほのか山)がさらさらの香りとカベルネ種の味わい。作る年によって味が違うのが醍醐味です。

松川町 森と 湯けむりと 果樹が彩る里山と

10 信州まつか温暖泉清流苑

南信州観光の活発な施設が2024年リニューアル。恵まれた森林環境を活かしたアクティビティも充実しています。

高森町 市田柿と、 おもてなしの町

11 市田柿(干し柿)

高森町が発祥の地とされる市田柿は、もっちりとした食感と上品な甘さで特徴です。食物繊維やビタミンが豊富な「高森柿」が有名です。

阿南町 古代ロマンと 神仏のまち

12 道の駅 信州新野千石平蔵(御幣餅)

祭り道として栄える芸能の里 阿南町には、南信州の隠れ味とされる常楽の形を模した御幣餅があります。

阿智村 日本一の星空と 花桃といふ湯の郷

13 昼神温泉郷

pH7.0の強アルカリ性の天然温泉で、化粧品のような泉質が楽しめる美肌の湯として好評です。

平谷村 笑顔が花咲く平谷村

14 とうもろこし

平谷の気候で作られたトウモロコシは甘くて生でもおいしくいただけます。糖質18度以上の平谷独自のブランド平谷ハニーコーンをもち、収穫時期の夏以外でもコーンスープなどに加工されて一年中楽しめます。

根羽村 ネバーギブアップ! 森と共に生きる村

15 森の駅 ネバーランド

小杉村にある森の駅。乳製品や肉類の豊富な商品を販売。地産地消の食材を使ったメニューが充実しています。

下條村 住まいか"のびのび子育て" 下條村

16 おろしそば(親田辛味大根)

信州の名産野菜にも指定されている「親田辛味大根」。一輪の大根に白く洋風カットのオリーブオイルをかけてお楽しみください。

小売村 ささくても キラリと光る村

17 うるぎ温泉 ごまの湯

泉質はナトリウム硫酸水素塩類打たせ湯やソラナを完備。露天風呂からの眺めの良さが特徴です。

豊川村 もっと ずっと とともに とよおか

21 一般社団法人豊川観光協会とよおか祭時間

観光案内をはじめ、各種見守り、サイクリングツアーなどを提供しています。

天龍村 信州に春を告げる村

22 野生鹿ステーキ

道の駅歌舞夜の里大里のフードコート「お笑い」で食べられる。野生鹿ステーキは野趣あふれる美味しさで人気メニューです。

桑原村 風水薫るときめきの郷

19 あいパークやすおか

信州のアウトドアイベント100選に選ばれた総合レジャー施設。全長522mのドームプール、バーベキュー広場、人工芝広場など、アウトドアが楽しめる施設が充実しています。

大鹿村 南アルプスと 歌舞伎の里

22 野生鹿ステーキ

道の駅歌舞夜の里大里のフードコート「お笑い」で食べられる。野生鹿ステーキは野趣あふれる美味しさで人気メニューです。

豊橋市 来るときに魅力を見つかる 再発見できる!

23 のんぱいパーク(豊橋総合動植物公園)

年間訪問者数は約100万人。動物園、植物園、自然史博物館が併設された国内でも数少ない総合動植物公園です。

豊川市 きらっと☆とよかわっ!

24 豊川稲荷

日本三大稲荷の一つとも言われています。鎌倉時代に開創され、高松築山、家内安守の寺として年間約500万人の参拝客が訪れます。

蒲都市 ここにしかない、魅力がある がまごおりじなる

25 竹島

島にやせし、しんり体が温まり、保湿効果が長く続く。泉質は、名湯の潤いも一緒に楽しめます。

新城市 すく田舎すく都会

26 長篠・設楽原の戦い関連

長篠・設楽原の戦いの舞台となった。設楽原歴史資料館や長篠城址史跡保存館等、多くの史跡があります。

磐田市 安心できるまち、 人が集まるまち

27 竜ヶヶ谷

伊那川にそって、山と川に囲まれ、日出の石門で約1キロ。太平洋の風を受けて潤滑する。白く美しい砂浜が「竜ヶヶ谷」です。

掛川市 あなたの夢、 描いたつばきは掛川川で

28 豊川稲荷

日本三大稲荷の一つとも言われています。鎌倉時代に開創され、高松築山、家内安守の寺として年間約500万人の参拝客が訪れます。

袋井市 東海道五十三次だまんと お茶とメロンのまち袋井市

24 とれたて食卓(くらぶ)

農産物直売所、地元食材のお好みに、オリジナルの自家製パン・スイーツ、テラス席はペット同伴OK。

湖西市 浜名湖のほとり湖西市

29 特別史跡新居閑跡

特別史跡新居閑跡は、日本で唯一位置を変えずに開墾された史跡です。史料館では常設展示・企画展示イベントなどを開催しています。

田原市 日本一の花のまち

27 竜ヶヶ谷

伊那川にそって、山と川に囲まれ、日出の石門で約1キロ。太平洋の風を受けて潤滑する。白く美しい砂浜が「竜ヶヶ谷」です。

設楽町 水と森 豊かな自然の 中で過ごしたら

29 蓮菜祭

設楽町に本社を構える製菓製造の「蓮菜祭」は、地元産の蓮菜を使ったスイーツです。道の駅「蓮菜祭」では、蓮菜祭のほかに、甘酒教室やワークショップなど様々な体験ができます。

東栄町 奥三河の秘境温泉 “源泉かけ流し”

29 えい温泉

前にもやせし、しんり体が温まり、保湿効果が長く続く。泉質は、名湯の潤いも一緒に楽しめます。

豊根村 愛知のてっぺん 豊根村

30 茶田白高原

春は芝桜の丘、夏は山のアクティビティ、秋は旬の味と紅葉、冬はスキー場。1年中楽しみたい!

御前崎町 海を照らし続けて 150年!

36 御前崎灯台

初点灯から150年を迎えた日本に16しかない灯台のついでに、御前崎市の初回の重要文化財にも指定されています。

菊川市 コンパウトアクセスが ちょうどいいまち(菊川市)!

37 天んぼアート菊川

菊川の異なる古代美を使って、水田に絵を浮かべ上げていく天んぼアート。田植えや稲刈りに参加できます。

牧之原市 RIDE ON MAKINOHARA ~夢に乗るまち牧之原~

32 静波海岸

年間を通して波をみるサーファーを定員は、夏は約100名、冬は約50名。全国でも数少ないサーフスポットです。

森町 住む人も訪れる人も “心とらる森町”

39 森町体験の里 アクティ森

創作物産とアートの体験施設。地産地消の販路やショップなども備えた複合型体験施設。