

信州

がん哲学外来市民学会 佐久開催記念

# 佐久のおもてなしツアー

モニター

江戸時代には本陣、脇本陣、問屋など二十九間が軒を並べ賑わった中山道望月宿。往時を偲ばせる静かな町並みを散策し、昼食は古民家を再生した農民レストランで旬の地産品を用いた絶品料理を堪能。高原の風が吹き抜ける春日の森をポールウォークした後は、開湯三百年を誇る美肌の湯「春日温泉」で身も心もリフレッシュ。  
健康長寿の里として知られる佐久地域でくつろぎのひとときをお過ごし下さい。

## 中山道望月宿と



## 美肌の湯「春日温泉」

かすがおんせん



2012年 9月22日(土)~23日(日)

時間：22日午前 11:00~翌 23日午前 9:45  
(23日・がん哲学外来市民学会 終了時刻 16:30 予定)

料金 16,000円  
お一人様

1泊3食付(昼・夕・朝)、ガイド、学会費含む  
(・学会員は1,000円割引  
・1部屋3~4名のお申し込みの場合、1,000円割引)

- 募集人員：30~40名(最少催行人員：10名)  
※参加者には佐久地方の「花」「鳥」「山」の小冊子をさしあげます。
- 宿泊については下記のいずれかのホテル旅館となります。  
○かすが荘 ○十二館新館



# 佐久の信州 おもてなし モニターツアー

## がん哲学外来市民学会 佐久開催記念 中山道望月宿と 美肌の湯「春日温泉」

### 1 望月宿散策 中山道ガイドによる宿場案内 中山道望月宿



望月宿の街並み

中山道六十九次のうち江戸から数えて二十五番目の宿場。8月の満月の日、朝廷へ名馬を納めたことから望月の名がついた。本陣跡には歴史民族資料館が建ち、かつての面影を残す脇本陣の隣には、望月最古の建物である旅籠兼問屋も残っています。宿場で一息つく旅人の疲れを癒す甘味として望月宿の名物となっていた「さとう餅」を食べながら休憩します。



#### 望月宿名物「さとう餅」

「さとう餅」とは、砂糖が貴重であった時代に望月宿の名物だったお餅で、そのことは江戸時代の文献にも記されている。近年、望月では当時の特産だった雁喰豆（がんくいまめ）の栽培が盛んで、現代版のさとう餅は、エゴマをまぶしたもの（雁喰豆（がんくいまめ）のきなこを用いたもの）の2種が直売所などで販売されている。



かつて履物屋を営んでいた家の軒下にぶら下がる下駄。宿場町の往時を偲ぶ貴重な建物が多数あります。

### 2 農家レストラン 職人館 昼食

●アトリエ kei  
・森林セラピーの解説(森林セラピスト)  
・春日温泉の歴史、温泉療法の解説(温泉療養士 十二館館主)



#### そば処「職人館」

古民家を再生し1992年に開店したそば処「職人館」は、有機・無農薬野菜など徹底的に素材にこだわった農家レストランのさきがけ。オーナーの北沢正和さんは、食材の生産者との関わりや地域活性化への取り組みが高く評価され、平成22年に農林水産省「料理マスターズ」ブロンズ賞を受賞。

●職人館【昼食】  
旬の食材を用いた農家レストラン(標高800m)  
有機・無農薬野菜季料理、手作り豆腐、手打ちそばなど



※チラシに掲載の写真はイメージです。

到着	集合	11:10	11:45	13:20	15:20	17:10	23日 9:40
行程表	佐久平駅	バス 30分	①中山道望月宿	バス 20分	②職人館 昼食	バス 10分	③ポールウォーク森林浴
	11:15	13:00	15:00	17:00	翌日 9:00	④春日温泉 一泊	佐久勤労者福祉センター (学会会場) 学会へ
	11:10	11:45	13:20	15:20	17:10	9:40	
	11:15	13:00	15:00	17:00	翌日 9:00		
	11:10	11:45	13:20	15:20	17:10	9:40	

### 3 セラピー基地 ジリの木の小径 ポールウォーキング森林浴

ポールウォークインストラクターによる森林浴、標高1200mの準高地を散策し、心身を元気にしてリフレッシュしましょう。

●春日の森散策【ジリの木の小径】



#### ジリの木の小径

カラマツの木立に囲まれたウォーキングロード。長野県絶滅危惧種指定の樹木「ジリ(ヤエガワカンバ)」の大木群があり、終点の展望台からは浅間山の見事な眺望が広がる。標高1,171~1,150m、高低差21m、距離1,300m、平均斜度1.60%



展望台



ポールウォーク体験

朝採り  
完熟プルーン  
プレゼント!



### 4 開湯 300年を誇る山里の湯 美肌の湯「春日温泉」と 一泊 健康郷土料理



春日温泉(かすが荘)



長者原の野菜畑

開湯、延命年間(1673~1681年)の昔から「万病に効果著しきこと他に比類なし」といわれた春日温泉。夕食は、春日温泉周辺に広がる高原野菜の一大産地「長者原」の野菜を使った健康料理をご堪能ください。

### お申し込み・お問い合わせ

旅行企画・実施

ジャパンウインズ ツアーズ

佐久 TEL: 0267-66-1268

■長野県知事登録旅行業第2-399号 ■全国旅行業協会会員  
■長野県旅行業協会会員 ■JAL/ANA/JTB/JR提携店  
長野県佐久市今井533-1 旅行業務取扱管理者/上原道徳

バス会社: 千曲バス株式会社

### お問い合わせ がん哲学外来市民学会第1回大会事務局

〒385-0046 長野県佐久市前山321-3

http://www.shimingakkai.org/

[e-mail] info.shimingakkai@gmail.com

TEL.0267-63-5369

携帯.090-8517-3288

FAX.0267-63-5389