

信州高山温泉郷マップ



**奥山田温泉**  
北アルプスのパノラマを満喫  
標高1,500mの山田牧場にある高原の温泉。浴場から眺める北アルプスの展望は爽快。ゆったりと浸る気分は最高です。



**七味温泉**  
松川渓谷最上流の温泉地  
7つの源泉を持つことから名づけられた七味温泉。松川の上流にあり、情緒豊かな渓谷沿いの露天風呂が人気です。



**五色温泉**  
五色に変化する不思議の湯  
その日の天候によって湯の色が五色に変化することから五色温泉。昔ながらの風情を伝える素朴な一軒宿です。



**松川渓谷温泉**  
岩風呂が自慢の自炊の宿  
湯治場本来の趣きをももたえている自炊の一軒宿。大きな野天岩風呂は、おあらかな気分で大浴が楽しめます。



**蕨温泉**  
田園の中にたたずむ「ふれあいの湯」  
北信濃の山々を展望する田園の中に建つ村営共同浴場施設。隣接して宿や食事処があります。



**山田温泉**  
開湯200年を超える名湯  
森鷗外、与謝野晶子ら、多くの文人墨客に親しまれてきた山田温泉。桃山風の建築が目を引く大湯や足湯が人気です。



**YOU遊ランド**  
森林スポーツ公園の温泉  
YOU遊ランドは、温泉プールなど、さまざまなスポーツ施設が集まった総合的なリフレッシュ施設です。

奥山田温泉

五色温泉

松川渓谷温泉

山田温泉

蕨温泉

子安温泉

YOU遊ランド

**子安温泉**  
赤褐色の湯が特徴  
安産・子育て・子育ての神様を祀る子安神社の近く、森に囲まれた静かな湯。赤褐色の湯が特徴です。



山田温泉 足湯

つかれもなやみもあつい湯にずんぶり  
種田山頭火

# 癒しともてなしの心。 湯つづきの里たかやま



松川渓谷に沿って、  
八つの湯。  
高山村を深いV字の渓谷で分ける松川のほとりには、谷筋に沿って八つの温泉が点在し、信州高山温泉郷を形づくっています。上流から下流まで、奥山田温泉、七味温泉、五色温泉、松川渓谷温泉、山田温泉、蕨温泉、子安温泉、そしてYOU遊ランド。  
その多くは古くから湯治の宿、癒しの温泉場として受け継がれた伝統を持ち、また多くの文人墨客にこよなく愛された歴史を持っています。今もなお、かつての風情を色濃く残して渓谷に横たわる八つの湯は、松川渓谷の自然美とともに、高山村が世界に誇る宝物。気ままにゆったり、のんびりと、湯つづきの里の湯巡りをお楽しみください。

## 信州高山の味覚を まろごと体験。



信州高山を訪れる観光客の皆さんに、高山村ならではの味覚や季節の歳時を直接体験していただくという体験プランをご用意しています。水と緑に恵まれた山の里ならではの旬の味覚をぜひ味わってみてください。

### モチモチ体験プラン

昔ながらの畑で、もち米の田植え、稲刈り、餅つきなどを体験していただくプラン。

### 信州高山「総ぞり心」収穫祭

寒暖の差が大きく、日当たりのよい信州高山は、美味しいりんごの名産地。自慢のりんごを自分の手で収穫していただくプラン。