

参加者：関岡、尾崎、伊藤、小林、山田、手塚、山本、内藤

概算費用：4万円（交通費、宿泊代など お土産、食事代は除く）

- ① 5月21日（火）東京発はくたか555号8:41 大宮9:06 JR長野駅着10:15 (8450円)

長野駅集合後 ホテル日興へ所持品を預けに行く（ホテル了解済み）7分

ホテル日興（026-226-2200：現金払い4970円）<http://www.hotel-nikko.net/>

- ② 駅へ戻り善光寺行きバスに乗車

- ③ 写経 玉照院（026-232-2546）にて説教後写経（2000円） 食事は別の坊へ

\*以前から書き溜めた写経のお焚き上げ依頼了承（お布施は別途割り勘で払う）

- ④ 昼食：淵之坊（026-232-3669、12時30分予定）にて昼食（2200円）

- ⑤ 善光寺参拝

- ⑥ 付近散策 長野美術館・東山魁夷館

- ⑦ ホテル日興チェックイン（16時39分予定）（026-226-2200）

1人1部屋素泊まり、（8名）リザーブ済

- ⑧ 夕食の為長野市街へ

5月22日（水）

- ① 早朝善光寺参拝 5時30分？ 御数珠頂戴（希望者のみ）

- ② 市内で朝食後、A、B、2班に分かれて、行動する

A班：戸隠神社参拝

バスにて戸隠神社参拝 片道 約70分 1350円 9:40発→10:48 バス時刻表等別紙1参照

A①奥の院まで参拝（希望者） 昼食 戸隠そば

A②長野駅に戻る 戸隠奥社発13:27→14:48、14:27→15:38、15:17→16:28

B班：小布施散策

B①長野電鉄 長野駅 9:13 → 9:50 小布施駅 所用時間 35分 680円

特急9:53→10:16 特急券400円 10:26 → 10:59

B② 北斎館 <https://hokusai-kan.com/> 岩松院 高井鴻山記念館など見学 昼食

B③長野駅へ戻る 小布施発 13:55→14:30、15:00→15:35、15:40→16:15 長野着

- ③ しなの鉄道長野発 15:05→15:31、15:45→16:11、16:22→16:48、16:45→17:11 戸倉着 460円

- ④ リバーサイド上田館（伊藤園ホテルズ）（8600円）へ（送迎バス、時間変更を申し入れる）徒歩20分

夕食：バイキング（026-275-1881）〒389-0807 長野県千曲市大字戸倉温泉3055

5月23日（木）

<https://www.itoenhotel.com/hotellist/>

- ① 朝食 バイキング

- ② リバーサイド上田館から送迎バスで 戸倉駅 9:35→9:50 10:14→10:31 上田駅 340円

- ③ 上田駅 上田電鉄で終点の別所温泉 590円 9:21→9:50 10:23→10:51 バスも有

- ④ 駅から歩いて北向き観音参拝、上田電鉄で上田駅に戻り、そこでツアー解散

別所温泉発12:04→12:33 13:03→13:31 上田着 新幹線6780円あさま624号 15:54→17:20

- ⑤ 希望により、ぴんころ地蔵（中込）、上田城、無言館、小諸懐古園等オプションツアー設定

・ぴんころ地蔵コースは しなの鉄道・小諸・小海線・中込 ぴんころ地蔵参拝

小海線で佐久平まで戻り 北陸新幹線で帰京 あさま630号 19:31→20:52 6460円

上田→(21分)小諸経由→(27分)中込 50分 650円 上田発14:32→15:27 中込着

駅から歩いて16分で地蔵 中込駅前三河屋食堂17:00オープン 鯉料理、19:11/19:22 佐久平着190円

JR 長野駅前「善光寺口」から長野電鉄：特急約 20 分・普通 30 分→小布施駅下車：徒歩 12 分



B 班：小布施町散策： 長野電鉄 長野駅 ➔ 小布施駅 (所要時間 35 分)

9 : 13 ➔ 9 : 50

10 : 26 ➔ 10 : 59

北斎館 岩松院 高井鴻山記念館 など見学

長野駅へ戻る 小布施駅 ➔ 長野駅

13 : 55 ➔ 14 : 30

15 : 00 ➔ 15 : 35

15 : 40 ➔ 16 : 15

戸隠神社路線バス 駅前から路線バスタクシーが出ています。

アルピコ交通

長野駅 7 番乗り場 (アルピコ交通バス長野駅前総合案内所前) から「ループ橋経由戸隠高原行き」にご乗車下さい。(約 1 時間)

宝光社：戸隠宝光社下車 中社：戸隠中社下車 奥社：戸隠奥社入口下車

奥社へは奥社参道 (約 2km) は一般車両の進入はできませんので、奥社・九頭龍社へは徒歩でご参拝いただくことになります。

参道入り口～随神門 (ほぼ中間点) 緩やかな上り坂 (ほぼ平坦)。約 15 分。

随神門～奥社 杉並木を抜けるとだんだん勾配がきつくなる。最後は自然石混じりの石段を登るような感じ。約 20 分～25 分。

長野駅から戸隠神社までは、路線バスが2系統走っています。

- 1) ループ橋経由戸隠高原行 (70 系統)
- 2) 県道経由戸隠中社行 (73 系統)

ループ橋経由戸隠高原行 (70 系統) は奥社参道入口まで行くのですが、県道経由戸隠中社行 (73 系統) は終点が中社までとなっていますので、直接奥社まで行く場合は、ループ橋経由戸隠高原行 (70 系統) のバスをご利用ください。

平日、土日祝の区別なく全日以下の時刻に長野駅を出発します。

(行き 長野駅→戸隠) ループ橋経由戸隠高原行 (70 系統)

長野駅発	戸隠宝光社着	戸隠中社着	戸隠奥社入口着
7:00	7:57	8:04	※8:08
8:30	9:27	9:34	※9:38
9:40	10:37	10:44	※10:48

(帰り 戸隠→長野駅)

戸隠奥社入口発	戸隠中社着	戸隠宝光社着	長野駅着
※12:27	12:30	12:38	13:38
※13:27	13:30	13:38	14:38
※14:27	14:30	14:38	15:38

県道経由戸隠中社行 (73 系統) 平日 (行き 長野駅→戸隠)

長野駅発	戸隠宝光社着	戸隠中社着
7:08	8:13	8:25
8:08	9:13	9:25
11:13	12:18	12:30

(帰り 戸隠→長野駅)

戸隠中社発	戸隠宝光社着	長野駅着
11:57	12:03	13:13
14:37	14:43	15:53
15:27	15:33	16:43

通常運賃 長野駅からの片道運賃は以下のとおりです。

バス停 料金 戸隠宝光社 1,150 円、戸隠中社 1,250 円、戸隠奥社入口 1,350 円

戸隠・善光寺 1 日周遊きっぷ

大人 3,000 円で、長野駅～善光寺間は複数の路線が乗れる。戸隠エリアではどこでも乗り降り自由。

バスを使って五社めぐりをされる方や戸隠奥社入口まで往復される方は、この「戸隠高善光寺周遊きっぷ」を購入されたほうがお得ですので、ご利用ください。

**ALPICO** No. 44152

**戸隠・善光寺1日周遊きっぷ**  
Zenkoji & Togakushi 1-DAY TICKET

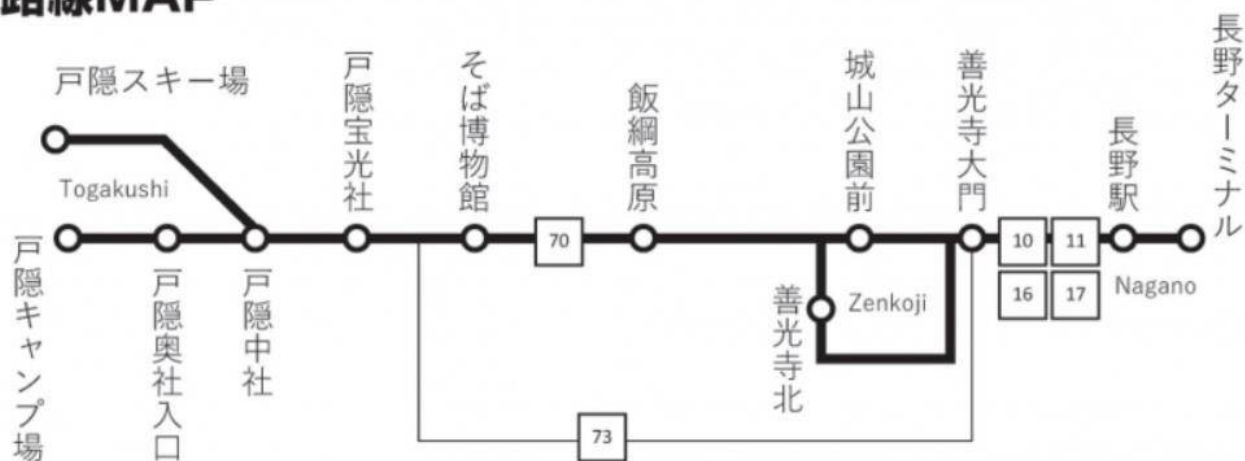
ご利用日 Use Date  
2022. 5. 22  
当日限り有効

大人 Adult 3,000 円 JPY

アルピコ交通株式会社 長野駅前 発行



# 路線MAP



中込駅前 三河屋食堂 0267-62-0037 鯉料理

<http://park1.wakwak.com/~barchetta/mikawayu/#%E3%81%8A%E5%BA%97%E3%81%AE%E3%81%94%E7%B4%B9%E4%BB%8B>

営業時間 AM11:15~PM2:30 (昼) PM5:00~PM9:00 (夜) ラストオーダーPM8:30

定休日不定

中込駅からピンコロ地蔵へ

