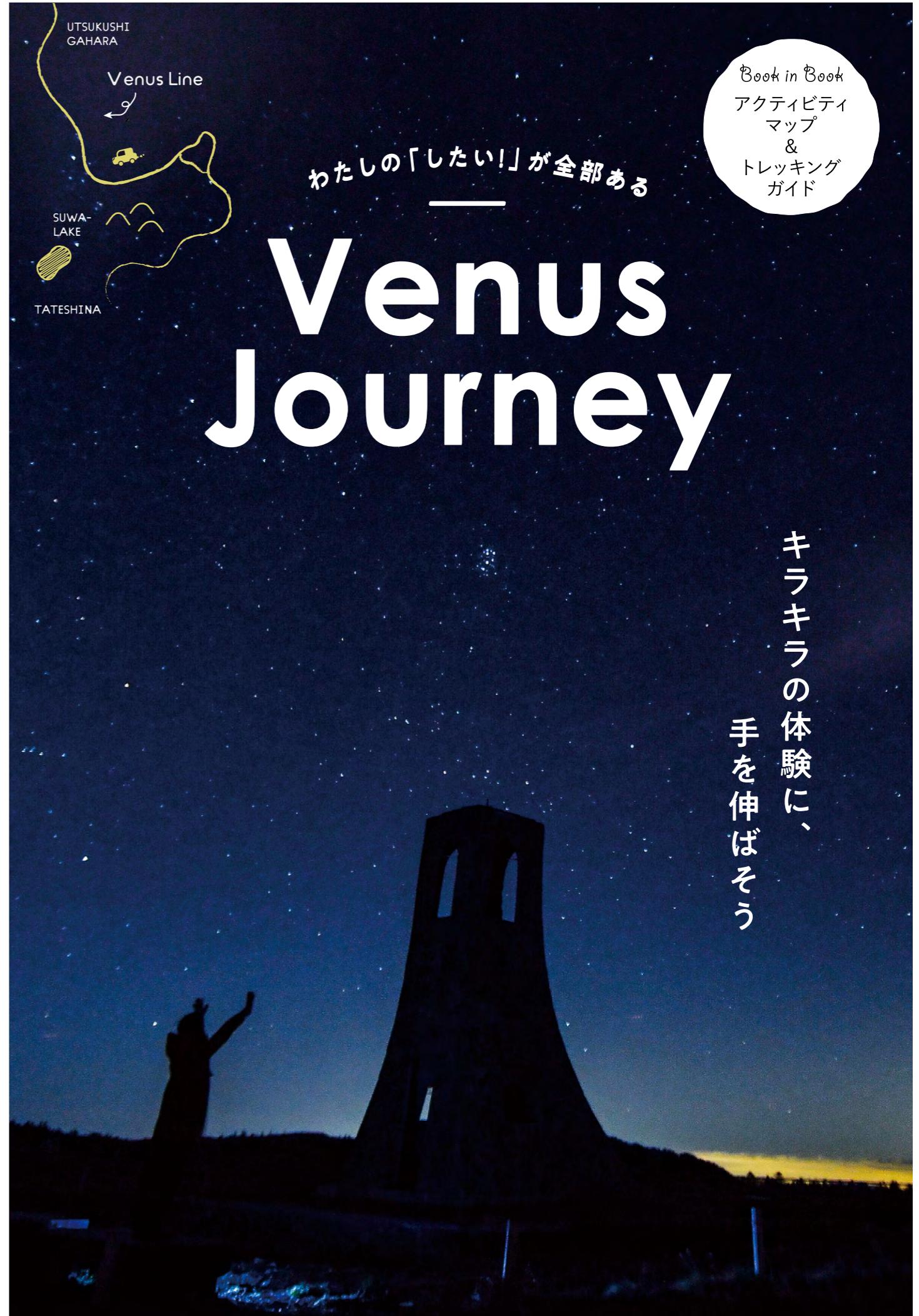




ENJOY ALL DAY LONG.



<https://www.venus-line.net>



わたしの「したい！」が全部ある

Venus Journey

キラキラの体験に、
手を伸ばそう

Book in Book
アクティビティ
マップ
&
トレッキング
ガイド

VENUS LINE





A

色とりどりの花に
囲まれて、
幸せ気分♪

季節の植物に彩られたガーデンをゆっくり
お散歩。花の香りや鳥のさえずりに、つい
日常を忘れてうっとり。

RECOMMEND

1 ビーナスになりたい！

そんなあなたには… 心も体も美しく「ビーナススポット」

ビーナスラインには、思わず『キレイ！』と声が出ちゃうスポット、キレイな自然とひとつになれる場所、キレイを磨く体験など、女性にうれしいキレイがいっぱい。そんな「ビーナススポット」を巡って、心も体も美しく！



庭園内のカフェで優雅に
アフタヌーンティーを。
花の寄せ植え体験も楽し
めちゃう！



山の上のテラスから最高の眺めを
ひとりじめ！身も心も癒される、
贅沢な時間。



疲れたら「美肌の湯」でゆったり
リラックス。湯上りはお肌ツルツ
ルで美を実感！



夕暮れには人気のサンセットポイントへ。
街も私も湖も、沈む夕日に照らされて。

- A. 萩原高原 バラクライングリッシュガーデン** 約1万平方メートルの敷地の中には、5,000種類を超える植物コレクションが。バラのシーズンはもちろん、いつ訪れても四季折々の美しさを楽しめる、日本初の本格的英國式庭園。(8月頃) ● 茅野市北山東平5047 ☎ 0266-77-2019 ☺ 9:30~17:00
- B. 女神のそらテラス** 白樺高原の蓼科牧場ゴンドラリフト山頂駅に隣接し、標高1830mからの景色を楽しめるテラス。ソファやハンモックでくつろぎながら、眼下には女神湖を、そしてその向こうに広がる北アルプスを一望。(8月頃) ● 北佐久郡立科町蓼科牧場745 ☎ 0267-55-6201 ☺ 4月28日~11月4日
- C. 萩原グランドホテル 滝の湯** 「メタケイ酸」豊富な美肌の湯で知られる、大正12年創業の湯宿。眼下に流れる渓流のせせらぎや蓼科の自然を感じながら入浴できる「渓流露天風呂 棚湯」や、開放感漂う内湯が日帰りで楽しめる。(8月頃) ● 茅野市北山4028 ☎ 0266-67-2525 ☺ 日帰り入浴:13:00~21:00(最終受付20:00)
- D. 立石公園** 諏訪湖を中心とした諏訪市や周辺の山々を眺めることができ、特に夕景・夜景の美しさで有名。「信州のサンセットポイント100選」や「新日本三大夜景」などに名を連ねるビュースポット。(10月頃) ● 諏訪市大字上諏訪10399 ☎ 0266-52-2111(諏訪観光協会)



RECOMMEND

2 いいねを撮りたい！

そんなあなたには… 特別な思い出をみんなとシェア「SNS映えスポット」

大迫力で迫ってくる自然はもちろん、個性豊かなスポットの数々は、あなたの『すごい！』『かわいい！』『おもしろい！』を刺激すること間違いない。きっと、みんなに見せたくなる一枚が撮れるはず。



- A. 美ヶ原高原美術館** 360度の大パノラマが広がる約4万坪の草原が展示場。国内外のアーティストによるおよそ350点の現代彫刻を常設展示する野外彫刻美術館。緑あふれる美ヶ原を散策しながら、個性あふれるアートを満喫できる。(9月頃) ● 上田市武石上本入美ヶ原高原 0268-86-2331 9:00~17:00(最終入館16:30)
- B. 車山高原のニッコウキスゲ** 霧ヶ峰の最高峰、車山を中心広がる高原では、季節の植物を眺めながらのトレッキングやドライブ、冬にはウインターアクティビティが楽しめる。7月になると一面に咲くニッコウキスゲは、夏の車山を代表する風景。(7月頃)
- 茅野市北山 0266-68-2626(車山高原観光協会)
- C. 萩科山聖光寺(たてしなさんしょうこうじ)** 標高1200mの高地に位置し、交通安全祈願で知られる寺院。例年、4月下旬~5月上旬にかけて約300本のソメイヨシノが咲き誇り、秋には紅葉も楽しめる。(9月頃)
- 茅野市北山 4035 0266-67-2397
- D. ころぼっくるひゅって** 車山の高山に佇む人気のヒュッテ(山小屋)。無雪期にはカフェ営業も行っており、車山湿原などの大自然を一望できるオープンテラス席で、こだわりのドリンクやケーキ、トーストなどを楽しめる。(10月頃)
- 諏訪市上諏訪霧ヶ峰車山肩 0266-58-0573 ☎ カフェ営業:4月下旬~11月末 / 8:00~16:30
- E. 霧鐘塔(むしょうとう)** 深く濃い霧に覆われることが多い霧ヶ峰で、ハイカーなどが道に迷わないよう、鐘で方角を知らせるために建てられた設備。霧ヶ峰一帯のシンボル的な存在としても知られている。(9月頃)
- 諏訪市霧ヶ峰強清水 0266-52-2111(諏訪観光協会)



RECOMMEND

3 思いっきりカラダを動かしたい！

そんなあなたには… 自然の中でストレス発散「アクティビティスポット」

見渡す限りに広がる山や高原、湖。ここには、豊富な自然を活かした楽しいアクティビティが盛りだくさん。思いっきり動いて、はしゃいで、笑って。たっぷり遊んで、日常のストレスなんて吹き飛ばそう！



- A. 白樺湖スカイウェイパラグライダースクール** 初めてパラグライダーを体験する方にも安心。気軽に低空飛行を体験できる「半日体験コース」、インストラクターと一緒に高々度フライトができる「タンデムコース」があり、好みに応じて楽しめる。(8月頃) ● 北佐久郡立科町芦田八ヶ野2021 ☎ 0267-55-6855 ☐ 4月中旬～10月下旬／9:00～16:30 ④不定休 **B. 女神湖センター** 夏でも涼しく爽やかな女神湖で、カヌー・カヤック体験を。インストラクターが丁寧にレクチャーしてくれるので、初心者も安心して楽しめる。(8月頃) ● 北佐久郡立科町女神湖畔987 ☎ 0267-55-6210 ☐ 4月～11月／9:00～17:30 **C. 白樺リゾート 池の平ファミリーランド** 豊富なライド系アトラクションをはじめ、体験型アクティビティ、展望リフトに乗っての自然散策など、子どもから大人まで楽しめる設備が充実した森の中の遊園地。(8月頃) ● 北佐久郡立科町芦田八ヶ野1596 ☎ 0266-68-2100 ☐ 4月中旬～11月上旬／10:00～17:00 **D. ホープロッヂ乗馬牧場** 白樺湖の高台に佇む乗馬牧場。多彩なコースメニューで、初心者も気軽に乗馬の魅力を体験できる。乗馬だけでなく、クラフト体験やログハウスへの宿泊も可能。(10月頃) ● 茅野市北山3419-1 ☎ 0266-68-2017 ☐ 9:00～17:00 **E. 長門牧場** 白樺高原に広大な牧草地を有し、乳牛200頭を飼育。新鮮な生乳を使ってバターやアイスクリームづくりなどの体験ができるほか、牧場内で加工した良質な乳製品を購入することも。(8月頃) ● 小県郡長和町大門3539-2 ☎ 0267-55-6969 ☐ 営店：9:00～17:30(冬季間は要問合せ)、レストラン：10:00～16:30



A
白樺林の中で、
自分だけの器づくり。

地元蓼科の山土の感触を楽しみながら、ろくろ体験。
自分だけの1品をつくる、素敵な旅の思い出に！

B
壁全面をぐるりと埋め尽くす影絵のパノラマ。
時間を忘れて見とれちゃいそう。



黒耀石の現産地で、採掘跡の実物を見ながら学習！キラキラ光る黒耀石ギャラリーも楽しみのひとつ。



自分で紙をすいて、伝統の和紙づくり体験。色付けはデザインセンスの見せどころ！



スポット巡りの後は「蓼科親湯温泉」へ。
約3万冊の蔵書に囲まれたおしゃれなラウンジでリラックス。

RECOMMEND

4 伝統に触れたい・作りたい！

そんなあなたには… 歴史や文化に親しむ「体験スポット」

ものづくりで旅の思い出をカタチにしたり、地元の文化や歴史を学んだり。ビーナスラインの根っこを知りたい、体験したい。そんな知的好奇心を満たしたいあなたにぴったり！



- A. 蓼科クラフトヴィレッジ陶芸房** 蓼科山麓に併む陶芸工房。信州で活動する作家たちの指導の下で、ろくろや手びねり、また、あらかじめ素焼きされた器への絵付けなどが体験できる。※体験でつくった作品は後日の発送となり、持ち帰りはできません。(10月頃) ● 北佐久郡立科町大字芦田八ヶ野1443 ☎ 0267-55-7500 ☐ 4月～10月／9:00～17:00 ④月曜 **B. 世界の影絵・きり絵・ガラス・オルゴール美術館** 幻想的な影絵やきり絵、現代ガラス、アンティークオルゴールなどの鑑賞が楽しめる、白樺湖畔の美術館。万葉鏡やオルゴールづくりなどの体験のほか、ミュージアムショップも充実。(10月頃) ● 北佐久郡立科町芦田八ヶ野1526 ☎ 9:00～17:00 ④月曜 **C. 黒耀石体験ミュージアム** 国の史跡である黒耀石原産地遺跡の麓にあるミュージアム。黒耀石の発掘調査の歴史や成果を分かりやすく知ることができるほか、石器づくりなどを体験することも。(10月頃) ● 小県郡長和町大門3670-3 ☎ 9:00～16:30(最終入館16:00) ※体験の最終受付は15:00) ※施設及び展示品管理のため休館となることがあります。 **D. 立岩和紙の里** 300年の歴史を持つ「立岩和紙」の文化と技を今に伝える体験施設。紙すき体験のほか、思い思いの文字やデザインを施すことができるはがきづくり、うちわづくりも人気。(12月頃) ● 小県郡長和町古町22-1 ☎ 0268-68-3874 ☐ 9:00～15:00(飲食別) ④月曜 **E. 蓼科親湯温泉** 肌にやさしい弱酸性の自家源泉は美人の湯として評判。蓼科の自然を満喫できる露天風呂、貸切露天風呂などが日帰りでも利用可能。宿自慢のライブラリーラウンジ「みすずLounge & Bar」も一見の価値あり。(8月頃) ● 茅野市北山蓼科高原4035 ☎ 0266-67-2020 ☐ 日帰り入浴:11:00～16:00 ④月曜、特定日

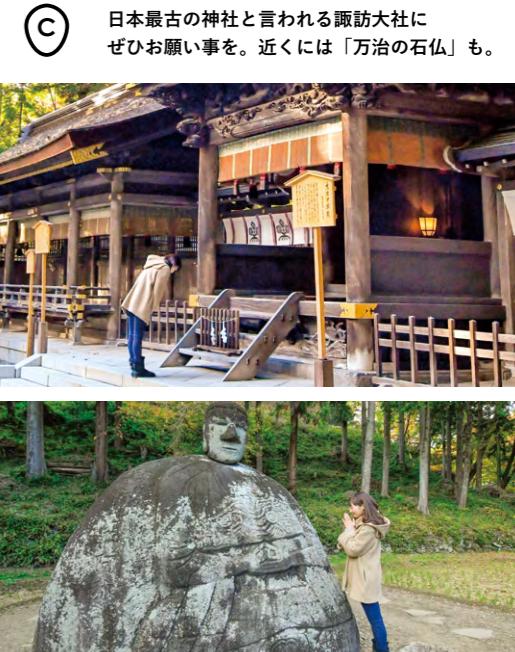


RECOMMEND
A
神秘的な自然に
包まれ、
ゆっくり深呼吸。

滝を目指して、森の中の遊歩道へ。自然の息吹を感じる苔におおわれた原生林は、まるで別世界のよう！



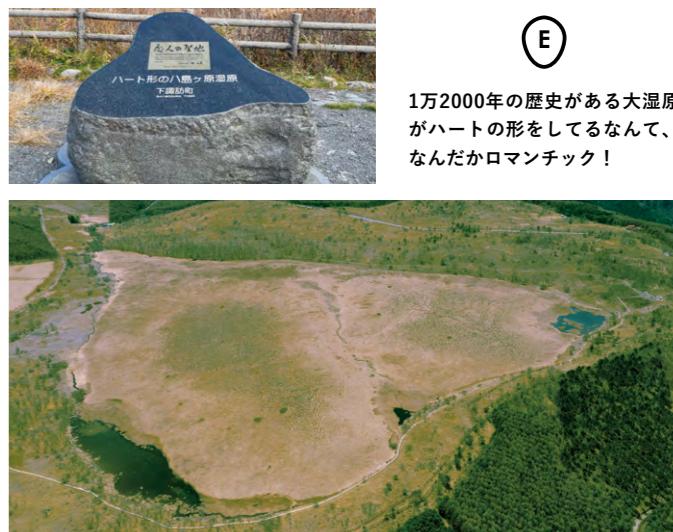
B
静寂が心地いい、ニッコウキスゲが咲き乱れる早朝の高原。朝焼けと富士山の美しさに思わず感動！



C
日本最古の神社と言われる諏訪大社にぜひお願い事を。近くには「万治の石仏」も。



D
清流も岩も紅葉も、計算された
ような一体感！日本画みたいな
風景に、歩みを止めて。



E
1万2000年の歴史がある大湿原
がハートの形をしてるなんて、
なんだかロマンチック！

RECOMMEND

5 自然のパワーをもらいたい！

そんなあなたには… 深呼吸して元気をチャージ「ヒーリングスポット」

ひっそりと苔むした原生林、美しさに息を呑む渓谷、ここでしか出会えない満天の星空…。
そんな神秘を感じる景観もピーナスラインの魅力。非日常の空気をたっぷりと吸い込んで、
心にエネルギーをチャージしよう！



- A. 蓼科大滝** 滝の湯川に架かる水量豊かな滝で、落差こそ小さいものの、深く大きな滝壺が特徴。滝までの遊歩道は苔むした緑豊かな原生林になっており、別世界に足を踏み入れたかのよう。（8月頃）●茅野市北山4062 ☎ 0266-67-2222（蓼科観光協会）
- B. 霧ヶ峰高原** 車山から鷲ヶ峰にかけて、遮るものなくだらかな起伏が続く高原。ニッコウキスゲやレンゲツツジといった季節の高山植物が美しく、富士山、アルプス、八ヶ岳連峰といった名峰を一望できる。●諏訪市霧ヶ峰 ☎ 0266-52-2111（諏訪観光協会）
- C. 諏訪大社(下社春宮)** 全国にある諏訪神社の総本社で「お諏訪様」「諏訪大明神」の名でも親しまれる。諏訪湖の南にある本宮と前宮の上社、北にある春宮と秋宮の下社に分かれており、四社を合わせて諏訪大社と総称される。（10月頃）【上社】●本宮：長野県諏訪市中洲宮山1 ●前宮：長野県茅野市宮川2030 ☎ 0266-52-1919（上社本宮・前宮）【下社】●春宮：長野県諏訪郡下諏訪町193 ●秋宮：長野県諏訪郡下諏訪町5828 ☎ 0266-27-8035（下社春宮・秋宮）
- D. 崇栗渓谷** 美ヶ原の北東、武石川上流の景勝地。遊歩道を散策しながら、清らかなせせらぎと色鮮やかな木々に心癒される時間を楽しめる。特に、秋はその紅葉の美しさで人気。（10月頃）●上田市武石上本入 ☎ 0268-85-2828（武石地域自治センター）
- E. 八島ヶ原湿原** 長野県のほぼ中央に位置し、国の天然記念物に指定されている高層湿原。春は野鳥やカエルの声、夏には多種多様な花、秋は紅葉、冬は雪景色と、四季折々の自然の魅力を味わえる。（10月頃）●諏訪郡下諏訪町八島ヶ原湿原 ☎ 0266-52-7000（八島ビターセンターあざみ館）※4月下旬～11月中旬

冬もビーナスラインを楽しもう！

スケールの大きな自然が真っ白に染まる冬のビーナスラインは、圧倒的に晴天率が高いため、雪遊びにもぴったり。スキーやスノーボード、スノートレッキングなど、初心者も上級者も満足できる環境が待っています。



冬といえば
やっぱりこれ！

ビーナスラインのスキー場

A 蓼科東急スキー場



ゲレンデは初級・中級・上級の3コースが用意されており、上級コースは最大斜度が28度とスリル満点。

● 茅野市北山字鹿山4026-2
☎ 0266-69-3245
⌚ 9:00~16:00
1日券:大人4,200円／小学生・シニア(60歳以上)3,500円

D 池の平スノーパーク



コンパクトな設計でウインタースポーツ初心者におすすめ。スノーバギーなどのアクティビティも充実。

● 北佐久郡立科町芦田八ヶ野1596
☎ 0266-68-2100
⌚ 9:00~16:30
1日券:大人3,000円／小学生まで・シルバー(60歳以上)2,500円

B ピラタス蓼科スノーリゾート



国内屈指の標高と滑走距離4kmのロングコースが自慢。ゆったりと滑りながら、雄大な雪景色を楽しめます。

● 茅野市北山4035-2541
☎ 0266-67-2009
⌚ 9:00~16:00
1日券:大人4,500円／小学生2,600円／シニア(55歳以上)3,500円

E しらかば2in1スキー場



360度の大パノラマを望むワイドなゲレンデと多彩なレイアウト。パークアイテムも多数設置。

● 北佐久郡立科町大字芦田八ヶ野2021-1
☎ 0267-55-6868
⌚ 8:30~16:30(1/20~3/3までの毎週土曜は17:00まで)
1日券:大人4,000円／小学生まで2,500円／シニア(55歳以上)3,200円

C 白樺湖口イヤルヒル



ゲレンデの大部分を人工降雪機でつくるため、いつでも安定したコンディションで楽しめるのが魅力。

● 茅野市北山3419
☎ 0266-68-2120
⌚ 8:30~16:45／ナイター17:30~21:30(金土祝前日は22:00まで)
1日券:大人4,900円／中高生・シニア3,800円／小学生1,000円

F 白樺高原国際スキー場



良質な雪質が楽しめるスキーヤー専用ゲレンデ。全長5kmのロングコースやコブ付きのコースも完備。

● 北佐久郡立科町蓼科牧場745
☎ 0267-55-6201
⌚ 8:30~16:30
1日券:大人4,000円／小学生まで2,500円／シニア(55歳以上)3,200円

冬季通行止め期間

11月中旬・下旬頃～翌年4月中旬・下旬頃まで

通行止め区間:ビーナスライン(一般県道霧ヶ峰東餅屋線)

諏訪郡下諏訪町八島
(八島高原駐車場) ————— 諏訪郡下諏訪町和田峠
(小県郡境)

小県郡長和町和田峠
(諏訪郡境) ————— 小県郡長和町和田峠
(国道142号交差点)



G 車山高原SKYPARKスキー場



ビーナスラインエリアで最大規模を誇るスキー場。樹木が少なくワイドなゲレンデで開放感も抜群。

● 茅野市北山3413
☎ 0266-68-2626
⌚ 平日8:30~16:30／土曜・日曜・祝日8:00~16:30
1日券:大人4,800円／小学生2,800円／中高生・シニア(50歳以上)4,200円

J ファミリーゲレンデ霧ヶ峰スキー場



初級・中級者におすすめのなだらかに広がる高原ゲレンデ。人気急上昇中のエアボードも楽しめる。

● 諏訪市霧ヶ峰13338-1
☎ 0266-53-1664
⌚ 8:30~16:30
1日券:大人2,610円／小中学生・シニア(55歳以上)1,570円

H ブランシュたかやまスキー場



ジャパン・パラリンピックのアルペン会場になったコースを滑走できる、スキーヤー専用のゲレンデ。

● 小県郡長和町大門3652
☎ 0268-69-2232
⌚ 平日8:30~16:00／土曜・日曜・祝日8:00~16:30
1日券:大人4,400円／小学生2,600円／シニア(55~69歳)3,400円／ゴールド(70歳以上)2,900円

K 武石番所ヶ原スキー場



標高1300m、初心者から中級者向けのスキー場。緩斜面から急斜面まであり、ファミリーでも安心して滑走できます。

● 上田市武石上本2386-1
☎ 0268-86-2213
⌚ 8:30~16:00
1日券:大人3,550円／小学生1,520円／シニア(50歳以上)2,030円

I エコーバレースキー場



初級から上級まで全10コースを完備。幅の広いフラット斜面はスキーやスノーボードの大回り練習に最適。

● 小県郡長和町姫木平3524
☎ 0268-60-2001
⌚ 8:00~16:00
1日券:大人4,000円／小学生2,000円