

2025.6.12 撮影

信州白樺高原  
北化だより

風ひかる

信州 白樺高原

春のいぶきまぶ眩しく

令和8年春

第106号

編集・発行



信州リゾートサービス

〒384-2309 長野県北佐久郡立科町芦田八ヶ野 210

TEL(0267)55-7777 FAX(0267)55-6018

http://www.sresort.jp/ E-mail:info@sresort.jp

今年の冬は...

お客様よりご紹介の地元deぐるめ

おいしいお店 茅野市エリア

新生上田市誕生20年

ちょこっとおでかけ

安曇野市

知って得するコーナー

立科町合併70周年/長野県誕生150周年

冬から春夏へ 心ふるえる信州

山の風景 自然の魅力



霜柱(2025.4.16撮影)



夕暮れの蓼科山と女神湖  
(2025.6.7撮影)

# 今年の冬は...



今シーズンの冬は、積雪量は少なかつたのですが、1月下旬から2月上旬に冷え込みが厳しい日が続きました。1月26日は当社の計測で最低気温が氷点下15℃でした。そのような寒さの中で水道凍結等が発生し、解氷作業や凍結防止ヒーター交換等を行った別荘もありました。

## 県内4地点降水量最少

1月は降水量が少なく、県内4地点では統計開始以来最少を更新しました。4地点の中には「立科」が入っていました。全国的にも降水量は少なく、水不足が心配ですね。

地点	降水量 (mm)	前年比 (%)
立科	1.5	4%
北御前	6.5	4%
大田	17.9	5%
大田	17.9	5%

▲信濃毎日新聞2月3日26面掲載記事より

## 諏訪湖 御神渡り

1月は氷点下2桁の日が多く、諏訪湖の御神渡りに期待が集まりました。地元紙(信濃毎日新聞)には毎日のように諏訪湖の様子が掲載されていました。「寄せ氷」と呼ばれる現象が発生しましたが、残念ながら全面結氷にはならず、立春の2月4日「明けの海」となりました。御神渡りが最後に確認されたのは2018年で、「明けの海」は8季連続となりました。やはり温暖化の影響が強いようで、このままいくと将来にわたって御神渡りの出現は厳しいのではないうか、という意見があります。



▲信濃毎日新聞2月5日13面掲載記事より

## 水道管の凍結トラブル

今冬も凍結により、水・湯が出ないというトラブルが数件発生しました。原因については様々でしたが、凍結防止ヒーターが経年劣化により故障し、正常に作動せず凍結してしまつたケースがありました。凍結防止ヒーターは、気温の低下時に水道管の凍結を防ぐための装置です。特に冬季の寒冷地で、凍結による水道管のひび割れや破裂といったトラブルを防ぐために使用されます。

【寿命】凍結防止ヒーターの寿命は、製品の種類や使用状況により異なりますが、一般的に5年から10年程度とされています。

【経年劣化】長期間使用していると配線が古くなり、断線や火災のリスクが高まります。10年以上経過した製品は、ヒーターを覆う外被の劣化により本来の性能を発揮できない恐れがあります。

【管理】  
 ・設置から10年を超えている場合は、交換をお勧めします。(メーカー推奨)  
 ・凍結シーズン前に通電テストで凍結防止ヒーターが故障して水道管が凍結・破裂すると、ヒーターの交換費用よりも高額な修理費用がかかります。ご心配な方は管理事務所までご相談ください。



通電している      新規防止ヒーター設置      故障防止ヒーター      〈防止帯故障〉通電していない

## ベーカリーレストラン EPI (エピ)



茅野市北山、国道299号メルヘン街道沿いに、パンとイタリアンのお店があります。店内に入ると香ばしい匂いがして、朝食後2時間しか経っていません。朝食が空いた感覚に陥ってしまい、早速数種類の焼きたてパンを購入してしまいました。パンを販売している隣は、レストランになっており、奥にはドーンと構えたブルーの大きなピザ窯があります。その窯で焼いたピッツアも食べたかったので、ランチには少し早い時間だったので、次回の楽しみとしました。購入したパンは家に帰ってからペロツとお腹にin! (どれもおいしかったあー)

EPI(エピ)という店名は、フランス語で「麦の穂」。「食べたら幸せになれるパンとお料理」を目指しており、麥科のおいしい水と空気を使って、笑顔を忘れず、ひとつひとつ心をこめて作っています。

2月22日にうかがった際、周辺は雪景色でわかりませんでした。お店の隣には畑があり、夏の時期は、ピッツアに使う野菜やハーブを有機栽培して、パジル・ニンニク・レタス・ジャガイモ・豆などを自家栽培で賄っているとの事で、新鮮な食材を使ったお料理をぜひ味わっていただきます。きっと笑顔になれると思います。



**Guide**

住所 ▶ 茅野市北山5522-373 ☎ 0266-67-5311

営業時間 ▶ 9:00 ~ 17:00

定休日 ▶ 火、水 (冬季火、水、木)

4月定休日 ▶ 1,7,8,14,15,21,22,28

GW期間 ▶ 4月29日~5月6日は休まず営業

EPI (エピ) HP

## 地元 de ぐるめ おいしいお店

### 茅野市 エリア

今回は! 別荘のお客様よりご紹介



茅野市玉川のエコーライン道路から500mほど入ったところにサンロクカフェという、落ち着いた雰囲気のお店があります。ランチセットはピザ・パスタ・お肉料理を選ぶことができ、オードブルとサラダ、オニオンングラタンなどが付きます。どの料理も盛り付けが繊細で美しく、お料理に気持ちもこもっていると感じました。もちろん味もとてもおいしくて優しい味でした。

食後にはコーヒーとチーズケーキをいただきました。このチーズケーキも絶品です! 甘さは控えめで、濃厚でコクがあり、口に入れるとろけちゃう感じで、コーヒーとすごく合いました。

落ち着いた静かな雰囲気の中で、ホッとさせる時間を過ごすことができました。チーズケーキはネット販売もしているので、下記URLからぜひご注文してみてください。

**Guide**

住所 ▶ 茅野市玉川11400-1410 ☎ 0266-75-5185

営業時間 ▶ ランチ (火~土) ... 11:30 ~ 15:00  
 カフェ (火・水) ... 14:00 ~ 17:00  
 ディナー (木・金・土) ※予約制 ... 17:30 ~ 21:00

SANROKUCAFE (サンロクカフェ) HP

# 新生上田市 誕生20年



平成18年(2006年)3月6日に、旧上田市・旧真田町・旧丸子町・旧武石村が合併し、新しい上田市が誕生してから20年経ちました。

信州の鎌倉と言われる肥沃な塩田平。真田氏が築いた上田城をはじめ、歴史が感じられる建造物。菅平高原・美ヶ原高原などの大自然があり、名物やグルメ等も多数ある。魅力にあふれるのが上田市です。

今回は、城下町として栄え、市街地の中に昔の街並みを残す「柳町」と、「世界で一番きれいな2週間」と自負する花桃の里「武石余里」をご紹介します。

## 旧北国街道 宿場町

うえだし やなぎまち  
上田市 柳町

**上田市の観光** といえば、なんといっても上田城が有名ですが、その上田城から歩いて約10分の場所に「柳町」という歴史ある家並みが残る通りがあります。名前のとおり柳の木が多かったようです。旅籠屋や商家が軒を連ね、呉服屋だけでも25軒あったといえます。面影を残す街並みは白い土塀に格子戸のある家、古道具店、杉玉のある造り酒屋などが現存しています。

柳町の歴史は古く、もとは戦国時代の上田城の城下町として北国街道沿いに誕生しました。その後北国街道は、佐渡金山から江戸まで金を運ぶ街道として、五街道に次ぎ重要な役割を担い、江戸中期には全国から善光寺詣や、戸隠詣などで北国街道を利用する人が増加し、参勤交代や佐渡金山への道として賑わい、柳町は北国街道の上田宿として栄えました。旧北国街道の長い伝統が息づく通りには、築100年を超える風情のある長屋が軒を連ね、古き街並みを今でも見られる貴重な観光地となっています。

通りには50年の歴史を誇る酒蔵や、信州味噌の蔵元をはじめ、信州蕎麦の人気店、業界でも一目置かれる天然酵母のパン屋、ご当地グルメとして注目される「美味だれ焼き鳥」を楽しめるお店から、地元名物のくるみおはぎ・真田REDアップルを使ったスイーツ、そしてワイナリーの直営店など、魅力あふれるたくさんのお店が軒を連ねています。

古い町並みが現存していることや、落ち着いた風情があることから、映画やドラマのロケ地にも使われています。



## 一里 花桃の里

たけしより  
武石余里

のどかな里山にピンクや白の花桃が咲き乱れます！

**上田市武石の「余里」** 地区という場所に約4kmにわたり約2,000本の花桃の木が立ち並び、4月下旬～5月上旬にピンクや白の花が咲きます。

武石は美ヶ原のふもとに位置します。平成のはじめに余里地区にとってもきれいな花を咲かせる花桃の木が2本あったそうです。あまりにもきれいな花が咲くので、地区の人々はハナモモの実を拾って播き、苗を植えて木を増やし、いつの間にか4km近くの通りとなり、毎年この花を楽しみに訪れる人々が多くなっているそうです。

花桃を植えて手入れしている地元の皆さまが「世界で一番きれいな2週間」と自負している花桃の里です。例年の見頃は4月下旬～5月上旬です。



### 一万歩駐車場

- 上田市武石余里16
- 花桃開花期間のみ利用可能
- 期 間▶ 4月中旬～5月上旬
- 駐車場▶ 普通車約80台・無料

### お問い合わせ

- 武石観光協会 ● TEL0268-85-2828
- 〒386-0592 長野県上田市下武石742番地
- 上田市武石地域自治センター(産業観光課内)

女神湖遊歩道整備事業に一億円

立科町議会3月の定例会が3月3日開催され、女神湖の遊歩道整備(5年計画)に1億円の予算が充てられるようです。



▲立科町花・すずらん



▲立科町木・しらかば



▲立科町鳥・キジ



立科町  
マスコットキャラクター  
しいなちゃん



立科町合併70周年

立科町【合併70周年】

立科町は、1955年4月に芦田村、横鳥村、三都和村の3村が合併して立科町となりました。その後1958年10月1日に町制施行して立科町となり、昨年2025年で70周年を迎えました。  
近年は人口の減少や少子高齢化が進み、課題は多くありますが、目指す将来像を「人と自然が輝く町」と定め、この町の豊かな自然環境を守りながら、持続可能な地域づくりをしていきたい。と、両角正芳町長のお言葉が、立科町全戸に配布された町勢要覧に記されています。(町勢要覧には立科町のあゆみや、概要・気象・人口等が掲載されています。冊子は弊社管理事務所に置いてあります。閲覧をご希望の方はお気軽にお立ち寄りください。)



長野県  
NAGANO 150th

長野県【誕生150周年】

明治9(1876)年8月21日、筑摩県と長野県が合併し現在の長野県が誕生し、今年で誕生150周年となりました。長野県では誕生150周年を記念して、日本記念日協会の周年記念に「長野県・誕生150周年」として登録をしました。  
一年間を通じ、記念式典やデジタルスタンプラリー等さまざまな記念行事が行われるようです。hp等参考にしてみてください。



▲長野県木・しらかば



▲長野県鳥・らいちょう



▲長野県花・りんどう

長野県150周年 特設サイト



長野県150周年記念  
「もっと知りたい！」  
信州体験割  
QR



「わたしの、私たちの長野県」  
QR  
事業コンセプト  
自らを知り 互いを知り  
高め合おう

安曇野市

ちよこっと

おでかけ



犀川から北アルプスを望む



常念岳

広大な山々に感動！感動！また感動！  
1月10日、快晴で気持ち良かったので、  
厳寒の中、安曇野市へ行ってきました。

白樺高原周辺から見える北アルプスも  
素敵ですが、安曇野から見える北アルプ  
スはスケール感が違い、目の前にドーンと広がっていました。ゆっくり  
流れる犀川の後ろには広大でまっ白な北アルプス、そして澄んだ青い  
空！この景色をみていたら、小っちゃなことは気にせず、前を向いて進  
もう！と思えました。



「わさび」について

わさびは多年草で年中収穫できますが、旬は一般的に春です。この時期は寒暖差が大きく、わさびが最も風味豊かに育つタイミングとされています。冷涼な気候を好む植物で、成長には約一年半〜二年かかります。春先は、冬の寒さでじっくり成長した根が、春の水温の上昇で一気に旨味を蓄え、香り・辛味・甘みのバランスが最高の時期になります。

★わさびの生産量全国1位は長野県  
年間を通して、水温が安定した清らかな水と澄んだ空気が豊富で、恵まれた環境である安曇野は生産地として特に有名です。

★大王わさび農場

大王わさび農場は、日本最大級のわさび農場です。わさび田が広がり、川を流れる水の音が心身を癒し、訪れる人々に感動を与えてくれます。また、美しい自然と共にわさびの深い味わいを堪能できる、わさびソフトクリームやわさびコロックは年間を通して味わうことができます。  
安曇野のわさびの旬は4月中旬から6月下旬です。  
皆さん！ぜひ行ってみてください。

大王わさび農場

住所 ▶ 〒399-8303 長野県安曇野市穂高3640  
電話 ▶ 0263-82-2118 入場料 ▶ 無料  
営業時間 ▶ 3月～11月(8:00～17:00) / 12月～2月(9:00～16:00)



わさびコロック



わさびソフトクリーム

# 冬から春夏へ 心ふるえる信州 山の風景 自然の魅力



女神湖と蓼科山〈2026.1.9撮影〉



美ヶ原高原風景〈2025.9.17撮影〉



美ヶ原高原 雲海の風景〈2025.9.16撮影〉



第二牧場より望む浅間山〈2026.1.9撮影〉



茅野市から望む車山〈2026.2.22撮影〉



白樺湖と蓼科山〈2026.2.22撮影〉



車山とアルプス〈2026.1.9撮影〉

## 編集後記

白樺高原にもよつやく春がやってきました。日々変わっていく景色を見ているとウキウキと嬉しい気持ちになります。景色だけでなく、生活の中のちよつとしたことで、ささやかな幸せを感じる時がありますよね。私はホッとしたい時にスイーツを食べることがあります。「おいしー」と発音することで一層幸せを感じ、「よしー」がانبらるぞー」と思える時があります。そんなプチ幸せを感じている一方で、今、世界では戦争や紛争、自然災害等々に直面し、明日の命もわからない人々がいて、本当に心が痛みます。平穏な日が明日も続くとは限りません。そのような事象と私たちはどう向き合っていくべきか、何を大切にしたい、私たちに何ができるのかを考えていかなければ、と思った春です。

これから高原の爽やかな季節がやってきます。そして今年も暑い夏になるかと思えます。夏でも涼しい白樺高原にぜひいらしてください。

皆様のお越しをお待ちしております。

信州リゾートサービス(株) 一同

※弊社ホームページをご覧ください。

