



筑北村



おでかけガイド

筑北村は周りをぐるりと山に囲まれ、田畑が広がるのどかな景色が広がります。色鮮やかな自然や季節の移ろいは美しく、目を瞠ります。筑北村で穏やかなひと時をお過ごしください。

とくら沢ふれあい広場キャンプ場

オートキャンプサイトやコテージ、大きな広場などがある家族向けのキャンプ場。近くには温泉施設があり便利です。（例年4月末～10月の営業）



やすらぎスポーツ広場

聖高原

麻績 IC

坂北

西条

筑北スマート IC

旧国鉄廃線敷きウォーク

ルート変更に伴い1988年に廃線となった跡をイベント開催時に一般開放しています。イベント情報は村HP・Instagram・X等で告知します。この機会に歩いてみてください。



青柳城址公園

かつてこの地を治めた青柳氏による山城跡。主郭からは雄大な北アルプスが眼前に広がり、季節ごとに美しい景色が楽しめます。



四阿屋山

筑北の谷の中心にそびえる標高1,387mの信仰の山。登山口は複数あり、ルートごとに難易度が異なるため何度来ても飽きません。



坂井いちご園

粒が大きく甘いと大人気のいちご園。4品種の食べ比べができます。完全予約制でゆっくり味わえるのも嬉しいポイント。（例年1月～5月の営業）



500m

Photo Gallery ...



01. 福寿草（3月） 02. 桜（4月中旬） 03. 花桃（5月上旬） 04. 水仙（3月下旬～4月中旬） 05. 藤（風越峠の展望台・5月） 06. ミヤコワスレ（修那羅山安宮神社・6月上旬） 07. あじさい（碩水寺・7月中旬） 08. 初夏の永井ダム 09. 高原野菜畑の夏 10. 雨上がりの朝 11. 稲穂（9月初旬～中旬） 12. はぜかけの様子（9月中旬～10月上旬） 13. 夕焼け 14. 晩秋 15. 紅葉（風越峠の展望台） 16. 紅葉（10月下旬～11月上旬） 17. 初冬 18. 初霜 19. 里山の冬 20. 高原野菜畑の冬

旬

が揃う直売所

採れたて新鮮野菜や農作物、山菜・キノコ類など季節ごとに並びます。

01 本城らんらん広場



☎ 0263-66-3063

🕒 09:00 - 14:00

📅 5-6月
第2・4土曜日
7-11月
金・土曜日

らんらんオリジナル



古代米は
白米に
混ぜて

風味豊かな
きな粉



新鮮な朝採れ野菜



香り・風味が豊かな
天日干しのほかけ米

02 坂北やさい BOX



☎ 0263-66-3080

🕒 09:30 - 16:00

📅 木曜日・年末年始



キムチ・ソムリエ監修！
西条白菜使用



大ぶりで甘みのある白菜
西条白菜



昔ながらの/
手作り信州味噌
リンゴ農家が作る
ジュース

03 まんだらの庄



☎ 0263-67-2222

🕒 5-11月
09:00 - 16:00
12-4月
09:00 - 15:00

📅 火曜日・年末年始



えごまを使った
ふりかけ・油



甘くて大粒/
坂井いちご園のいちご



10食べたら止まらない
おいしさ！ほかけ米使用

01 月路



☎ 0263-66-4850

🕒 11:00 - なくなり次第

📅 月～木曜日

02 よってきましょ もえぎ亭



☎ 0263-66-3150

🕒 11:00 - 14:00

📅 木曜日

03 坂井郷土食研究会



販売場所 まんだらの庄

販売曜日 日・水・金曜日

04 修那羅山石仏おやき



販売場所 まんだらの庄

販売曜日 木・土曜日

昔ながらの灰焼きおやき。大きく食べ応えがあります。

鉄板で焼いた皮は、表面はカリッとして味わい深いです。

朝蒸しおやき。ふかしまんじゅうのような優しい食感です。

焙烙で焼いた硬めでしっとりした皮が特長のおやきです。

信州の郷土料理

おやき

修那羅石神仏ガチャ



販売場所

西条温泉とくら
坂北やさい BOX
まんだらの庄

販売時間

各店舗営業時間内

オリジナルトートバッグ



素朴な可愛さがいね！

販売場所

西条温泉とくら

筑北村キャラクター



てんま天舞くん
ちくにゃん

2023年に誕生した村のキャラクター

各店舗の営業時間・定休日は 2025 年 3 月のものです。最新の情報は各店舗へお問合せ下さい。

食べる

朝採れ新鮮野菜や旬の食材、地元産お米に地粉など、筑北産の食材にこだわったお店がたくさん

01 Silk & Soy



☎ 080-9373-1428

🕒 10:00 - 18:00

📅 月～水曜日



かつて生糸や醤油づくりをしていた古民家を改装したカフェ。珈琲や紅茶以外に焼き菓子も並びます。

02 花岡寿し



☎ 0263-66-4100

🕒 11:30 - 13:30
17:00 - 22:00

📅 木曜日



新鮮な旬のネタにこだわるためお寿司は予約制となりますが、カツ重やエビ重などメニュー多数です。

03 居酒屋 しんちゃん



☎ 0263-66-3659

🕒 17:00 - 24:00

📅 日曜日



手作り餃子はお店自慢の味。定番の居酒屋メニュー以外にも最近始めたカレーやハンバーグも人気。

04 銀扇亭



☎ 090-1868-0913

🕒 ・店内
17:00 - 19:00
・テイクアウト
12:00 - 14:00
16:00 - 18:00

📅 月～木曜日



こだわりのお寿司や一品料理が楽しめます。テイクアウトもあり。2人前から要予約。

05 村のパン屋さん ちくほっくる



☎ 0263-66-0001

🕒 11:00 - 16:00

📅 水・日曜日



石臼自家製粉にこだわった香り豊かなパンが並びます。店内にはカフェスペースもありつろげます。

06 西条温泉 とくら



☎ 0263-66-2114

🕒 11:30 - 13:30
17:30 - 19:30

📅 火曜日



季節の料理やジビエパスタなどメニュー多数。1日限定 10 食のとくらダムカレーは早い者勝ちです。

07 筑北村のスマイリーカフェとにこにこごはん屋さん



☎ 0263-55-8140

🕒 11:00 - 23:00

📅 不定休



昼夜通してカフェ・定食・お酒が楽しめます。推し色ドリンクや鑑賞会スペースがあり、推し活が楽しめます。

08 よってきましょ もえぎ亭



☎ 0263-66-3150

🕒 11:00 - 14:00

📅 木曜日



地粉を使い毎朝手打ちするうどんはコシが強く、青大豆を使った“もえぎうどん”はお店の名物です。

09 小木曾食堂



☎ 0263-66-3758

🕒 11:30 - 14:00
18:00 - 22:00

📅 月曜日終日
木曜日夜



古民家を改装したピストロ。ランチ・ディナーの他、店内には焼き菓子や総菜なども並びます。要予約。

10 差切峡温泉 坂北荘



☎ 0263-66-2223

🕒 11:30 - 14:00

📅 木曜日



ボリューム満点の定食や麺類、カレーなどが嬉しい価格で食べられます。特力汁定食が好評です。

11 麺処 - 子々 -



☎ 0263-67-2522

🕒 11:00 - 14:00

📅 月曜日



一番人気は麻婆ラーメン！クセになる旨みのある辛さが特徴です。ごはんを頼めば麻婆丼にも大変身。

12 そば処 さかい



☎ 0263-67-2888

🕒 11:00 - 14:00

📅 火曜日



地粉を 100% 使った“信州の田舎そば”はもちろん、筑北村産ジビエ料理や定食なども絶品です。

013 草湯温泉 冠着荘



☎ 0263-67-2216

🕒 11:30 - 14:00

📅 木曜日
その他不定休



毎日来ても飽きない日替わり弁当が一番人気。カレードリアも始めました。一部テイクアウトも可能です。

more information



観光サイト



Instagram



X (旧 Twitter)

Enjoy your meal!!



各店舗の営業時間・定休日は 2025 年 3 月のものです。最新の情報は各店舗へお問合せ下さい。