



アクセス

電車の場合

東京駅 → 那須塩原駅

JR 東北新幹線で
東京駅から70分

那須塩原駅 → 塩原温泉

那須塩原駅からJRバスで
60分 [塩原温泉バスターミナル] 下車

那須塩原駅 → 板室温泉

那須塩原駅から関東自動車 (旧東野バス) で
50分 [板室温泉] 下車

那須塩原駅 → 西那須野駅

JR 宇都宮線 那須塩原駅から5分

西那須野駅 → 塩原温泉

JRバスで43分

那須塩原駅 → 黒磯駅

JR 宇都宮線 那須塩原駅から6分

黒磯駅 → 板室温泉

関東自動車 (旧東野バス) で35分

浅草駅 → 上三依塩原温泉口駅

東武線で約3時間

上三依塩原温泉口駅 → 塩原温泉

ゆ〜バスで22分
[塩原温泉バスターミナル] で下車

自動車の場合

東京方面から

東北自動車道 浦和ICから
西那須野塩原ICまで約1時間30分

仙台方面から

東北自動車道 仙台宮城ICから
黒磯板室ICまで約2時間



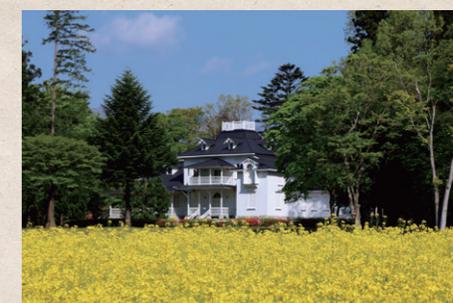
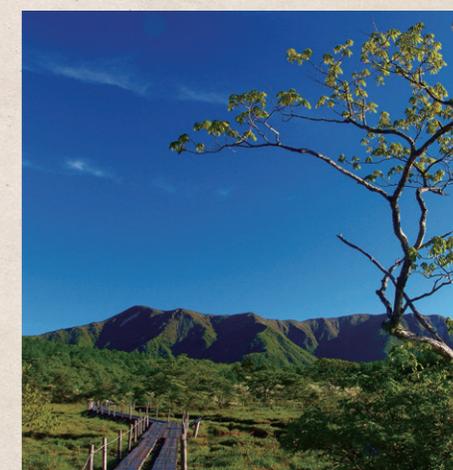
欲張り週末リゾート宣言。



塩原温泉 板室温泉 栃木県

時を超え、世代を越えて愛される。

二つの湯を愉しむ。





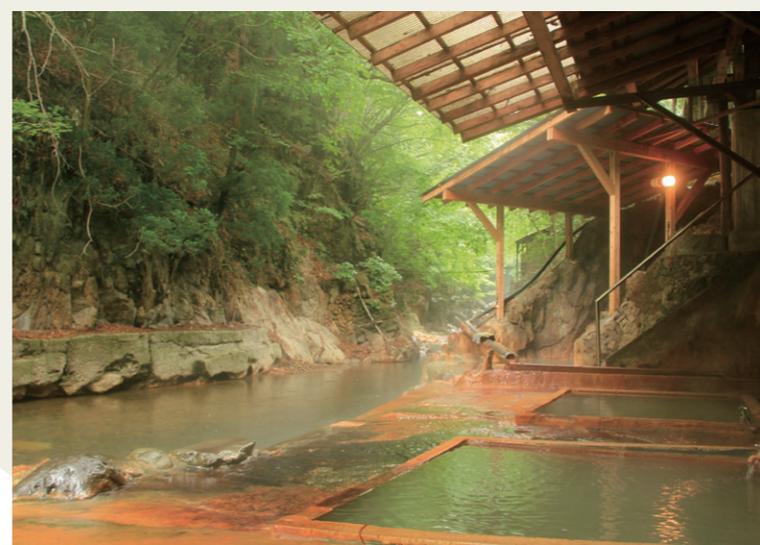
塩原・板室、二つの湯を愉しむ。

東北新幹線で東京からわずか1時間と少々、大宮からだとも50分弱、停車駅にして3つ目というアクセスの良さにもかかわらず、そこには遙か平安時代に発見された二つの古湯を抱く温泉地が待っています。塩原と板室、規模や趣きこそ違いますが、どちらも心ゆくまで温泉につかることで、自分のための贅沢な時間を過ごすには、もってこいの大人の週末リゾートです。



幾人もの文人が、こよなく愛した地 ～ 塩原温泉郷

塩原地区の西の峰に端を発し南東に流れる箒川。その渓谷沿いに連なるように泉質や趣きの異なる11地区の温泉が点在しています。日本にある10種類の泉質のうち6種類を有し、且つ150以上の源泉が存在する国内屈指の一大温泉郷なのです。



複数の温泉の総称として使われる「温泉郷」。この表現を最初に用いたのは小説家の田山花袋といわれています。大正時代に出版された『温泉めぐり』において、塩原十一湯のことを「温泉郷」と評したのが始まりだとか。

塩原には明治期以降、数多くの文人墨客が訪れるようになりました。彼らは豊かな自然に包まれたこの地で、渓谷美に心を躍らせ名湯につかり、心身ともに癒されながら小説や詩歌などの作品を誕生させました。

尾崎紅葉、夏目漱石、齊藤茂吉、与謝野晶子、山岡荘八、谷崎潤一郎…名だたる文人たちが訪れた塩原は、当時の趣を今に伝えています。

尾崎紅葉…代表作「金色夜叉」の舞台として塩原の自然美を印象的に描く。

齊藤茂吉…学生時代に発表した「塩原行」が、歌人としての本格的なスタートとなる。

山岡荘八…小説「徳川家康」執筆の折、塩原の旅館の一室に「籠城」していた。

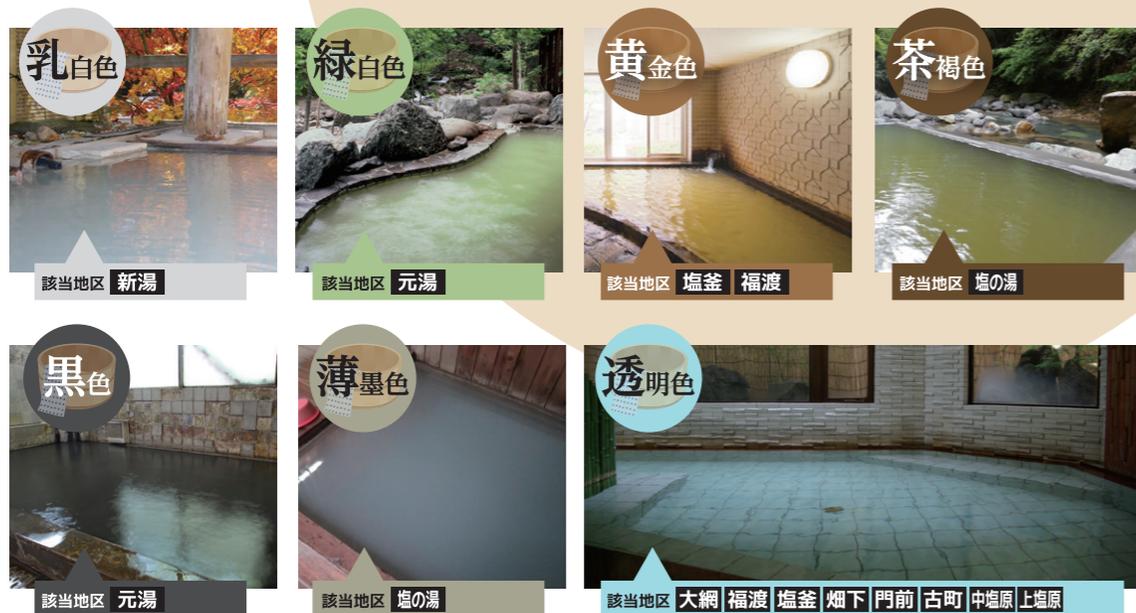
平安時代が発祥!?

塩原温泉の発祥は驚くほど古く、いまから1200年以上も前大同元年(西暦806年)というから、「鳴くようぐいす平安京」でおなじみの西暦794年から12年後、丁度平安時代の前期にあたります。承和9年(西暦842年)には弘法大師の入湯も伝えられ、塩原温泉にある天狗岩には弘法大師と天狗にまつわる伝説も残っています。これだけ長い間、絶えることなく続いてきた温泉なんて、考えただけでワクワクしちゃいますね! ちなみに天狗岩はその頂上に展望台があり、そこからは塩原温泉郷が一望でき、おススメの絶景スポットです。



7色の温泉を愉しむ。～塩原温泉郷

塩原温泉郷には、まるで虹のように(虹の7色とは違いますが)7色の温泉が存在します。『温泉の宝石箱』と称する人もいて、実に華やかです。「透明」「乳白色」「緑白色」「黄金色」「茶褐色」「黒色」「薄墨色」と揃う7色全てを堪能するもよし、自分のお好みの色で選ぶもよし、新しい温泉の選び方としていかがでしょう。



色だけじゃない。泉質・効能も多種多様。

温泉が色で選べるだけではありません。温泉の顔とも言えるのが「泉質」。ここ塩原温泉郷には、日本国内に存在する10種類の泉質のうち、なんと6種類があります。「塩原十一湯」と呼ばれる11か所の温泉地ではそれぞれに異なった泉質や効能を持ち、都会から訪れる人々にとっては、何とも贅沢なひとときを過ごせること、請け合いです。

<h3>塩化物泉</h3> <p>【特徴】湯冷めしにくく、塩の殺菌効果で傷にも良い。美肌効果も期待でき、飲用もOK。 【ここに注目!】入浴後の保温効果</p>	<h3>炭酸水素塩泉</h3> <p>【特徴】肌に優しく、皮膚を滑らかにする美肌の湯。また、皮膚病や火傷、切り傷にも良い。 【ここに注目!】湯上がりの清涼感</p>	<h3>硫酸塩泉</h3> <p>【特徴】クレンジング作用で、肌の角質をとる美肌効果が期待。皮膚の表面を軟化させる作用有り。 【ここに注目!】お肌にうるおい</p>
<h3>硫黄泉</h3> <p>【特徴】毛細血管拡張作用で老廃物を含む血液の流れを改善する。 【ここに注目!】生活習慣病に喝</p>	<h3>酸性泉</h3> <p>【特徴】殺菌、解毒作用により慢性皮膚病の治療に良く、肌のキメを整え、リフトアップ効果が期待できる。 【ここに注目!】美肌力の再生</p>	<h3>単純泉</h3> <p>【特徴】肌に優しく、天然の保湿成分と言われる「メタケイ酸」が豊富でお肌つるつる。美肌効果が期待できる。 【ここに注目!】やわらかさとやさしさ</p>

女性必見!天然の保湿成分「メタケイ酸」って?

肌の新陳代謝を促進してツルツルの美肌にしてくれるといわれる、美肌成分がメタケイ酸。化粧水や入浴剤などの潤い成分としても配合されており、肌のセラミドを整える作用が期待できると言われています。温泉水1,000mg中に100mg以上含まれると“美肌形成の湯”と言われ、塩原では9割が100mg以上。中にはなんと200mg以上の湯も!

湯処みやげ

源泉100%化粧水「塩原温泉みすと」

塩原の美肌泉質の中から5つの温泉(元湯・古町・門前・塩の湯・福渡)をブレンドしたのが「塩原温泉みすと」。特殊ノズルで粒子が細かくお化粧の上からでも保湿でき、ご自宅でも塩原温泉をお楽しみいただけます。

塩原温泉みすと ●内容量 80g ●販売価格 1,200円(税別)
※那須塩原市観光局、塩原もの語り館、市内旅館にて販売中。詳しくは那須塩原市観光局0287-46-5326まで。
※「板室温泉みすと」も絶賛発売中!

ハローキティがデザインされた可愛いボトルです!

温泉の正しい入浴法

- ### 準備

入浴の前には、水やお茶などで、十分に水分補給をしましょう。また、飲酒後や食事の前は血圧のコントロールが効かず、大変危険ですので入浴は控えましょう。
- ### かけ湯

すぐには浴槽に入らず、まずはかけ湯をしましょう。まずは、足から腰、肩、胸、そして最後に頭という順番でお湯に身体を慣らしましょう。
- ### 湯に浸かる

まずは、半身浴。水位は胸までにしましょう。入浴時間は熱めのお湯なら10分、ぬるめのお湯なら20分を目安に3回に分けてください。合間に休憩も忘れずに!
- ### 湯上り

せっかくの温泉成分は洗い流さず、タオルや手ぬぐいで軽く拭く程度にしましょう。※肌が敏感な方は、酸性泉や硫黄泉など刺激の強い温泉の場合は、シャワー等で流すことをおすすめします。

温泉文化 生活文化 芸術文化を味わう ～ 板室温泉

深い山間に静かに佇む板室温泉は、効能の良さから「下野の薬湯」と親しまれ、古い歴史と昔ながらの情緒を残しつつ現代アート作品が点在する、懐かしさと新しさが調和している湯治の里です。

泉質は無色透明のアルカリ性単純泉で湯温は約40度で、しっとりとして刺激が少なく、ゆっくりと時間をかけて身体を温めるので、いつまでも入っていただける心地よさが評判となり、温泉利用の効果が十分に期待できることなどから、1971年に環境省から「国民保養温泉地」の指定を受けました。



板室温泉三大祈願 ～ お湯詣り～

板室温泉に古くから伝わる「三大祈願所」でご祈願していただいた御札を湯口にお供えし、お湯に浸かることにより御利益を得て健康になっていただきたいとの思いから始まりました。一年を通して「温泉のお詣り」をしていただけます。



Q.「綱の湯」ってなに？

綱につかまり、立ったまま深めの浴槽に浸かる板室温泉独特の入浴法です。胸あたりから足のつま先まで水圧がかかるので末端の毛細血管まで血行が良くなり、温泉入浴の効果が上がります。膝や腰などの関節痛に特に効果があるといわれています。



日帰りでも楽しみたい！おすすめ日帰り温泉

温泉を楽しむスタイルも人それぞれ。板室温泉を日帰りでも体験できるのは魅力的。



奥那須・大正村幸乃湯温泉
☎0287-69-1126 豊富な湯量・源泉かけ流しで、綱の湯が楽しめる古民家風お宿。初めて訪れてもどこか懐かしい。



板室健康のゆ グリーングリーン
☎0287-69-0232 広い休憩室や食堂も完備している日帰り温泉施設です。ここでも綱の湯を体験できます。

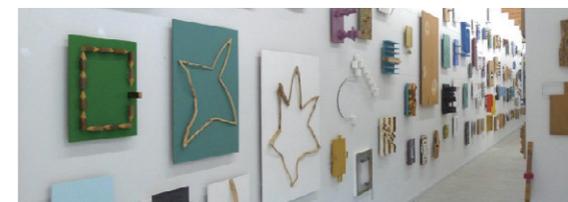


源泉 ほたるの湯
☎0287-69-0345 自家源泉を持つお宿で日帰り入浴も可能です。夏には、ホテルが鑑賞できます。

個性溢れる現代アートの世界



板室温泉で近年注目されているのが現代アート。倉庫美術館には菅木志雄の作品が常時展示されており、その魅力を体感できます。「大黒屋現代アート公募展」では毎回500名以上の応募があります。



受け継がれる湯治場の歴史



保養や療養に利用されてきた湯治場も、最近では泉質の特徴である“しっとり感”と“美肌効果”を求める温泉通の女性に人気が高まっています。枕が選べるお宿もあり、心も体もリラックス。まさに現代の湯治場スタイル。



日本乳がんピンクリボン運動

乳がんの手術を受けられた方が周りの眼を気にすることの無いように「入浴着」をご用意しており、女性に優しい温泉地を目指しています。



温泉で黄土浴!? アタラクシア(大黒屋宿泊者限定)

「黄土」で造られた室内は40度と温かく、遠赤外線効果でゆっくりと時間をかけて身体の中からほっかほか。血流が良くなると同時に美肌効果も得られます。黄土浴用の浴衣に着替え、床に横になりそのままリラックスして、あったかいお部屋でごろんとするのもいいかも。



湯処みやげ

温泉をそのまま化粧水にしました！「板室温泉みすと」

肌触りのいいアルカリ性単純泉の源泉100%化粧水。

美肌成分が豊富な「板室温泉みすと」は、防腐剤・化学成分も無添加です。

メイク前メイク直し、日常の保湿にどうぞ。

板室温泉みすと ●内容量 80g ●販売価格 1,200円(税別)

※那須塩原市観光局、塩原もの語り館、市内旅館にて販売中。詳しくは那須塩原市観光局0287-46-5326まで。

※「塩原温泉みすと」も絶賛発売中！

好評発売中





水と森、そして風が歴史の旅へ誘う

文人をはじめとして、幾多の人々の心を癒してきたまち、那須塩原。
ここには、温泉以外にも歴史との出会いを感じずにはいられないスポットが点在しています。
これらのスポットを訪れ、遠き時代に思いをはせてみるのもいいでしょう。



塩原ものの語り館

もの語りは出会うことから始まる

開湯1200年以上の歴史や、塩原ゆかりの文人たちの足跡、そして塩原の観光情報など、昔と今を知ることができる塩原観光の拠点施設です。

- ◆営業時間 8:30～18:00(年中無休)
- ◆入館料 無料(資料展示室のみ有料)
- ※資料展示室 大人 300円、小・中学生 200円
65歳以上・障がい者 200円

資料展示室

文人たちと塩原の出会い



展示室に足を踏み入れると、塩原の1,200年を超える歴史の深さとともに、訪れた文人の多さにあらためて驚かされます。

なぜ、明治・大正時代に活躍した文人たちの多くが、こんなにも塩原を訪れたのでしょうか。そして、彼らと地元の人々との間にどのような交流があったのでしょうか。

スクリーンに映し出されるもの語りシネマでは、様々なエピソードを紹介しながら、謎にせまっていきます。



塩原愛にまつわる展示品がたくさんあります

カフェレストラン 洋燈(ランプ)

塩原食材で季節の味を



野菜直売所を併設している強みを活かし、地元食材を積極的に使用しています。季節ごとに変わるおもてなし料理を、窓に映る美しい景色とともに味わってください。

- ◆営業時間 10:00～16:30

■ほかにもあります！

- ・観光情報コーナー
- ・塩原みやげの売店
- ・野菜直売所(4月～11月)
- ・敷地内源泉の足湯
- ・ベンチが設置された屋外テラスは憩いのスペース



天皇の間記念公園 (県指定文化財)

厳かな空気につつまれて

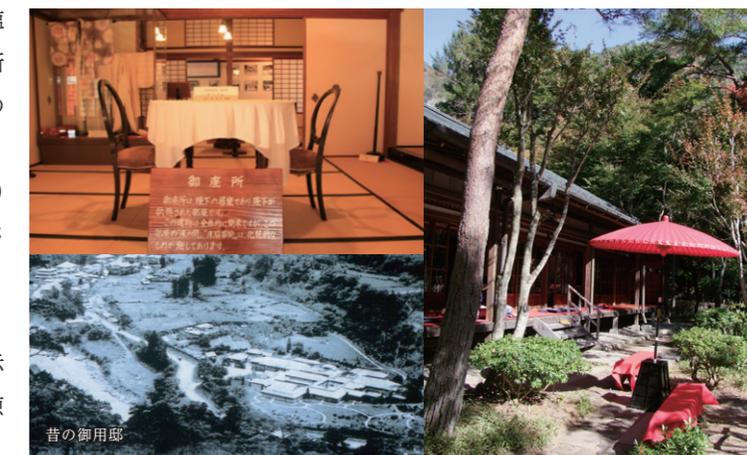
風光明媚であるとともに良質な温泉が湧き出る塩原の地は、皇室の人々に愛されてきました。建物に刻まれた歴史を感じてください。

- ◆開園時間 9:00～17:00(12月～3月は16:30まで)
- ◆休園日 水曜日
- ◆入場料 大人 200円、小中学生 100円
65歳以上・障がい者 100円

大正天皇をはじめ多くの皇族が利用された塩原御用邸。その中心部に位置していた御座所のことを、里の人々は敬愛を込めて「天皇の間」と呼んでいました。

味わい深い庭園にたたずむ天皇の間(御座所)は、建築当時の姿をとどめたまま移築保存されているとても貴重なものです。

皇室独特の建築様式もさることながら、展示された文献や写真などからは、皇族方の塩原滞在の様子に思いをはせることができます。



旧青木家那須別邸 (国指定重要文化財)

明治開拓の歴史を偲び、ロマンに想いをよせる

春には菜の花、夏にはひまわり、そして秋にはコスモスと、ほぼ一年中咲きほこる花畑に面して建つドイツ風洋館。

旧青木家那須別邸は、現在は道の駅「明治の森・黒磯」内に併設されています。明治時代にドイツ公使や外務大臣を歴任した青木周蔵子爵が建築したドイツ風洋館です。設計者の松ヶ崎萬長男爵は、日本建築学会の創設者のひとりでもあり、ドイツの建築技術を日本に伝えた建築家です。邸内には、那須野が原開拓の歴史や別邸に関する資料が展示され、当時の華やかな生活の様子が見えます。



- ◆開館時間 9:00～17:30(10月～3月は16:30まで)
- ◆休館日 月曜日(祝日の場合はその翌日) 及び12月29日～1月3日
- ◆入館料 大人 200円、小中学生 100円、障がい者 無料(要手帳提示)

歳時記 花暦／イベント

塩原温泉・板室温泉の周辺では四季それぞれの花が楽しめます。また、一年を通して様々なイベントが開催されます。自然が演出する花々の色の鮮やかさ、頬をなでる風のさわやかさを心ゆくまで味わうもよし、季節ごとのイベントで、地元の方々とふれあうもよし…。
極上の温泉リゾートライフをゆったりとお過ごしてください。

 カタクリ ■黒磯公園	 ヤマツツジ ■烏ヶ森公園 ■箱の森プレイパーク	 アジサイ ■東那須野公園 ■烏ヶ森公園
 ミズバショウ ■箱の森プレイパーク	 ザゼンソウ ■沼ツ原湿原	 ニッコウキスゲ ■沼ツ原湿原
 サクラ ■烏ヶ森公園 ■千本松牧場 ■西那須野運動公園 ■黒磯公園	 ポタン ■妙雲寺	 ユリ ■ハンターマウンテン塩原
 アカヤシオ ■七ツ岩吊橋付近	 シロヤシオ ■深山園地	
 スイセン ■東那須野公園		

 ヒマワリ ■道の駅 明治の森・黒磯	 草紅葉 ■沼ツ原湿原
	

- 紅葉**
- 塩原地区
 - 板室・黒磯地区
 - 西那須野地区
- 日塩もみじライン
■ 塩原温泉
■ 大山参道

	春 3月～5月		夏 6月～9月		秋 10月～11月		冬 12月～2月	
---	-------------------	--	-------------------	--	---------------------	--	--------------------	--

溪流釣り解禁
3月1日に那珂川、4月第1日曜日に箒川で解禁されます。イワナやヤマメ、ニジマスなどを求めて、毎年大勢の釣り人が訪れます。

4月24日 木の俣地藏尊祭礼
古くからパワースポットとされてきた、板室温泉三大祈願所のひとつ「木の俣地藏尊」の祭礼です。

5月中旬 花まつり
烏ヶ森公園で開催されるお祭りです。

5月8日～31日 塩原温泉ばたんまつり
830年余りの歴史をもつ臨濟宗の古刹、妙雲寺。毎年3000株を超えるポタンが咲き競います。

5月中旬 塩原温泉湯けむりマラソン全国大会





7月上旬～下旬 那須フィッシュランド 天然はたる観賞会

7月28日 塩原温泉 川崎大師 厄除不動尊大祭
温泉街を見下ろす須巻富士山頂に建つ不動明王像の年祭法要です。

7月下旬 西那須野ふれあいまつり

7月中旬～8月 ニジマスつかみどり
塩原の古町河川公園特設会場にて開催しています。

8月8日 籠岩神社祭礼
マス釣り大会を開催。釣った魚は、焼いてその場でご賞味いただけます。

8月 隔年開催 那須野ふるさと花火大会

9月13日 乃木神社例大祭
乃木將軍夫妻を祀るため大正5年に建立された乃木神社の例大祭です。

9月第2月曜日と前日 塩原温泉まつり
塩原温泉に秋の訪れを告げる祭り。お囃子を奏でながら5台の山車が温泉街を練り歩きます。



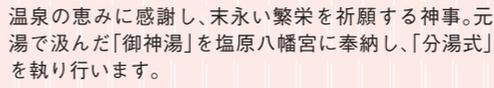


9月下旬 塩原温泉古式湯まつり
温泉の恵みに感謝し、末永い繁栄を祈願する神事。元湯で汲んだ「御神湯」を塩原八幡宮に奉納し、「分湯式」を執り行います。

10月8日 板室温泉神社祭礼
温泉の守護人が祀られている温泉神社の祭りです。境内には杖について温泉療養に来た人が、良くなって奉納していったという杖が多くあります。

10月第4日曜日と前日 那須野巻狩まつり
1193年、源頼朝が自らの勢力を天下に知らしめようと、広大な那須野ヶ原(那須塩原市)を中心に大規模な巻狩を催したのが、この祭りの起源です。

11月3日 那須塩原ハーフマラソン大会




1月中旬～2月 塩原温泉 竹取物語
塩原温泉の中心街、門前・古町地区に孟宗竹を切り出して作った竹灯籠が並び、夜の温泉街に幻想的なあかりを灯します。

11月～2月 那須ガーデンアウトレット ウィンターイルミネーション
光の演奏会をイメージして、約20万個のイルミネーションが施設全体を華やかに彩ります。

1月～3月 板室温泉三大祈願祭

1月11日 西那須野花市

1月第4土曜日 黒磯初市
明治29年から続く、伝統のイベント。近隣市町村から多くの人出で賑わいます。

2月上旬～3月下旬 塩原のんびり湯っくり雑めぐり
塩原の旅館や飲食店など、およそ60施設でお雑様を展示。スタンプを集めると景品がもらえます。





塩原渓谷を東西に走る国道400号線、別名「塩原バレーライン」に沿うように150か所以上の源泉と約60軒を数える温泉宿が「もみじ谷大吊橋」から11km強に渡って点在する、まさに温泉郷と称するのにふさわしい地域です。



至南会津

箱の森プレイパーク

自然をありのままに生かした公園施設です。アスレチック広場や自転車広場、渓流遊びと、家族みんなで大きな自然を楽しめます。宿泊施設や日帰り温泉施設(遊湯センター)もあり、充実の施設です。



塩原温泉・華の湯

サウナ付きの内湯と大きな石を積んだ露天風呂が揃う市営の入浴施設。山里の爽やかな空気の中でのんびりと入浴が楽しめます。



ハンターマウンテン塩原

夏は東日本最大規模のゆりパーク、秋は紅葉の絶景を楽しむスポット、そして冬は首都圏最大級のスキー&スノーボードエリアです。

ひとつで、「3つの顔」を持つ!?

最長滑走距離3,000mを誇る首都圏最大級のスノーエリアとして知られる「ハンターマウンテン塩原」は、都心から約150分という好立地ということもあり、若者からファミリーまで世代を問わず人気のスキー場です。ここでは、夏にはゲレンデをうめつくす50種400万輪のゆり畑に大変身し、色と香り豊かな高原散策が楽しめます。さらに、秋には紅葉ゴンドラを運行。空中や山頂から望む紅葉と山なみの大パノラマもおすすめです。

上塩原

元湯

新湯

富士山(新湯富士)

木の葉化石園

園内の地層から掘り出された化石を展示。かつて塩原が湖の底だったことを物語る、約30万年前の動植物の化石が220種も出土しています。



大沼公園

四季を通して特徴ある景観と生態系を見ることができます。周辺遊歩道はバリアフリーになっており、誰でも快適に自然観察や森林浴が楽しめます。「森林浴の森100選」にも選ばれています。



天皇の間記念公園

大正天皇、昭和天皇をはじめ高松宮殿下、三笠宮殿下など多くの皇族の方々が避暑地として訪れ、利用された「旧塩原御用邸」の御座所を原型のまま移築保存して公開しています。



古町

門前

塩釜

畑下

塩の湯

ビジターセンター

塩原の自然や遊歩道などを分かりやすく展示案内しています。塩原での自然散策やハイキングの拠点にもなり、四季を通して、自然を楽しむイベントが開催されていて大人気です。

至矢板

竜化の滝

塩原十名瀑の一つで、数々の滝の中でも、随一の名瀑とされています。水量が多く、3段になって流れ落ちるさまが、まるで白竜が天をめがけて昇っていく姿に見えることから名づけられました。



安戸山



大網



回顧の吊橋

長さ100m、その高さは30mと塩原一を誇り、その「揺れ具合」はスリル満点!「美しい景観の塩原は去りがたく、つい振り返ってしまう」と、塩原ゆかりの文人・奥蘭田が付けた地名「回顧(みかえり)」に由来します。



もみじ谷大吊橋

塩原ダム湖にかかる、全長320mを誇る歩行者専用の吊橋。恋人の聖地にも選定され、その名の通り、秋の紅葉時はもちろんですが、四季を通して美しい景観を提供してくれます。

至西那須野塩原IC

「塩原もの語り館」を中心に国道400号線とほぼ並行に続く約2kmほどの通称「塩原バレーライン」沿いに広がる塩原の中心街。数々の温泉宿が立ち並ぶ中、飲食店や菓子店などでは、それぞれ趣向を凝らし心のこもった食を提供しています。ゆっくりとした温泉街でのまち歩きもたまにはいいもの！



逆杉(塩原八幡宮)

塩原八幡宮内にある2本の大杉。別名「夫婦杉」とも呼ばれる樹齢1500年の御神木で、国の天然記念物に指定されています。梢に近く高い幹に垂れた太い枝が多いところから「さかさすぎ」と呼ばれるようになりました。



鍾乳洞 源三窟

火山活動によりできた鍾乳洞で、全長は50mほど。洞内の温度は年平均15～16度で、夏は涼しく、冬は暖かです。その昔、源氏の武将が再興を期して隠れ住んでいました。

とて焼 塩原発祥!?!のワンハンドフード

絶妙な食感のスポンジ生地には、那須塩原市産の牛乳と卵を贅沢に使用。でもそれだけで終わらないのが「とて焼」。中の具は、お店によって全く違うので、是非！名前の由来はトテ馬車のラップ型クラクションの形をイメージしているから。



トテ馬車とは？

かつて交通機関として重要な役割を果たしていた乗合馬車。馱者の吹き鳴らすラッパの音にちなんでトテ馬車の名で親しまれていました。現在は観光遊覧馬車として運行中！

のんびりお散歩コース



スープ入り焼きそば
 とて焼
 土産もの



まちめぐり案内所

JR塩原温泉バスターミナルに併設された公設の休憩スペース・案内所です。ここではボランティアの方々が名所や見どころの紹介、道案内などを通して、皆さんの旅のお手伝いをしています。

塩原もの語り館(塩原温泉観光協会)

塩原の歴史や文学などを資料や映像で紹介する展示室のほか、観光情報コーナー野菜直売所やレストラン、足湯もある観光拠点です。

紅の吊橋

塩原もの語り館に隣接する吊橋。川沿いの紅葉が真っ赤に染まることからこの名が付けられました。温泉街の中心部にありながらこれほどの景観が味わえるのも塩原ならではの。



妙雲寺

寿永2年(1184年)に平重盛の義妹、妙雲禅尼が釈迦如来を祀る草庵を結んだことに由来します。臨済宗・妙心寺派の寺で、花の寺としても知られ、毎年5月には3,000株以上のぼたんが咲き誇ります。



蓬菜橋

塩原温泉の豊かさを象徴する回廊型の足湯施設は、国内最大級の長さ60mを誇ります。園内を四季折々の草木が彩り、朝や夕暮れの散策もおすすめです。

湯っ歩の里

塩原温泉の豊かさを象徴する回廊型の足湯施設は、国内最大級の長さ60mを誇ります。園内を四季折々の草木が彩り、朝や夕暮れの散策もおすすめです。



塩原温泉旅館協同組合事務所

塩原温泉交流広場

翁橋

畑下の街並み

山ゆりの吊橋

尾崎紅葉の「金色夜叉」の舞台となった畑下地区にある吊橋。帯川が大きく蛇行しゆるやかに流れます。皇居に架けられていた吊橋をモチーフにしています。

至西那須野塩原IC

静かな佇まいの温泉街を取り囲むように広がる大自然は動植物の宝庫。温泉に浸かりながらたまにはゆっくりと自然を散策するのはいかがですか。

板室温泉三大祈願所 ～パワースポット散策～



木の俣地蔵尊
子宝祈願

板室街道から深山ダムに向かう道路左側、林道に入った場所に樹齢500年といわれる桂の木があり、その根元に木の俣地蔵は安置されています。



籠岩神社
乳がん治癒祈願

籠岩神社の背後にある大きな岩にある浸食した小穴に女性の左胸を出した地蔵が安置されています。(震災の影響のため当面の間、閉鎖中)



板室温泉神社
関節炎・神経痛治癒祈願

板室温泉は「杖いらすの湯」とも言われ、湯治のおかげで不要になった杖が多数奉納されています。

板室温泉～お湯詣り～ 祈願所で祈祷された御札を、季節ごとに温泉の湯口にお供えした湯船につかると、それぞれのご利益が得られます。

- 4月～6月 木の俣地蔵尊
- 7月～9月 籠岩神社
- 10月～12月 板室温泉神社

三大祈願祭 木の俣地蔵・籠岩神社・板室温泉神社の3ヶ所の御札を一堂に集め、沢山の御利益を得ていただきます。(1月～3月)

お焚き上げ お供えした御札すべてをお焚き上げします。日時:4月第3または第4日曜日 場所:那珂川河川敷

足を伸ばせば



木の俣園地 植物や大岩奇岩が作り出す景色に自然の偉大さを感じながら回遊することができます。



ダムの周辺は豊かな自然にあふれ、四季折々の景色を大パノラマで楽しむことができます。特に、山頂部から裾野にかけて染まる“三段染め”と呼ばれる紅葉のグラデーションは見事な眺めです。

秘 知る人ぞ知る! 隠れスポット



朝日岳西側の山腹に位置する温泉地。アクセスは徒歩のみで、自家発電! 旅館は、山小屋風旅館の大黒屋と煙草屋があるのみ、まさに山岳の秘湯と言えるでしょう。



東北自動車道 黒磯・板室ICから車で5分ほどのところにある、地元高林地区生産者団体が設立したそば打ち体験も可能なレストラン。




木の俣地蔵

沼ッ原湿原
標高1230mの垂高山に位置しており、四季折々の草花が見られます。

板室温泉大黒屋 水琴亭
庭園喫茶。大谷石の囲炉裏の南部鉄瓶からはいつも湯気がたち、ゆったりとした贅沢なひとときが過ごせます。

そば処やしお
古民家風の風情ある造りで供されるそばは香り高く絶品。

乙女の滝
滝の優しく美しい流れが、乙女の髪のように見えるという逸話が名の由来。

板室温泉神社

板室健康のゆ グリーングリーン

板室自然遊学センター

籠岩地蔵(籠岩神社)

那須高原ガラス工房館
昔懐かしい万華鏡はお子様でも簡単に作れます。カットガラスで自分だけのマイグラスが完成!

手打ちそば 柏屋
良質の国産そばを自家製粉しています。香り豊かな挽きたてのそば粉で打つ細打十割そばは格別。地元の人たちに大人気のかつ井もこれまた絶品です。

至 那須温泉

至 黒磯板室IC

369

266

板室温泉への玄関口ともいえる黒磯駅前には、明治から昭和時代の歴史を感じさせるレトロなお店と、現代風にアレンジされたお店が点在しており、まさにレトロモダンな街並みです。また、駅前整備も進み新しいスポットとして生まれ変わります。



黒磯駅前



明治屋
明治元年創業の老舗和菓子店。地元小豆を使用した自家製あん。温泉まんじゅうといえば、ここ！



カフェ・ド・グランボワ
大正時代に建てられた銀行をそのままオシャレなカフェに。レトロで大きな掛時計が印象的。



生そば富陽
地元産蕎麦粉を用いた、のど越しが良くコシがあり、香り高い蕎麦を毎朝手打ちしております。



割烹 石山
古民家風「囲炉裏の部屋」では、黒磯名物「巻狩料理」が食べられます。

黒磯駅 もっと知りたい!

❓ 貴賓室があるの？

那須御用邸に向かう乗降駅として皇室専用の「貴賓室」が現在でも保存されています。(非公開)

❓ 鉄道マニアには有名なハナシ？

東北本線の直流(南側)と交流(北側)電化の境界線駅として鉄道マニアに有名です。

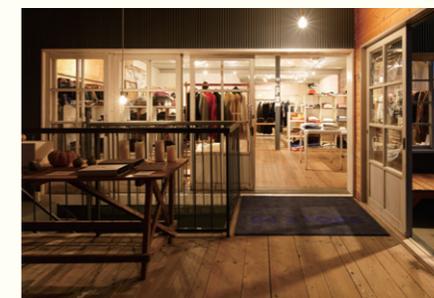


SHOZO Street

駅前通りから歩いて約10分、黒磯きってのおしゃれスポット。夕暮れ時にはストリート全体がノスタルジックな雰囲気に包まれます。『1988 CAFE SHOZO』を中心に、個性的な雑貨屋・家具屋・洋服屋・レストランが並んでおり、各店舗の品揃えは感度の高いセレクトで、どんな人でも満足させてくれます。



1988 CAFE SHOZO
レトロなテーブルとイス、暗めのライティング。口コミでファンが集まる大人のカフェの人気は、もはや全国区といえます。



SHOZO 04 STORE
洗練された天然素材のカジュアルウェアと雑貨のお店。



ROOMS
アンティーク家具と古道具、インテリア雑貨のお店



Chus
地元の野菜や加工品などを販売する直売所とそれらを使った料理を楽しめるレストラン。

黒磯公園周辺



西那須野地区は、明治13年以降の原野(那須野が原)の開拓を契機に、大きく発展してきました。特に日本三大疏水としても有名な那須疏水は、2017年に「世界かんがい施設遺産」として登録されています。今では西那須野地区を流れる疏水は、地区のシンボルともなっています。また、明治の元勳や華族の別邸が残されており、当時の姿を今に伝えています。

至千本松牧場、松方別邸



那須野が原博物館

「那須野が原の開拓と自然・文化のいとなみ」をメインテーマとし、開拓などの歴史のほか、地域の民俗・考古・自然・美術まで幅広く紹介する博物館。さまざまなテーマの企画展も随時開催しています。



烏ヶ森公園

小高い丘に広がる公園で、丘の上には烏ヶ森稲荷神社と源実朝の歌碑があります。桜(4月)の季節からツツジ(5月)、アジサイ(6~7月)そして紅葉まで、四季折々の花が楽しめるこの公園は地元の人々にも親しまれています。



これは嬉しい！ 観光用レンタサイクル

西那須野観光協会では、観光を目的とした方に観光自転車の無料貸し出しをしています。西那須野駅東口の市営自転車駐輪場で借りられます。行動範囲が広がって、これは便利！

- 貸出時間 午前7時~午後7時(貸出終了)
 - 貸出場所 西那須野駅東口
市営自転車駐輪場
- お問い合わせ:0287-37-6426



冷やしそば

栃木県の県北地方のソウルフード。「冷やし」「浸し」の諸説入り乱れる中、要はしっかりとシメた冷たい田舎風盛りそばを、温かいつけ汁につけて食す、和風なつけ麺？(地図上参照 a かどや b さかえや)



至那須塩原駅

乃木神社・乃木別邸・宝物館

乃木將軍夫妻を祀るため大正5年に建立された神社です。敷地内には乃木希典が自ら設計した農家風の質素な別邸が建つほか、宝物館もあり乃木將軍夫妻の大変貴重な遺品が数多く展示されています。※宝物館の料金は大人300円、別邸内部は非公開。(お問い合わせ:0287-36-1194/乃木神社)



名所



大山参道・大山巖墓所

明治の元勳・大山巖が眠る墓所の参道に植えられた樹齢約100年のモミジの並木道。紅葉の名所としても有名で、例年11月中旬~下旬が見頃になります。

至野崎駅
西那須野駅



大山別邸(大山記念館)

大山巖が開設した大山農場内に建設された洋館と和風の建物からなる別邸です。現在の別邸周辺は県立那須拓陽高校の「大山農場」となっており、別邸は大山記念館として同校が管理しているため、数日前までに事前の予約が必要です。(お問い合わせ:0287-36-1225/那須拓陽高校事務室)

那須拓陽高校

明治開拓の歴史~大規模農場へのロマン



明治期の那須野が原開拓の特徴として、華族(当時貴族として遇された階級。)が経営する大規模農場「華族農場」が多く開設された点があります。当時35以上あった農場の実に半分が華族農場だったのです。

現在の千本松牧場の前身である千本松農場も華族農場のひとつでした。農場主は明治の元勳・松方正義。最盛期には、1,650ha

の敷地があったというから驚きです。華族農場には、原野の生産性を高めるといった役割のほか、ヨーロッパ貴族への憧れの実現という側面もありました。政治の中枢で働きつつ農場を経営し、休日には農場の別邸で優雅に過ごす…。



華族たちが夢見た田園が、この地にあったのかもしれない。

※松方 正義(まつかた まさよし)

元薩摩藩士。明治の政治家であり、第4・6代の2度内閣総理大臣を務めるとともに、大蔵大臣にも長い間就き、日本銀行を設立するなどして、日本の財政面での業績は大きいものがあります。

那須千本松牧場 那須塩原市のランドマーク



西那須野塩原ICから塩原方面へ車で約2分の千本松牧場では、食事や買い物・動物とのふれあいの他、様々な体験ができます。

🏠 那須塩原市千本松799 ☎ 0287-36-1025

自然・歴史・癒し

四季折々の景色が美しい牧場内には、施設がいっぱいです！



自然を満喫

4月中旬満開の桜並木がお出迎え、11月上旬には放牧場周辺の紅葉林が真っ赤に色づき春から秋にかけて放牧場の牛たちの草を食む様子も眺められます。場内には芝生がきれいに広がる「みどりの広場」や良質な泉質の源泉掛け流しの天然温泉もあり、のんびり楽しめます。



歴史の証

明治初期、那須野が原地方の開拓が始まり那珂川上流より水をひく疏水事業が行われ、明治18年に「那須疏水」が開通しました。内閣総理大臣を2度歴任した明治の元勳、松方正義公が明治26年この地を那須開墾社より譲り受け、欧米式の農場を開き、その後那須別邸として現在の「松方別邸」を建設しました。(私有地の為敷地内へは入れませんが外観を眺められます。)

食・お土産

牧場内は、おいしい食事を楽しまれて、おみやげもたくさん！牧場でしか買えないものもいっぱいあります！



おいしい食事

場内には様々な食事会場があります。「ジンギス館」開業当時からつづくジンギスカンは秘伝のタレが美味しさを引き立てます。「ミレピーニランチョ」牧場内や近隣で収穫された地産の野菜やお肉を使用した洋食レストラン。「もみじ亭」特別にブレンドされたそば粉を熟年の職人が打ち上げた手打ちそばが人気です。「バーベキューガーデン」4月～11月の期間限定で開放的な屋外でバーベキューが楽しめます。そして牧場内の工場直送ソフトクリームは絶品です。

お土産

県北最大級の品ぞろえの売店は、自社工場直送のアイスクリームや牛乳、ヨーグルトなどの乳製品をはじめ、自社牛乳を使用したバームクーヘン・ラスクなど小物まで含め全部で1,000点以上、ぜひ旅行の思い出にいかがでしょうか。

遊ぶ・体験

大人も子どもも楽しめる、なかなか体験できない遊びがいっぱい！



非日常の体験

四季折々の景色が楽しめる牧場で、熱気球や魚釣り・牧場内をサイクリング・天然温泉の足湯、バター作り・キャンドル作りなど様々な体験が出来ます。夏には、広大なとうもろこし畑を利用した迷路やブルーベリー摘み取り、冬にはいちご狩りが楽しめます。



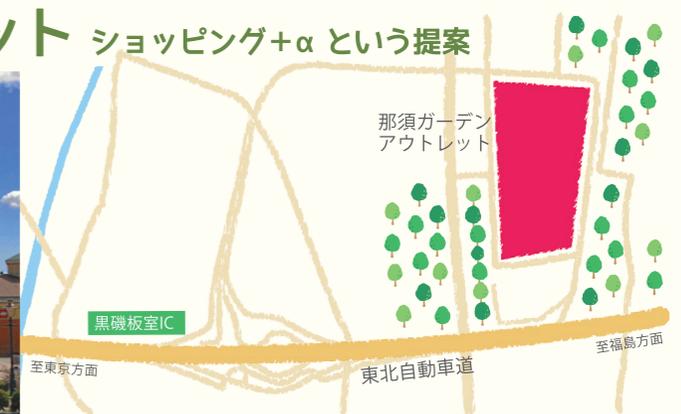
動物とのふれあい

「どうぶつふれあい広場」には、牛・羊・ヤギ・うさぎ・ワラビーなど約30種類の動物がいます。餌やりなどのふれあいや乗馬体験や子供向けのポニー乗馬、場内を遊覧する「ゆうらん馬車」も人気です。

那須ガーデンアウトレット ショッピング+α という提案



いっぱい
買える
遊べる



ロコをテーマに、自然とのふれあい、動物たちとのふれあいや楽しめる、約140店舗が集まるリゾート型アウトレットモール。都心からのアクセスも至便で、マイカーなら、東北自動車道・黒磯板室ICからすぐ。JR那須塩原駅からは、無料シャトルバスが約8分で結んでいるので、観光や宿泊の行き帰りに、とても便利なロケーションです。どなたでも一日中楽しめます。地元生産者が作る新鮮な野菜や那須の特産品を販売するロコスタイルマートは、地元の人にも大人気というから、これは折り紙つき！

🏠 那須塩原市塩野崎184-7 ☎ 0287-65-4999



ここがスゴイ！那須ガーデンアウトレットのおすすめポイント



ロコスタイルマート

地元農家や生産者の方がつくる自然味豊かなローカルスペシャリティを豊富に取り揃えました。採れたて野菜から玉子にプリンなど、那須ならではの美味しさをお楽しみいただけます。



ドッグラン

愛犬連れに嬉しいのが、広大なオープンスペースを備えたドッグランやドッグカフェ。ワンちゃんと飼い主と一緒に楽しめる空間があります。



キッズ・遊具

アスレチック型滑り台やジャングルジムなど遊具が用意されているので子供も大満足。夏場は、敷地内を流れる「じゃぶじゃぶ池」で水遊びも。



ウインターイルミネーション

晩秋から年が明けて春の予感がするころまで、美しいイルミネーションで彩られます。ロイヤルブルーに輝く「ミルクウェイ」は、フォトスポットとしても人気。

那須塩原市内で楽しめるアクティビティ

友達同士で、家族で。広大な大自然の中に体験・遊びがいっぱい。

スキー & スノーボード

ハンターマウンテン塩原(塩原)

みんなが楽しめる首都圏最大級のスノーリゾート「ハンターマウンテン塩原」は、3,000mのダウンヒルが楽しめる12のコースを持つほか、お子様も楽しく滑れる「ファミリーパーク」、雪遊びが楽しめる「キッズパーク」と、オールマイティなスキー場です。

☎ 0287-32-4580



トレッキング & ハイキング



塩原温泉ビジターセンター(塩原)

塩原の自然や遊歩道などの説明・案内をしています。また、春は新緑ウォーク、秋は紅葉ウォークに自然観察会、そして冬にはスノーシューと、年間を通してイベントを開催しています。

☎ 0287-32-3050

Moora Beat<ムーラビート>(板室)

豊富な植物が生育する沼ツ原湿原や木の俣渓谷など板室温泉を散策するツアーを開催しています。

☎ 090-7194-2960

乗馬

那須塩原市ホースガーデン

☎ 080-2100-1515

青木サッカー場の奥の広大な敷地に、屋内馬場、厩舎などを備えています。屋内馬場は、天候にも左右されず乗馬を楽しむことができます。

那須トレーニングファーム

☎ 0287-62-5188

会員制乗馬クラブですが、初めて乗馬をしてみたいという方の体験乗馬もOK。また、月に一度のペースで馬術の競技会も開催しています。(競技の開催は無料です。)

那須千本松牧場

☎ 0287-36-1025

初級・中級・外周とコースが多彩。乗馬教室も開催中。



キャニオニング & カヤック

ZACK(塩原)

塩原渓谷をベースに、キャニオニングやカヤック、トレッキングなどのアウトドアアクティビティを楽しめます。

☎ 0287-48-7539



いちご狩り

花家族

☎ 0287-35-2144

いちごランド

☎ 080-1080-5910

那須千本松牧場(いちご園)

☎ 080-7719-1515



カヌー & SUP 体験

板室ダム湖カヌー & SUP体験ツアー(板室)

四季折々の自然を満喫できる、初心者向けのカヌー体験ツアーです。

☎ 0287-69-1168



各種体験

箱の森プレイパーク(塩原)

☎ 0287-32-3018

自然をありのままに活かした村内では、陶芸教室や木工教室などが開かれます。バーベキュー場も完備。

田舎ランド嶋内

☎ 0287-68-7006

施設内で様々な体験が出来るほか、近隣の野外フィールドを活かした交流事業を行っています。

体験館"TRY"TRY"TRY"

☎ 0287-68-0450

乳搾りをはじめ、ソーセージ作りやバター作りなど体験が盛りだくさん。動物とふれあい、生きる力を身につける「教育ファーム」です。



釣り

見晴台つり堀(塩原)

☎ 0287-32-3876

みやじま釣堀園(塩原)

☎ 0287-32-2869

那須フィッシュランド(板室)[溪流釣り]

☎ 0287-69-0009

キャンプ場

鳥野目河川公園オートキャンプ場

☎ 0287-64-4334

塩原グリーンビレッジ(塩原)

☎ 0287-32-2751



おみやげ選びに迷ったら!

道の駅での新鮮野菜や地元スタッフおすすめの逸品!



道の駅「湯の香しおばら」アグリパル塩原

地元で栽培されたみずみずしい新鮮野菜を、畑から直送して販売している「農産物直売所」やそれらを使った料理を地元主婦が作って提供する「農村レストラン関の里」や「焼きたてパン工房」があります。

〒329-2801 栃木県那須塩原市関谷442
営業時間 9:00~17:00(12月~2月は16:00迄)
休業日 1/1(元日) 臨時休業有

ジューシーで
大根のうまみが
たっぷり!

PICK UP!

アグリの手作りドレッシング

特産のキウイフルーツやゆず、那須むらさき醤油などの地元素材にこだわり添加物は一切使用せず、一つ一つ丁寧に手作りしております。(那須塩原ブランド認定品)



切干大根まんじゅう

シャキッとした歯ごたえの切干大根の煮物たっぷり入ったまんじゅう。切干大根にはもちろん、塩原高原大根を使用しており遠方から足を運ぶリピーターも多い人気の一品! 確実に食べたい方は事前予約も可能です。(期間限定商品)



道の駅「明治の森・黒磯」

豊かな自然に囲まれ、森の奥には、明治時代に建てられた青木周蔵子爵の那須別邸があります。ファームマーケットには、新鮮な野菜や地卵、高原牛乳、特産品など豊富に取り揃えられ、ファームレストラン「青木の森・カフェ」、パン工房ではくつろぎながらの食事を楽しめます。

〒325-0103 栃木県那須塩原市青木27番地
「ファームマーケット」(直売)
営業時間 8:30~17:30(11月~2月は16:30迄) 休業日 祝日を除く月曜日、1/1~3
「青木の森・カフェ」(レストラン) / 「ブランジュリー・ル・ブルジョア」(パン工房)
営業時間 9:00~18:00(10月~3月は16:30迄)
休業日 毎週月曜日(祝日の場合翌日)、1/1~3 ※パン工房以外、夏期間は無休

PICK UP!

フレッシュな
果肉が
てんこ盛り



いちごのジェラート

季節によってとちおとめ、なつおとめなど地元産いちごの果肉が沢山練りこまれた自慢の逸品。



ふるさとにすなす産直会「そすいの郷直売センター」

約50種類以上の朝どれ野菜を取り揃え「安心」「新鮮」「地元産」のキャッチフレーズのもと、地元農家による顔の見える販売を展開しています。併設されている農村レストラン「そすい庵」では、地元産のそば粉やうどん粉を使った料理も提供しています。

〒329-2745 栃木県那須塩原市三区町656-2
営業時間 9:00~16:00
休業日 無し(無休)、1/1~6

PICK UP!

味恋とまと

地元「高松農園」が作る、トマトの傑作。少し小ぶりですが、締まった実と甘味が特徴です。

濃い~!
一度食べたら
クセになる



おすすめ人
那須塩原市役所
職員

那須塩原市の特産 乳製品

生乳生産本州一位の那須塩原市には牧場が数多くあり、農家の方たちが愛情をもって牛を育てています。牛乳をはじめとしてチーズやアイスクリームなど新鮮で美味しい乳製品がお召し上がりいただけます!



おすすめ人
地域おこし
協力隊
隊員



温泉まんじゅう

温泉といたら「温泉まんじゅう」食べたくくなりますよね~。

那須塩原市内には、こんなにたくさんの「温泉まんじゅう」があるんです。

お店によって、色も、味も、大きさも異なるので、ぜひ食べ比べてみてください!

おすすめ人
塩原温泉
観光協会
職員



塩原高原大根

塩原の代表的な野菜といえば、「塩原高原大根」です。とくに秋からの大根は、寒さから身を守るために糖分を蓄えるので甘くなるって知ってました? ふろふき大根や鍋に入れるとおいしいですよ。

おすすめ人
黒磯観光協会
職員

NASU WINE < 渡邊葡萄園醸造 >

1884年創業の地元ワイナリーが作るワインです。飲みやすく、那須塩原産のチーズにもぴったりで大好きなんです。



パンの缶詰 < 株式会社パン・アキモト >

NASAが認めた安心品質!! 特殊製法(日本をはじめ4ヶ国で特許取得済)でつくりあげた長期保存可能なパンです。缶詰で、こんなにおいしいとはびっくりです!



おすすめ人
那須塩原市
観光局職員

スープ入り焼きそば

塩原ではおなじみのメニューですが、この味目当りに行列もできるスープ入り焼きそば。ソースが絡んだ麺と、醤油ベースのスープが、箸を進めるうちに混ざり合って絶妙な味わいになります。ぜひ、食べ比べをしてみてください!



おすすめ人
塩原もの語り館
職員



良い温泉に 美味しい店

おもて・那須手形

5つの市町からなる那須地域の周辺に便利な観光クーポン冊子です。「湯めぐり」「見どころ」「味めぐり」「おみやげ」、各協賛施設での割引・特典が満載! 「湯めぐり」では掲載施設の中から7施設に無料で入浴ができます! 定価1,080円(税込)で絶賛発売中!

ココシル® 那須塩原

ios版

android版

那須塩原市内の観光名所や旅館・ホテル、飲食店等の情報をスマートフォン等で見ることができます。便利なナビ付き。今すぐダウンロード!