

SEKITAITEI ISHIDA SHIKIDAYORI

# 四季便り

2026年春号

南信州 阿智村昼神温泉旅館

SEKITAITEI ISHIDA



春



〒395-0304

長野県下伊那郡阿智村智里332-3

TEL:0265-43-3300 FAX:0265-43-3322



公式HP



女将の日記



Facebook



Instagram



四季便り 2026春号

2026年3月1日発行

発行/石苔亭いしだ

編集/石苔亭いしだ

UNNAMED.llc



## 花桃街道の歴史

◆1922年  
木曾川を開発した木曾発電  
廠社長で福沢諸吉の娘婿に  
あたる福沢桃介さんが、ドイ  
ツのミュンヘンに行った際  
に庭に咲いていた3色の花  
桃の美しさに感動し、自分の  
名前に似た花の名であるこ  
とから、3本の苗を購入し大  
桑村の須原発電所構内に植  
えたといえます。

◆1945年  
須原発電所に長年動めてい  
た妻龍宿(現南木曾町)の藤  
原長司さんが美しい花桃を  
何とか増やしたいと思ひ落  
ちた実を拾い苗木を育て、妻  
龍の同道256線沿いに植  
える。これが「花桃街道」の始  
まりとされています。

◆1974年ごろ  
妻龍宿から清内路村(現阿

智村清内路に嫁いだ大宮ト  
メさんが嫁入り道具の一つ  
として手にしてきた花桃の  
木を元に、地域の人が清内路  
路地区に花桃を増やしてい  
きました。

◆1991年  
園原現阿智村園原に地域  
振興事業として旅館「野熊の  
庄白川」を開業。当時社長で  
あった渋谷秀逸さんが、平成  
3年〜平成7年にかけて約  
1000本の苗を清内路から  
譲り受け旅館の周りや村  
道沿いに植我管理を行いま  
した。

◆2005年  
地域住民地元業者(はなもも  
の会)が「花桃まつり実行委  
員会」が発足し、観光客向け  
の「花桃まつり」を開催し、現  
在も毎年(中止になった年も  
あり)行われています。



# 花桃

FLOWER PEACH

伊那谷〜木曾谷を結ぶ国道256号線は「花桃街道」と呼ばれており、約40キロにわたり1万本の花桃が植えられています。街道は標高差もあり、4月中旬から5月上旬まで長く楽しむことができます。

「花桃街道」の花桃は「三色花桃」を多く植えられており、その名の通り赤・白・ピンクの3色の花が咲き分かれ咲く花桃です。

街道に花桃が咲き乱れる様子は、まさに桃源郷というのにふさわしい美しさです。

今年も阿智村に春と共に桃源郷が姿をあらわし、訪れる人々の心を温かくしてくれるでしょう。



## 二千体のひな人形と厄祓い

毎年、色々な姿で登場していたヤークー様。その姿はその年の象徴を意識して作られていました。

大きな口へ厄を映した人型を投げ入れ食べてもらったり、体に張り付いたりヤークー様に触れることで厄を受け取っていただきましたが、今年は、厄を移した短冊形の依り代を水に溶かして厄祓いを行います。

雛飾りはもともと川に人形を流し、邪気を祓う「流し雛」から始まったともいわれています。実際に今日でも、阿智村の一部地域では川に厄を移した人形を流す行事が行われているそうです。

そこで、今年はその慣習にない、厄を水に託して手放していくものになりました。昼神温泉の湯も、そのお湯で心身を癒し余分なものを洗い流してください。

これまでのヤークー様も厄を受け取り、向こう側へ運ぶ「象徴」でしたが、今年はその考え方を「目に見えるモチーフとして登場したヤークー様」でなく、この土地の自然である「水」で表現いたしました。

また、「自然の水」といえば昼神温泉に湧き出る温泉

の湯も、そのお湯で心身を癒し余分なものを洗い流してください。水で厄を払い、お湯で心身を癒す。そんな体験をお楽しみ下さい。



4月3日まで開催



甘酸っぱいラズベリーを  
仕上げにトッピング。  
心も体も温まる癒しの一杯。

喫茶  
朝比奈



プランや仕入れ状況によって内容が変わる場合がございます。

## あま酒ラテ(ホット) ペアリング付き ¥1,100(税込)

喫茶「朝比奈」の春の限定メニューの「あま酒ラテ」。

米と米麹だけで造った信濃錦の純米甘酒と相性抜群のミルクを合わせています。桜の花の塩漬けを添えて、ほんのりしょっぱさと桜の香りをプラス。ひと足早く春の訪れを感じていただける一杯に仕上がりました。

甘酒は「飲む点滴」といわれるほど栄養が豊富です。体にも心にも優しい一杯を、ぜひこの期間にご賞味ください。

## 白雪ラテ(ホット)

ペアリング付き ¥1,100(税込)

寒い季節にピッタリの濃厚でクリーミーなホワイトチョコレートドリンク。ホワイトチョコレートを溶かして作ることで、シロップを使うより濃厚で満足感のある味に仕上がりました。トッピングしたドライラズベリーの香りと甘酸っぱさがアクセントです。ペアリングのラズベリーソースをかけたパウンドケーキと合わせてお楽しみください！



石苔亭いしだのこだわりの一杯。

### 春の献立

- <先附>地蛤酒蒸し うるい 独活花穂  
美味出汁ジュレがけ
- <前菜>女雛 春キャベツと京人参  
蟹の白酢和え  
男雛 ホタルイカ桜煮  
木の芽味噌
- 左近 蚕豆蜜煮 桜花百合根
- 右近 卵黄西京漬
- 海老真薯五色あられ揚げ
- 鯛の子錦玉寄せ 穂芽
- <吸物>清汁仕立て 天鯛進明寺包み  
板蕨 花びら茸 花柚子
- <造り>桜鯛 本鮪 甘海老  
槍烏賊 鍵蕨
- <凌ぎ>おこぎのおこわ 桜葉包み
- <焼物>桜鯛西京粕漬 筍木ノ芽焼き  
菜花辛子和え 初地神
- <蒸物>白魚玉蒸し 土筆  
銀杏 百合根 木耳  
生海苔 銀鯨 露生姜
- <強肴>春薫る信州牛ステーキ  
芽キャベツ パプリカ ベコロス  
桜花塩 露味噌バター
- <酢物>新水雲  
青柳 大和芋 刀豆の花
- <食事>筍ご飯
- <香物>三種
- <留碗>蝦赤出汁
- <水菓子>甘酒葛寄せ 苺 ミント

## 南信州の贅を味わう いしだの春の献立

期間 / 2026年3月1日(日) ~ 2026年4月30日(木)

今年は近年ではめずらしく大雪となった日もあり、寒さ厳しい屋神温泉でしたが、そんな寒い冬を越えて少しずつ春のぬくもりがやってきました。南アルプスに抱かれたこの土地には春の食材が盛りだくさん。雪ほどけた水からは旬の山菜や里の幸が生まれ、南信州の献立を彩ります。

今回は春を代表する「桜鱈」と筍をメインとしてご用意、また信州牛のステーキを春の香りと共にお召し上がりいただける様なメニューをご用意しました。

やわらかな日差しと華やかな香りに包まれながら、「いしだ」の春をお楽しみください。

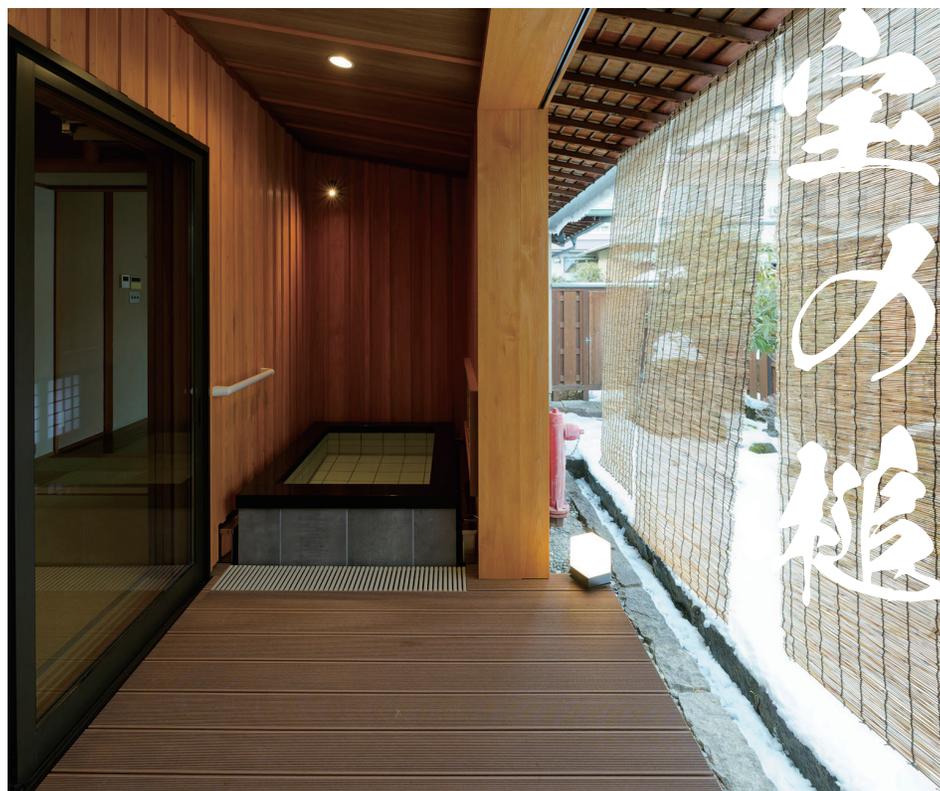
ご宿泊料金はHP、またはお電話にて  
お問い合わせください。  
TEL:0265-43-3300(9:00 ~ 21:00)

WEB予約はこちら→





111号室 宝の槌



## 新たな安らぎを宿す、特別な一室へ

長らくご愛顧いただけてきました111号室「宝の槌」が、この度大きく生まれ変わりました。昔ながらの趣を大切にしながらも、どなたにとっても過ごしやすい、やさしさに満ちた空間へと進化いたしました。

### □全17室がベッド対応へ

これまで唯一お布団でお休みいただいていた111号室にも、待望のベッドを設置いたしました。お部屋の雰囲気に溶け込む落ち着いた佇まいのベッドが、より快適な滞在をお約束します。

### □バリアフリー仕様で、より多くの方に安心を

入口には緩やかなスロープを設け、車椅子のままスムーズにご入室いただけるようになりました。お手洗いや広く取り、手すりを設置することで安心してご利用いただける設計に。年齢や体力に関わらず、誰もが心地よく過ごせる空間を目指しました。

□明るく開放的な浴室へ  
以前の檜風呂は、露天風の湯船へと姿を変えました。

脱衣所は車椅子でもゆつたりと動ける広さに。シャワーブースも余裕を持たせ、手すりを備えています。車椅子の方ももちろん、どなたでも使いやすく、入りやすいお風呂へ。

客室の庭を眺めながら湯につかるひとときは、心を静かにほぐしてくれそうです。（温泉ではなく沸かし湯になります）

誰もが無理なく、自然体でくつろげる、そんな思いを形にしたお部屋でございます。是非、一度ご体験頂きたい特別な空間に仕上がりました。

## わんちゃん専用ホテル

大切な愛犬に、のびのび過ごせる時間を。旅の間も、安心してお預けいただけます。

部屋タイプ	通常	休前日・特日
スタンダード	5,500円	6,600円
デラックス	8,800円	9,900円
スイート	13,200円	14,300円

専用アプリ登録で、  
お部屋カメラの共有が可能♪



24h見守ります



スタンダード  
やさしい光が差し込む  
シンプルなお部屋。  
小型～中型犬におすすめ。



デラックス  
広めの空間でのびのび  
過ごせる。広々と使いたい  
わんこ向け。



スイート  
プライベート空間で  
ゆったり滞在。  
超大型犬OK・多頭飼いにも

## 日帰りプラン

仕事やお出かけの間に旅の合間や用事の時に大切な時間を、安心とともに

日中預かり 9:00～17:00	初回お試し	部屋タイプ
	3,300円	3,800円

## 〈宿泊・日中〉共通オプション

お散歩(1～2回)	550円
マナーウェア	110円/枚
ごはん	440円/100g
おやつ	330円
時間外料金	550円/30分
シャンプー ※15kg未満限定	3,000円 長毛犬 +1,500円

## ご利用にあたって

- \*1年以内の狂犬病・混合ワクチン接種証明の提示が必要です。
- \*ノミ・ダニの発見時は病院での対応をお願いします。
- \*マーキング・排泄頻度によっては、おむつの着用をお願いすることがあります。
- \*無人となる時間帯があります。常にスタッフが在中しているわけではありません。
- \*原則営業時間内での対応となります。
- \*吠え続ける・攻撃性の強い子はお断りする場合があります。
- \*チェックイン・アウト時間の変更は事前にご連絡ください。
- \*安全管理に努めますが、万一の事故・体調変化等の責任は負いかねます。
- \*宿泊予定日の1週間前よりキャンセル料が発生いたします。
- \*その他の詳細は事前に当施設ホームページにてご確認ください。

長野県下伊那郡阿智村智里378-1  
0265-49-8719  
営業時間:9時～17時/定休日:火・水



公式LINEより  
問い合わせ＆  
予約承ります



Instagramにて  
お預かりの様子  
配信中

## PawHouse1周年記念! 特別キャンペーン!

キャンペーン期間:2026年8月31日まで

期間中 PawHouseを  
紹介、利用してくれた方に  
「四季便り」を見た、で

ペットホテル利用代金  
**500円OFF**

※日帰りプランは対象外。おひとり様1回まで。

期間中 PawHouseを  
利用してくれた方に  
「四季便り」を見た、で

(ペアリング付きもOK)  
喫茶 朝比奈 **ドリンク1杯サービス  
チケットプレゼント**

※おひとり様、1枚のみ。



2月1日(日)~  
4月5日(日)限定

# 春の 短歌膳

昼会席プラン

ご予約  
受付中

※3日前まで



オリジナルお菓子とお抹茶付き

お一人様 **4,950円** (税込)

※お食事代のみのお値段です。

※ご入浴はついておりません。

お菓子とお抹茶は  
ロビーにてご提供いたします

プランのご予約はお電話でお問い合わせください。



0265-43-3300

住所

〒395-0304

長野県下伊那郡阿智村智里332-3



ガイドドッグ  
ココアミルク  
チョコレート

150g/箱 1,000円(税込)

GUIDE DOG



CHOCOLATE

『ガイドドッグ』とは、視覚障害者の外出を安全に導くために訓練された犬、盲導犬のことです。

チョコレートで愛情のおすそわけ。盲導犬のイラストが施されたパッケージの、ミルクチョコレート。

この商品の売上の一部は、日本ライトハウス盲導犬訓練所のもと盲導犬育成事業に役立てられます。

当館もこの取り組みに賛同しております。ささやかなご協力をお願い致します。

チョコレートを甘い順にホワイト、ミルク、セミスweet、ビターと分けるとちょうど中間のセミスweetを使用したココアミルクチョコレート。

仕上げにオランダ産高級ココアパウダーを使用しているためカカオの苦みとチョコレートの甘さが事にマッチしています。一見素朴なチョコレートですが、絶妙な甘さと口どけの良さが癖になるチョコレートです。また形状にもこだわっており、口の中に入れて、舌の上でまんべんなく味が溶け合うことができる、丁度よい大きさに仕上げられています。



Theater room

### シアタールーム

二人だけで、あの頃の思い出の映画をご覧になられてみてはいかがでしょうか。事前のご予約も承っております。※予約状況によりご希望に添えない場合もございます。

## おすすめの映画。

Recommended movies

### いま、会いにゆきます (2004年製作)

監督:土井裕泰  
出演者:竹内結子 など

司法書士事務所で働く秋穂巧は、1年前、愛する妻・滯に先立たれて以来、小学生の息子・佑司を苦労しながらも育ててきた。梅雨のある日、森に遊びに行った巧と佑司は、亡くなったはずの滯といきなり再会する。なぜか滯は生前の記憶をすべて失っていたが、再会を喜んだ巧と佑司は、滯と3人で再び以前のように幸福に暮らします。しかし、梅雨の終わりが近づくにつれて、3人でいつまでも幸福に暮らせないことが分かってきて……。

## おすすめの本。

Recommended book

### 旅屋 おかえり

著者/浜田マハ 出版社/集英社

元アイドルで売れないタレントの「おかえり」こと丘えりかは、唯一のレギュラー番組を打ち切られ、絶体絶命のピンチに。そこで、病气や事情があって旅に出られない人の代わりに現地へ行く「旅屋」を始めることに。人の想いを繋ぎながら、自分自身を見つめ直す感動の物語。



集英社文庫

ミニコラム  
今どき 田舎暮らし。その8  
コンバクトシティというのを聞いたことがあるでしょうか？  
国が都市のスポンジ化対策として掲げています。急速な人口減少と高齢化に直面している都市は、今後より厳しい財政状況となります。よって、今のような拡散した居住者の生活を支えるサービスの提供が将来困難になるとされています。その問題解決として、都市部に人を戻し集まって暮らすことで、利便性を維持し、住民が安心・快適に生活・活躍できる都市環境を整えようというものです。ただ、この計画は一番成功した富山市でさえ、今はあまりうまくいっていません。奇跡でもないかぎり2050年ごろには総人口が1億人を切りまします。そんな時、地方ではどんな暮らしになっているのでしょうか。

文/hide\_



甘酒は「飲む点滴」とも呼ばれ、疲労回復、美肌、腸内環境改善、免疫力向上など多彩な健康効果が期待できる発酵飲料です。麴甘酒はアルコールが入っていませんので、小さなお子さんから年配の方まで、安心して飲んでいただけます。



### すっきりあまざけ 160ml

4種各 350円(税込)

#### レモン

イタリアシチリア産の有機レモン100%果汁を使用。まるやかで爽やかな酸味と風味で、飲みやすくすっきりとした味わいです。

#### 梅

和歌山県産の紀州南高梅100%果汁を使用。ふわっと薫る甘酸っぱい上品な香りと優しい酸味です。

#### 黒酢

旨みのある黒酢と果実酢を使用。黒酢が苦手な方にも、フルーティーな香りが加わり、クセが少なくまるやかな味わいが特徴です。

#### りんご酢

有機りんごを使ったフルーツビネガー(果実酢)を使用。甘酒とフルーティーな香りの果実酢の組み合わせで、まるやかな味わいが特徴です。

甘酒習慣で、美しく健やかな毎日に

## 神楽坂甘酒 500ml

プレーン 864円(税込)

かぼす・ゆず 1,296円(税込)

砂糖や添加物不使用のため自然な甘みがありながら、スッキリとした味わいを楽しめるバランスのいい甘酒です。