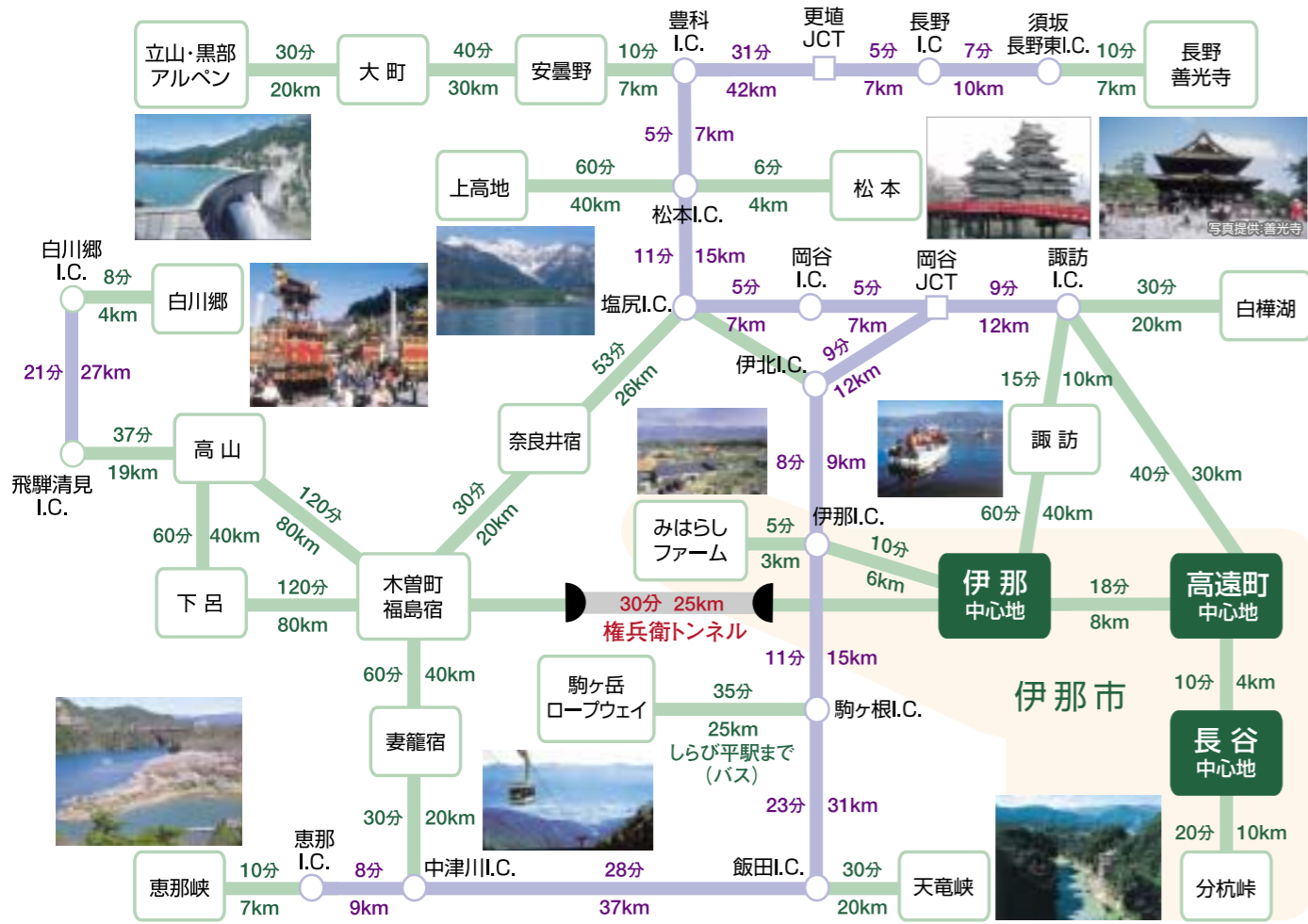


# 伊那からの主要観光ガイド

○=I.C. □=JCT



※所要時間と距離は車での目安です。

## お問い合わせ

### 観光案内

- 伊那市役所産業振興部観光課 ☎0265-78-4111
- 高遠町総合支所産業振興課 ☎0265-94-2552
- 長谷総合支所産業振興課 ☎0265-98-3130
- 伊那市観光協会 ☎0265-78-4111
- 伊那商工会議所 ☎0265-72-7000
- 伊那市商工会 ☎0265-94-2309

### 高速バス予約・案内

- 伊那バス予約センター ☎0265-78-0007
- 川中島バス予約センター(長野線・松本線) ☎026-229-6200
- 京王高速バス予約センター(新宿線) ☎03-5376-2222
- 名鉄バスセンター(名古屋線) ☎052-582-0489
- 阪急バス予約センター(大阪線) ☎06-6866-3147
- 京浜急行バス予約センター(横浜線) ☎03-3743-0022

気象情報(長野県中・南部) ☎0263-33-0177  
高遠城址公園 桜 開花情報 ☎0265-94-3939

### 釣り案内

天竜川漁業協同組合 ☎0265-72-2445

### 交通案内

- JRバス関東(株)中央道統括支店 ☎0265-73-7171
- JRバス関東高遠駅 ☎0265-94-2101
- 伊那バス(株) ☎0265-72-5111
- 伊那・つばめタクシー(株) ☎0265-76-5111
- 白川タクシー(有) ☎0265-72-2151
- 日本道路交通情報センター(長野情報) ☎026-244-0011
- ハイウェイ交通情報携帯サイト(アイハイウェイ) <http://c-ihighway.jp/>

### テレフォンサービス

- JR東海テレフォンサービスセンター ☎050-3772-3910
- 松本空港旅客案内 ☎0263-50-3888
- JAFロードサービス救援コール ☎0570-00-8139
- JAF関東コールセンター ☎03-5730-0111
- NEXCO中日本ハイウェイ ☎0266-57-1620
- テレフォン 諏訪局 (携帯電話#8162)
- NEXCO中日本お客様センター ☎0120-922-229
- 伊那消防署テレフォンサービス ☎0265-76-0119

### WEB 伊那市の観光情報 ホームページ

- 伊那市 <http://www.inacity.jp/>  
観光案内もここからご覧いただけます。
- 伊那商工会議所 <http://www.inacci.or.jp/>
- 伊那市観光協会 <http://inashi-kankoukyoukai.jp/>

# 土産

伊那ならではの逸品の数々！  
旅の思い出にぜひどうぞ。  
思う存分味わう  
伊那の食と名産



さんだいちんみ  
三大珍味  
Local delicacies  
蜂の子、ザザムシ、イナゴの三大珍味をセットにしたお土産品。



ごへいもち  
五平餅  
Gohei-mochi rice cake  
かわいい一口サイズのものから、大判型のものまである。



たかとお  
高遠まん頭  
Takato Manju bun  
高遠城主の御用菓子として庶民にも親しまれたまん頭。



そば(乾麺)  
Buckwheat noodles (Soba)  
信州の本格派そばを思い出とともに持ち帰り。



のうさんぶつかこうひん  
農産物加工品  
Processed farm products  
農産物が豊かな伊那では漬物や味噌、豆腐などの加工品も充実。



こうやどうふ  
高野豆腐(凍り豆腐)  
Koya doufu  
豆腐を凍結乾燥させた日本伝統の保存食。栄養価の高い食品として注目されている。



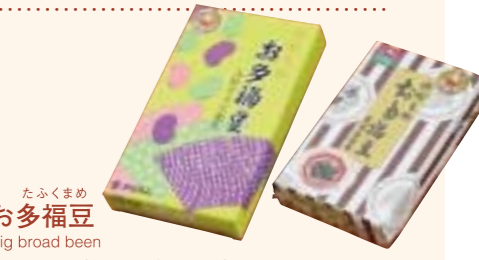
ローメン Romen  
伊那名物はお土産としても好評。ぜひご家庭でも。



いちごギント  
いちごジャム  
Strawberry mint & jam  
伊那市名産のいちごを使った、ハッカ糖と手造りジャム。



めいが  
銘菓  
Confectionery  
和菓子・洋菓子、さまざまな銘菓を各種土産品でどうぞ。



たふくめ  
お多福豆  
Big broad bean  
そら豆を甘さ控えめで煮た、お茶請けに最適な1品。



たかとおやき  
高遠焼  
Takato pottery  
独特の暖かみと柔らかみを持つ高遠焼。体験教室もあり。



き  
きの里工房  
Kinosato Studio  
地元産の原材料を手作りで加工した、からだに優しい製品。



き  
きの里シリーズ  
Kinosato Series  
日本酒・焼酎・ビールによる「きの里」ブランド。分杭峠の水はミネラルウォーターとしても最適。



かんてんぱぱ  
Kanten Papa  
寒天は食物繊維が豊富で低カロリーな健康食品。お土産だけでなく寒天レストランではお食事も。  
DATA ☎0265-78-2002 (伊那食品工業株式会社) 伊那市西春近



いなかおり  
伊那香織  
(さき織) Fabric  
素朴で温かく、環境にやさしい郷土の織り物。



ユカイナ  
Yukaina  
信州伊那の愉快な仲間が木を素材に開発した「四角いオカリナ」。

お土産に関するお問い合わせ ☎0265-78-4111 伊那市観光協会