

- 17** 石臼挽き手打ち蕎麦 **そば久** 別所温泉 1802-2
0268-38-4524 11:30-15:00 火曜定休
▶手打ちそば、一品料理／そばのみ持ち帰り可
- 18** お休み処 **お茶の間** 別所温泉 2344
0268-38-5630 9:00-17:00 無休
▶喫茶・甘味：三色よもぎだんご、おやき
- 19** **風乃坂道** 別所温泉 1796-1
0268-38-5634 9:30-18:00 水曜定休
▶珈琲専門店：温泉珈琲、手作りケーキ
- 20** **日野出食堂** 別所温泉 1632 0268-38-2029
11:00-14:00、17:00-20:00 木曜定休
▶馬肉うどん、丼物、麺類
- 21** **Smooth&Living** 別所温泉 1600
070-8557-9269 10:00-16:00 月曜・他不定休
▶コーヒーフリー(1時間500円)、スムージー別途
- 22** 手打ち百藝 **おお西 別所支店** 別所温泉 1394
0268-39-0577 11:00-18:30(12～3月はー15:30)
不定休 ▶発芽そば切り、十割蕎麦 等
- 23** **松籟亭** 別所温泉 1674 0268-39-8080
11:00-14:30、17:00-21:00(前日15時までの完全予約制)
火・水曜定休(松茸料理期間無休)
▶会席料理／持ち帰り可(前日15時まで要予約)
- 24** **比蘭樹** 別所温泉 58 0268-38-2100
11:00-19:00(土日祝19:30まで)
▶あいそめの湯内食事処：定食、丼物、麺類、おつまみ
- 25** 石窯焼 PIZZA **カピトリーノ** 別所温泉 68-4
0268-38-3140 11:00-14:00、17:00-21:00
水曜定休 ▶イタリアン：石窯焼きピザ、パスタ
／ピザは持ち帰り可
- 26** **Craft Cafe あいの日** 別所温泉 1855-8
080-1988-0942 10:00-17:00 土日のみ営業
▶カフェ：手作りロールケーキ、コーヒー
- 27** **相染食堂** 別所温泉 1851-8 0268-38-3866
11:00-15:00 月曜定休 ▶そば、うどん、ラーメン、
丼物、肉皿、もつ煮／出前あり・持ち帰り可

- 【以下中面マップ範囲外】**
- 手打ち蕎麦**
- そば処 倉乃** 八木沢 268-3 0268-38-1347
11:00-15:00(平日はー14:30) 無休
- 手打ち蕎麦 美田村** 山田 249 0268-38-2739
11:00-15:00 木曜定休
- 松茸料理(季節営業)**
- 市坂山荘** 別所温泉 2094-4 0268-38-0328
営業期間：9月～11月 11:30-21:00
- 別所和苑** 別所温泉 241 0268-38-8182
営業期間：9月中旬～11月中旬頃 11:00-20:00
- 別所山荘** 別所温泉氷 0268-38-6618
営業期間：9月下旬～11月上旬 11:00 から

宿泊案内

A 旅館花屋	別所温泉169	0268-38-3131
B 斎藤旅館	別所温泉202	0268-38-2139
C 南條旅館	別所温泉212	0268-38-2800
D 旅館つるや	別所温泉216	0268-38-3008
E 緑屋吉右衛門	別所温泉225	0268-38-2016
F 玉屋旅館	別所温泉227	0268-38-3015
G 旅館 晴山	別所温泉317	0268-38-2826
H 七草の湯	別所温泉1621	0268-38-2323
I 旅館中松屋	別所温泉1627	0268-38-3123
J 旅宿 上松や	別所温泉1628	0268-38-2300
K かしわや本店	別所温泉1654	0268-38-3011
L 旅館 桂荘	別所温泉1671	0268-38-2047
M 民家風旅館チロル亭	別所温泉1762	0268-38-2539
N アースワークスゲストハウス	別所温泉1725	0268-38-0304
O 上田まほろばユースホテル	別所温泉40-1	0268-38-5229
P 杏庵にしだ	別所温泉1049-4	0268-75-8499
Q Smooth & Living	別所温泉1600	070-8557-9269
R サンテラス別所温泉	別所温泉1707	070-4308-4848

- ## 土産物・小売
- A** おはぎ本舗いけだや／おはぎ・農産物・おにぎり
- I** 二幸商店／土産物・喫茶コーナーあり
- G** ギャラリー輝／洋画家池田輝の美術館
- E** カンバラ時計眼鏡店／時計・眼鏡
- O** 小島商店／食料品
- K** 鎌原まんぢゅう／厄除けまんぢゅう
- K** 農産物直売所 あさつゆ別所店／農産物直売
- K** 七久里煮 みづほ／山海煮
- K** 地酒 こめや／酒販店
- K** 坂中商店／土産物
- K** 島屋菓子舗／厄除まんじゅう他和菓子
- K** 長谷川豆腐店／豆腐、ドーナツ
- K** とのむらざご煮店／山海煮
- K** 寺田魚店／山海煮
- K** アースワークスギャラリー／陶芸・雑貨等ギャラリー&ショップ
- K** 滝沢商店／土産物、たばこ
- K** キャラリー作る屋／クラフトショップ
- K** お休み処&セルフショップしゅうぶろ／お休み処・レンタルスペース
- K** 手塚屋製菓舗／厄除まんじゅう、ソフトクリーム他
- K** 諏訪商店／土産物
- K** 柏原商店／土産物
- K** 酒 栄屋 別所店／酒販店
- K** 若竹屋紬店本店／上田紬、展示館併設
- K** 武屋御殿／無料歴史展示館
- K** 信濃梅園／梅加工品



- ## ソトユソトメシ案内
- 外湯** **A**石 湯 夏季 6:00-22:00／冬季 5:30-22:00
- ①**大 湯 夏季 6:00-22:00／冬季 5:30-22:00
- ②**大師湯 夏季 6:00-22:00／冬季 5:30-22:00
- 足湯** **B**足湯 **薬師の湯** 4～11月 6:00-21:00
- ③**足湯 **ななくり** 夏季 6:00-21:00
／冬季 9:00-18:00
- 温泉施設** **C**あいそめの湯 10:00-22:00
- 温泉沿革** 昭和初期の柏屋別荘案内冊子より
- 當温泉の湧出は遠く上古に属し日本武尊の東征の御砌り大日貴命の示現によりて七ヶ所に温泉を開き給ひしにより七苦離(今は七久里)の湯とぞ名つけ給ふと傳ふ、其後白鳳の御代天武天皇の此の地に靈泉あるを聞こし給ひ今の大師湯玄齋湯に來浴なし給ひし折の御製に
- “信濃なる古きみや居の女夫山 萬代つぎしみたらしのみ湯”

- 各種情報は、観光協会、旅館組合のウェブサイトもご覧ください。
- 別所温泉 観光協会** 0268-38-3510
https://www.bessho-spa.jp/
- 別所温泉 旅館組合** 0268-38-2020
https://www.bessho-onsen.com/

信州別所温泉 ソトユソトメシ案内は、別所温泉での滞在をより楽しく、美味しくする情報を掲載しています。表紙は昭和初期発行の旅館柏屋別荘の案内冊子デザインをアレンジしました。

発行：柏屋別荘の倶楽部 2022.05 ver.0

- ## ソトメシ案内
- 1** **茶房 まるげん** 別所温泉 1718 268-39-0944
10:00-17:00 無休 ▶長谷川豆腐店の豆乳チーズケーキ、あんみつ、コーヒー／甘酒のみ持ち帰り可
- 2** **自然と暮らす喫茶 hanatoki** 別所温泉 1717-5
0268-75-0211 9:30-17:00 月・火・水曜定休
▶カフェ：マフィン、自家焙煎コーヒー
- 3** **食堂三友軒**
別所温泉 1721 0268-38-2006 10:00ー22:00
▶定食、丼もの・ご飯もの、麺類、一品料理等
- 4** **橋本屋食堂** 別所温泉 1721 0268-38-2051
10:30-17:00 ▶定食、丼物、そば、うどん、一品料理 等
／出前あり・持ち帰り可
- 5** **野ざく**
別所温泉 1662 0268-38-2126 ▶スナック
- 6** **福寿家** 別所温泉 1664 0268-38-2303
▶食堂：そば、うどん、丼物、おつまみ
- 7** 手打ちそば処 **だるま家** 別所温泉 1665-1
0268-38-3735 11:00-15:00 水曜定休
▶そば、うどん、一品料理／出前あり・持ち帰り可
- 8** **katsuraso café ハレTerrace** 別所温泉 1660
0268-38-2047 10:30-16:00 不定休
▶イタリアンジェラート／店内飲食・持ち帰り可
- 9** **おもてなし空間 CAFÉ スケッチブック**
別所温泉 1660 0268-38-2302
10:00-17:00 火・水曜定休
▶日替わり弁当、ランチ、コーヒー、スイーツ
- 10** **花結び** 別所温泉 168(旅館花屋内) 050-5492-7852
17:30-23:00 日曜定休 ▶和食居酒屋
- 11** **酒場 壱福**
別所温泉 150 0268-38-2460 ▶居酒屋
- 12** **カフェ・茶屋 ガーデンベリー** 別所温泉 208-1
0268-38-2053 7:00-16:30 不定休
▶コーヒー、モーニング、軽食ランチ
- 13** **CAFExBAR BLUNO** 別所温泉195
080-5145-3830 12:00-16:00(土曜 20:00-0:00)
日曜・水曜定休 ▶別所ヴィレッジ1F: コーヒー、ソフトドリンク、スイーツ、アルコール、おつまみ
- 14** **焼匠 正宗** 別所温泉 160-1 0268-75-0909
17:00-0:00 月曜定休 ▶焼き鳥：本格炭火焼き鳥
- 15** **ゆの花** 別所温泉 160-1 0268-38-9444
19:00-0:00 不定休 ▶スナック(カラオケあり)
- 16** **居酒屋 桂** 別所温泉 1704-2 0268-38-8896
11:30-13:30、17:30-22:30(月～木曜は夜営業のみ)
第3水曜定休 ▶食事処・居酒屋：中華そば、焼き鳥、馬肉うどん、一品料理等／出前あり・持ち帰り可
- ★営業時間やサービス内容などが変更される場合があります。最新の情報については各店・施設へお問合せください。

天台宗別格本山 常楽寺

北向観音堂建立と同じ天長2年(825)建立。北向観音の本坊。本尊は妙観察智弥陀如来(みょうかんざっちみだにょらい)。日中拝観自由。



常楽寺美術館

開館時間 | 9:00-16:00
休館日 | 12月26日~1月25日
入館料 | 大人500円、高校生300円、小中学生100円、団体割引・障害者割引あり

曹洞宗 崇福山 安楽寺

天長年間(824~834)の開創と伝わる信州最古の禅寺。開山は樵谷惟仙(しょうこくいせん)。本尊は釈迦如来。



国宝八角三重塔

用材の伐採年代から1290年代(鎌倉時代末期)には建立されたことが判明した、わが国最古の禅宗様建築。禅宗様八角三重塔で、初重に裳階をつけた珍しい形式であるうえ、細部も禅宗様の形式からなり類例が少ない。わが国に残された唯一の八角塔であり、禅宗寺院に残る塔としても極めて貴重な遺構。

拝観時間 | 3~10月 / 8:00~17:00(最終入場16:45)
11~2月 / 8:00~16:00(最終入場15:45)
※ 行事などにより変更の場合あり

拝観料 | 大人300円、小中学生100円、団体割引あり

黒門

寛政4年(1792)安楽寺13世南冲仏観和尚の代の建立。安楽寺境内の入口にあたり、安楽寺の山号崇福山と記された扁額が掲げられている。

別所神社

高台にあり、塩田平も見渡せる絶好のビュースポット。建久年間(1190~99年)、紀州熊野本宮大社からの分祀により熊野神社として創建。明治11年(1878)に別所神社と改める。本殿は規模も大きく、彫刻も華やか。

将軍塚

古墳時代後期に築造された円墳で、当地方の有力な豪族の墓。また、冷泉天皇の御代の安和2年(969年)信州戸隠山の鬼女を討ち滅ぼした余吾将軍平維茂の塚とも伝わる。

湯かけ地蔵

上田の在の信心深い春蔵が、佐渡に流刑された日蓮上人を慕って佐渡のとある沼地を通りかかると「春蔵、春蔵」と呼ぶ声が聞こえた。あたりには誰もいない。「泥にまみれて永いこと此処にいる。一度信濃の湯につかりたい。身を清められたらお前の願いを叶えよう」春蔵は驚いて沼に入り泥の中から一体の地蔵尊を取り出し、急ぎ信濃に帰り別所の湯に入れた。それからの春蔵は美しい女人と結ばれ子宝にも恵まれて幸せな日々を送ったという。

信州別所温泉 ソトユソトメシ map

北向観音

天長2年(825年)、慈覚大師円仁により開創された霊場。北向きに建つ北向観音堂は千手千眼観世音菩薩を本尊として現世利益を願い、南向きに建つ善光寺は一光三尊阿弥陀如来を本尊として未来往生を願う。どちらかだけの参詣は「片詣り」で、向き合う両方を参詣するとよいと言われている。境内には、愛染堂や温泉薬師瑠璃殿などの諸堂のほか、愛染カツラ(市指定文化財)や北原白秋歌碑などがある。



開門時間 | 7:00~16:00

仁王堂

長らく常楽寺の参道に地名があるのみだったが、篤信者からの懇志により、平成6年(1994)、常楽寺第56世半田孝淳大僧正の代に再建された。

七苦離地蔵堂

その昔、別所温泉は「ななくりの里」といわれ、七つの苦しみから離れることのできる楽土とされた。常楽寺伝来の六道能化の地蔵が奉安され、古名にちなみ「七苦離地蔵堂」と呼ばれている。

中心部拡大図



google map
ソトユソトメシ map

- 宿泊施設
- 土産・小売店
- 外湯
- 寺社・史跡等
- 飲食店
- その他施設

0 100 200m