

～1,200年の時を越えて～



諏訪大社 四社巡り



諏訪大社上社本宮



諏訪大社上社前宮



諏訪大社下社秋宮



諏訪大社下社春宮

岡谷市観光案内所レンタサイクル



e-バイク 1日 1,500円 (身長制限があります)
シティサイクル 1日 500円
※レンタサイクル利用規約に同意の上、係員にお申込みください。
※HPより事前予約もできます。

チャレンジ! 諏訪湖一周 #スワイチ

参加無料
申し込み不要

自転車で諏訪湖を1周しながら指定の3か所で写真を撮って、観光案内所で提示すると、認定証と缶バッジがもらえます。
※観光案内所は、岡谷・下諏訪・諏訪の3か所にあります。



「岡谷へ行こう!」ワーケーションのご案内

岡谷市では、当市の宿泊施設等を活用し、ワーケーション(2泊3日以上)を実施される市外企業等の皆様に対し、様々な特典を用意しております。
ポケットWi-Fiの無料貸し出しもありますので、e-バイクとあわせて、岡谷の魅力をぜひ体験してみてください。

岡谷市は長野県のほぼ中央に位置する諏訪湖の西岸に面し、東には八ヶ岳連峰、遠くには富士山を望む、風光明媚な都市です。明治から大正、昭和にかけて、岡谷で生産された生糸の多くは輸出され「シルク岡谷」「糸都岡谷」として世界にその名を轟かせるなど、一大製糸業地として発展し、日本の近代化に大きく貢献しました。現在は、製糸業で培われた技術や資源を活用し、各種基盤技術が集積する精密機械工業都市として飛躍を遂げています。

注意事項

- ・ 工事中の道路や道幅が狭い場所もございます。安全のため、自転車から降りて歩きましょう。
- ・ 交通ルールを守って楽しくサイクリングしましょう。
- ・ 長野県では、自転車損害賠償保険等への加入が義務化されています
- ・ ヘルメットの着用を心がけましょう。

お問い合わせ

岡谷市観光案内所 (諏訪湖サイクルステーション)

岡谷ならではの
お土産も
販売しております。

住 所: 長野県岡谷市本町1-1-1 (JR岡谷駅構内)
営業時間: 午前9時～午後5時まで
休 業 日: 毎週水曜日 (ただし祝日の場合は営業)
電 話: 0266-75-1107

<http://www.kanko-okaya.jp>

Instagram

岡谷観光情報サイト
「旅たびおかや」



岡谷市・岡谷市観光協会

※マップは2023年3月時点の情報です。

岡谷

OKAYA

OKAYA CYCLING MAP 2

湖周で満腹 & 爽やかサイクリング



スイーツ サイクリング



降幡もち店
(大福)



富士アイス
(じまんやぎ)



ニューベル梅林堂
(くるみやまびこ)



精良軒
(結い)





湖周で満腹 & 爽やかサイクリング
スイーツサイクリングコース

岡谷市観光案内所/岡谷駅

1.9km 10分	1 降幡もち店	400m 2分	9 精良軒
1.8km 10分	2 ましぱん	500m 2分	8 ヌーベル梅林堂
2.6km 15分	3 SUWAガラスの里	200m 1分	7 富士アイス
3.1km 15分	4 丸安田中屋	5.2km 25分	6 コバヤシフラワーショップ
6.5km 35分	5 亀屋一福	1.3km 10分	

~1,200年の時を越えて~
諏訪大社四社巡りコース

岡谷市観光案内所/岡谷駅

10.5km 55分	諏訪大社上社本宮	7.0km 35分	諏訪大社下社春宮
2.3km 10分	諏訪大社上社前宮	1.2km 5分	諏訪大社下社秋宮
6.0km 30分	仏法紹隆寺	8.1km 40分	



〔コース情報〕
 🚲 🚻 トイレ
スイーツサイクリングコース
 走行距離：約24km
 獲得標高：約190m
 目安時間：寄り道しながら2~3時間
諏訪大社四社巡りライドコース
 走行距離：約35km
 獲得標高：約320m
 目安時間：寄り道しながら5~6時間

- スイーツのお店
- 降幡もち店 (大福)
 - ましぱん (くるみもぞぱん)
 - SUWAガラスの里 (ソフトクリーム)
 - 丸安田中屋 (チーズケーキアントルメ)
 - 亀屋一福 (クロッフルソフトクリーム)
 - コバヤシフラワーショップ (おはぎ)
 - 富士アイス (じまんやき)
 - ヌーベル梅林堂 (くるみやまびこ)
 - 精良軒 (結い)
 - Het's (アイスクリーム)

- 岡谷の
- うなぎ料理専門店/川魚店
- うなぎの壺 天龍
 - 御うな 小松屋
 - 濱丑
 - あら川
 - うなぎ水門
 - 岡谷駅前 うなぎの丸共 清水屋
 - 丸共 清水屋川魚店
 - うなぎ松川
 - 塚原川魚店/饅頭焼き階



⚠️ 交通量多い。走行注意