



TAKE FREE

- いいあんばいって? -

埼玉県秩父地方の方言で「いい天気・いい具合」を表す。秩父・長瀨を訪れた皆様にいい天気で気分よく楽しんでほしいという思いを込めて。

# いいあんばい

長瀨の観光情報誌

長瀨 Vol.8 夏号

長瀨のいいところ  
いいあんばい教えます!

[特集]

心も体もリフレッシュ!

## 長瀨秋の七草寺めぐり



SUP って知ってる?

### 秩父鉄道路線図



#### ●急行列車停車駅

ご利用の場合、普通乗車券のほかに急行券(大人210円、小児110円)が必要となります。

秩父鉄道全線において、Suica(スイカ)、PASMO(パスモ)等のIC乗車券はご利用になれません。あらかじめご了承ください。

発行

### 秩父鉄道

〒360-0033 埼玉県熊谷市曙町一丁目1番地

048-523-3313(平日9:00~17:00)

<https://www.chichibu-railway.co.jp>

※冊子内の営業情報は、2021年6月時点のものですが、以降変更がある場合がございます。

最新情報をご確認のうえ、お出かけください

※記載金額は、税込です

@paleo\_palena @chichibu\_railway YouTube 秩父鉄道公式チャンネル

### おトクな/きっぷ情報

※急行列車やSL列車にご乗車の場合、別途料金が必要です

#### 秩父路遊々フリーきっぷ

●秩父鉄道全線1日乗り降り自由

発売金額 大人1,600円 小児800円

発売日 希望する乗車日の1か月前から

利用可能日 当日限り有効

利用可能日 土曜・日曜・祝日(通年)・SL運転日

夏休み期間

(7月17日☀~8月31日☀)

発売箇所 秩父鉄道 各駅

#### 長瀨・秩父おでかけきっぷ

●秩父鉄道寄居~三峰口間

1日乗り降り自由

発売金額 大人1,000円 小児500円

発売日 希望する乗車日の1か月前から

利用可能日 当日限り有効

利用可能日 通年

発売箇所 秩父鉄道 寄居~三峰口間の各駅



秩父鉄道おトクなきっぷの提示で、お得な割引や特典が50カ所以上! 詳しくは秩父鉄道HPをご覧ください

いいあんばいの内容は秩父鉄道HPからいつでもご覧いただけます

秩父鉄道HPでは、最新イベント情報や開花情報など日々更新しております。

こちらからチェック!



「長瀨アクティビティを調査!」  
新スキ  
開拓録

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、各営業情報・イベント内容に変更・中止がある場合があります

一緒に巡りたい！  
長瀬名所&グルメスポット

ほどさんじんじや  
寶登山神社 MAP◆

宝登山麓に本社を構える歴史ある神社。日本武尊が秩父で山火事に遭遇した際、神犬に救われたことが創建の由来と言われ、火災・難除けの神様として知られる。神秘的な雰囲気漂う山頂の奥宮へは、ロープウェイの利用がおすすめ。

埼玉県秩父郡長瀬町長瀬1828  
0494-66-0084  
長瀬駅から徒歩15分

ながとろ いわたみ  
長瀬岩壘 MAP★

荒川の親鼻橋一高砂橋の両岸に広がる国の名勝・天然記念物。地下深くで変成された結晶片岩が隆起してつった壮大な景色を堪能できる。秩父赤壁と呼ばれる絶壁や紅簾石片岩、ポットホールなども必見！

埼玉県秩父郡長瀬町長瀬(一社)長瀬町観光協会  
0494-66-3311  
長瀬駅から徒歩5分

壮大な風景でパワーをチャージ！



神秘的な雰囲気  
心を浄化しよう



夏のおとうふランチ  
平日 1,230円・土日祝1,330円



おとうふどころうめだや  
お豆腐処 うめだ屋 MAP■

厳選した国産大豆と天然にがりで作る、豆腐料理のお店。豆乳を寒天で固め、特製ダレといただく滝川豆腐は、夏にピッタリの一品。アイス豆乳ラテやいちご豆乳スムージーなど、テイクアウトもできるので旅のお供にぜひ。

埼玉県秩父郡長瀬町長瀬268 0494-66-4883  
[ランチ] 11:30~14:00 (LO14:00)  
[カフェ(土日祝のみ)] 14:00~17:00 (LO16:30) [売店] 10:30~17:30  
水曜 ※祝日は営業 長瀬駅から徒歩9分



かわらんち  
MAP▲

豊富なメニュー！  
中には変わり種も！



埼玉県秩父郡長瀬町野上下郷3017-1  
0494-66-2320  
11:30~18:00  
月曜 野上駅から徒歩16分

地域の人も多く集う、居心地抜群の食事処。一番人気は、粘りが強い大和芋を使った山いもステーキ。バターと特製醤油ダレで焼き上げ、ネギと鰹節をたっぷりトッピング！ヘルシーながらお腹もしっかり満たしてくれる。

心も体もリフレッシュ！

長瀬 秋の七草寺めぐり

七草寺めぐりのコースとともに、立ち寄りスポット&ヘルシーグルメをご紹介！  
絶景を堪能しつつ、動いて食べて気分も爽快に！

長瀬秋の七草寺って？

長瀬の7つのお寺には「秋の七草」として知られる草花が種類ずつ植えられ、来訪者を出迎えてくれる。古くから和歌に詠まれてきた、風情ある景色を楽しんで。

遍照寺(葛) へんじょうじ MAP4



山奥に佇む寺で、藤に似た赤紫のクズの花が見られる。甘い香りが立ち、つる性の茎は10m以上になることも。  
[開花時期] 8月上旬~9月中旬  
野上駅から徒歩40分



洞昌院(萩) どうしょういん MAP5



紅色や白色のハギの花が、控えめながら美しい景色を作り出す。寺の裏の高台からは長瀬の街並みも見渡せる。  
[開花時期] 7月中旬~9月下旬  
野上駅から徒歩20分



多宝寺(桔梗) たほうじ MAP6



キキョウが群生し、秋には見事な景観を作り上げる。白や紫色の可憐な花が、北桜通りからでも見ることが出来る。  
[開花時期] 7月下旬~9月下旬  
野上駅から徒歩10分



不動寺(撫子) ふどうじ MAP7



境内には約5000本のナデシコが植えられており、別名「撫子寺」と呼ばれている。淡い薄紅色で、小さく可愛らしい花。  
[開花時期] 7月下旬~10月上旬  
長瀬駅から徒歩20分



真性寺(女郎花) しんしょうじ MAP1



オミナエシの黄色い花が参道の脇や本堂東の畑に植えられ、鮮やかに咲き誇る。敷地内には白いオトコナエシの花も。  
[開花時期] 7月中旬~9月下旬  
野上駅から徒歩10分



法善寺(藤袴) ほうぜんじ MAP2



キク科の植物、フジバカマが境内各所で花を咲かせる。淡い紫色の花で、乾燥すると桜餅のような香りを放つ。  
[開花時期] 9月上旬~10月上旬  
野上駅から徒歩10分



道光寺(尾花) どうこうじ MAP3



ひなびた雰囲気の古刹で、スキが秋風に揺れる様子は情感たっぷり。お月見気分になれる。尾花はスキの別称。  
[開花時期] 7月下旬~10月上旬  
樋口駅から徒歩10分



※花の見頃は例年の目安であり、気象条件により異なります

あわせて知りたい! information

もっとお得に! 秋の七草寺めぐり 無料循環バス

9月上旬~中旬に運行します  
より手軽に七草寺めぐりを楽しもう!  
※詳細は決まり次第秩父鉄道HPにて公表いたします

受付場所 長瀬駅前(当日受付)  
お問合せ 不動寺 0494-66-0262



特別感アップ! 御朱印ラリー(有料)

実施期間 8月24日(水)~9月30日(土)  
受付時間 9:00~17:00  
お問合せ 不動寺 0494-66-0262  
参加方法

①各七草寺を巡り、七ヶ寺すべての御朱印を集めます  
②七ヶ寺すべての御朱印を集めた方には、最終のお寺にて記念品を差し上げます



赤色の御朱印が新登場!  
毎月28日と御朱印ラリー実施期間限定で頒布!

自転車で気軽に! サイクルトレイン

自転車を折りたたまずそのまま電車に乗れます

- 乗車券(定期券、回数券、フリーきっぷを含む)だけで利用できます
- 列車の先頭車同一一番前のドアから出入りしましょう
- 電車内では自転車が倒れないようにしっかり支えてください



詳細はコチラ



コースで巡る ハイキング 一般向/雨天決行・荒天中止/自由歩行(矢印なし)/当日受付/参加費無料

秩父鉄道・JR東日本高崎支社合同ハイキング  
◆長瀬七草寺めぐりハイキング(女郎花・桔梗・藤袴・尾花の寺編)  
約8km/約3時間30分(施設での見学時間を含む)

開催期間 8月18日(水)~22日(日)  
コース 長瀬駅→真性寺→多宝寺→法善寺→道光寺→樋口駅  
集合場所 長瀬駅  
受付時間 9:00~11:00

秩父鉄道・JR東日本高崎支社合同ハイキング  
◆長瀬七草寺めぐりハイキング(撫子・萩・葛の寺編)  
約9km/約4時間(施設での見学時間を含む)

開催期間 8月25日(水)~29日(日)  
コース 長瀬駅→不動寺→洞昌院→遍照寺→樋口駅  
集合場所 長瀬駅  
受付時間 9:00~11:00

秩父鉄道・東武鉄道合同ハイキング  
◆長瀬秋の七草寺めぐりハイキング  
約13km/約4時間

開催期間 9月1日(水)~12日(日)  
コース 長瀬駅→長瀬町観光案内所(受付)→不動寺→真性寺→法善寺→多宝寺→洞昌院→遍照寺→道光寺→樋口駅  
集合場所 長瀬駅前 長瀬町観光案内所  
受付時間 9:30~11:00



ここでは長瀬駅から七草寺を巡るルート例をご紹介します! 徒歩や自転車で長瀬の自然を感じながら Let's 長瀬秋の七草寺めぐり!

いざ! 長瀬秋の七草寺 巡ってみよう!

コース所要時間  
歩 長瀬駅から徒歩約3時間45分  
自 長瀬駅から自転車約1時間20分

# 宝登山小動物公園

hodosan-zoo  NATURE  ANIMAL

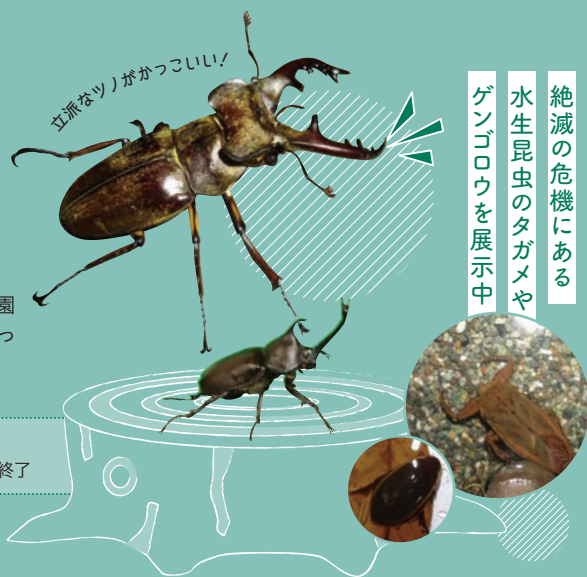
## 夏の昆虫展

秩父地域で出会える昆虫が宝登山小動物公園に大集合。見たことある“昆虫”だけど、間近でじっくり見てみると新しい発見があるかも!?

開催期間 7月22日(木)～8月31日(火)

## クワガタ・カブトムシの販売

開催期間 7月22日(木)～なくなり次第終了



立派なツノがカッコいい!

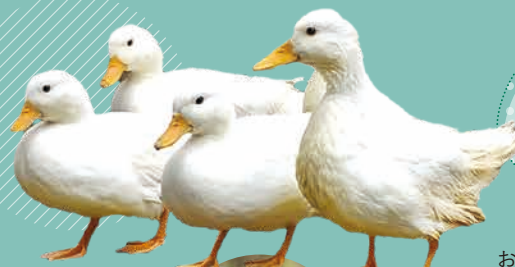
絶滅の危機にある  
水生昆虫のタガメや  
ゲンゴロウを展示中



宝登山ロープウェイ  
埼玉県秩父郡長瀬町長瀬1766-1  
0494-66-0258  
おとな(往復)830円  
子ども(往復)420円  
※おとな…12歳以上  
子ども…6歳以上  
長瀬駅から徒歩20分



宝登山小動物公園  
埼玉県秩父郡長瀬町長瀬2209-6  
0494-66-0959  
10:00～16:30  
(閉園時間は季節により変更あり)  
おとな500円/子ども250円  
※おとな…中学生以上  
子ども…3歳以上  
長瀬駅から徒歩20分  
宝登山ロープウェイ利用5分  
山頂駅から徒歩7分



## おしりふりふり コールダックのおさんぽ ～ダックウォーク～

おしりをふりふりして歩く姿に癒されます♪

開催時間 全日10:30、15:00 ※自由見学



みんなで待ってるよ～



宝登山山頂エリア

誘われて♡  
色鮮やかな食材に



## 有隣倶楽部

yurin-club  GOURMET

### 旬の膳 瀬の川 鮎釜めしと涼彩御膳

2,500円 ※1日限定20食

今年リニューアルした釜めしは、旬の食材「鮎」の旨みをご堪能いただけます。夏野菜と鶏肉のせいろ蒸しや湯引き鱧など、目にも鮮やかな食材が食欲を誘います。

提供期間 5月24日(月)～8月31日(火)

### 鴨すき御膳 夏

2,500円

京都産鴨肉の滋味あふれる鴨すきをメインに、茄子の揚げ出しや枝豆豆腐、冷や汁そば又はうどんなど、夏を感じられる御膳となっております。

提供期間 6月1日(火)～8月31日(火)



埼玉県秩父郡長瀬町長瀬704  
0494-66-0070  
11:00～15:00  
不定休 ※完全予約制  
長瀬駅から徒歩10分



荒川を下る長瀬ラインくだりは、時にゆったり、そして、夏は水量たっぷりですりル満点! 深緑に囲まれた長瀬渓谷で、気分もリフレッシュ!

## 長瀬ラインくだり

nagatoro-line-kudari  ACTIVITY

- 営業期間 ~12月4日(土)  
9:00～16:00頃(5～20分間隔で運航)
- 定休日 無休 ※気象状況(大雨・雷・強風等)により運航を見合わせる場合もあります
- 交通 長瀬駅から徒歩1分  
埼玉県秩父郡長瀬町長瀬489-2
- お問合せ 長瀬ラインくだり本部 0494-66-0950(9:00～16:00)

コース	A/B 各約3km(各約20分)	全 約6km(約40分)
料金(子ども)	1,800円(900円)	3,300円(1,600円)

※おとな…中学生以上 子ども…3歳以上



営業情報は、秩父鉄道HPまたは  
ツイッター@nagatoro\_lineを  
ご確認ください

## ガーデンハウス有隣

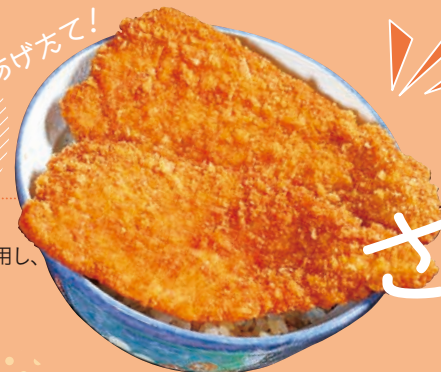
garden-house-yurin  GOURMET



埼玉県秩父郡長瀬町長瀬704  
0494-66-0951  
11:00～15:00  
不定休 長瀬駅から徒歩10分

### わらじかつ丼 900円

秩父の名物グルメのわらじかつ丼。丁寧に仕込んだ大きな豚ロースを使用し、秘伝のタレにカツをくぐらせました。ご飯が進む一品です。



さっくさく

# 新スポーツ開拓録

第2回

長瀬のアクティビティといえば、船に乗って川を下る自然体験。でも、それだけじゃない！実はまだある、とっておきのアクティビティを大調査！



## レイクSUP



長瀬の水辺をSUPで堪能



SUPで絶景を川から堪能！

ボードに乗って、パドルを漕ぐアクティビティ、SUPをするならココ！流れのない場所で楽しむ初心者向けの「レイクSUPクルージング」、6人乗りボートで荒川を下る「モンスターSUP」など、ツアーの種類も豊富。長瀬の大自然を眺めながら身体を動かそう。

	レイクSUP
参加資格	小学1年生～(身長100cm以上)
所要時間	3時間
価格	6,000円～

※コースによって内容が異なる場合があります。詳細はHPをご覧ください



**カヌーヴィレッジ長瀬**  
 埼玉県秩父郡長瀬町長瀬947-1  
 ☎0494-66-2679  
 Ⓧ9:00～18:00  
 Ⓣ不定休  
 📍上長瀬駅から徒歩7分



**フォレストサンズ長瀬**  
 埼玉県秩父郡長瀬町本野上363  
 ☎0494-26-6111  
 Ⓧ11:00～18:00(最終受付16:00)  
 Ⓣ無休  
 📍野上駅から徒歩8分



## ボルダリング

気軽にボルダリングにチャレンジ！

ボルダリングを体験できる屋内施設。難易度を低めに設定しているほか、レクチャーもしてくれるので子どもや初心者でも気軽に挑戦できる。全身で壁を登る運動は、ダイエット効果も！冷暖房完備なので天候を気にせず利用でき、体験料がリーズナブルなのも嬉しい。

施設利用料 (2時間利用)	大人 (中学生以上)	700円
	小人 (5才以上)	400円
	幼児 (4才以下)	200円
クライミングシューズレンタル		300円

平日		SL 乗車駅	土休日	
くだり(ゆき)	のぼり(かえり)		くだり(ゆき)	のぼり(かえり)
10:12	16:20	熊谷	10:10	16:18
10:34	16:00	武川	10:33	15:58
10:59	15:41	寄居	11:00	15:39
11:32	15:10	長瀬	11:37	15:13
11:45	14:50	皆野	11:50	14:55
12:11	14:32	秩父	12:15	14:36
12:15	14:27	御花畑	12:19	14:31
12:45	14:00	三峰口	12:50	14:03

**運行期間**  
 2月13日(土)～12月5日(日)の土休日を中心に全105日間 ※一部を除く  
 ※SLパレオエクスプレスの運行日等は、秩父鉄道HPをご確認ください  
 ※ご乗車には、乗車区間のほかに、SL指定席券(大人小児同額740円)が必要です  
 ※やむをえず急ぎょ客車の牽引機がSLからEL(電気機関車)に変更になる場合がございます  
**お問合せ** 秩父鉄道運輸課☎048-580-6363



## 2021年のSLパレオエクスプレスは事前予約による全席指定席です

ご予約は「秩父鉄道SL予約システム」サービスをご利用ください。  
 ※事前予約受付は、運転日の1か月前の午前0時から発車時刻30分前までです。なお、発売枚数に限りがございます  
 ※詳しくは秩父鉄道HPをご覧ください



秩父鉄道SL予約システム

SLでEnjoy Summer!



## SLパレオエクスプレス “ちちてつ案内係”が乗車します！

SLパレオエクスプレス車内に、“ちちてつ案内係”が乗車します。沿線観光について、わからないこと、ききたいことがございましたら、お気軽にお話しください。また、“宝登山ロープウェイ往復割引券”をお配りしています。

青のジャケットとバッチが目印です



**乗車区間** くだり熊谷-三峰口間  
 のぼり三峰口-長瀬間

## 事前予約制 SL弁当開発プロジェクト SLの車窓を楽しむワンプレートランチ

SLご乗車のお客様、ご乗車当日の車内にて、SL弁当を販売します。  
**料金** 1,400円 ※1日限定30食(当日SL車内にて受渡し、お支払い)  
 お弁当の輸送は、急行列車の一部座席を活用した試験的な貨客混載輸送を実施  
**お弁当予約受付** SLご乗車日の1か月前10:00から直近の平日12:00まで  
 秩父鉄道HPよりWEB予約  
 ※SL乗車に関しては別途予約が必要です  
**お問合せ** 秩鉄商事☎048-525-2283(平日9:00～17:00)



※イメージ

## SL PALEO GELATO

SLパレオエクスプレスのオリジナルジェラート「SL PALEO GELATO」に新フレーバー3種が新登場！

「ジェラート工房 四つ葉のクローバー」(埼玉県熊谷市)製造の手作り無添加イタリアンジェラートで、SLデザインラベルのカップにて提供いたします。夏ならではの期間限定フレーバーをぜひお召し上がりください。



**価格** 各400円

**新フレーバー発売期間** 7月3日(土)～9月末頃 ※なくなり次第終了  
 ※発売中のいちごみるく、生チョコは6月末をもって一旦販売を終了します

**おすすめ**  
 ブルーベリー  
 ヨーグルト

**ちちてつ長瀬駅売店**  
 埼玉県秩父郡長瀬町長瀬528-2  
 ☎048-525-2283(秩鉄鉄商事 平日9:00～17:00)  
 Ⓧ10:00～16:00 Ⓣ火曜、水曜 📍長瀬駅すぐ

SLパレオエクスプレス車内にて販売いたします

ごきそ販売中!

## 秩父鉄道沿線グルメ旅 シールラリー

秩父鉄道を走るフルラッピングトレイン「彩色兼備」をモチーフとしたシールラリーを今年も開催！シールを集めて、プレゼントをゲットしよう！

**開催期間** 4月1日(土)～12月31日(日)

**シール配布箇所** 羽生、行田市、熊谷、武川、寄居、長瀬、皆野、秩父、御花畑、三峰口の各駅窓口(8:00～18:00)  
 ※都合により、急ぎょ各駅の営業時間が変更になる場合があります

- 参加方法**
- シール台紙を秩父鉄道各駅で手に入れるまたは、秩父鉄道HPからダウンロード
  - シール配布箇所に申し出てシールをもらったら台紙に貼っていく
  - シールを集めてプレゼントゲットを目指しましょう

※シール台紙、シールはおひとり様1枚まで ※各なくなり次第終了  
 ※プレゼント引換方法、応募方法詳細についてはシール台紙または秩父鉄道HPをご覧ください



シール3枚(いずれか3箇所)

シール10枚(10駅すべて)

彩色兼備ステンレスボトル(10枚集めた方の中から抽選で30名様)



SLパレオエクスプレスにて限定シール「SLパレオエクスプレス」を配布中！

SL車内にて「ちちてつ案内係(くだり熊谷-三峰口間、のぼり三峰口-長瀬間)」にお声掛けください。※なくなり次第終了

