

健康 + 観光

= 健光 ツーリズム

i n 信州松本・奈川



手つかずの自然が残る、信州の山里「松本・奈川」。

日常生活からちょっと離れて、健康について考え、大自然を楽しみませんか？

今秋、2泊3日の行程で、「健康づくり」をテーマに、ウォーキングや郷土食を楽しみながら、奈川の自然を堪能していただくツアーを企画します。明日の健康と元気がきっと見つかる…そんな新しい旅の提案です。

～昨年の開催例～

平成21年10月に開催しました！！



感じる

～北アルプスの眺め～
どこまでも続く紅葉した山々。
夜は、満天の星空を観察しました。



歩く

～ウォーキング～
かつて女工たちが歩いて越えた野麦峠や、鷹渡りが見られる白樺峠をウォーキングしました。



食す

～そば打ち・郷土食～

奈川は信州でも有数のそば処。地粉を使ったそば打ちや山菜などの郷土料理で収穫の秋を味わいました。



学ぶ

～健康・栄養講座～

地元信州大学や松本大学の先生から健康や食事などのアドバイスを受け、知識を深めました。

平成22年度の開催について

■実施期日 平成22年10月21日（木）～23（土）2泊3日

※8月中旬より、ツアー参加宿泊施設で募集を行う予定です。

詳しい情報は、ながわ観光協会ホームページに掲載します。

■お問い合わせ 松本市奈川支所地域課 TEL 0263-79-2125 FAX 0263-79-2903

<http://www.vill-nagawa.jp/>



奈川の観光
マスコットキャラクター