

長野県市町村勤労者互助会・共済会連絡協議会提携施設一覧表

令和8年度版

【施設利用の注意点】 ご利用は直接施設にお問い合わせ願います。
 * 宿泊施設等予約が必要な施設については、お電話にて予約をお取りください。
 (割引期間等がありますので、事前に直接施設にお問い合わせ下さい。)
 * 契約施設は予告なく変更される場合があります。
 * 割引を受ける際は、割引利用カードが必要です。必ずご持参ください。⇒



エリア	区分	施設名	所在地	TEL FAX	通常料金等	割引内容等	施設からひと言		
中 信	宿泊	西条温泉とくら	東筑摩郡筑北村 西条3443	0263-66-2114 0263-66-2301	1泊2食 ※利用指定日あり 13,150円～(まつかぜ) 14,750円～(とくら)	1泊2食 会員のみ割引 11,850円～(まつかぜ) 12,750円～(とくら) 利用日指定あり。	とくら千年の湯と言われ、東山道の旅人も魅了した温泉と 会席料理(和食)が自慢。		
	観光	ミュージアム鉱研 地球の宝石箱	塩尻市北小野4668	0263-51-8111 0263-51-8113	入場料大人700円 高・大学生500円 小・中学生400円 但し保護者同伴の小中 学生、及び幼児は無料。	入場料それぞれ半額	12月1日～翌3月31日まで冬季閉館となります。		
	スキー	爺ガ岳スキー場	大町市平4819	0261-22-0551 0261-22-4811	シーズンによって 異なります。 施設まで お問い合わせください。	リフト1日券を 通常料金より割引き	白馬エリア最南端に位置する。グレンデの大部分が中級斜 面のファミリー、スノーデビューされる方に最適なスキー場。 キッズパークには小さなお子様でも乗れるトロイカもあり、全 世代でお楽しみいただけます。		
その他	眼鏡市場	南松本店・穂高店・塩尻北店			(補聴器以外)5%割引	業界唯一の製造直売価格。レンズ加工25分スピードお渡し。			
南 信	宿泊	浪漫の館 月下美人	下伊那郡下條村睦沢 4286-1	0260-27-1008 0260-27-1007	1泊2食 15,400円～ 季節・人数による	1,000円引	ツツルの泉質で、開放感のある露天風呂と清潔感あふれる 大浴場、地元の食材を生かした和洋折衷の会席料理が自慢 です。真心こめた接待でお迎えいたします。		
		高遠さくらホテル	伊那市高遠町勝間 217	0265-94-2200 0265-94-3123	-----	-----	日帰り入浴100円引		
		たつの パークホテル	上伊那郡辰野町 樋口2396-20	0266-41-2001 0266-41-5328	1泊2食円10,600円～	-----	-----	通年10%引(連休・お 盆・年末年始は除く)	お肌つるつるの天然温泉でリラクスタイム、公園内にスポー ツ施設も充実。リフレッシュにご利用ください。
		ながた荘	上伊那郡箕輪町 大字中箕輪3733	0265-79-2682 0265-79-0338	1泊2食税込15,500円 ～ (1室2名利用の場合)	-----	-----	1泊2食 15,500円～ (休前日、繁忙期は対 象外)コース・人数で 料金異なる、要問合せ	チェックイン15:00 チェックアウト10:00 休館日第2、4火 曜日
		望岳荘	上伊那郡中川村 大草4489	0265-88-2033 0265-88-3335	-----	-----	-----	1泊2日2食付きの場合 お酒か ジュース1本サービス	ハチ博物館や陶芸、そば打ち体験館などを併せ持ち、高台 に建つ閑静で見晴らしのよい宿
		【ホテル】 駒ヶ根高原 リゾートリンクス	駒ヶ根市赤穂 5-1086	0265-82-8511 0265-82-8522	-----	-----	-----	宿泊時大人一人 館内クーポン 500円プレゼント (要申込・適用外宿泊 プランあり。)	「ライブキッチン」として目の前の鉄板で焼く特選牛の厚切リス テーキと、ホテルオリジナルの高級ブランド豚「あつぷる豚」の 岩塩焼きはお客様の人気ランキング1・2位となっています。
		ACN信州伊那谷 キャンパーズ ヴィレッジ	上伊那郡中川村 大草7833	0265-88-2695	-----	-----	-----	サイト使用料 10%割引 キャビン料金500円引	自然学校を併設していて、自然体験プログラムをたくさん用 意しています。オンライン予約可能です。(24H OK)
その他	眼鏡市場	諏訪店・岡谷店・伊那店・飯田アップルロード店・伊那箕輪店			(補聴器以外)5%割引	業界唯一の製造直売価格。レンズ加工25分スピードお渡し。			

エリア	区分	施設名	所在地	TEL FAX	通常料金等	割引内容等	施設からひと言			
北 信	宿泊	信州不動温泉 さぎり荘	長野市信州新町 大字日原西300-1	026-264-2103 026-264-2739	1泊2食(税込) 大人 13,000円 小人 11,700円 ※入湯税別	-----	-----	-----		
		ペンション ウィスキー ジャック	上水内郡飯綱町大字 川上2755-1603	026-253-6722 026-253-6722	通常料金 2～3名様 1部屋ご利用 1泊2食 ⇒11,500円(1名様)	-----	-----	割引料金 通常料金の 10%引き (年末年始・GW(5月)・ 夏期8/13～16日適用 外)	1名様のご利用、食事なし等につきましてはHPをご覧ください。	
		ペンション ハロー・ララ!	上水内郡飯綱町 川上2755-46	026-253-7869 026-253-2419	8,600円 暖房費300円(冬季)	-----	-----	8,300円 暖房費300円(冬季)	-----	自家農園の無農薬・無化学肥料の野菜等を積極的に使って います。野外炭火焼バーベQ可(夏期)。
		ピュアハウス もとやま	上水内郡飯綱町川上 2755-1872	026-253-6631 026-253-6631	1泊2食付税別 大人10,000円 小学生8,000円	-----	-----	1泊2食付税込 大人9,000円 小学生7,000円 幼児無料(食事なし)	-----	春は山菜取り、夏はマウンテンバイクツアー、登山。冬は一 緒に滑ろう楽しいスキーツアー。
		上林ホテル 仙壽閣	下高井郡山ノ内町 上林温泉	0269-33-3551 0269-33-0787	1泊2食(税込、入湯税 別) 標準25,300～ 42,900円、離れ・特別 室34,100～52,800円	-----	-----	宿泊料金15%割引	-----	毎分720リットルの湯量を24時間かけ流しといったぜいたくな 温泉・大浴場は訪れる人を楽しませます。「和魂洋才」新しい 和風ホテル・旅館の創造性を生かし、ゆったりとした空間でお 客様をお迎えいたしております。
		野沢 グランドホテル	下高井郡野沢温泉村 8888	0269-85-3151 0269-85-3150	和室2名 16,000円～ (1泊2食税別)	-----	-----	平日 和室2名 10,000円(税抜)～ 休日、前日 和室2名 12,000円(税抜)～	-----	名湯野沢温泉「温泉力」を最大限に活用し、源泉かけ流しの 露天風呂付き客室や、貸切露天風呂に隣接し、大浴場とは 泉質の違う「天下の名湯真湯」を引湯した眺望の素晴らしい 男女別の展望露天風呂が好評です。
		SBC RESORT KIJIMADAIRA	下高井郡木島平村上 木島3878-2	0269-82-3001 0269-82-3130	-----	-----	-----	宿泊代 通常料金の10%割 引。 入浴代 大人800円→600円	-----	最新の「スノーリゾートロマンスの神様」のスキー場徒歩0分！ 北信州が一望できる大パノラマが自慢のホテルです。信州プ レミアム牛やみゆきボークなど地元の美味しい料理も大人気バ イキングでお楽しみ頂けます。
		一茶記念館	上水内郡信濃町 大字柏原2437-2	026-255-3741 026-255-5505	入場料大人700円 小中学生350円	-----	-----	入場料 大人600円 小中学生300円 (ただし、20名以上の 団体料金)	-----	
		黒姫童話館	上水内郡信濃町 大字野尻3807-30	026-255-2250 026-255-2261	一般700円 小・中学生400円 童話の森ギャラリーと の共通一般1,000円 小・中学生500円	-----	-----	一般600円 小・中学生300円 童話の森ギャラリーと の共通一般900円 小・中学生400円	-----	《モモちゃんとかねちゃん》《怪談レストラン》シリーズなどの 作家松谷みよ子、「モモ」「ネバーエンディングストーリー」の 作家ミヒヤエル・エンデを中心に信州の民話や児童文学を親 しみやすく展示。いわさきちひろのアトリエ・黒姫の山荘を移 築し公開。
		童話の森 ギャラリー	上水内郡信濃町 大字野尻3807-29	026-255-6720 026-255-6750	一般400円 小・中学生200円。 黒姫童話館との共通 一般1,000円、 小・中学生500円	-----	-----	黒姫童話館との 共通一般900円、 小・中学生400円。	-----	郷土出身の洋画家・松本重雄氏の80号クラスの大作を展示 するほか、桜井誠、大友康夫など挿絵画家の作品の展示など 童話館に関する企画展を開催している。
野尻湖 ナウマンゾウ 博物館	上水内郡信濃町 大字野尻287-5	026-258-2090 026-258-3551	大人700円 子供350円	-----	-----	大人 450円 子供 260円	-----	4万年前のナウマンゾウの狩人をもとめて、全国の人たちが 発掘しています。		

エリア	区分	施設名	所在地	TEL FAX	通常料金等	割引内容等	施設からひと言
観光		い い づ な ア ッ プ ル ム ミ ュ ー ジ ャ ム	上水内郡飯綱町 大字倉井5番地	026-253-1071 026-253-4451	大人 300円 子供 150円	大人 250円 子供 100円	リンゴに関する様々な資料や情報の展示。ギャラリーでは、定期的に絵画・クラフト・写真等の展示会を開催。館周辺に植えられたイギリス等ヨーロッパのリンゴ並木も散策できる。また、幻のリンゴ、和リンゴの一種で飯綱町の「高坂林檎」を植樹しており時期により、貴重な和リンゴの花や実を見学できる。
		高 橋 ま ゆ み 人 形 館	飯山市飯山 2941-1	0269-67-0139 0269-67-0141	大人620円 小中学生410円	ポストカードプレゼント	創作人形作家・高橋まゆみの作品を常時約100体展示。細やかな人間観察から生み出された人形の数々は表情豊かで見ると見る人の心を揺さぶります。ミュージアムショップとカフェを併設しています。年に2回展示替えをしています。
		山ノ内町立 志賀高原 ロマン美術館	下高井郡山ノ内町 平穏1465 (上林温泉)	0269-33-8855 0269-33-8825	大人 500円 小中学生 300円 (木曜休館、季節変動あり)	大人 400円 小中学生 250円 会員証所持者含む 1グループまで 他割引との併用不可	長野冬季オリンピック及びパラリンピックの開催を記念して、1997年秋に開館しました。建物は日本を代表する建築家黒川紀章氏による設計で、地元山ノ内町出身の南画家、児玉果亭(1841-1913)の作品群や、ローマングラスの瓶や壺など、「美とロマン」をテーマに作品を収蔵しています。年4回、季節ごとにオリジナルの企画展を開催。 ※常設展示室はありません。企画展の内容、コレクションの展示状況は公式HPをご確認ください。
		い い や ま 湯 滝 温 泉	飯山市一山川押 1898	0269-65-3454 0269-67-0065	大人600円 小学生300円	大人入浴料 本人のみ50円引き	千曲川沿いにあり、せせらぎの音を聞きながら入れる露天風呂が人気。湯上りは2階の大広間でのんびりと、飯山特産のみゆきポークなど地元食材を活かしたお食事をどうぞ。Wi-Fi環境あり、クレジットカード対応可、JR飯山線上滝駅徒歩5分。
		む れ 温 泉 天 狗 の 館	上水内郡飯綱町川上 2755-345	026-253-3740 026-253-3814	温泉施設入館料 600円	温泉施設入館料 100円引(本人のみ)	ご宴会やランチセットご利用の方で天狗の館より片道30分以内であれば無料送迎いたします。(予約制、4名様〜)花のスポット、りんご狩りなどご紹介いたします。
		湯田中駅前温泉 楓 の 湯	下高井郡山ノ内町 大字平穏3227-1	0269-33-2133 0269-33-2133	一般入湯料 500円	入湯料50円引	地元だけではなく、広域にたくさんの方々にご利用いただければと思います。とても格安なので。
北信		麻釜温泉公園 ふるさとの湯	下高井郡野沢温泉村 豊郷8734	0269-85-3700	大人700円 小人500円 3歳未満無料	大人400円 小人200円	源泉かけ流しの公衆浴場。野沢温泉村の外湯伝統の趣のある木造湯屋建築は、情緒たっぷりな温泉施設。
		びっくらんど小川	上水内郡小川村 大字高府9447	026-269-1011 026-269-1012	大人 600円 子供 300円	大人500円 子供 200円	泳ぐ、遊ぶ、リラックスの3施設有り。体育館、トレーニングルームも有り。
		信州高山森林 スポーツ公園 Y o u 游 楽 ン ド	上高井郡高山村 大字牧73	026-242-2210 026-242-2755	温泉プール 大人600円、小人300円 露天風呂 大人400円、小人200円	温泉プール 大人500円、小人250円 露天風呂 大人300円、小人150円	101mスライダー、ウォーキングプールあり。
		な べ くら 高 原 森 の 家	飯山市照岡1571 -15	0269-69-2888 0269-69-2288	-----	ソフトドリンク100円引 (会員一回のみ)	森に佇むコテージのある自然体験施設。信州の大自然に触れられる体験を随時ご案内。
		地 場 産 工 房 そば 処 よ こ 亭	上水内郡飯綱町 柳里847-3	026-253-8287 026-253-8287	ざるそば860円 野菜天ざる1,350円 えび野菜天ざる1,700円	通常の食事・そば打ち体験10%割引	飯綱町産地粉を100%使用した石臼挽きの手打ちそば。地粉を使っているそば打ち体験が人気。
		道 の 駅 花 の 駅・千曲川	飯山市常盤7425	0269-62-1887 0269-62-1889	-----	Café里わの ソフトクリーム50円引き	2023年11月に「モンベル」と「ビジターセンター」を新設しランドオープン。 農産物直売所とお土産コーナーでは旬の野菜や飯山のお土産、近隣市町村の特産品が勢揃い。Café里わでは、地産地消のメニューを提供。
スキー		さかえ倶楽部 ス キ ー 場	下水内郡栄村北信 2903	0269-87-3355 0269-87-2280	1日券、大人4,500円、 小人2,500円	リフト1日券を 通常料金より300円の 割引	長野県の最北端に位置し、積雪量、雪質共に最高のコンディション。眺望がよく、天気がよければ信越の山々が一望できます。起伏に富んだ9本のコースは魅力満載。
		い い づ な リポ ー ト ス キ ー 場	上水内郡飯綱町 川上2755-209	026-253-3911 026-253-2678	リフト 1日券 3,500円	リフト 1日券 1,000円割引	

エリア	区分	施設名	所在地	TEL FAX	通常料金等	割引内容等	施設からひと言
スキー	スキー	戸 隠 ス キ ー 場	長野市戸隠3682	026-254-2106 026-254-3759	割引時料金については、施設に直接お問い合わせ下さい。 リフト料金 1日券大人6,800円、シニア5,800円、小人4,300円	補助券1枚につき 1000円引 (要問合せ)	驚きの眺望と抜群の雪質。初心者から上級者まで楽しめる全19コースの多彩なコースレアウト。
	その他	眼 鏡 市 場	長野若槻店・長野南バイパス店・長野高田店・中野店・更埴店			(補聴器以外)5%割引	業界唯一の製造直売価格。レンズ加工25分スピードお渡し。
宿泊		信 州 佐 久 春 日 自然体感リポ ー ト す が の 森	長野県佐久市 春日2258-1	0267-52-2111 0267-52-2119	営業期間(本年度) 5月1日～8月31日 9,400～29,000円	8,800～27,500円 (600～1,500円引)	アルカリ質の温泉で肌がスベスベし、美人の湯といわれている。温泉プール、体育館、研修室有り。
		常 盤 館	小諸市大字菱平 762-2	0267-22-0516 0267-23-5648	1室4名 16,740円～ 1室2名 19,710円～	お酒またはソフトドリンク 1本サービス	登山電車で行く絶景露天風呂の宿 2024/8月上旬露天風呂デッキリニューアルしました。雲上の停車場
		天 狗 温 泉 浅 間 山 荘	小諸市野馬取 4766	0267-22-0959 0267-25-2255	1泊2食 17,000円 (2名以上利用の場合)	1泊2食付 16,000円税別 (年末年始・GW・8/10～15・10月、祝休日の前日除く)	季節の山菜料理と手打ちそば。赤褐色の鉄鉱泉はホカホカで効能豊かです。コテージなどの施設もあります。ご家族、グループでもご利用ください。
		布 下 温 泉 き じ ま 荘	東御市大字布下81	0268-67-3409 0268-71-0388	1泊2食 8,700円 (税別) 入湯税別 (12/31～1/3休業)	1泊2食 8,200円税別 入湯税別 (12/31～1/3休業)	
		温 泉	びんぐし湯さん館	埴科郡坂城町大字 網掛2002-4	0268-81-7000 0268-81-7001	大人650円 小学生以下330円	大人入館料50円引き 小学生入館料30円引き ※20:00以降は 利用不可 他割引との併用不可 ※優待対象 同伴家族
東信	観光	池 波 正 太 郎 真 田 太 平 記 館	上田市中央三丁目 7-3	0268-28-7100 0268-28-7101	大人400円 学生 260円 小・中学生 130円	団体の場合 大人330円 学生200円 小・中学生100円	池波正太郎とその作品に関する資料・映像・挿絵等を常設展示
		真 田 氏 歴 史 館	上田市真田町本原 2984-1	0268-72-4344 0268-72-4344	大人250円 高大学生160円 小中学生100円	大人200円 高大学生120円 小中学生80円	当館は、武家屋敷を偲ばせる木造平屋建てで、館内には、武田二十四将として活躍した真田幸隆をはじめとする真田一族の歴史を、古文書や武具等を展示して紹介しています。年代に沿って配置しているため、真田氏の活躍の様子をわかりやすく理解することができます。
		上 田 市 武 石 と も し び 博 物 館	上田市下武石 1902-4	0268-85-2474 0268-85-2495	一般400円 小中学生200円 団体割引あり	一般200円 小中学生100円	旧武石村の村制施行百周年を記念して、平成元年11月3日に開館。「人々の生活の中に生き続けてきたともしび」について体験と学習の場を提供するあかりの博物館です。
スキー		湯の丸高原ホテル 湯の丸スキー場	東御市大字新張 字湯の丸	0268-62-0376 0268-62-1312	-----	宿泊(要予約)料、 リフト1日券 10%割引	
		八 千 穂 高 原 ス キ ー 場	南佐久郡佐久穂町 大字千代里2093	0267-88-3866 0267-88-3969	-----	リフト1日券1,000円割引 大人・高校生・ ミドル(50歳以上)のみ レンタル滑走用具 1日セット500円割引	標高1,830mの一度味わったらやめられない絶品パウダースノー！ コンパクトながら8つの個性的なグレンデと多彩なアトラクションで1日中楽しめます。
キャン		駒 出 池 キ ャ ン プ 場	南佐久郡佐久穂町 大字八郡2049 -858	0267-88-2569 0267-88-4110	-----	延長料金500円引	駒出池のほとり、白樺林に囲まれた美しく雄大なロケーションの中、ファミリーで楽しい1日をお過ごし下さい。
その他		眼 鏡 市 場	佐久インター店・佐久平店・上田店・上田産業道 路店			(補聴器以外)5%割引	業界唯一の製造直売価格。レンズ加工25分スピードお渡し。
宿泊		ね ざ め ホ テ ル	木曾郡上松町大字 上松1888-1	0264-52-2245 0264-52-2448	大人13,100円 小人11,100円 他	要問合せ	木曾路の中心で国道19号線沿いでアクセスが良い。名所の寝覚刀床まで徒歩3分。