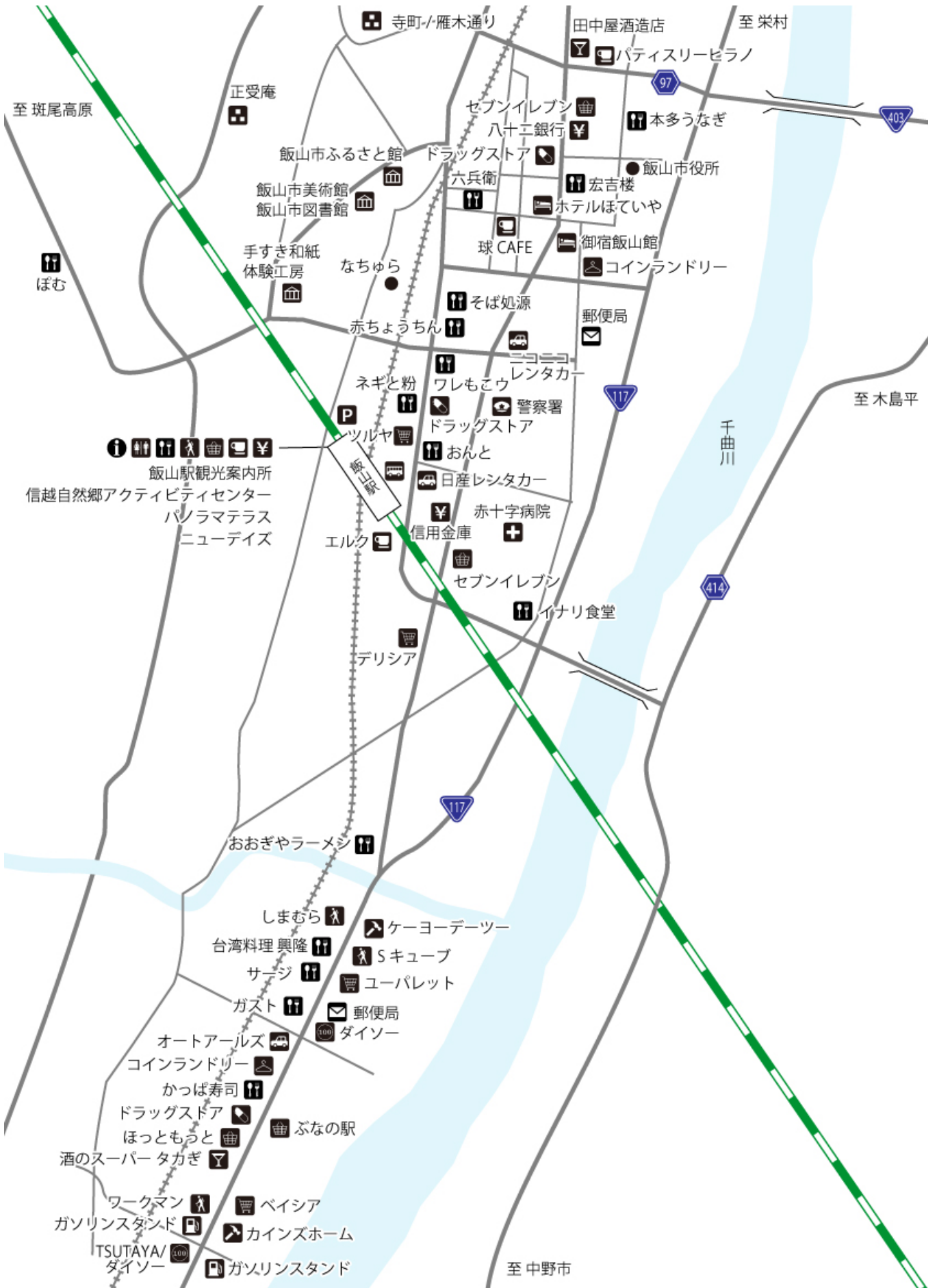


タウンマップ

飯山市街地



概要

飯山駅は信越トレイルや周辺地域への交通の基点であり、小売店・飲食店・宿泊施設等が徒歩圏内に点在しており、ほとんどの物資や情報を入手することができる。飯山市は城下町でありながら、多くの寺が点在する寺町である。歴史や文化に触れながら、市街地を散策するのも面白い。

電車

【JR北陸新幹線】飯山駅
「はくたか」が停車。「かがやき」は停車しない。

【JR飯山線】飯山駅
おおよそ1時間に1本程度発着。

バス

【飯山市バス】0269-69-3111（飯山市役所）
「コミュニティバス斑尾線」はセクション1の基点に近い「まだらお高原・山の家」「斑尾観光ホテル」までのアクセスが可能。
https://www.city.iiyama.nagano.jp/soshiki/kikakuzaisei/kikakuchosei/public_traffic/bus-all.htm

【長電バス】026-295-8008
斑尾高原、タングラム、信濃平、戸狩温泉、なべくら高原行きのバスがある。
<https://www.nagadenbus.co.jp/>

タクシー

飯山駅前に常時タクシー5台程度が駐機。いない場合は飯山駅観光案内所で呼ぶことが可能。

補給(スーパー)

【ツルヤ飯山店】0269-67-9011 不定休 9:30～20:00（日曜9:00～20:00）
飯山駅前にあり、食料品全般を購入することが可能。店内ベーカリーで焼かれたパンの販売もあり。

【デリシア飯山店】0269-81-3210 9:00～23:00
飯山駅から徒歩約5分。食料品全般を購入する事が可能。店舗はツルヤやベイシアに比べると小規模。

【ベイシア飯山店】0269-67-2111 9:00～20:00
飯山駅から徒歩20～30分。食料品や衣料品、日用品等が揃う総合スーパーマーケット。
ホームセンター「カインズホーム」が同施設内に併設され、若干のアウトドア関連商品も購入する事が可能。

飲食店

和食・中華・イタリアン・居酒屋など、市街地に多数店舗あり。水曜日定休の店舗が比較的多い。
お困りの際は飯山駅観光案内所まで。

宿泊施設

【ホテルほていや】0269-62-3128
島崎藤村も宿泊したという江戸時代から続く老舗ホテル。飯山駅から徒歩10分の本町商店街に立地する。

【御宿 飯山館】0269-62-2022
明治時代に創業した旅籠に近い旅館。飯山駅から徒歩10分。1泊2食付で宿泊できる。ご主人は信越トレイルにも詳しい。

【ノーブル飯山】0269-62-0165
飯山駅から徒歩15分、JR飯山線北飯山駅から徒歩3分のビジネスホテル。1泊素泊まりまたは朝食付きで宿泊が可能。

ビジターセンター／観光案内所

【信越自然郷アクティビティセンター】0269-62-7001 無休 8:30～18:00
飯山駅構内にある信越トレイルビジターセンター。信越トレイルに関する詳細な情報を入手することが可能。信越トレイル公式マップやガイドブックの販売、全線踏破証の発行も可能。
<https://shinetsu-activity.jp/>

【信越自然郷飯山駅観光案内所】0269-62-7000 無休 8:30～18:00
飯山駅構内にある広域観光案内所。各種パンフレットやマップの購入が可能。飯山市街地の店舗情報や飯山城跡・寺巡り等についての詳しい情報の入手も可能。英語での対応可。
<http://www.iiyama-station.jp/guide/>

ランドリー

【ランドリーム和泉】0269-62-2524 無休 8:00～22:00
飯山駅南のベイシア付近、市役所付近にもあり。

入浴

【天照石湯】0269-67-0366 月曜定休 10:00～21:30（水・木は10:00～21:30）
大人600円。隣接するレストランとの食事と入浴のセットもあり。

【野沢温泉】
飯山駅よりバスで25分。

燃料

- ガソリンスタンド 市内に多数あり
- ガスカートリッジ 【信越自然郷アクティビティセンター】0269-62-7001 無休 8:30～18:00
- 燃料用アルコール 【アメリカンドラッグ飯山駅前店】0269-62-1214 8:30～22:00
【アメリカンドラッグ飯山本町店】0269-81-3062 8:30～22:00
【アメリカンドラッグ飯山静間店】0269-81-1372 8:30～22:00

病院

【飯山赤十字病院】0269-62-4195
飯山駅より徒歩5分。
<http://www.iiyama.jrc.or.jp/>

Wi-fi

【JR飯山駅】構内は無料で利用可能。