
だいまる薬局友の会主催 信州長野ツアー

平成22年10月9.10.11日



テーマ

求められ・応えられる
薬剤師へ

—みすずかる信濃の国から思いをこめて—

大会名称:	第 43 回日本薬剤師会学術大会長野大会
大会メインテーマ及びサブテーマ:	求められ・応えられる薬剤師へ —みすずかる信濃の国から思いをこめて—
会期:	平成 22 年 10 月 10 日(日)～11 日(月・祝)
会場:	10 日受付 ★ホクト文化ホール(長野県民文化会館) ★ビッグハット 若里市民文化ホール 信州大学工学部 長野県社会福祉総合センター ☆ホテル国際 21(11 日受付なし) JA長野県ビル
主催:	社団法人日本薬剤師会 社団法人長野県薬剤師会
運営委員長:	社団法人長野県薬剤師会 会長 大塚 宰
プログラム:	開会式、特別記念講演、特別講演、県民公開講演会、 テーマ別分科会(講演・シンポジウム)、 薬学生シンポジウム、時局講演、 一般演題(口頭発表)、一般演題(ポスター発表)、 ランチョンセミナー、懇親会

2010年10月09日(土曜) 北斗星

16:45 札幌駅1階西改札口まえベンチに集合

17:12 寝台特急北斗星発車

18:00 グランシャリオで夕食

北斗星懐石御膳の注文を承っております。



食事の後は、ミニロビーを占拠して宴会予定

寝台特急北斗星について

1988年3月13日 北斗星は青函トンネル開業と同時に誕生、本州と北海道の直通運転を実現しました。車両はさすがに年季が入ってきましたが、まだまだ列車の旅の情緒を味わうには充分現役です。

他にも『トワイライト・エクスプレス』・『カシオペア』などの本州とを結ぶ



寝台特急列車がありますが、これらすべては新幹線が開通し北海道上陸したときには廃止される運命にあります。

今回、この機会に乗車することはたいへん意義のあることになると思いますので皆さんエンジョイしましょう！

北斗星は上野～札幌を現在1日1往復運転（開業当初は3往復）し、牽引機関車の種類にも人気が集まり多くのファンをつくった列車です



ワンポイント

函館で、機関車交換（ディーゼル機関車から電車機関車）があります。函館で、列車の進行方向が変わるので、交換を見学してみてください。マニア

がたくさん写真撮ってます。

開業当時では豪華列車としてかなりの人気できっぷの入手は困難を極めたようです。現在も個室はもちろんシーズン中には全てのきっぷが入手しづらくなり相変わらずの人気を誇っています。今回も JR 職員さんに頼みこんでとってもらいました。

おそらくめったに乗る機会がない寝台特急北斗星。大宮に到着する翌日 09 : 13 まで、堪能して下さいね。



ワンポイント

食堂車にてシャワーカード（310 円）を購入して利用します。30 分毎の利用となっていて利用時間を指定してカードを購入します。シャワー券は 20 時以降で予約しましょう。

2010年10月10日(日曜) 長野入り

08:00

あさごはんです。グランシャリオ集合 朝定食をいただきますよ。
予約不要です。幹事への予約は必要です(笑)。



和食



洋食

09:13 大宮駅到着

09:45 長野新幹線あさま511号 6号車 へのりかえ

11:05 長野着 (^^) 立ち食いそばは旅行の必須アイテム？



このあと中央タクシー株式会社の観光タクシーで戸隠高原へ。乗ったら寄り道して、薬剤師チームは受付済ませましょう。ご褒美の3点！がもらえます。ま、いいでしょ これで！

戸隠神社について

戸隠までタクシーで45分くらい。「神告げ温泉」に入浴する時間があるようです。旅の垢を落としましょう。参拝→昼食→残りの社殿参拝→温泉 の予定。

帰路は、上山田温泉まで60分程度かかるとのことでした。

以下戸隠神社の公式ホームページから抜粋

戸隠神社は霊山・戸隠山の麓に、奥社・中社・宝光社・九頭龍社・火之御子社の五社からなる、創建以来二千年余りに及ぶ歴史を刻む神社です。

その起こりは遠い神世の昔、「天の岩戸」が飛来し、現在の姿になったといわれる戸隠山を中心に発達し、祭神は、「天の岩戸開きの神事」に功績のあった神々をお祀りしています。

5社、全部観光いたしましろう

⊕ 奥社 おくしゃ



祭神

天手力雄命（あめのたちからおのみこと）

由緒・ご神徳

日本神話にある、天照大神が天の岩屋にお隠れになった時、無双の神力をもって、天の岩戸をお開きになった天手力雄命を戸隠山の麓に奉斎した事に始まります。（岩戸伝説）

戸隠神社の御本社として全国に開運、心願成就、五穀豊熟などの御神徳が広宣され多くの崇敬者が登拝されます。

参道は約半里（2キロ）、中程には萱葺きの赤い随神門があり、その先は天然記念物にも指定されている樹齢約400年を超える杉並木が続いています。



祭神

天八意思兼命（あめのやごころおもいかねのみこと）

由緒・ご神徳

素戔鳴尊の度重なる非行に天照大神が天岩戸にお隠れになった時、岩戸神楽（太々神楽）を創案し、岩戸を開くきっかけを作ったという神です。学業成就・商売繁盛・開運・家内安全に御神徳があります。社殿天井には平成15年に復元された狩野派の天才絵師、河鍋暁斎によって描かれた「龍の天井絵」があります。

また、境内には樹齢700年を超えるご神木、樹齢800年を超える三本杉（天然記念物）があり、戸隠神社の社務所が置かれています。

宝光社 ほうこうしゃ



祭神

天表春命（あめのうわはるのみこと）

由緒・ご神徳

杉の古木の中、270余段の石段を登ると神仏習合時代の面影を残す荘厳な社殿があり、その荘厳さは多くの信者の尊信を集めています。

祭神は中社祭神の御子神様で、開拓学問技芸裁縫の神・安産の神・婦女子の神・子供の神として御神徳があります。

九頭龍社くずりゅうしゃ



祭神

九頭龍大神（くずりゅうのおおかみ）

由緒・ご神徳

鎮座の年月不明ですが、天手力雄命が奉斎される以前に地主神として奉斎され、心願成就の御神徳高く特別なる信仰を集め、また古来より水の神、雨乞いの神、虫歯の神、縁結の神として尊信されています。

☪ 火之御子社 ひのみこしゃ



祭神

天鈿女命（あめのうずめのみこと）

由緒・ご神徳

承德二年（1098）頃の創建で、岩戸の前で舞われた天鈿女命が主祭神で他に三柱の神様をお祀り申し上げております。

戸隠山の神様が神仏習合されていた当時も、このお社だけは神社として終始しておりました。戸隠神社太々御神楽は、この神社に仕えていた社人によって古来より伝えられ現在に至っております。舞楽芸能の神、縁結の神、火防の神として尊崇されております。

近年は参拝される方が多く、境内には有名な西行桜があります。

戸隠そば メニュー

長野赴任歴の長い滝川顧問のおすすめポイント、戸隠そば。

戸隠神告げ温泉（湯行館）の館内そば処



御利益そば ￥1,500 ●ざるそば5ボッチ盛り

●天ぷら 岩魚の天ぷらと

- ・春はたらの芽、ふきのとう、ぶどうの芽、こご芽、アスパラ、竹の子
- ・秋 山きのこ

●竹の子汁、そば団子、山菜三品、薬味（戸隠おろしダイコン・地ねぎ）

美しい地酒がのめる

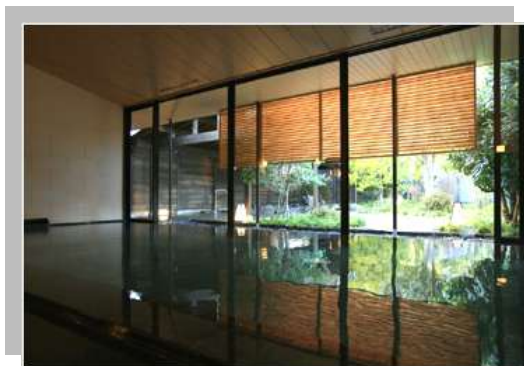


酒米は地元鬼無里の郷人の熱意と努力の結晶で今年度は特に良品の酒米が収穫され、新酒一番しぼりがのめる。二年参りや新春に特にめしあがつて頂きたい。宴会等ではうまい酒と評判が良い。新しい戸隠をめざして岩戸伝説の戸隠岩戸開と命名した。祝い事等に最適であります。

戸倉上山田温泉に泊まります

18:00 ころ 信州戸倉上山田温泉 ホテル清風園到着予定

しなの鉄道でのんびり行こうと思いましたが、でも限りある時間を有効に使うため観光タクシーで移動することにしました。お年寄りも多いし、優しい気持ちで… 9名様は余裕の座席配置だということです。



お風呂は源泉アルカリ性単純温泉。適応症は、(浴 用) 神経痛・筋肉痛・関節痛・五十肩・運動麻痺・関節のこわばり・うちみ・くじき・痔疾・慢性消火器病・冷え症・病後回復期・疲労回復・健康増進 となっています。露天もサウナもあります。お楽しみに。

ひと風呂浴びたら、宴会です。じゃんじゃんうまい酒を飲みましょう。

ただし、歌わなくてもいいです。

ホテルからメールで献立が送られてきましたので参考までにご紹介します。

だいまる薬局友の会 様

10月10日 JR北海道恵庭駅様よりご予約を賜り誠にありがとうございます。
お返事が大変遅くなり誠に申し訳ございません
調理場の責任者にお料理内容を確認いたしましたのでご案内いたします。

お 献 立

食前酒	梅酒
先付け	豆乳芋ムース
前 菜	季節の珍味盛り合わせ
お造り	信濃雪鱒 信州サーモン 鯉
進 肴	ロブスターコキール
焼 物	信州サーモン麴漬け焼き
煮 物	ふかひれ姿煮
洋 皿	長野県産黒毛和種サーロインロースト
台の物	信州黄金しゃもハラミ・セセリスープ
お凌ぎ	霧下そば
食 事	こしひかり米
止 椀	信州味噌仕立て
香 物	田舎漬け
水菓子	巨峰 マロンロール

アレルギーの方、貝がNG きのご類NGは伝えてございます。

戸倉上山田温泉 外湯のご案内

7か所の外湯が有名らしい。お酒さえ飲みすぎなければ外湯めぐりも楽しいかもね。

つるの湯

古くから親しまれてきた公衆浴場が2001年にバリアフリーの近代的な施設に生まれ変わった。なまこ壁とレンガの煙突の外観、内部にはステンドグラスもあり、大正ロマン風のデザインがされている。湯船は男女とも大小2つあり、温度差があるのでお好みで湯に浸かろう。壁一面のガラスで外と仕切られた浴室は開放感いっぱいだ。

営業時間／9:00～22:00

定休日／毎月第1・3水曜日

料金／大人500円、子供300円、満2歳未満無料

お問い合わせ／026-261-0770

瑞祥

サウナやジェットバスなどを備えた本格外湯。もちろん天然温泉で、内湯と露天風呂では源泉が異なるから肌で確かめてみよう。街中にあるので眺望は望めないが、露天風呂にはテレビが備えられている。深夜まで営業し

ているのが便利だ。

営業時間／平日 9:00～25:00、土・日・祝 6:00～25:00

定休日／毎月第3火曜日（祝日の場合翌日）

料金／大人 650 円、小中学生 350 円、幼児 100 円、3 歳未満無料

土・日・祝の 6:00～8:00（朝風呂）は大人 450 円、小中学生 250 円、幼児 100 円

お問い合わせ／026-275-4321 <http://www.zuisho.com/>

湯元 かめ乃湯

2007 年 4 月 3 日改装オープン！大浴場、ジェットバス、露天風呂、陶器風呂と充実したお風呂に加え、ロビー、お休み処があるので便利。

営業時間／10:00～23:00（入場は 22:30 まで）

定休日／毎月 16 日及び月末日

料金／大人 360 円、子供 180 円

お問い合わせ／026-276-4664（かめ乃湯） 026-275-1001（本社）

万葉超音波温泉

浴槽は3つあり、一番奥の浴槽は湧出した源泉そのまま掛け流し。約 46 度と熱く、地熱の恵みが伝わってくる。中央のジャグジー浴槽は約 42 度、

手前の浴槽は 浅めで寝湯になっている。また、ヨモギの香りが漂う低温ミストサウナも心地よい。駐車場に設置された無料の足湯（利用時間 8～21 時 30 分）も源泉掛け流しというのがうれしい。

営業時間／4:00～23:00

定休日／毎月第 2・4 月曜日（祝日の場合翌日）、朝風呂は無休（4:00～7:00）

料金／大人 300 円、小学生 120 円、幼児 70 円、満 3 歳未満無料

お問い合わせ／026-275-2228 <http://www.manyo-onsen.com/>

戸倉観世温泉

地元の常連客にこよなく愛されている銭湯であり、毎日早朝 5 時から朝湯に入ることができる（定休日も朝湯のみ営業）。浴室は広いタイル張りで清潔感が漂い、タイルとヒノキの 2 つの浴槽には異なった泉源からの湯がこんこんと溢れている。戸倉の湯量の豊かさが実感できる。美肌効果あり。

営業時間／5:00～22:00

定休日／毎月第 1・3 月曜日（祝日の場合翌日）

料金／大人 300 円、中学生 170 円、小学生 120 円、幼児 70 円、3 歳未満無料

お問い合わせ／026-275-0350

戸倉国民温泉

浴槽・カラン・シャワーに至るまで源泉掛け流しの天然温泉。外観や入り口はややレトロだが、浴室は陽が差し込んで明るく清潔そのもの。床のところどころにある小さな穴から湯が溢れ、床が冷えないように配慮されている。これも湯の湧出量が毎分 250L という頼もしさゆえか。飲泉も可能だ。

営業時間／9:45～22:00

定休日／毎月 2 日

料金／大人・中学生 280 円、小学生 120 円、幼児 70 円

お問い合わせ／026-275-0457

戸倉メリーランド白鳥園

平成 15 年にリニューアルオープンした千曲市直営の日帰り温泉施設。300 人入れるマンモス風呂のほか、露天風呂、ジャグジーバス、打たせ湯、寝湯など種類が豊富。

営業時間／9:30～20:00

定休日／毎月第 2・4 火曜日

料金／大人 500 円、子供 280 円、3 歳以上の幼児 100 円

お問い合わせ／026-275-0400

2010年10月11日(月曜)

公共の交通機関で移動します。

しなの鉄道 戸倉駅 8:27 発→長野駅 8:52 着

薬剤師チームはご褒美の残り3点をもらいに会場へ。

観光チームおよび、ご褒美をもらった薬剤師は善光寺参りへ行くもよし。



善光寺参拝バス

長野駅善光寺口1番のりばから出発

9:10、9:25 善光寺大門行き 10番、11番、16番、17番

レトロ調バス「びんずる号」(写真)は100円!です。

善光寺の境内



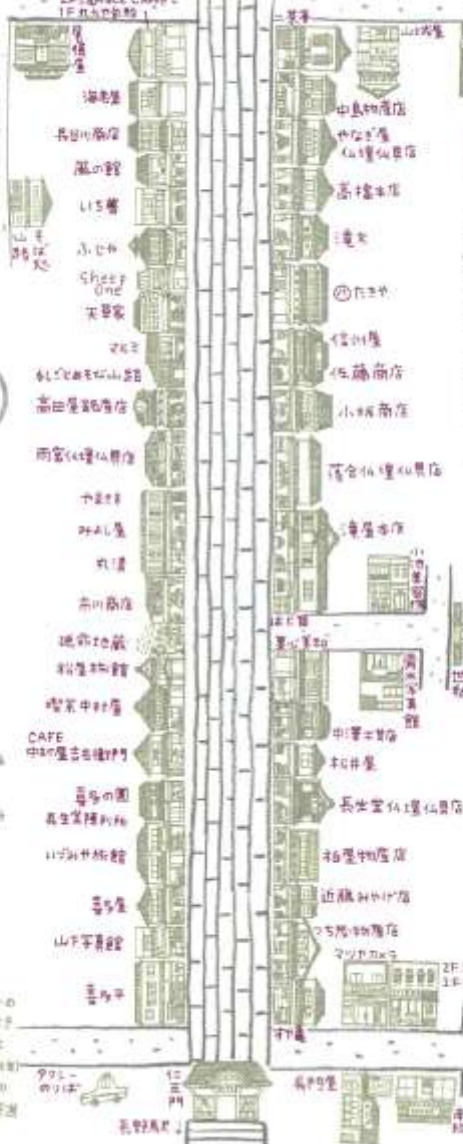
- | | |
|-----------------|-------|
| 1. 山門（三門） | 重要文化財 |
| 2. 経蔵 | 重要文化財 |
| 3. 日本忠霊殿・史料館 | |
| 4. 仁王門 | |
| 5. 鐘楼・梵鐘 | 重要美術品 |
| 6. 雲上殿 | |
| 7. 大勧進 | |
| 8. 大本願 | |
| 9. ぬれ仏（延命地藏） | |
| 10. 六地藏 | |
| 11. 歴代回向柱 | |
| 12. 爪彫如来 | |
| 13. 石畳 | |
| 14. 駒返り橋 | |
| 15. 延命地藏尊（如来堂跡） | |
| 16. 釈迦堂・釈迦涅槃像 | 重要文化財 |
| 17. 授与品所・勧募窓口 | |

おみやげ 信州善光寺仲見世通り各店

次のページに！



信州善光寺 仲見世通り



「仲見世通り」の
おもしろさ



Kamagataki bashi
馬の
通り
橋

徳川(平山)時代
[徳川幕府]が「徳川の川」の
沿岸が「馬の通り」になり、
川を渡るには「馬の通り」
を渡る必要があった。その
ために「馬の通り」が
作られた。



元盛町
南盛會



釈迦堂
Shakado

正徳(徳川)時代
善光寺の善光寺に、
三輪の石(善光寺)の
善光寺(善光寺)の
善光寺(善光寺)の
善光寺(善光寺)の
善光寺(善光寺)の



Enmeiji-zononaka
延命地藏尊

約700年 善光寺善光寺の
善光寺(善光寺)の
善光寺(善光寺)の
善光寺(善光寺)の
善光寺(善光寺)の



Ishidatami
石だたみ

境内入口から山門までの
約450mの街道に
つちやりの石(つちやりの
石)が敷き詰められて
善光寺(善光寺)の
善光寺(善光寺)の
善光寺(善光寺)の
善光寺(善光寺)の

帰りの集合場所と時間

長野駅新幹線待合室 新幹線改札口まえ **12時**。

お昼は車中でお弁当にしましょう。お弁当は会社で用意します。

飲み物をご自由に用意してくださいね。まだ旅気分でOKです。

12:10 あさま 524号(14番線)

13:52 東京着 乗り換え

浜松町 乗り換え

14:49 東京モノレール 羽田空港着 **第一旅客ターミナル (JAL)**

羽田空港（北ウイング）でおみやげタイム

14:50～15:45 おみやげ&もぐもぐタイム（自由時間）

15:50 までに セキュリティーチェック **機内持ち込み制限品**に注意

15:50 保安検査をうけて搭乗待合室で集合 GATE17 か 18
GATE 番号は必ずご自分で確かめてください

16:15 出発（16:15 は GATE を離れる時刻です注意！）

17:50 千歳空港到着 解散式