



思いっきり猪苗代湖を楽しんだら、旅の思い出にふくしまのおみやげを。

磐梯熱海観光物産館
福島県郡山市熱海町熱海2-15-1
営業時間：9:00～19:00
休業日：無休（臨時休業あり）



1. 起き上がり小法師
2. ペコアイスキャンディ
3. はちみつ

Souvenir

ACCESS



電車 Train		
東京駅	1時間30分	郡山駅
川内駅	30分	上戸駅
会津若松駅	40分	上戸駅
いわき駅	2時間30分	上戸駅
車 Car		
仙台宮城I.C	1時間30分	猪苗代磐梯高原I.C
会津若松I.C	30分	猪苗代磐梯高原I.C
いわき中央I.C	1時間30分	猪苗代磐梯高原I.C
東京方面	3時間45分	猪苗代磐梯高原I.C
■ 湖南エリアへのアクセス		
郡山I.C	35分	湖南エリア
タクシー Taxi		
猪苗代タクシー TEL: 0120-62-3635		

INFORMATION

福島県郡山市産業観光部観光課
〒963-8601 福島県郡山市朝日一丁目23番7号西庁舎4階
TEL: 024-924-2621 (8:30～17:15土日祝日休み)
MAIL: kankou@city.koriyama.lg.jp



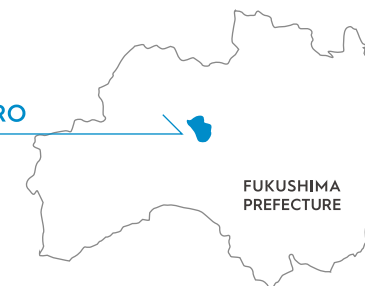
雄大に広がる湖。

深呼吸したくなる青々とした自然。

小さな波に揺られ、静かにゆったりと流れる時間。

猪苗代湖で始める、青の中での再起動。

LAKE INAWASHIRO



MAP



猪苗代湖の青を 巡るMAP

ゆっくり気ままに、青を探しにいこう。
本来の自分に戻れるおすすめスポットマップです。



6 館浜
食材を持ってキャンプ気分
対岸に青く霞む磐梯山、湖に向かってひらけた浜に移ろいゆく空の色。食べ物を持ち込めば、プチキャンプ気分。
上戸駅から車で15分



5 鬼沼 湖上遊覧
美しいのびる砂州の向こうに、猪苗代湖と磐梯山を望む景勝地。みどりの湿地に鳥のさえずりと波音だけの、静かな時間が流れます。
上戸駅から車で20分



3 道の駅猪苗代
美味しいものがあつまる道の駅
スイーツやお酒、工芸品など、猪苗代湖周辺のお土産が揃いぶみ。磐梯山が一望できるレストランでは、ご当地メニューも楽しめます。
上戸駅から車で15分



2 磐梯熱海温泉 昔ながらの温泉街
800年以上の歴史がある、古き良き温泉街。とろみのある「美肌の湯」に浸れば、心も身体もゆるりとほぐれていきます。
上戸駅から車で20分



1 FIKA (Roots猪苗代内)
湖が一望できるカフェ
自然や歴史を感じた後は、コーヒーの癒しのアロマに包まれながらひと休み。湖周辺には、こだわりのカフェがそろうています。
上戸駅から車で5分



サイクルステーションの場所はここに

レンタサイクル
 青スポット

4 日本一山遊歩道
日本一!の遊歩道。
「この米は日本一だ」と言われたことから地名がついた日本一。観音堂に見送られ、厳かな気持ちで登れば、見える景色も日本一かも。
上戸駅から車で15分



HOW TO Choose clothes

特別な持ち物は必要ありません!



HOW TO Rent

自転車やヘルメットは現地のサイクルステーションで借りられる! 電動自転車があるので、女性でも気軽に楽しむことができますよ。サイクルステーションの位置はMAPからチェック!



HOW TO Ride

さあ、自由気ままに猪苗代湖の大自然へ漕ぎ出そう。本誌や動画で紹介しているイナイチ初心者向けのおすすめの楽しみ方やスポットも参考にしてみてください。



詳しくは動画で!

自然に耳を澄まして、深く息を吸って。

On the beach



ゆっくりと流れる雲をうつす、青い湖面。
静かに揺れる波、木の葉のざざめきが、わたしに語りかけてくる。
空の青、湖の青、山の青。
応えて深呼吸をすると、忘れていた本当の自分に、
だんだん、だんだん戻っていく。



湖南七浜

猪苗代湖南地区の7つの浜。いずれも磐梯山が一望でき、静かにゆったり過ごしたい方におすすめ。



天神浜・志田浜・上戸浜

夕日が一番きれに見えるエリア。夕暮れ時間帯におすすめ。



お気に入りの景色を見つけてチェアリング。
焚き火の前に、マシュマロ焼きと淹れたての
コーヒーで、甘く、ほろ苦く、スイッチオフ。

湖南七浜(浜路浜、横沢浜、館浜、舟津浜、舟津公園、青松浜、秋山浜)

休業日：無休(11月～4月下旬はトイレ、炊事場は使用できません。)

ATTENTION

- ①自動車及びバイクは、周辺道路への違法駐車はしないこと。②浜辺での直火は禁止です。
- ③場所によって開設期間・使用時間・ルールが異なります。



Retreat Tabi Yoga (リゾート タビ ヨガ)



時間：10月-4月 17:30～
5月-9月 18:30～
(HPから予約)

料金：2,000円

場所：志田浜
福島県耶麻郡猪苗代町壺楊南浜

すって、はいて。
力を抜いて、空と湖に身体を委ねる静かな時間。



波に誘われて、SUP体験。

luana sup

営業期間：6月中旬～10月中旬

営業時間：10:00～18:00

休業日：水曜日・第3日曜日

住所：福島県郡山市湖南町

赤津字小枝町 1522-1



じんわりとサウナで
デトックス。

ホールアース自然学校 福島校



住所：福島県郡山市湖南町
福良字上川原8386-7
ご利用予約：HPの
お問い合わせフォームから

Relax in Nature

緑の湿原、広がる田畑。
写真に収めたい風景が随所に。





テラス席からの眺めは、一面の湖。キラキラと光が反射する水面を見ながら、出来立てのブリトーを頬張る瞬間は、至福のひとつ。

これ食べたなら、向こうまで行ってみようか。

Eat

湖畔の淡色カフェでたのしむ季節の Pasta



1 FLAME KITCHEN FIKA



営業時間: 11:00~17:00
(ラストオーダー16:30)
休業日: 火曜・水曜(祝日営業)
住所: 福島県耶麻郡猪苗代町
山崎字浜志田1855 Lake Area



2 217BASE

営業日等はホームページでご確認ください。
住所: 福島県耶麻郡猪苗代町
長田字南鳥帽子660-1



体を動かしたあとは、ボリューム満点のバーガーがいかも。

3 HERO'S DINER



営業時間: 10:00~18:00
(土日祝は10:30OPEN, 金曜日は15:00CLOSE)
休業日: 第1または第2木曜日
冬季は営業時間が変更となります
住所: 福島県耶麻郡猪苗代町上村前1574

Stay

名水から生まれる美食や銘酒をはじめ、温泉、フィンランドサウナなど、内からも外からもキレイをつくる宿。



ホテルのロビーで日本酒飲み比べ



部屋でまったり



磐梯熱海温泉街

情緒あふれる温泉街で名物を食べ歩き。菘姫を癒したと云われるお湯で汗を流したら、日本酒飲み比べで身体を芯から温めて。

4 ゆとりろ磐梯熱海

住所: 福島県郡山市
熱海町熱海5-18



湖を楽しんだあとの、一休みのコーヒー

5 ichinoichi coffee



営業時間: 10:00~17:00
休業日: 金曜・第3木曜日
住所: 福島県郡山市
熱海町熱海1-237



湖でのチェアリングのお供を買いに、小さなパン屋さんへ

6 小さなパン屋さん Komugi

営業時間: 木・金・土・日
10:00~(売り切れ次第終了)
休業日: 月曜・火曜・水曜
住所: 福島県郡山市湖南町
浜路字中大沢941



Take a break