

みほ
伊藤美穂さんと行く

高柳を楽しむ、みほさんぽ

自然の中でエネルギーチャージ

日常の忙しさや騒がしさから少し離れて、自然の中で元気をもらうことができる高柳。
あなたに合った楽しみ方を見つけてみませんか。

園商業観光課 TEL21-2334 FAX22-5904

じよんのび村の伊藤さんと、高柳に住んでいる佐藤さんご家族に、
高柳の楽しみ方を教えてもらいました！



新しいじよんのび村の
「今」を紹介します。

伊藤美穂さん

じよんのび村セールスマネージャー。
令和3(2021)年11月に広島県から柏崎に移住。
じよんのび村の各種企画、広報などを担当。

高柳の事なら、僕たちの方が詳しいよ！



佐藤さんご家族

黒姫山をスイスイ登っちゃう、地元の元気
なおじいちゃんとお孫さん。

気軽に自然を満喫

ライト
に
チャージ

じよんのび村 「ファームハウスエリア」

じよんのび村の温泉や食堂は
利用していても「つり橋の先
には行ったことがない」方も
多いのでは？
つり橋の先にあるファームハ
ウスエリアには貸別荘やブナ
林などがあり、気軽に散策が
楽しめます。



▲階段を登った先に広がる景色

スタート！



▲つり橋を渡ると気持ちいい！



▲これだけでも
ちょっと良い運動



▲ベンチに座ってまったりと
緑の中で深呼吸



何の野菜かな



◀じよんのびファーム（畑）には、
じよんのび村のスタッフが心を
込めて作る野菜がたくさん！

つり橋を渡るのを楽しみに
来られる方もいます。貸別
荘に泊まらない方でも、気
軽に散策を楽しんでくださ
い。今年、じよんのび村ス
タッフが気合を入れて整え
たエリアをぜひ見ていただ
きたいです。
運動不足の私にとっては、
ファームハウスエリアを散
策するだけで充分心地よい
運動になっちゃいます（笑）



まだまだ元気いっぱいなお子さんは
こども自然王国 へ！



📍 高柳町高尾 30-33 ☎ 41-3355
🏠 休 月曜（月曜が祝日の場合は翌日休館）
🕒 9:00 ~ 17:00

全力で
チャージ

目いっぱい、自然を満喫

「黒姫山登山」

登山には「つらい」「キツイ」イメージしかない、という方も多いのでは？
黒姫山に初めて登った美穂さんから、登山の魅力やポイントを教えてもらいました。

応援メッセージとイラストに癒される▶



▲結構大変（汗）



▲湧き水が冷たくて気持ちいい！



4歳でも登れたー♪
(4歳にはかなりハードです)



▲無事山頂へ！ すごい達成感！



▲ハイキング弁当と日帰り温泉入浴のセットプランあり
¥1,700円（1人）

詳細はこちら



▲山の上で食べるおにぎりはおいしい



▲上りでは気付かなかった棚田の風景。下りでもまた感動

水分補給はとっても大事！



気付いたポイント

必需品

- 飲み物（いっぱい）
- 虫よけスプレー
- レジャーシート

あると最高

- 山頂で食べるおいしいご飯
- 冷たいデザート（凍らせたゼリーなど）



チャージ
の
仕上げ

汗をかいた後に感じる、本当の心地よさ

「芯からじよんのび」

ファームハウスや登山で自然を満喫した後は、じよんのび村へ。
体も心も心地よい、そんな時間を過ごせます。

じよんのび村

📍 高柳町高尾 10-1 ☎ 41-2222



じよんのび温泉「楽寿の湯」

黒姫山中腹から湧き出る温泉。茶褐色で、肌がすべすべになると評判。露天風呂やサウナもあり。

🕒 11:00 ~ 20:00 (19:30 受け付け終了)

💰 3歳~小学生 400円・中学生~64歳 650円・65歳以上 550円

NEW !

じよんのびマルシェ

6月に敷地内にオープン。お米で作ったチュロスや良寛牛乳ソフトが人気で、季節の野菜を使ったメニューなども販売中。

※現在はテイクアウトのみ。

📅 休 月~水曜 (祝日を除く)

🕒 11:00 ~ 17:00 (木・金曜は 16:00 まで)



山に囲まれて飲むコーヒーは格別!



ソフトクリームおいしい

💰

良寛牛乳ソフト (カップ) 420円
米粉のチュロス (抹茶/ココア) 500円
じよんのびファーム産! フライドポテト 300円

ハンモック楽しい!



旬の果物も売っています



じよんのび横丁

柏崎ならではの品を多数取り揃えるお土産処。じよんのび村手作りの「お豆腐」「がんもどき」「厚揚げ」は大人気。

🕒 9:30 ~ 19:00



国指定名勝庭園 貞観園

豪雪地の気候風土と人々の手によって育まれている、京風日本庭園。日本で3本の指に入る美しい苔庭という庭園の専門家の声も。縁側に腰を掛け、ずっと眺めていたい癒しの空間。

- 📍 高柳町岡野町 593 ☎ 41-2100
- 📅 11月30日(木)まで 🛑 月曜（祝日の場合は、翌日）
- 🕒 9:00～17:00（16:30 受け付け終了）
- 💰 高校生以上 500円、小・中学生 250円

麦麦バイク

山あいにあるパン屋さん。自家製酵母を使用した、風味豊かなパンを求め、遠方から訪れるお客さんも多い。高柳産の小麦、かぼちゃ、じゃがいも、むらさきいも、よもぎなどを使用したパンも取り揃えている。



- 📍 高柳町山中 3673
- ☎ 41-3032
- 🛑 月・火曜
（月曜のみ祝日の場合は営業）
- 🕒 7:00～19:00
（売り切れ次第終了）



伊勢屋

岡野町商店街にある和洋菓子店。高柳産のくるみ、栗、地元酒蔵「石塚酒造」の酒がすなどを使用した、高柳ならではの菓子が充実。



- 📍 高柳町岡野町 1741-2
- ☎ 41-2102
- 🛑 なし
- 🕒 8:30～18:30



かやぶきの里 萩ノ島

民家が田んぼを囲んで立ち並ぶ、全国でも貴重な環状集落。四季を通じて、写真やスケッチのために訪れる方も。かやぶき屋根の交流施設「^{ひかり らくや}陽の楽家」をリノベーションしたカフェが、9月にオープン予定。

- 📍 高柳町萩ノ島
- ☎ 41-3252
- 📅 土・日曜を中心に営業予定



▲写真左が陽の楽家、中央と右はかやぶきの宿。

エネルギーチャージに
出掛けよう！

高柳 MAP



美穂さんは、高柳でどうチャージしてる？



高柳のお米はもちろん、旬の野菜や山菜を使った田舎料理がおいしく、モリモリ食べることでエネルギーチャージをしています。実際に、高柳に来てから10kg太りました(笑) ごちそうを作ってきて、食べさせてくれる方が多く感激しました！ 疲れがピークに達した時は、じよんのび温泉でエネルギーチャージしています。

高柳には、縁もゆかりもない私を温かく迎えてくれる方が多いです。「雪で困っていないか？」「この山菜を食べたことあるか？」など、いつも気にかけてくれます。まるで家族のように温かい方の存在がとても心地よく、第二のふるさとのような場所です。想像以上の雪の量には驚きましたが、あのきれいな雪景色を見たことのない方にも見せたいです！