



野沢温泉村
山ノ内町
中野市

北信州

新書 冷菓編

NORTH SHINSHU SWEETS GUIDE



ソフトクリームの魅力は
その滑らかな口当たり。
目で作られる
できたてのフレッシュな美味しさを
冷たいうちにどうぞ。

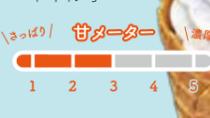
ソフトクリーム

いいやま 湯滝温泉



飯山市 map B-3
ミネラル成分や繊維質を豊富に含んだもち米「紫米」を粉末状にして使用。もっちりした紫米の味がしているにもかかわらず味わいはさっぱりとして、滑らかな口どけ。

住 飯山市一山字川押1898
☎ 0269-65-3454
時 10:00~21:00
(食堂11:00~19:30)
休 火曜 P 90台
イトイン可



ソフトクリーム
300円(税込)
ボリュームたっぷりかつ
コーンも厚いです!

やまびこの丘公園



木島平村 map C-3
住 木島平村上木島3278-80
☎ 0269-82-4664
時 9:00~17:00
休 第3火曜
(8~10月無休、11月~3月冬期休園)
P 200台
イトイン可

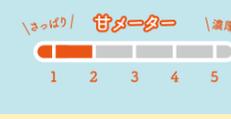
望郷にこにこファーム 木島平村 map C-3
住 木島平村上木島3278-46
☎ 0269-82-4336
時 9:00~17:00
休 第3火曜
(8~10月無休、11月~3月冬期休園)
P 50台

道の駅 千曲川 Cafe 里わ



飯山市 map C-3
地元なべくら高原で育った「スノーキャロット」と信州りんごの「シナノスイート」をミックスした、ここでしか食べられないソフトクリームです。

住 飯山市常盤7425
☎ 0269-62-1887
時 7:30~17:00(LO16:30)
休 月1回木曜日(1~3月は毎週木曜日)
P あり(96台)
イトイン可



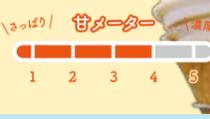
ソフトクリーム
380円(税込)
ほどよい甘さとさっぱりとした味わいが人気です

猿座カフェ ENZA Café



山ノ内町 map D-3
信州産シナノゴールドを贅沢に使った、あと味すっきりなソフトクリーム。シーズンを通しての大人気商品で、さっぱりしながらも濃厚な味わいが楽しめます。

住 山ノ内町平穂上林1421-1
☎ 0269-38-1736
時 9:30~17:00
休 なし(臨時休業あり)
P 50台(観光バス可)
イトイン可



ソフトクリーム
380円(税込)
シャーベット状のソフトクリームに仕上げました

馬曲温泉



木島平村 map C-3
住 木島平村往郷5567-1
☎ 0269-82-4028
時 8:00~21:00
休 水曜
P 60台

地元の農場で採れた搾りたての新鮮な牛乳を使った超濃厚なソフトクリーム。村内3施設で食べられます。爽やかな高原、または湯上りに、とお好きなシチュエーションどうぞ。

ソフトクリーム
300円(税込)
超濃厚なのに最後までペロリと行けます!

味蔵 月あかり



飯山市 map C-2
地元産の赤しそを絞って作ったしそジュースを使用した爽やかな味わいのソフトクリーム。さっぱりとした味わいとほのかに香るしその風味がクセになる人気の一品です。

住 飯山市飯山2941-1
☎ 0269-67-0188
時 11:00~14:00
休 水曜
P 30台
イトイン可



ソフトクリーム
380円(税込)
飯山市の中でもここでしか食べられません!

さかえソフト



栄村 map A-4
新鮮な牛乳で作った甘さ控えめの濃厚なソフトクリーム。そのままのミルク風味と滑らかな舌ざわりだけでなく、豊富なトッピング(税込350円)でいろいろな味を楽しめます。

住 栄村北信3746-1
☎ 0269-87-3180
時 9:00~17:00
(12月~3月休業)
休 火曜
P 23台(バス4台)



ソフトクリーム
300円(税込)
絞りたて牛乳を使ったソフトクリーム

喫茶セアヴス



野沢温泉村 map B-3
粒状で混ぜられた野菜の香りがほんのりと香る淡いグリーンソフトクリーム。濃厚ながらも、ほんの少し野菜漬けの塩気が加わり、後味のすっきりとした甘さを楽しめます。

住 下高井郡野沢温泉村豊郷7653
☎ 0269-85-3523
時 9:00~16:00
休 なし(夏期営業期間7/7~8/26)
P 450台(ゴンドラ乗場横)
イトイン可



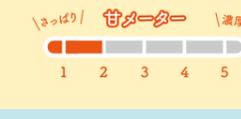
ソフトクリーム
350円(税込)
野菜発祥の地ならではの味わいです

野沢温泉スパリーナ



野沢温泉村 map B-3
りんごの風味と酸味がギュッと詰まった味わいと、スッキリとした食感が人気のソフトクリーム。ストレートでもミルクとのミックスでもお楽しみいただけます。

住 下高井郡野沢温泉村6748
☎ 0269-85-4567
時 7:8月 10:00~20:00
上記以外 12:00~20:00
休 なし(8月末~12月までは水曜定休)
P 100台
イトイン可



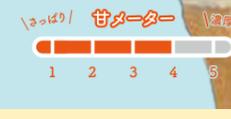
ソフトクリーム
350円(税込)
爽やかなりんごの香りも食欲をそそります

手作りアイスのフィオーレ



中野市 map D-2
風味・栄養を損なわない低音殺菌法の牛乳をベースに地元農家産の新鮮な素材を使用。季節にあわせたフレーバーも豊富で、四季を通じていろいろな味が楽しめます。

住 中野市一本木592
☎ 0269-23-2334
時 10:00~18:00
休 水曜
P 10台
イトイン可



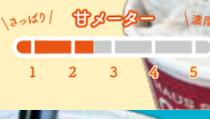
ソフトクリーム
300円(税込)
ダブルやトリプルで豊富なフレーバーを楽しもう!

ハウスサンアントンズジャム工房



野沢温泉村 map B-3
そばをそのまま食べているかのような強めのそばの香りが個性のかつ絶妙な味わい。県産食材のフレーバーも豊富で、組み合わせも楽しめます。

住 野沢温泉村豊郷9515
☎ 0269-85-2065
時 8:30~21:00
休 なし
P あり(10台)
イトイン可



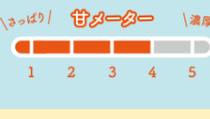
ソフトクリーム
380円(税込)
そばジェラート
甘さ控えめで、どなたでもさっぱりいただけます

3RD CAFE & MORE



中野市 map D-2
ホイップクリームにキャラメルシロップと落としたのエスプレッソをワンショット。本格的なコーヒーの味と香ばしいキャラメルの風味が醸し出す大人向けの甘さをお楽しみください。

住 中野市三好町2-4-28
☎ 0269-27-4138
時 10:00~18:00
休 月曜
P 5台
イトイン可



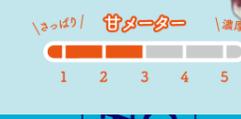
ソフトクリーム
450円(税込)
キャラメルフロゼン
全品テイクアウトできます

道の駅 北信州やまのまち よってかっしやい屋



山ノ内町 map D-3
地元産ブルーベリーの果肉をたっぷり使った店主特製の甘酸っぱいソースが、濃厚なソフトクリームにベストマッチ。爽やかな酸味と甘さはここでしか味わえないおいしさ。

住 山ノ内町佐野393-2
☎ 0269-31-1008
時 10:00~16:00
休 無休(11月~4月冬期休業)
P 76台
イトイン可



ソフトクリーム
400円(税込)
しつこ過ぎない甘さが人気の秘密です

信州中野いきいき館



中野市 map D-2
地元産の絞りたて牛乳と季節のフルーツのソースを使用したジェラートはさっぱりとした味わいが人気。かわいねこまん最中の皮・コーン・カップが選べます。

住 中野市吉田519
☎ 0269-26-1186
時 9:00~18:00
休 不定休
P 150台
イトイン可



ソフトクリーム
250円(税込)
中野市特産の果肉が赤りんごを使用



その他冷菓
いろいろな形で楽しめる冷菓。
素材を生かした
創意工夫を味わおう。

CHAMISE



山ノ内町 map D-3
町内産のブルーベリーと豆乳にバナナをプラス。みずみずしく濃厚なブルーベリーの爽やかな甘酸っぱさが後を引き、気がつけば飲み干してしまっている美味しさあふれるシェイク。

住 山ノ内町平穂2997-4
☎ 0269-38-8989
時 10:00~17:00
休 月曜
P 7台
イトイン可



ソフトクリーム
810円(税込)
ブルーベリー&豆乳シェイク
ほかにも旬のものが続々登場します!



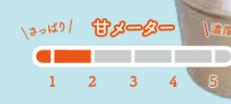
ジェラートは
イタリア語の「アイスクリーム」。
脂肪分が少なく
原料そのものの風味を生かした美味しさが特徴。

若葉屋商店



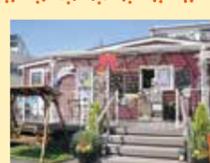
山ノ内町 map D-3
地元の山本牧場の新鮮な牛乳を使用。フルーツは季節ごとの旬の採れたてを地元の農家から直接仕入れて使用しています。渋温泉街の散歩の途中にぜひお立ち寄り。

住 山ノ内町平穂2184
☎ 0269-33-3305
時 8:00~21:00
休 不定休
P なし
イトイン可



ソフトクリーム
350円(税込)
どの季節も旬が盛りだくさんで楽しめる!

cafe STAY GOLD



中野市 map D-2
甘過ぎない生クリームとジェラートをモチモチの生地で包んだ食べ応え満点のクレープが大人から子どもまで大人気。ジェラートはバナナ、チョコ、ストロベリー、3種からどうぞ。

住 中野市中央1-5-19
☎ 090-4127-0984
時 11:00~19:00
休 水曜
P 6台
イトイン可



ソフトクリーム
580円(税込)
豊富なトッピングは+50円から!

SORA terrace cafe



山ノ内町 map D-3
信州といえばフルーツの宝庫。カフェでは地元産のシャインマスカットやナガノパープルを贅沢に使用したスムージーが楽しめます。竜王の空をイメージしたスカイボードも人気です。

住 山ノ内町夜間瀬11700
☎ 0269-33-7131
時 9:00~ ※詳細はHP確認
休 竜王ロプウェイの営業に準ずる
P 1500台



ソフトクリーム
シャインマスカットスムージー
色鮮やかなナガノパープルもぜひ!



いろんな組み合わせで楽しむ
見た目も美味しいスイーツ。
カフェの落ち着いた空間で
雰囲気とあわせて
ゆっくり堪能しよう。

スイーツ

中野陣屋・県庁記念館 カフェ陣屋

中野市 map D-2



熱々の陣屋コーヒーと甘いソフトクリームが絶妙なハーモニーを奏でる一品。落ち着いた店内の雰囲気を満喫しながら、ほんのりと苦味がきいた大人の味わいをどうぞ。



陣屋コーヒー
アフォガート
350円(税込)
陣屋コーヒー
がついたセットは
600円



お茶の西沢園

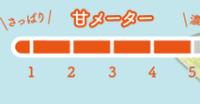
中野市 map D-2



京都のお茶のみを使った本格派の抹茶ソフト。香料・甘味料・着色料等は一切使用しておらず、お茶本来の味が際立つ濃厚で飽きの来ない上品な甘さを楽しめます。



抹茶パフェ 680円(税込)
トッピングも
自家製にこだわった
ものばかり



パティスリーヒラノ

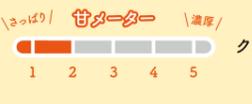
飯山市 map C-2



さくらんぼチーズのジェラートとクレームブリュレの焦がしキャラメルがベストの組み合わせ。中には小布施牛乳を使ったジェラートやフルーツ、ジュレなどが詰まった満足度の高い一品です。



クリームブリュレパフェ
950円(税込)
見た目は
かわいく、中身は
豪華な本格派



七良兵衛珈琲

野沢温泉村 map B-3



生クリームとバナナだけで作ったバナナアイスを主役に、全て自家製の素材を使ったこだわりの一品です。中身は幾重にも層が重なり、食べ進むごとに色々な味が楽しめます。



チョコバナナパフェ
700円(税込)
甘さ控えめで
大人でもベロリと
行けます♪

