

南信州の紅葉スポット【飯田市・下伊那】 | 南信州新聞電子版 2025.10

【飯田市】

◇大平・大平街道・県民の森 10 月中旬～下旬

カラマツや雑木。まちなかインフォメーションセンター（電話 0265・22・4851）

◇風越山・虚空蔵山・野底山森林公園 10 月下旬から

雑木・ベニマンサク。

◇天龍峡～唐笠 11 月上旬から

天竜川渓谷の岩ツツジやモミジ、ドウダンツツジ、雑木。

◇野底山森林公園 10 月下旬から紅葉をライトアップ。

◇愛宕神社 10 月下旬から 紅葉をライトアップ。

◇鳩ヶ八幡宮 11 月上旬から紅葉をライトアップ。

◇上村エコーライン～御池山 10 月中旬～下旬

南アルプス兎岳から光岳にかけての紅葉が楽しめる。遠山郷観光協会

◇南信濃和田遠山川 10 月下旬から

大きな岩場の間を水しぶきをたてながら流れる清流と紅葉のコントラストが美しい。

【松川町】

◇松川渓谷（片桐ダム付近） 10 月中旬～11 月中旬

山々の広葉様が秋には紅葉し、ダムの湖面に映る。多くのアマチュア写真家が訪れる。

まつかわ旅の案内所（電話 0265・36・6320）

【高森町】

◇月夜平大橋～不動滝 10 月中旬～11 月上旬

林道状況により、交通規制がかかる場合がある。ハーモニックロード月夜平大橋や

月夜平展望台から望む南アルプスの眺望や、滝と紅葉の調和が美しい。

高森町産業課（電話 02651・35・9405）

【阿南町】

◇町内全域 10 月下旬～11 月上旬

（県道深沢阿南線阿南根羽線沿線は／和知野川、売木川の渓谷美と紅葉が見事。

日吉、鈴ヶ沢の両地区では、山一面の紅葉が楽しめる。新野の十九庵の齢 700 年の大銀杏の紅葉は圧巻。「かじかの湯」周辺や国道 151 号沿は、『紅葉街道』と呼ばれている。

阿南町振興課（電話 0260・22・4055）

【阿智村】

◇治部坂高原（大川入山、蛇峠山） 10 月上旬～下旬

山頂（1907 メートル）は、3 大アルプスを見渡せる 360 度の大パノラマ。

駐車場もあり。阿智村合振興室（電話 0265・47・2001）

◇浪合地区全域 10 月中旬～11 月上旬

赤や黄色に彩られた美しい景色はこの季節だけしか見られない。

国道、県道村内いたるところから紅葉を楽しめる。

◇富士見台高原～恵那山 10 月上旬～中下旬

標高 1600～2191 メートルの尾根から見る紅葉は格別。阿智昼神観光局（電話 0265・43・3001）

◇園原の里～昼神温泉ヘブンスそのはら 10 月下旬～11 月中旬

標高 500～1000 メートル周辺の紅葉が鮮やか。

◇観音山公園 10 月中旬～11 月上旬

真っ赤なドウダンツツジの間に 3 3 体の素朴な観音像が点在。阿智村内路振興室（電話 0265・46・2001）

◇ふるさと村自然園 10 月中旬～11 月上旬

目に鮮やかな紅葉の中でテニスやキャンプはいかが。

◇南沢高原一帯 10 月中旬～11 月上旬

標高 1400 メートル。ハイキングに最適。ベニマンサクが目鮮やか。

◇梨子野峠一帯 10 月中旬～11 月上旬

ベニマンサク、モミジなど。

【平谷村】

◇高嶺山・平谷溪谷 10 月中旬から

さまざまな木々が、錦のじゅうたんを織りなす。平谷村産業建設課（電話 0265・48・2211）

【根羽村】

◇檜原川 10 月中旬～11 月中旬

矢作川最上流部に位置する小戸名溪谷は美しい紅葉と清らかな溪流の見事な絶景を一度に見せてくれる場所。

【売木村】

◇あてび平小鳥の森 10 月下旬～11 月上旬

小鳥のさえずりを聞きながら、公園内を散策。モミジやカエデの紅葉の後はカラマツの紅葉（黄葉）が見られる。売木村産業課（電話 0260・28・231 1）

◇白樺高原キャンプ場 10 月下旬～11 月上旬

県道阿南根線沿い、白樺キャンプ場から小鳥の森にかけての赤や黄色のあでやかな紅葉が見事。

◇やまなみ広場 10 月下旬～11 月上旬

南アルプスの眺望と眼下に広がる紅葉が絶景。

◇岩倉ダムキャンプ場 10 月下旬～11 月上旬

岩倉ダム湖面に映る紅葉がきれい。

【天龍村】

◇濃恋し 10 月下旬～11 月上旬

村の入り口、かつての天竜川が創り出した名所。川面に映る紅葉が美しい。

天龍村振興商工観光係（電話 0260・32・1023）

◇早木戸川 10 月下旬～11 月上旬 間近に見ることができる紅葉を楽しめる。

◇天竜川（十方峡、羽衣崎）10 月下旬～11 月上旬

羽衣橋の架かるダム湖には天竜川の紅葉が映え、遠山川と天竜川の合流する十方峡も紅葉に包まれる。

◇紅葉列車 10 月下旬～11 月上旬

この時期の JR 飯田線は紅葉列車と呼ばれている。紅葉の中、天竜川に沿って走るローカル線は絶景。

【泰阜村】

◇あいパークやすおか金田公園 10 月下旬～11 月上旬

県内サンセットポイント 100 選に選ばれた地点から紅葉を望む。

泰阜村振興課（電話 0260・26・2111）

【喬木村】

◇矢善公園キャンプ場 10 月中旬～11 月上旬

矢筈ダムが作る湖面に周辺の山々の紅葉が映る。木村建設環境課（電話 0265・33・5127）

【豊丘村】

◇堀越天神公園 10 月中旬～下旬

堀越まつたけ観光のすぐそばに、もみじが広がっている。豊丘村観光協会（電話 0265・49・3395）

【大鹿村】

◇鳥倉林道夕立神バノラマ公園、中峰黒川林道大池高原 10 月下旬～11 月上旬

南アルプス赤石岳をはじめ、360 度の山岳紅葉を楽しめる。大鹿村産業建設課（電話 0265・39・2001）

◇村内全域 10 月下旬～11 月上旬

赤石気の山麓をはじめ村内全域で紅葉を楽しめる。