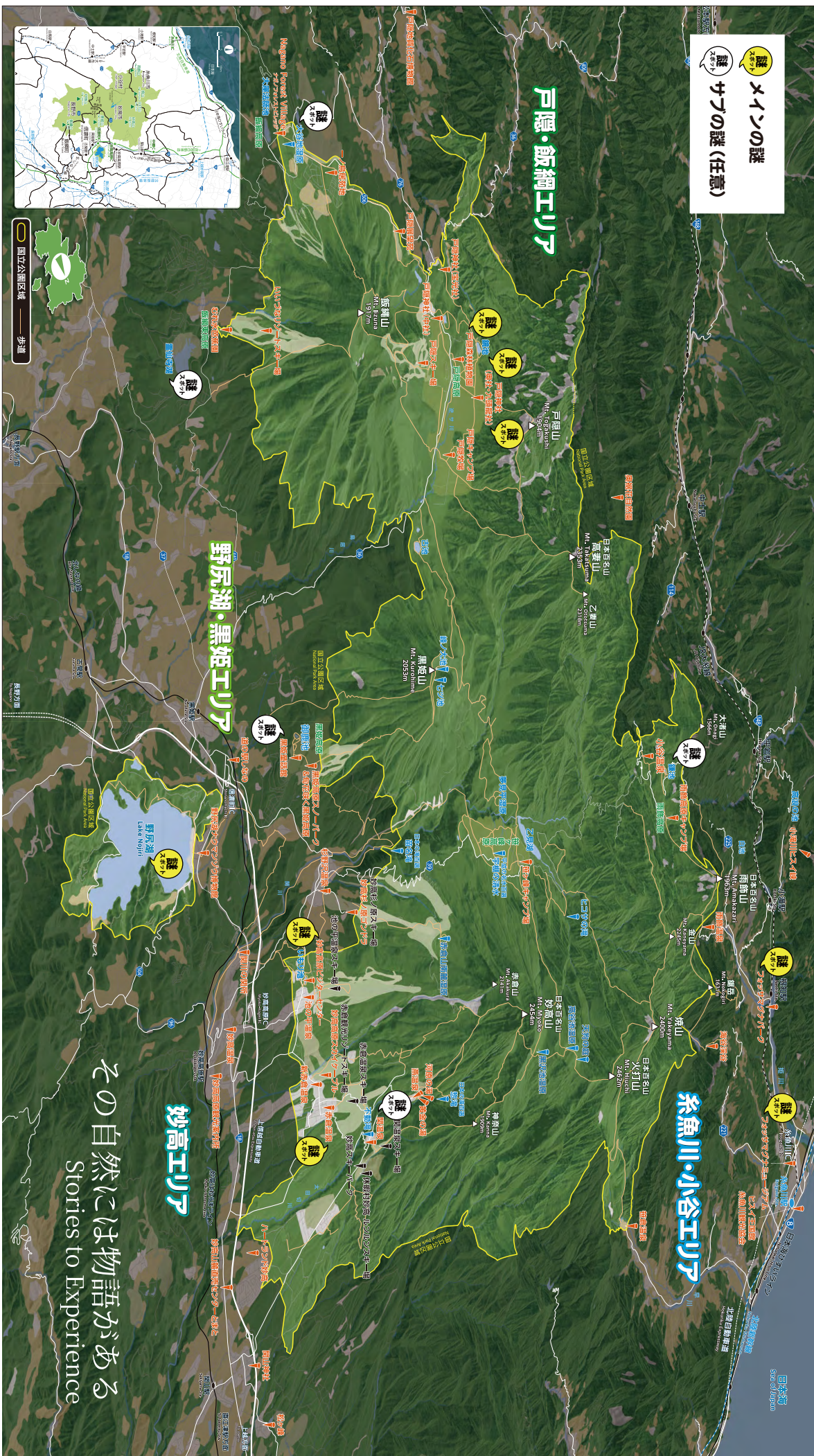




妙高戸隠連山国立公園全体マップ



妙高戸隠連山国立公園 × 謎解きゲーム

謎解き探検隊

4つの舞台で解き明かす自然と暮らしの物語

謎解きブック

自然と人の物語を解き明かす
謎に満ちた冒険の旅へ――

開催期間 2025年10月4日(土)～2026年11月15日(日)

※11月下旬～4月下旬は積雪により立ち入れない場所が多くなるため、それ以外の期間でお楽しみください。

系魚川・小谷エリア 周辺情報

CHECK
01

雨飾温泉



住所 系魚川市大字梶山字広道倉
1870(内湯:男女別、都忘れ
の湯:混浴)
営業時間 8:00~17:00(清掃のため
多少前後する場合あり)
料金 入浴料600円

秘湯雨飾温泉は、携帯電話の
電波も届かない山中に佇む静
かな山小屋「雨飾山荘」の温泉。雨飾山の登山口に位置し、登山
者や自然愛好家に親しまれています。内湯の他に、庭の一角にあ
る格子戸をくぐると緑に囲まれた露天風呂「都忘れの湯」があ
り、木々の静けさの中をかけ流しの湯音が響いています。「都忘
れの湯」は文字通り都会の、そして登山の疲れを癒してくれます。

CHECK
02

笹倉温泉



住所 新潟県系魚川市大平5804
営業時間 平日・土日/9:00~17:00
(18:00退館)
GW・お盆・年末年始/9:00
~14:00 (15:00退館)
料金 大人 平日750円/土日祝日
850円

笹倉温泉は、今からおよそ
300年前の1716年(享保元
年)、宗林寺(1615年開基)の薬師如来のお告げに導かれ開湯し
たと伝えられています。その後、1914年の大洪水により温泉は一
度流失。しかし、地域の人々の温泉への深い愛情と強い信念に支
えられ、1924年より延べ約4000人が800日以上にわたる努力
を重ね、ついに1926年に再び湧出を果たしたという奇跡の湯。
近隣には火打山・焼山や棚田が眺望できる「とや展望台」がある。

CHECK
03

小谷温泉



住所 長野県北安曇郡小谷村中土
18836
営業時間 受付時間 10:00~14:30
料金 立ち寄り風呂(一杯風呂)
各700円(1時間程度まで)

冬の積雪が4mにもなるような山深い自然に囲まれた温泉地
で、古くから湯治場として知られています。雨飾山の貫入岩が
熱源と考えられる天然かけ流しの温泉で、信玄の隠し湯とも
言われています。また、江戸時代建築の本館を始め木造建築
6棟が、文化庁の登録有形文化財になっています。

CHECK
04

小谷村郷土館



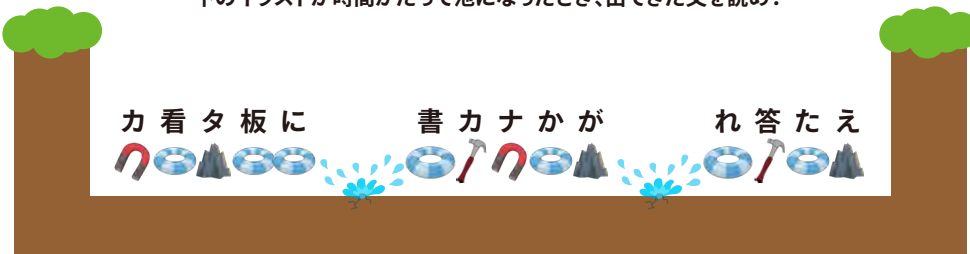
住所 長野県北安曇郡小谷村千国
乙6747
営業時間 9:00~16:30
休館日:火曜(冬期休館)
料金 入館料300円
中学生以下無料

茅葺屋で、小谷村の歴史や文化を伝える展示館。古文書や
民具、農具、写真などが収蔵され、地域の生活や産業の移り変
わりを学べます。雪国ならではの暮らしの知恵や文化に触れ
られる点が魅力。地域学習や歴史研究の場としても活用され、
地元の人々の誇りと文化を発信する拠点となっています。

鎌池の謎にも挑戦しよう!

鎌池の駐車場と県道の間にある右の案内看板を探して解こう!

鎌池は、むかし地滑りをした後の窪地に水が湧き出て池になりました。
下のイラストが時間がたって池になったとき、出てきた文を読み!



とLINEに送信しよう!

この場所の 豆知識

鎌池は、地すべり跡地にできた湧水池です。地すべり地の緩やかな傾斜面ではブナが生育しやすく、鎌池周辺には
原生的なブナ林が広がります。駐車場からすぐの所に池があるので、気軽に散策を楽しめます。

ヒント 161

この謎はサブコンテンツです。
任意でお楽しみください。

世界最高クラスの「豪雪」地帯

妙高エリア

妙高エリアは世界有数の豪雪地帯。雪が植物を守り、その雪解け水
は米や酒、発酵食などの食文化を支えます。温泉郷では多彩な泉質
と湯色も楽しめます。厳しくも豊かな恵みもたらす雪と火山の力で、
暮らしや文化を育んできた地域です。



赤倉温泉足湯公園

住所 新潟県妙高市赤倉570-6
営業時間 4月上旬~11月上旬(冬季休業)
9:00~日没(17:00ごろ)
料金 無料(駐車場あり)
問合せ 0255-87-2165(赤倉温泉観光
協会)

妙高高原 ビジターセンター (①~⑧)

妙高高原ビジターセンター
住所 新潟県妙高市大字関川2248-4
営業時間 9:00~17:00
休館日 年中無休(臨時休業あり)
料金 無料(駐車場あり)
問合せ 0255-75-5270
その他 無料Wi-Fiあり

次のページから妙高エリアの謎解きスタート

①ビジターセンターの謎

ヒント 211

展示室の入口にある雪の洞窟に入り、天井を見ろ！

こたえ



この場所の豆知識 日本海に近く高い山のふもとに位置する妙高地域は、世界有数の豪雪地帯です。動物たちは、様々な方法で厳しい冬を過ごします。冬眠する動物もいれば、ウサギやキツネのように雪の中で活動して餌をとる動物もいます。

②ビジターセンターの謎

ヒント 221

植物と昆虫の『宝石箱』から以下の植物と昆虫を探して、同じ番号の引き出しを開けろ！



こたえ

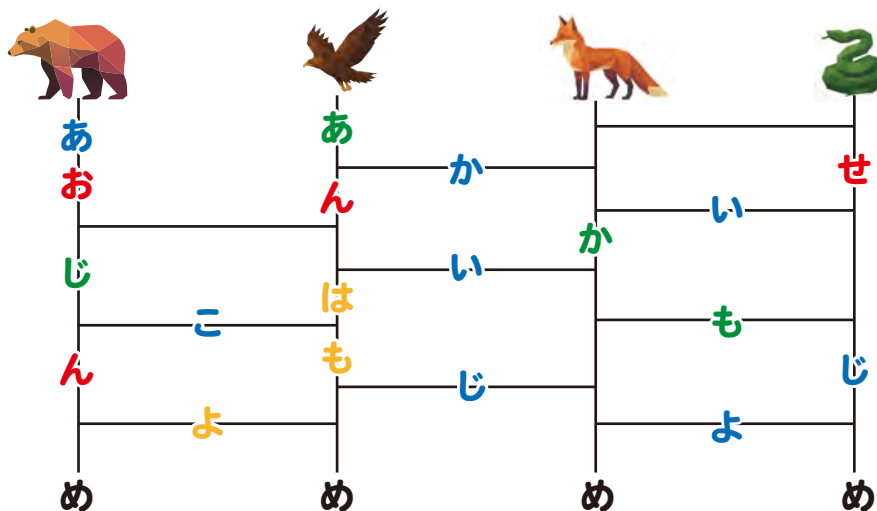


この場所の豆知識 写真左から2番目のチョウは「ウラムスジジミ」といい、表と裏で色が違うんだ。一番右のトンボは「カオジロトンボ」。氷河期からいる種類で、今は涼しい高山で見られるよ。

③ビジターセンターの謎

ヒント 231

展示室内のライチョウの会話の吹き出しに登場する動物からスタートしてあみだくじをしろ。



こたえ



この場所の豆知識 ライチョウは、ビジターセンターから見える妙高山のさらに奥、火打山や焼山に住んでいます。妙高戸隠連山国立公園は日本最北の貴重な生息地で、全国約2,000羽のうち、30羽程度が生息しています。

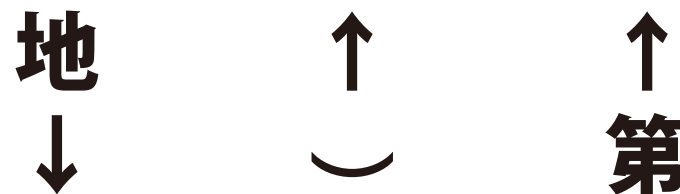
謎はどの順番で解いてもOKだよ！妙高エリアを散策しながら解いてみよう！

④赤倉温泉足湯公園の謎

ヒント 241

『頭寒足熱効果の天然温泉』の看板を見て矢印の先を読め。

こたえ



この場所の豆知識 赤倉温泉は、妙高山山腹にある「北地獄谷」という源泉から何kmもの引湯管を通して、ここにたどり着いた温泉です。妙高山は古くから霊山とされ、「地獄谷」「血の池」など、信仰や伝説に由来する地名が今も残っています。

⑤ストーリー集の謎

ヒント 251

まずは、ストーリー集の41ページを見て、妙高の豪雪対策のための設備を確認しよう。

○に入る正しい言葉を確認めたら、その言葉を右下の表から探し、“その先”を読め！



名前：多雪型消火栓
特徴：○○○○○消火栓
※○にはひらがなで記入してください



名前：○○○○○
効果：屋根に積もった雪を落ちやすくする
※○にはひらがなで記入してください

み	き	り	そ	し	え
ゆ	い	し	ら	ば	す
き	か	が	み	い	け
わ	あ	ん	な	ぬ	ー
り	で	い	き	そ	ぷ
ず	と	が	く	し	ほ

こたえ



この場所の豆知識 妙高地域の冬は道路や家々が深い雪で覆われ、雪かきだけでも一苦労ですが、この地域の人々は豪雪地ならではの知恵で雪と付き合ってきました。豪雪地ならではの風景は夏でも見つけられるので、町を歩いて探してみてください。

このエリアの答えを導け！

5つの謎の答えから、数字が書かれたマスの文字を抜き出してみよう！

導き出したこのエリアの答えをLINEで送信しよう！

妙高エリアの答え

こたえ



妙高エリア 周辺情報

CHECK
01

笹ヶ峰高原



住所 新潟県妙高市杉野沢

妙高山と黒姫山の間にあり、標高約1,300mの高原地帯です。散策路は広々とした牧場からはじまり、平成の名水百選「宇棚の清水」や清水ヶ池などの水辺、グリム童話の世界のような日本最大級のドイツウヒ林や明るいシラカバ林などを通ります。高低差も少なく、1時間程度で色々な自然を味わえる、魅力満載の高原です。

CHECK
02

乙見湖



住所 新潟県妙高市杉野沢

妙高高原の標高1,300m付近に広がるダム湖で、焼山から天狗原山の連なりを見渡すことができます。乙見湖からは、夢見平遊歩道がのびています。巨木がそびえる夢見平の森ではかつて林業が行われており、林業で使われていた製材所やトロッコの軌道跡が今も残っています。

CHECK
03

苗名滝



住所 新潟県妙高市杉野沢

妙高市には日本の滝100選に選ばれている2つの滝があり、その1つが苗名滝です。黒姫山の噴火によって流れ出した溶岩流の先端が滝の落差をつくっていると考えられており、マグマが冷える時にできた見事な柱状節理が目をはきまします。滝の上流には乙見湖があり、春には大量の雪解け水が周囲の山から集まるため、滝の豪快さが増します。

CHECK
04

妙高高原スカイケーブル



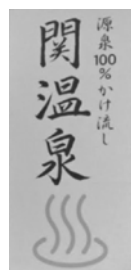
住所 新潟県妙高市田切216
営業時間 平日／8:00～16:00
(上り最終15:30)
土日祝／8:00～16:30
(上り最終16:00)
※季節営業
料金 大人 2,500円
子ども 1,500円

約15分で標高1,500mへと登る天空のゴンドラ。ゴンドラ終点にはカフェのほか、ブナ林の中を散策できるコースや景色の良い原っぱもあり、志賀高原の山並みや斑尾山、野尻湖が一望できます。スキー場の草原には花やチョウもたくさんいるので、散策しながら探してみてください。

ヒント 261

妙高高原温泉郷(関温泉)の謎にも挑戦しよう!

関温泉の入口には、左下の画像のような大きな看板がある。温泉マークの色として正しいものを選び、問題に答えよう!



春夏秋冬

を愛するのはどんな人?

この謎はサブコンテンツです。
任意でお楽しみください。

このページを見ながら答えよう!



※ひらがなで記入

こたえ

とLINEに送信しよう!

この場所の豆知識

妙高戸隠連山国立公園で2番目に新しい火山の妙高山は、温泉が豊富です。源泉は複数あり、泉質や湯色も様々。7つの温泉地、5つの泉質、3つの湯色からなる妙高高原温泉郷は「妙高七五三の湯」とも呼ばれています。

山岳信仰が息づく人々の暮らし

戸隠・飯綱エリア

戸隠・飯綱エリアは、海底由来の地質が生んだ険しい山々と、火山の山が育んだ信仰の歴史、修験の文化が息づく地です。軽やかな粉雪、名水が育む戸隠蕎麦など、豊かな自然と暮らしが調和し、四季を通じて多くの人を魅了する信州屈指の癒しのスポットです。



次のページから戸隠・飯綱エリアの謎解きスタート