

ご 旅 行 条 件 書

No-10143

森林浴発祥の地で樹齢300年の木曽ひのき・赤沢森林鉄道乗車 中山道・馬籠宿 寝覚の床展望 五平餅と木曽そば膳昼食

★出発日：2026年 7/22 (水)・8/25 (火)・9/13 (日)・23 (祝)・10/10 (土)・25 (日)

◎旅行代金：12,800円(税込) 土・日・休日は800円増

◎旅行代金には赤沢森林鉄道乗車券・五平餅と木曽そば御膳の昼食・臨川寺拝観料・交通費が含まれます。

☆森林鉄道は10:30発(乗車時間往復20分)に乗車し、乗車後は出発までは自由に森林浴ウォークをお楽しみください。

☆寿命そば越前屋：創業は1624年、三代将軍徳川家光の頃。喜多川歌麿や十返舎一九の書画にも残る老舗中の老舗

☆馬籠宿は、中山道43番目の宿場で、木曽11宿の一番南の宿場町である。かつては長野県木曽郡山口村に属したが、2005年2月の山口村の越県合併により岐阜県中津川市に編入された。

●1人500円で安心の傷害保険に加入できます。(入院日額4000円、通院日額2500円などビッグな補償)お電話でお申し込み下さい。

●最少催行人員：25名 (諏訪南IC以東山梨県内・安曇野IC以北・東信地区は各8名) (各地の催行人員に満たない場合は小型車等で送迎があります。)

●諏訪南IC以東山梨県・安曇野IC以北・東信地区からの乗車の場合は、各地区最少催行人員以上でも小型バス・他のツアーと合同の送迎となることがございます。また帰路にはサービスエリア等で他のツアーのお客様をお待ちいただくことがございます。

森林浴の効果：植物が発散するフィトンチッドという物質の効果はロシアをはじめとする各国で研究され、人体にも好影響あることがわかってきました。肝臓の活動を高める酵素の活性化、香りによる清涼効果、生理機能の促進など、数多くの効能。また森が生み出す空気は新鮮で、木々の香りと共に二日酔いや体調が悪いときの頭痛・吐き気も軽減してくれます。さらに溪流や滝のある森では、空気中にマイナスイオンが充満しています。これは水が飛び散るエネルギーで空気中の電荷をマイナスにすることで生じ、肩この軽減やリラクセス効果を促進します。空気清浄機では、人工的にマイナスイオンを発生させています。森林の中は、まさに天然の空気清浄機といえます。

乗車場所・旅程コース

東信地区(5:00頃)/北信地区(6:00頃)=松本地区=伊那IC(8:00頃) 飯田地区(7:00頃)=下伊那地区=伊那IC(8:00頃) ★途中合流・乗換があります。
山梨地区(6:00頃)=諏訪地区=伊那IC(8:00頃)=権兵衛トンネル= ★※松本：平日はIC西、土日祝は合庁乗降です。

10:00頃着 乗車10:30頃 ～ 12:00頃

12:40頃 ～ 13:30頃

=森林鉄道乗車と赤沢自然休養林の森林浴ウォーク=寛永元年創業老舗の寿命そば越前屋・そばと五平餅の昼食=

13:35頃～14:15頃

15:20頃～16:30頃

=====臨川寺参拝と寝覚の床展望台=====中山道木曽11宿の一番南の宿場町の馬籠宿散策=====

=飯田IC(17:00頃)=松本地区=東信地区/北信地区/山梨地区(20:00頃)(小型車への乗り換えや乗換の為の待機の場合があります。)

★支払方法：この案内書が届いてから【5日以内】に、ご来店・銀行振込等にてお支払下さい。5日以内にお支払いにならなくても自動キャンセルにはなりません。予約の取り消しされる場合は必ずご連絡をお願いいたします。

ご連絡無き場合にはキャンセル料の対象になりますので、ご注意下さい。

※「お振込お名義」と「お申込の代表者のお名前」が違う場合はご入金の確認ができませんので必ずご連絡下さい。

☆旅行催行は1週間前の決定になります。最少催行人員に満たずに旅行が催行されない場合は、この時にご連絡いたします。旅行が催行される場合は乗車時刻を記入した最終案内を出発日の3日前までにお送りします。

★車内は禁煙・カラオケは行いません。ゴミは各自お持ちいただくか、停車の際にお片付け下さい。

★添乗員・ガイドは同行いたしません、バスの乗務員が皆様のお世話をさせていただきます。

★お座席はお申込順の指定席となります。

奇数人の申込の場合は1名の席が離れるか、最後部席になる場合があることをご承知してお申し込み下さい。(これを避けたい場合は1日当たり4,000円でバスの隣の席を買い取ることができます。)

★取消料金：(日帰旅行)10日前～：20% 7日前～：30% 前日：40% 当日・無連絡不参加：100%
(出発日の変更・ツアーの変更・減員変更も取り消し料が必要です)

★営業時間外の場合は翌営業日での対応となります。【営業時間(月～土)9:00～18:00 日・祝休業】

旅行企画・実施：株式会社トラピスジャパン

観光庁長官登録旅行業 第2181号 総合旅行業務取扱管理者 吉沢 博文

ツアーセンター〒399-4601 長野県上伊那郡箕輪町中箕輪8295-5 TEL:0265-71-3800 FAX:0265-70-9588

高森店〒399-3102 高森町吉田2315-1 TEL:0265-34-2822 長野店〒381-0101 長野市若穂綿内363-2 TEL:026-217-4111

山梨店：〒405-0074 笛吹市一宮町国分1386-43 Kビル101号 TEL:0553-34-5401