



**お車の場合**

- 仙台・福島 東北自動車道→郡山JCT→磐越自動車道→新潟中央JCT→北陸自動車道→糸魚川IC→R148
- 東京 中央自動車道→岡谷JCT→長野自動車道→豊科IC→R147
- 名古屋・大阪 名神高速自動車道→小牧JCT→岡谷JCT→長野自動車道→豊科IC→R147

**電車の場合**

- 新宿 (特急)松本→(大系線)信濃大町(約3時間半~4時間)  
(特急:信濃大町直行)信濃大町(約3時間)
- 東京 (新幹線)長野→(直行バス)信濃大町(約2時間40分)
- 大阪 (新幹線)名古屋→(中央本線)松本→(大系線)信濃大町(約4時間)
- 名古屋 (特急:信濃大町直行)信濃大町(約3時間)