

なすしおばらで、「こころ」「からだ」ととのう巡り旅。

TAKE FREE # GIRLS TRIP



2024
夏・秋

NASUSHIOBARA CITY
RELAXING VACATION vol.2



ととのう：[整う]

「ととのう巡り旅」深いリフレッシュ感で満たされる状態のことを指す、「ととのう」。
日々の喧騒から離れ、那須塩原を巡ることで心も身体もととのえてみませんか。

2024 夏・秋

NASUSHIOBARA CITY
RELAXING VACATION

04. ■ 療

わたしにご褒美 ととのい巡り

06. ■ 雨

雨の日でもこころ晴れやか

08. ■ 食

ココロときめくグルメ巡り

10. ■ 夜とお酒

オシャレな夜活でカラダも満たされて

「ととのう巡り旅」との出会い
偶然の発見があなたの旅をより豊かに彩ります

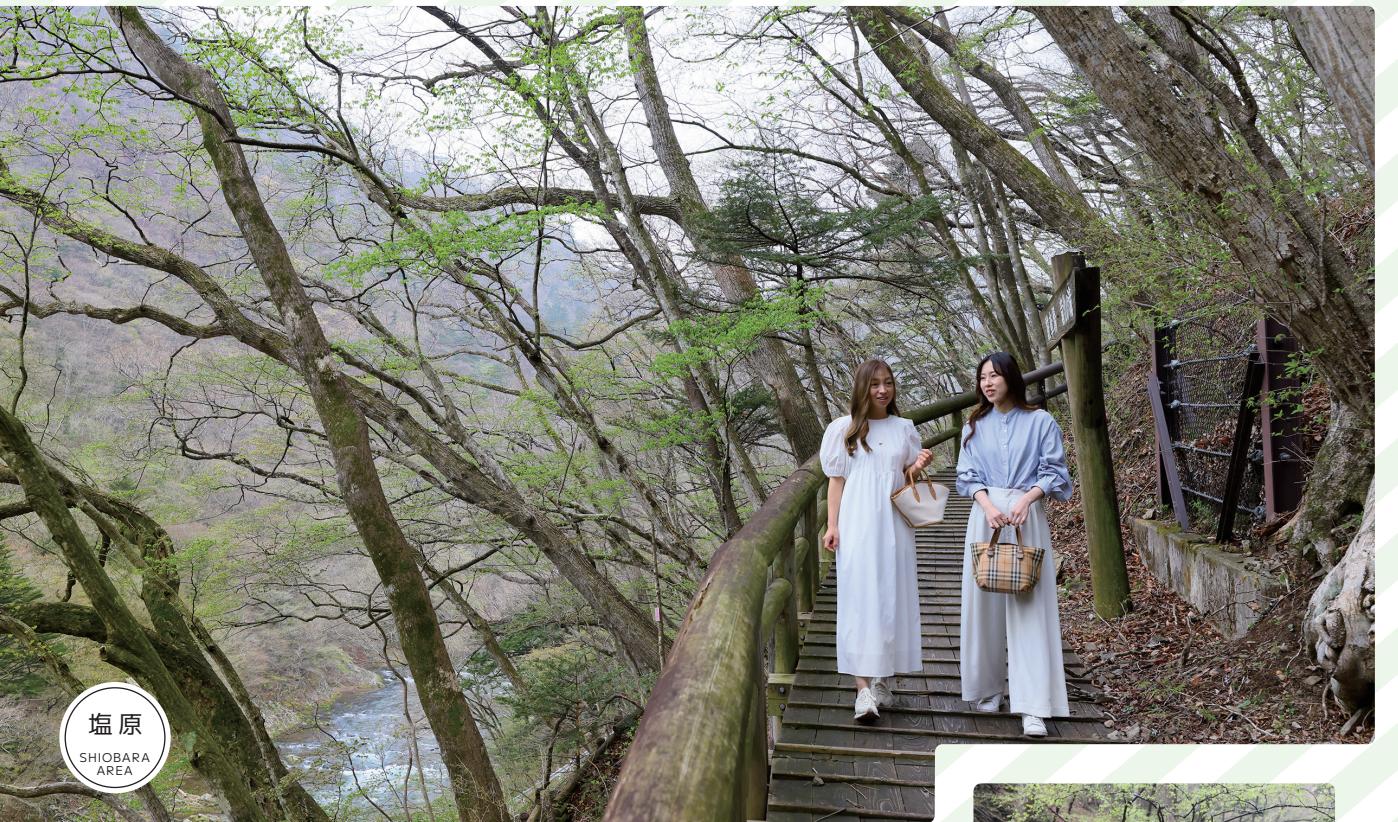
浸かって癒してととのえて
ほほえむグルメでととのえて
ゆったり過ごしてととのえて

さあ、那須塩原と一緒に旅しましょう



ととのう巡り旅 WEBサイト





塩原
SHIOBARA AREA

わたしにご褒美、ととのい巡り

自分へのご褒美は、気持ちがやわらかいたり、心が満たされます。普段の生活から気持ちを切り替えて、那須塩原でリフレッシュすれば、さらにモチベーションもアップ♪

shiobara vivaでは「体験」を通して那須塩原の魅力をお届けするウォーキングツアーを主催しています。徒歩だから体感できる「特別な那須塩原」をぜひお楽しみください。

shiobara viva

住所: 那須塩原市南町7-13 (ツアーデスク)
080-3487-1015



塩原
SHIOBARA AREA



夏・秋におすすめ!川沿いのサイクリング

風をきる爽快感や通り過ぎる 緑の香りも塩原ならではの魅力!

塩原の豊かな自然の中でマウンテンバイクやトレールランなどのアウトドアクティビティを通じて地域の風土や歴史を感じることができます。地域の創生を目的とした取り組みにもなっています。

青空プロジェクト THE DAY

那須塩原市中塩原569
090-2528-3288



たとえばこんなアクティビティ

那須塩原の自然をより楽しむ! 刺激も感じる女子旅にぴったりのアクティビティスポットをご紹介!
特別な思い出になること間違いなし♪



塩原
SHIOBARA AREA



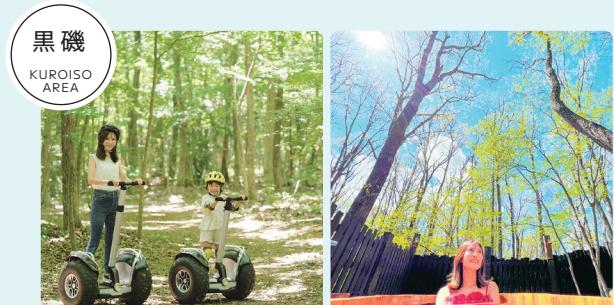
雨の日でもこころ晴れやか

国産から外国産まで豊富な種類の蜂蜜を取り扱っています。店内で味わえるソフトクリームが濃厚な味わいで絶品です。さらにこちらのソフトクリームには数種の蜂蜜がかけ放題となっており、蜂蜜の試食を兼ねてできることも嬉しいサービス！

「ととのう巡り旅を見た！」とお店の方に伝えると
自社製品（定価商品）を10%OFFにてご提供！

那須高原ハニー牧場

那須塩原市下田野531-88
0287-35-3838



自立式電動立ち乗りボード「ジャイロライド」で、オフロードの原生林を自由に駆け巡ろう！「森の天空サウナ&露天風呂」も敷地内にあり、森の中で整うこともできます。両施設とも、年中無休送迎無料です！

ジャイロライドパーク

那須塩原市戸田178-4
0287-74-5517



はちみつ
“かけ放題”だから
好みの味、
作っちゃおう♪

塩原
SHIOBARA AREA



新鮮な夏野菜の
おみやげもいっぱい！

黒磯
KUROISO AREA

「農家が集まる道の駅」をコンセプトに、生産者と消費者が交流する“市場”のような場所を目指す道の駅です。本年4月26日にリニューアルオープンしたことも話題です。

道の駅 明治の森・黒磯

那須塩原市青木27
0287-63-0399



ひまわり畑は
8月中旬が
見頃です！



旧青木家那須別邸

那須塩原市青木27
0287-37-5419（生涯学習課）



開拓の歴史や地域の民族・考古・自然など幅広く紹介する博物館です。また開館20周年を迎える4月15日にはリニューアルオープンして、デジタルコンテンツが拡充されました。

那須野が原博物館

那須塩原市三島5-1
0287-36-0949



塩原の美しい四季・自然の世界を学ぶことのできる施設です。季節ごとに実施されるイベントも充実しており、秋には紅葉ウォークや自然観察会などがお楽しみいただけます。

塩原温泉ビターセンター

那須塩原市塩原前山国有林
0287-32-3050



チョークアートの制作活動を行うなかで、自宅を利用した体験型のアトリエワークショップを開いています。ブラックボードなどの素材や画材は用意されているので、気軽に手ぶらでお越しください。

（要予約）

チョークアートAKARI

那須塩原市石林841-257
公式Lineからご連絡ください／@541saffv





手作りのスイーツもおすすめ



ココロときめく、グルメ巡り。

盆栽を眺めながら落ち着いた空間でほっと一息。店内は懐古的な雰囲気が漂う素敵な空間。たっぷりお食事をされたい方やティータイム目的でのご来訪も大歓迎です。



盆栽食堂 龍のひげ

那須塩原市高林374
0287-68-0850



駐車場は高林寺を
利用してね♪



本年、2024年の干支は「辰」

紹介した「龍のひげ」は干支にまつわる名称が入った縁起の良い場所に間違いなし！不思議とエネルギーを感じられる特別なスポットでぜひ癒されてみてはどうでしょう！

その他、「竜化の滝」も干支のパワーを感じられるスポット！自然のミストを浴びて、カラダもとのう！

竜化の滝・アクセスはこちらから



スイーツから
絶品グルメまで

厳選おすすめショップ



黒磯
KUROIISO AREA



「まいにち食べたいおやつ」をコンセプトにした
カフェです。ネコをモチーフにした焼き菓子や
ロールケーキをはじめ、可愛いスイーツを
ぜひ、ご賞味ください！

Café KeyTail NASU

那須塩原市鍋掛879
0287-63-8516



塩原
SHIOBARA AREA



餡子（あんこ）にこだわって作る、くるみ最中と温泉まんじゅうなど
絶品の和スイーツが充実！喫茶室からは川が望め、自然のせせらぎに癒される空間です。

榮太樓

那須塩原市塩原689
0287-32-2155



黒磯
KUROIISO AREA



大正時代に建てられた銀行をそのまま利用した重厚な石造りの
カフェです。レトロという言葉をまさに体感できるおしゃれな空間が、
美味しいお料理とお酒の魅力をさらに引き立てます！

カフェ・ド・グランボワ

那須塩原市本町5-19
0287-64-2330



塩原
SHIOBARA AREA



塩原温泉名物
「とて焼き！」

塩原温泉にある北欧風カフェです。川沿いの
テラスで塩原の風を感じながら、名物のとて
焼きを食べるのもおしゃれ女子の贅沢な時間
の過ごし方です！

SUZUの森café

那須塩原市塩原683-2
0287-32-2178



那須塩原にはおすすめ
ソフトクリームがいっぱい♪
暑い日にアイスを食べて
気分をととのえちゃおう！



冷たいスイーツ特集を
WEB掲載中！
Checkしてね♪





プレゼントキャンペーン

PRESENT CAMPAIGN



1分アンケートに答えて素敵なプレゼントをゲット！

実施期間:2024年7月1日(月)~2024年11月30日(土)

アンケートはこちら



※当選発表は、厳選なる抽選の上、発送をもって代えさせていただきます。



1
名様



各5
名様



5
名様



5
名様



3
名様



5
名様



1組
2名様



1組
2名様

那須塩原の見どころ満載！



LINEで便利な観光アプリ なすしおばら観光パスポート

LINEの友達登録で
観光バスポート
をGET!



那須塩原市内の飲食店・土産物店
日帰り温泉でお得に使えるクーポン
が、LINEの友達登録するだけで
GETできる！

ラーメン
マップ

お楽しみ
観光コース

充実の
観光MAP

お得な
クーポン

主なアクセス



電車でお越しの
場合



車でお越しの
場合



Follow us /



Instagram

ととのう巡り旅
公式
Instagram



もっと
ととのう情報は
こちら！



(一社) 那須塩原市観光局

〒329-2801 栃木県那須塩原市関谷448-4

TEL.0287-46-5326

Email:nkankoukyoku@nasuinfo.or.jp

那須塩原市観光局



<https://nasuinfo.nasushiobara.jp/>