Ⅴ 公園＆おでかけガイド

子どもといっしょにおでかけしたい！
「どこへ行こう？」
そんな時こそ、このページよね！

公園＆おでかけに出てくるマーク

■駐車場

P5 …5台前後　P10~ …10台以上駐車可　P有料 …有料駐車場（市営・路上パーキングのみ）

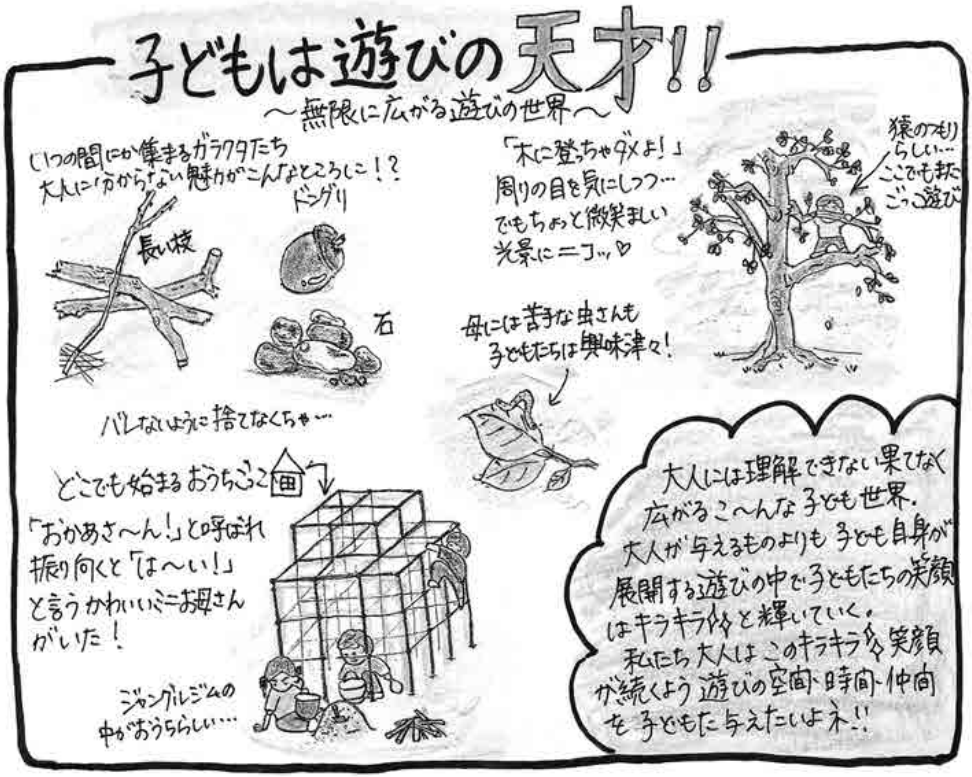
■トイレ

…左から、身障者用、ベビーベッド&ベビーシート、ベビーホルダー（ガード）

■施　設

…木陰&東屋　…遊具　…さくら　…どんぐり

・先輩ママたちがよく利用する公園として名前が挙がった場所を中心に紹介しています。全ての公園が載っているわけではありません。
・公園の名前は、「通称（市町村による名称）」の順になっています。
・アクセスは飯田市役所を起点にしています。
・トイレは紹介されている全施設にあります。
・冬期は凍結防止のため水飲み場、トイレの水道を止めている場所があります。
・味覚狩りや体験講座など、施設の団体利用は事前に予約して下さい。
・公園についての詳細は、各市町村へ問い合わせ下さい。



橋北 飯田創造館（風越公園）

桜町駅の近くだから、電車に乗って遊びに行くのもおすすめ。春は桜、秋はイチョウがきれい。どんぐりを拾いながらのお散歩も楽しめます。ベンチがたくさんあるのでのんびり過ごせます。

P10~

地図 B-c-2
飯田創造館前、飯田警察署裏。

橋北 東栄公園

旧飯田測候所の隣にある公園です。階段のような形の大きなすべり台があり、高いスタート地点からすべりおりるのはスリル満点！広い芝生では走ったり寝転んだりできて気持ちいい。

P10~

地図 B-c-3
旧飯田測候所隣り。

橋南 中央公園

人形劇フェスタや各種イベントの会場に利用されています。子どもたちはここにある噴水が大好き！りんご並木には人形とけい塔　ハミングパルがあり、8～19時までの毎正時になるとからくり仕掛けの人形たちが踊りだすよ！

P有料

地図 B-b-2
中央通り1丁目、市営地下駐車場上。

橋南 四季の広場（扇町公園）

飯田動物園横の坂を下ると眼下に広がる公園。芝生の上を楽しむのも遊具で遊ぶのも楽しいよ。公園から伸びる小さな道がたくさんあるからみんなで探検しよう！隣の動物園やちょっと足をのばしてＳＬデゴイチも見に行こう！

P有料

地図 B-a-3
飯田動物園下方。

東野

駅西公園（えきにし）

飯田駅の北側にある、とっても静かな公園。動物のオブジェ、砂場、すべり台で遊べます。飯田駅を通過する電車を見ることができ、電車好きの子におすすめです。

地図　B－a－1
JR飯田駅北側。

東野

高羽1号公園（たかは）

飯田文化会館や飯田人形劇場の近くにあるので、催し物の際に木陰やベンチで休憩したり、お弁当を食べたりするのに便利。土地の段差を利用したすべり台も楽しいよ。遊びに夢中で演目の開始時間に遅れないように〜!!

地図　B－b－1
飯田文化会館隣り。

丸山

かざこし子どもの森公園

森の中にある遊具いっぱいの大型の自然公園。見晴らしも良く、自然散策も楽しめます。雨の日でも、絵本が読めるふくろう文庫や喫茶室があり、ゆっくり過ごせます。

▲やぎが元気にお出むかえ！

2千冊の絵本を所蔵した“ふくろう文庫”▶

地図　A－a－1
住所　丸山町4－5500－1
☎　0265－59－8080（公園事務所）

羽場 羽場（はば）セントラルパーク

グラウンド、親水広場、芝生、大型遊具と盛りだくさんの公園です。園内には東屋やベンチ・芝生があり、お弁当を広げてゆっくり過ごすことができます。小さい子向けの遊具や砂場もあるので、年齢問わず遊び込めます。

親水広場▲

地図 A－a－2
羽場公民館斜め向かい。

P10～

丸山 白山（はくさん）1号公園・今宮（いまみや）公園

▲白山1号公園
（かざこし公園）

今宮公園▼

どちらも住宅街の中の公園なので駐車場はありませんが、手入れが行き届いていて気持ちの良い公園です。ほどよい広さなので全体を見渡すことができ、キャッチボールも楽しめます。今宮公園はたくさんのしだれ桜や藤の花が楽しめますよ。

地図
白山1号公園　A－a－2
今宮公園　B－a－1

丸山 風越山麓（ふうえつさんろく）公園

段々畑のような芝生の広場が３つあり、思いっきり体を動かして遊べます。地形を活かしたアスレチックのコースがあり、手前には小さな子も楽しめる遊具もあります。ダンボールを持参して芝生すべりを満喫したよ。季節によっては蜂や熊などにも注意。

P10～

地図 A－a－1
かざこし子どもの森公園上方。

伊賀良

北方公園（きたがた）

広いグラウンドで、ボール遊びをしたり思いっきり走り回れるよ。秋には様々な実をつける木があるので、木の実拾いに出かけよう！並んだ石をジャンプしたり石碑の周りでかくれんぼも楽しいよ。

地図 D-b-1
あすなろ保育園前。

伊賀良

育良公園（いくら）

一面芝生の小さな公園。トンネル付きのすべり台やブランコがあります。芝生の傾斜も楽しめるけど、水路があるから気をつけてね。周りのどんぐりの木は、私と子どもたちのお楽しみ！

地図 D-b-1
西友伊賀良店角の育良町中央交差点を東へ入る。

鼎

松川緑地公園（まつかわりょくち）

松川と「ビーラクスマツカワ」の間にある緑地公園。春にはお花見スポットとしておすすめの場所。小さな池での水遊びや、自転車・お散歩も楽しめます。「ビーラクス」の池には鯉がいて風情ある橋も見られます。

地図 D-c-2
結婚式場ビーラクスマツカワの裏手。

鼎

矢高中央公園（やたか）

矢高諏訪神社隣にある木々に囲まれた公園。山型の滑り台、カラフルな大型遊具、芝生スペースがあり家族で楽しめます。

地図 D-c-2
飯田OIDE長姫高校斜め向かい。

上郷 野底山森林公園

遊歩道や展望台があり、春は桜、秋は紅葉が楽しめます。駐車場の横に遊具があり、なかでもジャンボすべり台は大人気！坂道の上にはキャンプ･バーベキュー（有料）ができる場所もあります。森林公園のマスコット「モーリー君」はどこにいるかな？

地図 A-a-1
森林公園入口または
上黒田交差点を北西に入り約2km。

住所 上郷黒田3840
☎ 0265-22-0915（管理事務所）

上郷 城東2号公園

山型のすべり台はちょっとスリルがあって楽しいよ。すべり台の上に立って「おーい！」と叫ぶのも気持ちいい！春は芝生の広場でお弁当を広げてお花見がおすすめです。広場ではサッカーやキャッチボールもできるし、子どもと一緒に走り回るのも楽しいよ。

地図 F-a-2
南信州・飯田産業センター向かい。

座光寺 元善光寺公園

すべり台がいっぱい付いたカラフルな遊具はみんなで楽しめるよ！近くには樹齢300年と言われる麻績の里の桜があります。

地図 F-a-1
住所 飯田市座光寺2725
☎ 電話0265-23-2525

松尾 城 公園

松尾小学校のとなりにある公園。てんとう虫が目印の遊具や、ニワトリ・キリンのスプリング遊具があります。広い公園の中を思い切り走れるよ。小さい子向け、小学生向けの遊具があり年齢ごとに楽しめます。

地図 F-a-3
松尾公民館 松尾小学校付近

松尾 松尾城址公園（松尾鈴岡公園）

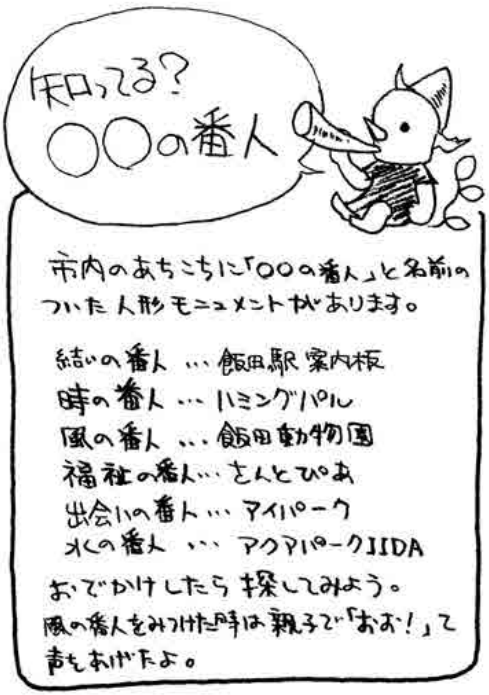
四季折々の楽しみが詰まった公園。春は桜、秋はどんぐりが拾えて、芝生の丘ではお弁当を食べたりボールあそびが楽しめるよ。冬、雪が積もったらソリもできちゃうよ。遊具の階段は小さい子にも安心な造りになっています。奥へ続く階段を上るとこちらも開放感のある芝生の広場。

地図 D-a-3
アップルロード名古熊東交差点より南東へ約200m、くるまやラーメン向かいに看板あり南1km。

竜丘 鈴岡城址公園（松尾鈴岡公園）

川路方面を一望出来る気持ち良い公園。
広い芝生の広場や、3歳～6歳（幼児用）、6歳～12歳（児童用）の年齢に応じた大型遊具が新しく配置され、1日たっぷり遊べます。松尾城址公園と橋でつながっているので、時間がある時には探険してね。

地図 D-a-3
R151鈴岡公園入口交差点を北へ入る。



竜丘 たつおか 竜丘2号公園

見晴らしがよく、電車が通ると子どもたちは大喜び！遊具の高いところまで登り、「オーイ」と笑顔で手を振ります。東屋でお弁当を食べてゆっくりしたら、広いグラウンドで思いっきりかけっこ。国道を渡った信濃食品さん裏手には、こぢんまりした1号公園もありますよ。

地図 E-b-2
R151サンヒルズ入口交差点を東に入り、時又港入口交差点を左折。

川路 川路3号公園（かわじ）

JR川路駅前にあるので飯田線を利用して出掛けてみよう！公園に着いたらまず川路駅で時刻表をチェック。公園で遊んで電車の時間になったら川路駅のホームへ。子どもたちは近くで見る電車に大喜び！東屋のほかには木陰がないので暑さ対策はしっかりね。

地図 E-a-3
川路駅前。

P5

高森町 やまぶき公園

幅広い年齢の子どもたちが遊べる遊具があります。エリアを分けて芝生が広がっているので、思いきり走り回ったり、ボール遊びも楽しそう！見晴し台に登って景色を楽しむのもいいよ。

P10~

地図 G-b-1

高森町 天白幼児公園（てんぱく）

こぢんまりとした公園だけど、素朴な遊具があり、木の実ひろいも楽しめます。そり遊びができる天白公園が近くにあり、バリアフリートイレやベビーシートも設置されているのでオムツ交換も可能です。その先には不動滝もあるよ。

地図 G-a-2

P5

高森町 丸山公園

芝生エリアには作家による彫刻の像が置かれ、地形を生かした大きな赤い遊具でダイナミックに遊べます。公園内の小道を歩いて散歩するのも楽しいよ。公園奥のつつじ花壇からは、高森の景色がよく見渡せます。近くには高森町あったかてらすや直売所、ケーキ屋さんがあります。

P10~

地図 G-b-2
高森町あったかてらす隣り。

松川町 台城公園（だいじょう）

「台城の城」として親しまれた中世の城跡が公園として整備された場所。桜やツツジの名所となっています。5月には「台城つつじ祭り」が開かれ、いろいろな催しが行われます。夏にはカブト虫がたくさん採れ、秋にはどんぐり拾いも満喫できるよ。

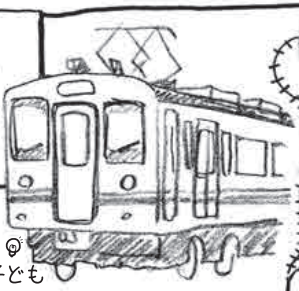
地図 G-c-1
R153山吹交差点を過ぎて600m地点右折。

松川町 むらやま公園

清流苑から近い公園。南アルプスが一望でき開放感いっぱいです。動物や果物などのモチーフのかわいい遊具がお出迎え。芝生の広大なスペースには、小さい子向け・小学生向けの遊具があり、年齢ごとに安心して楽しめます。

地図 南信州広域1-b-2
フルーツライン沿いの上片桐保育園手前の交差点を左に入る。

飯田線に乗ってみよう！



踏切りが「カンカン」♪
鳴り出すと大喜びの子どもたち。乗るとなったらもう大はしゃぎです。切符を買ったり、スタンプを押してもらったり、電車を待つ時間も楽しい。信号を見たり、車掌さんに手を振るのも子どもは大好きです♫

不定期に走る電車『ドクター東海』は、いわば線路のお医者さん
飯田にも月に1〜2回来ることもあるし、来ないことも…　青と黄色のラインが入った電車に出会えたらラッキー★

全国の鉄道ファンにも人気な飯田線、親子で楽しんでみませんか？

桜町駅
飯田創造館まで5分と意外と近いのが嬉しい。桜並木へも1ブロックです。

飯田駅
赤い屋根の駅舎が目印。市営の駐車場があるので、車からの乗り替えにも便利。駅裏手の駅西公園は、遊んだり電車を見ることができます。

川路駅
駅前に川路3号公園があり、電車を見て待ちながら遊べます。『かわらんべ』もこの駅から行けます。

天竜峡その先
飯田線の138あるトンネルの9割近くが、天竜峡から平岡までの間にあるって知っていますか？そのトンネルを数えながら行くのも楽しいよ。平岡駅は駅に『温泉』もあるので、たまには電車で遠出してみよう！

豊丘村

なしっこ・りんごっこ・かきっこ公園

なしっこ公園は水場があるので夏になると水遊びをする子がたくさんいるよ。公園内を通る小川で小さな魚やドジョウを探してみて！りんごっこ公園は名前のとおりのリンゴが目印のアスレチック遊具がおもしろい。秋にはどんぐり拾いがおすすめです。かきっこ公園は眺め最高！りんごっこ公園・かきっこ公園にはオムツ交換台があり、さらにりんごっこ公園にはバリアフリートイレもあるので赤ちゃん連れも安心です。

なしっこ公園▲

りんごっこ公園▲

かきっこ公園▲

地図　なしっこ公園／G-c-3　りんごっこ公園／G-c-2
かきっこ公園／G-c-2

喬木村

喬木村運動公園（農村公園）

運動公園の一角。喬木村の高台にあるので風越山の山並みが一望でき、絶景!!チューブ型のすべり台はスリルがあるので小さな子は大人と一緒にどうぞ。イチョウ並木もあり、天気の良い時にお弁当持ってピクニック気分で訪れたい場所です。

地図　F-c-1
喬木中横。

中川村

大草城址公園（おおくさじょうし）

駐車場向かいにあるカラフルな遊具は小さい子でも楽しめます。地形が段々になっており、奥に行くと20種類以上、200本の桜が植えられているので、春には長い期間桜を楽しむことができます。

地図　南信州広域1-c-2
中川村役場南500m（案内板あり）。

飯島町 与田切（よたぎり）公園

池をはさんで広がる芝生と遊具。近くには水あそびができる川もあります。デイキャンプ（有料）も楽しめます。木陰でゆっくり過ごしたり、水遊びが楽しめる夏におススメです。

地図 南信州広域1-b-1
広域農道沿い。

宮田村 宮田（みやだ）村総合公園（ふれあい広場）

飯田からはちょっとした遠出になるので、お弁当持参がおすすめです！たくさんの遊具があって小さい子どもから小学生まで遊べます。広い芝生でのんびりと体を休めてもいいね。近くの遊歩道でお散歩も楽しめます。親水広場があるので夏は着替えを持っていこう。秋はどんぐり拾いができます。

地図 南信州広域1-b-1
駒ヶ根ICより広域農道を宮田方面へ約10分。

阿智村 運動公園わい・Wai（阿智（あち）村運動公園）

公園入口から遊具、東屋、芝生、河原へと続きます。汽車をモチーフにしたキュートな遊具にいちもくさん。大きな球のついたターザンロープは、しっかりつかまっていてね。

駐車場が隣接しているので、土日祝日の利用者が多い時は飛び出しに注意。

地図 南信州広域1-a-3
R153春日交差点を左折、阿智高上り口を右折、その先2㎞。

下條村 リフレッシュパーク下條

斜面を利用した長いローラーすべり台から見える景色は最高。おしりが痛くなりそうな時は、すべり台専用シートを有料（100円）で借りられます。広い東屋は靴をぬいで座れるスペースもあるので、よちよち前の子を連れていても利用しやすい。春には100本の桜が皆を迎えてくれるよ。

地図 南信州広域1-a-3
R151下條道の駅を左折しT字路を右折。

おでかけ先として
お母さんから
声の多かった施設を
紹介します。

- 文化施設
- 体　験
- プール
- キャンプ
- 味覚狩り　など

橋南　川本喜八郎人形美術館

NHK人形劇「三国志」を代表する人形作家川本喜八郎氏の作品を中心に展示する「人形劇のまち飯田」ならではの美術館。約100体の貴重な人形が間近に見られます。2階には映像ホールがあり、人形アニメーションの鑑賞は無料。プログラムも月替わりです。

開館時間　9:30～18:30
休 館 日　水曜日(祝日は開館)年末年始
入 館 料　一般　400円　小中高校生　200円　小学生未満　無料
※いいだ人形劇フェスタワッペン持参で小中高生は無料

地図 B-b-2
飯田市りんご庁舎向かい。
住所 飯田市本町1丁目2番地
☎ 0265-23-3594

P有料

橋南　飯田市美術博物館

「びはく」として親しまれる市の美術博物館。日本画家・菱田春草の常設展、自然・人文の常設展のほか、プラネタリウムもあります。家族で楽しめるプラネタリウムは10人以上で予約投影(平日)が可能。恐竜の全身骨格や推定樹齢400年の「安富桜」も一見の価値あり！体験講座も要チェックです。ベビーカー・車いすの貸出、休憩室・授乳室があります。

▲スピノサウルス

▲休憩室でお弁当も食べられる

▲プラネタリウム

開館時間　9:30～17:00
(受付は16:30まで)
休 館 日　月曜日（祝日の場合は開館）、祝日の翌日、年末年始など／臨時休館あり

○展示・プラネタリウムの観覧は有料(幼児無料　ただしプラネタリウムで座席を利用する場合は有料)ロビー空間は無料
○人形劇フェスタワッペン着用で小中高生は展示観覧通年無料
○お得な年間パスポートは3種類あります。

地図 B-b-3
中央図書館近く。
住所 飯田市追手町2-655-7
☎ 0265-22-8118

P10～

橋南

飯田市立動物園

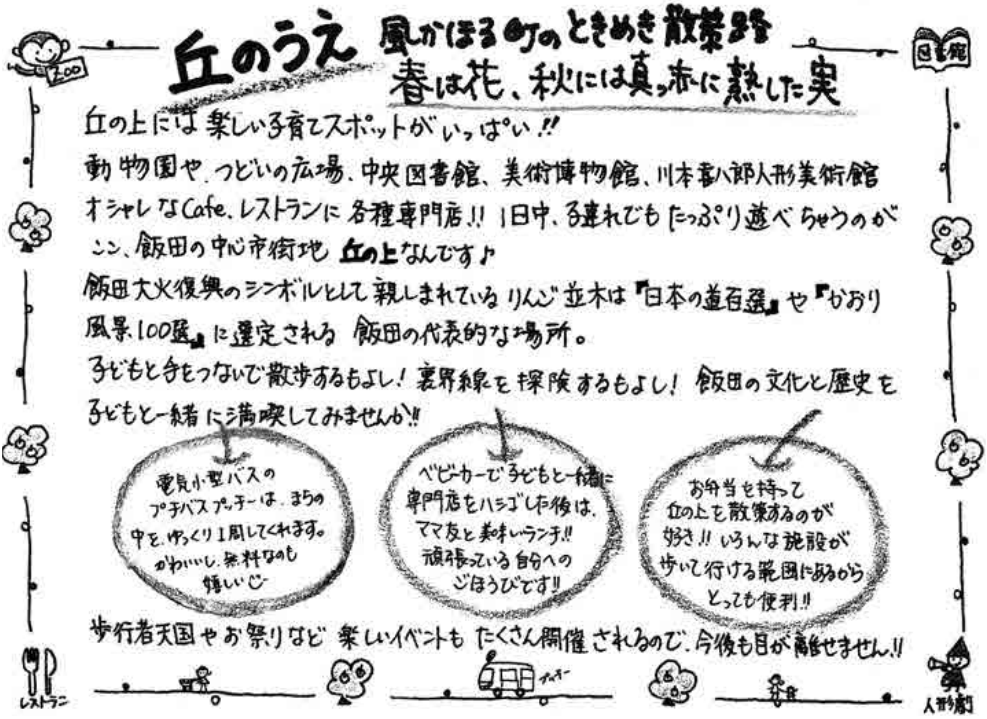
子どもの手をひいて1周するのにちょうどよい。ペンギンが泳ぐ姿や迫力満点のコンドルの雄姿が間近で見られます。飼育員さんが動物の名前や餌のことなど教えてくれるよ。

イベントは入口の掲示板や毎月発行のおたよりをチェック。ミニＳＬでは、動物の近況もアナウンスしてくれます。

ミニＳＬ
　大人100円子ども50円
のりものランド
　のりものはすべて50円
開館時間
　9：00～16：30
休 園 日
　月曜日（祝日の場合は翌日）
　年末年始
入園無料

地図　B－a－2
住所　飯田市扇町33
☎　0265－22－0416

P有料



丸山

かざこし子どもの森公園(体験)

「食の工房」では窯焼きピザやスコーン、炭火で焼く焼きおにぎりや五平餅づくりが人気。「木の工房」では木の実や枝など自然の物で工作もできます。スタッフが助けてくれるので、ぜひ親子で挑戦してみてね。平日は未就園児が楽しめるメニューが用意されているので、サークル活動などで利用してみよう（要予約）。土日は公園主催で様々なイベントを開催しています。

イベントスケジュールは公園HP、「広報いいだ」、月1回のおたよりでチェック
開館時間　9：00～17：00
休館日　　月曜日（祝日の場合は翌日）

地図　A－a－1
住所　飯田市丸山町4-5500-1
☎　0265-59-8080

川路

天竜川総合学習館かわらんべ

豊かな天竜川を望む「かわらんべ」は、自然の中に生きる水中動植物や昆虫に身近に出会える体験学習施設。外に飛び出しての天龍峡ムシ探検やウォーキング、小川でサカナ取り！館内で催されるくわの実のジャム作り、ドングリクッキー作りなど、すてきな企画がいっぱい！飯田の自然の素晴らしさを体感できます。

イベントスケジュールはかわらんべHP、「広報いいだ」、広報誌かわらんべでチェック
開館時間　　9：00～17：00
休 館 日　　月曜日（祝日の場合は翌日）
入 館 料　　無料

地図　E－a－3
JR飯田線「天竜峡駅」又は「川路駅」より徒歩10分。
住所　飯田市川路7674番地
☎　0265-27-6115

川路
龍江

天龍峡

▲りんご足湯（4月～10月　10：00～17：00）
協力金100円
舟の浴槽にりんごがプカプカ浮いていたよ!!

飯田市の名所のひとつで、両岸にそそり立つ岸壁と四季折々の自然が織り成す風景は見応え十分！様々なイベントも開催されています。飯田線の電車にのり、天竜峡駅に着いたら観光案内所でおすすめスポットを聞いてみよう！

地図　E－b－3　住所　飯田市川路4756－21
☎　0265-27-2946（天龍峡観光案内所）

伊賀良

三和（さんわ）観光農園

夏にはブルーベリー、秋にはりんご狩りができ、ジャム作りやアップルパイ作りの教室は通年やっています。南アルプスを眺望できる広い農園でのびのびとくだもの狩りが楽しめます。当日申し込みも出来るので問い合わせてみてください。

ブルーベリー狩り　　6月中旬～9月中旬
りんご狩り　　8月～12月上旬
ラベンダー狩り　　6月～7月
団体割り引き有、料金はお問い合わせ下さい。
3歳未満　無料

地図　D－a－1
飯田インター西交差点を山側に上る。
住所　飯田市北方3442-3
☎　0265-25-4729

龍江 今田平（いまだいら） いちご狩り･ぶどう狩り

「お子さん連れも、サークルの皆さんも是非来て下さい！」と気さくな雰囲気。いちご狩りは土耕栽培なので、土のにおいを嗅ぎながら「いちごってこんなふうに育つんだぁ」と実感できます。いちごもぶどうも「甘くて美味しい～」どちらも絶品です！

いちご狩り　2月～5月
ぶどう狩り　8月～9月
りんご狩り　10月～11月

※予約・料金はお問い合わせ下さい。

地図　E-b-2
住所　飯田市龍江3717-1
☎　0265-27-5020（農業法人今田平）

喬木村 たかぎ農村交流研修センター

春のいちご狩りをはじめ、喬木村のくだもの狩りや花見などの予約受付や案内をしてくれる所です。いちご狩りはベビーカーで入れるハウスもあるので予約時に相談してみてね。団体の申し込みもOKなので親子サークルで行くこともできます。九十九谷森林公園内の木道からのびるくりん草園散策も涼しくておすすめ。くりん草・ポピーの見頃は5～6月上旬。

いちご狩り	1月中旬～5月中旬
さくらんぼ狩り	6月中
ブルーベリー狩り	7月
りんご（ふじ）狩り	11月

地図　F-c-1
住所　喬木村1440-1
☎　0265-33-3999

※上記マークはセンターの設備です。
トイレ状況は畑により異なります。

伊賀良 アクアパークIIDA(飯田運動公園)

幼児用プール、回るプール、ウォータースライダー等、幅広い年齢で1日楽しめるプールです。浮き輪、ビーチボールを持って行くとリゾート気分いっぱい。プールサイドは熱くなるので、ビーチサンダルを持参しよう。運動公園の多目的グラウンドでは年2回トライアングル(p44)のフリマがあるよ。

プール営業期間
7月第1土曜日～9月第1日曜日　10:00～16:30
（一部期間11:00～16:30）

利用料金
大人800円、中学生以下300円、3歳未満無料

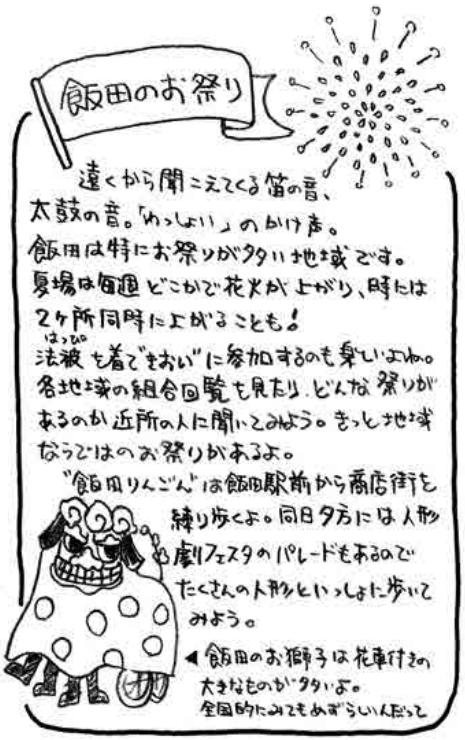
地図　C-b-1
運動公園通り、案内看板を左折。
住所　飯田市三日市場1986
☎　0265-25-6431（やってる？ダイヤル）

松尾 飯田健康増進施設 と ほっ湯アップル

プールが併設された日帰り温泉。露天の桧風呂は元湯からのかけ流し。桧風呂はぬるめの湯なので、子どもとゆっくり入っていられます。施設隣には子どもにうれしい小さな公園があるよ。心も体もリフレッシュ！

営業時間　11：00～21：00（20：30まで入場可）
休 館 日　毎月第2第4月曜日
（祝日と重なった場合は営業）
入 場 料　大人　500円
小人（小学生以下）　250円
3歳未満　無料

地図　F-b-3
住所　松尾明7513-3
☎　0265-56-6767



松川町 信州まつかわ温泉　清流苑

室内プール・ふれあい広場・こどもカーランドがあり小さな子どもも楽しめます。森林セラピーロードが整備された「およりての森」は自然散策が楽しめます。遊んだあとは温泉でリフレッシュ！

天然温泉	温水プール
AM10:00～20:00	AM10:00～20:30
大人　500円	大人　500円
3歳～小学生　250円	小中　300円
	幼児　100円

休業日はHPでご確認ください。

地図　南信州広域1-b-2
住所　松川町大島2784－1
☎　0265-36-2000（プール 36-5565）
P10～

高森町 不動滝（ふどうだき）

高さ50mからの豪快な水しぶきが夏の暑さを忘れさせてくれます。駐車場からの山道は森林浴気分で歩けます。秋は紅葉を楽しみながら散策できます。

地図　G-a-2
上県道上市田交差点手前を北へ約5km。
P10～

中川村 バンビーニ

中川村のつどいの広場で、土日祝も開館しています。年度ごとに1家族500円で登録すると利用できます。休日に家族みんなで遊べるね。情報コーナーには上伊那・下伊那の情報がたくさんあります。

開館時間　月・火・木・金曜日　9：30～16：00
　　土・日曜日・祝　日 10：30～15：30
休 館 日　水曜日・年末年始

地図　南信州広域1-b-2
153号線沿いの中川ショッピングセンター「チャオ」の店内2階。
住所　中川村片桐3969　☎　0265-88-3201
P10～