なかさとサイクリングコースマップ

0　0.5km　1km

眺望スポット

お問い合わせ　十日町市中里支所地域振興課地域振興係 TEL 025-763-2511　ミオンなかさと TEL 025-763-4811

河岸段丘眺望スポットコース

順路　十日町市中里地域を広範囲で巡る遠距離コースで、日本一の河岸段丘をご覧いただけます。

距離	高低差	所要時間
16 km	219 m	3 時間
	最大標高 382 m	

大地の芸術祭コース

順路　十日町市中里地域を広範囲で巡る遠距離コースで、大地の芸術祭 13 作品をご覧いただけます。

距離	高低差	所要時間
16 km	96 m	3 時間
	最大標高 259 m	

悪路のため自転車を降りて、徒歩で眺望をお楽しみください。

N

駒返　清津大橋　清津川　荒屋　信濃川　353　117

芋川新田　中里中学校　山崎　千溝　越後田沢駅　なかさとアリーナ　コンビニ　ユーモール　田沢小学校　田中　上村病院　上山　通り山　小原　コンビニ　十日町市役所中里支所　越後田沢郵便局　JR 宮中取水ダム　十日町市中里浄化センター　宮中橋　黄桜の丘公園

芋川　ゆくら妻有　倉俣大橋　桔梗原うるおい公園　清津川フレッシュパーク　川っぺりの足湯　倉俣郵便局　倉俣　大型看板　高道山　七川　釜川

スタート&ゴール!!　ミオンなかさと

河岸段丘眺望スポットコース　大地の芸術祭コース

スタート

1 鳥たちの家（2000年）
2 河岸の燈籠（2000年）
3 ブルーミング・スパイラル（2000年）
4 暖かいイメージのために－信濃川（2000年）
5 妻有で育つ木（2000年）
6 いちばん長い川（2000年）
7 遠くと出会う場所（2009年）
8 信濃川左岸
9 清津川プレスセンター「きよっつ」（2012年）
10 エターナル（2006年）
11 ポチョムキン（2003年）
12 たくさんの失われた窓のために（2006年）
13 河岸段丘眺望スポット
14 日本に向けて北を定めよ（74°33'2"）（2000年）
15 克雪人（2000年）

ゴール

※黄色の枠は大地の芸術祭作品です。

お立ち寄りスポット

1 黄桜の丘公園

JR宮中取水ダムの建設工事による残土を盛り上げた丘。県内でも珍しい薄黄色の桜が咲き、ソメイヨシノと黄桜の開花時期の違いから、4月中旬～5月上旬まで花見を楽しめる。

2 宮中取水ダム

昭和14年に建設されたJR東日本株式会社の発電取水用ダム。上越線や首都圏の山手線、東北·上越新幹線などの電車を動かす重要な役割を担っている。

3 魚道観察室

魚の通り道「魚道」に併設されていて、泳いでいる魚をみることができる。秋には鮭の遡上も観れるかも。開館4月20日～11月20日 10:00～16:00

4 清津川

信濃川の支流の一級河川。
新潟県·群馬県境の白砂山、上ノ間山、上ノ倉山、稲包山、三国山が分水嶺となり、佐武流山、苗場山、大源太山、平標山を源流とし、上流部は湯沢町、下流部は十日町市中里地域を流れて信濃川に合流する。

5 ゆくら妻有

原町温泉源泉かけ流し温泉。
営業10:00～21:00（水曜日休み）
料金大人600円（中学生以上）、小人300円（小学生）、未就学児無料

6 清津川フレッシュパーク

清津川のほとりにある公園。川遊びやバーベキュースポットとして大人気。

7 川っぺりの足湯

ゆくら妻有で使用している源泉の足湯。清流「清津川」を眺めながらゆっくりしたひと時を!!

8 釜川

清津川の支流の一級河川。
苗場山北方の日蔭山·小松原に源を発し、十日町市中里地域倉俣地区で清津川に合流する。

なかさとサイクリングコースマップ

0　100m　500m

眺望スポット

お問い合わせ　十日町市中里支所地域振興課地域振興係 TEL 025-763-2511　ミオンなかさと TEL 025-763-4811

信濃川眺望贅沢コース

順路

ミオンなかさと周辺を巡る近距離コースで、大河信濃川が作り出した雄大な景観をご覧いただけます。

距離	高低差	所要時間
6 km	56 m	2 時間
	最大標高 219 m	

貝野神社仏閣コース

順路

ミオンなかさと周辺を巡る近距離コースで、周辺にある神社・仏閣をご覧いただけます。

距離	高低差	所要時間
9 km	56 m	2.5 時間
	最大標高 219 m	

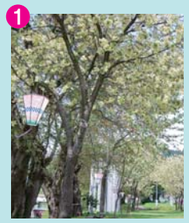
悪路のため自転車を降りて、徒歩で眺望をお楽しみください。

信濃川　小原　JR 宮中取水ダム　十日町市中里浄化センター　黄桜の丘公園　宮中橋　JR 飯山線　ミオンなかさと　スタート&ゴール!　宮中　堀之内　本屋敷　新屋敷　貝野郵便局　貝野小学校　慈眼寺

信濃川眺望贅沢コース　貝野神社仏閣コース

お立ち寄りスポット

1 黄桜の丘公園



JR宮中取水ダムの建設工事による残土を盛り上げた丘。県内でも珍しい薄黄色の桜が咲き、ソメイヨシノと黄桜の開花時期の違いから、4月中旬～5月上旬まで花見を楽しめる。

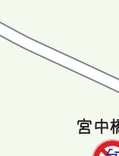
2 宮中取水ダム

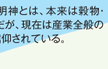
昭和14年に建設されたJR東日本株式会社の発電取水用ダム。上越線や首都圏の山手線、東北・上越新幹線などの電車を動かす重要な役割を担っている。

3 魚道観察室

魚の通り道「魚道」に併設されていて、泳いでいる魚をみることができる。秋には鮭の遡上も観れるかも。
開館4月20日～11月20日
10:00～16:00

4 ブナ林





スタート

1 鳥たちの家（2000年）

2 河岸の燈籠（2000年）

3 ブルーミング・スパイラル（2000年）

4 暖かいイメージのために－信濃川（2000年）

※黄色の枠は大地の芸術祭作品です。

5 妻有で育つ木（2000年）

6 いちばん長い川（2000年）

7 遠くと出会う場所（2009年）

8 信濃川右岸

信濃川左岸

9 観音堂

十日町市宮中
設立年:不明
厨子に納められて、素朴な雰囲気のある観音様が安置されている。いつ頃から祀られているかわからないが、宮中地区は、渡し場としても交通の要路としても古くから栄えており、その歴史が偲ばれる。

10 龍の尾（2012年）

11 阿弥陀堂

十日町市堀之内　設立年:1,300年ごろ
阿弥陀堂があり、阿弥陀様は1,300年頃最善法師により奈良の東大寺から伝えられたもので、五智の寺院へ納めるつもりが、既に五智には阿弥陀様が祀られていたため、他に移す途中霊夢によりこの地に落ち着いたと言われている。彫刻は古雅な大きさ四尺ほどで、脇立は観音、勢至二菩薩となっている。

12 稲荷大明神

十日町市本屋敷
設立年:不明
本屋敷集落のうち小沢地区の稲荷神社。
※稲荷大明神とは、本来は穀物・農業の神だが、現在は産業全般の神として信仰されている。

13 慈眼寺

十日町市本屋敷
設立年:1611年（慶長16年）
十日町の智泉寺二世雲高玄瑞和尚により開かれた寺で、堀之内の西方、城山に居城した上杉景勝の家臣、倉俣主膳正が開基となっている。現在の伽藍は寛延元年（1748）に再建されたもので、匠工は出雲崎の中島嘉七である。

14 十二宮

十日町市本屋敷
設立年:不明
本屋敷集落の祈雨の神社。
※平安時代の祈雨の神社の総称

15 神明宮

十日町市新屋敷
設立年:不明
新屋敷集落にあった十二社と明治39年に合祀。
※天照大神を主祭神とし、伊勢神宮内宮（三重県伊勢市）を総本社とする神社。

16 八幡宮

十日町市堀之内
設立年:不明
堀之内集落にあった天満宮と明治40年に合祀。八幡社は「厄除・安産・商売繁盛・五穀豊穣・武門」、天満宮は「学問・正直・文化・書道・芸能・詩歌・慈悲」の神様。

17 薬師堂

十日町市宮中
設立年:不明（2016再建）
悟りの妨げとなる苦難を取り除いてくれる東方薬師瑠璃光佛、薬師如来様をお守りする御堂が老朽化したため再建された。

ゴール