

TAKE FREE #GIRLS TRIP

Vol.4

NASUSHIOBARA CITY RELAXING VACATION



なすしおばらで、
「こころ」「からだ」
ととのう巡り旅。





ととのう：[整う]

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。

2025 Vol.4

NASUSHIOBARA CITY
RELAXING VACATION

- 04. ■ 癒
わたしにご褒美 ととのい巡り
- 08. ■ 食
ココロときめくグルメ巡り
- 10. ■ 雨
雨の日でもこころ晴れやか
- 11. ■ 夜とお酒
オシャレな夜活でココロも満たされて

「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



マークがついているお店はクーポンがついています
QRコードを読み込むとお店の詳細をチェックできます。

ととのう巡り旅 WEBサイト





友達と一緒に、家族連れでも楽しめる！
体験型複合施設。

東京ドーム176個分の広大な敷地を有する那須千本松牧場は、明治初期にスタートした欧米式の牧場です。
約300mにわたって南北に縦断するメインストリートは、春になれば200本以上のソメイヨシノが桜のトンネルを作るなど、四季を通して自然を楽しむことができます。
ソフトクリーム片手にご家族や友人とステキな旅の思い出を。



ジェルキャンドル・バター作りなど手作り体験を楽しむことができます。どちらも、日常ではなかなか挑戦することができない体験ですので、ぜひ楽しんでみてください。屋内施設なので雨の日でも楽しむことができます。

那須千本松牧場
那須塩原市千本松799
0287-36-1025



可愛い動物たちに癒されちゃおう！
Doubutsu Fureai Hiroba

「どうぶつふれあい広場」

うさぎやヤギなど実際にふれあうことができる動物たちが6種類・合計約100匹！
可愛い動物たちをなでたり、えさやり体験もできます。（動物のえさは場内で販売）



Farm Restaurant

天気の良い日は、もちろんテラスで！
地元でも人気のファームレストラン。

焼き肉スタイルの千本松牧場牛100%ちぎりハンバーグや1964年から提供し続ける本州最古のジンギスカンをはじめ、地元食材を使用した洋食メニューなどが味わえます。（お子さま向けのカレーライス、オムライスもあり。）
外で召し上がられるテラス席、ペットと一緒に食事ができるバラソル席もあります。



千本松牧場牛100%ちぎりハンバーグ
(ライス・スープ・サラダ・パン付き)
160g ¥2,050/200g ¥2,350



ジンギスカン特選ラムセット
(ライス・スープ付き)
1人前 ¥2,050



千本松坦々麺
¥1,320
※一部期間は提供を休止する場合がございます



千本松カレーライス
¥1,550



晴れた日は外のテラス席で
食事が楽しめるよ！



Soft Serve Stand
暑い日はやっぱり！



Farm Shop
おみやげならここ！ファームショップ。

栃木県北部で最大規模の品揃えのお土産が用意されています。牛乳をはじめ、ミルクチーズケーキやミルクプリンなど千本松牧場ならではのスイーツが購入できます。
土づくりを行い、自社畑の牧草・コーンで育てた牛の生乳を使用した牛乳・アイス・チーズなど、さまざまな商品はお土産にもおすすめです！



▲ PURE MILK プリン
各種¥480
ビュアミルク/キャラメルミルク/
ストロベリーミルク

牧場手作りミルクチーズケーキ
各¥1,200
プレーン/ストロベリー/キャラメル岩塩

※写真はプレーンです



しおばら
千二百年物語
The Tale of SHIOBARA
1200 Years



茶房、菓房、酒房…五感に触れるすべてに塩原が宿る品々でおもてなし

「しおばら千二百年物語/BLESS」では、塩原の温泉を使用した醸造地ビールや焼酎、「那須塩原ブランド」に認定された商品などお土産にピッタリな商品が豊富に取り揃えられています。

泉質・効能が多様な塩原温泉。7色もあるお湯にちなんだ「ななゆチーズケーキ」は、色とりどりの世界を、ほっこりあこんで表現したスイーツです。



ななゆチーズケーキ
/¥950

店内には、ランチメニューが楽しめる喫茶スペースも！



しおばら
ランチプレート
(肉or魚)
¥1,375



塩原化石焼
/¥418~

お酒各種/¥660~

塩原湖成層の土石を釉薬に使用して作られた陶器。比較的軽くて丈夫で、塩原の歴史と化石の存在を物語る、ロマンあふれる焼き物です。



香り茶/¥486~

焼き菓子/¥518~

しおばら千二百年物語/BLESS

那須塩原市塩原17
0287-32-2337

ととのう
巡り旅
COUPON



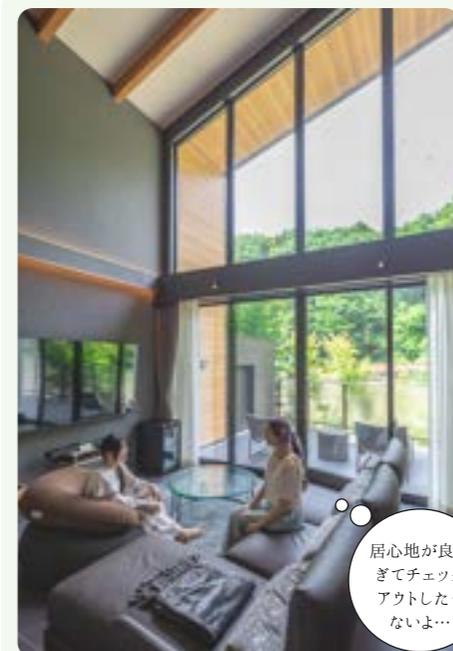
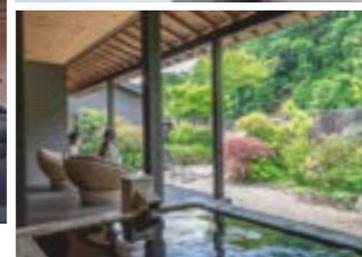
※表記は全て税込価格です

暮れてゆく水辺の宵、漆黒の闇を埋め尽くす満天の星々★ワンランク上の大人の宿「楓音」★

「離れの宿 楓音」は大切な方と静かにのんびり過ごす事ができる全室離れの宿となっています。旅時間の始まりを印象的に演出するラウンジ。ライトアップされた景色を望むオーセンティックなカウンターバー。素材選びから、味わい・器・お出しするタイミングまで愉しむお食事。全室箒川の川沿いに面した温泉露天風呂付客室。離れの宿で過ごす極上旅をお楽しみください。



塩原の自然に囲まれた足湯で癒タイム！



居心地が良すぎてチェックアウトしたくないよ…

1棟貸切のコンドミニアムヴィラ「紅葉 KUREHA」半露天風呂&プライベート岩盤浴、愛車のまま乗り入れできる専用車庫付ガレージハウス、アウトドアリビングとしても活用自在な星見テラス!使い方もいろいろな贅沢ヴィラです。

楓音 -kanon-

那須塩原市上塩原23
0287-32-5555





黒磯
KUROISO
AREA



那須パラダイスヴィレッジオープン！ 宿泊施設と多彩なレストランを備えた 複合施設

那須ガーデンアウトレットに隣接し、自然豊かな環境で非日常の体験を楽しむことができます。

館内には、「パサージュ」や“路地裏”をイメージした空間が広がり、心躍る香りが漂い、異国の街並みを歩いている様な感覚を味わうことができます。グローバルダイニングの「権八」や「カフェラ・ボエム」など人気店も集結。また、お土産にも喜ばれるチョコレート専門店「デカダンスデュショコラ」も軒を並べます。



好きなお店の、好きな食べ物を
テーブルに持ち寄って食べられる！

“那須パラダイスヴィレッジ”ならではの食事の楽しみ方。友だちやご家族でそれぞれ好きなお店の好きな料理を持ち寄って、中庭のテラス席でランチが楽しめます。夜はアルコール片手にビアガーデンのようなディナーも良いですね！食の楽園で思い出に残る1日をお過ごしください。



たくさんの種類のお料理から選べる！

こだわりのコーヒーから、スパイシーなアジア料理までたくさんのメニューが！



こだわりCoffee



JAVA JIVE KOFFEEでは、インドネシア・アルジュナ山に広がる畑で育った厳選豆を使用。世界的に評価の高いアラビカ種の中でも、特に豊かな香りや風味を持つティピカ、そして希少なスイートロブスタを採用。一口飲めば、その違いがわかるはず！

こだわりパン



シグネチャーブレッドの”バルティザンサワードウ”は、自家製酵母種と、厳選した小麦、水、少量の塩だけで作っています。油脂や砂糖、添加物は一切使わず、小麦が本来持つ甘み、酵母の持つほのかな酸味を最大限に引き出しています。料理と調和し、素朴で、体に負担の少ない優しいブレッドです。

宿泊施設も充実！

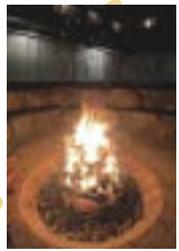


宿泊施設「ホテルパラディン」は、那須の自然を感じながら多様な使い方が可能。黒磯板室1.Cからすぐ。アクセスも良好で、観光拠点としても最適です。お部屋ごとに異なるデザイン、まるで海外旅行のワンシーンのよう。

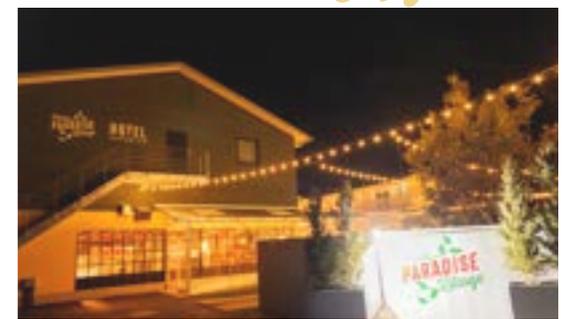
Fire Pit

夜だけの楽しみ方も。

夜はイルミネーション×焚火の幻想的な空間を演出。ファイヤーピットを囲みながら、那須の澄んだ空気の中で心解き放たれるひとときを…。



ここでしか味わえない、贅沢な時間を過ごしませんか？



那須パラダイスヴィレッジ

那須塩原市鹿野崎字戸屋109-7
050-5830-5290

ととのう
巡り旅
COUPON



Point

昼と夜で表情が変わるカフェ&バーなどもあり、本を片手に一人の時間を堪能したり、仲間とゆったり語らいながらグラスを傾けたり、遅い時間までお酒を飲みたい方や女子会にもご利用できます。





雨の日でもこころ晴れやか

雰囲気も素敵だけじゃない
「ぼつぼつ・・・」と、雨の音も楽しむ古民家カフェ

黒磯

KUROISO AREA



レトロな雰囲気を持つ建物、アンティーク調の家具、それらと調和する店内の落ち着いた空間が、都会の喧騒を忘れさせてくれます。
卵を使わず、卵アレルギーの方でも安心して食べられる手作りのスコーン。季節ごとに変わるケーキやタルトは、見た目も美しく、味も楽しめます。豆の選定から淹れ方までこだわったコーヒー。
「Cafe SHOZO」は、旅の始まりや、物語を語る場所として、いつも多くの人に愛されています。



森のブレントG2 650円
カボチャのプリン 550円



スコーン各種 560円～



古いアパートを
廃材や古い建材を
使ってリノベーションした
レトロモダンな
佇まいがオシャレ！

ケーキシエスタ
(チーズケーキ) 850円



CAFE SHOZO

那須塩原市高砂町6-6
0287-63-9833

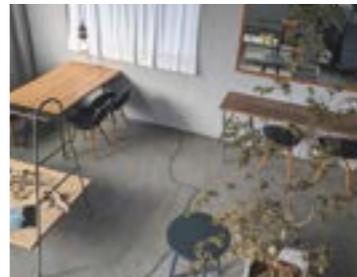


西那須野

NISHINASU AREA



「Frajarica (フラジャリカ)」はフランス、日本、オーストラリア、アメリカのお菓子を取り入れたカフェとスイーツのお店です。
カフェであり、ケーキ屋であり、お饅頭屋。モダンな建物と大谷石の蔵をリノベーションしたカフェで過ごす時間は、日頃の喧騒を忘れさせてくれることでしょう。旅の休憩に。憂鬱な雨の日を楽しむために。



アントルメ 530円～



カットケーキ 480円～



スコーン&焼き菓子 220円～

FRAJARICA cafe and sweets by KAEN

那須塩原市東町2-4
0287-21-2241

ととのう
巡り旅
COUPON



大谷石の蔵を
リノベーションした
カフェスペース



オシャレな夜活で ココロも満たされて

那須塩原市では、地元の酒蔵で作られた日本酒や、塩原温泉の飲泉を使ったオリジナル日本酒などが楽しめます。
また、和食に合う地酒を豊富に取り揃えた居酒屋や、創作料理に合うお酒を気軽に楽しめるお店が沢山あります。

おすすめの
日本酒

西那須野
NISHINASU AREA



白麹仕込純米酒
亜麻猫 (アマネコ)



旬の鮮魚貝を中心に刺身、寿司、和牛、酒肴などが楽しめるお店。パーフェクトエビス認定店です。
約40種類のウイスキーを扱っていて、中には希少な限定品やヴィンテージウイスキーもあります。
日本酒は入手困難な「新政」など、お客様に楽しんでいただける様に四季折々厳選し、毎月仕入れられています。



ガゼウニ (殻付きウニ)



お刺身盛り合わせ

天通

那須塩原市
陸106-16ハラダビル2F
090-3132-5430 (予約専用)



おすすめの
日本酒

西那須野
NISHINASU AREA



清酒 那々 (なな) -実り-
塩原の温泉を使用した
Izakaya CAVAオリジナル
の日本酒。全4種類。



店主の長年の経験で培った感性を生かし、“和”をテーマとした創作料理でおもてなし。その日仕入れた新鮮な素材を使った料理が楽しめます。
そのお料理に合うお酒の種類も豊富で、特に日本酒は常時50種の銘柄が揃えられています。
地酒はもちろん、「Izakaya CAVA」オリジナルの日本酒もあります。



あなご寿司



IZAKAYA CAVA

那須塩原市
西大和4-3長谷川ハイツ1F
0287-46-5018

ととのう
巡り旅
COUPON



おすすめの
飲み物

黒磯
KUROISO AREA



チャイナブルー
(ノンアルコール)



2024年11月に古民家をリノベーションしてOPENしたランチ・カフェ・バータイムを楽しめるお店。
こだわりのメニューと落ち着いた雰囲気の店内は老若男女問わず、幅広いお客様に愛されています。
ノンアルコールカクテルも充実していてお酒が飲めない方にもおすすめです！『満月のように心満ちる、そよ風のような空間』で、特別なひとときをお過ごしください。ちなみに栃木の牛乳を使用したソフトクリームも大人気です！



moon breeze

那須塩原市沓掛763-3
0287-79-0008

ととのう
巡り旅
COUPON





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:2025年8月1日(金)~2026年1月31日(土)

※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。

アンケートはこちら



1名様

那須塩原市内
宿泊施設で使える

宿泊補助券 10,000円分



3名様

しおばら千二百年物語

那須塩原
温泉梅酒



5名様

那須千本松牧場

牧場バウムクーヘン



3名様

(一社) 那須塩原市観光局

MIKAERI OTOME

塩原洗顔石鹸 (1個)

しっとり
(ピンク・80g)

or

すべすべ
(グリーン・80g)



3名様

(一社) 那須塩原市観光局

mont-bell
(モンベル)

オリジナル
クリアボトル



※色はランダムとなります

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

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

LINEの友達登録で
観光パスポート
をGET!



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



Instagram



もっと
ととのう情報は
こちら!



(一社) 那須塩原市観光局

TEL.0287-46-5326

〒329-2801 栃木県那須塩原市関谷448-4

Email:nkankoukyoku@nasuinfo.or.jp

那須塩原市観光局



<https://nasushiobara-kanko.jp/>