

こちらは長野へのアクセス方法についてまとめてあります。

このOFF会はチベットを応援するOFF会です。中国批判を行うOFF会ではありません

開催当日およびその前後は現地の交通状況に混乱が予想されます。
東京や大阪などの都市圏と違って交通の便はあまり良い場所ではありませんが、マイカーの利用を避けてできる限り公共交通機関を利用するようにしてください。

- [移動方法](#)
 - [鉄道](#)
 - [東京方面から](#)
 - [関西方面から](#)
 - [北陸方面から](#)
 - [新潟方面から](#)
 - [高速バス](#)
 - [自家用車](#)
 - [航空機](#)
- [宿泊と滞在](#)
 - [旅館とホテル](#)
 - [ネットカフェとか](#)

移動方法

鉄道

最寄り駅：長野駅
[wikipedeia 長野駅](#)

東京方面から

東京からは、新幹線が一番早くて簡単。長野新幹線あさま号は長野が終点なので、乗ったら寝てしまっても、着けば車掌さんが起こしてくれるはず。(たぶん)

[あさま501号](#)(朝1番の新幹線)

東京6:24 長野8:04

[あさま503号](#)

東京6:52 長野8:43

25日深夜に新宿を出発する[ムーンライト信州81号](#)白馬行きがありますので、途中の松本駅で長野行き普通列車へ乗り換えて行くという方法もあります。

快速ムーンライト信州81号(全車指定席)

新宿23:54 松本4:32

[長野行き普通列車](#)

松本6:20 長野7:28

東京都内～茅野出発の長野行き普通乗車券では[途中下車](#)ができ、松本で改札の外に出られます。自由通路内に待合室があります。

松本駅前にはネットカフェはありませんが、24時間営業の[マクドナルド](#)があります。駅から少し離れた場所にファミレス([すかいらーく](#))があります。

上記の列車の指定席情報(25日20:00現在)

あさま501号 普通車指定席...軽井沢まで満席 グリーン車指定席...満席

あさま503号 普通車指定席...安中榛名まで満席 グリーン車指定席...満席

ムーンライト信州81号 残り42席(窓側は満席、通路側の席が残っています)

大阪・名古屋方面から

大阪方面から来る人は、まず始発の新幹線で名古屋に出る必要があります。

[のぞみ100号](#)

新大阪6:00 名古屋6:49

当日出発で一番早く長野に到着できる列車が[特急ワイドビューしなの1号](#)です。

特急ワイドビューしなの1号

名古屋7:00 長野10:00

夜行を使つての前日出発の場合、途中の直江津で乗り換えになります。

名古屋方面から夜行を利用される方は、東海道線の最終列車で米原まで出る必要があります。

[急行きたぐに](#)新潟行き

大阪23:27 直江津05:56

[長野行き普通列車](#)

直江津06:03 長野07:39

乗り換え無しで移動できる夜行列車はありません。

北陸方面から

基本的には前項掲載の急行きたぐに号を使い、直江津で乗り換えて長野へ向かうことになります。
ただし、富山～直江津間から出発する場合は富山5:46の直江津行きを使えば9:52に長野に着くことが出来ます。

新潟方面から

上越新幹線で高崎まで乗り、あさま号に乗り換えます。[土日きっぷ](#)を使って往復すると少々安上がりです。
または飯山線で行くこともできます。越後川口から3回ほどの乗換えで約3時間で長野に着きます。当日は飯山線沿線は菜の花が見ごろかもしれません。

- 行きの一例

[Maxとき300号](#)

新潟6:03 高崎7:11

[あさま501号](#)

高崎7:16 長野8:04

高速バス

長野方面には各社が高速バスを運行しています。こちらで検索してみてください。[日本バス協会・高速バスデータベース](#) [夜行バスの格安予約](#)

Ex.大阪梅田から4,300円

東京－長野駅間高速バス一覧*****

京王バス（新宿－長野駅）

(p)<https://www.highwaybus.com/rs-web01-prd-rel/gp/index>

料金：片道4000円 往復7200円（WEBクレカ割7050円）

決済：クレカ決済、コンビニ決済、窓口決済

特徴：1日14便あり。

19時以降も2便あるので、25日の仕事帰りでも出発可能。

西武バス（池袋－長野駅）

(p)<http://www.seibu-group.co.jp/bus/>

料金：片道4000円 往復7200円

決済：クレカ決済、コンビニ決済

特徴：1日10便あり。

東京方面バス停は池袋駅の他に、下落合駅、練馬駅などあり。

株式会社ハーヴェストツアー（新宿－長野駅）

(p)<http://www.harvest-tour.com/index.html>

料金：片道1900円（平日）2500円（土日祝）

決済：口座振込、クレカ決済、コンビニ決済

特徴：価格が最も安い。10分前に集合必要。

1日1便（新宿18:45 長野23:15 長野6:20 新宿10:40）

東京方面バス停は降車のみTDRあり。

株式会社アリーナ（新宿－長野駅）

(p)<http://www.tourbus.jp/pc/index.html>

料金：片道2500円（平日）3000円（土日祝）

料金：往復4900円（平日）5900円（土日祝）

決済：ネットバンク、郵便振込、クレカ決済、コンビニ決済、ペイジー

特徴：価格が比較的安い。20分前に集合必要。

1日2便（新宿 長野駅 7:30 11:20 18:30 22:20）

（長野駅 新宿 6:20 10:30 18:00 22:00）

大阪・京都 - 長野間高速バス

阪急バス アルペン長野号（大阪[梅田]・京都 - 長野）

<http://bus.hankyu.co.jp/highway/highway20.html>

料金：片道6700円 往復11000円

決済：クレカ決済、コンビニ決済、窓口決済

特徴：1日2便、昼行と夜行。

南海バス（大阪[なんば・湊町]・京都 - 長野駅前・湯田中）

http://www.nankaibus.jp/intercity/details_04.html

料金：長野駅前まで片道5,800円 往復10,440円

決済：クレカ決済、コンビニ決済、窓口決済

特徴：1日1便、夜行のみ。

新潟 - 長野間高速バス

新潟交通（万代バスセンター・新潟駅 - 長野駅・権堂）

<http://www.niigata-kotsu.co.jp/kengaikousoku/nagano.shtml>

料金：長野駅前まで片道3060円 往復5500円

決済：コンビニ決済、窓口決済

特徴：1日4便。

仙台 - 長野間高速バス

宮城交通（仙台駅前 - 長野駅・松本）

<http://www.miyakou.co.jp/bus/intercity/time/nagano.html>

料金：長野駅前まで片道8000円 往復14000円

決済：コンビニ決済、窓口決済

特徴：1日1便、夜行のみ。

自家用車

上信越自動車道、長野IC、須坂長野東IC、中野ICで降ります。ETC装着車は、小布施PAで降りることもできます。ただし、須坂長野東ICは、聖火リレーコースの延長にあるため、当日は渋滞や規制が予測されます。

また、市街地は当日規制が敷かれるため、前日までに長野に入ることをお勧めします。

駐車場は長野駅周辺で1時間200円から300円が相場です。また、一日定額制の駐車場もあります。こちらは、1,200円から1,500円が相場です。ホテルや旅館を使う方は、宿泊者向けに駐車場を用意しているところがあるので、予約の際、確認してみるとよいでしょう。

聖火リレーコース近隣のコインパーキングなどに駐車して沿道でチベットを応援する場合、公安やマスコミ他にあなたの車のナンバープレートを撮影されることがあり得るのでご注意ください。

航空機

長野市に一番近い空港は、[信州まつもと空港](#)です。大阪（伊丹）便が毎日、福岡便が火・木・土、札幌便が月・水・金・日に1往復運行されています。

松本空港からは、空港玄関から路線バスの朝日線のバスに乗り、終点松本バスターミナルまで移動し長野県庁行き高速バスに乗り換えるか、バスターミナル近くの松本駅から電車で長野に向かうことになります。松本駅へはタクシーで移動する方法もあります。

長野県庁行き高速バスは、長野駅にも止まります。

ただし、当日聖火リレーに間に合うダイヤがないため、前日入りが必要です。

宿泊と滞在

腐っても北京オリンピックという様々な方面から注目されるイベントであり、加えて連休のスタートにも当たるため当日前後は、宿泊施設が満室という事態も想定されます。泊りがけの方は、事前に宿泊施設への予約をしておきましょう。

旅館とホテル

駅周辺は、大小ホテルが点在しています。

また、スタートの善光寺の仲見世通り周辺は、宿坊が点在しておりこちらは2人以上で宿泊できるようですが、事前の予約が必要となります。 [信州善光寺宿坊案内](#)

ネットカフェとか

長野駅周辺には、善光寺口に2軒ネットカフェがあります。いずれの店舗もシャワー室があるようです。

[カフェプラネット](#)

[インターネットカフェ茶里茶里](#)

若里公園付近

[迷いの森](#)

その他

長野駅善光寺口のマクドナルドは24時間営業です。

早朝に長野市に到着する方はここで暖を。

スタート地点の善光寺まで行かれる方は、

JR長野駅の地下にある長野電鉄の「善光寺下駅」で下車してください。

10分程度歩けば善光寺に着きます。

リレー当日は駅のロータリーから善光寺行きのバスは出ないはずなので、上記の長野電鉄（電車）を使ってください。

このページは 18673 回表示されました。