

Let's go to Gunma!

ぐんまの おでかけ!

家族で楽しむ群馬県観光ガイド



ぐんまちゃんのお気に入りを紹介するよ!

ぐんまちゃんが宣伝部長をつとめる

群馬県には、身体を動かして

いっぱい遊べるところや、きれいな景色、

気持ちいい温泉など、

楽しくすごせるところがたくさんあるんだ。

それに、おいしい食べものや、

おみやげもいっぱいあるよ。

ぐんまちゃんのお気に入りの場所へ

家族や友達とお出かけしてみてね!

〈このページのスポット〉



中之条ガーデンズ

プロのガーデナーの手によって作られる、魅力的な“庭”が主役の回遊式庭園。約12haの広々とした敷地内に、ローズガーデンやスパイラルガーデン、大藤棚など7つの庭とファームエリアがあり、四季を通じてのんびりと散策を楽しめます。陶芸や草木染めも体験できます。

中之条町折田2411

吾妻エリア

MAP 1



群馬県宣伝部長

ぐんまちゃん
GUNMACHAN

〈好きなこと〉

楽しいこと、人を笑顔にすること

温泉でリフレッシュ

ぐんまの食べ物



ぐんまちゃん
あそぼう!
群馬県には楽しいところがいっぱい!



森のなかで
ひみつきちを
はっけん!

もり なか あそ ぼう けん たび しゅつ ぱつ
森の中に遊びがいっぱい! 冒険の旅へ出発!!

かるいざわ おうこく
軽井沢おもちゃ王国

森の中のアスレチック、トミカ・プラレールやシルバニアファミリーなどのおもちゃ、大観覧車などのアトラクション…。多彩な遊びを満喫でき、子どもの笑顔があふれるおもちゃのテーマパークです。

嬭恋村大前2277
吾妻エリア MAP 2



めざせ!
乗りもの
ぜんせいは!!

の の の
いろいろな乗り物に乗って、
げんき あそ
元気いっぱい遊べるよ!



るなばあく

開園から70年以上、市民に愛され続ける小さな遊園地です。入園無料でメリーゴーランドやまめじどうしゃなどは1回50円、電動木馬などコイン投入式の遊具は1回10円と、昔ながらの乗り物で楽しく遊べます。

前橋市大手町3-16-3
県央エリア MAP 3



み さわ さが
見たり、触ったり、探したり
ごんちゆう なかよ
昆虫たちと仲良くなろう!

けんりつ ごんちゆう もり
県立ぐんま昆虫の森

昆虫をテーマにした体験型教育施設。45haの敷地に雑木林や田畑、小川などの里山を再現し、そこで暮らす昆虫を観察できます。温室では、日本最大級の蝶「オオゴマダラ」も飛び交っています。

桐生市新里町鶴ヶ谷460-1
東部エリア MAP 4



ごんちゆう
はかせに
なれるかも~



かんらん車や
遊び道具も
あるよ!



こうじょうけんがく づく
工場見学にこんにやく作り!

りょうり た ほうだい
こんにやく料理も食べ放題だよ!!

こんにやくパーク

こんにやくの製造工程や歴史がわかる工場見学や、こんにやくゼリーなどの手づくり体験ができるテーマパーク。無料バイキングでは、こんにやくラーメンや田楽などのこんにやく料理をお腹いっぱい味わえます。

甘楽町小幡204-1
西部エリア MAP 5



Retreat GUNMA
リトリートぐんま

群馬で「リトリート」
しませんか?

「リトリート」とは、忙しい日常から離れ、心と身体の赴くままにゆったりとした時間を過ごし、本来の自分を取り戻していく新しい旅のカたち。癒やしの「温泉」、豊かな「自然」、新鮮な「食」など、群馬県にはリトリートに最適な環境が整っています。心と身体を癒やし、本当のわたしに戻る「リトリート」を体験してみませんか。

リトリートぐんま webサイト
<https://retreat.gunma-kanko.jp/>



ぐんまちゃん あそぼう!

群馬県には楽しいところがいっぱい!



すごく
大きいね~

ちきゅう せいめい れきし 地球と生命の歴史にふれて、わくわくドキドキ!

けんりつ しぜんし はくぶつかん 県立自然史博物館

館内では地球の誕生から生命の進化の歴史、群馬の自然などを5つのゾーンでわかりやすく常設展示しているほか、年3回、企画展や特別展も開催。実物大の恐竜模型は迫力満点です。

富岡市上黒岩1674-1

西部エリア MAP 6



どうぶつ あい かわいい動物たちに会いに行こう!

いかほ ぼくじょう 伊香保グリーン牧場

アルパカやひつじ、やぎ、うさぎなどの動物とふれあえる観光牧場。牧羊犬が思いのままにひつじたちを操るシーブドッグショーが見られるほか、乗馬やバターづくり体験なども楽しめます。

渋川市金井2844-1

県央エリア MAP 7



もふもふが
いっぱい!

もり たの と 森のリゾートで楽しくお泊まり! サウナやバーベキューもあるよ!!



空気が
おいしくて
きもちいいよ!

もり みずぬま サウナの森 水沼ヴィレッジ

自然の森に囲まれてフィンランド式サウナ、グランピングを楽しめるリゾートヴィレッジ。サウナエリアでは、森林浴×サウナの「ととのい」体験を、グルメエリアではバーベキューや十割そばを堪能できます。

桐生市黒根町八木原579-1

東部エリア MAP 9



空に
とび出そう!

おお そら む 大きなブランコで、 空に向かってビューン!

すかい すういんぐ くさつ おんせん じょう SKY SWING (草津温泉スキー場)

草津温泉スキー場の天狗山山頂付近にある、高さ10mの日本一のっぼなブランコ「SKY SWING」。標高1,370mの高台からは草津の温泉街が一望でき、風を感じながら爽快な気分を味わえます。



草津町大字草津字白根国有林158林班

吾妻エリア MAP 8



Retreat GUNMA リゾートぐんま



グランピングで 非日常体験!

自然に囲まれてのんびり過ごす時間は、リゾートにぴったりです。キレイな空気を吸って自然と一体になりながら、日々の疲れを癒やせば心もすっきり。サウナでたっぷり汗をかいて、身体から老廃物を出すことで、心身ともにリフレッシュできます。

ぐんまちゃんとおんせん!

たくさん遊んだあとは、やっぱり温泉!
きもちいいな~



あったかくて
きもちいい~

日本の名湯! 歴史ある温泉であつたまろう!!

草津温泉

豊富な湯量を誇る日本三名泉のひとつ「草津温泉」。毎分約4,000ℓの温泉が湧き出している源泉「湯畑」や、江戸時代から続く伝統文化「湯もみ」は、草津温泉のシンボルで、見応えも抜群です。

草津町草津28
吾妻エリア MAP 10



365段の石段がシンボル! 上まで登りきれかな!?

伊香保温泉

365段の石段に沿って旅館や土産物店などが軒を連ねる、風情ある温泉地です。伊香保温泉にはふたつの泉質があり、茶褐色の「黄金(こがね)の湯」と、無色透明の「白銀(しろがね)の湯」の2種類の温泉が楽しめます。

お店が
いっぱい
あるよ~

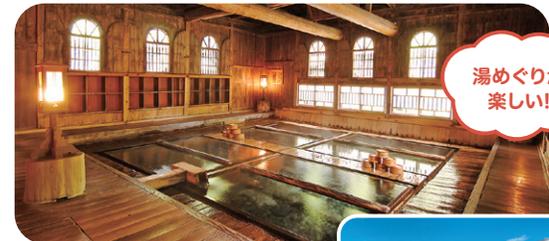
渋川市伊香保町伊香保541-4

県央エリア

MAP 11



みなかみ町には温泉地が 18カ所もあるよ! 目指せコンプリート!!



湯めぐりが
楽しい!

みなかみ18湯

みなかみ町は、群馬県を代表する温泉地です。泉質や効能は様々で、一軒宿の秘湯から渓谷沿いの大露天風呂、展望風呂、国有形文化財の木造りの湯舟などがあり、多種多様な温泉を楽しむことができます。



みなかみ町

利根沼田エリア

MAP 12



レトロな温泉につかって 美肌になっちゃおう!!

四万温泉

清く澄んだ四万川沿いに佇む、古き良き温泉地。古くから「四万(よまん)の病を癒やす湯」として親しまれています。また、「美肌の湯」としても知られ、心も身体も癒やしてくれます。

中之条町四万4379

吾妻エリア

MAP 13



ステキな
ふんいき!

空に近い、天空の温泉! 露天風呂がおすすめだよ!!

万座温泉

標高1,800mの高地で、静寂で雄大な自然を眺めながら心と身体をリフレッシュできる温泉地。日本トップクラスの高濃度な硫黄泉で、泉質の良さから様々な難病を治したと言われていました。

嬭恋村鎌原710-136

吾妻エリア

MAP 14



空と山が
すぐ近く!



あったまるよ~



温泉で癒やされて
心と身体が元気に!

温泉には身体を癒やしてくれる効能があり、古来、温泉に浸かって病気や怪我を癒やす「湯治」も盛んでした。また、温泉にのんびり浸かることで心もホッと落ち着きます。100以上の魅力的な源泉がある温泉王国・群馬の名湯で、心も身体もそっとほぐしてみませんか。



ぐんまちゃんと
たべよう!
そろそろおなかぺこぺこ!
なにを食べようかな~



大きな
いちごを
みつけるぞ~

旬の甘~いフルーツを、新鮮なうちにパクッ!!

フルーツ狩り

イチゴ、リンゴ、サクランボ、梨、ブドウ、桃…。群馬県内には、数多くの果樹園があり、一年を通して様々なフルーツ狩りを楽しめます。旬のジューシーな味をもちたてていただきます。



群馬県でレアなお菓子をゲットしよう!

ぐんまちゃんのおみやげ



ぐんまちゃん
はっけん!

群馬県内にはぐんまちゃんの形をしたお菓子や、パッケージにぐんまちゃんが描かれたお菓子がたくさんあります。どれもかわいらしくて、見ているだけで思わず笑顔になってしまいます。

**甘じょっぱいタレがおいしさのヒミツ!
お腹いっぱい食べちゃおう!!**

ソースカツ丼

日本三大ソースかつ丼のひとつと言われている名物グルメ。カツを甘じょっぱいタレにくぐらせた濃厚な味わいで、ご飯がよく進みます。



とっても
ジューシー!!

**串にささったおまんじゅう!
焼きたてをガブっといこう!!**



焼きまんじゅう

焼きまんじゅうは、蒸した素まんじゅうを串に刺して、甘辛い味噌ダレを塗って焼き上げた群馬県民のソウルフード。外はカリッとして中はモチモチの食感、香ばしくて、甘じょっぱい味が癖になります。

できたてが
おいしい!



お店ごとに
いろんなしゅるいがあるよ!

**どこから食べよう!?
見た目も楽しい
カレーライス!!**

ダムカレー

ご飯を堰堤、カレールーを貯水池と見立てた盛りつけでダムを表現しているカレーライス。その土地にあるダムの形に合わせてご飯を盛ることが多く、見て楽しみながらカレーを味わえます。



**美味しい「食」で
幸せ気分に**

豊かな自然と独特の風土に育まれた群馬県的美食。新鮮な食材から作られる料理はもちろん、地域に根ざした郷土料理も魅力です。群馬県の歴史や文化を感じながら、個性豊かで美味しい「食」を楽しめます。

ぐんまちゃん
みにいこう!
 「すご〜い!」って思わず言いたくなっちゃう!



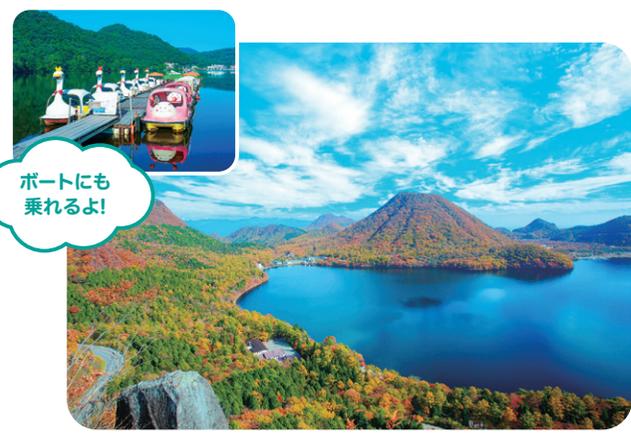
お花の
 いいかおり~

真っ赤なツツジの世界は、まるでお花の国みたい!!

つつじが岡公園

100品種1万株以上のツツジが咲き誇る国内有数の名勝地。宇宙で種子を発芽させた「宇宙ツツジ」などもあって見どころ満載です。例年4月上旬から5月上旬には「つつじまつり」も開催しています。

館林市花山町3278
 東部エリア MAP 15



ボートにも
 乗れるよ!

**キレイな山とキレイな湖
 両方を一緒に楽しめるよ!!**

榛名湖

榛名湖の湖畔ではサクラやツツジ、ユウスゲなどの花々が季節を彩り、秋には紅葉が湖面に映る優美な風景も見られます。また、榛名富士と湖とが織り成す景色は、まるで絵画のような美しさです。

高崎市榛名湖町
 西部エリア
 MAP 16



ダムの水が
 青くて
 キレイ~

コンクリートの大きな壁!?
 その迫かにびっくり!!

ハッ場ダム

高さ116m、長さ290.8mの巨大なダムは迫力満点。ダム湖のスケールの大きさにも圧倒されます。無料展望台「やんば見放台」からは、吾妻峡をはじめとした自然の絶景も見渡せます。

長野原町川原畑
 吾妻エリア
 MAP 17



**いろんな種類のお花がいっぱい!
 新しくなったパークで遊ぼう!**

Gunma Flower Park +

〈2025年秋リニューアルオープン予定〉

花や自然と「あそぶ」体感型施設として、2025年秋にリニューアルオープン。バラ・アジサイ・クレマチスをはじめ四季折々の花々を鑑賞できるほか、花や自然を使ったアクティビティも体験できます。

前橋市柏倉町2471-7
 県央エリア MAP 18



お花が
 もっと
 好きになる!



**ロープウェイに乗って空中さんぽ!
 いろんな季節の山の景色を楽しもう!!**

谷川岳ヨッポ by 星野リゾート

15分間の空中散歩で谷川連峰を一望できるロープウェイ。春は新緑、夏はカラフルなお花畑、秋は紅葉、冬は雪模様と、四季によって移り変わる絶景を楽しめます。

みなかみ町
 湯檜曾湯吹山国有林
 利根沼田エリア MAP 19



ながめが
 サイコー!!

Retreat GUNMA
リトリートぐんま



草花の香りで
 リラックス

四季折々の草花は見るだけでなく心が安らぎ、その香りは心も身体もリラックスできます。季節の花々や果実の実り、紅葉など、四季の彩りを視覚的に楽しんだり、草花のフローラルな香りに包まれたりすることで、心身ともに癒やされてみてはいかがでしょうか。

ぐんまちゃんとおかいもの!
お気に入りをお家に持ち帰ってね!



ほしいものが
いっぱい
まよっちゃう!

ぐんま みやげ えら たの
群馬のお土産がいっぱい! 選ぶのが楽しいな!!

みち えき あかぎ
道の駅 まえばし赤城

群馬名物や地産食材使用のメニューを味わえる地元の人気飲食店が揃い、新鮮野菜や農産物も販売しています。日帰り温浴施設、ふわふわドームなどで遊べる芝生広場もあり、楽しみが詰まっています。

前橋市田口町36
県央エリア MAP 20



いろんな
色のだるまが
あるよ!

しあわ よ
だるまは幸せを呼ぶ
えんぎもの
縁起物なんだって!
かお つる かめ
顔に「鶴」と「亀」がいるんだよ!!

たかさき
高崎だるま

眉毛は「鶴」、鼻から口ヒゲは「亀」という縁起の良い2つの動物を顔に表現した張り子のだるまです。別名「福だるま」「縁起だるま」とも呼ばれています。



さが
好きなおもちを探そう!
こうさく
いろんな工作ができるから
じぶん つく
自分だけのオリジナルも作れるよ!!

みち えき さと
道の駅 たくみの里

東京ドーム約70個分の農村地帯に、「家」として体験工房が点在。地域の森の木から作ったカスタネットなどの木工製品、和紙、竹、革細工など、自然のぬくもりを感じる品々に出合えます。

みなかみ町須川847
利根沼田エリア MAP 21



自分で
作ることも
できるよ!

かわいいこけしがいっぱい!
お気に入りを見つけてね!!



どれも
かわいい!

きんたい
近代こけし

円筒形の胴体に丸い頭がついた木人形の伝統こけしとは違い、形やデザインの自由度が高い近代こけし。ポップでユーモラスなもの、身近なキャラクターや似顔絵を題材にしたものなど様々です。



Retreat GUNMA
リトリートぐんま



**手づくり体験で
心を癒やそう**

群馬県では手軽なものから本格的なものまで多様な手づくり体験ができるほか、こけしやだるまの絵付け体験をすることもできます。日常の喧噪から離れて手作業に没頭することで、自分を見つめ直してみませんか。



[掲載スポット一覧]

1 中之条ガーデンズ 吾妻エリア

ぐんまちゃんとあそぼう!

2 軽井沢おもちゃ王国 吾妻エリア

3 るなばあく 県央エリア

4 県立ぐんま昆虫の森 東部エリア

5 こんにやくパーク 西部エリア

6 県立自然史博物館 西部エリア

7 伊香保グリーン牧場 県央エリア

8 SKY SWING (草津温泉スキー場) 吾妻エリア

9 サウナの森 水沼ヴィレッジ 東部エリア

ぐんまちゃんとおんせん!

10 草津温泉 吾妻エリア

11 伊香保温泉 県央エリア

12 みなかみ18湯 利根沼田エリア

13 四万温泉 吾妻エリア

14 万座温泉 吾妻エリア

ぐんまちゃんとたべよう!

- フルーツ狩り
 - ぐんまちゃんのおみやげ
 - ダムカレー
 - ソースかつ丼
 - 焼きまんじゅう
- 県内各地で楽しめます

ぐんまちゃんとみにいこう!

15 つつじが岡公園 東部エリア

16 榛名湖 西部エリア

17 ハッ場ダム 吾妻エリア

18 Gunma Flower Park + 県央エリア

19 谷川岳ヨッホ by 星野リゾート 利根沼田エリア

ぐんまちゃんとおかいもの!

20 道の駅 まえばし赤城 県央エリア

21 道の駅 たくみの里 利根沼田エリア

- 高崎だるま
 - 近代こけし
- 県内各地で楽しめます

群馬県のかたち

ぐんまけん つる つばき ひる
 群馬県は鶴が翼を広げて
 そら と かたち に
 空を飛んでいる形に似ていることから、
 ま かたち ぐんまけん よ
 「つる舞う形の群馬県」と呼ばれているよ!



ぐんまちゃんと いつもいっしょ!

みんなと会えたらうれしいな～

もっとなかよしく
なりたいな!



ぐんまちゃんに会えるところ

オフィシャルサイト

ぐんまちゃんのことならおまかせ!



YouTube

みんなで楽しく歌っておどろう!



アニメ

各種配信サービスで配信中!



TikTok

おもしろい動画にチャレンジしてるよ!



群馬県
完全監修!

ぬいぐるみ

グッズ



公式写真集



公認ぐんまちゃん
SHOP

オンラインショップ
「ぐんまーと」



まちがいさがし 🔍

ぜんぶで6コあるよ! いくつわかるかな?

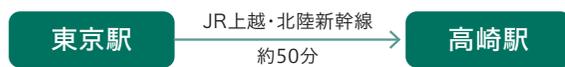
答えはこちらのサイトを見てね ▶





群馬県へのアクセス

【電車の場合】



【車の場合】



詳しいアクセス情報はこちらから

