



知ってほ信州

Get to know NAGANO

2026 年 6 月 25 日
JR 東日本長野支社

信州デスティネーションキャンペーン プレキャンペーン特別企画

飯山線サイクルトレインの利用区間を期間限定で「豊野駅」まで延伸します！

- ・ JR 東日本長野支社では、2027 年に開催される「信州デスティネーションキャンペーン」に向け、2026 年 7 月～9 月のプレキャンペーン期間中、飯山線サイクルトレインの利用区間を拡大します。
- ・ 「替佐駅～豊野駅」間でのご利用が可能となり、北信エリアの広域的なサイクリングが楽しめます。

1 実施概要

- (1) 実施期間 2026 年 7 月 1 日(水)～9 月 30 日(水)
- (2) 拡大区間 飯山線 替佐駅～豊野駅



2 ご利用方法

JRE MALL チケット「JR 東日本長野事業本部」店サイトで対象列車を選択し事前に予約してください。

▶サイト URL <https://event.jreast.co.jp/activity/detail/a009/a009-20260401>

(6 月 26 日(金) 更新予定)

JRE MALL
———— チケット ————

3 その他

- (1) レンタサイクルをご希望のお客さまは、飯山駅 1 階「信越自然郷アクティビティセンター」または森宮野原駅前「栄村秋山郷観光協会」等をご利用ください。お得なプランをご用意しています。

▶詳細 <https://shinetsu-activity.jp/play/cycling/13319/>

- (2) 豊野駅は「しなの鉄道北しなの線サイクルトレイン」の区間です。ご利用の際は、ご利用案内に則ってご利用ください。

▶しなの鉄道

<https://www.shinanorailway.co.jp/news/da322b6e66b1cac674ef31e6d3dfc7d126a34f9a.pdf>

※「飯山線サイクルトレイン」は予告なく内容変更または中止とする場合がございます。
※写真はイメージです。

※利用登録には JRE MALL の会員登録が必要です。登録自体は無料ですが、乗車区間の運賃は別途必要です。

【報道機関お問い合わせ先】

JR 東日本長野支社 広報室 TEL 026-224-5304 (平日 10 時 00 分～17 時 00 分)

2 | 利用可能列車

※豊野→替佐は7月～9月のみ運行予定

==下り(豊野→飯山→森宮野原)==

駅名		123D (4両)	125D (2両)	163D (1両)	131D (1両)	133D (2両)	135D (2両)	137D (2両)	139D (2両)
豊野	発	5:25	6:05		10:39	11:27	12:48	14:20	15:19
信濃浅野	発	5:29	6:09		10:43	11:31	12:52	14:24	15:23
立ヶ花	発	5:32	6:12		10:46	11:34	12:55	14:27	15:26
上今井	発	5:37	6:17		10:50	11:39	13:00	14:32	15:30
替佐	発	5:44	6:21		10:55	11:43	13:04	14:36	15:35
蓮	発	5:52	6:30		11:03	11:52	13:13	14:45	15:43
飯山	着	5:58	6:36		11:09	11:58	13:19	14:51	15:49
	発	6:00	6:40		11:10		13:20	14:52	15:54
北飯山	発	6:03	6:43		11:13		13:23	14:55	15:57
信濃平	発	6:07	6:47		11:17		13:27	14:59	16:01
戸狩野沢温泉	着	6:11	6:51		11:21		13:31	15:03	16:05
	発	6:18		7:06	11:36		13:43		16:13
上境	発	6:24		7:12	11:42		13:50		16:19
上桑名川	発	6:32		7:19	11:49		13:57		16:26
桑名川	発	6:37		7:25	11:53		14:05		16:30
西大滝	発	6:41		7:29	11:57		14:08		16:33
信濃白鳥	発	6:45		7:33	12:01		14:12		16:38
平滝	発	6:50		7:38	12:06		14:17		16:42
横倉	発	6:54		7:42	12:10		14:21		16:46
森宮野原	着	6:59		7:47	12:15		14:26		16:51

*123D、125D、163Dは土日祝限定。レンタサイクルプランでは利用できません。

*123D（飯山駅6:00発）は戸狩温泉駅到着後、1両目と2両目が森宮野原駅に向け、出発します。

139D（飯山駅15:54発）は戸狩野沢温泉駅到着後、1両目が森宮野原駅に向け運転します。

上境駅～森宮野原駅間で降車されるお客様は1両目にご乗車ください

==上り(森宮野原→飯山→豊野)==

駅名		136D (2両)	186D (1両)	138D (2両)	140D (2両)	166D (1両)	142D (1両)
森宮野原	発	12:25	14:27			16:54	
横倉	発	12:31	14:33			17:00	
平滝	発	12:35	14:37			17:04	
信濃白鳥	発	12:39	14:42			17:09	
西大滝	発	12:44	14:47			17:13	
桑名川	発	12:48	14:51			17:17	
上桑名川	発	12:52	14:55			17:21	
上境	発	12:59	15:02			17:29	
戸狩野沢温泉	着	13:04	15:08			17:35	
	発	13:36		15:40	16:32		17:54
信濃平	発	13:40		15:45	16:36		17:59
北飯山	発	13:45		15:50	16:41		18:03
飯山	着	13:47		15:53	16:43		18:06
	発	13:48		15:58	16:44		18:17
蓮	発	13:55		16:05	16:51		18:24
替佐	発	14:04		16:14	17:02		18:35
上今井	発	14:08		16:18	17:06		18:39
立ヶ花	発	14:13		16:24	17:11		18:44
信濃浅野	発	14:16		16:27	17:15		18:48
豊野	着	14:19		16:31	17:18		18:51

*166D・142Dは7月～9月で運行予定

※編成と時刻は変更になる場合がございます。

■ 飯山線サイクリトレインのみのご利用について

ご自身の自転車でサイクリトレインを利用する場合、「[JRE MALLチケットサイト](#)」からお申し込みいただけるようになりました。

信越自然郷アクティビティセンター、米村秋山郷観光協会での受付は不要です。

[JRE MALLチケットサイト](#)「JR東日本長野支社」店サイトより、対象列車を選択し乗車前に申し込みを完了してください。