

名立よもぎほっこりフェスタ

～よもぎと発酵と美活でつながる日～

2026年3月 19日(木) ▶ 25日(水)

上越はよもぎ・もぐさの産地!

もぐさは、よもぎの葉裏にある「柔毛(じゅうもう)」を集めたものです。
上越地方はもぐさ製造に適した天然よもぎの群生地でありました。
現在、名立大町にある佐藤竹右衛門商店の国産原料もぐさの生産シェアは70%以上!
石臼や唐箕(とうみ)を使い全行程を「人の感覚」を頼りに行う伝統製法を今も守っています。

イベントその1 名立の湯ゆららのよもぎ風呂

越後薬草の薬湯よもぎを使ったよもぎ風呂
期間限定 3月19日(木)～25日(水)

会場:名立の湯ゆらら
時間:10時～21時(月～木)
10時～22時(金、土、祝前日)
ゆらら入館料:大人800円(税込)

イベントその3 よもぎ蒸しテントサウナ

上越産よもぎの香りと蒸気に包まれながらデトックス

会場:うみてらす名立 中庭スペース(ゆらら側)
開催時間:10時～16時(1枠60分)
次の予約が無い場合のみ、
1名様につき1,000円(税込)でご延長いただけます。
参加人数:1枠上限8名様まで(4人用テントサウナを2張りご用意)
参加費:3,500円(税込)
酒かす幻魚ラーメン、ゆらら入館料、よもぎ茶ん付



協力企業:【テントサウナ】株式会社ホンダウォーク(プラウ長岡店)
カツMAX(長野県千曲市)
【よもぎ提供】有限会社佐藤竹右衛門商店



イベントその2 温活ヨガ&お灸体験

3/21(土)のみ

ヨガ講師:女優・ヨガインストラクター 松本莉緒さん



冷えを解消しながら、心と身体をゆるめる「温活ヨガ」と
古来からの知恵である「お灸」を組み合わせたプログラム

会場:健康サロン(休憩室・ゆらら2階)
開催時間:13時～14時15分(75分)
参加人数:先着15名
参加費:4,000円(税込)
ヨガ、ゆらら入館料、よもぎ茶ん付

イベントその4 お灸体験

3/21(土)のみ

お灸の説明&お灸体験
上越産よもぎ・もぐさ説明パネル展示

会場:名立の湯ゆらら
開催時間:10時～16時
参加費:500円(税込)



協力企業:【よもぎ・もぐさ説明監修】有限会社佐藤竹右衛門商店
【お灸体験】森澤孝次郎さん
鍼灸師、柔道整復師、せんねん灸セルフケアサポーター

各イベントのお申込みはこちら →

発酵のまち上越



道の駅 うみてらす名立 も同時開催中!



主催:名立山と海の学校実行委員会(事務局:一般社団法人山と海の環り舎)
共催:株式会社ゆめ企画名立 後援:上越市

※令和7年度上越市独自予算事業を活用しています。