次世代がつくる里山の魅力絵図

〜失われた里山の暮らし〜
自然への畏敬の念を取り戻せ

里山と人々のつながり
人々は古代から里山で自然と調和した暮らしを営んできました。里山は人が生活をする上で必要な、食糧、生活資材、燃料などの山の恵に溢れています。かつて人々は山や自然への畏敬の念を持ち、感謝し、分け隔てなく恵を享受してきました。

Agroforestry
森を創る農ある暮らし

農 Agriculture ＋ 森 Forestry

信州上田アグロフォレストリープロジェクトとは？
地域の人々、移住者、若者が一つになり、地域の伝統文化を再発見し、古来より自然と共生してきた持続可能な里山の暮らしを次世代へと受け継ぎ地域創りを創発するプロジェクトです。

Facebookで情報発信中！
里山体験ワークショップを毎月開催中
畑での農体験や山での林業体験いっぱい
里山の暮らしに参加してみよう。

公式HP
https://sites.google.com/view/morinokazesha

公式Facebook

問い合わせ先：事務局
satoyamabunka@gmail.com

学生や若い世代が地域のヒアリングやワークショップを通じて発見した里山の魅力を絵にまとめました。

MAP作成：
長野大学地域づくり総合センター
「信州上田学」地域連携パートナー事業
アグロフォレストリープロジェクト
監修：長野大学環境ツーリズム学部 古田睦美教授
協力：一般社団法人里山文化推進協会、学生有志
原画デザイン：八参
発行：令和４年１月31日

信州上田デジタルマップ

〜里山の魅力スポット〜

い	夫神岳　山頂祠	雨乞い信仰の山　高靇、闇靇、九頭龍大権現をお祀りする
ろ	女神岳　城跡	頂上に山城の跡がある　九頭龍大権現を祀る
は	岳の幟　お祭り（たけののぼり）	岳の幟の雨乞祭り　500年以上続く雨乞い祭り。小学生によるささら踊りと保存会による三頭獅子が見られる。
に	三島神社と氷室	別所の水源の神様　秘密だけど小さい山椒魚がいる。夏でも寒い氷室もあるよ。
ほ	森林公園	トイレ、テニスコート、キャンプ場、ロッジ、栗園があるよ シーズンには松茸料理が食べられる
へ	建築設計新保屋	山の木を切り出し、石場建て。日本の伝統工法で家を建ててるよ。日本の家のすごい技術！
と	茶房パニ	枕木でDIYしたお洒落なカフェと手作り窯のある焼き物の工房DOKI が心を癒してくれる空間
ち	民俗資料館	昔寺子屋だった建物　昔の暮らしの道具が展示されている
り	夫婦道祖神	男女が同じ大きさで書かれている仲睦まじい道祖神
ぬ	暮らしの四季	築140年の古民家。自然と共生する和の暮らしを伝える拠点。
る	アグロフォレストリーの畑	山の気候や地形を生かして昔の人が作った森や生き物と共存する畑。ワラビ、フキといった山菜畑や聖なる植物マコモ田もあるよ
を	皇子塚古墳	信濃の王のように君臨していた皇子の墓とされる烏帽子岳から登る夏至の日の出を見るレイラインスポット
わ	手塚八幡	見事な石段がある八幡様　流鏑馬発祥の地の西の守り
か	別所神社	縁結びの神さま　神楽殿は冬至の日の出を拝めるスポット
よ	北向観音	北斗妙見信仰　だから北を向いているのかも善光寺と向かい合っているので両方詣でると吉

里山への道のり

【所要時間目安】
①別所温泉駅→[へ]森林公園　徒歩45min
②[へ]森林公園→[り]夫婦道祖神　徒歩45min
③[り]夫婦道祖神→[を]皇子塚古墳　徒歩40min
④[を]皇子塚古墳→別所温泉駅　徒歩40min