

第42回

地域づくり団体 全国研修交流会 長野大会

豊かな山々とはぐくむ知恵
～地域づくりは信州から～

第42回地域づくり団体全国研修交流会長野大会実行委員会

本日の内容



1 長野県の紹介

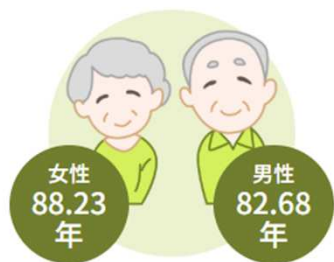
2 長野大会のご案内

日本の真ん中、長野県



長野県の特徴

- ・長野県は、3,000m級の山々と清流が織りなす雄大な自然に包まれています。
- ・分水嶺から向かう川の流れは日本海と太平洋へと注いでおり、人々は川の流れを遡るようにこの地へと移り住んだと言われています。
- ・77の市町村は、気候風土に個性があり、雪の降り方も花の咲き方も異なります。



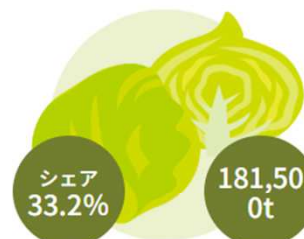
平均寿命
全国 4 位（女性）、2 位（男性）

令和 2 年都道府県別生命表（厚生労働省）※5 年ごと公表



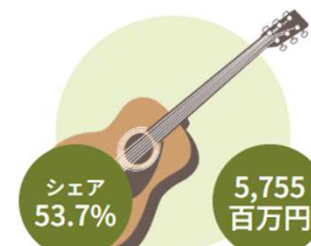
村の数
全国 1 位

市町村合併データ「都道府県別市町村数の変遷」（総務省）
※随時(合併等あれば) 公表



レタスの収穫量
全国 1 位

令和 5 年産野菜生産出荷統計（農林水産省）※毎年12月公表



ギター（電気ギターを含む）出荷額
全国 1 位

経済構造実態調査 2024 年確報品目別統計表※毎年公表

長野県へのアクセス

- ・東西南北へ延びる高速道、北陸新幹線・在来線等の鉄道網、そして主要都市につながる空路（松本空港）、日本の真ん中だからこそ抜群の交通アクセス。



長野県

といえは？

出典：2024年3月22日 マイナビニュースより



長野県のマスコットキャラクター「アキノリ」
©長野県観光局

第1位

軽井沢

出典：2024年3月22日 マイナビニュースより



長野県マイナビニュース（アムロ）
©2024 マイナビニュース



第2位

信州そば

出典：2024年3月22日 マイナビニュースより



長野県りんごキャラクター（アムロ）
の登録商標です。



第3位

善光寺

出典：2024年3月22日 マイナビニュースより



長野県マイナビニュース（アムロ）
© 長野県マイナビニュース



第4位

松本城

出典：2024年3月22日 マイナビニュースより



長野県マイナビニュース（アムロ）
©2024年3月22日



長野県パルコキャラクター（アキノリ）
©長野県パルコ

第5位

白馬の スキー

出典：2024年3月22日 マイナビニュースより



長野県マリンセンター（アムロ）
の登録商標です。



長野県パルコセンター（アキノ）
の愛称「アキノ」

移住したい都道府県ランキング

平成18年(2006年)以降、20年連続

第1位

宝島社発行の『田舎暮らしの本』（2026年2月号）による2026年版「移住したい都道府県」ランキングより



長野県が「おもてなし県」(アピタ)の登録商標です。

令和7年度 地域おこし協力隊 受入隊員数

第 **2** 位 477人

出典：「令和7年度地域おこし協力隊の定住状況等に係る調査結果」より



令和8年度は長野県誕生から150周年



長野県PRキャラクター「アルクマ」

© 長野県アルクマ

本日の内容



1 長野県の紹介

2 長野大会のご案内

地域づくりネットワーク長野県協議会の紹介



地域づくりネットワーク長野県協議会長の「竹内 充」です



地域づくりネットワーク長野県協議会は、県内の地域づくり団体への情報提供や団体相互の交流を促進し、自主的・主体的な地域づくりを促進するネットワークです。

設立	平成6年（1994年）6月23日
趣旨	地域主導の地域づくりのための活動・研修等を行う地域づくり団体への情報提供を行うとともに、地域づくり団体の活動しやすい環境を整備して団体相互の交流を推進
活動内容	●支部活動事業 ●やまびこフォーラムの開催 ●情報誌「やっほー」の発行 など
事務局	企画振興部地域振興課活力創出係

第42回地域づくり団体全国研修交流会長野大会は、上記協議会を中心に運営しています。

大会概要

開催趣旨	全国各地の地域づくり団体及び各都道府県地域づくり協議会が一堂に会し、相互交流と自主的・主体的な取組をより一層活性化させるとともに、長野県内の個性あふれる地域づくり活動を全国に発信する。
大会テーマ	豊かな山々と育む知恵～地域づくりは信州から～
主催	地域づくり団体全国協議会 第42回地域づくり団体全国研修交流会長野大会実行委員会
後援	総務省 一般財団法人地域活性化センター 公益財団法人長野県市町村振興協会
開催日時・場所	●分科会：10月23日（金）～10月24日（土） 長野県内10会場 ●全体交流会：10月24日（土）午後6時から午後8時まで アルピコプラザホテル ミヤビエ（松本市内） ●全体会：10月25日（日）午前10時から正午まで ホテルモンターニュ松本 グランドフルール（松本市内）

分科会のご案内

- 第1分科会 佐久ブロック 「移住者」×「地域資源」の地域づくり
- 第2分科会 上田ブロック 「キラリ人」との交流とご当地グルメを堪能あれ
- 第3分科会 諏訪ブロック 合理的配慮でまちを豊かに
ユニバーサルツーリズムが拓く地域未来
- 第4分科会 上伊那ブロック 地域の魅力を再発見し、未来へつなぐ上伊那の旅
- 第5分科会 南信州ブロック 触れて、感じて、つながる南信州～ふるさとの魅力再発見～
- 第6分科会 木曽ブロック 木曽路はすべて山の中～森が育む「歴史」「文化」「自然」の保全と活用～
- 第7分科会 松本ブロック 歴史・文化を後世につなぐ温故知新のまちづくり
- 第8分科会 北アルプスブロック 山と暮らす、山を活かす
～誰もが楽しめる山岳観光×山の恵みで地域づくり～
- 第9分科会 長野ブロック 日本遺産認定 月の都 千曲市
～移住したい都道府県20年連続トップの一翼を担う地域づくり“セカンドライフは千曲市で”～
- 第10分科会 北信ブロック 持続する集落を創る「集落経営」とは？
「エリアマネジメント」の実践（ローカルに生きる）



分科会の会場は長野県内10圏域に分かれて開催

**全体交流会
全体会は松本市**



龍岡城五稜郭 (佐久市)



小諸城址懷古園 (小諸市)



「木」の花束

第1分科会 佐久ブロック

【分科会会場】

龍岡城五稜郭、北相木村公民館、
小諸駅前・懷古園 ほか

【宿泊場所】

小諸グランドキャッスルホテル

【募集人員】

20人

【参加者経費】

19,300円

【分科会スケジュール】

1日目

12:30 JR 佐久平駅集合
13:00 龍岡城五稜郭(佐久市)見学
15:00 キノハナ kinano による木育
ワークショップ(北相木村)
18:00 ホテルチェックイン
18:30 交流会

2日目

8:55 ホテル出発
9:00 小諸城址懷古園見学
10:00 おしゃれ田舎プロジェクト
事例紹介・小諸駅前視察
(移動) JR 小海線乗車
12:30 そば打ち見学・昼食
14:00 事例発表会
18:00 全体交流会

「移住者」×「地域資源」の 地域づくり

分科会のポイント

佐久地域は首都圏からのアクセスの良さや特色のある教育機関の増加により、移住先として人気を集めており、地域資源に魅力を感じた移住者による地域づくり活動が盛んです。

1日目は林業が盛んな人口約670人の南佐久郡北相木村で「女性が輝ける場所をつくる」「木材を有効利用する」をテーマに活動する『キノハナ kinano』による事例紹介及びワークショップを行い、地域の自然資源を活用した産業創出について学びます。

2日目は、小諸駅前で増えている「移住」×「創業」の仕掛け役である『おしゃれ田舎プロジェクト』の事例紹介に加え、実際に開業したお店と街並みをめぐり、人口減少下におけるまちづくりや商店街の活性化のヒントとなる企画をご用意しています。



キノハナ kinano
代表
坂本 皓太 氏



おしゃれ田舎
プロジェクト発起人
高野 慎吾 氏

参加に係る注意点・留意事項

- 徒歩が多いので動きやすい服装でお越しください。
- そばアレルギーのある方は事前にお知らせください。

地域の特色

晴天率が高く、冷涼な気候を活かした県内屈指の高原野菜の産地であり、利便性の高い物流網を活かした多様な企業が立地しています。

また、軽井沢、白樺湖等の観光地に加え、日本三選星名所に選ばれた野辺山等、各地で星空を楽しむことができます。



JR 小海線と浅間山



国立天文台野辺山とハケ岳



柳町



上田映劇

第2分科会 上田ブロック

【分科会会場】

旧北国街道上田宿 柳町、海野町 ほか

【宿泊場所】

上田第一ホテル

【募集人員】

20人

【参加者経費】

16,500円

【分科会スケジュール】

1日目

- 12:00 JR上田駅お城口集合
- 13:10 北国街道まち歩き①・キラリ人との交流
- 岡崎酒造、柳町屋 -
- 15:00 北国街道まち歩き②・キラリ人との交流
- コラボ食堂、リベルテ -
- 16:30 自由散策、各自チェックイン
- 18:00 交流会（美味だれ焼き鳥）

2日目

- 9:15 ホテル出発
- 9:30 北国街道まち歩き③・キラリ人との交流
- 上田映劇、はたらクリエイト、犀の角 -
- 12:40 昼食（あんかけ焼きそば、じまんやき）
- 14:10 A-coop（直売所）
- 14:45 上田発
- 18:00 全体交流会

「キラリ人」との交流と ご当地グルメを堪能あれ

分科会のポイント

上田地域には、地域づくり・人づくりに取組む市民団体・NPOが多く存在します。

私たちは、主体的に活動する実践者たちを「キラリ人」と呼び、彼らを訪ね歩きながら、この地域のまちづくりDNAを感じていただく2日間にします。

キラリ人を惹きつける旧北国街道の柳町、海野町界隈。それは、まちづくりに取組む350年づく酒蔵「岡崎酒蔵」。住宅街を観光地に変革したスイーツ店「柳町屋」。100年以上の歴史を持つ映画館であり子どもの居場所でもある「上田映劇」。商店街の空き店舗をリノベして“新しい公共”の場や演劇の拠点にした「犀の角」などなど。

キラリ人との交流とご当地グルメ「美味だれ焼き鳥」「じまんやき」「あんかけ焼きそば」をご堪能あれ。



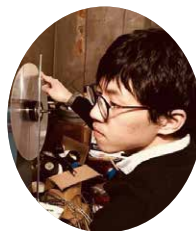
岡崎酒造(株)
信州亀齢醸造元
岡崎 謙一



柳町屋オーナー
池松 勇樹



上田映劇
うえだ子どもシネマクラブ
直井 恵



上田映劇
支配人
長岡 俊平



犀の角
代表
荒井 洋文

参加に係る注意点・留意事項

- 徒歩移動が多いので、動きやすい服装と履き慣れた靴でお越しください。雨具も持参してください。
- 食物アレルギーがある場合は事前にお知らせください。

地域の特色

上田は、江戸時代から昭和初期にかけて「蚕都(さんと)」と称された日本有数の養蚕・蚕種(蚕の卵)の生産地です。その経済的・文化的成熟を背景に、大正デモクラシーの時代に民衆が自らの手で学問の自由と文化の向上を掲げた「上田自由大学」を創設。日本における社会教育の先駆けとなり、現在の活発な地域づくり・人づくりに取組む市民DNAの礎となりました。



白寿のお祝いの温泉入浴介助



車いすの花嫁の介助

第3分科会 諏訪ブロック

【分科会会場】

すわっチャオ
原田泰治美術館
諏訪大社上社・下社
おんばしら館よいさ ほか

【宿泊場所】

ネオステーションホテル上諏訪

【募集人員】

20人

【参加者経費】

18,900円

【分科会スケジュール】

1日目

13:30 上諏訪駅集合
14:00 公演受講
17:30 交流会
20:00 ネオステーションホテル上諏訪

2日目

9:45 宿出発
10:00 原田泰治美術館鑑賞
11:30 昼食
12:50 諏訪大社上社散策
14:10 諏訪大社下社散策
15:10 おんばしら館よいさ鑑賞
18:00 全体交流会

合理的配慮でまちを豊かに ユニバーサルツーリズムが拓く地域未来

分科会のポイント

諏訪地域では、誰もが安心して旅行を楽しめる「ユニバーサルツーリズム」の推進に力を入れています。上諏訪温泉の宿泊施設では、車いす対応の客室や貸切のバリアフリー温泉を整備し、高齢者や障がいのある方でも快適に滞在できる環境を整備しています。

1日目は、観光地のユニバーサルツーリズムの話を聞いていただき、取組や現状について知っていただきます。

2日目は、諏訪地域の歴史に触れます。全国各地にある諏訪神社の総本社諏訪大社を見ていただきます。その他に、諏訪出身の画家原田泰治の作品を中心に展示する「原田泰治美術館」や7年に1度開催される御柱祭の迫力を体験できる「おんばしら館 よいさ」を訪れて、諏訪地域の文化、魅力にも触れていただきます。



ユニバーサル・サポートすわ
代表
牛山 玲子

参加に係る注意点・留意事項

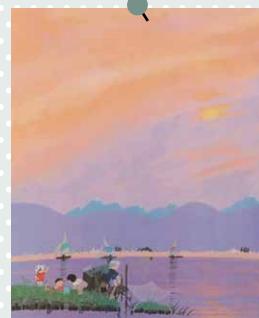
- 食べ物にアレルギーがある方は、事前にお知らせください。
- 2日目は散策がありますので、動きやすい服装でご参加ください。
- 部屋ごとにお風呂がありませんので、大浴場（温泉）をご利用ください。
- 数名、部屋には窓がありません。

地域の特色

諏訪地域は長野県のほぼ中央に位置し、自然や温泉、歴史が調和した魅力あふれるエリアです。諏訪大社や御柱祭に代表される信仰文化、八ヶ岳の高原リゾート、精密工業の発展など多彩な特色を持ち、四季折々の美しい風景と、寒天とうなぎといった地元グルメも楽しめます。



諏訪湖



原田泰治の絵画



高遠町建福寺の石仏



千畳敷カールへ続く中央アルプス駒ヶ岳ロープウェイ

第4分科会 上伊那ブロック

【分科会会場】

トビチ商店街
伊那市高遠町歴史博物館
建福寺
千畳敷カール ほか

【宿泊場所】

駒ヶ根プレモントホテル

【募集人員】

20人

【参加者経費】

19,500円 ※2日目昼食代別途必要

【分科会スケジュール】

1日目

13:00 辰野駅集合
トビチ商店街視察
14:40 伊那市立高遠町
歴史博物館見学
高遠石工の石仏見学
建福寺等散策
17:40 小町屋家視察
18:30 交流会
20:00 駒ヶ根プレモントホテル

2日目

8:50 駒ヶ根プレモントホテル発
10:00 千畳敷カール散策
(山頂レストランで昼食)
13:00 くらすわの森散策
15:25 辰野駅 着
(バス移動)
18:00 全体会交流会

地域の魅力を再発見し、 未来へつなぐ上伊那の旅

分科会のポイント

長野県上伊那地域には、地域資源を活かしたまちづくりのヒントが詰まっています。

国土交通省の不動産業アワードで優秀賞を受賞した辰野町の「トビチ商店街」では、空き店舗を活用した創造的な取組が進み、地域の人々と来訪者が交流する新たな場が生まれています。

また、伊那市高遠町では石工文化が今も息づき、地域の歴史と技術が融合した景観が広がり、千畳敷カールでは、雄大な自然が織りなす絶景が、地域の観光資源として多くの人々を惹きつけています。

本分科会では、上記の場所をガイド付きでご案内します。ぜひ伊那谷の現場を訪れ、地域資源の可能性と人の力を感じてください。



信州・天竜川どんぶり
街道の会
北原 英之

参加に係る注意点・留意事項

- 山道を散策するため、動きやすい服装でお越しいただき、雨天に備え防寒着・雨具をご用意ください。
- 食事のアレルギー等ありましたらご連絡ください。
- 2日目昼食は各自のため、参加費とは別途昼食代をご用意ください。

地域の特色

長野県のほぼ中央、南アルプスと中央アルプスに抱かれた「伊那谷」に位置する上伊那地域は、雄大な自然と産業発展が調和したエリアです。高い技術力を活かしたものづくり産業が集積し、森林資源を活用したバイオマスエネルギーや小水力発電など、環境とも調和した取組が根付いています。



ホタルが舞う辰野町



観光・体験施設「くらすわの森」



竹林活用プロジェクト活動の様子

第5分科会 南信州ブロック

【分科会会場】

飯田美術博物館、満蒙開拓平和記念館、
柿野沢区民センター、昼神温泉、
道の駅南信州とよおかマルシェ ほか

【宿泊場所】

昼神温泉（阿智村）鶴巻荘
飲泉可能な温泉や南信州の美味しい料理、お酒、
日本一の星空が魅力の宿です

【募集人員】

20人

【参加者経費】

22,000円

- ・2名1部屋（相部屋）料金
- ・シングル利用：＋1,800円（若干数）
- ・1日目夕食、2日目朝食、昼食代を含む

【分科会スケジュール】

1日目

- 12:45 飯田駅集合
オリエンテーション
（飯田合同庁舎）
- 13:45 飯田美術博物館見学
- 15:30 満蒙開拓平和記念館
- 17:00 旅館チェックイン
- 17:15 交流会（飲み放題付き）

2日目

- 9:00 ホテル出発
- 9:15 一番清水の会見学
- 10:30 竹林活用プロジェクト
活動紹介
- 11:30 郷土食作り体験・昼食
- 14:20 道の駅南信州とよおかマルシェ
※南信州の多彩なお土産を購入できます
- 17:00 松本駅
- 18:00 全体交流会

触れて、感じて、つながる南信州 ～ふるさとの魅力再発見～

分科会のポイント

1日目は、飯田美術博物館での、南信州の歴史や偉人の物語に触れ、文化を活かしたまちづくりのヒントを感じていただけます。さらに、日本で唯一、満蒙開拓の歴史を伝える「満蒙開拓平和記念館」を訪問し、記憶を未来につなぐ取り組みをご覧ください。1日目の最後には、南信州自慢の昼神温泉で旅の疲れを癒し、美味しい料理やお酒を楽しみながら交流しましょう。

2日目は、信州の名水・秘水に認定された「一番清水」での、地域の自然資源を守り活かす活動をご紹介します。続いて、放置竹林を資源に変える持続可能な地域づくりの事例をご覧ください、地元の方々と郷土料理づくり（五平餅など）を体験。

南信州ならではの文化と自然に触れ、地域づくりの新しい視点を持ち帰っていただけます。



南信州支部
支部長
宮内 雅

参加に係る注意点・留意事項

- お車で越しの方は、長野県飯田合同庁舎に集合していただくことも可能です。
- 食物アレルギーある方は、事前にお知らせください。
- 郷土食づくりを行いますので、エプロン・三角巾をご持参ください。
- 宿泊は2名1部屋の相部屋となります。
シングル希望の方は事前にご連絡ください（先着順）。

地域の特色

中央アルプスと南アルプスに挟まれ、天竜川が悠々と流れる南信州地域。雄大な自然と豊かな文化が見事に調和し、この土地ならではの澄んだ星空や、まるやかな軟水が訪れる人々を魅了します。自然と歴史が織りなす美しい風景、そして人々の温かさが、多くの旅人に忘れられない感動をお届けします！



信州の名水・秘水「一番清水」



治部坂高原の紅葉



開田高原(御嶽山と木曽馬)



妻籠宿



JAPAN HERITAGE

日本遺産

木曽路

第6分科会 木曽ブロック

【分科会会場】

おもちゃ美術館、開田高原、
妻籠宿、阿寺溪谷 ほか

【宿泊場所】

自由旅クラブ 木曽 三河家

【募集人員】

11人

【参加者経費】

17,600円

(窓ありの宿泊部屋の場合は追加1,000円)

【分科会スケジュール】

1日目

12:50 木曽福島駅集合
13:15 オリエンテーション
13:45 ヒノキの箸づくり体験
14:25 おもちゃ美術館見学
15:15 開田高原見学
17:00 宿泊先チェックイン
17:30 機器(4D2U)による星空観賞
18:15 交流会
20:15 自由旅クラブ 木曽 三河家

2日目

8:10 宿泊場所出発
9:05 妻籠宿のまちあるき
10:25 阿寺溪谷の活動紹介
12:00 昼食
13:40 お六櫛磨き体験
16:00 木曽福島駅
(全体交流会会場まで電車移動)
18:00 全体交流会

分科会のポイント

1日目は、良質な木曽産材を活かした「木曽おもちゃ美術館」、自然豊かな開田高原での景観づくりなどをご覧ください。

2日目は、木曽路を代表する観光名所である妻籠宿での景観保全活動、「阿寺ブルー」と呼ばれるエメラルドグリーンが美しい阿寺溪谷、インバウンドの観光客にも人気の伝統的工芸品「お六櫛」の磨き体験をしていただきます。

豊かな自然と歴史を活かした木曽の地域づくりをぜひ体感してください！



公益財団法人
妻籠を愛する会
理事長
藤原 義則

参加に係る注意点・留意事項

- 散策がありますので、動きやすい服装・靴でご参加ください。
- 食物アレルギーがある方は事前にお知らせください。
- 天候によるプログラム変更はございませんので、雨具をご持参ください。
- 宿泊部屋は、窓ありと窓なしがあります。
窓あり部屋を希望の方は事前にお知らせください。
※希望していない場合も窓あり部屋に宿泊いただく場合があります。

地域の特色

木曽地域は長野県南西部に位置し、山や高原、溪谷、美しい星空など豊かな自然に恵まれています。木曽ヒノキや伝統的工芸品、すんき、ほお葉巻き等が有名です。平成28年には「木曽路」が長野県内で初めて日本遺産に認定されています。歴史と自然と共に生き、守り続けています。



お六櫛(伝統的工芸品)



阿寺溪谷



奈良井宿



探究学習支援「謎解きウォーク」

第7分科会 松本ブロック

【分科会会場】

奈良井宿、道の駅木曽ならかわ
大王わさび農場 ほか

【宿泊場所】

ホテルルートイン塩尻

【募集人員】

20人

【参加者経費】

19,400円

【分科会スケジュール】

1日目

- 13:00 塩尻駅東口集合
- 13:45 奈良井宿散策
- 14:55 木曽漆器研ぎ出し体験
- 16:20 奈良井宿・木曽平沢の
町並み保存・活用の紹介
木曽漆器の継承取組紹介
- 18:00 交流会
- 20:00 ホテルチェックイン

2日目

- 8:40 ホテル出発
- 9:30 謎解きウォーク体験
- 11:30 昼食・意見交換会
- 13:00 大王わさび農場見学
- 15:20 松本城下町散策
- 18:00 全体交流会

歴史・文化を後世につなぐ 温故知新のまちづくり

分科会のポイント

松本ブロックでは、歴史・文化や景観など、地域の魅力をどのように残していくか、伝えていくかということに焦点を当て、松本地域での取組をご案内します。

1日目は、中山道の宿場町の景観を今に留め、国の重要伝統的建造物群保存地区に選定されている奈良井宿を散策いただいた後、隣接する木曽平沢と併せて、町並み保存・活用の取組を紹介いたします。

また、伝統的工芸品である木曽漆器の研ぎ出しを体験していただき、次世代への継承に向けた取組を紹介いたします。

2日目は、安曇野の歴史文化景観遺産の存在や成り立ち等、市内の“お宝”を様々な主体との協働で子どもたちに伝えていく探究的な地域学習支援活動「謎解きウォーク」を体験していただくとともに、北アルプスからの豊富な湧水を活かした「大王わさび農場」を見学します。



木曽漆器青年部副部長
育てる漆器プロジェクト
統括責任者
百瀬 友彦 さん



NPO 法人
ふるさとづくり応援団
代表理事
望月 彰 さん

参加に係る注意点・留意事項

- 散策等がありますので動きやすい服装と履きなれた靴でご参加ください。
- 食物アレルギーがある場合は事前にお知らせください。

地域の特色

長野県の中央部にあって、上田・諏訪・上伊那・木曽・北アルプス・長野の6圏域と接しており、経済や観光等、幅広い分野での地域間交流や交通等におけるハブとしての利便性を有しています。

また、上高地・松本城・奈良井宿・安曇野わさび田湧水群等の著名な観光地や、ワイン・そば等、ブランド力の高い観光資源が豊富に存在します。



木曽漆器



蓼川と水車小屋



白馬五竜高山植物園



大町市美麻地区の里山整備活動

第8分科会 北アルプスブロック

【分科会会場】

白馬五竜高山植物園、大町市美麻地区、
塩の道ちょうじや ほか

【宿泊場所】

白馬パークホテル

【募集人員】

20人

【参加者経費】

20,000円

【分科会スケジュール】

1日目

- 12:40 (JR大系線利用の方)神城駅集合
(特急あずさ利用の方)白馬駅集合
- 13:00 分科会開会、ガイダンス
- 14:00 白馬五竜高山植物園
ユニバーサルツーリズム体験
(トレイルライダー乗車)
- 16:30 郷土食作り体験・鹿革クラフト
- 18:00 交流会(季節の御膳と民話の語り)
- 20:00 ホテルチェックイン

2日目

- 9:00 ホテル出発
- 9:15 活動紹介(有害鳥獣活用)
- 10:30 活動紹介(里山整備)
森林散策
- 11:45 活動紹介(親子の居場所)
昼食(鹿肉カレー)
- 13:00 大町市街地「水巡り」
- 13:30 塩の道ちょうじや見学
日本酒飲み比べ体験
- 15:55 信濃大町駅からJR大系線に乗車
- 16:50 松本駅着、全体交流会会場へ
- 18:00 全体交流会

山と暮らす、山を活かす

～誰もが楽しめる山岳観光×山の恵みで地域づくり～

分科会のポイント

1日目は、カナダ生まれのアウトドア用車いす「トレイルライダー」を日本で初めて導入し、障がいの有無を問わず、誰もが楽しめる山岳観光体験を提供している白馬五竜高山植物園の取り組みをご紹介します。交流会では地元のお母さんグループ「YAMANBA ガールズ」が季節の料理と民話でおもてなしします。

2日目は大町市に会場を移し、広葉樹の天然林が広がる美麻地区の里山の中で、自然資源を地域一体となって守り活かす3つの取り組み(有害鳥獣との付き合い方、里山整備、親子の居場所づくり)をご紹介します。午後は「敵に塩を送る」の語源となった塩の道千国街道と日本三大流鏑馬の資料館を見学し、大町市のおいしい水、こだわりの日本酒を飲み比べます。

山という大きな資源から展開される様々な地域づくり活動を、北アルプス地域の魅力を織り交ぜながらご紹介します！



一般社団法人
地域づくり美麻
大塚 裕明

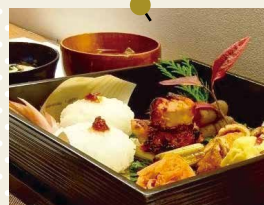
参加に係る注意点・留意事項

- 屋外活動があります。体温調節のできる上着等をご用意いただき、動きやすい服装・履きなれた運動靴でお越しください。
- 食物アレルギーがある場合は事前にお知らせください。

地域の特色

長野県の北西部に位置し、3,000m級の山々と麓に広がる大自然を生かしたアウトドアレジャーが人気の山岳観光地です。登山やスキーの他にも、トレッキングやラフティング、星空観察など、多彩なアクティビティが四季を通じて楽しめます。

豊かな水資源も魅力のひとつで、山からの雪解け水や湧き水は、農業や水力発電に加え、ミネラルウォーターや日本酒・クラフトビール製造など、地域の暮らしや産業に活用されています。山と水に囲まれたこの地域では、持続可能な自然との共生を五感で体感できます。



YAMANBA ガールズによる
季節の御膳(一例)



白馬村では「三段紅葉」が見られるかも



大町市を語るうえで外せない日本酒



【姨捨駅】 日本三大車窓
豪華寝台列車「TRAIN SUITE 四季島」の長野県で
唯一の停車駅



地域発元気づくり支援金 知事賞受賞

【棚田ベットボタルの夜景】
※小中学校の生徒達が制作し設置



【稲荷山宿】
※重要伝統的建造物群保存地区に指定

第9分科会 長野ブロック

【分科会会場】

稲荷山宿、姨捨駅、長楽寺、棚田、
あんずの里、テレビアニメ「Turkey!」
聖地巡礼地、森將軍塚古館（国指定史
跡）、歴史博物館（国宝の土偶、秀吉&
家康の書状他）ほか

【宿泊場所】

戸倉上山田温泉
ホテルルートイン上山田〜源泉かけ流し大風呂〜

【募集人員】

20人

【参加者経費】

18,100円

【分科会スケジュール】（貸切バスで移動）

1日目

10:00 JR 長野駅 集合
10:30 稲荷山宿 散策
12:00 そば料理処「萱」にて昼食
13:30 日本棚田百選 散策
姨捨駅&観光会館 見学
15:30 ホテルチェックイン
16:30 名刹「長楽寺」散策
オリジナル舞曲鑑賞
18:00 長楽寺本堂 夕食・交流会
20:30 宿泊先 帰着

2日目

9:00 ホテル出発
9:30 日本一「あんずの里」散策他
（元気づくり県知事賞あんず工房見学）
10:45 森將軍塚古墳、県立歴史館 見学
12:00 「あんずの里物産館」
千曲市長を交えてランチ
ミーティング
13:30 オリンピック記念アリーナ
「エムウェーブ」見学
16:30 全体交流会会場に到着
18:00 全体交流会

分科会のポイント

長野ブロックでは、千曲市内の歴史・文化・自然資源
を活かした地域づくりの取り組みについて学びながら、地
域の魅力を味わえるプログラムを用意しています。

1日目は、午前中に善光寺街道最大の宿場町である稲
荷山宿や「日本三大車窓」の一つとして知られる姨捨駅
を見学します。午後は「棚田百選」に選ばれた姨捨棚田
地域を見学し、文人墨客が訪れた名刹長楽寺の見学を行
い、地元地域づくり団体による舞曲と棚田一面のベットボ
タルの夜景を鑑賞します。

2日目は、日本一のあんずの里や森將軍塚古墳、県立
歴史館を見学します。



©BR・PC/TKP
提供 千曲市

千曲市を舞台にした女子高生ボウリング部の青春物語。2025年7月より日本テレビ、BS日テレほかで放送。今年、アニメ
ツーリズム協会より、訪れてみたい日本のアニメ聖地88に選出された。この度の行き先にはアニメのモチーフになった場所
も含まれています。

地域の特色

（協力：ボランティアガイド 楽知会）

都市部と農村部が調和し、歴史文化遺産や豊かな自然など独自の観
光資源に恵まれた地域を、一過性の観光ツアーにならないように、手作
り感ある風合いを大切にご案内いたします。



姨捨の棚田 ※日本棚田百選に選定
写真提供：信州千曲観光局



長楽寺 ※西行・芭蕉・一茶ゆかりのお寺



信州須坂町並みの会
会長

丸山 久子



信州さらしな月の里
実行委員会
代表

並木 真人



小菅区「水を祀る人求む。」



北原区「農に生きる人求む。」

第10分科会 北信ブロック

【分科会会場】

古書館 Café ミライ、飯山市小菅地区、
北原地区 ほか

【宿泊場所】

ホテルレシント（戸狩温泉）

【募集人員】

15人

【参加者経費】

17,000円

【分科会スケジュール】

1日目

- 13:20 飯山駅 斑尾口 集合
- 13:45 オリエンテーション
- 14:00 ナマケモノ倶楽部制作
映画上映会
- 15:30 講演会 辻 信一 氏
(ナマケモノ倶楽部 代表)
- 16:30 グループワークショップ
- 17:00 活動報告 出澤 俊明 氏
(一社) 未来社会推進機構)
- 18:00 交流会
- 20:00 ホテル到着

2日目

- 8:30 ホテル出発
- 9:00 現地視察
(北原地区、小菅地区)
- 12:00 昼食会
- 13:30 道の駅花の駅千曲川
- 16:00 ホテル到着（松本市）
- 18:00 全体交流会

持続する集落を創る「集落経営」とは？ 「エリアマネジメント」の実践(ローカルに生きる)

分科会のポイント

北信ブロックでは、地域資源を活かした持続可能な地域づくりの手法として、地域を経営する「未来のムラ創造プロジェクト」(エリアマネジメント)の実践に触れるプログラムを用意しています。

初日は古書館 Café ミライで、ナマケモノ倶楽部が制作したローカリゼーションをテーマにした映画の上映会

や、ナマケモノ倶楽部代表による講演会、参加者同士のワークショップを開催します。夕食は郷土料理を囲みながら、参加者同士の交流を深めます。

翌日は、北原区・小菅区におけるエリアマネジメントの事例を視察し、地域の取り組みを学びます。北原区ではくるみを活かしたコミュニティビジネス、小菅区では修験道に関わるお話をお聞きして、自然と共に生きる知恵や地域の風土への理解を深めます。



環境＝文化 NGO
ナマケモノ倶楽部
代表
辻 信一



一般社団法人
未来社会推進機構
副理事長
出澤 俊明

参加に係る注意点・留意事項

- アレルギーがある場合は事前にお知らせください。(小麦、そば等)
- 2日目は集落を歩きますので動きやすい服装、靴でお越しください。
- 雨天時に備え、雨具をご用意ください。
- 冷え込みが予想されますので防寒対策をお願いします。

地域の特色

北信地域の飯山市は、県北部に位置し、千曲川と斑尾山・関田山脈に囲まれた自然豊かなまちです。豪雪地帯として知られ、冬はスキーやスノーボード、春から秋はトレッキングや農作業体験が盛ん。美味しい米やきのこ、花きなどの農業も魅力です。北陸新幹線飯山駅の開業でアクセスが向上し、伝統的な街並みや仏壇づくり、郷土料理、温泉や祭りとともに四季の景観と文化を満喫できます。



菜の花公園(春撮影)



正受庵

みなさまのご参加を お待ちしております！

申込受付期間

令和8年6月22日（月）～8月18日（火）

