

## CEPA散歩

### 信州上田「塩田平の自然と恵みをめぐる」

～～自然と水をめぐると伝統文化を訪ねて生物多様性を実感！～～

信州上田市塩田平の地域は古くからの穀倉地帯で、自然とともに暮らしてきた生活文化、歴史、伝統食がみられ、地産地消、地域の食と農をつないでいる活動も行われています。またこの地域は降水量が極めて少なく、ため池が多く見られます。地域の自然に触れ、食文化を体験し、地域での生物多様性を感じながら訪ね歩きます。人々の信仰のあった神社仏閣なども多く人の暮らしと自然が結びつく生物多様性を身近なものとしてとらえていただける散歩です。

日時 2018年10月25日(木) 10時～16時  
場所：長野県上田市塩田平周辺(途中マイクロバスでの移動)  
集合：10:15 JR上田駅(北陸新幹線改札前)  
解散：16:00ごろ JR上田駅  
参加費：3000円(バス代) 食堂を利用する昼食代は別途  
持ち物：飲みもの、雨具、筆記具、保険証、歩きやすい靴  
定員：先着15名  
雨天決行、行事保険加入  
申込み・問い合わせ：「CEPA散歩」川上まで  
メール xenopus429@yahoo.co.jp  
Tel: 090-1790-9515  
申込み締切：9月25日

主催・企画：一般社団法人CEPAジャパン  
旅行主催：信州観光バス  
観察会監修：NACOT(自然観察指導員東京連絡会)



無農薬の田んぼのいきもの



塩田平・実りの田園風景

#### <見学散歩コース>・・・自然の恵みと水をキーワードにめぐります。

塩田平の自然や地域在来の大豆の栽培、食文化を体験。伝統的な養蚕の工夫、ため池伝説が残る場所を巡ります。生島足島神社・すくだせ農場・komame 食堂(昼食)・氷沢風穴・鞍ヶ淵の自然観察・塩田神社とやぶさめ道・舌喰池などのため池。

#### CEPA散歩とは

町の風景を楽しみながら、未来につながる5つの目線(たべよう・ふれよう・つたえよう・まもろう・えらぼう)から、そのつながりを探しながら歩いて生物多様性を身近に感じる。この5つの行動は、環境省の生物多様性を守るために、私たちにできるアクション「MY行動宣言」として掲げているものです。

CEPA：生物多様性条約第13条にあるキーワード Communication, Education and Public Awareness  
(コミュニケーション・教育・普及啓発)

CEPAジャパンは生物多様性が、日本人が古来より大切にしてきた自然と共生する暮らし基盤であることに気づいてもらうため「もっと身近に、生物多様性。」をスローガンにCEPAを推進しています。

## 塩田平とは

東西南の三方を山に囲まれた平坦地で、年間降水量が1,000mmに達しない年があるなど、全国的に見ても雨の少ない地域です。そのため、大小100か所ほどのため池を見ることができます。「全国ため池百選」に塩田平は「ため池群」として選ばれています。鎌倉～室町時代にかけて作られた神社、仏閣など数多くの文化財が今も残り「信州の鎌倉」と呼ばれています。



ため池の風景を眺める



地図資料：塩田の里交流館



### スポットその1 生島足島神社

信州上田は古代信濃の国の中心として力を持った重要な地です。大地を御神体とする生島足島神社は千年ほど前に編纂された延喜式で大社とされ、国土の鎮守として仰がれている古社です。生島＝万物を生育させる神と、足島＝万物に満足を与える神を祭神としています。武田信玄、真田昌幸・信繁など歴史的偉人達が信仰していた由緒ある場所です。



スポットその2 氷沢風穴・・・三島神社の近くの森の中にあり、石積みの壁の中から夏でも5℃の温度の風がでていたため天然の冷蔵庫！この地域で養蚕が盛んな頃、蚕種の貯蔵が行われていた場所。ここは湿気が多く気温が低いため山の植物やシダ類が多く見られる。自然そのものを利用した場所として体感していただけます。



### スポットその3 味わう！ すぐだせ農場

信州在来の大豆「こうじいらす」を育て、農薬、化学肥料、除草剤は使わずに自然と共存する農法にこだわり、豆の持つ力を引き出すような栽培を続ける。味噌作りの麴の為に米を生産している田んぼには、何種類もの田んぼの生きものが見られます。無添加味噌の他、大豆を使った調味料など商品の開発にも取り組み、農場内には古民家を利用した地元の食材を使った地産地消の食堂があり、味噌と一緒に季節の味が楽しめます。また、近年若者たちの農業希望者の育成にも力を注いでいます。自然と共存するこだわりの農場での取組についてのお話をきき、信州の秋ならではの旬の恵みを味わいます。(昼食1500円程度)



塩田平の自然に触れ、生物多様性を実感できる散歩の一日を楽しんでみませんか！