

# 心を癒す美しい景観 奥三河、南信州、北遠地域



## 次世代へ遺していきたい自然の宝庫

三遠南信の中山間地域は、中央に大河天竜川が流れ、その東西に3000m級の南アルプス、中央アルプスが連なっています。険しい山岳地帯や渓谷、森林や高原など豊かな自然環境を数多く有しています。天竜川流域で見られる風光明媚な渓谷美、アルプス景観をパノラマで見られる高原、心まで洗われる清流と滝、その水源から湧き出る銘水、太古の神秘を感じる大鐘乳洞など、次世代へ遺していきたい美しい自然環境が山河を中心とする奥三河、南信州、北遠地域一帯に広がっています。

**三遠南信**  
(さんえんなんしん)とは、愛知県東三河地方、静岡県遠州地方、長野県南信州地方を統合する名称で、また、そのエリアのことです。古くからつながりの深かったこの三遠南信の将来ビジョンである5つのテーマ(技、住、山、風土、道)をシリーズでご紹介していきます。



Vol.3

山

私達は三遠南信地域連携ビジョンに協力しています。



静岡文化芸術大学



豊橋技術科学大学

愛知大学  
AICHI UNIVERSITY

赤石山系から続く山々には大自然の魅力がいっぱい。  
見て、手で触れる体験を通して山の大切さを知る。

遠州エリア



山の魅力がいっぱいの大栗安の棚田

遠州地域の山々では、急斜面を利用した棚田が数多くあります。棚田は、周囲の山並みと調和した四季折々の移り変わりを表現し、また、豊かな生態系を残すなど、大変美しい自然が人の生活とともに保全されています。

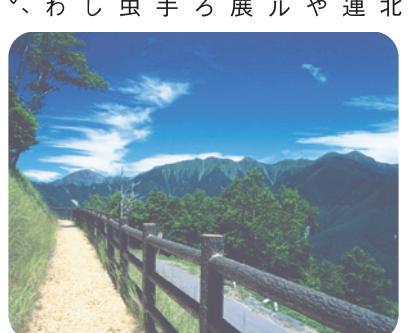
浜松市天竜区大栗安の棚田は全国棚田百選の一つ。山の魅力いっぱいの大栗安の棚田では昔ながらの田植えや稲刈りの農作業のほか、竹筒ご飯、しめ縄、リース作りなどの体验ができます。また、風光明媚な山や渓谷を活用して、マウンテンバイクによる山登りが体験できるのは森町の「アクティ森」。マウンテンバイクのレンタルもあり、昔懐かしの里山風景や傾斜の激しい本格的なコースなど、初心者から上級者まで、変化に富んだ山の魅力を楽しむことができます。このほか、そば打ち、鮎のつかみ取り、しあわせの菌打ち、こんにゃくづくり、間伐材の切り出しなど、美しい自然のもと遠州の山を活用した様々な体験ができる「いいとこ」がいっぱいです。

【連絡先】大栗安棚田俱楽部 053-929-0520(鈴木さん)

アクティ森 053-38-85-0115

ミニ登山やハイキングなど「山」を楽しめるしらびそ高原、アルプスの山々と天竜川が織りなす大渓谷や滝の数々。アルプスの山々まで、変化に富んだ山の魅力を楽しむことができます。このほか、そば打ち、鮎のつかみ取り、しあわせの菌打ち、こんにゃくづくり、間伐材の切り出しなど、美しい自然のもと遠州の山を活用した様々な体験ができる「いいとこ」がいっぱいです。

南信州エリア



南信州は、太陽が南アルプスから昇り中央アルプスに沈む山々に囲まれた地域です。長野、静岡、山梨三県にまたがる南アルプスは南北300kmにわたり、仙丈、塙見、荒川、赤石、聖などの名峰が連なります。南信州からは、南アルプス南部を代表する赤石岳や聖岳といった山々に多くの登山者が入山されています。南アルプスの前衛にあるしらびそ高原(標高1,900m)は「アルプス展望台」と称され、眼前に南アルプスが迫り中央アルプスはもちろん北アルプスも望むことができます。しらびそ高原は、車で手軽に訪れることができる畠山高原帯にあり、希少な植物や昆虫などが生息し、原生林の中を歩くミニ登山コースや手軽に楽しめるハイキングコースなどが整備されており、年代性別を問わず「山」を楽しむことができます。また、街の灯りが届かない、空気が澄んでいるこの一帯は、夜には満天の星空が広がります。このほか、そば打ち、鮎のつかみ取り、しあわせの菌打ち、こんにゃくづくり、間伐材の切り出しなど、美しい自然のもと遠州の山を活用した様々な体験ができる「いいとこ」がいっぱいです。

東三河で一番空に近い場所 茶臼山高原をはじめ、歴史ある鳳来寺山や原生林、湿原など自然の宝庫。

東三河エリア



オールシーズンレジャーを楽しめる茶臼山高原  
東三河の北部一帯は「奥三河」とも呼ばれ、標高1000mを超える山が点在する山間地域です。山々の中でも、豊根村(愛知県)と根羽村(長野県)の境に位置する「茶臼山」は、この地域の最高峰(1415m)で麓には周辺4平方キロにわたり茶臼山高原が広がっています。この高原には湖、白樺林、放牧場の他、テニスコート、キャンプ場、コテージなど夏を楽しむ施設が豊富に揃っています。また、秋は紅葉、冬はスキーなどオールシーズンレジャーを満喫できる高原リゾートの地にもなっています。その他、ブナ林など、有名な仏法僧(コノハズク)の山としても親しまれています。また、「ブッポーーー」と鳴くことと愛知県の鳥としても有名な仏法僧(コノハズク)の山としても全国的に知られています。

