

信州で 農村体験

体験・ふれあい・感動



みはらしファーム（伊那市）とれたて体験

しあわせ  信州

農村体験メニューマップ

長野県には「自然・文化・人々との交流」を楽しむ農村体験施設が数多く存在します。
長野県を訪れ、農村の魅力に触れてください。



農作業体験



農産加工体験



滞在型市民農園



宿泊体験



生活体験



その他

北アルプスエリア

大田市、池田町、松川村、白馬村、小谷村



長野エリア

長野市、須坂市、千曲市、坂城町、小布施町、高山村、信濃町、飯綱町、小川村



北信エリア

中野市、飯山市、山ノ内町、木島平村、野沢温泉村、栄村



松本エリア

松本市、塩尻市、安曇野市、麻績村、生坂村、山形村、朝日村、筑北村



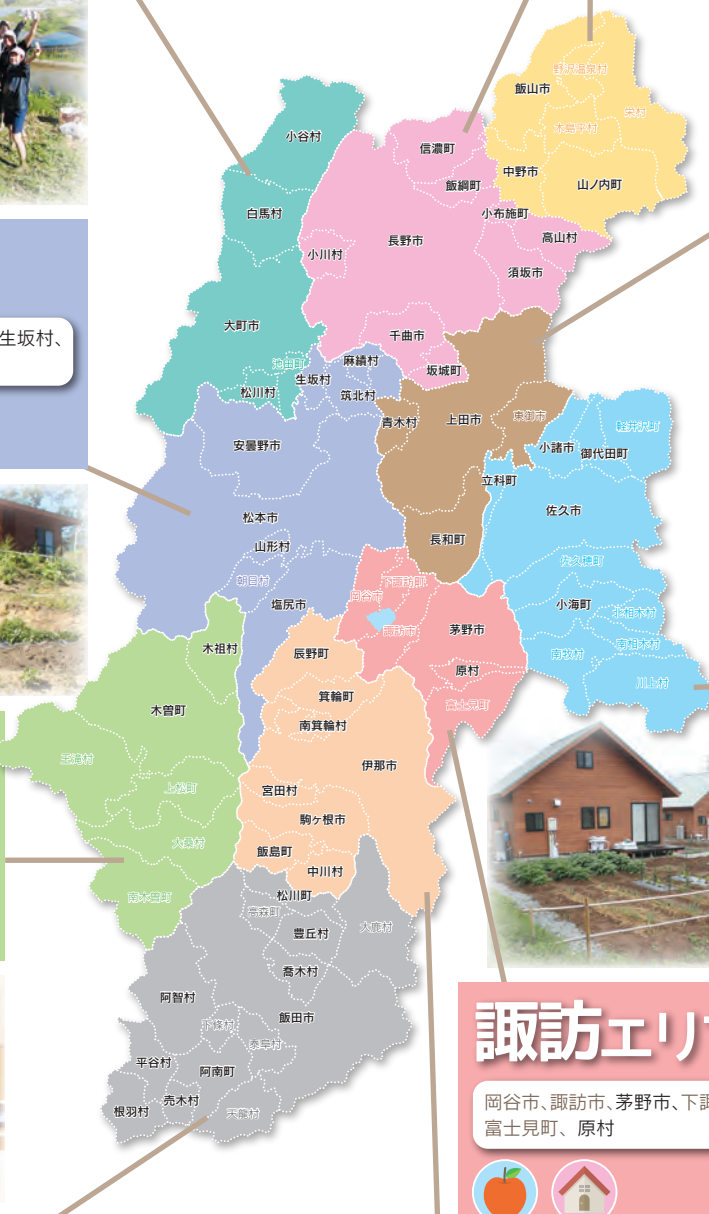
上田エリア

上田市、東御市、長和町、青木村



木曽エリア

上松町、南木曽町、木曽町、木祖村、王滝村、大桑村



佐久エリア

小諸市、佐久市、小海町、佐久穂町、川上村、南牧村、南相木村、北相木村、軽井沢町、御代田町、立科町



諏訪エリア

岡谷市、諏訪市、茅野市、下諏訪町、富士見町、原村



南信州エリア

飯田市、松川町、高森町、阿南町、阿智村、平谷村、根羽村、下條村、売木村、天龍村、泰阜村、喬木村、豊丘村、大鹿村



上伊那エリア

伊那市、駒ヶ根市、辰野町、箕輪町、飯島町、南箕輪村、中川村、宮田村



(※) 次頁以降で掲載している市町村は黒字で表記

農村体験メニュー 及び実施主体

※H27年度の都市農村交流活動調査において、年間300名以上の交流実績があった農村体験メニュー及び市町村を代表する農村体験施設等。
(長野県調べ)



| 市町村名 | 内容等 | 時期(H27実績) | 実施主体 | 問い合わせ |
|------|-----------------------------|------------------|-----------------------|--|
| 小諸市 | いちご収穫体験 | 1月1日～6月30日 | こもろ布引いちご園(株) | 0267-26-2615 |
| 小諸市 | 秋の収穫祭(軽トラック市等) | 10月19日 | 西小諸活性化施設 「みはらし交流館」 | 0267-22-1700 070-2688-1196 |
| 佐久市 | りんご収穫体験 | 11月 | 佐久平りんご生産組合 | 090-4756-6819 |
| 佐久市 | 佐久ラインガルテン望月 | 通年 | 佐久市役所望月支所 | 0267-53-3111 |
| 小海町 | 山菜採りツアー | 4月下旬～6月下旬(土日) | 小海町観光協会 | 0267-93-2005 |
| 御代田町 | フジバカマの植栽体験 | 4月～11月 | 大星・アサギマダラの会 | 090-4057-8311 |
| 立科町 | 農業体験学習 | 通年 | 立科町 | 0267-51-4151 |
| 立科町 | 農村体験 | 5月～10月 | まちづくり協議会ユーユーたてしな | 0267-56-1004 |
| 上田市 | 食の加工体験(そば・おやしき等) | 通年 | ゆきむら夢工房 | 0268-72-2204 |
| 上田市 | さなだの郷 野沢菜まつり | 11月下旬 | 野沢菜まつり実行委員会 | 0268-72-4330 |
| 上田市 | ブルーベリー摘み取り体験 | 7月～8月 | 真田特産果樹研究会 | 0268-72-4330 |
| 上田市 | 日帰り農村生活体験 | 5月～9月 | 信州しあわせ村真田 | 080-2112-0004 |
| 上田市 | 日帰り農村生活体験 | 通年 | 信州せいしゅん村 | 0268-85-3939 |
| 長和町 | 自然体験(田植え・森林・牧場体験) | 5月 | 長和町グリーンツーリズム協議会 | 0268-75-2083 |
| 青木村 | 日帰り農村体験 | 5月～3月 | 信州ええっこ村 | 0268-49-0122 |
| 茅野市 | 農村体験 | 4月～10月 | ほっとステイちの | 0266-77-3780 |
| 原村 | 農林業体験 | 4月～11月 | 八ヶ岳中央農業実践大学校 | 0266-74-2111 |
| 伊那市 | 収穫体験等 (いちご・ブルーベリー・アスパラ等) | 1月～11月 | みはらしファーム | 0265-74-1807 |
| 伊那市 | 手作り、手仕事、ふれあい体験 | 通年 | | |
| 伊那市 | 小中学校体験学習 | 通年 | | |
| 伊那市 | りんごオーナー | 11月 | J A 上伊那 伊那支所 | 0265-72-4181 |
| 伊那市 | 観光栗園 | 9月11日～10月5日 | 栗栽培組合 | 代表 竹松陽子 0265-78-3699 090-7252-7309 |
| 伊那市 | 山村留学 | 6月、7月、9月 | 伊那市観光協会 | 0265-78-4111 |
| 駒ヶ根市 | そば打ち、おやしき作り、餅つき等 | 通年一部季節限定 | 駒ヶ根ふるさとの家 | 0265-82-8391 |
| 駒ヶ根市 | まゆクラフト体験、染物体験等 | 通年一部季節限定 | 駒ヶ根シルクミュージアム | 0265-82-8381 |
| 辰野町 | そば作り、おやしき作り | 通年 | かやぶきの館 | 0266-44-8888 |
| 辰野町 | りんごオーナー制度 | 4月～11月 | 辰野町 | 0266-41-1111 |
| 箕輪町 | 果樹オーナー(りんご)収穫祭 | 11月22日 | J A 上伊那箕輪町支所 | 0265-79-0636 |
| 飯島町 | そば打ち、米俵・猫つぐら作り体験 | 通年一部季節限定 | (有)アグリネーチャーいじま | 0265-86-6072 |
| 南箕輪村 | ブルーベリー狩り | 7月上旬～8月上旬 | 大芝高原味工房 | 0265-76-0054 |
| 南箕輪村 | りんごオーナー収穫祭 | 11月21日、22日 | J A 上伊那南箕輪支所 | 0265-71-1614 |
| 中川村 | 市民農園 | 通年 | 市民農園「天のなかがわ」 | 0265-88-4155 |
| 宮田村 | りんごの木オーナー契約会・収穫祭 | 7月27日、11月16日、23日 | J A 上伊那宮田支所 | 0265-84-1201 |
| 飯田市 | 体験教育旅行 | 4月～10月 | (株)南信州観光公社 | 0265-28-1747 |
| 松川町 | なし、りんご、さくらんぼ狩り | 5月～3月 | 信州松川くだもの観光協会 | 0265-36-6320 |

| 市町村名 | 内容等 | 時期（H27実績） | 実施主体 | 問い合わせ |
|------|---------------------|----------------|---------------------------------|---------------------------------|
| 阿南町 | クラインガルテン新野高原 | 通年 | 阿南町、(一社)信州あなん トータルマーケティング | 0260-31-1300 |
| 阿智村 | トウモロコシ狩り | 8月 | 昼神温泉エリアサポート | 0265-43-3001 |
| 阿智村 | りんご狩り | 9月 | | |
| 平谷村 | オーナー農園 | 5月1日～12月31日 | 平谷村 | 0265-48-2211 |
| 根羽村 | そば打ち体験 | 通年 | ネバーランド(株) | 0265-49-2880 |
| 売木村 | うまい!うるぎ米そだて隊 | 4月～11月 | 売木村イベント実行委員会 | 0260-28-2000 |
| 売木村 | 農業体験民泊 | 5月～9月 | 売木村 | 0260-28-2001 |
| 売木村 | つみ草講習会 | 8月 | 売木村グリーンツーリズム研究会 | 0260-28-1051 |
| 喬木村 | いちご狩り | 1月10日～5月31日 | いちご狩り受入農家の会 | たかぎ農村交流センター 0265-33-3999 |
| 喬木村 | ブルーベリー狩り | 6月27日～7月25日 | 大島ブルーベリー観光組合 アグリパーク雨沢 | |
| 喬木村 | りんごの樹オーナー | 4月下旬～11月下旬 | りんごの樹オーナー農園受入 農家の会 | |
| 喬木村 | さくらんぼ狩り | 6月1日～6月21日 | 信州フルーツ合衆国 とみつじ農園 | |
| 喬木村 | 栗拾い観光 | 9月16日～10月10日 | アグリパーク雨沢 | |
| 豊丘村 | イチゴ狩り体験 | 3月～6月 | NPO法人 だいち | 0265-34-2520 |
| 豊丘村 | アスパラ・レタス・かぼちゃ狩り | 4月～9月 | | |
| 豊丘村 | 桃狩り観光 | 7月～8月 | | |
| 豊丘村 | りんごオーナー | 2月～11月 | | |
| 豊丘村 | 農村ホームステイ | 5月、6月、9月 | | |
| 木曽町 | そば打ち体験 | 4月～11月 | 開田高原振興公社(そば道楽体験道場) | 0264-42-3225 |
| 木祖村 | 森林ボランティア | 6月6日 | NPO法人緑の挑戦者 | 0264-36-2001 |
| 木祖村 | 農作業体験等 | 8月7日～8月9日 | 上下流のふれあいを推進する会 | |
| 松本市 | 坊主山クラインガルテン | 通年 | 四賀むらづくり株式会社 (指定管理者) | 0263-64-4447 |
| 松本市 | 緑ヶ丘クラインガルテン | | | |
| 松本市 | 大原クラインガルテン | 通年 | ながわ楽農倶楽部管理組合 (指定管理者) | 0263-78-3003 |
| 松本市 | 神谷クラインガルテン | 4月～11月 | 神谷生産者組合(指定管理者) | 0263-78-3003 |
| 松本市 | アルプスりんごオーナー | 7月～11月 | J A松本ハイランド営農企画課 | 0263-29-0394 |
| 塩尻市 | 田舎暮らし体験ツアー | H27.12月、H28.3月 | 塩尻市 | 0263-52-0280 |
| 塩尻市 | とうもろこし播種・収穫体験 | 5月、8月 | 空き家プロジェクトnanoda (共催:塩尻市農業公社) | |
| 安曇野市 | 餅つき体験 | 1月1日、2日 | (株)ほりでーゆ～ | 0263-73-8500 |
| 安曇野市 | 体験道場そば打ち | 常時 | ビフ穂高 | 0263-81-5656 |
| 安曇野市 | 体験道場おやき作り | 常時 | | |
| 安曇野市 | 体験学習室そば打ち | 常時 | | |
| 安曇野市 | 体験学習室おやき作り | 常時 | | |
| 麻績村 | 農業体験 | 5月25日、26日、9月 | OMIMO | OMIMO 代表 久保田芳永 090-9664-6725 |
| 麻績村 | 宿泊体験 | 7月～8月 | | |
| 生坂村 | 農業体験ツアー | 5月、8月、9月 | 生坂村観光協会 | 0263-69-3112 |
| 山形村 | アスパラガス収穫体験 | 5月～6月 | 山形村観光協会 | 0263-31-6220 |
| 山形村 | さくらんぼ収穫体験 | 6月～7月 | | |
| 山形村 | ブルーベリー摘み取り体験 | 7月～8月 | | |
| 山形村 | リンゴオーナー収穫 | 11月 | | |
| 山形村 | 農産加工体験(みそ作り、そば打ち体験) | 3月 | | |

| 市町村名 | 内容等 | 時期（H27実績） | 実施主体 | 問い合わせ |
|----------|------------------------------|---------------------------|---------------------------------|--------------------------------------|
| 筑北村 | 農作業体験、自然体験、生活体験 | 5月、9月 | 筑北村開発公社 | 0263-67-2148 |
| 筑北村 | 自然体験、ウォークラリー | 5月 | | |
| 大町市 | 山村留学(短期) | 3月、7月、8月、12月 | (公財)育てる会 | 0261-26-2306 |
| 大町市 | そば打ち・灰おやき体験教室 | 通年 | 八坂商工倶楽部 | 0261-26-2625 |
| 大町市 | おおしおクラインガルデン | 通年 | 大町市 | 0261-29-2311 |
| 大町市 | ふたえクラインガルデン | 通年 | | |
| 大町市 | 農家民泊 | 5月～9月 | 信濃大町農家民泊協議会・安曇野松川村農家民宿連絡協議会(合同) | 0261-22-0420 |
| 松川村 | 農家民泊 | 5月～10月上旬 | 安曇野松川村 農家民宿連絡協議会 | 0261-62-3109 |
| 白馬村 | 自然、文化、伝統技能、そば打ち等 | 通年 | 白馬村観光局 | 0261-72-7100 |
| 小谷村 | 田んぼオーナー制度 | 5～10月 | 小谷村 | 0261-82-2588 |
| 長野市(長沼) | イチゴ狩り | 4月～6月、1月～3月 | ながの農業協同組合 | 026-295-1093 |
| 長野市(長沼) | さくらんぼ狩り | 5月28日～6月30日 | | |
| 長野市 | 有旅ビューりんごオーナー園 | 8月7日、11月19日、20日 | JAグリーン長野営農部 | 026-292-0930 |
| 長野市 | 親子ふれあい農業塾 | 通年(月1回) | | |
| 長野市 | 農家民泊(信里) | 5月10日～10月10日 | 信里食育民泊受け入れの会 | 026-214-8235 |
| 長野市 | 農家民泊(信更) | 5月10日～10月10日 | 信更ふるさと民泊受け入れの会 | 050-3583-2071 |
| 長野市 | 農家民泊(七二会) | 5月10日～10月10日 | 七二会農家民泊の会 | 026-262-1203 |
| 長野市(戸隠) | そば打ち体験 | 4月～11月 | 戸隠そば博物館 とんくるりん | 026-254-3773 |
| 長野市(鬼無里) | 農家民泊(鬼無里) | 5月20日～9月13日 | 鬼無里修学旅行受け入れ隊 実行委員会 | 026-256-3188 |
| 長野市(大岡) | 小中学校修学旅行農家民泊体験 | 5月10日～6月22日 | 大岡グリーンツーリズム倶楽部 | 026-266-2151 |
| 長野市(中条) | お菜とリツアー | 11月16日～12月9日 | お菜とリツアー実行委員会 | 026-268-3003 |
| 長野市(芋井) | 農村民泊受け入れ時期に合わせた 農業体験 | 5月、9月 | 芋井農村民泊受け入れの会 | 026-262-1578 |
| 須坂市 | 教育旅行 職業&暮らし体験 | 通年 | 須坂市観光協会 | 026-215-2225 |
| 千曲市 | 名月の里・おばすて 「棚田貸します制度」 | 5月30日、9月26日、 10月10日 | 千曲市 | 026-273-1111 |
| 坂城町 | ねずみ大根収穫体験 | 11月15日 | 坂城町ねずみ大根まつり実行委員会 | 0268-82-3111 |
| 小布施町 | りんごの花摘み、アスパラ収穫、 カントリーウォーク | 4月29日 | 風の会 | 026-247-3111 |
| 小布施町 | 伝統工芸製作展示・実演・体験 | 9月20～23日 | 墨田区伝統工芸保存会 | 026-247-3111 |
| 高山村 | 信州高山村りんご収穫体験 | 11月 | 信州高山温泉郷観光協会 | 026-242-1122 |
| 信濃町 | そば打ち、農村体験 | 4月～11月 | 矢保利の館 | 026-258-4141 |
| 信濃町 | 乳製品等加工体験 | 4月～11月 | 童話の森ギャラリー | 026-255-6720 |
| 信濃町 | 農山村生活体験 | 5月～7月 | 信濃町農山村生活体験受入の会 | 026-217-8040 |
| 飯綱町 | プレミアムりんごオーナー | 5月～11月 | 飯綱町 | 026-253-4765 |
| 飯綱町 | リンゴの木のオーナー | 11月 | 飯綱町ふるさと振興公社 | 026-253-5153 |
| 小川村 | りんごオーナー収穫体験 | 5月～11月 | 小川村 | 026-269-2323 |
| 小川村 | 竹の子採りツアー | 6月第1・2日曜日 | 上野・大久保竹林整備組合 | 026-269-2705 |
| 小川村 | 野沢菜漬採りツアー | 11月22日、23日 | 女衆よったいやの会 | 026-269-2323 |
| 小川村 | 田植え、収穫体験 | 5月～10月 | 薬師沢砂防活用委員会 | 026-269-2732 |
| 中野市 | 「快汗！猫の手援農隊」 りんご摘果・収穫 | 5月下旬～6月中旬、11月 中旬～11月下旬 | 社団法人全国農協観光協会 ながの農業協同組合 みゆき支所 | 0269-62-0055 |
| 飯山市 | 農業、自然体験 | 5月～10月 | 戸狩・斑尾観光協会 | 0269-65-3161(戸狩) 0269-64-3222(斑尾) |
| 山ノ内町 | 農業体験学習 | 6月～7月 | 山ノ内町グリーン・ツーリズム 協議会 | 0269-33-2138 |

国際青少年交流農村宣言

～人はふれあって成長する～

四季折々に豊かな表情を見せる長野県の農村は、日本の宝です。

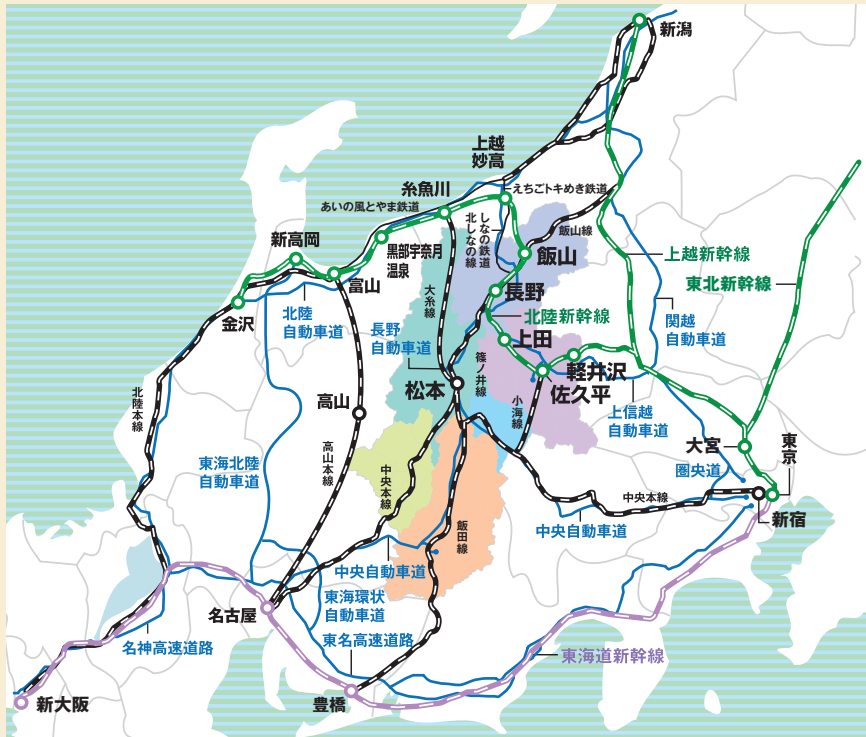
私たち長野県は、世界中から積極的に「農村体験」として若者を受け入れます。言語や文化の違いを超えて、ありのままの農村生活を共に過ごす中で交流・研鑽し、ふれあいの大切さ・食の大切さ・自然の大切さを理解し合います。そして、農村の豊かな自然や美しい景観をみんなで守りながら、国内はもとより、あらゆる国や地域の若者の交流の場となる「世界一の青少年交流農村づくり」をめざして、ここに宣言します。

- 一 世界中の青少年がさまざまな世代と交流を深める「ふれあいの旅」を支援します。
- 一 農村・観光事業者・行政が一体となって、国内外からの教育旅行の受入や海外の学校との交流を推進します。
- 一 農村のもたらす癒しの効果を検証するとともに、農村の癒し体験を取り入れたニューツーリズムを促進し、農村の魅力を世界に発信します。
- 一 環境保全の重要性を訴えるとともに、豊かな自然と景観、風俗習慣を守り、真の豊かさを実感できる美しい農村づくりを進めます。
- 一 健康長寿日本一の暮らしを続け、健康生活を次世代に伝えます。
- 一 「国際青少年交流農村宣言」を広め、行動を続け、賛同する国・地域との親交を築きます。

平成23年(2011年)10月8日

長野県知事 阿部 守一

賛同者一同



🚗 車 🚌 高速バスで

| | | | | |
|-----|---------|--------|--------|----|
| 東京 | 約2時間30分 | 上越自動車道 | 上越自動車道 | 長野 |
| 名古屋 | 約3時間10分 | 中央自動車道 | 長野自動車道 | 長野 |
| 大阪 | 約5時間10分 | 名神高速道路 | 中央自動車道 | 長野 |
| 金沢 | 約3時間 | 北陸自動車道 | 上越自動車道 | 長野 |

| | | | | |
|-----|---------|--------|--------|----|
| 東京 | 約2時間30分 | 中央自動車道 | 長野自動車道 | 松本 |
| 名古屋 | 約2時間30分 | 中央自動車道 | 長野自動車道 | 松本 |
| 大阪 | 約4時間30分 | 名神高速道路 | 中央自動車道 | 松本 |
| 金沢 | 約4時間 | 北陸自動車道 | 長野自動車道 | 松本 |

| | | | | |
|-----|---------|--------|--------|----|
| 東京 | 約3時間20分 | 中央自動車道 | 飯田自動車道 | 飯田 |
| 名古屋 | 約2時間30分 | 中央自動車道 | 飯田自動車道 | 飯田 |
| 大阪 | 約3時間30分 | 名神高速道路 | 中央自動車道 | 飯田 |
| 金沢 | 約3時間40分 | 北陸自動車道 | 飯田自動車道 | 飯田 |

🚆 電車で

| | | | |
|-----|-------------|-----------|----|
| 東京 | 約1時間20分(最速) | 北陸新幹線 | 長野 |
| 金沢 | 約1時間5分 | 北陸新幹線 | 長野 |
| 名古屋 | 約3時間 | 中央新幹線 | 長野 |
| 新大阪 | 約4時間 | 東海道新幹線 | 長野 |
| 新大阪 | 約4時間 | 特急サンダーバード | 長野 |
| 新宿 | 約3時間 | 特急あずさ | 松本 |
| 名古屋 | 約2時間 | 特急しなの | 松本 |
| 新大阪 | 約3時間 | 東海道新幹線 | 松本 |
| 東京 | 約4時間 | 東海道新幹線 | 飯田 |
| 名古屋 | 約3時間10分 | 東海道新幹線 | 飯田 |
| 新大阪 | 約4時間10分 | 東海道新幹線 | 飯田 |

※1 特急伊那線は1日2往復の運転です。

✈️ 飛行機で

| | | | | | |
|---------|---------|-----|------|-----|---------|
| 札幌(新千歳) | 約1時間30分 | FDA | 飛行バス | 松本駅 | 約30分 |
| 福岡 | 約1時間30分 | FDA | 飛行バス | 長野駅 | 約1時間30分 |

長野県の観光・学習旅行に関する問い合わせ

長野県観光部観光誘客課 国際観光推進室
<http://www.pref.nagano.lg.jp>
 E-mail: go-nagano@pref.nagano.lg.jp
 Tel: 026-235-7252

(一社)長野県観光機構
<http://www.nagano-tabi.net/>
 E-mail: yukyaku@nagano-tabi.net
 Tel: 026-238-9670

長野県の都市農村交流に関する問い合わせ

長野県企画振興部地域振興課 楽園信州・移住推進室
 E-mail: iju@pref.nagano.lg.jp
 Tel: 026-235-7024

長野県移住ポータルサイト「楽園信州」
<http://www.rakuen-shinsyu.jp>

長野県空き家情報「楽園信州空き家バンク」
<http://rakuen-akiya.jp/>

楽園信州

検索

楽園 空き家

検索



長野県PRキャラクター「アルクマ」
 ©長野県アルクマ