

ちくましかみやまだ  
千曲市上山田地区  
かむりきやま  
冠着山 南面市有林

<千曲市の概要>

長野県千曲市は、長野市、松本市、上田市の中間に位置し、山に囲まれた市中央を千曲川が流れる地勢をしております。

観光地では全国に有名な「戸倉上山田温泉」のほかに「名月の里」「あんずの里」など、四季折々の自然を楽しめる観光地もございます。



城山史跡公園 荒砥城跡



千曲川と冠着山

千曲市は、古くから信州北部の交通の要衝と位置づけられております。

現在でも高速道路や、国道18号線が南北に走り、「JR東日本」並びに「しなの鉄道」などの在来線が走っています。

今も昔も人々が集う交通の便が良い街です。

<千曲市へのアクセス>

東京 から 千曲市 へ

.....  
【 お車で ...約 2 時間 20 分 】

東京(練馬 IC) 関越自動車道 藤岡 JCT  
上信越自動車道 坂城 IC  
国道 18 号 [千曲市街方面] 千曲市

.....  
【 電車で ...約 2 時間 10 分 】

東京駅 - JR 長野新幹線 (約 1 時間 15 分)  
上田駅 しなの鉄道 千曲市 (戸倉駅)



## < 上山田地区 市有林の状況 >

森林の場所は、大和物語の「姥捨」で有名な**冠着山(姥捨山)南面**にあり、坂城、上山田方面からよく見える位置にあります。

森林までの距離は、県道(聖高原千曲線)で上山田市街から40分程度の距離です。

- ・ **森林の場所** ... 千曲市 冠着山(南面)
- ・ **要整備面積** ... 約5.7 ha
- ・ **林況** ... ヒノキ
- ・ **実施作業** ... 作業道整備・伐採・植樹  
(支援金により委託)



赤で囲った場所が該当する森林



市有林の近景

62~92年生の成熟したヒノキの森林です。  
森林近辺の道沿いは、落石防護柵などが施工されているため機械搬入も容易ではありません。  
森林整備をするためには、**作業道を開けていく**必要があります。

千曲市は、森林整備範囲を広げ、**明るい森林づくり**を推進するため、**企業様の支援金**を必要としています。

## < 里親になって体験できること >

千曲市は、「協働の森づくり」事業で**植樹作業**を行っています。作業に参加していただくことで、地元の方々と一緒に汗を流し、交流を深める体験ができます。

また、市内に開湯100年以上の歴史ある名湯「**戸倉上山田温泉**」があります。

湯質は単純硫黄泉が中心で、肌に優しく、美肌をつくることでも知られています。

作業の後は、昔から旅人を癒した湯で、現代の疲れも癒してもらえれば、と思います。



「協働の森づくり」植樹作業の様子



名湯「戸倉上山田温泉」

## 見どころや体験・施設など

- ・ **協働の森づくり** (植樹・一般参加可能)
- ・ **さらしなの里 古代体験パーク**
- ・ **大池市民の森** (キャンプ場・バンガロー)
- ・ **大雲寺自然探勝園** (長野の自然100選)
- ・ **千曲川展望公園** (夜景)
- ・ **姥捨駅** (眺望・スイッチバック)
- ・ **戸倉上山田温泉** (湯量・泉質・温泉街)

...等々