

10月1日は諏訪湖の日

# みんなの諏訪湖

2025.10.1 wed.

「諏訪湖の日」  
ガイドブック

諏訪湖創生ビジョン推進会議



# 知

諏訪湖を知る

## 知っているようで知らない 諏訪湖のあれこれ話

長野県民なら、みんなが知っている「諏訪湖」。  
とても有名な湖ですが意外と知られていないことが  
まだまだあります。  
思わずへえーっとなりそうな諏訪湖のハナシ、  
あなたは知っていましたか？



### 諏訪湖を知ろう

諏訪湖は日本列島のほぼ中央部に位置し、長野県最大の湖です。全周約16km、面積約13km<sup>2</sup>で、岡谷市・諏訪市・下諏訪町の2市1町に接し、流域は7市町村に及びます。

諏訪湖を囲む山々に降った雨は、八ヶ岳及び蓼科等を水源とする上川、八ヶ岳南麓及び入笠山を水源とする宮川、霧ヶ峰等を水源とする砥川、鉢伏山を水源とする横河川など31の河川を通じて諏訪湖に集められ、唯一の流出河川である天竜川が伊那谷を経て中流域の山岳地帯、遠州平野を南流し、遠州灘に注がれています。

また、諏訪湖は四方を山に囲まれた諏訪盆地に広がり、諏訪湖周辺は諏訪大社や温泉、美術館等が集積する人気の観光拠点となっています。



### 諏訪湖に生息する希少なトンボ メガネサナエを守ろう!

諏訪湖にはたくさんの水辺の生き物がすんでいます。中でも「メガネサナエ」というトンボは国内では琵琶湖や諏訪湖など3か所にしかすんでいない、とても珍しいトンボです。ヤゴ(幼虫)は諏訪湖で育ち、岸辺で羽化し、その後もずっと諏訪湖周辺で過ごします。



### データから見る諏訪湖の姿

**諏訪湖の数値**

面積……13.3km<sup>2</sup> まわりの長さ……15.9km  
 深さ……最大7.2m 平均4.7m 水の量……約6300万トン  
 流れこむ川……31河川(上川、宮川など)  
 流れ出る川……1河川(天竜川) (出典: 諏訪湖創生ビジョン)

**特徴**

- 水深が浅い!(深さ日本一の田沢湖(秋田県)の最大水深は約423m)
- 諏訪湖の流域面積は湖面積の40倍!(諏訪地域で降った雨のほとんどが諏訪湖に流れ込む)

諏訪湖の大きさは全国23番目(面積は県内最大!)

## 長野県諏訪湖環境研究センター

岡谷市長地権現町4-11-51



### 未来につなぐ豊かな水環境を 信州から世界へ

諏訪湖環境研究センターは、岡谷市の諏訪湖畔に拠点を構え、諏訪湖創生ビジョンに掲げる「人と生き物が共存し、誰もが訪れたいくなる諏訪湖」の実現と県内の湖と川の水環境保全に特化した研究機関として2024年4月に開所されました。

### 諏訪湖環境研究センターってどんなところ?

#### 諏訪湖の水質を守る

#### 水質保全

- 湖や川の水の汚れの度合いや酸素不足の原因を調べ、研究していきます。
- 諏訪湖の溶存酸素濃度の測定
- 諏訪湖の底質性状に関する研究
- 河川におけるマイクロプラスチック実態調査 など

#### 諏訪湖の生態系を守る

#### 生態系保全

- 湖に生息する生き物を保全するために研究していきます。
- 環境DNAを用いた動植物の調査
- 諏訪湖沿岸域の水草に関する研究など

### 諏訪湖の水環境を学べるセンター内展示



平日9時から16時であれば自由に見学できます。  
※事前予約制のエリアもあります。

### クリーンレイク諏訪

諏訪市豊田 湖畔 1866-1

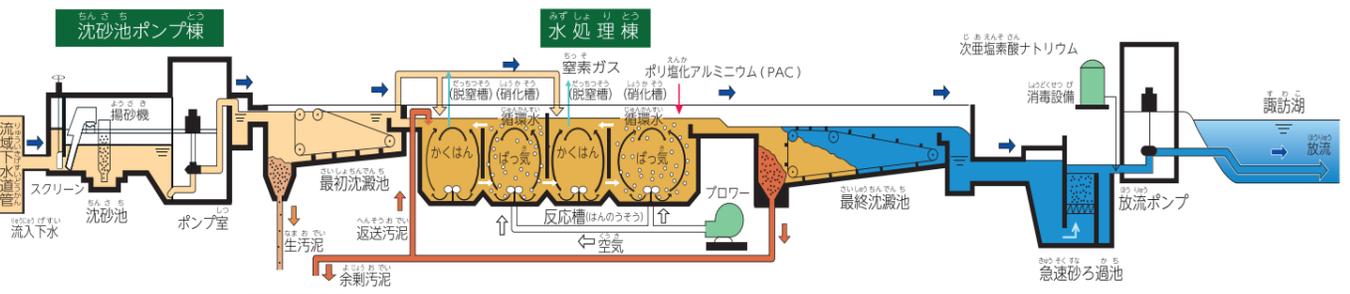


### キレイな水を守るために

諏訪湖では1960年代頃から、湖の周りの工場や家から排水された汚れた水により水のごりがひどくなりました。そこで、家や工場から出た水をキレイにしてから諏訪湖に流す「諏訪湖流域下水道」の仕組みが作られ、今では泳げるほどキレイな水になりました。

### 1日どのくらいの水をきれいにしているの?

1日に約100,000立法メートルの下水が処理場に入ります。これは学校のプール(25m×13m×1m)の約300個分になります。



汚泥処理施設 クリーンレイク諏訪(豊田終末処理場)の水処理施設の仕組み

# 楽

ひろく  
おおい  
大きい!  
すわこ  
諏訪湖で  
楽しむ

ゆうだい やまな みず みずうみ ふ  
雄大な山並み、キレイな水、湖から吹くさわやかな風。諏訪湖のほとりでなんだかいつもとは違う時間を過ごせそうです。  
かやうく ポートなど湖でできるものの他にも、サイクリングやジョギングなどのスポーツを楽しむことができます。  
からだ うご せうたい かいふく たいの かいふく  
体を動かすだけではありません。諏訪湖の周りにはたくさんの美術館や博物館があります。  
ほか えいが ぶたい かいふく たいの かいふく  
他にも、映画の舞台になった公園など「映えスポット」もたくさんあります。



## すわこ ふうけい 諏訪湖の風景を 楽しむ

すわこからはやつがたけ、てんきよければ富士山も見ることができます。山並みと諏訪湖、湖にうつる森の緑が見せてくれる風景は、きつといつまでも思い出に残るでしょう。

塩嶺王城  
パークライン  
(岡谷市)



びょうこう ぎゆう こうげんいったい くいき しぜんこうえん エリア てんぼう  
標高1,000m級の高原一帯を区域とする自然公園エリア。展望  
ひろば ちゆうしゃじょう せいび やつがたけ すわこ みつうみ もり みどり み  
広場や駐車場が整備されており、そこから北・南・中央アルプス  
や八ヶ岳、諏訪湖や松本平の絶景を見ることができます。

諏訪湖  
(下諏訪町)



すわこはん からは ふじさん のぞ  
諏訪湖畔からは富士山を望むことができ、スポーツを楽しむ人々の憩いの場として親しまれています。また、県内唯一のポートコースもあります。

立石公園  
(諏訪市)



びょうこう たたず ゆうだい すわこ うつく れんぼう なが  
標高934mに佇み、雄大な諏訪湖と美しいアルプス連峰の眺め  
がパノラマで楽しめる展望公園。諏訪湖に沈む夕陽や夜景の観  
賞スポットとしても知られ、夜は美しい夜景がロマンチックなムードを引き立てます。

## すわこ 諏訪湖 を体感

すわこしゅう 遊覧船  
諏訪湖周サイクリング、遊覧船の他、  
諏訪湖ではカヤックやボートに乗って自分でこいでみるることができます。いつもとは少し違う水遊びを体験できます。



ガイドと一緒に安心して楽しむことができます。エクササイズや筋肉トレーニングとしても優秀なアクティビティです。

## すわこ 諏訪湖で 学ぶ

すわこ かんけい の 深い げいじゆつ か ざくひん  
諏訪と関係の深い芸術家の作品を見たり、諏訪の歴史を学んだり、諏訪湖をもっとくわしく調べたり。周辺には学びのスポットがたくさんあります。



けんない かせん こしゅうとう みずかんせいほぜん かん ちゆう  
県内の河川・湖沼等の水環境保全に関する調査研究機関です。諏訪湖に関する展示などがあり、水環境保全について学ぶことができます。



大きな諏訪湖を周遊する遊覧船です。諏訪湖上から霧ヶ峰や八ヶ岳、さらに天気が良ければ富士山まで眺めることができます。



帆で風を受け前進する船です。自然の中で、風の力だけで動くヨットに乗るとちょっとした冒険気分を味わえるかも?



縄文土器などの長野県宝、諏訪市指定文化財を多数含む各時代の貴重な資料を、映像や音響を交えて展示しています。



正式名称は諏訪湖流域下水道 豊田終末処理場と言います。ここでは諏訪湖周辺の市町村から排出される下水を処理しています。



諏訪湖を一周できるサイクリングコースで心地よい風を感じながら心身ともに健康的になりませんか。(2024年4月全線開通。)



諏訪湖畔の「かりんの実」を模したお菓子。くるみ入りキャラメルとかりんの実を細かく砕いたものを混ぜ合わせて最中で包んだお菓子です。



諏訪湖と共に暮らしてきた人々の生活の様子や周辺の遺跡から出土した土器・石器など諏訪湖を紹介する展示を行っています。



大雨による洪水で諏訪湖と天竜川が氾濫しないように水の量を調整したり、下流の田んぼや工場などに使う水を流す役割をしています。

# 学×遊

まな あそ  
学びながら遊ぶ  
あそ かんが  
遊びながら考える



すわこ たいせつ みらい たの  
諏訪湖を大切に、未来でも楽しむために、  
とくべつ ひ もつ すわこ  
特別な日が設けられました。それが「諏訪湖  
の日」です。この日はさむ概ね9月～10月  
じもと きぎょう だんたい たの  
に地元の企業や団体がいろいろな楽しいイベ  
ントをかんが  
を考えました。

みんなも参加できる企画がいっぱい! たの  
しみ  
ながら、諏訪湖を守ることに取り組むことがで  
きますよ。ぜひ参加してみてくださいね!

※すでに受付が終了しているイベントや関係者のみ  
のイベントも掲載しています。  
ご参加の際は必ず主催者にご確認ください。

## まな 学び イベント

なが あいだ ひとびと かつどう うつく すわこ ふうけい  
長い間、人々の活動によってできた美しい諏訪湖の風景や  
しぜん たた みりよく はっけん まな  
自然を称え、魅力を発見したり学んだりするイベントです。

### 1 チャレンジ! 諏訪湖一周 (スワイチ) **一般参加OK**

サイクリングで諏訪湖一周にチャレンジし、3つのチェックポイントで  
写真撮影すると、認定証と缶バッジを進呈。  
詳細はコチラ <https://www.suwakanko.jp/suwaichi/>

主催 岡谷市観光協会、下諏訪観光協会、一般社団法人諏訪観光協会  
開催日等 9月1日(月)～10月31日(金)  
問い合わせ 0266-52-2111

### 2 BEN-TEN | 諏訪ノ湖芸術祭2025 (すわのうみげいじゅつさい) **一般参加OK**

アーティストによる展示、参加型企画、トークセッション、ワーク  
ショップなどを開催

主催 諏訪ノ湖芸術祭実行委員会(湖の座)  
共催 岡谷市  
開催日等 9月19日(金)～9月21日(日)  
問い合わせ suwanoumi.artfes@gmail.com



Instagram

### 3 2025クリーンレイク諏訪ふれあいまつり **一般参加OK**

諏訪湖流域下水道の役割や下水道整備の重要性等について、諏訪地帯  
の住民の方々に理解を深めていただくために開催します。  
詳細はコチラ <https://www.pref.nagano.lg.jp/suwakoryuiki/index.html>

主催 2025 クリーンレイク諏訪  
ふれあいまつり実行委員会  
(諏訪湖流域下水道事務所、  
諏訪湖流域下水道促進協議会)  
開催日等 9月27日(土)  
問い合わせ 0266-58-2955



ホームページ



X



### 4 2025健康サイクリングin諏訪湖 **一般参加OK**

諏訪湖サイクリングロード(約16km)を健康セミナーを受講した地域ガ  
イドと一緒に「健康づくり」をテーマにしたガイドサイクリングを実施します。  
(定員、各回先着16名)

主催 諏訪湖八ヶ岳自転車活用推進協議会  
開催日等 10月4日(土)、11月8日(土)  
いずれも9時～12時30分  
問い合わせ Googleフォーム(右記)又は  
chino.kanmachi12@gmail.com



Googleフォーム



### 5 デンマーク式 自転車教室(未就学児編) **一般参加OK**

自転車先進都市、北欧デンマーク発! 自転車教室が諏訪湖(岡谷)に  
やって来る。子ども達が楽しめるCycling Gamesを通じて自転車の  
乗り方やルールを学びます。

主催 諏訪湖八ヶ岳自転車活用推進協議会  
開催日等 9月23日(火) 10時集合(4歳～5歳)  
13時集合(5歳～6歳)  
問い合わせ 右記の2次元バーコード又は  
chino.kanmachi@gmail.com



### 6 第44回下諏訪レガッタ **受付終了**

多くの人にローイング競技を楽しんでいただきたい。  
早朝の諏訪湖の風景も下諏訪レガッタの魅力の一つです。  
生涯スポーツとして健康づくりに役立っています。

主催 下諏訪町・長野県ローイング協会・  
NPO法人下諏訪町スポーツ協会  
開催日等 9月14日(日)  
問い合わせ shimosuwarowing@gmail.com



### 7 諏訪湖環境研究センター施設公開 **一般参加OK**

諏訪湖環境研究センターの常設展示に加え、研究成果の発表会、調  
査船に乗って諏訪湖の調査、試験研究室の見学ツアー、プランクト  
ンやマイクロプラスチックの観察、魚貝類や水草の展示など盛りだく  
さんの内容で施設公開を実施します。

主催 諏訪湖環境研究センター  
開催日等 10月5日(日) 9時～13時30分  
問い合わせ 0266-78-0151



施設公開  
特設ページ



### 8 第6回諏訪湖の日記念講演会 **一般参加OK**

下諏訪町の大増旅館を会場に講演会を開催。  
第1部 「だいすき諏訪湖」 稲月文子先生  
第2部 「よみがえる諏訪湖を泳ぐ魚たち」  
諏訪湖環境研究センター調査研究部  
北野聡部長

主催 諏訪湖の魅力をたずねる会  
開催日等 9月13日(土)  
11時～11時20分(稲月 文子 先生)  
11時30分～12時30分 (北野 聡 部長)  
問い合わせ 0266-75-5454 申込必要



### 9 諏訪湖フォーラム2025 夢ある未来への挑戦 ～さあいこう Next Innovation～ **一般参加OK**

今年で4回目となる諏訪湖フォーラム。今年は【挑戦】をテーマに岡谷  
カノラホールとその周辺で開催。諏訪湖ジョブキッズやハンドメイド、キッ  
チンカー多数出店!

主催 公益社団法人 諏訪湖青年会議所  
開催日等 9月15日(月)  
問い合わせ 0266-54-6980

### 10 第37回諏訪湖マラソン大会 **受付終了**

諏訪湖ヨットハーバーグラウンドをスタート・ゴール会場に、日本陸連  
公認のハーフマラソン大会。

主催 諏訪湖マラソン大会事務局  
開催日等 10月26日(日)  
問い合わせ 0266-52-8665



### 11 令和7年度諏訪湖 DEウォーク **受付終了**

参加者は、イベント期間中各自で諏訪湖周を中心にウォーキングを  
実施し、記録した合計歩数を諏訪市役所へ報告。合計歩数を報告し  
た参加者には、クッキー引換券・原田泰治美術館入館券・すわっこ  
ランド入館券を贈呈。(先着500名)

主催 諏訪市  
開催日等 9月1日(月)～10月31日(金)  
問い合わせ 0266-52-4141



# まもる イベント

諏訪湖にすむいろいろな生き物がいつまでも元気に暮らせるように、諏訪湖をキレイに保つためのイベントです。浄化や美化、水の取り扱いなどを学んだり、みんなが楽しみながら参加できるイベントもありますよ。

## 12 諏訪湖浮遊ごみ回収作業



- ・諏訪湖に浮遊しているごみ等の除去作業を実施することで、諏訪湖の環境美化及び浄化を推進します。
- ・諏訪市セーリング協会、諏訪湖カヤックの協力のもと、市民ボランティアの皆さんとボートやカヤックに乗り、湖上に浮いているごみや、陸側からの回収が困難なごみ等を船上から回収を行います。

主催 諏訪市  
開催日等 9月6日(土)  
問い合わせ 0266-52-4141



## 13 諏訪湖畔清掃イベント一覧



- 9/21(日) ●湖岸清掃  
主催：下諏訪町諏訪湖浄化推進連絡協議会  
問い合わせ：0266-27-1111
- 10/5(日) ●諏訪湖周一斉清掃  
主催：岡谷市  
問い合わせ：0266-23-4811 申込必要
- 秋季一斉清掃  
主催：下諏訪町  
問い合わせ：0266-27-1111
- 秋の全市一斉清掃  
主催：諏訪市・諏訪市衛生自治連合会  
問い合わせ：0266-52-4141



## 14 諏訪湖に感謝！もっときれいにチャリティー！



諏訪湖周辺店舗における10月1日の売上の10%を、諏訪湖浄化の為に長野県へ寄付します。  
対象店舗：城南店、中華そば城南店、福島店、湖浜店、南宮店、長地店、丸山橋店

主催 (株)テンホウ・フーズ  
開催日等 10月1日(水)  
問い合わせ 0266-58-1100



## 15 太陽工業×SDGs=諏訪湖の日

※関係者のみで行います。

カヤックによるヒシとり体験やプロキング(ウオーキング+ゴミ拾い)等を実施し、健康促進と環境保全の両立を図る。

主催 太陽工業グループ  
開催日等 9月1日(月)~10月31日(金)  
問い合わせ 0266-58-7000

## 16 第6回諏訪湖まるまるゴミ調査



ごみの無い諏訪湖を目指すため、諏訪湖全域に「どんなごみか」「どのくらいあるのか」を調査する。

主催 諏訪湖創生ビジョン推進会議  
開催日等 11月1日(土)  
問い合わせ 0266-57-2952 申込必要



# 記念イベント

諏訪湖の日を記念してさらにいろいろなイベントが盛りだくさん！家族や友達と諏訪湖の魅力を楽しみましょう！

## 17 諏訪湖周遊「諏訪湖の日」記念WEEK



ガイドブック持参の本人及び同行者につき乗船代を割引。

主催 諏訪湖観光汽船  
開催日等 9月25日(木)~10月1日(水)  
問い合わせ 0266-52-0739

## 18 諏訪湖の日 カヤック・カヌー湖上サミット



カヤック・カヌー・サップ愛好者に声掛けをして湖上の漂流ゴミを拾い、初島に上陸し清掃。初島神社に「諏訪湖に感謝」の一礼をして自由解散。

※自艇お持ちの方のみ



主催 諏訪湖周水路復活活漕ぎあるきプロジェクト  
開催日等 10月1日(水)  
問い合わせ 090-2220-3410 申込必要

## 19 スワチャレ2025! カヤック&サイクリングで湖を制覇せよ!!



諏訪湖の自然を全身で体感する、1日限定のアクティビティツアー。カヤックで湖に漕ぎ出し、サイクリングで諏訪湖を走行しスタート地点まで戻る。まさに「湖の完全制覇」にチャレンジ！諏訪湖の美しい風景とグルメを楽しみながら、仲間と一緒に思い出を刻もう。

主催 株式会社アポルタ (Activity Base Cogoe)  
開催日等 9月28日(日)  
問い合わせ 0266-52-2325 申込必要



## 20 おかやキッチンカーフェス in 岡谷湖畔公園vol.5



キッチンカー38店舗、物販・ワークショップ17店舗が出店。併せてステージではダンスなどの披露もあります。

主催 岡谷商工会議所  
開催日等 9月20日(土)、9月21日(日)  
問い合わせ 0266-23-2345



## 21 諏訪湖畔にも生っている、かりん使用のお菓子のサービスデー



諏訪湖の湖畔にも生っているかりんの実とシロップを使ったもなか菓子を10月10日に弊社4店舗でサービス価格にて販売します。(個数限定)

主催 有限会社ヌーベル梅林堂  
開催日等 10月10日(金)  
問い合わせ 0266-82-2248

諏訪湖テラス  
10月19日オープン!



## 22 「諏訪湖創生ビジョン」啓発キャンペーン



諏訪湖創生ビジョンの推進を地域でさらに盛り上げていくため諏訪湖創生ビジョンの取組の一部をキャンペーンCMにとりいれ、放映します。

主催 (株)長野放送  
開催日等 令和7年8月中旬~10月初旬  
問い合わせ 0266-53-4532



## 23 「諏訪湖の日」記念企画



ガイドブック持参の本人及び同行者につき入館料を割引。原田泰治ポストカード「諏訪湖の夕暮れ」をプレゼントする他、2階ティールームや前庭でぬり絵体験も可能。

主催 諏訪市原田泰治美術館  
開催日等 10月1日(水)~10月31日(金)  
問い合わせ 0266-54-1881



## 24 スワコの日キャンペーン



- ①諏訪湖とハケ岳を眼前に湖上でスワコの日限定メニューをお楽しみください!
- ②電動キックボードでスイッチ!(キャンペーン価格で提供)

主催 LAKEHOOD OKAYA  
開催日等 10月1日(水)~10月31日(金)  
問い合わせ 0266-55-2848



## 25 RENAIRE LAC(ルネートルラック)



毎月1回、諏訪湖畔野外音楽堂でLIVEを行い、参加者と一緒に周辺の清掃を行っています。(ルネートルラックとは湖を浄化するという意味のフランス語です。)

主催 オムスビ学園  
開催日等 9月7日(日)、10月5日(日)、11月2日(日)  
11月2日はハロウィンの衣装をして清掃を行います。  
問い合わせ 090-7286-7578

## 26 諏訪湖スマートインター 開通記念キャンペーン



岡谷市観光協会では、諏訪湖スマートIC開通を記念して、岡谷市のキャンペーン協力店で使用できる割引券(200円割引)をプレゼント。割引券は岡谷市観光案内所(岡谷駅となり)でGETできます。さらに、岡谷市観光案内所又は岡谷蚕糸博物館からレンタサイクルを使用すると「うなぎのまち岡谷」の会加盟店で利用できる共通利用券(500円分)を進呈。割引券はなくなり次第終了

主催 岡谷市観光協会  
開催日等 7月25日(火)~10月19日(日)  
岡谷市観光案内所(岡谷駅となり)で岡谷市の各協力店で使用できる割引券を配布。  
・各協力店で使用できる200円割引券  
・レンタサイクル利用でうなぎのまち岡谷500円割引券  
問い合わせ 岡谷市観光協会 0266-23-4854



# 知

## 「諏訪湖の日」って どんな日?



「諏訪湖の日」はなぜできたのでしょうか?昔のキレイな諏訪湖を取り戻すために  
どんなことに取り組んできたのか見てみましょう。

**1960年代**  
諏訪湖の水が  
急激に汚くなる



**1979年10月1日**  
水をキレイにするため諏  
訪湖流域下水道の一部が  
使われはじめる

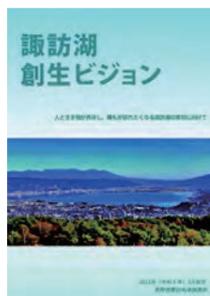


**2000年代**  
水がキレイになる。  
一方で水草のヒシの  
繁茂や湖底の酸素  
が少なくなる問題が  
発生



**1980年代頃**  
「よみがえれ諏訪湖」を合  
言葉に地域の人々が清掃  
活動などに取り組む

**2018年**  
「人と生き物が共存し、誰もが訪  
れたい諏訪湖」の実現を目指  
して諏訪湖創生ビジョン策定



**2019年10月1日を「諏訪湖の日」に決定**

私たちの宝である諏訪湖に感謝し、美しい諏訪湖を守り未来につないでいくため、地域の人々が集まってつくる  
諏訪湖創生ビジョン推進会議は10月1日を「諏訪湖の日」と決定しました。また、この日を記念して概ね9月から  
10月までに行われる官民間わなない様々な団体の取組を「諏訪湖の日プロジェクト」としています。

### 諏訪湖創生ビジョンの取組



水質保全調査



メンバーでヒシの駆除



諏訪湖まるまるゴミ調査

### 諏訪湖創生ビジョン推進会議

諏訪湖の水をキレイにして、たくさん  
の生き物がすめる環境や、諏訪湖に  
人が集まって楽しめる水辺をつくるた  
め、様々な人々が知恵を出し合いな  
がら一緒に取り組んでいます。

### 諏訪湖創生ビジョンのロゴマーク



山は自然豊かな長野県をあらわしています。諏訪湖を抱える山  
をモチーフとし擬人化して、親しみやすくしました。諏訪湖はハ  
クチョウやシジミ、ワカサギなどいろいろな生き物が育まれる場  
所です。諏訪湖の水がいつまでもキレイで人と生き物が仲良く  
暮らせる、そんなイメージを表現しています。

# 動

## 未来のために 諏訪湖を守ろう



未来に向けて私たちは、長野県の大切な宝である「諏訪湖」を守っていかなけれ  
ばなりません。一人一人が関心を持ち、地域みんなで取り組んでいきましょう。

これまでみてきたように、諏訪湖をキレイにしようと、たくさんの人々が努力してきました。  
そして諏訪湖にはたくさんの生き物がすんでいます。諏訪湖はみんなの大切な宝なのです。  
宝物を守るため、私たちにもできることがたくさんあります。考え、動いてみましょう。

諏訪湖の環境を維持するために、  
釣り糸やおもり、ごみを捨てないように  
するとともに、ごみ拾いなどの  
活動に参加しよう。



諏訪湖に関する本を読んだり  
学習会や講座に参加して、  
諏訪湖や環境のことをもっと  
勉強してみよう。



諏訪湖創生ビジョンHP



諏訪湖にはどんな生き物がすんでいるのか、  
周辺にはどんな植物が生きているのか観察  
しよう。



環境にやさしい  
農産物を食べよう。



諏訪湖の生態系を守るため、  
飼育している生き物  
(魚やカメなど)を  
諏訪湖に放流しない  
ようにしましょう。



# 「諏訪湖の日」宣言文

日本列島に人類が到達した、遙か遠い昔。  
幾多（いくた）の川を渡り、峰を越え、  
ようやくこの地にたどり着いた太古の人々は  
峠から諏訪湖を見下ろした時、  
どれほどの感動と喜びに包まれたことでしょう。  
その日から数万年もの長きにわたり  
諏訪湖はわたくしたちに恵みをもたらし、  
安らぎを与え、  
そして祈りの対象でもありました。  
諏訪湖はそこに住む人々の  
人生の一部であり、  
心よりどころでもあったのです。  
しかしそんな諏訪湖は  
わずかこの半世紀ほどの間に、  
すっかりわたくしたちの、  
日々の暮らしから遠のいてしまいました。  
アオコで覆われた湖と  
そこに住む生き物たちの声なき声は、  
人々の意識の中に暗い影を落としていました。  
けれど人間は考え、  
そして創造することができる存在です。  
水清き諏訪湖を取り戻すため、人々は立ち上がりました。  
1979年10月1日には  
諏訪湖流域下水道の一部供用が開始。

諏訪湖の浄化に向けた  
長い長い戦いが始まったのです。  
昨年5月に発足した  
諏訪湖創生ビジョン推進会議は、  
「人と生き物が共存し、誰もが訪れたいくなる諏訪湖」  
を目指しています。  
それは  
学び、親しみ、思いを寄せる場所であった  
「母なる諏訪湖」を取り戻し、  
そして未来の世代に引き継ぐための挑戦なのです。  
わたくしたちは、一人一人が諏訪湖に関心を持ち、  
できることに取り組むとともに、  
様々な団体がともに手を携えて、  
わたくしたちの新しい諏訪湖を創生していかなければ  
なりません。  
この想いのもと  
諏訪湖の歴史に新たな一步を刻むことを決意して、  
わたくしたち諏訪湖創生ビジョン推進会議は  
今、ここに、  
諏訪湖創生の原点ともいうべき10月1日を  
「諏訪湖の日」と宣言いたします。

令和元年9月23日  
諏訪湖創生ビジョン推進会議

諏訪湖の日  
ホームページ



諏訪湖創生ビジョン  
ホームページ



このガイドブック制作には(株)テンホウ・フーズ様、(株)長野放送様からの  
諏訪湖創生に対する寄附金を活用させていただいています。



発行 長野県諏訪地域振興局

392-8601 長野県諏訪市上川 1-1644-10  
TEL 0266-57-2901 FAX 0266-57-2904