



根越下沖

NEGOSHISHIMOOKI



長野県



爺ヶ岳を望む山あい小さく広がる
根越下沖のカール棚田

棚田めぐり



秘境度



市街地からの所要時間を★の数で表しています。
詳細については、右記のQRコードから

棚田カードの配布場所
その他詳細はコチラから



長野市大岡支所から車で市道を10分ほど走ると、根越下沖の棚田が現れます。

平成11年に「日本の棚田百選」に全長約1.4kmと縦長の形状の『根越沖の棚田』として認定されました。令和4年には正大岡神社より下側を『根越下沖の棚田』として、「つなぐ棚田遺産」に認定されました。

山あい広がる棚田の先に、北アルプスを望むことができます。

根越地区の住民や移住者が協力しあって、農地や水路、農道の維持管理、草刈りやのり面の点検などを行っています。のり面には景観植物を植え、季節ごとに咲く花が棚田に彩りを添えています。





地域で取り組まれている保全活動

生産条件の不利な中山間地域※で、地元耕作者全員が農地や水路、農道、鳥獣害対策用の電気柵等を管理し、定期的に点検や草刈り作業を行っています。

北アルプスの爺ヶ岳に種まき爺さんの雪形が現れる頃、代かきや田植えが始まり、棚田は賑わいを見せます。

棚田の良好な景観形成のために、棚田の隣地にアヤメを、周辺のり面には菜の花を植えています。

※中山間地域…平地から山間地にかけての傾斜地が多く農業に不利な地域。



周辺情報

長野市最南端に位置する大岡地区は、標高が450m～900mあり、北アルプスがパノラマで楽しめます。また、自然豊かな聖山高原県立公園周辺には、宿泊施設やオートキャンプ場のほか、日帰り温泉もあり、心身のリフレッシュに最適です。

また、古くから水の神として親しまれている樋知大神社や無病息災を祈念して祀られる芦ノ尻道祖神などの歴史文化的な見どころもあります。



アクセス情報

住所：長野県長野市大岡乙

公共交通機関

JR篠ノ井線聖高原駅からタクシーで約40分

自動車

長野市大岡支所から市道大岡樺内大八橋線を国道19号方面に約10分

※道幅が狭いため、営農期間（GW～10月）は特に農業用車両の通行にご注意ください。

年間イベント・行事

4月上旬	電気柵点検
5月上旬	田おこし・代かき
5月中旬	田植え
9月中旬	稲刈り
10月中旬	脱穀
11月下旬	支障木伐採



一押し情報

道の駅 大岡特産センター

Tel. 026-266-2888

国道19号沿いにあり、地元産の野菜や加工品などの特産品を販売。

聖山パノラマホテル

Tel. 026-266-2623

聖山山麓にあり、真夏でも平均気温18℃という爽やかな気候です。

大岡温泉

Tel. 026-266-1088

北アルプスと大岡地区の棚田を露天風呂から一望できます。



有（2台）
根越地区センター入口
道路脇



お問い合わせ先 長野市大岡支所市民担当 TEL 026-266-2121

棚田訪問の3原則

- ・農作業の迷惑にならないようにしましょう！農家の方に会ったら挨拶を！
- ・棚田の畔道や水路は農家の命！勝手に入らないように！
- ・写真撮影やSNSへの投稿には最低限のマナーを守ろう！

#棚田に恋で
SNSに投稿を
お願いします!!