



「信州山の日」公式行事

参加無料

～信州の山の大自然に癒される～

# 「信州山の日」フェスタ in 小諸・高峰高原 プログラム



「信州山の日」(7月第4日曜日)は、県内外を問わず、子どもからお年寄りまで幅広い世代の方が「信州の山」に親しみ、守り、学ぶきっかけになるように2014年に制定されました。  
4年目の今年は、小諸市高峰高原を舞台に、信州の山を盛り上げましょう！



長野県PRキャラクター「アルクマ」  
©長野県アルクマ

**とき** 平成29年 **7月23日** (日) 「信州山の日」  
午前9時半～午後4時

**ところ** 小諸市高峰高原アサマ 2000 パークスキー場

- 主 催 長野県
- 共 催 浅間・高峰観光協議会、(一社)こもろ観光局、小諸市、信州の山岳文化創生会議 (50音順)
- 協 力 梅棹忠夫・山と探検文学賞委員会
- 後 援 朝日新聞長野総局、abn長野朝日放送、SBC信越放送、NHK長野放送局、NBS長野放送、FM軽井沢、FM佐久平、FMとうみ、FM長野、環境省長野自然環境事務所、コミュニティテレビこもろ、小諸新聞社、佐久広域連合、産経新聞長野支局、信濃毎日新聞社、市民タイムス、週刊さくいだいら、(一財)全国山の日協議会、中日新聞社、TSBテレビ信州、(一社)長野県観光機構、長野県山岳遭難防止対策協会、(公財)長野県緑の基金、長野県林業団体協議会、長野日報社、日本経済新聞社長野支局、毎日新聞長野支局、読売新聞東京本社長野支局、林野庁中部森林管理局 (50音順)

●お問合せ 長野県林務部森林政策課企画係 ☎026-235-7261 E-mail: yamanohi@pref.nagano.lg.jp

# 屋外プログラム

## ステージプログラム



世界級リゾートへ、  
ようこそ。山の信州

信州デスティネーションキャンペーン 2017.7.1-9.30

場所:ラクーン前テラス

午前 9:30~

### 開会式

- ・主催者あいさつ(長野県知事 阿部守一)
- ・歓迎あいさつ(小諸市長 小泉俊博)
- ・「信州 山の日」宣言 ※プログラム裏面をご覧ください。

9:50~

### アトラクション ① 高峰山の魅力

- ・NPO法人浅間山麓国際自然学校 インタープリター

10:10~

### アトラクション ② ガイドと行く! 高峰高原ハイキング (2時間程度、参加無料)

浅間山麓国際自然学校のインタープリター(自然解説員)の案内で、標高2,000mの高峰高原ハイキングを楽しめます。見ごろを迎えたニッコウキスゲやクマガイソウなどの動植物の解説をしながら、比較的平坦で楽なルートで、高峰高原の魅力をたっぷりご案内します!



### コース

アサマ2000パークスキー場 → 車坂峠登山道入口 → 尾根上 → 粒ヶ平 → 高峰山山頂 → 粒ヶ平 → 林道出合い → 東坂峠登山道入口 → アサマ2000パークスキー場

※事前申込制。当日に参加希望される方は受付にご相談ください。

10:30~

### アトラクション ③ 高原の癒しコンサート♪part1

- ・アルプスヨーデル歌手 北川桜さん

日本のプロの女性アルプスヨーデル歌手の第一人者 北川桜さんが、アルプホルンあり、クーゲルロックンあり、ダンスありの盛りだくさんなステージで、みなさんをアルプスのヨーデルの世界に誘います。子供から大人・高齢者まで、体を動かして楽しめる参加型ステージです♪



11:00~

### アトラクション ④ ポールdeアクティブウォーキング講習会

- ・ポールを日常に取り入れて健康に!!

ウォーキング用ポールは、実は全国でも長野県内の3社のみで製造されています。この3社が結集し、健康増進効果を科学的に検証するプロジェクトを進める「ポールdeアクティブウォーキング技術研究会」に、ポールを使った健康に役立つ目からウロコなお話をさせていただきます。  
※(株)キガキ(小諸市)、(株)シナノ(佐久市)、(株)ナイトエ芸(佐久市)



### 長野県が推奨する 「ポールdeアクティブウォーキング」の効能◎

長野県工業技術総合センター監修による実証実験から、ポールを生活に取り入れることが有効であることが明らかになりました!

- ★効果 ・歩数が1,000歩以上増加!  
・歩幅が10%程度広がった!
- ★結果 ・体脂肪が一人当たり平均534g減少!  
・脚筋力が1.2倍増加!

### アトラクション

### ⑤ (一財)浅間山麓スポーツ医学研究所

(小諸厚生総合病院)による「健康講話(仮称)」

- ・私たちの健康維持について、専門的な知見からお話をさせていただきます。

### アトラクション ⑥ アルクマじゃんけん大会

- ・かわいいアルクマに会って、じゃんけん&記念撮影もしちゃおう!!

12:15~

### アトラクション ⑦ 高原の癒しコンサート♪part2

- ・アルプスヨーデル歌手の北川桜さんが再び登場!



# ブース

体験・展示・販売



- ◆信州産鹿皮クラフト教室 & 製品販売 (信州ジビエ研究会)
- ◆シカ肉のペットフード販売 (小諸市)



◆親子木工教室  
「県産材のイス作り」  
(長野県木材青壮年団体連合会)

◆“からだ”チェック  
(一財)浅間山麓スポーツ医学研究所)



◆シナノスイートを使用した甘酒ゼリーの試飲&販売 (マルコム株式会社)



◆ポールdeアクティブウォーキング講習会 (ポールdeアクティブウォーキング技術研究会)

- ◆こもろ観光PR&マルシェ
- ・ふくろうの森 (クラフト雑貨)
  - ・ねこ魔法の森 (ハーブ苗、花苗、ハーブクラフト等)
  - ・ペルコーヒー (コーヒー、焼菓子)
  - ・森のデワッサ (アケビの蔓の籠・箆)
  - ・小諸学舎 蔵太隊 (かごバッグ、クッキー)
  - ・CraftShop haru\*遥 (ワンコインヘアゴム、バッジ)
  - ・ステンドグラス工房 Pico☆Field (ステンドグラス雑貨、ミニランプ)

# 屋内プログラム

信州山岳文化シンポジウム

場所:ラクーン



午後 1:00~

記念講演  
「山が教えてくれた、  
ごまかしのない生き方」

講師 登山家 服部 文祥さん  
(第5回梅棹忠夫・山と探検文学賞受賞)



1969年横浜市生まれ。1996年カラコルム、K2登頂。同年より『岳人』編集部に参加。1999年から、長期山行に際して、極力装備を持ち込まず、食料を現地で調達するサバイバル登山を始め、2005年からは狩猟も行うようになる。『サバイバル登山』(みすず書房)、『狩猟サバイバル』、『百年前の山を旅する』(文庫新潮)、『サバイバル登山入門』(deco)など著書多数。

2:00~

シンポジウム  
「里山と岳、その恵みと多様性を考える」

コーディネーター 神長 幹雄さん (日本山岳会常務理事)

パネラー 萩原 浩司さん ((株)山と溪谷社執行役員)  
田口 昌雄さん (日本スキーリゾートシンポジウム世話人)  
扇田 孝之さん (地域社会研究者)  
加々美貴代さん (やまぼうし自然学校代表)



神長さん

登山という視点から幅広く考えてみます!



萩原さん

世界級リゾートという視点から考えます!



扇田さん

近未来のスキー場という視点から考えます!



田口さん

自然教育の視点から考えてみます!



加々美さん

同時開催

# 高山植物カメラ塾

高峰高原の高山植物プロカメラマン山本さんによる実践カメラ塾。意外と難しい!? 色鮮やかな高山植物のカメラ術を教わろう! ベストショット賞の選定や、高峰高原ホテルのケーキセットも味わえます!

日時 7月23日(日) 12:15~16:00  
スケジュール 小諸市高峰高原アサマ2000パークスキー場集合~一眼レフカメラ初級講座~高山植物実演講習~講評  
【参加費】3,500円(税込)  
参加のお申込みは、(一社)こもろ観光局(☎0267-22-1234)へ



★高峰高原ホテルでは、「信州 山の日」に合わせて、ホテル駐車場で飲食販売や振る舞いをします! ぜひお立ち寄りください!

# 「信州 山の日」宣言

私たちのふるさと 信州・長野県

雄大な山々や豊かな森林があります

きれいな水とさわやかな空気があります

季節ごとに美しい景色を楽しめます

山登りやスキーを楽しめます

おいしい山菜やきのこがあります

いろいろな昆虫や動物もいます

たくさんの恵みをもたらす「信州の山」は私たちの宝です

信州・長野県は、「日本の屋根」と呼ばれる標高 3,000m級の山々がそびえ、豊かな森林と清流が織りなす雄大な自然にいだかれた、日本を代表する山岳県・森林県です。

私たちは、この「信州の山」が与えてくれる様々な恵みをいただきながら、山とともに暮らしています。

この貴重な財産である「信州の山」に感謝し、山を守り、育て、活かしながら、次世代に引き継いでいくため、7月の第4日曜日を「信州 山の日」と定め、次のとおり宣言します。

- 一、私たちは、山や森林、身近な自然を学び、自ら進んで親しみます。
- 一、私たちは、山のルールを守り安全に楽しみます。
- 一、私たちは、健全な森林づくりや美しい山岳環境の保全に取り組みます。
- 一、私たちは、多くの方々に山の魅力を伝えます。
- 一、私たちは、世界に誇れる山岳高原を活かした観光地づくりを進め、多くの方々をもてなします。
- 一、私たちは、様々な山の恵みに感謝し、暮らしの中で積極的に活かします。

## 会場内MAP

