

稲倉の棚田

〔旧棚田オーナー制度〕

カカワリ隊のご案内

田舎の体験しませんか？

稲倉の棚田へ



はじめに

【稲倉の棚田】

美しい稲倉の棚田は、農水省「日本の棚田百選」に認定される癒しスポットです。

里山の谷間に寄り添うよう稲やかに連なる水田からは、麓に広がる上田市街と眼前にそびえる美ヶ原高原、その果てに北アルプス連峰を一望できる日本の心象風景です。

畦畔には6〜7世紀ごろの横穴式古墳があり、この地に人々の営みがあったこと示し、太古から自然を尊重しつつ共生してきたその歴史の中で、棚田が築かれたと考えられます。

【保全活動】

稲倉の棚田では《眺めるだけじゃない、カカワレルタナダ》をスローガンに、棚田の環境を有効活用した様々な体験事業やイベントを全国に先駆けて行っています。数々の活動が評価され、2022年度 農林水産祭「むらづくり部門」にて、全国最高位の天皇杯を受賞するに至りました。

【協力をお願い】

急勾配で田んぼ一つ一つがとても小さく耕作困難な環境では、継続的な保全活動にも資金や労働力の不足があり、その優美な景観と多面的機能を維持していくことは困難なのが実情です。

私たちにはこの貴重な農業資産を守り、後世に継承していく責任があります。

保全活動趣旨にご賛同いただき、貢献いただけるよう多くの皆様の「カカワリ」を募っています。

稲倉の棚田保全委員会 委員長

久保田良和

信州上田
稲倉の棚田



カカワリ隊 《農作業体験コース》

【コース内容】

農水省「日本の棚田百選」にも認定される稲倉の棚田で農作業ができて、収穫した減農薬栽培のおいしいお米、もしくは酒米から醸された無濾過生原酒が受け取れます。農作業の際は、稲倉の棚田保全委員会の担当者が指導サポートしますので、初心者でも安心です。

分類	エリアオーナー	シェアパートナー	酒米オーナー
内容	一区画の決まった田んぼで農作業をします。収穫したお米は他とは分けて精米し、収量の1/2まで受取れるので、企業や団体様など、グループで豊作をめざして作業したい方におすすめです。	日程が同じになった方々と、その日にご案内する田んぼと一緒に農作業をします。少人数での参加や初心者の方におすすめです。減農薬栽培のおいしいお米が受け取れます。	日程が同じになった方々と、その日にご案内する田んぼと一緒に農作業をします。少人数での参加や初心者の方におすすめです。岡崎酒造で醸された日本酒が受け取れます。
募集数	5組	80組	150組
年会費	110,000円/組 (税込)	38,500円/組 (税込)	66,000円/組 (税込)
特典	収量×1/2 (白米・玄米選択) ※最低90kgを保証します	30kg (白米・玄米選択)	日本酒4合瓶×12本
	棚田の通販・イベント・体験などに使用できる2割引クーポンコード		
農作業体験	5月中旬～6月上旬 田植え	※ご案内期間の希望日 (約2週間でご都合の良い1日)	
	6月上旬～7月中旬 田の草取り	※ご案内しますが、任意です	
			9月稲刈り前日 交流会
	9月上旬～下旬 稲刈り	※ご案内期間の希望日 (約2週間でご都合の良い1日)	
	10月上旬～下旬 脱穀	※ご案内しますが、任意です	
	11月下旬 収穫祭	※ご案内しますが、任意です	
		3月 新酒瓶詰Instagram Live	

- ※ お米の配送は、着払いにて11月下旬または翌年1月中旬より選択いただけます。
- ※ お米は一括配送 (30kg または 10kg 袋) もしくは別途有償にて送り先別での分割配送もできます。
- ※ 白米、玄米ともに同量でのお渡しになります。

カカワリ隊 《協力金コース》

【コース内容】

保全活動へのご協力金として、稲倉の棚田オリジナル商品を返礼品とさせていただきます。

ご希望に合わせて1口当たりの金額を選択ください。

複数口でのお申し込みも大歓迎です。

分類	棚田ファン		
協力金	11,000円/口 (税込)	5,500円/口 (税込)	1,100円/口 (税込)
返礼品	感謝状		
	オリジナルステッカーなど		
	棚田生まれの石鯀 (酒粕もしくは米糠エキス配合)		
	真空2合パック×3個	真空2合パック×1個	
	オリジナルエコバッグ		
備考	返礼品の配送はお米の在庫状況により遅れる場合もございます		

※ 2025年度より棚田ファンへ農作業体験のご案内がなくなりました。田植えや稲刈りをご希望の場合は、カカワリ隊《農作業体験コース》への移行をおすすめいたします。これを機会にどうぞご検討ください。

稲倉の棚田オリジナル商品 (返礼品)

※ 写真はイメージです



お申し込み方法・期限・その他は、下記ページに記載していますのでご参照ください。



さおとめ

早乙女衣装で、田植え体験

御田植祭り当日、午前の部にお集まりいただける方に
早乙女衣装での田植え体験もご案内しています。

(先着順、別途有料お貸し出し)

稲倉の棚田体験



ししおどし祭り、幻想世界

お盆の時期、ライトアップされた棚田を
松明などを持って練り歩くイベントです。

(別途有料)

バインダーで、稲刈り体験

鎌を使用して、手作業の稲刈りと
バインダー（稲刈機）を使用した
体験もご案内しています。



棚田キャンプ、自然体感

春の田植え前と、秋の稲刈り後に
棚田がキャンプ場になります。



稲倉の棚田について

【首都圏からのアクセス】

稲倉の棚田は、上信越自動車道・上田菅平 IC から 10 分、東部湯の丸 IC から 15 分、関越自動車道・練馬 IC から約 2 時間半車を走らせれば、首都圏から日帰り圏内でこの豊かな風景に出会うことができます。絶景に身を委ねて、心身ともにリトリートしにいらしてください。

【ホームページ】

URL : <https://inaguranotanada.com>

ホームページはこちら →



【お問合せ】

上田市 産業振興部 農業政策課

TEL : 0268-21-0053

稲倉の棚田保全委員会

TEL : 0268-75-4808

Mail : info@inaguranotanada.com

【所在地】

〒386-0004

長野県上田市殿城 2889-1 稲倉の里農村交流館

営業時間 9 : 00 ~ 16 : 00 月曜定休（臨時休業あり）



【おいしく安全なお米】

稲倉の棚田は、昔から「岩清水（いわしみず）地区」と呼ばれ、その名の通り、烏帽子岳から清らかな湧水が最初に流れてくる場所です。粘土質の土壌は水分を豊富に蓄え、標高の高さより生み出される昼夜の寒暖差が米の甘みを引き立てます。全国有数の晴天率を誇る上田市は、日照時間が長く収穫後の天日干しにも最適です。

また、自然の恵みに加えて、化学肥料使用量と農薬使用回数を 50%以上削減した「信州の環境にやさしい農産物認証」を取得しており、人にも環境にも安全な米づくりを行っています。

【必ずお読みください】

- 保全活動のご協力という趣旨をご理解いただけますようお願いいたします。
- 保全委員会のメンバーは百姓も多いため、接客に不慣れな部分もございます。
- 中途退会での年会費の返金および進呈特典の提供はできません。
- 天候などにより、やむなく農作業体験などの予定が変更中止となる場合があります。その場合は事前にお知らせしますが、年会費の返金はできません。
- 保全委員会または委員に過失が認められる場合をのぞき、稲倉の棚田で活動中の盗難や事故については一切の責任を負いません。ただし、レクリエーション保険に加入していますので活動中に怪我をされた場合はお申し出ください。
- 稲倉の棚田までは各自でご来場いただきますようお願いいたします。