

安藤百福センタートレイルマップ



HOHOFUKU
ANDO
CENTER
安藤百福記念 自然体験活動指導者養成センター

御牧ヶ原コース

距離9.3km / 高低差130m / 徒歩約2時間30分
半日がかりのコースです。丘と森とため池の織りなす
田園風景と、晴れた日には浅間連峰、北アルプス、
八ヶ岳の大パノラマが広がります。

1～33 御牧ヶ原コース 道標ポイント

御牧ヶ原の歴史と風景

千曲川の西岸の崖線を登ると、その上にはひろびろとした御牧ヶ原の平らかな
台地が広がっています。ゆるやかな起伏が美しい丘と森と田園の風景を生み出し、
丘の上からは四方に信州の山並みのパノラマを楽しむことができます。
御牧ヶ原の地名は、奈良・平安時代にここが朝廷に献上する馬の牧場だった
ことに由来します。しかしその後は、水がながために長らく無人の原野と化して
いました。明治時代に入り、千曲川沿いの集落の人々により、開拓が始まりまし
た。森を開き、台地上で約400ものため池を掘りました。昭和40年代の大規模
な土木事業により、やっと水の確保が容易となったそうです。
じっくりと歩いてみる事で、開拓地としての独特の集落景観、水辺と森による生
態系の多様さが実感できるコースです。

0 100 200 300 400 500m



- (凡例)
- ◎ 解説ポイント
 - WC トイレを借りられる
 - 🏠 眺望のよい場所
 - 🏪 店、喫茶店等
 - 🗿 石仏、道祖神等
 - 🏪 飲み物自販機
 - 🌿 植物、草木
 - 🅑 駐車できる場所

御牧ヶ原の白土ばれいしょ

ばれいしょ畑と浅間連峰

準高冷地で降水量が少なく、有機質を含む重粘度質の小諸市御牧ヶ原台地で生産され、肌白でホクホクとした甘味が味わえます。主に高級料亭で消費され、一般的に出回る事が少ない特産品です。

View Point

茶房 読書の森

喫茶と軽食の店。基本的には年中無休。営業時間 10時～18時。TEL0267-25-6393

コーヒーでもいかが。

View Point

眺望の丘

360°の山のパノラマを楽しめる

View Point

コッペリー

ベーカリー&カフェ。休業日不特定。営業時間 10時～16時。

View Point

御牧ヶ原の自然と昆虫

畑と田んぼ、そしてたくさんのおきなため池。点在する雑木林。浅間山を背景に箱庭的に凝縮された小さな自然は、多様な環境を生み出し、多くの昆虫たちをはぐくんでいる。御牧ヶ原だけで、恐らく1万種以上の昆虫が住んでいるのではないかと思う。カタクリに舞うヒメギフチョウが春を知らせ、夏にはゲンジボタルやオムラサギが舞い、ヤマギヤクヌギの樹液にクワガタやカブトが集まる。オオルリジミやマダラヤンマといった全国的に希少な昆虫が住むのも特筆すべきことだ。

▲御牧ヶ原にはため池が多く残っているので、マダラヤンマも残っています

▲草刈されたため池と田んぼの風景がヒメシロチョウの舞う原風景です

▲夏の御牧ヶ原の雑木林には、樹液を求めてカブトムシが集まります

▲エノキがある雑木林だからこそ国蝶オムラサギがいます

▲夏、オニヤンマは道の上を行ったり来たりしています

海野和男 (うんのかずお)

1947年東京生まれ。日本を代表する昆虫写真家。1990年より小諸市にアトリエを構え、デジカメ日記「小諸日記」を毎日更新。

千間無池のむこうに浅間山

View Point

農大の丘の上からの浅間連峰のパノラマ

View Point

- 歩く時のマナー**
- ・ゴミを落とさない
 - ・田畑に入らない
 - ・明るく挨拶さわやかに
 - ・道路横断に注意
 - ・道路はひろがらずに
 - ・写真以外はとらない
 - ・ヘビやハチ等に注意