

# 鏡池

(かがみいけ)



全景



戸隠山を望む観光客

## ため池の概要

### □ため池の所在地

長野県長野市

### □ため池の特徴

鏡池は、上信越高原国立公園内にある農業用ため池で、湖畔の樹木が芽吹きから紅葉まで湖面を美しく彩り、湖面に戸隠山が映る風景は非常に人気があります。

標高約1000mの高冷地にあり冷害を受けやすい地域ですが、この温水ため池で温められた水を利用することで、冷害の影響を受けることなく安定した品質の水稲が栽培できるようになっています。

戦前まで水田耕作はほとんど行われておらず、他地域から食用米を確保していたこの地域にとって、開田は長い間の悲願でした。ほとんどが傾斜地の棚田ですが、水稲栽培に適した用水が十分に確保されているため耕作放棄される農地はなく、美しい田園風景が保たれています。

ため池を一周する遊歩道は周辺の観光スポットに通じており、散策やトレッキングを楽しみに訪れる人が多く、冬季は結氷した湖面がクロスカントリーの人気コースとなっています。

また、生物の多様性を支える自然環境が良好に保全されています。戸隠は日本有数の小鳥の生息地でもあり、鏡池でも春と秋のタカの渡りや、カワセミなどの姿を見ることができます。

日本で初めてラジオから野鳥の声を流したのは、野鳥の種類が豊富な戸隠であり、遊歩道の脇には「NHK小鳥の声放送記念碑」が建っています。

## 関連情報

戸隠観光協会ホームページ

<http://togakushi-21.jp/sight/kagamiike/kagamiike.html>

# 菅大平温水ため池(あやめ公園池)

(すげおおだいらおんすいためいけ(あやめこうえんいけ))



全景



立派に育ったアヤメ



ため池を散歩するキツネ

## ため池の概要

### □ため池の所在地

長野県木曾郡木祖村

### □ため池の特徴

標高900~1100mに造られた農業用ため池で、池の畔はアヤメ園として地域内外から親しまれています。

木祖村の稲作は、農業用水の低温障害に悩まされていましたが、昭和48年にこの温水ため池が築造されたことにより、米の生育が良くなり、木祖村の農業振興は大きく発展しました。現在も貴重な農業用水として40haの水田を潤しています。

また、アヤメ園は、地元の人たちが昔から池周辺に自生していたものを、株分けや増殖を行いながら苦労して大事に育てたものです。

キツネなど様々な動物が水辺を中心とした生活しており、生物の多様性も富んでいます。また、ため池には、ブラックバス等の外来魚は存在せず、地元でもコイやワカサギなどの在来魚を守る取り組みを行っています。

## 関連情報

# 赤沼ため池（女神湖）

（あかぬまためいけ（めがみこ））



全景



夏の女神湖と蓼科山



ビーナスマラソン大会

## ため池の概要

### □ため池の所在地

長野県北佐久郡立科町

### □ため池の特徴

赤沼ため池は、通称女神湖として親しまれており、蓼科山、白樺湖などが隣接し、周遊道路なども整備されている美しい池です。

昭和41年に、疏水百選にも選ばれた、約400年前に開削された「塩沢堰」等を水源とする農業用ため池であり、有効貯水量26万m<sup>3</sup>を有し約1500haの水田地域を潤しています。

6月にはこれを利用した白樺高原ビーナスマラソン大会が開かれ、8月は白樺高原花火大会の会場となるなど、年間約200万人が訪れる白樺高原のシンボリックな存在となっています。

## 関連情報

立科町ホームページ

<http://www.town.tateshina.nagano.jp/>

# 山越池と大池

(やまこしいけとおおいけ)



全景



山越池から展望する北アルプス

## ため池の概要

### □ため池の所在地

長野県上田市

### □ため池の特徴

1670年(寛文10年)築造のため池で、現在も下流に位置する水田を潤しています。

規模の大きなため池ではありませんが、集落の水田の重要な水源として利用され、また昔は子供たちの夏の水泳、冬のスケート場として親しまれてきました。

標高800m付近にあるため眼下には上田の市街地を見下ろし、遠くには北アルプスが一望にできる景観は素晴らしく、散策路等も整備され、地域の人々に親水空間としても親しまれています。

## 関連情報

# 千人塚城ヶ池

(せんになづかじょうがいけ)



全景



桜が彩る“千人塚城ヶ池”

## ため池の概要

### □ため池の所在地

長野県上伊那郡飯島町

### □ため池の特徴

城ヶ池は、昭和11年に北山城の堀を利用して造られた農業用ため池で、中央アルプスを屏風としたすばらしい景観に恵まれ、春は堤体の干本桜、つつじ、あじさい等が咲きほこり、秋は紅葉と四季を通じて楽しむことができます。

中央アルプス県立公園の指定を受け、渡り鳥(ツバメ、鶺鴒)も飛来しています。

また城ヶ池は農業用の温水ため池として、与田切水系を水源とした七久保用水、横沢用水から導水し、貯水して温めた後、下流の水田約200haに配水しています。

ため池がある千人塚の歴史は古く、1582年、この地にあった北山城が織田信長の軍勢に破れ、その戦いで亡くなった兵士の遺体や武具を埋めて塚としたとされています。

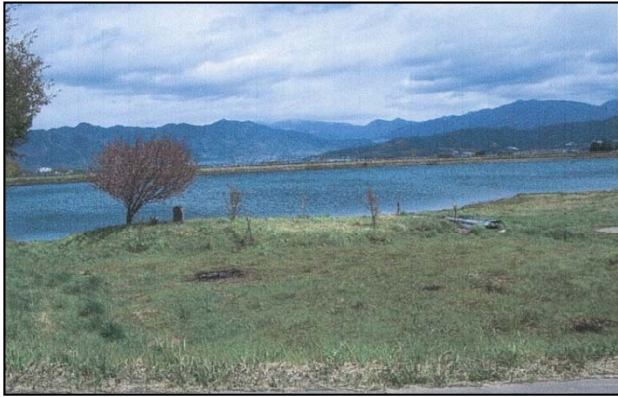
## 関連情報

飯島町ホームページ

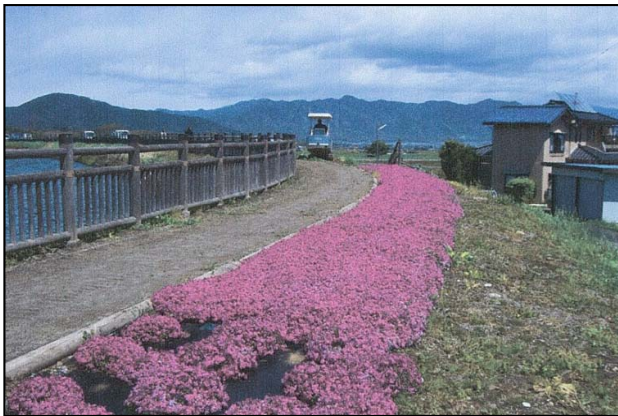
<http://www.town.iijima.nagano.jp/iijima/kankou/spot/sennin/sennin.html>

# 塩田平のたため池群

(しおだだいらのたためいけぐん)



全景



舌喰池の遊歩道と芝ザクラ

## たため池の概要

### □たため池の所在地

長野県上田市

### □たため池の特徴

塩田平は年間降水量900mmと全国有数の寡雨地域で、江戸時代から数多くのたため池が造られてきました。

その数は大小合わせて100ヶ所にも及び、塩田3万石と言われる900haの水田に今も豊かな水をもたらし、地域の農業の礎を担っています。

塩田平には、江戸初期から伝わる民話がある池、白鳥の飛来地となっている池、マダラヤンマの生息地となっている池、蓮や桜の花の名所となっている池など主な池が41ヶ所あり、塩田平の美しい自然に抱かれて豊かな景観を創り出し、地域の人々の日常的な水辺、親水空間として親しまれています。

また、たため池にまつわる民話が数多く残されており、地元では民話に関する催しを開催しています。

たため池群の一つ「舌喰池」は、昔この池が造られた頃、土手から水が漏れて十分に水をためることが出来ず、池を改修するにあたり土手に「人柱」をいれたとの言い伝えに由来するものです。くじ引きで美しい娘さんが「人柱」に選ばれ、当日前夜に身の不運を嘆いて舌を喰いきり、池に身を投げて死んでしまったとの悲しい民話が受け継がれています。

## 関連情報

塩田の里交流館(愛称とっこ館) お問い合わせ先(TEL)0268-39-7250

# 和池

(かのういけ)



全景



和池に植樹された桜の木

## ため池の概要

### □ため池の所在地

長野県東御市

### □ため池の特徴

和池は、烏帽子岳南斜面の標高1000mの豊かな自然の中にあるため池で、185haの水田用水の源として利用されています。

全国でも有数の寡雨地域(年間900ミリ)で千曲川より高い位置にある扇状地に、水田耕作の水源を確保するために築かれたため池で、村民総力を挙げて苦勞の末、昭和29年に完成しました。

周辺には桜の苗木が植樹され景観保全にも配慮されています。また、冬季には、鴨などの渡り鳥が飛来し、今は少なくなった「くちぼそ」も多く生息しています。

また、食草のナンテンハギを移植して蝶の保護を行っているなど、自然そのままを大切に守られてきているため池です。

管理は、水利組合の委員が中心となっていますが、防災ため池としての役割も担っており、地域全体での保全活動を行い、その費用の一部は全区民で負担しています。

## 関連情報

# 茶屋池

(ちややいけ)



全景



残雪と若葉のコントラスト

## ため池の概要

### □ため池の所在地

長野県飯山市

### □ため池の特徴

茶屋池は、「長野の自然100選」にも選定されたなべくら高原の原生ブナ林に囲まれた農業用ため池で、現在でも飯山市の水田300ha余りを潤す貴重な水源となっています。

平成20年に全線開通した「信越トレイル」の拠点のひとつとして県内外から訪れる人も多く、新緑や紅葉の時期の素晴らしい景観が有名です。

冬季には「キレンジャク」「オオマシコ」「ツグミ」「マミチャジナイ」などの渡り鳥が飛来します。周辺の湿地には「オオイワカガミ」の群生地も存在し、自然豊かな環境が今でも守られています。

もとは火山活動でできた窪地に水が溜まった天然の池があり、この池を江戸時代(1600年代)に、「用水の神様」と言われた飯山藩の野田喜左衛門がため池として整備したものです。

ため池の安定した用水は、地域の担い手農家や集落営農組合の増加にもつながっています。

茶屋池用水委員会では、毎年6月に弁天祭(水神祭)を行い、豊作と災害のないことを祈念し、池面に笹舟を浮かべる儀式が続けられています。

## 関連情報

長野県農政部ホームページ

<http://www.pref.nagano.jp/nousei/nochi/agriobje/07iiyama/05tame.htm>

# 沼の池

(ぬまのいけ)



全景



初夏のため池とレンゲツツジ



ため池から引き上げられた石祠

## ため池の概要

### □ため池の所在地

長野県飯山市

### □ため池の特徴

沼の池は、高原リゾートとして有名な斑尾高原にあるため池で、江戸時代に飯山藩の新田開発の貴重な水源として築造され、現在でも水田140haを潤しています。

堤体近くの弁天島に弁財天が祀られており、江戸時代から弁天祭(水神祭)が行われていましたが、昭和12年に弁財天石祠が水没し、一時途絶えていました。平成5年の堤体改修工事の際に石祠が引き上げられて以来、60年ぶりに弁天祭が復活し、現在も土地改良区(沼の池用水委員会)により毎年5月に行われています。

斑尾山を背景にした四季折々の景色が美しく、特に朝霧や夕霧が出たときの眺めは幻想的で、また周辺には、「ミズバショウ」「レンゲツツジ」など高原の花々が保全されています。

池のほとりには、この地域では珍しく飯山市天然記念物に指定されている「ヤエガワカンバ」があり、沼の池用水委員会が池の管理と併せて保全しています。また、池周辺の湿地には「ミズバショウ」の群生地があり、木道が整備されています。

冬季には「アトリ」「カケス」「ジョウビタキ」などの渡り鳥も飛来し、動植物の宝庫ともなっています。

「信越トレイル」や「遊歩百選」に選定された「斑尾高原トレッキングトレイル」の人気スポットとなっており、県内外からたくさんの人々が訪れています。

## 関連情報

斑尾高原観光協会ホームページ  
<http://madarao.tv/>

# 八千穂レイク

(やちほれいく)



全景



日本一の白樺群生地



イワナが生息する水路

## ため池の概要

### □ため池の所在地

長野県南佐久郡佐久穂町

### □ため池の特徴

八千穂レイクは、北八ヶ岳の東麓に位置する日本一の白樺群生地に造られた農業用ため池です。

昭和初期より農業用水の確保に苦しんでいた千代里、勝見沢地区のために、昭和48年に温水ため池として築造されました。現在でも基幹的な水利施設として約270haの農地を潤しています。

遠く浅間山、秩父山系を見渡すことができる美しい景観を持っており、森林からは野鳥のさえずりが聞こえ、四季折々の草花にはヒョウモンチョウ、アサギマダラなどの蝶が飛んでいます。

また、八千穂レイクの流入水路は魚(イワナ)の産卵床など自然観察ゾーンとしても利用されており、夏は管理釣り場、水辺の体験、魚のつかみ取りなどで賑わっています。

春と秋には地元ボランティア団体や湖面利用者が率先してゴミ拾いを行っています。

## 関連情報

八千穂高原ホームページ  
<http://yachiho-kogen.jp/>

# 荒神山ため池（たつの海）

（こうじんやまたためいけ（たつのうみ））



6種類の桜が咲き誇る



荒神山さくら祭りの花火

## ため池の概要

### □ため池の所在地

長野県上伊那郡辰野町

### □ため池の特徴

荒神山ため池は、沢底川より600mポンプアップした水を温めて水田に配水する温水ため池として、ブランド米「上伊那米」を生産する下流の水田33haを潤しています。

春には、湖上に約150匹の鯉のぼりが泳ぎ、約800本のソメイヨシノ、彼岸桜、八重桜、大山桜、しだれ桜、山桜が咲き乱れる中で「荒神山さくら祭り」が開催され、県内外から多くの花見客が訪れます。

また、周辺一体は荒神山スポーツ公園として整備されており、白鳥やアヒルのいる親水公園は、町内外の保育園児が遠足などで利用しています。

## 関連情報

辰野町ホームページ

<http://www.town.tatsuno.nagano.jp/tatsunosypher/www/info/detail.jsp?id=1501>

# 大池

(おおいけ)



全景



植生豊かなため池湖畔

## ため池の概要

### □ため池の所在地

長野県千曲市

### □ため池の特徴

大池は、『田毎の月』で有名な姥捨の棚田30haを潤しています。市の景観形成重点地区にも指定されているこの棚田では、原風景を保全しつつ、都市住民との交流を深めるため「棚田オーナー制度」が実施され、毎年田植えや稲刈りが盛大に行われています。

この地には350年前に造られた1つのため池があり、戦中戦後の混乱期に食糧増産の国策によって、この池を5年かけて階段式の3つのため池にしたのが現在の大池で、三峰山からの湧水を温める効果を持たせています。

聖山高原県立自然公園内の千曲高原に位置し、表日本と裏日本の植物分布の境界にあたることから、周辺一帯は300種を超える貴重な高原植物や高山にしか生息しない珍しい昆虫などの住む日本海系動物の宝庫ともなっています。

地域では協働の森づくりとして、継続的な植樹活動が行われ、ため池の水源や豊かな生態系を支える周辺森林地帯の保全活動が行われています。

また、「大池市民の森」として、キャンプ場、遊歩道が整備され、グリーンツーリズムによる地域活性化の場としても利用されています。

## 関連情報

千曲市ホームページ <http://www.city.chikuma.nagano.jp>

指定管理者ホームページ <http://ooike-chikuma.jp/>

# 六道の堤

(ろくどうのつつみ)



全景



桜咲き誇る“六道の堤”

## ため池の概要

### □ため池の所在地

長野県伊那市

### □ため池の特徴

六道の堤は、嘉永元年(1848年)高遠藩領主・内藤頼寧の命により開墾された六道原を潤すために行われ、現在でも、水田約30haの水源として利用されています。

春には、堤体に植えられた桜がその水面に映り、美しいコントラストが素晴らしく、【伊那市 まほらいな いいところ百選】にも選定され、県内外から多くの方が訪れています。

ため池は、笠原区(美篤富士塚地域・農地・水・環境を守る会)により維持管理が行われています。

## 関連情報

日本ねっ島ホームページ

<http://www.piconet.co.jp/nippon-net/nippon.cgi/see/14060>