

馬瀬地方自然公園



自然を活かした個性ある地域づくり、それは住んでのんびり、訪れて豊かな心になれる郷づくりをフランスの「地方自然公園制度」をモデルにして、馬瀬の全域を「馬瀬地方自然公園」と呼んで、自然と共生しながら持続可能な発展をめざす新たなむらづくり活動を行っています。

「馬瀬地方自然公園」 とは？

私たちの想い

私たちが住む馬瀬地域は、全国有数の清流といわれる馬瀬川、豊かな森林、その狭間の僅かな田や畑が織りなす風景、そして、この自然からの恵みを受けて、古くから続けられてきた生活と伝統文化が、私たちに今、限りない癒しを与えています。そんなかけがえのない私たちの資源を守るべく、自然と共生しながら持続可能な発展をめざす新たなむらづくり活動を2004年から開始しました。地元住民が中心となって組織した馬瀬地方自然公園づくり協議会が主体となり行政と協力しながら、住民憲章の制定、景観保全活動、特産品開発などをはじめとした自然公園づくりを通じて地域の活性化に取り組んでいます。

主な取り組み

1 美しい村づくり



馬瀬川エコリバーシステムと溪流魚付き保全林

馬瀬は森林面積が95%を占める山村で、水源の森は豊かな水を生み出します。山水は丹精込めた棚田を潤し、初夏になると人々は山里の恵みを朴葉に包みます。里をめぐる水は、清流馬瀬川の豊かな苔を育て、溪流魚のふるさとになります。森、川、農地、人が共生する農村生態系「馬瀬川エコリバーシステム」が、美味しい鮎と美しい風景を育て、人々に安らぎを与えます。

このように鮎をはじめ多くの溪流魚にやさしい森林を人々は守っています。その広さは馬瀬全域の26%にもなり「溪流魚付き保全林」に指定して保全しています。馬瀬川の流域を中心とする自然生態系の保全（水質保全、水量の確保、動植物の保護、河川の保全、森林や農地の適正管理など）に努めながら、山村景観の保全を図っています。

2 馬瀬の恵み



馬瀬地方自然公園づくり協議会では、馬瀬地域の地域資源を活用し開発された商品や伝統的な商品を馬瀬地域外の商品と差別化を図り、馬瀬地域のイメージの向上、馬瀬地域の活性化に資することを目的に「馬瀬地域産品」として認定しています。協議会が公正に商品の審査を行い保証（認定）するとともに、消費者に分かりやすいロゴマークを制定し、商品に貼付しています。

3 農泊体験プログラム



馬瀬地域は、農林水産省「SAVOR JAPAN（農泊食文化海外発信地域）」に認定されています。「日本で最も美しい村」連合に加盟する美しい農村景観、鮎や米といった優れた食を味わい、農村の自然と伝統的文化を体験する滞在型農村観光地域を形成し、「本物の日本」を求めるインバウンド向けに魅力を発信し続けています。

美しい村 馬瀬

日本のほぼ真ん中、南飛驒の山間に位置し、
南北 28km に 10 の集落が点在し、
中央を縦断するように馬瀬川が流れる 森と清流の里。

全域



馬瀬十景

地域づくりには住民が自分の地区に愛着と誇りを持つことが重要。10 の集落の住民を対象に調査し、自分の集落の中で一番美しいと感じる場所を選んでもらったのが「馬瀬十景」です。

A



日本の原風景（数河）

澄んだ空気ときれいな水の良質な環境が、
お米コンクール金賞の「水源米 馬瀬ひかり」
を育ててくれます。

B



中切テラス（中切）

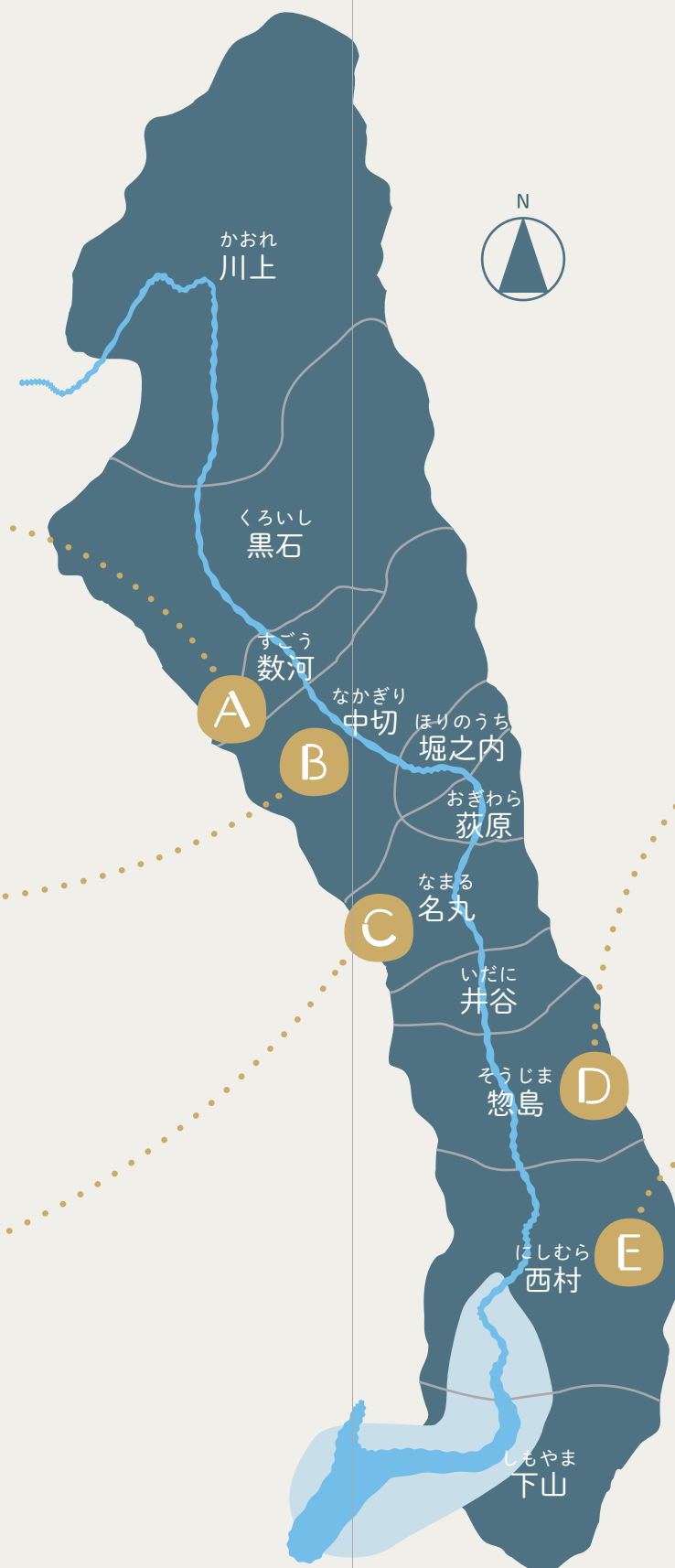
馬瀬のど真ん中、中切地区には住民手作りの展望台が設置されています。エリア内の眺望スポットはなんと 3 か所。見る角度や時間によってさまざまな表情を楽しむことができます。

C



くるみ淵（名丸）

50 以上ある馬瀬川の淵は底まで見とおせ、
エメラルドグリーンに輝く美しい水は、眺
めているだけで英気を養うことができます。



全域



清流馬瀬川

標高差 240m の急流と、澄みきった清らかな水の馬瀬川に生息するアユ、アマゴなどは、形、大きさ、味どれをとっても天下一品と称されています。

全域



地域で育む自然公園

「地域の自然を残そう」、「馬瀬の独自性を活かした地域づくりをしよう」といった住民の熱意から馬瀬地方自然公園は成り立っています。

D



溪流魚付き保全林（惣島）

馬瀬川やその支流に生きる溪流魚の生息環境を守るために指定した森林です。そして森、川、農地、人が共生する農村生態系を「馬瀬川エコリバーシステム」と呼んでいます。

E



里山ミュージアム（西村）

集落を丸ごと博物館に見立て、美しい里山景観を保全しながら、そこで営まれてきた暮らしの知恵や技を、多くの人に伝え、体験してもらう取り組みも進めています。



馬瀬の恵み

馬瀬地域で生産され、安全で安心かつ美味しいと品質の優れた商品を
「馬瀬地域産品＝馬瀬の恵み」として認定しています。

馬瀬川上流鮎

馬瀬川上流漁業協同組合管内で、友釣り、張り網、ヤナ漁で捕獲された天然鮎で、同組合が買い上げた活魚または瞬間冷凍保存したものを「馬瀬川上流鮎」と呼びます。10年に一度開催の「利き鮎会スペシャル in TOKYO」においてグランプリに輝き、名実ともに日本一の鮎となりました。

馬瀬川上流漁業協同組合 TEL 0576-47-2434



水源米 馬瀬ひかり

水源米「馬瀬ひかり」は「平成の名水百選」に選定されている清流馬瀬川流域の上質な水を使い、「ぎふクリーン農業 50」に登録し減化学肥料、減農薬の基準を守り育てています。清流馬瀬川の「日本一の鮎」のために田んぼから肥料や農薬、濁水が流れ出るのを防ぐ環境保全の取り組みも行いながら作られた上質な甘さと旨さが特徴のお米です。

ホテル美輝 TEL 0576-47-2641
ふれあいファーム TEL 0576-47-2500



馬瀬の麦味噌

周囲を山で囲まれ、冬は積雪も多いことから、馬瀬では古くから特有の食文化を形成し、食料の保存として発酵食品の技術は伝統的に受け継がれてきました。全国的には米麴が主流ですが馬瀬では麦麴を使用しており甘めで麦の香りが豊かな味です。食物繊維やたんぱく質が多く塩分が少ないことも特徴のひとつです。

さんまぜ工房 TEL 0576-47-2133
ホテル美輝 TEL 0576-47-2641



寝ずし

寝ずしは麴を用いたいわゆる伝統的な発酵食品で馴れずしの一種です。馬瀬では正月の伝統料理の一つとして長年作られてきました。麴の取り扱いに関する知識、経験が必要なこと、冬の寒冷地でないと長期の保存が難しいため、家庭の主婦が長年伝えられてきた製造、保管などのしきたりを守り、家庭の味として伝えてきた伝統的食品です。

さんまぜ工房 TEL 0576-47-2133



花あられ

正月に飾った「花餅飾り」の枝に付けた紅白の餅の小片を桃の節句まで保管し、それを油で揚げた「あられ」をつくり、子供たちのおやつにしてきた風習があります。原料の餅の着色は、人工の着色料を避け、菱餅同様に野菜、山菜を用い、自然の彩りを採用しています。餅の裁断も手作業で行い温かさや健康に良い手づくりの味にこだわっています。

さんまぜ工房 TEL 0576-47-2133



ほうば 朴葉寿司

古くから田植えの時期は忙しいため、酢飯を朴の木の葉で包んで田んぼへ持って行き食べられていました。朴葉には殺菌効果があると言われ食品を包むことに気付いた昔の人の知恵が伺われます。酢飯に鰯を混ぜ、薬味に山椒、みょうが、生姜を添えるなど家庭によってさまざまな味を楽しむことができます。

さんまぜ工房 TEL 0576-47-2133
(株)丸万 TEL 0576-47-2338

菱餅

馬瀬では、桃の節句には自宅で餅をつき、赤、白、緑に彩られた菱餅を作り、ひな壇に飾って祝ってきた風習があります。近年は、自宅で餅をついて飾る風習も伝承が難しくなっており、さんまぜ工房では餅の着色に野菜（カボチャ、紫イモ、タカキビ）、山菜（ヨモギ）を使い、自然の素材の持つ彩りを活かすとともに、風味を味わせる5色の菱餅を作り続けています。

さんまぜ工房 TEL 0576-47-2133



農泊体験プログラム

馬瀬地域には美しい景観のほか、馬瀬の恵みをはじめとした地域色豊かな料理が存在しています。のどかな風景を眺めつつ、美味しい料理を食べる、「日本一美味しい村、美しい村づくり」をコンセプトに景観と味を活かした滞在プログラムづくりも行なっています。

火ぶり魚



秋に産卵のため川を下る「落ち鮎」の習性を利用して松明の炎と音で網に追い込む伝統的な漁法です。秋風が吹く夕暮れ、松明の炎がまろやかな光を放ち、漁師たちの哀愁漂うかけ声が川全体に響き渡り、幻想的な空間が広がります。



📅 9月

💰 観覧は無料

📞 ホテル美輝 0576-47-2641

五平餅づくり体験



地元のお母さんたちに習って、タカキビ入りのご飯を潰すところから一緒に体験できます。えごまタレ、味噌タレの2種類の味が楽しめます。囲炉裏の炭火で焼く五平餅は食欲をそそります。ぜひ馬瀬の味を楽しんでみて下さい。



📅 通年

💰 1時間 1,500円

📞 水辺の館 0576-47-2841

魚つかみ体験



小さなお子さんから、大人まで童心に返って楽しめるのがあまごのつかみ取り体験です。水辺の館敷地内の池で、素足で水の冷たさを感じながら、魚を追いかけます。捕まえたあまごは、そのままバーベキュー場で塩焼きにして召し上がれます。



📅 5月～10月

💰 5匹 2,000円

📞 水辺の館 0576-47-2841

釣り体験



ガイドの講師が丁寧に釣り方を教えてくれるので、初心者でも安心です。釣りをする道具は全て揃っているので手ぶらで、気軽に参加していただけます。ご家族で、お友達同士で、カップルで釣りを楽しんでみませんか。



📅 6月末～8月末

💰 2時間 10,000円

📞 水辺の館 0576-47-2841

E-Bikeツアー



E-Bikeに乗って馬瀬を巡るサイクリングツアーです。経験豊富なガイドが地域の文化や穴場スポットをご案内します。地元の方との交流を楽しめるのも醍醐味の一つ。地元ランチ付きのプランなどもありどっぷりと馬瀬に浸かることができます。



📅 3月上旬～12月下旬

💰 2時間 5,000円～

📞 UMESEKO TOUR 080-2600-4778



一般社団法人馬瀬地方自然公園づくり協議会

〒509-2612 岐阜県下呂市馬瀬名丸 406

TEL : 070-4350-1543 / FAX : 0576-47-2621

..... 加盟団体

