

春蘭の里 農家民宿紹介シート

<h2>満作の宿</h2>  <p>満作の宿 岐阜県守山市 満作 住所: 岐阜県守山市満作 電話: 0576-47-3822</p> <p>特徴 岐阜県守山市満作に位置する宿。農家の暮らしを体験できる。山菜料理が人気。お風呂は露天風呂。お食事処も併設。お土産も販売。お風呂は露天風呂。お食事処も併設。お土産も販売。</p>	<h2>かきお</h2>  <p>かきお 山梨県 加茂市 住所: 山梨県加茂市加茂 電話: 055-242-1111</p> <p>特徴 山梨県加茂市に位置する宿。お食事処も併設。お土産も販売。お風呂は露天風呂。お食事処も併設。お土産も販売。</p>	<h2>ぜんべ</h2>  <p>ぜんべ 山梨県 加茂市 住所: 山梨県加茂市ぜんべ 電話: 055-242-1111</p> <p>特徴 山梨県加茂市に位置する宿。お食事処も併設。お土産も販売。お風呂は露天風呂。お食事処も併設。お土産も販売。</p>	<h2>与助</h2>  <p>与助 山梨県 加茂市 住所: 山梨県加茂市与助 電話: 055-242-1111</p> <p>特徴 山梨県加茂市に位置する宿。お食事処も併設。お土産も販売。お風呂は露天風呂。お食事処も併設。お土産も販売。</p>
<h2>思い出</h2>  <p>思い出 山梨県 加茂市 住所: 山梨県加茂市思い出 電話: 055-242-1111</p> <p>特徴 山梨県加茂市に位置する宿。お食事処も併設。お土産も販売。お風呂は露天風呂。お食事処も併設。お土産も販売。</p>	<h2>磨郷</h2>  <p>磨郷 山梨県 加茂市 住所: 山梨県加茂市磨郷 電話: 055-242-1111</p> <p>特徴 山梨県加茂市に位置する宿。お食事処も併設。お土産も販売。お風呂は露天風呂。お食事処も併設。お土産も販売。</p>	<h2>ゆうか庵</h2>  <p>ゆうか庵 山梨県 加茂市 住所: 山梨県加茂市ゆうか庵 電話: 055-242-1111</p> <p>特徴 山梨県加茂市に位置する宿。お食事処も併設。お土産も販売。お風呂は露天風呂。お食事処も併設。お土産も販売。</p>	<h2>じろしろ</h2>  <p>じろしろ 山梨県 加茂市 住所: 山梨県加茂市じろしろ 電話: 055-242-1111</p> <p>特徴 山梨県加茂市に位置する宿。お食事処も併設。お土産も販売。お風呂は露天風呂。お食事処も併設。お土産も販売。</p>
<h2>春蘭の宿</h2>  <p>春蘭の宿 山梨県 加茂市 住所: 山梨県加茂市春蘭の宿 電話: 055-242-1111</p> <p>特徴 山梨県加茂市に位置する宿。お食事処も併設。お土産も販売。お風呂は露天風呂。お食事処も併設。お土産も販売。</p>	<h2>清龍坊</h2>  <p>清龍坊 山梨県 加茂市 住所: 山梨県加茂市清龍坊 電話: 055-242-1111</p> <p>特徴 山梨県加茂市に位置する宿。お食事処も併設。お土産も販売。お風呂は露天風呂。お食事処も併設。お土産も販売。</p>	<h2>二子山牧場</h2>  <p>二子山牧場 山梨県 加茂市 住所: 山梨県加茂市二子山牧場 電話: 055-242-1111</p> <p>特徴 山梨県加茂市に位置する宿。お食事処も併設。お土産も販売。お風呂は露天風呂。お食事処も併設。お土産も販売。</p>	<h2>春蘭の宿</h2>  <p>春蘭の宿 山梨県 加茂市 住所: 山梨県加茂市春蘭の宿 電話: 055-242-1111</p> <p>特徴 山梨県加茂市に位置する宿。お食事処も併設。お土産も販売。お風呂は露天風呂。お食事処も併設。お土産も販売。</p>



満作の宿

松井三代治／きよ子

特徴

雑木林を整備し、薪を集め、炭を焼き、田畑では、作物を栽培し、小川では、小魚を採り、鶏も育てる里山の暮らしを体験できます。

母屋は、能登の伝統的木造住宅で囲炉裏があります。水は、湧水、山から引いた湧水の音が楽しめます。風呂は、湧水を薪で焚く柔らかく暖まる風呂。

囲炉裏

ご主人の本業は、大工さん。囲炉裏をはじめとして、烏骨鶏の小屋、炭焼小屋など、何でも手作りです。

食事

ご主人が採るキノコ、自家用のはざかけ米
奥さんの菜園で採れる有機野菜と地元産のヤマメ、カジカ、モロコの炭火焼き料理。そして、ご主人が育てている烏骨鶏の卵や肉。
ベジタリアンの方には、キノコと無農薬野菜、はざかけ米でも十分楽しんでいただけるお食事です。



野菜畑の手伝いコース(4月~11月)

- 9:00 畑の草取り、畝作り、畑づくり
野菜収穫
- 12:00 お昼
収穫野菜まるかじり、丸ごとお料理
(お昼寝)
- 14:00 午後の畑作業
川で水浴び
- 16:00(自由参加)
薪割、焚きつけ
輪島塗りの漆器ふき
- 18:30 夕食(囲炉裏で炭火焼き)



タケノコ、フキ等

- 16:00 (自由参加)
薪割、焚きつけ
輪島塗りの漆器ふき
- 18:30 夕食(囲炉裏で炭火焼き)



おいしい恵みコース(5~6月/9~11月)

- 8:40 宿出発
- 9:00 山で収穫作業(季節の恵み: 筍や山芋堀り)
- 11:00 里山で山菜摘み
カタハ、コシアブラ、モチグサ他
- 11:30 里山を出発
- 12:00 お昼
摘んだ山菜の天ぷらやおひたし
(お昼寝)
- 14:00 保存食加工

山のくらしコース(11月中旬~3月中旬)

- 9:00 山で準備体操・安全指導
木の伐採、ほだ木づくり、薪づくり
キノコ植菌
- 11:30 山出発
- 12:00 お昼
- 13:00 竹スキーやそりづくりと冬山の遊び
- 15:30 かき餅づくりとおやつ時間
- 16:00 (自由参加)
薪割、焚きつけ
輪島塗りの漆器ふき
- 18:30 夕食(囲炉裏で炭火焼き)



川遊びコース(6月中旬～10月中旬)

- 9:00 川の整備作業
- 10:00 伝統的な竹網での魚採り、水遊び
- 12:00 お昼
ゴリ（カジカ）の炭火焼き他
（お昼寝）
- 14:00 集落散歩
野菜の収穫
- 16:00(自由参加)
薪割、焚きつけ
輪島塗りの漆器ふき
- 18:30 夕食（囲炉裏で炭火焼き）



里山イニシアティブ・生物多様性保全活動実施中 企業CSR活動／高校生等による里山保全活動へ のご支援ご協力をお願いします

- ・COP10 現地視察箇所・里山林の整備活動
- ・春蘭の里の耕作放棄地の整備活動
- ・河畔林の整備、耕作放棄地の整備作業

上記を通じて、生物多様性の保全と子どもたちの自然体験活動の場の創出を行っています。



かきお

山下国昭／ミチ子

特徴

裏手が里山林と接する段々畑で、様々な季節の野菜作りが楽しめます。3月から10月までNOTO色スポットにも登録されている季節ごとの花も見どころ。

前の田んぼでは米作りの体験、近くの田んぼに接した小川では魚捕まえや水遊びができ、夕食前の野菜の収穫も楽しみの一つです。



裏山の段々畑の果樹

裏山の段々畑はおいしい果樹の恵みも。煮込んだり、漬けたり、干したり、宿の知恵と技術で、その恵みを存分に生かします。一緒にどうぞ。

・ビワ (6月・シロップ煮)・ウメ (6月末～7月上旬・ジャム作り)・スモモ (7月末・生食で)・カキ (11月・干し柿、焼酎漬、塩漬)・キウイ (11月～12月・生食で)・イチジク (10月末～11月・ジャム作り)・ナツハゼ (アキハゼ) (11月上旬・ジャム作り)・ユズ (11月・味噌漬やポン酢作り)



食事

家の近くで採れる野菜や山菜・キノコのお料理。朝食や昼食では奥さん手作りの自家製パンやピザも楽しめます。季節の野菜や山菜きのこのトッピングが絶妙です。



季節のパン・ピザ作りコース(6月~11月)

- 13:30 果樹の収穫作業
ジャム作り
- 16:00 夕食のための野菜収穫
入浴・自由時間(周辺の花畑散策等)
- 19:00 夕食
-
- 9:00 山菜きのこのピザ作り・パン作り
- 12:00 手作りジャムを付けて昼食



野菜畑の手伝いコース(4月~11月)

- 9:00 畑の草取り、畝づくり、畑づくり
果樹のもぎ取り
- 12:00 新鮮な野菜をおいしくいただく
(野菜でピザトッピングなども)
- 14:00 午後の畑仕事
近くの小川で川遊び
- 16:00 夕食のための野菜収穫
入浴・自由時間(周辺の花畑散策等)
- 19:00 夕食

山暮らしの手伝いコース(10月~3月)

- 9:00 山で準備体操・安全指導
竹の間伐、片づけ作業
- 12:00 お昼
- 13:30 ホダギづくり、運搬作業
- 15:00 おやつ時間
手作りパンと手作りジャムで
- 16:00 夕食のための野菜収穫
入浴・自由時間(周辺の花畑散策等)
- 19:00 夕食



里山イニシアティブ・生物多様性保全活動実施中
企業CSR活動／高校生等による里山保全活動へ
のご支援ご協力をお願いします

- ・ COP10 現地視察箇所・里山林の整備活動
- ・ 春蘭の里の耕作放棄地の整備活動
- ・ 河畔林の整備、耕作放棄地の整備作業

上記を通じて、生物多様性の保全と子どもたちの自然
体験活動の場の創出を行っています。



ぜんべ

中山善生／礼子



特徴

雑木林や谷津田を整備し、山菜や木の実などを採ったり、田畑では作物を栽培し、小川では、生き物を採る里山暮らしを体験できます。家の前には山水を引き込んでドジョウを飼っている水舟があり、風呂は、薪を焚いて沸かす柔らかく暖まる風呂です。

谷津田と里山

家の裏手の谷津田は山菜やキイチゴが採れる散策コース。湧水にはカニ、ドジョウ、サンショウウオなどとの出会いも楽しみです。

食事

御膳の夕食とともに囲炉裏の炭火焼きで香ばしい料理が楽しめます。奥様手作りの周囲の果樹や野菜を使ったお菓子もおいしいです。



里山の手伝いコース(10月～6月)

- 8:40 宿出発
貴船神社参拝
- 9:15 里山到着
安全指導
手のこで小径木の伐採、運搬
(途中奥様の手作りお菓子でおやつ)
- 11:30 山出発
- 12:00 お昼
- 14:00 木の実の収穫、ホダギの運搬、植菌
竹林の手入れなど
- 16:00(自由参加)
薪割、焚きつけ
- 18:30 夕食(囲炉裏で炭火焼き)



おいしい恵みコース(5～6月/9～11月)

- 8:40 宿出発
- 9:00 山で収穫作業(季節の恵み:筍や木の実採り)
- 11:00 里山で山菜摘み
カタハ、コシアブラ、アケビ他
- 11:30 里山を出発
- 12:00 お昼
摘んだ山菜の天ぷらやおひたし
(お昼寝)
- 13:00 保存食加工 フキ等

- 15:00 菜園の手入れ
夕食の野菜収穫
- 16:00 (自由参加)
薪割、焚きつけ
- 18:30 夕食(囲炉裏で炭火焼き)



田んぼビオトープコース(5月～10月中旬)

- 9:00 棚田の周囲の草刈り
川なぎ(河畔林整備)作業
- 10:30 川で生き物とり、水遊び
- 12:00 お昼
- 14:00 田んぼ周辺の生き物観察
集落散歩
野菜の収穫
- 16:00(自由参加)
薪割、焚きつけ
- 18:30 夕食(囲炉裏で炭火焼き)





里山イニシアティブ・生物多様性保全活動実施中
企業CSR活動／高校生等による里山保全活動へ
のご支援ご協力をお願いします

- ・ COP10 現地視察箇所・里山林の整備活動
- ・ 春蘭の里の耕作放棄地の整備活動
- ・ 河畔林の整備、耕作放棄地の整備作業

上記を通じて、生物多様性の保全とこどもたちの自然体験活動の場の創出を行っています。



与助

宮田久治／すいの

特徴

家のすぐ裏手が高台で、日当たりのよい畑と林が広がる。ご主人は元庭木職人で、見事な高台の植木林を散策しながら、奥様が手をかけている畑作業を体験できます。80歳になるとは思えない元気なご夫妻で様々なお話から里の学びが深まります。

母屋と囲炉裏端

母屋は、能登の伝統建築を生かして、高級な材木をふんだんに使った和モダン住宅。屋久杉の襖、天井、大樫の床等で、居間に面して広いスペースが確保されゆったりと過ごせます。

周囲の環境

家の裏は菜園や様々な樹種の植木畑、目の前は山田川の支流が流れ、ヤマメがたくさん泳いでいます。さらに川沿いに奥山へ広葉樹の道が広がり、溪流の水音を聞きながらの里山の散策も楽しめます。

食事

地元の山菜きのこに自家製の野菜を用いたヘルシーな味付け。ご主人の囲炉裏の炭火焼きの川魚も絶品。



野菜畑の手伝いコース(4月～11月)

- 8:00 布団の片づけ作業
 9:00 畑の草取り、畝作り、畑づくり
 野菜収穫
 山水で野菜洗い
 12:00 お昼
 収穫野菜まるかじり、丸ごとお料理
 (お昼寝)
 14:00 午後の畑作業
 川で水浴び
 16:00 入浴・自由時間(里山散策など)
 18:00 夕食(囲炉裏で炭火焼き)



(お昼寝)

- 13:30 山菜などの保存作業等
 15:00 川で魚とり・水遊び
 16:00 入浴・自由時間
 川の音を聞きながら里山探検
 18:00 夕食(囲炉裏で炭火焼き)



里山体験コース(5～6月/9～11月)

- 8:00 布団の片づけ作業
 9:00 裏の高台で、
 林の手入れ、草刈り
 10:30 里山で山菜摘み
 カタハ、コシアブラ、フキ、他
 12:00 お昼
 摘んだ山菜の天ぷらやおひたし

里山イニシアティブ・生物多様性保全活動実施中 企業CSR活動/高校生等による里山保全活動へ のご支援ご協力をお願いします

- ・COP10 現地視察箇所・里山林の整備活動
 - ・春蘭の里の耕作放棄地の整備活動
 - ・河畔林の整備、耕作放棄地の整備作業
- 上記を通じて、生物多様性の保全とこどもたちの自然体験活動の場の創出を行っています。



思い出

山本不二哉／さかの

特徴

築 150 年にもなる茅葺形式の家。庭には山水を引いた洗い場と池があり、里山からの様々な木々に囲まれています。山水を水源とする簡易水道を利用して大変おいしい。囲炉裏を囲んで自家製のカキモチや牡丹餅を作って食べたり、ほっと一息できる宿です。

里山

徒歩 5 分ほどのところにスギ・アテの人工林、雑木林の里山があります。主人が手入れをしており、里山の大切さやその手入れの知恵や技術を学ぶことができます。また季節に応じて、春の山菜、秋のきのこ採りが楽しみです。

畑とコンニャクづくり

コンニャクづくりを中心に畑を営んでいます。春に植え付けをし秋に収穫、冬にかけてコンニャクづくりをします。この自家製のコンニャクは絶品で、直売所等にも出しています。

コンニャクやカキモチづくりのために薪を使います。里山から運んだ薪を割って保存しています。こうした山暮らしの体験も行うことができます。



里山手入れ体験コース(11月～6月)

- 9:00 裏山へ向けて出発
途中で、山菜採り(ワラビ、カタハ等)
里山の手入れ体験(集材・運搬、薪とり)
- 12:00 お昼
摘んだ山菜の天ぷらやおひたし
(お昼寝)
- 14:00 ホダギの運搬・植菌作業など
薪割り体験
- 16:00 入浴・自由時間(周辺散策)
- 18:00 夕食(囲炉裏で炭火焼き)



野菜畑の手伝いコース(4月～11月)

- 9:00 畑の草取り、畝作り、畑づくり
野菜収穫
山水で野菜洗い

- 12:00 お昼
収穫野菜まるかじり、丸ごとお料理
(お昼寝)
- 14:00 午後の畑作業
薪割り体験
- 16:00 入浴・自由時間(周辺散策)
- 18:00 夕食(囲炉裏で炭火焼き)



里山の暮らし体験コース(11～4月)

- 9:00 里山の手入れ
薪とり・薪割り作業
- 12:00 お昼
(お昼寝)
- 13:30 薪で餅ふかし・コンニャク煮等の作業
- 16:00 入浴・自由時間
(自由参加) 薪割り体験
- 18:00 夕食(囲炉裏で炭火焼き)



里山の恵み体験コース(4~6月・10~11月)

- 9:00 山菜・キノコ採り
山の手入れ作業
お昼のぼたもち作り
- 12:00 お昼
摘んだ山菜などを天ぷらやおひたし
(お昼寝)
- 14:00 山菜・キノコの保存作業
(塩漬けなど)
- 16:00 入浴・自由時間
(自由参加) 薪割り体験
- 18:00 夕食 (囲炉裏で炭火焼き)



里山イニシアティブ・生物多様性保全活動実施中 企業CSR活動／高校生等による里山保全活動へ のご支援ご協力をお願いします

- ・COP10 現地視察箇所・里山林の整備活動
 - ・春蘭の里の耕作放棄地の整備活動
 - ・河畔林の整備、耕作放棄地の整備作業
- 上記を通じて、生物多様性の保全と子どもたちの自然体験活動の場の創出を行っています。