

# 棚田！：恋

一度訪れば、きっと誰もが恋しくなる癒しの絶景。  
棚田のおふれる魅力に、あなたも会いに来てください。



## Come to Love Tanadas in Japan

Anyone who visits at least once will yearn for the refreshing scenery.  
We hope that you, too, will come see the overflowing charm of the tanadas  
(rice terraces) in Japan.

Tanada Card Project Team, Regional Development Division,  
Rural Development Bureau, Ministry of Agriculture, Forestry  
and Fisheries of Japan

Mail [tanada-card@ma.go.jp](mailto:tanada-card@ma.go.jp)

MAFF

# 棚田！：恋

一度訪れば、きっと誰もが恋しくなる癒しの絶景。  
棚田のおふれる魅力に、あなたも会いに来てください。



#棚田に恋で  
SNSに投稿を  
お願いします!!

農林水産省農村振興局農村政策部地域振興課 棚田カードプロジェクトチーム事務局

〒100-8950 東京都千代田区霞が関1-2-1 TEL 03-6744-2081(直通) Mail [tanada-card@ma.go.jp](mailto:tanada-card@ma.go.jp)

農林水産省

# 今、なぜ棚田なのでしょう

**Answer 1** 

お米がおいしいです。



おいしい空気×きれいな水  
×農家の愛

**Answer 2** 

そこには美しい景色があります。



写真を撮りたい #棚田に恋

癒やされたい

**Answer 3** 

自然とのふれあいが楽しめます。



夏休みの自由研究に

農業を体験したい

## Answer 4

棚田の価値が見直され、一部では荒れてしまった棚田を取り戻す活動が進められています。



昭和40年代の棚田



耕作放棄され荒廃した棚田



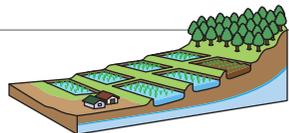
保全活動を実施している棚田

古き良き日本

伝統・文化を  
継承する

棚田を守ることで  
災害を防ぐ

山の斜面や谷間の傾斜地に階段状に作られた水田のことを棚田といいます。階段状に作られた畑のことは段々畑といいます。



### まずは近くの棚田に行ってみよう



棚田での農作業は、平地に比べて大変です。1枚の田んぼが小さいいびつな形であることが多いため、大きな機械を使った作業が困難です。傾斜地で斜面が多いので、草刈りに労力がかかります。棚田の魅力を支えている、棚田を守る人々の絶え間ない努力にも目を向けていただき、応援してもらえたら嬉しいです。

# 棚田の多面的機能の紹介

詳しくはコチラ→



多面的機能とは 農業・農村にはお米や野菜などを作るだけでなくいろいろな働きがあります。

## 洪水が起きないようにする



田んぼはあぜで囲まれているので水をためることができる。



大雨がふっても川があふれないことがあるけどなぜ？

田畑は、水を一時的にためることができます。田は周りをあぜで囲まれているため、また畑は土のすき間が多いため、水をためることができます。このため、洪水を防ぐことにも役立っています。大雨がふった時に田に余分にとめられる水量は、全国で約50億<sup>1)</sup> になるともいわれています。これは東京ドーム(124万<sup>2)</sup> の約4,000杯に相当します。

1) 日本学術会議『地球環境・人間生活にかかわる農業及び森林の多面的な機能の評価について(答申)』(平成13年11月)及び関連付属資料  
2) 東京ドームシティホームページ

## 土砂くずれや土の流出を防ぐ



田で米を作っているのは、土砂くずれを防ぐことと関係がある？

日ごろの手入れと耕すことで、土砂くずれを防いでいます。田畑はこまめに手入れをすることで、ひびわれなどを早期に発見することができます。また耕すことで、田畑にためられた水はゆっくりと地下にしみこむようになるため、地下水が急増するのをおさえ、土砂くずれなどの災害を防ぐことにつながります。また田では水をはることで、雨や風が直接土に当たらず、土が流れ出るのを防いでいます。

## 美しい風景をつくる



このきれいな風景はどうやってできたのだろう？

農業の営みや家屋、里山が、美しい風景をつくっています。農村では農業が営まれることによって、作物や農地、農家の家屋、周辺の水辺や里山が一体となって、美しい風景をつくっています。



# 棚田めぐり

心癒す絶景を味わう!

「棚田めぐりガイド」片手に「棚田カード」を集める旅へ!

日本の原風景とも言われ、山の斜面や谷間に作られた階段状の美しい水田、棚田。今回、日本各地にある棚田の中から、このマップに掲載されている108地区の全国棚田カードを作りました。

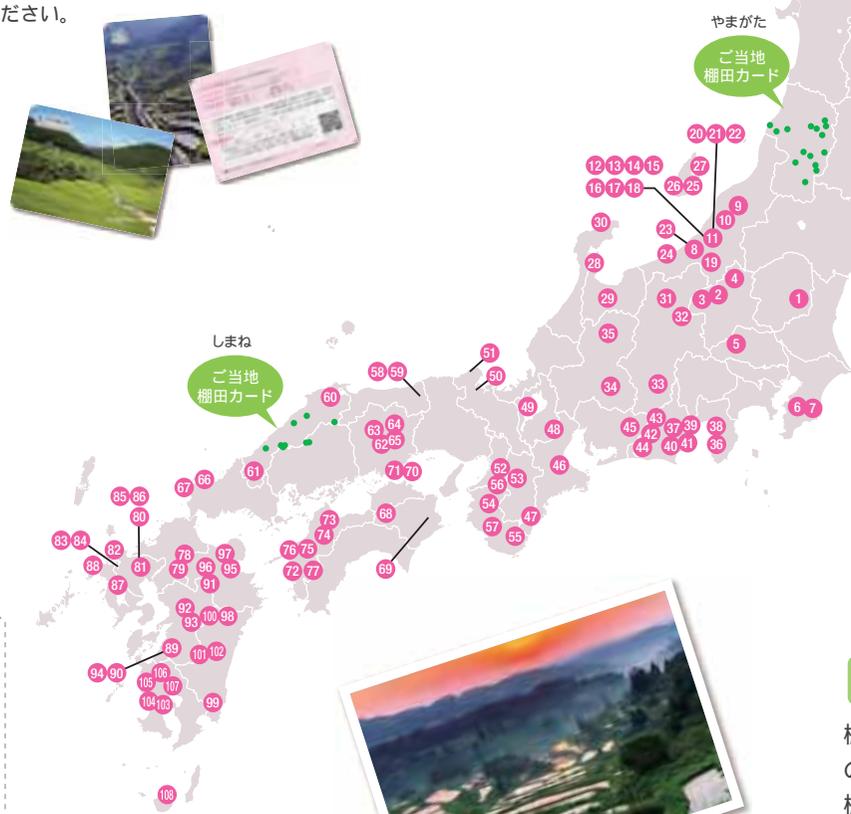
棚田カードの表面は写真、裏面には棚田の情報をコンパクトにまとめています。

目の前に広がる棚田の絶景を味わいながら、あなたもぜひ

棚田めぐり を楽しんでみてください。



まずは  
棚田めぐりガイドを  
入手に行こう!



棚田に行くには?

「棚田めぐりガイド」をゲット!

棚田ガイドには棚田へのアクセス情報や地域の魅力が満載。あなたもガイドを手に入れ、棚田を訪れ、カードをゲットしてみましょう。

カード、ガイドの配布場所はコチラ



カードの配布が終了しているところもありますので、事前に Web サイト、またはお問い合わせ先にご確認ください。

ご当地棚田カード 本冊子では紹介していない、ご当地棚田カードもあります。詳細については15Pをご覧ください。

栃木県 (Tochigi)

1 石畑  
ISHIBATAKE  
秘境度

茂木町入郷  
Irig, Motegi-machi  
【問い合わせ先】  
茂木町農林課農政係  
TEL 0285-63-5634



群馬県 (Gunma)

2 真沢  
SANAZAWA  
秘境度

利根郡みなかみ町月夜野  
Tsukiyono, Minakami-machi, Tone-gun  
【問い合わせ先】  
真沢の森  
TEL 0285-63-5634



3 赤岩  
AKAIWA  
秘境度

吾妻郡中之条町大字赤岩  
Akaiwa, Nakanoyo-machi, Agatsuma-gun  
【問い合わせ先】  
赤岩ふれあいの家  
TEL 0279-95-3008



4 明川桜の里  
AKEGAWA CHERRY  
BLOSSOM HILL  
秘境度

利根郡みなかみ町藤原字明川  
Akegawa, Fujiwara, Minakami-machi,  
Tone-gun  
【問い合わせ先】  
一般社団法人みなかみ町観光協会  
TEL 0278-62-0401



埼玉県 (Saitama)

5 寺坂  
TERASAKA  
秘境度

秩父郡横瀬町大字横瀬寺坂  
Terasaka, Yokoze, Yokoze-machi,  
Chichibu-gun  
【問い合わせ先】  
横瀬町役場振興課  
TEL 0494-25-0114



近隣に農泊施設があります。 There is a countryside-stay facility nearby.

秘境度 市街地からの所要時間を の数で表しています。  
How secluded The number of shows how far away from a populated area.

農泊、秘境度、カードや  
ガイドの配布場所などの  
詳細はコチラから



For more information

千葉県 (Chiba)

6 大山千枚田  
YAMA SENMAIDA  
秘境度

鴨川市釜沼  
Kamanuma, Kamogawa-shi  
【問い合わせ先】  
大山千枚田保存会  
TEL 04-7099-9050



7 川代 柿の木代棚田  
KAWASHIRO  
KAKINOKIDAITANADA  
秘境度

鴨川市川代地区  
Kawashiro, Kamogawa-shi  
【問い合わせ先】  
地元代表 庄司  
TEL 090-3100-6536



新潟県 (Niigata)

8 星峠の棚田  
HOSHITOGI NO TANADA  
秘境度

十日町市峠(松代地域)  
Toge, Kamachi-shi  
(Matsudai Area in Kamachi-shi)  
【問い合わせ先】  
十日町市松代支所地域振興課  
TEL 025-597-2220



9 北五百川  
KITAIMOGAWA  
秘境度

三条市北五百川  
Kitaimogawa, Sanjo-shi  
【問い合わせ先】  
三条観光協会  
TEL 0256-36-4123



10 木沢の棚田(震央の棚田)   
KIZAWA NO TANADA  
(SHIN'O NO TANADA)  
秘境度

長岡市川口武道窪(川口地域)  
Kawaguchi-bud kubo, Nagaoka-shi  
(Kawaguchi Area in Nagaoka-shi)  
【問い合わせ先】  
長岡市役所川口支所産業建設課  
TEL 0258-89-3113  
長岡市役所農水産政策課  
TEL 0258-39-2223



11 外之沢の棚田   
SODENOSAWA NO TANADA  
秘境度

小千谷市大字岩沢(外之沢)  
Iwasawa (Sodenosawa), Ojiya-shi  
【問い合わせ先】  
小千谷市役所農林課  
TEL 0258-83-3510



新潟県 (Niigata)

12 狐塚の棚田

KITSUNEZUKA NO TANADA

秘境度

十日町市松之山天水越 松之山地域)

Matsunoyama-amamizukoshi, T kamachi-shi  
(Matsunoyama Area in T kamachi-shi)

【問い合わせ先】

十日町市松之山支所地域振興課

TEL 025-596-3134



\NEW/



13 蒲生の棚田

KAMO NO TANADA

秘境度

十日町市蒲生(松代地域)

Kamo, T kamachi-shi  
(Matsudai Area in T kamachi-shi)

【問い合わせ先】

十日町市松代支所地域振興課

TEL 025-597-2220



\NEW/



14 儀明の棚田

GIMYO NO TANADA

秘境度

十日町市儀明(松代地域)

Gimyo, T kamachi-shi  
(Matsudai Area in T kamachi-shi)

【問い合わせ先】

十日町市松代支所地域振興課

TEL 025-597-2220



\NEW/



15 清水の棚田

SHIMIZU NO TANADA

秘境度

十日町市清水(松代地域)

Shimizu, T kamachi-shi  
(Matsudai Area in T kamachi-shi)

【問い合わせ先】

十日町市松代支所地域振興課

TEL 025-597-2220



\NEW/



16 留守原の棚田

RUSUBARA NO TANADA

秘境度

十日町市松之山天水島 松之山地域)

Matsunoyama-amamizushima, T kamachi-shi  
(Matsunoyama Area in T kamachi-shi)

【問い合わせ先】

十日町市松之山支所地域振興課

TEL 025-596-3134



\NEW/

17 枯木又の棚田

KAREKIMATA NO TANADA

秘境度

十日町市中条(十日町地域)

Nakaj, T kamachi-shi  
(T kamachi Area in T kamachi-shi)

【問い合わせ先】

十日町市農林課

TEL 025-757-9926



\NEW/

新潟県 (Niigata)

18 池谷・入山の棚田

IKETANI - IRIYAMA NO  
TANADA

秘境度

十日町市中条(十日町地域)

Nakaj, T kamachi-shi  
(T kamachi Area in T kamachi-shi)

【問い合わせ先】

十日町市農林課

TEL 025-757-9926



\NEW/



19 結東の石垣田

KETTO NO ISHIGAKIDA

秘境度

中魚沼郡津南町結東(秋山郷)

Ketto (Akiyama-g), Tsunan-machi,  
Nakauonuma-gun

【問い合わせ先】

津南町観光協会

TEL 025-765-5585



\NEW/

20 花坂

HANASAKA

秘境度

柏崎市高柳町石黒

Ishiguro, Takayanagi-ch, Kashiwazaki-shi

【問い合わせ先】

柏崎市農政課

TEL 0257-21-2305



\NEW/



21 大開

OBIRAKI

秘境度

柏崎市高柳町門出

Kadoide, Takayanagi-ch, Kashiwazaki-shi

【問い合わせ先】

柏崎市農政課

TEL 0257-21-2305



\NEW/



22 梨ノ木田

NASHINOKIDA

秘境度

柏崎市高柳町高尾

Takao, Takayanagi-ch, Kashiwazaki-shi

【問い合わせ先】

柏崎市農政課

TEL 0257-21-2305



\NEW/



23 蓮野

HASUNO

秘境度

上越市大島区菖蒲

Shobu, shimaku, J etsu-shi

【問い合わせ先】

上越市農政課

TEL 025-526-5111



\NEW/



近隣に農泊施設があります。



There is a countryside-stay facility nearby.

秘境度

市街地からの所要時間を

の数で表しています。

How secluded The number of shows how far away from a populated area.

農泊、秘境度、カードや  
ガイドの配布場所などの  
詳細はコチラから



For more information

新潟県 (Niigata)

24 中ノ俣  
 NAKANOMATA  
 上越市大字中ノ俣  
 Nakanomata, J etsu-shi  
 【問い合わせ先】  
 上越市農政課  
 TEL 025-526-5111



秘境度

25 岩首昇竜棚田  
 IWAKUBI SHORYU TANADA  
 佐渡市岩首  
 Iwakubi, Sado-shi  
 【問い合わせ先】  
 佐渡市役所農業政策課里山振興係  
 TEL 0259-63-5117



秘境度

26 小倉千枚田  
 OGURA SENMAIDA  
 佐渡市小倉大ひらき  
 Ogura, Sado-shi  
 【問い合わせ先】  
 佐渡市役所農業政策課里山振興係  
 TEL 0259-63-5117



秘境度

27 月布施棚田  
 TSUKIFUSE TANADA  
 佐渡市月布施  
 Tsukifuse, Sado-shi  
 【問い合わせ先】  
 佐渡市役所農業政策課里山振興係  
 TEL 0259-63-5117



秘境度

富山県 (Toyama)

28 長坂  
 NAGASAKA  
 氷見市長坂  
 Nagasaka, Himi-shi  
 【問い合わせ先】  
 氷見市棚田保全推進会議  
 TEL 0766-74-8086



秘境度

29 三乗  
 MINORI  
 富山市八尾町乗嶺  
 Norimine, Yatsuo-machi, Toyama-shi  
 【問い合わせ先】  
 みのり棚田の学校実行委員会  
 TEL 090-6275-3039



秘境度

農泊 近隣に農泊施設があります。 English There is a countryside-stay facility nearby.

秘境度 市街地からの所要時間を の数で表しています。 How secluded The number of shows how far away from a populated area.

農泊、秘境度、カードやガイドの配布場所などの詳細はコチラから

For more information



石川県 (Ishikawa)

30 白米千枚田  
 SHIROYONENSENMAIDA  
 輪島市白米町  
 Shiroyone-machi, Wajima-shi  
 【問い合わせ先】  
 輪島市産業部観光課  
 TEL 0768-23-1146



秘境度

長野県 (Nagano)

31 姨捨  
 OBASUTE  
 千曲市大字八幡字姨捨  
 Obasute, Yawata, Chikuma-shi  
 【問い合わせ先】  
 千曲市 経済部 農林課  
 TEL 026-273-1111(代表)



秘境度

32 稲倉  
 INAGURA  
 上田市殿城  
 Tonoshiro, Ueda-shi  
 【問い合わせ先】  
 稲倉の棚田保全委員会  
 TEL 0268-75-4808



秘境度

33 よこねたんぼ  
 YOKONE TANBO  
 飯田市千代  
 Chiyo, Iida-shi  
 【問い合わせ先】  
 NPO 法人里山ベーズ事務局  
 TEL 0265-59-2003



秘境度

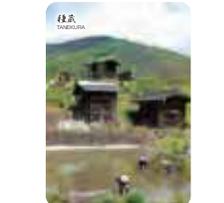
岐阜県 (Gifu)

34 坂折  
 SAKAORI  
 恵那市中野方町  
 Nakanoh -ch , Ena-shi  
 【問い合わせ先】  
 NPO 法人恵那市坂折棚田保存会  
 TEL 0573-23-2032



秘境度

35 種蔵  
 TANEKURA  
 飛騨市宮川町種蔵  
 Tanekura, Miyagawa-ch , Hida-shi  
 【問い合わせ先】  
 飛騨市宮川振興事務所  
 TEL 0577-63-2311



秘境度

静岡県 (Shizuoka)

36 石部棚田

ISHIBU TANADA

秘境度

賀茂郡松崎町石部

Ishibu, Matsuzaki-ch, Kamo-gun

【問い合わせ先】  
松崎町役場 企画観光課  
TEL 0558-42-3964



農泊

37 倉沢「せんがまち」の棚田

KURASAWA「SENGAMACHI」  
NO TANADA

秘境度

菊川市上倉沢

Kamikurasawa, Kikugawa-shi

【問い合わせ先】  
NPO 法人せんがまち棚田倶楽部  
TEL 090-3251-1390



農泊

38 北山の棚田

KITAYAMA NO TANADA

秘境度

沼津市戸田新田

Heda, Numazu-shi

【問い合わせ先】  
沼津市役所農林農地課  
TEL 055-934-4751



農泊

39 俵沢のつづら折り茶園

TAWARAZAWA NO  
TSUZURAORI CHAEN

秘境度

静岡市葵区俵沢

Tawarazawa, Aoi-ku, Shizuoka-shi

【問い合わせ先】  
静岡県中部農林事務所  
TEL 054-286-9269



40 清沢の棚田

KIYOSAWA NO TANADA

秘境度

静岡市葵区相俣

Aimata, Aoi-ku, Shizuoka-shi

【問い合わせ先】  
静岡県中部農林事務所  
TEL 054-286-9269



41 奥長島のだんだん茶畑

OKUNAGASHIMA NO  
DANDANCHABATAKE

秘境度

静岡市葵区足久保奥組

Ashikubo-okugumi, Aoi-ku, Shizuoka-shi

【問い合わせ先】  
静岡県中部農林事務所  
TEL 054-286-9269



農泊 近隣に農泊施設があります。

農泊 There is a countryside-stay facility nearby.

農泊、秘境度、カードや  
ガイドの配布場所などの  
詳細はコチラから



For more information

静岡県 (Shizuoka)

42 大栗安の棚田

GURIYASU NO TANADA

秘境度

浜松市天竜区大栗安

guriyasu, Tenry -ku, Hamamatsu-shi

【問い合わせ先】  
大栗安棚田倶楽部  
TEL 053-929-0520



NEW

農泊

43 久留女木の棚田

KURUMEKI NO TANADA

秘境度

浜松市北区引佐町  
西久留女木・東久留女木

Higashikurumeki and Nishikurumeki,  
Inasa-ch, Hamamatsu-shi

【問い合わせ先】  
久留女木竜宮小僧の会事務局 鈴木  
TEL 090-8869-0398



NEW

農泊

44 白檀の棚田

SHIRAKASHI NO TANADA

秘境度

浜松市北区引佐町

Inasa-ch, Hamamatsu-shi

【問い合わせ先】  
里山元気もりもり隊  
TEL 053-543-0108



NEW

愛知県 (Aichi)

45 四谷の千枚田

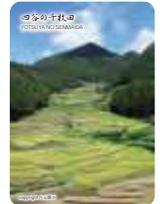
YOTSUYA NO SENMAIDA

秘境度

新城市四谷

Yotsuya, Shinshiro-shi

【問い合わせ先】  
新城市鳳来総合支所地域課  
TEL 0536-22-9934



農泊

English

三重県 (Mie)

46 深野だんだん田

FUKANO DANDANTA

秘境度

松阪市飯南町深野

Fukano, linan-ch, Matsusaka-shi

【問い合わせ先】  
松阪市飯南地域振興局地域振興課  
TEL 0598-32-2511



農泊

47 丸山千枚田

MARUYAMA SENMAIDA

秘境度

熊野市紀和町丸山

Maruyama, Kiwa-ch, Kumano-shi

【問い合わせ先】  
熊野市地域振興課  
TEL 0597-97-1113



農泊

三重県 (Mie)

48 坂本棚田

SAKAMOTO TANADA

秘境度

亀山市安坂山町坂本

Sakamoto, Asakayama-ch, Kameyama-shi

【問い合わせ先】

亀山市産業建設部産業振興課

TEL 0595-84-5082



滋賀県 (Shiga)

49 畑

HATA

秘境度

高島市畑

Hata, Takashima-shi

【問い合わせ先】

畑棚田保存会 林典男

TEL 0740-37-0781



京都府 (Kyoto)

50 毛原

KEHARA

秘境度

福知山市大江町毛原

Kehara, e-ch, Fukuchiyama-shi

【問い合わせ先】

毛原の棚田ワンダービレッジ

Mail keharanotanada@gmail.com



51 袖志

SODESHI

秘境度

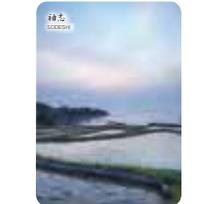
京丹後市丹後町袖志

Sodeshi, Tango-ch, Kyotango-shi

【問い合わせ先】

袖志棚田保存会

TEL 090-5881-1634



大阪府 (Osaka)

52 下赤阪の棚田

SHIMOAKASAKA  
NO TANADA

秘境度

南河内郡千早赤阪村大字森屋

Moriya, Chihayaakasaka-mura,  
Minamikawachi-gun

【問い合わせ先】

千早赤阪村観光協会

TEL 0721-21-7557



奈良県 (Nara)

53 稲刈棚田

INABUCHITANADA

秘境度

高市郡明日香村稲刈

Inabuchi, Asuka-mura, Takaichi-gun

【問い合わせ先】

明日香村産業づくり課

TEL 0744-54-2001



和歌山県 (Wakayama)

54 あらぎ島

ARAGIJIMA

秘境度

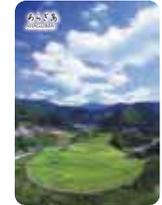
有田郡有田川町清水字蘭島

Shimizu, Aridagawa-ch, Arida-gun

【問い合わせ先】

有田川町役場 産業振興室

TEL 0737-52-2111



55 小阪

KOSAKA

秘境度

東牟婁郡那智勝浦町大字小阪

Kosaka, Nachikatsuura-ch, Higashimuro-gun

【問い合わせ先】

棚田を守ろう会

Mail tanada@zb.ztv.ne.jp



56 芋谷の棚田

IMODANI NO TANADA

秘境度

橋本市柱本

Hashiramoto, Hashimoto-shi

【問い合わせ先】

橋本市役所農林振興課

TEL 0736-33-1111



近隣に農泊施設があります。



There is a countryside-stay facility nearby.

秘境度

How secluded

市街地からの所要時間を

の数で表しています。

The number of shows how far away from a populated area.

農泊、秘境度、カードやガイドの配布場所などの詳細はコチラから

For more information



ご当地棚田カードもあります

COLUMN

山形県



山形県おもてなし課長「きてけるくん」

山形県では、棚田の素晴らしさやそれを守る地域の活動を内外に発信し、地域活動の輪を広げ、棚田を次代の子どもたちに引き継いでいく取り組みの一環として「やまがたの棚田カード」を作成しています。



やまがたの棚田

検索

詳しくはコチラ



島根県



島根県観光キャラクター「しまねっく」

島根県では、棚田の美しい景観や豊かな生態系を守るための取組や、棚田地域ならではの活動等について紹介し、多くの方々に現地を訪れていただけるように『しまねの棚田カード』を作成しました。是非、このカードを手に入れ、島根の美しい棚田を想像してみてください。



しまねの棚田

詳しくはコチラ

農観連携第5569号



和歌山県 (Wakayama)

57 温川の棚田

NURUMIGAWA NO TANADA

秘境度

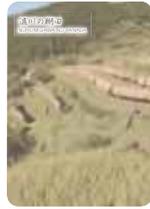
田辺市中辺路町温川

Nurumigawa, Nakahechi-ch, Tanabe-shi

【問い合わせ先】

田辺市中辺路庁局産業建設課

TEL 0739-64-0501



\NEW/

鳥取県 (Tottori)

58 横尾

YOKOO

秘境度

岩美郡岩美町洗井

Arai, Iwami-ch, Iwami-gun, Tottori

【問い合わせ先】

岩美町役場産業建設課

TEL 0857-73-1562



農泊

59 つく米

TSUKUYONE

秘境度

八頭郡若桜町春米

Tsukuyone, Wakasa-ch, Yazu-gun, Tottori

【問い合わせ先】

わかさ氷ノ山 高原の宿 氷太くん

TEL 0858-82-1111



農泊

島根県 (Shimane)

60 山王寺本郷

SANN JIHONG

秘境度

雲南市大東町山王寺

Sann ji, Dait -ch, Unnan-shi, Shimane

【問い合わせ先】

山王寺本郷棚田実行委員会  
実行委員長 高島幹雄

TEL 0854-43-5849



農泊

61 大井谷

IDANI

秘境度

鹿足郡吉賀町柿木村白谷大字大井谷

idani, Shiratani, Kakinoki-mura, Yoshika-ch, Kanoashi-gun, Shimane

【問い合わせ先】

吉賀町役場産業課

TEL 0856-79-2213



農泊

岡山県 (Okayama)

62 大井和西

HAGANISHI

秘境度

久米郡美咲町大井和西

haganishi, Misaki-ch, Kume-gun, Okayama

【問い合わせ先】

美咲町役場産業観光課

TEL 0868-66-1118



農泊

63 小山

KOYAMA

秘境度

久米郡美咲町小山

Koyama, Misaki-ch, Kume-gun, Okayama

【問い合わせ先】

美咲町役場旭総合支所産業建設課

TEL 0867-27-3116



農泊

64 北庄

KITASH

秘境度

久米郡久米南町北庄

Kitash, Kumenan-ch, Kume-gun

【問い合わせ先】

久米南町役場産業振興課

TEL 086-728-4412



農泊

65 上叢

KAMIMOMI

秘境度

久米郡久米南町上叢

Kamimomi, Kumenan-ch, Kume-gun

【問い合わせ先】

久米南町役場産業振興課

TEL 086-728-4412



農泊

山口県 (Yamaguchi)

66 東後畑

HIGASHIUSHIROBATA

秘境度

長門市油谷後畑

Yuyashirobata, Nagato-shi

【問い合わせ先】

長門市役所農林課

TEL 0837-23-1235



農泊

67 本郷

HONGOU

秘境度

長門市油谷向津具下

Yuya-mukatsuku-shimo, Nagato-shi

【問い合わせ先】

長門市役所農林課

TEL 0837-23-1235



\NEW/



近隣に農泊施設があります。



There is a countryside-stay facility nearby.

農泊、秘境度、カードやガイドの配布場所などの詳細はコチラから



For more information

秘境度

市街地からの所要時間を の数で表しています。

How secluded The number of shows how far away from a populated area.

徳島県 (Tokushima)

**68 下影** 三好市井川町井内西  
SHIMOKAGE luchinishi, Ikawa-ch , Miyoshi-shi  
【問い合わせ先】  
下影の棚田保全協議会  
TEL 0883-72-7617  
(三好市農業振興課)



秘境度

**69 桜原** 勝浦郡上勝町大字生実  
KASHIHARA lkumi, Kamikatsu-ch , Katsuura-gun  
【問い合わせ先】  
上勝町産業課  
TEL 0885-46-0111



秘境度

香川県 (Kagawa)

**70 中山千枚田** 小豆郡小豆島町中山  
NAKAYAMA SENMAIDA Nakayama, Sh doshima-ch , Sh zu-gun  
【問い合わせ先】  
小豆島町農林水産課  
TEL 0879-82-7026



秘境度

**71 唐櫃** 小豆郡土庄町大字豊島唐櫃小字寒田  
KARATO Kanda, Teshimakarato, Tonosh -ch , Sh zu-gun  
【問い合わせ先】  
土庄町農林水産課  
TEL 0879-62-7007



秘境度

愛媛県 (Ehime)

**72 遊子水荷浦の段畑** 宇和島市遊子 2323-3  
DANBATA in Yusu Mizugaura 2323-3 Yusu, Uwajima-shi  
【問い合わせ先】  
NPO 法人 段畑を守ろう会  
TEL 0895-62-0091



秘境度

**73 天川の棚田** 西条市河之内甲 793  
AMAKAWA NO TANADA 793 Kawanouchi, Saij -shi  
【問い合わせ先】  
天川棚田保存会  
TEL 090-7625-4929(山内)



NEW /



秘境度

愛媛県 (Ehime)

**74 井内の棚田** 東温市井内  
IUCHI NO TANADA luchi, T on-shi  
【問い合わせ先】  
ぼたん茶屋  
TEL 090-3783-3770



NEW /



秘境度

**75 泉谷** 喜多郡内子町北表  
IZUMIDANI Kitaomote, Uchiko-ch , Kita-gun  
【問い合わせ先】  
内子町町並地域振興課  
TEL 0893-44-2118



NEW /



秘境度

**76 檜谷棚田** 大洲市戒川甲 2109  
KASHIDANI TANADA 2109 Kaikawa-k , zu-shi  
【問い合わせ先】  
檜谷棚田保存会  
TEL 090-2789-1987 (城本)  
080-1525-8306 (大崎)



NEW /



秘境度

**77 奥内の棚田** 北宇和郡松野町大字蕨生(下組、本谷、榎谷、遊鶴羽)  
OKUUCHI NO TANADA Waraby (Shimogumi, Hondani, Enokidani, Yuzuriha), Matsuno-ch , Kitauwa-gun  
【問い合わせ先】  
松野町農林振興課  
TEL 0895-42-1111



NEW /



秘境度

福岡県 (Fukuoka)

**78 竹** 朝倉郡東峰村大字宝珠山  
TAKE H shuyama, T h -mura, Asakura-gun  
【問い合わせ先】  
東峰村役場(とうほうむらやくば) 農林観光課  
TEL 0946-72-2313



秘境度

**79 葛籠** うきは市浮羽町新川 3227  
TSUZURA 3227 Niikawa, Ukiha-machi, Ukiha-shi  
【問い合わせ先】  
うきはブランド推進課  
TEL 0943-76-9059



秘境度

農泊 近隣に農泊施設があります。 English There is a countryside-stay facility nearby.

秘境度 市街地からの所要時間を の数で表しています。 How secluded The number of shows how far away from a populated area.

農泊、秘境度、カードやガイドの配布場所などの詳細はコチラから



For more information

佐賀県 ( Saga )

**80 蕨野**  
WARABINO  
唐津市相知町平山上  
Hirayamakami, chi-ch, Karatsu-shi  
【問い合わせ先】  
唐津市相知市民センター産業課  
TEL 0955-53-7125



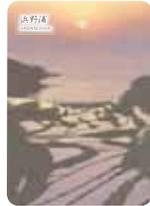
秘境度

**81 江里山**  
ERIYAMA  
小城市小城町岩蔵  
Iwakura, Ogi-machi, Ogi-shi  
【問い合わせ先】  
小城市役所農林水産課  
TEL 0952-37-6125



秘境度

**82 浜野浦**  
HAMANOURA  
東松浦郡玄海町大字浜野浦  
Hamanoura, Genkai-ch, Higashimatsuura-gun  
【問い合わせ先】  
玄海町役場農林水産課  
TEL 0955-52-2199



NEW



秘境度

**83 岳**  
TAKE  
西松浦郡有田町岳  
Take, Arita-ch, Nishimatsuura-gun  
【問い合わせ先】  
有田町役場農林課(棚田に関すること)  
TEL 0955-46-5616  
有田観光協会(観光に関すること)  
TEL 0955-43-2121



NEW



秘境度

**84 炭山**  
SUMIYAMA  
伊万里市二里町中里甲字炭山  
Sumiyama, Nakazato-k, Niri-ch, Imari-shi  
【問い合わせ先】  
すみやま棚田守る会  
TEL 0955-23-3776



NEW

秘境度

**85 平野**  
HIRANO  
多久市西多久町平野  
Hirano, Nishitaku-machi, Taku-shi  
【問い合わせ先】  
ひらの棚田米振興協議会  
TEL 0952-75-5729  
090-2513-2076



NEW

秘境度

佐賀県 ( Saga )

**86 川内**  
KAWACHI  
武雄市若木町大字本部  
Kawachi, Motobe, Wakaki-ch, Takeo-shi  
【問い合わせ先】  
武雄市役所営業部農林課  
TEL 0954-23-9335



NEW

秘境度

長崎県 ( Nagasaki )

**87 鬼木**  
ONIGI  
東彼杵郡波佐見町鬼木郷  
Onigig, Hasami-ch, Higashisonogi-gun  
【問い合わせ先】  
波佐見町役場  
TEL 0956-85-2111



秘境度

農泊 近隣に農泊施設があります。

農泊 There is a countryside-stay facility nearby.  
English

農泊、秘境度、カードやガイドの配布場所などの詳細はコチラから



秘境度 市街地からの所要時間を の数で表しています。  
How secluded The number of shows how far away from a populated area.

農泊のご紹介

全国の農山漁村をまるっと楽しもう!



農泊とは?  
農山漁村に滞在しながら日本の伝統的な生活を体験し、地域の人々との交流を楽しむことができる旅行のことを指します。



詳しくはコチラ



泊まる



都市部にはない  
日常と違った  
宿泊体験を

味わう



地域ならではの農産物  
や地元食材の料理

楽しむ



伝統的な生活体験や  
地元の人々との  
交流を楽しむ

長崎県 (Nagasaki)

88 春日の棚田

KASUGA NO TANADA

秘境度

平戸市春日町

Kasuga-ch, Hirado-shi

【問い合わせ先】

平戸市役所文化観光商工部文化交流課

TEL 0950-22-4111



熊本県 (Kumamoto)

89 松谷

MATSUTANI

秘境度

球磨郡球磨村三ヶ浦

Sangaura, Kuma-mura, kuma-gun

【問い合わせ先】

球磨村役場

TEL 0966-32-1114



90 寒川地区棚田

SAMUKAWA-CHIKU TANADA

秘境度

水俣市久木野寒川

Samukawa, Kugino, Minamata-shi

【問い合わせ先】

久木野ふるさとセンター愛林館

TEL 0966-69-0485



NEW



91 扇棚田

OUGI TANADA

秘境度

阿蘇郡産山村大字産山

Ubuyama, Ubuyama-mura, Aso-gun

【問い合わせ先】

産山村経済建設課

TEL 0967-25-2213



NEW



92 峰棚田

MINE TANADA

秘境度

上益城郡山都町島木

Shimaki, Yamato-ch, Kamimashiki-gun

【問い合わせ先】

山都町役場農林振興課

TEL 0967-72-1136



NEW



93 菅迫田

SUGESAKODA

秘境度

上益城郡山都町菅

Suge, Yamato-ch, Kamimashiki-gun

【問い合わせ先】

山都町役場農林振興課

TEL 0967-72-1136



NEW



熊本県 (Kumamoto)

94 鬼ノ口棚田

ONINOKUCHI TANADA

秘境度

球磨郡球磨村一勝地

Issh chi, Kuma-mura, Kuma-gun

【問い合わせ先】

球磨村役場企画振興課

TEL 0966-32-1114



NEW



English

大分県 (Oita)

95 内成棚田

UCHINARITANADA

秘境度

別府市内成

Uchinari, Beppu-shi

【問い合わせ先】

内成「棚田とむらづくり」を考える会

TEL 0977-25-6633



96 山浦早水

YAMAURASOUZU

秘境度

玖珠郡玖珠町大字山浦

Yamaura, Kusu-machi, Kusu-gun

【問い合わせ先】

玖珠町観光協会

TEL 0973-72-1313



97 両合棚田

RYOAI TANADA

秘境度

宇佐市院内町小平、滝貞

Kobira and Takisada, Innai-machi, Usa-shi

【問い合わせ先】

両合棚田再生協議会(宇佐市役所観光・ブランド課内)

TEL 0978-27-8156



NEW



宮崎県 (Miyazaki)

98 石垣の村

ISHIGAKINOMURA

秘境度

西臼杵郡日之影町戸川

Togawa, Hinokage-ch, Nishiusuki-gun

【問い合わせ先】

日之影町役場 地域振興課

TEL 0982-87-3910



近隣に農泊施設があります。



There is a countryside-stay facility nearby.

秘境度

市街地からの所要時間を の数で表しています。

How secluded The number of shows how far away from a populated area.

農泊、秘境度、カードや  
ガイドの配布場所などの  
詳細はコチラから

For more information



宮崎県 (Miyazaki)

99 坂元  
SAKAMOTO  
日南市大字酒谷甲字坂元  
Sakamoto, Sakatanik , Nichinan-shi  
【問い合わせ先】  
日南市農政課  
TEL 0987-31-1132



100 徳別当  
TOKUBETT  
西臼杵郡高千穂町大字押方  
Oshikata, Takachiho-ch , Nishiusuki-gun  
【問い合わせ先】  
高千穂町役場 農地整備課  
TEL 0982-73-1211



101 春之平  
HARUNOHIRA  
児湯郡西米良村  
Nishimera-son, Koyu-gun  
【問い合わせ先】  
西米良村役場 農林振興課  
TEL 0983-36-1111



102 向江  
MUKAE  
児湯郡西米良村  
Nishimera-son, Koyu-gun  
【問い合わせ先】  
西米良村役場 農林振興課  
TEL 0983-36-1111



鹿児島県 (Kagoshima)

103 八重の棚田  
YAE NO TANADA  
鹿児島市郡山町八重  
Yae, K riyama-ch , Kagoshima-shi  
【問い合わせ先】  
鹿児島市グリーンツーリズム推進課  
TEL 099-216-1371



104 尾木場の棚田  
OKOBA NO TANADA  
日置市東市来町養母  
Y bo, Higashiichiki-ch , Hioki-shi  
【問い合わせ先】  
高山地区公民館  
TEL 099-274-9856



鹿児島県 (Kagoshima)

105 おごっ段の華の棚田  
OGODANNOHANA NO TANADA  
鹿児島県いちき串木野市荒川  
Arakawa, Ichikikushikino-shi  
【問い合わせ先】  
いちき串木野市役所 農政課  
TEL 0996-36-3111



\NEW/

106 正現の棚田  
SH GEN NO TANADA  
鹿児島県出水市上大川内  
Kami kawauchi, Izumi-shi  
【問い合わせ先】  
出水市役所 農政課  
TEL 0996-63-2111



\NEW/

107 幸田の棚田  
K DA NO TANADA  
始良郡湧水町幸田  
K da, Y sui-ch , Aira-gun  
【問い合わせ先】  
湧水役場 産業振興課  
TEL 0995-74-3111



\NEW/

108 梶川新田の棚田  
TABUGAWASHINDA NO TANADA  
鹿児島県熊毛郡屋久島町楠川  
Kusugawa, Yakushima-ch , Kumage-gun  
【問い合わせ先】  
屋久島町役場 産業振興課  
TEL 0997-43-5900



\NEW/

農泊 近隣に農泊施設があります。 English There is a countryside-stay facility nearby.

秘境度 How secluded The number of 市街地からの所要時間を の数で表しています。 shows how far away from a populated area.

農泊、秘境度、カードやガイドの配布場所などの詳細はコチラから



## What's a tanada?

- In English, it is a rice terrace. In Japan, terraced paddy fields have been developed in hilly and mountainous areas since early times.
- Through the four seasons, you can enjoy the beautiful and archetypal Japanese landscapes of stepped paddy fields with unobstructed views of the sky, mountains, and/or the sea. You MUST visit!



Beautiful and typical Japanese landscapes



Delicious rice due to the cool climate and clean water



Land/ecosystem conservation

## What's a countryside stay?



- It's staying at farms, mountainous areas or fishery villages. Travelers can enjoy local traditional lifestyle experiences and interactions with local communities, and they can relish the charms of each area through staying at local farmers' houses or traditional Japanese-style houses.

Stay

Food

Experience



Living with Nature

## Each unique tanada card is locally available

- Here you can check the tanada cards of Yamagata and Shimane Prefectures. Please visit tanadas there to collect the cards. Please check below for more details.

Shimane Prefecture

Permission No. 5569, Shimane Prefectural Tourism Federation



Shimane Genki Net

Yamagata Prefecture



Prefectural official site

## Rules and etiquette when visiting a tanada

- When you visit a tanada, you should follow these rules:
  - Keep out of rice fields. All of the farmland is private property.
  - No littering. Do not leave your trash behind.
  - Do not remove or damage crops and plants.

# 棚田めぐり

Come experience the heart-soothing scenery!

Travel Japan with the Tanada Travel Guide in your hand and collect Tanada Cards!

Let's travel around Japan to visit the tanadas!



Tanadas (rice terraces), which are beautiful terraced rice fields located on mountainsides or valleys, are said to be an archetypal Japanese landscape. We offer a unique tanada card that corresponds to each of the 108 tanadas listed on the map, which were chosen from the many different tanadas in Japan. There are photos on the front of the compact card and detailed information on the back. Please visit the tanadas and enjoy their stunning landscapes.



## How to visit tanadas

Please get the Tanada Travel Guide!

The Tanada Travel Guide is full of useful information such as the access to each tanada and the charms of each region.



Check out here to find the places where you can get the guide and the cards. ↗

\*There may be some places where tanada cards are no longer distributed, so please check the website or make an inquiry in advance.