

**買う**

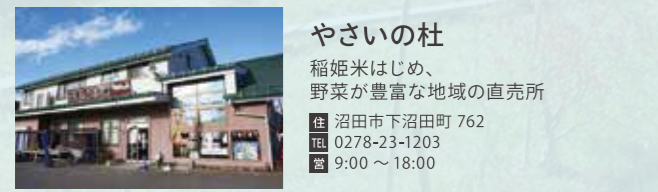
**稲姫**  
食味値83点以上のとっても美味しい特別栽培米

**りんご**  
寒暖差で甘く仕上がったりんごは自慢の特産品



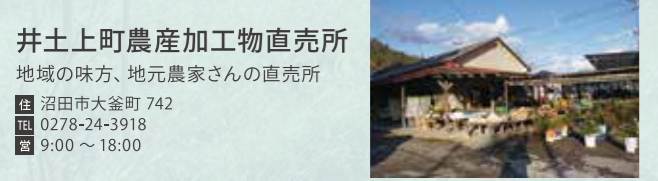
**やさいの杜**  
稲姫米はじめ、野菜が豊富な地域の直売所

住 沼田市下沼田町 762  
TEL 0278-23-1203  
営 9:00 ~ 18:00



**井土上町農産加工物直売所**  
地域の味方、地元農家さんの直売所

住 沼田市大釜町 742  
TEL 0278-24-3918  
営 9:00 ~ 18:00



**ふとんのおうち**  
かわいい小物雑貨やオリジナルのハーブティなど。ふとんもあります

住 沼田市硯田町 138-1  
TEL 0278-23-3427  
営 10:00 ~ 19:00  
休 水曜日



**食べる**

**山路**  
手打ちそばとうどんの専門店  
駐車場完備

住 沼田市恩田町 195-2  
TEL 0278-24-5415  
営 L.11:15 ~ 14:00 頃 D.17:00 ~ 18:30  
休 水曜日



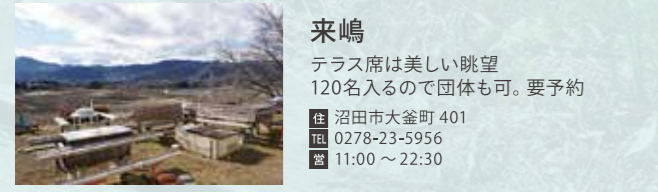
**いっぷく**  
定食や煮込みうどんが美味しいお店

住 沼田市井土上町 166  
TEL 080-7851-7931  
営 L.11:30 ~ 14:30 D.17:00 ~ 20:00  
休 月曜日



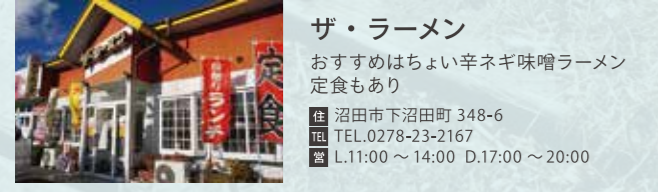
**来嶋**  
テラス席は美しい眺望  
120名入るので団体も可。要予約

住 沼田市大釜町 401  
TEL 0278-23-5956  
営 11:00 ~ 22:30



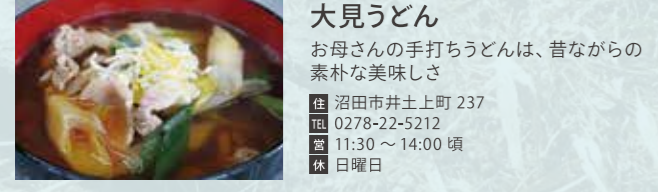
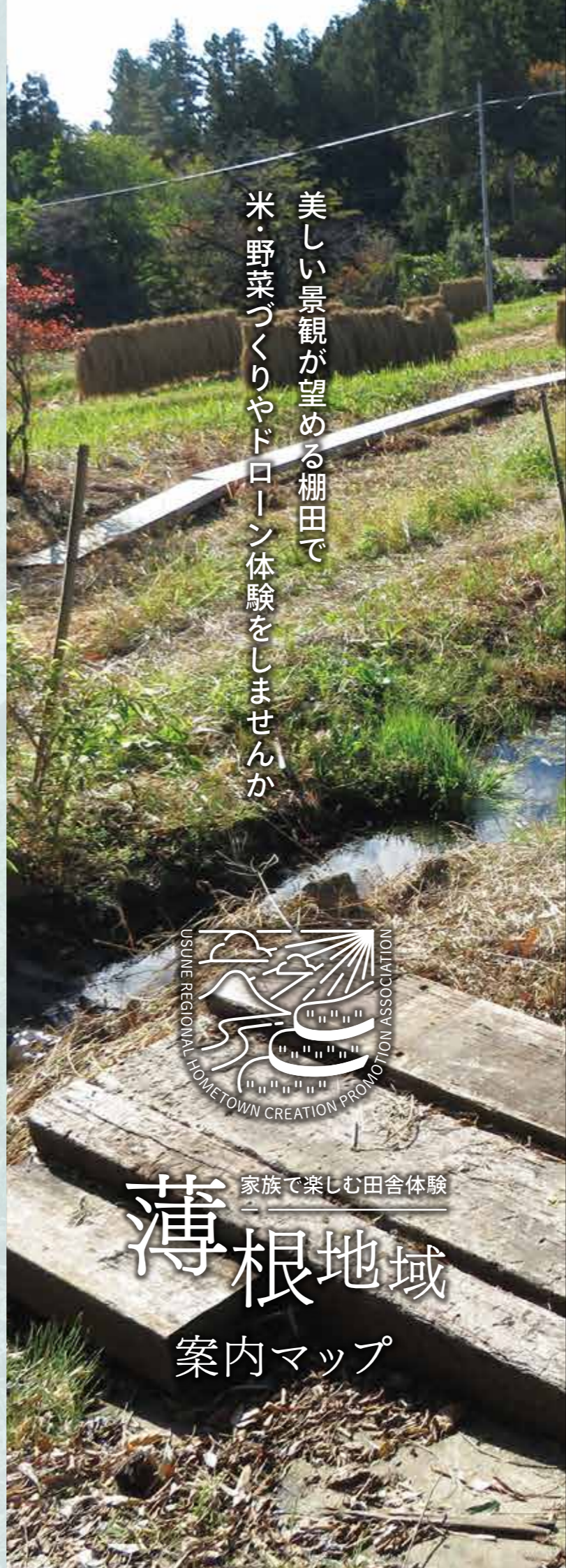
**ザ・ラーメン**  
おすすめはちよい辛ネギ味噌ラーメン  
定食もあり

住 沼田市下沼田町 348-6  
TEL 0278-23-2167  
営 L.11:00 ~ 14:00 D.17:00 ~ 20:00



**大見うどん**  
お母さんの手打ちうどんは、昔ながらの素朴な美味しさ

住 沼田市井土上町 237  
TEL 0278-22-5212  
営 11:30 ~ 14:00 頃  
休 日曜日

美しい景観が望める棚田で  
米・野菜づくりやドローン体験をしませんか



家族で楽しむ田舎体験

# 薄根地域

案内マップ

## 薄根地域の位置

車の場合			
練馬IC	関越自動車道	沼田IC	薄根地域
	約90分	約15分	
電車の場合			
東京駅	上越新幹線	上毛高原駅	薄根地域
	66分	タクシー 約15分	



## 運営団体



薄根地域  
ふるさと創生  
推進協議会

人口減少やふるさと離れて起こってしまう過疎化を吹き飛ばし、楽しくて明るいまちづくりを目指して日々活動し、日本の財産とも言える棚田の田園風景や鳥の鳴き声、自然の音、美味しい野菜やくだものをより多くの皆様に味わっていただき、地域の自然と文化を守っていくことが私たちの目的です。

〒378-0077  
群馬県沼田市石墨町 800 くわのみハウス  
TEL.080-7445-0734  
<https://usunefurusato.com/>

# 薄根地域について

自然が豊かな薄根(うすね)地域で  
都会では味わえない体験をしてみませんか？

春には石墨町にある安養寺の4本の枝垂れ桜が見事に咲き、夏には蛍が舞い、大自然の中で星空鑑賞をしたり、秋には戸神山(三角山)ハイキング、山菜狩りを楽しめ、冬には、味噌作りや干し柿体験、陶芸や蔓細工などの室内体験も充実しています。大人気のドローン飛行などの体験も魅力の一つです。もちろん1年を通して楽しめる棚田での稲作体験はおススメです。

群馬県沼田市にある薄根地域は山に囲まれ、昔ながらの棚田や畑などの田園風景が美しい地域です。

お米や野菜はもちろんのこと、りんごをはじめとしたフルーツが豊富にとれる食の豊かなところなのです。

沼田氏、真田氏ゆかりの地であり、歴史的建造物・跡地など、史跡巡りも楽しめる地域でもあります。

樹齢1,500年と言われている「薄根の大桑」や群馬県重要文化財に指定されている「薬師如来立像」「十二神将像」が納められている「追母薬師堂(おっほやくしどう)」もおすすめパワースポットです。

また、昔ながらの棚田が残っており、その景観は誰もが懐かしく想う癒しの風景です。

1時間で頂上まで登れて360°のビューを楽しめる戸神山(通称 三角山)は、無料駐車場完備で休日はハイカーで賑わっています。

この田舎の田園風景と、農家の暮らしを東京からわずか80分の移動時間で体験できます。

稲作、果樹、ドローン、蔓細工など、そのほか都会ではなかなか味わえない楽しい体験をご用意してお待ちしております。

※薄根地域は、旧薄根村が昭和29年に近隣の村と合併して沼田市の一部となり、地図上から消えてしまいました。しかし、村時代の境界線と文化は"薄根地域"としてそのまま引き継がれています。