

# もっと南アルプスを知ろう

南アルプスジオパーク・  
南アルプスユネスコエコパーク構想



問 世界自然遺産登録推進室

## 南アルプスの食

南アルプス食の一つにキビやアワなどの“雑穀”があげられます。長谷地域の中で井筋(水路)を引くことができなかつた山あいの集落では、水田がなく雑穀が貴重な穀類とされてきました。現在は、井筋が整備されましたが、ミネラルや食物繊維が豊富なことから雑穀の良さが見直されています。

もう一つ南アルプス食として注目されるのが、“ジビエ(野生鳥獣肉)”です。イノシシや南アルプスに3万頭いるとされるニホンジカなどにより、農産物や高山植物に対する被害が深刻化する中、ジビエ料理として活用する取り組みが進められています。

ジオパーク・エコパークの取り組みでは、内陸性の気候や山あいの地形ならではの南アルプス食を地域資源として活用し、発信していきたいと思っています。



雑穀料理(雑穀バーグランチ)



ジビエ料理(猪スペアリブと鹿もも肉ロースト)