

健康立県にいがた
「棚田ダイエットプロジェクト（第3回）」を実施します！



県では、田植えや草取りなどの棚田保全活動が心身に与える効果を科学的・定量的に分析し、健康面から棚田の価値を発信する試みとして、「棚田ダイエットプロジェクト」を実施します。

本プロジェクトは、十日町市の「蒲生（かもう）の棚田」で活動する「ヨ～イ！みんなの棚田」と新潟医療福祉大学と共同で実施するものです。「ヨ～イ！みんなの棚田」では、都市住民等の地域外会員が年間を通じて田植えや草取り、稲刈りなどの農作業に通い、棚田で米づくりを行っています。その年間活動のうち3回の農作業を対象に、作業前後の身体データ等を測定・分析し、棚田保全活動が健康づくりにつながる可能性について検証します。

第3回となる今回は、ジョソササイズ（稲刈り・ハザ掛け）のデータ測定を実施します。 第1回：田植え＜5月実施済＞、第2回：草取り＜6月実施済＞

1 日 時

令和8年9月12日（土）13:00～16:30 小雨決行。荒天の場合は中止します。

※稲刈り直前ジョソササイズを10:30～棚田ステーションにて行います。

2 実施場所

「蒲生（かもう）の棚田」（つなぐ棚田遺産 No. 38）

「棚田ステーション」（十日町市松代 2119-1）

新潟県十日町市松代地域

3 主催・協力

主催：新潟県

協力：（株）里山パブリックリレーションズ、
新潟医療福祉大学

モニター：「ヨ～イ！みんなの棚田」参加者

4 内容

稲刈り・ハザ掛けの身体データ等の測定

5 取材について

当日の取材にあたっては、12:50
（稲刈り直前ジョソササイズは10:30）
までに棚田ステーションにお集まり
ください。

本件についてのお問合せ先
農地部農村環境課 中山間地域対策推進係
担当：池田、石川
電話：025-280-5367 （内線）3176
当日の連絡先：石川 090-2238-4844

