



にし阿波旅の 極上時間。

Nishi-Awa
Best Time



Access



にし阿波～剣山・吉野川観光圏

千年のかくれんぼ
分け入るごとに、時は遡り

自動車

●神戸から	本四連絡道(明石大橋経由)	鳴門JCT	徳島自動車道	脇町IC	徳島自動車道	井川池田IC	約2時間30分
●岡山から	瀬戸中央道-高松道	善通寺	国道32号			阿波池田	約1時間40分

空港から(自動車)

●徳島阿波おどり空港から	阿波池田	約1時間20分
●高松空港から	阿波池田	約1時間20分
●高知龍馬空港から	阿波池田	約1時間55分

高速バス

●大阪から	阿波池田バスターミナル	約3時間50分
●神戸から	阿波池田バスターミナル	約3時間

鉄道(JR)

●東京駅から	新幹線のぞみ	岡山駅	特急南風	阿波池田駅	約5時間
●東京駅から	寝台サンライズ瀬戸	岡山駅	特急南風	阿波池田駅	約10時間30分
●新大阪駅から	新幹線のぞみほか	岡山駅	特急南風	阿波池田駅	約2時間20分
●岡山駅から		特急南風		阿波池田駅	約1時間20分
●徳島駅から		特急剣山		阿波池田駅	約1時間10分
●高松駅から		特急しまんと		阿波池田駅	約1時間
●高知駅から		特急南風しまんと		阿波池田駅	約1時間10分
●松山駅から	特急しおかぜ	多度津駅	特急南風しまんと	阿波池田駅	約3時間

お問い合わせ

にし阿波～剣山・吉野川観光圏協議会
事務局:徳島県西部総合県民局(三好庁舎)内
〒778-0002 徳島県三好市池田町マチ2415番地
Tel.0883-76-0366 Fax.0883-76-0450
<https://nishi-awa.jp/>



にし阿波
剣山・吉野川観光圏



「にし阿波」は、田舎です。
 いえいえ、さらに山奥です。
 山々や森に囲まれた集落は、
 それぞれ個性的な暮らしがあり、
 その歴史や伝統を今なお守っています。
 「昔の田舎は、こんなふうだったろうな…」
 はじめて訪れても、どこか懐かしい居心地の良さがあるはず。
 最近では、外国の方々も素朴な日本らしさにふれたいと、訪ねてくれるようになりました。
 だんだん世界に知られるようになった「にし阿波」ですが、
 いまだに妖怪も伝説も、昔話ではありません。
 かわしい道が続く、迷ってしまうこともあります。
 そこで、「にし阿波」で迷うことなく、さまざまなおもしろいものを見て聞いて、楽しむための「Menu Book」が誕生しました。
 「にし阿波」の魅力は、山のように深いので、ここにるのは、ほんの一例ですが、
 体験旅行を心ゆくまで楽しんでくださることを願っています。
 「にし阿波」へ、ようこそ。そして、時と自然を探る極上時間に、行ってらっしゃいませ。

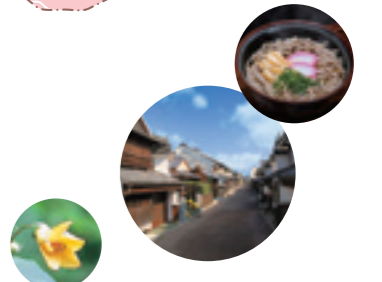
千年のかくれんぼ ~分け入るごとに、時は遡り~

そびえ立つ山々が悠久の時を閉じ込めたのか。
 変わらぬ営みと人のぬくもりが息づく、
 にし阿波、無垢の里。

「にし阿波」体験や
 ガイドツアーなどの注意事項
 ※移動時間・所要時間はあくまで
 おおよその目安です。
 ※掲載された体験やガイドツアー
 は例です。
 ※天候により、通行や体験がで
 きない、または中止することがあ
 ります。
 ※体験などは、予約が必要です。
 ※キャンセル料が発生するものも
 ありますので、ご確認ください。
 ※ゴミなどは、山や川に放棄しな
 いよう、必ず持ち帰りましょう。
 ※動植物は、傷めたり、持ち帰ら
 ないようお願いします。

Contents

14	15	12	13	10	11	8	9	6	7	4	5					
企画募集	モデルコースプラン	にし阿波2泊3日	モデルコース	自然を楽しむ	川遊び&山遊び	にし阿波のおいしいもの	花の風景・紅葉の絶景	千年のかくれんぼブランド	世界農業遺産	山を分け入り	不思議を訪ねる	「日帰り入浴」	時をさかのぼり	歴旅を味わう	時をさかのぼり	時をさかのぼり





地元ボランティアによる寺町案内人が、それぞれの時間や希望に応じて、願勝寺や安楽寺など4カ寺を中心に寺町を案内します。英語にも対応できます。

美馬の寺町案内人

美馬市
美馬町

7日前までに要予約

料金など／不定期、時間など応相談。個人無料。団体は協賛金として2,000円
問合せ／NPO法人郡里交流会 ☎090-4336-8882



藍染工房では、天然藍の染料を使った藍染体験、美来工房では、伝統工芸である和傘の技法を使ったランブシェード製作

藍染体験・和傘ランブシェード製作体験

7日前までに要予約

料金など／9時～17時、毎月第2水曜定休。1回8名まで。藍染ハンカチ(中)1,220円、和傘ランブシェード3,500円～、ミニ和傘6,000円～、その他多数メニューあり。
所要時間／藍染約40分、和傘約120分。
問合せ／藍染工房 ☎090-3188-3711、美馬和傘製作集団 ☎090-1002-3020

美馬市
脇町



美馬市
脇町

脇町うだつ通りの「時代屋」で、竹芸を30年以上手がけるご主人の指導のもと、今にも踊り出しそうな阿波踊り人形を作ります。パーツを組み立てるだけでいよいよにパーツ化されているので、子どもも安心です。

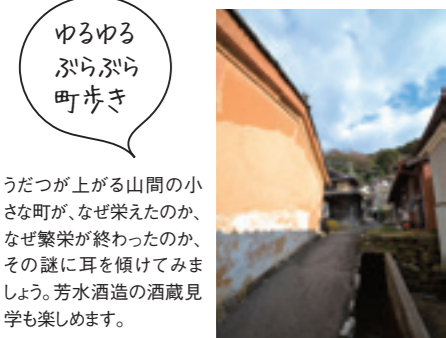
阿波踊り竹人形作り

7日前までに要予約

料金など／9時～18時。原則無休。ヘアの竹人形づくり1,500円。
所要時間／約30分。
問合せ／時代屋 ☎0883-53-1015



時をさかのぼり
歴史を味わう
「へへ、なるほどね」
山里の町並みで時を旅する面白さ。
あの時代が、目の前によみがえる。



うだつが上がる山間の小さな町が、なぜ栄えたのか、なぜ繁栄が終わったのか、その謎に耳を傾けてみましょう。芳水酒造の酒蔵見学も楽しめます。

煙草の道を辿る！

井川まち歩きツアー

三好市
井川町

3日前までに要予約・2名～20名

料金など／毎月第2第4土曜日(他曜日は応相談)。ガイド料500円(保険料込み)
所要時間／約2時間。集合場所は井川支所(三好市井川町辻)
問合せ／(一社)三好市観光協会 ☎0883-76-0877
芳水酒造 ☎0883-78-2014



ピクニック

水辺の楽校としてオープンした「ぶぶるパークみかも」は、サッカーコートやパークゴルフ場、イベント広場などがあり、さまざまな体験ができます。その1つが、「阿波踊り体験」。吉野川のほとりにある自然公園でのびのび踊ってみましょう。

ぶぶるパークみかもで「阿波踊り体験」

7日前までに要予約

料金など／4月～9月の土日の午前中限定。
初級コース1時間1人500円。中級コース2時間1人1,000円。
人数／6名～
問合せ／東みよし町産業課 ☎0883-79-5345

三好郡
東みよし町



楽しい発見が盛りだくさん!

脇町うだつの町並みボランティアガイド連絡会のメンバーが、地元のシニアならではの語り部となり、「うだつ」のヒミツや隠れたエピソードを紹介します。

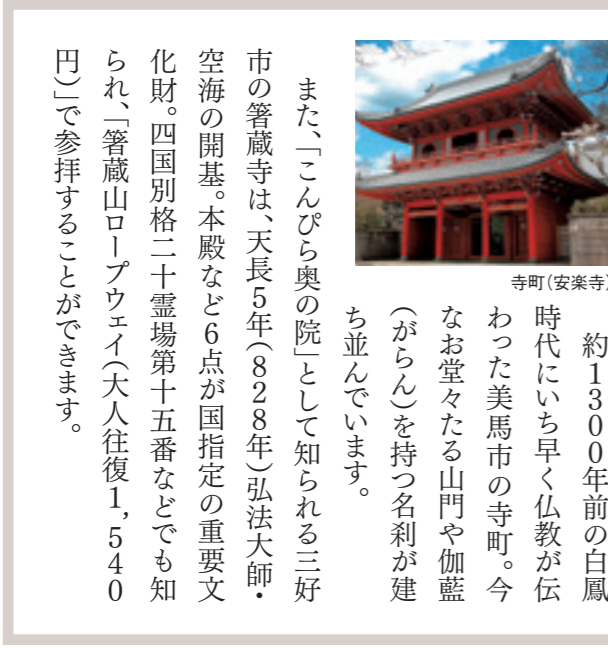
脇町うだつの町並み散策ガイド

美馬市
脇町

7日前までに要予約

料金など／ボランティアガイド運営活動への賛助金として3名まで1人500円、4名以上2,000円
所要時間／約1時間。
問合せ／(一社)美馬観光ビューロー ☎0883-53-8599

うだつが上がる町並み
江戸から明治時代にかけて、吉野川の水運に恵まれた、にし阿波エリア。藍やタバコなどの集散地として大いに栄えました。その町並みには、「うだつ」と呼ばれる防火壁が見られます。この立派な「うだつ」が造れるのは出世した証拠。そこで、出世しない人は「うだつが上がらない」とか。それでは、うだつが上がる「出世街道」を訪ねてみましょう。



寺町(安楽寺)

また、「こんぴら奥の院」として知られる三好市の管蔵寺は、天長5年(828年)弘法大師・空海の開基。本殿など6点が国指定の重要文化財。四国別格二十霊場第十五番などでも知られ、「管蔵山ロープウェイ(大人往復1,540円)」で参拝することができます。

古刹探訪

約1300年前の白鳳時代にいち早く仏教が伝わった美馬市の寺町。今なお堂々たる山門や伽藍(がらん)を持つ名刹が建ち並んでいます。

管蔵寺



地元の裏話や意外な発見が続々。つるぎ町の観光案内人である「つるぎの達人」がガイドを行います。

二層うだつの町並みガイド

美馬郡
つるぎ町

7日前までに要予約・10名ごとにガイド1人

料金など／2,000円(ガイド1人あたり) 所要時間／約2時間
問合せ／つるぎ町産業経済課 ☎0883-62-3111(代)



寛政3(1791)年建築の旧庄屋敷で、敷地は約550坪あり、二層うだつの町並みから50mほど西に入った住宅地の中で静かな佇まいを見せています。

旧永井家庄屋敷

美馬郡
つるぎ町

料金など／無料。第3水曜日・年末年始休業。営業時間／9:00～16:00
問合せ／つるぎ町産業経済課 ☎0883-62-3111(代)



糸を操って、襖絵を次々と変化させる「襖からくり」。娯楽の少ない山中で、芝居に夢中になった人々が舞台転換の技を競った伝統芸能。期間限定で実演や体験も可能、歌や踊りもお見せします。

襖からくり 1か月前までに予約 20名〜

三好市 西祖谷

料金など／西祖谷山村の後山農村舞台、徳善寺阿弥陀堂横広場で毎年10月中旬に公演。秋の公演は昼1回、夜2回の3回公演で、公演の合間には、からくりの操作体験ができます。料金は無料。
所要時間／1時間
問合せ／(一社)三好市観光協会 ☎0883-76-0877

東みよし町では、通年でいちご狩りを体験することができます。洗わなくて大丈夫。手で摘み取って、そのまま食べてください。特に2月末から5月末の最盛期は絶品の甘さです。いちご大福もご賞味ください。

いちご狩り体験

7日前までに要予約
料金など／1,500円〜
問合せ／東みよし町役場産業課 ☎0883-79-5345

三好郡 東みよし町

祖谷のごちそうは、その昔から「祖谷そば」。山の畑でそばを育て、挽き臼を回し、身を粉にして作ってきました。山の伝説などにも耳を傾けて、そば打ちに挑戦。

古式そば打ち体験

三好市 東祖谷
要予約
料金など／山菜食事付+5食分持ち帰り1名3,500円。
所要時間／約2時間
問合せ／都築商店 ☎0883-88-5625



ピョクアツク



三好郡 東みよし町

創業100年、親子三代の桐下駄づくりを見学し、鼻緒をつける体験をします。軽くて吸湿性の良い桐下駄の心地よさを味わってみましょう。お守り用のかわいい下駄もあります。

桐下駄(鼻緒つけ体験)

7日前までに要予約
料金など／1セット1,000円(鼻緒代700円含む)鼻緒持込の場合は300円
所要時間／約1時間
問合せ／斉藤桐材工業 ☎0883-82-2051



1つ1つ手で積み上げた石垣、その上に造られた家や畑。落合ならではの「へ〜」と驚く暮らしの数々。天空の山里を重伝建保存会の方のガイドで巡ります。

落合集落重伝建ガイドツアー

三好市 東祖谷
7日前までに要予約／〜20名
料金など／1グループあたり税込み 4,000円
所要時間／約1時間
問合せ／桃源郷祖谷の山里 ☎0883-88-2540

三好市 東祖谷



落合集落に残された茅葺きの民家の機棟かは、床暖房やIHキッチンなど最新設備でリニューアルされ、山の風情を味わいながらも快適に宿泊することができます。

茅葺き民家ステイ

三好市 東祖谷
7日前までに要予約
料金など／チェックイン15時〜・チェックアウト〜10時。1人8,000円〜。
所要時間／1泊
問合せ／桃源郷祖谷の山里 ☎0883-88-2540

三好市 東祖谷



ひっくりの急傾斜!

美馬郡 つるぎ町

傾斜角30度を越える畑での農作業には、数々の工夫があります。無駄のない循環型の農業など、エコな暮らしを訪ねましょう。

猿飼集落めぐり

料金など／9月中旬〜10月中旬、参加料500円(観光農園入園料)
問合せ／つるぎ町産業経済課 ☎0883-62-3111(代)



標高500mにあり絶景を楽しみながら、収穫体験やバーベキュー、そばやうどん打ちなどを行うことができます。コテージなどもあり、宿泊も可能です。

美村が丘 要予約

美馬市 脇町
料金など／予約は9時〜16時30分。バーベキューは1セット2,000円、食材1人前3,000円。そば打ち1人2,000円、うどん打ち1人1,500円。
問合せ／美村が丘 ☎0883-52-5650

美馬市 脇町



剣山の山あいに点在する集落。その昔から「そら」と呼ばれてきた高地に暮らす人々のたくましい生き方を学びます。

そらの郷



山里の暮らしを体験しよう

そらの郷と呼ばれる「にし阿波」エリアでは、農産物の収穫や郷土料理作り、わら細工や干し柿づくり、炭焼きや布ぞうりづくりなど、一年を通じてさまざまな体験ができます。農家民宿もおすすめ。

農林漁家民宿 要予約

にし阿波 エリア
料金など／1泊2食7,500円〜 宿泊可能人数／〜8名
問合せ／一般社団法人そらの郷 ☎0883-76-0713

にし阿波 エリア



奥祖谷二重かずら橋／野猿

三好市 東祖谷
奥祖谷には、男橋、女橋と2本のかずら橋が架かっています。近くには、ロープを引いて渓谷を渡るスリル満点の「野猿」もあります。
料金など／大人550円・小人350円
問合せ／(一社)三好市観光協会 ☎0883-76-0877

三好市 東祖谷



時をさかのぼり
暮らししを訪ねる
「やっぱり、偉いよ」
急傾斜を耕し方人々の知恵に感動。
山の暮らしには、たくましい日本人の原点が見える。

落合集落

三好市東祖谷のほぼ中央、平家の落人伝説などが残る落合集落。その高低差は約390m。
国の重要伝統的建造物群保存地区に選定された貴重な山村の原風景です。
急斜面の集落には、江戸中期から昭和初期に建てられた民家が点在し、その幾つかは極上の滞在施設として整えられています。



祖谷ならではの言葉で伝える「よびごと案内人」とめぐる秘境の歴史と伝統。祖谷渓谷、重末里山、かずら橋周辺の3つのウォーキングコースと、加羅宇多姫の伝説の地をドライブでめぐる合計4つのコースがあります。

祖谷の歴史と文化 ガイドツアー

三好市
西祖谷

7日前までに要予約・1名～30名

料金など／10時～17時。1人1,200円。

所要時間／1～4時間

問合せ／(一社)三好市観光協会 ☎0883-76-0877



間違えて
話しかける人も
いるとか!?

奥祖谷に分け入れば、人の姿がめっきり少なくなり、かかしの住人が増えてきます。住民台帳にも記載されたかかしの村人に会いに来ませんか。

天空の村かかしの里

三好市
東祖谷

料金など／無料

問合せ／(一社)三好市観光協会 ☎0883-76-0877



平国盛の子孫にあたる阿佐家に伝わる平家ゆかりの赤旗のレプリカや、祖谷の暮らしにまつわる品々を展示しています。「平家伝説」と「祖谷の暮らし」にふれてください。

東祖谷歴史民俗資料館

三好市
東祖谷

料金など／年末年始と12月～2月の土・日・祝

日は定休。8時30分～17時。大人410円。

問合せ／東祖谷歴史民俗資料館

☎0883-88-2170

山を分け入り
不思議な
訪ねる

「え、信じられん！」
にし阿波の森には、摩訶不思議な話が眠っている。
それこそが、ウソのようなホントの話かも…。



徳島県の無形民俗文化財に指定されている金丸八幡神社の宵宮神事は、毎年秋祭り前夜(10月14日)にかがり火の燃える境内で神楽の舞が執り行われます。この貴重な神事の一部である伝統神楽、礼拝作法を巫女衣装をまわって体験します。

金丸八幡神社宵宮神事体験

三好郡
東みよし町

7日前までに要予約

料金など／2,000円(舞扇子、草鞋プレゼント)

所要時間／1～2時間

問合せ／東みよし町産業課

☎0883-79-5345



善蔵寺の歴史や今なお残る伝説についての説明を聞きつつ、各堂宇に施された精緻な動物の彫刻を探して歩くツアーです。

善蔵寺アニマル・ミステリーツアー

三好市
池田町

3日前までに要予約・2名～

料金など／土日のみの開催。他曜日は応相談。ガイド料1名につき500円(保険代含む)。

ロープウェイ利用の場合は別途料金が必要。

所要時間／約2時間。

問合せ／(一社)三好市観光協会 ☎0883-76-0877

日帰り入浴



油屋美馬館	美馬市穴吹町穴吹字市ノ下100-6	☎0883-53-7733
ブルーヴィラあなぶき	美馬市穴吹町口山字丸山1	☎0883-55-3777
つるぎの湯 大桜	美馬市木屋平字川井270	☎0883-68-2424
つるぎの宿 岩戸	美馬郡つるぎ町字一宇赤松6-9	☎0883-67-2826
剣山木綿麻温泉	美馬郡つるぎ町貞光字長瀬127-2	☎0883-62-5500
吉野川ハイウェイオアシス 美濃田の湯	三好郡東みよし町足代1650	☎0883-76-5226
祖谷渓温泉 ホテル秘境の湯	三好市西祖谷山村尾ノ内401	☎0883-87-2300
湯元新祖谷温泉 ホテルかずら橋	三好市西祖谷山村善徳33-1	☎0883-87-2171
大歩危温泉 サンリバー大歩危	三好市山城町西字1259-1	☎0883-84-2111
峡谷の湯宿 大歩危峡まんなか	三好市山城町西字1644-1	☎0883-84-1211
和の宿 ホテル祖谷温泉	三好市池田町松尾松本367-28	☎0883-75-2311
松尾川温泉	三好市池田町松尾黒川12-1	☎0883-75-2322
いやしの温泉郷 ホテルかわせみ	三好市東祖谷菅生28	☎0883-88-2975
大歩危祖谷阿波温泉 あわの抄	三好市池田町白地本名165-6	☎0120-018-081
秘境・旅の宿 賢見温泉	三好市山城町黒川3-3	☎0883-86-1099

祖谷のかずら橋

いつでも切り落とせるようにと、植物の蔓で造られた神秘の橋「かずら橋」をはじめ、にし阿波には、さまざまな平家伝説が残されています。幼い天皇の運命はいかに。その行く先は海だったのか、山だったのか…。日本史で語られてきた平家物語とは異なる、もう一つの平家物語。その謎をこの山里で、じっくりと探ってみませんか。



道の駅大歩危／妖怪屋敷

料金など／9時～17時。3月～11月無休。12月～2月毎週火曜日定休(祝日の場合は翌日)。入館料大人600円(石の博物館とセット)。

問合せ／道の駅大歩危 ☎0883-84-1489

三好市
山城町

世界妖怪協会から「怪遺産」に認定された山城エリアでは、150箇所以上に60種類もの妖怪伝承が残っているとか。そんな妖怪たちを紹介するのが、道の駅大歩危にある「妖怪屋敷」。ここを拠点に、妖怪探索に出かけてみませんか。

妖怪伝承



剣山国定公園にある日本百名山の1つ。安徳天皇ゆかりの剣がその名の由来といわれています。西日本第2の高峰(標高1,955m)でありながら、登山リフト(営業期間11月末まで)を利用すれば気軽に山登りが楽しめる山として親しまれています。

美馬市
つるぎ町
三好市



剣山

料金など/登山リフト片道大人1,050円・小人520円
問合せ/剣山観光登山リフト ☎0883-62-2772

可憐な
高山植物を
会いに行こう!



シコクフウロ



キレンゲショウマ



ピクニック



三好郡
東みよし町

加茂の大クス

国の特別天然記念物に指定された、樹齢1,000年余りの西日本最大級のクスの木。樹高26m、根回り23.35m、枝張りは、東西52m・南北42mにも及び、日本一とも言われる均整のとれた美しい姿には神々しさを感じられます。にし阿波東みよし町のシンボリック的存在です。

問合せ/東みよし町産業課 ☎0883-79-5345

世界選手権大会も開催された中尾山の緑の芝生で、高原の風を感じながら、さっそうと滑るグラススキー。レンタル用品も充実しています。

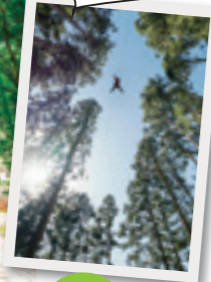


美馬市
木屋平

グラススキー

料金など/営業は9時~16時30分。2時間で大人の滑走料1,030円、レンタル料1,030円。1日利用の合計5,220円。ちびっ子ゲレンデは、レンタル料込み1時間300円。
問合せ/中尾山高原平成荘 ☎0883-68-3422

ドキドキ
わくわくの冒険



三好市

ツリートレッキング

季節限定

問合せ/リバーステーションWest-West ☎0883-84-1117
フォレストアドベンチャー・祖谷 ☎080-6284-2105

**自然を楽しむ
山遊び**

名峰連なる剣山系

日本百名山の二つ剣山は、徳島県の最高峰であり、西日本第2の高峰。その剣山を中心に峰が連なり、深い山懐に抱かれた大自然のエリアが広がっています。「太郎笈(ギユウ)」と呼ばれる剣山に対し、兄弟峰である「次郎笈」や高知県の最高峰である「三嶺」に続く山道など、本格的な縦走にもアタックできます。



三好市
山城町

塩塚高原

料金など/四輪バギーは6歳以上で、土日祝日、夏休み期間の10時~15時、10分1,000円(お得な回数券あり)。スカイコースターは土日祝日、夏休み期間の9時~16時30分、1回500円(お得な回数券あり)。それレンタル1時間300円。
問合せ/塩塚高原キャンプ場 ☎0883-86-3077



にし阿波
エリア

パラグライダー

要予約

問合せ/東みよし町産業課 ☎0883-79-5345
美馬市観光課 ☎0883-52-5610
塩塚高原キャンプ場 ☎0883-86-3077



両岸は国指定の天然記念物「含礫片岩(がんれきへんがん)」。2億数千年をかけて侵食された自然の彫刻美と、紅葉や新緑の美しさ、四季折々の感動が待っています。

大歩危峡観光遊覧船

料金など/9時~16時30分。年中無休。
大人1,200円。
所要時間/往復約30分
問合せ/大歩危峡まんなか ☎0883-84-1211

三好市
山城町



▼リバートレッキング



“カヌーが浮かんで”
癒やされよう♪

▼ラフティング

8人乗りのゴムボートで激流を下る“ラフティング”、マイペースで流れて浮かぶ“カヌー”や“カヤック”、渓流をさかのぼり滝に出会う“リバートレッキング”など、吉野川や穴吹川、貞光川で数々の思い出をつくりましょう。

ラフティング・カヌー・リバートレッキング

にし阿波
エリア

要予約

問合せ/[ラフティング] 三好市観光協会 ☎0120-404-344
[カヌー] 美馬観光ビューロー ☎0883-53-8599
[リバートレッキング] Trip 四国の川の案内人 ☎0883-68-8022



「あく、楽しかつた」
そう言える一日が人生には幾日あるのか。
自然の中で、素直な自分に戻ろう。

多彩な表情を見せる吉野川

吉野川ブルーとも呼ばれる清流は、眺めているだけでも癒やされます。さらに、遊覧船をはじめ、ラフティング、カヌー、リバートレッキングと思いつきり川と戯れましょう。世界的にもカヌーやラフティングのスポットとして、人気上昇中の吉野川。天然記念物の河岸の絶景に囲まれて、最高のリバータイムを過ごしてみませんか。

自然を楽しむ 川遊び



花の風景 紅葉の絶景

1 吉良のエドヒガン

推定樹齢400年以上、樹高約20m。地上1.5mから3つに分かれ、大きく枝を広げて、満天を薄紅色に染め上げます。開花時期にはコンサートなども開催されます。

見頃/3月下旬~4月上旬 場所/つるぎ町貞光寺吉良679 問合せ/つるぎ町産業経済課 ☎0883-62-3111付

3 広棚入倉の芝桜

まるでピンク色の絨毯が一面に広がるような芝桜。開花の4月には産直カフェや、獅子舞、バンド演奏など様々なイベントが開催されます。

場所/問合せ/広棚:美馬市脇町西俣名120-1 ☎0883-53-1905. 入倉:美馬市美馬町字入倉74 ☎090-5141-7531

5 あんみつ館のシンビジウム

洋蘭メーカーが設立した洋蘭展示館。世界最大の園芸博覧会で世界一に輝いたシンビジウムなど、館内には、1年中、何百鉢もの色とりどりの蘭が咲き乱れます。

見頃/通年(営業時間8:30~17:00) 場所/徳島県美馬市脇町大字北庄551-2 問合せ/あんみつ館 ☎0883-53-1187

7 黒沢湿原のサギソウ

600mあまりの山々に囲まれてひっそりと広がる湿原。オオミズゴケやサギソウ、イシモチソウ、キセルアザミなどの水生植物が生い茂っています。

見頃/7月中旬~8月下旬 場所/三好市池田町漆川黒沢 問合せ/三好市観光案内所 フリーダイヤル 0120-404-344

※花や紅葉の見頃はあくまで目安です。気候によって大きく変動しますので、ご了承ください。

「あなたと、来て良かった」花や紅葉の風景は季節がくれる贈り物。大切な人と眺めたい!

2 諏訪公園の桜

徳島西部の桜の名所「諏訪公園」。園内には約100本の(周辺を含めると約300本)のソメイヨシノが咲き誇ります。ぼんぼりが点り、夜桜見物も楽しめます。

見頃/3月下旬~4月上旬 場所/三好市池田町ウエノ 問合せ/三好市観光案内所 フリーダイヤル 0120-404-344

4 デ・レイケ公園のチューリップ

明治政府のお雇いオランダ人技師が築いた砂防ダムを記念したデ・レイケ公園には、シンボルの風車とともに、約15,000本のチューリップが色とりどりに花開きます。

見頃/4月上旬~中旬 場所/美馬市脇町大字脇町1391-2地先 問合せ/(一社)美馬観光ビューロー ☎0883-53-3599

6 野鹿池のしゃくなげ

野鹿池山神社を彩るシャクナゲの群生。季節には薄桃色の花が可憐です。しゃくなげ祭りでは、神事が行われ、バザーや食事会も。ただし神社まではブチ登山が必要です。

見頃/5月下旬 場所/三好市山城町上名 問合せ/三好市観光案内所 フリーダイヤル 0120-404-344

8 竜ヶ岳の紅葉

竜ヶ岳は約2kmに渡り、数百メートルの断崖が続きます。特に紅葉の頃の美しさは、まさに錦の屏風絵。

見頃/10月下旬~11月上旬 場所/三好市西祖谷山村下名 問合せ/三好市観光案内所 フリーダイヤル 0120-404-344



ご当地ソフト

吉野川ハイウェイオアシスの「ル・シエル」では、「あわ和三盆あいす・いちご」「あわ和三盆あいす・ほうじ茶」など、ご当地メニューのソフトクリームが人気。
料金/380円~
問合せ/吉野川ハイウェイオアシス ☎0883-79-5858



そば米雑炊

昔からの郷土料理。そばの実で作る雑炊です。脇町うだつの町並みでも味わうことができます。

夏秋イチゴ

東みよし町の水の丸地区では、山間部の冷涼な気候を活かし、夏秋イチゴの栽培を行っています。春と冬は平地、夏と秋は山間部でイチゴを栽培することで、1年中イチゴを収穫することができます。
問合せ/東みよし町産業課 ☎0883-79-5345



半田そうめん

つるぎ町半田の特産品。やや太めで、コシが強く小麦粉特有の甘みがあるそうめんです。
問合せ/半田手延べそうめん協同組合 ☎0883-64-3467



阿波尾鶏とり天

吉野川ハイウェイオアシスおすすめ、外はカリッと中はジューシーな阿波尾鶏のもも肉の天ぷら。特製のスタバぽん酢と一緒にどうぞ。
料金/550円
問合せ/吉野川ハイウェイオアシス ☎0883-79-5858

祖谷そば

「祖谷の粉ひき節」でも知られる祖谷そば。素朴な山の味わいは何度でも食べたくなる自然食。にし阿波エリアでは、食すことはもちろん、手打ちのそばづくりを体験することもできます。
問合せ/三好市観光案内所 フリーダイヤル 0120-404-344

でこまわし・あめごの塩焼き

祖谷の郷土料理「でこまわし」。ホドイモなどと呼ばれる急斜面で育ったかわいいジャガイモや手作りのコンニャク、山の豆腐などにみそだれを付けて香ばしく焼きます。あめごを炭火で焼くのも絶品。
問合せ/三好市観光案内所 フリーダイヤル 0120-404-344



あたご柿

つるぎ町産のあたご柿は、パリッとした歯ごたえとほのかな甘味が魅力。干し柿もおいしい。
問合せ/道の駅 貞光ゆうゆう館 ☎0883-62-5000

お美姫鍋(おみきなべ)



大歩危祖谷温泉郷のホテル祖谷温泉・ホテルかずら橋・ホテル秘境の湯・大歩危峡まんなか・サンリバー大歩危にて、食すことができるご当地鍋。地酒とみそをベースにしたダシに、阿波ホークや季節の野菜などが入ります。
問合せ/三好市観光案内所 フリーダイヤル 0120-404-344

ふるさと料理バイキング

山菜などを使った田舎風のバイキング。つるぎ町の「つるぎの宿 岩戸」などで味わうことができます。
料金など/1,000円。4月中旬~11月中旬。土日祝ランチ(11時~14時)
問合せ/つるぎの宿 岩戸(ランチのみ) ☎0883-67-2826



ぼけあげ・岩豆腐・玉こんにゃく

大きな揚げや岩豆腐、玉こんにゃくなど、大歩危の歩危マートなどで手に入ります。
問合せ/三好市観光案内所 フリーダイヤル 0120-404-344

天空の山茶

「天空の山茶」は祖谷や大歩危で自生してきた茶の木。そのため、それぞれ個性的で独特のブレンドが生まれます。コエグロなどを使って有機栽培された山の恵みのひとづくりです。
問合せ/三好市観光案内所 フリーダイヤル 0120-404-344



ジビエ料理

ジビエとは、狩猟で得た野生鳥獣の肉を意味するフランス語。徳島県では、厳密なガイドラインによって適切に処理された肉を「阿波地美栄」ブランドとし、その料理を提供する「うまいよ!ジビエ料理店」の認定制度をスタートさせました。にし阿波エリアには、現在15軒の「うまいよ!ジビエ料理店」があります。
阿波地美栄 (http://www.pref.tokushima.jp/chouju/awa-gibier)

世界農業遺産

世界農業遺産とは…
国連食糧農業機構(FAO)が伝統的な農林水産業を営む地域の中で、特に世界的に重要と認められる地域を認定する制度。「にし阿波」では400年以上にわたり、最大斜度40度にもおよぶ傾斜地を利用した農業「傾斜地農耕システム」で自然や生命、集落を守ってきました。これが貴重な人類の知恵であると認められ、2018年3月に「世界農業遺産」に認定されました。



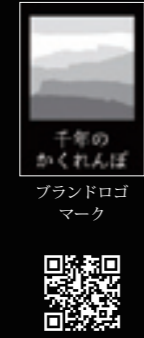
世界農業遺産にし阿波ブランド

Instagram: @nishiawa_giahs

徳島剣山世界農業遺産推進協議会 | にし阿波の世界農業遺産は美馬市・三好市・つるぎ町・東みよし町の連携した取り組みです。

「千年のかくれんぼブランド」

「にし阿波」ならではの食品や工芸品で、英語の説明書きがあり外国人旅行者も安心して購入できる商品を「千年のかくれんぼブランド」として認証しました。認証商品は、にし阿波地域の独自の自然環境の中で、にし阿波の原材料や伝統文化に由来し製造されたものです。認証商品には、霧に覆われた山々を水墨画の筆触で表現したロゴマークを貼付しています。ぜひ「千年のかくれんぼブランド」をお買い求めいただき、にし阿波をご堪能ください。



認証商品はこちら ▶ <https://nishi-awa.jp/brand-item/>

あれも、これも、それも にし阿波2泊3日モデルコース

歴旅コース

- 美馬IC 5分
- 脇町うだつの町並み
 - 脇町うだつの町並み散策ガイド(1時間)
 - 藍染め体験or竹人形づくりor和傘体験のいずれか体験
 - うだつの町並みor道の駅藍ランドうだつで昼食
- 20分
- 安楽寺(美馬市美馬町)
 - 美馬の寺町案内
- 45分
- 善蔵寺ロープウェイ(三好市池田町)
 - 善蔵寺アニマル・ミステリーツアー(2時間)
- 15分
- 大歩危祖谷阿波温泉 あわの抄(宿泊)
- 45分
- 祖谷のかずら橋
- 20分
- 古式そば打ち体験(昼食)1時間
- 5分
- 東祖谷歴史民俗資料館
- 11分
- 落合集落
 - 落合集落重伝建ガイドツアー(約1時間)
- 40分
- 大歩危・祖谷(宿泊)
- 50分
- 阿波池田うだつの家・たばこ資料館
- 40分
- つるぎ二層うだつの町並み
 - 二層うだつの町並みガイド(約2時間)
- 10分
- 美馬IC

川旅コース

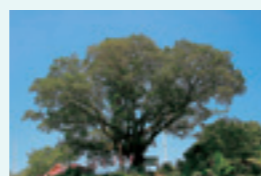
- 脇町IC 15分
- 穴吹川or貞光川でキャノオニング
 - Trip四国の川の案内人 ☎0883-55-3422
- 15分
- 吉野川カヌー体験
 - A MEMBO(アメンボ) ☎0883-55-2150
- 35分
- 美濃田の淵宿泊施設(宿泊)
- 45分
- ラフティング
 - リバーステーションWest-West ☎0883-84-1117
- 5分
- レストラン大歩危峡まんなか(昼食)
/大歩危峡観光遊覧船
- 5分
- 大歩危温泉郷(宿泊)
- 40分
- 井川池田IC



カヌー体験

山旅コース

- 美馬IC 10分
- 巨樹めぐり(3時間)
- 20分
- つるぎの宿岩戸(宿泊)
- 40分
- 登山リフト見ノ越駅
- リフト約15分
- 剣山源流ツアー(4時間)
- 登山・徒歩約40分
- 剣山頂上ヒュッテor一の森ヒュッテ(宿泊)
- 下山・徒歩約1時間
+リフト15分
- 25分
- 登山リフト見ノ越駅
- 25分
- 中尾山高原グラススキー体験
- 1時間20分
- 脇町IC



巨樹めぐり



剣山

*特に表記がなければ車で移動時間。
*移動時間・所要時間はあくまでおおよその目安です。
*体験などは予約が必要です。
*ウォーキングや登山、川遊びなどもあるので、適した服装や装備で出かけましょう。
*天候により、通行や体験ができないことがあります。
*宿泊場所や体験施設はあくまで一例ですので、それぞれ他の施設もご検討ください。

企画募集・モデルコース

旅行企画

(予約先) 一般社団法人そらの郷 徳島県知事登録旅行業第2-148号
徳島県三好市池田町シマ995番地1 Tel.0883-76-0713 Fax.0883-72-0753 営業時間 平日9:00~17:00



秘境の里のシンボルである
かずら橋、祖谷溪(小便小僧)、
大歩危峡をコンパクトに早回り。

- 行程 / 出発地:大歩危駅・道の駅大歩危・大歩危祖谷温泉郷
2時間コース:9:00発→かずら橋→小便小僧→大歩危峡11:00着
3時間コース:9:00発→かずら橋→小便小僧→大歩危峡12:00着
- 期間 / 通年
- 除外日 / ゴールデンウィーク、お盆、年末年始
- 所要時間 / 2時間または3時間 ●種別 / タクシー(貸切)
- 設定人数 / 2名~4名
- 価格 / タクシー1台あたり10,800円(2時間)、12,500円(3時間)
- 予約締切 / 出発日の4営業日前まで
- 価格に含まれるもの / 貸切バスタクシー料金、旅行傷害保険
- 備考 / 出発地によって小便小僧→かずら橋となる場合があります。



これぞ秘境を満喫するタクシープラン。
桃源郷のような別世界を体感します。

- 行程 / 大歩危・祖谷==中上展望所(落合集落)==かかし里
==二重かずら橋==大歩危・祖谷(12月~3月は二重かずら→小便小僧に変更)
- 出発日 / 通年
- 除外日 / ゴールデンウィーク、お盆、年末年始
- 所要時間 / 4時間 ●種別 / タクシー(貸切)
- 最少催行人数 / 2名から出発
- 旅行代金(1名) / 大人8,800円、子ども7,800円
- 予約締切 / 出発日の4営業日前まで
- 価格に含まれるもの / 貸切バスタクシー料金
- 取消料 / 出発日の8日前まで0%、7~2日前まで30%、1日前(前日)40%、当日出発前まで50%、無連絡・不参加100%



国の名勝天然記念物にも
指定された大歩危峡に発生する
幻想的な「八合霧(雲海)」を
早朝の時間にタクシーで訪ねます。

- 行程 / 大歩危祖谷の宿泊施設(6:00~6:30)==吾橋or旧料
金所or水無or峯集落or国見山登山口==大歩危駅・大歩危祖
谷温泉郷(7:00~7:30)*発生状況により行程は変わります。
- 出発日 / 4月~11月(期間限定)
- 除外日 / なし ●所要時間 / 1時間 ●種別 / タクシー(貸切)
- 募集人数 / 2名~8名 ●旅行代金 / 2,850円(大人・子ども
同額)
- 予約締切 / 出発日の4営業日前まで
- 旅行代金(1名)に含まれるもの / 貸切タクシー料金
- 備考 / 季節により出発時間の変更(6:00~6:30発)となります。
気象条件によりご覧いただけられない場合があります。また、予定とは違
う場所へご案内することがあります。凍結等の道路の事情により、
運行できないことがあります。(全額を払い戻し)
- 取消料 / 出発日の8日前まで0%、7~2日前まで30%、1日前(前
日)40%、当日出発前まで50%、無連絡・不参加100%

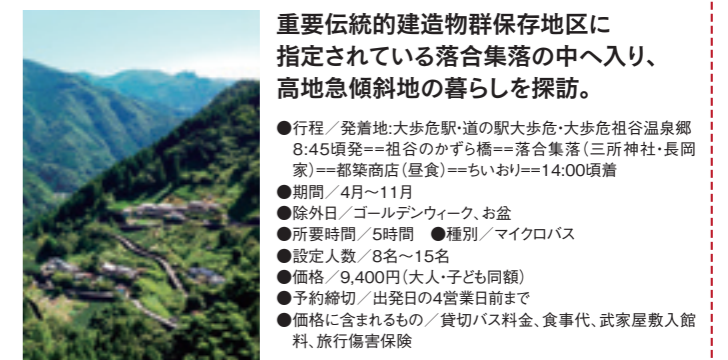
モデルコース ほのぼの集落体験コース



高地性集落で傾斜地農法の里...
集落の中には、珍しい習俗や独自の
コミュニティがあります。
ホッとすると時をお過ごしください。

- 行程 / 美馬ICまたは貞光駅==土釜==鳴滝==猿飼集落=
=つるぎの宿岩戸(昼食)==貞光駅または美馬IC
- 期間 / 通年 ●除外日 / 水曜日 ●所要時間 / 3.5時間
- 種別 / マイクロバスまたはジャンボタクシー
- 設定人数 / 8名~15名
- 価格 / 6,500円(大人・子ども同額) ●予約締切 / 出発日の
4営業日前まで
- 価格に含まれるもの / 貸切バスまたはジャンボタクシー料金、食
事代、旅行傷害保険、集落ガイド料金
- 備考 / 土日の昼食はふるさと料理バイキング

モデルコース 落合集落・ちいおり マイクロバスプラン



重要伝統的建造物群保存地区に
指定されている落合集落の中へ入り、
高地急傾斜地の暮らしを探訪。

- 行程 / 発着地:大歩危駅・道の駅大歩危・大歩危祖谷温泉郷
8:45頃発==祖谷のかずら橋==落合集落(三所神社・長岡
家)==都築商店(昼食)==ちいおり==14:00頃着
- 期間 / 4月~11月
- 除外日 / ゴールデンウィーク、お盆
- 所要時間 / 5時間 ●種別 / マイクロバス
- 設定人数 / 8名~15名
- 価格 / 9,400円(大人・子ども同額)
- 予約締切 / 出発日の4営業日前まで
- 価格に含まれるもの / 貸切バス料金、食事代、武家屋敷入館
料、旅行傷害保険



「つるぎの達人ガイド」が案内し、
巨樹とともにある暮らしを体感します。

- 行程 / 美馬ICまたは貞光駅==つるぎ巨樹王国==桑平(大トチ・
大スキ)==赤羽根大師のエノキ==つるぎの宿岩戸(昼食)==貞
光駅または美馬IC
- 期間 / 4月~11月(月1回日曜日) ●所要時間 / 5時間
- 種別 / マイクロバスまたは小型バス
- 設定人数 / 10名~20名
- 価格 / 6,900円(大人・子ども同額)
- 価格に含まれるもの / マイクロバス料金、食事代、
巨樹ガイド料金
- 備考 / 昼食はふるさと料理バイキング



西日本第2の高峰剣山1,955mの
祖谷川源流を訪ねます。リフトで登った
頂上の笹原から下り、亜寒帯樹林の
森の中の源流域を山岳ガイドがご案内。

- 行程 / (現地集合10時)見ノ越==西島==頂上==西島(源流の
谷)==見ノ越⇄天候等により変更となる場合があります。
- 期間 / 5月~10月末 ●除外日 / なし ●所要時間 / 4時間
- 種別 / リフト、徒歩
- 設定人数 / 10名~20名
- 価格 / 3,000円(大人・子ども同額)
- 予約締切 / 出発日の4営業日前まで
- 価格に含まれるもの / 源流ガイド料金
- 備考 / 別途リフト代金(片道)が必要です。(大人片道1,050円・
子ども片道520円)



世界農業遺産に認定された
傾斜地農法の現場をご案内。
農家レストラン「風和里」では、
集落で採れた野菜を中心とした
ヘルシーなランチが味わえます。

- 行程 / 道の駅藍ランドうだつ又は穴吹駅==測名集落==農家
レストラン「風和里」==道の駅藍ランドうだつ又は穴吹駅
- 期間 / 通年 ●除外日 / なし
- 所要時間 / 4時間 ●種別 / タクシー
- 設定人数 / 2名~8名
- 価格 / 12,000円(大人・子ども同額)
- 予約締切 / 出発日の4営業日前まで
- 価格に含まれるもの / タクシー料金、昼食代、ガイド料金、旅行傷
害保険



- 中型バス以上通行不可
- 期間 / 通年
- 除外日 / なし
- 所要時間 / 1時間
- 設定人数 / 2名~8名
- 価格 / 4,000円~(大人・子ども同額)
- 予約先 / そらの郷(Tel・Fax)
- 予約締切 / 出発日の4営業日前まで
- 価格に含まれるもの / 食事代
- 備考 / 宿泊可(料金別途)
- 取消料 / 出発日の8日前まで0%、7~2日前まで30%、1日前
(前日)40%、当日出発前まで50%、無連絡・不参加100%

食事プラン 民宿うり坊 絶品ジビエ料理



- 行程 / 大歩危駅から約5km(30分)ミニタオ
ルプレゼント【受付時間】10:30~15:30
- 期間 / 7月~9月末
- 除外日 / 8月12日~16日
- 所要時間 / 30分 ●種別 / ラフティング
- 設定人数 / 1名~
- 価格 / 2,900円
- 予約先 / そらの郷(Tel・Fax)
- 予約締切 / 出発日の4営業日前まで
- 備考 / 天候・吉野川の水量・イベントなどで催行できない場合有、
2才未満は不可、ベツトは要相談(施設内ドッグラン有)
- 取消料 / 出発日の8日前まで0%、7~2日前まで30%、1日前(前
日)40%、当日出発前まで50%、無連絡・不参加100%

体験アクティビティ
ラフティングボートに乗ってみよう!!
大歩危峡でミニラフティング
濡れるのは足元だけで
着替え不要の30分
体験ラフティングにドリンク付き。