



にし阿波～剣山・吉野川観光圏
千年のかくれんぼ

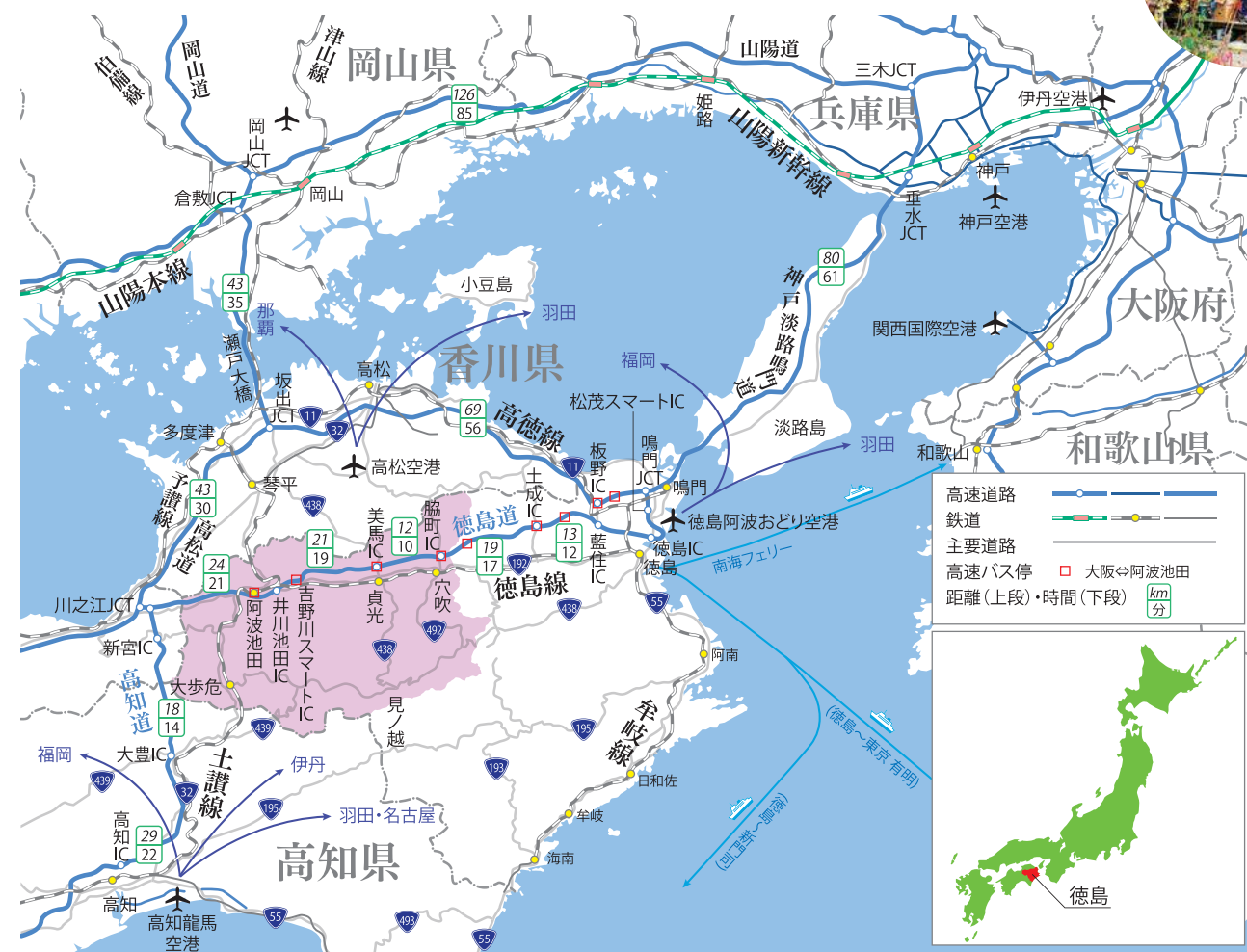


にし阿波旅の極上時間。

Nishi-Awa
Best Time



Access



ゆっくり
していきよ。



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



自動車で

●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IC	国道32号			阿波池田	約1時間30分



空港から(自動車で)

●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



高速バスで

●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)で

●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	約3時間
			特急南風・しまんと	阿波池田駅	

にし阿波地域の
体験予約はこちらから

EXPERIENCE RESERVATION



問合せ

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/>



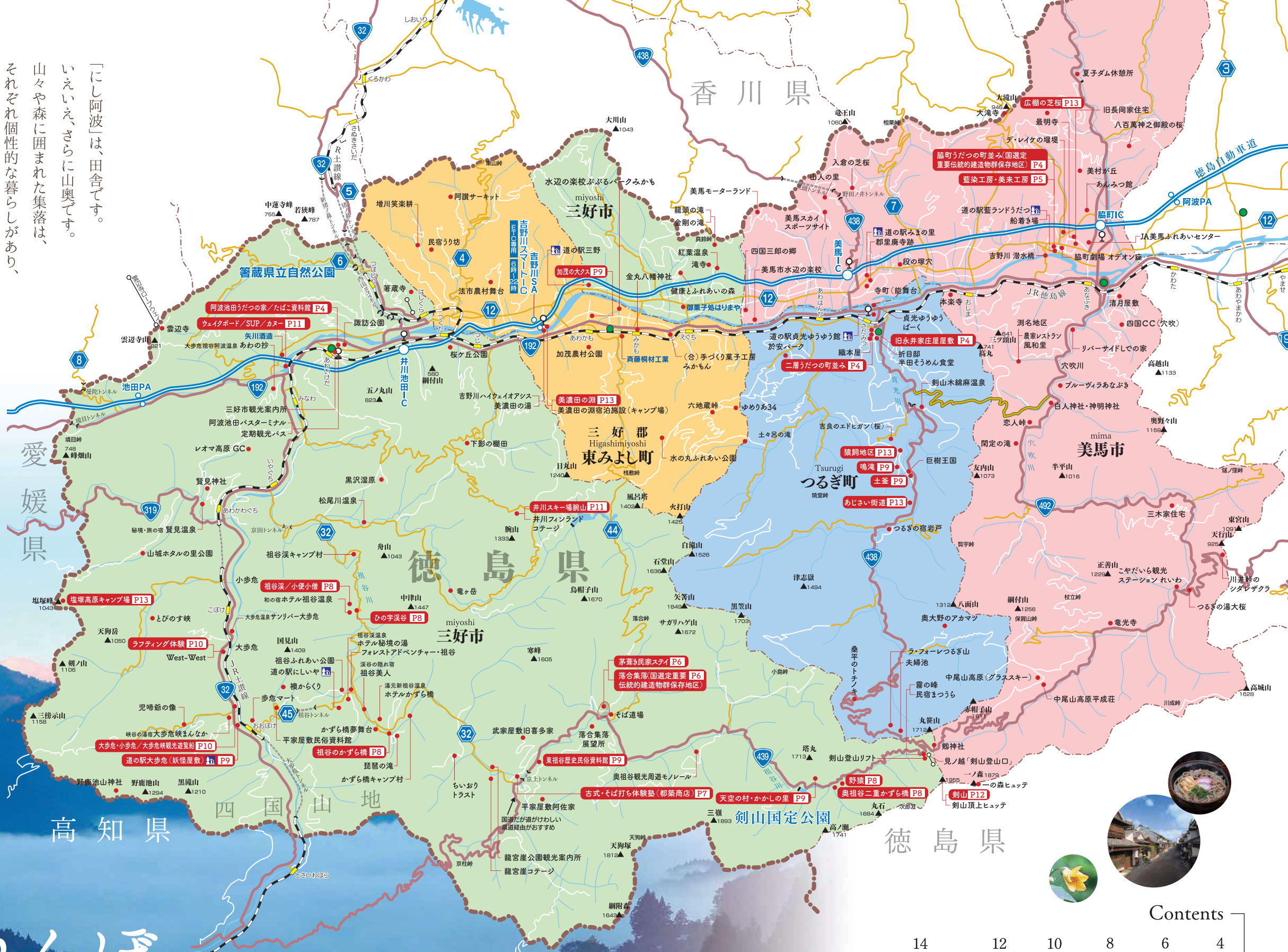
にし阿波
剣山・吉野川観光圏

R5.3月改訂

「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もなお守っています。
「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です。
最近では、外国の方々も素朴な日本らしさに触れたいと、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。
険しい道が続き、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、ここにあるのは、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
は一例です。
※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、持ち帰つた
りしないようお願いいたします。

Contents	
4・5	時をさかのぼり 歴史を味わう
6・7	時をさかのぼり 暮らしを訪ねる
8・9	山を分け入り 不思議を訪ねる
10・11	自然を楽しむ アクティビティ
12・13	日本百名山にも 名を連ねる剣山 にし阿波の絶景
14・15	にし阿波の美しいもの 千年のかくれんぼブランド 「日帰り入浴」





最盛期には年間100万本も生産されるほどの美馬和傘の産地では、その技法・美しさはそのまま、手軽に楽しめる「和傘ランプシェードづくり」を体験することができます。



和傘ランプシェードづくり体験

料金など／価格6,000円～ 所要時間／2時間程度
問合せ／美馬和傘製作集団 ☎0883-53-8599

美馬市
脇町



阿波藍を使った伝統的な藍染体験を行うことができます。スタッフが徳島の藍のお話と、簡単な柄の付け方や染め方をお教えし、作品作りをしていただけます。

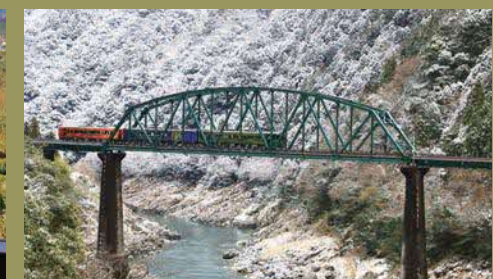
藍染体験

料金など／藍染ハンカチ(小)1,100円
他ストールやエコバッグなどメニューあり
所要時間／1時間程度
問合せ／一般社団法人美馬観光ビューロー ☎0883-53-8599

美馬市
脇町



ピックアップ



四国まんなか千年ものがたり

土・休日を中心に1日1往復運転



料金など／料金、運行日、乗車区間などについては、公式HPにてご確認ください。
所要時間／3時間程度 問合せ／JR四国 電話案内センター ☎0570-00-4592

三好市
大歩危

「四国まんなか千年ものがたり」は、歴史に思いを馳せて、野や山に遊びに出かける大人の洒落た小旅行を気軽に楽しめる本格的な観光列車です。車内では、美しい景色と地元食材にこだわった色鮮やかな料理、地元の方々の思いが込められた地酒やおつまみ、工芸品など、細部にまでこだわりを持った品々をご用意しています。また、目的地では香川と徳島の温かい人々との一期一会や、未知なる場所の発見や体験をお楽しみいただけます。



時をさかのぼり 歴旅を味わう

地元ガイドによる、うだつのひみつや
隠れエピソードが満載!

うだつの町並みについてより詳しく
知れるガイドも実施しています!

脇町うだつの町並み散策ガイド

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／一般社団法人美馬観光ビューロー ☎0883-53-8599

美馬市
脇町

二層うだつの町並みガイド

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／つるぎ町交流促進課 ☎0883-62-3111

つるぎ町
貞光

地域によって種類の異なる
うだつがあるよ!

うだつの町並み
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「うだつが上がるらない」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。



うだつのまちの阿波おどり大会

時期／8月中旬
問合せ／美馬市商工会 ☎0883-53-7393

美馬市
脇町

いけだ阿波踊り

時期／8月中旬
問合せ／三好市まると三好観光戦略課 ☎0883-72-7620

三好市
池田町

マダみつ阿波踊り大会

時期／さだみつ阿波踊り大会 8月15日・16日
問合せ／つるぎ町産業経済課 ☎0883-62-3111

つるぎ町
貞光

オアシス阿波踊り

時期／8月中旬
問合せ／吉野川ハイウェイオアシス ☎0883-79-5858

東みよし町
足代



阿波おどり

四百年を超える歴史を持つ
徳島が世界に誇る伝統芸能
毎年八月中旬のお盆時期に開催される阿波おどりは、「手をあげて、足を運べば阿波おどり」と言われるほど、誰でも簡単に踊れるのが特徴。見て楽しむのはもちろん、初めての方にもわか連として踊ることができます。



幕末から明治にかけて繁栄したたばこ製造業者の旧居宅を活用した資料館。うだつを構える贅を尽くした建物や中庭から当時の繁栄ぶりが伺えます。

阿波池田うだつの家たばこ資料館

料金など／大人：320円、高校生・大学生：210円、小中学生：100円
※阿波池田うだつの家は無料
問合せ／一般社団法人三好市観光協会 ☎0883-76-0877

三好市
池田町



うだつだけじゃない!
趣のある建築!

茅葺き屋根が特徴的で、敷地は約550坪あります。永井家で使われてきた人力車や銅鏡なども展示されています。

旧永井家庄屋敷

料金など／無料。第3水曜日・年末年始休業。 営業時間／10時～17時
問合せ／つるぎ町交流促進課 ☎0883-62-3111

つるぎ町
貞光





季節に応じた様々な野菜を収穫できます。その鮮度はもちろん、自分で収穫した野菜の美味しさは格別です。

野菜収穫体験

要予約

にし阿波
エリア



畑から採れたこんにゃく芋を使い、こんにゃく作り体験ができます。市販のものとは全く違う、歯ごたえのあるこんにゃくを召し上がっていただけます。

こんにゃくづくり体験

要予約

にし阿波
エリア



祖谷地方の郷土食、祖谷そばづくりの全工程を体験していただけるプランです。そばの実を石臼で挽いてそば粉にするとところから、打って切ってゆでて、食べるところまで。初めての方でも楽しく体験できます。

古式そば打ち体験

要予約

三好市
東祖谷



料金など／山菜食付＋5食分持ち帰り1名3,630円
所要時間／約2時間 問合せ／都築商店 ☎0883-88-5625

急峻な山々に囲まれた徳島県「にし阿波」では、素朴で温かみのある暮らしから生まれた独自の食文化や伝統技術が受け継がれています。そんなこの地域では、ここでしかできない宿泊・体験をすることが出来ます。採れたての食材を使った郷土料理や農業体験などを通じて地域の人との交流は、きっと忘れられない思い出になるはずです。



にし阿波の農家で
泊まろう。体験しよう！

このページにある体験は
こちらの QR コードからご予約いただけます。

問合せ／一般社団法人そらの郷 ☎0883-87-8988



四季折々の郷土料理体験をお楽しみいただけます。巻き寿司や天ぷら、こんにゃく・岩豆腐の炭火焼き、ごうしゅいもの味噌炒めなど、滋味深い郷土料理を味わうことができます。

郷土料理体験

要予約

にし阿波
エリア



東みよし町では通年でいちごを収穫することができ、2月末から5月末まではいちご狩り体験ができます。イチゴ大福づくり体験ができるプランがあります。

いちご狩り体験

7日前までに要予約

三好郡
東みよし町



料金など／1,500円～
問合せ／東みよし町役場産業課 ☎0883-79-5345

時をさかのぼり
暮らしを訪ねる



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。その高低差は約三百九十メートル。
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。



落合集落に残された茅葺きの古民家の8棟は、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。

桃源郷祖谷の山里 茅葺き民家ステイ

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





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

料金など／無料
問合せ／一般社団法人三好市観光協会 ☎0883-76-0877

間違えて話しかける人も
いるとか!?

三好市
東祖谷



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ノキの木。樹高26m、根回り23.35m、枝張は東西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。

加茂の大クス

問合せ／東みよし町産業課 ☎0883-79-5345

東みよし町
加茂



岩が侵食されてできた滝壺で、釜の形に似ているのが「土釜」という名前の由来です。一の釜、二の釜、三の釜からなる非常に珍しい奇勝とされ、県指定天然記念物にも選ばれています。

土釜

問合せ／つるぎ町交流促進課 ☎0883-62-3111
駐車場／鳴滝の駐車場を使用(徒歩約10分)

つるぎ町
一字



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」にぜひふれてください。

東祖谷歴史民俗資料館

料金／大人410円、中学生210円、小学生100円
営業時間／毎週水曜日、年末年始と12月～2月の土・日・祝日は定休。10時～16時。
問合せ／東祖谷歴史民俗資料館 ☎0883-88-2286

三好市
東祖谷



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。

道の駅大歩危／妖怪屋敷

料金／入館料大人700円(石の博物館とセット)
営業時間／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)。9時～17時。
問合せ／道の駅大歩危 ☎0883-84-1489

三好市
山城町

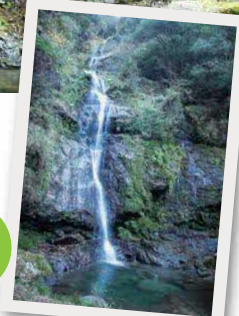


落差85mという県下随一の規模を誇る鳴滝。滝が三段になって絶壁から落ちる風景は、竜が身をくねらせたような荘厳なものです。

鳴滝

問合せ／つるぎ町交流促進課 ☎0883-62-3111
駐車場／あり(5台)

つるぎ町
猿飼



山を分け入り 不思議を訪ねる

祖谷のかずら橋

日本三奇橋のひとつ、国指定重要有形民俗文化財。追っ手から逃れるために、いつでも切り落とせるようにと、かずらという植物で架けたという平家伝説ゆかりの橋。長さ45m・幅2m・水面上14mのスケールがあり、3年毎に架替えが行われます。

営業時間／4月～6月8時～18時、7月～8月7時30分～18時30分、9月～3月8時～17時
料金など／大人(中学生以上)550円、小人(小学生)350円、幼児 無料
※団体割引(20名以上 小人も含む)大人500円、小人320円
※障がい者割引(障がい者手帳・療育手帳を提示)大人270円、小人170円
(介護者1名も同等の割引を適用)

駐車場／かずら橋夢舞台(市営駐車場) 大型バス14台、乗用車300台
普通車500円、バイク210円、大型バス1,570円、中型バス1,050円
※駐車場の予約はできません ※他にも近隣に有料駐車場あり
問合せ／一般社団法人三好市観光協会 ☎0883-76-0877

三好市
西祖谷



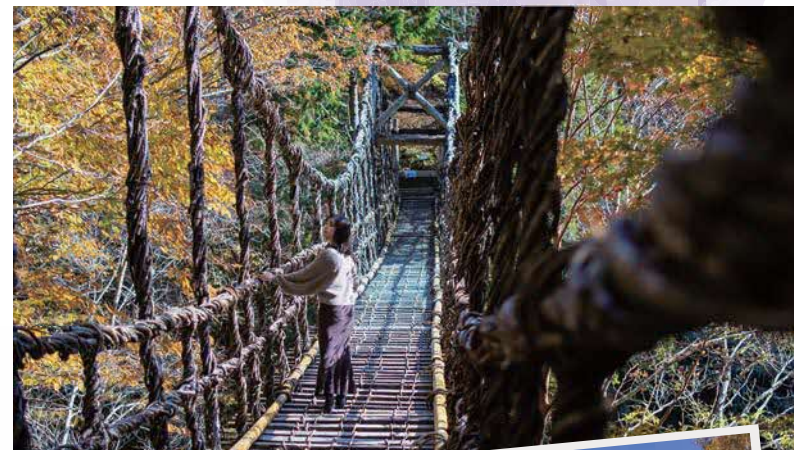
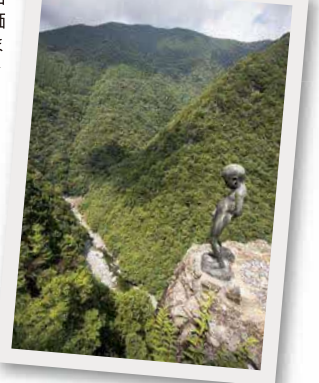
祖谷川を囲む急峻な山々と断崖絶壁から成る祖谷溪。仏のミシュラングリーンガイドの2つ星として評価される絶景は、春には美しい新緑、秋には紅葉に染まります。高さ約200mの断崖に突き出す岩端には、その昔、子供や旅人たちがそこで度胸試しをしたという逸話を銅像にした小便小僧が立っています。また、深い山に囲まれた祖谷街道から、祖谷川の流れや山々を一望できる場所に「ひの字溪谷」があります。蛇行する祖谷川の姿がひらがなの「ひ」の字に似ているところから、この名が付いたと言われています。

祖谷溪

小便小僧／ひの字溪谷

問合せ／一般社団法人三好市観光協会 ☎0883-76-0877

にし阿波
エリア



秘境の雰囲気が漂う美しい景観に囲まれたかずら橋。平家一族が剣山の「平家の馬場」に通うために架けられたといわれる橋で、男橋(おぼし)と女橋(めぼし)の二本あり、夫婦橋(めおとぼし)とも呼ばれます。近くにはロープを引きながら溪流を渡ることができる「野猿」(やえん)もあり、奥祖谷を代表する人気の観光スポットです。

奥祖谷二重かずら橋

営業時間／4月～6月9時～17時、7月～8月8時～18時、9月～11月9時～17時、12月～3月冬季休業
料金など／大人(中学生以上)550円、小人(小学生)350円、幼児 無料
※団体割引(20名以上 小人も含む)大人500円、小人320円
※障がい者割引(障がい者手帳・療育手帳を提示)大人270円、小人170円
(介護者1名も同等の割引を適用)
駐車場／30台 問合せ／一般社団法人三好市観光協会 ☎0883-76-0877

三好市
東祖谷





ナイターは
ライトアップ♪

四国で最初にできたスキー場。人工降雪機でベストコンディションな滑走が、5つのコースで楽しめます。また、土曜日にはナイター営業も実施しており、瀬戸内海などを眺望できるパノラマも人気。

井川スキー場 腕山

問合せ／井川スキー場 腕山 ☎0883-78-3003

三好市
井川町



四国のおへそ「イケダ湖」の水あそびリゾート。

Hessokko(へそっこ)水あそびパークで、ウェイクボードやサップ、カヌーを満喫!!
お子様から大人まで、みんなが楽しめる大自然のテーマパークとなっています。

ウェイクボード／SUP／カヌー



三好市
池田町

問合せ／
一般社団法人地球のテーマパーク
☎0883-70-0130



英国製のおしゃれな折りたたみ自転車「ブromptン」に乗って、地元のお菓子を食べたり、美しい景色の中で仲間とともに写真を撮ったりと、ゆったりとした自転車旅を楽しむことができます。

ポタリング

料金など／1名 7,000円～(最小催行人数2名)
問合せ／一般社団法人ブromptンポタリング協会
<https://www.brompton-pottering-association.com/>
住所／美馬市協町大字協町123

にし阿波
エリア



鳥になった気分♪
感動の瞬間

パラグライダー

全国大会が開催されているティクオフ基地など、おすすめのフライトエリアが点在しています。

要予約

問合せ／ 東みよし町産業課 ☎0883-79-5345
一般社団法人美馬観光ビューロー ☎0883-53-8599

にし阿波
エリア

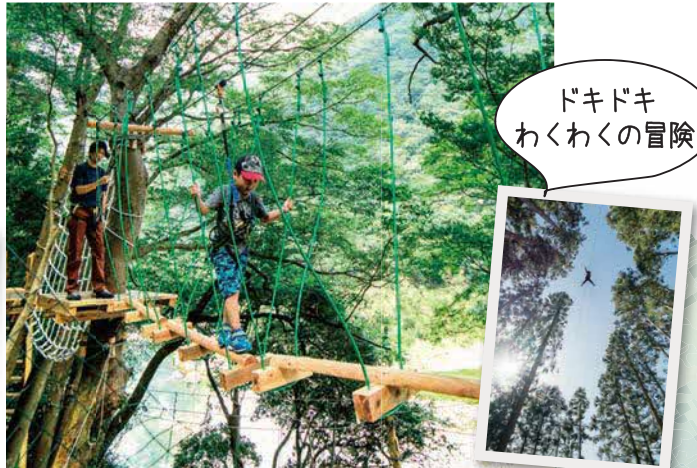


剣山を源に発して山間を流れ、吉野川中流に合流する約41kmの河川。四国一の水質の良さを誇る清流であり、大小さまざまな河川敷と、澄みきった水が特徴です。流域では水遊びや魚釣りなどアウトドアアクティビティをお楽しみいただけます。

穴吹川

問合せ／一般社団法人美馬観光ビューロー ☎0883-53-8599

美馬市
穴吹町



ドキドキ
わくわくの冒険

祖谷溪や大歩危の大自然を満喫できるスリル満点のアトラクションです。小さいお子様でも楽しめるコースもご用意しています。

ツリートレッキング

季節限定

問合せ／一般社団法人三好市観光協会 ☎0883-76-0877

三好市



自然を楽しむ

アクティビティ

「あゝ、楽しかった」
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されます。遊覧船をはじめ、ラフティングやリバートレッキングで思いっきり川と戯れましょう。世界的にも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。



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／大人1,500円
営業時間／9時～16時30分。年中無休。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



プカプカ浮かんで
癒やされよう♪

歩いて、泳いで、滝に打たれて、飛び込んで、人のいないとおきの絶景へご案内。のんびりと四国の川を楽しむトレッキングツアーです。

リバートレッキング

要予約

料金／8,000円
問合せ／Trip 四国の川の案内人 <https://trip-yoshinogawa.com>

つるぎ町



世界レベルの激流が楽しめる吉野川のラフティング。大歩危小歩危の渓谷美の中を8人乗りのゴムボートで川旅が楽しめるアクティビティ。日本のラフティングツアーの発祥地であり、世界屈指のラフティングスポットとして注目をされています。気軽に体験できるプランも充実。

ラフティング

要予約

問合せ／一般社団法人三好市観光協会 ☎0883-76-0877

にし阿波
エリア



見頃
4月

桜や紅葉など四季折々の美しい自然と神秘的な奇岩が織りなす風景は県の名勝・天然記念物に指定されています。

美濃田の淵

問合せ／東みよし町役場産業課 ☎0883-79-5345

東みよし町
足代



見頃
6月

つるぎ町久敷地域に咲き乱れるあじさい。山々に囲まれた自然の中で、色とりどりのあじさいを楽しむことができます。

久敷のあじさい

問合せ／つるぎ町交流促進課 ☎0883-62-3111

つるぎ町
久敷



見頃
9月中旬～
10月中旬

斜度30度を越える畑一面に、毎年白いそばの花が咲き誇ります。猿飼集落を訪れ、急傾斜地で農業をする農家の暮らしに、思いを馳せてみませんか。

そばの花咲く猿飼観光農園

料金／入園料500円
問合せ／つるぎ町産業経済課 ☎0883-62-3111

つるぎ町
猿飼



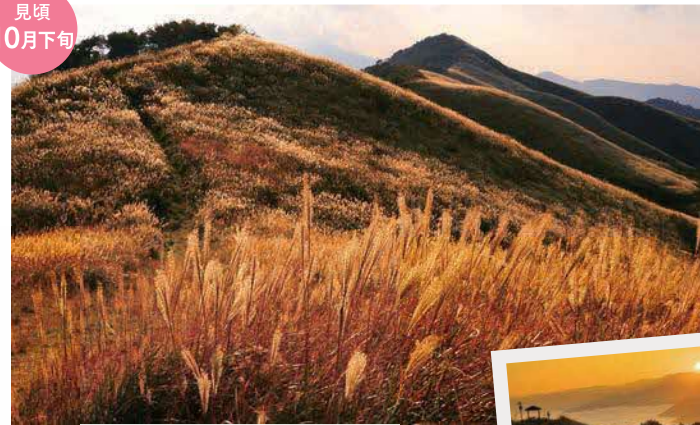
見頃
3月下旬～
4月中旬

まるでピンク色の絨毯が一面に広がるような芝桜。3月下旬頃～4月中旬頃が見ごろ。

広棚集落の芝桜

問合せ／一般社団法人美馬観光ビューロー ☎0883-53-8599

美馬市
脇町



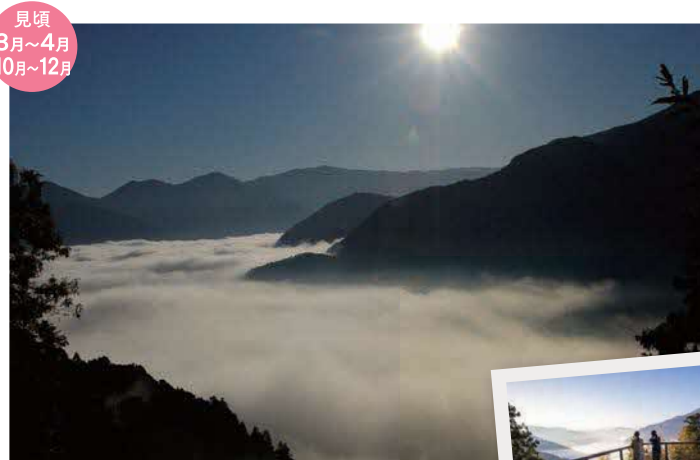
見頃
10月下旬

塩塚高原は、徳島県と愛媛県に広がる約100haの高原で、晴天時には瀬戸内海や中国地方が望め、夜には満天の星空、早朝には壮大な雲海も楽しめます。高原近くには、バンガローやアクティビティが充実したキャンプ場もあります。

塩塚高原のすすき

問合せ／一般社団法人三好市観光協会 ☎0883-76-0877

三好市
山城町



見頃
3月～4月
10月～12月

山肌をはいあがるように広がる白い霧が、山のちょうど八合目あたりまでかかっていることから、「八合霧」という名前が付けました。季節の変わり目や気温の変化の激しい時期によく見られ、早朝の7時前後がねらい目。

八合霧(雲海)

問合せ／一般社団法人三好市観光協会 ☎0883-76-0877

三好市
エリア

にし阿波の絶景



可憐な動植物に
会いに行こう！



キレンゲショウマ



シコクフウロ



アサギマダラ

西日本で二番目の高さを誇る標高千九百五十五メートルの剣山ですが、リフトや歩きやすいコースが整備されているため、初心者でも挑戦でき、シーズンを通じて多くの登山客が訪れます。また、夏頃に咲き始める高山植物「キレンゲショウマ」・「シコクフウロ」や、「アサギマダラ」などの可憐な動植物も見所の一つです。

剣山観光登山リフト

登山口「見ノ越」から西島までの標高差330mを15分で結びます。

営業期間／4月中旬～11月末日 平常運転／9時～16時30分
GW、夏期(8月1日～8月31日)、10月の土日祝日／8時～16時30分
料金／(往復)大人:1,900円、小人:900円 (片道)大人:1,050円、小人:520円
問合せ／剣山観光登山リフト(株) ☎0883-62-2772・0883-67-5277

登山口「見ノ越」から頂上までのアクセス

【「見ノ越」から「西島」までの所要時間】
剣山観光登山リフト「見ノ越駅」から「西島駅」→リフトで15分(標高差330m)
リフトを利用しない場合は「剣神社」から徒歩約40分

【「西島」から山頂までの所要時間】
尾根道コース(最短ルート)→徒歩約40分
大剣道コース(大剣神社・御神水など見所を楽しむ)→徒歩約60分
縦走路コース(西側をぐるっと回って次郎笠を望む)→徒歩約80分

登山口「見ノ越」までのアクセス

【車の場合】
徳島自動車道「美馬IC」国道438号経由→車で80分
徳島自動車道「脇町IC」国道492号経由→車で120分
徳島自動車道「井川池田IC」国道32号から439号経由→車で100分

【剣山登山バスの場合】
剣山の登山シーズンである4月中旬から11月上旬にかけて、登山口「見ノ越」までの臨時登山バスが2ルート運行しています。どのルートもJR駅と接続しており、マイカーからバスに乗り換える「パークアンドバスライド」も整備されています。

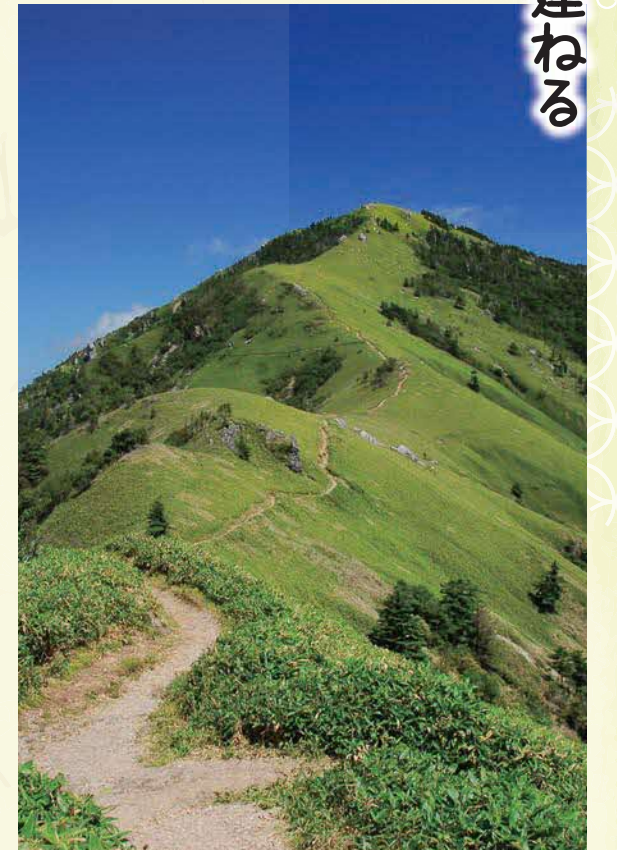
○池田東祖谷ルート
阿波池田バスターミナル・・・JR大歩危駅・・・京上・・・久保・・・名頃・・・見ノ越
問合せ／三好市東祖谷支所 ☎0883-88-2212
三好市まると三好観光戦略課 ☎0883-72-7620

○貞光一宇ルート
貞光ゆうゆう館・・・JR貞光駅・・・つるぎの宿岩戸・・・ラフォーレつるぎ山・・・見ノ越
問合せ／つるぎ町交流促進課 ☎0883-62-3111

イベント

山開き(4月29日)・剣山本宮山頂祭(7月)・もみじ祭り(10月)

日本百名山にも名を連ねる「剣山」



にし阿波のおいしいもの

「うーん まんぞく」
おいしいもので笑顔になろう。
自然の恵みをいただこう。



祖谷そば

「祖谷の粉ひき節」でも知られる祖谷そば。素朴な山の味はいつでも食べたい自然食。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／一般社団法人三好市観光協会 ☎0883-76-0877



そば米雑炊

お米の代わりに、そば米を使った雑炊。野菜や鶏肉、山菜などと一緒に煮込む郷土料理。



日本酒

冬場の冷え込みと剣山の清らかな湧き水で造られる日本酒は「四国の灘」とも称され、全国初のLED酵母で仕込んだ地酒も発売されています。



ひらら焼き

河原の石をホットプレート代わりにして、鮎やあめご、こんにゃくや豆腐などを焼きます。周囲には味噌の土手を作るので、香ばしいにおいがたまりません。「ひらら」とは「平たい石」のことです。誰でも簡単にできるワークショップも実施しています。
問合せ／一般社団法人三好市観光協会 ☎0883-76-0877



半田そうめん

四国山脈から吹き下ろす冷たい風と、吉野川の澄んだ水から作られる半田そうめんは、半田の風土を象徴する特産品です。麺が太くコシが強いのが特徴で、アレンジ次第で様々な料理に変身します。
問合せ／つるぎ町産業経済課 ☎0883-62-3111



でこまわし・あめごの塩焼き

祖谷の郷土料理「でこまわし」。ごうしゅいも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／一般社団法人三好市観光協会 ☎0883-76-0877



ぼけあげ・玉こんにゃく・岩豆腐

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／一般社団法人三好市観光協会 ☎0883-76-0877



温羊羹

保存料や香料を使用せず材料を吟味し竜ヶ岳の水を使い材料の風味を引き出した商品です。
問合せ／あたぎや羊羹三縄 ☎0883-74-0118



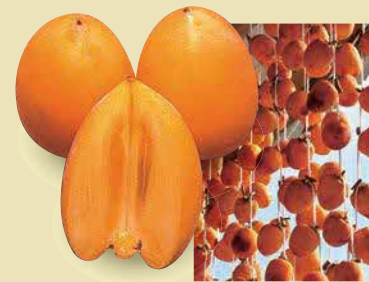
イチゴ

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。



はれひめ

オセオラオレンジと清見、温州ミカンを掛け合わせており、糖度12、13度の豊かな甘味とさわやかな香り、むきやすさが特徴。



あたご柿

つるぎ町特産のあたご柿は、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 真光ゆうゆう館 ☎0883-62-5000



ブルーベリー

甘酸っぱくて美味しいブルーベリーの販売はもちろん、収穫体験も実施できます。
問合せ／一般社団法人美馬観光ビューロー ☎0883-53-8599

千年のかくれんぼブランド

急峻な山々に囲まれた徳島県「にし阿波」では、素朴で温かみのある暮らしから生まれた独自の食文化や伝統技術が受け継がれ、「にし阿波」の特産品として育まれてきました。これらの特産品を「千年のかくれんぼブランド」として認証しています。



麺類

剣山・吉野川の水の恵みから生まれた半田素麺と祖谷蕎麦



祖谷自慢生そば

半田素麺
「一魂一手延べひとすじ」

お肉

徳島の地鶏「阿波尾鶏」に山の恵み「ジレヒ」にし阿波の特産品を活かした加工品も



祖谷の地美栄プレミアムソーセージDEER



阿波尾鶏チキンスペアリブ

工芸品

にし阿波の職人の技が光る工芸品



藍染日傘



藍染め鹿革 小物製品



桐下駄

お茶

急傾斜地で栽培されたこだわりのし阿波のお茶



炒り歩危番茶

松家農園袖奈×瀬名緑茶

調味料

にし阿波の食材を活かしたスパイスとシヤム



しよいのみうま実翅の醤油漬け



みまから

CITRUSPICE

VIVASCO

おかず・お菓子

にし阿波の素材を活かした優しい味のおかず、お菓子



オニオカラ



きゃらぶき



シコクカヌレ



きなこ飴

他にも魅力的な商品がたくさんあります!詳しくは、こちらのQRコードからご覧ください



問合せ先 千年のかくれんぼブランド認証委員会事務局（徳島県西部総合県民局 地域創生観光部内）
TEL.0883-76-0366 FAX.0883-76-0450 URL <https://nishi-awa.jp/brand/>

にし阿波
剣山・吉野川観光圏



清月屋敷	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
祖谷溪温泉 ホテル秘境の湯	三好市西祖谷山村尾井ノ内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2-1	☎0883-75-2322
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