

南信州の山々（冬の中央アルプス）
中央アルプスと南アルプスにはさまれ、いくつもの山が連なる自然豊かな土地、南信州。霊山である主峰木曾駒ヶ岳には多くの伝説や歴史が残ります。

とっておきの 三遠南信

三遠南信の豊かな自然やその土地ならではの楽しいイベント、見所、おいしいものをご紹介します！

乳岩
乳岩山にある最大の洞窟で、凝灰岩中に含まれる石灰分が溶け出して天井部に乳房状の鍾乳石を作っています。山頂近くには、通天橋・極楽門と呼ばれる天然石橋があります。

中田島砂丘

夏にかけては産卵のためにアカウミガメが上陸し、卵は孵化して放流されるまで保護されています。

東三河 の巻



しんしろ軽トラ市「のんほいルロット」

江戸中期、新城市は豊川の舟運と伊那街道を行きかう陸運(馬)との交易拠点として栄えました。その賑わいぶりは、往来する馬が浪にたとえられ「山湊馬浪(さんそうばろう)」と呼ばれるほどでした。「のんほい」は「やあ」「おい」「ねえ」など呼びかける時に使う東三河の方言、「ルロット」はタヒチ名物の車を使った屋台村のことです。

☎ 0536-22-1778 ☎ <http://www.shinshiro.or.jp/nonhoi.routottes/>

☎ 愛知県新城市中央通り商店街(橋向交差点～中町交差点) ☎ 毎月第4日曜日 / 9:00～12:30 ☎ 入場無料

ラグーナ蒲郡

自然豊かな三河湾に位置する「ラグーナ蒲郡」は、エンターテインメントやグルメ&ショッピングなどさまざまなスタイルで海を楽しむことができる複合型リゾートです。



☎ 0533-58-2700 ☎ <http://www.laguna-gamagori.co.jp/>

☎ 愛知県蒲郡市海陽町2-1 ☎ (料) ホームページをご覧ください。

桜淵公園周辺

春は桜が清流の兩岸に爛漫と咲き乱れ、夏の緑、秋の紅葉が調和して、四季それぞれの風情を満喫させてくれます。毎年、お花見や川遊びなどで、沢山の人が訪れます。



☎ 0536-32-0022

☎ 愛知県新城市庭野 ☎ 終日 ☎ (料) 無料

歴史ロマン 必見！

長篠の戦い(長篠城址史跡保存館)

長篠城址史跡保存館は、「日本100名城」に数えられる「長篠城」の城址(国指定史跡)にあり、日本戦史を彩る「長篠の攻防」に関する資料を保存・展示しています。

☎ 0536-32-0162 ☎ 愛知県新城市長篠字市場22-1

☎ 午前9時から午後5時(入館は午後4時30分まで) 毎週火曜定休(祝日の際は翌日)

☎ 小・中学生 個人100円 団体50円 高校生以上 個人210円 団体160円

設楽原歴史資料館

「長篠・設楽原の戦い」の経緯、火縄銃の果たした役割・その歴史を展示しています。

☎ 0536-22-0673

☎ 愛知県新城市竹広字信玄原552

☎ 午前9時から午後5時 (入館は午後4時30分まで) 毎週火曜定休(祝日の際は翌日)

☎ 小・中学生 個人100円 団体50円 高校生以上 個人300円 団体200円



セットでまわると少しお得なチケットあります。

歴史散策、史跡めぐりの際は是非両方に。

知られざる
三遠南信の
魅力
【自然・文化・商業・イベント】

東三河
の巻



チェーンソーアート

1本の丸太からチェーンソーを駆使し、ダイナミックかつスピーディーに繊細な作品を作り上げる様子は「チェーンソーを使った彫刻」といえます。やり直しがきかない一発勝負のアートは、見ごたえがあります。

☎ 0536-76-1199 ☎ <http://orange.zero.jp/chainsawart/>

所 愛知県北設楽郡東栄町内



電照菊

闇夜に浮かび上がる電照菊の温室群は幻想的で、まさに不夜城といった趣です。愛知県で始まった電照栽培により、菊の開花時期を調整することができるようになり、周年出荷が可能となりました。愛知県は全国の約3分の1の出荷量を誇る菊の大産地となっています。(見頃は10月上旬から12月上旬)

所 愛知県田原市内 (時) 夜間にハウスの照明が見られる (料) 無料



アサクラスマートボール

豊橋駅前にあり、看板からは昭和30年代の香りが漂い出てくるようです。昔の温泉地にはよくあった遊びでしたが、最近では大阪の新世界など一部の地域でしか見られなくなっていました。

☎ 0532-55-6733

所 愛知県豊橋市松葉町1-22

(時) 10:00 ~ 21:00 不定休



ヘボサミット

奥三河地方には、ヘボと呼ばれるクロスズメバチなど地蜂の子や蛹を食べる食文化があります。ヘボサミットは年に1回愛好家が集まり巣の重さなどを競うユニークなイベントです。

新城市では10月、設楽町と東栄町では11月に開催されます。



奥三河食彩フェスタ

奥三河の食をテーマに、旧名倉中学校跡地で開催されます。とれたて農作物や特産品の直売コーナー、地域の伝統食や設楽ならではの味を気軽に楽しめる屋台がオープン！様々な体験コーナーやイベントなど楽しい催しも盛り沢山！高原で過ごす、心地よい夏の1日が楽しめます。

☎ 0536-63-2006 ☎ <http://tabemai.com/>

所 愛知県北設楽郡設楽町東納庫字ヲトシ山 (料) 入場無料



いのしし肉

臭い、硬いなどの固定概念を破る奥三河特産の猪肉。古くから「山鯨」と称され滋養強壮の食材として珍重されてきました。ばたん鍋やウィンナーがおすすめです。



とまテル

「田原産だけに限定したミディマト100%のトマト果汁」に「国産梅100%の梅酒」を加えて、最後にパッションフルーツ果汁で仕上げたトマトカクテル。

めろんハート

マスクメロンのネクター感を残しながら、パッションフルーツの爽やかな酸味をマッチングさせた、まるでフレッシュな果実をそのまま食べているような感覚のメロンリキュールです。

☎ 0531-22-6551

☎ <http://www.mimasu-831.jp/market/>

所 田原市浦町丸山1-41

(販) 田原市内の道の駅と通販で購入可能



蒲郡(温室)みかん

蒲郡温室みかんは、品種を宮川早生に統一し、高い糖度と程よい酸味を兼ね備えたみかんの中のみかんです。特許庁が認可する地域団体商標(地域ブランド)に、「蒲郡みかん」が県内農産物で初めて登録されました。

☎ 0533-68-6631

☎ <http://www.ja-gamagori.or.jp/>



『極・奥三河』は、シニアを対象とした地域体験・職業体験プログラムです。奥三河を知り尽くし、技を極めた名人たちがナビゲートしますので、魅力満載の奥三河に、ぜひ遊びに来てください！

◎平成22年度プログラムは、夏から秋にかけて開催する予定です。

お問い合わせ先

東三河広域協議会事務局(豊橋市役所広域推進課内)
☎ 0532-51-2181

『極・奥三河』ホームページ

<http://www.easi-mikawa.jp/kiwami/>

※ホームページ上では、平成21年度プログラムの様子を映像にて紹介しています。ぜひご覧ください。



たきや漁

春から秋にかけて夜の浜名湖で、水中灯を舐先にともし、鉈や網でカニやさかな、エビを獲るスリルある楽しい漁です。獲れたての新鮮な魚介類をつかった料理は最高。

☎ 053-592-2260
 ① <http://www.takiyaryou.jp/>
 ② 静岡県浜松市西区雄踏町宇布見9985-3
 ③ 要予約。料金等はホームページをご覧ください。

山肉料理

浜松市天竜区水窪町

地元で獲れた猪、鹿などの料理。お店により食べ方やタレの味が違うので、それぞれの味わいを楽しむのもお勧めです。



遠州灘天然とらふぐ

浜松市西区 舞阪漁港

冬になったら一度は食べたい海の味覚の王様。「天然ものの内約6割が遠州灘」といわれるほどの漁場。館山寺温泉ではとらふぐ祭りも開催されます。



よこすかしろ

掛川市

地場の砂糖キビを昔ながらの手順で絞、糖液を長時間煮詰めて造られます。白砂糖に比べ、たんぱく質やカルシウム、鉄分、カリウムなどの栄養素が豊富です。



池田・熊野の長藤まつり

平安時代の女流歌人熊野御前の愛でた藤が行興寺に残っています。「藤の花」の開花にあわせ行興寺に隣接する熊野伝統芸能館と、その周辺で開催されます。

② 静岡県磐田市池田 ③ 4月下旬～5月5日

東海道どまん中茶屋

初代広重が描いた「東海道五十三次・袋井出茶屋ノ図」をモチーフに袋井宿の東入口に建てられました。年中無休で湯茶のおもてなしが受けられます。

☎ 0538-44-8595
 ② 静岡県袋井市袋井339
 ③ 9:00～17:00



重要文化財中村家住宅

重厚な武家住宅を体感できる徳川家康次男結城秀康の生家。3000平米の敷地内には、重要文化財に指定された主屋、長屋門、主屋脇の於義丸(後の結城秀康)の胞衣(えな＝後産)を埋めた胞衣塚が残されています。

☎ 053-596-5585
 ② 静岡県浜松市西区雄踏町宇布見4912-1
 ③ 9:30～16:30(金・土・日・祝日のみ開館)
 ④ 高校生以上: 200円/中学生以下: 無料

知られざる
遠州の魅力
【自然・文化・商業・イベント】

町並みと蔵展

秋葉街道の町並みを残す中心市街地の古い木造建築や蔵がギャラリーなどとして開放されます。毎年、春・秋の2回開催され、人力車による町並み散歩も好評のイベントとなっています。

所 静岡県周智郡森町



治郎柿

今より160年前森町に住む松本治郎さんが太田川の洪水で流れついた柿の幼木を植えたのが始まりと言われる治郎柿。原木の地からは毎年、皇室へ献上も行われています。

所 静岡県周智郡森町



御前崎ケープパーク

テーマは「海と大地の調和」。御前崎灯台から展望台「夕日と風がみえるん台」まで徒歩約10分、1.5kmにおよぶロマンチックな遊歩道からは、展望台、広場、四季折々の草花と雄大な海が楽しめます。御前崎ケープパーク内にある『潮騒の像』は「恋人の聖地」として認定されています。遊歩道のほか周辺のドライブも人気です。

所 0548-63-2001 静岡県御前崎市御前崎 時 終日 料 無料



掛川花鳥園

花の中で鳥と遊べるテーマパーク。さまざまな植物、熱帯性スイレンが一年中咲き誇る中で、インコ、フクロウ、オオハシなどの鳥とふれあえます。

所 0537-62-6363 http://www.kamold.co.jp/kke/ 静岡県掛川市南西郷1517 料金等はホームページをご覧ください。

遠州灘海岸のアカウミガメ

毎年5月下旬から8月にかけて産卵のためにウミガメが上陸します。



南信州の巻



名勝天龍峡

江戸時代以来多くの文化人らに愛された名勝です。川下りの舟からは奇岩怪岩が望め、春のツツジや山ザクラ、秋の紅葉、冬の雪景色など四季それぞれに美しい自然を満喫できます。遊歩道散策、川下り、いろんな角度から圧倒的な景観をお楽しみください。

所 長野県飯田市 問 天龍峡観光案内所 0265-27-2946 http://www.tenryukyou.com/



大明神淵 ポットホール

日本一のポットホールを有する三段の淵からなる明神淵。平成16年、村内のアマチュア写真家によって発見されました。

所 長野県下伊那郡豊丘村

しらびそ高原

標高約1,900mの高原にある南アルプスの大パノラマ。「ハイランドしらびそ」からの眺めもよく3,000m級の山々を間近に感じることができます。近くには日本で初めて確認された「御池山隕石クレーター」があります。

所 長野県飯田市上村 問 上村自治振興センター 0260-36-2211 http://shirabiso.com/



茶臼山高原

春夏秋冬、美しい自然の魅力にあふれた場所です。また動物とのふれあい、四季折々のイベント、雄大なアルプスの眺望など、家族みんなで楽しめます。

所 長野県下伊那郡根羽村茶臼山



三知
遠ら
南れ
信ざる
のる
魅力
【自然・文化・商業・イベント】

飯田市川本喜八郎人形美術館

高い芸術性を備えた人形アニメーションを生み出し、NHK人形劇「三国志」などで多くのファンを魅了した人形美術家・川本喜八郎が「人形たちに一番ふさわしい場所」と、「三国志」「平家物語」などの人形を飯田市へ寄贈しました。飯田市は「人形劇のまち」の新たな拠点施設として、交流人口の創出や人形劇文化の振興を目的とした美術館を建設。2007年3月に開館して川本氏は館長に就任しました。

☎ 0265-23-3594 ☎ <http://www.city.iida.lg.jp/kawamoto/> (所) 長野県飯田市
 (時) 9:30 ~ 18:30 (入館は18:00まで) / 毎週水曜休館
 (料) [一般] 個人 400 円 団体 300 円 / [小学生・中学生・高校生] 個人 200 円 団体 150 円



(C)川本プロダクション/撮影・田村 実

南信州グルメサミット

南信州は豊かな自然と数多くの食材に恵まれ、様々な食の文化が発達しています。これらの味を多くの方に知っていただくチャンスを開きたいと思いサミットを開催しています。馬、イノシシ、鹿、普段あまり食べる機会のない食材も多数あり、新たな調理法など、発見も多数！蜂の子、ザザムシなどは話のネタや変わったお土産にもなりそうです。

(所) 長野県飯田市 (開) 飯田商工会議所
 ☎ 0265-24-1234 ☎ <http://www.iidacci.or.jp/>



鹿塩の塩泉

なぜ、山深いアルプスの麓に海水のように塩辛い温泉が湧くのか、その原因は未だに謎に包まれたままです。鹿塩温泉入口の特産品販売所『塩の里』ではこのロマン溢れる塩泉から昔ながらの手法で山塩を作っており、山塩作りを実際に見ていただくこともできます。山塩はミネラル分が豊富で、なめてもしょっぱさに角がありません。この塩で熱々のおにぎりを握ると絶品です。

☎ 0265-39-2282 ☎ http://www.2bbweb-arena.com/escude/myweb1_001.htm
 (所) 長野県下伊那郡大鹿村鹿塩 (時) 9:00 ~ 17:00 / 火曜定休
 (料) 鹿塩温泉の「山塩」: 50 g入り 525 円 25 g入り = 270 円



ほおずき栽培

飯田市南信濃

遠山郷の夏の風物詩。お盆のお供え花として主に中京圏方面へ出荷されます。みなみ信州産ほおずきは、15年ほど前に導入され栽培されるようになったものです。今では100名の生産者が取り組んでおり、その品質の良さは、市場での評価も高くなっています。



五平餅

南信州地域

ご飯を多少粒が残る程度につぶしたものをわらじ型もしくは団子型に成形し、串に刺して焼きます。味噌や醤油をベースに、胡桃や胡麻、山椒の芽などを加えたたれを付けて食べます。江戸時代の中頃、わらじ型の五平餅を、ふたつの団子状に刺した、いわゆる「眼鏡型」としたものが、飯田の五平餅として今に伝えられています。お店や家庭によって味が違うので、食べ比べも楽しいですね。



ねぎダレ

飯田市

信州飯田の居酒屋でおでんに使われたことが始まりといわれています。いつしか飯田の家庭では当たり前のように使用されるようになり「飯田の味」となりました。刻みねぎを醤油やみりんなどの調味料で味付けしただけのシンプルさゆえ、冷や奴、から揚げなど用途は広く、各家庭で食べ方はさまざまです。伝統ではなく、純粹な「味」で地域の味として根付いています。

半生菓子

南信州地域

かつて「信州の小京都」と呼ばれていた南信州では、お茶と和菓子の文化が伝えられてきました。四季折々の花々にみちたものや昔懐かしい素朴な味など、多彩な和菓子がそろっています。形や名前の由来、いわれ等を知ると、さらにおいしく感じられるかもしれませんね。

屋台獅子最中: 飯田市周辺には、屋台獅子が多く伝承されています。その獅子頭をモチーフとし、13の和菓子屋で共同開発した商品です。

