

益田市

島根県



地域の食

「高津川」で獲れる天然鮎を使った「鮎雑煮」は、お正月に多くの家庭で食べられている郷土料理です。この鮎は、戦国時代にふるまわれた領主・益田氏の饗応料理にも出されたと古文書に記されていて、「中世の食」として再現料理とともに食べることが出来ます。



高津川鮎釣り



鮎

景観

西中国山地国定公園にある「匹見峡」は、多くの奇岩や滝など多彩な峡谷美を見せてくれます。また、日本海に面した岩場に約200万株の日本水仙が咲く「唐音水仙公園」や山陰のモンサンミッシェルといわれる「衣毘須神社」もおすすめです。



表匹見峡一屏風ヶ崖



唐音水仙公園

水が生み、人がつなぐ～石見の国の食文化～

島根県西部の益田市は、中国山地と日本海、水質日本一の清流「高津川」に恵まれた自然豊かな町。山あいの匹見地域では源流域で「わさび」が栽培され、高津川では「天然鮎」が獲れます。また日本遺産にも認定されたこの地では、戦国時代に毛利元就へふるまった『中世の食』が伝わっています。

わさび谷

Hagi-Iwami MASUDA

地域の食

うずめ飯

中国山地にある匹見にて栽培されている「わさび」を使用した郷土料理である「うずめ飯」は、古くから受け継がれている民間の饗応料理です。わさび田を見学しながら、採れたてのわさびで召し上がれます。



根わさび



匹見うずめ飯



高津川カヤック



妙義寺座禅体験

森に囲まれたわさび田で、農家の方に教わる「うずめ飯」づくりは、日本の原風景を体験できます。高津川では、カヤックで透明度の高い清流を体感できます。また、お寺での座禅や抹茶、豆腐作り、古民家での五右衛門風呂など和体験もあります。

国遊ルート

山あいの匹見でわさび田＆「うずめ飯」を体験した後は、匹見峡を眺めながら高津川下流へ。地元の人と「鮎雑煮」づくり体験もおすすめ。文化財が残る益田地区では、雪舟が作った美しい庭園をもつ医光寺や萬福寺で益田の歴史に触れることも。



医光寺雪舟庭園



萬福寺雪舟庭園

お問い合わせ

一般社団法人益田市観光協会

URL : <https://masudashi.com/>



津山市

岡山県



春の津山城（日本さくら名所100選）

歴史のかおりとユニークな 牛肉文化に出会えるまち つやま

津山は古くから牛馬取引の拠点として栄え、牛肉食禁止の時代にも「養生食い」が認められ、庶民に愛される郷土料理としてかつては牛肉消費量が全国1位となったこともあります。全国各地のブランド牛産地へ子牛を出荷するほど、その肉質は優れていると言われています。他では見られない独特の牛肉メニューが多くあります。



そずり鍋

そずり鍋「あばらヤスジの細かな肉をそぎ落す」ことを津山の方言で「そずり」と言います。骨そばの肉は柔らかく、醤油ベースの出し汁に豆腐・白菜・白ネギ等の地域の野菜を入れたもので、うま味がたっぷりと凝縮された人気メニューです。



つやま和牛



そずり鍋

地域の食



ヨメナカセ



牛肉の煮こごり

下ごしらえが大変な「ヨメナカセ（心臓大動脈）」、「煮こごり（魚ではなく牛肉です）」、「お好み焼き（豚肉ではなく牛肉です）」、「干し肉（モモ肉）」、「津山ホルモンうどん」等、地域独特の個性豊かな牛肉郷土料理が長く、深く、愛されています。

景観

日本さくらの名所100選の「津山城（鶴山公園）」、市内2つの重伝建地区「城東、城西」、大名庭園など、豊富な歴史的資源をじっくり堪能いただけます。また現役日本最大の鉄道扇形機関車庫「津山まなびの鉄道館」や「モビルスーツ」等、多くの来訪客を魅了するバラエティに富んだ観光施設があります。



城東地区



津山まなびの鉄道館



作州絨織り体験



寺町お坊さんガイドツアー

体験

伝統の作州絨（さくしゅうかすり）織り体験や、寺町めぐりお坊さんガイドツアー（座禅・写経・抹茶コース）などでの伝統文化体験や、牧場生活、収穫体験や農家民泊等の各種農業体験アクティビティも楽しんでいただけます。

国遊ルート

人口約10万人弱の津山市内には50店舗以上の鉄板焼き店・焼き肉店があり、それぞれの店ごとに味を競い合っています。津山ホルモンうどん研究会作成の食べ歩きマップを手に、店主や地域のみなさんと語り合いながら、ぜひ津山自慢の牛肉メニューをお楽しみください。



津山ホルモンうどん研究会食べ歩きマップ



津山肉ビル

お問い合わせ

公益社団法人津山市観光協会

URL : <http://www.tsuyamakan.jp/>



尾道市

広島県



四季折々の景観が美しい尾道の街

尾道から発信するせとうちの食の魅力

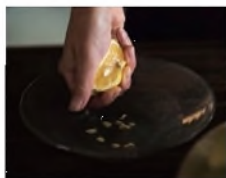
新鮮な魚介、太陽をいっぱい浴びて育つ柑橘類など、尾道の特産は、中山間部、沿岸部、そして島しょ部へと続く豊かな自然環境によって育まれてきました。魚の旨味を引き出し保存性を高める調味料「酢」は、北前船で運ばれた米から造られました。また、豪商の間で広まった庭園や茶室のある別荘「茶園」は、茶席として今に受け継がれています。

Hiroshima ONOMICHI

地域の食

柑橘

瀬戸内の気候は温暖で日照時間が長く、柑橘の栽培に適していたため、海風が吹き陽光降り注ぐ斜面全体を使った柑橘類の栽培が盛んになりました。日本遺産「村上水軍」が海外から持ち帰ったとされる品種を栽培。「耕して天に昇る」山頂まで切り開いた柑橘畑の景観は、開拓の往時を偲ばせてくれます。料理のアクセントやドリンクにも



太陽をたっぷり浴びて育つレモン

SAVOR JAPAN

地域の食



旬の食材を堪能できる地域料理



牛鹿者が心を込めて育てた野菜

宿泊施設、レストラン、ショップが併設された複合施設「LOG(ログ)」は、千光寺近くのアパートをリノベーションして再生。レストランでは、生産者の顔が見える食材をたっぷり使ったメニューが人気です。地元の野菜や瀬戸内の新鮮な魚介類を味わえるイベントや、暦を大切に作る昔ながらの暮らしを体験できるワークショップも開催しています。

景観

「中世からの箱庭都市」と呼ばれる尾道市は、寺社仏閣が立ち並ぶ歴史的景観に、市民の暮らしが自然と溶け込んでいます。文豪志賀直哉が滞在した旧居や、名匠小津安二郎監督「東京物語」のロケ地は、名作のワンシーンとして今も変わらぬ景色を見せてくれています。



千光寺から眺める絶景



尾道の街と向島を隔てる尾道水道



世界のサイクリスト達が集まる



自転車が持ち込める客室

尾道市と愛媛県今治市を結ぶ「しまなみ海道」。米国CNN「世界で最も素晴らしい7大サイクリングコース」の1つに選ばれました。「ONOMICHI U2」では、レンタサイクルと宿泊が可能。レストランで地元の食材を使ったランチやディナーも楽しめます。豪華客船guntu(ガンツウ)では、魚の買い付け体験や漁師との交流が魅力です。

お問い合わせ

LOG

URL : <https://l-og.jp/>



SAVOR JAPAN



呉市音戸地域

広島県

本土(呉市、手前側)と2本の橋で結ばれる音戸(上側)

音戸で牡蠣の食文化を満喫し、瀬戸内海の自然をまるごと独り占め

美しい瀬戸内海の西側に位置する倉橋島にある音戸。ここには、豊かな自然、温暖な気候、島の恵みの美味しい牡蠣があり、穏やかに暮らし外からのひとを温かく受け入れるひとたちがいます。皆さんを音戸で歓迎します。牡蠣の食文化を満喫し、瀬戸内海の自然をまるごと独り占めしてください。

ONDO ● Hiroshima



音戸のスペシャルティは牡蠣です。音戸の清浄海域は牡蠣の養殖に大変適していて、音戸の牡蠣のむき身生産量は日本一を続けています。「牡蠣めし」は大振りの牡蠣と野菜の炊き込みご飯で、牡蠣生産者のまかない飯だったのが今では伝統の郷土料理となっています。



「清浄海域」で獲れた殻付き牡蠣

牡蠣



伝統的な牡蠣めし



創作した「牡蠣特別メニュー」である「牡蠣の握り寿司」、「牡蠣の巻き物」、「牡蠣のエスカベージュ」などは進化形の牡蠣食であり、「伝統×進化」の音戸産牡蠣の魅力的な食文化がインバウンド、とりわけ牡蠣の嗜好の強い外国人に提供されます。



牡蠣の巻き物



牡蠣のエスカベージュ

景観

音戸と本土呉市の間には、厳島神社(宮島)を建立した平清盛が開いた「音戸の瀬戸」を挟んで2本の橋が架り、狭い瀬戸を多くの船が行き通います。瀬戸内海有数の自然景観が織りなす音戸にはゆったりとした時間が流れ、海の香り、波の音、風の音、船の音に心が奪われます。



音戸の瀬戸に架かる音戸大橋(手前が音戸)



音戸「清浄海域」に浮かぶ牡蠣養殖用の筏



寿司職人直伝による寿司を握る体験



鳥をめぐりサイクリングツアー

寿司職人直伝のグルメカレッジでは手ほどきを受けて自分で寿司を握り、食べる体験をします。また、息を飲む火山(ひやま)からの瀬戸内海の眺望を組み込んだ空と海に溶ける鳥めぐりサイクリングを楽しめます。牡蠣ロゲイニングでは牡蠣と健康のハイブリッドな新体験ができます。

周遊ルート

東京羽田から空路で90分、その後陸路で70分、広島県の南部に位置する音戸には、瀬戸内海有数の美しい自然景観と美味しい牡蠣があり、ゆったりとした時間が流れています。ここ音戸では、瀬戸内海を五感で感じる魅力的でかけがえのない旅をすることができます。



火山(ひやま)からの瀬戸内海の展望



チェックポイントで牡蠣ドッグを食べる牡蠣ロゲイニング

お問い合わせ

音戸町魅力化推進協議会

URL : <https://ondo-cho.com>

