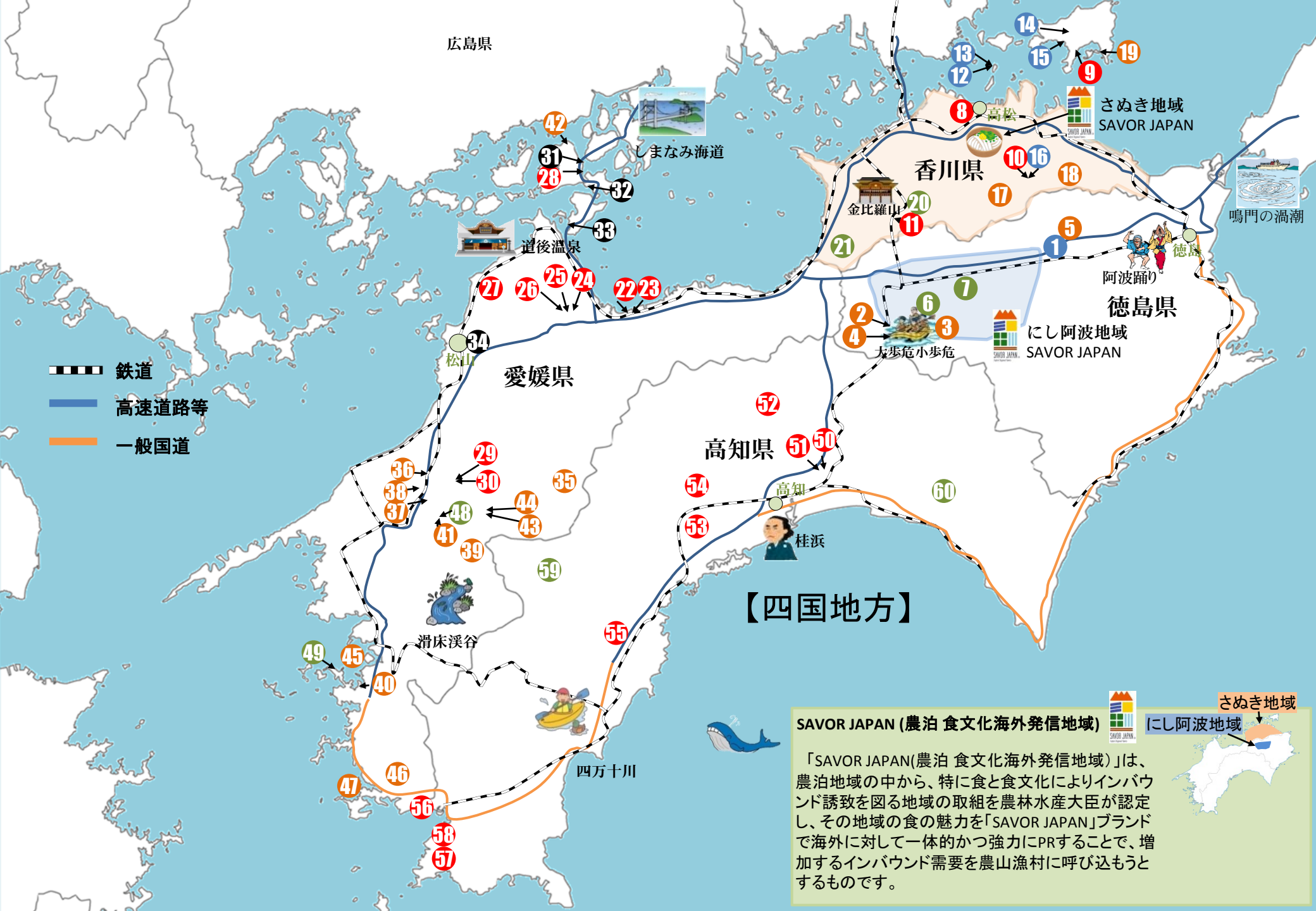


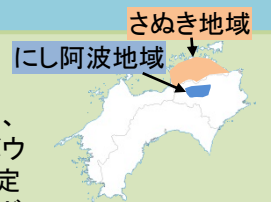


- 鉄道
- 高速道路等
- 一般国道

【四国地方】

SAVOR JAPAN (農泊 食文化海外発信地域)

「SAVOR JAPAN(農泊 食文化海外発信地域)」は、農泊地域の中から、特に食と食文化によりインバウンド誘致を図る地域の取組を農林水産大臣が認定し、その地域の食の魅力を「SAVOR JAPAN」ブランドで海外に対して一体的かつ強力でPRすることで、増加するインバウンド需要を農山漁村に呼び込もうとするものです。



徳島県

	施設名	品目(シーズン)	営業時間	所在地・アクセス	問い合わせ・詳細情報	対応言語
農家レストラン						
1	茶房 Sabou	地元の野菜を使った料理	9:00～17:00 (定休日:第2水曜日)	美馬市脇町大字脇町45-1 JR徳島線穴吹駅からタクシーで約10分	TEL:080-2976-5532	英語
農林漁家民宿等						
2	農家民宿歩危農園 Farm inn Bokenoen	野菜、山菜収穫体験	要確認 (年末年始休み)	三好市山城町上名1938 JR土讃線大步危駅下車、大步危駅から施設の送迎有り	TEL:090-1578-1611 http://www.ooboke-kudo1938.com/	英語
3	農家民宿祖谷八景 Noukaminsyuku-Iyahakkei	◆ そば打ち ◆ 田舎料理体験	要確認 (12～3月休み)	三好市東祖谷中上66-2 JR土讃線大步危駅からタクシーで約40分	TEL:090-4789-6259 http://www.ctm.ne.jp/~taka58/	英語
4	旅人の宿なこね Traveler's inn NAKONE	◆ そば打ち ◆ こんにゃく作り体験 ◆ ゆず酢作り体験 ◆ 雲海体験	要確認 (年末年始休み)	三好市西祖谷山村榎 242 JR土讃線大步危駅下車、大步危駅から施設の送迎有り	TEL:0883-72-5557 Email : nakone1111@yahoo.co.jp http://www13.plala.or.jp/nakone1111/newfolder3/index.html	英語 (予約はメールで)
5	農家民宿野の道 Farm in Nonomichi	◆ 有機大豆での豆腐作り体験 ◆ 有機野菜収穫体験	9:00～19:00 (定休日:年末年始、農繁期)	阿波市阿波町北西谷49 徳島自動車道脇町ICより車で約10分 JR徳島線穴吹駅からタクシーで約10分	TEL:090-5377-9938 http://blog.goo.ne.jp/ononoue	英語 スペイン語 ポルトガル語

徳島県

6 下影（棚田） Shimokage Rice terrace



急勾配の地形に丁寧に積み上げられた美しい石積みや土の畦が見られます。また、棚田の真ん中に溪流が流れており、管理された水田が連なって美しい景観を形成しています。

所在地：三好市井川町井内西
アクセス：徳島自動車道「井川・池田IC」から車で約40分

<http://www.miyoshinavi.jp/02miru/>



7 にし阿波の傾斜地農耕システム（日本農業遺産） Steep Slope Agriculture System in Nishiawa (Japanese Nationally Important Agricultural Heritage systems)



急傾斜地に茅をすき込んで土壌流出を防ぎ、独自の農機具を用いて斜面を階段状にせず耕作する独特な農法で、在来の雑穀など多様な品目を栽培しています。

所在地：美馬市、三好市、つるぎ町、東みよし町
アクセス：徳島自動車道「井川池田IC」から車で約1時間45分
（落合集落：三好市東祖谷山落合）

<http://giahs-tokushima.jp/>



そば米雑炊（徳島県）

Sobagome-zosui
(Buckwheat porridge)



そば米とは、そば粒をゆでて乾燥し、表皮を剥いたものをいい、それを雑炊仕立てとしたものです。そばを粒で食べるのは徳島独特で、フリーズドライの商品が売り出されるほど身近なものとなっています。

現在では県全域で食べられていますが、元々は源平の合戦に敗れた平家の落人が身を潜めたとされる祖谷地方（三好市）が発祥で、都を偲んで正月料理に作ったのが始まりとされています。稲作には適さない地形が多いため、栽培期間が短いそばを作って雑炊にしたり麺に加工したりして食べていたそうです。

ぼうぜの姿寿司

Boze no sugata-zushi
(Whole fish sushi specialty)



ぼうぜとはイボダイの事であり、東京ではエボダイ、大阪でウボゼなど地方によって様々な呼び名があります。徳島では夏の終わり頃に漁期となり、酢でしめたぼうぜにすだちの搾り汁を加えた酢飯をたっぷりと詰めて姿寿司にします。秋祭りには欠かせない料理で、家庭でも作って食べる風習が残っています。

徳島で水あげされる「ぼうぜ」は、ほぼ全てが県内で消費されており、また、添えられる特産「すだち」の組合せは徳島ならではの料理といえます。徳島県では、ぼうぜのほかアジ、アユ、アメゴなど様々な姿寿司が食べられています。

香川県

	施設名	品目(シーズン)	営業時間	所在地・アクセス	問い合わせ・詳細情報	対応言語
観光農園						
8	いちご屋スカイファーム Ichigoya Sky farm	いちご狩り 1月～5月	10:00～16:00 (定休日:月曜日)	高松市飯田町656-1 JR予讃線鬼無駅からタクシーで約10分	TEL:087-881-5256 http://www.skyfarm.jp/	 英語
9	小豆島オリーブ公園 Shodoshima Olive Park	オリーブの摘取り 10月下旬～11月末	8:30～17:00 (年中無休)	小豆郡小豆島町西村甲1941-1 新岡山港からフェリーで土庄港へ(70分)。 土庄港からオリーブバス坂手線もしくは南 廻り福田線へ乗車、オリーブ公園口下車 (約30分)。徒歩約5分	TEL:0879-82-2200 http://www.olive-pk.jp/	 英語
10	森のいちご Morino ichigo	いちご狩り 12月下旬～5月末	10:00～16:00 12月下旬～5月末営業 (定休日:木曜日)	木田郡三木町上高岡 1611 高松琴平電気鉄道長尾線学園通り駅から タクシーで約10分	TEL:087-890-3035 http://morinoichigo.com/	 英語
11	三井牧場 Mii-Bokujyo	◆ 乳搾り ◆ えさやり ◆ バター作り体験	10:00～16:00 (不定休)	仲多度郡まんのう町大口 878-10 JR土讃線黒川駅からタクシーで約10分	TEL:090-2825-8174	英語
農家レストラン						
12	ドリマの上 Dorimano ue	玄米・煮魚 農薬・肥料不使用 自家栽培野菜料理 団体ランチ付研修も可 能	9:00～sunset (不定休)	高松市男木町1894 高松港から雌雄島海運男木島行きに乗船 (40分)、男木島で下船。徒歩約10分	TEL:090-7146-2268 https://jyouko.jimdo.com/	 英語 中国語
13	じょうこかふえ Jyouko cafe	着物で神社巡り、薬 草摘みと料理、磯遊 び、ペンダントトップ作り、 虫除けスプレー香水作 り	要確認 (不定休)	高松市男木町1352 高松港から雌雄島海運男木島行きに乗船 (40分)、男木島で下船。徒歩約10分	TEL:090-4332-7671 https://jyouko.jimdo.com/	 英語 中国語
9	小豆島オリーブ公園オリ ヴァス Shodoshima Olive Park OLIVAZ	小豆島オリーブ オイルを使った スペインの郷土料理 など	8:30～17:00 (年中無休)	小豆郡小豆島町西村甲 1941-1 新岡山港からフェリーで土庄港へ(70分)。 土庄港からオリーブバス坂手線もしくは南 廻り福田線へ乗車、オリーブ公園口下車 (約30分)。徒歩約5分	TEL:0879-82-2200 http://www.olive-pk.jp/	 英語

香川県

	施設名	品目(シーズン)	営業時間	所在地・アクセス	問い合わせ・詳細情報	対応言語
14	こまめ食堂 Komame cafe	◆ 棚田のおにぎり定食 ◆ そうめんセット ◆ オリーブ牛ハンバーガーセット等	11:00～16:00 (定休日:火・隔週水曜日)	小豆郡小豆島町中山 1512-2 新岡山港又は高松港からフェリーで土庄港へ(70分)。土庄港からオリーブバス中山線で約25分、中山春日神社前下車すぐ。	TEL:080-2984-9391 http://www.dreamisland.cc/cafe/komame-cafe.html 	英語
15	カフェレストラン忠左衛門 café-restaurant CHUZAEMON	小豆島の旬の食材(魚介)とオリーブオイルや自社栽培の柑橘を使ったパスタやパエリア、デザート等	11:00～21:30 月～木曜日は 11:00～17:00 (年中無休)	小豆郡小豆島町蒲生甲 61-4 高松港から池田港へ(60分)。池田港から徒歩約10分	TEL:0879-75-1188 http://www.inoueseikoen.co.jp/rashiq/index.html 	英語
16	森のジェラテリア MUCCA Morino-Gelateria MUCCA	広野牧場のミルクを使ったジェラート	11:00～17:30 (定休日:水曜日)	木田郡三木町上高岡 1613 高松琴平電気鉄道長尾線学園通り駅からタクシーで約10分	TEL:087-899-1530 http://www.morino-mucca.com/ 	英語

農林漁家民宿等

17	ホテル セカンドステージ Hotel Second Stage	◆ うどん打ち ◆ そば打ち ◆ 竹細工 ◆ 餅つき	8:00～17:00 要予約 (不定休)	高松市塩江町上西乙 1118-8 JR高松駅からことでんバス塩江線で約50分、塩江バス停で下車。塩江バス停より施設の送迎あり	TEL:087-893-1100 http://hotel-secondstage.com/ 	英語
12	ドリマの上 Dorimano ue	着物で神社巡り、薬草摘みと料理、磯遊び、ペンダントトップ作り、虫除けスプレー香水作り	要確認 (不定休)	高松市男木町1894 高松港1号浮桟橋より雌雄島海運フェリー(女木島・男木島行き)にて片道約40分	TEL:090-7146-2268 https://jyouko.jimdo.com/ 	英語 中国語
18	五名やまびこの宿 Gomyou Yamabikonoyado	田植え・稲刈り 栗ひろい・ハイキング・ 整体・ハタオリ	要確認 (不定休)	東かがわ市五名1374 高松自動車道白鳥大内ICから車で約25分	TEL:0879-29-2502	英語
19	漁家民宿ゲンザ Guest House GENZA	◆ 自然体験 ◆ 釣り体験 ◆ トレッキング ◆ 山岳ガイド	要確認 (不定休)	小豆郡小豆島町坂手甲 416 高松東港から坂手行きフェリーで75分。坂手港から徒歩約3分	TEL:0879-62-9881 http://genza-guesthouse.com/ 	英語

香川県

20 満濃池 (ため池) Mannou-Ike Reservoir



西暦701年に建造され、その後数回再建された満濃池は何世紀にもわたって灌漑の目的で使われてきました。今日、貯水池は3000ha以上をかんがいする、日本で最大の灌漑貯水池の1つです。満濃池は、国際灌漑排水委員会(ICID)の遺産灌漑構造(HIS)として認められています。

毎年6月の「満濃池初ゆる抜き式典」は、多くの見物客で賑わう香川の風物詩です。

所在地：仲多度郡まんのう町神野(堤防)
アクセス：JR予讃線琴平駅からタクシーで約10分
高松自動車道「善通寺IC」から車で約25分

http://www.town.manno.lg.jp/mannou_pond/pond_top.html



21 豊稔池 (ため池) Honen-Ike Reservoir



大正年間にマルチプルアーチ構造を採用して築かれた農業用ため池で、長い年月の間、風雨にさらされた堤体は、中世ヨーロッパの古城を偲ばせる偉容と風格を感じさせます。

地上30メートルの堤から放たれる放水は讃岐路に本格的な田植えシーズンを告げる風物詩となっており、毎年多くの観光客が訪れます。

所在地：香川県観音寺市大野原町田野々
アクセス：JR予讃線観音寺駅からタクシーで約25分
高松自動車道「大野原IC」から車で約18分

<http://kanonji-kankou.jp/visit/01/013.html>



讃岐うどん (香川県) Sanuki udon (Sanuki udon noodles)



香川県では、うどんは、昔から祭り、農耕行事にと年中欠かせないものでした。温暖小雨で良質な小麦が採れ、塩、醤油、いりこ(煮干し)など、だしの材料に恵まれていたことから、うどんが定着したものと思われます。

コシが強い讃岐うどんは、かけ、しっぽく、釜揚げ、ざる、ぶっかけ、生醤油などいろいろな食べ方で楽しまれ、県民1人あたりのうどんの消費量は全国一です。

専門店も多く、製麺所の中でうどんを提供する店もあり、県内外からうどん店巡りに多くの方が訪れます。

あんもち雑煮 (香川県) An-mochi zoni (Elaborate zoni)



あん入りの餅を使った全国的にも珍しい雑煮です。

煮干のだしに、家族仲良く円満でありますようにとの願いを込めて輪切りにした大根、人参などとあん入り丸餅を入れ、柔らかく煮えてから白味噌で味付けします。

江戸時代に砂糖は讃岐(香川県)を代表する特産品で、讃岐三白(砂糖、塩、綿)の1つでした。

そこで、普段は食べることの出来なかった砂糖を、めでたい正月くらいは食べたいと砂糖を使ったあん餅を雑煮にしたのが始まりと言われています。

愛媛県

	施設名	品目(シーズン)	営業時間	所在地・アクセス	問い合わせ・詳細情報	対応言語
観光農園						
22	ひのいちご園 Hino Ichigo Farm	いちご狩り 12月下旬～5月下旬	10:00～17:00 (定休日:月曜日)	西条市玉津489-2 JR予讃線伊予西条駅からタクシーで約10分	TEL:090-7627-0667 0897-55-7930 http://www.hinoichigo.co.jp/	 英語
23	西条ブルーベリー農園 SAIJO BLIEBERRY FARM	ブルーベリー狩り 7月中旬～8月下旬	9:00～18:00 (期間中無休)	西条市飯岡 3108 JR予讃線伊予西条駅からタクシーで約10分	TEL:090-9188-4193 http://saijoblueberry.ina-ka.com/	 英語 韓国語
24	ゆきもと農園 Yukimoto Farm	◆ いちご狩り 1月上旬～5月末 ◆ ぶどう狩り 8月上旬～9月中旬	10:00～17:00 受付16:00まで	西条市丹原町池田1805-1 JR予讃線壬生川駅からタクシーで約10分	TEL:080-8633-3809	英語
25	愚禿山(ぐとくさん) Gutokusan	◆ ぶどう狩り 8月末～9月 ◆ いちじく狩り 8月末～12月初 ◆ キウイフルーツ狩り 10月初～12月末 ◆ ブルーベリー狩り 7月末～9月初	10:00～16:00	西条市丹原町長野915 JR予讃線壬生川駅からタクシーで約15分	TEL:090-7781-4163 http://gutokusan.michikusa.jp/	 英語
26	はっきり農園 Hakkiri Farm	◆ 柿狩り 11月～12月上旬 ◆ いちじく狩り 9月～11月上旬 ◆ 栗ひろい 8月下旬～10月上旬	9:00～16:00 (不定休)	西条市丹原町高松甲1494-1 JR予讃線壬生川駅からタクシーで約20分	TEL:090-7572-2968	英語
27	いちごファーム北条 Ichigo farm Hojo	いちご狩り 12月10日～5月中旬	10:00～16:00 (定休日:月曜日)	○夏目園 松山市夏目甲213-2 JR予讃線粟井駅から徒歩約10分 ○八反地園 松山市八反地甲396-1 ○八反地1号園 松山市八反地甲345 JR予讃線伊予北条駅からタクシーで約10分	TEL:090-1000-3915 http://ichigo-farm-hojo.com/	 英語

愛媛県

	施設名	品目(シーズン)	営業時間	所在地・アクセス	問い合わせ・詳細情報	対応言語
28	井上ハウス Inoue House	いちご狩り 1月～6月	10:00～17:00 (要予約)	今治市上浦町甘崎379 西瀬戸自動車道大三島ICから車で1分	TEL:090-8283-5765	英語
29	なかよし農園 Nakayoshi Farm	◆ こんにゃく ◆ そば打ち ◆ 豆腐作り体験 1年中(10名以上)	9:00～16:00 (年中無休)	喜多郡内子町大瀬北100 JR予讃線内子駅からタクシーで約30分	TEL:0893-47-1124	英語 中国語
30	(有)エコファームうちこ ecofarm uchiko	◆ いちご狩り 12月～5月中旬 ◆ ブルーベリー狩り 7月中旬～9月中旬 ◆ ぶどう狩り 8月上旬～10月上旬 ◆ もも狩り 7月中旬～7月末	9:00～17:00 (定休日: 火・金曜日)	喜多郡内子町大瀬東 3866 JR予讃線内子駅からタクシーで約30分	TEL:080-5667-2443 http://ecofarm-uchiko.jp/	 英語

農林水産物直売所

31	道の駅多々羅しまなみ 公園ふれあい屋台市 (免税店) Roadside Station Tatara Shimanami Park	旬の野菜、果実等 (柑橘中心、野菜、加工 品)	8:30～17:00 (年中無休)	今治市上浦町井口9180-2 西瀬戸自動車道大三島ICを降りてすぐ	TEL:0897-87-3866 http://www.imabari-shimanami.jp/tatara/	 英語 中国語 (韓国語は 予約要)
32	道の駅伯方S・Cパーク マリンオアシスはかた (免税店) Roadside Station- Hakata SC Park	旬の野菜、果実等 (柑橘中心、野菜、加工 品)	9:00～17:00 (年中無休)	今治市伯方町叶浦甲1668-1 西瀬戸自動車道伯方島ICから車で約1分	TEL:0897-72-3300 http://www.imabari-shimanami.jp/hakata/	 英語 中国語 (韓国語は 予約要)
33	道の駅よしうみ いきいき館 (免税店) Roadside Station- Yoshiumi Ikiiki-kan	旬の野菜・果実等 (水産物、柑橘、野菜)	9:00～17:00 (元旦休み)	今治市吉海町名4520-2 西瀬戸自動車道大島南ICから車で約5分	TEL:0897-84-3710 http://www.imabari-shimanami.jp/ikiiki/	 英語 中国語 (韓国語は 予約要)
34	愛媛CATVぎんこい市場 Ehime CATV Gin-koi- ichiba	旬の野菜・果実等	10:00～19:00 (年中無休)	松山市湊町3-1-11 JR松山駅前から伊予鉄道5系統道後温 泉行きで約13分、大街道電停車。大街 道電停から徒歩10分0.6km	TEL:050-3432-6040	英語

愛媛県

	施設名	品目(シーズン)	営業時間	所在地・アクセス	問い合わせ・詳細情報	対応言語
農林漁家民宿等						
35	えーとこ屋ことこ Etokoya-Kotoko	石窯ピザ焼き、川遊び、 川釣り、パワースポット巡 り、餅つき、 野菜収穫	8:00～19:00 (不定休)	上浮穴郡久万高原町日野浦816 松山自動車道松山ICから車で60分 JR松山駅前のJR四国バス松山バス停から久 万高原行きで約70分、久万高原下車。久万高 原バス停からタクシーで30分	TEL:0892-56-0073	英語
36	グリーンツーリズム 里山 Green Tourism SATOYAMA	◆ ワイン作り 9月～11月 ◆ ワイナリー見学 1年中 ◆ ぶどう狩り 8月上旬～9月末	10:00～17:00 (12/25～1/5休 み)	喜多郡内子町川中2366 JR予讃線伊予立川駅からタクシーで約10分	TEL:0893-45-0755 http://www.uchiko-winery151.co.jp/ http://www.we-love-uchiko.jp/stay/593/	  英語 中国語
37	ファーム・インRAUM 古久里来 Farm inn RAUM Kokuriko	◆ 田植え ◆ 稲刈り ◆ 鉄のロウソク台作り	要確認 (ロウソク台作り は要予約)	喜多郡内子町五百木636 JR予讃線内子駅からタクシーで約5分	TEL:0893-44-2079 http://www.dokidoki.ne.jp/home2/kokuriko/	 英語
38	ログ立山 Rogu Tachiyama	◆ ピザ、パイ焼き 1年中 ◆ 春:山菜採り、筍掘り ◆ 夏:昆虫観察、川遊び ◆ 秋:サツマイモ掘り、 稲刈り、リンゴ収穫 ◆ 冬:椎茸取り、薪作り	9:00～15:00 (不定休)	喜多郡内子町立山3925 JR予讃線伊予立川駅からタクシーで約10分	TEL:0893-45-0222 http://userweb.u-broad.jp/rogu-tachiyama/	 英語
39	民宿 奥山 Inn Okuyama	◆ 原木椎茸菌植:4月 収穫:11月～4月 ◆ 山菜採り:2月～10月 ◆ 川魚取り:6月～8月	要確認	西予市城川町野井川1121 JR予讃線卯之町駅前からタクシーで約60分	TEL:0894-85-0140	英語
40	海荘 四季 Kaiso Shiki	◆ 春:タケノコ掘り ◆ 夏:釣り、海水浴	要確認	宇和島市三浦西3221 JR予讃線宇和島駅から宇和島バスで水産試 験場、蔦淵行き乗車。三浦小学校前で下車。 三浦小学校前から徒歩約10分	TEL:0895-29-0523 090-3181-0013	英語

愛媛県

	施設名	品目(シーズン)	営業時間	所在地・アクセス	問い合わせ・詳細情報	対応言語
農林漁家民宿等						
41	泉谷の宿 花穂 Rice terrace in KAHO	田植え・稲刈り・椎茸・ きゅうり等農作業体験・ 農村体験	要確認	喜多郡内子町北表甲1167 JR予讃線内子駅からタクシーで約30分	TEL:0893-44-2118 (町並地域振興課) http://www.we-love-uchiko.jp/ 	英語
42	農家民宿 野の花 Farm inn Nonohana	◆ みかん収穫体験 ◆ ジャム作り体験 ◆ 郷土料理作り体験	要確認 (休業日:年末年始、お盆)	今治市上浦町盛1612 ○忠海港からフェリーで30分、盛港から徒歩10分 ○大三島バス停から車で10分(送迎あり)	TEL:0897-87-2803	英語
43	あまごの里 Inn Amagonosato	釣り体験	10:00~17:00 (年末年始休み)	大洲市河辺町北平4293 松山自動車道内子五十崎ICから車で60分	TEL:0893-39-2915 http://hb9.seikyou.ne.jp/home/amagonosato/INDEX.HTM 	英語
44	民宿 いわな荘 Inn Iwana-Sou	釣り体験	要確認 (不定休)	大洲市河辺町北平2455 松山自動車道内子五十崎ICから車で60分	TEL:0893-39-2254 http://www.iwanasou.jp/ 	英語
45	漁家民宿 遊海(ゆうみん) Fisherman's guest-house Yumin	◆ 真珠アクセサリーづくり ◆ 釣り ◆ 唐まん作り ◆ 漁船クルージング	要確認 (休業日:年末年始、5/11~6/末、お盆)	宇和島市平浦995-3 宇和島自動車道宇和島南ICから車で10分	TEL:0895-28-0182 http://ameblo.jp/uwajima-yumin/ 	簡単な英語
46	農家民宿 花ごよみ Farm inn Hanagoyomi	◆ 田植え ◆ 稲刈り ◆ 郷土料理 ◆ 里山案内	要確認 (休業日:8月13~16日、12月28日~1月5日)	南宇和郡愛南町城辺甲4877 松山自動車道津島岩松ICから車で45分	TEL・FAX:0895-73-2627 http://info-d.jp/ainan_gt/01_minnshuku/03_hanagoyomi/01_hanagoyomi.html 	簡単な英語 (電話対応不可)

愛媛県

	施設名	品目(シーズン)	営業時間	所在地・アクセス	問い合わせ・詳細情報	対応言語
農林漁家民宿等						
47	漁家民宿 大内浦(おおうちうら) Fisherman's guest-house Ouchiura	◆ サイクリング(岬巡り) ◆ 郷土料理体験 ◆ 魚釣り	要確認 (定休日なし)	南宇和郡愛南町中浦506-3 松山自動車道津島岩松ICから車で45分	TEL: 0895-75-0502 http://info-d.jp/ainan_gt/01_minnshuku/08_ouchiura/01_ouchiura.html 	英語

ちよつと寄り道・景観スポット

48 泉谷(棚田) Izumidani Rice terrace



石積みの棚田からは緑が映える美しい風景が広がり、夏には谷間に流れる風が涼をさそい、心癒やされます。

所在地: 喜多郡内子町北表1167
アクセス: 松山自動車道「内子五十崎IC」から車で25分



<http://www.we-love-uchiko.jp/>

49 遊子水荷浦の段畑 DANBATA in Yusu Mizugaura (Terraced fields)



幅・高さとも1メートルほどの石垣の段々畑がはるか山頂まで続いています。急な山の斜面を人々が苦勞してきり拓いてきた歴史の重み、壮観な造形の美に圧倒されます。

所在地: 宇和島市遊子水荷浦
アクセス: 宇和島道路「宇和島南IC」から車で約30分



<http://www.uwajima.org/spot/index8.html>

じゃこ天 Jakoten (Deep-fried fish cakes)



近海で採れたホタルジャコ等の小魚を骨や皮も一緒にすり身にして、小判型に形を整え油で揚げたものです。低価格で美味しく栄養満点で、おかずやおやつとしても人気です。

そのルーツは諸説ありますが、16世紀半ば、沖縄の「チキアーゲ」と呼ばれる魚のすり身の揚げ物が鹿児島に伝わって「つけあげ」となり、大分を経由して宇和島に伝えられたと考えられています。じゃこ天の「じゃこ」は、雑魚(ざこ)が語源と言われます。もともと家庭で作られていた料理ですが、現在はかまぼこ店などで加工され、南予地方を代表する特産品です。

宇和島鯛めし Uwajima tai meshi (Uwajima snapper rice)



「宇和島鯛めし」は、宇和海で捕れた新鮮な真鯛の刺身を独特のタレ、生卵、海藻、ごま、もみ海苔などと豪快にかき混ぜながら、アツアツのごはんにかけて食べる宇和島地方の郷土料理で、魚の新鮮さを生かした全国でも珍しい料理です。宇和海で活躍した水軍の船上料理が起源といわれており、地元の漁師めしとして受け継がれてきました。宇和島では、地元の郷土料理店が連携して「どんぶり王国宇和島」の開国宣言を行い、「宇和島鯛めし」を始めとする郷土料理の普及とPRに努めています。県内には鯛を丸ごと米と一緒に炊きこんだ鯛飯もあります。

愛媛県の郷土料理

高知県

	施設名	品目(シーズン)	営業時間	所在地・アクセス	問い合わせ・詳細情報	対応言語
観光農園						
50	巨峰園 Kyohoen	ぶどう狩り 8月～11月中旬	9:00～17:00 (年中無休)	南国市廿枝1185 JR土讃線後免駅から車で5分	TEL:088-864-2001 http://www.kyoho-en.com/	 英語 中国語
51	西島園芸団地 Nishijima-Engeidanchi	いちご狩り 1月～6月中旬	9:00～17:00 (年中無休)	南国市廿枝 600 JR土讃線後免駅から車で9分	TEL:088-863-3167 http://www.nishijima.or.jp/	 英語
52	三島ファーム MISHIMA FARM	ぶどう販売 8月初～10月中旬	8:30～17:30 (年中無休)	土佐郡土佐町田井446-2 高知自動車道大豊ICから車で20分 JR土讃線大杉駅から車で20分	TEL:0887-82-2391 https://www.mishimafarm.com/	 英語
53	虚空蔵山観光農園 フルーツランド Kokuzosan Kanko Noen Fruits Land	◆ りんご狩り 9月下旬～10月初 ◆ なし狩り 10月～11月中旬 ◆ みかん狩り 9月下旬～11月	9:00～18:00 (期間中無休)	高岡郡佐川町東組824-3 高知自動車道伊野ICから車で30分 JR土讃線佐川駅から車で13分	TEL:0889-22-3505	英語
54	土本観光果樹園 Tsuchimoto Kanko Kajuen	◆ りんご狩り 8月中旬～11月 ◆ なし狩り 9月初旬～10月	9:00～17:00 (期間中無休)	高岡郡佐川町二ツ野1308 JR土讃線佐川駅から車で20分	TEL:0889-22-0206 http://www.oishii-ringo.jp/	 英語
55	サンビレッジ四万十 Sunvillage shimanto	ブルーベリー狩り 6月初～8月初	要確認	高岡郡四万十町影野1033 JR土讃線影野駅から徒歩10分	TEL:0880-22-8751 もしくは 090-7143-0410 http://village-kageno.jp/farm.html	 英語
56	平岡ぶどう園 Hiraoka-Budouen	ぶどう狩り 8月中旬～10月上旬	9:00～18:00 (期間中無休)	宿毛市西町 2-21 土佐くろしお鉄道宿毛駅から車で8分	TEL:0880-62-1090	英語

高知県

	施設名	品目(シーズン)	営業時間	所在地・アクセス	問い合わせ・詳細情報	対応言語
57	コーラルフルーツ 大月農場 Ootsuki Farm	みかん狩り 10月上旬～12月上旬	9:00～17:00 (期間中無休)	幡多郡大月町頭集 土佐くろしお鉄道宿毛駅から車で20分 (18km)	TEL:0880-72-1583	英語
58	観光農園わっはっは Kanko Noen Wahaha	ぶどう狩り 8月初旬～9月	9:00～17:00 (期間中無休)	幡多郡大月町芳ノ沢1994 土佐くろしお鉄道宿毛駅から車で20分 (15km)	TEL:0880-73-1239 http://wahaha-grapefarm.com/index.html	英語



ちょっと寄り道・景観スポット

59 神在居の千枚田（棚田） Kanzaiko-Senmaida (Rice terrace)



橋原町は標高220m～1455mという高低差があり、平地が少ないことから山の斜面を利用した農耕が発達しました。石を積んで作られた棚田が険しい山の方まで続いています。

所在地：高岡郡橋原町
アクセス：須崎道路「須崎西IC」
から車で約60分



<http://www.town.yusuhara.kochi.jp/kanko/spot/entry-720.html>

60 内原野公園（弁天池（ため池）） Uchiharano Park(Benten-Ike(Reservoir))



弁天池は江戸時代のはじめにかんがい用のため池として築造されました。また、池を囲む内野原公園は、もとは野外遊園として整備されたものです。

所在地：安芸市内原野
アクセス：ごめん・なはり線「安芸駅」
から車で7分



<http://www.akikanko.or.jp/kanko/uchiharano.html>

皿鉢料理 Sawachi ryori (Heaped seafood platter)



高知の宴席の料理といえば「皿鉢料理」です。大きな浅皿に豪華な料理を盛り込み、テーブルに所狭しと並べます。

料理の基本は「生(刺身、たたき)」と「組み物(盛り合わせ)」と「すし」の皿鉢が基本で、そのほか蒸し鯛・そうめん・蜜豆・果物などの皿も並んで多彩になります。客ともてなす者がともに皿鉢を囲み、気に入ったものを食べ饗する、それが皿鉢料理の頂き方です。元々は行事食であり、人々が集う行事では皿鉢料理を共に作り共に食べることで地域の連帯意識が養われるなど、地域や集落の共同生活を営む上での晴れの食でした。

かつおのたたき Katsuo no tataki (Seared raw skipjack)



鰹は高知県の県魚で、若葉の頃の初鰹は香り、秋の下り鰹は脂の乗りを楽しむ、県を代表する海の恵みです。

かつおのたたきは、船上料理として始まった「塩たたき」がルーツといわれていますが、沿岸部と内陸部では、作り方や薬味が少しずつ違います。皮付きのまま表面をあぶった後、「温かいうちに供するか」、「冷ますか」、「塩だけでたたか」、「さらに「しょうゆとみりんのたれをかけるか」、「ポン酢をふりかけるか」、「酢と酒をかけるか」、など食べ方も様々です。お客をもてなす際には欠かせない土佐の味です。

高知県の郷土料理

発行元

農林水産省 中国四国農政局 経営・事業支援部 地域連携課

〒700-8532 岡山県岡山市北区下石井一丁目4番1号
岡山第2合同庁舎

TEL 086-224-4511 FAX 086-224-7736

HP <http://www.maff.go.jp/chushi/index.html>

2018年3月作成

QRコードは(株)デンソーウェーブの登録商標です。

本冊子は、各県等より提供された情報を基に、中国四国農政局が電話で聞き取りを行った情報を掲載しています。

利用するに当たっては、記載内容と実際とが変更になっていることもありますので、事前に施設に御確認いただきますようお願い申し上げます。

このポータルマップは中国四国農政局HPIにも掲載しています。

↓
<http://www.maff.go.jp/chushi/saku/export/jouhou.html#portalmap>

