

わさび

生育に欠かせないのは、きれいな水と流れ。大台町は清流「宮川」と日本三大渓谷の一つ「大杉谷」があり、絶好の環境。大台町産のわさびは、香りの高さと清涼な辛さで人気を呼んでいる。

写真提供：大台町観光協会



川魚

宮川の清流で育つアユやアマゴなどの川魚は身が締まっていて塩焼き・甘露煮などで味わえる。

大内山牛乳

三重県内約7割の学校給食でも親しまれる大内山牛乳。三重県内の12軒の酪農家が加盟する「大内山酪農農業協同組合」が生産し、「おいしい地元の牛乳」として多くの三重県民が愛飲している。

モデルコース

1泊2日 奥伊勢で個性あふれる宿に泊まる♪

大宮大台IC →（約5分）

- 木材や木工品が充実！ 道の駅 奥伊勢木つつ木館 P89 参照
- 元貿易商の別荘で♪ 川辺の宿 さんずい P90 参照 要予約
- 古民家でゆったりと 古道の宿 上野屋 P90 参照 要予約
- 天然鮎づくしの会席料理 民泊 井戸ばた P92 参照 要予約
- 女将の絶品ご飯に舌鼓！ 民泊 いづほ P92 参照 要予約

奥伊勢エリアの最新情報をGET！



大紀町観光協会 P91 参照

自然体験を楽しみたい時に最適

宿屋まてまて／まてハウス P93 参照

初めてのアウトドアにぴったり

キャンプスタイルの宿 やまがら P95 参照 要予約

ゆったりとした大人の休日

山里民泊 みくり P96 参照 要予約

心がほっと和む宿

体験民宿 川原 P96 参照 要予約

大自然の中でさまざまな体験を！

民泊 木木屋 P98 参照 要予約



訪れる人を癒す
清流と緑あふれる森

奥伊勢地区

大台山系を源流とする日本一の清流「宮川」の周辺地域や熊野灘沿いでは、豊かな自然のもと、多くの農林水産物が育まれている。また、昔ながらの暮らしが体験できる宿も数多くある。

ジビエ

野生のシカやイノシシなどの食肉「ジビエ」は、奥伊勢地区の特産品の一つ。山野を駆け巡った天然のジビエは、脂肪が少なく引き締まり、栄養価も高く、まさに森からの贈り物。

写真提供：大台町観光協会

大台町 大杉谷

©(公社)三重県観光連盟

奥伊勢の自然体験を楽しもう！

自然体験やオリジナルの旅

大紀町地域活性化協議会 P91 参照 要予約

宮川上流の自然を満喫

NPO法人 大杉谷自然学校 P97 参照 要予約

1泊2日 いなか暮らし体感コース

大宮大台IC →（約5分）

道の駅 奥伊勢おおだい P89 参照
→（約15分）

NPO法人 大紀町日本一のふるさと村 P88 参照 要予約

1泊2日 清流のせせらぎを感じる美食コース

大宮大台IC →（約30分）

清流茶屋 P97 参照
→（約20分）

奥伊勢フォレストピア P95 参照 要予約 ※一部

日帰り 大紀町満喫コース

紀勢大内山IC →（約15分）

魚々錦 P93 参照 要予約
→（約20分）

大内山ミルク村 bloom P94 参照

オーナーが作るすば料理が美味！

ゲストハウスなごみ P94 参照

歴史ある空間に宿泊できる！

民泊 東作塾 P88 参照 要予約

※コースをめぐる際は、各施設の定休日や営業時間、予約の有無などをご確認ください。

+inakatabi2025_84p_101p.indd 86-87 2025/03/25 16:25




ゆっくり買い物ができる店内


飛ぶように売れる野菜


人気の「おいしかばーがー」

〒519-2404
多気郡大台町佐原663-1
☎0598-84-1010
営▌8:00～18:00、まごころ食堂 8:00～15:30（15:00ラストオーダー）、まごころ屋台 平日11:00～16:00 ※土日祝は10:00～　休▌1月1・2日、まごころ食堂 金曜、まごころ屋台 水曜
P▌普通車50台



HP　Instagram　いなか旅のススメHP　MAP

【近隣スポット】
リゾート型滞在施設
「奥伊勢フォレストピア」
から車で約15分

飲食 直売 販売

道の駅 奥伊勢おおだい
〈大台町〉

採れたての野菜を中心に、椎茸や大台茶など、毎日の生活にうれしい品々が揃う道の駅。名物「ないしょ餅」や「ぽっちゃり餅」は昔ながらの手作り。「まごころ食堂」では、奥伊勢の自然に育てられた新鮮な食材を使用したメニューが揃う。また、月に1度の「道の駅わいわいイベント」は、七夕まつり、餅つき大会など毎回趣向を凝らした内容で大賑わい。旬の野菜が並び、ほとんどが午前中に売り切れるほど人気！

［ ココが魅力！ ］
① 上質なサービスで地元民に愛される道の駅
② 地元の銘菓から新鮮野菜まで品揃えが充実
③ 趣向を凝らした毎月のイベントは大賑わい



スタッフのイチオシ

食べ応え十分の「限定駅弁」
→平日に販売する1日30食限定の「本日の駅弁」は、野菜を使った惣菜4種に、揚げ物と味噌汁が付く人気メニュー。売り切れる日も多いのでお早めに！






地元産の野菜が並ぶ


お手頃価格の盆栽コーナー


三重の地酒も充実の品揃え

〒519-2703
度会郡大紀町滝原870-37
☎0598-86-3229
営▌木つつ木館 9:00～17:00、木つつ木茶屋 10:00～15:00
休▌12月31日
P▌134台



HP　いなか旅のススメHP　MAP

【近隣スポット】
伊勢神宮の別宮で
「遙宮」として崇敬を集める
「皇大神宮別宮 瀧原宮」から徒歩約3分

飲食 直売 販売

道の駅 奥伊勢木つつ木館
〈大紀町〉

伊勢神宮の別宮、瀧原宮の門前にある道の駅。地元で採れた野菜を購入できたり、茶屋でオリジナル定食などを味わえるほか、館内には木材や木工品がずらりと並び、木のぬくもりとふれあえる空間になっている。昔なつかしい木の玩具やキッチン用品などの生活用品から、アイデア商品まで、幅広い品揃えは見ているだけでも楽しい。三重の地酒コーナーは、道の駅としては県下随一の品揃えで、お土産にも最適。

［ ココが魅力！ ］
① 伊勢神宮の別宮の近くにある道の駅
② ぬくもりを感じる木材や木工品が揃う
③ 旅のひと休みにぴったりの「茶屋」



スタッフのイチオシ

「木つつ木茶屋」で一服
→「松阪肉重」や「もみじ丼」などのメニューがあり、大内山牛乳を使ったソフトクリームも人気です！






日当たりの良い縁側


味わい深い囲炉裏



E-bikeもレンタルできる

〒519-2731
度会郡大紀町野原1207
☎0598-86-7077【要予約】
（大紀町観光協会）
営▌1日1組（6名まで）　休▌無休
料▌1泊素泊まり5,500円、レンタルスペース利用料 1棟4時間5,500円
P▌10台



HP　いなか旅のススメHP　MAP

【近隣スポット】
「野原工房
げんき村」から
車で約4分



体験 宿泊

民泊 東作塾
〈大紀町〉

民主主義運動が盛んだった大正デモクラシーの時代。地方分権運動の先頭に立って義務教育費国庫負担を提唱し、功績を残した大瀬東作。彼の生家が今、民泊・体験交流施設として国内だけでなく世界各国からの利用客の憩いの場として親しまれている。広い日本庭園があり、春は樹齢200年の桑の木、夏は清流、秋は紅葉、冬は満天の星空など、四季の自然を肌で感じられる。周辺地域で農業体験や釣りを楽しむこともでき、採れたて野菜の調理も可能。

［ ココが魅力！ ］
① 大紀町の偉人・大瀬東作の生家
② 歴史ある空間で楽しむ民泊と体験
③ レンタルスペースとしても利用可



スタッフのイチオシ

日本家屋と広い庭園
→昔ながらの和空間は、海外のお客さんからも好評です。レンタルスペースとしても利用でき、ヨガや音楽イベントなどを開催できます。






趣のある古民家


旬の野菜を収穫


「ごはんパン」もおすすめ

〒519-2733　度会郡大紀町金輪974-2
☎0598-87-1500【要予約】
営▌日帰り利用（団体のみ）11:00～15:00　休▌無休　料▌宿泊料金 大人1泊7,700円、3歳以上～小学生 1泊4,400円、3歳未満 無料、夕食調理体験 大人3,850円～ ※すき焼きを松阪牛にする場合は+3,300円、朝食体験 大人1,650円～
P▌10台



HP　Facebook　いなか旅のススメHP　MAP

【近隣スポット】
多気町にある
日本最大級の商業リゾート
「VISON」から車で約17分

体験 宿泊 直売

NPO法人 大紀町日本一のふるさと村
〈大紀町〉

築80年の趣のある古民家で温かく迎えてくれたのは農業を営む瀬古さんご夫婦。自然の中でいなか暮らしが体験できる1組1棟貸切の農業体験民宿だ。畑で野菜の収穫をしたり、ご主人に教わりながら薪を割り、釜戸でご飯を炊くといった、貴重な体験ができる。Youtubeで紹介されたことにより、海外のお客さんも増えたとのこと。「親戚の子が遊びに来た気持ちで接しているんよ」と微笑むご夫婦の温かさに、リピーターが多いのも納得。

［ ココが魅力！ ］
① 大自然の中でいなか暮らしを体験
② 1組1棟貸切で宿泊できる施設（3棟）
③ 昔ながらの夕食作りを楽しめる



スタッフのイチオシ

みんなで楽しく夕食作り
→自分で薪を割り、釜戸で炊くご飯は最高！地元の松阪牛をふんだんに使ったすき焼きも楽しめます。





+inakatabi2025_84p_101p.indd 88-89
2025/03/25 16:25




「民泊×キャンプ」(民キャン)


熊野古道を散策


筏づくりも楽しい！

〒519-2703
度会郡大紀町滝原870-37
☎|0598-86-7077
営|9:00～17:00　休|不定休
料|E-bikeで「フォトジェニック&スイーツライド」(約2時間～) 1人5,000円～、「鮎友釣り体験ツアー」(約4時間～) 1人13,000円～　P|約5台



HP　Instagram　いなか旅のススメHP　MAP

【近隣スポット】
南国情緒あふれる
「錦向井ヶ浜海水浴場」
から車で約30分

体験

一般社団法人 大紀町地域活性化協議会

〈大紀町〉

「海も山も川も、そして空も。自然に恵まれた大紀町の魅力をもっと知ってほしい」と、大紀町の魅力が詰まったオリジナルツアーをコーディネート。町内の体験施設などをネットワーク化することで、効率良く大紀町を楽しめる仕組みを構築している。農業、林業、漁業の体験や海・川遊び、生き物観察などの自然体験をはじめ、地域の人との交流から暮らしや文化にふれられる体験まで、多数のアクティビティを用意。

[ココが魅力！]

① E-bikeで「フォトジェニック&スイーツライド」
② 現役の漁師さんに教わる「小型定置網漁業体験」
③ 釣って食べて大満足の「鮎友釣り体験ツアー」



スタッフのイチオシ

まさや製菓の「クレープ」
→1枚1枚手焼きで、スポンジ・カスタードクリーム・生クリーム全てが1から手作り。大紀町に来たら、ぜひ味わっていただきたいスイーツです！






清潔感のある室内


自家製のピザ窯

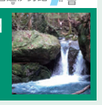

着付け体験も楽しい！

〒519-2704
度会郡大紀町阿曽1568
☎|090-3151-7633 [要予約 ※電話のみ]
料|1泊 4,500円、1泊調理体験(朝夕食)付 11,000円 ※1日1組限定　4名様からのピザ窯体験 3,000円/1名、パン作り体験(1名～、お土産付) 3,000円/1名　P|3台



HP　Facebook　いなか旅のススメHP　MAP

【近隣スポット】
「八重谷湧水」
から車で
約15分



体験 宿泊

川辺の宿 さんずい

〈大紀町〉

「いろんな方とお話できることが幸せ。民宿を思い切って始めてよかったです」と語るのは明るい笑顔のオーナー、濱はるみさん。元は神戸の貿易商が別荘として建てた築60年の屋敷で、一面に広がる雄大な自然を感じられる。大紀町で採れた野菜を使ったピザ作りやパン作りをはじめ、川遊び体験、座禅、着付けなど、多彩な体験プログラムが揃っていることがこの宿の特徴。宿泊をせず体験だけでも申し込み可能。

[ココが魅力！]

① 充実したナチュラルライフを満喫
② みんなで楽しめる体験プログラム
③ 明るくて気さくなオーナーの人柄



スタッフのイチオシ



パン作り体験
→デカパン(通称：魔女パン)を粉から作り、ピザ窯の火付けも行います。自分で焼いたパンを味わうランチは好評です！






町めぐりに便利なレンタサイクル


ヤマノリズム(ケイビングツアー)


パックラフト(川下り)

〒519-2703
度会郡大紀町滝原870-37
☎|0598-86-7077
営|9:00～17:00　休|年末年始
料|E-bikeレンタル 半日(4時間) 1台2,000円、1日(8時間) 1台4,000円
P|約5台



HP　Instagram　いなか旅のススメHP　MAP

【近隣スポット】
「遙宮」として崇敬を集める
「皇大神宮別宮 瀧原宮」
から徒歩約3分

体験 販売

一般社団法人 大紀町観光協会

〈大紀町〉

大紀町の宿泊施設やお食事処・各種体験の情報を教えてくれる観光案内所。電動アシスト機能が付いたスポーツバイク「E-bike」やEVスクーター、タンデム自転車をレンタルして、豊かな自然を楽しみながら、町を周遊するのもおすすめ。また、大紀町産や東紀州産の木工品や精油等の特産品やポストカードを販売している。「皇大神宮別宮 瀧原宮」や熊野古道などのガイドを手配するサービスも行っている。

[ココが魅力！]

① 大紀町の最新情報を教えてくれる！
② 「楽しい旅」をコーディネート
③ この地域ならではの特産品を販売



スタッフのイチオシ

「松阪牛ビーフジャーキー」(20g入り 1,500円)
→肉厚で噛めば噛むほど、松阪牛の上品な脂の旨味が口に広がります。ちょっと贅沢な家飲みのお供におすすめです。






居心地の良いライブラリー


茶道体験のみも受付(要予約)


周辺の美しい風景

〒519-2802　度会郡大紀町崎745
☎|0598-74-2301 [要予約]
営|[1日1組1棟貸し]チェックイン 15:00～19:00(19:00を過ぎる場合は事前に080-4840-2300まで連絡) チェックアウト 10:00まで　休|冬季休館：12月1日～3月31日　料|平日素泊まり 1名11,000円、金・土・祝前日素泊まり 1名12,100円 ※基本2～5名利用。お子さま料金はHPで要確認。
P|5台



HP　Facebook　いなか旅のススメHP　MAP

【近隣スポット】
ソフトクリームが人気の
「大内山ミルク村bloom」
から車で約6分

体験 宿泊

古道の宿 上野屋

〈大紀町〉

熊野街道沿いにある築150年の旅籠宿をリノベートした「上野屋」。手がけたのは宿主であり、建築家の小倉さん。宿は歴史を感じる重厚で趣のある佇まい。中へ入ると落ち着いた和の良さはそのままに、洗練された新しい空間が広がっている。妻のなおこさんは、この上野屋で茶道教室「学び舎の会」を主宰している。穏やかなご夫妻のおもてなしを受け、日常を忘れてゆったりと寛ぎの休日を過ごせる一軒。

[ココが魅力！]

① 歴史を感じる旅籠宿を改装
② 洗練された「和モダン空間」
③ 心の込もった「おもてなし」



スタッフのイチオシ



こだわりが詰まった空間
→杉樽の蓋を使ったテーブルが配された「土壁の間」、板張りの吹き抜けなど、どこも和モダンな雰囲気です。(オーナーの小倉夫妻)



+inakatabi2025_84p_101p.indd 90-91
2025/03/25 16:25




「真鯛塩麹漬け」がおすすめ


人気の「釣りイカダ」


近くにある「塩浜山村広場」

〒519-2911　度会郡大紀町錦891-1
☎▌0598-89-4043
※釣りイカダ【要予約】は090-9269-4883
(受付時間 7:00～17:00)
営▌[販売]水～金曜 12:00～15:30、土・日曜、祝日 11:00～15:30　休▌月・火曜　料▌釣りイカダ 大人(高校生以上)4,500円、女性2,500円、中学生以下2,500円 ※渡船料含む　P▌30台



HP　Facebook　いなか旅のススメHP　MAP

【近隣スポット】
熊野灘と錦漁港を一度に見渡せる高台にある「塩浜山村広場」から車で約12分

体験 直売

魚々錦（とときん）

〈大紀町〉

大紀町の小さな漁村に「錦のぶり」で有名な錦漁港がある。錦のぶりをはじめ、四季を通じて新鮮な魚介類を購入できるのがココ。2月後半から4月までは名物「桜ぶり」が店頭に並び、賑わいを見せる。また、3月の最終土曜日には「ぶりまつり」が開催され、温かい「ひろめ汁」の振る舞いも。さらに、釣り好きに体験してほしいのが「釣りイカダ」。船で移動後、好きな筏で季節に応じた約30種類の魚を釣ることができる。

［ ココが魅力！ ］
① 市場で揚がったばかりの生魚を安く販売
② オリジナルの加工品・冷凍品も人気
③ 釣り好きに体験してほしい「釣りイカダ」



スタッフのイチオシ

「移動販売」も好評！
[日曜] 旧漁協 午前中
[木曜] 金輪朝市 7:00～
農家の産直市場みのりク居店 8:45～売り切れ次第終了
[土曜] ぬくいの郷(津市白山町) 8:00～10:00
きっする黒部(松阪市) 8:45～売り切れ次第終了






囲炉裏のある部屋


昔なつかしい空間


夏は川遊び！

〒519-2802　度会郡大紀町崎827-3
☎▌0598-49-4026【全て要予約】
営▌チェックイン 15:00～、チェックアウト 11:00、昼食のみ 11:30～14:30
休▌年中無休 ※冬期に臨時休業の場合あり　料▌1泊 5,000円、1泊2食 10,000円、小人5,500円 ※幼児は要確認。ペットOK／1泊夕食のみ 6,500円～ ※持込可、要相談　P▌5～7台



HP　Facebook　いなか旅のススメHP　MAP

【近隣スポット】
美しい風景が広がる「八重谷 湧水」から車で約25分

体験 宿泊 飲食

民泊 井戸ばた

〈大紀町〉

朝採れの自家製野菜や自家製米など、地元食材を使ったおいしいごはんが味わえる民宿。中でもぜひ食べてほしいのが、6月から9月半ばに堪能できる天然鮎の会席料理。釣り師であるお孫さんが清流宮川や大内山川で友釣りした鮎を、宿主の神前さんがさまざまな料理に。近くには桜の名所が多いので、お花見を楽しむことができ、夏は川遊びなど自然体験も充実。寒い季節には和の小物作りなどもおすすめ。

［ ココが魅力！ ］
① 大自然を肌で感じる立地
② 天然鮎づくしの会席料理
③ 気軽に楽しめる自然体験



スタッフのイチオシ



「純日本家屋」で過ごす思い思いの時間
→和小物作りや花嫁衣装、着付け、茶道などの体験も行っています。旅の思い出に鎧兜の試着体験にもチャレンジしてみてください。






宿屋まてまてのウッドデッキ


まてハウスの離れ


まてハウスの母家

宿屋まてまて
〒519-2501 多気郡大台町下真手1198-2
まてハウス
〒519-2501 多気郡大台町下真手307-1
☎▌080-4840-7315(Verde大台ツーリズム)
料▌[宿屋まてまて]基本宿泊費：2名利用10,000円/人 ※トップシーズン・休日前料金など変動あり。1名利用不可、[まてハウス]離れ(roomF)：2泊15,000円 ※2泊からの宿泊。1部屋の利用は2名まで　P▌両施設とも4台



まてハウスHP　宿屋まてまてHP　いなか旅のススメHP　MAP

【近隣スポット】
人気の食堂がある「道の駅奥伊勢おおだい」から車で約6分

体験 宿泊

宿屋まてまて・まてハウス

〈大台町〉

大台町でアウトドアプログラムやツアーを開催する「Verde大台ツーリズム」がプロデュースする宿泊施設。「宿屋まてまて」は、定員6名・一棟貸しのゲストハウス。目の前には清流宮川が流れ、昼間はもちろん夜には満天の星空を眺めながらの川遊びが楽しめる。「まてハウス」は、長期滞在者向けのシェアハウス。移住を検討中でお試しの滞在を希望する方などに向けて、普段の生活に近い暮らしの場を提供している。

［ ココが魅力！ ］
① 自然体験を楽しみたい時に最適の宿
② 新しい旅の形を提案するシェアハウス
③ 居心地の良い「おしゃれな空間」



スタッフのイチオシ

大台町ならではの体験
→清流日本一の宮川へ漕ぎ出すSUPやカヌー、日本三大峡谷の大杉谷登山や熊野古道ウォークなど、さまざまなアクティビティを一緒に楽しみましょう！






4名まで泊まれる部屋


囲炉裏を囲んで食事


食材は新鮮そのもの！

〒519-3111
度会郡大紀町大内山342-3
☎▌090-7601-6746【要予約】
料▌1泊素泊まり 5,500円、1泊2食付 11,000円 ※1日1組 4名まで
《オプション》五右衛門風呂 大人500円、小人200円
P▌2台



HP　いなか旅のススメHP　MAP

【近隣スポット】
「頭之宮四方神社」から車で約5分



体験 宿泊

民泊 いづほ

〈大紀町〉

国道42号沿いにある民家。中に入ると料理中のだしの香りに包まれ、幸せな気持ちになった。女将の藤原いづほさんが民宿を始めたきっかけは、安曇野のりんご農園で40日間海外の人々と労働体験をしたことだった。「言葉の壁は高くなく、別れる時は家族のように抱き合ったんです」。その言葉通り、家族のような温かさでもてなしてくれる。他にも、お茶体験や釜戸ごはん体験などで古き良き日本文化を味わえる。

［ ココが魅力！ ］
① いなかでのんびり過ごせる
② 古き良き日本文化を堪能
③ 心温まる交流を楽しめる



スタッフのイチオシ



昔ながらの体験を楽しみ、心休まるひととき
→五右衛門風呂や囲炉裏もあります。釜戸で炊いたご飯は、ふっくらとして甘く、おいしいです！(女将の藤原さん)



+inakatabi2025_84p_101p.indd 92-93　2025/03/25 16:25

体験 宿泊 飲食 販売

奥伊勢フォレストピア

〈大台町〉

奥伊勢フォレストピアは、豊かな自然のリゾート施設。宮川山荘には、ロビーやラウンジ、開放的な露天風呂、地元の恵みを味わえるレストランがある。外へ出れば、ナイトドライブ、満天の星空の下でのキャンプなど、多彩なアクティビティを楽しめる。清らかな宮川では川遊びを満喫。魚釣り体験は、食育にも最適。釣った魚を炭火焼きで味わう、格別な体験を。自然を満喫した後は、天然温泉「奥伊勢宮川温泉」へ。




落ち着いた空間で食を堪能


宿泊者だけの「朝日の湯」


お風呂あがりにお肌のケアを

［ ココが魅力！ ］
① 自然の中にある静かなリゾート施設
② 家族で楽しめるアクティビティが充実
③ 森から湧き出た「奥伊勢宮川温泉」



〒519-2513　多気郡大台町薗993
☎0598-76-1200
営▌バーベキューガーデン／3月下旬～11月営業【要予約】 宮川山荘・コテージ・レストランアンジュ・奥伊勢宮川温泉／年中営業　休▌無休 ※メンテナンス休暇あり　P▌100台



HP　Instagram　いなか旅のススメHP　MAP

【近隣スポット】
絶景カフェ「BOUQUET」から車で約10分。川を見渡す立地は、写真撮影に最適

スタッフのイチオシ

「初めて」でも安心！ 水回り充実の 快適キャンプ

→炊事場や個室トイレなど、水回りが充実。キャンプ初心者の方や女性も安心BBQガーデンで、家族仲間との絆を深めます！



スタイリッシュな室内

焚き火を囲みながらBBQ

燻製機や珈琲焙煎機は貸出無料

体験 宿泊

キャンプスタイルの宿 やまがら

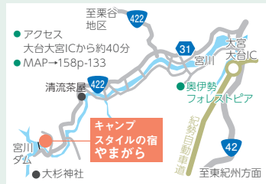
〈大台町〉

代表の野呂さんは、元大台町の職員として大杉谷を担当したことをきっかけに、アウトドアに目覚めた。一念発起し、気軽にアクティビティを楽しめる「やまがら」をオープン。思う存分遊んでしっかり休んでほしいとの思いから、多彩な体験メニューが用意されており、遊んだ後は開放感あふれる空間でゆっくり休める。もう一つの宿「おおるり」は、旧旅館をリノベーションしたおしゃれ空間で、こちらもおすすめ。

［ ココが魅力！ ］
① 初めてのアウトドアにぴったりの宿
② 親子で楽しめる多彩な体験メニュー
③ リラックスできるプライベート空間



〒519-2633
多気郡大台町久豆477-3
☎070-1849-9842【要予約】
営▌受付8:00～17:00　料▌[宿泊] 1人の場合 平日6,000円、休日7,800円 2人の場合 平日8,000円、休日10,000円 [SUP]オフシーズン大人6,000円、子ども3,000円、夏休み 大人7,000円、子ども3,500円　P▌5台



HP　Instagram　MAP

【近隣スポット】
「奥伊勢フォレストピア」から車で約35分

［地元の耳より情報］ 鳥たちのさえずりとやわらかく包む風の音を聞いていると、心が休まります。

スタッフのイチオシ



初めてでもできる「アクティビティ」

→SUPやボルダリング体験は、子どもでも楽しめます。親御さんからの「うちの子がこんなにできると思わなかった」という言葉が何よりうれしいです！（代表の野呂さん）



直売 販売

大内山ミルク村 bloom

〈大紀町〉

大紀町にある大内山酪農農業協同組合が経営し、安心・安全でおいしい牛乳ブランドとして知られる「大内山牛乳」を使ったさまざまな商品を販売している。パン工房で焼いた手作りパンは、惣菜系からスイーツ系まで種類豊富。また、カップアイスやバター、みるくかすてらなどのギフトは、全国配送も可能。看板商品のソフトクリームは、県内外にファンが多く、立ち寄る車やバイカーが途切れないほど人気。




オリジナル商品がずらり


充実のパンコーナー


ギフトにぴったりな商品

［ ココが魅力！ ］
① 「大内山牛乳」のおいしさを生かした商品
② 一度食べたらハマる濃厚ソフトクリーム
③ パン工房で焼いた手作りパンは種類豊富



〒519-3111
度会郡大紀町大内山3600-2
☎0598-72-2304
営▌10:00～17:00
休▌不定休（火曜の場合が多い）※パン工房は火曜・月2回木曜休み
P▌約30台



Instagram　いなか旅のススメHP　MAP

【近隣スポット】
「大内山動物園」から車で約5分

［地元の耳より情報］ 近くにある「四季の森キャンプ場」は、1年を通して美しい景色を楽しめます。

スタッフのイチオシ



一番人気の「ソフトクリーム」

→濃厚でありながら、さっぱりとして自然の甘みがあるのが特徴。20種類以上あるトッピングも試してみてください。（店長の村田さん）



体験 宿泊

ゲストハウスなごみ

〈大紀町〉

豊かな自然の中に佇む「体験型ゲストハウス」。澄んだ空気や透き通る川、鳥のさえずり、満点の星空など、いなかにしかない環境が身も心も癒してくれる。移住したオーナーご夫婦はとても気さくで、親しみやすい人柄。家族と一緒に過ごすような感覚でお客さんにおもてなしをしてくれる。ご主人の手打ち十割蕎麦は大人気。季節に応じて、そば打ち体験や農業体験、川遊びや星空ウォッチングができ、楽しみ満載。




檜の香りで癒される客室


すぐ近くで川遊びができる！


そば打ち体験は予約が必要

［ ココが魅力！ ］
① 身も心も休まるゲストハウス
② こだわりの蕎麦と音楽を楽しめる
③ 季節に応じた多彩な体験も好評



〒519-2734
度会郡大紀町永会2692-2
☎090-2140-9707
営▌チェックイン16:00～、チェックアウト～10:00　休▌不定休
料▌素泊まり5,000円、1泊2食付9,000円
P▌約10台



HP　Instagram　いなか旅のススメHP　MAP

【近隣スポット】
「皇大神宮別宮 瀧原宮」から車で約10分（ガイドツアーも可）

スタッフのイチオシ



女将の「ピアノ弾き語り」

→シンガーソングライターとしても活動しています。音楽レッスンや着付けなどの体験も行っているので、一緒に楽しい時間を過ごしましょう。



+inakatabi2025_84p_101p.indd 94-95　2025/03/25 16:25




木の温かみを感じる店内


フライが乗った「あゆカレー」


定番の「あゆ甘露煮」

飲食

清流茶屋

〈大台町〉

6月から9月までの期間限定でオープンするあゆ料理専門店。宮川上流鮎種苗センターが育てる新鮮なあゆをさまざまな料理で楽しめる。塩焼きやフライ、天ぷらなど、どれも身がふっくらとしていて、クセがなくおいしい。静寂に包まれた山間に佇むお店で、真下を流れる宮川のせせらぎが心地よい癒やしの空間も料理の味を引き立てる。地元の人々も訪れ、土日は客席が満席になるので、早めの来店がおすすめ。

[ココが魅力！]

① 身がふっくらでクセがない宮川産あゆ
② 宮川産あゆをさまざまな料理で楽しめる
③ 風情を感じる夏のおでかけにぴったり！



スタッフのイチオシ



あゆづくしの食事メニュー
→暑い日もさらっと食べられる「冷やしあゆぞうすい」もおすすめです！



〒519-2525
多気郡大台町滝谷397-8
☎▌0598-77-2110
営▌6月1日～9月30日 11:00～14:30（ラストオーダー） 休▌月曜（祝日の場合翌日）、10月～5月 P▌30台



HP　いなか旅のススメHP　MAP

【近隣スポット】
「奥伊勢フォレストピア」から車で約20分

【地元の耳より情報】食事をしながら、お店の周りの風景も楽しんでください！


薪でごはんを炊く！


親子で過ごす非日常の時間


お茶作りはお茶摘みから開始

体験

NPO法人 大杉谷自然学校

〈大台町〉

大台町の自然を思いっきり楽しめる「わくわく宮川デイキャンプ」。子どもたちが家族と離れ、大杉谷のきれいな川で泳いだり、飛び込みをしたり、夕食作りにも挑戦。他にも「家族で川遊び」や、暮らしの知恵を守り継承する「大杉谷の田舎暮らし守り隊」など、楽しい体験が盛りだくさん。地域の自然に詳しいスタッフたちが「たっぷり遊び、たっぷり学ぶ」をモットーに、ユニークなプログラムを用意して迎えてくれる。

[ココが魅力！]

① たっぷり遊び、学べる自然体験
② 宮川上流の自然を満喫できる！
③ 家族で非日常の体験を楽しめる



スタッフのイチオシ





秘境で遊べるプログラム
→年間を通して、さまざまなことに挑戦できます。山と川に囲まれた秘境・大杉谷でとっておきの体験をしましょう。

〒519-2633
多気郡大台町久豆199
☎▌0598-78-8888 【要予約】
営▌受付 月～金曜 10:00～17:00
休▌不定休
料▌プログラムにより異なる
P▌30台



HP　Instagram　いなか旅のススメHP　MAP

【近隣スポット】
樹齢千年以上ともいわれる「大杉神社の御神木」から車で約15分




ゆっくり休める宿泊部屋


ハンモックでお昼寝


宿の近くを流れる小川

体験 宿泊 飲食

山里民泊 みくり

〈大台町〉

素敵な笑顔で中江さん夫婦が迎えてくれる「山里民泊みくり」と「みくりの里キャンプ場」。山里の風や音を感じ、鳥や虫の声を聴きながら、夜は星空を眺めたり、ホタルも楽しめ、日常から離れたゆったりとした時間を過ごせる。ほかにも、目の前の小川での魚釣り、川遊び、キャンプサイトの散策、虫取りなど、楽しみがいっぱい。自然豊かな山里で新しい過ごし方を楽しめるスポットとして人気を集めている。

[ココが魅力！]

① 三重県初の農林漁業体験民宿
② 心休まるアットホームな空間
③ 一日一組限定の上質なサービス



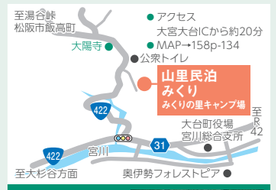
スタッフのイチオシ



みくりの里キャンプ場（炭・薪あります）
→ソロキャンプ（1張）2,000円（利用費込み）、ファミリーキャンプ（1張2人以上）3,000円 利用費500円×人数、デイキャンプ（原則としてテント張りなし）場所利用費500円×人数
※テントを張る場合、1張1,000円



〒519-2507 多気郡大台町栗谷1026-1
☎▌0598-76-1337 【要予約】
営▌宿泊 15:00～翌10:00 休▌お正月、お盆 料▌平日2人以上 1泊4,400円、夕食2,200円、朝食1,100円／金・土・日曜と祝祭日、祝祭日の前日、2人以上利用1泊 5,720円、調理体験 夕食2,860円、朝食1,430円 ※敷地内にて「みくりの里キャンプ場」を整備。
P▌10台



Facebook　いなか旅のススメHP　MAP

【近隣スポット】
「大陽寺」から車で約1分






薪で焚く自慢の岩風呂


川にいるサワガニを天ぷらに


山や川で遊べる！

体験 宿泊

体験民宿 川原

〈大台町〉

大台町栗谷の美しい景色と地元の人の優しさにふれ、大阪から移住したオーナーの川原さんが一人で営む民宿。自家製の野菜や山菜を使った田舎料理が好評。朝は鳥の声で目を覚まし、夏の暑さも忘れて、昼間は川遊び。夜になれば満点の星空の下でBBQをするのも楽しい。他にも、家のそばまでくるホタルを鑑賞したり、釣りをしたり、近くの三条山へ紅葉狩りに行ったり、四季折々の「田舎遊び」を楽しめる。

[ココが魅力！]

① 美しい自然に囲まれた民宿
② 四季の移ろいを感じられる環境
③ 今では珍しい「薪で焚く岩風呂」



スタッフのイチオシ

ほっと心が和む空間
→和気あいあいと過ごしたり、自分の時間を堪能したり、訪れた人が自分の好きな時間を過ごしています。（オーナーの川原さん）



〒519-2507
多気郡大台町栗谷635
☎▌0598-76-0598 【要予約】
営▌チェックイン、チェックアウトの時間自由 休▌無休 料▌素泊まり 大人（小学生以上）4,000円、小人（3～5歳）3,000円、夕食2,500円、朝食1,500円
P▌5台



Facebook　いなか旅のススメHP　MAP

【近隣スポット】
登山口まで歩ける紅葉の名所「三条山」

【地元の耳より情報】夏になると、家の中にホタルが入ってくることもありますよ！

+inakatabi2025_84p_101p.indd 96-97　2025/03/25 16:25



ふるさと応援カンパニー

CSRの取組

三重県では、さまざまな特産農林水産物を供給する生産地であり、県土の保全や水源のかん養、多様な生態系や美しい景観をもたらすなどの価値を有している農山漁村地域と、豊富な人材・労働力や、大きな事業基盤などを有する企業がうまく連携することで、双方にメリットがありつつ、多様な主体が農山漁村地域を支えるような新しい関係づくりを目指す取組を応援しています。

NPO法人ふるさと企画舎（紀北町） × 海洋ゴム株式会社



NPO法人ふるさと企画舎は、紀北町営施設「キャンプinn海山」の管理運営を行いながら、生産者が減少している紀北町海山地区の郷土食「くき漬け」を守る取組を行っています。また、「銚子川」の環境保全やPRに取り組み、銚子川流域をより魅力ある地域として価値を高める活動をしています。

海洋ゴム株式会社は、紀北町に事業所を構え、これまで、地域清掃活動など環境への取組を行ってきましたが、さらに地域と交流しつつ貢献していきたいという思いから、平成27年度から協働活動を開始しました。そして、平成29年12月に「農山村活性化の取組に関する協定」を締結し、協働活動を継続しています。

清し有田佐田沖環境保全会（玉城町） × 京セラドキュメントソリューションズ株式会社玉城工場 山田清掃有限会社

清し有田佐田沖環境保全会は玉城町にある多面的機能支払交付金の活動組織で、令和元年度より地元住民のみならず地域内外の個人・企業・団体との協働による里地里山の保全再生活動に着手し、里山ガーデニングコンテストの開催やビオトープの整備、フットパスの整備などに取り組んでいます。

保全会の説明会や広報活動などの働きかけを通じ、地元での社会貢献活動の拡大を模索していた京セラドキュメントソリューションズ株式会社玉城工場は里山保全のための清掃活動や生物の安定した生活空間を維持するためのビオトープの活動に参画を決めました。また、これまでも環境保全活動に積極的であった山田清掃有限会社と里山ガーデニングコンテストへの参加を経て、同様にビオトープ活動への参画を決め、それぞれ清し有田佐田沖環境保全会と「里地里山の保全・再生の取組に関する協定」を締結し、エリア内の草刈りや観察用木道の整備、地元小学校の生き物観察会、生物調査などの協働活動を継続しています。





飛雪の滝 百姓塾（紀宝町） × 岡谷鋼機株式会社





飛雪の滝百姓塾は、紀宝町浅里地区の人口減少に伴う少子高齢化から起こる集落機能と地域活力の低下を防ぐために平成17年に水稲農家を中心に結成した団体で、農業を軸として地域の活性化を図っています。

名古屋市にある岡谷鋼機株式会社との活動は、平成23年の東紀州地域に甚大な被害を与えた紀伊半島大水害から始まりました。当時、浅里地区でも多くの被害が出ましたが、災害ボランティアとして岡谷鋼機株式会社の社員が地区で活動したことをきっかけに復興後も交流が続き、平成27年に「農山村活性化の取組に関する協定」を締結し、不耕作地での田植えや稲刈り、用水路の清掃などの協働活動を開始しました。




歴史を感じる和室


竹細工作りや木工体験も人気


庭にあるキャンプ場

〒519-2734　度会郡大紀町永会2946-1
☎▌0598-87-1137【要予約】
☎▌080-2635-0059【要予約】
料▌1泊2食 調理体験（朝夕食）付 大人11,000円、小学生7,000円、添い寝（食事込）無料／松阪牛コース 15,000円
P▌10台

HP　MAP



【近隣スポット】「木屋の水」から車で約1分



体験 宿泊

民泊 木木屋（もくもくや）

〈大紀町〉

山の麓にある広い敷地に畑や生簀があり、遠くでは鹿が鳴く声…訪れた瞬間から心がほぐれ、宿泊をしながら季節ごとの体験が楽しめる。迎えてくれたのは、手先が器用なご主人と、優しい笑顔の奥さん。野菜収穫や釣りをはじめ、雨の日は木工体験、夏は虫取り、冬は星空鑑賞など、一人ひとりの好みに合った自然体験を提案してくれる。県外からの家族連れや外国人旅行者も多く、中には4回訪れた人も！

［ ココが魅力！ ］
① 大自然の中で多くの体験ができる！
② 自分たちで採って作るおいしい食事
③ また帰ってきたくなる「おもてなし」



スタッフのイチオシ



いなか暮らしを体験できる宿
→お客様には「家族が帰ってきたような気持ち」でおもてなしています。ぜひ遊びにきてください！（オーナーの小倉夫妻）



まだまだ続く

いなか旅スポット

奥伊勢地区

他にも、三重県の自然や文化を楽しむスポットが満載！

大紀町 / 産地直売センター 山海の郷紀勢



大紀町の特産物しいたけや大内山牛乳をはじめ、新鮮野菜、魚介、水産加工品などを揃えた観光物産マーケット。コンベンションホールも併設されている。

度会郡大紀町崎2154-1　TEL 0598-74-0323　http://www.town.taiki.mie.jp/

主な施設▌特産物直売所、コンベンションホール
利用料金▌コンベンションホール 6,000円～（要予約）
休日▌火曜（祝日の場合翌日）
アクセス▌JR伊勢柏崎駅から徒歩5分、紀勢大内山ICから約5分（国道42号線経由）

大紀町 / 原始の不動滝・紀勢笠木渓谷



笠木渓谷は、笠木山の麓にある落差40メートルの雄滝と、落差35メートルの雌滝の2つの滝があり、そそり立つ岩倉、もみじやシャクナゲをはじめとする四季折々の花や木々が訪れる人々を楽しませている。

度会郡大紀町崎4339-2　TEL 0598-86-2243　http://www.town.taiki.mie.jp/

アクセス▌JR伊勢柏崎駅から車で約5分　**駐車場**▌約20台

+inakatabi2025_84p_101p.indd 98-99　2025/03/25 16:25

有名観光地等から一歩踏み出し、美しい三重の里へ

奥伊勢地区

田舎暮らし体験とおいしいもの満喫コース

田舎ならではの体験・料理を堪能しながら、
最新観光スポットVISONも満喫



水族館でみる魚に直接ふれあえる



田舎料理のバイキングをご堪能!



せいわの里まめや



漁業体験



VISON(ヴィソン)

日本最大級の商業リゾート!



昔ながらのかまど炊きご飯体験!



NPO法人 日本一のふるさと村

行程（1泊2日）

1日目

多気IC

せいわの里まめや
【農家レストランバイキング】

約10分

VISON（ヴィソン）
【食事・買物等自由に散策を楽しむ】

約20分

NPO法人 日本一のふるさと村
【田舎暮らしを宿泊して体験】

ご宿泊

2日目

約40分

所要 1.5時間～3時間

一般社団法人　大紀町観光協会
漁業体験！「小型定置網漁業」
【現役漁師さんや地域の人々に漁業の歴史を教わり、
楽しみながら海への知識を深めることのできる体験】

※掲載の写真は全てイメージです。

＼感動と驚きがいっぱい！／

おすすめの自然体験

海、山、川の自然が広がる三重は、
自然遊びの絶好のフィールド!

奥伊勢地区



奥伊勢の自然をフィールドに
あなたの休日を特別にする体験





Verde 大台ツーリズム（大台町）

奥伊勢は、大台ヶ原山系を源流とする清流宮川に沿って広がる山里で、人と自然が理想的に共生する地域としてユネスコエコパークにも認定されている。Verde大台ツーリズムは、奥伊勢のロケーションを活かした初心者～中級者向けアウトドアプログラムを企画。清流宮川や奥伊勢湖でのSUPやカヌー、関西屈指の秘境として知られる大杉谷の登山、アウトドア初心者でも楽しめるサイクリングなど、レベルに応じた幅広い自然体験を堪能できる。
※Verdeが運営する宿泊施設「宿屋まてまて／まてハウス」についてはp93参照。

所｜多気郡大台町下真手308
☎｜080-4840-7315
営｜9:00～17:00（予約はHPより）
休｜年末年始
料｜SUP（半日）大人1名6,500円～（同乗／2～9歳の子ども・ワンちゃん4,500円～）、大杉谷日帰りプログラム大人1名7,500円～、山林王の森と滝アドベンチャーBIKE&HIKE 大人1名7,500円
P｜各体験の集合場所に駐車場あり
HP

RocaRocaアクティビティ（大台町）



心を「ロカ（ろ過）」して
浄化できる自然体験!







大台町の自然の中で、日頃の疲れやストレスを「ろ過」できるアクティビティを提供する株式会社ロカ。代表の野呂さんが、大台町の職員として働いていた時期に自然体験のおもしろさを再認識して、一念発起して設立。清流宮川の最上流部にある「宮川ダム湖」でのSUP体験は、秘境ならではの絶景とともに抜群の清涼感を味わえる。また、生活排水がゼロに近い水質であるため、動物にも安心安全で、ワンちゃんと一緒に楽しめるSUPも好評。
※株式会社ロカが運営する宿泊施設「キャンプスタイルの宿 やまがら」についてはp95参照。

所｜多気郡大台町大杉151　☎｜070-1849-9842　営｜8:00～17:00
休｜不定休（予約があれば対応）　料｜秘境SUP体験 通常価格1名7,800円、ドッグSUP 中学生以上1名6,600円、小学生以下1名3,300円、ワンちゃん1匹2,200円 ※トップシーズン料金あり
ア｜紀勢自動車道「大宮大台IC」から約40分
P｜宮川ダム湖周辺
HP▶

+inakatabi2025_84p_101p.indd 100-101　2025/03/25 16:26