

新姫（熊野市）

熊野市新鹿町で偶然発見された新しい柑橘。果実は直径3cm前後で、重さが25〜30gと小ぶり。スダチやシークワーサーのように酸味が強く、爽やかな香りに特徴がある。

マイヤーレモン（御浜町）

オレンジの自然交配で生まれたマイヤーレモンは、普通のレモンより果汁が多いのが特徴。10〜11月は皮が緑でキレのある酸味がお酒等によく合う。冬〜春に黄色→オレンジに色づくにつれ甘味が出てくる不思議なレモン。

モデルコース

1泊2日 熊野の名産！ みかんづくしコース

熊野大泊IC
- 約40分 → さぎりの里（P144 参照）
  - 丹精込めて作られたこだわりの品！
- 約30分 → 道の駅 パーク七里御浜（P145 参照）
  - 10種類ものみかんジュースを製造！
- 約25分 → 金山パイロットファーム観光農園・直売所 くまのParadise（要予約 P142 参照）
  - 時間無制限で のんびりみかん狩り
  - ※団体のみ要予約
- 約3分 → 里創人 熊野倶楽部（P143 参照 要予約）
  - 隠れ家リゾートで過ごすひと時

1泊2日 熊野の自然と地元の人とふれあう癒やし旅

熊野大泊IC
- 約40分 → 道の駅 紀宝町ウミガメ公園（P145 参照）
  - ウミガメとふれあえる！
- 約20分 → 熊野川体感塾（P147 参照 要予約）
  - 川の参詣道 熊野川を遊覧
- 約15分 → 農家民宿 はなあそび（P146 参照 要予約）
  - 田舎暮らしを体験！

キャンプ+滝サウナで自然を満喫！



紀宝町飛雪の滝キャンプ場（P147 参照 要予約）



数々の世界遺産や
自然の景観が美しい

熊野地区

海、山、川の豊かな自然が広がり、「熊野古道」をはじめ、世界遺産に登録されている名所も多い。七里御浜や熊野川などの美しい景観の数々は、見る人を圧倒する。柑橘類などの栽培も盛んに行われている。

超極早生温州みかん（御浜町）

御浜町はみかん栽培に適した水はけのよい土壌と温暖多雨な気候で、一年中様々な種類のみかんを収穫することができる。9月中旬から出回る「温州みかん」は、皮は青いのに甘味と酸味のバランスが絶妙。時期・味・質ともに全国的に珍しく三重南紀が誇るみかん。

熊野市 獅子岩（ししいわ）
©（公社）三重県観光連盟

日帰り 熊野の世界遺産と体験を楽しむツアー

熊野大泊IC
- 約10分 → 道の駅 熊野・花の窟 お綱茶屋（P142 参照）
  - 花の窟神社と一緒に 立ち寄りたい茶屋
- 約5分 → 熊野市観光公社（P141 参照 要予約 ※一部）
  - 地域に密着した観光！
- kumateng（P146 参照 要予約）
  - 知的好奇心や 五感を満たす体験！
- 約50分 → 鬼ヶ城センター（P140 参照）
  - 鬼ヶ城の眺めを思い出に

熊野のふるさとの味を全国にお届け！

熊野市ふるさと振興公社（P144 参照）

ゆっくり過ごせる宿泊がおすすめ！

アタシカデイズ（P140 参照 要予約）
- 海辺の喫茶店&ゲストハウス

Abuden（P143 参照 要予約）
- 和モダンな古民家でゆったり宿泊

世界遺産のまち 熊野市を海からめぐる

熊野マリンスポーツ推進委員会（P141 参照）

七里御浜

「日本の渚百選」や「21世紀に残したい自然百選」などにも選ばれている、美しい砂礫海岸。その長さは日本で一番長く熊野市から紀宝町まで約22Km続く。その昔、「浜街道」として熊野詣でをする人々の信仰の道としての役割を果たしていた。

※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_138p_155p.indd 138-139
2025/03/25 16:39

熊野ならではの体験プログラムを満喫




めはり寿司体験


木工製品製作体験


電動自転車も利用できる

熊野市観光公社
〒519-4324　熊野市井戸町654-1
☎0597-89-2229【ツアーは要予約】
営9:00～18:00　休12月31日・1月1日
P なし

熊野市駅前特産品館
〒519-4324　熊野市井戸町656-3
（JR熊野市駅前）
営9:00～18:00　休毎月第2・第4水曜
12月30日～1月2日　P なし



HP　Instagram　いなか旅のススメHP　MAP

【近隣スポット】
「熊野市駅前特産品館」
駅前の観光案内所に隣接し、地元の特産品が多数揃う

体験 直売 熊野市観光公社
〈熊野市〉

熊野古道や丸山千枚田、赤木城といった地元素材を絡めたツアーなどの着地型観光を推進している「熊野市観光公社」。楯ヶ崎、海金剛を遊覧船で巡る「楯ヶ崎観光遊覧」は、海からしか見られない景色を楽しむことができ、見所満載。熊野市駅前の観光案内所では電動付き自転車の貸し出しを行っており、駅周辺に点在する世界遺産を効率よく巡りたい方におすすめ。また、「熊野市駅前特産品館」でのお買い物も楽しめる。

［ ココが魅力！ ］
① 熊野のおすすめスポットをガイド！
② 地元の生活文化を体験できる企画も提案
③ 隣接する特産品館でお土産を購入できる



スタッフのイチオシ

リアス式海岸特有の景観を楽しめる「楯ヶ崎観光遊覧船」
→「青の洞窟」は太陽光によって海の色が変化し、鮮やかな色合いを見せます。目の前にそびえ立つ高さ170mの壁は圧巻です！



世界遺産のまち 熊野市を海からめぐる




安定性抜群のシーカヤック


海上からの景色は格別


体験前の丁寧なレクチャー

【体験場所】
〒519-4206 熊野市新鹿町新鹿海岸
【問い合わせ先】
☎0597-89-4111
（事務局：熊野市商工・観光スポーツ課 スポーツ交流係）
営・料 体験プランによって異なる
※詳しくはHPをご確認ください。



HP　Instagram　いなか旅のススメHP　MAP

【近隣スポット】
熊野観光の拠点となる施設「鬼ヶ城センター」から車で約15分

体験 熊野マリンスポーツ推進委員会
〈熊野市〉

「新鹿海水浴場」は環境省の「快水浴場100選」にも選ばれた波穏やかなビーチで、青く透き通った遠浅の海と白い砂浜が人気。その海水浴場で、SUPやシーカヤックの体験を実施している。公認インストラクターが、安全に楽しむためのレクチャーを行い、利用者のレベルに合わせたガイドを行っているので、初心者でも安心。経験者はガッツリと漕ぎ、ゆったりと過ごしたい方は自由気ままにクルーズを楽しもう。

［ ココが魅力！ ］
① 1年を通してマリンスポーツを推進
② 美しい新鹿海水浴場での体験
③ 秋には全国規模の大会も開催！



スタッフのイチオシ

初心者におすすめの「七色峡SUP体験」
→波風の影響が少なく、穏やかな水面の「七色峡」は奇岩広がる渓谷に季節によって七色に変わるとされる清流が流れており、観る者の心を魅了します。






14畳の和室


おしゃれな内装


みかん畑の見学体験も実施

アタシカデイズ
〒519-4206　熊野市新鹿町479
☎090-4458-7027【宿泊要予約】
営 宿泊／年中無休、喫茶／週末営業（不定休あり）　料 宿泊料金 2名21,700円～（1部屋当たり朝食付料金・1日1組2階貸切・2歳以下無料）夕食（サービス料込）3,000円 ※詳しくはHPをご確認ください　P 5台



HP　Instagram　MAP

【近隣スポット】
「徐福茶屋」から車で約5分

体験 宿泊 飲食 販売 アタシカデイズ
〈熊野市〉

美しい海と山に囲まれた熊野市新鹿町。その魅力に惹かれて移住した近藤さんがみかん畑とともに営む喫茶店&ゲストハウス。2階はマリンスポーツや海水浴に訪れた人が懐かしい場所に帰ってきた気分に浸れるレトロな雰囲気の宿。週末のみ営業の1階喫茶店には、観光客と地元住民のふれあいが生まれる場所にしたいという思いが込められている。自家製パンの朝食やBBQの夕食を楽しめるセットプランも人気。

［ ココが魅力！ ］
① 「自分の家」のように過ごせる宿
② 美しい自然の中で楽しむ体験
③ いなかの豊かな暮らしに癒される

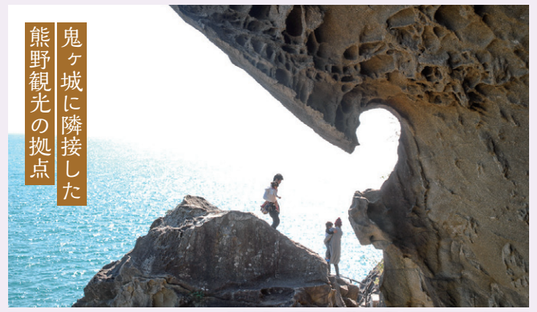


スタッフのイチオシ



青く透き通った新鹿の海を満喫！
→私自身がインストラクターとなって、宿泊されるお客様にSUPやカヤックの体験メニューを提供しています。（オーナーの近藤さん）






施設の周辺はどこも絶景


幻の柑橘「新姫」を使用した商品


名物の「新姫ソフト」

〒519-4323
熊野市木本町1835-7
☎0597-89-1502
営 平日10:00～16:00、土・日曜9:00～17:00、
レストラン 11:00～14:00
休 年中無休
※レストランは不定休あり　P 82台



HP　Instagram　いなか旅のススメHP　MAP

【近隣スポット】
多くの道に美しい石畳が残る「熊野古道・松本峠」から車で約3分

飲食 直売 鬼ヶ城センター
〈熊野市〉

平成16年「紀伊山地の霊場と参詣道」がユネスコの世界遺産に登録。その一部であり、国の天然記念物及び名勝「鬼ヶ城」に隣接する施設で、近隣の観光情報を発信している。美しい眺めを一望できるレストランもあり、熊野で獲れた鮮魚の丼や、熊野地鶏を使った料理が味わえる。テイクアウトコーナーでは熊野地鶏の手羽先・唐揚げを販売。売店には熊野を中心とした特産品や加工品が並び、お土産にもぴったり。

［ ココが魅力！ ］
① 熊野周辺の観光情報を発信する施設
② 美しい眺めを一望できるレストラン
③ 地元の食材を使った特産品が揃う



スタッフのイチオシ



「熊野の味」を楽しめるレストラン
→「熊野鯛とマグロの紅白丼」「熊野地鶏の親子丼」「熊野地鶏カレー」

+inakatabi2025_138p_155p.indd 140-141　2025/03/25 16:39




こだわりが詰まった露天風呂


各部屋のアメニティも充実


星々の瞬きを楽しむ星空鑑賞会

〒519-4326　熊野市久生屋町1430
☎▌0597-88-2045
営▌チェックイン15:00～18:00、チェックアウト～11:00、旬菜食房 馳走庵 ランチ 11:00～13:00(12:45最終入場)　料▌宿泊料金：1名38,000円～(2名1室利用時)
P▌120台



HP　Instagram　いなか旅のススメHP　MAP

【近隣スポット】
花の窟神社の目の前にある「道の駅 熊野・花の窟 お綱茶屋」から車で約10分

里創人（リゾート） 熊野倶楽部
〈熊野市〉

宿泊 飲食 販売

熊野ならではのおもてなしに、心と体が癒やされる古道の宿。敷地内はありのままの自然が生かされ、全室がスイートの客室は、熊野杉などを用いて造られた「日常を忘れる癒しの空間」。食事は松阪牛や伊勢海老など三重の自然の恵みを一品一品に取り入れている。天仰ぐ開放感の中、ゆったりと浸かれる湯処は熊野で湧き出る新湯ノ口温泉の湯。熊野の美食や湯処を楽しみながらココだけの一日を過ごせる。

［ ココが魅力！ ］
① 伊勢神宮と熊野古道をつなぐ隠れ家リゾート
② 熊野杉が香る「オールスイートの客室」
③ 天仰ぐ開放感の中で浸かれる上質な湯処



スタッフのイチオシ

様式にとらわれない贅沢な食事
→三重の美食文化を堪能できる「御食国会席」や、料理を好きなだけ満喫したいという方におすすめの「ハーフブッフェ」など、お好みに合わせて選ぶことができます。






日当たりの良さも魅力


共用キッチンが利用可能


読書が楽しめる図書室

〒519-4323
熊野市木本町554
☎▌090-9267-5710【要予約】
営▌9:00～18:00
休▌不定休
料▌2泊素泊まり～ 10,000円/1人
P▌1台



HP　いなか旅のススメHP　MAP

【近隣スポット】
世界遺産
七里御浜から
徒歩約3分



Abuden（アブデン）
〈熊野市〉

体験 宿泊

熊野古道が通る町に佇む築90年の和モダンな古民家。古い木の風合いを残しつつも暮らしやすく修繕された古民家は、初めて訪れても、どこか落ち着く空間。気さくなオーナーの井上さんが実際に暮らしながら、宿として提供している。「忙しい観光ではなく、ちょうどいい田舎暮らしを感じてほしい」と2泊以上ゆっくりと滞在するのがおすすめ。共用キッチンではオーナーと一緒に料理を楽しむこともできる。

［ ココが魅力！ ］
① 1日1組限定の和モダンな古民家宿
② ちょうどいい田舎暮らしができる立地
③ ワーケーションの連泊にも便利



スタッフのイチオシ



暮らしやすい田舎で心も体もリフレッシュ
→海も山も、世界遺産「熊野古道」も、コンビニやスーパーも徒歩圏内にあります。等身大の田舎暮らしをゆったりと体験しに来てください。(オーナーの井上さん)






食事や休憩ができる緑側


熊野ならではの特産品が並ぶ


大内山牛乳のソフトクリーム

〒519-4325
熊野市有馬町137
☎▌0597-88-1011
営▌10:00～16:00 、食堂 11:00～14:00　休▌年中無休
P▌普通車43台、バス6台、身障者用1台、おもいやり駐車場(予定) 1台



HP　Facebook　いなか旅のススメHP　MAP

【近隣スポット】
世界遺産、天然記念物に指定された「獅子岩」から車で約2分

道の駅 熊野・花の窟（いわや） お綱茶屋
〈熊野市〉

飲食 直売

日本書紀にも記述され、日本最古の神社ともいわれる「花の窟神社」。その門前で訪れる旅人をもてなす道の駅。米作り発祥の地として知られる花の窟にちなんだ古代米「いざなみ米」を使ったうどんやおにぎり、みたらし団子など、ここだけの名物が味わえる。紀州名物のさんま寿司やめはり寿司などもおすすめ。店内には、熊野市の特産物や観光パンフレットなどが並び、熊野ドライブの途中にはぜひ立ち寄りたい。

［ ココが魅力！ ］
① 花の窟神社の近くにある道の駅
② 地元の特産品を味わえる食堂
③ 熊野ドライブのひと休みに最適



スタッフのイチオシ

古代米「いざなみ米」を使ったメニュー
→いざなみ米入りみたらし団子(1本120円)は、黒米ならではのほどよい噛みごたえで、懐かしい味。いざなみ米を使用したうどんやおにぎりも名物です。






みかんジュースも絶品！


箱詰めみかんは全国発送OK


高品質のブルーベリー

519-4327
熊野市金山町2231-5
☎▌0597-89-1020（くまのParadise）
営▌くまのParadise 9:00～17:00、みかん狩り(10月中旬～11月下旬頃予定) 9:30～16:00【団体のみ要予約】
休▌くまのParadise 臨時休業あり
P▌57台



HP　いなか旅のススメHP　MAP

【近隣スポット】
「鬼ヶ城」から車で約13分



くまのParadise（パラダイス）
〈熊野市〉

体験 直売

金山パイロットファーム 観光農園・直売所

熊野の豊かな自然の中で、生産者が一年を通してさまざまな品種のみかんを育てる農園。約47haに及ぶ広大な園地で温州みかんを中心とする柑橘類及びブルーベリー、いちごの栽培のほか、みかんジュース等加工品の製造を行っている。身体に優しく、糖度の高いみかんは高品質で評価が高い。秋にはみかん狩りも開催。時間無制限でお腹いっぱい味わうことができ、直売所ではその時期に収穫したみかんを販売。

［ ココが魅力！ ］
① 一年を通して多彩な品種のみかんを栽培
② 豊かな自然の中にある広大な園地
③ 素材のおいしさを味わえる加工品



スタッフのイチオシ

時間無制限で食べ放題のみかん狩り
→熊野の太陽の光をいっぱい浴びて育った「甘いみかん」を思う存分味わってください。うれしいお土産付です。



+inakatabi2025_138p_155p.indd 142-143　2025/03/25 16:39




東紀州の土産物がいっぱい


屋上にあるドッグラン


展望デッキからの眺め

〒519-5204
南牟婁郡御浜町大字阿田和4926-5
☎▌05979-2-3600
営▌9:00～17:30、
レストラン 11:00～14:30（ラストオーダー14:00）
休▌無休 ※レストランは水曜定休
P▌普通車250台、バス6台



HP　Facebook　いなか旅のススメHP　MAP

【近隣スポット】
日本最古の神社
「花の窟神社」
から車で約14分

飲食 直売 販売
道の駅 パーク七里御浜
〈御浜町〉

熊野古道 浜街道を目の前に、オレンジ色の大きな建物が目印の道の駅。御浜町の特産品の柑橘や果汁100%みかんジュース専門店、近隣の農産物や海産物の販売所、紀州の土産物を数多く取り揃えた土産物コーナーがある。3階にあるレストランからは七里御浜海岸が一望できる。また、屋上には、開放感のある「ドッグラン」、自転車旅や車中泊の方向けの「サイクルラック」や「シャワールーム」も完備し、多彩なシーンで便利な施設。

［ ココが魅力！ ］
① 熊野古道・熊野三山へのキーステーション
② お店の商品数と売り場面積は東紀州で一番
③ 七里御浜を一望できる「絶景レストラン」



スタッフのイチオシ
季節により見学できる みかんジュース工場
→約10種類ものみかんジュースを製造し、午前中に搾汁、午後からは瓶詰めを行っています。作りたてのおいしさをぜひ味わってください！






種類の豊富な朝採れ野菜


高品質な「尾呂志米」


昔ながらの手作り草餅

〒519-5322
南牟婁郡御浜町大字上野616-2
☎▌05979-4-1414（さぎりの里直売所）
☎▌05979-4-1417（さぎり茶屋）
営▌直売所 8:00～16:30、
さぎり茶屋 11:00～14:00、18:00～21:00 ※夜は完全予約制
休▌直売所 月曜（祝日は営業）、さぎり茶屋 月曜・火曜　P▌35台



いなか旅のススメHP　MAP

【近隣スポット】
日本最大級の棚田
「丸山千枚田」
から車で約11分

飲食 直売
さぎりの里
〈御浜町〉

風伝峠から流れる壮大な朝霧が名前の由来である「さぎりの里」。食材に恵まれた自然豊かなこの地で人気の直売所。地元生産者が持ち寄る朝採れの野菜、地元のブランド米「尾呂志米」、手作りの漬物や草餅などが並ぶ。店番は農家が交替で行うため、野菜を通して会話が弾んだり、アットホームな雰囲気。隣の「さぎり茶屋」では、紀州岩清水豚を使った「トンカツ定食」、東紀州地鶏を使った丼物などが味わえる。

［ ココが魅力！ ］
① 新鮮な野菜など地元産の食材が豊富
② 農家が運営するアットホームな直売所
③ 地元ならではの食材を楽しめる茶屋



スタッフのイチオシ
「さぎり茶屋」で人気の 地元産の食材を 使ったメニュー
→この地域で生育しているブランド豚「紀州岩清水豚」を使ったトンカツが人気です！写真は「ヘレカツセット」（1,350円）






近くで見ると大迫力！


人気メニューの海鮮丼
具材は仕入れた魚次第


オリジナル商品も充実

〒519-5711
南牟婁郡紀宝町井田568-7
☎▌0735-33-0300
営▌物産館 11～2月 8:30～18:00、3～10月 8:30～19:00、ウミガメ水族館 9:00～18:00、きほう食堂 10:30～14:00　休▌年中無休　料▌入館無料　P▌普通車47台・大型車9台



HP　Instagram　いなか旅のススメHP　MAP

【近隣スポット】
安産の神様としても
有名な「神内神社」
から車で約9分

体験 飲食 直売 販売
道の駅 紀宝町ウミガメ公園
〈紀宝町〉

ウミガメをはじめ多種にわたるカメを無料で観察できる道の駅。ウミガメのことを深く学べる体験学習型イベント「さわって学ぼう！子ガメタッチ」は、アオウミガメたちを実際にさわりながら飼育員への質問もOKで、平日に飼育員がいれば体験可能。また、物産館では、地元の旬の野菜や果物を販売。食堂もあり、海鮮丼など地魚を使ったメニューを味わえる。テイクアウトコーナーの「カメちゃんフロート」も人気。

［ ココが魅力！ ］
① 全国で唯一ウミガメの水族館がある道の駅
② 子どもに人気の「子ガメタッチ」や餌やり体験
③ 地元の特産品を扱う物産館や食堂も充実！



スタッフのイチオシ


ウミガメとのふれあい
→施設内にある「ウミガメ水族館」で、子ガメタッチや餌やり体験ができます。ウミガメに気軽に出会える道の駅は日本でもココだけなので、ぜひ遊びにきてください！（飼育員の伊藤さん）






旨みが強い「熊野地鶏」


希少性の高い柑橘「新姫」


道の駅 熊野・板屋九郎兵衛の里
熊野のお土産品が充実！

〒519-5413　熊野市紀和町板屋78
特産品事業部
☎▌0597-97-0640
丸山千枚田事務局
☎▌0597-97-0783
※「丸山千枚田を守る会」会員募集
協力金／10,000円　特典／丸山千枚田の新米2kg　オーナー制度とは異なり、作業はなし。詳しくはHPにて。



ふるさと公社HP　いなか旅のススメHP　MAP　千枚田HP　千枚田Instagram　千枚田X

体験 直売
熊野市ふるさと振興公社
〈熊野市〉

日本の棚田百選に選ばれる「丸山千枚田」の保全やイベント、オーナー制度に取り組む「熊野市ふるさと振興公社」。地元の人たちが愛情込めて作る自慢の「ふるさとの味」を全国に発信している。特産品の開発や商品化にも力を入れ、「丸山千枚田米」や、酸味と爽やかな香りが特徴の柑橘「新姫」など、こだわりのものばかり。「熊野地鶏」は平飼い鶏舎で飼育された旨味の強さが特徴。商品は近隣の道の駅やHPでも販売。

［ ココが魅力！ ］
① 自慢の「ふるさとの味」を全国に発信
② 三重ブランドに認定された「熊野地鶏」
③ 熊野市で発見された幻の柑橘「新姫」



スタッフのイチオシ
丸山千枚田オーナー制度！
→美しい棚田景観を守るため、千枚田の一部を使ってオーナー制度を実施しています。

オーナー制度概要（通年募集）
●年会費／30,000円　●体験できる農作業・イベント、畦塗り・田植え（5月）・案山子作り・稲刈り（9月）・収穫祭・畦そり　●特典／丸山千枚田の新米10kg、ふるさと特産品 他



+inakatabi2025_138p_155p.indd 144-145
2025/03/25 16:39




三反帆の貴重な話を聞ける


見学可能な「川舟工房」


乗船者への特典「熊野杉の木札」

体験

熊野川体感塾

〈紀宝町〉

川の熊野古道として世界遺産に登録されている熊野川。舟大工・谷上嘉一さんは、この川沿いで、川舟を作り続け、その魅力を伝えている。体験は予約制。谷上さんから三反帆の貴重な話を聞くところからスタート。知識を深めて、いざ熊野川へ。舟旅は約1時間半、川風を受け、力強く悠々と流れる熊野川を突き進む。想像より揺れが少なく、安定した三反帆。悠久の歴史に思いを馳せる時間をぜひ過ごしてほしい。

［ ココが魅力！ ］
① 世界遺産・熊野川を楽しむ舟旅
② 川風を受けて力強く進む「三反帆」
③ 熊野に根づく歴史と文化を体感



スタッフのイチオシ

熊野川の特性に合わせて作られた「三反帆」

→全長8.6m、幅約1.6mの船体に3枚の帆を5mほどの帆柱に掲げ、風をとらえて進む川舟。熊野川の特性に合わせ、船首が大きく反り返る独特の形状です。川の熊野古道を「三反帆」に乗ってのんびり巡ってみませんか。



〒519-5716
南牟婁郡紀宝町北檜杖203
☎|0735-21-0314【要予約】
営|通年営業 受付時間 9:00～17:00
最少催行人数2名　休|悪天候、河川状況により欠航する場合あり
料|大人1名5,000円、子ども(小学生以下)1名4,000円　P|3台

HP　いなか旅のススメHP　MAP



【近隣スポット】
「紀宝町飛雪の滝キャンプ場」
から車で約14分






ゆっくり落ち着ける広間


豊かな自然には楽しみ満載


近くある「神内神社」

体験 宿泊

農家民宿 はなあそび

〈紀宝町〉

季節の花々や植物が迎えてくれる農家民宿。目の前には田んぼが広がり、後ろは畑と山。のどかな景色に日常を忘れて癒やされる。「実家に遊びに来た気分で過ごしてもらえたら」と迎えてくれるのは気さくな矢熊さん夫妻。苔玉作りや、秋には米農家のご主人と楽しむ稲刈り体験など、ふれあいの時間を大切にしている。広い部屋でゆっくり旅の疲れを癒せる民宿とあって、外国人の利用やリピーターが多いのも納得。

［ ココが魅力！ ］
① 花いっぱいの庭がある農家民宿
② 豊かな自然の中で行う体験
③ ゆっくり休める大きな広間



スタッフのイチオシ

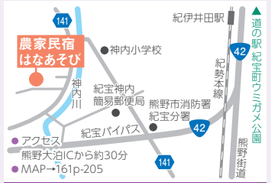
「いなかの生活」をのんびり体験！

→自分の好きな山野草を見つけて、寄せ植えや苔玉作りをするのも楽しいです。稲刈り体験もおすすめ。希望があれば地元ならではのスポットへもご案内します。



〒519-5712
南牟婁郡紀宝町神内1952-5
☎|090-4765-1347【要予約】
営|チェックイン 15:00～、チェックアウト ～10:00 ※1日1組4名まで
休|不定休　料|1泊素泊まり 1人4,000円(添い寝の乳児・幼児は無料)
P|2台

HP　いなか旅のススメHP　MAP



【近隣スポット】
「道の駅 紀宝町ウミガメ公園」
から車で約7分



体験 宿泊 販売

紀宝町飛雪(ひせつ)の滝キャンプ場

〈紀宝町〉

日本でも珍しい、キャンプ場内に高さ30mの滝がある三重県最南端のキャンプ場。テントサイトやコテージ、売店などの施設が充実し、滝の目の前で楽しめるテントサウナ体験（要予約）も人気。サウナを楽しんだ後は、滝つぼが水風呂がわりに。また、遊歩道を散歩したり、夏は川遊びやカヤック、SUPを楽しんだり、夜は毎日夕方から夜に滝がライトアップされたり、大自然の中で思い思いのひとときを過ごせる。

［ ココが魅力！ ］
① 全国でも珍しい「滝があるキャンプ場」
② 滝の近くで楽しめる「テントサウナ」
③ 川遊びなどのアクティビティも豊富



スタッフのイチオシ

極上の癒し「滝サウナ」

→60～90℃（初心者向けフィンランド式サボッタ）、100～110℃（ロシア式EX-PRO）、120℃（ロシア式モルジュ／7～8月は休止）の3種類あります。熱せられた体を滝つぼで冷やせば、心も体も「ととのう」！






バリアフリーのコテージ


散歩も楽しめる場内


地元の食材セット（要予約）

〒519-5718
南牟婁郡紀宝町浅里1409-1
☎|080-5843-6793【要予約】
営|9:00～17:00　休|年中無休
料|1泊素泊まり テントサイト レギュラー4,000円～、コテージ13,000円～
※詳細はHPに記載
P|50台

HP　Instagram　いなか旅のススメHP　MAP



【近隣スポット】
「道の駅 紀宝町ウミガメ公園」
から車で約30分



体験

kumateng

クマテング

〈紀宝町〉

地元のガイドやインストラクターが連携し、農山漁村に滞在して自然や文化、地域の人との交流を楽しむ旅行「グリーン・ツーリズム」を提供しているグループ。田舎に暮らす人と交わり、つながり、お互いに元気をプラスしたいという想いを持った地元を愛するメンバーがチームで活動している。そんな彼らが作る体験プログラムは多種多様で、地元で暮してきたからこそ提案できるものばかり。申し込みはメールで。

［ ココが魅力！ ］
① 自然や文化、人との交流を楽しむ旅を提案
② 地元を愛するメンバーがチームで活動
③ 知的好奇心や五感を満たす体験プログラム




秘境を歩くトレッキングも人気


自然の恵みにふれる貴重な機会


日々の喧騒から離れてリフレッシュ

〒519-5701
南牟婁郡紀宝町鵜殿堤谷1388
(石本果樹園内)
✉|mikan5232001@yahoo.co.jp
kumateng(みえ東紀州グリーン・ツーリズムコミュニティ協議会)事務局
●MAP→161p-206

Facebook


熊野の自然を思う存分満喫

スタッフのイチオシ

大自然を楽しめる多彩な体験メニュー！

→学びと遊びを含んだものから、自然を感じてリフレッシュできるものまで、ガイドブックで紹介される観光旅行とは一線を画したプログラムとなっています。お気軽にお問い合わせください！



+inakatabi2025_138p_155p.indd 146-147　2025/03/25 16:39

有名観光地等から一歩踏み出し、美しい三重の里へ

熊野地区

海辺のゲストハウスに泊まる 世界遺産と道の駅めぐりの旅

熊野の自然・食・暮らしに触れながら、熊野古道ウォーキングの旅


熊野古道・松本峠道


世界遺産鬼ヶ城


獅子巌


サップ


道の駅　パーク七里御浜


アタシカデイズ

行程（1泊2日）

1日目

熊野大泊IC

世界遺産　熊野古道・松本峠道
【美しい石畳や熊野灘の絶景が見渡せる】

世界遺産　鬼ヶ城・獅子巌
【地盤の隆起と風・海蝕によって造り出された他に類を見ない奇岩】

約10分

アタシカデイズ
【美しい海と山に囲まれた新鹿町のスタッフとの交流も楽しめる宿でご宿泊】

ご宿泊

2日目

約15分

道の駅　熊野・花の窟
【地元の特産品等お買い物】

道の駅　パーク七里御浜
【みかんが名産も御浜町でみかんジュース工場見学やお買い物】

道の駅　紀宝町ウミガメ公園
【ウミガメと触れ合える道の駅】

ウミガメ保護・啓発活動の拠点！


道の駅　紀宝町ウミガメ公園


「道の駅」熊野・花の窟

※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！

熊野地区



くまの・川遊び部（紀宝町）

抜群の安定性があり、水上を思い通りに動けるゴムボート「パックラフト」に乗って楽しむツアーが人気。熊野の絶景「瀞峡」を手軽に満喫できる半日ツアー、北山川の川下りを楽しめる一日ツアー、渓流を遡って幻想的な空間「静閑瀞」をめざす一日ツアーなどがある。どれも安全で無理のないルートなので、初心者でも安心。ワンちゃんと一緒の体験も大歓迎で、他にも「家族3世代で一緒に川遊びを楽しみたい」など、利用者の要望に合わせてコースを提案している。滝のスライダーや滝壺への飛び込みは、夏におすすめのアクティビティ。





所｜南牟婁郡紀宝町浅里1520
☎｜090-1077-1725　営｜ツアーの予約に合わせて営業　料｜詳細はHPでご確認ください　ア｜主な集合場所：瀞ホテルまで熊野尾鷲道路「熊野大泊IC」から約50分
P｜瀞ホテル：あり（無料）

HP　Instagram

くまの里山体験 のら（紀宝町）



熊野川のほとりにあり、「にほんの里100選」に選ばれたこともある紀宝町浅里地区で、猫と山羊とともに暮らすご夫婦が里山の自然を楽しめる体験を提供している。季節の柑橘やハーブを蒸留して芳香蒸留水（フローラルウォーター）を抽出する「蒸留体験」は、約90分で1つの香りを蒸留する。その間にアロマクラフト体験もでき、癒しの香りに包まれたひとときを過ごせる。また、季節の体験として、梅の収穫体験や、飛雪の滝キャンプ場上流での沢遊び体験も好評。ご主人がドリンクやスイーツでおもてなししてくれる沢cafeも楽しみたい。

所｜南牟婁郡紀宝町浅里1531-2
☎｜0735-30-1300
営｜9:00～17:00（電話受付時間）　休｜火・水・木曜
料｜詳細はHPでご確認ください
ア｜熊野尾鷲道路「熊野大泊IC」から約50分
P｜あり

HP　Facebook



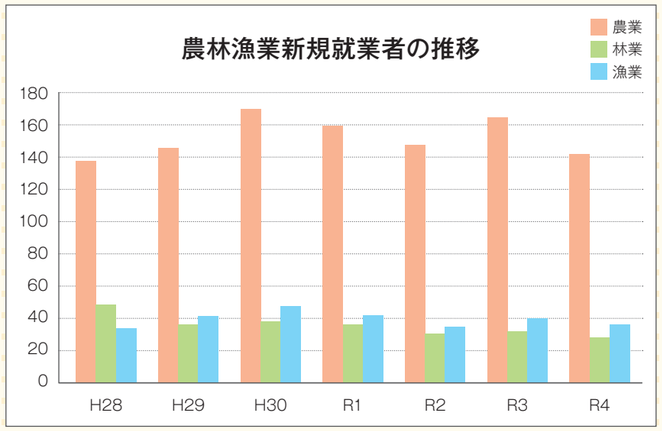




+inakatabi2025_138p_155p.indd 148-149　2025/03/25 16:39

農林漁業のお仕事相談は、公益財団法人 三重県農林水産支援センターへ











第一次産業である農林漁業では、高齢化に伴い担い手不足が全国的に問題となっています。

三重県でも、若い世代の担い手を確保していくことが求められています。

近年の農林漁業への新規就業者数は下記グラフのとおりとなっており、毎年一定の人数の方が新規就業していますが、5年後には半数の方が離職しているという別の調査結果もあり、農林漁業の担い手を育成することはとても重要です。

三重県農林水産支援センターでは、三重県の農林漁業の担い手の確保・育成を行うため、農林漁業の就業就職相談や農林漁業に特化した無料職業紹介を行っています。

また、「農林漁業就業・就職フェア」を開催し、農林漁業へ興味のある方への情報提供を行うとともに、人材を求めている農林漁業の事業体と農林漁業に就職したい方が直接お話していただけるマッチングの場も提供しています。

農林漁業に就業・就職したい!と考えている方、お気軽にご相談ください。

公益財団法人三重県農林水産支援センター　総務・担い手支援課

〒515-2316　松阪市嬉野川北町530　　TEL.0598-48-1226

アクセス　お車の場合/一志嬉野インターより車で約10分(三重県農業大学校隣です。)
公共交通機関の場合/近鉄伊勢中川駅東口より徒歩約15分

※就業相談にお越しの際は、事前にご連絡下さい。
※センターHP(https://www.aff-shien-mie.or.jp/)にて求人情報・体験情報・フェア情報など提供しています。

子ども農山漁村ふるさと体験推進事業の取組

三重県では、過疎高齢化の進行による基幹産業である農林漁業の低迷などの課題を解消するため、子ども・学生のグループが農山漁村を訪れて「ふるさと体験」を行うことで、地域住民の生きがい創生や地域経済の活性化が期待できるとともに、将来的には新規就農や移住につながることを期待し、子ども・学生のグループによる農山漁村地域でのふるさと体験活動を推進しています。



NPO法人 大杉谷自然学校　「大台町での自然体験活動・農山漁村体験」



大台町は清流宮川とその源流にある吉野熊野国立公園を擁する自然豊かな町です。また、町全体がユネスコエコパークに指定され、自然資源の持続可能な利用とその保護が一体となった産業も盛んです。大台町子どもプロジェクト推進協議会では、学校教育分野で町内全小学校全児童を対象に地域を活かした環境教育を展開しています。

また、NPO法人大杉谷自然学校では町内全保育園児に対して野外体験保育を推進する活動にも取り組んでいます。山里に残る伝統文化や自然に対する心を次世代につなげる活動が盛んに行われているのが大台町です。町外の個人や団体の方にもたくさんお越しいただいています。地域の暮らしが伝える、人々が充足して幸せに暮らすヒントを考えていきましょう。

一般社団法人 大紀町地域活性化協議会

大紀町地域活性化協議会は、平成25年設立当時から、自然資源を活用した体験プログラムの企画開発を行ってきました。特に、農林漁業事業者や各種団体と連携し、農林漁業体験をはじめ、自然体験や防災プログラム・環境学習といったスタディツアー等、60種類以上のプログラムを商品化しています。

また、農林漁業体験民宿を中心とした滞在型観光では、国内外の子どもやファミリー、教育旅行を対象に、釜戸や囲炉裏、五右衛門風呂など昔ながらの暮らし体験や交流を通して、思い出に残る旅を提供しています。協議会では、体験、宿泊、食事など大紀町での旅をコーディネートする一括した窓口となっていますので、お気軽にお問い合わせください。



島の旅社



島の旅社は、鳥羽港から北東2,5kmの沖合に浮かぶ伊勢湾最大の島、答志島(とうしじま)で、漁村の豊かな自然の中での体験を子どのたちの「生きる力」につなげる活動をしています。

干物作りや魚釣りなど生き物の命をもらうことの大切さを学び、海女さんや漁師さんからは海での操業の体験談や漁に使う道具の話など漁村のさまざまな暮らしぶりを見聞きすることができます。他にも島の海岸に流れ着いたシーグラスを使った世界に一つだけのアクセサリー作り体験、地図とビンゴ用紙を片手に島内を自由に島民とふれあいながら探検し、おまけも当たる答志島ビンゴゲーム、漂着ゴミ収集活動、浮島自然水族館等と盛りだくさんの内容となっています。

+inakatabi2025_138p_155p.indd 150-151　2025/03/25 16:40

日本型直払取組集落情報

むらを守るみなさんの活動、応援します！

農業・農村は、農業により防災機能や景観形成など、私たちのくらしを守り豊かにしてくれています。これら農業・農村の機能は、お金では買うことのできない地域の財産です。この財産を守るために、農業を続けていくことが必要です。

三重県は「多面的機能支払」や「中山間地域等直接支払」の制度を活用して、地域ぐるみで農業の継続を支援しています。このコーナーでは、これらの制度により活性化に取り組む地域を紹介します。

紀北町 中里地区保全会




中里地区保全会は農地維持活動を通じ、この地区に存する農用地等の地域資源の保全を図ることを目的として活動しています。

毎年、農地の獣害被害を防ぐため、構成員で知恵を絞って保全に取り組んでいます。次世代を担う子どもたちの自然や郷土を愛する心を育む取り組みこそが地域資源の保全につながっていくと考え、“いただきます”、“ごちそうさま”という言葉に込められた5つ（自然・いのち・労働・知恵・周りの人）の感謝を実感してもらうため、地元保育園児を対象にしたじゃがいも掘り体験、小学生を対象にした田植えから稲刈りまでを行う稲作体験や中学生を対象とした季節の野菜の収穫などの農業体験を行っています。

また、きれいな畑をイメージして植えた菜の花畑は、大好評で、町内外から多くの人で賑わっています。

伊勢市 水土里プロジェクトおばた





小俣町は、伊勢市の北西部に位置し、ほとんどが起伏のない平地です。近年、宅地化が進んで非農家が増え、農家との混在化が見られ、水稲と施設園芸の土地利用型農業が展開されています。

このような環境にあって、当プロジェクトは、農業施設や田畑の保全活動を行うほか、地元の小学校・幼稚園・保育園の子どもたちに、田植え、案山子づくり、稲刈り、餅つき、季節野菜の苗植え、及び収穫体験をしてもらうことで、地域の人々と農家の方々が共感しあえる農業の在り方の実現をめざしています。

特に、地元の明野高校と協力し、毎年実施している「田んぼアートおばた」は必見です。「田んぼアートおばた」の見頃は、毎年6月下旬から8月上旬。現場には、スロープ式の高見やぐらを設置し、こどもからお年寄までみんなが安全に高いところから田んぼアートの景色を楽しんでいただけます。是非、近くに来た際は、ご覧ください。

鈴鹿市 深溝水土里を守る会



深溝は、鈴鹿市西部に位置し、水稲のほか、茶・花木を中心とした多様な農作物を生産している平坦な地域です。

“地域で守ろう豊かな自然”を信条とし、自治会・地域づくり協議会・土地改良区・小学校PTA・老人会などが一体となり、農地や水路、ため池を中心に、農地維持活動と共同活動を行っています。

地域住民参加の清掃活動をはじめ、共同で米作りを行い、収穫したもち米で餅つき大会を開いています。また、地域づくり協議会では、稲わらを利用して“わらアート”を作っています。



休耕田を利用して、ひまわり・芝ざくら・コスモスなどの景観作物の植栽、ビオトープでは、メダカを泳がせ、スイレンやハスを咲かせています。開花の時期になると、きれいですよ！

いなべ市 治田外面地域の里を守る会





治田外面地域の里を守る会は、水路草刈り、水路清掃を年度計画に基づき実施しています。活動区域内の農地は担い手への集約が進んでいますが、担い手の管理負担も増加しているため、担い手任せにせず、構成員で協力して維持管理を実施しています。高齢化が進んでおり、取り巻く環境は少しずつ厳しい状況になっていますが、地域一丸となって活動しています。景観形成活動として、麦の収穫後にひまわりの種をまいており、10月に見頃を迎えます。秋に咲く珍しいひまわりということで全国各地からたくさんの方が見学に来られています。

紀宝町 子安の里の会




子安の里の会の活動拠点である紀宝町神内地区は、「神内（こうのうち）神社（子安の宮）」をはじめ、16か所の観光名所・古跡があり、多くの神が祀られている歴史ある地区です。温暖な気候と豊かな自然に囲まれ、豊富な水資源に恵まれている田園地帯であるため、粘質系の土壌から育つお米はおいしいと評判です。

活動では、農地や農業用施設の維持活動を行うだけでなく、地元住民で構成される地域活性化グループ「神内生き活き協議会」と連携しながら、農地を守っています。また、神内小学校、紀南電工株式会社（CSR活動で三重県と包括協定を締結）と連携し、田植え、稲刈り作業を通じて交流を図り、農業・農地の大切さを学ぶ機会を作っています。さらに、収穫されたお米は、小学校で開催する「収穫祭」で食し、地元企業でも食堂等で提供してもらっています。

神内地区は、写真のとおり不整形な田が多く、維持管理はとても簡単なことではありませんが、地域一体となり活動していくことで、この綺麗な景色を維持しています。是非、神内地区にお越しください。

名張市 矢川環境保全会





名勝・赤目四十八滝に近く、区内を清流が流れる矢川地区は、古くから寒暖の差を利用した伊賀米がおいしく、清流にはゲンジボタルも多く生息する美しい山間地です。

農用地、水路、ため池などの地域資源の保全を図る目的で17年前から活動している「矢川環境保全会」では、当初から美しい景観を守る活動を重要ポイントにあげ、①6月と12月の年2回、「プランター植栽」を実施。72戸の区民の約7割が参加し、季節の花の苗7～8種類をプランターに植え、それぞれの自宅の前に並べています。

また②春日神社の河川の土手600平方メートルにわたってつつじを植栽し、女性役員を中心に毎年メンテを実施。5月には紅白の花が一斉に咲き誇ります。さらに③近鉄沿線の休耕地5000平方メートルには菜の花を植栽。2～3月には鉄道マニアなどが近鉄列車とのコラボ写真を撮影し、人気スポットになっています。さらに④4～5月には、近鉄沿線の延長300mほどの農地法面に植えたシバザクラの花のじゅうたんも楽しめます。

松阪市 条里制水田の里環境保全会




条里地割（※）が残る全国的に珍しい地域である松阪市新屋敷町で、当保全会は平成28年度から活動しています。用排兼用の土水路が今なお張り巡らされている農地では、降雨時に水位が上がると水路と水田の境界がなくなるため、珍しいドジョウやカエルなどの様々な生き物が水路と水田を自由に行き来することができ、豊かな生態系が育まれています。

本地域の環境や生態系の研究を行っている大学の教員と学生が、水路の泥上げなどの活動に参加しています。学生たちには維持管理作業の大変さや自然環境の豊かさを肌で感じてもらう機会となっています。

また、組織の発足以来、地域住民と大学が協力し、地域にゆかりのある自然や文化をテーマにした田んぼアートにも取り組んでいます。

（※）条里地割：古代～中世に実施された土地の区画整理

津市 神戸北沖・山田環境保全会




神戸北沖・山田環境保全会の活動地域は、岩田川上流に位置し、その両岸に沿った北沖エリアと山田エリアの農地にて稲作中心の営農地域であり、作付け品種のほとんどはコシヒカリです。

組織の活動内容は、農地等の維持のために防草シート敷設、水路ゲート更新、ため池の堰堤補修など多岐にわたる活動を行っています。地域交流として枝豆取り大会、神戸小学校米作り体験、神戸小学校さつまいも作り体験、伝承産業の注連縄作り体験など学校教育等との連携や地域住民等との交流活動を盛んに行っています。

高齢化等により活動も大変さが増してきていますが、子どもたちや地域の方たちの笑顔で活動を続けていくことができます。

+inakatabi2025_138p_155p.indd 152-153 2025/03/25 16:40

修了生の取組

三重の里は宝の山！ 農山漁村起業者養成講座



農山漁村の資源で起業しよう！

三重県では、農山漁村ならではの魅力的な資源を活用した地域資源活用型ビジネスの起業を促進するため、「農山漁村起業者養成講座」を開催しています。農山漁村ビジネスを実践するために必要である都市のニーズの捉え方や地域資源をどのように活かすのか等のノウハウを学べます。農山漁村の資源を活用し起業するための企画立案ができる能力を習得することができます。これまでの修了生の取組の一部をご紹介します！

『アタシカデイズ』

近藤 久史さん
2012年講座修了生



近藤さんは、熊野市新鹿町で「アタシカデイズ」の屋号で、みかん農家として地域の担い手となり、そして地域の魅力を伝えるためにアウトドアガイドとして、海と山での自然体験を満喫できるプログラムを提供しています。講座で学んだ知識を生かし、地方と都市をつなげることを大切にしています。近藤さんが生産したみかんをインターネットなどで買った人が、直接生産地域を訪れ、生産者に逢ってみたいと思えるような取組を実施。新鹿町を第二のふるさとに感じてもらえるように新鹿海水浴場前に一日一組限定のゲストハウスもオープンしました。「農業と観光業を組合せ6次産業化にも取り組み、熊野古道伊勢路の魅力を伝え、海外からも熊野へ来てもらいたい。まだまだ、ここでやりたいことがたくさんある」と近藤さん。農山漁村で生きる楽しさを近藤さんの笑顔が教えてくれます。





『株式会社 地域資源バンクNIU』

西井 勢津子さん（代表取締役）
2010年講座修了生



「都市と農村を繋ぐその繋ぎ手となりたい！」という思いから、2010年6月、西井さんは、多気町丹生で「株式会社地域資源バンクNIU」を設立しました。西井さんは、それまで名古屋市で会社員として働いていましたが、故郷の三重県で農山漁村と都市を繋ぎ、地域資源を生かしていく事業を応援したいと空き家を借りて起業し、家族で移住しました。

現在の主な事業は、企業研修やコンサルティング、サイクルツーリズムなどを手がけています。その取組の一つである、多気町の暮らしや歴史を感じ、地域ならではの味覚を楽しむことができるガイド付きのスローサイクリングツアー「cazacle（カザクル）」は、若い女性や海外からのお客様に人気の体験プログラムとなっています。



『ゲストハウス イロンゴ』

倉田 麻里さん
2018年講座修了生



倉田さんは、生まれ育った津市白山町に祖父が残した古民家を改装し、2019年3月に農林漁業体験民宿「ゲストハウスイロンゴ」をオープンしました。NPO法人役員として9年間フィリピンで暮らした後、白山町の実家にUターン。フィリピンでの経験を活かし、故郷の活性化に貢献したいとゲストハウスの立ち上げと同時に、白山町の農泊推進と移住定住支援を目的としたLanding in HAKUSANを立ち上げました。「ゲストハウスが交流拠点となり、地域の魅力やフィリピンの文化を伝える場となれば」と倉田さん。講座で学んだ知識を活かし、宿泊者が地域を周遊し、満喫できるさまざまな体験プログラムを展開しています。都市のニーズを捉え、ここでしか体験できない魅力を発信し、地域にビジネスを生み出しています。





一般社団法人 大紀町観光協会

『大紀町地域活性化協議会』

山添 みゆきさん、**松本 成子**さん
2013年講座修了生、2015年講座修了生



大紀町地域活性化協議会は、2013年7月、大紀町の豊かな地域資源を活用して体験型観光事業を展開するために設立されました。事務局長の山添さんは、まず地域資源の掘り起こしに取り組み、大紀町には、自然や文化、郷土料理、大紀町で暮らす人々の日常生活など、素晴らしい資源であふれていることを再確認しました。講座では、壮大な自然の中でヨガを楽しむ「美容ツーリズム」のビジネスプランを策定し、実現。都会の若い女性に人気のプログラムとなっています。その後、協議会のメンバーに松本さんも加わり、本講座を受講。大紀町ならではの海・山・川の様々な体験を売りに、海外からの教育旅行の受入なども積極的に行っています。





『榊原未来会議』

越野 健司さん
2016年講座修了生



越野さんは、「元気ある魅力的な津市榊原町にしたい」という思いを持ったメンバーとともに「榊原未来会議」の設立に関わり、さまざまな活動に取り組んでいます。豊かな自然に恵まれた榊原には、歴史ある温泉や季節ごとに移り変わる風景、受け継がれるお祭りなど、たくさんの魅力があります。「榊原未来会議」は、榊原を訪れた人々に、これらの魅力を五感で楽しんでもらう体験プログラムを多数開発しています。越野さんは、講座で学んだ「都市のニーズ、ターゲット」などのポイントを捉えながら、開発に挑んでいるそう。「2022年から自然豊かな森林を楽しんでいただくためにマウンテンバイクを活用したガイドツアー専用のロングトレイルを開拓し、全国から三重県に足を運んでいただいています。リピート率も非常に高く、満足度の高いツアーを提供できていると感じています」と越野さん。地域での活動は着実に実を結んでいます。





+inakatabi2025_138p_155p.indd 154-155 2025/03/25 16:40