



特集 愛媛県西予市

青い空と緑の絨毯 涼風が手招きをする 別天地ドライブ

愛媛県と高知県にまたがる四国カルストを起点に、爽快なドライブへと出発。高原で深呼吸し、まち歩きでリフレッシュ。
ご褒美グルメも欲張って、
愛媛県西予市をとことん楽しもう！



自家牧場生産の牛乳がたっぷりのソフトクリーム (450円)



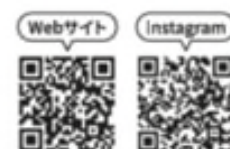
牛乳ソフトのアレンジメニュー
コーヒージェリーソフト (650円)



朝搾りたての牛乳やチーズケーキも名物。自家生産牛乳をふんだんに使ったケーキやプリン、テイクアウトや地方発送、オンライン購入も可能



ミルク園
 愛媛県西予市野村町大野ヶ原280-1
 ☎090-2780-3690
 9:30~16:30
 (天気・季節により変更の可能性あり)
 12月~2月
 あり
<https://www.onogahara-milken.com>



お孫さんの優笑(ゆら)ちゃんが運んでくれたのは、チーズケーキセット (850円)

で牧場を営む山本真弓さん。40年前、自家製の牛乳や牛乳スイーツを提供するカフェ「ミルク園」を開業した。冬期、四国カルストは寒さが厳しく、やって来る人はほとんどいない。「だからたくさんの方が足を運んでくださるこの時期が楽しくて仕方ないの」と真弓さん。看板メニューのソフトクリームは大サービスの8段巻き！濃厚なのに爽やか。まさに高原ならではの味わいだ。

酪農家直営カフェで楽しむ高原ならではの味わい

日本三大カルストのひとつに数えられている四国カルストは、東西約25kmにわたって広がるカルスト台地。標高1100~1400mの高原地帯には、緑の絨毯を広がったような「姫鶴平」や、地表に露出した石灰岩が独特な雰囲気「天狗高原」、巨木が立ち並ぶ「ケヤキ平」などのスポットが点在し、それぞれ異なる風景を見せてくれる。なかでも、四国を代表する放牧地帯として知られているのが「大野ヶ原」のんびりと草を食む牛たちがのどかで、絵画的な情景となっている。

周囲で目をひくのは、羊の群れのようにも見えるカレンフェルトという地形。約3億年前のサンゴ礁が石灰岩となり、長い時を経て隆起し、このカルスト台地となったという。この台地がかつては海底だったと聞けば、驚かすにはいられないが、何よりもカレンフェルトがその証拠だ。海に棲む生き物たちがつくった石灰岩が、地殻変動で陸上に持ち上げられた後、雨水などに浸食されてカレンフェルトやドリーネ(窪地)などの景観を生み出した。爽やかな風が吹き抜ける高原が海の底であったと考えると、不思議な感覚に陥るだろう。

「大野ヶ原は四国カルストで唯一、人の住む集落があるんです」と話すのは、家族



庭を散策する際には、
苔を踏まないように
ご注意ください。



建物が
秘めている
歴史を
感じながら
歩く



海抜0mから1400mの標高差のなかに、多様な地形や生態系、歴史が息づく西予市は、「四国西予ジオパーク」に認定されている。山あり、里あり、海ありの多彩な魅力をもつこのまちの中心には、在郷町や宿場町として栄えた「卯之町の町並み」がある。白壁の町家が建ち並ぶ界隈を歩いてみると、まるでタイムスリップをしたかのような気分。気軽に立ち寄れる休憩所や飲食店があり、ほんの少し奥まった場所には1882年に建てられた小学校の校舎「開明学校」も残されている。四国カルストから卯之町までは車で1時間ほどでありながら、目の前の景色は一変。西予市の奥深さにあらためて感銘を受けた。

ジオパークの真ん中に
懐かしい時代の面影



ギャラリー喫茶 こけむしろ

愛媛県西予市宇和町信里2099
080-3928-9276
10:00~17:00
(12月~3月は土・日曜、祝日のみ営業)
月曜(祝日の場合は翌日)
入庭料/100円
あり



苔をイメージした饅頭、
郷土菓子の唐揚げ、抹茶の
セット(700円)

友人が口にした「苔」という言葉に
触発され、かつて棚田があった傾斜地を
整備して、苔の庭園をつくったオーナー。
感動的な情景を沢山のひとと共有したい
と、2004年にギャラリー喫茶として
開放した。地下水で淹れたまろやかな
コーヒーや抹茶をいただきながらゆっく
りと過ごせる。

絵画の世界に迷い込む
神秘的な苔庭

「レストランゆうぼく民」は、異業種から
転身したオーナーが西予市で始めた牧場
の直営店。「安全・安心なものをお届けたい」
との想いから、成長促進剤や抗生物質な
どを使わないモネンシンプリー、自家配合
の餌での飼育にこだわり、のどかな自然
のなかでのびのびと育てた「はなが牛」
は、濃厚なうま味と甘みを持ち合わせて
いる。「ベストの状態でお客さまに提供で
きるよう、私たちスタッフはしっかりと肉
の知識を身につけていますよ」と話すの
は、全国食肉検定委員会のお肉博士1級
を取得している上、江洲真央店長。
はなが牛のロースステーキは、口に含
むと肉汁があふれてくる。赤身
の美味しさは特筆もので、口の
なかに豊かな余韻を残す。この
味わいに加えて、緑豊かな庭
と、原木を使った柱や梁が心地
よいログハウスも気分を癒して
くれる。ちよつと贅沢なランチ
タイムとなるだろう。



ご飯を
持つ間に、
ブランコで
ゆらゆら

予約制でコース料理(3,000円~)にも対応。
上質なお肉を主役にリッチなひと時を過ごす
のもよし



「自然のものを自然のままに、が私たちの
モットー。ウッドな店内のインテリアも
好評です」と上江洲店長

自社牧場から直送した
こだわりミートに舌つづみ



鉄板ステーキ各種が味わえる。
写真は「はなが牛ロースステーキ」
3,500円(サラダ・ライス付き)



レストラン ゆうぼく民

愛媛県西予市宇和町坂戸673-1
0894-62-5877
11:30~14:00、ディナーは予約制
月・火曜
あり
https://yuboku.jp



Webサイト Instagram



特集

兵庫県丹波篠山市

周囲を山々に囲まれた丹波篠山市は、中心部に歴史的な町並みや風情あふれる建物が点在。郊外には日本六古窯に数えられている丹波焼の里が広がる。時間をかけて、ゆかしい風情を味わい尽くそう。



黒豆や丹波栗を使ったスイーツなどが手に入るショップ。優しい甘みの薄甘納豆「黒豆しぼり豆」は人気ナンバーワン

江戸時代から続く
丹波篠山の名物拝見

丹波篠山市は、盆地の気候や地形が育んだ名物食材が豊富にある。その代表格とも言えるのが大粒の黒大豆「丹波黒」。古くは幕府への年貢を黒豆で納めていた歴史があるという、まさに江戸時代からのブランド食材。一般的な黒豆に比べて粒が大きく、栽培期間も長い。煮炊きをするときやかき揚げ、もちもちり食感になるのが特徴だ。収穫期にあたる秋に、放射冷却の影響で発生する丹波露が、良質な豆へと育つ理由だ。

1734年創業の「小田垣商店」は、老舗の黒豆専門店。生産者との信頼関係と、代々受け継がれてきた確かな目利きで、「丹波黒」のブランド価値を高めて守り続けてきた。

国の登録有形文化財に登録された歴史ある建物には、カフェやショップ、一棟貸しの宿泊棟が整備されており、現代的な黒豆メニューや商品も、古くて新しい、貴重なひと時が過ごせるだろう。



小田垣商店
(本店ショップ／小田垣豆堂(カフェ))

■兵庫県丹波篠山市立町19
■079-552-0011
■9:30～17:30(カフェは11:00～16:00L.O.)
■ショップ…年末年始
カフェ…木曜(祝日の場合は翌平日)、年末年始あり
■<https://www.odagaki.co.jp>

Webサイト



Instagram



ODAGAKIモンブラン(1,500円)と黒豆茶(700円)。黒豆茶はアイスとホットが選べて、3種の黒豆菓子付き



黒豆きなこのソフトクリームパフェ(1,200円)は、黒豆とチュイルがトッピングされており食べ応え満点



江戸時代後期から大正時代初期に建てられた店舗や住宅など10棟が、国の登録有形文化財となっている。カフェ「小田垣豆堂」は、古き良き時代の趣を大切にしながら改修などが施された。大窓の先には、1日1組限定の宿泊施設「豆家」が今年オープンした



■兵庫県丹波篠山市河原町92
 ☎079-552-0655
 ■参拝自由
 ■あり
 ■<https://www.makakirai.com>



■ 兵庫県丹波篠山市河原町403
 ☎ 090-8125-1603
 🕒 12:00～17:00
 🗓 月・火曜、不定休
 📍 あり
 🌐 <https://snowbeachseason.com/>



「王地山まけさらい稲荷」の隣にある「すのび」は、トルコランプの販売やワークショップのほか、カフェとしても営業。オーナーは本経寺御住職の娘さん。



間口が狭く奥行きがある、江戸時代の妻入商家が軒を連ねる河原町妻入商家群は、国の重要伝統的建造物群保存地区。飲食や小売の店舗もあり、まち歩きを楽しめる



黒豆パン
(3個入り660円)
変わらない味を
提供している



■兵庫県丹波篠山市魚屋町23
 ■079-552-0052
 ■8:30~16:00(売り切れ次第終了)
 ■火曜
 ■あじ



りを始めたようです」と話すのは、「小西のパン」の五代目・小西隆之介さん。彼の父と祖父が開発した黒豆パンは、ふわふわの生地に8時間以上煮込んだ丹波黒豆がゴロゴロ。夏の賞味期限はわずか2日間。「それでも食べたい!」と買い込む人や、お取り寄せの注文も多いそう。売り切れてしまうこともあるので、お早めにチェックを。

本郷寺の奥の院。王地山まげきらい稲荷」は、江戸時代に将軍様が一覧になる相摸大会で、負けを嫌う篠山藩の殿様の面目を保つために出場した力士が、実はお桐荷さんだったという逸話に由来。ここで開運勝利のご利益を願ってみてはいかが。トンネルのように続く真つ赤な鳥居は、写真映えスポットとしても人気がある。

篠山藩の歴史を語る篠山城跡の西、お桐荷さん「御徒士町武家屋敷群」は、藩主の警護にあたった武士たちの住まいが残された通り。土堀に囲まれた家々は、武家の威厳を感じさせる。城下町としての丹波篠山を感ぜられるスポットだ。

歩けば歩くほど
このまちが好きになる



黒豆笹おこわ付きの「山の芋つけとろろ餅」(2,340円)。黒豆も山の芋も丹波篠山ならではの味わい。民藝風の店内の雰囲気も落ち着く



■兵庫県丹波篠山市河原町160
 ☎079-552-2808
 ☒11:30～14:30、17:30～20:30
 ■月曜(祝日の場合は翌日、
 定休日前日は昼営業のみ)
 ☒あり

兵庫県丹波篠山市河原町121-1
 ☎079-552-7522
 ☑平日11:00～18:00、
 土日祝 10:00～18:00
 ☑木曜(祝日の場合は営業)
 ☑あり
 🌐<https://hakutova.exblog.jp>



里山の魅力がたっぷり「国営明石海峡公園 神戸地区 あいな里山公園」

高遠道路(藍那IC、しあわせの村出入口)を下りてすぐというアクセスの良い広大な敷地に、里山の景観を保全再生した公園。この時期、風が吹き抜ける茅葺きの古民家で、ゆっくりとつろぐのが最高に気持ちいい！生き物観察やヤマモモ摘みなど、自然を活かした体験も楽しみ、夏休み期間中もイベント目白押しだ。



兵庫県神戸市北区山田町藍那字田代
 ☎078-591-8000
 9:30～18:00(季節により変動)
 水曜(祝日の場合は翌平日)、年末年始
 あり
 https://kobe-kaiyopark.jp



7月に色づく
ヤマモモの實
摘み取り体験も
大人気♪



に負けないそぼの風味が印象的だ。
しつとりとした古民家に、国内はもとより世界中から集められた器や雑貨など、暮らしのものが並ぶのは「器とくらしの道具ハクトヤ」。オーナーの「瀬裕子」さんは、2010年に縁あつてこの地で開業した。店に並ぶ品々は、「瀬さんが産地へと足を運び、つくり手とコミュニケーションをしながら選んだもの。一つひとつに秘められた物語を紐解いてみると、産地を旅しているような気分を味わえるに違いない。

約600mの通り沿いに、歴史的な景観を残した河原町妻入商家群。小腹を満たそうと立ち寄ったのは、「丹波そば切り花格子」。毎日、国産のそばの実を石臼で挽き、十割手打ちそばで提供。挽きたて、打ちたて、湯がきたての「三たて」はたまらない美味しさ。地物の山の芋を使った「山の芋つけとろろ膳」は、濃厚な山の芋に負けないそばの風味が印象的だ。

歴史ある街並みで
出会った2軒の店



穏やかな雰囲気とスタッフさんのあたたかい接客に、心を和ませてお買い物を楽しむ人も多いそう。随時行われる企画展の情報はInstagramで。丹波焼も取り扱っている。



futaba cafe

兵庫県丹波篠山市
八上内甲85-1
☎ 079-506-1573
🕒 11:00~18:00
🍷 水・木曜
📍 あり
🌐 <https://www.futabacafe.com>



自家製の米や地元野菜たっぷりの「futabaランチ」(1,470円)。主菜は週替わり、自家製天然酵母パンはライスに変更可能。ドリンク付き



足を伸ばして
カフェ＆丹波焼の工房へ

Uターンで就農した「futaba cafe」の西田夫妻。「自家で収穫したものを届ける場があればいいねと、2011年にこの店を開きました」と妻の真紀子さん。食材は、可能な限り自分たちや知人が栽培したものを使っている。多紀連山を一望できる開放的な店内、窓の外には家族の一員であるヤギの姿も。食の豊かさとともに、田舎暮らしの楽しさをお裾分けしてくれる、そんなカフェだ。

足を伸ばして、丹波焼の故郷である立杭地区へ。界限には約60軒の窯元が点在しているが、独自の作風で注目されているのは丹窓窯。六代目・丹窓は、柳宗悦やバーナード・リーチと親交が深かった。その縁で七代目・市野茂良さんは、渡英しリーチの工房でスリップウェアを学んだ。「夫が他界し、一念発起して私が八代目となりました」と茂良さんの妻・茂子さん。スリップの技法やウェットハンドルなど、リーチ工房の伝統を踏襲しながらも、描かれるのは立杭地区の山々や川の流れを思わせる伸びやかな模様。そこには風土とともに育った唯一無二の焼物があつた。

※「丹窓窯」の創始者で、奥の山窯元を継承した丹窓家
※「丹窓窯」の創始者で、奥の山窯元を継承した丹窓家

「丹窓窯」8代目の茂子さん。
現在は娘の公子さんとともに
作陶に取り組んでいる

丹窓窯

兵庫県丹波篠山市今田町上立杭327
☎ 079-597-2057
🕒 10:00~17:00
🍷 不定休
📍 あり



兵庫陶芸美術館

兵庫県丹波篠山市今田町上立杭4
☎ 079-597-3961
🕒 10:00~17:00
📅 月曜(祝日の場合は翌平日)、
12月31日・1月1日、メンテナンス期間あり
🎫 テーマ展一般200円、大学生150円、高校生
以下無料(別途特別展観覧料あり)
📍 あり
🌐 <https://www.mcart.jp/>



※掲載価格などは、変更される場合がございます。



兵庫陶芸美術館では丹波焼をはじめ県内の陶磁器を
コレクション・展示している。展望デッキから一望する
立杭地区ののどかな風景も心に残る