造訪神祕世界之旅 Hikyo-Trip

秘境之旅

三好市觀光指南 Miyoshi Tourist Guide

三好市全方位導遊地圖

穿越時空，巡遊奇特大自然，來趟身心療癒之旅吧！

示範行程、住宿資訊豐富多元

MAPCODE 附區域地圖與地圖碼

使用展開大步危、祖谷觀光之旅的多語語音版本「三好市觀光指南應用程式」

※iPhone/電腦版iOS以上：Android機器6.1以上的版本
※由於環境因素，請在wi-fi 環境下安裝
※刪除功能請至（日語・英語・繁體中文・香港中文・法語）

【Google Play】Android 版 【App Store】ios 版

自駕遊示範行程 Drive Model Course

二天一夜 世界級秘境「大步危與祖谷」享受之旅

流傳著「平家落人傳說（在源平合戰敗北的平氏殘黨者隱遁於特定地域的傳說）」的秘境之地，一邊欣賞精巧絕倫的歷史與文化，同時這款大自然鬼斧神工之作的大步危、小步危、祖谷溪和雲海就能滿足的美麗谷。

井川池田交流道
↓ 車程約80分鐘
落合聚落（中上）展望所
↓ 車程約30分鐘
奧祖谷觀光周遊單軌車
↓ 車程約10分鐘
名頃稻草人之總
↓ 車程約10分鐘
奧祖谷二重橋橋
↓ 車程約30～60分鐘
大步危、祖谷、奧祖谷的住宿設施（宿）
↓ 車程約5～30分鐘
祖谷蔓橋
↓ 車程約15分鐘
祖谷溪／U字溪谷・小便小僧
↓ 車程約30分鐘
休息站大步危／妖怪屋敷和石頭博物館
↓ 車程約10分鐘
大步危峽觀光遊覽船
↓ 車程約30分鐘
井川池田交流道

※交通時間依住宿設施而異。

名頃稻草人之總

奧祖谷二重蔓橋

祖谷蔓橋

大步危峽觀光遊覽船

當天來回 「大步危與祖谷」觀光之旅

巡遊歷史文化與山村生活的行程，包括有保留了令人懷念的山村風景的落合聚落、以及展示平家在山村生活的東祖谷歷史民俗資料館等。

井川池田交流道
↓ 車程約50分鐘
祖谷溪／小便小僧
↓ 車程約20分鐘
祖谷蔓橋
↓ 車程約25分鐘
東祖谷歷史民俗資料館
↓ 車程約10分鐘
落合聚落（中上）展望所
↓ 車程約25分鐘
平家屋敷民俗資料館
↓ 車程約20分鐘
休息站大步危／妖怪屋敷和石頭博物館
↓ 車程約5分鐘
大步危峽觀光遊覽船
↓ 車程約30分鐘
井川池田交流道

落合聚落

東祖谷歷史民俗資料館

休息站大步危／妖怪屋敷和石頭博物館

觀光列車「四國中央千年物語」號

游走於深山幽谷之間，書寫古野川峽美景色。四國觀光列車於約2週後正式啟場，這趟旅程沒錯過，普通券、琴平站和大步危站，每日往返一次。不妨乘坐獨具日式風情的列車遊訪三好市，前往千年物語的舊事！

●洽詢／JR四國 電話資詢中心 ☎0570-00-4592

觀光導覽行程

各項導覽行程均須預約，請事先向窗口預約。

落合聚落・重要傳統建築導覽行程
漫步於高低落差的390公尺的陡峭聚落，欣賞茅屋民家和石塀等獨特的聚落景觀。
【訪問】桃源郷組合山村茅屋民家保存會事務所 ☎0883-88-2540

祖谷歷史與文化導覽行程
此導覽行程以當地特有語言，介紹祖谷地方相傳的種種歷史文化。
【訪問】三好市觀光協議所 ☎0120-404-344

妖怪之鄉的漫步行程
走在簡富趣味的古道上，聽聞著細佳事跡，體驗妖怪的魅力與接觸大步危自然風光的行程。
【訪問】一般社團法人天空之鄉 ☎0883-76-0713

探訪平家落人傳說的慢游行程
探訪在三好市東祖谷溪流傳的美多平家落人傳說的當日往返導覽行程。
【訪問】奧祖谷MINMEE塾 ☎0883-88-5625

巡遊井川町辻阿波菽草之路的行程
以對並今仍保留著古老的建築物道，象徵著過往生產興波菽赫時期的繁榮景象。在風情洋溢的老街上體情散步吧。
【訪問】三好市觀光協議所 ☎0120-404-344

箸藏寺動物神秘之旅
聆聽箸藏寺住持的傳說，探尋寺院內隱藏的動物。
【訪問】三好市觀光協議所 ☎0120-404-344

此地特有的手工體驗

①古法蕎麥麵撒麵體驗塾

自古以來日本喜慶宴席上不可或缺的組谷蕎麥麵，本體驗活動能讓您以石臼搗粉並親手和麵，依照相傳下來的古法施製蕎麥麵。

【訪問】奧祖谷MINMEE塾 ☎0883-88-5625
（都梁商店：傳真0883-88-5415／三天前以電話或傳真預約）
（地點）三好市東祖谷老林

②遍路蕎麥・祖谷蕎麥擀麵體驗

組谷蕎麥麵是招待遍路朝拜者，自古以來備受興緣的郷土料理。在這裡能親製麵條、擀麵製作肉盤、調味、凝製、蒸汽機製等流程，還能當場品嘗新鮮出爐的美味香麵。

【訪問】NAKOCHI ☎090-9831-7522
（七天前以電話預約／冬季休息）
（地點）三好市東祖谷落合

③正宗野味香腸製作體驗

用在組谷補獵的野生鹿肉製作正宗的野味香腸，由熟知組谷農肉美味的廚師親手指導。體驗製作肉盤、調味、凝製、蒸汽機製等流程，還能當場品嘗新鮮出爐的美味香腸。

【訪問】IRISAKO 村 ☎0883-86-1115
（三天前以電話預約）
（地點）三好市山城町大川持

④手作蒟蒻體驗

使用當地的自然食材烹調出的健康美味令人感激不盡！由年長者教導年輕人一一起製作，品嘗、深入接觸、復過充滿樂趣的回憶時光。

【訪問】IRISAKO 村 ☎0883-86-1115
（三天前以電話預約）
（地點）三好市山城町大川持

三好的激推美味

無論是用取自珍貴山林精髓和碧綠清流中的食材烹調的簡樸總士料理，還是近來流行的「山產野味（ジビエ）或「自然蔬食」，在這個地區裡，都能讓您充分品味到日本當今最受矚目的食物！

平良燒（Hirarayaki）
平鹽的石板稱為「平良」（HIRARA），在上方兩端鑽圓出之缺狀，做盛石片瓦盤，這種調理菜餚多材料到香噴噴後即可享用，最適合當餐等場合品嘗。

祖谷蕎麥麵
就像「組谷麵粉讓（Iya no kokiki buoto）」般讓中的描述，從組谷的飲食傳承以石臼搗製麥粉，這種麵穿著了古時般純的特徵，口味醇樸、滑順入心。

蕎麥籽菜粥
使用重要祭祀飲代米做成的菜粥（雜炊）。放進蔬菜、調肉、野菜等一起燉煮，是非常健康的一道主食物。

轉人偶串燒（Dekomawashi）
將蒟平薯（馬鈴薯）、豆腐、麻糬串在竹簡上，逆上味噌以炭火燒烤的田樂（味噌燒）。因為烤時要轉動竹籤，宛如「DEKO（人偶）」一般，因而得名。

鹽烤香魚、紅點鮭
從清澈溪流中捕獲的香魚、紅點鮭，塗上鹽巴燒烤，是喝有在溪谷地頭才品嘗得到的珍味。

美姬鍋（Omikinabe）
以當地生產的清・味噌、當地獨特的清酒，加入燒烏龜鍋內與蔬菜的當地火鍋，大分鹿、雉合溫泉鄉等地區，會配合四國產香（每年2月中旬）的味醂提供品當。

平家御膳
古時敗退到秘境的平家落人或許也曾吃過的，採當地食材烹製的宴餐，歡迎您前來品當當今的美味。

野味（Gibier）料理
Gibier在法語中，意指野獵時獲獵野生鳥獸的肉，在歐洲是高級門貴的食物，但在三好市卻是自古以來的傳統食材，歡讚品當看看這充滿自然野趣的美味。

祖谷蒟蒻、石豆腐、源平蕎
以當地生產的指蕎手做成的指蕎、○蒟蒻味、另外還有山椒的豆腐、為避免在顯眼的山路讓送時碰碎，特別製成的彈牙口感，「源平蕎」則是組谷特產、偏硬的馬鈴薯、久東不爛。

妖怪菜色

妖怪甜點「河童霜淇淋」
運上雲地茶葉的竹炭抹茶口味雲淇淋。

餓鬼拉麵
由名百貨則身在航期人員上的妖怪「餓鬼拉麵」，的味噌口味拉麵，加入了山鯛肉與野菜。

妖怪通吃「獨眼丼」
大量使用山鯛肉、熊豆腐、當地當地產的野菜與成吉蕎麥，每天限定20份，附組合蕎麥麵、糧米麵麩、豆腐湯。

洽詢：餐廳曼納卡 ☎0883-84-1211

※上述商品販售的店家各有不同，請先洽詢。
三好市觀光洽詢所 ☎0120-404-344

將三好的美味食品帶回家 伴手禮

在這裡買得到三好的伴手禮。
三好逸品網路商店
http://www.miyoshi-yamabiko.jp
三好逸品 搜尋

茶
三好市深山谷間岩間鼓舞的地產特色茶葉，精心培育，產量適宜，口感清爽高雅。

醬油
手工作坊釀製，傳承往昔風味的本地醬油，值得擁有。

羊羹
池田町的特產羊羹最承襲往昔的美味與口感，從精心製作、入口即化的入口羊羹至今仍堅毅、圓滑可愛的球形羊羹，品種豐富，令人大快朵頤。

地產酒
三好市特有的自然環境孕育出上好水質，選用優質大米精心釀造的高品質地產酒。

使用純天然食材的河魚、果實、野菜、蜂蜜等加工而成，在品嘗美味十足的特產時，享受三好市大自然帶來的神秘韻味。

日式點心
三好市盛產各類傳統手工製作的日式點心。這種產自青野山的鹿魚魚熟製的鹿肉醬魚糕、柔子加點等深國內不風、模實製作。因此鹿具人氣。

竹製工藝品
使用天然素材的竹製工藝品，巧妙運用竹炭最細緻的部分與現素美觀人的阿波舞，是三好市的傳統工藝品。

特產品
三好市生產種土特色的特產品！三好逸品，每一種都是精實而令人懷念的美味。伴手禮或攜帶送禮皆宜。

三好逸品展售店
資料【訪問】☎0883-72-0571
（地點）徳島縣三好市池田町SARADA1612-29
（營業內容）
①土特產品銷售／觀光介紹（10:00～19:00（全年無休））
②觀歌劇（10:00～18:40（最後點餐））

住宿設施一覽 由此瀏覽三好的住宿！

無論是可消除旅途疲累的溫泉旅館，還是輕鬆入住的民宿等，一定找得到適合您的旅店。

大步危、祖谷地區

				地圖
和之宿 祖谷溫泉旅店	☎0883-75-2311	池田町松尾松本	地圖 C-4	
組谷溪露營村	☎090-9553-3795	池田町松尾松本	地圖 C-4	
三好市百年園	☎0883-74-0930	池田町川崎之前	地圖 C-3	
角見之旅館	☎0883-86-1115	池田町川崎	地圖 C-3	
HARE TO KE設計旅舍	☎0883-75-2208	池田町大利	地圖 C-3	
大步危溫泉 太陽河大步危	☎0883-84-2111	山城町西字	地圖 B-4	
峽谷之湯宿 大步危峽饗納千	☎0883-84-1216	山城町西字	地圖 B-5	
農家民宿 步危農園	☎090-1578-1611	山城町上名	地圖 B-5	
素猿（Sumonkii）	☎0883-84-1087	山城町下名	地圖 B-5	
樂校旅館 有瀬	☎0883-84-1337	西祖谷山村有瀬	地圖 C-5	
祖谷溪溫泉 秘境之湯飯店	☎0883-87-2300	西祖谷山村岸之內	地圖 C-5	
YOKI民宿	☎0883-86-2334	西祖谷山村一宇	地圖 C-4	
Iya vine bridge Guest house（祖谷藤橋民宿）	☎090-4765-2630	西祖谷山村善徳	地圖 C-5	
湯元新祖谷溫泉 蔓橋飯店	☎0883-87-2171	西祖谷山村善徳	地圖 C-5	
溪谷隱密旅店 祖谷美人	☎0883-87-2009	西祖谷山村善徳	地圖 C-5	
祖谷之宿 蔓屋	☎0883-87-2831	西祖谷山村閏定	地圖 D-5	
祖谷觀光旅館	☎0883-87-2125	西祖谷山村善徳	地圖 C-5	
民宿 南	☎0883-87-2342	西祖谷山村善徳	地圖 C-5	
民宿 祖谷荘	☎0883-87-2242	西祖谷山村善徳	地圖 C-5	
民宿 個山荘	☎0883-87-2133	西祖谷山村閏定	地圖 D-5	
古民家宿 空音遊（Kuneasobu）	☎080-6282-3612	西祖谷山村樫	地圖 C-5	
旅人之宿NAKONE	☎0883-72-5557	西祖谷山村樫	地圖 C-5	
出租民宅 FOREST	☎0883-87-2367	西祖谷山村重末	地圖 C-5	
組合交流公園	☎0883-76-8585	西祖谷山村岸之內	地圖 C-4	
蔓橋露營場	☎090-1571-5258	西祖谷山村閏定	地圖 D-5	
秘境旅之宿 觀見溫泉	☎0883-86-2982	山城町黑川	地圖 B-3	
民宿CANMANYO	☎090-9556-4788	山城町末貞	地圖 B-3	
背包客旅館	☎0883-86-3033	山城町白川	地圖 B-4	
農家簡易民宿「年輪庵」	☎0883-84-1629	山城町上名	地圖 B-4	
民宿大步危赤之家	☎090-2789-1252	山城町上名	地圖 C-5	
INOMOTO部屋	☎090-7786-1655	山城町佛子	地圖 B-4	
民宿 魚君之家	☎0883-86-2086	山城町大月	地圖 B-3	
Momonga Village	☎0883-86-2334	山城町信正	地圖 B-3	
鳥巢媽媽庵	☎0883-86-2650	山城町大野	地圖 B-3	
古民家宿 YAMAYA	☎0883-86-1898	山城町大川持	地圖 B-3	
民宿 WAKIMIZU	☎080-4037-9573	山城町末貞	地圖 B-2	
鐘塚高原露營場	☎0883-86-3077	山城町平野	地圖 A-4	

奧祖谷地區

			地圖
霧谷山莊	☎0883-88-2013	東祖谷菅生	地圖 E-4
療癒溫泉鄉 翡翠飯店	☎0883-88-2975	東祖谷菅生	地圖 E-5
丸石Park Land	☎0883-88-2768	東祖谷菅生	地圖 F-5

奧祖谷地區

			地圖
旅之宿 奧祖谷	☎0883-88-2045	東祖谷京上	地圖 D-5
民宿 平家荘	☎0883-88-2848	東祖谷京上	地圖 D-5
吉田旅館	☎0883-88-2843	東祖谷京上	地圖 D-5
麒麟去學生活訓練區 能治屋 能谷溫泉	☎090-5144-9277	東祖谷京上	地圖 D-5
農家民宿 祖谷八景	☎0883-88-2358	東祖谷中上	地圖 D-5
古民家宿 紺屋	☎080-6378-8984	東祖谷久保	地圖 E-5
民宿 松浦	☎0883-67-5009	東祖谷菅生（東之雲）	地圖 G-5
民宿 平家之宿	☎0883-67-5296	東祖谷菅生（東之雲）	地圖 G-5
別館 雲海荘	☎088-622-0633	東祖谷菅生（剣山頂）	地圖 G-5
劍山頂上HUTTE	☎080-2997-8482	東祖谷菅生（剣山頂）	地圖 G-5
民宿 劍神社	☎0883-67-5017	東祖谷菅生（東之雲）	地圖 G-5
桃源郷組合山村 茅屋民家留宿	☎0883-88-2540	東祖谷落合	地圖 E-4・5
民宿 梅本	☎090-5271-4015	東祖谷落合	地圖 E-4
龍宮座小木屋	☎080-2981-6221	東祖谷約井	地圖 D-5
泡庵（Chiiori）	☎0883-88-5290	東祖谷約井	地圖 D-5
奧組谷二重蔓橋露營場	☎0883-88-2640	東祖谷菅生	地圖 F-5
劍山園藝寺	☎0883-67-5276	東祖谷菅生	地圖 G-5

北部地區

			地圖
大步危組谷阿波溫泉 阿波之抄	☎0120-018-081	池田町白地	地圖 C-2
阿波池田商務飯店	☎0883-72-1010	池田町上野	地圖 C-2
4S STAY 阿波池田 本町通	☎0883-70-0166	池田町街	地圖 C-2
山城商務飯店	☎0883-72-0277	池田町街	地圖 C-2
福屋旅館	☎0883-72-0868	池田町街	地圖 C-2
壽司大旅館	☎0883-72-7422	池田町街	地圖 C-2
九福旅館	☎0883-72-0027	池田町街	地圖 C-2
白地溫泉 小西旅館	☎0883-74-0311	池田町白地	地圖 C-2
故社 かわかみ(Kawakami)	☎0883-74-0829	池田町中西	地圖 C-3
大黑屋旅館	☎0883-72-0587	池田町島	地圖 C-2
高岡旅館	☎0883-72-1041	池田町島	地圖 C-2
民宿 白地荘	☎0883-74-0487	池田町白地	地圖 C-2
民宿 岡田	☎0883-74-1001	池田町佐野	地圖 B-3
簡易旅場 阿波池田青年旅館	☎0883-72-5277	池田町西山	地圖 C-2
民宿 旅人宿	☎0883-76-4727	池田町中西	地圖 C-2
4S STAY 阿波池田站前	☎0883-70-0166	池田町SARADA	地圖 C-2
咖啡吧&飯店 COCO-CROSS	☎0883-72-0011	池田町SARADA	地圖 C-2
松尾川溫泉／白鷺莊	☎0883-75-2322	池田町松尾黑川	地圖 C-3
阿波池田站前飯店ELEVEN	☎0883-72-8115	池田町SARADA	地圖 C-2
勇樓旅館	☎0883-78-2051	井川町辻	地圖 D-2
井川芳蘭村舍	☎0883-78-3003	井川町平山	地圖 D-3
民宿 上田	☎0883-78-2227	井川町西井川	地圖 D-2
健康友誼森林	☎0883-77-4320	三野町芝生	地圖 E-2
梨湿之家	☎090-9775-2899	三野町太刀野山	地圖 E-2

●洽詢

三好市觀光洽詢所 ☎0120-404-344
三好市公所 全方位三好觀光戰略課
〒778-0002 徳島縣三好市池田町町 2145番地1
TEL 0883-72-7620 FAX 0883-76-0203

三好市觀光網站 大步危組谷觀光NAVI https://miyoshi-tourism.jp/tw

にし阿波 剣山・吉野川／觀光圏

本宣傳手冊根據2020年5月資料製作。

休閒體驗地區 大步危・祖谷

米其林綠色指南推薦的祖谷街道

大步危・組谷擁有無多世界級的觀光景點和體驗項目。兩邊是懸崖絕壁的幽深溪谷，中間流淌著宛如葛眼般碧綠的組谷川、米其林綠色指南推薦的組谷街道與「組谷溪」、日本三大奇構之一的「組谷蔓橋」、國家名勝天然紀念物「大步危峽」等自然景觀。以激流吉野川為舞臺的泛舟、獵木冲等體驗項目豐富多彩，受全世界矚目。

雲海（八合霧）
在吉野川流經的大步危周圍，能欣賞到美麗絕倫的「八合霧」雲海。白色雲霧沿著山脈緩緩升起，在山腰的八合目區域形成狀觀的雲海。因此得名。在換季時節，以及風溫變化較大的3月～4月初旬、11月期間更出現。早晨7點前後為最佳時機，能夠在乘多雲海觀景處細細品味由白色雲霧交織而成的幽幻天的之景。
【地圖上用 ☎ 符號標示】

二個人的心悸怦地跳，就會產生戀情？！

24 祖谷蔓橋
日本三大奇構之一，是國家指定重要有形民俗文化財產。與平家傳說有淵源的橋，據說為了逃避追兵，連使用蔓藤植物搭橋，以便隱時可動搖。橋長45m・寬2m・距離水面14m・每3年重新搭建一次。
資料
【訪問】三好市觀光協議所 ☎0120-404-344
NAVI檢索詞資 ☎0883-87-2200（參與費）
（地點）三好市西祖谷山村善徳149-2
（費用）大人550日圓、兒童350日圓 （營業）全年無休
地點C-5 SORT code 357 130 587*55

甚瑟瀑布

歷時二個數千萬年的鬼斧神工
25 大步危、小步危
大步危・小步危是吉野川沿岸的溪谷，長約8km。據說因為「跳大步走也危險，跨小步走也危險」，而以此命名其地貌鬼斧。此歷經的石二億年前的一億年前之間，岩漿流凝結成，突出地表隆起開出岩石群大自然雕刻之美。可欣賞到四季變換的溪谷美景，以及國家指定天然紀念物的奇石怪岩。
資料
【訪問】三好市觀光協議所 ☎0120-404-344
（地點）三好市山城町重實一上名（營業）全年無休
地點B-4 SORT code 357 151 826*18

將近20km壯麗的溪谷美景
26 祖谷溪／小便小僧
組谷川沿岸的寶立高山與斷崖峰間形成了組谷溪。春季櫻的點綴，秋季楓葉紅葉將這片溪谷染成色彩繽紛的世界。在高達約200公尺的斷崖岩石上，有一座小便小僧的銅像，講述著昔日平家和孩子們的逃難比就讓量的傳聞。該銅像於1968年（昭和43年）製作，如今成為組谷溪的象徵和人氣攝影景點。這裡能盡覽米其林綠色指南推薦的組谷街道。
資料
【訪問】三好市觀光協議所 ☎0120-404-344
（地點）三好市西祖谷山村善徳
地點C-4 SORT code 357 308 375*47

組谷街道

小便小僧

盡享組谷川的大自然
27 祖谷友誼公園
最佳享受組谷川大自然的公園，園內有蔓藤橋、精選組谷川的空中滑索和露營場等設施，沿著山旋行發的蔓藤橋能夠跟遊全長410公尺的公園，是最具人氣的體驗項目。另外還能體驗決定最多的夢橋。
【訪問】☎0883-76-8585
（地點）三好市西祖谷山村尾井之內315
（營業）3月～11月
地點C-4 SORT code 357 188 480*02

在秘境中精事休憩
28 休息站 西祖谷
即組谷蔓橋不遠之處的休息站，這裡擁有要只有在組谷才能買到的鮮手工製作的伴手禮、還能品嘗到當地人氣的手軟麵「組谷蕎麥麵」和組谷蕎的蕎麥可麥麵。
資料
【訪問】☎0883-87-2670
（地點）三好市西祖谷山村尾井之內145-5
（營業）全年無休・最新行程況一覽可電話詢
地點C-4 SORT code 357 187 260*22

祖谷溪／U字溪谷
在深山環繞的組谷街道裡，有一處絕將組谷川和連綿群山最收眼底的「U字溪谷」。蜿蜒曲折的組谷川在這裡形成好似日語平假名「ひ（U）」字的形狀，故得此名。大自然鬼斧神工創造的溪谷絕佳景色已成為人氣景點。
資料
【訪問】三好市觀光協議所 ☎0120-404-344
（地點）三好市西祖谷山村

29 平家屋敷民俗資料館
茅草建築地中民宗豐富的民俗資料、園區點綴的有農具和傳統等，是現中保存的有農具和傳統等時代的建產。
地點C-4 SORT code 357 154 511*41

世界級激流
30 泛舟
能與無緣世界級激流歷練的吉野川泛舟。在大步危小步危峽的溪谷美景中，4人乘要穿越駕駛安全河流之旅的體驗項目。這裡是日本大型觀光遊覽船運行的發源地。作為世界指定等級的之內聖地而備受矚目。有無多種驚方案可供選擇。
資料
【訪問】三好市觀光協議所 ☎0120-404-344
（營業）3月～11月
地點B-4

妖怪之鄉中的休息站大步危和妖怪屋敷
31 休息站 大步危
保存著約150處妖怪傳承的山城町是「妖怪之鄉」，被世界妖怪協會認定為「妖怪遺產」。位於妖怪之鄉的休息站大步危，有能夠學習山城地域特有的妖怪傳承、驚異教於歡樂為一體的「妖怪屋敷」，以及展示《金光世界紀錄大全》中世界最大的岩石和最著名岩石頭的「石頭博物館」。站內鬼舞的大步危伴手禮和原創妖怪商品也備具人氣。
資料
【訪問】☎0883-84-1489
（地點）三好市山城町上名1553-1
（營業）3月～11月無休・
12月～2月每週二休息
地點B-5 SORT code 357 151 315*35

珍貴的大自然寶庫
32 野鹿池山
海拔1,294公尺高的山頂附近有廣袤的高地・生息著本名鹿、梅花・波波鹿等珍稀植物。還有神社和本種遺供奉步佛。在石梅花季節的月初還舉辦「石梅花祭」。
資料
【訪問】三好市觀光協議所 ☎0120-404-344
（地點）三好市山城町上名
地點B-5 SORT code 357 055 725*13

那個著名的妖怪就在這裡！
33 兒啼爺像
在水木方的瀧邊「鬼太郎」也出現過的著名妖怪・當地居民集資在傳說是兒啼爺出生地的山城町勝川谷建造了石像・底座刻有水木茂親筆題字。
資料
【訪問】三好市觀光協議所 ☎0120-404-344
（地點）三好市山城町上名
地點B-5 SORT code 357 179 407*44

兒啼爺
©水木製作

秋日紅葉勝畫
34 龍之岳
龍之岳位於池田町的松尾川流域・在剣山國定公園內的一隅・950m的高望峰壁形成壁瀑及Aw的斷崖・可讀東洋第一、最佳觀賞期為秋季楓紅時分。紅葉在落日映照下知如鑽鑽豐・更加突顯了驚立的壁壁。附近有松尾川溪谷。
資料
【訪問】三好市觀光協議所 ☎0120-404-344
（地點）三好市西祖谷山村善徳
地點D-4 SORT code 357 343 433*42

螢火蟲與紅葉景點
35 半田岩
深水持續自約200m高的巨石間流淌而下的瀑布・這裡是賞機與螢火蟲的要名景點。一旁還有轉動的水車裝置。
資料
【訪問】三好市觀光協議所 ☎0120-404-344
（地點）三好市山城町前屋
地點B-3 SORT code 207 416 625*3

轉動的輪紐野車

歡迎來到星之高原
36 鹽塚高原
高約「四國阿蘇」美名的鹽塚高原位於徳島縣和愛媛縣交界處，面積約100公頃，最高海拔鹽塚瞭望台為1,212尺。眺望著春季到來的繡草淡點那無邊大地、遙遠美麗、令人震撼。
資料
【訪問】☎0883-88-2286
（地點）三好市東祖谷菅生1-4-3
（營業）4月1日～11月上旬
地點A-4 SORT code 207 352 780*36

秘境地區 奧祖谷

平家傳說與不可思議的森林

想要親身體驗一次的「秘境」生活，日本百岳之一的「劍山」除了生長著優美的高山植物之外，還有已被評選為國家重要傳統建築物保存地區的「平家聚落」等，可在此徹底體驗山林的大自然與生活魅力。歡迎前來造訪平家傳說之地、深入歷史的森林探險一番！

登山新手也沒問題
14 劍山
日本百岳之一的劍山為西日本第二高峰（海拔1,955公尺）可利用剣山地域車輛點登頂・是登山初學者的好去處。劍山還是平家傳說中的神秘之地，相傳保存著安德天皇的劍形傳承。山頂住宿設施完備・現有凱歌山頂才能欣賞到滿天星斗和雲海等西日本屈指可數的壯麗景觀。
資料
【訪問】劍山觀光協議所 ☎0883-67-5277
（地點）三好市東祖谷菅生上鍋
（費用）劍山市車輛程：大人1,050日圓・兒童520日圓
往返：大人1,900日圓・兒童900日圓
（營業）用車4月下旬～11月末
地點E-5 SORT code 497 401 602*66

剣山頂
四國風景

今人難以忘懷的山頂風光
15 三嶺
德島縣第二高峰（1,894m）位在與高知縣的交界・劍山國定公園西端。擁有自然豐富的原始林、以頂上群生的三嶺開花、全年都已被指定為日本的國家自然保護地帶。
資料
【訪問】三好市觀光協議所 ☎0120-404-344
（地點）三好市東祖谷菅生
地點E-5 SORT code 357 028 568*54

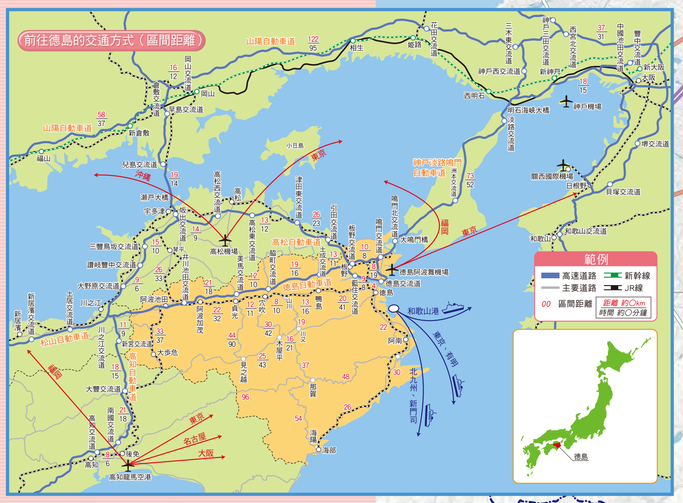
親身感受秘境魅力的看橋
16 奧祖谷二重蔓橋
被誤認是平家一族為了逃過平家的馬場所架設的橋・有男橋和女橋兩座・因此也稱為「夫婦橋」。女橋的旁邊設有高度位置較高達深谷的「野猿（滑車）」・是最棒的渡深體驗。
資料
【訪問】三好市觀光協議所 ☎0120-404-344
（地點）三好市東祖谷菅生620
（公休日）冬季休息（12月1日～3月31日）
（費用）大人550日圓・兒童350日圓
SORT code 497 365 080*74 地點F-5

野猿（滑車）▶

**發現

造訪神秘世界之旅 Hikyo-Trip

秘境之旅 地區地圖



前往三好市的交通方式

交通所需時間

●JR
○從東京站出發
……岡山站……阿波池田站 約5小時
○從新大阪站出發
……岡山站……阿波池田站 約2小時30分鐘
○從岡山站出發
……阿波池田站 約1時間30分
○從德島站出發
……阿波池田站 約1時間10分
○從岡山站出發
……阿波池田站 約1時間
○從高知站出發
……大步危站 約1時間
○從松山站出發
……多度津站……阿波池田站 約3小時
○從阿波池田站出發
……大步危站 約20分鐘

●開車
○從神戶出發…德島……阿波池田 約2小時30分鐘
○從岡山出發…善通寺……阿波池田 約1小時40分鐘

●從機場出發（開車）
○從高知龍馬機場到大步危
……約1小時20分鐘
○從高松機場到阿波池田
……約1小時20分鐘
○從德島阿波舞機場到阿波池田
……約1小時20分鐘
※阿波池田與大步危間的需30分鐘

●高速巴士
○從大阪出發
……阿波池田巴士總站 約3小時50分鐘
○從神戶出發
……阿波池田巴士總站 約3小時

地區內所需時間

井川 池田交通道（阿波池田）

●創山登山口	車程約2小時30分鐘
●奧祖谷二重蔓橋	車程約2小時10分鐘
●奧祖谷觀光周遊單軌車	車程約1小時50分鐘
●祖谷的蔓橋	車程約1小時
●祖谷溪（小便小僧）	車程約50分鐘
●大步危、小步危	車程約40分鐘
●雞塚高原	車程約1小時
●就潭湿原	車程約40分鐘
●井川滑雪場腕山	車程約1小時
●健康友誼森林	車程約45分鐘

計程車

●池田
三協計程車……TEL.0883-72-3300
三國計程車……TEL.0883-74-0057
池田OK計程車……TEL.0883-76-0011
●山城
大步危計程車……TEL.0883-84-1225
川口計程車……TEL.0883-86-1221
●西祖谷
祖谷溪計程車……TEL.0883-87-2017
葛橋計程車……TEL.0883-87-2013
●東祖谷
三徳計程車……TEL.0883-88-2420

巴士

●井川
四國交通……TEL.0883-72-2171
●池田
池田觀光巴士……TEL.0883-72-4848
阿波池田巴士總站資訊處……TEL.0883-72-1231
●三野
三野交通……TEL.0883-77-2345

租車

●山城
千年迷你行 租車……TEL.0883-84-1211
大步危租車……TEL.0883-84-1211
●東三好町
三好租車……TEL.0883-79-5650
CARLIFE租車 西阿波三加茂店……TEL.0883-82-2262

地導航圖搜尋一覽 開車出遊好方便！

大步危・祖谷地區	地圖碼
祖谷蔓橋	357 130 587 * 55
蔓橋觀覽場	357 161 188 * 71
祖谷交流公園	357 188 480 * 36
休息站 西祖谷	357 187 260 * 22
蔓橋夢舞台	357 130 429 * 82
平家屋敷民俗資料館	357 154 511 * 41
古宮神社（加國宇多姬）	357 095 449 * 71
祖谷溪／小便小僧	357 308 375 * 47
龍之舌	357 343 433 * 42
祖谷溪露營村	357 397 059 * 88
大步危峽	357 151 826 * 18
小步危峽	357 330 837 * 82
大步危峽觀光遊覽船	357 151 856 * 71
休息站大步危／妖怪屋敷	357 151 315 * 56
鹽塚高原	207 352 780 * 36
鹽塚高原露營場	207 352 780 * 44
兒神銀像	207 179 407 * 44
鷹之巢溪谷	207 296 696 * 44
山城營火森之里公園	207 415 027 * 58
半田岩	207 416 625 * 3
奧組谷地區	
見之越「劍山登山口」	497 401 602 * 66
奧組谷二重蔓橋	357 130 556 * 14
名頃稻草人之鄉	497 362 349 * 36
武家屋敷農舞多家	357 137 058 * 04
木村家住宅	357 104 458 * 88
小采家住宅	357 117 776 * 88
善夢醫道場	357 172 203 * 47
奧組谷觀光周遊單軌車	357 117 826 * 63
落合聚落	357 172 526 * 60
落合聚落露營台	357 142 727 * 71
奧組谷歷史民俗資料館	357 109 691 * 66
古法手搗蕎麥麵體驗室（都築商店）	357 077 599 * 14
桃源郷祖谷山村　茅屋民家留宿	357 105 224 * 60
龍宮窟小木屋	357 075 797 * 68
三嶺登山口	357 028 568 * 54
北部地區	
松尾川温泉／白鷺莊	357 428 564 * 22
黑瀧湿原	357 489 898 * 40
諏訪公園	357 697 350 * 68
三好市觀光服務處	357 666 778 * 82
JR土讚線 坪尻站	357 789 064 * 6
阿波池田訪火鹽之家／菸草資料館	357 697 161 * 77
著藏寺	357 761 306 * 16
雲邊寺	207 717 724 * 14
井川滑雪場腕山	357 466 164 * 30
下影林田	357 554 579 * 74
奧切迫瀑布	357 588 111 * 06
櫻丘公園	357 783 520 * 41
金龍山農村公園	228 060 714 * 34
金剛瀑布	228 223 322 * 28
龍頭瀑布	228 223 233 * 36
八枚滑	228 247 516 * 41
休息站三野	228 157 725 * 62
健康友誼森林	228 191 618 * 3

MAPCODE®
所謂的地圖碼，是指能簡單地找出地圖上位置的代碼。只要在導航機輸入地圖碼，就能簡單設定目的地。
※僅部分機種設有地圖碼功能。

山路行駛注意事項！

下坡路段須踩煞車
行駛長下坡路段時，持續踩煞車可能會導致煞車改通熱而使煞車效果變差，蔓橋甚至會導致煞車失靈！
鼓勵由門・利用引擎凍動阻力的「發動機制動」行駛，只在速度增加時踩煞車，既可讓煞車發隙溫，又可安心行駛下坡。

留意後方
因為等待交通號誌等的情形少，有時會忘了留意後方接近的車輛。不時地透過照後鏡目視確認後方來車狀況，能加倍安心地駕駛。此外，後方來車速較快時，在安全的場所避讓也是聰明行駛山路的禮貌喲！

緊急資訊在此查詢
氣象廳網站
http://www.jma.go.jp/jma/index.html
因此清楚資訊以及開公告網站等
德島縣縣土防災資訊
https://bousai.pref.tokushima.lg.jp/

Event Guide 活動介紹

※活動舉辦日期或時間可能有所變更，敬請洽詢詳情。

大步危・祖谷地區
鹽塚高原野燒
4月上旬
春天的夜晚，
高原上燃起赤紅的火焰，
這是為了保護植被而進行的大規模野燒，沿著高原綿延而上的火焰，看起來如龍似蛇。

北部地區
池田阿波舞／前夜祭
8月14日～16日（前夜祭13日）
在五彩並舞的三天夜，
阿波池田的盛夏精采的20XXX慶典。
在付費的桟敷（舞台）・免費的表演場及40SOKO公園等處，約有30支舞蹈隊伍前來競舞。

大步危・祖谷地區
祖谷隔扇秀
10月/隨時公開
靈巧地舞弄隔扇，
流傳於「祖谷」的古老技藝。
在這豐饒的自然景色下，別有趣村風情的舞台樣，盡情欣賞柔美優雅又令人應接的時光。

北部地區
三好長慶武者行伝祭
11月上旬
紀念戰國時代的天下人。
相傳三好長慶出生地的三好市三野町，將盛大舉行與戰國武將相關的祭典活動。

大步危・祖谷地區
妖怪慶典 11月下旬
在「妖怪爺的故鄉裡」，
與妖怪一同歡聲熱鬧。
妖怪橋子・妖怪樂團・妖怪行伝・手作妖怪比賽等，各種妖怪出沒的慶典大受歡迎。在蔓延包圍下的舞行伝須有膽。

奧組谷地區
雪對戰四國大會
1月下旬
冰冷的雪地熱了身日常部
按照正式比賽規矩的「滑動雪對戰」。出場比賽者自不在話下，就連觀賽者也都熱了起來。

北部地區
四國酒祭 1月中旬～下旬
阿波池田是後面的人才知道的酒鄉
舉辦四國各地的地產酒商聚一堂的「地產酒試飲會」。及時認準地酒鄉的「酒鄉防身觀音」。

三好的純泡湯溫泉

優質泉 泉 盛情款待

- 奉德温泉郷 翡翠飯店（地図E-5）
- 和之宿 祖谷温泉飯店（地図C-4）
- 湯元新祖谷温泉 蔓橋飯店（地図C-6）
- 峡谷之湯宿 大步危峡曼纳卡（地図B-4）
- 大步危温泉 太陽河大步危（地図B-4）
- 祖谷溪温泉 秘境之湯飯店（地図C-4）
- 溪谷陽密旅店 祖谷美人（地図C-6）
- 松尾川温泉 ／白鷺莊（地図C-3）
- 秘境旅之宿 賢見温泉（地図B-3）
- 大步危祖谷阿波温泉 阿波之抄（地図C-2）

賞花時期資訊

		地図
●櫻（丸山公園）	3月中旬～4月上旬	C-2
●櫻（樱之丘公園）	3月中旬～4月上旬	D-2
●櫻（金鶴山農村公園）	3月中旬～4月上旬	D-2
●櫻（井川町下久保）	3月中旬～4月上旬	D-3
●櫻（著藏山）	3月中旬～4月上旬	D-2
●櫻（三野農村交誼公園）	3月中旬～4月上旬	E-2
●杜鵑（田尾城址）	4月中旬～5月上旬	B-3
●牡丹花（宮殿寺）	4月中旬～4月下旬	C-2
●豆杜鵑（大步危・小步危）	4月下旬～5月中旬	B-4
●新緑（組谷蔓橋）	4月下旬～5月中旬	C-5
●石楠花（野鹿池）	5月下旬～6月上旬	B-5
●繡球花（鹽塚高原）	6月中旬～7月中旬	A-4
●天女木蘭（高之瀬）	6月下旬～7月上旬	F-5
●金毛杜鵑（劍山・三嶺・天狗塚）	6月下旬～7月中旬	E6-5
●繡球花（雲邊寺）	6月下旬～8月中旬	B-2
●姬百合（鹽塚高原）	7月下旬	A-4
●鹿草（黑瀧湿地）	7月下旬～8月中旬	C-3
●黃山梔（劍山）	8月上旬～8月中旬	G-5

賞楓資訊

		地図
●落合聚	10月上旬～10月中旬	E-4
●劍山	10月中旬～10月下旬	G-5
●奧組谷二重蔓橋	10月下旬～11月上旬	F-5
●龍宮窟小木屋	10月下旬～11月上旬	D-5
●祖谷溪	10月下旬～11月中旬	C-4
●龍之舌	10月下旬～11月中旬	D-4
●著藏寺	10月下旬～11月中旬	B-2
●蔓橋周邊	11月上旬～11月中旬	C-5
●著藏山	11月上旬～11月中旬	D-2
●半田岩	11月上旬～11月中旬	B-3
●大步危・小步危	11月中旬～11月下旬	B-4
●八枚百選（楓葉）	11月中旬～11月下旬	B-5
●金剛・龍頭瀑布	11月中旬～11月下旬	F-2

復古公車的定期觀光巴士 定期觀光巴士 西祖谷線

搭上令人懷念的復古公車，行駛在斷崖峭壁的祖谷公路上的祖谷秘境之旅。

期間 4月至11月僅週末及國定假日行駛。
5月、8月、10月及11月為每天行駛。
（但黃金週5月1日～6日、盂蘭盆節8月12日～16日休息）

須預約

費用 大人8,800日圓／兒童8,500日圓

行程
JR阿波池田站（集車地）【10:30發車】 → 阿波池田巴士總站（集車地）【10:40發車】 → 平家屋敷【11:25～11:50】 → 總土料理午餐（蔓橋酒店・廻旅客人）【12:05～12:50】 → 祖谷的蔓橋【13:00～13:30】 → 小便小僧／祖谷溪谷（下車觀光）【13:50～14:00】
→ 溪之釋大步危【14:35～15:05】 → 大步危峽觀光遊船（下車地）【15:05～16:00】 → 西宇（下車地）【預計16:05抵達】 → JR阿波池田站（下車地）【預計16:35抵達】 → 阿波池田巴士總站（下車地）【預計16:45抵達】

預約受理・洽詢 四國交通巴士總站資訊處
TEL. 0883-72-1231（營業時間9:00～18:00）
※四國交通巴士・定期觀光巴士全國各大旅行社均有代賣。 http://www.yonkoh.co.jp/

計程車 車資參考（小型計程車・最多4人）※單程費用

JR阿波池田站 → 大步危峽遊覽船 730日圓起 / 鹽塚高原野燒 3,200日圓起 / 祖谷溪／小便小僧 3,900日圓起 / 奧組谷歷史民俗資料館 6,500日圓起 / 落合聚落 7,000日圓起 / 奧組谷二重蔓橋 11,000日圓起 / 劍山 13,000日圓起

組谷的蔓橋 → 大步危・祖谷遊覽船 3,600日圓起 / 祖谷溪／小便小僧 2,500日圓起 / 奧組谷二重蔓橋 8,000日圓起 / 劍山 10,000日圓起

須預約 共乘案 可節省20%以上

共乘案 大步危・蔓橋與祖谷行程（所需時間：3小時）包車金額（每輛）（包含司機・最多8人）13,140日圓起
共乘案 奧組谷二重蔓橋・祖谷溪行程（所需時間：5小時）包車金額（每輛）（包含司機・最多8人）26,280日圓起

計程車公司與共乘網站
●祖谷計程車 TEL.0883-87-2017 ●大步危計程車 TEL.0883-84-1225 ●葛橋計程車 TEL.0883-87-2013

國土地理院發行　以數值地圖200000（地圖影像）數值地圖50公尺網格（海拔）為基礎，由NAKAGAWA AD株式會社加工製作。