



うだつの町並み  
江戸から明治時代にかけて阿波藍の集散地として発展した町。当時の面影を伝える家々は「うだつ」と呼ばれる火よけ壁が付いている。重要伝統的建造物群保存地区。

美馬市ってこんなトコ



広樹の芝桜  
シバザクラの見頃である4月に芝桜祭を開催して、いろいろなイベントが開催されます。白やピンクで一面が彩られて、まるで花の絨毯のような絶景です。



吉野川 脇町潜水橋  
吉野川に架かる、数少なくなくなった潜水橋。川とともなる暮らしが感じられ、夕日のビューポイントでもあります。時期や季節によって四季折々の吉野川を見てください。



川井峠のしだれ桜  
四国山脈が育んだ美しい清流。四季折々の渓谷美を堪能し、また支流ではいくつかの滝と出会うことができます。2012年には日本一の清流になりました。



つるぎの湯 大桜  
四国山脈が育んだ美しい清流。四季折々の渓谷美を堪能し、また支流ではいくつかの滝と出会うことができます。2012年には日本一の清流になりました。



寺町  
浄土真宗の「安楽寺」、「西教寺」、「林照寺」と真言宗の「願勝寺」が並んでいます。寺から寺へ、静寂のリンとした空気を楽しみながら、しばし歴史散策を楽しめます。



中尾山高原グラススキー場  
緑の芝生をさっそうと滑り抜ける爽快感が人気。世界選手権や国内大会も開催されています。レンタル用品も充実し初心者でも気軽に堪能できます。

問い合わせ先  
一般社団法人そらの郷  
〒778-0003 徳島県三好市池田町サダ1893-1  
Tel:0883-76-0713 Fax:0883-72-0753 E-mail:sora-01@cn05.awakeda.net

美馬市役所商工観光課  
〒777-8577 徳島県美馬市穴吹町穴吹字九反地5  
Tel:0883-52-5610 E-mail:syokou@city.mima.lg.jp



風景街道(まほろば夢街道)

# そらの恵みを 召し上がれ

●美馬市内宿泊施設産地消メニュー



そば、コキビ、黒米

## 雑穀とは

米・麦以外の穀類の総称。豆やそば・黍(きび)・粟(あわ)など。雑穀には良質の炭水化物とタンパク質、そしてさまざまな微量栄養素がバランス良く含まれています。必須アミノ酸、繊維、ミネラル類、ビタミンB群の豊富さもまた特徴の一つです。

## シカ肉の特徴

シカ類の肉は、一般的に高タンパクで低脂肪。さらに鉄分の含有量も非常に高く、生活習慣病といった病気の予防につながる食品として注目されています。肉質も淡白で柔らかく食べやすいのが特徴。健康志向の方にはおすすめのお肉です。

縄文時代から日本人に慣れ親しまれてきた雑穀は、ミネラル・食物繊維を豊富に含み、栄養バランスの良さが特徴です。シカ肉は鉄分が多く、ヘルシーな食材として関心を集めています。ご当地の食材を使った「そらの恵み」を召し上がれ。

「そら」とは…吉野川下流域で暮らす人々は、自分たちの住む場所より上流に位置する山の上の集落を「そら」と言います。徳島県西部に位置する美馬市は、急峻な山々に囲まれた自然豊かなところで、そこに住む「そらの人」たちは、昔ながらの暮らしを営んでいます。

## ジューシーで肉厚なシカ肉は、 鶏肉などの竜田揚げとは一味違った味。

●シカ肉の竜田揚げとつぶつぶ定食  
1,500円～2,000円(要予約)



シカ肉の焼肉定食 3,000円(要予約)

## 交流促進宿泊施設 美村が丘

美馬市の町並みを見下ろす山の尾根筋に建つ宿泊施設・コテージ完備の体験交流施設。うどん、そば打ち体験やバーベキュー、農業体験などが楽しめます。

【住】徳島県美馬市脇町字東大谷18 ☎0883-52-5650  
【料】1泊2食付き7,710円～、コテージ(1泊1棟)10,280円～※チェックイン15:00 / チェックアウト10:00  
【営】9:00～17:00



シカ肉は噛みごたえがあり、さっぱりとして食べやすいですよ。

## オリーブオイルで素揚げし、お好みのソルトで… ヘルシーで素材本来の味わいが楽しめます。

●シカ肉と野菜のオイルフォンデュ 800円(要予約)



シカ肉のロースト 650円(要予約)  
そば米のだんご汁 400円(要予約)



## つるぎの湯 大桜

穴吹川上流から引いた濁りが少なく珍しいと言われるお風呂が魅力です。山菜やアユなど季節の絶品料理や、地酒・地元のみそなどの土産も人気。

【住】徳島県美馬市木屋平字太合445-1 ☎0883-68-2424  
【料】1泊2食付き8,250円～、コテージ(1泊1棟)7,190円～※チェックイン15:00 / チェックアウト10:00  
【営】11:00～21:00



ご家族と一緒にワイワイ召し上がれ！

## 香ばしい焼肉と優しい味噌仕立て、 二種類の味を召し上がれ。

●シカ御膳 1,800円(冬期限定・要予約)



シカ御膳 1,800円(冬期限定・要予約)

## ブルーヴィラあなぶき

日本一の清流「穴吹川」のほとりに建つ宿泊施設。コテージやBBQハウスもあり、アウトドア派も大満足。露天風呂が楽しめるお風呂も魅力的。

【住】徳島県美馬市穴吹町山字丸山1 ☎0883-55-3777  
【料】1泊2食付き10,000円～、日帰り入浴大人600円/小人300円、コテージ(1泊1棟)12,400円～※チェックイン15:00 / チェックアウト10:00  
【営】9:00～23:00



レジャーの楽しみとして、便利！自慢のシカ肉料理もぜひ召し上がってください。

## 噛むほどに香ばしさと旨みが味わえ、 そば米のプチプチした食感も楽しめます。

●そば米コロッケ 400円(昼・宿泊客のみ)



## 中尾山高原 平成荘

標高1,000mの中尾山高原に位置する為、夏でも比較的涼しく、コテージやバンガロー・オートキャンプ場など約200名の収容が可能です。

【住】徳島県美馬市木屋平字太合445-1 ☎0883-68-2422  
【料】1泊2食付き7,710円～、コテージ(1泊1棟)7,190円～※チェックイン15:00 / チェックアウト10:00  
【営】9:00～17:00  
【休】11月第2日曜日～4月第4日曜日



自然を満喫しながら、美味しい料理もぜひ召し上がってください。