

玉城豚

玉城町自慢のブランド豚は、ジューシーでやわらかな肉質と、臭みのない豊かな味わい。



鳥羽・志摩の海女

国の重要無形民俗文化財に指定される鳥羽・志摩の海女。漁では、素潜りであわびやさざえなどを採る。現役海女とふれあえる施設も人気。

モデルコース

日帰り 玉城IC サニーロードをドライブ&みかん堪能コース


海、山の幸が豊富でお得!
地場産品販売処 城
P105 参照
約1分

横輪に来たらまずはここ!
郷の恵 風輪
P107 参照
約15分
約15分〜20分

南伊勢のみかんを味わおう!
里の駅 ないぜしぜん村
P119 参照

株式会社 土実樹農園
P118 参照

日帰り パールロード出口 鳥羽志摩の海の魅力を体感!コース


漁師町の朝市・直売所で鮮度抜群のお買い物!
今浦朝市
P110 参照
約5分〜15分

あらしま朝市
P109 参照

わのわ市・あるがまま市・しんめ市
P110 参照
約10分〜40分
伊勢志摩の海の文化を学ぼう!

鳥羽市立 海の博物館
P111 参照
約31分
旬の野菜や魚介 季節の花を楽しもう

民話の駅 蘇民
P108 参照

1泊2日 伊勢西IC 志摩でのんびりファミリードライブコース


志摩の観光をチェック!
道の駅 伊勢志摩
P112 参照
約30分
約15分〜35分

海ほおずき
P116 参照
キッズにも人気! 磯遊びや味覚狩りなど体験がいろいろ!

JA伊勢 長沢ファーム
P114 参照

真珠工房 真珠の里
P115 参照 要予約

志摩自然学校
P114 参照 要予約
約10分〜35分
マクロビオティックな民宿でリフレッシュ!

身土不二 まはな
P113 参照 要予約
海辺のログハウスで大人時間

ログコテージはた
P113 参照 要予約

伊勢志摩国立公園の自然の中で
食・暮らし・文化が育つ

伊勢志摩地区

伊勢神宮の宮域林を含む「伊勢志摩国立公園」を有する地域。複雑に入り組んだリアス海岸はこの地の代表的な風景。「御食国」として、豊かな自然と人の手でさまざまな海と山の幸が作り出されている。





蓮台寺柿

伊勢市勢田町の南部山地はかつて存在した寺の名前から「蓮台寺」といい、この地域で栽培される柿は「蓮台寺柿」と呼ばれている。渋抜きをすると味と歯ざわりが良くなり、地元で人気。

五ヶ所みかん

南伊勢の潮風と太陽から恵みを受けて、さらに愛情を込めて育てられた甘いコクのあるみかん。時期によっても極早生・早生・晩生などがあるので、おいしいと思ったみかんを買った時期に来年も買うといいかも!



横山展望台から見た英虞湾
©(公社)三重県観光連盟

日帰り 玉城IC 里山の味覚を体験して、食べて、お買い物!

新鮮な野菜を購入
サンファーム おばた
P105 参照
約15分
約17分

ソーセージづくり体験!
ふるさと味工房アグリ
P104 参照 要予約
約7分

時間制限なしのイチゴ狩りを満喫!
玉城ふれあい農園
P104 参照
約10分

「伊勢わたらい茶」をお土産に
いらっ茶いわたらい
P106 参照

「しかちゃんコロッケ」が人気!
味工房 わたらい
P106 参照
いらっ茶いわたらいで販売!

漁業のまち南伊勢の魅力を満喫

毎月第3日曜に開催の朝市!
五ヶ所湾SUN!3!サンデー ふれあい市
P117 参照

南伊勢の リアルな暮らしを体験!
南伊勢体験ワールド
P117 参照 要予約

お祝いにぴったりの鯛づくし料理!
寶鯛の食堂 日々
P118 参照 要予約

日帰り 鳥羽IC 鳥羽の自然と食を楽しむコース

鳥羽の自然や文化を楽しく体験!
約5分

海島遊民くらぶ
P109 参照 要予約
約2分
伊勢志摩の海産物をGET!

鳥羽マルシェ
P108 参照
鳥羽の離島の暮らしにふれる

島の旅社
P107 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_102p_121p.indd 102-103
2025/03/25 16:31




並外れた大きさの「愛宕梨」


海産物の種類も豊富


人気の「ブーブーカレー」

〒519-0433
度会郡玉城町勝田4016-3
☎0596-63-5525
営 9:30～17:00
休 年末年始
P 13台




【近隣スポット】
「アスピア玉城」
から車で約5分

いなか旅のススメHP　MAP

直売 販売 地場産品販売処 城（ぐすく）

〈玉城町〉

採れたて新鮮な旬の食材を中心に、三重の海、山の幸が豊富に揃う販売処。地元の生産者たちの「多くの人に食べてもらいたい」という思いから、お値打ちに提供。時には「こんな野菜作ってみたわ！」と珍しい食材も持って来てくれたり、いつ訪れても新たな楽しみがある。野菜はもちろん、海産物も店内の半分の売り場を占めるほど豊富。ふるさと納税で販売されている地場産品やオリジナル商品なども揃う。

［ ココが魅力！ ］
① 三重の海と山の幸が豊富に揃う
② どの商品もお値打ちの価格
③ 伊勢志摩の情報収集に便利



スタッフのイチオシ

玉城町産の商品を
おみやげに！
→「次郎柿」は玉城町で年間200tもの収穫があり、歯応えの良さと強い甘みが特徴です。また、玉城町の老舗醤油メーカー「ミエマン」の商品は定番人気！





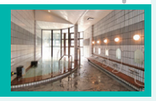

玉城町ならではの商品が並ぶ


GWチビッコまつり


オリジナル商品のソーセージ

〒519-0438
度会郡玉城町原4254-1
☎0596-58-8686
営 アグリ 9:30～18:00
休 水曜（祝日の場合翌日）
P 150台




【隣接スポット】
「アスピア玉城
玉城弘法温泉」

Instagram　いなか旅のススメHP　MAP

体験 直売 販売 ふるさと味工房アグリ

〈玉城町〉

玉城町の「アスピア玉城」内にある「ふるさと味工房アグリ」。玉城町でのびのびと育った特産豚肉「アグリの玉城豚」は柔らかい肉質と甘みのある脂身が特長で、その精肉やハム、ソーセージなどが並ぶ「お肉コーナー」は必見。他にも、地元農家が育てる野菜や果物、手作りパン、加工品などが並び、買い物客で賑わう。また、種まきから収穫までを農家の人と行う「里山の農業体験」やソーセージ作り体験なども人気。

［ ココが魅力！ ］
① 自然が育む玉城町のいいモノが大集合
② 玉城ブランドに認定された「アグリの玉城豚」
③ 親子で楽しめる「さまざまな体験」



スタッフのイチオシ

いなかの良さを知れる
体験やイベント
→「里山の農業体験」は農産物の収穫までの過程を学ぶことができます。周辺には、四季折々の花が咲き、きれいな風景が広がっています。






常連客に人気の「黒糖饅餅」


生花コーナー


かわいいハンドメイド雑貨

〒519-0506
伊勢市小俣町湯田55
☎0596-26-0831
営 10:00～16:00
休 年末年始、毎月第3水曜
P 30台




【近隣スポット】
「大仏山公園」
から車で約5分

Instagram　いなか旅のススメHP　MAP

直売 販売 サンファーム おばた

〈伊勢市〉

伊勢からも玉城からもアクセスしやすい場所にある直売所。開店時間前、近隣の農家さんたちが続々と集まり、棚には新鮮な野菜たちが並べられていく。その大きさや色、艶は、どれも立派。しかもお値打ち価格とあって、毎朝オープン時には、本日の品揃えを楽しみにたくさんの人が訪れる。広い店内にはお肉や加工食品、お菓子、生花、ハンドメイドの雑貨など、幅広いジャンルの商品が並び、また来たくなるお店。

［ ココが魅力！ ］
① 近隣の農家から届く新鮮な野菜
② アクセス良好で気軽に行ける直売所
③ 食品から雑貨まで幅広い品揃え



スタッフのイチオシ

野菜や果物は
農家から直接搬入
→お店に並ぶ野菜や果物は、鮮度抜群！産地・生産者の名前がわかるから、安全・安心です。



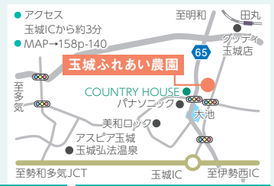



ハウスの隣にある遊具


無添加の自家製ジャム


夏は「ぶどう」を販売

〒519-0433
度会郡玉城町勝田5248
☎0596-58-3838
営 9:00～16:00　休 月曜（祝日を除く）　料 2月下旬～3月 大人（中学生以上）2,000円、小人（3歳以上）1,000円
4月～5月上旬 大人1,800円、小人900円
※30名以上の団体利用は1人につき100円割引。要予約　P 50台




【近隣スポット】
「cafe&rest
COUNTRY HOUSE」
から車で約2分

HP　Facebook　いなか旅のススメHP　MAP

体験 直売 玉城ふれあい農園

〈玉城町〉

甘みをたっぷりと蓄えたいちごが実る農園。甘い香りが漂うハウスはのんびりとした時間が流れていて、訪れた人は真っ赤ないちごを味わったり、友だち同士で写真を撮ったり、楽しそうに過ごしている。時間無制限でいちご狩りが楽しめるのも人気の理由。いちご狩りの後は、休憩スペースでお弁当を食べたり、遊具で遊んだり、ゆっくり過ごすことができる。いちご狩り期間以外は、減農薬で育てる農産物を販売。

［ ココが魅力！ ］
① 時間制限なしでいちご狩りを楽しめる
② 甘みが上品でジューシーな品種「章姫」
③ 遊具があり、子どもも飽きずに過ごせる



スタッフのイチオシ

時間を気にせず
楽しめる「いちご狩り」
→「章姫」は酸味が控えめなので、子どもでも食べやすい品種。土日祝は混み合うので、平日や雨の日がおすすめです。



+inakatabi2025_102p_121p.indd 104-105　2025/03/25 16:31

郷の恵 風輪

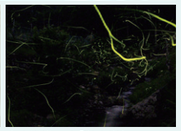
〈伊勢市〉

飲食 直売




地元産の野菜などが並ぶ店内


畑でとれる自然薯「横輪いも」


夜の川沿いの「蛍の光」

山々に囲まれた横輪町にある施設。店内には、横輪いもや旬の野菜をはじめ、味噌や梅干し、お茶、あられなど横輪町の特産品が並ぶ。喫茶コーナーでは、横輪名物の手作り「御平家餅」や「横輪いもとろろ伊勢うどん」を味わうことができる。また、横輪町は四季折々の観光を楽しめるスポットとしても有名。春は「横輪桜」というこの地域にしか咲かない桜が咲き、夏は県内屈指のホタルスポットとして賑わう。

［ ココが魅力！ ］
① 大輪の花を咲かせる「横輪桜」
② 横輪町ならではの名物を堪能
③ 四季折々の自然を楽しめる！



〒516-1106　伊勢市横輪町586
(横輪公民館前)
☎|0596-39-1741
営|9:00～17:00
休|月・木曜、年末年始(12月29日～1月3日)
P|80台



HP　いなか旅のススメHP　MAP

【近隣スポット】
この地域
独特の風景
「横輪の石垣」



スタッフのイチオシ

おいしい
「名物グルメ」
→「御平家餅」(280円)や「横輪いもとろろ伊勢うどん」(650円)など、自慢の名物をぜひ味わってみてください！



島の旅社

〈鳥羽市〉

体験 飲食




たこ漁が盛んな答志島


楽しい路地裏散策


旬の伊勢えび

鳥羽市内最大の離島「答志島」は、鳥羽市内から定期船で30分と気軽に遊びに行ける。ゆっくり時間が流れる島内は、ノスタルジックな雰囲気。「島の旅社」は、そんな島の楽しみ方を発信している。迷路のようでワクワクする路地裏を「島のかあちゃんたち」の案内のもと散策。漁村ならではの暮らしや文化を現地で学べるのは貴重な機会。「路地裏体験」は、島民のありのままの生活を体験している気分が味わえる。

［ ココが魅力！ ］
① 離島「答志島」の楽しみ方を発信
② 島民とふれあえる多彩な体験プラン
③ ノスタルジックな路地裏散策！



〒517-0002　鳥羽市答志町943
☎|0599-37-3339 [要予約]
営|10:00～16:00　休|不定休
料|海女小屋体験(BBQ)：大人1名4,000円～(4名以上)、路地裏体験と海女小屋体験セットプラン：大人1名5,500円～(4名以上)
P|「鳥羽マリンターミナル」付近の有料駐車場を利用



HP　Instagram　いなか旅のススメHP　MAP

【近隣スポット】
「鳥羽マリンターミナル」の
すぐ近くにある商業施設
「鳥羽一番街」

スタッフのイチオシ





鳥羽の離島の暮らしを体験
→囲炉裏を囲んで海の幸を味わう「海女小屋体験」が人気です！

いらっ茶い わたらい

〈度会町〉

直売 販売




ここにしかない品揃え


度会町自慢の商品


「変形合体ネジー」1,380円

日本一の水質を誇る清流宮川沿いに、度会町の魅力が凝縮された特産品販売所がある。まず、町の特産品「伊勢わたらい茶」が種類豊富に並ぶコーナーに注目。ここでは、町内のお茶農家が直接商品を届けに来て、その際に商品の特徴やおいしい飲み方などを教えてくれるとのこと。他にも、伊勢神宮奉納米や新鮮でお値打ちな野菜・果物、地元のこだわり素材で作った加工品やお菓子、工芸品など町内約50もの生産者からの商品が揃う。

［ ココが魅力！ ］
① 「伊勢わたらい茶」の品揃えが豊富
② 生産者の顔が見える「身近な直売所」
③ 約50もの生産者からの商品が揃う！



〒516-2102
度会郡度会町大野木1260
☎|090-4797-9494
営|10:00～16:30、
日曜・祝日9:00～16:30
休|水曜、年末年始
P|200台(宮リバー度会パークを含む)



HP　いなか旅のススメHP　MAP

【近隣スポット】
「宮リバー
度会パーク」から
車で約1分



スタッフのイチオシ

伊勢神宮
外宮奉納品
→「一之瀬米 極」やお茶など、伊勢神宮の奉納品をお土産として購入する方も多いです。お伊勢参りの際に立ち寄ってもらえるとうれしいです。



味工房 わたらい

〈度会町〉

加工




人気商品を次々に開発


生米こうじ「わたっこ」


ご飯のお供「うまいなァ」

商工会の女性メンバーが中心となり、ジビエを生かした特産物を中心に作っている「味工房わたらい」。農業を営むスタッフも多く、商品に使う野菜も愛情を込めて育てている。「三重ジビエ」として認証を受け、上質の素材を使った、安全・安心・おいしい名物を次々と生み出している。「味工房わたらい」では加工のみで販売は行っていないが、近くの「いらっ茶いわたらい」やスーパーなどで商品を取り扱っている。

［ ココが魅力！ ］
① 「三重ジビエ」を生かしたオリジナル商品
② 安全・安心でおいしいグルメを追求
③ 手間ひまと愛情をかけて名物を生み出す



〒516-2103
度会郡度会町棚橋1900
☎|090-8954-8563
※「味工房 わたらい」は加工のみ。販売は「いらっ茶い わたらい」など



HP　いなか旅のススメHP　MAP

【近隣スポット】
「いらっ茶い
わたらい」
から車で約1分



スタッフのイチオシ



度会町の名物
「しかちゃんコロッケ」
→丁寧に下味をつけ、アレルギーを持つ人も食べられるように卵と牛乳は不使用。地元の給食にも提供され、全国展開の大手カレー店で販売する実績を持つほどのおいしさです。



+inakatabi2025_102p_121p.indd 106-107　2025/03/25 16:31




無人島でシュノーケル


答志島をゆっくり散策


ジェルキャンドル作り

体験

海島遊民くらぶ

〈鳥羽市〉

鳥羽の自然や食、生活文化をテーマに、地域の人と一緒に楽しめるツアーや体験を企画する「海島遊民くらぶ」。鳥羽湾に浮かぶ3つの無人島をめざす「無人島カヤックツアー」や、鳥羽の海産物を楽しみながら町を巡る「鳥羽の台所つまみ食いウォーキング」、船で答志島へ渡り旬の魚介を使った家庭料理を味わう「船で行く！漁師町の島ランチツアー」など、アクティブな体験からのんびり楽しめるものまでさまざま。

［ ココが魅力！ ］
① 鳥羽の魅力が詰まったツアー
② 地元民とふれあう機会を提供！
③ 雨の日でもOKのクラフト体験



スタッフのイチオシ

多彩なプランで鳥羽を満喫
→自然の中でワクワクするアクティビティだけでなく、漁村のほのぼのとした雰囲気を楽しめるガイドツアーもあります！



〒517-0011
鳥羽市鳥羽1-4-53
☎｜0599-28-0001【要予約】
営｜9:00～17:00　休｜8月13日～15日、12月30日～1月3日　料｜無人島カヤックツアー（3～10月）1人6,000円、シーグラスを使ったクラフト体験（通年）1人1,200円～　P｜2台



HP　Instagram　いなか旅のススメHP　MAP

【近隣スポット】
飼育種類数が日本一の「鳥羽水族館」から車で約3分

伊勢海老などの高級食材も！

旨みたっぷりの牡蠣ご飯

鳥羽の新鮮な野菜も並ぶ

直売

あらしま朝市

〈鳥羽市〉

開始時間の朝8時、安楽島漁協前にある朝市の会場はすでに多くの人で賑わっていた。海女と漁師の奥さんの団体「あらしま新鮮組」が開催するこの朝市は、その日の朝に獲れた旬の魚や貝類、中には高級食材の伊勢海老など、魅力的な海の幸が並ぶ。鮮度抜群なのはもちろん、市場価格より安く買えるとなれば、これだけ人気なのも納得。また、鳥羽地域で採れる野菜や果物、海産物の加工品なども購入できる。

［ ココが魅力！ ］
① その日の朝に獲れた旬の海の幸が並ぶ
② 市場価格より安く商品を購入できる！
③ 元気なお店の人とのやりとりも楽しい



スタッフのイチオシ

鮮魚から干物まで旬の魚介類がいっぱい！
→初めて見る魚は、おいしい食べ方をお教えします。人気の魚介類はお早めに！



〒517-0021
鳥羽市安楽島町661-4
（鳥羽磯部漁協安楽島支所前）
☎｜090-7950-4425（出間）
営｜第2・4日曜 8:00～10:00
P｜30台



Facebook　いなか旅のススメHP　MAP

【近隣スポット】
鳥羽三女神の一つ「伊射波神社」から車で約10分






看板商品「よもぎ餅」


毎朝心を込めて手作り！


こだわりの味噌や醤油

直売

民話の駅 蘇民

〈伊勢市〉

もち米100%で作る「よもぎ餅」は、長年「蘇民」で愛され続ける人気商品。一口頬張ると驚くほどやわらかで、よもぎと程よい甘さのあんの相性も抜群。お餅やおこわ、赤飯、味おにぎりは、館内の加工所で地元のお母さんたちが毎日手作りしたもので、できたての味は格別。他にも新鮮な旬の野菜、その日の朝水揚げされた新鮮な魚介も並ぶ。手作りのパンやサンドイッチ、お惣菜、味噌・醤油など、地元の味も人気。

［ ココが魅力！ ］
① 心が込もった地元の味わい
② もち米100%の「よもぎ餅」
③ 美しい花々の風景を楽しめる



スタッフのイチオシ

店舗の裏手にある「二見しょうぶロマンの森」
→6月はしょうぶ、7月は大賀ハスの花が咲き、美しい風景が広がります。



〒519-0601
伊勢市二見町松下1335
☎｜0596-44-1000
営｜9:00～17:00
休｜8月14・15日、1月1～3日
P｜43台



HP　いなか旅のススメHP　MAP

【近隣スポット】
「夫婦岩」から車で約5分

【地元の耳より情報】この地区に息づく「蘇民将来伝説」から名付けられた施設です。




鮮度抜群の魚


毎月1回の伊勢まぐろ解体ショー


ウタセエビのから揚げ

飲食　直売

鳥羽マルシェ

〈鳥羽市〉

鳥羽志摩の新鮮な海、山の幸を求めて訪れた「鳥羽マルシェ」。鳥羽駅の近くにあり、アクセス良好なこの施設は、地元民のみならず観光の途中に訪れるお客さんも多い。直売所には地産の魚や野菜、米をはじめ、海藻や佃煮、ジャムなど、お土産にもぴったりの商品が揃う。海鮮は特におすすめで、市場のような活気もある。また、レストランでは、地元産のおいしさを気楽に味わえるメニューを提供している。

［ ココが魅力！ ］
① 新鮮な海と山の恵みが盛りだくさん！
② 市場のような品揃えの海鮮コーナー
③ 海を眺めながら味わえるランチ



スタッフのイチオシ

それだけでおいしい地元産の食材を使った「鳥羽めしレストラン」
→しらす丼（880円）や伊勢まぐろ丼（1,800円）、あかぶ丼、加茂牛ローストビーフ丼、海鮮焼きそば（塩・ソース）や海鮮カレーなどがあります。



〒517-0011　鳥羽市鳥羽1-2383-42
☎｜0599-21-1080
営｜直売所 10:00～18:00、レストラン 11:00～14:00（最終受付）、テイクアウトコーナー 10:00～17:00　休｜水曜（祝日の場合変動あり）、12月31日～1月3日 ※レストランのみ火曜も休業（GWやお盆などは営業する場合あり）　P｜265台（佐田浜第1駐車場利用）※1時間無料、2時間まで500円



HP　Instagram　いなか旅のススメHP　MAP

【近隣スポット】
鳥羽市営定期船が発着する「鳥羽マリンターミナル」から徒歩約6分

+inakatabi2025_102p_121p.indd　108-109
2025/03/25　16:31

体験 飲食 販売 鳥羽市立 海の博物館

〈鳥羽市〉




カツオ一本釣り漁を再現


船の収蔵庫


貝殻や海藻を使ってクラフト体験

鳥羽の海の歴史や漁村の伝統文化、海の環境など、6万点もの資料を通して学べる博物館。特に見てほしい伊勢志摩地域に関する展示では、伊勢湾や志摩半島で行われている漁や海女文化などについて、本物そっくりのジオラマや模型でわかりやすく紹介している。船の収蔵庫では、かつて使用されていた木造船がずらり。また、海辺の自然観察やクラフト体験など、子どもから大人まで楽しめる体験も行われている。

［ ココが魅力！ ］
① 海と人との関わりを楽しく学べる！
② 自然豊かな風景に溶け込む木造建築
③ 子どもから大人まで楽しめる体験



〒517-0025
鳥羽市浦村町大吉1731-68
☎｜0599-32-6006
営｜3月1日～11月30日 9:00～17:00、12月1日～2月末日 9:00～16:30 ※入館は閉館の30分前まで　休｜6月26～30日、12月26～30日　料｜大人 800円、学生 400円 ※未就学児無料 ※団体割引きあり
P｜約50台



HP　Instagram　いなか旅のススメHP　MAP

【近隣スポット】
ジュゴンに会える「鳥羽水族館」から車で約25分

スタッフのイチオシ

館内にある「カフェあらみ」

→地元産の天草から作る「ところてん」(400円)が名物。味はポン酢と黒蜜きなこの2種類があります。

営｜10:00～16:00
休｜博物館の休館日に準ずる
12月31日～1月3日は営業



体験 飲食 海女小屋 はちまんかまど

〈鳥羽市〉




地元の踊りを披露することも


人気の「海女着体験」


鳥羽産の海藻をお土産に！

かつて外国人観光客から「海女さんとふれあいたい」という要望が鳥羽市に入った。その依頼を「地域のPRになれば」と受け入れ、実際に使用する海女小屋を日本で初めて開放した施設。自分が命を懸けて獲った海の幸をおいしそうに食べるお客さんの姿を目の当たりにした瞬間は、海女さんにとって幸せな時間であったそう。現役の海女さんと海の幸を堪能し、漁や生活について話を聞く交流は心まで温めてくれる。

［ ココが魅力！ ］
① 日本で初めて海女小屋体験をスタート！
② 海女さんが獲った鳥羽の海の恵みを満喫
③ かまどを囲んで楽しむ海女さんとの交流



〒517-0032　鳥羽市相差町819
☎｜0599-33-1023 ［要予約］
営｜10:00～17:00 ※完全予約制で夜間営業もあり。要問い合わせ
休｜不定休、1月1～5日、8月13～15日、12月30・31日　P｜大型バス4台、普通車20台（バリアフリー対応）※鳥羽駅より無料送迎「海女ぱす」あり。要予約



HP　Instagram　いなか旅のススメHP　MAP

【近隣スポット】
世界で初めて真珠の養殖に成功した「ミキモト真珠島」から車で約25分

スタッフのイチオシ

現役の海女さんたちのおもてなし

→お一人でも気軽に海女文化を知っていただくプランから、伊勢海老や鮑といった伊勢の新鮮な海の幸を豪華にいただくコースまで、幅広くメニューを取り揃えています。






朝食を楽しめる喫茶コーナー


お手頃価格のバラ


風味豊かな「今浦みそ」

〒517-0025
鳥羽市浦村町244-1
☎｜090-2577-4833
営｜毎月第1・3日曜 8:00～無くなり次第終了
休｜1月
P｜30台



Facebook　いなか旅のススメHP　MAP

【近隣スポット】
「鳥羽展望台」から車で約10分



飲食 直売 今浦朝市

〈鳥羽市〉

浦村かきの産地で毎月第1・3日曜に開催されている朝市。迎えてくれるのは地元の明るいお母さんたち。魚介や海藻以外にも、旬の野菜、手作りの磯めし、今浦餅、佃煮などが揃い、どれも地物にこだわった商品ばかり。「うたせ海老」などが出ることもあり、他では手に入らない逸品を求めて通うファンも多い。喫茶コーナーでは朝、お母さんたちが手作りした「たこめし」や「かきめし」、味噌汁などが味わえる。

［ ココが魅力！ ］
① 買って、食べて、楽しい朝市
② 新鮮&手作りが売りの商品
③ シーズン中は浦村かきも登場



スタッフのイチオシ

喫茶コーナーで朝食を！

→「たこめし」や「かきめし」は素材の旨味たっぷり！今浦みそを使ったわかめたっぷりの味噌汁も好評です。






カラフルな檜扇貝


山吹色で優しい味の「お味噌」


浜島町迫子産のいちご

［わのわ市］毎月第2土曜 8:30～10:30
〒517-0041 鳥羽市岩倉町315-1
（JA伊勢鳥羽支店・JA-OASIS［ぬくもり］）
☎｜0599-25-2902
［あるがまま市］毎月第3土曜 8:30～10:30
〒517-0403 志摩市浜島町迫子20-4（旧迫子米倉庫前）
☎｜0599-53-0004
［しんめ市］毎月第4土曜 8:30～10:30
〒517-0502 志摩市阿児町神明646（志摩市神明神社横の広場）
☎｜0599-43-0034



Instagram　いなか旅のススメHP　MAP①　MAP②　MAP③

【近隣スポット】
JR・近鉄鳥羽駅から徒歩約2分「鳥羽マルシェ」

飲食 直売 わのわ市・あるがまま市・しんめ市

〈志摩市・鳥羽市〉

「地域を元気にしたい」という想いをともにするJA伊勢ファンクラブみらいのメンバー。JA伊勢鳥羽支店で毎月第2土曜に開催する「わのわ市」、志摩市浜島町迫子で毎月第3土曜に開催する「あるがまま市」、志摩市阿児町神明で第4土曜に開催する「しんめ市」を運営している。どの市も地元の農水産物に加えて、手作りの惣菜やスイーツ、パンなど多彩なラインナップ。メンバーが作る干物や味噌などの加工品も並ぶ。

［ ココが魅力！ ］
① 特産品・手作り商品いっぱいの朝市
② どの商品もお財布にやさしい価格
③ 地域の人たちとの交流を楽しめる！



スタッフのイチオシ

それぞれの市にある人気コーナー


［わのわ市］
モーニングも同時開催


［あるがまま市］
手づくりの焼き菓子


［しんめ市］
農家さんの新鮮野菜

+inakatabi2025_102p_121p.indd 110-111　2025/03/25 16:31




天地のエネルギーを十分に受けた食材で健康に！


きみちゃん手作りのスイーツ

〒517-0503
志摩市阿児町立神2433
☎|0599-45-4195【要予約】
P|20台



HP　いなか旅のススメHP　MAP

【近隣スポット】
「西山慕情ヶ丘」から車で約5分

【地元の耳より情報】伊勢神宮まで車で約1時間。近くには、サーフィンができる浜があります！

体験 身土不二（しんどふじ） まはな
〈志摩市〉

「あたたかいところ」という意味を持つ「まはな」は、マクロビオティック料理を土台にしたランチとディナーを提供し、料理講習も行っている。出迎えてくれるのは、マクロビオティックの食事療法を学び自らの病を改善したきみちゃん。究極の血液浄化食「まはな七号食」の修行コースが人気で、玄米とごま塩、きみちゃんが仕込んだ梅干しのみのシンプルな食事を、一口50～200回入念に噛んで食べるというもの。

［ ココが魅力！ ］
① 身体を整えるマクロビオティック料理
② 誰でも安心して楽しめるランチ&ディナー
③ 志摩半島の美しいロケーション



スタッフのイチオシ



楽しく学べる「料理講習」は随時受付中！
→①ステップアップコース 全24回
②インストラクターコース 全33回
③オプションコース 随時
お試し・療養・体調回復などのための講習です。


パンガローはペット同伴OK


おしゃれなグランピング施設


BBQができるテラス

〒517-0502
志摩市阿児町神明2085-88
☎|0599-43-8599
料|［パンガロー］宿泊定員5名まで貸切30,000円 中型犬までOK［グランピング］宿泊定員6名まで貸切30,000円 中型犬までOK［コテージ］宿泊定員7名まで最低料金49,000円、12名まで1名増加につき7,000円加算、週末土曜日料金1名8,000円　P|3台



HP　いなか旅のススメHP　MAP

【近隣スポット】
「志摩スペイン村」から車で約15分

【地元の耳より情報】伊勢志摩国立公園の豊かな里山はのんびり過ごすのに最適です！

体験 宿泊 ログコテージはた
〈志摩市〉

海を望む木の温もりあるログハウス。オーナーの秦さんは、早期退職後に夫婦で大阪から志摩に移住。ログコテージやバンガローは、フィンランドから直輸入したログハウスキットを使って、2年半かけて子どもや孫たちと協力して作ったそう。「この時が人生で一番楽しかったわ」と笑顔で語ってくれた。温かみのあるリビングからは海を眺めることができ、まるで海外にいるかのような非日常の時間を楽しめる。

［ ココが魅力！ ］
① 居心地の良いフィンランドログハウス
② 室内からは穏やかな海を眺められる
③ いま人気のグランピング施設もある！



スタッフのイチオシ



楽しい体験で充実の休日を！
→カヤックやたき火、まき割り、野菜の苗の植付けや収穫の体験を楽しめます。サウナ、ジャグジーもおすすめです。（オーナーの秦さん）



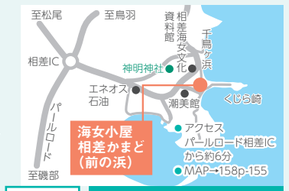



焼きたては特に美味！


海女さんたちと記念写真


目の前には海が広がる

【受付:相差海女文化資料館】
〒517-0032
鳥羽市相差町1238
☎|0599-33-7453【要予約】
営|ランチタイム 11:30～13:30
休|不定休、7月14日、8月13～15日、12月29日～1月5日　料|ランチタイム 大人4,300円、子ども1,100円(2名以上)
P|15台



HP　Instagram　いなか旅のススメHP　MAP

【近隣スポット】
女性の願いを一つ叶えてくれる」という言い伝えがある「神明神社」から車で約3分

体験 飲食 海女小屋 相差（おうさつ）かまど
〈鳥羽市〉

鳥羽市の南にある海女と漁師の町、相差。このまちには「海女小屋前の浜」と、抜群のロケーションが見渡せる「海女小屋おぜごさん」の海女小屋がある。気さくな海女さんが迎えてくれ、サザエなどの貝類や干物などの海の恵みを絶妙な加減で焼いてくれる。お好みで伊勢海老や鮑の追加ができるのもうれしい。お腹が満たされた後は、海女さんの文化や相差の話などを聞いたり、楽しいおしゃべりタイムが続く。

［ ココが魅力！ ］
① 本物の海女文化にふれられる
② 海の幸を豪快に焼いて味わう
③ 海女さんとのおしゃべりタイム



スタッフのイチオシ

贅沢なランチメニュー
→サザエ・大アサリ・バタ貝・干物・うに飯など、相差で獲れた旬のものをたっぷり味わえます。






パンフレットがいっぱい


干物の種類も豊富


ジャム「志摩のめぐみ」

〒517-0213
志摩市磯部町穴川511-5
☎|0599-56-2201
営|9:00～18:00（物産館については営業時間が異なる）　休|無休
P|普通車28台、大型2台、おもいやり駐車場1台、急速EV車区画1台



HP　MAP

【近隣スポット】
「伊勢志摩サミット記念館サミエール」から車で約15分



飲食 直売 販売 道の駅 伊勢志摩
〈志摩市〉

伊勢志摩国立公園のほぼ中央に位置する志摩市にある道の駅。スペインの風情を漂わすテラコッタタイルの屋根が目印で、観光情報コーナーが充実。SNSでは調べられなかった情報を見つけることができるかも。隣接する「伊勢志摩物産館」では海産物や伊勢志摩土産にピッタリのお菓子、さらに真珠まで販売されている。館内には開放的で広々としたレストランもあり、刺身定食や海鮮丼など、志摩の新鮮な魚介が揃う。

［ ココが魅力！ ］
① 伊勢志摩旅の休憩スポットとして最適
② 観光情報を入手できるコーナーが充実
③ この地域ならではの特産品が揃う！



スタッフのイチオシ

テイクアウトコーナー「三重美食」
→真珠の塩ソフトクリームやチーズ棒などの練り物、手焼きのせんべいなどおやつにぴったりなフードを楽しめます。



+inakatabi2025_102p_121p.indd 112-113　2025/03/25 16:31




火場焼きコース 広の浜御膳


焼きたての伊勢海老や貝は最高


海に沈む夕日も美しい！

〒517-0703
志摩市志摩町和具1641-1
☎|0599-77-7327【2日前までに要予約】
営|10:00～22:00　休|不定休
料|火場焼きコース 広の浜御膳（さざえ2個・パタガイ2個・干物・いか焼き・手こね寿し・小鉢・あおさ汁・漬物）1名3,500円（3名以上、90分以内）※追加オプションの伊勢海老やアワビは時価　P|30台

HP　MAP



【近隣スポット】
「御座爪切不動尊」から車で約10分

【地元の耳より情報】石仏（潮仏）は海中につながれており、潮の満ち干によって見え隠れします。

体験 飲食

火場・広の浜
〈志摩市〉

海女小屋は、海女さんが漁で冷えた体を温めたり、漁の合間の休憩を取ったりする場所。その海女小屋空間を再現し、海女着姿のお母さんたちが新鮮な魚介類を炭火で焼いてくれる。海女の仕事の話を聞いたり、楽しく会話したりしながらいただくと、おいしさがさらに増す。店内には磯メガネなど、実際に海女さんが使っている道具も展示されており、海女という文化の尊さを改めて知ることができる。

［ ココが魅力！ ］
① この地域ならではの海女小屋体験
② 新鮮な魚介類を豪快に炭火焼！
③ 大海原が目の前のロケーション



スタッフのイチオシ

伊勢志摩の郷土料理「手こね寿司」
→漁師が船上で獲れた魚をすぐにさばいて醤油に漬け、ご飯に混ぜたのが始まりとされる郷土料理。すべての食材が新鮮で、自慢の一品です。






その広さにワクワク！


子どもも食べやすい品種


お土産用のパックいちご

〒517-0502
志摩市阿児町神明長沢1605-2
☎|0599-46-0046【要予約】
営|1月～5月中旬 9:00～16:00（最終入園15:00）　休|火曜　料|1月の場合 大人2,300円/名、小学生2,000円/名、3歳以上1,300円/名 ※3歳未満無料 ※月によって異なる　P|約30台

HP　Instagram　MAP



【近隣スポット】
「横山展望台」から車で約15分

【地元の耳より情報】伊勢志摩にはおいしい農産物がたくさんあるので、ぜひ味わってみてください。

体験 直売

JA伊勢 長沢ファーム
〈志摩市〉

毎年1月にオープンする農園で、志摩市特産のいちご「レッドパール」を45分間食べ放題で楽しめる。「レッドパール」は高級な品種だが、収穫量が少ないため、収穫体験で味わえるのは貴重。大粒で中身まで赤く、濃厚な香りと味わいが特徴。「いちご農家も高齢化が進み、収穫体験農園を通じて技術の伝承を図っていきたい」と話すJA伊勢の担当者。その味わいを楽しみ、稀少品種の伝承に一役買ってみては。

［ ココが魅力！ ］
① 志摩市特産の稀少品種を45分間食べ放題
② 大粒で濃厚な味わいの「レッドパール」
③ お土産用のいちごもお手頃価格で販売



スタッフのイチオシ

大粒で食べ応え十分の「レッドパール」
→4棟のハウスには約2万株のいちごが揃っています。思う存分そのおいしさを味わってください！






筏から貝を引き上げる！


人気の魚釣り体験



写真スポットもある

〒517-0704
志摩市志摩町越賀1125-88
☎|0599-85-0515【要予約】
営|9:30～16:00　休|火曜
料|真珠取り出し体験 1個2,200円、アクセサリー作り 1つ550～4,400円、魚釣り（餌、バケツ付）リールなし1,650円 リールあり2,200円、シーカヤック 1時間2,200円　P|8台

HP　Instagram　いなか旅のススメHP　MAP



【近隣スポット】
海女小屋体験施設「さとうみ庵」から車で約4分

体験 販売 飲食

真珠工房 真珠の里
〈志摩市〉

英虞湾は、波穏やかな湾に栄養豊富な海水が流れ込み、真珠養殖が盛んな海。「真珠の里」では、そんな英虞湾で育ったアコヤ貝から自分で真珠を取り出す体験を行っている。開いた貝を指で探り、慎重にメスを入れると、中から白く輝く真珠が姿を現し、なかなか見られない神秘的な光景に感動する。また、自然豊かな山々に囲まれた英虞湾で、魚釣りやシーカヤックなどの体験や、海鮮バーベキューなども楽しめる。

［ ココが魅力！ ］
① 志摩旅にぴったりの「真珠取り出し体験」
② 同じ物は一つとない「輝く真珠」に感動
③ 魚釣りやシーカヤックなども楽しめる



スタッフのイチオシ

オリジナルアクセサリーを作れる！
→「真珠の取り出し体験」では、真珠を磨き上げ、ピアスやペンダント、リングやストラップなどのアクセサリーに加工することができ、自分だけのオリジナルアイテムが完成。






波のない穏やかな英虞湾


ワンちゃんも楽しそう！

〒517-0603
志摩市大王町波切2199
ともやま公園内
☎|0599-72-1733【要予約】
営|9:00～17:00　休|不定休
料|シーカヤック 1.5時間コース 大人（中学生以上）1名5,500円、小人（3歳～小学生）1名4,500円　P|100台（無料）

HP　Instagram　いなか旅のススメHP　MAP



【近隣スポット】
英虞湾を一望できる「桐垣展望台」から車で約3分

体験

志摩自然学校
〈志摩市〉

伊勢志摩国立公園内にある英虞湾は、真珠の養殖筏が浮かび、志摩の人々の暮らしが覗き見える里海。そんな海で、自然を満喫できる体験を提供している施設。人気のシーカヤックでは、大小の島々を周遊したり、条件が合えば磯遊びなど、ひとたび海に出れば爽快感抜群。ガイドスタッフがついてくれるので、マリンスポーツが初めての人も心配無用。3歳の子どもから年配の人まで安心して楽しめるのがうれしい！

［ ココが魅力！ ］
① 志摩の自然や文化を感じられる体験
② 美しい海で過ごすアクティブな時間
③ マリンスポーツ初心者も安心の体制

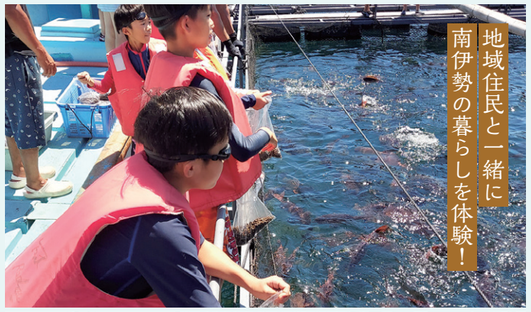


スタッフのイチオシ

シーカヤックで自然を満喫！
→気軽に楽しめる初心者コースや愛犬と楽しめるコースもあります。志摩の豊かな自然をじっくり楽しんでください！



+inakatabi2025_102p_121p.indd 114-115　2025/03/25 16:31




初心者向けのダイビング体験


食べ放題のみかん狩り


季節のジュース作り

体験 南伊勢体験ワールド
〈南伊勢町〉

伊勢志摩国立公園の南玄関に位置し、海と山に恵まれた南伊勢町。ここでは、南伊勢町の人々の「ありのままの暮らし」が体験できるプログラムがおもしろい。といっても、特別な施設はなく、地域の人々がインストラクターとなって普段生活する場を舞台に、まちの仕事や遊びなどを教えてくれる。漁船に乗って海に出たり、農業体験をしたり、マリンスポーツを楽しんだり、郷土料理を作ったり、内容は多種多様。

［ ココが魅力！ ］
① 海と山に囲まれたまちの暮らしを体験
② 自然を満喫できるマリンスポーツ
③ みかん狩りなどの農業体験も人気



〒516-0101
度会郡南伊勢町五ヶ所浦3917
☎▌0599-66-1717（南伊勢町観光協会）
【体験は5日前までに要予約】
営▌事務局営業時間 9:00～17:00
休▌年末年始　料▌体験メニューによって異なる　P▌体験メニューによって異なる



HP　Instagram　いなか旅のススメHP　MAP

【近隣スポット】
恋人の聖地に認定された「ハートの入り江（見江島展望台）」

スタッフのイチオシ
鯛の塩釜焼き作り体験（ごはん・汁物・漬物付）
→鯛1匹を塩でかためて焼きあげます。新鮮な鯛のホクホクの身は本当においしいです。
受入時期・時間／年中・9:00～15:00（体験時間：約2時間）
受入人数／4～20名
体験料金／1人2,200円 別途保険料430円






お話をしながらランチ


海女さんの交流が楽しい


田舎あられもおいしい！

体験 飲食 海女小屋体験施設さとうみ庵
〈志摩市〉

志摩の新鮮な海の幸が堪能できる海女小屋体験施設。こちらでは1グループのみで1つの囲炉裏を囲むので、仲間同士で気楽に海女さんとのおしゃべりが楽しめる。目の前に広がる海を眺めながらの昼食、田舎あられや檜扇貝などを味わうおやつタイム、満天の星を見ることができる夕食。時間ごとに異なる楽しみがあるのもうれしい。3・4月は期間限定で、伊勢海老と鮑の両方が味わえる「豪快満喫プラン！」も登場。

［ ココが魅力！ ］
① お手軽価格で気軽に海女小屋体験
② 明るい海女さんたちのおもてなし
③ 伊勢志摩ならではの新鮮な魚介類



〒517-0704
志摩市志摩町越賀2279
☎▌0599-85-1212 [要予約・前日17:00まで]
営▌11:00～20:30（19:00ラストオーダー）　休▌年末年始　料▌基本コース 1人3,850円、豪快満喫プラン（3・4月限定）1人13,200円 ※大人3名～（2人で利用の場合は1人14,300円）
P▌約20台



HP　Instagram　いなか旅のススメHP　MAP

【近隣スポット】
真珠の取り出し体験ができる「パール美樹」から車で約5分

スタッフのイチオシ
新鮮な食材を使った贅沢な食事
→基本コースでは、檜扇貝やさざえ、スルメイカ、干物、釜飯や味噌汁が楽しめます。伊勢海老をまるごと1尾堪能できる贅沢なコースもあります！






人気のご当地グルメ


鯛の姿造り実演


プロの包丁さばきは見事

飲食 直売 五ヶ所湾SUN!3!サンデー! ふれあい市
〈南伊勢町〉

元気な漁師町・南伊勢町の人々とのふれあいをテーマにした朝市。会場内に張られたテントには、新鮮な魚介や海藻といった海の幸、特産品のみかんなどの果物や野菜が並んでいる。干物や漬け物、さんま寿司、おこわ、柑橘ジュース、和菓子などのグルメの他、陶芸ワークショップなども行う。「食べてきない」ともらった試食の干物は、塩加減も干し加減も抜群。プロによる魚介の捌き方・味わい方の実演・実食も人気。

［ ココが魅力！ ］
① 地元民とのふれあいが楽しい朝市
② 南伊勢町のおいしいものがずらり！
③ 毎月変わる催し物が見どころ



〒516-0101
度会郡南伊勢町五ヶ所浦3917
南伊勢町町民文化会館駐車場
☎▌0599-66-1717
営▌毎月第3日曜（8月を除く）9:00～14:00　P▌60台



HP　いなか旅のススメHP　MAP

【近隣スポット】
「愛洲の館」から車で約3分



スタッフのイチオシ
特産品の干物
→海の旨みが凝縮されたおすすめ商品で、種類も豊富。みりん干しやみかんなどは、試食ができることもあります。






楽しみいっぱいの施設


釣り体験もできる！


名物の「勝っおバーガー」

体験 飲食 海ほおずき
〈志摩市〉

古くから漁業が盛んで、漁師町の食文化が色濃く根付いている志摩。そんなまちの食や海での遊びを気軽に体験できる施設。天然のミニ水族館と呼ばれるタイドプール（潮が引いた後の潮だまり）を、自然に近い形で再現した「わんぱく磯」で4～10月に楽しめる「磯体験」では、水深40～60センチほどの浅瀬を泳ぐ魚や貝を観察したり、ふれあったりすることができる。また、郷土料理「てこね寿司」や干物を作る「料理体験」も人気。

［ ココが魅力！ ］
① 海の生き物とふれあえる「わんぱく磯」
② 志摩の食文化を知れる「料理体験」
③ 海のおもしろさを親子で学べる！



〒517-0404　志摩市浜島町浜島465-14
☎▌0599-53-1002
営▌9:30～16:00（7～8月は17:00まで）
休▌火曜（夏休み期間は無休）、年末年始（12月28日～1月3日）　料▌磯体験（予約なしで可能）小学生以上1,000円、3歳以上未就学児500円 ※3歳未満無料、干物作り体験（4日前までに要予約）2尾コース1,000円、てこね寿司作り体験（4日前までに要予約）レギュラー桶（4～5人前）4,500円　P▌70台



HP　Instagram　いなか旅のススメHP　MAP

【近隣スポット】
美しい志摩の海の絶景を楽しめる「横山展望台」から車で約25分

スタッフのイチオシ
みんなで楽しく料理体験！
→「干物作り」では、包丁の使い方や魚のさばき方など、知っておくと生活に役立つポイントもお伝えします。「てこね寿司作り」も人気です！



+inakatabi2025_102p_121p.indd 116-117　2025/03/25 16:31

体験 飲食 直売

里の駅 ないぜしぜん村

〈南伊勢町〉




ジュースの冷凍パックも好評


五ヶ所小梅を使ったジュース


お店の前にあるベンチ

五ヶ所湾沿いを車で走ると、みかん形の看板が目印の「ないぜしぜん村」が見えてくる。特産品「みかん」や、みかんジュースなどのオリジナル商品、地元のお土産などを購入できる。ドライブの途中で気軽に立ち寄れる観光案内所のような存在で、みかん狩りも楽しめる。村長の山出さんは「お店の前に広がる海の景色を楽しんでほしい」と、広場に手作りベンチを設置。座ってジュースを飲みながら一息つくのもおすすめ。

〒516-0111
度会郡南伊勢町内瀬1537-8
☎|0599-67-8100
営|9:30～17:30
休|木曜(みかん狩り期間中は無休)
P|約40台



HP Instagram いなか旅のススメHP MAP

【近隣スポット】
南伊勢町の海の景色を楽しめる「南海展望公園」から車で約20分

[ココが魅力！]



① 南伊勢町のお土産が幅広く揃うお店
② バリアフリーに対応したみかん狩り
③ 海の景色をゆっくり楽しめるベンチ

スタッフのイチオシ



特産品「みかん」の味覚狩り
→五ヶ所湾の潮風を受けて育ったみかんは甘くて絶品！畑は低く安定した足場で、バリアフリーに対応しています。

料|大人1,700円(2kg土産付)、小学生1,200円(1kg土産付)、幼児600円
※団体(20名以上)・障害者割引あり





[鯛茶漬け付2,300円]


五ヶ所湾の漁場で鯛を生産


手塩にかけて育てた鯛


デザートのシフォンケーキ

飲食 販売

寶鯛の食堂 日々(たからたい にちにち)

〈南伊勢町〉

穏やかな五ヶ所湾の入江で鯛を育てる、家族経営の「大下水産」。海から揚げてきたばかりの鯛をささっと捌いて食卓へ。「この鯛のおいしさを多くの人に味わってほしい」と自宅の一角で食堂をオープン。当日の朝、ご主人が海から揚げた新鮮な鯛を使用した食事は、南伊勢町まで足を運ぶだけの価値がある。愛情込めて育てた鯛を「寶鯛」と名付け、唯一のメニュー「寶鯛定食」として、鯛茶漬けやお頭の煮付けなどを提供。

〒516-0116
度会郡南伊勢町迫間浦1188-19
☎|090-7850-7557
[完全予約制/2日前まで]
営|土・日曜のみ ランチ 第1部 11:30～、第2部 13:00～、テイクアウト 11:30～18:00　休|月～金曜、祝日
P|あり



HP Instagram いなか旅のススメHP MAP

【近隣スポット】
南伊勢町の海の景色を楽しめる「南海展望公園」から車で約10分

[ココが魅力！]

① 当日の朝に水揚げした鯛を使用
② 鯛のおいしさを引き出す調理法
③ 家族経営のアットホームなお店



スタッフのイチオシ

「鯛の炙り寿司」1,300円
→お持ち帰り専用メニューとして人気(2日前までに要予約)。すし飯に寶鯛の炙りと薬味5種類がたっぷり。皮と身の脂が香ばしく、お刺身では味わえない旨みが感じられます。



まだまだ続く いなか旅スポット 伊勢志摩地区

他にも、三重県の自然や文化を楽しむスポットが満載！

玉城町 / アスピア玉城(ふれあいの館)





良質な療養泉として人気の「玉城弘法温泉」、ソーセージづくり体験、特産「玉城豚」をはじめとする農産品直売所など、世代を問わず楽しめる施設。また、隣接するフィールドでは、春には菜の花、夏にはヒマワリ、秋にはコスモスの花が楽しめる。





度会郡玉城町原4266　TEL 0596-58-8800
http://kizuna.town.tamaki.mie.jp

主な施設|入浴施設、ふるさと味工房アグリ、米工房、子供広場など　**利用料金**|「ふれあいの館」/日帰り入浴　大人500円、子ども(3歳以上12歳未満)350円、65歳以上350円、身体障がい者350円　**休日**|水曜(祝日の場合翌日)、年末年始　**アクセス**|玉城ICから約5分




商品の発送もできるお店


種類豊富な加工品


パッションフルーツも販売

体験 飲食 直売

株式会社 土実樹(つみき)農園

〈南伊勢町〉

五ヶ所湾からの海風を受ける南伊勢町は、みかん栽培が盛んな地域。その地の栄養豊富な土と樹で熟させた柑橘類を栽培・販売するお店。甘みと酸味が濃く凝縮された「温州みかん」は、そのままで食べるのはもちろん、果汁ストレートジュースで飲んでもおいしい。でこんのコンフィチュール、ビスコッティなどの加工品は、一年を通して販売。また、みかん収穫体験も実施し、サイズ分けから箱詰めまでを体験できる。

〒516-0102
度会郡南伊勢町切原3119-2
☎|0599-66-1201
営|9:00～16:00　休|水・木曜、年末年始 ※6月～9月は火・水・木曜　料|みかん収穫体験(12月開催/1時間食べ放題)小学生以上1,000円、未就学児無料 ※お持ち帰り袋は1,000円。開催日はHPにて要確認
P|約10台



HP Instagram いなか旅のススメHP MAP

【近隣スポット】
美しい自然とアート鑑賞を楽しめる「伊勢現代美術館」から車で約10分

[ココが魅力！]

① 栽培に適した地域で育った「温州みかん」
② ジュースなどのオリジナル商品も豊富
③ 家族で楽しめる「みかん収穫体験」



スタッフのイチオシ

南伊勢町ブランドに認定された「温州みかん」
→マルチ栽培で育った「温州みかん」は、甘くて濃い！一口食べれば、そのおいしさに気づいてもらえると思います。



+inakatabi2025_102p_121p.indd 118-119　2025/03/25 16:31

有名観光地等から一歩踏み出し、美しい三重の里へ

伊勢志摩地区

伊勢志摩ならではの食事・体験を楽しむ旅

地元料理を存分に楽しみながら温泉でゆったり鳥羽観光も満喫


海ほおずき（てこね寿司作り体験）


海ほおずき（てこね寿司作り体験）


海女小屋はちまんかまど

海女の話を聞く おやつ海女小屋 体験コース！


海女さんとのお話も楽しめる！


鳥羽旅館（宿泊）


鳥羽マルシェ


お買い物・ランチ！


飼育種類数が日本一！

鳥羽水族館

行程（1泊2日）／所要時間：1泊

1日目

海ほおずき　所要 1.5時間
【てこね寿司作り体験】

約40分

海女小屋はちまんかまど　所要 50分
【海女小屋体験～海女の話を聞くTea Time（おやつ）海女小屋体験コース】

約30分

鳥羽旅館
【鳥羽の旅館でゆっくり温泉・食事を満喫】

ご宿泊

2日目

約5分

鳥羽水族館
【鳥羽水族館は飼育種類数が日本一。約1200種もの海や川の生きものを飼育】

約5分

鳥羽マルシェ
【地元産の食材を使った昼食と海産物農産物のお買い物】

※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！

伊勢志摩地区


カヤックで自由に伊勢志摩の海を旅しよう！





サニーコースト カヤックス（南伊勢町）



おだやかな南伊勢町の五ヶ所湾にベースを構えるカヤックスクール＆ガイドツアー会社。家族やカップルで気軽に楽しめる初心者向けの「半日ツアー」から、小さな子どもやペット同伴でも安心して参加できる「プライベートツアー」、シーカヤックの醍醐味を体感できる「キャンプツアー」、大きなうねりも押し寄せる太平洋を漕ぐ経験者向けの「南伊勢リアスコーストツアー」など、ガイドツアーの種類が豊富。また、スキルアップのための各種講習も充実しており、釣りに特化した「カヤックフィッシング」の講習も人気。

所｜度会郡南伊勢町五ヶ所浦1007-17
☎｜0599-66-1919　営｜9:00～18:00　休｜不定休
料｜半日ガイドツアー 1名6,930 円、キャンプツアー（2days）1名23,100円、プライベートツアー（半日プラン）1名13,200円　ア｜伊勢自動車道「玉城IC」から約30分　P｜10台　HP▶

NPO法人 伊勢志摩バリアフリーツアーセンター（鳥羽市）


おもてなしの心をカタチに！日本一のバリアフリー観光をめざして







「行けるところよりも行きたいところへ」をモットーに、伊勢志摩および三重県の観光施設や宿泊施設のバリアフリー情報を発信している団体。バリアフリーアクティビティについては、その魅力をPRするとともに、障がい者や高齢者が安心して楽しめるよう、利用者側・施設側、双方へのアドバイスを行っている。また、砂浜や水辺などの悪路でも走行しやすい「水陸両用の車いす」のレンタルも好評。体験場所までのアクセス情報も提供するなど、「誰もが安心して旅行を楽しめる三重県」をめざして活動している。

所｜鳥羽市鳥羽一丁目2383-13 鳥羽1番街1階
☎｜0599-21-0550　営｜9:30～17:00　休｜木曜（繁忙期は無休）
ア｜JR・近鉄「鳥羽駅」から徒歩約2分　P｜佐田浜駐車場（有料）
※駐車場には車いす専用駐車場あり　HP▶

+inakatabi2025_102p_121p.indd 120-121　2025/03/25 16:31