

尾鷲甘夏

尾鷲の暖かい気候と急峻な地形は、甘夏の栽培に適している。太陽と海の恵みを受けて育つ甘夏は、「尾鷲甘夏」として知られており、旨みが凝縮され、甘みと酸味のバランスが絶妙で、さわやかな味わいが特徴。近年では、環境に配慮した有機農業にも取り組み、植物の力を活かした栽培方法によって、より安心で風味豊かな甘夏が生産されている。

モデルコース

自然を楽しめる体験が複数あり！
シーカヤックステーション 小山ハウス
P128 参照 要予約

美しい山・川・海が揃う！
キャンプinn海山
P128 参照 要予約


歴史・文化を大切にしたツアー
くまの体験企画
P130 参照 要予約


美しい夜景を一望できる！
おわせむかい農園キャンプ場 ミノレ
P135 参照 要予約

日帰り お買い物＆歴史＆グルメ満喫コース♪

尾鷲北IC

約5分


わくわく倉庫でお買い物
おわせマルシェ
P134 参照

約2分


熊野古道の歴史を知ろう！
三重県立熊野古道センター
P135 参照

約15分


海産物のお土産ならここ！
おわせお魚いちば おとと
P131 参照

1泊2日 地元の暮らしを楽しむコース♪

三木里IC

約10分


体験イベントに参加！
アクアサポート古江
P132 参照

約2分～40分


1日1組限定の貸切宿
民泊 ふるえ
P133 参照


窓から賀田湾を眺める
泊まれる茶屋 織屋
P133 参照 要予約


シーカヤックも体験！
ながらのおうち
P134 参照 要予約


我が家でくつろげるような宿
三次屋
P131 参照 要予約


海を間近に望む貸し切り宿
ととクラブ宿
P129 参照 要予約


©(公社)三重県観光連盟

熊野古道・馬越峠

尾鷲市と紀北町の境にある峠で、約2kmにわたって尾鷲ひのきの美林の中に石畳道が続くさまは、まさに熊野古道を象徴する光景。峠の東には尾鷲を一望できる天狗倉山へのハイキングルート、峠の下には桜の名所として知られる馬越公園がある。

海と山の自然に満ちた
漁獲高県内随一の漁師町

尾鷲地区

熊野灘に面し、新鮮な魚が日々水揚げされる尾鷲港や紀伊長島港。漁業と密接な関わりがあるこの地域では、新鮮な魚介類が味わえるのはもちろん、干物の加工など、独自の食文化や技術が伝わっている。




©(公社)三重県観光連盟

魚のまちの食文化

漁獲高県内トップレベルの紀伊長島港や尾鷲港から水揚げされる新鮮でおいしい魚のほか、地域独自の製法で作る干物や郷土料理の「さんま寿司」も名物。

尾鷲市 須賀利漁港
©(公社)三重県観光連盟

1泊2日 漁師町のんびりコース

紀伊長島IC

約3分


珍しい「マンボウ」を堪能！
道の駅 紀伊長島マンボウ
P124 参照

約10分～20分


そば打ち体験！
そば蔵 旭屋
下河内の里山を守る会
P130 参照


漁師町をまち歩き！
古道魚まち歩観会
P125 参照 要予約

約10分～20分


日本家屋でゆったり♪
ゆうがく邸
P124 参照 要予約


「昭和レトロ」にあふれる宿
えん
P125 参照 要予約


漁師町に宿泊！
ふるさと民宿 おかみの会
P126 参照 要予約


鬼ヶ山の麓で育った肉厚ジューシーなしいたけをお土産に♪
やきやまふぁーむ
P132 参照


新鮮な卵を使ったスイーツは絶品！
卵卵ふわぁ～む
p126 参照

1泊2日 尾鷲の穴場コース

海山IC

約5分


朝イチ人気の直売所へ！
さくらファーム
P127 参照

約10分～20分

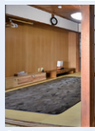
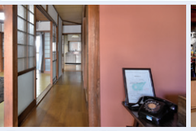

別荘感覚の優雅な休日
窮楽通楽
P129 参照 要予約


旧校舎に宿泊！大人数の宿泊なら！
島勝浦体験型イベント交流施設 けいちゅう
P127 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_122p_137p.indd 122-123
2025/03/25 16:27





「ただいま！」と言いたくなる宿泊部屋


隣にある「多喜屋」で夕食

体験 宿泊 飲食

えん
〈紀北町〉

「昔ながらの田舎の家に泊まりに来た感覚で遊びに来てもらえれば」と話すのは、紀北町で生まれ育ったオーナーの東さん。築50年以上の民家を改装して、体験民宿「えん」をオープン。室内は存在感のある柱やすりガラスの引き戸、漆喰の壁など、昭和の風情を感じさせる趣き。ゆったりとした時間の流れを感じることができる場所だ。夕食は隣にある「多喜屋」で。おいしい食事やお酒も、紀北町を訪れる旅の醍醐味。

〒519-3204
北牟婁郡紀北町東長島2533-8
☎|080-4968-7286【要予約】
営|金・土・日曜営業 ※宿泊は1日1組(5名まで)　休|無休　料|素泊まり 4,500円/名、1泊2食付き 10,000円/名 ※ペットも一緒に宿泊可。1泊1頭2,000円。寝具類汚損の場合は、クリーニング代として7,000円。　P|3台

Facebook　MAP



【近隣スポット】
「紀伊長島港」
から車で約3分



[ココが魅力！]
① 「昭和レトロ」な雰囲気の民宿
② ゆったりと時間を過ごせる空間
③ 財布に優しい「宿泊料金」



スタッフのイチオシ



「漁師さんと行くミステリーツアー」が楽しい！
→漁船に乗って、地元の漁師さんとさまざまな漁業体験ができます。楽しい思い出をつくってください！
(オーナーの東さん)






風情ある町並み


歴史を伝えるまちかど博物館


伝統行事「船だんじり」

〒519-3205
北牟婁郡紀北町長島
☎|0597-46-3555
営|8:00～11:00、14:00～17:00
休|不定休　料|まち歩きガイド【要予約】1人 500円(5人以上)
P|要問い合わせ

HP　いなか旅のススメHP　MAP



【近隣スポット】
「道の駅
紀伊長島マンボウ」
から車で約5分



体験

古道魚まち歩観会
〈紀北町〉

「熊野古道のロマンと漁師町の温もりとのふれあいがもたらすやすらぎの交流空間作り」をテーマに、まちづくりに取り組む会。紀北町長島にある昔ながらの漁師町「魚まち」を、ガイドと一緒に散策するツアーを企画している。まちの歴史や漁師の生活にふれたり、天日干しの干物を販売するお店など地元ならではの情報も教えてくれる。休憩所にもなっているまちかど博物館では、影絵を使って「魚まち」の民話を上映。

[ココが魅力！]
① 昔ながらの漁師町を楽しくまち歩き
② 熊野古道の歴史ロマンにふれるツアー
③ 漁師町の人々との心温まる交流



スタッフのイチオシ

どこか懐かしさを感じる漁師町を散策！
→散策マップを片手にガイドさんとまち歩きへ出発！歴史ある寺社や名所旧跡めぐりも楽しいです。






新鮮な「海鮮盛り合わせ丼」


郷土料理「さんま寿司」も販売


ゆっくり休める芝生広場

飲食 直売

道の駅 紀伊長島マンボウ
〈紀北町〉

紀伊長島は熊野灘から新鮮な魚が揚がる漁業が盛んな地域。紀北町の玄関口にあり、三角屋根が目印の道の駅は、地元の寿司店や水産会社、魚店などから多くの商品が集まる。「マンボウ」を使った商品も豊富で、冷凍の切り身からお菓子まで多彩なラインナップ。マンボウは駅内の食堂などで味わうことができ、訪れる人はその味に興味津々。また、屋外には芝生広場や遊歩道などがあり、ドライブ休憩にも最適。

〒519-3204
北牟婁郡紀北町東長島2410-73
☎|0597-47-5444
営|平日 8:15～18:00、土日祝 8:00～18:00、食事処マンボウ 9:00～15:00　休|年中無休　P|94台

HP　いなか旅のススメHP　MAP



【近隣スポット】
「荷坂峠
マンボウの丘」
から車で約5分



[ココが魅力！]
① 「マンボウ」が食べられる道の駅
② 紀伊長島で採れた新鮮な魚介類
③ 旅の休憩に最適な「芝生広場」

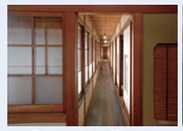


スタッフのイチオシ

名物「マンボウの串焼き」1本450円
→土日限定で屋台にて販売し、食感がクセになる人気商品。「マンボウフライ定食」(1,000円)もおすすめ！






檜の香りに包まれた邸内


料理体験も楽しい！


石窯でピザ作り(要予約)

体験 宿泊

ゆうがく邸
〈紀北町〉

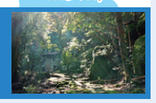
元材木商の屋敷だった「ゆうがく邸」は、75年以上前に16代目の宮大工が精魂込めて建築した日本家屋。平成22年に改装され、地域の文化や農業体験ができる宿泊施設に生まれ変わった。昔ながらの日本建築の良さはそのまま残し、宿泊スペースとなる部屋は今の暮らしに合った手入れが施されており、快適に過ごせる。また、コンサートや展示会などのイベントが随時行われ、芸術家を招いての陶芸体験なども開催。

〒519-3204
北牟婁郡紀北町東長島128
☎|090-1563-7690 (担当:中村)【要予約】
営|邸内見学 8:00～17:00、チェックイン15:00～、チェックアウト～10:00
料|2名44,000円～(1棟貸)
P|2台

HP　いなか旅のススメHP　MAP



【近隣スポット】
世界遺産
「熊野古道」
(荷坂・ツヅラト)



[ココが魅力！]
① 地元の木材を贅沢に使った日本建築
② 文化活動ができる場所として人気
③ 旅の楽しさが増す「多彩な体験」



スタッフのイチオシ

日本家屋ならではの落ち着きのある空間
→こだわっているのは「すごしやすさ」。お客様に寛いでいただける空間をめざし、手入れを行っています。



+inakatabi2025_122p_137p.indd 124-125　2025/03/25 16:28




自然に囲まれた旧中学校


みんなでワイワイ自炊


屋外のBBQも楽しい！

〒519-3412　北牟婁郡紀北町島勝浦321
☎▌0597-39-1080 【要予約】
休▌年末年始　料▌[9名以下の場合]日帰り1,100円(65歳以上730円)、素泊まり 1泊3,300円(65歳以上2,710円)［10名以上の場合]日帰り 大人830円、高校生730円、小中学生以下620円／素泊まり1泊 大人 2,930円、高校生 2,710円、小中学生以下 2,500円［バーベキューハウス］(～19:00) 1基 1,500円 ※BBQのみの利用も可(別途日帰り料金が必要)　P▌あり



HP　Instagram　いなか旅のススメHP　MAP

【近隣スポット】
波が穏やかな
「和具の浜海水浴場」
から車で約3分

体験 宿泊

島勝浦体験型イベント交流施設 けいちゅう

〈紀北町〉

元々は中学校だった建物の雰囲気をそのまま残した体験施設。30畳の広々とした和室が3部屋あり、大勢での宿泊も可能。職員室は食堂も兼ねた「くつろぎルーム」に、校長室や保健室はお風呂になったり、いつもと違った学校の過ごし方ができるのが楽しい。体育館も利用でき、子ども会の行事や部活の合宿など大人数での利用もOK。近くに漁港や海水浴場もあるので、釣りなど海辺の体験と合わせて、楽しく過ごせる。

［ ココが魅力！ ］
① 中学校が楽しい宿泊施設に変身！
② 教室を改装した「和室30畳の宿泊室」
③ 大人数のアクティビティに便利な体育館



スタッフのイチオシ

材料を持ち寄り、楽しく料理！
→食事は調理室での自炊が基本。冷蔵庫やガスコンロ、炊飯器、フライパンなど、各種調理器具も自由に使えます。
利用時間／6:00～21:00






立派な野菜が並ぶ


肉厚で良質な生しいたけ


「竹の子いも」も人気

〒519-3406
北牟婁郡紀北町相賀454-2
☎▌090-1568-8979
営▌水・日曜 8:00～売れ切れ次第終了
休▌お盆、正月、悪天候時
P▌15台



いなか旅のススメHP　MAP

【近隣スポット】
奇跡の清流とも
呼ばれる
「銚子川（上流）」



直売

さくらファーム

〈紀北町〉

毎週水・日曜、7時30分から整理券（番号札）を配り、順番に並んでもらい、開店の8時から販売開始。買い物客のお目当ては「紀北農業者の会」の会員が持ち寄る新鮮な野菜。約30種の季節の野菜が並び、値段はお値打ち。お客さんは近所のリピーターが多く、店内はおしゃべりでにぎわっている。人気のものは開店直後からどんどん売れてなくなるので、お目当てのものがある場合は早めの来店がおすすめ。

［ ココが魅力！ ］
① 地元農家が作った立派な野菜がいっぱい
② 旬の山菜や珍しい野菜なども揃う！
③ 直売所ならではのお値打ち価格

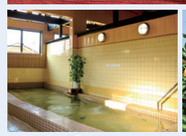


スタッフのイチオシ

気軽に買い物ができる「地域の交流の場」
→客足が落ち着いている時は、お客さんと生産者さんの会話が弾んでいます。直接おいしい食べ方を聞いてみてください。






くつろぎの湯「古里温泉」


みかんの里として有名な地域


絶景スポットもある！

〒519-3209
北牟婁郡紀北町古里816
(きいながしま古里温泉)
営▌対応の宿へ要問い合わせ
料▌[要予約] 1泊2食付き 8,800円～
P▌あり



いなか旅のススメHP　MAP

【近隣スポット】
紺碧の海が広がる
「古里海水浴場」
から車で約5分



宿泊 飲食

ふるさと民宿 おかみの会

〈紀北町〉

雄大な自然、海水浴も楽しめる美しい海、寛ぎの湯治場「古里温泉」などがある紀伊長島古里地区。観光資源に恵まれたこの土地に足を運んでもらいたいとおもてなしの工夫に努めている会。その取組の一つが6つの宿と温泉施設がコラボしたオリジナル宿泊プランの企画。紀伊長島市場から直送の魚介類をふんだんに使ったヘルシーな料理を味わったり、古里温泉に入ったり、お手頃な価格で贅沢な時間を過ごせる。

［ ココが魅力！ ］
① 6つの宿と温泉施設が企画したお得プラン
② 1泊2食付1人8,800円～でお値打ち価格
③ 熊野古道散策など地域の楽しみを満喫！



スタッフのイチオシ

おもてなしの心から生まれた特別プラン
→すべての宿から歩いて湯治の湯「古里温泉」へ行くことができます。

対応の宿

紀伊の松島	☎ 0597-49-3048
さざなみ	☎ 0597-49-3202
はま風	☎ 0597-49-3436
美乃島	☎ 0597-49-3630
美浜	☎ 0597-49-3310
桃太郎	☎ 0597-49-3217






温泉たまごを混ぜ込んだソフトクリーム


卵好きなら「善玉タウリ」


幻の柑橘「紀伊のじゃばら」を使った商品

〒519-3205
北牟婁郡紀北町長島629-1
(紀伊長島本店)
☎▌0597-47-3931
営▌10:00～18:00　料▌卵卵シュー200円、善玉タウリ 6個入り330円、ソフトクリーム カップ300円
休▌火・水曜　P▌12台



HP　Instagram　いなか旅のススメHP　MAP

【近隣スポット】
マンボウを味わえる
「道の駅 紀伊長島マンボウ」
から車で約5分

販売

卵卵ふわぁ～む

〈紀北町〉

直営農場で愛情をこめて育てられたニワトリが産む新鮮な卵を使用したスイーツが人気のお店。自家炊きのカスタードを使ったシュークリームをはじめ、ロールケーキ、プリン、ソフトクリームなども販売。また、コレステロール値を抑制する働きがある「タウリン」を含む卵「善玉タウリ」や、花粉症などのアレルギー反応の抑制機能があるとされる「ナリルチン」が豊富な柑橘類「紀伊のじゃばら」を使った商品も人気。

［ ココが魅力！ ］
① 養鶏場から直接届く新鮮な卵を使った商品
② こだわりのシュークリーム「卵卵シュー」
③ 2～3個食べても安心の卵「善玉タウリ」



スタッフのイチオシ



土日祝限定で販売する「卵卵生どら」
→新鮮な卵をたっぷり使用した生地に、尾鷲海洋深層水の塩を隠し味に使用した「甘すぎないあんこ」を挟んでいます。季節に応じて中身が変わるので、お楽しみに！



+inakatabi2025_122p_137p.indd 126-127　2025/03/25 16:28




ゆっくり休める寝室


浴室からの眺めも最高


屋根付のBBQスペース

〒519-3415
北牟婁郡紀北町矢口浦1092-3
☎|0597-39-1037【要予約】
営|1日1組(6名まで)　休|無休
料|素泊まり 2名1室 12,100円～/名、4名1室 9,350円～/名、BBQプラン 2名1室 17,050円～/名
P|4台



HP　Instagram　MAP

【近隣スポット】
海がすぐ横にある「大白公園」から車で約5分



体験 宿泊

窮楽通楽
〈紀北町〉

「窓のサッシがないので、外に出ようとしてぶつかりそうになる人もいますよ」と話すのは、青さのり養殖業を営むオーナーの西村さん。一棟貸しの家のリビングに設けた窓越しに、海と山が一体となった矢口湾の景色が広がる。快適なリビングで過ごしながらも、自然に包まれた感覚を味わうことができ、家中どこにいても外の景色が視界に入る。また、海を眺めながらBBQができる設備もある。

［ ココが魅力！ ］
① 海辺にある一棟貸しの宿泊施設
② 日々の喧騒を忘れ、安らげる環境
③ 雨でもBBQが楽しめる設備



スタッフのイチオシ

別荘感覚で優雅な休日を満喫！
→リビングや寝室など、すべてが過ごしやすい空間になっています。冬でも快適に過ごすことができます！（オーナーの西村さん）



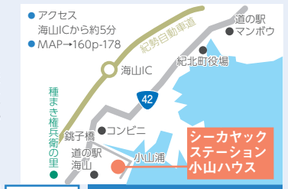



みんなでシーカヤックに挑戦


ガイドがわかりやすく説明


海から見る景色は格別！

〒519-3407
北牟婁郡紀北町小山浦464-80
☎|080-4120-0480【要予約】
休|不定休　料|【全て要予約】自分旅サポートシステム 16,000円～、ファミリープラン 34,000円(割引不可)、シットオンカヤック体験 7,500円～
P|5台



HP　Facebook　いなか旅のススメHP　MAP

【近隣スポット】
三重県最大級の日本庭園がある「種まき権兵衛の里」から車で約8分

体験 宿泊

シーカヤックステーション 小山ハウス
〈紀北町〉

熊野灘に面した広大な海と、すぐ後ろには山がある自然豊かな紀北町を舞台としたさまざまなアクティビティを企画する「小山ハウス」。海上を自由に動けるシーカヤックの乗り方からパドルの使い方までを丁寧に教わった後、ガイドと一緒に海へ。海の上を自ら漕ぎ進めるおもしろさにハマる！他にも、熊野古道散策やマウンテンバイク、シュノーケリングなど、初心者や子どもでも気軽に親しめる内容ばかり。

［ ココが魅力！ ］
① 開放感抜群のシーカヤック体験
② ガイドの丁寧な指導で初心者でも安心
③ 自然を楽しめる体験が複数揃う！



スタッフのイチオシ

1日1組限定の「自分旅サポートシステム」
→複数のアクティビティから、自分たちのレベルに合ったコースを設定。シーカヤック、サイクリング、ハイキングなどを組み合わせて、楽しめます！






居間のデッキからの眺め


2階の寝室からも海を望める


甘夏みかん搾り体験も実施

〒519-3602
尾鷲市天満浦165-4
☎|090-4858-8695【要予約】
営|10:00～19:00　休|不定休
料|1泊素泊り10,000円(3名まで)※1名追加ごとに3,000円
P|2台



HP　Instagram　いなか旅のススメHP　MAP

【近隣スポット】
新鮮な魚介類を販売する「おわせお魚いちば おとと」から車で約10分

体験 宿泊

ととクラブ宿
〈尾鷲市〉

サラリーマン時代は東京などに在住していたオーナーの足立さん。趣味の魚釣りで訪れた尾鷲に魅力を感じ、定年退職前に移住。宿は広々と使えるようリフォームし、一日一組限定の貸し切り制に。居間のデッキからはオーナーもおすすめの「尾鷲港の風景」が一望できる。また、筏で釣った魚をさばいて食べたり、天満浦地域で栽培する甘夏ミカン果汁ジュース作りをしたり、環境を生かした体験も好評。

［ ココが魅力！ ］
① 一日一組限定の貸し切り宿
② デッキから見える尾鷲港の風景
③ 環境を生かした多彩な体験



スタッフのイチオシ

気軽に楽しめる「筏釣り」(要予約)
→比較的潮も緩く、初心者からベテランまで楽しめます。全ての筏にトイレ・テントを設置しているので、女性も安心です。
営|夏期 6:00～17:00、冬期 6:30～17:00
料|渡船4,000円






リバーオートサイト


ゆったり過ごせるコテージ


屋根付の炭火焼ハウス

〒519-3408　北牟婁郡紀北町便ノ山271
☎|0597-33-0077 (受付 9:00～17:00)
営|9:00～17:00　休|11～3月の水曜、メンテナンス休業あり　料|【全て要予約】一人あたりの利用料(1泊)大人(中学生以上)1,000円、子ども(3歳～小学生)・シニア(65歳以上)500円 ※施設宿泊料別途必要。コテージ10,000円～、オートサイト1,400円～(ともにシーズン料金制)　P|60台



HP　Instagram　いなか旅のススメHP　MAP

【近隣スポット】
「便石山(象の背)」片道約1時間40分で絶景を見に行こう！

体験 宿泊

キャンプinn海山
〈紀北町〉

コテージやキャンプサイト、炭火焼ハウスなどの充実した設備が揃い、アウトドアに慣れない人も気軽にキャンプを楽しめるスポット。自然がいっぱいの環境で思い思いの過ごし方ができるが、おすすめは美しい銚子川でのアクティビティ。他にも、夏はホタル観察、冬は星空を眺めるイベントなどを開催。周辺のスポットも魅力的で、海水浴や釣り、磯遊び、熊野古道登山など、海・山・川遊びとセットで利用したい。

［ ココが魅力！ ］
① 美しい山・川・海が揃うキャンプ場
② 初心者でも気軽に利用できる設備
③ キャンプ以外の楽しみもいっぱい



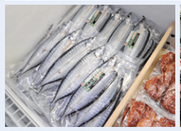
スタッフのイチオシ

抜群の透明度を誇る銚子川でのアクティビティ
→カナディアンカヌーに乗って、水深4mの深さまで見渡せるほどの川の透明度を体感してみてください！



+inakatabi2025_122p_137p.indd 128-129　2025/03/25 16:28




根強い人気の干物


お寿司の種類も豊富


おすすめの「まぐろラーメン」

飲食 直売

おわせお魚いちば おとと

〈尾鷲市〉

水産会社「尾鷲物産」の直売所とあって、鮮度抜群の魚介類がお値打ち価格で並んでいる。店員さんによると「売り場に並ぶ魚は、その日の海の気分次第です」とのこと。時には見たこともないような珍しい魚も並ぶこともあり、どんな魚が揚がったかを見に行くのも楽しみ方の一つ。また、店内奥にある「おわせ魚食堂」では、獲れたて地物魚介類や日替わり惣菜、尾鷲物産自慢の魚が食べられるセルフスタイルが人気！

［ ココが魅力！ ］

① 鮮魚や東紀州の特産品が所狭しと並ぶ
② 日によって品揃えが変わる売り場
③ 好きなものを選んで食べられる食堂



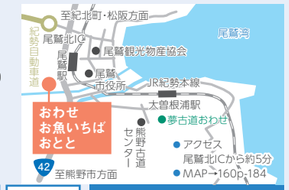
スタッフのイチオシ

新鮮な魚介類を味わえる「おわせ魚食堂」

→広い店内は、子ども用の食器やイスなどもあり、お子様連れにも安心。「地魚丼DX」(1,260円)は、その日おすすめの地魚に、本マグロをプラスしたスペシャルな丼です。



〒519-3659
尾鷲市古戸野町2-10
☎|0597-23-2100
営|店舗 10:00～18:00、食堂 11:00～14:00　休|無休
P|40台、バス6台



HP　Facebook　いなか旅のススメHP　MAP

【近隣スポット】
食事とお風呂を楽しめる「夢古道おわせ」から車で約9分

海まですぐ近く

多くの本が並ぶ大きな本棚

キッズコーナーもある

体験 宿泊

三次屋（さんじや）

〈尾鷲市〉

築75年以上の民家をリノベーションした「三次屋」は、オーナーの中村さんのご主人の両親が暮らしていたお宅。耐震工事と同時に行われた改修の際、水回りや体を休める部屋は使い勝手の良い現代風となったが、日本家屋の魅力はそのままに美しく生まれ変わった。食事はキッチンで自炊をしたり、隣の「里乃茶屋」へ。七輪で干物を焼いたり、郷土料理を楽しむこともできる。林業体験の希望者への対応も行っている。

［ ココが魅力！ ］

① 自然に囲まれた静かな場所にある古民家
② 漁業が盛んな地域でとれた魚や干物を堪能
③ 山林での間伐や薪割りなどの林業体験



スタッフのイチオシ

日本家屋の良さを感じる「寛ぎ空間」

→日本家屋の趣を守りながら、水回りは使い勝手の良いように改修しています。尾鷲や熊野観光に利用するリピーターのお客さんも多いです。



〒519-3811
尾鷲市三木里町281
☎|090-1563-7690（担当 中村）
✉|qbnor@juno.ocn.ne.jp
※Wi-Fi完備
営|【要予約】1日1組限定（7名まで）
料|2名22,000円～（1棟貸）
P|4台



いなか旅のススメHP　MAP

【近隣スポット】
「三木里海水浴場」から徒歩約2分

【地元の耳より情報】海岸まで徒歩2分の場所にあります。昼間はもちろん、月夜の景色も最高！




人気の「里山定食」1,100円



下河内の日に販売する商品


毎月季節のお花でお出迎え

体験 飲食 直売

そば蔵 旭屋 下河内の里山を守る会

〈紀北町〉

紀北町下河内地域で、里山の景観にほれ込んだ町内外の会員が築130年の旧旅籠「旭屋」を自ら改装し、地域を紹介する拠点として活動。毎月第2土曜日は「下河内の日」として農家レストランをオープン。打ちたてのそばや山菜の天ぷらなど地元食材を使った料理が人気。他にも、「きほく里山体験笑楽校」として、そば打ちやこんにゃくづくりなどの体験を実施したり、さまざまな活動で下河内の魅力を伝えている。

［ ココが魅力！ ］

① 貴重な里山が残る地域の魅力を発信！
② 月に1回開店する「農家レストラン」
③ そば打ちなどの楽しい「いなか体験」



スタッフのイチオシ

本格的な「そば打ち体験」

→蔵を改装した部屋でおそばを打ってみませんか。自分で打ったそばのおいしさは格別です！

料|3,000円～（約2時間）
※オールシーズン実施
要予約。詳しい料金はHPにて。



〒519-3201
北牟婁郡紀北町十須829
☎|0597-46-3555
【下河内の日】
営|毎月第2土曜 11:00～14:00
（最終受付は13:30まで）※食事の予約は10名以上で可
休|8月・1月　P|あり



HP　いなか旅のススメHP　MAP

【近隣スポット】
格子絵天井が必見の「大昌寺」から車で約8分

【地元の耳より情報】冬期に販売する「手作りこんにゃくの味噌田楽」は絶品です！




祈りの道「熊野古道」


絶景スポットも点在


紀伊半島みる観る探検隊

体験

くまの体験企画

〈尾鷲市〉

世界遺産熊野古道を中心に、自然・歴史・文化を体感できる多彩なエコツアーを企画。長年の実績と地域における文化資源を守り伝えるエコツーリズムの功績が認められ、令和4年環境省日本エコツーリズム協会主催の「エコツーリズム大賞」を受賞。「ジャパン・ツーリズム・アワード部門賞」は連続で受賞している。熊野古道を歩く初心者向け貸切りエコツアー「初めての熊野古道ひとり旅応援プラン」も人気。

［ ココが魅力！ ］

① 知的好奇心と旅の楽しさを満たすツアー
② おすすめの熊野古道を貸切でガイドが案内
③ 旅行者の希望に応じて柔軟に旅をサポート



スタッフのイチオシ



女性でも安心の「熊野古道ひとり旅応援プラン」

→熊野古道をガイドとマンツーマンで歩きます。女性おひとり様には、女性ガイドが同行します。「熊野古道を歩いてみたい！でも、ひとりは不安…」そんな方を応援します！





定期的に開催しているウォークイベント「紀伊半島みる観る探検隊」
あまり知られていない史跡や秘境を、地元の人の話を聞きながら、歩こう！

HP　いなか旅のススメHP　MAP

+inakatabi2025_122p_137p.indd 130-131　2025/03/25 16:28

体験 宿泊 飲食

泊まれる茶屋 織屋（おりや）

〈尾鷲市〉




カフェは7月～9月中旬に営業


日帰りの山歩きツアー


風情を感じる三木浦の街並み

賀田湾に面した築70年の古民家を改装した「泊まれる茶屋」。店主の三鬼さんが「雄大な山々と透き通る海、そしてチャーミングな地元の人々。そんな三木浦地区の魅力を伝えたい」という思いのもと、2021年に夫婦で「織屋」を開業。2泊3日の三木浦まるごと体験プランがおすすめで、店主のガイドで三木浦の海・山・町すべてを楽しめる。また、店主の家族とともに地元の魚介類を使った料理を楽しむ夕食も好評。

［ ココが魅力！ ］

① 1日1組限定の「楽しい体験」付き貸切宿
② 透き通る海から0分のロケーション
③ 店主のガイドによる山歩きツアーが人気



スタッフのイチオシ

新鮮な鯛を使った「鯛めし」（10月～4月限定）

→地元で水揚げされた新鮮な鯛を使った「鯛の炊き込みご飯」が人気です。おにぎりにしてもおいしい！この地域ならでは料理をぜひ味わってください。



〒519-3814
尾鷲市三木浦町428-1
☎｜070-4481-9432
営｜チェックイン15:00～、チェックアウト～10:00　休｜7～9月中旬
料｜1日1棟限定 素泊まり（2名以上）7,700円/人、1泊2食（2名以上）12,000円/人　P｜2台

HP　Instagram　MAP



【近隣スポット】
「三木浦マリンパーク」から車で約3分



みえ尾鷲海洋深層水を活用して地域を活性化！




さんま寿司作り


会員が協力して活動


尾鷲の深く碧い海

体験 直売

アクアサポート古江

〈尾鷲市〉

食・健康・美容・医療など、多くの分野での研究が進められ、その効果が期待されている「海洋深層水」。その深層水から5種の水を作り販売している施設「アクアステーション」がある。「アクアサポート古江」は施設完成時、海洋深層水の体験交流をサポートするために誕生した団体。そば打ちや和菓子作りのほか、郷土の名物である「えごま餅」作りやさんま寿司作りなど、深層水を使った多彩な料理教室を定期的に開催。

［ ココが魅力！ ］

① 安全安心でおいしい海洋深層水の魅力を発信
② 海洋深層水を使ったさまざまな料理教室
③ 子どもも楽しめるイベントで地域活性化！



スタッフのイチオシ

「こどもの日」に開催するイベント

→中庭のプールでの水遊びやヨーヨー釣りなど、子どもたちが大好きな楽しい企画が盛りだくさん。カレーライス、かき氷などの無料ふるまいもあります！



〒519-3922
尾鷲市古江町806
アクアステーション内
☎｜0597-27-8080
営｜9:00～16:00
休｜日・月曜、祝日、12月29日～1月3日
P｜30台

HP　いなか旅のススメHP　MAP



【近隣スポット】
「夢古道おわせ」から車で約20分






大きい和室で寛げる


寝室専用として使える部屋


キッチンの使用も無料

体験 宿泊

民泊 ふるえ

〈尾鷲市〉

のどかな漁師町に佇む民泊施設。目の前には波が穏やかな賀田湾が広がり、窓を開けると潮風を感じ、静かで時間が止まったような感覚に。海釣り客に人気なのもうなずける。1日1組限定で、1棟貸切なので、周りに気を遣うことなく、ゆっくり時間を過ごせる。庭では夏は花火、冬は星空観察を楽しむことができ、BBQもOK。海と山に囲まれた自然にあふれた環境で、いなか旅を満喫したい方におすすめの宿。

［ ココが魅力！ ］

① 1日1組限定の貸切でゆっくり休める
② 賀田湾が一望できる「絶景宿」
③ wi-Fiを完備した宿泊部屋



スタッフのイチオシ

「海釣り」が人気

→宿の目の前に賀田湾があるので、海釣りには最高の立地です。ゆっくりと流れる時間の中、波音や潮の香りを感じながら、思う存分釣りを楽しんでください。



〒519-3922
尾鷲市古江町772
☎｜090-8957-8123（大川）
営｜チェックイン15:00～、チェックアウト～10:00 ※時間は応相談
休｜無休　料｜1日1棟限定 大人（中学生以上）4,000円/人、小人2,000円/人
P｜3台

Instagram　いなか旅のススメHP　MAP



【近隣スポット】
「鬼ヶ城センター」から車で約20分

【地元の耳より情報】 三木里ビーチは遠浅の真っ白な砂浜の海水浴場でおすすめスポット。




ハウスで丁寧に栽培


しいたけの加工食品も好評


野菜の栽培も行う

直売

やきやまふぁーむ

〈尾鷲市〉

熊野古道八鬼山の麓で豊富な地下水を生かし、肉厚のしいたけをメインに栽培・販売している「やきやまふぁーむ」。十数年前に障がいのある方々の就労継続支援を開始。直売所近くにある5棟のビニールハウスで、しいたけ栽培を行っている。一つひとつ愛情を込めて作ったしいたけは、一度食べたらファンになるという人もいる。直売所では、しいたけや、しいたけの加工品、地元で採れる野菜も購入できる。

［ ココが魅力！ ］

① 肉厚で歯ごたえのあるしいたけを栽培
② 完全無農薬で安心安全な農業を実践
③ 新鮮なしいたけや野菜を販売する直売所



スタッフのイチオシ

直売所での「しいたけの詰め放題」

→新しい取組として始めた「詰め放題」が人気です。みんなで力を合わせて作った自慢のしいたけをぜひ味わってください！



〒519-3811
尾鷲市三木里町249-1
☎｜0597-28-8007
営｜8:00～15:00
休｜日曜、年末年始
P｜8台

Instagram①　Instagram②　いなか旅のススメHP　MAP



【近隣スポット】
熊野古道に関する情報を発信する「三重県立熊野古道センター」から車で約15分

+inakatabi2025_122p_137p.indd 132-133　2025/03/25 16:28




人気の「トレーラーサウナ」


5月に行う「田植え体験」


自然を楽しむ「E-bikeツアー」

〒519-3625　尾鷲市向井字谷4488-1
☎▌080-9552-1155 【要予約】
営▌チェックイン 13:00～15:00、チェックアウト ～10:00　休▌不定休　料▌[施設利用料]大人880円、子ども(3～12歳)440円、0歳～2歳無料、ペット440円 [サイト使用料]一般サイト3,000円～、手ぶらキャンプサイト18,000円～ [農業体験ツアー]1名1,500円～ [E-bikeツアー]1名6,500円～　P▌約30台



HP　Instagram　いなか旅のススメHP　MAP

【近隣スポット】
食事とお風呂を楽しめる「夢古道おわせ」から車で約1分

体験 宿泊

おわせむかい農園キャンプ場 ミノレ

〈尾鷲市〉

尾鷲の海・山・街を一望できる高台にある、甘夏畑を利用したキャンプ場。手ぶらでキャンプやグランピングが楽しめるので、初心者でも安心。尾鷲の自然を一度に堪能できるE-bikeツアーや、田植えやブルーベリー狩り、さつまいも掘りなどの農業体験を楽しむことができ、BBQやテントサウナも人気。キッズ農園もあり、子どもから大人まで楽しみいっぱい。また、企業研修の場としても好評。

[ココが魅力！]
① 初心者でも楽しめる「絶景キャンプ場」
② 大自然を満喫できる多彩な体験
③ みんなで楽しめるイベントが満載



スタッフのイチオシ

みんなで食事を楽しむ「アブサロン」
→初めて会う方々と交流しながら食事と会話を楽しむ、デンマーク式コミュニティディナーです。毎回賑やかで、尾鷲漁港の新鮮な魚介類も堪能できます。






アンティークな巨大ドア


かわいい手作り雑貨


雨の日でも遊べるキッズスペース

〒519-3625
尾鷲市向井字河原545-1
☎▌080-5381-3349
営▌水・木・日曜 11:00～18:00、
金・土曜 11:00～22:00
休▌月・火曜
P▌100台



HP　Instagram　MAP

【近隣スポット】
「熊野古道センター」から車で約2分

［地元の耳より情報］ 月に1回、倉庫前の広い敷地で趣向を凝らしたイベントを開催！

飲食 販売

おわせマルシェ

〈尾鷲市〉

「尾鷲にないものを自分たちで作りたい」と空き倉庫を約5ヶ月かけて改装した空間は、大人の心もワクワクさせてくれる。本格ハンバーガーカフェをはじめ、県内外の作家の手作り雑貨の販売、アンティーク雑貨、キッズスペースと、さまざまな楽しみが集結。食べて、買い物を楽しみ、子どもたちも遊べたりと家族連れにもやさしい。尾鷲を訪れる方だけでなく、地元民にも愛される場所として、進化を続けている。

[ココが魅力！]
① グルメもショッピングも楽しめるお店
② 空き倉庫を改装したおしゃれな空間
③ 地元民と観光客に愛される店作り



スタッフのイチオシ

本格ハンバーガーカフェ「BAKUBAKU」
→パティは「おいせうし」に国産豚をブレンドしたオリジナル。かぶりついて食べてよし、ナイフとフォークで一口ずつ味わってもよし。満足感あふれるハンバーガーをぜひご賞味ください！






かつては呉服屋だった古民家


GWの時期はお茶摘み体験を！


伝統料理「魚ごはん」作り

〒519-3812　尾鷲市名柄町484-1
☎▌090-4196-5062 【要予約】
営▌1日1組(6名まで)※カヤック利用客等の出入りがあるため、貸し切りではありません。　休▌不定休　料▌素泊まり 高校生以上7,700円/名、シーカヤック体験(6～10月開催)6,000円/名～
P▌約6台



HP　Instagram　いなか旅のススメHP　MAP

【近隣スポット】
遠浅の真っ白な砂浜の海水浴場「三木里ビーチ」から徒歩約30秒

体験 宿泊

ながらのおうち

〈尾鷲市〉

熊野古道八鬼山を越えた先、透き通った賀田湾の景色が広がる三木里ビーチの古民家を改装した宿。地域の魅力を伝える活動を行う「みきさといーぐみ」の平山さんが運営している。インストラクターの資格を持つ平山さんの指導による本格的なシーカヤック体験や、この地域で盛んなお茶畑でのお茶摘みなど、さまざまな体験を提供。シーカヤック夜光虫ナイトツアーなど、ここにしかない体験が人気。

[ココが魅力！]
① 海の近くにある古民家再生宿
② 本格的なシーカヤック体験
③ 熊野古道ウォークにも便利



スタッフのイチオシ

初めてでも楽しめるシーカヤック体験
→丁寧に基礎から指導するので、初めてでも安心。海の上から見る山の景色もきれいです！



まだまだ続く いなか旅スポット

尾鷲地区

他にも、三重県の自然や文化を楽しむスポットが満載！

紀北町 道の駅 海山



熊野古道馬越峠へのアクセスが便利。レストランや特産品直売所などを備えた交流ホールをはじめ、休憩、情報コーナーなど地域の特色が活かされた休憩施設。

北牟婁郡紀北町相賀1439-3　TEL 0597-32-3553
https://michinoeki-miyama.com/

主な施設▌交流ホール(特産品販売コーナー、レストラン)
利用料金▌無料　**アクセス▌**海山ICから約5分

紀北町 始神(はじかみ)テラス(紀勢自動車道紀北パーキングエリア)



地域の特産品などを販売する「キホクニヤ」や地域の素材を生かした料理が楽しめる「権兵衛家カフェレスト」がある。休日には観光案内人を配置するなど、地域の情報を発信している。

北牟婁郡紀北町三浦600　TEL 0597-46-1011　http://hajikami-terrace.com/

主な施設▌カフェレスト、お土産販売所、交流広場、テイクアウトコーナー 他
休日▌年中無休
アクセス▌紀伊長島ICから約10分
「キホクニヤ」の商品はホームページから購入可能！

尾鷲市 夢古道おわせ



全国的にも珍しい海洋深層水を使った温浴施設。415mもの深海から汲み上げられた海洋深層水は、保温・保湿に優れている。ほっとするひとときをお楽しみください。

尾鷲市向井12-4　TEL 0597-22-1124

主な施設▌海洋深層水の風呂、食事処 他
利用料金・休日▌お電話にてご確認ください。
アクセス▌尾鷲北ICから約10分、尾鷲駅からふれあいバス紀伊松本行き「夢古道おわせ前」下車

尾鷲市 三重県立熊野古道センター



熊野古道伊勢路や古道周辺地域の自然・歴史・文化などを体感できるビジターセンター。展示や体験学習、講座・講演会なども行っている。

尾鷲市向井12-4　TEL 0597-25-2666
https://kumanokodocenter.com/

主な施設▌展示棟、交流棟、研究収蔵棟からなり常設展示室、企画展示室、映像ホール、会議室、和室、体験学習室などがある。一部施設は貸出し可(有料)
休館日▌12月31日、1月1日、メンテナンス等のため臨時休館あり
アクセス▌尾鷲北ICから約10分、尾鷲南ICから約10分

+inakatabi2025_122p_137p.indd 134-135　2025/03/25 16:29

有名観光地等から一歩踏み出し、美しい三重の里へ

尾鷲地区

小さな漁師町まるごと満喫コース


田原屋　マイ箸づくり


織屋 ORIYA


鯛のエサやり


元盛松(廃村)ツアー


美しい自然を満喫


漁船体験

海岸線沿いの小さな漁師町の
素晴らしい自然と
尾鷲の美味しいお魚をご堪能。
体験付き宿泊プランは
お客様のご要望にあわせて
ご提案可能なのも魅力的。

三木浦の魅力をご堪能!

見て、買って、食べて楽しめる、水産会社直営の地場産品直売所!


おわせお魚いちば　おとと

行程（2泊3日）

1日目

尾鷲北IC

田原屋
【マイ箸づくり／花コサージュクラフト体験】
所要 1時間

約5分

おわせお魚いちば　おとと
【おわせ魚食堂にて尾鷲の新鮮なお魚をご堪能!】

約30分

ご宿泊
織屋 ORIYA　15:00～チェックイン
【体験付き宿泊プランで漁師町三木浦の魅力を体感】
店主（兼ガイド）と三木浦の魅力を話しながら一緒に夕食

2日目

8:00～
鯛の餌やり体験
元盛松（廃村）ツアー等

3日目

10:00 チェックアウト
三木浦まち歩き又は朝ヨガ

※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!

尾鷲地区







一般社団法人 紀北町観光協会（紀北町）

紀北町は、黒潮の海、悠久の歴史をつなぐ世界遺産・熊野古道、豊富な雨がもたらす清らかな川など、自然がすぐそばに感じられる地域。熊野古道で昔の旅姿体験や、日本屈指の清流「銚子川」でのガイドツアー、ベテラン船頭さんからコツを教わる海釣りや気軽に楽しめる釣り堀など、全身で自然を体感できるアクティビティが目白押し。尾鷲ヒノキを使った木工体験や草木染めの他、ミカン狩りやいちご狩りなど季節ごとに楽しめる体験も盛りだくさん。また、町内を移動できるE-BIKEのレンタルサービスも行っている。

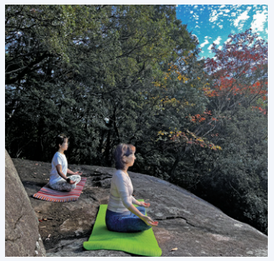
所 | 北牟婁郡紀北町東長島2410-73
☎ | 0597-46-3555
営 | 9:00～17:30
休 | 12月29日～1月3日
料 | E-BIKEレンタル 4時間以内 2,500円＋500円（保証金）～
P | あり
HP▶　Instagram▶

協同組合 尾鷲観光物産協会（尾鷲市）









海と山に面した尾鷲の魅力を生かす多彩な体験を提供している。尾鷲市内の熊野古道を利用した健康ウォーキング専属のインストラクター「尾鷲セラピストガイド」とともに世界遺産・熊野古道馬越峠と絶景スポット・天狗倉山を巡るトレッキングが人気。ほかにも、天狗倉山の麓の巨大な岩「八畳岩（9m×12m）」の上で、自然と一体となる「大地のパワーみなぎるowase岩ヨガ体験」など、尾鷲の自然を堪能できるプランが揃う。また、海の幸に恵まれた尾鷲の食文化「押し（こけら）寿司」を作る体験もあり、尾鷲ならではの味のおいしさにびっくり!

所 | 尾鷲市中井町12-14
☎ | 0597-23-8261（電話受付時間）　営 | 8:30～17:15　休 | 年末年始
料 | 尾鷲セラピストガイドと歩く世界遺産熊野古道馬越峠と天狗倉山 1グループ（1～10名）10,000円、大地のパワーみなぎるowase岩ヨガ体験 1名7,800円、押し（こけら）寿司作り 1名2,000円（講師代・材料費含む）　ア | 熊野尾鷲道路「尾鷲北IC」から約10分　P | 3台（無料）
HP　Instagram

+inakatabi2025_122p_137p.indd 136-137　2025/03/25 16:29