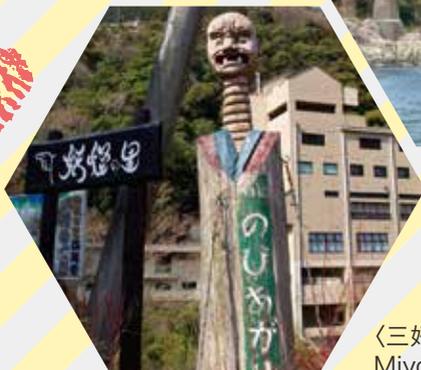




大歩危峡観光遊覧船



第二吉野川橋梁と観光列車



妖怪の里入口

大歩危周辺 てくてくマップ

OBOKE WALKING MAP

歩いて楽しむ大歩危の魅力



■お問い合わせ

三好市観光案内所 TEL 0883-76-0877
三好市役所 まるごと三好 観光戦略課
〒778-0002 徳島県三好市池田町マチ 2145 番地 1
TEL 0883-72-7620 FAX 0883-76-0203

〈三好市公式インスタグラム〉
Miyoshi Finder
@miyoshicity



〈三好市観光サイト〉
大歩危・祖谷観光 NAVI
<https://miyoshi-tourism.jp/>



〈三好市観光協会公式インスタグラム〉
@miyoshi_kankou
#三好かんこう



※掲載情報は 2023 年 11 月現在の情報のため、変更になる場合があります。

ようこそ三好市・大歩危へ

国指定天然記念物及び名勝でもある大歩危小歩危とその周辺エリアは歩いて楽しめる見所や魅力がたくさんあります。モデルコースを参考に皆さんのオリジナルの旅をお楽しみください。

目次

てくてく
コース 1

.....P6

てくてく
コース 4

.....P12

てくてく
コース 2

.....P8

交通手段

.....P18

広域マップ

.....P4

遊ぼう!

.....P14

てくてく
コース 3

.....P10

生活情報

.....P19

食べよう
おみやげ

.....P16

広域マップ

～大歩危駅周辺～

コース1 P6～ ぐるっと駅前展望

コース2 P8～ 山の集落散策

コース3 P10～ 妖怪ロード探訪

コース4 P12～ 大歩危峡散策

■ アクティビティ

● 飲食店 / お土産 / 店

🏥 病院・診療所

🏪 薬局

🏨 ホテル

🏪 売店・商店

♨️ 日帰り温泉

🍴 レストラン・飲食店

🚻 トイレ

🏧 ATM

🚗 レンタカー

🚲 レンタサイクル

EV 電気自動車用充電スタンド

大歩危温泉 サンリバー大歩危
West-West
峡谷の湯宿大歩危峡まんなか
道の駅大歩危



てくてく コース1 ぐるっと 駅前展望



休憩等含め行程約 30 分

大歩危駅周辺の展望スポットまで歩いてみましょう。集落内を通る車道を行けば吉野川と大歩危橋がぐるっと見渡せる展望スポットに到着します。約 30 分のコースです。また、大歩危駅から吉野川側方面へ向かってホームの踏切を渡ると吉野川が間近に見える遊歩道があります。春先には、地元の有志の方が植えた桜が満開になります。ぜひお立ち寄りください。



大歩危駅 児啼爺駅長



大歩危駅横の桜



展望スポットからの眺め



急な山の斜面に何段にも重なる石積みと傾斜のある畑。この地域の典型的な風景です。畑ではお茶を栽培しています。吉野川の豊富な水が霧を作り、この地域の良質なお茶を育みます。



道路から斜面に伸びるモノレール。急な斜面にある畑から収穫したお茶や野菜等を運ぶためにモノレールが大活躍しました。



集落には、水のタンクがあります。ここ大歩危では、山の谷から引いた山水もうまく生活に利用しています。道路脇に黒いホースが各家まで伸びています。水源の管理とタンクの掃除は集落の大切な仕事です。

てくてく コース2 山の集落 散策



休憩等含め行程約2時間

大歩危駅周辺の山村集落を散策して、急斜面に集落が広がる大歩危ならではの景色を楽しみましょう。畑や民家のそばを歩くとこの地域の暮らしがわかります。山の道は吉野川の展望も抜群です。



川内園 (庄屋々敷 富岡) 付近からの眺め



1 「天空ノ山茶」を栽培する川内園では急斜面に美しい茶畑が広がります。

農業不使用で栽培された「天空ノ山茶」は大歩危峡観光遊覧船、道の駅大歩危等で販売。50g/1000円～



2 畑に立つ、コエグロ。秋に刈り取った茅を集めて円錐形に立て、発酵させ、翌春、畑の肥料として利用します。大歩危では、にし阿波地域で昔から行われてきた完全植物資源によるサステナブルな農法が今も引き継がれています。



3 国道32号線と大歩危峡とJR土讃線が平行して走っている様子が見渡せます。V字峡谷の限られた土地をうまく利用して国道と鉄道が整備された様子が伺えます。

てくてく コース3 妖怪ロード 探訪



休憩等含め行程約2時間30分～3時間30分
※見学時間・入浴時間によって異なります

大歩危小歩危峡のある山城町は山深い妖怪伝承の里です。切り立つ崖や、足を滑らせれば滝つぼに落ちてしまいそうな危険な所には必ず妖怪の話があり、人々はそこに近づかないようにしました。このように妖怪話は事故や事件から身を守る知恵として語り継がれ暮らしの中に生きつづけてきたのです。そんな妖怪の故郷を訪ねてみましょう。



今にも妖怪が出てきそうな古道



妖怪屋敷 (→P14)



川赤子のいる滝つぼ



大歩危峡まんなか (→P15)
(日帰り温泉)

妖怪ロードに登場する妖怪たち



ノビアガリは道の怪で、それに出会うと見上げれば大きくなり見下ると小さくなります。昔は「夜道を歩きよったらノビアガリが出るぞよ」と言われていました。



地面が濡れているので、神社の脇の榊の枝を折って尻にしいて休んだ村人を弁財天が怒り、頭が乙姫さんで首からは龍の姿に化けて、家に現れ、家のかまどをぐるぐる巻いていたそうです。



産まれつき歯が生えそい後頭部には目が一つあります。産まれてすぐに斧で近所の家の上のしめ縄を断ち切ると神棚の供え物を食べ、塩を一俵舐め、沢の水を飲み干し、斧を担ぎ山奥へと消えたそうです。



人の道に外れた極悪非道の者の死霊で、意志の弱い人間に取り憑いて残酷な悪事を働かせたりする憑き物。悪事を犯した者のことを「あいつはマドに誘われたんじゃ」と言いました。



子供と同じくらいの背丈で頭にハゲのある子供やら年寄りやら分からない容姿。裸の背中にはミノか毛のような物で覆われています。喋らないが、子供と遊んでくれたとの話があります。



人が通ると赤ん坊の泣き声が聞こえて来たと言われています。声をたどって淵に下りても誰の姿も見あたりません。危険な所に近づかないように伝えられた、妖怪のひとつです。



てくてく コース4 大歩危峡 散策



休憩・体験等含め行程
約3時間30分～4時間30分

大歩危駅から小歩危駅までのロングコースです。まずは、観光遊覧船に乗って大歩危峡を間近で眺めてみましょう。次に、大歩危から小歩危にかけて続く国道の遊歩道から足元に広がる峡谷美を堪能してみましょう。船と歩道では、また違った大歩危峡の楽しみ方が体感できます。



大歩危峡観光遊覧船
(→P14)



West West
コーヒーブレイクとアクティビティ



サンリバー大歩危
日帰り温泉と
蕎麦打ち体験 (→P15)



大地のドラマを体感!

大歩危・小歩危周辺の山々は「結晶片岩」という岩石から作られています。この岩は今からの約1~2億年前の海底にあった岩石や地層が(1)地球のプレート運動によって地下深くに運ばれ、圧力を受けてできました(2)。この結晶片岩が隆起して(3)大歩危・小歩危周辺の高い山々ができました。そこを、吉野川が南から北へ山を深く浸食しながら流れて現在の急峻なV字峡谷が作られたのです(4)。

大歩危・小歩危はその価値が認められ、2018年2月13日に国の天然記念物および名勝として認められました。

大歩危・小歩危を散策すると、昔、海の底だった証拠や地下から隆起した証拠、そして川の浸食の跡を観察することができます。



- 1 陸から運ばれた土砂が海のプレートに堆積する
- 2 海のプレートに堆積した土砂が陸のプレート側に運ばれる
- 3 陸のプレートに貼り付いた土砂が地中深くで圧力を受け隆起する
- 4 隆起して山地を作り川に削られる



峡谷の岩々が垂直なワケ

地下深い場所で圧力を受けてできた岩石「結晶片岩」。その内の一つである「レキ質片岩」や「砂質片岩」をここでは見ることができます。これらの岩石は、垂直に割れやすい特徴があり、大歩危小歩危峡の険しい地形を作り出す土台となっています。



垂直に割れた岩石
写真撮影：石田啓祐氏

造形美を作ったのは、誰?!

遊覧船に乗ると、「獅子岩」を観ることができます。獅子岩のあごのあたりには、岩が出っ張った部分とへこんだ部分をいくつか観ることができます。これは吉野川の水の流れによって削られてできたものです。



川に浸食された跡
写真撮影：石田啓祐氏

大きいたわんだ地層：背斜構造

地層が強い圧力を受けて曲がった構造「褶曲」を観ることができます。数kmに及ぶ褶曲は「背斜構造」と呼ばれ、上に凸にたわんだ構造が特徴です。藤川谷付近からは上流側に地層が傾いている様子(A)、West West付近では下流側に地層が傾いている様子(C)を観ることができます。



背斜構造の上流部

風景が作られたヒミツを「とこじお」で知ろう!

大歩危・小歩危を含む三好地域には、たくさんの不思議で魅力的な風景があります。それらの風景は、人々の生活文化、生物、そしてダイナミックな大地の変動が深く結びついて作られたものです。三好ジオパーク構想情報発信室「とこじお」では、三好の風景が作られたヒミツについて知ることができます。



【開館時間】9:00-16:00
【定休日】無休
【料金】入場無料
【場所】大歩危峡観光遊覧船地下1F

遊ぼう！ アクティビティ

※頭番号は p4,p5 の広域地図と
対応しています

1 West West クイックジャンプ (1回：5～10分)



営業日▶GW 期間、7月3
連休～11月中旬(9月より土
日祝のみ営業、詳細はお問
い合わせください)

定休日▶GW 期間、7月3連休～8月末は無休
営業時間▶10：00～16：30(最終受付)

※繁忙期は延長する場合あり

参加料金▶1回 1,000円、2回 1,500円

対象▶身長110cm以上でハーネスの着用がで
きる方。未就学児のお子様に参加さ
れる場合は保護者付き添い

連絡先▶0883-84-1117

1 West West ラフトボートに乗って みよう!! (約30分コース)



営業日▶GW 期間、7月3
連休～11月中旬(9月より

土日祝のみ営業、詳細はお問い合わせ下さい)

定休日▶GW 期間、7月3連休～8月末は無休
営業時間▶10：00～16：30(最終受付)

参加料金▶2,200円/人

ワンちゃん1頭につき 1,200円

連絡先▶0883-84-1117

※吉野川の水位及び天候によりイベントが中
止となる場合がございます。事前にお電話に
て開催の有無をご確認ください

2 大歩危峡観光遊覧船 遊覧船



営業時間▶9：00～17：00
(最終出航 16：30)

定休日▶無休。但し、増水・
強風・暴風雨など天候によ
り予告なく欠航する場合あり

乗船料▶大人：1,500円

小人：750円(3才～小学生)

連絡先▶0883-84-1211

3 道の駅大歩危 妖怪屋敷・石の博物館



妖怪屋敷 石の博物館見学

営業時間▶9：00～17：00
(最終入館 16：30)

定休日▶12月～2月火曜
(祝日の際は翌日休)

入館料▶大人 700円、小中学生 350円

連絡先▶0883-84-1489

1 West West ツリートレッキング (1コース平均：20～40分)



営業日▶GW 期間、7月
3連休～11月中旬(9月より土日祝のみ営業、
詳細はお問い合わせください)

定休日▶GW 期間、7月3連休～8月末は無休
営業時間▶10：00～16：30(最終受付)

※繁忙期は延長する場合有り

参加料金▶選べる2コース 2,800円/人

対象▶身長110cm以上でハーネスの着用がで
きる方。未就学児のお子様に参加される場合
は保護者付き添い

連絡先▶0883-84-1117

6 大歩危温泉 サンリバー大歩危 そば打ち体験 (要予約)



開催時間▶10：30～14：30

※13：30スタートが最終グループとなります

体験料金▶体験+そば持ち帰り2,000円(約1時間)

体験+そば美食3,500円(約2時間)

連絡先▶0883-84-2111(8：00～20：00)

5 歩危農園 ひらら焼き体験



郷土料理「ひらら焼き」ランチを体験してみま
せんか。「ひらら」とは平たい石のこと。山から採っ
てきた「ひらら」の上に石豆腐で土手を作り、
味噌と一緒にアメゴやジャガイモ、自家製コン
ニャクなどを焼きます。(天ぷら・ごはん・そ
ば米汁・季節の野菜料理付き)料理には歩危
農園産の野菜をふんだんに使っています。

時間▶12：00～14：00

参加料金▶2,500円/人(1～8名まで)

申込締切▶7日前まで(ベジタリアン対応可)

連絡先▶0883-84-1273

6 大歩危温泉 サンリバー大歩危 日帰り温泉

入浴時間▶12：00～22：00(最終受付21：00)

入浴料金▶大人 700円 子供 350円

連絡先▶0883-84-2111



4 峡谷の湯宿 大歩危峡まんなか 日帰り温泉

入浴時間▶12：00～最終受付 15：00

入浴料金▶大人 700円 子供 350円

連絡先▶0883-84-1216



7 はにかむ観光案内所(歩危マート内) はにかむ体験

大歩危駅前「歩危マート」は周辺の集落で体験でき
るアクティビティ・はにかむ体験の案内、受け付け
をしています。地域住民が講師となる「はにかむ体
験」は季節によって変わります。詳細は直接現地で
確認するか電話で確認ください。

【体験プログラム例】かずら細工、盆栽忍者、ばあ
やん野菜収穫、尺鮎の展示(季節による)、お茶摘
み、映画博物館妖怪シネマ、ミニコエグロ作り等

〈営業時間〉8：00～18：30(日曜～18：00)

〈定休日〉1/1

〈お問い合わせ〉☎0883-84-1111

ハチの巣の六角形はハニカム構造といって強度が最も強くなる
形です。いろいろの力を持った地域の人が集まって地域を盛り
あげたいという思いを込め、また、はにかみ屋の山の住人たち
にかけて「はにかむ観光案内所」と名付けました。

食べよう・おみやげ

※頭番号は p4,p5 の広域地図と対応しています



祖谷そばと
岩豆腐付き!

祖谷そば もみじ亭
天ぷら御膳 2,100 円

1 〈祖谷そば もみじ亭〉

【営業時間】 11:00 ~ 17:00 (L.O 16:30)
【定休日】 12月~6月の水曜 (GW 期間を除く)
※12月中旬~3月中旬は木曜も休みの場合あり
【連絡先】 ☎ 0883-84-1117



モンベル大歩危店
モンタベアラフトTシャツ 3,520 円
大歩危峡Tシャツ 3,520 円

1 〈モンベル大歩危店〉

【営業時間】 10:00 ~ 17:00
※季節により営業時間に変更があります
【定休日】 12月~6月の水曜 (GW 期間を除く)
※12月中旬~3月中旬は木曜も休みの場合あり
【連絡先】 ☎ 0883-76-8110



TOSAYA
寿司 280 円~
ブタン 150 円~

2 〈土佐屋 TOSAYA〉

【営業時間】 8:00 ~ 19:00
【定休日】 無
【連絡先】 ☎ 0883-84-1038



にし利
徳島ラーメン 790 円

1 〈徳島らーめん にし利〉

【営業時間】 平日 11:00 ~ 15:00
土日祝 11:00 ~ 17:00
※季節により営業時間に変更があります
【定休日】 にし利は無休
【連絡先】 ☎ 090-5272-1052



1 〈ギフトショップ WEST〉

【営業時間】 10:00 ~ 17:00
※季節により営業時間に変更があります
【定休日】 12月~6月の水曜 (GW 期間を除く) ※12月中旬~3月中旬は木曜も休みの場合あり
【連絡先】 ☎ 0883-84-1117

ギフトショップ WEST
すだち塩だれ 530 円
芋きんつば 1個 220 円
スタチてぬぐい 820 円



3 〈歩危マート 2 号店〉

【営業時間】 8:00 ~ 18:30 (日~18:00)
【定休日】 1/1
【連絡先】 ☎ 0883-84-1111

歩危マート 2 号店
雲海汁 650 円
ぼけあげ 650 円

hanan coffee
コーヒー 450 円~



4 〈hanan coffee〉

【営業時間】 9:00 ~ 18:30
【定休日】 平日不定休 (土日祝営業)
【連絡先】 ☎ 080-6394-9391



レストラン大歩危峡まんなか
ひだるラーメン 900 円



大歩危峡まんなか売店
やっちまったクッキー 750 円
わさび葉 750 円

7 〈レストラン大歩危峡まんなか・売店〉

【営業時間】
〈レストラン〉 9:00 ~ 17:00 (L.O.16:30)
〈売店〉 9:00 ~ 17:00
【定休日】 無
【連絡先】 ☎ 0883-84-1211



地元で獲れた
猪と鹿の合挽
きパティ

Cafe&ジビエ
イノシカバーガー 1,000 円

5 〈Cafe&ジビエ〉

【営業時間】 10:00~17:00 (L.O.16:30)
【定休日】 12月~2月火曜 (祝日の際は翌日休)
【連絡先】 ☎ 0883-84-1492

6 〈道の駅大歩危 売店〉

【営業時間】 9:00 ~ 17:00
【定休日】 12月~2月火曜
(祝日の際は翌日休)
【連絡先】 ☎ 0883-84-1489



道の駅大歩危・売店
妖怪屋敷酒 260 円~
和三盆 干菓子 650 円



前川酒店
三好の地酒各種 220 円~

8 〈前川酒店〉

【営業時間】 8:00 ~ 19:00
【定休日】 1/1~1/3
【連絡先】 ☎ 0883-84-1028

大歩危 交通手段

JR

時刻表は大歩危駅内か JR 四国のホームページをご覧ください。
http://www.jr-shikoku.co.jp/01_trainbus/jikoku/pdf/oboke.pdf



バス (四国交通・三好市営バス)

四国交通
時刻表は
こちら→



市営バス
時刻表は
こちら→



タクシー

大歩危駅からのタクシー料金目安

- 大歩危タクシー 0883-84-1225
- 祖谷溪タクシー 0883-87-2017
- かずら橋タクシー 0883-87-2013

- 大歩危峡遊覧船…約 810 円～
- 道の駅大歩危…約 650 円～
- West-West …約 1,700 円～
- ホテル大歩危峡まんなか…約 810 円～
- 大歩危温泉サンリバー…約 1,770 円～

レンタカー

免許取得後1年以上の運転者に限定されています。

大歩危レンタカー TEL 0883-84-1211

レストラン大歩危峡まんなか
 営業時間 9:00 ~ 17:00

【お車の一例】



ダイハツブーン 5人乗り (禁煙車) 1,000cc

| 3 時間以内 | 6 時間以内 | 8 時間以内 | 24 時間以内 | 36 時間以内 | 48 時間以内 | 以降 1日につき |
|---------|---------|---------|---------|----------|----------|----------|
| 5,000 円 | 6,000 円 | 7,000 円 | 9,000 円 | 13,500 円 | 18,000 円 | 7,000 円 |

レンタサイクル

大歩危駅案内所 (大歩危駅前)

TEL 0883-76-0877

営業時間 9:00 ~ 16:00

※不定休。休みの日は貸出をしております。

電動アシスト自転車なので、坂道もらくらく移動でき、遊びのエリアも広がります。

貸出料金

| | |
|------|-----------------|
| 1日 | 1,650 円 (税込) |
| 4時間 | 1,100 円 (税込) |
| 時間延長 | 550 円 (税込) / 時間 |



大歩危で過ごす

《生活情報》

※頭番号は p4,p5 の広域地図と対応しています

コンビニ

① ローソン三好大歩危店

営業時間 24 時間営業
無休
電話 0883-76-8220



ATM

⑩ 大歩危郵便局

営業時間 平日 8:45~18:00
土曜 9:00~14:00
電話 0883-84-1050



⑪ 小歩危郵便局

営業時間 平日 9:00~17:30
営業時間 土曜 9:00~12:30
電話 0883-84-1020



医療・薬局

⑫ 下川薬局

営業時間 8:00~19:00
休み 日、年末年始
平日は不定休
電話 0883-84-1428



⑬ 三好市国民健康保険 大歩危診療所

営業時間 8:30~12:00
13:00~17:00
休み 木の午後、金、土日祝、年末年始
電話 0883-84-1021



スーパー・食品

② 土佐屋 TOSAYA

営業時間 8:00 ~ 19:00
無休
電話 0883-84-1038



⑭ よろずショップ GODA

営業時間 9:00 ~ 18:00
休み 不定休
電話 0883-84-1007



⑧ 前川酒店

営業時間 8:00 ~ 19:00
休み 1/1
電話 0883-84-1028



③ 歩危マート

営業時間 8:00 ~ 18:30
(日曜 ~ 18:00)
休み 1/1
電話 0883-84-1111



ランドリ

⑮ 上名コインランドリー

電話 0883-86-1111
(山城支所)



⑯ 歩危マ・ランドリ

電話 0883-84-1111



溪流 吉野川に生える植物の花暦



キシツツジ



ホソバイブキシモツケ



ツリガネニンジン



ホソバリンドウ

川幅が狭く、多くの雨によって増水を繰り返す大歩危・小歩危付近の吉野川には、この過酷な環境でたくましく生える「溪流沿い植物」があります。他の環境に生える植物と比べて、全体的に小型化したり葉が細くなるのが特徴です。たくましくも華麗な花たちを大歩危・小歩危の遊歩道沿いで見つけてみませんか？

《開花時期》

| | 3月 | 4月 | 5月 | 6月 | 7月 | 8月 | 9月 | 10月 | 11月 |
|------------|----|----|----|----|----|----|----|-----|-----|
| キシツツジ | | | | | | | | | |
| ホソバイブキシモツケ | | | | | | | | | |
| ツリガネニンジン | | | | | | | | | |
| ホソバリンドウ | | | | | | | | | |