

# 秘境之旅

造訪神祕世界之旅  
Hikyo-Trip

## 三好市全方位導覽地圖



Hikyo-Trip



三好市觀光指南  
Miyoshi Tourist Guide



穿越時空，巡遊奇特大自然，  
來趟身心療癒之旅吧！



## 自駕遊推薦行程 Recommended Routes by Car

### 二天一夜 盡享世界級秘境「大步危與祖谷」之旅

流傳著「平家落人傳說(在源平合戰敗北的平氏敗殘者隱遁於特定地域的傳說)」的秘境之地。一邊學習獨特且神祕的歷史與文化，同時巡遊大自然鬼斧神工之作的大步危、小步危、祖谷溪和勝似桃源鄉的奧祖谷。

- 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
- 名頃稻草人之鄉  
↓車程約10分鐘
- 奧祖谷二重蔓橋  
↓車程約30~60分鐘
- 大步危、祖谷、奧祖谷的住宿設施[住宿]  
↓車程約5~30分鐘
- 祖谷蔓橋  
↓車程約15分鐘
- 祖谷溪/U字溪谷·小便小童  
↓車程約30分鐘
- 大步危休息站/妖怪故事館和石頭博物館  
↓車程約1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。

### 一日遊 「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/小便小童  
↓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
- 平家宅邸民俗資料館  
↓車程約20分鐘
- 大步危休息站/妖怪故事館和石頭博物館  
↓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



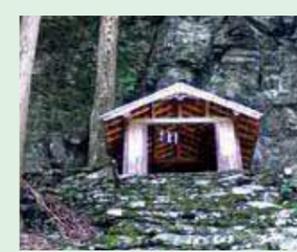
#### 觀光列車「四國中央千年物語」號

遊走於深山幽谷之間，盡賞吉野川絕美景色，四國觀光列車於JR土讚線正式登場。途經多度津、普通寺、尋平站和大步危站，一日往返一次。不妨乘坐獨具日式風情的列車造訪三好市，前往千年物語的舞臺！

●洽詢/JR四國 電話諮詢中心 ☎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。



### 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。

(洽詢) 三好市觀光洽詢所  
☎0883-76-0877



### 巡遊井川町辻阿波 菸草之路的行程

辻町至今仍保留著古老的建築與街道，象徵著過往生產阿波菸絲時期的繁榮景象。在風情洋溢的老街上盡情散步吧。

(洽詢) 三好市觀光洽詢所  
☎0883-76-0877



### 三好大地之旅

為何這裡的人會這樣生活呢？從生活的歷史到大地的特徵，可以深度了解三好市史地的行程。

(洽詢) 三好市觀光洽詢所  
☎0883-76-0877



### 箸藏寺 動物神秘之旅

聆聽箸藏寺的歷史與流傳至今的傳說，探尋寺院內隱藏的動物。

(洽詢) 三好市觀光洽詢所  
☎0883-76-0877

## 此地特有的手工體驗

- ① 古法蕎麥麵製作體驗  
自古以來日本喜慶宴席上不可或缺之祖谷蕎麥麵，本體驗活動能讓您以石臼磨粉並親手和麵，依照相傳下來的古法揪製蕎麥麵。  
(洽詢) 奧祖谷MENME塾 ☎0883-88-5625 (都築商店)  
傳真0883-88-5415 / 三天前以電話或傳真預約  
(地點) 三好市東祖谷若林  
MAPLE 357 077 599 \* 14
- ② 遍路蕎麥·祖谷蕎麥擀麵體驗  
祖谷蕎麥麵是招待遍路朝拜者，自古以來備受青睞的鄉土料理。在這裡能輕鬆體驗遍路蕎麥麵，從和麵、揉麵、切麵、煮麵至品麵的全套流程。體驗結束後還能領取紀念畢業證書。  
(洽詢) 太陽河大步危 ☎0883-84-2111  
二天前以電話預約  
(地點) 三好市山城町西宇  
MAPLE 357 271 010 \* 20
- ③ 手作蒟蒻體驗  
在位於大自然中景色優美的工房，使用自然生長的蒟蒻芋製作本格蒟蒻的體驗課程。由在地的蒟蒻製作達人親自指導，用自古以來的方式製作蒟蒻。  
(洽詢) KIRISAKO 村 ☎0883-86-1898  
三天前以電話預約  
(地點) 三好市山城町大川持  
MAPLE 357 450 522 \* 00

豐富的推薦行程與住宿資訊  
MAPLE 附區域地圖與地圖碼

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



にし阿波  
劍山・吉野川觀光圈

無論是用取自珍貴山林和碧綠清流中的食材烹調的簡樸鄉土料理，還是近來流行的「山產野菜」(Gibier)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！

# 激推美味

三好的



## 平良燒 (Hirarayaki)

平整的平板稱為「平良」(Hirara)，在其上用味噌圍成一圈土堤，中間放進紅點鮭、豆腐、蔬菜等烤到香噴噴。可以在部分飲食店或住宿設施預約享用。



## 美姬鍋 (Omikinabe)

以當地生產的酒、味噌、醬油調製的湯底，加入德島縣產豬肉與蔬菜的當地火鍋。大步危、祖谷溫泉鄉等地區，會配合四國酒祭(每年2月中旬)的時期提供品嘗。



## 祖谷蕎麥麵

就像「祖谷磨粉謠 (Iya no kohiki bushi)」歌謠中的描述，從前祖谷的女性會以石臼磨蕎麥粉。這種麵保留了古時短的特徵，口味簡樸，溫暖人心。



## 祖谷蒟蒻、石豆腐、源平薯

用在地蒟蒻芋以古法製成的祖谷蒟蒻留有芋頭香。「石豆腐」則是為了在險峻山路運送時也不會碎而製成紮實偏硬，味道濃郁。「源平薯」是祖谷特產的小型馬鈴薯，口感Q彈。

# 妖怪菜色

## 妖怪甜點「河童霜淇淋」

灑上當地茶葉的竹炭抹茶口味霜淇淋。



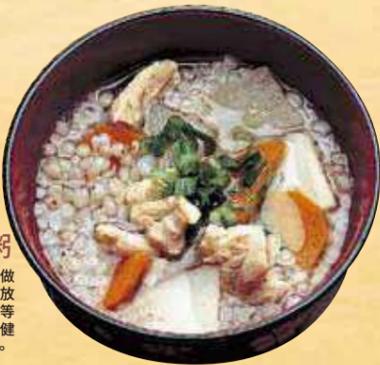
## 餓鬼拉麵

命名自會附身在飢餓人身上的妖怪「飢餓鬼」的味噌口味拉麵。加入了山豬肉與野菜。

洽詢：餐廳曼納卡  
☎0883-84-1211

## 蕎麥籽菜粥

使用蕎麥籽取代米做成的菜粥(雜炊)。放進蔬菜、雞肉、野菜等一起燉煮，是非常健康的一道鄉土食物。



## 轉人偶串燒 (Dekomawashi)

將馬鈴薯、豆腐、蒟蒻串在竹籤上，塗上味噌以炭火燒烤的鄉土料理。由於食材串起來的造型宛如人偶(deco)，並且要翻面烤，因而得名。



## 平家御膳

古時躲避到秘境的平家後人或許也會吃過的，採當地食材烹製的套餐。歡迎您前來品嘗當今的美味。



## 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，是唯有在溪谷地區才品嘗得到的珍饈。



## 野味 (Gibier) 料理

Gibier在法語中，意指狩獵時捕獲野生鳥獸的肉。在歐洲是貴族們的食物，但在三好市卻是自古以來的傳統食材。敬請品嘗看看這充滿自然野趣的美味。

※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 ☎0883-76-0877

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

https://www.miyoshi-yamabiko.jp

三好逸品 搜尋

## 茶

三好市深山幽谷間栽種的地產特色銘茶。精心培育，香氣濃郁，口感清爽高雅。



## 大步危和紅茶

無農藥栽培的優質茶葉製成的和紅茶。清爽溫潤的香味是最大特徵。



## 柚子果凍

充滿柚子果汁！100%使用有機柚子，清涼感滿點的柚子果凍。



## 柚子糖漿

100%使用有機柚子，香氣濃郁的糖漿。

## 藍染品

以在德島縣有六百年以上歷史的藍染技法，將德島縣祖谷地方獵到的鹿皮上色。每件作品的花樣因色彩而異，都是獨一無二。



## 醬油

手工作法釀製，傳承往昔風味的本地醬油，值得擁有。



## 特產品

三好市充滿鄉土特色的特產品「三好逸品」，每一種都是樸實而令人懷念的美味。伴手禮或饋贈禮皆宜。



## 當地酒

三好市特有的自然環境孕育出的高品質地產酒。



## 羊羹

池田町的特產羊羹繼承著往昔的美味與口感。從精心製作、入口即化的人氣羊羹至小巧玲瓏、圓滾可愛的球形羊羹，品項豐富，令人大快朵頤。



## 和菓子

三好市有各種從以往傳承至今的手工和菓子。餅皮中加入新穎柑橘「鳴姬」的甜包、在大豆上裹上砂糖的「五色豆」，以及加入艾草的蛋糕捲，樸實而多變化的味道廣受歡迎。

# 住宿設施一覽

由此瀏覽三好的住宿！

無論是可以療癒旅途疲勞的溫泉旅館，還是輕鬆入住的民宿等，找到適合您的旅店吧。

\*以下為各設施名稱的中譯，日文原文名稱請參見日文版導覽手冊。

## 大步危、祖谷地區

- |                    |                |           |        |
|--------------------|----------------|-----------|--------|
| 1 和之宿 祖谷溫泉旅館       | ☎0883-75-2311  | 池田町松尾松本   | 地點 C-4 |
| 2 HARE TO KE設計旅舍   | ☎0883-75-2208  | 池田町大和     | 地點 C-3 |
| 3 大步危溫泉 太陽河大步危     | ☎0883-84-2111  | 山城町西宇     | 地點 B-4 |
| 4 峽谷之湯宿 大步危峽曼納卡    | ☎0883-84-1216  | 山城町西宇     | 地點 B-5 |
| 5 農家民宿 步危農園        | ☎090-1578-1611 | 山城町上名     | 地點 B-5 |
| 6 素猿               | ☎0883-84-1087  | 山城町下名     | 地點 B-5 |
| 7 樂校之宿 有瀨          | ☎0883-84-1337  | 西祖谷山村有瀨   | 地點 C-5 |
| 8 祖谷溪溫泉 秘境之湯飯店     | ☎0883-87-2300  | 西祖谷山村尾井之內 | 地點 C-4 |
| 9 YOKI民宿           | ☎0883-86-2334  | 西祖谷山村一字   | 地點 C-4 |
| 10 湯元新祖谷溫泉 蔓橋飯店    | ☎0883-87-2171  | 西祖谷山村善德   | 地點 C-5 |
| 11 溪谷隱密旅館 祖谷美人     | ☎0883-87-2009  | 西祖谷山村善德   | 地點 C-5 |
| 12 祖谷之宿 蔓屋         | ☎0883-87-2831  | 西祖谷山村閑定   | 地點 D-5 |
| 13 祖谷觀光旅館          | ☎0883-87-2125  | 西祖谷山村善德   | 地點 C-5 |
| 14 民宿 南            | ☎0883-87-2342  | 西祖谷山村善德   | 地點 C-5 |
| 15 民宿 祖谷莊          | ☎0883-87-2242  | 西祖谷山村善德   | 地點 C-5 |
| 16 民宿 御山莊          | ☎0883-87-2133  | 西祖谷山村閑定   | 地點 D-5 |
| 17 古民家宿 空音遊        | ☎080-6282-3612 | 西祖谷山村榎    | 地點 C-5 |
| 18 旅人之宿 NAKONE     | ☎0883-72-5557  | 西祖谷山村榎    | 地點 C-5 |
| 19 出租民宅 FOREST     | ☎0883-87-2367  | 西祖谷山村榎    | 地點 C-5 |
| 20 祖谷交流公園          | ☎0883-76-8585  | 西祖谷山村重末   | 地點 C-4 |
| 21 蔓橋露營場           | ☎090-1571-5258 | 西祖谷山村閑定   | 地點 D-5 |
| 22 古民家舒適露營 MATOBA  | ☎090-8998-1447 | 西祖谷山村今久保  | 地點 C-5 |
| 23 秘境旅之宿 賢見溫泉      | ☎0883-86-2982  | 山城町黑川     | 地點 B-3 |
| 24 民宿 KANMANYO     | ☎090-9556-4788 | 山城町末貞     | 地點 B-3 |
| 25 背包客旅館           | ☎0883-86-3033  | 山城町白川     | 地點 B-4 |
| 26 農家簡易民宿「年輪庵」     | ☎0883-84-1629  | 山城町上名     | 地點 B-4 |
| 27 民宿 大步危赤之家       | ☎090-2789-1252 | 山城町上名     | 地點 C-5 |
| 28 民宿 天空之宿         | ☎090-8973-2328 | 山城町上名     | 地點 B-4 |
| 29 民宿 COSMOS       | ☎080-6226-8206 | 山城町上名     | 地點 B-5 |
| 30 民宿 魚君之家         | ☎0883-86-2086  | 山城町大月     | 地點 B-3 |
| 31 民宿 飛鼠村          | ☎0883-86-2334  | 山城町信正     | 地點 B-3 |
| 32 鳥巢媽媽庵           | ☎0883-86-2650  | 山城町大野     | 地點 B-3 |
| 33 古民家宿 YAMAYA     | ☎0883-86-1898  | 山城町大川持    | 地點 B-3 |
| 34 鹽塚高原露營場         | ☎0883-86-3077  | 山城町平野     | 地點 A-4 |
| 35 天空的休息處 FUJIWARA | ☎090-4788-0313 | 山城町中野     | 地點 B-4 |
| 36 民宿 蔓橋           | ☎0883-87-7530  | 西祖谷山村善德   | 地點 C-5 |

## 奧祖谷地區

- |                   |                |       |        |
|-------------------|----------------|-------|--------|
| 37 丸石Park Land    | ☎0883-88-2768  | 東祖谷菅生 | 地點 F-5 |
| 38 旅之宿 奧祖谷        | ☎0883-88-2045  | 東祖谷京上 | 地點 D-5 |
| 39 民宿 平家莊         | ☎0883-88-2848  | 東祖谷京上 | 地點 D-5 |
| 40 吉田旅館           | ☎0883-88-2843  | 東祖谷京上 | 地點 D-5 |
| 41 古早生活體驗民宿 祖谷浪漫亭 | ☎090-5144-9277 | 東祖谷京上 | 地點 D-5 |

## 奧祖谷地區

- |                    |                |             |          |
|--------------------|----------------|-------------|----------|
| 42 農家民宿 祖谷八景       | ☎0883-88-2358  | 東祖谷中上       | 地點 E-5   |
| 43 古民家宿 紺屋         | ☎080-6378-8984 | 東祖谷久保       | 地點 E-5   |
| 44 民宿 松浦           | ☎0883-67-5009  | 東祖谷菅生(見之越)  | 地點 G-5   |
| 45 民宿 平家之宿         | ☎0883-67-5296  | 東祖谷菅生(見之越)  | 地點 G-5   |
| 46 別館 雲海莊          | ☎088-622-0633  | 東祖谷菅生(劍山頂上) | 地點 G-5   |
| 47 劍山頂上小山屋         | ☎080-2997-8482 | 東祖谷菅生(劍山頂上) | 地點 G-5   |
| 48 民宿 劍神社          | ☎0883-67-5017  | 東祖谷菅生(見之越)  | 地點 G-5   |
| 49 桃源鄉祖谷的山里 茅草屋頂民家 | ☎0883-88-2540  | 東祖谷落合       | 地點 E-4-5 |
| 50 民宿 梅本           | ☎090-5271-4015 | 東祖谷落合       | 地點 E-4   |
| 51 龍宮崖小木屋          | ☎080-2981-6221 | 東祖谷釣井       | 地點 D-5   |
| 52 箒庵 (Chiiori)    | ☎0883-88-5290  | 東祖谷釣井       | 地點 D-5   |
| 53 奧祖谷二重蔓橋露營場      | ☎0883-88-2640  | 東祖谷菅生       | 地點 F-5   |
| 54 劍山圓福寺           | ☎0883-67-5276  | 東祖谷菅生       | 地點 G-5   |

## 北部地區

- |                     |                |           |        |
|---------------------|----------------|-----------|--------|
| 55 大步危祖谷阿波溫泉 阿波之抄   | ☎0120-018-081  | 池田町白地     | 地點 C-2 |
| 56 民宿 渡鳥            | ☎080-4972-1193 | 池田町白地     | 地點 C-3 |
| 57 heso camp        | ☎0883-70-0166  | 池田町池南     | 地點 C-2 |
| 58 4S STAY 池田溫泉旁    | ☎0883-70-0166  | 池田町街      | 地點 C-2 |
| 59 4S STAY 阿波池田 本町通 | ☎0883-70-0166  | 池田町街      | 地點 C-2 |
| 60 山城商務飯店           | ☎0883-72-0277  | 池田町街      | 地點 C-2 |
| 61 福屋旅館             | ☎0883-72-0868  | 池田町街      | 地點 C-2 |
| 62 壽司六旅館            | ☎0883-72-7422  | 池田町街      | 地點 C-2 |
| 63 丸福旅館             | ☎0883-72-0027  | 池田町街      | 地點 C-2 |
| 64 白地溫泉 小西旅館        | ☎0883-74-0311  | 池田町白地     | 地點 C-2 |
| 65 旅社 KAWAKAMI      | ☎0883-74-0829  | 池田町中西     | 地點 C-3 |
| 66 民宿 白地莊           | ☎0883-74-0487  | 池田町白地     | 地點 C-2 |
| 67 民宿 岡田            | ☎0883-74-1001  | 池田町佐野     | 地點 B-3 |
| 68 簡易宿場 阿波池田青年旅館    | ☎0883-72-5277  | 池田町西山     | 地點 C-2 |
| 69 民宿 旅人宿           | ☎0883-76-4727  | 池田町白地     | 地點 C-2 |
| 70 4S STAY 阿波池田駅前   | ☎0883-70-0166  | 池田町SARADA | 地點 C-2 |
| 71 旅店COCO-CROSS     | ☎0883-72-0011  | 池田町SARADA | 地點 C-2 |
| 72 松尾川溫泉/白鷺莊        | ☎0883-75-2322  | 池田町松尾黑川   | 地點 C-3 |
| 73 阿波池田駅前飯店ELEVEN   | ☎0883-72-8115  | 池田町SARADA | 地點 C-2 |
| 74 Yamaya base小木屋   | ☎0883-86-1898  | 池田町川崎滝安   | 地點 C-3 |
| 75 Riverside D-愛    | 從Airbnb訂房      | 池田町大和     | 地點 C-3 |
| 76 商務旅館阿波池田Eleven 2 | ☎0883-72-1010  | 池田町上野     | 地點 C-2 |
| 77 勇樓旅館             | ☎0883-78-2051  | 井川町辻      | 地點 D-2 |
| 78 井川芬蘭式小木屋         | ☎0883-78-3003  | 井川町平山     | 地點 D-3 |
| 79 民宿 UEDA          | ☎0883-78-2227  | 井川町西井川    | 地點 D-2 |
| 80 健康交流之森           | ☎0883-77-4320  | 三野町芝生     | 地點 E-2 |
| 81 梨窪之家             | ☎090-9775-2899 | 三野町太刀野山   | 地點 E-2 |

●洽詢



三好市觀光洽詢所 ☎0883-76-0877

三好市公所 觀光課

〒778-0002 德島縣三好市池田町街 2145番地1  
TEL 0883-72-7620 FAX 0883-76-0203

MIYOSHI FINDER



本宣傳手冊根據2024年8月當時之資訊製作。



# 戶外活動地區 大步危・祖谷

## 米其林綠色指南推薦的祖谷之路

大步危・祖谷擁有眾多世界級的觀光景點和戶外活動。兩邊是懸崖絕壁的幽深溪谷，中間流淌著宛如翡翠般碧綠的祖谷川、米其林綠色指南推薦的祖谷之路與「祖谷溪」、日本三大奇橋之一的「祖谷蔓橋」、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、獨木舟等戶外活動豐富多彩，受全世界矚目。



## 雲海（八合霧）

在吉野川流經的大步危周圍，能欣賞到美麗壯觀的「八合霧」雲海。白色霧靄沿著山脈緩緩升起，在山巒的八合目區域形成壯觀的雲海，因此得名。在換季時節，以及氣溫變化較大的3月~4月和10月~12月期間經常出現，早晨7點前後為最佳時機。能夠在眾多雲海觀景處細細品味由白色霧靄交織而成的奇幻玄妙之景。  
(地圖上用☉符號標示)



二個人的心怦怦地跳，就會產生戀情？！

### 23 祖谷蔓橋

日本三大奇橋之一，是國家指定重要有形民俗文化財產。與平家傳說素有淵源的橋，據說為了逃避追兵，遂使用蔓藤植物搭橋，以便隨時可斬斷。橋長45m、寬2m、距離水面14m，每3年重新搭建一次。



(洽詢) 三好市觀光洽詢所 ☎0883-76-0877  
NAVI檢索洽詢 ☎0883-87-2200 (夢舞臺)  
(地點) 三好市西祖谷山村善德162-2  
(費用) 大人550日圓、兒童350日圓 (營業) 全年無休

地點C-5 357 130 587 \* 55



琵琶瀑布



### 歷時二億數千萬年的鬼斧神工

### 24 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「跨大步走也危險、跨小步走也危險」，而以此命名這片絕壁斷崖。此岩壁約在二億年前到一億年前之間，於海底深處形成，突出地表後呈現出岩石經大自然雕刻之美。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。



(洽詢) 三好市觀光洽詢所 ☎0883-76-0877  
(地點) 三好市山城町重寶~上名 (營業) 全年無休

地點B-4 357 151 826 \* 18

(洽詢) 大步危峽觀光遊覽船 ☎0883-84-1211  
(費用) 大人1,500日圓、兒童750日圓

### 將近20公里壯麗的溪谷美景

### 25 祖谷溪／小便小童

祖谷川沿岸的聳立高山與斷崖峭壁形成了祖谷溪。春季裡的新綠，秋季裡的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，有一座小便小童的銅像，講述著昔日小孩和旅行者在這裡比試膽量的逸聞。該銅像於1968年(昭和43年)製作，如今成為祖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祖谷之路。



祖谷之路



小便小童

(洽詢) 三好市觀光洽詢所 ☎0883-76-0877  
(地點) 三好市池田町松尾~三好市西祖谷山村

地點C-4 357 308 375 \* 47

### 祖谷溪／U字溪谷

在深山環繞的祖谷之路裡，有一處能將祖谷川和連綿群山盡收眼底的「U字溪谷」。蜿蜒曲折的祖谷川在這裡形成好似日語平假名「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。

(洽詢) 三好市觀光洽詢所 ☎0883-76-0877  
(地點) 三好市池田町松尾~三好市西祖谷山村

地點C-4 357 308 375 \* 47

### 盡享祖谷川的大自然

### 26 祖谷交流公園

盡情享受祖谷川大自然的公園。園內有單車、橫跨祖谷川的空中溜索和露營場等設施。沿著山脈行駛的單車能夠遊覽全長430公尺的公園，是最具人氣的體驗項目。另外還能體驗溪流垂釣的樂趣。

(洽詢) ☎0883-76-8585  
(地點) 三好市西祖谷山村尾井之內379  
(營業) 3月~1月中旬

地點C-4 357 188 480 \* 02

### 在祕境中稍事休憩

### 27 西祖谷休息站

近祖谷蔓橋的休息站，販售多種祖谷特有的手工產品，以及祖谷產蜂蜜。在食堂還可吃到美味的手打祖谷蕎麥麵。

(洽詢) ☎0883-87-2670  
(地點) 三好市西祖谷山村尾井之內348-2  
(營業) 全年無休、商店於12月20日~2月未定期休息

地點C-4 357 187 260 \* 22

### 28 平家宅邸民俗資料館

有茅草屋頂的傳統民宅中展示豐富的民俗資料。圍爐中每日仍點起爐火，獨具情調。庭園中還有見證時代變遷的八百古樹。

(洽詢) ☎0883-84-1408  
(地點) 三好市西祖谷山村東西岡46  
(營業) 9:00~17:00 (3月~11月)  
9:00~16:00 (12月~2月)

地點C-4 357 154 511 \* 41

### 跟地球一起玩吧！

### 29 大自然觀光

MIYOSHI TOKUSHIMA JAPAN EARTH

三好市位於由地殼變動而形成的大地，如今仍處處留著太古以來的風姿。如此難得的自然環境受到世界認可，世界級泛舟大會兩度在此舉行。在吉野川流域可以體驗激烈與平緩兩種類的水上活動，在祕境的群山中則可以體驗各種森林戶外活動，簡直可以跟地球一起玩要！歡迎來體驗只有在此才有的各項活動。

(洽詢) <https://miyoshi-city.jp/naturetourism/>



地點B-4



地點C-4



地點C-2

### 妖怪之鄉中的 大步危休息站和妖怪故事館

### 30 大步危休息站

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」。位於妖怪之鄉的大步危休息站，有能夠學習山城地區特有的妖怪傳承、集寓教於樂為一體的「妖怪故事館」，以及展示《金氏世界紀錄大全》中世界最古老的岩石和絢麗多彩石頭頭的「石頭博物館」。站內販售的大步危伴手禮和原創妖怪商品也頗具人氣。

資料  
(洽詢) ☎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

357 151 315 \* 35 地點B-5



### 感覺恐怖又不太恐怖？！

### 妖怪故事館

為將妖怪傳說流傳給後世，當地人專門建造了這座風趣幽默的妖怪故事館。通過雕塑、圖文及影像資料介紹以兒啼爺為首，山爺爺、大天狗、河妖怪等山城地區廣為流傳的約70種妖怪。

(洽詢) ☎0883-84-1489  
(地點) 三好市山城町上名1553-1  
(費用) 妖怪故事館  
大人700日圓、兒童350日圓

地點B-5 357 151 315 \* 35

### 珍貴的大自然寶庫

### 31 野鹿池山

海拔1,294公尺高的山頂附近有廣袤的濕地，生息著本石楠花、泥炭藓等珍稀植物。還有神社和木棧道供散步休閒。在石楠花盛開的6月初還舉辦「石楠花祭」。

(洽詢) 三好市觀光洽詢所 ☎0883-76-0877  
(地點) 三好市山城町上名

地點B-5 207 055 725 \* 13

### 那個著名的妖怪就在這裡！

### 32 兒啼爺像

在水木茂的漫畫「鬼太郎」也出現過的著名妖怪。當地居民集會在傳說是兒啼爺出生地的山城町蘇川谷建造了石像，底座刻有水木茂親筆提字。

(洽詢) 三好市觀光洽詢所 ☎0883-76-0877  
(地點) 三好市山城町上名

地點B-5 207 179 407 \* 44

### 秋日彩屏畫

### 33 龍之岳

龍之岳位於池田町的松尾川流域，在劍山國定公園內的一隅。950m的高聳峭壁形成橫互4km的斷崖，可謂東洋第一。最佳觀景期間為秋季楓紅時分，紅葉在落日映照下宛如織錦畫，更加突顯了聳立的懸崖。附近有松尾川溫泉。

(洽詢) 三好市觀光洽詢所 ☎0883-76-0877  
(地點) 三好市西祖谷山村下名

357 343 433 \* 42 地點D-4

### 螢火蟲與紅葉景點

### 34 半田岩

由黑川谷川形成的奇岩和斷崖旁有一座充滿風情的水車，是賞楓和看螢火蟲的名所。還有相傳是長曾我部制霸四國時休息所的遺跡。

(洽詢) 三好市觀光洽詢所 ☎0883-76-0877  
(地點) 三好市山城町賴廣

207 416 625 \* 3 地點B-3



### 歡迎來到星之高原

### 35 鹽塚高原

素有「四國阿蘇」美名的鹽塚高原位於德島縣和愛媛縣交界處，面積約100公頃，最高峰鹽塚峰海拔為1,043公尺。象徵著春季到來的燒草活動那熊熊火球，令人震撼。秋季的茫茫草原獨具人氣，晴天遠眺瀨戶內海及日本的中國地區，夜晚的滿天星斗和清晨的壯觀雲海讓人流連忘返。高原附近還有露營場、簡易別墅。

(洽詢) 鹽塚高原露營場 ☎0883-86-3077  
(地點) 三好市山城町平野205  
露營場(營業) 4月1日~11月上旬

地點A-4 207 352 780 \* 36



# 秘境地區 奧祖谷

## 平家傳說與不可思議的森林

令人想要親身體驗一次的「秘境」生活。除了山岳景色壯闊的日本百岳「劍山」之外，還有已被評選為國家重要傳統建築物保存地區的「落合聚落」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！



# 歷史文化區域 北部地區

## 接觸歷史與文化，享受大自然的療癒

與開創四國靈場的空海（弘法大師）頗有淵源的寺院。訴說著菸絲產業輝煌歷史的傳統街道。帶有滿滿負離子的金剛瀑布和龍頭瀑布。山裡廣袤無垠的「黑澤溼地」和日本梯田百選之一的下影梯田。悠久的歷史和美妙的大自然令人心動不已。



### 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）。可利用登山吊椅輕鬆登頂，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而得名。有登上山才能看到的滿天星斗和雲海等西日本屈指可數的壯麗景觀。山頂有住宿設施。



四國風露

〔洽詢〕劍山觀光登山吊椅 ☎0883-67-5277  
〔地點〕三好市東祖谷見之越  
〔費用〕登山吊椅單程：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〕吊椅4月中旬～11月末

MAPPOINT 497 401 602 \* 66 地點G-5

### 令人難以忘懷的山頂風光

#### 15 三嶺

三嶺橫跨德島縣與高知縣，是德島縣第二高峰（海拔1,894公尺），四國百名山之一。號稱四國最美的山峰，山頂附近有「三嶺の池」、原生林及三嶺隱世、金毛杜鵑等被指定為國家自然保護植物等稀少植物。



〔洽詢〕三好市觀光洽詢所 ☎0883-76-0877  
〔地點〕三好市東祖谷管生

MAPPOINT 357 028 568 \* 54 地點E-5

### 親身感受秘境魅力的蔓橋

#### 16 奧祖谷二重蔓橋

坐落於飄散著秘境氛圍的美麗景觀中的藤蔓橋。據說是平家一族為了前往位於劍山的平家馬場而搭建，有「男橋」和「女橋」兩座，也叫做夫婦橋，是奧祖谷地區的代表景點。



〔洽詢〕三好市觀光洽詢所 ☎0883-76-0877  
〔地點〕三好市東祖谷管生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

MAPPOINT 497 365 080 \* 74 地點F-5

### 發現不可思議的村民！

#### 17 名頃稻草人之鄉

通往奧祖谷二重蔓橋的途中，突然出現在眼前的「稻草人之鄉」。稻草人們生動有趣、栩栩如生，不經意就會被當作村裡的居民。讓過路者忍不住想一探這裡的究竟。



〔洽詢〕三好市觀光洽詢所 ☎0883-76-0877  
〔地點〕三好市東祖谷名頃周邊

MAPPOINT 497 362 349 \* 36 地點F-5

### 揭開平家傳說之謎

#### 18 東祖谷歷史民俗資料館

展示著許多與平家傳說有關的歷史資料和呈現祖谷生活樣貌的民俗資料，還有平家的末裔、阿佐家收藏的「平家紅旗」（複製品）等，借此揭開從屋島合戰起，安德天皇和平家一族顛沛流離的「另一個平家傳說」之謎。



〔洽詢〕☎0883-88-2286  
〔地點〕三好市東祖谷京上14-3  
〔費用〕大人410日圓、中學生210日圓、兒童100日圓  
〔公休日〕每週三、12月～2月的每週六、週日、假日及年末年初  
〔營業〕10:00～16:00

MAPPOINT 357 109 691 \* 66 地點D-5

### 昂然佇立山中的武家宅邸

#### 19 武家宅邸舊喜多家

據說是統治祖谷山的北六郎三郎的子孫、喜多家的宅邸。建於約250年前，是祖谷地區規模最大的武士家族宅邸，擁有獨特的玄關構造和書院風格的客廳。庭院前還有800年左右樹齡的鉦杉，也與平家傳說有關。



〔洽詢〕☎0883-88-2040  
〔公休日〕冬季休息（12月1日～3月31日）  
〔營業〕9:00～17:00  
〔費用〕大人310日圓、兒童100日圓

MAPPOINT 357 137 058 \* 04 地點D-5

### 令全世界驚嘆的日本之美

#### 20 麓庵 (Chiiori)

東洋文化研究家卡爾 (Alex Kerr) 深受祖谷地區的神秘之美吸引，把這座有三百年歷史的茅草屋頂古民家改建成舒適的民宿，可以在此身歷其境體驗秘境祖古的生活。若事前預約也可以入內參觀。



〔洽詢〕☎0883-88-5290  
〔地點〕三好市東祖谷約井209

MAPPOINT 357 103 263 \* 18 地點D-5

### 宛如山中龍宮般地舒適

#### 21 龍宮崖小木屋

橫跨奧祖谷的大型人工吊橋是小木屋入口處的標誌。此處是清澈的祖谷川和原始森林環繞的靜謐之地，完備的廚房和洗浴設施令客人輕鬆享受秘境空間。



〔洽詢〕☎080-2981-6221  
〔地點〕三好市東祖谷約井438-3  
〔公休日〕冬季休息（12月1日～3月31日）

MAPPOINT 357 075 797 \* 68 地點D-5

### 桃源鄉的美好生活盡在此處

#### 22 落合聚落

位於東祖谷中央地區傾斜山坡上的聚落。聚落內的高低落差高達390公尺，從對面的中上展望所以眺望聚落的全貌。這裡分佈著從江戶中期至昭和初期建造的古民宅，還有從溪谷和山裡運來的石塊堆砌而成的石垣和農田。聚落的景觀呈現出日本的原始風貌，醞釀出桃源鄉的空間和意境。聚落中有可以獨棟租賃的8棟茅草屋頂民家，還有可供免費參觀的公開設施（長岡家住宅）。



〔洽詢〕三好市觀光洽詢所 ☎0883-76-0877  
〔地點〕三好市東祖谷落合

MAPPOINT 357 172 526 \* 60 地點E-4-E-5

長岡家住宅

### 雲上名剎

#### 1 雲邊寺

第66號札所雲邊寺是四國靈場中海拔（911公尺）最高的地方。據稱空海（弘法大師）於789（延曆8）年被深山幽谷的靈山所打動，在這裡建造了堂宇。別名「四國高野」的名寺。寺內有五百羅漢像，並以秋天的楓葉和春末的繡球花聞名。



〔洽詢〕☎0883-74-0066  
〔地點〕三好市池田町白地野呂內763

MAPPOINT 207 717 724 \* 14 地點B-2

### 空海與金比羅大神淵源的寺院

#### 2 箸藏寺

相傳建於828年，由空海（弘法大師）受金比羅神托，親自雕刻佛像奉為本尊開山。境內有許多保存良好的木庵及寺院建築，值得細細觀賞。秋天的楓紅令人留連忘返，春天山頂本堂附近的櫻花園也值得一訪。需乘坐纜車上山。



〔洽詢〕箸藏寺金比羅事務所 ☎0883-72-0812  
〔地點〕三好市池田町津藏谷1006

MAPPOINT 357 761 306 \* 16 地點D-2



在這裡休息一下！

#### 3 阿波池田卯建之家／菸草資料館

從幕府末年到明治時代繁盛一時的菸草製作業者的舊住家，裡面已改裝成菸草歷史資料館。可以想見這棟豪宅當時的繁榮景象。

〔洽詢〕☎0883-72-3450  
〔地點〕三好市池田町街2465-1  
〔公休日〕每週三及年末年初  
〔營業〕9:00～17:00  
〔費用〕大人320日圓、  
高中生・大學生210日圓、  
小學生・中學生100日圓

MAPPOINT 357 697 161 \* 77 地點C-2

### 最適合的一句話——別有洞天

#### 4 黑澤溼原

在海拔約600m的群山環繞下的溼地，設有棧道、休息所，最適合健行。從溼地的畦畔到山麓一帶，茂盛地生長著泥炭藓、薺草、毛茛苔、大薊等水生植物（縣指定自然保護區）。



〔洽詢〕三好市觀光洽詢所 ☎0883-76-0877  
〔地點〕三好市池田町漆川黑澤

MAPPOINT 357 489 898 \* 40 地點C-3

### 鐵道迷下車？

#### 5 JR土讚線 坪尻站

位於德島縣與香川縣縣境附近的土讚線車站。由於周圍已無人煙，經由電視節目與漫畫等介紹而成為秘境車站，常有來自全國各地的鐵道迷造訪。



〔洽詢〕四國旅客鐵道株式會社（JR四國）  
阿波池田站 ☎0883-72-0022  
〔地點〕德島縣三好市池田町西山山谷

MAPPOINT 357 789 064 \* 6 地點C-2

### 隨時保持最佳狀態

#### 6 井川滑雪場腕山

四國最早興建的滑雪場，使用人工造雪機，隨時保持最佳滑雪狀態。有五條滑雪道，從山頂最遠可眺望瀨戶內海的雄偉全景。



〔洽詢〕☎0883-78-3003  
〔地點〕三好市井川町井内西平山  
〔營業〕12月～3月

MAPPOINT 357 466 164 \* 30 地點D-3

### 飽覽吉野川

#### 7 櫻之丘公園

位在德島自動車道附近的公園，約有1,100棵櫻花木沿著園內道路的兩側種植。櫻木的種類豐富，一年四季都有不同品種的櫻花可供觀賞。公園視野良好，可眺望吉野川和周遭的田園景觀。



〔洽詢〕三好市觀光洽詢所 ☎0883-76-0877  
〔地點〕三好市井川町西井川1395-1

MAPPOINT 357 703 520 \* 34 地點D-2

### 保留三好長慶的傳承

#### 8 瀧寺

空海（弘法大師）於天長年間（824～834年）所創建的寺院。寺裡供奉的木雕「聖觀音立像」是平安末期的作品，被指定為國家重要文化財產。



〔洽詢〕☎0883-77-2486  
〔地點〕三好市三野町加茂野宮1796

MAPPOINT 228 193 559 \* 6 地點E-2

### 弘法大師修行地與紅葉景點

#### 9 龍頭瀑布／金剛瀑布

龍頭瀑布據說是空海（弘法大師）的修行之地。從龍頭瀑布再往上走約300公尺便是金剛瀑布。金剛瀑布落差約40公尺的岩縫中傾瀉而下，是觀賞紅葉的知名景點。



〔洽詢〕三好市觀光洽詢所 ☎0883-76-0877  
〔地點〕三好市三野町加茂野宮

MAPPOINT 228 223 233 \* 36 地點F-2

### 在豐富的大自然裡享受露天溫泉與用餐

#### 10 紅葉交流中心的紅葉溫泉

三野農村交流廣場隔壁的紅葉溫泉。這裡的大浴場和露天溫泉頗具人氣，能夠在享受溫泉治癒的同時，眺望連綿起伏的阿讚山脈。



〔洽詢〕☎0883-77-2954（純泡湯）  
〔地點〕三好市三野町加茂野宮1467  
〔公休〕週三

MAPPOINT 228 193 506 \* 8 地點E-2

### 陶醉在川上日落美景之中

#### 11 三野休息站

欣賞川上落日 and 吉野川美景的絕佳地點。站內有食堂、商店和農產品直銷所，銷售三野町內剛剛收穫的新鮮農產品。



〔洽詢〕☎0883-76-2050  
〔地點〕三好市三野町太刀野1909-1  
〔公休日〕每週一 12月30日～1月4日

MAPPOINT 228 157 725 \* 62 地點E-2

### 家族同樂的森林假日

#### 12 健康交流之森

位在山坡上的自然公園，設有五棟木屋、露營平台及烤肉小屋。無論是受到孩子們喜愛的「冒險城」，或是利用山坡斜面的溜滑梯、山訓場等，都是相當熱門的設施。



〔洽詢〕☎0883-77-4320  
〔地點〕三好市三野町芝生1342-3  
〔營業〕全年無休

MAPPOINT 228 191 618 \* 3 地點E-2

### 轉個彎景觀就不同

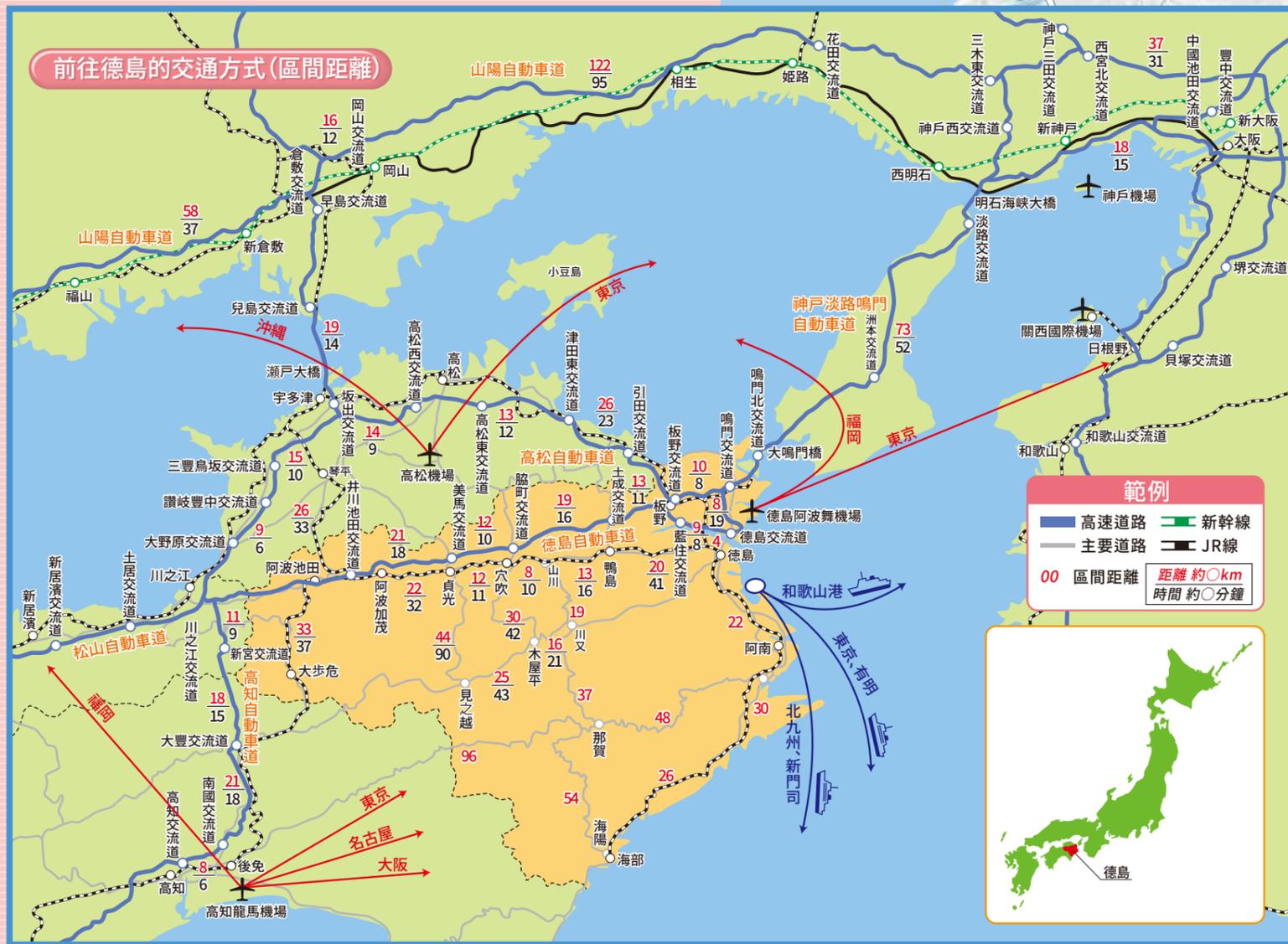
#### 13 漫步井川町老街之旅

在船運興盛的時代，位於吉野川岸邊的井川町作為菸草的集散港口繁榮不已，至今仍能看到傳統的街道和老豪宅。一邊散步，一邊聽聽在地導遊才知道的小故事吧！



〔洽詢〕三好市觀光洽詢所 ☎0883-76-0877  
〔地點〕三好市井川町辻

MAPPOINT 228 090 118 \* 88 地點D-2



## 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小時30分
          - 從德島站出發
            - .....阿波池田站 約1小時10分
            - 從高松站出發
              - .....阿波池田站 約1小時
              - 從高知站出發
                - .....大步危站 約1小時
                - 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約需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
- 劍山登山口..... 車程約2小時
  - 奧祖谷二重蔓橋..... 車程約1小時50分鐘
  - 祖谷蔓橋..... 車程約1小時
  - 祖谷溪(小便小童)..... 車程約50分鐘
  - 大步危、小步危..... 車程約40分鐘
  - 鹽塚高原..... 車程約1小時
  - 黑澤溼原..... 車程約40分鐘
  - 井川滑雪場腕山..... 車程約1小時
  - 健康交流之森..... 車程約45分鐘

# 秘境之旅

造訪神祕世界之旅 Hikyō-Trip

## 地區地圖

**即時影像 LiveCamera**

三好市區多處設置了即時攝影機，任何人都能自行觀看。建議出門之前，先查看一下紅葉狀況、天候或積雪狀況。

● 由此查看 <https://miyoshi-tourism.jp/tw/camera/>

## 四國中央市 愛媛縣

- 雲邊寺 927
- 池田休息站
- 曼陀隧道
- 境目隧道
- 境目嶺 748
- 峰畑山
- 寺野阿彌陀堂
- 賢見神社
- 信正阿彌陀堂
- 岩戶候車亭
- 川口計程車
- 出合候車亭
- 茂地觀音堂
- 田尾城遺址
- 岩戶候車亭
- 信正阿彌陀堂
- 岩戶候車亭
- 川口計程車
- 出合候車亭
- 茂地觀音堂
- 田尾城遺址
- 岩戶候車亭
- 信正阿彌陀堂
- 岩戶候車亭
- 川口計程車
- 出合候車亭



# 香川縣



## 賞花時期資訊

|                  |           |         |
|------------------|-----------|---------|
| ●櫻(丸山公園)         | 3月中旬~4月上旬 | C-2     |
| ●櫻(櫻之丘公園)        | 3月中旬~4月上旬 | D-2     |
| ●櫻(金龍山農村公園)      | 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(箸藏山)          | 3月中旬~4月上旬 | D-2     |
| ●櫻(三野農村交流公園)     | 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(密藏寺)        | 4月中旬~4月下旬 | C-2     |
| ●岩杜鵑(大步危、小步危)    | 4月下旬~5月中旬 | B-4     |
| ●紫藤(祖谷蔓橋)        | 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(高之瀨)       | 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 | E-5/G-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     |
| ●葛草(黑澤溼地)        | 7月下旬~8月中旬 | C-3     |
| ●黃山梅(劍山)         | 8月上旬~8月中旬 | G-5     |

## 賞楓資訊

|          |             |     |
|----------|-------------|-----|
| ●落合嶺     | 10月上旬~10月中旬 | E-4 |
| ●劍山      | 10月中旬~10月下旬 | G-5 |
| ●與祖谷二重蔓橋 | 10月下旬~11月上旬 | F-5 |
| ●龍宮崖小木屋  | 10月下旬~11月上旬 | D-5 |
| ●祖谷溪     | 10月下旬~11月中旬 | C-4 |
| ●龍之岳     | 10月下旬~11月中旬 | D-4 |
| ●雲邊寺     | 10月下旬~11月中旬 | B-2 |
| ●蔓橋周邊    | 11月上旬~11月中旬 | C-5 |
| ●箸藏山     | 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 |
| ●持性院     | 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 |

## 三好的純泡湯溫泉

|  |   |
|--|---|
|  <p>和之宿<br/>祖谷溫泉旅館</p>    |  <p>湯元新祖谷溫泉<br/>蔓橋飯店</p> |
|  <p>峽谷之湯宿<br/>大步危峽曼納卡</p> |  <p>大步危溫泉<br/>太陽河大步危</p> |
|  <p>祖谷溪溫泉<br/>秘境之湯飯店</p>  |  <p>松尾川溫泉<br/>白鷺莊</p>    |
|  <p>地點B-3</p>             |  <p>地點C-2</p>            |

| 計程車        |                  |
|------------|------------------|
| ●池田        |                  |
| 三協計程車      | TEL.0883-72-3300 |
| 三繩計程車      | TEL.0883-74-0057 |
| 池田DK計程車    | TEL.0883-76-0011 |
| Sudachi計程車 | TEL.0883-72-2120 |
| ●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 |
| 曼橋計程車      | TEL.0883-87-2013 |
| ●東祖谷       |                  |
| 三嶺計程車      | 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          |                  |
| ●池田         |                  |
| 令和租車        | TEL.0883-76-0011 |
| ●山城         |                  |
| 大步危租車       | TEL.0883-84-1211 |

# 地導圖航碼搜一尋覽用

開車出遊好方便!



**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，就能簡單設定好目的地。  
※僅部分機種設有地圖碼功能。

**山路行駛注意事項!**

下坡路段使用低速檔(引擎剎車) 在行駛長下坡路段時，若一直踩剎車，會導致剎車皮過熱而使剎車效果變差，最糟甚至導致剎車失靈。建議在長下坡路段使用低速檔，讓引擎的低轉速來降低車速，只有在車子過於加速時才踩剎車。這樣可以不須一直剎車，讓剎車皮降溫。

**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。不時地透過後視鏡目視確認後方來車狀況，能加倍安心地駕駛。此外，後方來車車速較快時，在安全的場所避讓也是聰明行駛山路的禮貌哦!

氣象資訊在此查詢  
氣象廳網站  
<http://www.jma.go.jp/jma/index.html>  
由此查看道路狀況與交通管制等  
德島縣縣土防災資訊  
<https://bousai.pref.tokushima.lg.jp/>

| 大步危・祖谷地區         | 地圖碼              |
|------------------|------------------|
| 祖谷蔓橋             | 357 130 587 * 55 |
| 蔓橋露營場            | 357 161 188 * 71 |
| 祖谷交流公園           | 357 188 480 * 36 |
| 西祖谷休息站           | 357 187 260 * 22 |
| 蔓橋夢舞台            | 357 130 429 * 82 |
| 平家宅邸民俗資料館        | 357 154 511 * 41 |
| 古宮神社(加羅宇多姬)      | 357 095 449 * 71 |
| 祖谷溪/小便小童         | 357 308 375 * 47 |
| 龍之岳              | 357 343 433 * 42 |
| 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 |
| 大步危休息站/妖怪故事館     | 357 151 315 * 35 |
| 鹽塚高原             | 207 352 780 * 36 |
| 鹽塚高原露營場          | 207 352 780 * 44 |
| 兒啼爺像             | 207 179 407 * 44 |
| 鳶之巢溪谷            | 207 296 696 * 44 |
| 山城螢火蟲之里公園        | 207 415 027 * 58 |
| 半田岩              | 207 416 625 * 3  |
| 奧祖谷地區            |                  |
| 見之越「劍山登山口」       | 497 401 602 * 66 |
| 奧祖谷二重蔓橋          | 357 130 556 * 14 |
| 名頃稻草人之鄉          | 497 362 349 * 36 |
| 武家宅邸舊嘉多          | 357 137 058 * 04 |
| 木村家住宅            | 357 104 458 * 88 |
| 舊小朵家住宅           | 357 117 776 * 88 |
| 蕎麥麵道場            | 357 172 203 * 47 |
| 落合聚落             | 357 172 526 * 60 |
| 落合聚落觀景台          | 357 142 727 * 71 |
| 東祖谷歷史民俗資料館       | 357 109 691 * 66 |
| 古法手揪蕎麥麵體驗塾(都築商店) | 357 077 599 * 14 |
| 桃源鄉祖谷的山里 茅草屋頂民家  | 357 105 224 * 60 |
| 龍宮崖小木屋           | 357 075 797 * 68 |
| 三嶺登山口            | 357 028 568 * 54 |
| 北部地區             |                  |
| 松尾川溫泉/白鷺莊        | 357 428 564 * 22 |
| 黑澤溼原             | 357 489 898 * 40 |
| 諏訪公園             | 357 697 350 * 68 |
| 三好市觀光洽詢所         | 357 666 778 * 82 |
| JR土讚線 坪尻站        | 357 789 064 * 6  |
| 阿波池田卯建之家/菸草資料館   | 357 697 161 * 77 |
| 善藏寺              | 357 761 306 * 16 |
| 雲邊寺              | 207 717 724 * 14 |
| 井川滑雪場腕山          | 357 466 164 * 30 |
| 下影梯田             | 357 554 579 * 74 |
| 御來迎瀑布            | 357 588 111 * 06 |
| 櫻之丘公園            | 357 703 520 * 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 |
| 三野休息站            | 228 157 725 * 62 |
| 健康交流之森           | 228 191 618 * 3  |

## Event Guide 活動介紹

※活動舉辦日期或時間可能有所變更，歡迎洽詢詳情。

**大步危・祖谷地區**

**鹽塚高原燒山**  
3月下旬

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燒山。沿著高原順勢而上的火焰，看起來如龍似蛇。

**北部地區**

**池田阿波舞**  
8月14日~16日

在盂蘭盆節的三天裡，阿波池田到處都聽得到ZOMEKI樂曲。在付費的棧敷(舞台)、免費的表演場及HESOKKO公園等處，約有30支舞蹈隊伍群起跳舞。

**大步危・祖谷地區**

**祖谷隔扇秀**  
10月・隔週的週六

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，別有鄉村風情的舞台裡，盡情地享受這懷舊又令人療癒的時光。

**北部地區**

**三好長慶武者行伍祭**  
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，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

在兒啼爺的故鄉裡，與妖怪一同歡慶熱鬧。妖怪轎子、妖怪樂團、妖怪行伍、手作妖怪比賽等，各種妖怪出沒的慶典大受歡迎。在楓葉包圍下的健行也很有趣。

**奧祖谷地區**

**雪對戰四國大會**  
1月下旬

冰冷的雪炒熱了冬日氣氛，按照正式比賽規矩的「運動雪對戰」。出場比賽者自在話下，就連觀眾也都熱了起來。

**北部地區**

**四國酒祭** 2月下旬

阿波池田是懂酒的人才知道的酒鄉，舉辦四國各地的地產酒齊聚一堂的「地產酒試飲會」、及拜訪當地酒藏的「酒藏開放參觀會」。



**計程車 車資參考** (小型計程車:最多4人) ※單程費用

|            |          |         |           |
|------------|----------|---------|-----------|
| 大步危峽遊覽船    | 730日圓起   | 落合聚落    | 7,000日圓起  |
| 祖谷蔓橋       | 3,200日圓起 | 奧祖谷二重蔓橋 | 11,000日圓起 |
| 祖谷溪/小便小童   | 3,900日圓起 | 劍山      | 13,000日圓起 |
| 東祖谷歷史民俗資料館 | 6,500日圓起 |         |           |

※大步危、祖谷計程車公司，有「說故事司機」、「民謠司機」等富有個人特色的司機，請參閱各公司網站或來電。



秘境旅之宿 賢見溫泉  
 大步危祖谷阿波溫泉 阿波之抄  
 優質溫泉 盛情款待

# 三好市

# 香美市 高知縣

想要隨著自己的步調 放輕鬆慢慢遊覽的話 建議搭乘計程車!

- 祖谷蔓橋**
- 大步危峽遊覽船 3,600日圓起
  - 祖谷溪/小便小童 2,500日圓起
  - 奧祖谷二重蔓橋 8,000日圓起
  - 劍山 10,000日圓起

**推薦包車專案**

**例1** 大步危、蔓橋與祖谷溪行程 [所需時間:3小時]  
 包車金額 [每輛] 14,700日圓起  
小型計程車:最多搭乘4人

**例2** 奧祖谷二重蔓橋、祖谷溪行程 [所需時間:6小時]  
 包車金額 [每輛] 29,400日圓起  
小型計程車:最多搭乘4人

計程車公司預約及聯絡電話:  
 ●祖谷溪計程車 TEL.0883-87-2017 ●大步危計程車 TEL.0883-84-1225 ●蔓橋計程車 TEL.0883-87-2013

## 定期觀光巴士 西祖谷線

行駛在斷崖峭壁的祖谷之路上的祖谷祕境之旅。 **須預約**

**期間** 4月至7月僅週末及國定假日行駛。

**費用** 大人11,000日圓 / 兒童10,500日圓 / 身障人士10,500日圓

**行程**

- JR阿波池田站 (乘車地) [10:45發車]
- 阿波池田巴士總站 (乘車地) [11:00發車]
- 平家宅邸 [11:40~12:05]
- 鄉土料理午餐 [12:20~13:00]
- 祖谷蔓橋 [13:05~13:50]
- 小便小童/祖谷溪谷 (下車觀光) [14:10~14:25]
- 大步危休息站 [15:00~15:20]
- 大步危峽觀光遊船 (下車地) [15:25~16:10]
- 西宇 (下車地) [16:15抵達]
- JR阿波池田站 (下車地) [16:45-抵達]
- 阿波池田巴士總站 (下車地) [16:50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9:00~17:30)  
 ※四國交通巴士、定期觀光巴士於全國各大旅行社均有代售。 <https://yonkoh.co.jp/teikan>

- 範 例**
- 高速公路
  - 國道
  - 縣道
  - 主要地方道
  - 地方道
  - J R 線
  - 縣界
  - 市町村界
  - 休息站
  - 洗手間
  - 溫泉
  - 露營場
  - 即時攝影機設置場所
  - 公車候車亭
  - 加油站
  - ATM
  - 賞楓景點
  - 賞花景點
  - 賞螢火蟲景點
  - 神社
  - 寺院
  - 雲海觀景點
  - 旅店、飯店、住宿設施
  - 計程車
  - 商店
  - 服務台

1:124000  
 0 1 2 3 4 5km

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。