

フリーペーパー 道の駅

FREE PAPER MICHINOEKI



VOL.
16
2026
SPRING
SUMMER

This booklet is a regional information magazine that delivers hot news and exciting culture at MICHINOEKI.

和歌山県版
WAKAYAMA VERSION

CHA-GAYU * HEALTH

体を整える一杯、
まれいしは**茶粥**から。

旅の拠点で見つける
地域の魅力！

道の駅に
泊まるう！！

無料

TAKE FREE
ご自由にお取り下さい

国産の消費拡大に向けた国民運動



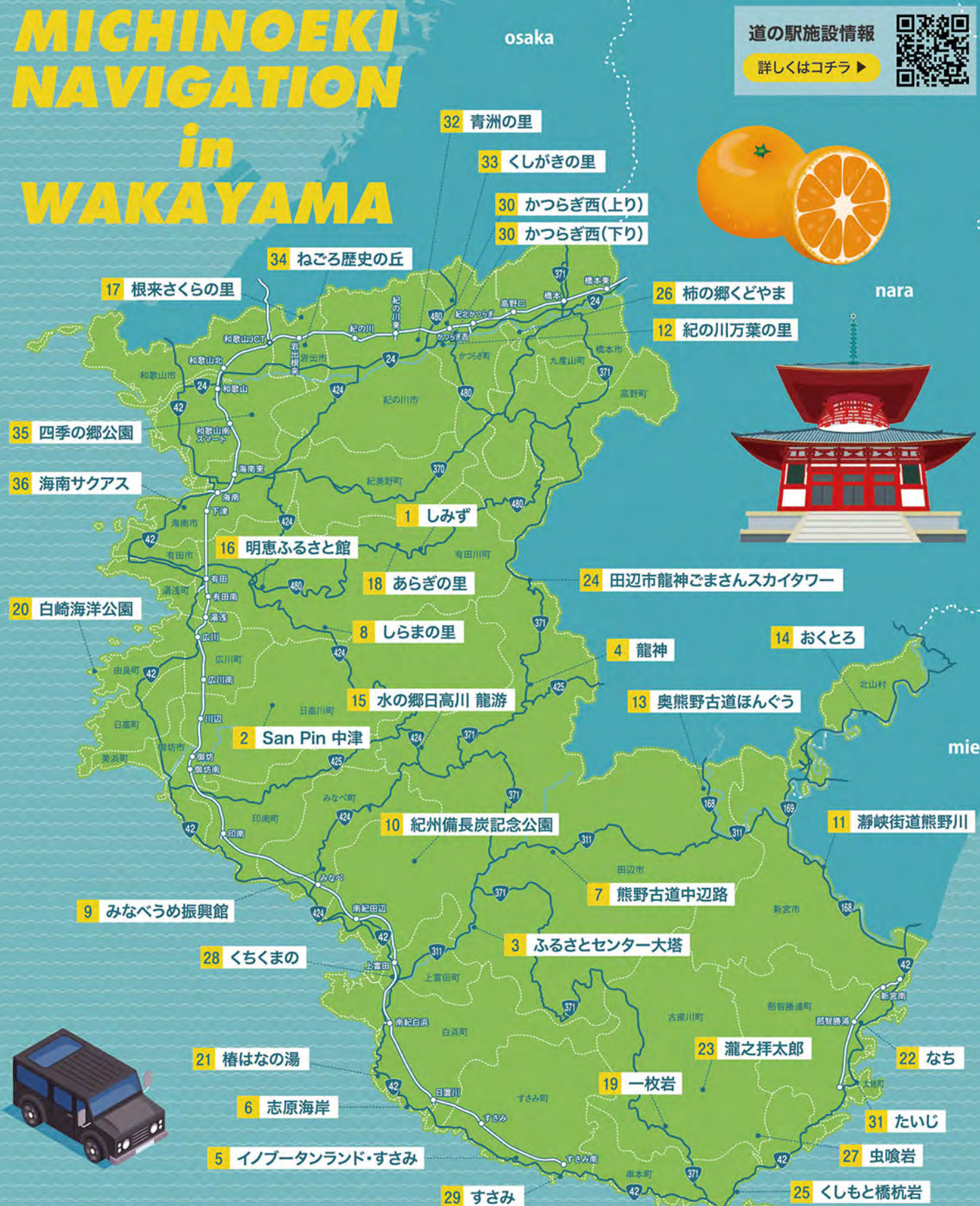
**FOOD
ACTION
NIPPON**

デジタルブックも公開中！！

<http://michinoeki-fp.jp>



MICHINOEKI NAVIGATION in WAKAYAMA



和歌山県

道の駅 MAP

和歌山県の道の駅は全 36 箇所
※番号は国土交通省により登録された順番です。

1 ※2026年1月現在、国土交通省の登録が発表されているものです。

道の駅施設情報

詳しくはコチラ▶



**フリーペーパー
道の駅**
FREE PAPER MICHINOEKI

This booklet is a regional information magazine that delivers hot news and exciting culture at MICHINOEKI.

CONTENTS

01 道の駅マップ

02 道の駅インフォメーション

04 体を整える一杯 きれいは茶粥から

10
Michinoeki Aji Club 味倶楽部

14
旅の拠点で見つける地域の魅力！
**道の駅に
泊まるう！！**

21 クローズアップ道の駅 瀧之掇太郎



表紙
茶粥
日高郡日高川町

お楽しみの
読者
プレゼントは
巻末ページ!

昭和のドライブイン時代から 地域に根付いたお食事処



初夏会席（一例です）

会議・ご宴会から仕出しまで、
様々なシーンでご利用いただけます。



花と坊
HANA GORO
GourmeO

和歌山県御坊市湯川町小松原 541 番地
TEL 0738-22-2326

営業時間 9:30～21:00
ランチタイム 11:00～(オーダーストップ14:00)
ディナータイム 16:00～(オーダーストップ20:30)
定休日 毎週火曜日(元旦休館)



UAMA 3050

瀧之拜太郎

東牟婁郡古座川町小川1774-1



11:00～16:00

休 物産コーナー／平日不定休
情報コーナー／年中無休
☎0735-79-0011

なち

東牟婁郡那智勝浦町浜ノ宮361-2



丹敷の湯 臨時休業中
地元農産物直売所／9:30～16:00
情報センター／9:00～17:00

休 地元農産物直売所／1月1日～3日
情報センター／月曜(祝祭日の場合は順延)
☎0735-52-9201

椿はなの湯

西牟婁郡白浜町横1058-1



9:00～20:00
足湯／10:00～17:00
お食事処まんま／11:30～15:00(L.O 14:30)

休 火曜(祝日の場合は翌日)
1月1日
お食事処まんま／不定休
☎0739-46-0617

白崎海洋公園

日高郡由良町大字大引960-1



パークセンター受付／8:30～17:15
観光案内／8:30～17:15
物産販売／9:00～17:15
飲食コーナー／9:30～17:00(L.O 16:00)

休 年中無休
☎0738-65-0125

ふるさとセンター大塔

田辺市鮎川997-1



物産館／9:00～17:00
レストラン／9:00～17:00※現在休業中

休 火曜(祝祭日は営業)、12月30日、12月31日
☎0739-49-0143

San Pin 中津

日高郡日高川町大字船津820



8:00～17:00

休 年末年始(12月31日～1月2日午前)
※1月2日は13:00～16:00の短縮営業
☎0738-54-0541

しみず

有田郡有田川町大字清水607



9:00～18:00

休 火曜(夏季、大型連休を除く)
☎0737-25-1288 (あさぎり 0737-25-1181)

WAKAYAMA

和歌山県

Area 4,724.66square kilo meters
Total Population 870,000people
Prefectural Tree Quercus phillyraeoides
Prefectural Flowers Prunus mume
Prefectural Bird Zosterops japonicus

36

roadside stations



虫喰岩

東牟婁郡古座川町池野山705-1



観光案内／9:00～17:00
物産販売／10:00～16:00

休 火曜、水曜、年末年始
☎0735-72-0015

柿の郷くどやま

伊都郡九度山町入郷5-5



観光案内・世界遺産情報センター／9:00～17:30
産直市場よって／9:00～18:00
ペーカリーパフェバーシモン／9:30～16:30

休 1月1日～1月3日
☎観光案内・世界遺産情報センター／☎0736-54-9966
産直市場よって／☎0736-54-4741
ペーカリーパフェバーシモン／☎0736-54-9967

くしもと橋杭岩

東牟婁郡串本町藪野川1549-8



9:00～18:00(4～9月)
9:00～17:00(10～3月)

休 年中無休
☎0735-62-5755

田辺市龍神ごまさんスカイタワー

田辺市龍神村龍神1020-6



9:30～16:00(平日)
9:00～16:00(土・日・祝日)
展望台／9:30～15:50(平日)
9:00～15:50(土・日・祝日)

休 12月1日～3月末
※休憩中は龍神観光協会にてスタンプ押印
☎0739-79-0622

熊野古道中辺路

田辺市中辺路町近露2474-1



売店／9:00～17:00
喫茶コーナー／9:30～14:30

休 12月～2月の木曜、1月1日～3日
☎0739-65-0671

志原海岸

西牟婁郡白浜町日置2039-73



1F売店／9:00～18:00
2F食堂／10:30～16:30

休 1月1日
☎0739-52-4100

イノブータンランド・すさみ

西牟婁郡すさみ町見老津地内



8:30～17:00

休 月曜～土曜、祝日
☎0739-33-7100

龍神

田辺市龍神村龍神170-3



売店／9:00～16:00
食堂／10:00～15:00

休 水曜
☎0739-79-0567

かつらぎ西(下り)

伊都郡かつらぎ町笠田東1270-22



物産販売／9:00～20:00
レストラン／10:00～19:00(L.O 18:30)

休 年中無休
☎0736-22-8880

かつらぎ西(上り)

伊都郡かつらぎ町笠田東1271-28



物産販売／8:00～19:00
レストラン／3月～10月 10:00～18:00(L.O 17:30)
11月～2月 10:00～17:00(L.O 16:30)

休 年中無休
☎0736-22-7810

すさみ

西牟婁郡すさみ町江住808-1



9:00～18:00 ※11月～2月は17:00まで
レストラン蒼海／12月～2月11:00～16:30(L.O 16:00)、
3月～11月11:00～17:30(L.O 17:00)

休 不定休
☎0739-58-8888
レストラン蒼海／☎0739-58-8800

くちくまの

西牟婁郡上富田町岩崎555-5



8:00～19:00
レストラン／8:30～18:30(L.O 18:00)

休 年中無休
☎0739-34-3030

游峡街道熊野川

新宮市熊野川町田長54-8



8:30～17:00

休 年末年始
☎0735-44-0987
かあちゃんの店／9:00～16:00
(食事 14:00まで)
※第2水曜休日

紀州備長炭記念公園

田辺市秋津川1491-1



9:00～17:00(4月～11月)
9:00～16:00(12月～3月)

休 水曜(祝日の場合は翌日)、
年末年始(12月31日～1月2日)
☎発見館／☎0739-36-0226
売店／☎0739-36-0301
喫茶／☎0739-36-0184

みなべうめ振興館

日高郡みなべ町谷口538-1



9:00～17:00
※展示室の入場は16:30まで

休 火曜(祝日の場合はその翌日)、
年末(12月29日～12月31日) ※2月は無休
※状況に応じて臨時休業あり
☎0739-74-3444

しらまの里

有田郡有田川町大字宇井吾213-1



8:30～17:30

休 年末年始
☎0737-32-4970

ねごろ歴史の丘

岩出市根来2020-1



ねごろ歴史資料館／9:00～17:00
物販施設 花笑み館／10:00～18:00
シトラスハウス／8:00～17:00

休 ねごろ歴史資料館／火曜(祝日の場合を除く)
物販施設・シトラスハウス／年中無休
☎ねごろ歴史資料館／☎0736-61-1170
物販施設 花笑み館／☎0736-67-8737
シトラスハウス／☎0736-66-8588

くしがきの里

伊都郡かつらぎ町大字滝53-1



物産販売施設／9:00～17:00
レストラン／10:00～17:00(L.O 16:30)

休 年中無休
☎0736-25-0155

青洲の里

紀の川市西野山473



フラワーヒルミュージアム／9:00～17:00
モーニング／7:00～10:00
春林軒／10:00～17:00※受付16:30まで(3月～10月)
10:00～16:30※受付16:00まで(11月～2月)

休 火曜(祝日の場合は翌日)、
年末年始(12月28日～1月2日)
☎0736-75-6008

たいじ

東牟婁郡太地町大字森浦143-1



物産／9:00～17:00
モーニング／7:00～10:00
喫茶・ソフトクリーム／7:00～16:30
お食事／11:00～13:30(平日)
11:00～14:30(土・日・祝日)

休 不定休
☎0735-29-7690

水の郷日高川 龍游

田辺市龍神村福井511



物産館／9:00～17:00
つぐみ食堂／11:00～14:30

休 火曜(祝日の場合は営業)、年末年始
☎0739-77-0380

おくとろ

東牟婁郡北山村大字下尾井字浦地335



【北山村観光センター】9:00～17:00
【おくとろ温泉 やまのやど】
じゃばら屋／8:00～20:00
じゃばら食堂／11:00～14:00(L.O 13:30)
17:00～20:00(L.O 19:30)(土・日・祝日のみ)
温泉／11:00～20:30(受付20:00まで)

休 年中無休
☎北山村観光センター／☎0735-49-2324
おくとろ温泉 やまのやど／☎0735-49-2575

奥熊野古道ほんぐう

田辺市本宮町伏拝904-4



物産販売所／9:00～18:30
休憩処／10:00～14:00

休 年始(1月1日～1月3日)
☎0735-43-0911

紀の川万葉の里

伊都郡かつらぎ町窪487-2



物産販売所／8:30～17:00
レストラン／10:00～16:00(L.O 15:30)

休 年末年始、レストラン／月曜(祝日の場合は翌日)
☎0736-22-0055

海南サクアス

海南市下津町小南51-1



9:00～17:00

休 年末年始
☎073-492-1093

四季の郷公園

和歌山市明王寺479-1



10:00～17:00(平日)
9:00～17:00(土・日・祝日)

休 年末年始
☎産直棟／☎073-499-4370
レストラン棟／☎073-499-4270

一枚岩

東牟婁郡古座川町相瀬290-2



3月～11月／9:30～17:00(平日)
8:30～17:00(土・日・祝日)
12月～2月／10:00～17:00(平日)
9:30～17:00(土・日・祝日)

休 不定休
☎0735-78-0244

あらぎの里

有田郡有田川町大字三田664-1



10:00～17:00
レストラン／11:00～L.O 14:30

休 火曜(祝日の場合はその翌々日の木曜)、年末年始
☎0737-25-0088

根来さくらの里

岩出市押川137-1



9:00～17:00

休 第1火曜、年末年始(12月31日～1月3日)、盆
☎0736-69-0210

明恵ふるさと館

有田郡有田川町大字金屋322-1



9:00～18:00(3月～11月)
9:00～17:30(12月～2月)

休 年末年始
☎0737-32-9778

Q. 昔からなじみの県民食
茶粥はいつから食べていた？

A. 朝から晩まで一日中茶粥
夜はあったか白飯にかけて

どの家庭もそうですが、物心ついた子どもの頃には、もう当たり前のように食卓に並んでいましたよ。それは今も変わらず、朝起きると大きな鍋に番茶を煮出して、お米を炊く。たくさんあるので朝と、お昼ご飯も茶粥。夜まで残れば、あったかい白飯に汁気の多い茶粥をかけていただきます。

Q. 茶粥のアレンジレシピ
美山ならではの食べ方は？

A. 汁物代わりに添える一杯
サツマイモや餅もおすすめ

漬物などを添える定番に加え、“汁物代わり”に炊き込みご飯や巻き寿司と茶粥を合わせることがあります。あとは、サツマイモを入れてかさ増しすることも。これは甘みが加わって、子どもたちも大好きでした。また餅を入れることもあり、正月の残り餅を活用する方法として重宝します。

Q. 暮らしそのものの味
家庭ごとの味わいの違いは？

A. 番茶から味わいが異なる
好みの方向性は基本、母好み

自宅の茶の木で自家製の番茶を作るから、そもそも茶の炒りから違う。となれば、各家庭でまったく味が異なります。もちろん米と水の加減で風味もとろみも変化。また家庭内でも父親、母親、子どもでそれぞれ好みが変わりますので、基本的には作る人、つまり私たち（母親）の好みにします。

Q. 家庭ごとの工夫とは
失敗しないコツって何？

A. 失敗知らずの放置料理
炊きすぎたら水追加でOK!

茶粥は生米と水、番茶かほうじ茶があれば作れます。しっかりと煮出した、たっぷりのお茶で炊くのが基本。沸騰後、吹きこぼれを防ぐため、米が踊るぐらいの火加減に。あとは好みの濃さに水分を調整。時間が経つととろみが出るため、サラサラに仕上げたい場合は早めに火を止めるのがコツ。

CHA-GAYU * HEALTH

体を整える一杯、

きれいは茶粥から。

Navigator

日高川町生活研究
グループ美山支部活気と収入! 70代が大活躍
40種類以上を製造・販売

イタドリ「ごんちゃん」で全国に美山地区を発信。平均70代ながら約50人が活動。山菜の加工品や味噌など、地元食材を生かした特産品づくりに励み、地域に収入と活気を生み出しています。
住所: 日高郡日高川町川原河201-1
美山ふるさと産品加工所

会長の竿本千明さん(写真左)を中心に、メンバーは約50人。人口減少と高齢化という厳しい現実の中、地域の女性たちが主体となって経済活動を展開。伝統文化を守りながら、新しい価値を創造しています。

いっまでも元気で楽しく!
美山の小さな集落から発信

日々の暮らしを支える
和歌山を象徴する郷土料理

紀伊山地の山あい、日高郡日高川町にある美山地区。清流・日高川が流れ、昼夜の寒暖差が大きいこの土地では、朝から香ばしい番茶の香りが立ちのぼります。和歌山県全域に根づく「茶粥」文化は、かつて米を大切に使うための知恵から生まれ、日常食として受け継がれてきたもの。諸説あるもののその背景には、かつて年貢として米を納め、限られた米を大切に使う必要があったという歴史があります。生米をたっぷりの番茶で炊き上げることで量を増やし、家族の食卓を満たしてきました。美山では自家製の番茶を使い、さらりと軽やかな口当たり仕上げるのが特徴。農作業に向かう前の朝食として、残りは昼食に。忙しい合間にもさっと食べられる合理的な食べ物。夏は冷やして涼をとり、冬は湯気とともに体を温めます。質素でありながら奥深い味わいの一杯。山里の風土とともに受け継がれてきた、和歌山を象徴する食文化です。





龍神 あまごの甘露煮

頭から尾っぽまで丸ごと
清流が育む滋味深い味わい

渓流釣りのメッカとしても有名な龍神村のアマゴ。身の締まりが良く、川魚特有のえぐみが少ないのが特徴。醤油と砂糖をベースにした甘露煮は、素材の旨味を引き立てる甘さ控えめな仕上がりに。頭まで丸ごと骨が気にならないほどやわらかく、箸を入れると身がほろり。

【取扱】No.4 道の駅「龍神」
☎0739-79-0567

ふきのとうみそ

春先取りのおかず味噌
甘みと香ばしさを劇的味変

ほろ苦さと甘辛い味噌のkokoroが溶け合う春先取りのおかず味噌。県産のふきのとうに天然醸造の味噌で、自然の旨味と風味を最大限に引き出しています。季節の滋味がじんわりと染み渡るひと品。口の中に広がる香ばしさとまろやかな甘みで、茶粥が劇的に味変します。

【取扱】No.2 道の駅「SanPin中津」
☎0738-54-0541



美山育ち

郷土山菜のごんばち、ほか
コリコリ食感の山の幸惣菜

竹の子、いものつる、ごんばち、生姜と山の幸をこれでもかと詰め込んだ惣菜。味わい深く、歯ごたえよく仕上げた一品で、特に際立つコリコリとした食感。美山地域の郷土山菜として愛されるイタドリ(通称ごんばち)。醤油ベースの味付けでクセになる美味しさ。

【取扱】No.2 道の駅「SanPin中津」
☎0738-54-0541



たくあん漬(ユズ)

ボリボリ響く、柚子香る
茶粥と寄り添う王道コンビ

地元の特産品の中でも人気のあるたくあん漬。県産の大根に、ユズ皮を合わせ、ほどよい甘さと酸味、ほのかな苦みが後味を引き締めます。ボリボリとした心地よい歯ざわりが、やさしい味わいの茶粥に絶妙なアクセントをプラス。間違いない茶粥の名コンビです。

【取扱】No.12 道の駅「紀の川万葉の里」
☎0736-22-0055

漬け物

旬を漬けて旨みを引き出す
四季を映すこだわりの味わい

季節ごとの恵みを味わう、こだわりの漬け物。定番の大根のほか、旬の野菜を丁寧に仕込み、素材本来の旨みと歯ざわりを引き出しています。春は菜の花漬けも評判。塩味とほのかな季節の苦味が大人の味わい。茶粥のそばに、小さな季節の香りが届きます。

【取扱】No.12 道の駅「紀の川万葉の里」
☎0736-22-0055



No. 04



黒あわび茸のアヒージョ風

コリコリ弾む黒あわび茸の贅沢
岩出発! 香ばしさの旨み革命

岩出の名産・黒あわび茸を使ったヒット商品。肉厚でコリコリとした食感が魅力の黒あわび茸を、ニンニクとオイルで香ばしく仕上げたアヒージョ風の一品。ほかに黒あわび茸と生姜の佃煮やおかず味噌も好評。ひとさじで茶粥の印象を変える、贅沢な味わいです。

【取扱】No.34 道の駅「ねごろ歴史の丘」
☎0736-67-8737

No. 02



調理手順・ポイント

用意するもの(約30人前)
■米2合 ■茶14gおおよそ ■水約5ℓ

1 お茶を5分煮出す



お水、茶っぱを入れて沸騰させます。ここで大切なのは、お茶の風味をしっかりと出すこと。沸騰してから約5分は煮出し、色で見極めます。

2 米は洗わず投入



お米を入れます。火力は強いままで米を踊らせます。アクを煮、混ぜるのは2回ほど。その後、火力で米は踊り続け、待つこと24分。ちゃんぶくろは入れたままです。

3 強気の強火で24分



できたてアツアツを頬張るもよし、少し時間を置くと粘り気が出てとろりとした食感に。夏場の食欲がない時には冷蔵庫で冷やしていただくのもおすすめ。

茶粥の豆知識

What? ちゃんぶくろ 麻や晒して作ったお茶を入れる袋。何度も使えるのでエコ。この地域では「ちゃんぶくろ」と言う人が多いんだって。

What? お米について 銘柄により食感に違いが出るのもおもしろいところ。季楽里さんでは「きぬひかり」を使用しています。

ホテルシェフ直伝

朝の茶粥

和歌山県内で宿泊すると朝食には「茶粥」が登場するところも多くあります。

決めては「水」です。水道水よりもミネラルウォーターを。龍神村の水で作った茶粥は絶品です。ぜひご来館いただきお召し上がりください。



Navigator

料理長 湯川 由秀さん

調理科のある高校へ進学し、調理師免許を取得。大阪の日本料理店など修行を重ね2012年、結婚を機に龍神村に移住。2016年からは料理長として腕を振っています。

「料理人が作る茶粥は、家で食べるものと何が違うのだろう」。この疑問を解決すべく、早速、取材に向かったのが、龍神村にある温泉宿・季楽里龍神。山深い龍神村は、古くからお茶とともに暮らし、体を温め、日々を支える食として茶粥が根付いてきた土地。同館では、朝食バイキングには毎日欠かさず茶粥が用意され、これを楽しみに宿泊する常連客も多いそうです。

素材選び、火加減、煮る時間——実はシンプルだからこそ奥が深い茶粥。プロの手仕事に学ぶことで、家庭でも“もう一段おいしい”一杯に近づけるかも!

【ご協力】季楽里龍神

和室、洋室、温泉浴室付きの客室があり、レストランでは、地産地消にこだわった和洋中の料理が楽しめます。大浴場には、内湯と露天風呂があり、龍神の豊かな自然を眺めながらゆっくりと湯に浸れば、体の芯からポカポカ、お肌はしっとりスベスベ。日帰り入浴も可能です。
住所:田辺市龍神村龍神189 ☎0739-79-0331
©https://kirari-ryujin.com



No. 07



龍神 絹梅

無農薬栽培の希少な青梅
ひと絞りで龍神梅の旨味

龍神村で生産される極めて希少性の高い無添加・無農薬の梅干し「龍神梅」を使用。それらを手作りで丁寧に裏漉し。完全無添加で作った梅肉のペーストです。昔ながらの酸っぱさと深い旨味。梅本来の味わいの秘訣は、美味しさと健康を考えて青梅を使った梅干しづくり。

【取扱】No.4 道の駅「龍神」
☎0739-79-0567

龍神 しそのふりかけ

今日の体に、優しい一杯
100%天日干して旨味凝縮

無農薬・無化学肥料で育てた赤紫蘇を100%使用。さらにそこから、完全天日干し乾燥で仕上げ。旨味が最大限まで凝縮されています。梅酢に使用する「龍神梅」作りの手間と労力が、美味しさと健康に直結。紫蘇の爽やか香りと優しい塩気が、茶粥の味を引き締めます。

【取扱】No.4 道の駅「龍神」
☎0739-79-0567

No. 08



衣奈そだち

茎をじっくり甘辛く
香り豊かに味わい3種

県内でも有数のワカメの産地、由良町衣奈湾。昔から良質なワカメが生産され、自慢の産品として愛されてきました。そのワカメの茎を使い、甘辛く味付け。山椒、紫蘇、生姜と1箱で味わい3種。じっくり炊き上げ、噛むほどに旨味と香りが広がる手作りの佃煮です。

【取扱】No.20 道の駅「白崎海洋公園」
☎0738-65-0125

No. 09



【茶粥のお供】道の駅12選

茶粥の魅力をぐっと引き立てる相棒。「道の駅」という旅の途中で出会った一品が味わいを豊かにしてくれます。

No. 10



ほりにしプレミアム

この一振りです
ワイルドだろ〜?

一振りです高級な洋風リゾットのようには味変?!茶粥の香ばしさに、プレミアム特有の白トリュフの芳醇な香りとガーリックのパンチが重なり、驚くほど奥行きのある味わいに進化します。伝統と革新が融合した、贅沢な味変になること間違いなし。

【取扱】No.30 道の駅「かつらぎ西(下)」
☎0736-22-8880

山椒香油

上品さがプラスされ
料亭の味へと昇華

和歌山県産「ぶどう山椒」特有の柑橘系の爽やかでフルーティーな香りが立ち上り、茶粥の香ばしさと絶妙に調和し、味の変化を楽しめます。こめ油のkok、後味に来る山椒のピリッとした心地よい痺れが全体をキリッと引き締め、ハマる人にはハマる茶粥のお供。

【取扱】No.30 道の駅「かつらぎ西(下)」
☎0736-22-8880



No. 11



ヤッホーお母さんの手作り 金山寺味噌

大ぶり野菜の存在感
噛むほどに和歌山の旨味

茶粥と同様、和歌山の食文化を語るうえで欠かせない金山寺味噌。刻んだ野菜とともに熟成させたなめらかな味噌で、甘みと塩味、旨味が重なり合う奥深い味わい。ウリやナス、生姜などお母ちゃんの手作り味噌は食感も大ぶり。ひと口ごとに豊かな余韻が広がります。

【取扱】No.2 道の駅「SanPin中津」
☎0738-54-0541

No. 12

体を整える一杯、きれいは茶粥から。

栄養士でラジオパーソナリティーの みっきー監修 きれいのススメ

栄養士であり、和歌山放送ラジオパーソナリティーの「みっきー」が、栄養指導の視点から茶粥を解説。食の知恵ときれいを育む理由をひもときます。

きれいをつくる茶粥のお供



【むくみ対策】 梅干し茶粥

和歌山を代表する食材「梅干し」は、茶粥との相性も抜群。梅干しに含まれるクエン酸は体内の巡りを助け、疲労物質の代謝をサポートするといわれています。さらに余分な水分をため込みにくい体づくりを後押しし、むくみが気になるときにも心強い存在。さっぱりとした酸味が茶粥のやさしい味わいを引き締め、朝の一杯をより爽やかに整えてくれます。



【冷え対策】 生姜茶粥

「生姜」は体を温める食材の代表格。辛味成分のジンゲロールは加熱することでショウガオールへと変化し、より体を温める働きが高まるといわれます。血流を促し、内側からじんわりと冷えにアプローチ。代謝の土台づくりにも役立つアレンジです。茶粥に少量添えるだけで、やさしい味わいに刺激が生まれ、朝にうれしい一杯へと格上げしてくれます。



【腸活】 大根葉茶粥

大根の葉は、不溶性食物繊維やカルシウム・鉄などのミネラルを含む、栄養価の高い部分。腸の動きを促し、腸内環境を整えたい時に取り入れたい食材です。さらに大根にも、アミラーゼなどの消化酵素が含まれ、炭水化物の消化を助ける働きがあります。食べすぎた後や胃腸が重たい時にもやさしく、消化を助けながら体を調整。身近な腸活食材です。



栄養士もおすすめの「整える」ダイエット食

和 歌山に古くから伝わる「茶粥」は、ほうじ茶でお米を炊き上げる郷土料理。おかゆのように、食べすぎた時や体調が悪い時の調整食ではなく、毎朝のご飯として、また体を整えたい時の一杯として、和歌山の食生活を支えてきました。水分を多く含んだ温かい茶粥は、時間帯を問わず、胃腸に負担を

かけにくいのが特徴。食べすぎた後や、体を軽くしたい時にも、無理なく取り入れやすい料理です。ダイエット食としても非常に優秀なのが茶粥。お米の量が控えめでも、ほうじ茶の水分によって満足感が得られ、自然と食べるスピードがゆっくりになります。満腹感を感じやすい食べ方は、よく噛むこと。過剰なエネルギー

摂取を防ぐことにつながります。「減らすこと」を意識しなくても、食事が整いやすいのが茶粥のいいところ。また温かい茶粥は、内臓を冷やさず血流を促します。注目したいのは、体を内側から温める食事が、代謝の土台を整えるという点。体が温まることでエネルギー消費のリズムがつくられ、無理な

制限をしなくても「太りにくい状態」を保ちやすくなるわけです。茶粥は、体を追い込むダイエット食ではなく、内臓等をリセットするための、やさしい選択肢と言えるでしょう。

体を内側から温めながら、無理なくエネルギー補給。忙しい現代人にこそ積極的に取り入れて欲しい伝統食のひとつです！

Navigator

栄養士・ラジオパーソナリティー
みっきーさん

和歌山放送でラジオパーソナリティー、リポーターとして活動。総合病院や高齢者施設での栄養士経験を持ち、子ども食堂の運営にも携わっています。自身も、日々の食事を通して心と体を整えることを大切にしています。

02
田辺市

**衝撃の黒さ！
人気No.1ラーメン
備長炭ラーメン 850円(税込)**

BINCHOTAN
CHARCOAL
RAMEN



紀州備長炭発祥の地と言われている田辺市秋津川にある道の駅紀州備長炭記念公園は、炭の量り売りや炭を使用したグルメなどを提供する、まさに炭づくしの道の駅。中でも喫茶 備長の郷で一番人気なのが、醤油ベースのあっさりとしたスープが絶品の備長炭ラーメンです。炭のパウダーが練り込まれた特別な麺が使用されており、見た目も驚きの黒さ。舌だけでなく、目でも楽しむことができる備長炭ラーメンをぜひ一度ご賞味ください。



道の駅紀州備長炭記念公園内
喫茶 備長の郷
④ 和歌山県田辺市秋津川1491-1
☎ 0739-36-0184
営業 12月～3月/9:00～16:00、
4月～11月/9:00～17:00
休業 水曜(祝日の場合は翌日)、
年末年始(12月31日～1月2日)

和歌山県南部に位置する海と山と川に囲まれた、自然豊かな白浜町日置にある道の駅志原海岸。有田みかん100%ゼリーソフトは、紀州有田みかん100%ジュースを使用したゼリーの上に、生乳を贅沢に使用したソフトクリームがたっぷりとトッピングされたスイーツです。道の駅自慢の手作りケーキを作るパティシエが丹精込めて作り上げており、あっさりとした味が特徴。食後のデザートや旅の休憩にもおすすめの逸品です。



道の駅志原海岸内
海来館 売店
④ 和歌山県西牟婁郡白浜町日置2039-73
☎ 0739-52-4100
営業 11月～3月/9:00～17:00、
4月～10月/9:00～18:00
※年末年始のみ営業時間が異なります。
休業 1月1日

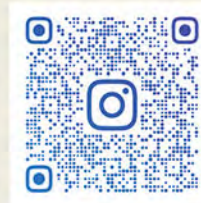
03
白浜町

**紀州有田みかん×ソフトクリームの
絶品スイーツ
有田みかん100%ゼリーソフト 450円(税込)**



MANDARIN
JELLY SOFT

Instagramはこちらからアクセス



これを見ればあなたも道の駅通！?
道の駅情報やご当地グルメを掲載中

WHALE
CUTLET
BURGER



01
太地町

**くじらの町太地町
道の駅のオリジナルバーガー**

鯨カツバーガー 600円(税込)

日本における捕鯨発祥の地と言われている太地町の道の駅たいじでは、くじらを使用した様々なお土産やグルメを堪能することができます。テイクアウトで提供している鯨カツバーガーは、特産品のくじらをカツにして挟んだ道の駅のオリジナルグルメ。しょうが醤油とタルタルのたれで味付けをしており、プラス200円でドリンクとセットにすることもできます。ぜひ一度、くじらの町でくじらの魅力を存分に堪能してみたいはいかがでしょうか。



道の駅たいじ内
レストラン
④ 和歌山県東牟婁郡太地町大字森浦143番地の1
☎ 0735-29-7690
営業 モーニング/7:00～10:00、
喫茶・ソフトクリーム/7:00～16:30、
お食事/平日11:00～L.O.13:30、
土曜・日曜・祝日11:00～L.O.14:30
休業 年中無休(不定休)

ゆっくりランチorたっぷりフリー！ 選べる淡路島or神戸の旅



添乗員が推す、アジサイの隠れた名所
かざはやの里
360度見渡す限り
アジサイ！
あじさい！
紫陽花！
の演出



★ おいしいお花見弁当
★ 日本で初めて園芸福祉を取り入れた花園
★ 関西・東海地方でトップクラスのあじさい名所
行程 各地(7:15～8:15)⇒(休憩)⇒関ドライブイン(弁当横込)⇒
かざはやの里(アジサイ観賞・弁当昼食)⇒**関ドライブイン**(14:00～
14:50)(買物)⇒(休憩)⇒各地(18:00頃～19:00頃)
食事:朝× 昼○ 夜×

兵庫・日帰り(無)

出発日
5/14(木)・16(土)

お食事なし・神戸フリータイムのお手軽フリーコースと、お食事あり・
淡路島花観賞の花コースが選べます

行程 各地(7:15～8:15)⇒(休憩)⇒かもめりあ観光駐車場
(11:00)(フリータイムプランの方下車)⇒**レストランテ・スコー
ラ**(11:45～13:15)(昼食)⇒**あわじ花さじき⇒淡路ハイウェイ
オアシス**(買物)⇒かもめりあ観光駐車場にて合流⇒(休憩)⇒
各地(18:20頃～19:20頃)
食事:朝× 昼○ 夜×

お一人様旅行代金

お食事なし
神戸フリーコース

8,900円
食事:朝× 昼× 夜×

お食事つき
淡路島花コース

15,800円
食事:朝× 昼○ 夜×

三重・日帰り(無)

※御坊・由良からのツアー出
発はございません。

出発日
**6/17(水)・
20(土)・21(日)**

お一人様旅行代金

10,800円

募集人数:各30名/最少催行人数:各25名

第九回巡礼の旅

第二十六番・第二十七番札所

お一人様旅行代金 **17,800円**

兵庫・日帰り(無)

行程 各地(7:00～7:40)=紀の川ISA=第26番札所・一乗寺(拝観)=第
27番札所・園教寺(拝観)=紀の川ISA=各地(18:10～18:50頃)
食事:朝× 昼○ 夜×

お一人様旅行代金 **18,800円**

兵庫・日帰り(無)

行程 各地(7:00～7:40)=紀の川ISA=第28番札所・成相寺=第29番札所・
松尾寺=紀の川ISA=各地(19:30～20:15頃)
食事:朝× 昼○ 夜×

お一人様旅行代金 **19,800円**

滋賀・日帰り(無)

行程 各地(7:00～7:40)=紀の川ISA=彦根港～第30番札所・宝厳寺～彦
根港=第31番札所・長命寺=紀の川ISA=各地(18:30頃～19:15頃)
食事:朝× 昼○ 夜×

お一人様旅行代金 **19,800円**

滋賀/岐阜・日帰り(無)

行程 各地(7:00～7:40)=紀の川ISA=第32番札所・観音正寺=第33番札所・
華厳寺=紀の川ISA=各地(19:50頃～20:30頃)
食事:朝× 昼○ 夜×

お一人様旅行代金 **43,500円**

長野・1泊2日・★

1日目 各地(7:00～8:00)=(休憩)=善光寺・宿坊(17:00頃)【泊】
宿泊地:宿坊「常智院」又は同等クラスの宿坊 **食事:朝× 昼○ 夜○**
2日目 宿坊～善光寺(お朝事・拝観)～宿坊(朝食)=元善光寺(拝観)=(休憩)=
各地(19:00～20:00頃) **食事:朝○ 昼○ 夜×**

お一人様旅行代金 **14,800円**

和歌山・日帰り(無)

行程 各地(7:30～8:30)=四天王寺=高野山(金剛峯寺・奥の院)=各地
(18:00～20:00頃) **食事:朝× 昼○ 夜×**

観音さまの聖地を訪ねる心の旅 西国三十三所巡礼の旅

募集人数:各30名/
最少催行人数:各20名

※全コースに添乗員と、巡礼のご案内をする西国三十三ヶ所公認先達(せんだち)様が同行いたします。

乗車地・集合場所一覧

和歌山方面 JR海南駅・JR和歌山駅東口(アーバンホテル前)
有田方面 JR箕島駅(有田旅行センター前)・中紀バス有田車庫・
湯浅観光用駐車場(湯浅美味いもん蔵)・
JR藤並駅東口(東口バス停付近)
御坊方面 中紀バス由良車庫・JR御坊駅(御坊旅行センター前)
※参加人数が少ない場合、エリアを混乗して催行する場合がございます。
その際は集合時間に変更になる場合がございますので、ご了承ください。

1000本のしだれ桜と山々の絶景 天空のしだれ桜の庭 「高見の郷」を訪ねて



天空の庭に咲き誇る美しい1000本もの「しだれ桜」を
ご観賞。昼食には、旬の味覚をふんだんに使った和食を
ご賞味いただきます。

行程 各地(8:25～9:05)⇒(休憩)⇒**四季の味蔵**(11:00～
12:00)(昼食)⇒**高見の郷**(13:00～15:00)(桜観賞)⇒**柿の葉
すし本舗**(16:10～16:40)(買物)⇒(休憩)⇒各地(18:15
頃～18:50頃) **食事:朝× 昼○ 夜×**

奈良・日帰り(無)

募集人数:各30名/
最少催行人数:各25名

出発日

4/15(水)・18(土)

お一人様旅行代金

15,800円

今行ける能登 団体旅行応援キャンペーン

助成金でお得に旅して能登を応援！
更に現地で使える12,000円分のお買い物クーポンつき！

各地(7:00～7:30)⇒(休憩)⇒**和風レストラン瀧雅**(昼食)(11:50～12:40)⇒(休憩)⇒**のとじ
ま水族館**(見学)(15:45～16:50)⇒ホテルルートイン七尾駅東【泊】
宿泊地:ホテルルートイン七尾駅東 **食事:朝× 昼○ 夜自由食**
ホテル(8:55)⇒**道の駅能登食祭市場**(買物)⇒和倉温泉周辺(車窓見学)⇒和倉温泉駅=(の
と鉄道 震災語り部観光列車)=穴水駅⇒**能登空港 のと里山空港**(昼食・見学)(11:50～
12:50)⇒**イカの駅 つくモール**(買物)⇒曾々木海岸・窓岩(車窓見学)⇒**道の駅千枚田ポケット
パーク**(見学)⇒ホテルルートイン輪島【泊】
宿泊地:ホテルルートイン輪島 **食事:朝○ 昼× 夜自由食**
ホテル(8:50)⇒**出張輪島朝市[ワイブラザ輪島]**⇒**羽咋市内**(昼食・買物)(11:30～12:30)⇒
千里浜なぎさドライブウェイ⇒(休憩)⇒各地(20:00頃～20:30頃) **食事:朝○ 昼○ 夜×**

※夕食にお買い物クーポンを
ご利用いただけます。
※御坊・由良からのツアー出
発はございません。

募集人数:各30名/
最少催行人数:各25名



ご旅行条件書(要約)

お申込の際には必ず旅行条件書(全文)をお受け取りいただき、事前にご確認の上お申し込み下さい。

●主催旅行契約
この旅行は、中紀バス旅行(和歌山県知事登録旅行業務第2-101号、
以下当社という)が主催する旅行であり、この旅行に参加されるお客
様は、当社と主催旅行契約(以下「旅行契約」という)を締結する事
となります。又、旅行条件、出発前にお渡しする最終旅行日程表及
び当社旅行業務約款によりします。
●旅行契約は、当社が旅行代金を受領した時に成立致します。
●旅行代金に含まれるもの
往復バス代・通送料・駐車場代・入場チケット代・食事代・旅行傷害
保険代・企画料金及び消費税などになります。
●取消料＝旅行契約後お客様の都合によりご旅行を取消される場合
には、旅行代金に対してお一人様につき下記料金を取消料を頂きます。
(取消料の起算日は全て旅行開始日の前日からとなります。)
※8日前までの解除 無料
※7日前から2日前までの取消 30%
※旅行開始日の前日の取消 50%
※旅行開始日の当日の取消 100%
但し、チケットは1ヶ月前から買取となりますので、お客様都合によ
るキャンセルの場合、**チケット代については1ヶ月前より取消料
100%となります。**
○座席位置は、基本的に前席順となります。車酔い等の事情がある
場合は、ご相談下さい。
○奇数人数グループでご参加の場合は、相席となる場合がございます。
●ご予約後に詳しい旅行条件を説明した書面をお渡しいたしますの
で、必ずご確認ください。また、ペーパーレスの
観客からツアーお申込者様への「旅行条件書」・
「旅の最終案内(しおり)」・「請求書」の送付は、
メールでの送付を推奨とさせていただきます。
(メール環境等が無い方に関しては、従来通り
ご郵送とさせていただきます。)旅行条件書は
弊社Webサイトよりご確認頂けます。
●旅行条件・旅行代金の基準
この旅行条件は2026年2月2日を基準としています。又、旅行代金
は2026年2月2日現在の有効な運賃・規則を基準として算出して
います。
和歌山県知事登録旅行業務第2-101号 主催 中紀バス旅行
旅行業務取扱管理者 秀 年仲

お問合せ・お申込みは



中紀バス旅行
マリンツアー予約センター
0120-889-873



ツアー詳細は→ <https://www.chukibus-group.co.jp/marinetour/>

割引券・バス座席について

※500円券・ツアー割引券・無料券をご使用の際は、ツアー申込時にお伝えください。
※ツアー無料券は宿泊・カニツアー等一部ツアーには使用できません。無料券の使用は、ツアー
毎にお使いいただける人数の上限がございますのでご注意ください(先着順)。
※バスの座席は、お申込みの順番にて、前列の座席からのご案内となります。奇数人数(1・
3・5名...)でのお申込みのお客様につきましては、他のお客様と相席となりますので、予め
ご了承くださいませ。よろしくお願いたします。

京都・日帰り(無)

長野・1泊2日・★

3/4(水) 催行決定

無料券ご利用可能ツアー

無料券使用不可ツアー

3/8(日) もうすぐ催行決定



道の駅と宿泊施設の
詳細はこちら

兵庫県

道の駅

神戸フルーツ・フラワーパーク大沢

自然に囲まれた
異国情緒漂う
森の中の洋館



神戸ホテル フルーツ・フラワー

遊んで疲れた体を、源泉かけ流しの温泉やおいしいお食事で癒しながら、ホテルでの滞在時間を心ゆくまでお楽しみいただけます。

神戸の里山地域にある
一日中遊べる道の駅

神戸市北区の豊かな自然に囲まれた関西最大級の広さを誇るロケーションで、利便性と観光施設としての楽しさを兼ね備えた道の駅です。自然に囲まれた開放的な空間は、気分転換や散歩に訪れる方にも好評で、訪れるたびに新しい発見があります。直売所、飲食店、遊園地、モンキーズ劇場、ゴーカート、バーベキュー場、温泉など一日を通して滞在できるほど多彩な魅力が詰まっており、遊び・食事・買い物が一か所で完結するところも人気の理由です。



栃木県

道の駅

うつのみやろまんちっく村



道の駅と宿泊施設の
詳細はこちら



おすすめお土産

ろまんちっく村
クラフトビール

当園が1本1本手造りする、宇都宮麦芽で醸造した芳醇な地ビールです。個性あふれる栃木に根差したクラフトビールを是非ご賞味ください。



人と地域と豊かな里山に
ふれあう道の駅

46ha(東京ドーム10個分)という広大な面積の中に、農産物直売や地場の食材が楽しめる飲食店だけでなく、体験農場や森遊び、ドッグラン、温泉やプールに宿泊施設がある滞在体験型の道の駅です。ブルワリーも併設し、出来立てのクラフトビールをお楽しみいただけます。ろまんちっく村には、都会的な日常では経験できない豊かな里山農村の日常があります。そして故郷に似ている「やさしい時間」があふれています。また、宇都宮インターから5分、中心市街地へも車で30分と宇都宮の観光に最適なロケーションです。

客室は、いずれも
みのりの森を望む
フォレストビュー



温泉宿泊棟ヴィラ・デ・アグリ

10室の宿泊客室を完備(和室、洋室、和洋室)。また、天然温泉を楽しめる「湯処めぐり」と老若男女が楽しめる温水プール「アグリスイ」がございます。

旅の拠点で見つける地域の魅力！

道の駅に泊まるう!!

地域の魅力が詰まった道の駅を宿泊拠点にすれば、旅はさらに楽しいものになります。食事やお土産、観光情報がそろった環境は、まさに理想的なベースキャンプ。宿泊施設の利用はもちろん、アウトドアや車中泊など、旅のスタイルに合わせた道の駅ステイを楽しめます。知っているようで知らなかった、あのまちの新たな魅力を見つける旅に出かけてみませんか。



千葉県

道の駅

保田小学校



道の駅と宿泊施設の
詳細はこちら



廃校をリノベーションした
道の駅で泊まれる!?

道の駅 保田小学校は、廃校になった小学校をリノベーションした道の駅です。大きな直売所になった体育館、飲食店や観光案内所が並ぶ校舎棟など、どこか懐かしさを感じるつくりになっています。中でも特別な体験ができるのは、宿泊施設「学びの宿」。黒板にチョークで思うままに描いたり、夜の校舎を歩いてみたり、学校の机と椅子に座ってお酒を飲むのもまた一興です。隣接の「保田小附属ようちえん」は、雨でも子どもたちが遊べるプレイルームやRVパークなど、子どもから大人まで「保田小」を更に楽しめる施設となっています。



▶ 学びの宿

ランドセルや黄色い帽子の掛かった長い廊下を進むと、黒板やロッカーのある教室が、そのまま客室になっています。

◀ 保田小給食

鯨の竜田揚げやカレーシチューなど懐かしの給食メニューが楽しめる。アルミ食器で食べれば、ノスタルジックな気分になれます。



童心に返って
楽しんでみませんか?

RVパークで車の旅をもっと安全に、もっと自由に！



北海道 道の駅 しらぬか恋問館

道とRVパークの
詳細はこちら

写真提供: 東洋株式会社

海が見えるRVパーク 家族で楽しむ道の駅

直売所、フードコート、子どもの遊び場、海が見えるサウナ、24時間利用可能なコインシャワーやランドリー、RVパーク、EV充電器など完備。長期の車中泊旅でも快適に滞在できます。



水場、ゴミ捨て場、
有料ダンプステーションを完備

RVパーク
◎ 12台
◎ 1泊: 2,500円/1台(税込)
予約推奨

自然豊かな道の駅でアウトドアを満喫！

夏は川遊びもできる 魅力あふれる道の駅

愛知県と長野県の県境に位置し、岐阜県恵那市にある自然豊かな道の駅。春は山菜、夏は野菜や川魚、秋は米やキノコ、栗などを中心にさまざまな品物を豊富に取り揃えています。また、レストランでは自然薯定食をはじめ、特産のトマトを使ったメニューやスイーツが自慢です。



冷暖房完備で快適！
大浴場は女性にも
人気です！

モンゴル村
モンゴル村は、ゲルに泊まれるキャンプ施設で、友人や家族での利用が多く、モンゴル国から直輸入された内装が魅力です。



道の駅とモンゴル村の
詳細はこちら

岐阜県 道の駅 上矢作ラ・フォーレ福寿の里



海辺で快適
車中泊が楽しめる
RVパーク

RVパーク
◎ 4台
◎ 1泊: 3,850円/1台(税込)
要予約

福岡県 道の駅 むなかた

RVパークを備えた
九州売上No.1の道の駅

じゃらん全国道の駅グランプリ2025全国2位。漁師直送の海産物や農産物が並び、加工品や花き園芸と工芸雑貨のお店「higoro」も人気。テイクアウトや食堂、キッズスペース、RVパークも完備しており、家族で楽しめる道の駅です。

道の駅とRVパークの
詳細はこちら



併設する温泉
「てまりの湯」も入れる
ワンストップ型が人気！

RVパーク
◎ 11台
◎ 1泊: 2,500円/1台(税込)
要予約

新潟県 道の駅 国上(SORAIRO国上)

食・遊・癒を通じ世代問わず楽しめる
新しい道の駅スタイル

トレッキングやサイクリングの拠点として、また、BBQやDAYCAMP、温泉の施設を揃えたアウトドアと癒やしのスポットとして、ここに訪れること自体が旅の目的となる、新しいSTAY INNタイプの道の駅です。

道の駅とRVパークの
詳細はこちら



最大10人収容の
コテージは家族、友人で
思い思いに楽しめる

長野県 道の駅 大芝高原

大芝高原のおもてなしプリン

広大な自然に囲まれた
地域の憩いの道の駅

中央アルプス経ヶ岳の麓、大芝高原に位置し、地場産品を贅沢に使ったジェラートやプリン、ガレット、焼き立てピッツアなどグルメが豊富。また敷地内には日帰り温泉、コテージ、森林セラピーロードなど、地域の憩いの場となる多彩な施設があります。

道の駅とコテージの
詳細はこちら



アウトドアメーカー
DODとコラボレーション
したキャンプ場

京都府 道の駅 スプリングスひよし

室内エアアスレチック

一日中楽しめる
キャンプと温泉の複合施設

近畿最大級の日吉ダム目の前にある、道の駅併設の複合施設。日本最大級の室内エアアスレチックをはじめ、温泉やキャンプ、日帰りBBQ、農産物直売所など、自然を満喫しながら一日中遊んで癒やされるキャンプ&スパリゾートです。

道の駅とキャンプ場の
詳細はこちら

初心者でも安心の グランピング！

近年、人気を集めているグランピング。「グラマラス」と「キャンピング」を組み合わせた造語で、ホテルのような快適さや豪華さを備えながらもキャンプ気分が味わえるアウトドアスタイルを指します。テントの設営や食事の用意が必要ない施設も多く、本格的なキャンプにハードルを感じている人にも適しています。キャンプで生じる準備の時間を、アクティビティやくつろぎの時間に充てられる点も魅力の一つといえるでしょう。暖かくなるこれからの季節ぜひ挑戦してみませんか。



レジャー旅行の いまむかし

娯楽としての旅行が普及したのは、江戸時代といわれています。街道や宿場町が整備されたことで、多くの人が旅に出るようになりました。伊勢参りなどの参詣を名目に、道中でおいしいものを食べたりお土産を買ったりすることを楽しんでいました。現代でも、旅行の楽しみは目的地だけではありません。ふらりと立ち寄った道の駅で休憩し、その土地のものを味わい、気になるものを買ってみる。そんな何気ない時間から旅がはじまっているのかもしれない。



泊まって感じる阿蘇の魅力！

熊本県 道の駅 阿蘇

正面に雄大な 阿蘇五岳を望む道の駅

JR阿蘇駅そば、国道57号沿いの好立地。店内には地元で採れた野菜や果物、乳製品などの特産品が豊富に揃っています。名物のあか牛を使った手作り弁当や、3種のソフトクリームも楽しめます。観光案内窓口もあり、阿蘇観光の拠点としても人気です。



アクティビティツアー

阿蘇を熟知したガイドと共に、阿蘇の絶景スポットや普段は立ち入ることのできない牧野(草原)を巡るツアーが予約可能です。千年続く草原に足を運んでみませんか？詳細はホームページをチェック！



道の駅の詳細はこちら



天文台



アウトドアリビング[パワーテラス南阿蘇]



休暇村南阿蘇の詳細はこちら



熊本県 休暇村南阿蘇

世界最大級のカルデラの中 阿蘇を代表する絶景リゾート

世界最大級のカルデラ、阿蘇山麓に位置するリゾートホテル。ホテルの目の前からは、日本百名山に含まれる阿蘇五岳の一つ「根子岳」を望めます。深緑の春や紅葉の秋などのシーズンは、登山口までも車で約10分と近く、ハイキングや登山の拠点としても便利です。



**枕が変わると
眠れない理由とは**

旅行先で、たくさん遊んで疲れているはずなのに、なぜか眠れない夜があります。キャンプや車中泊だと、静かなはずなのに少しの音が気になってしまつこともありません。生物には「生体警告系」と呼ばれるシステムが備わっており、寝る環境が変わっただけで眠りが浅くなったり、寝つきにくくなったりするのはごく自然な反応だそう。翌日に備えてぐっすり眠るためには、いつも通り入眠前のルーティンを行ったりするのが有効なようです。自分に合う方法を試して、楽しい旅行にしてください。

夏のレジャーに
スズキの軽

新車はもちろん

中古車あります

スズキカーズステーション

和歌山県日高郡由良町里466-10
営業時間 9:00 ~ 17:45
定休日 日曜・月曜・祝日
https://chukiservice.jp/

スズキ 副代理店 スズキカーズステーション TEL 0738-65-0880

LINEのお友達追加&ナンバー登録で
車検の時期をお知らせ&お得なクーポンGet

アンケート&プレゼント 応募はがき

Q1.本誌を家族・友人におすすめしたいと思いますか？

① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨ ⑩
全くすすめたくない ぜひすすめたい

そのように思った理由をご記入ください。

[]

Q2.本誌をどちらで手に入れましたか？

道の駅名 []

その他 []

Q3.本誌の中で面白かった(興味のわく)ページはありましたか？

①はい ②いいえ
「①はい」と答えた方は、記事のタイトルをご記入ください。

[]

Q4.最近3ヶ月で「道の駅」の利用回数は？

①初めて ②2~3回目 ③4~10回 ④11回以上

Q5.今回、同伴の方はいらっしゃいますか？

①いない ②夫婦 ③家族 ④友人 ⑤恋人 ⑥団体

Q6.道の駅を利用する一番の目的は何ですか？(1つ選択)

①食事 ②買い物 ③休憩 ④トイレ ⑤イベント
⑥情報収集 ⑦その他 []

Q7.今までに訪れた中で一番好きな道の駅はどこですか？

道の駅名 [] (県名) []

本誌編集部に対するご意見・感想をお聞かせください。

※お一人様1通限り。2通以上の応募は無効とさせていただきます。ご了承ください。
ご協力ありがとうございました。このはがきで寄せいただいた個人情報は、当社の個人情報保護方針を守り、本来の使用目的のみに利用します。



つながりをむすぶ、
あたたかいひととき。



御坊市藤田町吉田336-3

0738-52-5161

営業時間:11:00~18:00

定休日:水曜日



@CAFE.MUKU2018

クローズアップ 道の駅

瀧之拝太郎の店ノテ

木こりとめがねの店noteが営む道の駅

FEATURE 01 滝の拝の すぐ近く



大小さまざまな岩穴が広がる珍しい滝「滝の拝」は約100m先。ここで車を止めて向かおう。

FEATURE 02 個性豊かな 品揃え



キッズサイズもあるよ!



レトロかわいい「ぎよさん」をはじめ、オンリーワンの雑貨たち。

FEATURE 03 カレー、珈琲 手作りスイーツ note



地元で採れたジビエを使ったスパイスカレーをお召し上がりあれ。季節によりカフェの営業時間は変更します。インスタかGoogleマップでご確認を。



ルナ

モンテ

「ルナ」と「モンテ」(スペイン語で「月」と「山」の意味)に会いに来てね!

DATA
☎0735-79-0011
瀧之拝太郎
☎11:0~16:00
☎物産コーナー 平日不定休
情報コーナー 年中無休

PRESENT FOR YOU



SPECIAL READERS PRESENT

アンケートに答えて、抽選で豪華商品を手に入れよう!

【応募方法】

ご希望の商品と郵便番号・住所・氏名・年齢・電話番号をご記入、アンケートにご回答の上、ホームページもしくは下記はがきにて応募ください(お一人様1回限り)。

スマホからの
応募はコチラ



はがきからの
応募は

下記のはがきを
切り取って
ご使用ください。

【応募締切】

2026年5月31日必着 ※ホームページからの応募は締切当日17時まで

【発表】

当選者の発表は発送をもってかえさせていただきます。



三重県:伊賀産肉牛生産者協議会(伊賀地域精肉店)

伊賀牛

約500g 5,000円相当
黒毛和種の産牛で、肉のきめが細かく、脂質も脂点が低く甘みがあると言われており、綺麗な水と伊賀地域特有の盆地性気候による寒暖差が肉の肥育に適し、伊賀牛を召し上がっていただく芳醇な香りと肉本来の旨味が感じられます。

6名様



長野県:株式会社美包

雪村そば

6食セット 3,780円相当
石臼挽きで丁寧に時間をかけて挽いた国内産のそば粉を使用し「こね」「延す」「切る」までの全行程を職人の手作業でつくり上げるこだわりの手打ち本生そばです。※生ものため、お受け取り日のご確認をさせていただきます。

3名様



新潟県:菊水酒造株式会社

菊水ゼロ

200ml×6本 2,100円相当
酒蔵がつくった大吟醸テイストのノンアルコール飲料「菊水ゼロ」。いつでも、どこでも、誰とでも。飲めない時も、飲まない時も自由なスタイルで楽しめる、すっきり爽やかなスパークリングタイプです。

12名様



新潟県:ダイゴコーギョー株式会社

ハローキティ・ネームスプーン (イニシャルver.)

2本(ご希望のイニシャル2つ) 1,760円相当
おなじみキティちゃんの名入りスプーン(新潟県燕尾製)にイニシャル版が新登場!! インパクト向けにとまらない、人気上昇アイテムです。A~Zの全26種よりご希望のイニシャルを2つご指定ください。

10名様



福井県:公益財団法人福井市観光協会

「ふくいのみ」認定商品 詰め合わせ

12点セット 3,000円相当
福井市は、海、山、豊かな里地が広がり、良質な食材の宝庫です。これら地元の新鮮な食材や文化、歴史、伝統技術といった様々な地域資源を活用して製造された商品です。※時期商品につき数量・内容変更の可能性がございます。

3名様



茨城県:株式会社幸田商店

べにはるか・シルクスイート 平切り食べ比べセット

140g×2点セット 1,200円相当
人気のほいも2品種の食べ比べが出来るセットです!べにはるかは、強い甘みと柔らかい食感で幅広い年齢層の方に人気があります。シルクスイートは、シルクのように滑らかな舌触りとさっぱりした味わいで食べ飽きない美味しさです。

5名様

キリトリ
郵便はがき

85円切手
をお貼り
ください

5008383

岐阜県岐阜市江添3丁目8番15号
株式会社 チューキョーP&G

フリーペーパー 道の駅 2026 春夏号
和歌山県版
FREE PAPER MICHINOEKI

読者プレゼント係

個人情報の取り扱いについて

当社は皆様からお預かりした個人情報をプレゼントの抽選および発送のため、ならびに当社出版物および当社サービスのご案内に利用いたします。また、性別・年齢等のデータ及びアンケート回答は個人を特定しないマーケティングデータとして集計し、誌面改善のために利用いたします。当選商品発送のため、お預かりした個人情報を商品発送(提供)会社へ開示する場合がございます。当社はお預かりした個人情報をご本人の同意なく第三者に提供いたしません。当社が保管する個人情報に関するお問い合わせは下記までご連絡ください。

個人情報保護管理責任者 株式会社 チューキョーP&G
電話番号/058-275-5211

株式会社チューキョーP&Gは
プライバシーマークの
認証を取得しています。



フリーペーパー 道の駅 2026年春夏号(2026年3月1日発行)

発行 株式会社 中紀バス観光社
住所/和歌山県御坊市湯川町小松原410番地の1 電話番号/0738-24-1110

統括 株式会社 RSP道の駅

広告に関するお問い合わせ 株式会社 中紀バス観光社

※本誌掲載データは2026年3月1日現在のものです。※営業時間・休日・料金などは各施設の都合により変更となる場合がございます。あらかじめご了承ください。※許可無く転載・複製を禁じます。

抽選で素敵なプレゼントが当たる! 【応募締切】2026年5月31日必着

ご希望の商品の項目ひとつに○を入れてください。※2個以上のものは無効となります。

A	B	C
D	E	F

住所	〒 _____ 都道府県 _____		
氏名	フリガナ _____	性別	男・女
電話	_____	年齢	歳
職業	会社員・自営業・公務員・専業主婦・無職・学生・その他		

うら面のアンケートにお答えください

あなたの保険が使えます！ ロードサービス適用で自己負担なし！



和歌山全域対応！素早く現地に到着！

乗用車・荷物を積んだトラック・車高の低い車まで
どんなお車でも！まずはお気軽にご相談ください。

**24時間営業
年中無休**

対応可能なロードサービス

タイヤパンク 交換・搬送



脱輪・転落 クレーン作業



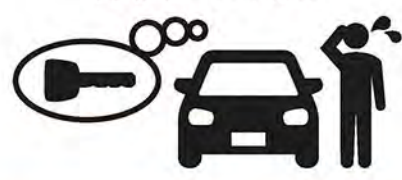
故障・事故 けん引作業



バッテリー上がり



自動車のカギ開け



異常気象



こちらの番号を保険会社にお伝えください



キュウエンイク
0738-24-9019

ご連絡いただく際はこちらをお伝えください

- ①現場の住所または目印になる建物など ②運転者のお名前、連絡先
- ③車種、カラー、登録番号 ④車の状態 ⑤加入している任意保険会社

株式会社

救援

損害保険会社指定業者
和歌山民間救急隊 加盟