

**七里御浜ツーリスト
インフォメーションセンター (観光案内所)**
七里御浜TIC

Shichirimihama Tourist Information Center

英語対応可 English available

時間: 9:00~18:00 年中無休

〒519-5204

三重県南牟婁郡御浜町大字阿田和6115-5

05979-3-0333

FAX 05979-2-3777

shichirimihama.tic@tb-kumano.jp

三重県御浜町



みはま観光ガイドブック

引作の犬楠



幻想的な大自然からのどかな山里まで 全身で体感



御浜町の山には世界遺産がある
御浜町の海には朝陽がのぼる
御浜町のまちにはやさしい笑顔がこぼれる

歩くスピードで景色を見わたし
立ち止まってふれて
吹き抜ける風の香りをかぎ
水のせせらぎに耳をすまし
体の芯までよこぶ恵みを味わう

全身で体感して
あなただけの発見をしませんか

そんな御浜町のおきスポットをご紹介します

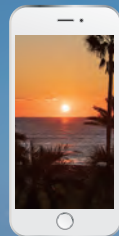
七里御浜ツーリスト
インフォメーションセンター
(七里御浜TIC)

												熊野古道舗装路
												熊野古道未舗装路
												未舗装路

普段着のまま、美しい海、浜辺を散歩するコース

ゆるやかな弧を描いてつづく

しちりみはま 七里御浜



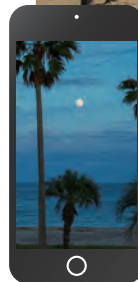
熊野古道 浜街道(七里御浜)

御浜町の語源ともなっている「七里御浜」。熊野灘に面してゆるやかな弧を描き、20数km(約7里)、3市町にわたってつづく美しい海岸です。熊野古道「浜街道」のコースとして世界遺産に登録されています。西国三十三所名所図解には旅人や巡礼者が歩く姿が描かれており、江戸時代から熊野三山へ向かう道として人々が往来した歴史がうかがえます。山中を越えるルートが多い中で唯一の海沿いを通る熊野古道として、安らぎと開放感を与えてくれます。



小石の海岸

波打ち際には、熊野川が運び込んだ紀伊半島各地の色とりどりの石を見ることができます。玉砂利の海岸なので、砂海岸とは異なる波の音にもいやされます。



七里御浜ふれあいビーチ

国道42号沿いの海岸沿いにある芝生の広場です。目の前には海と空が広がり、訪れる人の憩いの場所になっています。ヤシの木やハートのモニュメントがあり、南国ムードいっぱい!ひと味ちがう写真が撮れるインスタ映えスポットとしても人気です。



釣りのたのしみ

年間をとおしてさまざまな魚釣りがたのしめます。世界遺産で釣りができるという他にはない贅沢なスポットです。さらに、太平洋からのぼる朝日を眺めながらの朝一の釣りも最高でしょう。
春:中・小型のグレ、メバルやガシラ、チヌ、アジなど
夏~秋:小アジ、小ガツオをはじめとした青物など
年間を通じて釣りを楽しめる海岸です。



道の駅パーク七里御浜

四季折々のみかんや紀州の特産品を販売している地場産直売場やスーパー、みかんジュース工場などの店が入っている、楽しみどころいっぱい道の駅です。また3階にあるレストラン『ごちそうダイニング』では、七里御浜海岸を眺めながら新鮮な海の幸・畑の幸が堪能できます。



黒潮橋から見る熊野灘

鬼ヶ城から熊野川河口までゆるやかな弧を描く七里御浜海岸。小石と砂からなる平坦な美しい海岸は渚百選にも選ばれています。七里御浜TIC前にある黒潮橋は、少し高い位置から熊野灘が一望できる撮影ポイントです。



産直市場MihamaLoco (みはまロコ)

御浜町で生産された柑橘を中心とした農産物や海産物、加工品などの地場産品を販売しています。名称にあるロコとはハワイの言葉で「地元っ子」という意味で、地元の人にも愛されるハワイ情緒あふれるビーチの近くにあるスポットです。



早朝の七里御浜散歩 30分コース

- START**
- 1 七里御浜TICをスタート
- 6:00 七里御浜海岸
夏と冬によって日の出は、違います。早起きして海から昇る朝日を見よう!
お弁当は前日に購入して
- 約5分
- 6:05 2 七里御浜ふれあいビーチへ
朝食! お弁当を食べる! お勧め! さんま寿司
- 約1分
- 6:30 3 砂利浜、波打ち際を歩こう!
釣りも楽しめるよ!
- 約5分
- 4 農産物直売所9:00オープン
- 5 道の駅パーク七里御浜9:00オープン
地場産のみかん、野菜、鮮魚、干物さんま寿司などが購入できます。

脚に自信のある方におすすめ。万全な装備でたのしむコース

世界遺産 熊野古道 本宮道



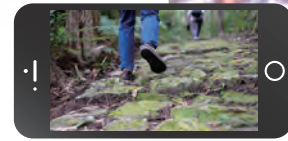
※計画と装備を万全に、ゆとりをもって歩きましょう。
長そで・長ズボンを着用し、天候・体調・装備などを十分に考えてたのしんでください。
マダニ、マムシ、野生動物などと遭遇することもあるので、注意が必要です。

いにしへの物語をたのしむ



後半は、この地方特有の神木流紋岩を敷きつめた石畳を踏みしめながら、坂を下ります。ふもとは「紀州犬の里」として有名な阪本の集落が広がり、亀島の灯籠やお地藏様を眺めながら歩くと、国道311号に合流します。
※現在、横垣峠については一部林道を利用して通行可能となっています。

かつての旅人が歩んだ道をたどる



5 熊野古道 風伝峠

風伝峠道(637m)は、かつて熊野の海辺と山村を結ぶ要路でした。巡礼者だけでなく海の幸を山里に、山の幸を海沿いの里に届ける人々が行き交った道です。苔むした石畳がつづく道沿いには、茶屋跡や法界塔などが残っており、当時の様子をしのぶことができます。

登り口付近の尾呂志地区には、のどかな田園風景が広がっています。風が通る峠という名のとおり、山から吹き下りる風とともに美しい朝霧が滝のように落ちる絶景を集落から見るすることができます。

紀州犬にまつわる弥九郎の墓があります



高千良山 625m

紀州岩清水豚が食べられるお店です

さざり茶屋

石仏や庚申様

亀島の石灯籠

林道から登ると石畳がきれいに残っています

林道への迂回路約5分ほど

万全な服装と十分な装備でたのしんでください



神木

みかん畑の中を歩く

海が見える峠からの風景は最高!



2 熊野古道 横垣峠

熊野古道伊勢路の横垣峠道(距離1,763m)は、浜街道と分かれ、熊野本宮大社を目指す本宮道のひとつです。神木集落をスタートして山中の道を進むと、中ほどには水壺地藏や弘法大師ゆかりの湧き水などがあります。さらに登ると、熊野灘の海が望める峠に到着します。昔の旅人とおなじ場所に立って吹き抜ける風を浴びていると、登りの疲れは忘れてしまいそうです。



丸山千枚田

熊野市紀和町の斜面に幾重にも重なる棚田で、その美しさから「棚田百選」に選ばれています。石垣を築いて作られた1340枚もの棚田は日本でも最大規模の枚数を誇っています。1枚ずつがいろいろなサイズの水田で構成されており、小さいものは3、4株の苗しか植えられない広さです。そのため機械には頼らず、田植えや管理、稲刈りなど、ほとんどの作業を昔ながらの手作業で行っています。



世界遺産「熊野古道」を歩こう! 5時間コース

START

七里御浜TICをスタート

- 10:30 ① 横垣峠登り口 無人市あり
- 11:10 ② 横垣峠
- 11:40 ③ 折山神社付近にトイレあり
- 12:10 ④ さざりの里 さざり茶屋で食事
- 13:30 ⑤ 風伝峠の石畳
- 14:30 ⑥ 後地バス停(15:00発) バスに乗り、横垣峠バス停へ(15:18着)

みかんを買って峠で食べよう

紀州岩清水豚を食べられるのはココ!

平坦な道で歩きやすい。のんびりペースで散策コース

のどかな山里の風景にほっとできる 尾呂志

おろし



風伝おろし(風伝の朝霧)

巨大な朝霧が滝のように山から集落へ流れ下りてくる現象です。条件がそろると、尾呂志地区はこの幻想的な世界に包まれます。

風伝おろしは、山の向こうにある盆地の空気が冷やされてできた霧が、熊野古道「風伝峠」を越え、あたたかい海側に流れ込んでくるときに見られます。雨のあとや朝晩の気温の寒暖差が激しいとき、海側と山側の気温差が大きい季節がチャンスです！時間は夜明け前～午前8時頃、晩秋～冬にかけてのシーズンが最もきれいに見られるといわれています。



クマノザクラ

103年ぶりに発見された新種のサクラです。紀伊半島南部が原産で、自然林に自生しています。これまでヤマザクラとして扱われていましたが、森林総合研究所の調査により2018年に新種と判断されました。開花期は3月中旬～下旬頃です。



2 上野の大杉

風に耐える枝ぶりが特徴的な2本の大杉です。尾呂志城の鎮守地だった場所にあり、むかしは今より巨大な杉がそびえていました。その大杉は幹まわりが47尺(約14m)もあったそうですが、残念ながら1885(明治18)年に焼失してしまいました。幻の大杉を想像しながら、現存する2本の杉を見上げてみませんか。



旅する蝶アサギマダラ

日本列島を縦断し、長距離を旅するチョウです。翅(はね)を広げた大きさが10cmほどで、淡い浅藍色(あさぎいろ、薄い水色に近い色)のまだら模様があります。この地区も渡りの道すじのひとつとして知られており、秋になると飛来します。もしかしたら、ふわりふわりと舞うアサギマダラの姿を見ることができるかもしれません。



5 宿泊施設 MikanHotel

Mikan Hotelは、休園になっていた保育園を改装した「御浜ローカルラボ」内にあり、日本国内はもちろん海外からのお客さまをお迎えする宿泊施設です。施設内には、天然酵母のパンやヴィーガンカレー、定食、スイーツなどが楽しめる飲食店もあります。

1 さぎりの里

地元の人が心をこめてつくったお米や新鮮な野菜などを販売する農産物直売所です。手づくりのさぎり餅、お菓子、こんにやくなどの加工品もあり、おみやげ探しにおすすめです。敷地内には岩清水豚が食べられるお食事処「さぎり茶屋」と熊野古道の情報を提供する無人の無料休憩所「熊野古道地域センター」を併設しています。



4 酒蔵跡の石積み

尾呂志はお米がおいしいことで知られています。風伝おろしがつくる昼夜の寒暖の差や、山から流れる美しい水が味わいを深くするからです。以前はこのお米を使った日本酒を仕込む酒蔵がありました。今は当時の建物をみることはできませんが、跡地に残る石積みからは、かつての規模の大きさをうかがうことができます。

美しい田園、山里を歩こう

START

- 七里御浜TICを出发
- 車で約20分
- 10:00 1 さぎりの里
- 徒歩約5分
- 10:05 2 上野の大杉
- 徒歩約2分
- 10:10 3 尾呂志学園的石
- 徒歩約16分
- 10:30 4 酒蔵跡の石積み
- 徒歩約15分
- 10:45 5 Milkan Hotel

みかんやさぎり餅を買って出発!

酒蔵跡の西側にある池の石積みもすてき!



歩いて体感、山里の風



500m



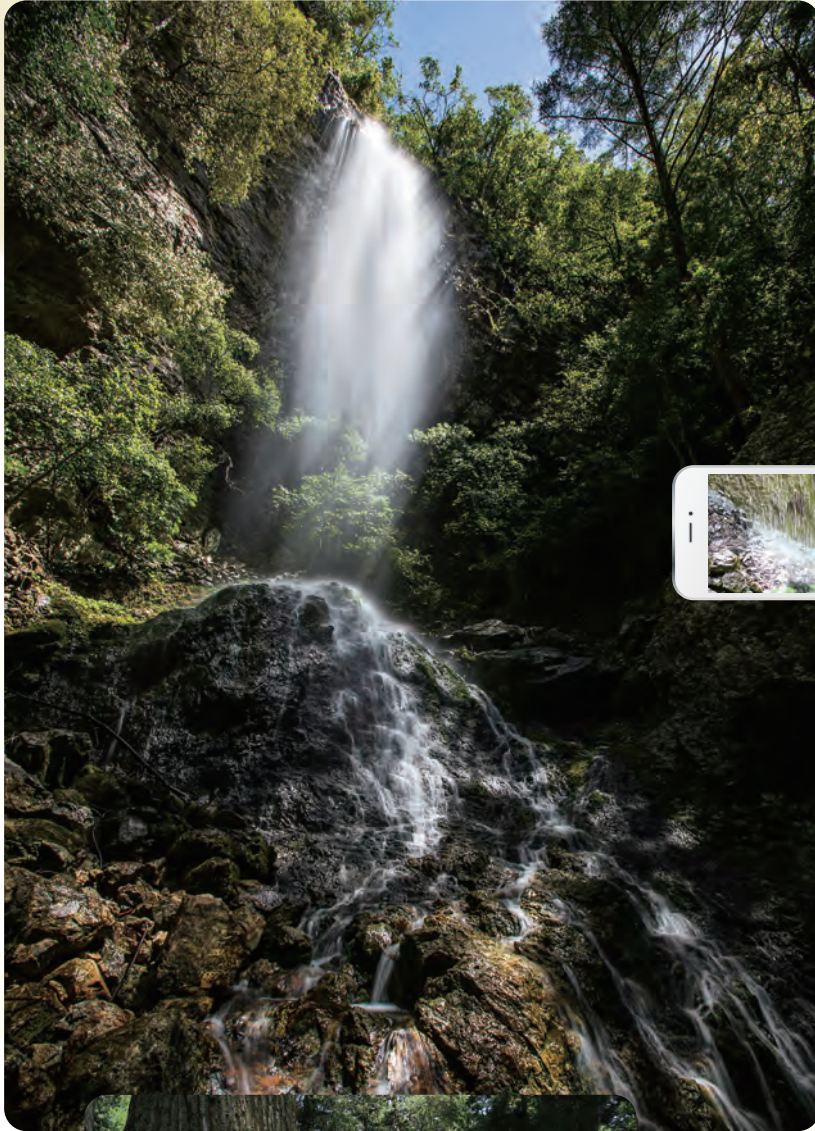
山里のぬくもりを感じる史跡めぐり

クマノザクラ

風伝おろし撮影ポイント

迫りくる岩山に別世界を体感

このぎ 神木



4 唐滝不動尊(不動の滝)
 「天井のない洞窟」ともいわれる岩で囲まれた空間に足をふみ入ると、水しぶきの音が響きます。見上げると、高さ約20mの険しい柱状節理の岩から静かに流れ落ちる滝。幻想的な雰囲気別世界へと誘ってくれます。ふだんの水量は少なく、まるで水の粒が落ちてくるような滝です。天気の良い午前中は、岩の上で跳ねる水が光をキラキラと反射させる様子が見られるでしょう。周囲を散策する時は苔むした岩や濡れた岩肌など足元に注意して歩いてください。



滝の内側には唐滝不動明王が祀られています。岩の中腹まで登ることができるので、滝の裏側を見ながら近くで拝むこともできます。



1 原地神社

神木の集落は、平安時代に京都・大原からやってきた「原七家(はらしちけ)」といわれる人々が中心に開いたとされています。その折に、氏神さまを祀ったのが「原地神社」の始まりです。境内には雑木が繁茂する中で、ひときわ威厳を放ち、そびえているのが数百年を経た大杉。鳥居の向かい側に立つ樹齢推定400年、幹まわり3.3mの榎(なぎ)の木も見事です。



イヌマキ

樹齢およそ800年といわれる高さ20mの巨木です。幹まわりが約5.8mあり、イヌマキとしては国内第2位を誇っています。根元の石には「狩かけの宮」と刻まれており、地元の人々から狩りの神さまとして大切にされていることがうかがえます。

START
 七里御浜TICを出発

- 10:00 ① 原地神社
- 10:20 ② 唐滝不動尊登り口
- 10:40 ③ 山の神 唐滝不動尊上がり口
- 10:50 ④ 唐滝不動尊 滝の裏側へ歩いてみよう
- 11:20 ⑤ 原地神社

お地藏さんが祀られている

山道を歩き始めてすぐに見える絶景

険しい山々がどんどん近づいてくるワクワク

万全な服装と十分な装備でたのしんでください

マムシが出てくる可能性があります。ムカデにも注意

わずか1時間ほどで別世界

狭く急な岩場の道を登るように進んでいきます。石を下に落とさないように落ち葉等で滑らないように細心の注意が必要です。

上から覆いかぶさる岩がトンネルのようになっている道。

滝の内側には唐滝不動明王が祀られています。岩の中腹まで登ることができるので、滝の裏側を見ながら近くで拝むこともできます。

善昌寺

明見山入り口

原地神社

榎の木

夫婦杉

イヌマキの木

神木公民館

なかよしステーション神木

横垣峠登り口

311

300m

1時間半コース

公民館の近くの無人市でみかんを購入

無人市で買ったみかんを食べよう!

※計画と装備を万全に、ゆとりをもって歩きましょう。長そで・長ズボンを着用し、天候・体調・装備などを十分に考えてたのしんでください。急勾配の山道がつづきます。石ころがころがって歩きづらい箇所があるので注意してください。マダニ、マムシ、野生動物などと遭遇することもあるので、注意が必要です。

御浜町には、まだまだ 感動スポットがいっぱい!

ひきづくり おおくす 引作の大楠



七里御浜TICから車で約12分。
引作神社のご神木で、樹齢約1500年といわれる楠(クスノキ)の巨木です。高さが40m、幹まわりが15mあり、紀伊半島で随一の大きさを誇ります。三重県の天然記念物に指定され、新日本名木百選にも選定されています。

堂々と枝葉を広げた姿は、遠くから眺めるとまるで森のように見えます。根元に立ち、見上げると何本もの幹に分かれており、見る人を包みこむような抱擁感を与えてくれることでしょう。過去にあった伐採の危機からも生きながらえ、地元で大切に守られている木です。



Google MAP

がんだういん 岩洞院



七里御浜TICから車で約25分。
岩洞院は阪本地区にあるお寺です。今では棚田の風景が見られるこの一帯ですが、江戸時代には水不足に悩まされていました。当時、頻発していた用水の奪い合いを解消すべく、庄屋のおはらけんしちろう小原源七郎と藩の世話役人・しらいきやうそう白井久蔵が尽力し、ため池の増成に乗り出します。「わしのす鷲ノ巣池」と「くらたに三倉谷池」が築かれると、その後は住民たちが安心して米作りができるようになったそうです。1872(明治5)年、その功績をたたえた頌徳碑が境内に建てられました。



Google MAP

きしゅうけん 紀州犬



三重県の天然記念物に指定されている日本犬の一種です。飼い主に対してとても忠実で、素朴な表情の奥には内に秘める闘志が感じられます。古来より、猟犬として親しまれてきました。阪本地区は紀州犬の発祥の地とされており、紀州犬の民話「やくらう弥九郎とマン」が語り伝えられています。「やくらう弥九郎」は、江戸時代に阪本に実在したとされる猟人です。オオカミを助けた際に手に入れた子犬「マン」が紀州犬の祖先になったという伝説が残されています。岩洞院に弥九郎の墓があります。



紀州犬の動画

てらたにそうごうこうえん すいれん 寺谷総合公園 睡蓮



七里御浜TICから車で約12分。
御浜町のほぼ中央に位置し、グラウンドやテニスコートなどを備えた公園です。尾根に沿って遊歩道があり、展望台からは太平洋や紀州の山々を眺めることができます。
園内の修景池では、睡蓮の花が一面に咲く姿がたのしめます。特に5月中頃から6月初めが見頃となり、地域内外から多くの人が鑑賞に訪れます。



Google MAP

トロトロ坂



七里御浜TICから車で約30分。
熊野にはかつて生活道として利用されていた古道が今でもいくつか残っています。その中のひとつが、御浜町片川～紀宝町桐原に抜ける峠道「トロトロ坂」です。正式に熊野古道の世界遺産ルートには登録されていませんが、美しい石畳が残されており、風情のある雰囲気に入ることができます。



Google MAP

ももたるういわ 桃太郎岩



七里御浜TICから車で約40分。
おとぎばなしの「桃太郎」がうまれた桃のような形をした岩です。尾呂志川の支流、片川川(かたかわがわ)にあり、高さは3mほどです。その昔、大洪水が発生し、上流から流されてきた巨岩が真二つに割れたものだといわれています。
県道35号から林道片川線に入り、林道終点に車を停められますので、そこから片川川沿いに歩いて約5分ほどで桃太郎岩に辿り着きます。
片川川はきれいで夏場は水遊びに来る人も見かけます。



Google MAP

あたわじんじゃ ししまい 阿田和神社～獅子舞



七里御浜TICから車で約5分。
尾呂志川沿いにある農業と商業の神として知られる神社です。七つの神がまつられており、豊作や豊漁とともに地域の平穏を祈願する例大祭は850年以上の歴史があります。
祭で奉納される「阿田和の獅子舞」は、御浜町無形民俗文化財に指定されています。江戸時代中期から現在まで伝承され、200年以上の歴史がある舞です。今もなお、地域の伝統行事として親しまれています。



Google MAP

ひつじみかん牧場



七里御浜TICから車で約15分。
羊とふれあえる観光牧場です。海の見える最高のロケーションで、かわいい羊たちにエサをあげたり触ったりできます。牧場内のみかん畑でとれたみかんを使ったアイスやジュース、そのほか軽食などもあり、羊を愛でながらベンチに座ってのんびり過ごせば、いやされること間違いなしでしょう。飼育している羊は約20頭。クープワス系交雑種とコリデール系交雑種の2種類で、どちらも顔の白い品種です。羊毛の品質も高く、「第10回国産羊毛コンテスト“フリース・オブ・ザ・イヤー”2020」で最高位の金賞を受賞しています。



Google MAP

年中みかんのとれるまち 季節のみかん

「年中みかんのとれるまち」がキャッチフレーズの御浜町。雪が少なく一年中温暖な気候は、みかん栽培に向いており、年間を通してさまざまな品種の柑橘が味わえます。秋の味覚のトップをきって送りだされる超極早生みかんにはじまり、冬にこたつで食べる甘い温州みかんや、春先に果汁があふれるカラ・マンダリンなどのほか、産地だからこそ手に入る品種もあります。太陽の光と潮風をいっぱい浴びて育つおいしいみかんをぜひ堪能してください。



ちょうこくわせ 超極早生・極早生みかん
9月上旬頃～10月中旬頃まで



わせ 早生みかん
10月下旬頃～12月中旬頃まで



ポンカン
12月下旬頃～1月中旬頃まで



しらぬい 不知火
12月下旬頃～3月中旬頃まで



せとが せとが
1月下旬頃～2月中旬頃まで



カラ・マンダリン
4月中旬頃～5月中旬頃まで



甘夏みかん
2月中旬頃～5月中旬頃まで



サマーフレッシュ
4月下旬頃～6月下旬頃まで

御浜町の美味しい!

鮮魚



熊野灘が目の前に広がるこの地では、七里御浜海岸の沖合に「大敷(おおしき)」と呼ばれる大きな魚をとる定置網を仕掛け、熊野灘を回遊してくる豊富な魚を狙います。季節によってとれるものが変わり、旬の味がたのしめます。

さんま、かます、あじなど多数の鮮魚が干物に加工されているので、おみやげとして持ち帰ることができます。冬の名物、熊野灘にやってくるさんまは、適度に脂が抜けて干物に最適です。

干物



紀州岩清水豚



ほのかな甘みともちもち食感が人気のブランド豚「岩清水豚」。御浜町片川の山奥で湧き出る岩清水のみを飲料水として、無農薬肥料で丹誠こめて育てています。健康で希少な豚肉の味をぜひご賞味ください。

アッサム茶



1887(明治10)年、インドから輸入されたアッサム茶の種子が日本で配布されました。その際に御浜町栗須出身の山田彦四郎氏が持ち帰り、畑にまいて紅茶を生産したそうです。その後も地元で自家用の番茶としてわずかに飲用されつづけてきました。今となっては国内で紅茶の原種「アッサム茶」が残るのはここだけだとされています。

さんま寿司



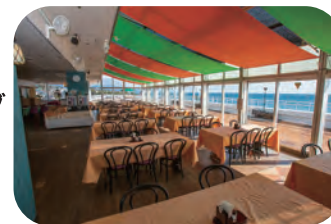
お正月、祝いごとや祭など、人の集まるときに欠かせない代表的な郷土の味として親しまれています。さんま寿司には、熊野灘でとれた脂肪分の少ないさんまを使います。背開きにし、塩漬けたものを水洗いし、みかん酢につけたものを、すしご飯の上に尾、頭をついた姿のままのせてあります。

買い物の出来るお店

道の駅 パーク七里御浜

ごちそうダイニング

御浜町大字阿田和4926-1
TEL.05979-2-3600
営業時間:9:00~18:00
定休日:年中無休



さぎりの里

農産物直売所

御浜町大字上野616-2
TEL.05979-4-1414
営業時間:8:00~16:30
定休日:第2・4月曜日



産直市場 Mihama Loco (みはまロコ)

御浜町大字阿田和6115-5
TEL.05979-9-1584
営業時間:9:00~16:00
定休日:月・火曜日
(月曜日が祝日の場合は営業)



浜街道

御浜町大字阿田和4926-1
TEL.05979-2-3975
営業時間:9:00~17:30
定休日:年中無休



さぎり茶屋

御浜町大字上野616-2
TEL.05979-4-1417
営業時間:11:00~16:00
定休日:毎週月曜日
第2・4火曜日



無人市

道ばたに設置された無人の販売所です。日によって、季節によって並んでいるものは異なりますが、みかんなどの果物、野菜、花などのとれたての農産物が買えます。代金は、商品に書いてある値段を小屋の中にある空き缶や箱などに入れてください。同じものがいつもあるわけではないので、通りがかったときの偶然の出会いがたのしめます。

① なかよしステーション神木

御浜町大字神木619-8(国道311号沿い)
営業時間:9:00~16:00
定休日:無休



② フルーツマーケット市木

御浜町大字下市木(国道42号沿い)
営業時間:8:00~17:00(変更する場合があります)



③ やまじ採れたて市

御浜町大字阿田和3349-1



国道311号 神木地区や 県道141号沿いに無人市があり

季節のみかんや野菜を購入できます。
※時間や季節によっては、品物がない場合もあります。

