

TAMBA

土曜日は

丹波へ いこう



丹波 味めぐり

TAMBA
taste

兵庫県の中央東部に位置し、四季の移ろい豊かな丹波市。大阪・神戸から1時間ちょっと足を延ばしてみると、古きよき趣を感じさせる日本家屋や、幾重にも広がる美しい里山の風景が残る。地域が持つ魅力を自らのセンスと組み合わせ、独自に表現している人々が生み出したここでの味わえない食の数々。丹波市ならではの「食や」人との出会いを楽しんで。



古民家

趣ある茅葺屋根の古民家で愉しむ地元の味

かつては丹波市で盛んだった養蚕業がこの建物で営まれており、地域の産業を支えていた。その家屋を改装し、2008年にカフェとしてオープン。丹波で生まれ育った店主が、「丹波市の良さを広めたい」と旬の野菜や採れたての卵など、地元の食材にこだわった料理を提供する。レトロな空間と丹波市の魅力が詰まった料理で、心も体も満たされる。

登録有形文化財に
登録されている
築200年の古民家

genten
げんてん

1.お昼の人気メニューふわふわ卵のオムライス(税別850円)は、地元の農場で採れた卵と店主の父が育てた米を使用したこだわりの一品。2.開店当初からの人気メニュー、キャラメルシフォンケーキ(税別500円)。



丹波市青垣町東芦田981 営/11時~15時(L.O.14時) 18時~22時(L.O.21時半) 月火曜定休(祝日の場合営業) 0795-87-0169

特典 記事持参で5%OFF(2019年内まで)

驚きと温もりにあふれたひと時のおもてなし

店主自らが手掛けた
こだわりの空間

古民家旬菜cafe
玉手箱
たまてばこ

1908年に建てられた古民家をオーナーの松井さんが1人で2年以上かけてリフォーム。シックな茶系に統一された店内は高い天井と広く取られた窓が開放的で、居心地が良いと評判だ。事前予約がおすすめの玉手箱ランチ(税別1480円、数量限定)は、肉か魚のメイン料理と旬の野菜を使った副菜など合わせて11~13品がお膳に所狭しと並び、彩りの美しさとそのボリュームに大満足間違いなし。



入った瞬間、玉手箱を開けた時のようにびっくりしてもらえたら



オーナー 松井弘文さん

丹波市氷上町中野208 営/8時半~16時(L.O.15時半) 月火水曜定休 ※中学生未満のお子様入店お断り 0795-82-0229

特典 記事持参でお食事の方に、コーヒーor紅茶サービス(2020年3月末まで)



1.駐車場から店へと続く小道の両脇にも草花が植えられている。2.自然の草木と松井さんが手入れする日本庭園が四季折々で楽しめる。

旬野菜が主役のカラダが喜ぶベジランチ

農業体験や料理の
ワークショップも

自然食レストラン

三心五観

さんしんごかん



丹波市春日町下三井庄159-1
営/11時半~15時(完全予約制) 不定休
090-6676-6283
<http://www.3shin5kan.com/>

特典 記事持参でお食事の方に、自家製味噌プレゼント
(2020年3月末まで)



1. 周囲を緑豊かな山々と田んぼに囲まれた一軒家レストラン。秋冬は薪ストーブの雰囲気にほっこり。2. 天然木の肌触りが心地よい店内。棚には自家製の梅干しや酵素シロップ、味噌などの容器がずらり。

“食と自然の
繋がり”が感じられる
ランチをどうぞ!



藤本さん夫妻

日本食の原点におどろきのおいしさを

農園を営むオーナーが、化学肥料を使わず有機肥料のみで育てた自慢の米と、野菜を食べてもらいたいと始めたレストラン。全てのランチ(税別1200円)につくおにぎりは甘くてもちもち、香りも良く「普段お米を食べないのにおかわりしてしまう」という方もいるほど。付け合わせの野菜は味が濃く、特に黒豆は有名百貨店にも卸す一級品。その違いは一口食べたら分かるはず。



ランチのおにぎりは
2つまでおかわりOK

おにぎり
と
野菜のレストラン

千華

せんか

丹波市山南町北太田234
営/11時~14時半(予約優先)
土日営業 ※平日・祝日はwebを確認
090-6232-0831
<https://www.senka-tanba.com/>

特典 記事持参でお食事の方に、ミニフルーツジュースサービス(2020年3月末まで)

旬の素材の
おいしさを味わって
ほしいです



女将 生田さん



1. 民家を改装した店内はオレンジ色の照明で照らされ、温かい雰囲気。緑側の向こうは緑に囲まれたテラスもある。
2. 道の脇にあるおにぎりのオブジェが目印。小道を下って奥へ進むと入口が。

丹波の恵みと本格イタリアンのコラボ

地域をあげて地産地消・有機栽培に取り組む丹波市市島町で人気のイタリアンレストラン。「大地の恵み」の意味を持つ店名の通り、地元の素材がふんだんに使われている。丹波市産の小麦粉とイタリア産の小麦粉をブレンドし、同じ市島にある西山酒造の仕込み水で生地を練り上げたピッツァは絶品。中でもシェフが惚れ込んだカンナファームの卵を使ったピスマルク(税別1430円)はリビート必至のまるやかさ。



シェフ 中村さん

ピッツァは生地が命!
香り豊かな小麦の
風味を楽しんで



1. キノコとトマトソースで煮込んだ丹波産肉は、ショートバスターで「カサレツェ」という断面がS字のショートバスターがベストマッチ。2. 元々は保育園の遊戯室だったという開放的な店内。



保育園跡地という
ギャップも楽しい

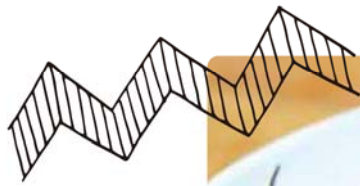
terra dono

てらどーの

丹波市市島町酒梨156-2
営/11時半~15時(L.O.14時)、
17時半~21時(L.O.20時半) 水曜定休
0795-85-4755
<https://www.tanba-terradono.com/>

丹波三宝スイーツが食べられるCafe

「丹波三宝」と呼ばれている、丹波市が全国に誇る特産品
「丹波栗」「丹波黒大豆」「丹波大納言小豆」。
それぞれの個性を活かした、丹波三宝スイーツを楽しんで。



PUDDING

2



aretto

(あれつこ)



TARTE

3



毎日丁寧に
手づくりしています

(左)明日香さん
(右)絵美香さん

1.ふわふわの生地に、丹波大納言小豆の食感がアクセントのシフォンケーキ(税別950円)。フルーツやアイスクリームなどをトッピングした、ケーキセットで。2.丹波市産の牛乳と卵をたっぷり使った、その名も丹波たっぷりプリン(税別420円)。濃厚でなめらかな舌触りがたまらない。3.丹波栗を使った、自家製渋皮赤ワイン煮がごろごろのた栗のタルト(税別450円)。10月～11月頃販売。



yanagawa

(やながわ)

1



DORAYAKI



SHIBUKAWANI

3

菓子製造スタッフ
足立さん

丹波市の
素材を活かし、伝えることを
モットーにしています



1.丹波栗と砂糖のみの栗ペーストそぼろの下には、地元の新鮮な卵や牛乳を使ったカスタードクリームとジェノワーズ生地。日の丸弁当のような和のモンブラン(1,450円)。※9月中旬から販売。2.丹波大納言小豆の粒あんと丹波栗の渋皮煮を手焼きのふんわりしっとり生地で挟んだどら焼き(250円)。3.大粒の丹波栗渋皮煮(1,750円)は手しごとの丁寧さと丹波の恵みが実感できる一品。



POUND CAKE

3



1



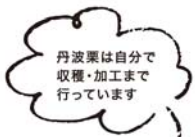
FINANCIER

2

fukumura

(ふくむら)

1.ロールケーキを土台にした、ふわふわ食感がオリジナルの丹波栗のモンブラン(480円)。9月中旬～10月中旬に販売。2.宇治抹茶と丹波大納言小豆を贅沢に使ったフィナンシェ。大粒の小豆の食感や味わいを感じられる上品な焼き菓子。(1個・180円) 3.しっとりときめ細やかな生地で、宇治抹茶の苦みや旨みが大人の味わい。丹波大納言小豆のパウンドケーキ。(1個・180円)



丹波栗は自分で
収穫・加工まで
行っています

オーナー
福村誠さん

カフェド ふくむら

丹波市氷上町大岡395-7 営/10時～18時、土・日・祝
12時～18時(L.O.17時) 月曜定休
0795-88-9527 <http://cafe-de-fukumura.com/>

開放的な空間で、ゆったりとした時間が流れるカフェ。「食材がもつ旨味を楽しんでもらいたい」と甘さ控えめのケーキが評判。旬の果物をふんだんに使ったサイズ感もポイント。

特典 記事持参でお食事・カフェ利用の方
ワンドリンクサービス(2020年3月末まで)

夢の里 やながわ

丹波市春日町野上野920 営/10時～18時(カフェ
L.O.17時半) 木曜定休 0795-74-0123
<https://tamba-yanagawa.co.jp/>

「丹波栗」「丹波黒大豆」「丹波大納言小豆」の一次加工をする自社工場をもつ和洋菓子店。最高の素材で丹波スイーツを堪能できる。

丹波レストラン × 菓子工房 あれつこ

丹波市青垣町佐治156-1 営/ランチ11時～14時、
カフェ14時～17時、ディナー(完全予約制)17時～21時、
テイクアウト11時～17時 水曜定休 0795-87-2000
<https://aretto.jimdo.com/>

フレンチシェフの父が料理を、姉妹が菓子作りを担当。「地元の方に親近感を感じてもらえる店」をコンセプトに、丹波市の食材を使用した料理やスイーツを提供する。

丹波市独特の気候風土で育まれた

大粒で風味豊かな 丹波大納言小豆

粒の大きさや旨味・甘味、香りの評価が高いうえ、
ポリフェノールも多く含まれている丹波大納言小豆。
老舗和菓子店では欠かせない食材であり、
日本の食文化を古くから支えてきた
その味わい深さをぜひとも現地で。

王道ぜんざいと
創作ぜんざいが
楽しめる

丹波大納言小豆 ぜんざいフェア開催

2019年11月3日(日・祝)～
2020年2月18日(火)

10月26日(土)丹波ゆめタウンにて
オープニングイベント
ぜんざいの振舞いあり！
フェア詳細はwebにて
(10月中旬オープン予定)

※参加店舗の一部内容は予告なく変更する場合があります。

甘い丹波栗と、 濃厚小豆の風格

地元農家のお母さんが丁寧に時間をかけて炊きあげた、昔ながらの濃厚ぜんざい。一口ほおばると思わずにっこりほっこり。

企業組合 氷上つたの会
丹波市氷上町犬岡467-1 四季菜館内 営/8時～15時(L.O.14時半) 無休 0795-82-8766



オトナ女子に嬉しい 美肌効果も摂り入れて

黒豆きな粉とココナツミルクのお汁粉に丹波栗と白キクラゲを添えた「楊貴妃ぜんざい」で、美味しく「潤い」チャージ！

大連飯店 丹波市柏原町見長5 営/11時～15時(L.O.14時20分)、17時～22時(L.O.21時15分) 火曜定休 TEL:0795-72-1306



老舗が届ける 栗入りの王道ぜんざい

柔らかく丁寧に炊いた小豆に、大粒丹波栗の渋皮煮とパリッと焼いた香ばしい焼き餅が加わり、まさに大満足の味わい。

お菓子の夢工房ときわどう
丹波市氷上町本郷300 ゆめタウン内1階 営/10時～20時 無休 0795-82-8145



本格珈琲に丹波の 美味を盛り付けて

ホイップとキャラメルソース、アイスクリーム、栗と白玉入りでボリューム満点。本格珈琲と組み合わせた創作ぜんざい。

喫茶リスボン
丹波市氷上町朝阪103-1 営/8時～18時 月曜定休 ※祝日の場合は営業 0795-82-1542



奇跡の小豆 丹波白雪大納言を贅沢に

昔ながらの丹波大納言ぜんざいに、希少な「丹波白雪大納言」をトッピングし、ここでしか食べられない紅白ぜんざいを表現。

美の里庵 コモーレ店
丹波市柏原町母坪335-1 コモーレ丹波の森内 営/10時～20時(L.O.19時) 第3木曜定休 0795-73-1245



あんこ専門店、 40年の匠の技

本格珈琲にアイスクリーム、焼き餅、自家製あんこをのせて、甘味と苦味が絶妙にマッチした和風スイーツに仕立てた逸品。

コーヒーハウスいくの
丹波市山南町美和569-1 営/8時～14時 木曜・不定休 0795-88-5755





屋だけ出える

そば街道

奥丹波の手打ちそば屋を結ぶ「そば街道」。
店主の人柄や店の雰囲気はそれぞれ。
個性豊かな手打ちそばを食べ歩いてみよう。



味は本格、
スタイルは自由に



そばんち初代店主の佐藤さんが山南町「みんなの村」に新しくオープン。鯉も昆布も使わず、梅の醤油漬けと柑橘で旨みを引き出した「冷やかけ」など新たなメニュー展開に注目。

特典 記事持参でお会計から100円引き(2020年3月末まで)



手打ちそば 木琴(もっくん)
丹波市山南町南中115-6 営/10時53分~15時33分 日曜~水曜定休 070-2300-1156



岩塩でいただく
香り高いそば

店主のそば好きが高じて6年前にオープン。十割盛りそばと丹波鹿塩胡椒焼きのセット(1,000円)は、そばの甘みをふんだんに味わえる岩塩で。豊かな香りともっちりとした食感が魅力。

そば処 鴨の庄
(かものしょう)

丹波市市島町北奥997 営/ランチ11時~15時、ディナーは完全予約制 無休(臨時休業あり) 0795-85-0234
<https://ja-jp.facebook.com/kamonosyou/>



熟成された丹波鹿は塩胡椒で調理。シンプルだからこそ鹿肉本来の風味、旨味が味わえる。



二八と十割で
味の違いを楽しむ



その時々で一番おいしいそば粉を選び、二八用の石臼と使い分けて荒めに挽く十割は芳醇な香りが自慢。相乗りサバ寿司セット(1,500円)は、肉厚の三陸沖産を使ったサバ寿司が付く。



肉厚で脂の乗りが良い三陸沖産のサバと地元の青垣米を使ったサバ寿司。酢のほどこい酸味と米の甘味、サバのうまみが相まって舌を楽しませてくれる。

特典 記事持参でお食事の方に、ミニそばアイスプレゼント(2020年3月末まで)



野趣と洗練の
バランスが絶妙

丹波市の手打ちそば屋の草分け的存在。2代目店主が引き継ぐ、香りを追求したそばが評判。すだちをかけると色が変わる三色辛味大根そば(900円)は、遊び心ある看板商品。

特典 記事持参でお食事の方に、そばアイスプレゼント(2020年3月末まで)

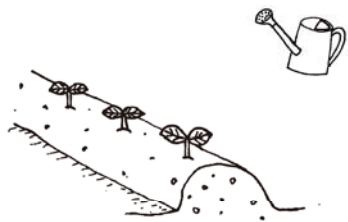
そばんち

丹波市市島町梶原125 営/11時~15時、16時~(予約のみ) 金曜定休 0795-86-7446 <http://www.sobanchi.com/>



三津屋妹尾(みつやせのお)

丹波市青垣町田井縄640 営/11時~15時、その他営業は要相談 土日祝営業 0795-87-2550
<https://mituyasenoo.jimdo.com/>



自然の恵みを全身で味わい尽くす

農ある暮らし体験

野菜の収穫体験や川遊び…里山の日を思う存分に満喫できる
農家民宿。いつもと違う古民家暮らしを体験してみよう。



“ただいま!”と言いたくなる
アットホームな宿

農家民宿 おかだ

民宿を営む女将の岡田かよ子さんは、「農林漁家民宿おかあさん百選」に選ばれる“丹波の母”なる存在。岡田さんが育てる野菜や果物は年間約130種類。トマトやキュウリをはじめ、黄色いズッキーニなど西洋野菜まで様々。農業体験はもちろん、子育てなどの悩み相談にのることも多く、岡田さんとの会話も宿泊の楽しみのひとつだ。

農家民宿 手作り工房 食・農・宿・おかだ
〈のうかみんしゅく てづくりこうぼう しょく・のう・やど・おかだ〉
丹波市氷上町新郷1339 090-5246-5081
<http://www.noukaminsyuku.jp/>

宿泊 定員9名(1泊2食付)
大人8,000円/小学生5,000円/幼児3,000円(全て税別)
体験 ピザ作り・釜戸炊きご飯・きな粉作り・
野菜収穫・農作業など ※前日までに要予約



実家に帰った気分が
くつろいでください

里山のおいしいを
いただきます



AM 9:00



農業体験で黄色い
ズッキーニを収穫

AM 10:00



収穫した野菜でピザづくり

PM 4:00



掘りこたつの居間でほっと一息

PM 6:00



料理はもちろん自家栽培の
野菜をたっぷり使用



女将
岡田かよ子さん



1日1組限定
自然の癒やしを心ゆくまで

農家民宿 花乃家

無農薬・無化学肥料栽培で野菜を育てる竹岡農園が運営する民宿。自然の力を存分に引き出した野菜の収穫体験をはじめ、近くで流れる源流の小川で魚を捕まえたり、山を散策したりと、里山の自然を満喫できるのもこの宿の魅力。さらに、米ぬかなどを発酵させた酵素風呂で体をゆっくり温めれば、体の芯からリフレッシュ。

農家民宿 花乃家
〈のうかみんしゅく はなのや〉
丹波市山南町谷川2785
090-5677-6555
<https://takeokafarm.com/>



秋冬は星空も
キレイですよ!

スタッフ
左) 榎木さん
右) 高石さん

京阪神から約1時間
のどかな自然が広がる

AM 11:00



丹波の山並みが見渡せる畑で
旬の野菜を収穫!

PM 12:00



収穫した野菜をふんだんに使った
ヴィーガンランチ(予約制)

PM 3:00



貸切の酵素風呂で
思い切りデトックス!

PM 5:00



里山の情景を心ゆくまで...



農家の夕食朝食付きプラン
10,000円/人〜2名以上(1名は13,000円)
農家の朝食付きプラン
6,500円/人〜2名以上(1名は8,000円)
農家の夕食付きプラン
9,000円/人〜2名以上(1名は11,000円)
素泊まり
5,000円/人〜2名以上(1名は7,000円)

※全て税別 メニュー内容により金額に変動あり。事前に相談を
※3歳以下無料、中学生未満半額、中学生以上は成人料金



人と地域をつなぐ丹波人(たんばびと)が発信

知るほどにおもしろい`丹波、`

受け継いだ土地で農業に励む家族、志高く名産品の周知に取り組む人々・・・
きっかけは違えけれど、地元や暮らしを盛り上げようと活動する丹波人(たんばびと)。
「丹波市っておもしろい」そう思わせてくれる“人”の魅力をお届けします。

1. 克則さんは「農場を見学して、野菜を食べてもらい、農家の良さを知ってほしい」と語る。 2. 日本各地のチーズを食べ歩き、修業を積んだ「丹波のチーズ王子」こと長男の敬介さん。 3. 次男の陽介さんは畑に立つだけでなく、カフェのプロデュースや広報なども行う。



「家族」で取り組んでいるからこそ、米は減農薬に、野菜は鶏や牛からの有機肥料で・・・と安全にもこだわっている。それを周りの人と共有することが婦木さん一家の一番の喜びだという。「お客さんから『おいしかったよ』という声をダイレクトに聞けるのが嬉しいですね」。

より多くの人に農業の魅

丹波の恵みで豊かな暮らしを 家族ではぐくむ農業のカタチ

株式会社 丹波婦木農場

婦木さん一家

春日町で江戸時代から続く農場を受け継いだ克則さん。「今、農村は面白い」というキャッチフレーズを掲げ、奥様の奈保子さんとともに日々農業の可能性を追求している。



力を知ってほしいと、6年前には農地に民宿とカフェを備えた農家体感施設「〇(まる)」をオープン。採れたての野菜や卵を使って料理を振る舞い、夜には婦木さん一家も宿泊者と一緒に食卓を囲む。農業のことや子育てのこと、いろいろな話に花が咲く。「儲からないでしょ?」って言われます。でも私たちは、受け継いだ丹波市の良さを生かして、今の時代に合った農業をしたい。このやり方だから様々な人に出会えたし、一度は農業から離れた息子たちも帰ってきました。お金で測れない価値がここにはありますよ」。

5. 野菜は、その季節に採れる8〜10種類を詰め合わせて消費者へ届ける。丹波市はもとと有機栽培が盛ん。安心な野菜作りで、消費者との良い関係が続いている。 6. ジャージー牛を自家飼料で育てて、毎日朝晩2回、乳を搾る。新鮮な牛乳は、自家培養した乳酸菌を使って工房でチーズに加工する。



4. 平飼いで元気に走り回る健康な鶏たち。民宿の宿泊者は、朝に自分たちで産みだした卵をとって卵かけご飯を食べるのだそう。



女性の力で栗の木を再生 丹波市を栗の里に

丹波栗っこ会 代表
やまもと ひろこ

山本浩子さん

2017年に女性グループ「丹波栗っこ会」を立ち上げた。丹波栗の魅力を広めるべく、オリジナルレシピの考案や、イベントへの出店など積極的にPR活動を行う。



「栗は、愛情をかけるほどいい実がつきます。今年は実が小さかったな、来年はどうしよう、と悩みながら一本一本を育てる中で、私たちも成長します。だから栗栽培は、“木育て(こそだて)”なんです」と話す栗っこ会の山本さん。

「今年もありがとう」「来年もいい実をつけてね」と声をかけながら栗を拾うという。

栗っこ会は、栗栽培の勉強をする女性グループだ。「父が亡くなった後、大事に育てていた栗園が荒れてくる様子を見て、自分で何かできないかと考えたのがきっかけでした」。栗栽培について一から学び、女性初となる「栗剪定士」の資格を取得。「力仕事ってイメージしがちですが、女性でも栽培できるんですよ」。現在のメンバーは23名。親が遺した栗林を再生したい人、子育てしながら家の栗を手入れしたい人など、さまざまな女性が楽しみながら活動している。

丹波栗は、寒暖差が大きく霧深い丹波市で育つからこそ甘みが強く粒が大きい。この地域では栗の木が家の庭先にあることも珍しくないが、後継者がおらず、手をかけられず放置されたり、切られたりすることも多いという。「栗は未来の宝物。植えれば10年後にはたくさん収穫できます。一本の栗の木を大事にして、もう一度育ててほしいです」。

目指すは、「栗の里丹波」。

一時は栗の生産が衰退しつつあった丹波だが、今、また盛り返しつつある。その勢いを、栗っこ会の女性たちがあたたかく、力強く盛り上げている。



1.栗っこ会では、収穫後の栗をマイナス2度で40日間、低温熟成している。糖度が10%上がり、甘みと旨味が引き出されるという。2.「栗のおいしさを知ってほしい」と、栗のポタージュや栗スティックなど、さまざまなメニューを考案して栗の食べ方をPR。女性ばかりなので、気兼ねなく意見を言い合える。SNSで情報交換をしたり一緒に商品開発をしたり、栗の話題は絶えない。3.高く育ちすぎたり虫に侵されたりした栗の木も、改良すれば、また美味しい実をつけるようだ。



4.農業をするために2017年に東京から移住してきた金丸さん。栗っこ会に参加し、一から栗を育てている。「丹波市で育つ栗が一番おいしい。この栗を日本中に広めたいです」。5.亡くなったお父さんが大事にしていた栗園を、その思いとともに引き継いだ酒井さん。「草刈りなど大変な作業もありますが、仲間がいるから楽しいです」。



秋冬

TAMBA



丹波霧に染まる秋、自然の恵みをいただく冬。
この時期だからこそ堪能できる味覚や風景、体験をご紹介します。



黒井城の絶景

戦国時代の武将、赤井直正の居城であった黒井城。続日本100名城に選ばれており、秋から初冬にかけて、運が良ければ眼下360度にまるで絹のように雲海が広がる。

見頃：秋～初冬の朝・昼にかけて
丹波市春日町黒井2273-13
(登山口から城跡まで約40分。登山口に無料駐車場あり)



丹波もみじめぐり

秋になると木々たちが丹波霧にしっかりと包まれて、色とりどりに葉を染めていく。歴史を感じさせる市内10ヶ寺の佇まいと共にそれぞれの紅葉をめぐり、ゆったりと時の流れに身を任せて。

見頃：11月上旬～下旬
※丹波市観光協会HP内のもみじめぐり参照
<https://www.tambacity-kankou.jp/momiji/momiji.html>



臨場感が味わえる酒蔵見学

【山名酒造株式会社】
丹波市市島町上田211

創業以来300年以上、昔ながらの製法や地元の原材料などにこだわって酒造りを続けてきた丹波地方最古の蔵。気候風土を熟知した地元の丹波杜氏が「醸す地酒」奥丹波が有名。

見学可能時期：12月以外
見学可能時間：9時～16時
参加費：無料 定員：10名程度
所要時間：30分(試飲・販売あり)
予約の有無：事前に[0795-85-0015]へ要予約



【株式会社西山酒造場】
丹波市市島町中竹田1171

“鮮度”にこだわる四季醸造蔵。俳人・高浜虚子が命名した「小鼓」は全国的にも有名。主屋を含む建築群3点は、国の登録有形文化財にも認定されている。

見学可能時期：年中可能(※年末年始や作業の都合でお断りの場合もあり)
見学可能時間：13時～15時の間で開始
参加費：無料 定員：1日1組限定(1名から ※10名以上は応相談)
所要時間：1時間(外観見学・試飲・販売)
予約の有無：3営業日前までに[0795-86-0331]へ要予約



冬の名物 ぼたん鍋

起伏に富んだ山々を駆けまわり、良質な丹波栗などを餌にする猪肉は、甘みのある脂と引き締まった身肉が特長。煮込めば煮込めほどやわらかく旨味が増す。猪肉と冬野菜のエキスが溶け込んだ鍋で体の芯から温まる。

時期：11月～3月
【やすら樹】丹波市氷上町清住68-1
TEL:0795-82-0678 定休日：第3水曜日、年末年始 ※要予約
【国領温泉助七】丹波市春日町国領206
TEL:0795-75-0010 ※要予約
<http://www.sukeshichi.jp>



ヘルシーなもみじめぐり
しかくい鍋

高タンパク、低脂肪、鉄分豊富な鹿肉。山々に生える野草のやわらかい新芽を好んで食べる丹波市の鹿肉は、特有の臭みが少なく、まろやかな食感とあっさりした後味。

【無鹿リゾート】丹波市春日町下三井庄1017-1 TEL:0795-88-5252
定休日：水曜日 ※要予約
<http://hayama.main.jp/musica>
【もみじの里 青垣】丹波市青垣町口塩久1番地 TEL:0795-87-2244
定休日：水曜日 ※要予約
<http://hayama.main.jp>



味噌づくり体験

ゆめの樹では、丹波市産黒大豆と白大豆を使った生味噌づくり体験ができる。熟成管理もしてもらえますので安心。三心五観では、自然栽培の青大豆と無農薬の米麹、完全天日干しの塩で手前味噌づくり。毎年リピーターも多いそう。それぞれ電話かメールで申込みを。

【ゆめの樹 野上野(のこの)】丹波市春日町野上野1026-3
開催日：2020年1月18日・25日、2月8日・22日 TEL:0795-74-3030
MAIL:yumenoki-nokono@spice.ocn.ne.jp
【三心五観】丹波市春日町下三井庄159-1
開催日：2020年の1月～3月で随時開催予定
TEL:090-6676-6283
MAIL:3shin5kan@gmail.com

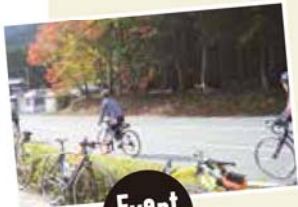


せつぶん草

「春告げ花」とも呼ばれるせつぶん草。雪の下でじっと耐え、早春に清楚で可憐な白い花を咲かせる。丹波市青垣地域の群生地では、まるで満天の星空を思わせる光景を見ることができる。2月下旬から3月上旬には、せつぶん草祭りの開催も。

祭り開催期間：2月下旬～3月上旬
【遠阪せつぶん草祭り】
丹波市青垣町遠阪地内
【森のせつぶん草祭り】
丹波市青垣町小倉地内(森地区)
※問合せはあおがき観光案内所
(0795-87-2222)まで





Le Tour de TAMBA

ツール・ド・丹波 2019

Event
01

スポーツバイクで 秋に染まる丹波路を巡る!

「日常の風景や道行く人々とのふれあいなど、いつもの生活の中にある丹波市の魅力を、ロードバイクでより身近に感じてもらいたい」と若手の自転車愛好家たちが集まり、2018年に丹波サイクリング協会を設立。ご当地バーガーや丹波栗を食べて育った「栗きん豚」など、地元食材はもちろん、四季折々の花を楽しみながらゴールを目指す「地域密着型のサイクリングイベント」を開催している。

この「Le Tour de TAMBA」はタイムを競わない。グループライドは、メンバーと助け合いながら、紅葉の名所を巡る全行程約70kmのサイクリングツアー。エイドステーションには新鮮卵のプリンやシフォンケーキ、新米のおにぎりなど地場食材が用意されており、心もお腹も満たされる。スポーツの秋、体を動かして秋の味覚を味わいながら、丹波の地で心身ともにリフレッシュしてみよう。

開催日: 2019年11月17日(日)
場 所: 丹波の森公苑 (丹波市柏原町柏原5600)
主 催: 丹波サイクリング協会

参加申込
はこちら→



自然・食・人とふれあいながら
ゴールを目指そう

クイズラリーは、スマホアプリにある市内の20カ所のチェックポイントを巡りながら出題されるクイズに答える、日本初のサイクリングクイズラリー! もちろん地場食材が味わえるエイドステーションも用意されている。



Event
02

参加者募集!

丹波市体験型ワークショップ「Doたんば」

※写真はイメージです。

丹波市で暮らす方々を講師に迎え、丹波ならではの暮らしの楽しみ方が学べる、体験型ワークショップ「Doたんば」を開催!!

9/21
受付開始

日本在住外国人の方限定!
丹波市のお寺で日本文化を体験!

秋は紅葉で有名な古刹・円通寺を舞台に、座禅・和菓子作り・茶道と日本文化を満喫できる1日。



日 時: 2019年11月16日(土) 10時半 JR柏原駅集合
17時終了予定
場 所: 円通寺(丹波市氷上町御油983)
参加費: 無料 募集人数: 20名
※自由昼食・露店あり(昼食代は各自ご負担ください)

11/18
受付開始

丹波市に伝わる郷土の味
小正月に食べたい「小豆粥」づくり

小豆には災いを祓う力があると信じられ、小正月に食べる「小豆粥」は家族の無病息災を願う風習のひとつ。ご家庭でも簡単に作れるレシピをご紹介します。



日 時: 2020年1月12日(日) 10時半
山カフェ現地集合 15時終了予定
場 所: 山カフェ(丹波市柏原町柏原16)
参加費: 無料 募集人数: 15名 たんばルシェ同日開催!!

丹波大納言小豆
を使います!

12/16
受付開始

今年のバレンタインは和菓子で勝負!
あんこDEバレンタイン♡

丹波大納言小豆のあんこの炊き方が学べる「あま〜いワークショップ」。バレンタインのプレゼントにぴったりのハート型最中作りが体験できる。



日 時: 2020年2月8日(土)
10時 ゆめの樹 野上野(のこの)現地集合 15時終了予定
場 所: ゆめの樹 野上野(丹波市春日町野上野1026-3)
参加費: 無料 ※別途ランチ代 要 募集人数: 20名

当日はハート型の
最中に...!

SATURDAY TAMBA ホームページに、参加お申込みページを作成いたしました。メールでのお申込みではなく、右記の2次元コードからお申込みください。主 催: 丹波市
※WS終了後、ご自身のSNSで当日の様子の発信をお願いいたします。※応募者多数の場合は抽選となります。

<https://saturdaytamba.com/archive/63>



Event
04

たんばルシェ



お気に入りの農家や旬の食材・料理に出逢える「丹波×バル(飲食店) ×マルシェ(市場) = たんばルシェ」。丹波市の特産品・加工品が集まる。散歩を楽しむようにお店を選びながら、丹波市が誇る歴史や文化も味わって。



開催日: 2019年10月14日(月・祝) 10時〜、2020年1月12日(日) 10時〜
場 所: 丹波市柏原市街(メイン会場は柏原八幡宮駐車場周辺)
主 催: 丹波市「味覚フェア」実行委員会

Event
03

丹波三宝スイーツフェスティバル

丹波三宝(丹波栗・丹波黒大豆・丹波大納言小豆)を使った和菓子・洋菓子が集まる、年1回開催されるフェスティバル。会場内にはカフェスペース&お茶席も併設されているので、購入してその場で食べることもできる。他にも丹波栗ようかん作り体験(有料)ができ、スイーツ好きにはたまらない1日。



開催日: 2019年10月27日(日) 10時〜15時
場 所: 丹波市柏原町柏原5528(柏原住民センターアリーナ特設会場)
問合せ: 丹波市観光協会 TEL: 0795-72-2340
主 催: 丹波三宝スイーツフェスティバル実行委員会

旬 Calendar

丹波の伝統食材



丹波栗

品種によって収穫時期が違ふ。「丹波栗」とは丹波市で採れる大粒の栗のことをさす。

丹波黒枝豆

お正月の黒豆を若いさやの時期に収穫して食す。もちもちとした食感と甘みがおいしい。

丹波山の芋

長芋の4倍ともいわれている強い粘り気があり、味噌汁に入れても溶けることなくいただくことができる。

丹波ひかみねぎ

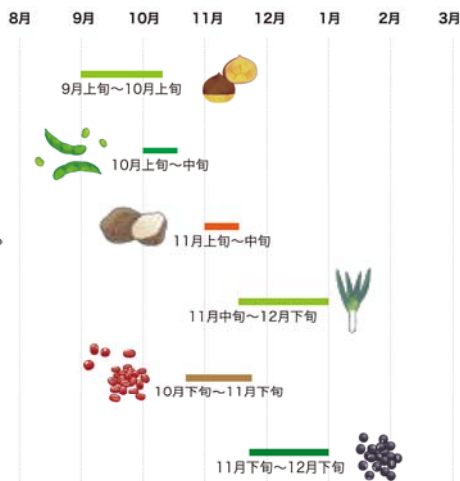
茎の直径は約4センチにもなる特大のネギ。加熱すると甘みが増してとろけるような食感。

丹波大納言小豆

煮ても皮が破れず、形が崩れない高級品種。大粒で色艶もよく、古くから和菓子に用いられている。

丹波黒大豆

一般の黒大豆に比べて粒が大きい。お正月のおせち料理には欠かせない食材。



旬の食材はここでGET!

＼ ひかみ四季菜館 /



丹波市氷上町
犬岡467-1
営/7時～18時半
無休(年始を除く)
0795-82-8766



＼ 道の駅 丹波おばあちゃんの里 /



丹波市春日町
七日市710
営/8時半～18時
無休
0795-70-3001



＼ JA丹波ひかみ とれたて野菜直売所 /



丹波市氷上町市辺440
JA丹波ひかみ本店前
営/9時～18時
無休(年末年始を除く)
0795-82-5130



真楽園のぶどう狩り



ピオーネ、シャインマスカット、クイーンニーナなど黒・緑・赤の全26種類ものぶどうが栽培されているぶどう園。好きなぶどうを選んで、自分で摘み取り、計り売りしてもらえます。他にも桃、キウイの摘み取りや栗ひろいもできる。

時期・時間: 8月25日～10月中旬の10時～16時まで
丹波市春日町野瀬311 予約制(電話予約: 090-2067-1114)

あぐり丹波3Dいちご園のいちご狩り



「アツカイ! アリシャス! ダイスキ!」をコンセプトに大粒4種類(かおり野、とちおとめ、紅ほっぺ、おいCベリー)のいちご狩りが楽しめる。高床式栽培なので、立ったままでそのまま新鮮ないちごが食べられる。販売に限り、白いちごも購入可能。

時期: 1月上旬～5月末 丹波市氷上町新郷1174-1
予約制60分(電話予約: 0795-86-8070)
<http://www.gyosai.net/>

丹波市へのアクセス

電 車: JR大阪駅から福知山線柏原駅まで 約80分 JR三ノ宮駅から福知山線柏原駅まで 約100分

車: 中国自動車道 中国吹田ICから舞鶴若狭自動車道 春日ICまで約60分
阪神高速新神戸トンネルから舞鶴若狭自動車道 春日ICまで約60分

発 行: 丹波市 丹波市氷上町成松字甲賀1番地
問合せ: 0795-82-1001(平日8時半～17時15分) <https://saturdaytamba.com/>
編集・制作: 株式会社シティライフNEW

