

カラダもココロも健康に!

# 芸術探索 飛驒の秋

～紅葉も運動もまとめて楽しんじゃおう編!～



## ワオルト健康ウォーキング

飛驒市の豊かな自然を生かし、血圧や脈拍、体表面温度を測定し無理なく楽しく歩くウォーキング。



☎0577-62-8030(4月～12月)  
✉hida.kurort@gmail.com



### レールマウンテンバイク Gattan GO!!

神岡町内の景色を見ながらゆったりと進む「まちなかコース」と、大きな橋や鉄橋を渡り渓谷沿いの自然を見ながら進むスリル満点の「渓谷コース」。秋は美しい紅葉の中を進んでいく。

☎090-7020-5852(休:水曜日)

大自然の中を進むのは  
気持ちがいいよー!

廃線になった線路なので  
こんな写真も撮れちゃう!

のんびり楽しむ♪

### まちなかコース

☉飛驒市神岡町東雲  
(JR飛驒古川駅より車で約30分)



スリル満点!

### 渓谷コース

☉飛驒市神岡町漆山  
(JR飛驒古川駅より車で約60分)



## 安峰山の雲海

気軽に自然を楽しむことができる展望台が人気。秋の朝霧の立つ早朝には雲海を望むことができる。午前10時を過ぎると少しずつ朝霧が晴れ、眼下に古川盆地が現れる。

☉飛驒市古川町上気多  
(JR飛驒古川駅より車で登山口まで約10分)  
※駐車スペースあり  
☎0577-73-7463



雲海の中も  
散策できちゃよ!



## 天生県立自然公園

広葉樹の種類が豊富で色鮮やかに紅葉が楽しめる。「森弁」を持って地元の味を大自然の中で堪能しよう!

☉飛驒市河合町天生(JR飛驒古川駅より車で約50分)  
河合橋より国道360号線を白川郷方面へ車で約30分  
☎0577-65-2211(平日のみ)

散策のお供に!

### 飛驒の森弁

飛驒の森歩きを楽しむ人のために作られる、飛驒の食文化の伝統と風土の特徴を活かしたお弁当です。

北飛驒の森を歩こう!

飛驒市の自然情報はこちら!

<http://hidamoriaruki.com/>



カメラ片手に手軽に楽しむ

# 紅葉さんぽ



### 藤波八丁

清流高原川にかかる赤い藤波橋と紅葉の色合いが見事。高原川の渓谷の深い色に反射する様子も美しい。

☉飛驒市神岡町朝浦



### 福全寺跡の大イチョウ

瀬戸川と白壁土蔵街の美しさを引き立てる、推定樹齢700年以上の大イチョウ。鮮やかな黄色が白壁によく映える。飛驒の匠文化館2階から眺める瀬戸川沿いの紅葉が穴場!

☉福全寺跡(飛驒の匠文化館)飛驒市古川町志之町10-1  
(JR飛驒古川駅より徒歩で約10分)  
☎0577-74-1192  
10月中旬～11月中旬予定



### 宮川町種蔵地区

棚田と石積み、周囲に点在する板倉を含めた景観はまさに日本の原風景。「板倉の宿種蔵」では宿泊ができ、スローライフを体験できるのでチェックしてみよう。

☉飛驒市宮川町種蔵(JR飛驒古川駅から車で約40分)  
☎0577-63-2888(板倉の宿種蔵)

飛驒での宿泊は、  
飛驒宿手帖を  
チェック!



食欲の秋!!  
飛驒の美味しい

## 新蕎麦特集!!

### そば処すごう

店舗横の畑で作られた蕎麦粉を使って作られた「挽きたて・打ち立て・茹でたて」にこだわったざる蕎麦がおすすめ。

☉飛驒市古川町数河1885-1  
☎0577-75-2115



### 蕎麦正なかや

秋はえごまのシーズン。飛驒では「あぶらえ」と呼ばれ昔から親しまれています。新そばとえごまの香りを楽しんで。

☉飛驒市古川町三之町1-16  
☎0577-73-2859



### 福全寺蕎麦

福全寺蕎麦のカレー南蛮は野菜たっぷりでダシが効いて温まる。ハラル、ビーガン、素食などの食事対応も。

☉飛驒市古川町志之町10-1  
☎0577-73-3340



### めん処ぼりのうえ

大きな海老天ぶらが人気のそばは写真映えもよく食べ応えも満点!そばだけでなくうどんも評判。

☉飛驒市古川町上町1300-1  
☎0577-73-2950



### JAひだ特産加工センター



良質なりんごを丸ごと搾りました。飛驒りんごを30%以上使用した、豊かな風味とみずみずしさが味わえるジュースです。

☉飛驒市古川町上野550番地1 ☎0577-73-5113

## 仕込みたてのフレッシュな美味しさ 飛驒の新酒飲み比べ!

飛驒の有名な造り酒屋のそれぞれの味を巡ってみては?



蒲酒造場  
☉飛驒市古川町志之町6-6  
☎0577-73-3333



渡辺酒造店  
☉飛驒市古川町志之町7-7  
☎0577-73-3311



大坪酒造店  
☉飛驒市神岡町朝浦557  
☎0578-82-0008



のぞき見ポイント!

### 緑の杉玉は 新酒の合図!



茶色くなった杉玉が新しい緑のものに付け替えられたら新酒が出来上がったサイン。酒蔵の前で、ぜひみてみよう!



### 飛驒のお米お取り寄せ!

四方を山に囲まれた盆地で中央には清流宮川が流れているこの地形こそがおいしいお米の秘密。米・食味分析鑑定コンクールでは日本中から約5,700品が出品された中で金賞を受賞した、知る人ぞ知る極上のお米。

☉飛驒市古川町谷250-1 ☎0577-75-3201

