

MIYAGASE TRIP GUIDE THE BASE

宮ヶ瀬湖周辺地域観光ガイドブック



HOT SPRING!

親子で楽しむ冒険探検！
舞台は宮ヶ瀬！



ATV!



COURMET!



BABY CUG!



ACTIVITY!

プロモーション動画も
絶賛配信中！
Check!



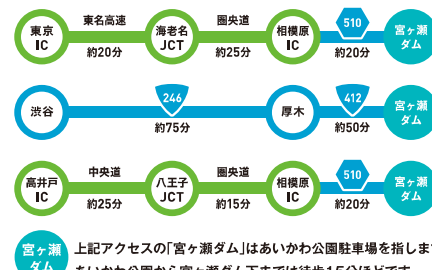
THE BASE
MIYAGASE TRIP GUIDE

発行/ 神奈川県環境政策部 土地水資源対策課 〒231-8588 神奈川県横浜市中区日本大通1 電話 045-210-3124

ACCESS



東京都内から



横浜から



山梨から

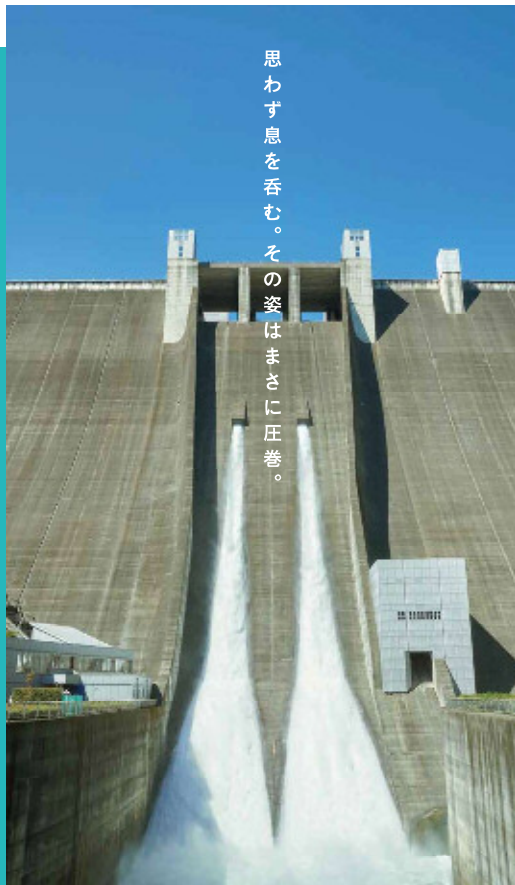


埼玉から



※掲載の情報は2018年10月現在のものです。イベントの内容や情報等に変更になる場合がございますので、ご利用の際に予め施設等にご確認ください。
※年末年始の休業に関しては施設等へお問い合わせください。
※記載の利用料金等は税込み価格です。※マップ・画像はイメージです。

MIYAGASE WATER TRIP



思わず息を呑む。その姿はまさに圧巻。



湖上できらめく親子の笑顔。



おいしい空気も、ごちそうのひとつ。



温泉で心とカラダを解放。特別な親子の時間。

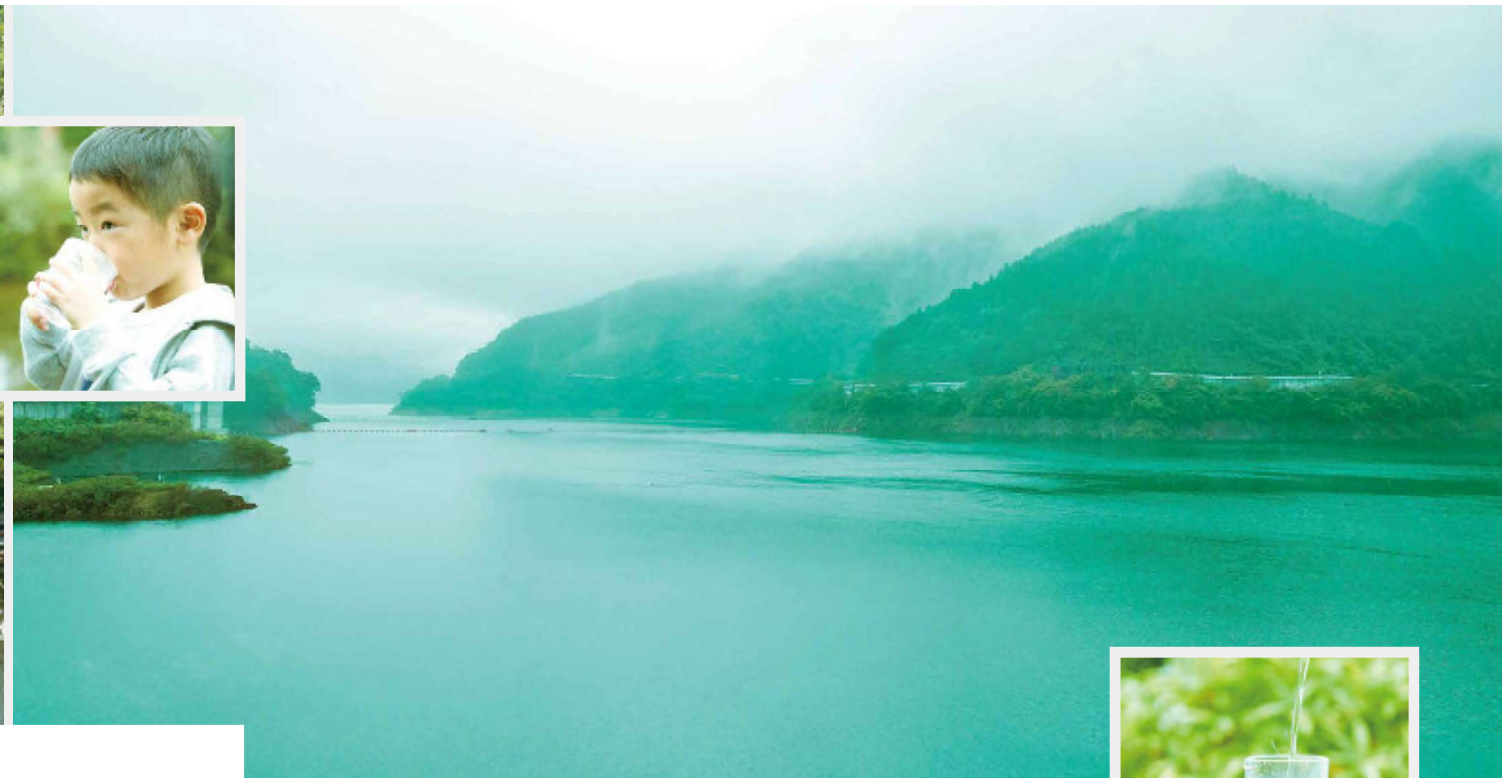
ADVENTURE and GROWTH

冒険と成長。それが宮ヶ瀬で紡ぐ親子時間。

Contents

- 03 | 宮ヶ瀬ダムの役割
- 05 | 宮ヶ瀬エリアで暮らす人々の声
- 07 | ダムマニア宮島が語る
- 09 | 宮ヶ瀬エリアマップ
- 11 | 父と息子の宮ヶ瀬タイム [アクティビティ編]
- 13 | 父と息子の宮ヶ瀬タイム [プレイ編]
- 15 | 父と息子の宮ヶ瀬タイム [リラックス編]
- 17 | 今度はママも誘って宮ヶ瀬フォトジェニックススポット

ずっと遠くに行かなくても、「ここだけの体験」を満喫できる宮ヶ瀬エリア。
ここだけでしか嗅げない木々の香り。ここだけでしか触れられない水の滑らかさ。
ここだけでしか味わえない空気。ここだけでしか聞こえない自然が奏でる音。
さあ、とっておきの旅のはじまりです。



宮ヶ瀬ダム役割

洪水調整、発電、そして大切な水道水を確保します。

朝起きてから夜寝るまで、私たちの暮らしに水は不可欠な存在です。「飲み水」としてはもちろん、歯磨きや洗顔、料理など、文化的な生活を営むために、毎日多くの水が必要としています。

「水に恵まれた日本」とよく言われています。しかし、歴史を振り返ると、日照りが続き水不足に苦しんだり、逆に大雨による河川の氾らんによって災害が起きたりと、水は私たちを悩ませるものでもありました。そこで、私たちの暮らしと安全を守るために、ダムが必要となるのです。

宮ヶ瀬ダムは、東京都心から約50キロメートルという近さにある、首都圏最大級のダムです。2001年に相模川に注ぐ支流のひとつ、中津川に完成しました。取水できる水は1日最大130万立方メートル。宮ヶ瀬ダムの水を給水する区域は16市5町、神奈川県全体の3分の2の地域に及びます。

また、ダムからの放流水を利用して、2つの発電所でそれぞれ最大出力2万4200キロワット、1200キロワットの発電をしています。

さらに、周辺の恵まれた自然環境と、首都圏から日帰り圏内というロケーションから、年間を通じてたくさんの人々が訪れる人気の観光スポットとしても知られています。宮ヶ瀬ダムは、地域の人々にとってかけがえのないダムとして、多くの役割を果たしているのです。

MIYAGASE DAM

宮ヶ瀬ダムを知る。それは、神奈川の水の故郷を巡る旅。

私たちが毎日安心して水を飲めるのは、水源地域の環境がきちんと守られているから。

宮ヶ瀬の豊かな自然と人の知恵が詰まったダムには、様々なストーリーがあります。

少しだけダムの役割を知ってみませんか？

YAMAGUCHI Masaaki

「清川恵水ポーク」山口養豚場

山口昌興さん

やまぐちまさあきさん
有限会社山口養豚場 代表取締役、神奈川県内でも一番の規模を誇る山口養豚場の2代目オーナー。清川恵水ポークは「道の駅 清川」で販売されているほか、清川村内のレストランでも味わえます。

宮ヶ瀬の豊かな

MIYAGASE

地元根付く「宮ヶ瀬の水」

な水の恵み。

WATER Voice

OHYA Shunsuke

大矢孝酒造8代目 大矢俊介さん

おおよしゆんすけさん
日本酒「残草蓬萊」、「昇龍蓬萊」を醸している。大矢孝酒造の8代目蔵元、蔵を訪れての直接購入も可能。

8:00~17:00 日曜日・祝日
神奈川県東部駿河川町田代521
046-281-0028 31台

と共に支え合う文化と産業

宮ヶ瀬の水で美味しい酒を造る。

良い酒は良い水から

文政13年（1830年）創業、樹齢400年もの木立に囲まれた老舗酒造の8代目であり、気鋭の若手蔵元として注目の大矢俊介さん。蔵は丹沢水系の豊富な伏流水に恵まれた山間部に位置し、全国でも珍しい純米酒のみを醸す酒造です。

美味しいお酒が出来上がる要素の一つが、良い水がふんだんにあること。「日本酒の80%は水でできています。さ

水で変わる味わい

水は、含まれる成分によって色々な違いがあります。特に日本酒造りに使用される場

らに、酒を造るまでの過程である仕込みにも、莫大な量の水を使っています。酒造りにとって、水は本当に大切なものなんです。と大矢さん。蔵に隣接したご自宅でも天然水を飲み水や生活用水に利用している、豊かな水源の恵みを日々感じ取っているそう。

合にはその水の「硬度」が何度なのかという点が重視されます。「ここで使っている水は、中硬水。面白いのは、季節によって硬度が微妙に変わること。冬は高めですっかりとした味わい、春を過ぎるとミネラル度が下がり、やわらかい風味の軟水に近くなります」。米と同じくそれ以上に酒造りに重要な水。日本酒の味わいを決定付ける要因と言っても過言ではないかもしれません。

宮ヶ瀬の水で健康な豚を育てる。

自然の恵みが育む豚

神奈川県が誇るブランド豚として、知る人ぞ知る「清川恵水ポーク」。神奈川県唯一の村である清川村でのびのびと育った豚は、やわらかい肉質と上品な甘みが特徴。グルメも唸る清川恵水ポークは、この土地ならではの豊かな自然の恵みと、品質に対する生産者の強いこだわりによって育まれました。

「清らかな水と自然豊かな環境の中で育った豚を、清川村の特産品に。そんな思いから生まれたブランドです」。山口養豚場のオーナー、山口昌興さんは、清川恵水ポークの開発当時の思い出をそう語ってくれました。丹沢三峰を望む、雪解け水が流れる大自然と澄んだ空気に囲まれた地に建つこの養豚場では、自然の勾配を利用した解放式豚舎を採用。太陽の光が十分にあたり、豚にストレスをかけない環境がつけられています。

決め手は美しい水

そして、丹沢山地を望む清川村はその名の通り清く澄んだ水が村の魅力の一つです。清潔で広々とした豚舎、良質な飼料へのこだわりなど美味しさをつくるポイントはいくつもありますが、やはり水が最大の決め手。豚たちは丹沢山系の清涼かつミネラル分の豊富な天然水をたくさん飲んで育っているの、それが肉質に大きく影響しています。豚にとっても人にとっても、水は大切な存在です。



ダムマニア 宮島が語る。

心ふるわせる宮ヶ瀬ダムの魅力 初ダムを体験したい人は、まずは宮ヶ瀬ダムへ

これからダム巡りを始める人は、まず宮ヶ瀬ダムに行ってみよう。宮ヶ瀬ダムは、使用されたコンクリート量日本一、そして国内第6位の高さという高スペックを誇る。下流側からダムを眺めると、よくこんな大きなものを人間が造ったと感心させられる。さりげなく散りばめられた意匠にも注目。本来ダムは機能重視で外観には無頓着なもの。しかし宮ヶ瀬ダムは違う。堤体下流部に施された縦のライン。キューブ型のデザインで統一された取水塔やエレベーター室。コンクリートの堅苦しさを打ち消すかのように美しく弧を描く導流壁付近——ここに挙げた例はほんの一例。まだまだスタイリッシュな意匠が隠されているのぜひ探してみよう。

そんな宮ヶ瀬ダムは、ダム初心者から、ダムをくまなく見尽くした上級者まで、誰をも楽しませてくれるダムなのだ。

MIYAJIMA Saki

ダムマニア 宮島咲さん

みやじまさきさん
1972年東京都生まれ。老舗割烹料理店「割烹三川家」を営む傍ら、ダムマニアとしてテレビやラジオなどに多数出演。日本ダム協会認定元ダムマイスター。日本ダムカレー協会主宰。著書に「ダムカード大全集」(スモール出版)、「ダムマニア」(オーム社)など。ウェブサイト「ダムマニア」管理人。http://dammania.net/

全国第6位の高さ

基礎地盤から堤頂までの高さは156mで全国で第6位(重力式コンクリートダムとしては全国第2位)。RCD工法を採用したダムとしても最大級。

天端側水路を採用

ダムの堤体頂上付近に、通常使用されることはない天端側水路形式の非常用洪水吐設備を備えた珍しい構造。湖側に15門、下流側に3門が並ぶ。

首都圏屈指の多目的ダム

2001年(平成13年)竣工の重力式コンクリートダム。首都圏最大級の特定多目的ダムで、水道水の確保や治水、水力発電などさまざまな役割を担う。

観光放流

放流量が1秒間に30m³。放流時間は6分間にあふ。3、4月から11月まで、毎週水曜日、第2日曜日、第2・4金曜日に行われている。

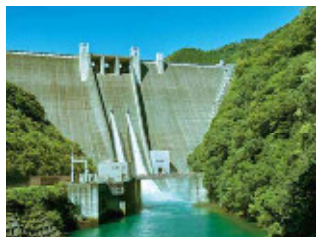
MIYAGASE Dam Spec

ダムマニア宮島咲氏が語る宮ヶ瀬ダムのアレコレ



もう一つのダム「石小屋ダム」

宮ヶ瀬ダムの下流にあり、石垣を模した独特の形状が印象的。宮ヶ瀬ダムの水量を受け止めるため、副ダムとしては他に例のないほど大きく、副ダムなのに単体のダムとして扱われている。



ビッグイベント「観光放流」

定期的な観光放流が行われているダムは日本では少なく、もちろん首都圏では宮ヶ瀬ダムが唯一。その水量は毎秒30m³、流れ落ちる落差70mのダイナミックな放水は何度見ても迫力満点。※12〜3月を除く



ダムといえば「ダムカレー」

水とエネルギー館内の「レイクサイドカフェ」で食べることができる宮ヶ瀬ダム放流カレー(詳細P17)と、「宮ヶ瀬Resort 旅館みはる」の宮ヶ瀬ダムカレーの2種類のダムカレーがあり、食べ比べを楽しめる。



「渴水知らず」の神奈川県民

近年、深刻な水不足が関東を襲い、各地で取水制限が行われた。しかし神奈川県だけはそこまで水不足で苦しんだことはない。それは宮ヶ瀬ダムの膨大な貯水量のおかげ。神奈川県民の生活を陰ながら守っているのだ。



迫力のパノラマ「インクライン」

工事に活躍したダンプトラック搭載型インクラインの一部を活用したケーブルカー。最大傾斜角は35度もあり、ちょっとしたアトラクション並み。車窓からの迫りくるようなダムも見ごたえあり。



その貯水量はまるで「四次元ポケット」

宮ヶ瀬ダムの大容量を活かすため、隣の道志川から水を誘導する導水路と呼ばれるトンネルをつくり、容量の少ない近隣のダムの代わりに水を貯めたり、逆に水を送り返したりして水を有効利用している。



鳥居原エリア

四季折々の美しい景色が自慢の鳥居原エリア。宮ヶ瀬湖を見渡す風景は、時間を忘れて眺めていられます。ふれあいの館では農産物直売所があり、「安心・安全」をモットーに地域の野菜や特産品などを販売しています。手作りの工芸品や手芸品の展示即売会も開催。手回しの製紙機（せいちゅうき）で組みひもづくりも体験できます。



③鳥居原ふれあいの館

⑨9:00～17:00 火曜日（祝日を除く）、12/28～1/4※11月は無休 ④042-785-7300
②神奈川県相模原市緑区鳥居原1674 ①170台※無料



宮ヶ瀬湖畔エリア

②小中沢駐車場344台、水の郷駐車場240台
※平日のみ無料（夏休みとクリスマス期間除く）

絶景スポットが各所に広がる宮ヶ瀬湖畔エリア。湖面を歩くような気分になれる「水の郷大吊り橋」は、春の「宮ヶ瀬桜まつり」開催時には橋の周辺に桜が咲き誇る美しい景色が広がります。冬になると「宮ヶ瀬クリスマスみんなのつどい」が開催され、高さ約30mの自生モミの木が巨大なクリスマスツリーに変身するのも見どころです。



⑭宮ヶ瀬桜まつり

④4月上旬～中旬 ②イベントにより異なる
④046-288-1223（宮ヶ瀬水の郷観光協同組合）
②神奈川県愛甲郡清川村宮ヶ瀬940-5（宮ヶ瀬湖畔園地、宮ヶ瀬水の郷商店街）



⑮水の郷大吊り橋

⑨9:00～17:00 ④046-288-1211（清川村役場）
②神奈川県愛甲郡清川村宮ヶ瀬

⑯宮ヶ瀬クリスマス みんなのつどい

④11月下旬～12月下旬 ②17:00～22:00点灯 ④046-210-3226（宮ヶ瀬水の郷イベント実行委員会事務局）
②神奈川県愛甲郡清川村宮ヶ瀬940-5



MIYAGASE LAKE AREA GUIDE MAP & LANDSCAPE

ダムサイト・ あいかわ公園エリア

ダムや水資源について楽しく学べる体感型の施設「水とエネルギー館」をはじめ、宮ヶ瀬ダム観光放流の見学拠点となっているダムサイト・あいかわ公園エリア。春には約40種・4万本のつつじが色とりどりの絶景を見せる「あいかわ公園つつじまつり」を開催するほか、戦国絵巻を再現した「三増合戦まつり」が愛川町で開催されます。



⑪宮ヶ瀬ダム 水とエネルギー館

⑨9:00～17:00（12月～3月は10:00～16:00）※入館は開館の30分前まで ②月曜日（祝日の場合は翌日）、12/29～1/3 ④入館無料
④046-281-5171 ②神奈川県愛甲郡愛川町半原5423（県立あいかわ公園）
②南駐車場451台、北駐車場206台※つつじまつり期間有料

⑫あいかわ公園 つつじまつり

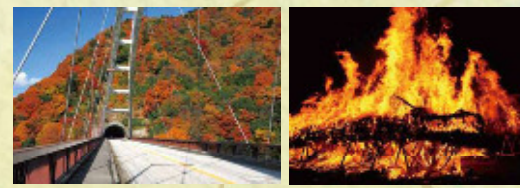
④4月下旬 ②10:00～15:00 ④046-285-2111（あいかわ公園つつじまつり実行委員会（愛川町商工観光課内））
②神奈川県愛甲郡愛川町半原5423（県立あいかわ公園）
②南駐車場451台、北駐車場206台※つつじまつり期間有料

清川・厚木エリア

県道64号を清川村・厚木市方面へ向かう途中にある「大棚沢橋」は紅葉の絶景スポットとして知られています。清川村で夏に行われる伝統の祭り「青龍祭」の燃え盛る二頭の龍は圧巻。また、大自然を間近で体験できるスポットとして人気の巨大な一枚岩「滑岩」もおすすめ。遊んだ後は飯山温泉郷や東丹沢七沢温泉郷でゆっくり体を癒して。

飯山温泉郷・東丹沢七沢温泉郷

詳しくはP15をご覧ください。



⑬大棚沢橋

④046-288-3600（みやがせミヤギ）
②神奈川県愛甲郡清川村宮ヶ瀬 ④大棚沢広場駐車場15台※無料※駐車場より徒歩約5分

青龍祭

④6月上旬 ④046-288-1211（清川村役場）
②神奈川県愛甲郡清川村宮ヶ瀬 ④1518-2（運動公園）ほか ④清川村役場周辺の駐車場を利用※駐車場より徒歩約20分



東丹沢七沢温泉郷



飯山温泉郷



なめりい
滑岩

④046-248-1102（東丹沢七沢観光案内所）
②神奈川県厚木市七沢 ④広沢寺前駐車場約50台※無料※駐車場より徒歩約10分



三増合戦まつり

④10月 ④046-285-2111（愛川町商工観光課）
②神奈川県愛甲郡愛川町三増1183-3（三増合戦場跡周辺）
②臨時駐車場あり





周辺アクティビティ情報

1 宮ヶ瀬湖カヌースクール Miyagase Lake canoe school



インストラクターが随行してくれるので初心者でも安心。野鳥を間近に観察しながら憧れのカヌー、SUP体験を。

■5月、夏休み期間～10月
□10:00～15:00
■1,000円/60分(保険料含む)
■046-288-3600(みやがせミーヤ館)
■神奈川県愛甲郡清川村宮ヶ瀬940-4
■小中沢駐車場344台、水の郷駐車場240台
※平日のみ無料(夏休みとクリスマス期間を除く)

2 グラスライダー®&セグウェイツアー in 宮ヶ瀬湖畔園地 Miyagase Lakeside Park



全長83メートルもあるグラスライダー®はスピード感抜群。園内を巡るセグウェイツアーとともに人気のアクティビティ。

グラスライダー
□(4～11月)10:00～16:00 (12～3月)10:00～15:00
■500円/30分
セグウェイツアー
□土・日・祝日の10:00～11:30、14:00～15:30
■3,500円(16歳以上)
■046-288-3600(みやがせミーヤ館)
■月曜日(月曜日が祝日の場合は火曜日)
■神奈川県愛甲郡清川村宮ヶ瀬940-4
■小中沢駐車場344台、水の郷駐車場240台
※平日のみ無料(夏休みとクリスマス期間を除く)

3 県立あいかわ公園 Prefectural aikawa park



アスレチックや水遊びが楽しめるレジャーエリア。見晴らしのよい「風の丘」や森の中を散歩できる「自然観察林」も。

□(4～9月)8:30～18:00 (10～3月)8:30～17:00
■046-281-3646(あいかわ公園パークセンター)
■神奈川県愛甲郡愛川町半原5423
■南駐車場451台、北駐車場206台
※夏休み期間有料

MIYAGASE STYLE_1 Let's Activity

思い出に残るネイチャー体験を。

好奇心を刺激するアクティビティ。

宮ヶ瀬には非日常体験のスポットが盛りだくさん！



カラダを動かし
宮ヶ瀬を体験。

美しい山なみ、山々から流れる清らかな川、美しい水をたたえる湖。そんな雄大な自然を活かした体験型レジャースポットが宮ヶ瀬湖周辺エリアにはたくさん揃っています。自然をもっと有意義に、感動的に味わってみませんか。

宮ヶ瀬湖東側の河岸段丘に広がる県立あいかわ公園は、壁の迷路巨大ツリーなどの各種アスレチック設備を集めた「冒険の森」をはじめ、体を使ってアクティブに遊べる施設がいっぱい。1日では遊びきれない遊具の数々が、ファミリーフレンドリーなスポットです。

湖の北側に広がる宮ヶ瀬湖畔園地は、カヌースクールでの湖上散策や、湖に飛び込むような感覚を楽しめるグラスライダー®が大人気！広大な敷地内で、セグウェイに乗れば、清々しい風を全身に浴びながら美しい風景を満喫できます。

行って「楽」体感しよう！

宮ヶ瀬エリアには、キビタキをはじめ貴重な野鳥が多数生息。高く澄んだ鳴き声が聞こえたら、日本三鳴鳥としても知られているオオルリが近くにいるかもしれません。



遊びで親子の絆を深めよう！

思いっきり笑って、思いっきり遊ぶ。
心に刻む宮ヶ瀬でのたくさんの思い出。

自然とふれあい
ながら遊ぶ。

自然とふれあう機会が少なくなりつつある今、非日常である野山は、子どもにとっても大人にとっても最高の遊び場。木立や草原でくつろいだり、色鮮やかな花を眺めたり、昆虫や生き物を探したり、好奇心旺盛な子どもたちとアウトドア時間を過ごせば、親子の絆も深まります。

宮ヶ瀬湖畔園地のバーベキュー場なら必要な物がすべて揃っているので、アウトドア初心者でも手軽にチャレンジできます。お肉はもちろん地元名産の清川恵水ボーク。

色々な乗り物が揃うのも宮ヶ瀬の魅力。遊覧船ミーヤ丸は、30分の遊覧コースがあり宮ヶ瀬湖の自然環境を水面から眺めることができます。宮ヶ瀬ダムの上下を結ぶインクラインは、最高35度の急勾配を片道4分で進みます。窓から眺める巨大ダムの景色は必見です。

子どもにとっては、すべてが冒険！記憶に残る1日がきっと過ごせます。

周辺おすすめ情報

1 宮ヶ瀬ダム インクライン Miyagase dam incline



傾斜角度は30～35度。スキージャンプ台と体感的に同じくらいの急勾配が醍醐味のケーブルカーです。

- 12～3月の第3金曜日までは土・日・祝日のみ
- 10:00～16:45
- GW、夏休みを除く月曜日と祝日の翌日
- 大人往復300円/片道200円 ※子供は半額
- 046-281-5171 (宮ヶ瀬ダム水とエネルギー館)
- 神奈川県愛甲郡愛川町半原5157
- 3台
- ※4～11月の土・日・祝日、GW、夏休み期間は利用できません。

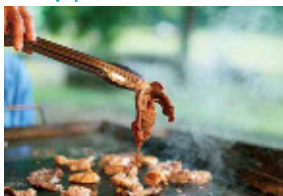
2 遊覧船「ミーヤ丸」 The pleasure boat "Miya-maru"



宮ヶ瀬湖畔エリア、ダムサイト・あいかわ公園エリア、鳥居原エリアを結ぶシャトルコースのほか、約30分の遊覧コースも。

- 土・日・祝日・観光放流日、GW、夏休み期間
- 9:50～16:25
- シャトルコース/ (宮ヶ瀬ダムサイト往復)
- 大人1,000円、子供500円ほか
- 遊覧コース/ (宮ヶ瀬発)
- 大人1,200円、子供600円
- 046-288-3600 (みやがせミーヤ丸)

3 宮ヶ瀬湖畔園地 ピクニック広場バーベキュー場 Miyagase Lakeside Park



食材、鉄板、炭、取り皿などがすべて揃っており、手ぶらでBBQを楽しめます。屋根つきの施設もあり雨でも安心。

- 3月中旬～11月中旬
- 11:00～15:00
- 2,500円～/1人前
- 046-288-1223 (宮ヶ瀬水の郷観光協同組合)
- 神奈川県愛甲郡清川村宮ヶ瀬940-5
- 小中沢駐車場344台、水の郷駐車場240台
- ※平日のみ無料 (夏休みとクリスマス期間を除く)



行って「見て」体感しよう！

宮ヶ瀬湖畔園地にある、水の郷大噴水「虹の妖精」は11時と13時の2回、クラシック音楽に合わせて吹き上がります。その高さは圧巻の約30m！



MIYAGASE GOURMET_1

地元の野菜やお肉を使った料理を出してくれるレストランやお土産屋さんなどが連なる水の郷商店街。ここで長年店を構えるのは、清川恵水パークのあまりの美味しさにメニューをリニューアルし、専門店になってしまったという店。ジュシーな肉汁まで美味しいパークソテーやハンバーグなど、多彩なパーク料理が味わえます。

丸太小屋レストラン ひんする

Binzuru

「清川恵水パーク」料理を堪能

古い電柱を再利用して、マスターが手作りのログハウスレストラン。地元の人に長年愛されるオリジナルメニューも充実。

□11:00~21:00(L.O.20:30) □木曜日、第1・3水曜日
 □フォレストハンター900円ほか □046-288-1648
 □神奈川県東部清川村宮ヶ瀬940-25
 □小中沢駐車場344台、水の郷駐車場240台
 ※平日のみ無料(夏休みとクリスマス期間を除く) ※駐車場サービスあり



疲れた身体を癒す時間

宮ヶ瀬で遊び尽くしたら
温泉とグルメでパワーチャージ!

こちらもオススメ!



菓匠土門 本店

愛川の水と町内産の新鮮なたまごを使ったどら焼きや、こだわりの手作りもなかなどが人気の1967年創業の手作り和菓子店。

□平日9:00~19:00、日曜9:00~18:30
 □どらやき200円ほか □046-285-1790
 □神奈川県東部愛川町角田261-3
 □7台 ※普通車 ※無料



きよりゅんあいす

清川村でとれるお茶を粉末にしてたっぷり入れたアイス。軽い味わいでさっぱりいただけます。「きよりゅん」は清川村のマスコットキャラクターのこと。

道の駅 清川

□10:00~18:00 □1/1~1/3
 □250円 □046-288-2700
 □神奈川県東部清川村藤ヶ谷2129 □70台 ※無料

MIYAGASE GOURMET_2



オギノパン

Ogino Pan

熱々のパンが買える工場直売店

職人が手包みする丹沢あんぱんは、期間限定品も合わせて10~12種類から選べます。ほかに季節感のあるパンが各種勢ぞろい。

□9~11月9:30~18:30 (12~2月)9:30~17:30
 □丹沢あんぱん150円~ほか □042-780-6121
 □神奈川県相模原市緑区長竹2841
 □70台 ※無料

丹沢山系にちなんで作られた「丹沢あんぱん」と、神奈川フードバトルinあつぎで2年連続金賞を受賞した「あげぱん」で知られるパン屋さん。ここは2010年にオープンした工場兼直営店で、朝早くから焼き立てのパンを求めて多くの人が訪れています。地域の学校給食用のパンがつくられる工程が気軽に见られる工場見学や、不定期で開催されるパン教室も人気。

名湯で親子の心も解きほぐす。

家族とはいえ、子供と大人では興味も楽しみ方も違うもの。一緒にのんびりした時間を過ごすために、お風呂も兼ねて日帰り温泉に立ち寄ってみては。湯につかってほっこりしたり、畳のお部屋で足をのばしてのんびりしたり、四季のうつろいを身近で感じつつ日常の喧騒から離れた時を楽しみましょう。

宮ヶ瀬湖から車で20分ほど、東丹沢山麓の豊かな自然が迎えてくれる地には、「東京の奥座敷」と呼ばれ江戸末期頃から親しまれてきた名湯が点在しています。お湯がやわらかく身体への刺激も少ない、入心地のよい湯が特徴。泉質は強アルカリ性で、肌がツルツルになることから「美肌の湯」としても人気です。

親子水入らずで温泉を楽しんだら、お部屋で山あいの野趣あふれる料理に舌鼓。秋冬は低カロリーでも魅力の湯どころです。

飯山温泉郷・東丹沢七沢温泉郷

Iiyama hot spring Higashitanzawananasawa hot spring

山裾に閑静な佇まいを見せる旅館が並び、情緒ある素朴な情景が広がります。宿泊だけでなく立ち寄り湯として温泉を開放する宿も多く、名湯と豊かな山の恵みを味わえます。湯は「美人の湯」「美肌の湯」として知られ、保湿効果の高いぬめりのある肌触りが特徴。

□046-240-1220
 (一般社団法人厚木市観光協会)

撮影協力: 飯山温泉 元湯旅館
 しし錦画像提供: 厚木市観光協会



行って触って体感しよう!

飯山温泉郷・東丹沢七沢温泉郷は全国トップクラスの強アルカリ泉。pH値が高いので皮膚の角質が柔らかくなり、肌が滑らかになるため「美肌の湯」と呼ばれています。温泉の滑らかさを体感してください。



FARM

服部牧場

牛や馬、羊たちと触れ合えるレジャー牧場。乳しぼりやバター作りなどが体験できるほか、牧場産の牛乳を使用したこだわりのアイスや手作りソーセージも好評。

☎10:00～17:00(冬季は10:00～16:00) ☒冬季のみ
金曜日(祝日を除く) ☒入場無料 ☒046-281-0917 ☒神
奈川県愛甲郡愛川町半原6087 ☒200台※無料



PARK

神奈川県立 七沢森林公園

広さ約65haにもおよぶ神奈川県屈指の面積を持つ森林公園。バーベキュー、陶芸や木工を楽しめるアトリエ、アスレチック広場などレジャー設備も豊富。

☎駐車場(3～11月)8:30～18:00、(12～2月)8:30～17:00 ☒046-247-9870(七沢森林公園管理事務所) ☒神奈川県厚木市七沢901-1 ☒中央口駐車場83台、第2駐車場29台、北口駐車場38台、第3駐車場52台(繁忙期のみ増設) ※4月～11月の土・日・祝日のみ有料(北口駐車場は通年無料)



HILL

森の展望台

鳥居原園地の遊歩道を進むとあらわれる、知る人ぞ知る絶景スポット。湖の対岸に広がる山々までを一望でき、四季折々の美しい景観が楽しめます。

☎046-288-3600(みやがせミヤカ) ☒神奈川県相模原市緑区鳥居1738-12 ☒170台※無料※利用時間9:00～17:00



CRAFT

工芸工房村

あいかわ公園内にある体験工房。はた織り、藍染め、紙すき、陶芸など、愛川町ゆかりの伝統工芸を、大人も子供も楽しく遊びながら学べる各種体験コースが充実。

☎(4～9月)9:00～17:00、(10～3月)9:00～16:30 ☒月曜日(祝日の場合は翌日) ☒内容により異なる ☒046-281-2436 ☒神奈川県愛甲郡愛川町半原5423 ☒南駐車場451台、北駐車場206台※夏休み期間有料



FLOWER

鳥居原園地 ドウダンツツジ

高台から見下ろす斜面一面に植えられたドウダンツツジが見事。春に咲くかわいらしい白い小花と、紅く色づく秋の紅葉と、一年に2回見ごろを迎えます。

☎9:00～17:00 ☒046-288-3600(みやがせミヤカ) ☒神奈川県相模原市緑区鳥居1674 ☒170台※無料※利用時間9:00～17:00

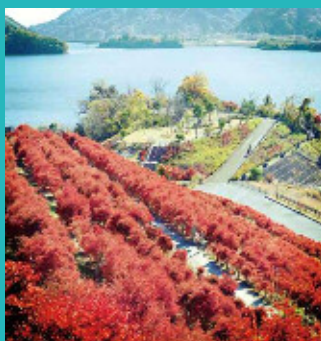


DAM

宮ヶ瀬ダム

新聞社のダムランキングにおいて、黒部ダムをおさえて全国1位を獲得。4月から11月まで行われる観光放流は、毎秒30m³の水が流れ落ちる姿が圧巻。

☎046-281-6911(相模川水系広域ダム管理事務所) ☒(宮ヶ瀬水とエネルギー館)神奈川県愛甲郡愛川町半原5157 ☒(宮ヶ瀬水とエネルギー館)9台※4月～11月の土・日・祝日、GW、夏休み期間は利用できません。



TREE

もみの木

高さ約30mを誇る自生のもみの木。クリスマス期には約1万個のイルミネーションが灯り、多くに人が心待ちにするジャンボクリスマスツリーに様変わりします。

宮ヶ瀬湖畔園地 ☎9:00～17:00 ☒046-288-3600(みやがせミヤカ) ☒神奈川県愛甲郡愛川町宮ヶ瀬940-4 ☒小中沢駐車場344台、水の郷駐車場240台※平日のみ無料(夏休みとクリスマス期間除く)



LUNCH

宮ヶ瀬ダム放流カレー

水とエネルギー館内「レイクサイドカフェ」で味わえる名物カレー。ダムに見立てたライスからソーセージを引き抜くと、ルーが下流側に放流されるという驚きの趣向。

☎11:00～16:00(L.O.15:30) ☒月曜日(祝日の場合は翌日)、12～3月の平日、12/29～1/3 ☒1,000円 ☒046-281-0991 ☒神奈川県愛甲郡愛川町半原5157 ☒9台※4月～11月の土・日・祝日、GW、夏休み期間は利用できません。

