

三重紀北町年末さいながしま港市

■年末の日程：12.15(土)～27(木) ■9:00～14:00

港市が開催される紀北町紀伊長島区は漁港は県下でも有数の水揚高を誇り、新鮮元気の鮮魚や水産加工品が目白押し。関紀北町観光協会 ☎0597-46-3555



尾鷲イタダキ市

■年末年始の日程：12.1(土)・15(土)・1.12(土)

■第1土曜日/9:00～13:00
尾鷲漁港で開かれる朝市。新鮮な海の幸や干物、地元野菜などがそろい、弁当やたこ焼きなどの屋台も。関尾鷲商工会議所 ☎0597-22-2611



SUN! 3! サンデー! ふれあい市

■毎月第3日曜日/9:00～14:00
国道260号沿いの南伊勢町民文化館駐車場にて地場産品を販売。関南伊勢町観光協会 ☎0599-66-1717

古和浦 KFC 土曜日

■毎週土・日曜日、祝日/9:00～15:00
お買い得な南三重の特産品とふれあいの笑顔が絶えない市。関古和浦未来クラブ ☎0596-78-0863

熊野いこらい市

■毎月第4日曜日(7・8月を除く)/9:00～13:00
熊野市木本町の記念通りの木本小学校前の歩道で開催する青空市。地元産品がメインのフリーマーケット。美熊野牛を使った手づくりの「いこらいコロッケ」が人気。関熊野市記念通商店街振興組合 ☎0597-89-4990

あさなぎ市

■毎月第3日曜日/9:00～12:00
熊野市磯崎町の国道311号沿いにある古々路茶屋前で、地元の農産物や加工品などを販売する青空市。関古々路茶屋 ☎0597-89-3918

大宮朝市

■毎週土・日曜/9:00～12:00
地元の季節の野菜がずらりと並び。関道の駅奥伊勢木つつ木館 ☎0598-86-3229

神内子安朝市

■毎月第2・4日曜日/7:00～9:00
神内構造センター前駐車場で地元産品を販売する朝市。関紀宝町企画調整課 ☎0735-33-0334

紀の宝みなと市

■毎月第3土曜日/9:00～12:00
鵜殿港で開かれるみなと市。海産物、農産物、林産物や弁当・惣菜など様々なジャンルの商品がずらりと並び。関紀宝町企画調整課 ☎0735-33-0334

食の風物詩

甘夏園地〈御浜町〉

晩秋には広大なみかん園で甘夏みかんが色づく。周りの山々の緑と一体となった風景は自然の豊かさを感じさせる。「阿田和(みかん園地風景)」は「美しい日本のむら景観百選」にも選定されている。所御浜町阿田和～中直 関御浜町産業建設課 ☎05979-3-0517

サンマのすだれ干し〈東紀州全域〉

初冬から熊野灘の海岸や港ではサンマのすだれ干しが始まる。脂が適度に落ちて身が締まっている。

郷土のおすし紹介

■ツワブキの押し寿司(南伊勢町古和浦)

ツワブキの葉に、味付けされた魚と野菜を乗せて押しただすで古和浦地区だけのもの。ほのかにツワブキの葉の香りがする。

■さんま寿し(東紀州全域)

初冬から春先にかけて、熊野灘でとれる脂肪分の少ないサンマでつく。古来から庶民の食文化として伝承され、全国にファンが多い。

■地魚すし(南三重全域)

熊野灘でとれた旬の地魚を使ったすしは、あじ姿寿司・さば押し寿司・かます姿寿司などいろいろ。味には定評がある。

■押しすし(尾鷲市・紀北町)



お祝いには欠かせない振舞いの押しすしは彩りの美しさが特徴。紀州祝いすしとして「ふるさとおにぎり百選」にも選定されている。

釣り

■熊野灘(磯釣り)

熊野灘の磯は魚種が豊富。磯釣りファンの人気ポイントが沢山ある。遠くは中京や関西圏からの釣り客も多い。尾鷲市では「尾鷲磯釣大会」が1月中旬からおよそ1カ月のロングランで行われる。関尾鷲市商工観光推進課 ☎0597-23-8223

■七里御浜(浜釣り)

熊野市から御浜町・紀宝町にかけての七里御浜は世界遺産に登録されている。この浜からの冬の釣りはグレやアジの大型が狙える。全国でも珍しい砂利浜からのカゴ釣りでトライ。 ※釣りマナーの徹底を!

冬の味覚

■みかん

初冬から春先にかけては最もみかんの種類が多い時期。温州の晩生に始まり晩相類の伊予柑、ぼんかん、デコポン、セミノール、カラなど、いろいろな味覚が楽しめる。

■熊野灘の鮮魚

海は季節ごとに多くの恵みをもたらす。南三重の冬の魚は、ブリ、ボラ、イセエビ、クエ、フグそれにサンマなど魚種が多い。どれも新鮮さが売りで、造り、鍋、焼く、煮るなど幅広く料理ができ旬の味覚を楽しめる。

■サンマ

12月に北の海から南下したサンマが熊野灘に姿を見せる。この時期のサンマは潮にもまれ身が締まり、脂も適度に落ちて、あっさりしている。郷土料理「さんま寿し」ほか、「丸干し」が主流の干物は郷土の味としてファンが多い。

■ブリ

熊野灘には多くの定置網が仕掛けられている。網を上げるのは夜明けで、豊漁に港が活気づく。寒ブリは冬の味覚の横綱。刺身や照り焼きの味は天下一品。

■渡利のカキ



海のミルクといわれるほど栄養価が高いカキ。秋から冬にかけては一段とうまみを増す。生身、鍋、フライと料理の幅も広い。紀北町の「渡利カキ」は当地随一。

■しいたけ

奥伊勢の大自然の中で育ったしいたけ。生しいたけ・干しいたけ共に肉厚で味、香りがよい。

■肉

熊野地鶏、紀の雉、美熊野牛、紀州高原ビーフ、紀州岩清水豚そして七保牛と、南三重には豊かな自然のなかで育てられた肉類が豊富。どれも安心・安全で味にこだわりがある。

ドライブコース

奥伊勢 地場産お買い物&温泉ほっこり

道の駅奥伊勢おおだい→奥伊勢フォレストピア→瀧原宮→道の駅奥伊勢木つつ木館→阿曾温泉→頭之宮四方神社

紀北 町並みと熊野古道の魅力三昧

紀伊長島魚まちの町並み散策→馬越峠→三重県立熊野古道センター→夢古道おわせ

紀南 神秘的な自然に抱かれる

鬼ヶ城→花の窟→七里御浜→熊野倶楽部→丸山千枚田→湯ノ口温泉

温泉・温浴施設

南三重には温泉、海洋深層水のお風呂など、特色のある浴場が多い。お風呂のはしごでいろんな楽しみ方ができる。



奥伊勢フォレストピア宮川山荘 奥伊勢宮川温泉

奥伊勢の自然を満喫する静かな環境が魅力。湧出量が多く保温力と美肌作用にすぐれている。 ☎0120-017-137

阿曾温泉

泉質は温かくまろやか。旧小学校校舎を利用した入浴施設は懐かしさを感じさせる。 ☎0598-84-8080



さいながしま古里温泉

古里海岸近くに湧く温泉。近くに宿泊施設も整い、温泉水が買える「スタンド」もある。 ☎0597-49-3080

湯元山荘 湯ノ口温泉

良好な泉質と源泉かけ流しの豊富な湯量。環境省の「国民温泉保養地」の指定を受けている。 ☎0597-97-1126



有久寺荘 有久寺温泉 ☎0597-47-2661
有久寺薬師堂の下に湧くひなびた温泉。途中の山道は運転注意。

きほく千年温泉 ホテルの座 ☎0597-46-2111
天然温泉の上質な湯もりを季節と共に楽しめる。大浴場・露天風呂・貸露天風呂など多数の浴場がある。

夢古道の湯(海洋深層水) ☎0597-22-1124
熊野灘の深海からくみ上げた深層水のお湯は、早く温まって、冷めにくい。深海の恵みに浸ることができる。

かんぼの宿 熊野 ☎0597-89-4411
浴場からの熊野灘の眺めがすこぶる良い。ゆったり温泉が楽しめる。

熊野倶楽部 湯浴みぼっこ ☎0597-88-2045
ほっこり温まれる湯床。熊野の野草湯やみかん湯など、それに露天風呂と、心と体を癒してくれる。

入鹿温泉 ホテル瀨流荘 ☎0597-97-1180
大自然に囲まれた風情ある温泉。良質の湯に、身も心も癒される。露天風呂から「日本清流百選」の北山川が一望できる。

鉱山乃足湯 ☎0597-97-1114
鉱山資料館の敷地内にある屋根付きの足湯。湯元は入鹿温泉。



お問い合わせ

南三重地域活性化事業推進協議会

http://www.minami-mie.info

- 紀北事務所 〒519-3695 三重県尾鷲市坂城西町1-1 ☎0597-23-3784
- 紀南事務所 〒519-4393 三重県熊野市井戸町371 ☎0597-89-6172

■協力：社団法人中部建設協会