

いしかわ 里山里海 ステイ

TAKE
FREE



がんばろう能登
がんばろう石川

能登半島地震・奥能登豪雨の影響により、休業している店舗等がございます。各店舗等に直接ご確認ください。ご不便をおかけいたしますが、よろしくお願いいたします。



本物の贅沢な時間、体験はいかがですか

Here

里山里海ならではの食文化や伝統文化、伝統技術、美しい景観を体感
奥能登／中能登／金沢近郊／白山麓／南加賀

本当の魅力が見えてくる!

いしかわの 里山里海 スロートーリズム



豊かな食と暮らしを育み、独特の祭礼を受け継ぐ能登。
霊峰白山を敬いながら、たくましく生きる白山麓。

先人の知恵が息づく里山里海の暮らしは古き良き日本が
感じられる魅力にあふれています。

囲炉裏を囲んで楽しむジビエや山菜料理は何よりのごちそう。
陽が落ちれば手が届きそうな満天の星空。

旅を通して土地の人たちと一緒に“里山里海の日常”を
過ごせば、心が満ち足りてくるはず。

農家民宿での田植えや稲刈り、キノコ狩り、
素朴なものづくりなど貴重な体験プログラムも用意しています。

2泊、3泊と長めに時間をとって、明日からの生き方が
ちょっと変わってしまうような心豊かな旅をしてみませんか。



contents

- [特集] 1 農家民宿に泊まろう →P03
- [特集] 2 奥能登で感じる里山里海めぐみ →P08
- [特集] 3 能登島“まあそい”時間 →P10
- [特集] 4 海と山とが楽しめる・七尾大呑 →P12
- [特集] 5 外浦でやすらぎのひとときを・志賀 →P13
- [特集] 6 どぶろくと織物の町・中能登 →P14
- [特集] 7 霊峰白山と生きる・白山麓 →P15
- [特集] 8 雪山の暮らしに心洗われる・白峰 →P16
- [特集] 9 農村文化を新しいカタチで発信・小松滝ヶ原 →P17

石川県を5つのエリアに分けて、それぞれの里山里海体験を紹介

奥能登／P18 中能登／P25 金沢近郊／P28
白山麓／P31 南加賀／P35



スロートーリズム総合サイト～時をいただく賛沢～
<https://slow-tourism.jp>

農家民宿に泊まろう

田舎の親戚んちに

遊びに来たような、

ほっこりステイ



農家民宿は
里山の暮らしを
体感できる宿。

囲炉裏端でゆったりくつろぐのもよし、体験に参加して汗を流すもよし。緑の山と田畑が広がる空間には、街では得られない新鮮かつどこか懐かしい時間が流れています。



滋味あふれる
農家ごはん



ご飯はかまど炊き。
未来さんに教えて
もらいながら一緒に
炊く体験も可

米作り農家の家族が 迎えてくれる宿

のとごはんのうじょう 暮らしのやど じろざみ
能登ごはん農場暮らしの宿 じろざみ

七尾市矢田町の田園が広がるエリアに「能登ごはん農場暮らしの宿 じろざみ」があります。1日1組、まるごと1棟貸しの宿です。

なんといっても目を引くのは、どっしりと存在感のあるその建物。茅葺き屋根の大きな古民家で、江戸時代後期の建築とのこと。オーナーである森賢太さんの実家で、約200年間、大切に受け継がれてきました。

農家民宿としてスタートしたのは、「貴重な茅葺きの建物を生かして、“暮らし”そのもの仕事にしよう」という妻、未来さんの発案。ご飯をかまどで炊いたり、五右衛門風呂を沸かしたりといった体験を用意し、庭には、子どもたちが遊べるように木製のアス

レチックも作りました。ファミリーのゲストとは、地域の季節の行事と一緒に参加することも。逆に、自分たちだけでのんびり過ごしたいというゲストとはつまずき離れずの距離で、それぞれのゲストの要望に合わせてもてなしをしています。

食事は賢太さんが作るお米に、地元の新鮮な野菜や魚を使った能登の農家ご飯。味噌や漬物、梅干しなど伝統の発酵食は未来さんの手作りです。さらに、食のベースとなる塩も自家製。九州で塩の焚き方を学んだ賢太さんが、冬の副業として塩作りを行っています。土とともに生きる、たくましくも自然体な森夫妻から能登の魅力が伝わってきます。



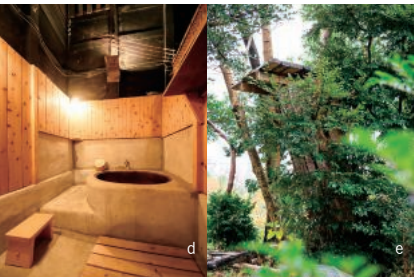
a



b



c



d

e



MAP P25・特1

①七尾市矢田町レ部12
☎080-1235-5818(森 未来)
②1泊2日素泊まり1人13,000円、
朝食付き15,000円、朝夕食付18,000円
(食事は2人以上~)
<https://jirozami.com/index.html>

茅葺き農家の昔に
タイムスリップした
ような空間で、能登
のシンプルな暮らし
を体験してもらえ
ると嬉しいです。

オーナー夫妻
森賢太さん・未来さん



いしかわの農家民宿

各宿のおすすめポイント

石川県内の農家民宿の施設概要と、
そこで楽しめる体験プログラムをご紹介します。

Wi-Fi設備 洋和 トイレ バス バスタオル フェ フェイスタオル 歯 歯ブラシセット 建 建築 眺 眺望
浴 浴衣/パジャマ シャ シャンプー コ コンディショナー ボ ボディソープ ド ドライヤー 食 食事 体 プログラム

MAP P19・特1-2 建

農家民宿 古民家 奈良木
ならき

体験 農業体験、かかし作り、
藁の座布団作り

① 珠洲市若山町鈴内31-1
 ☎ 0768-82-1441、090-8262-5390
 ② 素泊まり6,000円



洋 バス フェ 歯
浴 シャ コ ボ ド

MAP P19・特1-3 眺

農家民宿 たなか

体験 定置網体験、水揚げ体験

① 珠洲市正院町川尻13-51-5
 ☎ 090-3295-8722
 ② 素泊まり5,500円



洋 バス フェ 歯
浴 シャ コ ボ ド

MAP P19・特1-4 体

九右衛門ゲストハウス
くえもん

体験 堤防釣り、畑体験

① 珠洲市狼煙町へ部82番地2
 ☎ 0768-86-2431
<https://kuemon.net/>



洋 バス フェ 歯
浴 シャ コ ボ ド

MAP P19・特2-1 1日1組限定 体

春蘭の宿

体験 薪割り、かまどでご飯炊き、
川釣りなど

① 能登町宮地16-9
 ☎ 0768-76-0021 (春蘭の里事務局)
 ② 素泊まり8,800円～、1泊2食13,200円～
<https://shunrannosato.info/>



洋和 バス フェ 歯
浴 シャ コ ボ ド

MAP P18・特1-5 1日1組限定 建

春蘭の宿 民宿 三平
さんぺい

体験 手作りの薪釜でのピザ作り、農作業

① 能登町字本木18字84番地
 ☎ 0768-76-0021 (春蘭の里事務局) もしくは、
 0768-67-2860、090-8701-4492
 ② 素泊まり8,800円～、1泊2食13,200円～
<https://shunrannosato.info/>



洋 バス フェ 歯
浴 シャ コ ボ ド

MAP P19・特1-6 1日1組限定 体

春蘭の宿 民宿「和助」
わすけ

体験 おはぎ作り

① 能登町字山田13字2番地2
 ☎ 0768-76-0021 (春蘭の里事務局)
 ② 素泊まり8,800円～、1泊2食13,200円～
<https://shunrannosato.info/>



洋和 バス フェ 歯
浴 シャ コ ボ ド

MAP P19・特1-7 1日1組限定 体

農家民宿 与助
やすけ

体験 川釣り、おはぎ作り

① 能登町宮地16-10
 ☎ 0768-76-0021 (春蘭の里事務局)
 ② 素泊まり8,800円～、1泊2食13,200円～
<https://shunrannosato.info/>



洋 バス フェ 歯
浴 シャ コ ボ ド

MAP P18・特1-8 1日1組限定 建

農家民宿 じろしろ

体験 薪割り

① 能登町鮭尾7-5
 ☎ 0768-76-0021 (春蘭の里事務局)
 ② 素泊まり8,800円～、1泊2食13,200円～
<https://shunrannosato.info/>



洋 バス フェ 歯
浴 シャ コ ボ ド

MAP P19・特2-2 1日1組限定 体

農家民宿「ぜんべ」

体験 農作業、山散策、お琴

① 能登町瑞穂9-151
 ☎ 0768-76-0021 (春蘭の里事務局)
 ② 素泊まり8,800円～、1泊2食13,200円～
<https://shunrannosato.info/>



洋 バス フェ 歯
浴 シャ コ ボ ド

MAP P18・特1-9 1日1組限定 体

農家民宿 かや

体験 おはぎ作り、お琴

① 能登町鮭尾6-33
 ☎ 0768-76-0021 (春蘭の里事務局)
 ② 素泊まり8,800円～、1泊2食13,200円～
<https://shunrannosato.info/>



洋 バス フェ 歯
浴 シャ コ ボ ド

MAP P18・特1-10 1日1組限定

農家民宿 うえだ

① 能登町字山田6タ字107番地
 ☎ 0768-76-0021 (春蘭の里事務局)
 ② 素泊まり8,800円～、1泊2食13,200円～
<https://shunrannosato.info/>



洋 バス フェ 歯
浴 シャ コ ボ ド

MAP P19・特1-11 1日1組限定 体

農家民宿 きば

体験 農作業

① 能登町字宮地16字201
 ☎ 0768-76-0021 (春蘭の里事務局)
 ② 素泊まり8,800円～、1泊2食13,200円～
<https://shunrannosato.info/>



洋 バス フェ 歯
浴 シャ コ ボ ド

MAP P19・特1-12 1日組限定 (体)

農家民宿 みずかみ曾又

体験 農作業、おはぎ作り、餅つき

④ 能登町字曾又18字100番甲地
☎ 0768-76-0021(春蘭の里事務局)
⑤ 素泊まり8,800円～、1泊2食13,200円～
<https://shunrannosato.info/>



☎ 洋 バス フェ 歯
浴 シャ コ ボ ド

MAP P19・特1-13 1日組限定 (体)

農家民宿 諸井

体験 農作業

④ 能登町字久田20-71
☎ 0768-76-0021(春蘭の里事務局)
⑤ 素泊まり8,800円～、1泊2食13,200円～
<https://shunrannosato.info/>



☎ 洋 バス フェ 歯
浴 シャ コ ボ ド

MAP P18・特2-3 1日組限定 (体)

農家民宿 坂上

体験 おはぎ作り

④ 能登町山田6-89
☎ 0768-76-0021(春蘭の里事務局)
⑤ 素泊まり8,800円～、1泊2食13,200円～
<https://shunrannosato.info/>



☎ 洋 バス フェ 歯
浴 シャ コ ボ ド

MAP P19・特1-14 1日組限定 (体)

農家民宿 たかお

体験 台湾餃子作り

④ 能登町宮地18-18-1
☎ 0768-76-0021(春蘭の里事務局)
⑤ 素泊まり8,800円～、1泊2食13,200円～
<https://shunrannosato.info/>



☎ 洋和 バス フェ 歯
浴 シャ コ ボ ド

MAP P19・特1-15 1日組限定 (体)

農家民宿 みずかみ

体験 クッキング、おかし作り、農作業

④ 能登町字宮地5-21
☎ 0768-76-0021(春蘭の里事務局)
⑤ 素泊まり8,800円～、1泊2食13,200円～
<https://shunrannosato.info/>



☎ 洋 バス フェ 歯
浴 シャ コ ボ ド

MAP P19・特1-16 1日組限定 (体)

農家民宿 窪田

体験 紙漉き、農作業

④ 能登町字柳田井部36番地1
☎ 0768-76-0021(春蘭の里事務局)
⑤ 素泊まり8,800円～、1泊2食13,200円～
<https://shunrannosato.info/>



☎ 洋 バス フェ 歯
浴 シャ コ ボ ド

MAP P18・特1-17 1日組限定 (体)

春蘭の宿 民宿 菊次郎

体験 農作業、竹細工

④ 能登町字鮭尾タ字9番地
☎ 0768-76-0021(春蘭の里事務局)
⑤ 素泊まり8,800円～、1泊2食13,200円～
<https://shunrannosato.info/>



☎ 洋 バス フェ 歯
浴 シャ コ ボ ド

MAP P19・特1-18 (体)

海遊之栖

体験 釣り体験、山菜、野菜の収穫、SUP、カヤック

④ 能登町市之瀬1-8
☎ 046-824-8485
⑤ 一棟貸し22,000円(4~5名)
<https://www.kaiyunosumika.com/>



☎ 洋 バス フェ 歯
浴 シャ コ ボ ド

MAP P18・特1-19 1日組限定 (体)

農家民宿 土とディスコ

体験 畑体験、竹林の整備、里山再生の整備

④ 能登町字本木2-77-1
⑤ 1名10,000円(8名まで)
<https://tsuchi-disco.com>



☎ 洋 バス フェ 歯
浴 シャ コ ボ ド

MAP P19・特1-20 1日組限定 (眺)

農家民宿 春蘭の宿 海の家

体験 釣り、おはぎ作り

④ 穴水町竹太吉14番2
☎ 0768-76-0021(春蘭の里事務局)
⑤ 素泊まり8,800円～、1泊2食13,200円～
<https://shunrannosato.info/>



☎ 洋 バス フェ 歯
浴 シャ コ ボ ド

MAP P19・特1-21 1日組限定 (建)

農家民宿 ふるきみ

体験 草木染め、磯釣り、山菜採り

④ 穴水町古君ハ-1
☎ 0768-76-0021(春蘭の里事務局)
⑤ 素泊まり8,800円、1泊2食13,200円～
<https://www.town.anamizu.lg.jp/site/kankou-stay/100534.html>



☎ 洋 バス フェ 歯
浴 シャ コ ボ ド

MAP P19・特1-22 1日組限定 (眺)

農家民宿 江戸

体験 田植え・稲刈り、野菜種植え・収穫体験、しいたけ栽培、魚釣り、草木染め

④ 穴水町古君ハ-46
☎ 0768-76-0021(春蘭の里事務局)
⑤ 素泊まり8,800円～、1泊2食13,200円～
<https://shunrannosato.info/>



☎ 洋 バス フェ 歯
浴 シャ コ ボ ド

MAP P18・特1-23 1日組限定 (体)

兜ガーデンファーム

体験 ヤギのおやつ作り体験、農業体験、兜地区震災ツアー(要予約)

④ 穴水町首長4の41番地2
☎ 0768-23-4110
⑤ 素泊まり7,700円～、1泊2食12,100円～(税込)
<https://kabuto-garden-farm.com/>



☎ 洋 バス フェ 歯
浴 シャ コ ボ ド

MAP P19・特1-24 1日組限定 (眺)

農家民宿 陸

体験 田植え・稲刈り、野菜収穫体験、きのこ・山菜採り、台湾餃子作り、釣り

④ 穴水町字竹太吉10番1
☎ 0768-76-0021(春蘭の里事務局)
⑤ 素泊まり8,800円～、1泊2食13,200円～
<https://shunrannosato.info/>



☎ 洋 バス フェ 歯
浴 シャ コ ボ ド

MAP P18・特1-25 1日1組限定 (眺)

たつや 龍屋

体験 SUP等マリンスポーツ体験 (北陸で唯一のJSPA公認スクール)、屋外カフェバー

① 穴水町字首福ハ49
☎ 090-2370-0801
② 素泊まり要相談、1泊2食15,000円
<http://tatsuyasup.com>



☎ 洋 バス フェ 歯
浴 シャ コ ボ ド

MAP P18・特1-27 1日1組限定 (眺)

まごじろう 農家民宿 孫重郎

体験 季節の野菜等の収穫体験、釣り体験、BBQコーナー有

① 穴水町字岩車チ90番地1
☎ 0768-76-1753、090-1635-7596
② 素泊まり5,000円(税別)



☎ 洋 バス フェ 歯
浴 シャ コ ボ ド

MAP P18・特1-29 1日1組限定 (体)

うみりこ 民宿 甲海彦

体験 釣り

① 穴水町字甲に67番地1
☎ 0768-76-0021(春蘭の里事務局)
② 素泊まり8,800円～、1泊2食13,200円～
<https://shunrannosato.info/>



☎ 洋 バス フェ 歯
浴 シャ コ ボ ド

MAP P25・特1-31

はなみ 能登島ゲストハウス 葉波

① 七尾市能登島向田町128-81-2
☎ 050-7110-9042(12月～2月は休業)
② 素泊まり4,400円、1泊朝食5,500円
<https://www.hanaminojima.com/>



☎ 洋 バス フェ 歯
浴 シャ コ ボ ド

MAP P25・特1-33 1日1組限定 (眺)

のうゆうあん 農家民宿 農遊庵

体験 田植・稲刈・野菜収穫体験、海釣り、田舎裏、羽釜かまど炊飯体験

① 七尾市石崎町口部109
☎ 090-2035-3100
② 素泊まり4,000円～
<https://www.nohyuan.com/>



☎ 洋 バス フェ 歯
浴 シャ コ ボ ド

MAP P25・特1-34 一棟貸し (建)

おんばさま 御祖母さまのお宿

体験 田舎裏、自然食

① 七尾市能登島祖母ヶ浦町5-34
☎ 090-7429-4581
② 1人9,000円(4名まで)、1人増えるごとに+7,500円
<http://www.onbasama.com/>



☎ 洋 バス フェ 歯
浴 シャ コ ボ ド

MAP P25・特1-36 (体)

えんなか ゲストハウス 煙中

体験 鍋体験、山林散策、枝おろし(剪定)体験など

① 志賀町日下田5-6-2
☎ 080-1959-7992
② 素泊まり3,000円～、体験付き宿泊6,000円～
<https://www.noto-ennaka.com/>



☎ 洋 バス フェ 歯
浴 シャ コ ボ ド

MAP P19・特1-26 1日1組限定 (体)

げば 農家民宿 下場

体験 草木染

① 穴水町明千寺ヲ144番地
☎ 0768-76-0021(春蘭の里事務局)
② 素泊まり8,800円～、1泊2食13,200円～
<https://shunrannosato.info/>



☎ 洋 バス フェ 歯
浴 シャ コ ボ ド

MAP P18・特1-28 1日1組限定 (体)

やまひこ 農家民宿 甲山彦

体験 釣り

① 穴水町字甲に67番地1
☎ 0768-76-0021(春蘭の里事務局)
② 素泊まり8,800円～、1泊2食13,200円～
<https://shunrannosato.info/>



☎ 洋 バス フェ 歯
浴 シャ コ ボ ド

MAP P19・特1-30 1日1組限定 (体)

ななみ 農家民宿 虹波

体験 草木染、おはぎ作り、お琴

① 穴水町字前波への167番1
☎ 0768-76-0021(春蘭の里事務局)
② 素泊まり8,800円～、1泊2食13,200円～
<https://shunrannosato.info/>



☎ 洋 バス フェ 歯
浴 シャ コ ボ ド

MAP P25・特1-32 予約優先(新規の方は抽選)

さんすーしい 能登島Sans-souci

① 七尾市能登島祖母ヶ浦町5-7
② 1泊2食28,000円～(2名の場合/人)、3名以上1人22,000円～
<https://www.notojima-sansouci.com/>



MAP P25・特4-1 一棟貸し (眺)

ゆうしんあん おおのみビレッジ 遊心庵

体験 サイクリング電動自転車、里山散策、木彫体験(作家さん指導の元)、BBQ

① 七尾市花園町甲44-1
☎ 090-5683-6916
② 1泊13,000円～(5名以上利用時)
<https://onomivillage.com>



☎ 洋 バス フェ 歯
浴 シャ コ ボ ド

MAP P25・特1-35 1日1組限定 (体)

能登里山暮らし 古民家こずえ

体験 能登里山暮らし体験 (里山のお散歩、里山BBQなど)

① 志賀町町居リ-22
☎ 090-9120-9751
② 素泊まり6,600円
<https://kominka-kozue.com>



☎ 洋 バス フェ 歯
浴 シャ コ ボ ド

MAP P25・特1-37 1日1組限定 (体)

よろこびや 喜屋

体験 暮らし体験(農体験・物づくりなど)、旅育体験(子供だけで旅をする宿泊プラン)、移住相談、保育園入学の受入れ

① 中能登町高島ム4部49
☎ 0767-77-1155
② 素泊まり5,500円～
<https://yorokobiya.net>



☎ 洋 バス フェ 歯
浴 シャ コ ボ ド

MAP P25-特1-38 一棟貸し (体)

えにし屋

体験 地域の方と連動でお結び、かぶらずし

① 中能登町良川ヲ61番地1
☎ 080-6861-9511
② お問い合わせください
<https://orihime-kutsurogi.com/enishiya/>



☎ 洋 バス フェ 歯
浴 シャ コ ボ ド

MAP P25-特1-39 一棟貸し (体)

おり姫のお宿 くつろぎ

体験 地域の方と連動でお結び、かぶらずし

① 中能登町末坂ツ部70番地
☎ 080-6861-9511
② 11,550円～
<https://orihime-kutsurogi.com/kutsurogi/>



☎ 洋 バス フェ 歯
浴 シャ コ ボ ド

MAP P25-特1-40 (体)

おばちゃんの家

体験 農業体験、いちじくの収穫体験、みそづくり、そば打ちなど

① 宝達志水町小川3-78
☎ 予約は公式LINEから
② 素泊まり月木6,000円、金土日6,900円 (税別/8名まで) ※食事付についてはHPを要確認
<https://sites.google.com/view/obachan-inn/>



☎ 洋和 バス フェ 歯
浴 シャ コ ボ ド

MAP P28-特1-41 (体) PICK UP

農家民宿 ととのや

体験 野菜の収穫体験、糸つむぎ体験、陶芸体験

① 金沢市福島町ハ83
☎ 076-209-7871
② 素泊まり9,000円、1泊2食付き14,500円～ ※食事については要問合せ
<https://totonoya.org/>



☎ 洋 バス フェ 歯
浴 シャ コ ボ ド

MAP P31-特1-42 1日1組限定

せなみ 瀬波カフェ&ゲストハウス

体験 希望があれば要相談

① 白山市瀬波子51-6
☎ 090-7749-2607
② 6000円～(10名まで/朝食+1,200円、夕食+3,500円)
<https://senami-cafe.storeinfo.jp/>



☎ 洋 バス フェ 歯
浴 シャ コ ボ ド

MAP P31-特7-4 1日2組限定 (食)

山里の香りただよ宿 ふらり

体験 ほたる鑑賞、周辺の自然散策

① 白山市仏師ヶ野町乙55
☎ 076-256-7550
② 1泊2食18,500円/人～
<http://hakusan-furari.com/>



☎ 洋 バス フェ 歯
浴 シャ コ ボ ド

MAP P31-特1-43 一棟貸し (体)

みやび 雅Guest house

体験 サイクリングツアー、収穫体験、酒テイスティング、スペシャルバーベキュー

① 白山市河合町イ77
② 素泊まり21,000円～(2名まで) 1人増えるごとに+7,000円～(5名まで)
https://www.instagram.com/miyabi_guesthouse/



☎ 洋 バス フェ 歯
浴 シャ コ ボ ド

MAP P31-特1-44 1日1組限定 (体)

しょうこうじ ゲストハウス松岡寺

体験 農業体験(摘み取り体験) 朝のお参り体験 ※2泊以上で希望の方

① 白山市相滝町ハ189番地
☎ 090-7749-2607
② 素泊まり6,000円～



☎ 洋 バス フェ 歯
浴 シャ コ ボ ド

MAP P35-特1-45 一棟貸し (体)

たきがはらうす TAKIGAHARA HOUSE

体験 漆器木地引き、アロマストーン、竹細工、石切場ガイドツアー、滝ヶ原にわとり暮らしツアー、季節のファーム体験、鞍掛山登山

① 小松市滝ヶ原町ヲ67番地 ☎ 0761-46-5621
② 素泊まり21,000円～朝食のみ1,500円/人、週末(金土)のみディナー3,800円/人～
<https://takigahara.com/>



☎ 洋 バス フェ 歯
浴 シャ コ ボ ド

MAP P35-特1-46 (体)

たきがはらくらみとあんどすてい TAKIGAHARA CRAFT & STAY

体験 漆器木地引き、アロマストーン、竹細工、石切場ガイドツアー、滝ヶ原にわとり暮らしツアー、季節のファーム体験、鞍掛山登山

① 小松市滝ヶ原町ヲ4番地 ☎ 0761-46-5621
② 素泊まり共用タイプ3,300円/人～、個室5,600円/人～、朝食のみ1,500円/人、週末(金土)のみディナー3,800円/人～
<https://takigahara.com/>



フェイスタオルの有無は部屋によって異なる
☎ 洋 バス フェ 歯
浴 シャ コ ボ ド

MAP P35-特1-47 一棟貸し (建)

古民家ゆうなぎ

体験 稲作体験、野菜収穫体験、川の散策体験、まちなみ散策体験

① 加賀市山中温泉今立町イ16
② 素泊まり5,600円～
<https://www.instagram.com/kominka.yunagi/>



☎ 洋 バス フェ 歯
浴 シャ コ ボ ド

奥能登で感じる里山里海の

[特集]

2

里山の暮らしを まるごと体験

しゅんらのさと
春蘭の里

里山に伝統的な日本家屋が点在する農家民宿群「春蘭の里」。40軒ほどの農家民宿での温かなおもてなしを求めて、多くの人々が訪れます。

各種体験は別途料金、要予約

①能登町字宮地周辺
☎0768-76-0021(春蘭の里事務局)
②1泊2食13,200円~(人数によって変動あり)
<https://shunrannosato.info/>



自然の中で、里山の暮らしを体験。温かなおもてなしに何度でも訪れたいくなります

主人と語り、 里山の豊かさにふれる



上段:里山のめぐみがたっぷりの食事。栗ご飯やキノコの天ぷら、旬の野菜の煮物など 下段左:石造りの浴槽と五右衛門風呂がある

しゅんらのやど
春蘭の宿

春蘭の里のリーダー的存在、多田さんご夫妻が営む1日1組限定の農家民宿。広い玄関に入ると笑顔が素敵な夫妻が出迎えてくれます。通された座敷には立派な梁や囲炉裏があり、思わずぐもりと見渡してしまいます。この土地で収穫された食材を生かした食事を楽しみ、ご夫妻のお話を聞いていると時間があっという間に過ぎていきます。

MAP P19・特2-1 DATA P04
①能登町字宮地16-9

自然と共生し、古からの知恵が息づく能登の暮らしをぜひ体験してください。



主人の多田喜一郎さんと長女で春蘭の里代表理事の真由美さん



明るい日差しが ふりそそぐ一軒宿



上段:広々とした畳の上でのんびり 下段左:日向ぼっこでポカポカ気分

のうかんしゅくさかがみ
農家民宿 坂上

築70年ほどの間口の広い住宅を1棟貸しの農家民宿に。昔ながらの農家のたたずまいを残しながら、清潔で快適な設備を整えています。日当たりがよく、明るい雰囲気のお部屋でゆっくりくつろげます。食事は近隣の宿泊施設「こぶし(→P22)」で提供しています。

MAP P18・特2-3 DATA P05
①能登町字山田三字田68

坂上 豊子さん



国内外から訪れるお客さまとの出会いを楽しんでいます。

四季折々の農業体験が 子どもたちに大好評



上段:囲炉裏を囲んで団らんのひとときを 下段左:土地の祭りであつて使っていた提灯。思い出話を聞いてみよう

のうかんしゅく ぜんべ
農家民宿「ぜんべ」

「ぜんべ」とは苗字を名乗る以前の屋号から名付けたもの。料理上手の奥さまによる手料理や家の前の畑や田んぼでの農業体験が人気です。立派な仏壇や輪島塗の盃、家紋の入った提灯などを見ながら、気さくなご主人と語り合うのも楽しいひとときです。

MAP P19・特2-2 DATA P04
①能登町字瑞穂9-151
※地震のため休業中

中山 善生さん・礼子さん



米や野菜づくりのほか、お琴の演奏体験も楽しめます!

キノコ採り

#体験

散策しながら
里山の恵みを収穫

多田さんの案内で周辺の里山へ入りサマツ、アマタケ、ナメコなどのキノコを収穫。10月から12月はじめごろまで楽しめます。収穫したキノコは天ぷらやバター炒めで味わえます。

多田さんがキノコの取り方をレクチャーしてくれる



お料理体験

#体験

里山の伝統料理を
つくって味わう

農家民宿の女将さんやスタッフが山菜やキノコなどの山の幸、畑で採れた野菜などを使った地元ならではの料理を教えてください。おしゃべりを楽しみながらの美味しい時間です。

収穫体験で集めた野菜やキノコを天ぷらに。手順も教えてもらえる



揚げたてアツアツ

街に元気を、復興の灯に

作り手の想いにふれ、 ワインを楽しむ優雅な時間



能登の大地に広がる美しいブドウ畑



ワイン造りを手掛けるスタッフ



のとういん 能登ワイン

創業20年となる能登ワイン。能登の風土で育んできたワイン造りのストーリーを聞きながら、醸造所を見学します。

MAP P18・T10 DATA P20 / 要予約
☎0768-58-1577 (能登ワイン)

日本唯一の揚げ浜式製塩

能登に伝わる 昔ながらの塩づくりを継承



海水を塩田に撒く作業を体験

おくのえんでんむら 奥能登塩田村

能登で江戸時代以前より続く塩づくりを公開。「揚げ浜式製塩」は9割が手作業。海水を塩田の砂にふりまいて乾燥し、塩分を含んだ砂を集めて作った「かん水」を平釜で煮詰めて塩ができあがります。実際の道具を使って海水を塩田にまく作業が体験できます。

MAP P19・特2-5
①珠州市清水町1-58-1 ☎0768-87-2040 ②年中無休(臨時休の場合あり)
③9:00~16:00 ④大人100円、小中学生50円 ※体験の案内は別途有料
<https://enden.jp/>

里山の源流水を使ったコメづくり

自然を守り、 昔ながらの手法で栽培



山から直接流れ出る源流水でコメを栽培
とうめ 当目

奥能登を流れる町野川、河原田川、山田川の3つの川の分水嶺となる山間地の当目。肥料は有機をメインに最小限にし、里山の源流水を引き入れてつくる安心安全のブランド米が人気。田んぼにつながる谷川や草地にはホクリクサンショウウオなど希少な生物も生息しています。

MAP P18・特2-6
①能登町当目38-148-2 (NPO法人当目)
☎080-6355-9845
<https://nototomenokome.jp/>



当目に伝わる伝統的な保存食「アジのなれずし」
1袋150g入り500円
(税:送料別)

NPO法人当目副理事長
谷口 文雄さん



四季の風景が美しく、空気も美味しい。いろんな生き物がいる豊かな自然が自慢です。

「のとうめ」米 源流水栽培
1kg 800円(税:送料別)。写真は2kg入り



めぶき mebuki-芽吹-

能登の味覚たっぷり芽吹御膳6,600円。冬はプリシャぶやカニが定番(要予約)
能登半島地震で被災した輪島の飲食店の店主たちが集まり、再起を目指す場所としてオープンしたのがきっかけ。新鮮な魚介や野菜、ブランド肉などを使った多彩な料理が提供され、地元民や観光客、復興に携わる人たちなど、多くの人で賑わっています。メニューはその日の食材を生かした日替わり。地酒も豊富です。

MAP P18・特2-4
①輪島市マリンタウン6-1 ☎0768-23-4567 ②日曜(臨時休の場合あり) ※土曜は夜ののみ営業
③11:30~13:30LO、18:00~20:45LO



代表
池端 隼也さん
店長
岡垣 未来さん

能登の美味をたくさん用意してお待ちしています。



輪島の料理人が集結、 能登の美食が満載

近隣の港で水揚げされた旬の魚を詰め込んだ海鮮重3,500円(要予約)

甘さ際立つ大粒の実が魅力

のとうさんぶるべりー
能登産ブルーベリー
能登町にはもともとブルーベリーの近縁種「ナツハゼ」が自生していました。昭和58年からブルーベリーの生産を開始し、以降、水田を転作したり周辺の山にブルーベリーを植樹。現在は加工品の販売や摘み取り体験などで知られています。

カフェでスイーツ、 お土産に手作りジャム



のとうのふぁくとりー のとうのファクトリー

能登町で育ったブルーベリーのみを使った手作りジャムをはじめとする加工品を販売。ほかにも宝達志水町産のイチジクや珠州市・能登町産のリンゴ、能登町赤崎産のイチゴを使った各ジャムも。隣接するカフェでは、ブルーベリーを使ったスイーツが楽しめます。

MAP P19・特2-7
①能登町字上町イ部46-6 ☎0768-76-8100 ②水曜 ③9:00~17:00

スタッフ
石崎 真由美さん



カフェでは素材の美味しさを感じながら、ほっとひと息ついてください。

副所長
雨池 清美さん

能登産ブルーベリージャム842円、いちじくジャム691円、りんごジャム691円、いちごジャム842円



ブルーベリー&りんごスムージー
500円

大自然の中でブルーベリーをおなかいっぱい食べてみませんか?

好きな味を探して 摘み取り体験



みづきぶるべりーたけとうのうえん みづきブルーベリー武藤農園

0.8ヘクタールの敷地に、1400本ものブルーベリーの木が植えられています。品種も40種類以上を数え、6月中旬から9月上旬まで実施しているブルーベリーの摘み取り体験では、大粒で甘いブルーベリーを時間無制限で食べ放題。自分で収穫した200グラムのお土産付きです。

MAP P19・特2-8
体験期間:6月中旬~9月上旬(土・日曜と祝日は要予約) ①能登町福光3字16 ☎0768-72-0481
②期間中の月曜 ③9:00~16:00(最終入園) ④大人(中学生以上)1500円、小学生700円、3歳以上300円 ※果実の状態により入園規制する場合があります



オーナー
武藤 利夫さん

農園には常に約10品種のブルーベリーが実る



#体験

能登島「まあそい」時間

What is "MASOI"?

「まあそい」とは？

豊かな、良く成長した、よく実っている、といった意味。「能登島まあそい」は島の人々の普段の暮らしの中で、「お互い様の精神」によって育まれた、能登島が誇るすばらしいヒト・モノ・コトを知っていただくことを目指して能登島ベスカグリ・ネットワークが展開している活動です。島の魅力あるコンテンツをウェブサイトで情報発信しています。
<https://masoi.net/>

能登島で会うおいしい食やものづくりは土地の人たちの「里山里海とともに生きる」という思いそのものです。

島の恵みをいかす人々

えのめぎょう ● 鰯目漁港



平山さんが捕った新鮮な真ダコは全国にも発送している

回遊魚から近海魚まで多種多様な魚介を水揚げ

能登島北東部にある鰯目漁港。波静かな七尾湾・富山湾では一年中漁が可能で、多種多様な魚介が水揚げされています。漁師の目利きを信頼する料理人からの指名買いも珍しくありません。

MAP P25・特3-1
①七尾市能登島鰯目町33-86 ☎0767-84-1388 (平山水産)
※2023年3月末時点のデータになります

漁師になって16年目。伝統漁法だけでなく漁場や漁獲高のデータを分析し、効率よく魚を獲る新しい漁法も取り入れています。
／平山水産
代表取締役 平山 泰之さん

のとたかのうえん ● NOTO高農園



20ヘクタールの農地で約300品目以上を生産

赤土づくりからこだわった野菜はプロ御用達

能登島の赤土で自然のままに育てた伝統野菜や希少な西洋野菜、エディブルフラワーは全国の料理人から支持されるほど。レストランへ足を運び、料理から発想して味やサイズを研究するなどニーズに応える良質の野菜作りをしています。

MAP P25・特3-2
①七尾市能登島百万石町27-3 FAX.0767-85-2678 <https://taka-farm.com/>

かあちゃんいちば ● かあちゃん市場



生産者の顔が見える野菜は安心安全で、価格も100円、200円とお手頃です。自分たちが食べておいしいものだけ販売しています。
／かあちゃん市場代表 林 妙子さん

母ちゃん自慢の手作りの味をお手頃価格で

春から秋にかけて開催される地元のお母さんたちによるテント市場。赤土で育った島の野菜をはじめ、手作りの梅干しやせんべいなど土地ならではのおいしいものが安く、たくさん買えるとあって人気です。

MAP P25・特3-3
①能登島大橋のたもと七尾市大駐車場で開催 ☎0767-85-2642 (担当:林)
②5月～11月毎週土・日曜の7時頃～売り切れ次第終了

母ちゃんが調理の仕方もアドバイス

「まあそい」ブランド

まあそい印の特産品は能登島の食文化そのもの。米や塩、みそ、紅茶などがあります。



まあそい時間を過ごせるスポット

能登産食材を取り入れた 本格洋食を!

はいからしよくどう
はいから食堂

能登産の野菜や肉を取り入れた洋食メニューが楽しめます。中でも能登牛入り鉄板のせハンバーグステーキランチなどハンバーグメニューがおすすめ。

MAP P25・特3-4

七尾市能登島向田町128-81 ☎0767-84-1090

11:00~15:00、ディナータイムは要予約

火曜(祝日の場合は営業)



能登牛入り鉄板のせ
ハンバーグステーキランチ1,850円



どの席からも海が眺められる

内浦にある能登島は波おだやかな海が魅力。店からも眺められます。

はいから食堂シェフ
石場 真樹さん



昭和から受け継がれる 伝統製法で塩づくり

#体験

のとしましげんのさとながさき
能登島自然の里ながさき

昭和初期、能登島長崎地区では海水を釜で煮詰める塩づくりが行われていました。平成に復活させた舟小屋で塩づくりの原理を学んだ後、小さな土鍋を使って海水を煮詰める塩づくりを体験できます。

MAP P25・特3-5

七尾市能登島長崎町28-9(長崎多目的集会場)

☎0767-84-1702(能登島自然の里ながさき事務局)

※自宅電話番号のため、不在の場合はご了承ください

☎応相談(所要時間は1~2時間、調整可能) ☎不定休

☎1人1,500円 ※最大50人まで体験可能



4日間かけて一度に作られる塩は30kgほど



土鍋を使った塩づくり
一緒に貝も煮て食べる



能登島自然の里ながさき 代表 源内 伸秀さん

能登島の自然のめぐみがつまった 自慢の特産品がいっぱい

みちのえき のとしま
道の駅 のとしま

「まあそい」ブランドなど能登島の特産品が揃い、みやげ選に便利。食事利用もできます。

MAP P25・特3-6

七尾市能登島向田町122-14 ☎0767-84-0225

☎交流市場売店9:00~17:00(レストラン10:00~15:30LO)

☎要問合せ、HP等確認を

<https://notojima-michinoeki.com/>



売店には能登島の特産・名産品がずらり



能登島で獲れた農産物や
農産加工品が並ぶふるさと市場

海と山とが楽しめる

大吞地区は能登半島のつけ根、富山県との県境にあります。富山湾に面して漁港が点在し、定置網漁が盛んです。条件がそろえば海越しに雄大な立山連峰が眺められ、アユが遡上する清流・熊淵川と、海・山・川の美しい風景が楽しめます。



自然の音に耳を澄ませて過ごすリビング

6人まで宿泊できる



山あいにたたくむ

絶景が自慢の宿泊施設

おおのみびれっじ ゆうしんあん

おおのみビレッジ 遊心庵

高台に建つ一棟貸しの宿で最大6名まで宿泊可能。大きな窓から望む海岸と田園は絶景そのもの。山荘をリノベーションした洗練された建物でソファやベッドでゆっくりくつろげます。バーベキューグリルやキッチンもあり、長期滞在者やリピーターも多いそう。

MAP P25・特4-1

⑨七尾市花園町甲44-1 ☎090-5683-6916

⑩チェックイン15:00~18:00、チェックアウト10:00

⑪1泊13,000円~(5名以上利用時)

<https://onomivillage.com/>

地域の皆さんに
関わってもらい
ながら体験メ
ニューの充実を
進めています。



池岡 直樹さん

な
な



おおのみビレッジ

土地の魅力を掘り起こし、土地ならではの体験や宿泊を提供し、持続可能な地域づくりを進めているのが「おおのみビレッジ」のプロジェクトです。季節ごとの体験や自然を満喫するサイクリング、抜群のロケーションでの宿泊などが楽しめます。

お

日本海の冬の味覚でつくる

伝統の保存食

まきぶりづくりたいけん

まき鰯づくり体験

「まき鰯」は昔から伝わる保存食で、生ハムのような風味が楽しめます。脂ののった寒ブリを塩漬けにしたあと、陰干しにします。短冊状に切ったものをワラで巻き、軒下で半年ほど干してできあがり。おおのみビレッジでは毎年冬にワラで巻く作業が体験できます。

MAP P25・特4-2 / 要予約、詳細は要問合せ

⑨七尾市花園町ワ部5番地 ☎090-5683-6916

#体験



大正時代から伝わる伝統の作り方を伝授



手際よくワラで巻いていく



完成!
出来上がりが楽しい

お

お

里山里海を自転車で駆け抜けよう

さいくりんぐつあー

サイクリングツアー

自然豊かな大吞地区の魅力をじっくり楽しむなら自転車がおすす。スタッフの案内で田園風景や神社、漁港などをまわります。地元の人しか知らない絶景スポットや土地の人とのやりとりも楽しい。電動アシスト自転車なので坂道もラクラクです。

MAP P25・特4-3 / 要予約、詳細は要問合せ

⑨七尾市花園町ワ部5番地 ☎090-5683-6916 ⑫所要2~3時間

木のぬくもりを感じながら

自分だけの作品づくり

たきかわもくちよう

たきかわ木彫

日展作家のご夫婦が創作活動続ける木彫の工房。2階のギャラリーには美しい木目に繊細に彫られたご夫婦の作品が並びます。ギャラリー横の作業場では彫刻刀を使ってトレイや表札などに絵柄を彫る体験ができます。ご主人が丁寧に教えてくれるので初めてでも安心です。

MAP P25・特4-4 / 要予約、詳細はおおのみビレッジへ問合せ

⑨七尾市山崎町り部9-1 ☎090-5683-6916 ⑬3,000円~(材料込み)



瀧川さんご夫婦の大型作品が
ずらりと並び圧巻



瀧川 千春さん

木彫体験は外国人や子どもたちにも好評です。夢中で何時間も向き合う方もいらっしゃいますよ。

#体験



トレイの完成!

彫刻刀の使い方を教えてもらえるので安心

#体験

立ち寄りスポット



潮風を感じながら
風爽と!



うっそうとした杉林に囲まれた阿良加志比古神社。樹齢900年以上の巨木「五本杉」が見もの

高台にのぼると緑豊かな田園と青い海のコントラストが一望に。運が良ければ立山連峰も



学生時代は相撲に熱中。世界を旅したあと、地域づくりに魅力を感じてこの仕事に就きました。



コーディネーター
宮下 和馬さん

志賀

[特集]

5

外浦でやすらぎのひとときを

志賀町は荒波が創り出した奇岩奇勝や色とりどりの小貝が打ち寄せる砂浜など変化に富んだ海岸風景が魅力です。マリトレジャーやアウトドアの拠点としても親しまれています。

グループや家族で 気軽に宿泊

みんなくまちなかはなれ みんなのおうち
民泊machinaka-hanare みんなのお家

豪農の住宅を改装、広い玄関や庭園、欄間などに往時の重厚な面影が感じられます。宿泊部分や水回りはリフォームされており、グループや家族での宿泊にぴったり。飲食店のほか、スーパーやコンビニ、道の駅などが近くにあり、食材を調達しての自炊が可能です。

MAP P25・特5-1

①志賀町高浜町ノ587-1 ☎090-2837-0078 ②1泊6,000円～

古い家具なども活用し和モダンな雰囲気です。志賀町の中心部にあるので観光の拠点として活用できますよ。

梢正美さん



客室はモダンなしつらえ



1階は共有スペース



地元に愛され、昼も夜も賑わう

しょくじどころとよしま
食事処 とよ島

能登の旬の食材を生かした料理を提供。ランチは日替わりのほか、刺身や天ぷらなど定食が豊富です。カウンターと座席があり、夜はコース料理や一品料理を楽しみながら、居酒屋としても利用できます。1年中、生のカニが味わえるほか、かご漁で獲れた甘エビや季節ごとの魚介メニューも人気。

MAP P25・特5-2

①志賀町三明り-67 ☎0767-47-1021

②11:00～14:00、17:00～20:30 ③月曜、日曜の夜

季節のもの、地元のものを大切にしています。ぜひ味わいに来てください。

主人 豊島 雅光さん



夜のコースの一例



地元住民も多く通う人気店

本堂拝観と香り袋作りで 心静かなひとときを

ふくせんじ
福専寺

現任職で17代となる浄土真宗の古刹。歴史に詳しい住職と手仕事上手な奥様による「香り袋作り(本堂拝観、抹茶付き)」が体験できます。所要約1時間半。完全予約制で、実施可能日は電話で問合せを(日本語のみ対応)。

MAP P25・特5-4

①志賀町福浦港ケ9 ☎0767-48-1523

②10:00～、13:00～、15:00～(各回6名まで)

③香り袋作り(本堂拝観、お抹茶付き)1名3,000円

#体験



「お香」「袋」「紐」が各種用意されていて、好みで選べる



香り袋の袋は、万里子さんがコレクションしている木目込み人形の優美な着物地



宗恵住職による本堂のガイド。親鸞上人の教えが書かれたおみくじ「福良仏籤(ふくらぶつくじ)」が引ける

創建は真言宗。5代住職から浄土真宗寺院として地域の信仰のよりに



体験の締めには抹茶とお菓子で一服

幸せを呼ぶさくら貝で思い出づくり

さくらがいがいくらふとたいけん
さくら貝小貝クラフト体験

長い砂浜が続く増穂浦海岸は薄紅色が美しいさくら貝など600種類もの貝が打ち寄せられる海岸です。海岸そばの「道の駅 とき海街道」には「さくら貝資料館」があり、さくら貝の瓶詰やアクセサリーなどお土産も販売しています。多彩な貝を組み合わせてストラップやミニ額などに仕上げるクラフト体験も楽しめます。

MAP P25・特5-3 / 要予約、詳細は要問合せ

①志賀町富来領家町甲3-5 (道の駅とき海街道) ☎0767-42-0975

②所要30分～1時間程度 ③ミニアート1,200円～、キーホルダー2,000円、ピアス・イヤリング2,200円など



約10センチ四方の板に貝をあしらって作るミニアート



増穂浦海岸に打ち上ったさまざまな貝

#体験



貝殻を一枚一枚丁寧に組み合わせていく



ブローチやイヤリングなどアクセサリーも販売

淡く繊細な色合いがさくら貝の魅力です。世界にひとつだけの作品づくりに挑戦してみませんか。

能登三十六歌仙
貝装飾デザイナー
美智紀さん



静かな漁村のお寺です。仏様の教えに出会い、自分を見つめてみませんか。

住職夫妻
松山 宗恵さん
万里子さん



どぶろくと織物の町

古くからどぶろく醸造と麻織物が盛んな中能登エリア。
伝統を守り、新しい文化が生まれています。



中能登

神主体験では自身
でお祓いをし、開運
招福を祈願します。



おぎ
禰宜
船木 清崇さん

2000年以上の歴史を持つ

能登國二ノ宮

あめひかげひめじんじゅ
天日陰比咩神社

第十代崇神天皇の時代に創建され、鎌倉時代に能登國二ノ宮に指定。全国に30社ほどしかない、どぶろく醸造が許可された神社のひとつ。

MAP P25・特6-1
中能登町二宮子甲8 ☎0767-76-0221
8:00~17:00頃 無休 <http://amehikage-hime.jp/>



御祭神は雨乞いの神・天日陰比咩大神と
酒造りの神・大三輪神

#体験

1日神主体験(1か月前までの要予約)

神主の装束を着用し、神主の業務・作法、直会(一汁一菜の食事)を体験します。自身でお祓いをしたお守りや体験に用いた笏(しゃく)は持ち帰れます。冬季はどぶろく仕込みの体験が可能です。/実施時期:通年(どぶろく仕込みは12月初旬~3月中旬)
7:00~20:00の間で所要約5時間(応相談) 10,000円(食事付き・玉串料込み)



中能登町はどぶろく特区

藩政期前から神事にどぶろくが作られてきた中能登。2014年にはどぶろく特区に認定され、許可を受けた農家などで醸造が可能になりました。



太郎右衛門の店主
田中 良夫さん

中能登では2つの農家レストランでどぶろく醸造をしています。味は作り手によって個性が出るもの。将来は醸造元を増やし、「多彩などぶろくが楽しめる町」にしたいです。

麻の芸術品、能登上布

崇神天皇の皇女が伝えたことが起源とされる「能登上布」は、麻糸を用いた手織りの織物で、細やかな拵(かすり)模様とさらりとした肌触りが特徴。日本屈指の麻織物として名高く、県の無形文化財に指定されています。



#体験

能登上布会館

能登上布の工房で、原糸の糸繰りから染め、手織りまで製造工程を見学できます。職人の指導を受けながら機織り体験も可能。のれんや巾着など小物の販売もしています。

MAP P25・N7
中能登町能登部下134-1 ☎0767-72-2233
9:30~16:00(10月~3月は~15:00まで)
月曜(祝日の場合は翌日)
入館無料、機織り体験は30センチ白糸2,400円~



農家レストランまる

自家栽培の野菜やジビエを使った料理とどぶろくが味わえます。

MAP P25・特6-3/要予約(3名~)
中能登町春木14-19 ☎0767-74-1656
予約のみ応相談 水曜 <https://www.nakanoto-maru.com/>

太郎右衛門

囲炉裏を囲んで田舎料理とどぶろくが楽しめます。

MAP P25・特6-2/要予約
中能登町二宮口部111 ☎0767-76-1204
昼12:00~、夜17:00~
1月~3月のみ営業で不定休
太郎右衛門のどぶろくは、「能登の一品」(→P20)にも認定

私はお酒が苦手なので飲みやすいように甘口のどぶろくを作っています。糀を使ったどぶろくは美容効果も期待され、自分へのご褒美感覚で楽しんでほしいです。



農家レストランまるの女将
織田 好子さん

やさしい空間
と時間を用意
してお待ち
しております。

女将
島 喜久子さん

家族のようなもてなしに 心がやすらぐ

築140年の古民家を改装した1日1組限定の宿。女将である島さんの人柄と満開の笑顔に帰る頃には心が癒されています。食事は輪島塗のご膳で能登の郷土料理をいただきます。

おり姫の宿 かつろぎ

MAP P25・特6-4/要予約
中能登町末坂つ部70-1 ☎0767-74-2377
1泊2食14,300円~(2名利用時)、13,200円~(3名以上利用時)
※食事は4名以上で5日前の事前予約で応相談
※どぶろくは事前予約で準備可能です
※2023年6月に姉妹店「えにし屋」(1日1組)オープン

夕食は祭礼などハレの日に味わう郷土料理



資料館ではゆかりの歴史資料などを展示



平成14年に復元された、石動山の中心的な坊「大宮坊」

国指定史跡 石動山

最盛期には360余りの院坊と衆徒三千人をかかえ能登の山岳信仰の拠点として栄えた石動山。山内には「伊須流岐比古(いするぎひこ)神社」、「大宮坊(おおみやぼう)」など、歴史ロマンを感じさせる建造物が往時の姿を彷彿とさせます。資料館では石動山の歴史や文化を学べます。

石動山資料館

MAP P25・特6-5
中能登町石動山ラ部1-2 ☎0767-76-0408
9:00~17:00 毎週火曜~冬期(12月1日~3月20日)
入館料大人200円、小中高校生100円(団体20人以上160円)



囲炉裏がある座敷でのんびり

北陸の伝統的建築様式「アズマダチ」の建物

白山麓

[特集]

霊峰白山と生きる

白山とともに生き、独自の文化を育んできた
白山麓エリア。
自然や山岳信仰に親しむ体験が豊富です。

7

自然の息吹を感じながら

緑いっぱいの森へ

のるでいっくわーきんぐ ノルディックウォーキング

クロスカントリーのようにポールを持って白山一里野高原周辺を歩くノルディックウォーキング。季節によってブナ林を愛でるコースや白山麓の神社を訪れるコースなどがあります。

MAP P31・特7-1 / 要予約 定員20名

実施時期:4月初旬~11月下旬

☎076-256-7933(岩間山荘) ⑩10:00集合(一里野スキー場あいあー前)

⑪2,500円(昼食・入浴料など含)

※歩きやすい靴、防寒具・雨具などをご持参ください。

豊かな自然からたくさんの感動がもらえる



季節ごとに森の香りが違う

#体験

里山の思い出に

オリジナルストラップを

くるみのすどらっぷづくり くるみのストラップづくり

白山麓の生活でとても身近なくるみの殻を使ったストラップを手作りできます。半分にした殻に紐と鈴を付け、綿を入れて布を詰めこめば出来上がり。素朴でかわいい。

MAP P31・特7-2 / 要予約

実施時期:通年 ⑩白山市尾添一里野チ81-3

☎076-256-7933(岩間山荘) ⑪所要1時間(時間は応相談)

⑫800円(材料代含)

くるみを再利用した体験で、エコなところも魅力です。



岩間山荘 女将
北村 祐子さん(右)

「ゆゆなの実」スタッフ
鶴尾 由美子さん(左)

#体験



温泉に浸かりながら新緑や紅葉を楽しめます。足湯もありますよ。

主人
西山 喜治さん



明治2年の創業、

湯治場として名高い秘湯

にしやまりよかん にしやま旅館

標高700mの山間峡谷に佇む秘湯。古くから「胃腸の湯」として、近年では「美肌の湯」として親しまれています。夕食には地元でとれた山菜や川魚など滋味深い料理が味わえ、朝食の温泉粥も好評です。

MAP P31・特7-3 / 要予約

⑩白山市中宮ク5-1-12 ☎076-256-7219

⑪1泊2食17,750円~(平日)、温泉入浴700円

(10:30~14:30) ⑫冬期休業(11月下旬~4月下旬)

<https://www.nishiyamaryokan.jp/>



イワナの塩焼きや季節の山菜、きのこ料理など



囲炉裏付きの部屋もある



桶風呂で源泉
かけ流しの湯を楽しむ

手取川のほとりで

静けさに身をゆだねる

やまごとのかおりただようやど ふらり 山里の香りただよう宿 ふらり

懐かしさが残る小さな村にある古民家を改装した宿。1日2組限定で、静かな時間が過ごせます。食事は囲炉裏端でジビエや川魚など山の幸が味わえ、料理目当てのリピーターも。希望者は蛍ウォークの体験も可能です。

MAP P31・特7-4 / 要予約

⑩白山市仏師ヶ野町乙55 ☎076-256-7550

⑪1泊2食18,500円~

※6名以上で貸し切り利用可能

※蛍ウォーク無料(6月中旬~7月初旬)

<http://hakusan-furari.com/>



食事はテーブルようになった足を下ろせる囲炉裏端で



夕食は山の幸満載。
ニジマスの棒寿司が名物



手取川のすぐ近くに建つ

親戚の家に来たように過ごしていただければと思います。

1日2組
限定の宿



主人
高木 啓介さん
女将
高木 綾子さん

白峰

雪山の暮らしに心洗われる

積雪が時に4mを超えることもある白山麓の豪雪地帯です。土蔵造りを基本とした民家が立ち並ぶ地区は重要伝統的建造物群保存地区。独自の文化が継承され、温泉や山の幸、自然の中でのアクティビティで山の暮らしを体験できます。

栃の実のアク抜きから乾燥・貯蔵、餅作りまで約2カ月。手間を惜まず、昔ながらの製法を守って、おいしい栃餅作りに励んでいます。

かつての店舗兼住宅をリノベ 和のオーベルジュに

じつぽにあ はくさんしらみね おくやまびとのさと ゆうとう
NIPPONIA 白山白峰 奥山人の里 ゆう棟

永くクリーニング店として親しまれていた建物が、2つの客室とゲスト専用のレストランに生まれ変わりました。床の間や欄間、建具などはそのままに、ベッドやソファを配置して、和モダンで快適な空間へ。食事は地物や伝統食を取り入れた白峰らしい和食がいただけます。

MAP P31・特8-1

①白山市白峰口129-1 ☎076-259-2171 ②泊素泊まり(1室2名利用で1名35,200円~。※宿泊人数によって変動。食事はオプション)
<https://www.nipponia-you-sennyomo.com/>



かつての外観を生かした古民家らしいたずまい



飾り障子が印象的な客室「翠」。寝室にはゆったりとセミダブルベッドを配置



山の恵みたっぷり。白峰の食文化が伝わる料理

白峰といえばこれ! 伝統の製法で作られる栃餅

しんさほんほ
志んさ本舗

栃の実ともち米を合わせた栃餅は、白峰の各家庭で作られていた伝統食。それを創業者の先代が和菓子として洗練させて販売し、今や白峰名物に。さらに、洋菓子を学んだ2代目の現店主が栃の実を使ったパウンドケーキやシュークリームも考案。好評を得ています。

MAP P31・特8-2

①白山市白峰口166-3 ☎076-259-2030 ②8:00~19:30 ③火曜
<https://info976439.wixsite.com/shinsa-honpo>

店主
織田 毅さん



「白山とち餅」は、あんをまぶしたものとあん入りの2種類。ともに1個200円



昭和36年(1961)創業の名物店



生地にもクリームにも栃の風味。「プティトテ・シュー」100円



素朴な味わい「栃の味せんべい」6枚200円



栃の花のハチミツを使った「栃蜜カステラ」1個180円

多彩なアクティビティで 白峰の生活文化を体感

はくさんしらみねしぜんがっこう
白山しらみね自然学校

季節ごとのさまざまな体験を通して、山の暮らしを体感できる企画を実施しています。おすすめは金沢発着の1泊2日ツアー。定番のまち歩きのほか、要望に応じて、工芸体験やハイキング、また、冬なら雪上をかんじきで歩く「かんじきハイク」、夏はわさび田で「ワサビの収穫と流しそうめん」などをプログラムに組み込むことができます。

MAP P31・特8-3

①白山市白峰口131 ☎090-4686-9238(山口)
②1泊2日ツアー(5名の場合は1名85,875円~※参加人数によって変動)予約は1カ月前までに。それ以降は問い合わせを。
<https://www.shiramine-nature-school.org/>

「豪雪かんじきハイク」体験で冬の白峰を満喫



清らかな水が流れるワサビ田で、収穫と流しそうめんの体験

山の自然と共生する自分たちの暮らしそのものが歴史と文化の継承だと思っています。ぜひ、見に来てください。山の魅力をたっぷり紹介します!

白山しらみね自然学校事務局長
山口 隆さん



同学校の事務局は江戸時代の建築「旧織田家」を活用



白峰の堅豆腐や揚げ、きのこや山菜、野菜などを使った、おいしくて、ヘルシーな料理です。食べに来てください!

スタッフ
西山 里香子さん



白峰のみやげと食事はここににお任せ!

人気一番の「堅豆腐カツ定食」1200円。
堅豆腐カツは食べ応えあり



白峰でしか手に入らない珍しい食品がいっぱい

白峰の真ん中、 白山麓の美味が満載

しらみねとくさんひんはんばいしせつ さいさい
白峰特産品販売施設 菜さい

白峰の特産品を販売。季節の山の幸や野菜、農産物の加工品、手作りの民芸品など白峰ならではの品が揃っています。珍しい野菜や山菜など食べ方はスタッフに聞いてみて。食事処では地物を使った定食や麺類が味わえます。

MAP P31・特8-4

①白山市白峰口64-3 ☎076-259-2588
②11:00~16:00(食事処は15:30LO)※季節やイベントによって変更あり
③火・金(祝日の場合は直近の平日)
<https://www.shiramine-m.com/saisai>

[特集]

9

農村文化を新しいカタチで発信

鞍掛山のふもとに広がる小松市滝ヶ原地区。新しいファームが拠点となり、移住者と住民と一緒に里山の魅力を発信しています。



「農的暮らし」を体験できる場所

TAKIGAHARA

移住者が中心となり、古民家を改装して誕生。カフェ、宿泊施設、工房などがあり、食や体験を通して「農的暮らし」の魅力を新しいカタチで伝えています。ここでの出会いがライフスタイルを見つめなおすきっかけにもなりそうです。

MAP P35・特9-1
①小松市滝ヶ原町ウ-4
☎0761-46-5621
https://takigahara.com/



自分らしい特別な旅をクリエイト

TAKIGAHARA CRAFT&STAY

古民家を改装したホステル。空間を一流のインテリアやクラフトが満ち、発想を刺激してくれます。農体験をしたり、ワーケーションしたりと自分らしい過ごし方を楽しんで。

MAP P35・特1-46 / 要予約
①泊 Bunk Bed Room 1名3,300円〜/Band Room 1名5,600円〜、1名追加ごとに+5,000円(4名宿泊時は合計24,000円)/Director's Suite 1部屋16,800円〜
ディナーの詳細は要確認

ナチュラルワインが楽しめるMOSS BARも併設



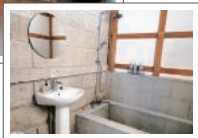
有名デザイナーによる家具がレイアウトされている。敷地内の工房では木地を挽いたり漆器制作を見学することも

築80年の石蔵で過ごす静かな時間

TAKIGAHARA HOUSE

石文化が息づく滝ヶ原ならではの、石蔵を改装した1棟貸し切りの宿泊棟。蔵の佇まいを生かしつつモダンな雰囲気生まれ変わった空間でプライベートな時間を過ごせます。

MAP P35・特1-45 / 要予約
①泊(1組限定4名まで)1部屋21,000円〜
※CRAFT&STAYのディナーを利用可能(予約制)



1階はリビングとバスルーム、2階はベッドルーム

山麓育ちの

野菜を創作料理で

TAKIGAHARA CAFE

地産地消がテーマ。滝ヶ原産の食材を使った創作料理など里山の旬が感じられるメニューが楽しめます。地元でとれた季節の果物を使ったジュースもぜひ。

☎10:30~18:00 火曜定休
※営業時間と定休日は変更の場合有 詳細は上記HPをチェック

スペインのデザイナーが描いたアートが目を引く



ブンチャーバーガー 1800円は、石川県産のしし肉とファームの採れたて卵を使った新感覚バーガー



里山の知恵と面白さを次世代へ

里山自然学校こまつ滝ヶ原

里山に囲まれ、石材や農業、ものづくりなど多彩な文化を持つ滝ヶ原。その魅力を伝える拠点として、地域の廃校舎が自然学校に生まれ変わりました。住民も塾長となり、里山を体験できるイベントを開催しています。

MAP P35・特9-2 / 要予約
①小松市滝ヶ原町ウ-20
☎0761-65-2436、090-5680-1548
http://satoyama-komatsu.com/

滝ヶ原の文化遺産には物語があり、それを伝えていくことが私たちの役目です。

里山自然学校こまつ滝ヶ原 学校長 山下 豊さん



里山に生息する昆虫や石橋に関する展示も



明治後期に作られたアーチ型の石橋



里山の生き物調査やウォーキングなどのイベント情報はHPで発信

山頂付近に

完成した交流スペース

山の学校 鞍掛山

登山客が集う山小屋で、自然の写真などを展示。「無事帰る」の意味で、地元の石彫刻士中谷篁氏が作ったカエル像が近くの広場に飾られています。



森林浴や

バードウォッチングを!

鞍掛山

標高477.7mで、馬に掛ける鞍のような形をした山。10カ所の登山ルートがあり、地元では気軽に登れる山として親しまれています。



小松 滝ヶ原

Okunoto Map

奥能登

.....

日本海に突き出た能登半島の先端に位置する奥能登エリア。輪島市・珠洲市・穴水町・能登町からなり、白米千枚田、揚げ浜式製塩法、輪島塗やキリコ祭りなど、「能登の里山里海」を象徴する伝統文化や伝統技術が数多くあります。また、多くの農家民宿があり、四季を通じて多彩な体験プログラムを楽しめます。

自然と 共生してきた 人々の 暮らしを継承



漆器の代名詞ともいえるほど知名度の高い「輪島塗」



奥能登へのアクセス 全体MAP→P39

- 電車 | 金沢駅→(JR七尾線特急/約50分)→七尾駅→(のと鉄道/40分)→穴水駅
- バス | 金沢駅→(北鉄奥能登バス/約2時間20分~50分)→輪島駅

マーク凡例 [MAP番号]

- ...農林漁業体験
- ...文化体験(ギャラリーも含む)
- ...自然体験
- ...宿泊施設
- ...道の駅・直売所



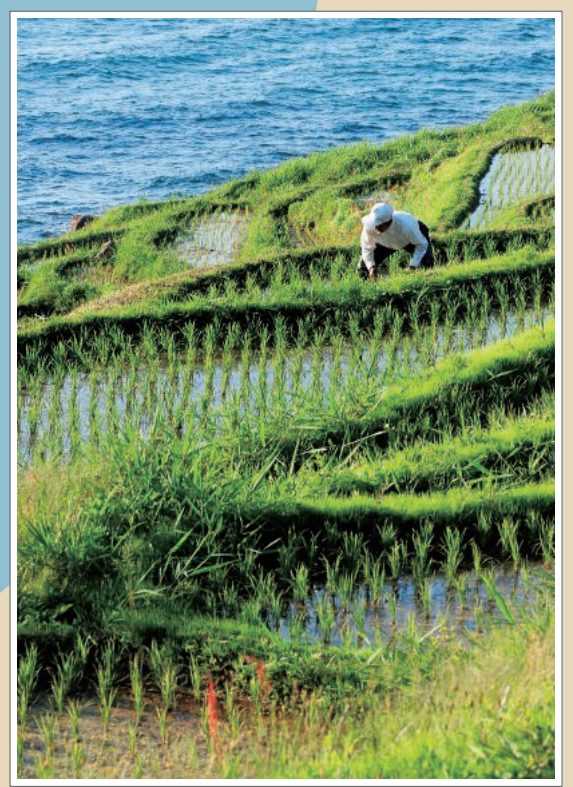
大地のぬくもり、
人のぬくもり
パワーをくれる
スロートーリズムの旅



波穏やかな七尾湾で養殖される能登かき



珠洲の揚げ浜式製塩



白米千枚田は能登の里山里海を代表するスポット

- 特 1 …P3~7
- 特 2 …P8~9

MAP 特2-8 / 要予約 (連休、土日曜、祝日のみ)

みづきブルーベリー-武藤農園

①ブルーベリー摘み取り、②ラベンダー摘み取り

- 📍 能登町字福光字16
- ☎ 0768-72-0481
- 🕒 6月中旬～9月上旬、9:00～17:00 (入園は16:00まで)
- 📅 月曜 (祝日の場合は火曜)
- 👤 ①大人1,500円、小学生700円、3歳以上300円
- ②無料

MAP T1 / 要予約

赤崎いちご生産組合

いちご狩り

- 📍 能登町字布浦
- ☎ 0768-62-8530 (能登観光情報ステーションたびスタ)
- 🕒 ハウスは4月中旬～6月上旬、露地は5月中旬～6月上旬
- 👤 ①大人 (中学生以上) 1,800円、小人1,100円、幼児500円

MAP T2 / 要予約

(有)松木産業 (炭焼き体験施設)

①炭焼き、②しいたけの植菌、③梨狩り、④ありの実 (梨) 酒づくり

- 📍 能登町字宮地3字87
- ☎ 0768-67-2552
- 🕒 ①11月～3月、②3月～4月、③9月～10月、④5月頃 9:00～15:00

MAP T3 / 要予約

東井栗園

栗拾い

- 📍 穴水町字山中
- ☎ 0768-58-1003
- 🕒 9月10日～10月10日頃、10:00～14:00
- 📅 シーズン中は無休
- 👤 ①当園ホームページよりご確認ください

MAP T4 / 要予約

橋本栗園

栗拾い、むき栗体験 (ドリンク・おやつ付)

- 📍 穴水町字前波ヨ-15-1
- ☎ 090-7749-7376
- 🕒 10:30～16:00
- 📅 シーズン中は無休
- 👤 ①500円、むき栗体験無料

MAP T5 / 要予約

道の駅すずなり

珠洲おからか案内人ガイド

- 📍 珠洲市野々江町字15 (旧のと鉄道珠洲駅)
- ☎ 0768-82-4688
- 🕒 10:00～16:00
- 📅 水曜
- 👤 ①3,000円～

MAP T6 / 要予約

(有)すえひろ

農作業体験 (水稲、大豆、小豆)

- 📍 珠洲市若山町出田ほ-26
- ☎ 0768-82-6788
- 🕒 3月～12月
- 📅 不定休
- 👤 ①無料

MAP T7 / 要予約

道の駅千枚田ポケットパーク

オーナー制度による農作業体験

- 📍 輪島市白米町ハ99-5
- ☎ 0768-34-1004
- 🕒 金・土・日曜と祝日の10:00～15:00 (レストランは11:00～14:00)
- 📅 月～木曜
- 👤 オナー会員30,000円 (収穫米10kg・地元特産品付) トラスト会員15,000円 (収穫米5kg・地元特産品付)

MAP T8 / 要予約

ハイディワイナリー

①醸造所の見学、②試飲

- 📍 輪島市門前町千代31-21
- ☎ 0768-42-2622
- 🕒 11:00～17:00
- 📅 火・水曜
- 👤 ①500円、②300円 (1杯)

MAP T9 / 要予約 (ピザ作り体験以外)

ケロンの小さな村

田植え、野菜づくり、パン・ピザづくり、木工体験、花植え体験、山川遊び、森の学校遊び、森の復旧活動

- 📍 能登町字齊和た部26
- ☎ 0768-62-1471、090-4322-1380
- 🕒 4月～11月、10:00～17:00 (時期により変動あり)
- 📅 土・日曜、連休のみ営業
- 👤 ①ピザづくり1,300円、その他はお問い合わせください。

MAP T10 / 要予約 (団体の場合)

能登ワイン

醸造所見学、試飲

- 📍 穴水町字旭ヶ丘5-1
- ☎ 0768-58-1577
- 🕒 9:00～17:00
- 📅 年末年始 (12/30～1/3)
- 👤 ①無料

MAP T11 / 要予約

三栄わらび園

わらび採り

- 📍 穴水町字旭ヶ丘は3-1
- ☎ 0768-56-2000
- 🕒 4月下旬～6月下旬
- 👤 ①入園無料、持ち帰り1,000円/袋

MAP T12 / 要予約

道の駅すず塩田村

浜土体験 (2時間コース)

- 📍 珠洲市清水町1-58-1
- ☎ 0768-87-2040
- 🕒 9:00～16:00
- 📅 体験は5月～9月の13:00～15:30
- 📅 無休
- 👤 ①資料館大人100円、小中学生50円、体験料1日 (2時間) 2,000円、2日 (各日2時間) 3,500円

MAP T13 / 要予約

(株)珠洲製塩

塩づくり

- 📍 珠洲市長橋町13-17-2
- ☎ 0768-87-8080
- 🕒 通年 (天候によって全ての体験ができない場合あり) 8:00～17:00
- 👤 ①見学と塩まきは無料、全ての体験を行う場合は1,000円

MAP T14 / 要予約 (10日前まで)

紀の川窯

珠洲焼体験

- 📍 珠洲市三崎町二本松に-31-3
- ☎ 0768-82-6723
- 🕒 4月～10月、9:00～16:00
- 📅 無休
- 👤 ①4,000円
- ※2023年3月末時点のデータになります



能登ワイン

穴水町の小高い丘に、日本海側最大のワイン用ブドウ畑が広がります。土づくりにこだわり、地元の名産である牡蠣貝のミネラル豊富な殻を畑に散布し、ブドウ栽培に適した土壌改良に努めています。

醸造所はブドウ畑の丘の上に位置し、加熱処理を一切行わない生ワイン製法で醸造しています。出来上がったワインは、能登の大地の豊かな香りとワイン本来の奥深い味わいが好評で、国内のワインコンクールで多数の賞を受賞しました。

醸造所では、無料で試飲や見学ができます。

[DATA] → P20 / MAP P18・T10参照

PICK UP

MAP T15 / 要予約

珠洲市陶芸センター
珠洲焼体験

- ① 珠洲市蛸島町ミ部1番地1
- ☎ 0768-82-3221
- 🕒 9:00~17:00
- 📅 月曜、祝日の翌日、年末年始(12/29~1/3)
- 💰 3,000円(送料別)、作業2時間

MAP T16 / 要予約(My箸づくり10名以上、ハネル3名以上の場合)

輪島工房長屋
輪島塗体験

- ① 輪島市河井町4-66-1
- ☎ 0768-23-0011
- 🕒 9:00~17:00(体験受付は15:30まで)
- 📅 水曜
- 💰 My箸づくり体験2,000円~

MAP T17 / 要予約

PICK UP

合鹿庵

あえのこと神事の体験、能登町の郷土食の体験

- ① 能登町字上町口部1-1(柳田植物公園内)
- ☎ 0768-76-1680
- 🕒 9:00~17:30
- 💰 5,500円/人(6名~)、
神事体験のみ15,000円/グループ

MAP T18 / 要予約(体験のみ)

輪島キリコ会館

①キリコ担ぎ体験、②太鼓叩き体験

- ① 輪島市マリンタウン6番1
- ☎ 0768-22-7100
- 🕒 9:00~17:00、①通年②3月~11月
(①、②とも感染症対策のため、休止の場合あり)
- 📅 無休
- 💰 入場料大人630円、高校生480円、小中学生370円、キリコ担ぎ
体験500円/人、太鼓叩き体験300円/人、セットで700円/人
※2023年3月末時点のデータになります

MAP T19 / 要予約

大本山總持寺祖院

坐禅体験

- ① 輪島市門前町門前1-18甲
- ☎ 0768-42-0005
- 🕒 8:00~17:00(体験は9:00~16:00)
- 📅 不定休
- 💰 拝観料大人500円、坐禅体験(拝観料含む)1,000円

MAP T20 / 要予約

真脇遺跡体験村

①土製仮面塗色、②アクセサリーづくり、③土器づくり

- ① 能登町字真脇48字100
- ☎ 0768-62-4800
- 🕒 9:00~17:00
- 📅 月・火曜
- 💰 ①200円、②200円~、③1,000円

MAP T21 / 要予約(9組限定)

のとふれあい文化センター

期間限定の焼き牡蠣(1~4月)

- ① 穴水町字内浦5-28-3
- ☎ 0768-52-3401
- 🕒 10:30~16:40の間で9部制(1部1組)
- 📅 月曜
- 💰 要問合せ

自然体験

MAP T22 / 要予約(①、③の土器製塩、④のみ)

のと海洋ふれあいセンター

①スノーケリング、②貝殻クラフト、③塩づくり、
④パワー磯観察(学校等の団体向け)

- ① 能登町字越坂3-47
- ☎ 0768-74-1919
- 🕒 ①7月~9月、②③通年、④6月~9月(土日祝日除く)
9:00~17:00(入館は16:30まで)
- 📅 月曜(祝日、繁忙期は除く)
- 💰 入館料高校生以上210円、中学生以下無料(障がい者等含む)、
①2,000円、②100円~300円、③土鍋製塩200円、④300円

MAP T23 / 要予約(①のみ前日までに)

石川県海洋漁業科学館(うみとさかなの科学館)

①いかとっくりづくり・ピン玉編込体験、②月替り工作教室

- ① 能登町字宇津新港3丁目7番地
- ☎ 0768-62-4655
- 🕒 9:30~16:30(入館は16:00まで)
- 📅 月曜(祝日の場合は開館)
- 💰 入館料・体験料無料
※2025年12月現在、地震被害による影響で休館中

MAP T24 / 要予約(②のみ)

星の観察館「満天星」

①プラネタリウム、②星空観望会

- ① 能登町字上町口部1-1(柳田植物公園内)
- ☎ 0768-76-0101
- 🕒 9:30~17:00
- 📅 水・木曜
- 💰 ①大人550円、小人330円
②大人330円、小人220円
<http://www.mantenboshi.jp/>

宿泊施設

MAP T25

民宿・お食事 むろや

蛸島祭礼、早船狂言、陶芸実習

- ① 珠洲市蛸島町ナ部123番地
- ☎ 0768-82-1188
- 🕒 素泊まり4,400円~、1泊2食7,700円~
※能登半島地震による被害のため、2025年12月現在、営業
再開に向けて復興準備中

MAP T26

木ノ浦ビレッジ

ノルディックウォーキング、オリジナル珈琲焙煎、
つばき油しぼり、珪藻土のピザ窯で焼くピザづくり

- ① 珠洲市折戸町ホ部25番1
- ☎ 0768-86-2014
- 🕒 素泊まり7,500円~、
各種体験の料金に関しては要問合せ

MAP T27

禄剛崎温泉 狼煙館

船釣り体験

- ① 珠洲市狼煙町ヲ9
- ☎ 0768-86-2021
- 🕒 素泊まり4,950円~、1泊朝食7,260円~、
1泊2食10,780円~、船釣り体験3,000円/人~
※2023年3月末時点のデータになります

MAP T28

民宿漁火

定置網体験(4月~9月)、磯釣り・遊歩道散策、
農作業体験(水稲)

- ① 輪島市小池町小輪入タ4
- ☎ 0768-22-2410
- 🕒 1泊2食8,800円
※能登半島地震による被害のため、2025年12月現在
は休業中

MAP T29

漆と大人の隠れ宿 お宿たなか

抹茶づくり体験、囲炉裏での体験(焼餅など、秋~春)、
書道体験(外国人限定)

- ① 輪島市河井町22-38
- ☎ 0768-22-5155
- 🕒 1泊2食 和室17,600円~、
特別室25,300円~、和洋室23,100円~
抹茶づくり体験(1名)800円



ボラ待ちやぐら

海に組み立てた櫓からボラの群れが網に入るのをじっくりと待つ引上げる、江戸時代から続く穴水町の伝統的な漁法。平成8年を最後に、一度途絶えましたが、平成24年に地元の有志らが復活させました。天文学者パーシバル・ローエルが「怪鳥ロックの巢のようだ」と表現した独特の形が目を引きます。

[DATA]
☎0768-52-3790(穴水町観光交流課)

PICK UP

MAP T30

民宿 白塔園

輪島塗の沈金・蒔絵体験

- 📍 輪島市河井町18-42(輪島高校前)
- ☎ 0768-22-2178
- 🍽 素泊まり4,000円、1泊朝食5,500円、1泊2食8,250円、沈金体験1,500円、蒔絵体験1,700円
- ※2023年3月末時点のデータになります



MAP T31

宮地交流宿泊所 こぶし

農業体験、きのこ・山菜採り体験、漬け物づくり体験、農村生活体験

- 📍 能登町字宮地1-2-1
- ☎ 0768-76-0021(春蘭の里事務局)
- 🍽 素泊まり7,000円~(税別)(人数によって変動あり)



MAP T32

能登イタリアンと発酵食の宿 ふらっと

ゆず収穫

- 📍 能登町字矢波27字26番地3
- ☎ 0768-62-1900
- 🍽 1泊2食24,200円~



世界農業遺産 未来につなげる「能登の一品」

日本初の世界農業遺産に認定された能登。そこには長い時間をかけて作りあげられた自然と調和した人の営みがあります。その里山里海で生まれ、これからも引き継いでいくべき選りすぐりの食品を「能登の里山里海」世界農業遺産活用実行委員会が認定しました。



詳細はこちら



能登牛

能登の美しい自然や素朴な風土によって丹精込めて育てられた「能登牛」。ルーツは300年以上前までさかのぼります。きめ細やかな肉質と上品な脂の旨みで、能登牛ならではのとろける食感が味わえます。



天然能登寒ぶり

沿岸の定置網で、11月から翌年2月にかけて漁獲された7kgを超える上質なブリが、「天然能登寒ぶり」です。天然の脂の旨さは格別で、刺身のほか、しゃぶしゃぶ、ぶり大根、塩焼きなどにおすすめです。



松波米飴じろ飴

500年前から受け継がれてきた米飴で、昔ながらの製法、技術で一つ一つ丁寧に手作りにしています。砂糖を使わず、原材料は米と大麦のみ。甘すぎずさっぱりした優しい味です。



のと115、のとてまり

「のと115」は、一つ一つに袋がけを行い、手間をかけて栽培した肉厚の原木しいたけです。中でも、かさの厚みなどの条件を満たした大型で最上級品のは「のとてまり」として認定され、高級料亭などで人気です。



いしり・いしる

能登の伝統的な発酵食品「いしり・いしる」は、いか・魚と塩のみを原料とする日本最古の魚醤油。昔ながらの製法にこだわり、贅沢かつ芳醇な風味は、能登の料理に欠かせません。地理的表示保護制度(GI)にも登録されています。



小木の船凍するめいか

能登町小木漁港は、イカの日本3大漁港の一つで、釣り上げたイカを船内で一尾ずつ急速冷凍する技術を初めて実用化しました。生イカよりも高い鮮度を保持し、遠方へも能登の海の幸を届けています。



大浜大豆、大浜大豆の地豆腐

珠洲市のみで栽培されている大浜大豆は、豆腐の原料としての評価が高く、地元の揚げ浜式製塩法から生まれる天然のにがりを使った豆腐は、甘みとコクがある濃厚な味わいと滑らかな舌触りが特徴です。



奥能登揚げ浜塩

→P9

当目の米、当目のなれずし

→P9

能登町産ブルーベリー

→P9

能登ワイン

→P9、P20

NOTO高農園の野菜

→P10

中能登町のどぶろく

→P14

なまこやの干しくちこ

→P26



あえのこと

田の神様を自宅に招いて収穫を感謝し、五穀豊穡を祈る奥能登に残る神事です。収穫を終えた12月、目の見えない神様を自宅に迎えごちそう等でもてなし、2月には豊年を折り、同様に神様を送り出します。2009年に県内初のユネスコ無形文化遺産として登録されました。本来は12月と2月の決まった日にのみ行われますが、地元ではこの行事をより広く知ってもらおうと取り組んでおり、能登町にある合鹿庵(→P21)では通年見学することができます。

[DATA]

①輪島市・珠洲市・穴水町・能登町(12月と2月の年2回)、合鹿庵(通年) **MAP P19・T17参照**
会場、日時については各市町観光担当課にお問い合わせください

里山里海を体感できるお宿

番号	施設名	所在地	電話番号	料金等	
MAP T33 /	民宿 深三	輪島市河井町4-4	0768-22-9933	※能登半島地震の影響で休業中	🏠
MAP T34 /	民宿 海辺	輪島市河井町6-136-7	0768-22-0943	素泊まり5,500円～	🏠
MAP T35 /	民宿 さかした	輪島市河井町19-1-72	0768-22-4641	素泊まり6,600円～	🏠
MAP T36 /	輪風の宿 満月	輪島市河井町20-1-44	0768-22-4488	1泊2食13,000円～(入湯税別) ※2023年3月末時点のデータになります	🏠
MAP T37 /	セミナーハウス山びこ	能登町字黒川33号61番地	0768-76-1611	1泊2食10,000円～	🏠
MAP T38 /	ラブロ恋路	能登町字恋路3-18	0768-72-1234	素泊まり5,700円～、1泊2食11,200円～	🏠
MAP T39 /	民宿 うかわ	能登町字鶴川20-1-1	0768-67-1014	1泊2食8,800円～	🏠
MAP T40 /	能登漁火ユースホステル	能登町字小木ヨ字51-6	0768-74-0150	素泊まり3,900円～ ※1人で1室使用する場合はプラス500円～	🏠
MAP T41 /	真脇ポーレポーレ	能登町字真脇19字110番地	0768-62-4700	1泊2食16,500円～(2名利用)	🏠
MAP T42 /	国民宿舎 能登うしつ荘	能登町字羽根5字4番地	0768-62-2295	素泊まり5,800円～	🏠
MAP T43 /	国民宿舎 能登やなぎだ荘	能登町字柳田知部1番地	0768-76-1550	※現在は日帰り入浴のみ	

里山里海の美味しい思い出をお持ち帰り [直売所]

番号	施設名	所在地	電話番号	営業時間	定休日	
MAP T44	寄り道パーキング 寺家	珠洲市三崎町寺家154-4	0768-88-2808	4月~12月の土・日曜、祝日 9:00~15:00	- ※2023年3月末時点のデータになります	
MAP T45	朝とり市場	珠洲市正院町正院21部73 JAのと(旧JAすずし正院店内)	0768-82-0409	火曜、8:30~14:00頃	- ※2023年3月末時点のデータになります	
MAP T46	JAグリーンのと 珠洲店	珠洲市飯田町8-56-2	0768-82-2132	9:00~17:00	水・土曜 (都合により臨時休業あり)	
MAP T47	飯田彩り市場	珠洲市飯田町15-12	0768-82-3700	8:00~14:00	土・日曜	
MAP T48	道の駅 狼煙	珠洲市狼煙町テ部11	0768-86-2525	土・日曜と祝日の10:00~17:00、金曜の12:00~16:00 (12~3月は土・日曜と祝日の10:00~16:00)	月~木曜 (12~3月は金曜も休み)	
MAP T49	寄り道パーキング 金蔵	輪島市町野町金蔵772-1	-	4月~10月、9:00~12:00 ※直売所は休業中。トイレ、駐車場は使用可	-	
MAP T50	道の駅 輪島(ふらっと訪夢)	輪島市河井町20-1-131	0768-22-1503	9:00~17:00	年中無休	
MAP T51	能登國輪島地物市	輪島市河井町20-1 (道の駅 輪島ふらっと訪夢内)	090-4683-8727	※能登半島地震の影響で休業中	-	
MAP T52	フリーマーケット常設店 「よっていかんげ!」	輪島市河井町15-13-17 (輪島市シルバー人材センター1階)	0768-23-8033	4月~12月の8:30~11:00	土・日曜、祝日	
MAP T53	能登おおぞら村 輪島店	輪島市河井町23-1-42	0768-23-4500	9:00~17:30	日曜	
MAP T54	まいわあ一直売所	輪島市三井町洲衛 (ファミリーマート向かい)	0768-26-1353	5月~11月の日曜(その他不定期営業)、 8:00~12:00	-	
MAP T55	道の駅 のと里山空港	輪島市三井町洲衛10-11-1	0768-26-2000	9:00~16:30 (時期により変動あり)	-	
MAP T56	道の駅 赤神	輪島市門前町赤神壱110	0768-45-1001	9:00~17:00 (冬期は16:00まで)	火曜	
MAP 特2-7	のとのファクトリー	能登町字上町イ部46-6	0768-76-8100	9:00~17:00	水曜	
MAP T57	日本海倶楽部 御迎市	能登町字立壁92	0768-72-8181	6月~11月の土曜、 10:00~14:30	-	
MAP T58	なごみ農林水産物直売所	能登町字七見ツ100	0768-67-8200	10:00~21:00	月曜(祝日の場合翌日) ※2023年3月末時点のデータになります	
MAP T59	能登観光情報ステーション たびスタ	能登町字宇出津ト29-2	0768-62-8530	9:00~18:00	月曜休館 (祝日の場合は翌日)	
MAP T60	むうぶめんとファーム	能登町字中齊フ部29	090-1636-2217	8:00~17:00	水曜、 1月~8月の午前中	
MAP T61	味知の駅能登 能海山市場	能登町字天坂ろ51	0768-76-1139	9:00~15:00	火曜 (祝日の場合は営業)	
MAP T62	JA内浦町農産物直売所 おくのといち	能登町字行廷260 (北鉄不動寺バス停前)	0768-72-2678	8:30~18:00 (10月~3月は17:30まで)	1/1~1/4、10月~ 3月の第2・4日曜	
MAP T63	道の駅 桜峠	能登町字当目2-24-24	0768-76-1518	9:00~17:00	月曜 (祝日の場合翌日)	
MAP T64	寄り道パーキング 春蘭の里 鮭尾直売所	能登町字鮭尾6-55-1	-	10:00~17:00	水・木曜	
MAP T65	のと夢づくり	能登町字柏木69番地	0768-67-2421	9:00~15:00	水曜 ※2023年3月末時点のデータになります	
MAP T66	JAグリーンのと 穴水店	穴水町字此木3-33-2	0768-52-3810	9:00~17:30	水曜	
MAP T67	道の駅 あなみず	穴水町字大町チ41-6	0768-52-3333	9:00~17:30	無休	

里山里海に育まれた工芸品を手にとってみよう [ギャラリー]

番号	施設名	所在地	電話番号	営業時間	定休日	
MAP T68	珠洲焼 二本松窯	珠洲市三崎町二本松ち-93	090-6277-3403	9:30~16:30	不定休	

中能登

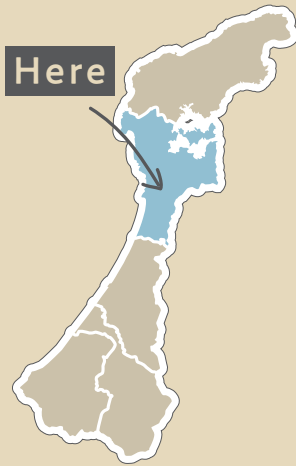
.....

七尾市、羽咋市、志賀町、宝達志水町、中能登町からなるエリア。波穏やかな七尾湾に面して湯宿が連なる和倉温泉や、リゾートエリア能登島、里山に囲まれたペンション群があり、時間を忘れてリフレッシュできます。野生のイルカウォッチングや魚と戯れるスノーケリングなどのマリンアクティビティも豊富です。

山海に遊び、
名湯に癒され、
豊かな時間を過ごす



和倉温泉と能登島を結ぶ能登島大橋



Here



軒先などに柿をつるして乾燥させる「ころ柿」は志賀町の特産品



波打ち際を車で走ることができる羽咋市の千里浜なぎさドライブウェイ



吹きガラスやトンボ玉づくりができる能登島ガラス工房

中能登へのアクセス 全体MAP→P39

- 電車 | 金沢駅→(JR七尾線特急/約50分)→七尾駅
- 電車・バス | 金沢駅→(JR七尾線特急/約35分)→羽咋駅→(北鉄能登バス/約1時間10分)→七尾駅

マーク凡例 [MAP番号]

- ...農林漁業体験
- ...文化体験
- ...自然体験
- ...宿泊施設
- ...道の駅・直売所

特1 ...P3~7 特3 ...P10・11 特4 ...P12 特5 ...P13 特6 ...P14

MAP N1 / 要予約 (7月末までに)

鹿島路りんご生産組合

りんごオーナー制

- ① 宝達志水町子浦ろ2
- ☎ 0767-29-3155
- 📅 11月下旬
- ② 13,000円/本~(80個保証)、17,000円/本~(130個保証)、品種によって異なる



MAP N2 / 要予約

大呑グリーン・ツーリズム推進協議会

薪割り体験、オリジナルピザづくり体験

- ① 七尾市花園町ワ部5
- ☎ 090-5683-6916
- 📅 11:00~13:00、14:00~16:00
- 🕒 平日
- ② 3,500円



MAP N3 / 要予約

木村功商店

能登牡蠣のむき身・焼き牡蠣体験

- ① 七尾市中島町瀬風ク70-1
- ☎ 0767-66-1037
- 📅 11月~5月末まで、8:00~14:00
- ② 4,500円(1人20個まで)



MAP N4 / 要予約

のと島クラシカ研究所

田んぼの学習・島のくらし

- ① 七尾市能登島向田町ろ部8番地1
- ☎ 0767-84-1110
- 📅 10:00~16:00
- 🕒 土・日曜、祝日
- ② 3,000円~



MAP N5 / 要予約

ふれあいセンター やまびこ荘

①そば打ち、②陶芸、③木工教室、④ピザづくり

- ① 七尾市多根町ハカノ谷内555-7
- ☎ 0767-57-0022
- 📅 ①②③4月~12月、④6月~10月、8:30~17:00
- 🕒 月曜
- ② 施設利用料大人400円~、中学生以下200円~
- ③ ①1,200円/組、②500円~、③700円~、④700円~



MAP N6 / 要予約

能登島ガラス工房

①サンドブラスト、②吹きガラス、③アクセサリ、④お絵かきガラス、⑤デコ皿

- ① 七尾市能登島向田町122-53
- ☎ 0767-84-1180
- 📅 9:00~17:00(体験受付は16:00まで)
- ② ①1,650円~、②3,850円~、③1,980円、④1,980円、⑤3,850円
- ③ いずれも送料・オプションは別途



MAP N7 / 要予約

能登上布会館

能登上布機織り体験

- ① 中能登町能登部下134-1
- ☎ 0767-72-2233
- 📅 9:30~16:00(10月~3月は15:00まで)
- 🕒 月曜(祝日の場合は翌日)
- ② 入館無料、機織り体験は30センチ白糸2,400円~



MAP 特5-3 / 要予約 (1週間前までに)

さくら貝小貝クラフト 華

さくら貝のアクセサリやさくら貝雑貨の販売、ストラップ・ブローチ・ミニアート等の製作体験

- ① 志賀町富来地頭町乙68-2
- (道の駅とき海街道で体験可能)
- ☎ 090-2120-6977
- 📅 8:00~20:00
- 🕒 不定休
- ② 1,500円~(15分~1時間)



MAP N8 / 要予約

桜貝小貝クラフト

桜貝入りフォトスタンド・ペンダント・色紙・キーホルダーづくりなど

- ① 志賀町西海風戸ハ-41
- (シーサイドヴィラ渤海、道の駅とき海街道にて体験)
- ☎ 090-8267-3074、0767-42-8080(シーサイドヴィラ渤海)、0767-42-0975(道の駅とき海街道)
- 📅 8:00~20:00
- 🕒 不定休
- ② 1,300円~(15分~1時間)



MAP N9 / 予約優先

能登島観光協会

イルカクルージング

- ① 七尾市能登島向田町122-14
- ☎ 総合案内0767-62-0900(ななお・なかのとDMO)、イルカクルージングの予約・詳細0767-84-1168(山水荘)もしくは、090-7088-3219(ドルフィンスマイル)
- 📅 4月~10月
- 🕒 不定休
- ② 大人4,400円、小人(3歳以上小学生以下)2,200円、その他、イルカ保護協力金として200円/人



MAP N10 / 要予約

七尾フラワーパークのと蘭ノ国

①季節のお花寄せ植え体験、②パークゴルフ体験レッスン

- ① 七尾市細口町渡りス1513
- ☎ 0767-54-0300
- 📅 9:00~16:00
- 🕒 木曜
- ② ①体験料(30分)1,000円~、②レッスン料(1時間)1,000円



MAP N11

田鶴浜野鳥公園

野鳥観察

- ① 七尾市田鶴浜町2部1番
- ☎ 0767-53-8510
- 🕒 無休
- ② 入園無料



MAP N12

ビジネスホテル 山海荘

船釣り(4~5人)

- ① 羽咋市中央町フ162
- ☎ 0767-22-1263
- ② 1泊朝食付4,400円~、素泊まり3,520円~



世界農業遺産 未来につなげる「能登の一品」認定商品

なまこやの干くちこ

七尾湾産のナマコの卵巣を、細縄にかけ三角形に素干しした珍味です。薄塩のみの味付けのため、とてもシンプルですが、噛めば噛むほど里海の豊かな味わいが広がります。

[DATA]→P27 / MAP P25-N20参照

PICK UP

里山里海を体感できるお宿

番号	施設名	所在地	電話番号	料金等		
MAP N13	シーサイドヴィラ渤海	志賀町富来領家町甲の59番地	0767-42-8080	1泊2食13,150円～	※営業状況は要問合せ	
MAP N14	いこいの村能登半島	志賀町志賀の郷温泉	0767-32-3131	1泊2食12,350円～		
MAP N15	欧風民宿 能登錦	志賀町上野口-86	0767-32-4388	1泊2食6,600円～		
MAP N16	民宿 おかざき荘	志賀町赤住8-7	0767-32-0834	1泊2食8,800円～	※詳細はHPへ	
MAP N17	ペンションクルーズ	志賀町矢蔵谷子の4-32	0767-32-3896	素泊まり6,500円～、 1泊2食14,000円～		
MAP N18	デジャヴ	志賀町矢蔵谷ナ1-223	0767-32-3896	素泊まり1棟貸し切り 20,000円/組(4名まで)～		
MAP N19	ペンション シルクビーチ	羽昨市千里浜町1243	0767-22-1878	素泊まり3,200円	※2023年3月末時点のデータになります	

里山里海の美味しい思い出をお持ち帰り [直売所]

番号	施設名	所在地	電話番号	営業時間	定休日	
MAP N20	なまこや	七尾市石崎町香島1-22	0120-33-7058	8:30～17:00	木・日曜、祝日	
MAP N21	奥能登山海市場	七尾市中島町田岸ソ1-8	0767-78-1021	9:00～18:00 (12月～2月は17:00まで)	- ※2023年3月末時点のデータになります	
MAP N22	道の駅 なかじまロマン峠	七尾市中島町中島二部1-19	0767-66-0155	7:00～17:00	-	
MAP N23	フレッシュパニエ能登	七尾市中島町浜田1-83-1	0767-66-1725	12月～4月、11:00～15:00	火・水曜と、 ほか不定休あり	
MAP N24	わくら朝市	七尾市和倉町7部5-1 (和倉総湯前)	0767-53-0834	日曜、7:00～13:00	-	
MAP 特3-6	道の駅 のとじま	七尾市能登島向田町122-14	0767-84-0225	9:00～17:00	要問合せ、 HP等確認を	
MAP N25	食祭市場朝市	七尾市府中町員外13-1	0767-52-7071	土・日曜、9:00～15:00頃 ※都合により出店できない場合もあります	火曜(祝日の場合は 翌日)、1/1	
MAP N26	スギヨファーム直売店	七尾市府中町員外27-1	0767-54-0007	日曜、10:00～17:30	- ※2023年3月末時点のデータになります	
MAP N27	JAグリーンわかばの里	七尾市矢田新町イ部6番地7	0767-54-0202	9:00～17:30	冬季は 日曜休業の場合あり	
MAP N28	道の駅とぎ海街道	志賀町富来領家町甲3-5	0767-42-0975	9:00～17:00 (冬季12月～2月は16:00まで)	冬季期間は木曜	
MAP N29	志賀町生産物直売所	志賀町倉垣子6-4	0767-36-1238	9:00～18:00 (上り店のみ営業)	-	
MAP N30	道の駅 織姫の里なかのと	中能登町井田ぬ部10-1	0767-76-8000	8:45～18:00	1月～3月の第1・3木曜、 1/1～3	
MAP N31	神子の里	羽昨市神子原町は190	0767-26-3580	9:00～17:00	不定休	
MAP N32	JAふれあい産直市キラはくい	羽昨市太田町と80 (JAはくい本店横)	0767-23-4400	9:00～18:00	不定休	
MAP N33	道の駅 のと千里浜	羽昨市千里浜町タ1番地62	0767-22-3891	9:00～18:00(12月～3月は17:00まで)、 レストランは11:00～14:00	不定休(月1回)	
MAP N34	押水特産直売所	宝達志水町宿26-43	090-4326-6602	9:00～17:00	1月～6月の木曜	

金沢近郊

.....

金沢市とその周辺のかほく市、野々市市、津幡町、内灘町のエリア。県都「金沢」は、江戸時代に加賀百万石の中心部として栄え、今もそこかしこに江戸時代の面影が残る観光地ですが、ひと足のばせば、遠浅の美しい海と砂丘が広がり、多くの渡り鳥が飛来する河北潟など、身近な自然の素晴らしさを再発見できます。



Here



観光地からひと足
古くて新しい金沢の魅力を発見



能登半島の海の民俗資料を今に伝える海と渚の博物館



35万本ものひまわりが咲く、河北潟のひまわり迷路



石川県森林公園では、四季折々の変化に富んだ里山の自然を楽しむ



豪商「銭屋五兵衛」の生涯を紹介する石川県銭屋五兵衛記念館

マーク凡例 [MAP番号]

- ...農林漁業体験
- ...文化体験
- ...自然体験
- ...宿泊施設
- ...道の駅・直売所

特1 ...P3~7

MAP K1 / 要予約

モアイ農園

ぶどう狩り

- 📍 かほく市湖北286
- ☎ 076-283-5524
- 🕒 7月上旬～8月中旬、9:00～17:00
- 👤 デラウェア期間(7月15日～8月上旬):大人1,700円、小学生1,300円、幼児1,000円、大粒期間(8月上旬～8月中旬)は200～300円増 ※2023年3月末時点のデータになります

MAP K2 / 要予約

鉢伏ブルーベリー園

ブルーベリー摘み取り

- 📍 かほく市鉢伏ワ24-1
- ☎ 076-283-2285
- 🕒 6月中旬～8月上旬、9:00～17:00
- 👤 大人1,000円、小人500円
- ※2023年3月末時点のデータになります

MAP K3 / 要予約

おいまち内灘

- ①ラッキョウの収穫・作付け・加工体験、②親子体験(収穫、加工、調理、試食)
- 📍 内灘町字鶴ヶ丘4-80
- ☎ 090-9448-2303
- 🕒 ①5月～9月、9:00～15:00 ②8月中、9:00～15:30 希望日を連絡ください
- 👤 ①金・土・日曜、②希望日により
- 👤 ①無料、②1組1,500円(収穫・加工品付)
- ※2023年3月末時点のデータになります

MAP K4 / 要予約

ハーブ工房リネア

①ハーブリース・花摘み・ポプリ・ハーブボール・石けん作り・ハーブティーブレンドなどのワークショップ ②ハーブガーデンの散策・ハーブインストラクターによるガーデンウォーク

- 📍 金沢市木越町ツ83番地
- ☎ 076-238-2764 (FAXも同じ)
- 🕒 5月～11月
- 👤 不定休
- 🌐 <http://linea.koino.jp>

MAP K5 / 要予約

NPO法人くくのち

①ウインタースクール、②きのご植菌体験、③農業体験とタケノコ掘り、④サマーキャンプ、⑤東原ふれあいフェア～里山を食す～、⑥森の学校、⑦体験農園

- 📍 金沢市東原町リ83-1
- ☎ 090-8701-4391 (担当:竹田)
- 🕒 ①1月、②3月、③5月、④7月、⑤10月、⑥11月、⑦4月～12月
- 👤 ①～④、⑥お問い合わせください、⑤来場無料、⑦年会費、1区画(25㎡)5,000円

MAP K6 / 要予約

JA金沢市 ほがらか村本店

すいか、桃、さつまいもなどの収穫体験

- 📍 金沢市松寺町末59番地1
- ☎ 076-237-0641
- 🕒 8:30～18:00(1月～2月は9:00～17:00)
- 👤 不定休
- 👤 収穫物により異なる

MAP K7 / 要予約(団体のみ)

海と渚の博物館

櫓こぎ体験

- 📍 かほく市白尾ム1-3
- ☎ 076-283-8880
- 🕒 9:00～17:00
- 👤 月曜(祝日の場合は翌平日)
- 👤 入館料大人200円、小人100円

MAP K8

大海西山弥生の里

たて穴式復元住居などの見学

- 📍 かほく市瀬戸町地内
- ☎ 076-283-7135
- 👤 入場無料

MAP K9 / 要予約(体験教室のみ)

石川県銭屋五兵衛記念館、銭五の館

銭屋五兵衛の生涯の追体験、各種展示、体験教室

- 📍 金沢市金石本町口55番地、金沢市普正寺町参字85-1
- ☎ 076-267-7744、076-267-2333
- 🕒 9:00～17:00(入館は16:30まで)
- 👤 12月～4月の火曜(祝日の場合は翌日)
- 👤 入館料大人500円、小中高生350円(付属の「銭五の館」と共通)

MAP K10 / 要予約

金沢湯涌みどりの里

①そば打ち、②市民農園

- 📍 金沢市湯涌荒屋町47
- ☎ 076-235-8033
- 🕒 ②4月～11月、9:00～17:00
- 👤 火曜
- 👤 ①2,300円/鉢、②5,500円

MAP K11 / 要予約(自然体験プログラム、森林セラピー)

石川県森林公園インフォメーションセンター

園内施設や自然などの総合案内、自然体験プログラム、森林セラピー

- 📍 津幡町字津幡エ-14
- ☎ 076-288-6449
- 🕒 9:00～17:00
- 👤 入園無料(体験コーナー・プログラムは原則有料)

MAP K12 / 要予約

医王の里オートキャンプ場

①自然体験、②オートキャンプ、③デイキャンプ、④バンガロー

- 📍 金沢市大愛池町へ1-5合併6
- ☎ 076-229-1312
- 🕒 4月下旬～10月下旬 8:30～17:00
- 👤 宿泊1,600円～、日帰り1,100円～

MAP K13 / 要予約(団体が建物施設利用の場合)

夕日寺健民自然園

里山の自然や暮らしの体験

PICK UP

- 📍 金沢市夕日寺町ハ116
- ☎ 076-251-7554
- 🕒 9:00～17:00(入館は16:30まで)
- 👤 火曜(祝日の場合は翌日)
- 👤 入館無料(但し、LPガス、灯油使用の協力金あり)、有料・無料体験プログラムあり

MAP K14 / 要予約(体験のみ必要)

アドベンチャードアーズ

①冒険体験(ツリークライミング)、②貸切キャンプ場

- 📍 野々市市末松1-56
- ☎ 090-1394-1002
- 🕒 Cafeの営業時間:11:00～18:00
- 👤 水曜・木曜
- 👤 ①大人2,000円、子供1,500円 ②宿泊キャンプ:5,000円/1泊～、デイキャンプ:4,000円～/4時間

MAP K15

内灘町サイクリングターミナル

天然温泉、野外バーベキュー場、各種スポーツ施設など

- 📍 内灘町字宮坂1番地3
- ☎ 076-286-3766
- 👤 素泊まり5,350円～、1泊2食8,650円～

MAP K29

河愛の里 Kinschule (キンシュレ)

イワナつかみ体験、薪割り体験、川遊び

- 📍 津幡町字下河合チ55
- ☎ 076-287-1086
- 👤 1泊2食10,000円～(小学生以下は5,000円～)



夕日寺健民自然園にある

里山ふるさと館と体験工房

自然園の総合案内所である里山ふるさと館は、旧鳥越村より移築した茅葺きの民家を、休憩や研修などに利用できるようになっていいます。また、体験工房は、木工・竹細工のクラフトや料理実習などの体験活動に利用できます。

[DATA] → P29 / MAP P28・K13参照

里山里海の美味しい思い出をお持ち帰り [直売所]

番号	施設名	所在地	電話番号	営業時間	定休日	
MAP K16	道の駅 高松	かほく市二ツ屋フ16-3	076-281-2221	9:00~18:00	-	
MAP K17	河合谷の郷即売所	津幡町字上大田和1	076-287-1300	9:00~15:00 (1月~3月は10:00~13:00)	水曜	
MAP K18	俱利伽羅塾	津幡町字竹橋西270番地	076-288-8668	7:30~21:00	-	
MAP K19	夢ミルク館	内灘町字湖西246	076-255-1369	3月~11月、2月の土・日曜、 10:00~17:00(月によって変動あり)	木曜 (7月~8月無休)	
MAP K20	道の駅 内灘サンセットパーク	内灘町字大学1丁目4-1	076-255-0007	9:00~18:00、 ケーキ販売・引渡しのみ17:50まで	12/31~1/3	
MAP K21	金沢港いきいき魚市	金沢市無量寺町ヲ52	076-266-1353	9:00~16:00	水曜	
MAP K22	JAグリーン金沢	金沢市専光寺町口114-3	076-268-8714	9:00~17:30	-	
MAP K23	むつぼしマーケット金沢長坂店	金沢市長坂2丁目24-3	076-272-8181	10:00~19:00	日曜	
MAP K24	JA金沢市ほがらか村野田店	金沢市野田町ム94番地1	076-245-4602	8:30~18:00 (1月~2月は9:00~17:00)	-	
MAP K25	ほがらか村崎浦店	金沢市小立野3-28-12	076-262-6590	8:30~18:00 (1月~2月は9:00~17:00)	不定休	
MAP K26	304水芭蕉会	金沢市東原町	076-257-6023	6月中旬~12月中旬の日曜 7:30~11:30	-	
MAP K27	みちづれ	金沢市二俣町佐5-1	076-236-1155	金・土・日曜 8:00~12:00	-	
MAP K28	とのさま街道直売所	金沢市砂子坂24字7番	0763-58-1377	10:00~16:00 (1月~4月は15:00まで)	月・火・水曜ほか、 臨時休業あり	

…体験 …購入 …飲食 …宿泊



里山の自然と風土を体感する気つきと発想の「学校」
かわい
河愛の里 Kinschule (キンシューレ)

津幡町の旧河合谷小学校の跡地に建つ宿泊体験交流施設で、農業体験やイワナつかみ体験、薪割り体験、川遊び、自然や文化を活かした里山SDGs学習などの体験を楽しめます。地元で収穫されたお米、野菜、山菜をアレンジした料理も大きな魅力の一つです。

[DATA] 津幡町字下河合チ55 (☎076-287-1086) →P29 / MAP P28・K29参照

PICK UP



黒板アートがおしゃれな客室



照明や椅子などインテリアにもこだわりが



(左) 代表 田邊 望さん
(中) 宿守 深谷 司さん
(右) おかみ 深谷 香代さん

収穫体験イベントやワークショップが充実した金沢市初の農家民宿
農家民宿 ととのや

金沢の中心部から車で20分ほどの里山に2021年秋にオープン。農家をリノベーションし、室内は快適に整えられています。敷地内には陶芸体験が出来る工房やギャラリーも併設。農業体験の他に、自分たちで収穫した野菜をフレンチシェフと一緒に料理する参加型の青空レストラン「青空ふらんじゅ」を毎月開催(4~11月)。ととのやに集う多彩な“ととファミリー”の皆さんとの交流も楽しめます。代表の田邊さんはリハビリテーション科の専門医で、心身のリトリートを目的に訪れる人も多いです。

[DATA] 金沢市福島町ハ83 (☎076-209-7871) →P7 / MAP P28・特1-41参照

PICK UP

Hakusanroku Map

白山麓



日本三名山のひとつに数えられる白山は、古くから信仰の山として人々に崇められてきました。霊峰白山の裾野に位置する白山市には、厳しい自然環境のなかで生きてきた里山の暮らしが脈々と受け継がれています。山菜や川魚、ジビエ、蕎麦といった里山の幸を楽しみながら、心と身体にたっぷり元気をチャージしてください。



Here



エメラルドグリーンの川面が美しい手取峡谷

雄大な白山に抱かれた里で
自然を感じる体験を



山のごちそうである山菜は種類も量も豊富



獅子吼高原では爽快なパラグライダーを楽しめる



山里の暮らしを紹介する石川県立白山ろく民俗資料館



現在の豆腐のルーツとも言われる堅豆腐



そばの産地「白山麓」で、そば打ち体験(にわか工房)

白山市

- 特1 ...P3~7
- 特7 ...P15
- 特8 ...P16

マーク凡例 [MAP番号]

- ...農林漁業体験
- ...文化体験
- ...自然体験
- ...宿泊施設
- ...道の駅・直売所

白山麓へのアクセス

全体MAP→P39



金沢駅→(北鉄バス/約25分)→野町駅→(北鉄石川線/約30分)→鶴来駅

MAP H1 / 要予約

合同会社 山立会 木滑なめこ工場

なめこ収穫体験

- 📍 白山市木滑石1
- ☎ 076-255-5203
- 🕒 11:00~13:00
- 🗓 月~木曜
- 👤 収穫体験のみ1,500円(1人)、収穫体験+食事(なめこホイル焼き)2,000円(1人)、収穫体験+食事(なめこホイル焼き&なめこ丼)3,000円(1人)
- ※ 食堂休業日は食事付きプランは催行なし。営業日を確認ください

MAP H2 / 要予約(体験のみ)

にわか工房

そば打ち体験

- 📍 白山市三ツ屋野3-7
- ☎ 076-255-5930
- 🕒 9:00~15:00
- (そば打ちは10:30~、そば処は11:00~15:00)
- 🗓 火曜(祝日の場合は営業)
- 👤 2,000円/鉢(4~5名分)、体験料700円/人、試食料150円/人

MAP H3 / 要予約

いっぶく処 おはぎ屋

笹寿司づくり体験

- 📍 白山市白山町レ122番地1
- ☎ 076-272-5510
- 🕒 9:00~16:00
- (冬期を除く土・日曜、祝日は16:30まで)
- 🗓 水曜(一日参り、祝日は営業)
- 👤 2,000円/人

MAP H4 / 要予約

石川県立白山ろく民俗資料館

古民家見学

- 📍 白山市白峰り30
- ☎ 076-259-2665
- 🕒 3月上旬~12月上旬、9:00~16:30(入館は16:00まで)
- 🗓 木曜(祝日の場合は翌日)、冬期(12月11日~3月9日)
- 👤 入館料260円(65歳以上200円、高校生以下無料)

MAP H5 / 要予約

ハーブの里 ミントレイノ

ハーブ・アロマのクラフト体験、アロマ蒸留体験

- 📍 白山市女原甲58
- ☎ 076-256-7660
- 🕒 4月下旬~11月下旬、11:00~16:00
- 🗓 火・水曜
- 👤 要問い合わせ

MAP H6 / 要予約

吉野工芸の里

各種教室(①陶芸、②ガラス、③和紙、④木工、⑤草木染、⑥和紙押し花アート、⑦ガラスアート、⑧染焼)

- 📍 白山市吉野春29
- ☎ 076-255-5319
- 🕒 10:00~17:00
- 🗓 火曜(祝日の場合は翌平日)、年末年始
- 👤 ①2,000円(別途、焼成料500~1,000円)、②1,750円、③1,500円~、④1,000円~、⑤2,000円~、⑥1,500円~、⑦1,500円~、⑧2,500円

MAP H7 / 要予約

ガラス工房 蕾

①吹きガラス体験、②サンドブラスト体験、③アクセサリーづくり(①、③持ち帰り不可、②持ち帰り可)

- 📍 白山市吉野ナ156
- ☎ 076-255-5957
- 🕒 4月~12月、9:30~18:00
- 👤 ①3,850円~(送料別)、②コップ2,750円、皿3,300円、③1,100円~(送料別)

MAP H8 / 要予約

知田工房

加賀獅子頭ねつけ絵付け組み立て体験

- 📍 白山市八幡町98
- ☎ 076-272-1696
- 🕒 10:00~17:00
- 🗓 火曜
- 👤 3,300円(体験時間1人約40分)

MAP H9 / 要予約

織りの資料館 白山工房

①牛首袖の制作工程見学、②機織り体験、③つまみ細工作り体験

- 📍 白山市白峰ヌ17
- ☎ 076-273-2400
- 🕒 4月~11月、9:00~16:00
- 🗓 完全予約制。ご来館月の前月25日までに予約が必要
- 👤 入館料400円(小・中学生250円)
- ①400円、②500円、③800円
- ※ ①牛首袖の制作工程見学は、ご来館される方の入館料のみ頂戴いたします。他、追加費用は掛かりません。

MAP H10 / 要予約

太鼓の泉 響和館

①和太鼓体験

- 📍 白山市水島町1038-1
- ☎ 076-277-1721
- 🕒 10:00~16:00
- 🗓 火曜、その他不定休あり
- 👤 ①1,000円(30分)

MAP H11

白山恐竜パーク白峰

化石発掘体験

- 📍 白山市桑島4号99番地1
- ☎ 076-259-2724
- 🕒 4月下旬~11月下旬、9:00~17:00(入館は16:30まで)
- 🗓 月曜(祝日の場合は翌日)
- 👤 入館料大人520円、小中高生200円、別途体験料

MAP H12 / 要予約

白山瀬女高原コテージ村

自然体験、バーベキュー

- 📍 白山市瀬戸丑59-1
- ☎ 076-256-7137
- 🕒 4月下旬~11月上旬(コテージは通年営業)
- 🗓 無休
- 👤 バーベキュー用具セット2,500円~、材料2,000円/人~

MAP H13 / 要予約

獅子吼高原パラグライダーズスクール

パラグライダー

- 📍 白山市八幡町72
- ☎ 076-273-0658
- 🕒 4月上旬~11月下旬
- 👤 タンデムフライト12,000円(保険料込、4月上旬~11月下旬)

MAP H14

ホテル牛王印

道場見学、お守り札「牛王宝印」の説明とスタンプ体験、郷土料理(報恩講料理)を食す

- 📍 白山市尾添り60-12(一里野)
- ☎ 076-256-7444
- 👤 1泊2食14,980円~、体験料2,750円~

MAP H15

一里野高原ホテルろあん

グランピング

- 📍 白山市尾添子70-4
- ☎ 076-256-7141
- 👤 1泊2食17,160円~、グランピング1泊2食21,180円~、日帰りグランピング6,580円~



ほうおんこう
報恩講料理

白山麓では浄土真宗を開いた親鸞聖人(しんらんしょうにん)の命日の前後になると報恩講と呼ばれる伝統行事が催されます。その報恩講の後に振舞われる精進料理が「報恩講料理」。山の幸を用いた伝承料理を輪島塗の御膳で供します。白山ろくスローツーリズム研究会(☎076-255-5340)では、「報恩講料理」を体験できるプランを提供しています。地域に受け継がれる信仰の文化を楽しんでみるのはいかがでしょうか。

PICK UP

MAP 特7-2

岩間山荘

くるみのストラップづくり

📍 白山市尾添チ81-3

☎ 076-256-7933

🕒 1泊2食11,150円～、くるみのストラップづくり800円



里山里海を体感できるお宿

番号	施設名	所在地	電話番号	料金等	
MAP H16	民宿獅子吼荘	白山市八幡町リ149	076-272-1741	1泊2食11,000円～	
MAP 特7-3	にしやま旅館	白山市中宮ク5-1-12	076-256-7219	1泊2食17,750円～、温泉入浴700円、 冬期休業(11月下旬～4月下旬)	
MAP H17	白山セミナーハウス望岳苑	白山市白峰6-101	076-259-2730	1泊2食16,000円～	



古くから多くの恵みをもたらしてきた霊峰白山

里山里海の美味しい思い出をお持ち帰り [直売所]

番号	施設名	所在地	電話番号	営業時間	定休日	
MAP H18	キトキト魚市 美川丸	白山市美川永代町甲41-1	0767-42-2505	9:00~15:00	水・日曜	
MAP H19	むつぼしマーケット松任本店	白山市橋爪町104	076-276-6287	9:00~17:00	水曜	
MAP H20	JAグリーン松任まいどさん市場	白山市倉光4丁目40	076-274-2233	8:30~18:00	1月~2月の火曜	
MAP H21	(株)牛乳村夢番地	白山市向島町760-1	076-274-3698	11:00~17:00	火曜	
MAP H22	JA白山よらんかいねえ広場	白山市井口町に58-1	076-273-3002	9:15~18:30、 飲食スペースの店舗の営業は土・日曜のみ	1/1~1/4	
MAP H23	河内地場産業センター	白山市河内町福岡124	076-273-1190	9:30~17:00(冬期は16:00まで) 飲食は11:00~14:00	水曜	
MAP H24	工芸の里 山法師	白山市吉野春29	076-255-5977	5月~11月、9:00~15:00 (商品がなくなるまで)	火曜	
MAP H25	食彩館せせらぎ	白山市出合町甲36番地 (道の駅 一向一揆の里内)	076-254-2888	9:00~16:00 (11月中旬~3月は10:00から)	第1・3月曜(CW~11月中旬)、 月曜(11月中旬~GW)	
MAP H26	白山観光物産センター	白山市瀬戸寅163-1 (道の駅 瀬女内)	076-256-7172	9:00~17:00 (12月~3月は16:00まで)	4月~11月は水曜、 12月~3月は水・木曜	
MAP H27	道の駅 めぐみ白山	白山市宮丸町2183	076-276-8931	9:30~18:00	-	
MAP 特8-4	白峰特産品販売施設 菜さい	白山市白峰口64-3	076-259-2588	11:00~16:00 飲食はLO30分前	火、金曜 (祝日の場合は翌日)	



南加賀

.....

小松市、加賀市、能美市、川北町からなり、全国に名の知れた4つの温泉地があるエリア。肥沃な平野と豊かな水資源に恵まれ、フルーツ狩りや野鳥観察、キャンプなどのレジャーが楽しめます。九谷焼、山中漆器の産地でもあり、伝統工芸にふれられる施設も点在しています。



木地びきろくろを体験できる「木の器づくり体験」(mokume)

肥沃な平野の恵みを楽しみ、
伝統工芸の奥深さにふれる



休日には多くの親子連れて賑わう辰口丘陵公園



果樹園が点在し、季節ごとのフルーツ狩りが楽しめる



日本を代表する色絵陶磁器「九谷焼」の体験

南加賀へのアクセス

全体MAP→P39



電車 金沢駅→(北陸新幹線/20分)→加賀温泉駅



バス 加賀温泉駅(北鉄加賀バス/約12分)→片山津温泉→(北鉄加賀バス/約15分)→山代温泉→(北鉄加賀バス/約10分)→山中温泉

特1 ...P3~7

特9 ...P17

マーク凡例 [MAP番号]

- ...農林漁業体験
- ...文化体験
- ...自然体験
- ...宿泊施設
- ...道の駅・直売所

MAP G1 / 要予約 (2のみ)

土山ぶどう園

①ぶどう狩り、②バーベキュー

- 📍 加賀市豊町口-4
- ☎ 0761-72-4617
- 🕒 ①7月下旬~10月上旬、②4月上旬~10月下旬、9:00~18:00 (バーベキューは21:00まで)
- 🍷 シーズン中は無休
- 💰 ①大人2,000円、小学生1,200円、②大人900円、小学生500円 (材料など持ち込みの場合)

MAP G2 / 要予約

加賀フルーツランド

各種フルーツ狩り

- 📍 加賀市豊町イ59-1
- ☎ 0761-72-1800
- 🕒 9:00~17:00
- 🍷 毎週水曜 (祝日は営業)、年末年始
- 💰 大人1,800円~2,500円、小学生1,100円~2,000円、幼児700円~1,500円

MAP G3 / 要予約

ぶどうやさん西村

①ぶどう狩り、②石窯ピザ焼き体験

- 📍 加賀市分校町263-5
- ☎ 0761-74-0093
- 🕒 ①②7月25日~9月中旬
- 💰 ①大人1,600円、小人800円、②1,200円/枚

MAP G4 / 要予約

天然温泉せせらぎの郷

人工芝グラウンド、バーベキュー場など

- 📍 小松市瀬領町丁1-1
- ☎ 0761-46-1919
- 🕒 人工芝グラウンド/バーベキュー場は4月~11月10:00~16:00
- 🍷 月曜 (祝日の場合は翌日)
- 💰 人工芝グラウンド無料 (平日15名以上で利用の場合は1,000円/団体)、バーベキュー2,600円/卓

MAP G5 / 要予約

竹の浦館

①手打ちうどん、②蜜蝋キャンドルづくり

- 📍 加賀市大聖寺瀬越町イ19-1
- ☎ 0761-73-8872
- 🕒 9:00~17:00
- 🍷 水曜
- 💰 ①6,000円 (食事付5人分)、②1,000円/人~ (3人から受付)

MAP G6 / 要予約 (10名以上の場合)

KAM能美市九谷焼美術館 | 体験館 |

①九谷焼絵付け体験、②作陶体験

- 📍 能美市泉台町南9
- ☎ 0761-58-6300
- 🕒 9:00~17:00 (体験の受付は①16:00まで、②15:00まで)
- 🍷 月曜 (祝祭日の場合は翌日)、年末年始
- 💰 入館無料、①900円~、②2,000円~

MAP G7

KAM能美市九谷焼美術館 | 五彩館 |

九谷焼資料及び古九谷から近現代九谷までの名品の見学

- 📍 能美市泉台町南56
- ☎ 0761-58-6100
- 🕒 9:00~17:00 (入館は16:30まで)
- 🍷 月曜 (祝日の場合は翌日)、年末年始 (12/29~1/3)、展示替えのため臨時休館の場合あり
- 💰 入館料大人430円、75歳以上320円、高校生以下無料

MAP G8 / 要予約

シルクロ陶芸体験工房

①電動ロクロ、②上絵体験、③貼絵体験、④ゆかたたべさん人形体験

- 📍 加賀市山中温泉東町1丁目マ22
- ☎ 0761-78-8078
- 🕒 9:30~11:30、13:00~16:00
- 🍷 木曜
- 💰 ①~④すべて3,850円 (送料別)

MAP G9 / 要予約

もくもく工房

木工キット製作

- 📍 小松市長谷町岡22-1
- ☎ 0761-46-8100
- 🕒 9:00~16:00
- 🍷 月・火曜
- 💰 入館料200円、木工キット製作800円~2,500円 (入館料込み)

MAP G10 / 要予約

mokume

①ハジメな器作り体験、②木の器づくり体験Premiere

- 📍 加賀市山中温泉栄町ニ60
- ☎ 0761-78-1757
- 🕒 9:00~17:00
- 🍷 木曜
- 💰 ①4,950円、②8,800円

MAP G11 / 要予約 (団体のみ)

大日盛酒蔵資料館

①酒造資料などの見学、利き酒体験、②焼印体験

- 📍 加賀市動橋町イ163
- ☎ 0761-74-0602
- 🕒 9:00~17:00 (土・日曜と祝日は10:00~)
- ※いずれも最終入館16:30
- 💰 入館料無料、①無料、②200円~ (コースターや合樹などへの焼印)

MAP G12

深田久弥山の文化館

山岳資料の見学、講演の聴講

- 📍 加賀市大聖寺番町18-2
- ☎ 0761-72-3313
- 🕒 9:00~17:00 (入館は16:30まで)
- 🍷 火曜 (祝日の場合は開館)
- 💰 入館料大人350円、75歳以上170円、高校生以下無料

MAP G13 / 要予約

こくぞう里山公園交流館

①里山散策、②炭焼き体験、③飾り炭づくりなどカルチャー教室

- 📍 能美市和気町イ21-1
- ☎ 0761-51-2308
- 🕒 9:00~17:00
- 🍷 火・日曜、第2・4土曜、祝日
- 💰 ①3,000円/人~ (2人から受付)、②2,500円/人、③2,500円/人

MAP G14

辰口丘陵公園

広場で屋外運動

- 📍 能美市徳山町子1-1
- ☎ 0761-51-4166
- 🕒 9:00~日没まで
- 💰 入園無料 (施設利用・遊具は有料)

MAP 特9-2 / 要予約

里山自然学校こまつ滝ヶ原

里山体験交流塾、里山生き物調査塾、里山食堂など

- 📍 小松市滝ヶ原町ウ20
- ☎ 0761-65-2436、090-5680-1548
- 🕒 9:00~23:00
- 💰 団体4,000円、個人500円、夜間は団体5,000円、個人700円

MAP G15 / 要予約 (バーベキューのみ)

小松市憩いの森

自然体験、トレッキング、バーベキュー

- 📍 小松市吉竹町ヘ302
- ☎ 0761-24-4558 (管理事務所)、0761-24-8078 (小松市農山村創生課)
- 💰 入場無料

MAP G16 / 要予約 (1カ月前までに要相談)

里山自然学校大杉みどりの里

①キャンプ、②岩魚つかみ、③クロスカントリースキー、④登山

- 📍 小松市大杉町イ98
- ☎ 0761-46-1812
- 🕒 ①②5月~10月、③1月~2月、9:00~17:00
- 💰 ①お問い合わせください、②450円/匹、③スキー用具使用料300円、施設使用料 (高校生以上200円、中学生以下100円)

MAP G17 / 要予約

自然体験 でのぼう

①プチ断食合宿、②サバイバル合宿

- 📍 加賀市山中温泉市谷町イ47
- ☎ 070-5633-2667 (林)
- 🕒 6月~9月
- 💰 ①15,000円~、②20,000円~

MAP G18 / 要予約(団体のみ)

加賀市鴨池観察館

野鳥観察(レンジャーによる解説付)

- ① 加賀市片野町子2-1
- ☎ 0761-72-2200
- 📅 11月~2月、その他通年でイベントあり
9:00~17:00(入館は16:30まで)
- 🗓 木曜
- 💰 大人350円、75歳以上170円、高校生以下無料



MAP G19 / 要予約(入園のみは不要)

石川県民の森

トレッキング、川遊び、キャンプ、その他各種イベント

- ① 加賀市山中温泉杉水町
- ☎ 0761-78-3883
- 📅 キャンプ場4/29~11/30、その他施設4/29~10/31
(ログハウス、ケビン、森林浴センター、バンガロー、
バーベキュー舎)9:00~17:00
- 🗓 12月初旬~4/28
- 💰 無料(各種イベント、キャンプ、宿泊は有料)



MAP G20 / 要予約

加賀雁皮紙・加藤和紙

手すき和紙づくり体験

- ① 川北町字中島ヲ152
- ☎ 090-4689-6055
- 📅 9:00~16:00
- 💰 2,200円



宿泊施設

MAP G21

蔵やど与平

築100年以上の蔵に宿泊体験

- ① 加賀市山中温泉杉水町ハ30
- ☎ 0761-78-1853
- 💰 30,000円/棟(4人まで。5人目からは7,000円/人
追加)、バーベキュー3,500円、食事(夕食4,500円、
朝食2,000円)



春の木場潟(写真提供:石川県観光連盟)

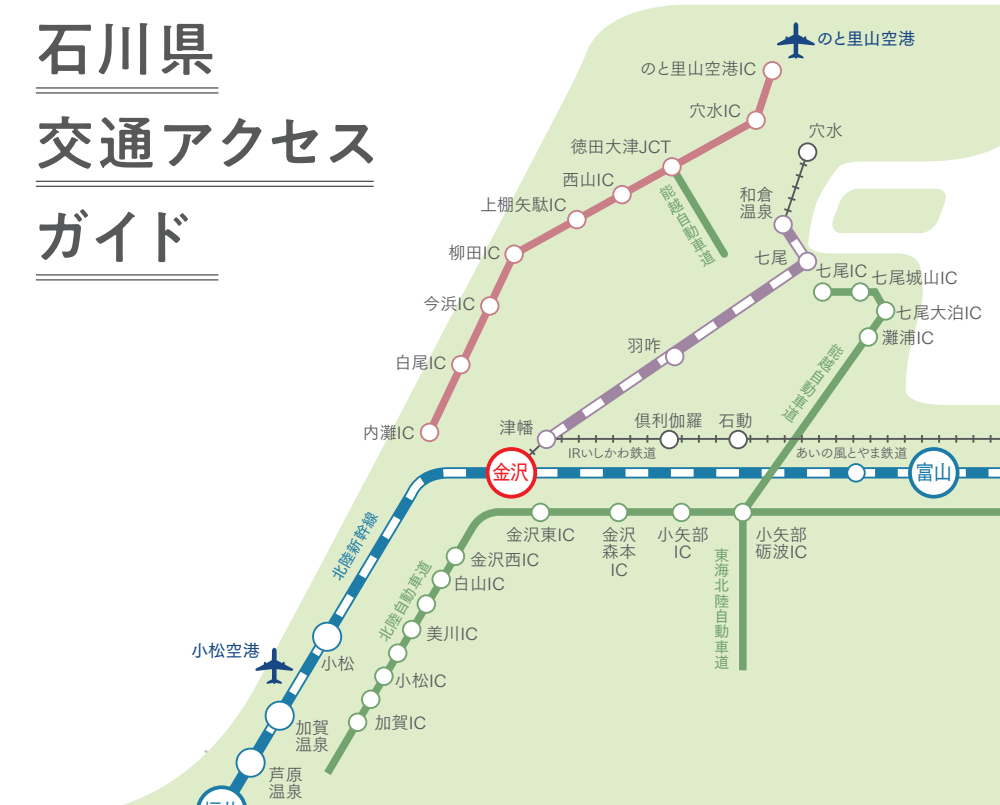
里山里海の美味しい思い出をお持ち帰り [直売所]

番号	施設名	所在地	電話番号	営業時間	定休日	
MAP G22	JAグリーン能美 能美の市	能美市粟生町あ1	0761-57-4831	9:00~18:00	1月~2月の火曜	
MAP G23	JA根上直売所 根上屋	能美市大成町リ40番地	0761-55-5813	9:00~17:00	-	
MAP G24	中ノ峠物産販売所	小松市中ノ峠町又103乙	0761-47-5263	9:00~16:00	水曜	
MAP G25	道の駅こまつ木場湯 旬菜市場「じのもんや」	小松市蓮代寺町ケ2番地2	0761-25-1188	8:30~18:00、 レストランは9:00~16:00LO	1月~2月の水曜	
MAP G26	JAあぐり	小松市日末町い59-1	0761-43-0351	9:00~17:00	1月~2月の水曜	
MAP G27	西村ぶどう園	加賀市大聖寺畑山町4	0761-72-4438	7月中旬~8月下旬、 9:00~16:00	シーズン中は無休	
MAP G28	JAグリーン加賀 元気村	加賀市作見町ホ10-1	0761-75-7100	8:30~18:00	1月~2月の火曜	
MAP G29	ゆざや朝市	加賀市山中温泉湯の出町湯の曲輪	0761-78-0850	4月~12月の日曜、6:00~8:00、 商品がなくなり次第終了	-	
MAP G30	栢野大杉茶屋	加賀市山中温泉栢野町ト7番地甲	0761-78-5489	4月10日~12月10日、 10:00~16:00	水・木曜	

 …体験  …購入  …飲食  …宿泊



石川県 交通アクセス ガイド



東京から

●飛行機

- 羽田空港 ⇨ 小松空港 約1時間
- 羽田空港 ⇨ のと里山空港 約1時間
- 成田空港 ⇨ 小松空港 約1時間15分

●電車

- 東京駅 ⇨ 金沢駅 最短2時間28分

●自動車

- 練馬IC ⇨ 金沢森本IC 約6時間
(関越・上信越・北陸自動車経由)

大阪から

●電車

- 大阪駅 ⇨ 金沢駅 約2時間30分
- 大阪駅 ⇨ 加賀温泉駅 約2時間10分
- 大阪駅 ⇨ 和倉温泉駅 約4時間

●自動車

- 吹田IC ⇨ 金沢西IC 約3時間20分
(名神・北陸自動車経由)

名古屋から

●電車

- 名古屋駅 ⇨ 金沢駅 約2時間30分
- 名古屋駅 ⇨ 加賀温泉駅 約2時間
- 名古屋駅 ⇨ 和倉温泉駅 約4時間

●自動車

- 名古屋IC ⇨ 金沢西IC 約3時間
(東名・名神・北陸自動車経由)
- 名古屋IC ⇨ 金沢森本IC 約3時間
(東名・名神・北陸自動車経由)

石川県観光情報ホームページ 「ほっと石川旅ねっと」

石川県観光連盟の公式観光ガイドです。観光名所やグルメ、モデルコース、イベント、宿泊、ランキングなど、おすすめ情報が満載です。「今行ける能登」ページでは今行ける施設やイベント情報等を随時発信中。



<https://www.hot-ishikawa.jp>

いしかわ食のポータルサイト 「いしかわ百万石食鑑」

石川県の多彩な食材の特徴だけでなく、それぞれの食材の背景となるストーリーを紹介しています。



<https://ishikawafood.com>

発行・お問い合わせ：石川県農林水産部 里山振興室
〒920-8580 石川県金沢市鞍月1-1 TEL:076-225-1629

2026.03



電子版の
ダウンロードは
こちら➡

