

島根県 飯南町

島根県

飯

南

町

中国語(简体字)

饭南町什么都没有。

虽然大家都这么说，

但在心中

总会有某些让人感到自豪的东西。

那么，饭南町的宝物是什么呢？

日本第一！大注连绳！

雍容华贵！牡丹！

自然的力量！森林疗法◎

出云神在月拉开帷幕！琴引山。

荡气回肠！历史传奇。

美酒、奥出云和牛、腌菜、苹果、

香菇、舞茸、野猪肉、

蓝莓、雪莲果、

野菜、奥饭石神乐……

不胜枚举。

但真正的宝物是

住在这里的

充满温情的人们。

尾道松江线
开通，
时间缩短！

到达饭南町所需时间

(所需时间为大致时间，所需距离为路程长度)



饭南SATOYAMANIA



一般社団法人 饭南町观光协会

TEL:0854-76-9050

邮编690-3513 岛根县饭石郡饭南町下赤名880-3 FAX:0854-76-2040

2017年1月发行

小尾瀬

赤名湿地性

植物群落

在县内最大的赤杨林中，漫步在木道上，
脚边都会盛开着各个季节的鲜艳花朵，如春
季的睡菜、秋季的山梗菜等等。这里还栖息着
被称为「梦幻蜻蜓」的侏红小蜻，是珍稀生物
的宝库。被指定为「岛根县自然环境保护地
区」，来保护这片拥有秀美大自然的地区。

“饭南町是活力自然的博物馆”

睡菜

尖叶火烧兰

朱兰

花菖蒲

大头橐吾

密花舌唇兰

圆叶茅膏菜

由具备专业资格的
导游为您介绍可以遇见各个时节生物的地方。
可以通过五感感受饭南町的大自然。

Epio Nature Guide Office
☎050-5896-5318

森林的疗愈

森林疗法®

饭南町故乡的森林里修建了森林疗法之路，
任何人都可以在这里轻松漫步。踩在木屑上
那柔软的触感，呼吸着森林的气息，倾听着潺
潺溪流的声音……通过五感来感受森林吧。
(社)饭南町观光协会 ☎0854-769050

让您忘却所有烦恼和疲劳，
带着惊喜和感动回家

雪地健行

☎0854-76-9050 饭南町观光协会

初学者也能体验乐趣的
雪森漫步

与导游一起在神秘的风
景中让人神清气爽的雪森
漫步吧！

在春季的大万木山中
探寻！森林精灵
山荷叶。



琴引山一年四季
都有大批游客来此
体验健行的乐趣。



饭南町故乡森林

饭南町小田842-2

在天然流动的泳池中
嬉戏！呀~透心凉！

森林中小田川的河水
在夏季也清凉沁人。
可以痛快地
享受嬉水的乐趣。



免费参观，
大家快来吧！

赤名观光牡丹园

☎0854-76-2992 饭南町上赤名1648-1

180个品种、25000株大朵
牡丹花争奇斗艳。



琴引森林公园滑雪场

☎0854-72-1021 饭南町佐见1151

非常欢迎儿童&家庭！
在饭南町的冬季尽享刺激的滑雪体验！



儿童乐园内
有大滑梯等很多
游乐设施~



KOTONA酱



KOTORU君

根部发黄的苹果
可能.....
更好吃！



赤来高原观光苹果园

☎0854-76-3344 饭南町下赤名2814

夏季摘蓝莓，秋季采摘9个品种的苹果

自然游场所多多

春夏秋冬，
四季欢畅，
春季牡丹花争奇斗艳，
夏季跳进沁凉的河水中嬉
戏，秋季品评压弯枝头的
苹果，冬季豪迈地雪中嬉
戏！虽然这里不是高大
上的观光地，但可以放
松的心态享受让人身心
舒畅的“里山”旅途。

志都之里 YAMAMENOTANI

☎0854-73-0002 饭南町志津见351-1



钓鱼？捕捉？
捕到樱鳊啦！

钓上来的樱鳊
用炭火盐烤，
快来大快朵颐

县内数一数二的
山毛榉原生林，
山顶附近的
大山毛榉震撼力十足！

大万木山 (Ooyorogisan)
饭南町、广岛县庄原市

耸立于岛根县与广岛县交界处，
海拔1218m的高山！

据传玉依姬居于此山，
是春日女神岐阜蝶的
诞生地

女龟山 (Mengameyama)
饭南町下赤名

流传有丹涂箭神话的山峰，
地名也来源于此。

边走边赏 里山景致独好。

琴引山 琴弹山神社
饭南町鞆原

琴弹山神社的参道
据说对防止小儿抽风效果灵验！

据说每到农历十月，
聚集出云大社的
众神降临的
海拔1014m的高山

供奉大国主命，
对小儿祛病效果灵验

东三瓶花谷
饭南町志津见

铺满约10ha的罂粟、
大波斯菊花田

100万棵大波斯菊盛放
的大波斯菊祭在
每年10月初旬举办
6月还有罂粟祭！

租赁费用
每天 1000日元
(上午9点~下午5点)
※限身高150cm以上者
※饭南町民优惠价500日元

〈饭南自行车租赁〉

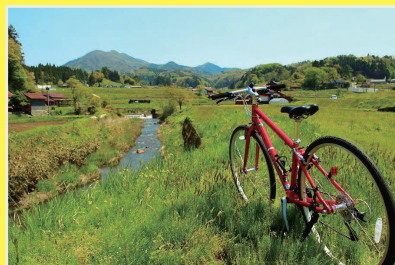
【营业时间】上午9点~下午5点 【固定休息日】每周三
【租赁申请和租赁地点】
道之驿赤来高原内(一般社团法人)饭南町观光协会
岛根县饭石郡饭南町下赤名880-3

【预约和垂询】
(一般社团法人)饭南町观光协会 ☎0854-76-9050

※请提前三天致电预约。
※(一般社团法人)饭南町观光协会提供骑行地图。

想要逛逛饭南町，自行
车是最佳选择。驻足欣
赏绿意盎然的田园风
光，在色彩渐染的群山
之中飞驰。真实感受饭
南町的丰富魅力！

周游
里山骑行





清早现挤
鲜牛奶的美味



美味~
快来品尝吧~

“山海美味冰淇淋”(海×山)
“森林冰淇淋”(新鲜牛奶)
双球甜筒360日元
RAMUNE MILK堂

隐岐的岛町与饭南町合作出品。
使用当地新鲜牛奶和蔬果制成的冰淇淋

☎0854-72-1720
饭南町花栗 48



“ROBINHOOD药膳咖喱饭 1188日元
MRS ROBINHOOD”

除了受欢迎的正宗咖喱，用当地食材
烹制的家庭药膳料理也很有人气。

☎0854-76-9277 饭南町上来岛 1205-1



加入大量奥出云和牛和
当地蔬菜

只有
这里才能
吃到哦



“炸鳄鱼肉套餐”930日元

道之驿顿原 山井

当地才能吃到传统食材鳄鱼
(鲨鱼)。没有腥味的清淡口味

☎0854-72-1111 饭南町花栗 48

虽说叫鳄鱼，
其实是鲨鱼



“舞茸天妇罗荞麦面” 865日元

奥出云荞麦面店 一福 顿原本店

带皮荞麦制成的黑色
面条麦香十足，散发着天然的味道

☎0854-72-0277 饭南町顿原 2322



本店店长 根来川淳

厚肉舞茸的
口感令人惊讶



饭南町交流物产馆! MARCHE
奥出云荞麦面店 一福 广岛三次店
汇集了饭南町的特产、观光信息。可以买到新
鲜采摘蔬菜的产地直销市场也不错哦!

☎0824-63-7533 广岛县三次市三次町 141-1

适合下酒的
料理多种多样!



“烤鸡串 10串拼盘”

1404日元

富久波家 ATARIYA

从广岛风味御好烧到青花鱼寿司等
一品料理。搭配当地酒好好享受

☎0854-72-0136 饭南町顿原 1596-1



“大和芋铁板烧” 476日元

居酒屋GUDENGUDEN

使用饭南町产高粘度大和芋
烹制，是受女性欢迎的一品

☎0854-76-3463

饭南町野查 807-7



町内野生的
山藷菜是其佐料



豆渣沙拉是
广受欢迎的小菜！



“茶屋套餐” 850日元
UGUISU茶屋



量大！荞麦、大米、蔬菜均为自家栽培，豆腐也是手工制作

☎0854-73-0002 饭南町志津见 351-1

“杂烩面” 800日元 满福亭

面汤中浓缩了鸡肉、猪肉、海鲜、蔬菜、水果等饭南町的美味！丰富的食材也是其魅力

☎0854-76-2458
饭南町下赤名 498-6

胜店
部主
熙功



店主不在时
请大声呼叫店主！



大地的馈赠、 季节的馈赠 果然美味

大山、森林资源丰富的饭南町水和空气非常干净。

由于昼夜冷暖温差大，

所以田地里的蔬菜凝聚了甘甜，非常美味。

快来品尝使用丰富食材烹制的好评美味！

汤也要喝完哦



拉面 620日元～
关东煮 110日元
KIRAKU食堂

劲道十足的面和猪骨风味鸡汤酱油汤底
相得益彰！也欢迎品尝热乎乎的关东煮

☎0854-72-0525
饭南町顿原
2247-2



受当地人喜爱的
大份量午餐



“每日特色午餐” 700日元
憩之乡 衣挂

使用奥出云猪肉和当地蔬菜
烹制的丰富菜品深受游客欢迎

☎0854-76-2158
饭南町上赤名 1663



一起
畅饮
到深夜



想要一醉方休的人相聚 GUDENGUDEN。

当地的饮酒会在这里举办！吃着老板娘做的
烤鸡肉串，大家一起欢乐畅饮吧

居酒屋 GUDENGUDEN

☎0854-76-3463 饭南町野宫 807-7

饮酒后无法开车时请联系我们。
赤来出租车

在GUDENGUDEN居酒屋喝酒后可以叫出租
车送您回住处！赤来交通 ☎0854-76-2065



也能为您介绍
晚上的饭南町

好吃的当地食材、 正宗的当地味道！

美味健康的
自家种时令蔬菜！



“午餐套餐”
1000日元

咖啡馆 手工杂货STITCH

每周轮换的午餐套餐，盘中盛有丰富的
手工烹制的精选料理

※固定休息日/周日、周一

☎080-8239-0735 饭南町上来岛 1038-2

利用矿石的力量温暖您的身体

光明神神温泉

WiFi
FREE

琴引 VILLAGE 山庄

使用冈山县阿部矿石出产的“光明石”，对舒缓神经痛、解除疲劳有效果，让温暖直达身体深处。

☎0854-72-1035 饭南町佐见1199-3



虽然城市不大，
个性十足的温泉
却有这么多！



温泉还可以来哟场



气泡温和！

顿原RAMUNE银泉

具有二氧化碳泉和碳酸氢盐泉两种泉质，是非常少有的疗养泉，据传是大国主命发现的。由于是天然源泉循环，因此温泉水的颜色每天都不同。源泉水还可以带回家，也有人带回家放入自家的浴缸中享受温泉浴。

☎0854-72-0880 饭南町顿原1070



浓浓的金黄色温泉水

加田之汤

WiFi
FREE

据说有武将们在此治愈好了伤口，自古便深受当地人的喜爱。水温温和，可以慢慢地享受泡浴，温暖直达身体深处。温泉水呈不透明褐色，请注意脚下。还建有名为“权兵卫茶屋”的食堂，可以品尝到乡土料理。

☎0854-76-3357 饭南町下来岛707-2



可以轻松到访，来泡个澡
位于名汤聚集的三瓶山周边，饭南町也有令人感到自豪的温泉。日本少有的温泉，外观也能让人热血沸腾的温泉等等，魅力十足。泡在浴池中和当地人交谈也是旅途的一种乐趣。定会让您身心都感到温暖。





专业手艺人们的
精湛手艺!



还有很多种类的
注连绳特产!



大注连绳创作馆

WiFi
FREE

手工制作体验可以选择初级至高级的三种课程,因此儿童也可以体验。请一定亲自试一试哟。
☎0854-72-1017 饭南町花栗54-2

出云大社的注连绳
也是饭南町制作的



可以熟练地编绳啦



能量景点!?

也许是饭南町不可思议的景点



和通晓历史的导游

一起漫步在石见银山去往尾道的大路上,也许就可以体会到当时人们用牛马运送银子的心情了。饭南町银山街道赤名宿

漫步银山街道赤名宿。
可以看见运送银子的人和马?



杉树和银杏树结为连理枝

大元杉(夫妻千年杉)

虽然夫妻偶尔会吵架,但和睦相处是夫妻之道

树龄千年的两颗杉树之间在出云大社的方向上结为连理枝。银杏树也贯穿杉树结成了不同树种的连理枝,感叹不可思议的神木力量。饭南町上赤名(赤穴八幡宫)



放眼望去,满眼的银装素裹。让心底也变得纯净!?



如果来由来八幡宫,就可以看到绝无仅有的珍稀狛犬

有形状独特、仅此独有的狛犬,迎接田神的“注连下祭”、“姬之饭神事”、“头渡神事”等一系列的特殊神事一直流传至今。饭南町顿原1647(由来八幡宫)



据说去赤穴八幡宫参拜,可以找到心仪的另一半

神社流传着丹涂箭神话的传说,据说女神玉依姬生下了大山咋神的子神,这里是鲜为人知的求姻缘好去处!饭南町上赤名(赤穴八幡宫)

还有露营地哟~



※可以将自行车带入房间。

琴引VILLAGE山庄

山庄地处大自然环抱之地。冬季很多客人来此滑雪。晚上还可以在光明石的温泉中放松身心。

☎0854-72-1035 饭南町佐见1199-3



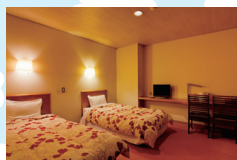
在岛根的轻井泽悠闲度日



道之驿 顿原 YAMANAMI 旅社

道之驿顿原是全国少有的可以住宿的道之驿！设有西式房间和日式房间，可按您的喜好进行选择。

☎0854-72-1111 饭南町花栗 48



差旅休闲两相宜！



5层还有露天展望浴场



憩之乡 衣挂

位于饭南町的中心部，前往观光景点交通便利。所有客房均可以看见赤名观光牡丹园也是其亮点之一。

☎0854-76-2158 饭南町上赤名 1663



眺望满天星辰
度过有格调的假期



森林酒店 MORINOSU

置身美丽森林之中的住宿设施。在以亚洲风格家具演绎时尚空间的客厅度过悠闲自在的时光。使用奥出云和牛和饭南町食材当场烤制的烧烤风味晚餐也不容错过。

☎0854-76-3119 饭南町小田842-2

※冬天休息

岛根县田间游 野花盛开之家 若林

位于大万木山山麓的民宿，老板娘使用时令野菜及自家种植蔬菜亲自下厨，俘虏了很多粉丝！

☎0854-72-0304 饭南町顿原 1141-1



每天限一组！



志都之里 KLEINGARTEN

KLEIN-GARTEN是指住型市民农场，推荐给希望利用假期体验田园生活的人们！

☎0854-73-0088 饭南町志津见 541-5



在一年中尝试体验一下田园生活！





用县内屈指可数的大米产地
出产的大米酿出的美味日本酒

绢乃峰

※详情请垂询店家
赤名酒造

100%选用优质饭
南町产大米。酿酒
师精心酿造而
成的冽香醇米酒。

☎0854-76-2016
饭南町赤名 23 番地



只有本店
可以买到生荞麦面！

“袋装生荞麦面” 810日元
“奥出云生荞麦面” 650日元

奥出云荞麦面店 一福 顿原本店

特色在于劲道十足。荞麦籽带皮一起制成面条，色浓味香。

☎0854-72-0277 饭南町顿原 2322



饭南町孕育的
故乡味道

顿原年糕 550日元 (450g)
顿原生味噌 550日元 (700g)
顿原渍 230日元 (140g)
岛根县农业协同组合
云南地区本部 顿原加工所
源于风土之馈赠，精心制成的年糕
及味噌，其中顿原渍更有令人怀念
的故乡味道。

☎0854-72-1001 饭南町顿原 1063-1



优质商品 有很多

发现饭南町 特有的产品！

热情的人们，
发现很多集饭南町
使用大自然中生长的当地食材烹制的
都仿佛向人们展现着町内的
美味的食物
这些魅力于一身的特产！
美食以及町内特有的注连绳产品等等，
氛围和当地人的品格。

“苹果汁” 680日元
“蓝莓果酱” 540日元
“苹果糖” 330日元
赤来高原观光苹果园
购买请至町内特产经销店

用有机肥料和满满爱心
培育的水果

饱
含
成
熟
苹
果
和
蓝
莓
的
好
味
道



对腰腿好！？
草履x linyan猫

“linyan猫手机吊坠”
648日元
合同会社ACT

手工制草履&linyan猫
可爱装饰的手机吊坠

☎080-1649-0408
饭南町下赤名 880-3



“linyan猫手机吊坠”
980日元
大注连绳创作馆

忠实再现出linyan猫的“富态”。
拥有它也许会带来福气哦

☎0854-72-1017 Wi-Fi FREE
饭南町花菜 54-2



“求姻缘(圆形稻草绳装饰)”
500日元 大注连绳创作馆

每一个都是手工编织而成真品
快根据自己的愿望选一个吧？

☎0854-72-1017 饭南町花菜 54-2



吉祥好彩头的迷你版注连绳。
期待好姻缘

玄米薄饼预调粉
648日元 Elise

采用不含麸素和铝的烘焙面粉，
作法简单，在家也能作出对身体
有益、好吃又健康的薄饼哦。

☎0854-76-9341
饭南町上赤名 1664番地

可以简单作出玄米薄饼的
预调粉！



拥有日本酒芳醇口味和香气的
高雅甜点

“绢乃峰の黄油蛋糕”

1296日元 吉川吉盛堂

创业100多年的糕点店。从创业之初一
直经久不衰的利久馒头依然很受欢迎。

☎0854-2623 饭南町赤名 26

时令果蔬及
手工豆腐很受欢迎！

“水果”、“手工豆腐”等

※各农户的售价不同。

UGUISU茶屋 青空市

从时令果蔬到手工腌菜

当地产大豆制作而成的豆腐被称为“一绝”。

☎0854-73-0002 饭南町志津见 351-1



岛根作家们制作的
可爱作品琳琅满目

朴实的作品有很多
拥护者，还有客人专
程从县外前来购买

☎080-8239-0735

饭南町上来岛 1038-2



“手提包” 2000日元

“小物包” 1000日元

咖啡馆 手工杂货STITCH

发现饭南町 特产！

“Puritto” 肉厚！
多汁香菇。

菌床香菇名产

“Puritto” 302日元

饭石森林组合

采用饭南町的间伐木材及山间
涌出的泉水栽培而成。Q弹的口
感与鲜美让人顿觉幸福。

☎0854-72-0523

饭南町佐见 771-1



泡澡来
来瓶RAMUNE~

“顿原之银泉”

150日元

顿原RAMUNE银泉

丰富的气泡带来无限的清
凉感。复古的玻璃瓶装。

☎0854-72-0880

饭南町顿原 1070



大口吃掉
可爱的小野猪♪

饭南野猪肉包

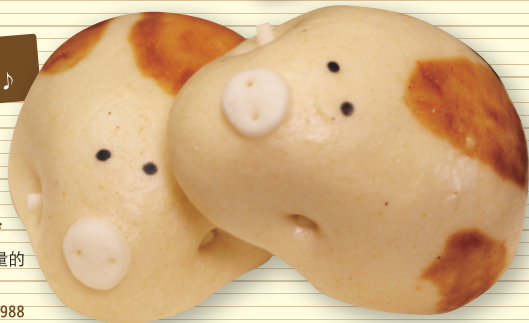
“INOCCHI”

210日元

GRANDIA赤名岭

使用大量低脂肪、低热量的
野猪肉馅制成的肉包

《电话订购》☎0854-76-2988



可以看见农户真容的
新鲜时令蔬菜



“红辣椒”、“泡泡果”等

※各农户的售价不同。

农林产物直销处“牡丹之乡”

冷热差大的饭南町是营养丰富蔬菜
的宝库。当天出货的蔬菜琳琅满目。

☎0854-76-9126

饭南町下赤名 880-3

这里也有很多蔬菜！

青空市 山毛榉之乡

道之驿顿原内兼设的地产
地销市场。美味的高原蔬菜
及健康花苗很有人气！

☎0854-72-1530

饭南町花栗 48



玄米曲奇“Mamenakane”

300日元 高原之乡 都加贺工房

超高压加工玄米加上浓厚黄油和酒粕
烤制而成的健康点心。

☎0854-72-1025 饭南町都加贺 308-6



“生产销售无农药蔬菜、资材和加工品！” 株式会社 IINANBIO ☎090-5261-8058

饭南町地图

