

天上から望む

絶景美田に心がゆるむ。

”葉っぱの町“としても有名になった徳島県の上勝町は、

重なりあう山々に集落が点在する棚田の町だ。

空に抜ける道をたどれば、

市宇、檜原、八重地、府殿など変化にあふれた景色が広がる。

天空の棚田

上勝

かみかつ

【徳島県勝浦郡上勝町】

●市宇の棚田を名水が湧く「天上の泉」の水飲み場辺りから望む。

勝浦川の上流、町の8割以上を山林が占める徳島県の上勝町は人口約1、500人の小さな町だ。高齢化が進むこの町が注目されたのは、町おこしではじまった里山の葉っぱビジネスからだろう。

徳島市から勝浦川に沿い県道16号を山側に行こう。町の起点になる「いっきゅう茶屋」からは美愁湖が見られる。さらにクルマを進めると細い町並みが現れる。棚田はさらに西に向かった山側だ。



渓谷美も上勝の魅力だ。

棚田は各所に点在している。道沿いの小さな案内を手がかりに狭く切れ込む山道に入る。クルマ1台がやっとのかなり急峻な道の先が棚田集落だ。眼下には幾重にも美しい衣をまとった絶景が広がる。

空と棚田がつくる天上の楽園の市宇(いちう)、「にほんの里100選」になった八重地(やえじ)、「日本の棚田百選」や「重要文化的景観」に選ばれた檜原(かしはら)に、田野々(たのの)、府殿(ふどの)、野尻(のじり)。景色も風情も異なる棚田を楽しもう。

棚田めぐりとともに、温泉でほっこり、地元の味にじんわり。里山ならではのそうした醍醐味が満喫できるのも上勝町の魅力だ。

ドライブで行きたいオススメ立ち寄りスポット

旅の汗をさっぱりと！



月ヶ谷温泉 月の宿

空海が修行中に薬師如来から「この霊水は万病を駆除する薬泉なり」とお告げを受け、広めたとの逸話がある。大浴場、岩風呂ともに勝浦川を一望できる。疲労回復に神経痛や筋肉痛にも効果が期待できる。

☎ 0885-46-0203
 📍 上勝町大字福原字平間71-1
 ⌚ 10:00~20:00(受付) (第2水曜日定休)
 ※レストランは11:00~ P有



慈眼寺 (じげんじ)

空海がこの地の鍾乳洞で邪気漂う悪龍を法力で封じ、十一面観音を刻み堂宇を建立したのが起源とされる真言宗の古刹。四国八十八カ所霊場の第二十番札所奥の院、四国別格霊場三番札所。

☎ 0885-45-0044
 📍 上勝町大字正木字灌頂麓18
 P有



いっきゅう茶屋

上勝町に入る入口付近にあり、ひと休みするならここ。地元の名産や野菜類のほか、町の情報も手にできる。2階の喫茶室からは美愁湖の絶景も楽しめる。

☎ 0885-46-0198
 📍 上勝町大字福原字下日浦76-12
 ⌚ 8:30~15:00(火曜日定休)
 P有



カフェ・ポールスター

“北極星”と名付けられたカフェ。オリジナルコーヒーやデザートなど、大きな窓から景色を見ながらゆっくりと寛げるスペースだ。上勝産の柑橘「ゆこう」を使ったケーキがオススメ。

☎ 0885-46-0338
 📍 上勝町大字福原字平間32-1
 ⌚ 11:00~17:00(木・金・土曜日定休)
 P有



ライズアンドウィンブルーイング

ユニークなデザインが目を引く建物は廃棄された建具や家具を再利用し、ゴミをなくす「ゼロ・ウェイスト」を実践する。軽食やドリンクでひと休みしたい。「上勝ビール」の工房も併設。

☎ 0885-45-0688 📍 上勝町大字正木字平間237-2
 ⌚ 11:00~17:00(月・火曜日定休)
 P有(10台)

こだわりの
 ケーキと
 コーヒーで
 ほっと一息



里人トーク

「普通の観光では上勝の良さは分からない」

上勝町を訪れると、棚田など一見よくある田舎だと思われることでしょう。しかし、上勝の真骨頂は地元民と交流しないと分かりません。葉っぱビジネスやゼロ・ウェイスト(ゴミゼロ)、世界から注目される町を作った住民に、ぜひ会いに来て下さい。



藤井 園苗さん
 (一社)ひだまり理事・
 上勝町ゼロ・ウェイスト推進員

DRIVE DATA

- 大阪・神戸方面から「明石海峡大橋」「大鳴門橋」利用
- 広島・岡山方面から「瀬戸大橋」利用

INFORMATION

- 上勝町役場産業課 ☎0885-46-0111 (代)

美景さまざま、 点在する棚田を訪ねよう。

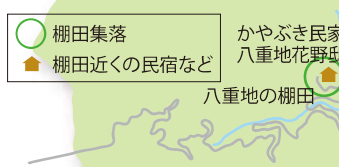
上勝町の棚田は、江戸時代後期に描かれた絵図とほぼ変わらない状態がいまに残る。地元の人々が代々受け継いだ遺産に感動もひとしおだ。農家民宿も各所にある。



檜原の棚田／日本の棚田百選・重要文化的景観

急傾斜地にあり、全国的にも最も厳しい耕作条件にある棚田のひとつだ。水車のある風景が美しい。

上勝町大字実（檜原集落）
●標高 500～700m



山犬嶽（やまいぬだけ）

原生林の登山道を登ると広葉樹の森に巨石の風景が現れる。苔むす大地は別世界だ。

上勝町大字旭（市宇集落）
●標高400～700m



かやぶき民家 八重地花野邸 ☎070-4298-4779 📍上勝町大字旭八重地18-49



市宇の棚田／名水の里

「天上の泉」「ふるりの泉」といった良質の湧水にのどを潤せる。天上から眺める景色は見事だ。

上勝町大字旭（市宇集落）
●標高400～700m



八重地の棚田／ほんの里100選

ブナの原生林に守られた里には、曲線型の圃場整備を行った独特の棚田景観が広がる。

上勝町大字旭（八重地集落）
●標高450～700m



田野々の棚田／かおり風景100選

「上勝晩茶」の発祥地として、800年も前から続く伝統の無農薬製法を受け継いでいる。

上勝町大字旭（田野々集落）
●標高300～500m



○棚田集落
■棚田近くの民宿など

かやぶき民家 八重地花野邸
センペルセコイヤ
里がえり
市宇の棚田
花びより
山西旅館
自然の宿あさひ

山犬嶽
檜原の棚田
山挨
野尻の棚田
かおり風景 田野々の棚田

月ヶ谷温泉村 キャンプ場
ポールスター
月ヶ谷温泉

ペルトナレ
古民家を改修した人気のレストラン、本格イタリアンが楽しめる。
☎080-3165-7153 P有

この辺りがスーパー林道の起点。

いっきゅう茶屋
くるくる工房

ライズアンドウィンブルーイング
日本最長！
87km
剣山スーパー林道だ。

正木ダム
美愁湖が美しい。

灌頂ヶ滝
（かんちょうがたぎ）
80メートルの高さから滝が流れる様は荘厳そのもの。新緑のころ、紅葉の時期がオススメ。

慈眼寺
灌頂ヶ滝

勝浦川

ペルトナレ

ペルトナレ

ペルトナレ

ペルトナレ

ペルトナレ

ペルトナレ

ペルトナレ

ペルトナレ

ペルトナレ

ペルトナレ

ペルトナレ



灌頂ヶ滝
（かんちょうがたぎ）
80メートルの高さから滝が流れる様は荘厳そのもの。新緑のころ、紅葉の時期がオススメ。



正木ダム
美愁湖が美しい。



ペルトナレ
古民家を改修した人気のレストラン、本格イタリアンが楽しめる。
☎080-3165-7153 P有

本物の里暮らしを体験する かみかつ茅葺き学校!!

八重地の棚田を一望できる場所にある「かやぶき民家 八重地花野邸」は、地元の人たちによって茅葺き屋根が復元された。花野邸を拠点に活動する「かみかつ茅葺き学校」では、田植えやほうき作りなど季節のイベントを開催しているほか、グループで花野邸を貸し切り、囲炉裏でアメゴを焼く、釜でご飯を炊くなど暮らし体験ができるように時間貸しも行っている。



かやぶき民家 八重地花野邸 ☎070-4298-4779 📍上勝町大字旭八重地18-49

里の知恵 COLUMN

「ゴミをなくそう!」「くるくるさせよう!」 上勝にエコを学ぶ。

上勝が町ぐるみで取り組むものに、ゴミゼロを目標にする「ゼロ・ウェイスト」活動がある。ごみを抑制する地産地消を進め、ごみの原因となる過剰なものは抑え、ごみの発生時点から分別やリサイクルまでが計画的だ。

ゼロ・ウェイストセンターの隣にある「くるくる工房」では家庭で不要になった着物や端切れが持ち込まれ、お年寄りたちの手で新しいグッズになる。また勝浦川の祭りを彩る鯉のぼりをバッグや小物に再生して販売している。

くるくる工房（ひだまり）
☎050-3438-9545
📍上勝町大字福原字下日浦94-4
🕒9:00～17:00（木曜日休）

