

農家民宿おふくろ(高知県)

「自分で獲った天然アユや川エビは、なによりも美味しいですよ!」



●四万十が堪能できる。アユの友釣り、川エビのコロバシ漁、ナマズのはえ縄漁は各2000円〜。血縁料理体験7000円〜(2名〜)。1日1組限定。国2食付き6000円。素泊まり3500円。国高岡郡四万十町江師268 ☎0880(27)1015または090(4500)6410 JR予土線・土佐大正駅からクルマで約5分。

星の文化館(福岡県)

「ムード満点の夏の夜は星と泊まれる天文台へようこそ」



●「星のふさと公園」の天文台に併設する宿泊施設。宿泊者専用の観望会を実施する。国2食付き8500円〜(小学生5000円)。入館料500円(小学生300円)。国八女市星野村10828-1 ☎0943(52)3000 九州道・広川ICまたは八女ICからクルマで約40分。

プチファーム田中(大分県)

「国東半島に、新しい親戚をつくりにおこしください」



●養蚕を営んでいた築85年の入母屋の2階に宿泊。庭には手づくりの石窯を設置。国朝食付き5000円(子供3500円)、夕食1500円。石窯でのパンやピザづくり1000円〜(材料費別途)。国国東市国見町中345 ☎0978(82)1366 JR日豊線・宇佐駅よりクルマで約40分。

牧の家(佐賀県)

「手づくりの露天風呂から山々の美しい風景が眺められます」



●日本樹木百選に選ばれた「岳の棚田」での草取りや生き物観察、かし作り、千歯こき作り、夏野菜の収穫などが体験できる。一単位(3時間まで)の体験につき1人2000円。国2食付き7000円、朝食付き6000円。国西松浦郡有田町山谷 ☎0955(41)1517 長崎道・武雄北方ICからクルマで約40分。

ふれあいの里がわづ(静岡県)

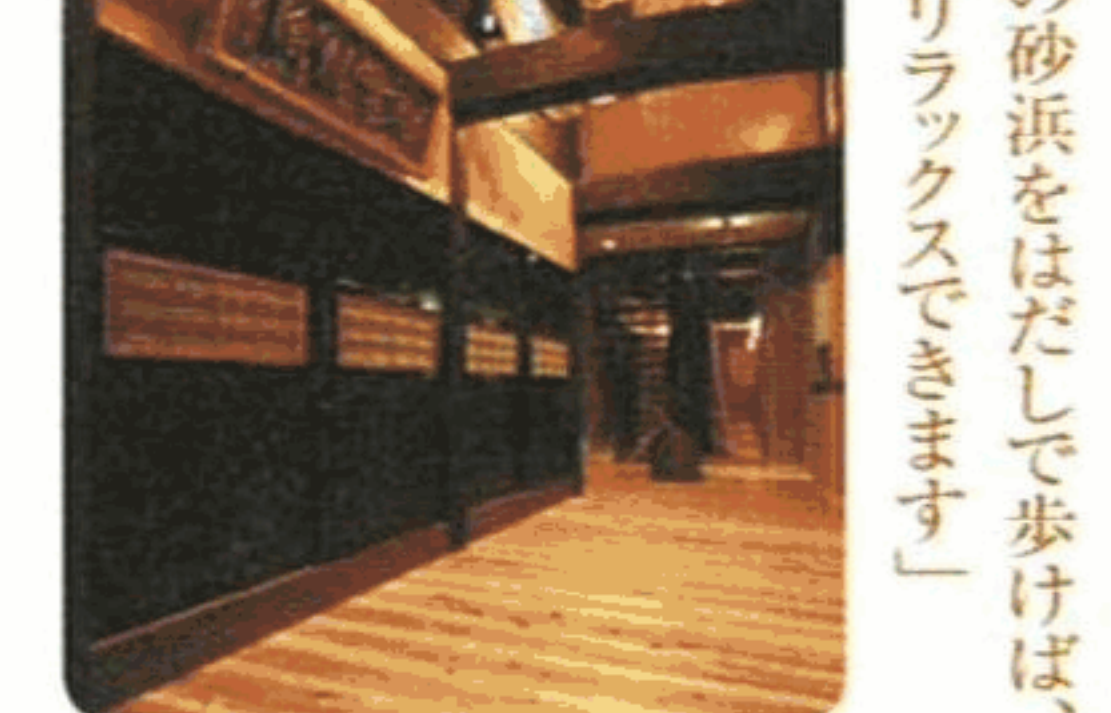
「プロのアドバイスを受けて、農業の魅力を感じてほしい!」



●プロ農家のアドバイスがもらえる、滞在型農業体験施設。自炊、個人スペースは6畳とキッチンのみ。国1週間1万5000円(1部屋)〜最大1年まで宿泊可。農園利用料は年間1万2000円。国賀茂郡河津町峰319-9 ☎0558(32)2307 伊豆急行・河津駅からクルマで約5分。

民宿はし本(兵庫県)

「心からリラックスできます」



●城崎温泉にほど近い、気比の浜に立つ田舎宿。薪で炊き上げる朝ごはん炊きや餅つきは、無料で体験できる(宿泊者のみ)。魚釣り体験は釣った魚の調理代込みで700円。国2食付き1万5000円〜。国豊岡市気比4509 ☎0796(28)2834 JR山陰本線・城崎駅からクルマで約10分(送迎談)。

農家民宿 出雲そばがくれ庵(鳥取県)

「神話の里でそば打ち体験。宍道湖に昇る朝日が印象的です」



●宍道湖畔の静かな宿。ご主人が指導するそば打ち体験(1500円)では、打ちたてをその場でいただくことができる。国2食付き5000円。素泊まり2000円。国隠岐県斐川町大字坂田3287 ☎0853(62)5128 一畑電車北松江線・雲州平田駅からクルマで約10分。

徳島市 空居(徳島県)

「木と土のにおいのする家で、木工体験が楽しめます」



●徳島産の上質な無垢材と呼吸する土壁の家。冷蔵庫、電子レンジなど調理器具完備で、食材持ち込みの自炊が基本。国平日利用1団体3000円、1日利用同5000円(別途光熱費等1名2000円要)。国徳島市八万町内浜11-4-21 ☎080(2988)9745 JR高徳線・二軒屋駅から徒歩約20分。

トシキウ農園(長野県)

「農作業、五平餅づくり、味噌づくりなどの各種田舎体験ができます」



●「トシキウ」とは、村で使われていた、ししおどしの原理で動く精米機のこと。140年前の農家を移築し、羊牧場、農園レストランなどを併設。国素泊まり2625円(夕食2100円、朝食1050円)。国下伊那郡阿智村浪合1520-4 ☎0265(47)2040 中央道・飯田山本ICからクルマで約30分。

農家民宿 みづの荘(岐阜県)

「神社の巨木に住むムササビに会いに来ませんか?」



●ムササビ観察やナイトハイク、夏野菜収穫、イワナのつかみ取りなど、ユニークな体験が揃う。各1050円。国2食付き7350円〜、朝食付き5000円〜、素泊まり3800円〜。国高山市一之宮町2008 ☎0577(53)2707 JR高山本線・高山駅からクルマで約10分(送迎可)。

農村文化伝承館 山本家(富山県)

「江戸末期の暮らしを体験してみませんか」



●今から140年以上前、江戸末期に建てられた古民家を利用した宿泊施設。薪を割って、囲炉裏やかまどで自炊することができる。国素泊まりのみ1050円(小中生700円)。国黒部市宇奈月町明日670 ☎076(65)2038 北陸道・黒部ICからクルマで約15分。

望海幸楽(福井県)

「夏の日本海があなたを待っている。大海原で、一日漁師になってみよう」



●漁師体験ができる宿。魚介類の宝庫・若狭湾の海の幸を満喫。国2食付き8400円〜、朝食付き5250円。素泊まり4725円。沖合での定置網体験1万円、さし網体験5000円。国三方上中郡若狭町神子3-11-4 ☎0770(47)1316 JR小浜線・三方駅からクルマで約30分(送迎談)。

海の幸の宿 富崎館(千葉県)

「幻想的なウミホテルの鑑賞会にご案内します」



●トウモロコシ採りなどの農作業体験のほか、定置網漁船同乗(1500円)など、港町の宿ならではの体験が可能。夏の夜には、夜行性のウミホテルの鑑賞会へも案内(500円)。国2食付き8400円〜。国館山市布良303-1 ☎0470(28)1125 JR内房線・館山駅からクルマで約20分。

山村生活体験館たかす(長野県)

「野菜の収穫から調理まで、すべて自分でできます」



●納屋を改造した自炊施設や、囲炉裏を設えた部屋で自炊できる。宿泊者は敷地内の農園でトウモロコシやピーマンなどを収穫して調理することも可能。国2食付き5000円。素泊まり1000円〜3000円。国下伊那郡大鹿村鹿塩3747 ☎0265(39)2486 中央道・松川ICからクルマで約30分。

延齢草(長野県)



●地元中学校の木造校舎を移築して開業。乳牛、ヤギ、ニトリを飼育し、チーズづくりなどが体験できる。国2食付き8000円。ヤギの乳搾り・チーズづくり体験5000円(持ち帰りOK)。国下伊那郡大鹿村大河原2034 ☎0265(39)2818 中央道・松川ICからクルマで約40分。

カントリーハットやまびこ館(長野県)

「夏休みの思い出づくりはおまかせ。川遊び、沢遊びがたっぷり楽しめます」



●農林業体験のほか、夏はラフティング、カヌー、水上バイク、渓流釣りが楽しめる体験型宿泊施設。インストラクターが案内する沢歩きは2000円(4名以上)。国2食付き6300円〜、素泊まり3500円。国下伊那郡泰森村田本6172-1 ☎0260(25)1020 JR飯田線・温田駅からクルマで約10分。

YORKSHIRE FARM(北海道)

「北の大地で、約250頭のヒツジたちがあなたを待っています」



●10haもの農場に約250頭のヒツジを飼育する牧場で、ヒツジ飼育体験ができる。国朝食付き6500円。ヒツジ飼育体験1050円、糸紡ぎ・フェルト作り体験3150円。国上川郡新得町新得基線115-7 ☎0156(64)4948 JR根室本線・新得駅からクルマで約5分。

橋本荘(山形県)

「そば打ち達人のいる山里で、おいしいそばをどうぞ」



●そば打ち達人の多いことで知られる山形・大井沢でも名うてのそば名人が営む宿。食膳にはそばのほか、大井沢豆腐などが並ぶ。国2食付き6800円〜。そば打ち・夏野菜収穫体験両方1000円。国西村山郡西川町大字大井沢1181-3 ☎0237(76)2353 山形道・月山ICからクルマで約7分。

農家民宿 サンベリー(新潟県)

「摘みたてブルーベリーで、美味しいジャムをつくらう」



●天然酵母によるパンづくりやブルーベリー摘みが体験できる(1日1組限定)。国2食付き6000円(小学生以下4000円)。国中魚沼郡津南町中深見丁114-2 ☎025(765)3403 関越道・塩沢石打ICからクルマで約40分、JR飯山線・津南駅から送迎あり。

農家民宿 大地(新潟県)



●スイカやメロンを栽培するオーナーご夫婦が、農業のかたわら宿泊客を受け入れるアットホームな宿。国2食付き5000円。素泊まり2500円。そば打ち体験、おやき作り体験などは各1000円〜。国十日町市高原田177-2 ☎025(768)3583 JR飯山線・北越急行・十日町駅からクルマで約10分。

まだまだある!

ビールおすすめ全国「田舎満喫宿」

膳に並ぶのは、新鮮な野菜、ドジョウ汁や猪鍋など地元産食材を使った郷土料理が中心。夜は、オーナーの中山ミヤ子さんが、囲炉裏を囲んで地元の昔話を聞かせてくれることも。



築120年の農家で郷土料理に舌鼓

宇佐市安心院阿舟99 ☎0978(44)4663 宇佐別府道路・安心院ICからクルマで約15分。チェックイン午後なら自由/アウト10時。国2食付き6500円。素泊まり4500円。体験メニューは、竹細工づくり(1500円)、夏野菜の収穫体験(1000円)、草木染め(1500円〜)。



囲炉裏に五右衛門風呂、そしてつるべ井戸が残る築120年の農家に泊まりながら、郷土料理をいただく——そんな、日本人ならば誰もが懐かしと思う体験が手軽にできるのが、「舟板昔ばなしの家」。体験メニューも、竹細工づくり、夏野菜の収穫、かまどのごはん炊き、草木染めなど多数用意されている。

舟板昔ばなしの家(大分県)

九州

古民家は計4タイプ。タイプによって、2〜5名で利用できる。島の中心地・笛吹郷の港に面した「日月庵」(写真左)は、高台に立つため、港越しに日の出、月の出が眺められる。



古民家で自在に「島暮らし」を楽しむ

長崎・佐世保沖約60kmに浮かぶ小島・小値賀島。この島では、築100年以上の古民家がリフォームされて、宿として旅人に開放されている。古民家は、港に連なる漁師の家を改築したものや、元武家屋敷など、タイプの異なる計4軒。いずれも、1日1組限定の貸し切りだ。食事は、棟内のキッチンでの自炊、または古民家レストランで。

北松浦郡小値賀町笛吹郷2791-13 小値賀港ターミナル内 ☎0959(56)2646 博多港からフェリーで約5時間。国2食付き1万6800円〜(1棟4名利用時)。体験メニューは、トレッキング、釣り、シーカヤック、プチ民家体験など(1000円〜1万3000円)。

雄大な阿蘇の外輪山で乗馬三昧

空が近い、阿蘇山の外輪山の一角。見渡す限りの草原のど真ん中で、宿泊しながら乗馬体験ができるのが、「阿蘇エルパティオ牧場」。スケール感満点の阿蘇の大自然の中だからできる引き馬なしの乗馬は、貴重な体験だ。「乗り手がひとりで手綱を操るので、馬との一体感が格別です」(代表の久田見史さん)。

初心者、入門編からスタート。中・上級者はレベルに応じて、乗馬体験ができる。リピーター率4割という数字が、満足度の高さを物語る。来場者は、福岡をはじめ西日本一帯、遠く首都圏からも。



阿蘇市一の宮町三野2305-1 ☎0967(22)3861 JR豊肥本線・宮地駅からクルマで約15分。チェックイン14時〜17時/アウト10時。国1泊2日コース(2食付き、馬場練習1回、草原遠乗り3回)2万8000円。1泊2食付き7000円〜(1部屋3名利用時)。