

いつもの阪神高速で、お出かけしよう

# どらいぶらり

グルメ&スイーツ特集

## 人の幸、里の幸、 京都の秋を いただきます!

伏見/越畑/大原

1泊すれば近場はもっとおもしろい

**能勢** 阪神高速を利用して  
手軽に行けるアウトドアリゾート

Hanshin  
Expressway  
Magazine  
2016  
あき号  
**VOL.11**

おトくな  
クーポン  
付き

どらいぶらり 2016 AUTUMN VOL.11

発行: 阪神高速道路株式会社 営業部 お客さまサービス課 〒541-0056 大阪市中央区久太郎町4丁目1番3号 Tel.06-6252-8121 2016年10月3日発行

**OKI** *Open up your dreams*

## 社会を 動かす仕事。

私たちの生活が、もっと快適であるために。  
暮らしやすい毎日であるために。  
OKIは、最先端のソリューションを駆使し、  
社会インフラ構築の一翼を担っています。  
想いを共にするパートナーと力を融合させ、  
大切なピースをひとつひとつ社会にはめていくように。  
数年先、数十年先のよりよい未来を見据えて、  
もっと価値ある社会へ。  
動かしていくのは、私たちOKIです。



実は、こんなにたくさんの事業で、OKIは社会を支えています。



自動チェックイン機 IP-PBX/ビジネスホン ビデオ会議システム 航空管制システム ETC ATM 自動手荷物預け機 プリンター EMS

沖電気工業株式会社 [www.oki.com/jp/](http://www.oki.com/jp/)

# 人の幸、里の幸、 京都の秋を いただきます！



今号の「どらいぶらり」は、収穫と食欲の秋にふさわしく、京都の美味しいものを大特集。とはいえ、ありきたりのグルメスポット紹介にとどまることなく、「どらいぶらり」らしい視点で、地域の人たちの「食」へのこだわりや地元を愛する気持ちをお伝えします。伏見区竹田の「じねんと食堂」「じねんと市場」、左京区大原の「里の駅大原」、そして、右京区嵯峨越畑の「フレンドパークまつばら」と、おいしいものを求めて、市中から里山まで京都をめぐるります。さらに、もうひとつの特集では新しいアウトドアスポットが続々オープンする大阪府能勢を訪ね、楽しい1泊ドライブ旅をご提案します。



P.17

スイーツパトロール隊結成!  
京都スイーツ特集



P.09

手軽に行けるアウトドアリゾート  
能勢



P.07

里山の恵みを満喫  
里の駅 大原



P.06

里山の恵みを満喫  
嵯峨越畑・フレンドパークまつばら



P.04

京都の「おいしい」が詰まった  
じねんと市場



P.03

京都の「おいしい」が詰まった  
じねんと食堂

# じねんと食堂・じねんと市場

阪神高速8号京都線の城南宮北・南の出口近く伏見区竹田の「じねんと食堂」と「じねんと市場」は、知る人ぞ知る京都のグルメスポットです。毎朝、近隣の農家さんが運び込む新鮮な旬の野菜を直売する市場と、その食材を使って野菜中心の和洋多彩な料理が食べられる食堂。食通の京都人が、教えたくないけど自慢したいという「じねんと」の魅力に迫ります。

## じねんと食堂



旬の野菜を使った色とりどりの総菜。野菜料理のパリエーションの多さに、初めてのお客さんはびっくり。季節ごとに訪れるリピーターも多いそうです。



## じねんと市場



1：野菜たちが美しく並ぶ売り場。明るい店内からは愛情こめて作られた野菜をていねいに売ろうとする姿勢が伝わります。2：代表的な京野菜の九条ねぎ。シャキッとしていかに新鮮そう。3,4：手作り農産品も多彩。ジャムやドレッシング、お茶など、京都各地の農産加工品も充実し、おみやげにもぴったり。

1：スタッフのみなさんの元気な笑顔も魅力のひとつ。2：新米がおいしいこれからの季節は、秋の食材を使った変わりご飯もいただけます。3：“じねんとの日”にお客さまに配布しているカード。24枚集めると特典もあって、女性客には大好評です。

### 二十四節気ごとにかわる旬の野菜料理を満喫

じねんと食堂は、隣接するじねんと市場に搬入される収穫したての野菜を使った料理をビュッフェスタイルで楽しむことのできるレストランです。

じねんと食堂がコンセプトとしているのは、大昔、1年を24に等分して季節の節目を表していた二十四節気に合わせ、2週間毎にメニューを変えて折々の旬の野菜をお客さまに味わっていただくこと。

シェフの森泰之さんは、時にはじねんと市場の店頭で並ぶ野菜を手に取り、メニューのアイデアを考えます。



じねんと食堂シェフ 森泰之さん

### おいしいけれどやさしい京料理の神髄を知る

森シェフいわく、「どこよりも新鮮な野菜を使えることが、私たちのいちばんの強み。ポイルしてもほとんどアクが出ないほど新しい食材をどんな調理法でお客さまにお出しするかが腕の見せどころです。」

じねんと食堂の料理はどれをとっても心のこもったやさしい滋味が感じられます。低カロリーで塩分を控えながらも食材の持ち味を活かし、しっかりおいしく、満足のゆく品々。これぞ、まさに京料理の伝統です。

### 多彩な野菜が集まる京都市内最大級の直売所

じねんと市場は京都市内でも最大級の広さと品揃えを誇る直売所です。最初は簡易なテントからスタートした直売所も3年前にモダンな建物になり、今では平日は地元の人たち、休日には遠く大阪からの買い物客で賑わう活気あふれる市場になりました。

スタッフが地域を廻り、説明会を開いて募った契約農家さんも現在は約250軒に増えました。新しい品種の栽培に意欲的な若い農家さんも多く、京野菜だけでなく、色とりどりの季節の野菜が集まる元気な市場になりました。

### 野菜から加工食品まで揃う食のセレクトショップ

じねんと市場の売りは新鮮な野菜の直売だけではありません。おいしいものを知り尽くしたスタッフが東奔西走して集めた京都特産の加工品もおすすりです。

調味料やドレッシング、ご当地レトルトカレー、お味噌、お茶、そして大人気のスイーツまで。こだわりの品揃えはデパ地下や高級スーパーをしのぐほどです。市中であれこれ探すよりも、ここに来ればひと味ちがう京都みやげが見つかり、観光客にも人気です。



## じねんと市場を支える 地元の農家さん

じねんと市場は、地元の農家さんが栽培した野菜や果物に、農家さん自身が価格を付けて販売しています。久御山町で野菜のハウス栽培をする川崎継太さんも契約農家の1軒です。

## 空心菜、サンチュなど 約10種類を栽培

川崎さんが代表を務める「川宇」は、明治時代から4代つづく古い農家。かつてこのあたりがまだ巨椋池だった頃、初代が漁のかたわらに農業を始めました。現在のハウスは約30年前に川崎さんのお父さんが、1年を通して野菜栽培ができるように建てたもので、当時としては先駆的な試みでした。

川崎さんのハウスでは、空心菜とサンチュを中心に、京の伝統野菜のうぐいす菜、みず菜をはじめ、約10種類の野菜を作っています。朝に収穫した野菜を箱詰めて午後にはじねんと市場や近隣の直

売所に配達します。

じねんと市場では、搬入の際にお客さまと接する機会もあり、野菜を買ってくださる姿を目にしたたり、おいしい食べ方を伝えたりすることは、野菜づくりの大きな励みになっていると話してくれました。じねんとは農家さんにとっても嬉しい出会いの場です。



水耕栽培のハウスに立つ川崎さん。近年は栽培技術が向上し、水やりや肥料散布も自動化され、かつてのような苦労は減ったと話す川崎さん。それでも真夏には50度を超すというハウスの中での作業はたいへんです。



川崎さんイチ押し空心菜。じねんと市場では農家さんに話を聞いたり、資料を調べておいしい食べ方や栄養素、保存方法などをわかりやすいポップにしています。

景色もごちそう！

# 里山の恵みを満喫

観光客で賑わう洛中をはなれ、郊外に車を走らせると京都市内とは思えないのどかな風景が広がります。ここでは、地元の人たちのもてなしの気持ちがかもった素朴なごちそうが待つ、越畑と大原の里を紹介します。

まつばらの自慢は挽きたて、打ちたて、ゆがきたての十割そばです！



農事組合代表理事 大西恒治さん(左)  
農事組合理事 木村貞志さん(右)

1: 美しいおみなえし畑。越畑は生花づくりが盛んで、花の季節が終わるとそばの栽培が始まります。2: 木村さん自ら厨房に立ち、そばを茹でます。3: 窓から見えるのどかな里山の景色もそばにひと味添える素敵な薬味。

## 地域ぐるみで営む 十割そばの名店

京都市中心部から車で約1時間。愛宕山の北、地蔵山の麓に位置する右京区嵯峨越畑。800枚以上の棚田が広がり、「日本の里100選」にも選ばれた美しい里山に、近畿各地からそば好きが通う「フレンドパークまつばら」があります。

フレンドパークまつばらは、地域の活性化をめざし、地元農家でつくる農事組合法人が平成12年(2000)5月にオープンしました。地元のメンバーが約1年にわたって有名そば処のご主人の指導を受け、粉ひきからそば打ち、ゆで方までを習得。越畑のそばと山の湧き水を使い、こでしか食べるのできかない香り高い十割そばを作り上げました。オープン前は、こんな山里にお客さんが来てくれるだろうかと皆が心配していたそうですが、口コミで人気広がりが、土日は行列ができるほどの繁盛ぶり。現在も、地元農家の人たちが日替わりでそば打ちや接客にあたっています。大きな窓越しに越畑の自然を眺めながらいただく十割そばは最高です。

## 嵯峨越畑・フレンドパークまつばら



こだわりの十割そば。国内産のそば粉と越畑のそば粉を合わせていた人気の十割そば。天ぷらも越畑でとれた野菜や山菜を使っています。天おろしそば1,630円



大人気スイーツのそばプリン370円。そば粉を入れることによってねばりやもちり感が生まれ、ふつうのプリンよりも食べごたえがあります。その分、甘さも控えて男性にも楽しめる一品です。



三千院

「じねんと」にほど近い東福寺は京都屈指の紅葉名所。さらに東山エリアに北上すると清水寺、永観堂、南禅寺と東山の紅葉スポットが並びます。また、大原は緑の山々と周辺に点在する寺院の紅葉とのコントラストが見もの。越畑では美しい棚田とともに赤く染まる里山の秋景色を満喫することができます。



東福寺



南禅寺



今号で紹介した施設の近くには見事な紅葉が見られるスポットが点在しています。ひと足のばして赤く染まった京都の秋を楽しみましょう。

京都・おすすめ紅葉めぐり

DATA



A じねんと食堂

〒612-8426 京都市伏見区竹田青池町130 ☎075-642-0141 ○営業時間／11:00～15:00 (L.O.14:00) ㊟不定休 ○料金／平日：一般1,600円・65歳以上1,500円、土日：一般1,800円・65歳以上1,600円、(平日・土日とも)小学4～6年生980円・小学3年生以下680円・0～2歳0円※すべて税抜 ○お食事時間／ランチ90分、ディナー120分※平日ビュッフェはランチ営業のみ、平日ディナーは完全予約制(10名以上) ○駐車場／あり(無料) ☎7 435 404\*54



C フレンドパークまつばら

〒616-8483 京都市右京区嵯峨越畑鍋浦町109-1 ☎0771-44-2700 ○営業時間／11:00～16:00 (12月～3月は15:00まで) ㊟火曜(祝日は営業、翌週の月曜または水曜に振替) ○駐車場／あり(無料) ☎344 028 311\*33



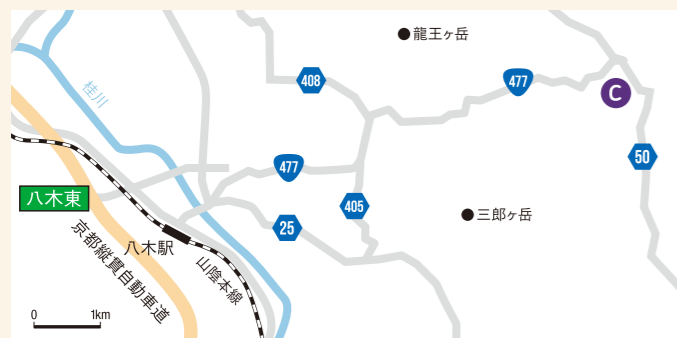
D 里の駅 大原

〒601-1247 京都市左京区大原野村町1012 ☎075-744-4321 ○営業時間／旬菜市場9:00～17:00、花むらさき9:00～16:00(日曜7:30～16:00)、大原ふれあい朝市(日曜6:00～9:00)、杵つき白どり餅販売(土曜10:30～14:00、日祝10:30～11:30・14:00※雨天中止。時間は予告なしに変更になる場合があります) ㊟月曜(祝日の場合は火曜) ○駐車場／あり(無料) ☎479 114 274\*88



B じねんと市場

〒612-8426 京都市伏見区竹田青池町125 ☎075-646-0831 ○営業時間／10:00～18:00 ㊟年末年始、不定休 ○駐車場／あり(無料) ☎7 435 374\*12



☎ マップコードでカンタンに目的地を設定!「マップコード」とは日本全国の場所を特定した番号のことで、カーナビの「目的地設定」で利用できます。(マップコード対応機種)



1：紫蘇は大原の夏の特産品。しば漬けや紫蘇ジュースなどの加工品になります。2：もち作り風景。もちの館では朝早くからもち作りが行われます。3：できあがったもちは旬菜市場の店頭で並べられ、食事処の花むらさきでも食べることができます。4、5：杵つき白どりもち。土日祝にはつきたてのもちをきな粉もち、おろしもち、砂糖醤油もちの3種類の味でいただけます。6：こだわりの親子どんぶり。大原百井産の地鶏卵、地鶏肉を使った当地ならではの一品です。7、8：ふれあい朝市。旬菜市場には大原の農家で栽培されたさまざまな野菜が並びます。遠方から買いに来る買い物客や京都市街の飲食店の料理人も新鮮な大原産の野菜を求めてやってきます。



もちの館のみなさん。もち作りを担当しているのは大原や八瀬など、地元の女性を中心。旬菜市場で販売する紫蘇もちやとちもちが人気で大人気で早々に売り切れることもあります。

秋の紅葉名所として知られる三千院にも近い大原野村町にある「里の駅 大原」。野菜直売の「旬菜市場」、杵つきもちを販売する「もちの館」、地元のお母さんの手料理が味わえる「花むらさき」が里の駅の3つの柱です。もともとは地域の農業を盛り上げようと始めた週に一度の朝市が好評だったことをきっかけに、平成20年(2008)5月に常設の直売所として里の駅がオープンしました。朝市の時から人気だった手作りもちに着目し、もちの工房を設け、有名な大原産の紫蘇や春に摘んだよもぎを使ったおもちを販売。土日祝には、もちつきの実演があり、杵つき白どりもちを買い取ることができます。また、食事処の花むらさきでは、大原で採れた新鮮な季節の野菜を使った大原膳や地鶏の親子どんぶりが食べられます。また、毎週日曜日には朝6時から「大原ふれあい朝市」を開催し、採れたての野菜を販売。遠方から訪れる多くの買い物客で賑わいます。

杵つき白どりもちが食べられる里の駅

大人気のジップライン。なかなか一歩が踏み出せない人もいますが、スタッフがしっかり応援してくれます。勇気をふりしぼって飛んだ時の気分は最高です。



能勢の森で、元気いっぱい冒険しよう!!



スタッフの高畑 悟さん(左) 森 知美さん(右)

地上から見ると、まるで鳥が飛んでいるみたい!



敷地面積約8万㎡の森林を活用して、この夏、国内最大級のアウトドアパークが能勢にオープンしました。「放置された森林を笑顔で満たすプロジェクト」として、林業に携わる人々とタッグを組んで設計から施工、運営まで日本のノウハウだけで立ち上げた森の中の新感覚冒険施設です。その目玉は、すぐれた架線技術を活かして実現した樹間距離約536m・517mのジップライン。高さ約12mの木の上から飛び立ち、森の中、池の上を鳥のように空中散歩が楽しめます。さらに電動立ち乗り2輪によるフォレストセグウェイツアーも体験できます。



冒険の森 in のせ

能勢に国内最大級のアウトドアパーク出現!



森の空気をいっぱい吸い込んで冒険にチャレンジ。最初は低い場所ですっきり講習やトレーニングを受けて、少しずつ難しいコースに進みます。遊び方のコツや注意点はスタッフがいていかに教えてくれるから安心。アドベンチャーコース最後のジップラインは池の上を飛んでゴールに着地します。約40秒の空中散歩は大人も子ども(身長制限あり)も楽しめる貴重な体験です。



1: かわいいくりのキャラクターが迎えてくれる「道の駅 能勢くりの郷」。2: 館内には能勢のさまざまな観光情報を知ることができる案内コーナーもあります。

能勢のどらぶ旅の最初に訪れたい「道の駅 能勢くりの郷」。能勢のさまざまな観光情報を知ることができる休憩施設だから、おすすめのハイキングコースやこの季節には栗拾いや椎茸狩りなどのうれしい案内も。さらに、地域の新鮮な農作物や物産が買えるので、旅の締めくりに立ち寄るのもかしこい利用方法です。

能勢妙見山 参道入口



「能勢妙見山」は、北極星の神さまである妙見大菩薩をお祀りする日蓮宗霊場です。北極星は人の運命を司る星々の王といわれ、開運の神さまとして知られています。聖地にふさわしく、標高660mの山上部分には樹齢700〜800年といわれるブナの林があり、大阪府天然記念物に指定されています。山上まで車で行くことができ、晴れた日には遠く大阪の市街地まで見渡すことのできる素晴らしい眺望が楽しめます。

まずは道の駅 能勢くりの郷

実りの秋に訪ねたい グルメと情報の拠点

妙見山

妙見大菩薩を祀る 自然豊かな信仰の山



# ムヒヒセ丸力

シリーズ第2回目は、関西人なら登山やハイキングでだれもが行ったことのある能勢を旅して、その新しい魅力を探ります。

阪神高速を利用して手軽に行けるアウトドアリゾート



眺望抜群の大舞台に立つ 現代的な信徒会館「星嶺」。





1: チェックインを済ませたらBBQの食材を受け取ります。野菜は好きなものを自由に選べます。2: 一番人気のグランピングテント。ウッドデッキにはアメリカ製BBQコンロやテーブルセットが並びます。3: 豪華なインテリア。内部にはWベッドがふたつ、ゆったりとくつろげるインテリアが配置されています。4,5: 憧れのトレーラーハウス。キッチンやエアコンも付いて快適です。6: 夜にはライトアップされ、キャンプ気分が高まります。

泊まってみよう  
るり溪温泉  
GRAX

## 能勢から一足のばして 話題のグランピングを体験!!

道具も食料も持って行かなくても豪華なキャンプが楽しめるという話題のグランピング施設「GRAX」が、るり溪温泉にオープンしました。入口のハウスでチェックインを済ませ、野菜やお肉などの食材やスイーツなどをピックアップして常設テントやキャビンのあるキャンプサイトへ。あとは備え付けのBBQコンロで調理し、家族みんなで野外デイナーが楽しめます。キャンプ初心者はもちろん、アウトドア上級者にも憧れのトレーラーハウスに泊まったり、本格的なキャンプ道具が使えるとあって大好評。この秋、ご家族でグランピングに挑戦してみたい方が増えるかも。

料金(1サイトの利用料金・4名まで)

	平日・日曜	土曜
グランピングテント	11,000円～	13,500円～
スカイビューテント	9,000円	11,500円
ルミエールキャビン		
トレーラーハウス	15,000円	17,500円

○食事(朝夕2食)/大人4,500円、小人2,500円※全サイト素泊まり不可。必ずお食事を人数分ご注文いただきます。飲食物の持込不可。○るり溪温泉割引利用料金/大人(中学生以上)500円、小人(4歳～小学生)250円

### DATA



**A 道の駅「能勢くりの郷」  
能勢町観光物産センター**  
〒563-0364 大阪府豊能郡能勢町平野535 ○営業時間/9:00～17:00(11月～3月)、9:00～18:00(4月～10月) ○火曜(7月～10月無休) ○駐車場/あり(無料)  
☎ 52 423 343\*44



**B 能勢妙見山**  
〒563-0132 大阪府豊能郡能勢町野間中661 ☎072-739-0991 ○駐車場/あり(無料)  
☎ 52 341 069\*02



**D GRAXグラックス**  
〒622-0065 京都府南丹市園部町大河内広谷1-14 るり溪温泉内 ☎0771-65-5001※電話受付時間9:00～21:00 ○チェックイン/14:00～17:00 ○年中無休 ○駐車場/あり(無料)  
☎ 52 693 483\*82



**C 冒険の森 in のせ**  
〒563-0341 大阪府豊能郡能勢町宿野437-1 ☎090-4643-4010 ○営業時間/9:00～17:00(最終入場時間15:00・季節によって変更あり) ○不定休(冬期休園期間あり) ○料金/アドベンチャーコース(小人・大人):3,500円(身長140cm～、体重120kgまで)、ディスクバリアーコース(小人・大人):2,500円(身長110cm～、体重120kgまで)、フォレストセグウェイツアー:3,000円(年齢16歳以上、体重45～120kg) ○要予約 ○駐車場/あり(無料)  
注意事項/危険防止のため、飲酒、薬物を摂取されている方はご予約をいただいても体験できません。体調を整えてご来場ください。悪天候により施設を休園することがございます。天候が不安定な場合には事前にお問い合わせください。危険防止のため、18歳未満の方だけの参加はできません。必ず18歳以上の方と一緒に(1名につき、18歳未満の方2名まで参加可能)。小学生未満の方の参加はできません。  
☎ 52 574 595\*18



☎ マップコードでカンタンに目的地を設定!「マップコード」とは日本全国の場所を特定した番号のことで、カーナビの「目的地設定」で利用できます。(マップコード対応機種)

### 能勢の旬が味わえる 看板メニュー

## ひだまり御膳

道の駅 能勢くりの郷、レストラン「ひだまり」の看板メニュー。素材には直売コーナーに並ぶ地元の農産物がふんだんに使われており、季節によって「季節のご飯」「野菜の天ぷら」の内容が変わっていく「能勢の旬」を感じていただけるメニューです。ひだまり御膳1,080円(栗ごはんの時期は1,180円)



### 自慢の栗を使った 大きなどら焼き!

## 能勢の 栗どら



能勢くりの郷のキャラクターの顔が楽しい大きなどら焼きです。能勢名物の栗から作ったジャムを使ったやさしい甘さが人気。ボリュームたっぷりでもペロリといただけるおいしさです。能勢の栗どら 540円

### 栗の風味が いっぱい詰まった限定品!

## くりチョコ



チョコレートの中に細かく砕いた能勢産の栗を練り込んだ能勢くりの郷の限定品。ホワイトチョコのマイルドな味わいと栗の風味がやさしく溶け合った秋らしいスイーツです。くりチョコ 280円

能勢でしか食べられない  
おすすめ絶品グルメ