

2023

秋~冬号

2023年10月17日発行



に い が た ガ ス ト ロ ノ ミ ー

新潟美食旅

公益社団法人 新潟県観光協会

〒950-8570  
新潟県新潟市中央区新光町4-1  
TEL.025-283-1188  
FAX.025-283-4345  
HP : <https://niigata-kankou.or.jp>  
E-mail : [umasa@niigata-kankou.or.jp](mailto:umasa@niigata-kankou.or.jp)



01

津南町・  
長岡市

WINTER FIREWORKS

## 真冬にも長岡花火の感動を！ 新潟の冬花火



information

秋冬は空気が澄んでいて湿度も低いいため、花火がよりクリアに、色もはっきりと見えるのが特徴。  
花火を純粋に美しく観賞したいなら、実は秋冬はベストシーズン！

### 長岡花火ウィンターファンタジー



開催日／2023年11月25日(土)

新潟県長岡市は、8月2日・3日に日本三大花火の1つ「長岡まつり大花火大会」(通称:長岡花火)が開催されることで知られている。その「長岡花火」を真冬にも楽しめるのが「長岡花火ウィンターファンタジー」。国営越後丘陵公園で開催されるこのショーは、プログラムすべてが音楽付きのスターマイン。エンディングは、これぞ長岡花火!の「復興祈願花火フェニックス」も打ち上げられる。

新潟県長岡市宮本東方町字三ツ又1950番1

(国営越後丘陵公園)

お問い合わせ／長岡花火財団

TEL.0258-39-0823

<https://niigata-kankou.or.jp/event/15695>



### 長岡雪しか祭り



開催日／2024年2月17日(土)・18日(日)

「雪を苦にせず、雪を活かす」、「長岡の冬を思いっきり楽しむ」というテーマのもと、雪で作った巨大な滑り台をはじめ、雪だるまづくりや飲食店や土産物が立ち並ぶブースなど、さまざまな企画が目白押し。なかでも目玉は、長岡花火の花火師たちによる雪花火。スターマインやメッセージ花火など約20分間、雪上に花火が打ち上げられる。

新潟県長岡市千秋3-315-11 ハイブ長岡  
お問い合わせ／長岡商工会議所  
TEL.0258-32-4500  
<https://niigata-kankou.or.jp/event/1953>



### 津南ランタンと冬花火の舞



開催日／毎年12月下旬～3月下旬

津南町にあるホテル「ニュー・グリーンピア津南」で期間中毎日開催される、ランタンを空に浮かべるイベント。参加者1人1人が和紙に願い事やイラストを書いて、ランタンを作成。願いを込めたランタンを飛ばす瞬間は、言葉では言い尽くせない感動を味わえる。さらに、期間中の毎週土曜日(年末年始には変則日程もあり)には、ランタンを飛ばす際に、花火も同時に打ち上げ。津南ランタンと花火とのコラボレーションで、より一層幻想的な空間に。

新潟県中魚沼郡津南町秋成12300  
お問い合わせ／ニュー・グリーンピア津南  
TEL.025-765-4611  
<https://niigata-kankou.or.jp/event/43561>



### えちごかわぐち雪洞火ぼたる祭



開催日／2024年2月下旬

雪板体験やスノーチュービングなど、子どもから大人まで楽しめるイベント。夜になると、ほんのりとやわらかい雪洞りが雪原に浮かび上がり、幻想的な雰囲気にも包まれる。イベントのフィナーレを飾るのが、冬の澄んだ夜空を彩る雪上火花。

新潟県長岡市川口中山2447番地1、2456番地(川口運動公園 体育館前特設広場、多目的広場)、えちご川口温泉リゾート ホテルサンローラ  
お問い合わせ／えちごかわぐち雪洞火ぼたる祭実行委員会事務局  
TEL.0258-89-3113  
<https://niigata-kankou.or.jp/event/11792>





02.03 / 南魚沼市・湯沢町  
SNOW ACTIVITY LOCAL FOOD



# クルマでも電車でも快適アクセス！ 雪も食事もメチャウマな 湯沢・塩沢エリアのゲレンデ

## information

日本を代表する文豪・川端康成の長編小説「雪国」の舞台としても有名な湯沢・塩沢エリアは、新潟県の中でも有数の豪雪地帯。エリア帯には数多くのスキー場が点在し、シーズン中は多くのスキーヤー＆スノーボーダーたちににぎわう。

## 1 イシ ウチ マル ヤマ 石打丸山スキー場

### ACCESS

練馬インターから塩沢石打インターまでは約175キロ、約2時間のドライブ。インターを降りてから石打丸山スキー場までは、アップダウンのほとんどない道路を約3キロの運転でアクセス可能。

### FOOD

ゴンドラを降りたあすの場所にオープンした新たなビュースポット「ザ・ヴェランダ石打丸山」。施設内にはカフェがあり、塩沢産コシヒカリ、日本酒、麺ドリンクなど、新潟県南魚沼周辺のローカルフードをはじめ、雪山パンケーキやオリジナルドリンクなど、石打丸山でしか味わえないメニューを楽しめる。

### GELÄNDE

山頂ゲレンデは斜度のある上級者向けのコース。ゲレンデ中間部より上部は、新潟県が誇る越後三山（八海山、越後駒ヶ岳、中ノ岳）と魚沼平野を一望できる。圧雪コースや非圧雪コースを楽しむのもおすすめ。斜度の緩い初心者向けの迂回コースは、地形を楽しみながら長く滑れるので、友達とゆっくりとクルージングを楽しみながら滑れる。

新潟県南魚沼市石打1655  
お問い合わせ／石打丸山スキー場  
TEL.025-783-2222  
<https://ishiuichi.or.jp/>



## 2 ガー ラ ユ ザ ヲ GALA湯沢スキー場

### ACCESS

上越新幹線「ガーラ湯沢」駅とスキー場が直結する世界で唯一のスキー場、東京駅から最速71分で到着、新幹線の往復料金とリフト券がセットで購入できる旅行商品も販売している。思い当たらずにスキー場へ！日帰りでもたっぷり楽しめる。

### FOOD

メインレストラン、フードコート「パレパレ」ではボリューム満点の丼物、カレー、ラーメンなど豊富なメニューあり、場内全7カ所あるレストランでは多国籍料理やスイーツまで多彩なメニューが揃う。

### GELÄNDE

ゲレンデは全16コースで最長滑走距離は2500mと十分のスペック。ゲレンデ滑走以外にもスノーアクティビティも充実。スノーモービルに乗って大自然の中を駆け巡る「スノーモービルソリツアー」もおすすめ。そのほかのアクティビティについては是非WEBサイトでチェックして！

新潟県南魚沼郡湯沢町大字湯沢字茅平1039-2  
お問い合わせ／ガーラ湯沢  
TEL.025-785-6543  
<https://gala.co.jp/winter/>



## 4 マイ コ 舞子スノーリゾート

### ACCESS

塩沢石打インターから約1キロという、抜群のアクセスの良さに加え、越後湯沢駅からも無料の送迎バスが運行。



### FOOD

長峰エリアにある日帰りセンターの1階「ピクシーブラザ」では本格的なハンバーガーから、背脂が効いた新潟ラーメン、地元の人気店が出店し、売り切れとなる確率の高い海鮮丼などが味わえる。

### GELÄNDE

3つのエリアに全26コース、最長6000mのロングランが楽しめるビッグリゾート。上級者でも楽しめる非圧雪コースやツリーランもそろえている。また、スクールも多く実施しており、キッズスクールのほか、英語/中国語専門のスクールも開催。

### OTHER

ロッカー・更衣室・レンタル・スクール・スパ・託児所・無料休憩室・レストランなど日帰り利用でも充実の施設。オートゲートシステム・ICカードチケットを導入しており、チケット売場に並ばず、そのままゲレンデへ向かうことができる。

新潟県南魚沼市舞子2056-108  
お問い合わせ／舞子リゾート  
TEL.025-783-4100  
<https://www.maiko-resort.com/>



このグルメにも注目！！

## マジ 本気丼

第1弾「秋マジ」／2023年10月1日(日)～12月15日(金)  
第2弾「冬マジ」／2023年12月16日(土)～2024年2月29日(木)

「南魚沼、本気(マジ)丼」キャンペーンとは、日本一の食味を誇るコシヒカリの産地として「産地にしかできないこと」がテーマの企画です。ブランド米として高価で希少というイメージの強い南魚沼産コシヒカリを「お腹いっぱい味わって欲しい」という想いから、ご飯を大盛りで提供しています。

9年目となる今年は、10月1日から始まる「秋マジ」と12月16日から始まる「冬マジ」の2部制です。第1弾の「秋マジ」には、40店舗43丼が参加。海鮮がぎゅっと詰まったもの、豪快にお肉を楽しむもの、アイデアあふれる丼が出揃いました。丼の内容はそれぞれの期間で変わり、「冬マジ」ではスキー場でも楽しめる丼も提供します。コシヒカリの一大産地で心行くまで丼を味わおう。



お問い合わせ／南魚沼市観光協会  
TEL.025-783-3377  
<https://majidon.jp/>



各スキー場のオープン状況・積雪情報の随時更新はもちろん、お得に、手軽に新潟の冬を楽しむための早割情報やレンタル情報も充実。webサイト「新潟スノーファンクラブ」をチェック！



<https://niigata-kankou.or.jp/snow>



04 / 佐渡市  
hotel

# 佐渡島の築150年を超える古民家をリノベートした宿が誕生 佐渡古民家ステイ さどまり



## information

佐渡汽船（新潟県佐渡市）は、佐渡市大和の古民家を改修した1棟貸しの宿泊施設「佐渡古民家ステイ さどまり」を2023年8月26日に開業。

歴史ある美しさを残しながら、佐渡の暮らし、文化を感じ、楽しめるプライベート感を大切に「別邸」に生まれ変わった。

コンセプトは「佐渡を暮らすように旅する拠点」。旅人の歩みをそっと緩める、穏やかな時間が流れている佐渡の雰囲気を感じられる宿となっている。

## 佐渡古民家ステイ さどまりについて

『佐渡古民家ステイ さどまり』は、佐渡島中央部に広がる田園を望む築150年の古民家がベース。200㎡を超える広々とした家屋内には、3つの寝室・リビング・ダイニング・キッチン・バスルーム・シャワーブースを完備。チェックイン・チェックアウトまでの手続きを全てスマートフォンやタブレット端末等で完結するスマートな宿泊体験を提供する。

玄関をくぐると、佐渡の伝統家屋の代表的な間取りで「御前（オマエ・オイエ）」と呼ばれる、客人をもてなす場であった特徴的な空間が広がる。このスペースは、ソファと最新のバイオエタノール式の暖炉を備えたリビングに生まれ変わった。また、キッチン、ダイニング、バスルームといった生活エリアは、快適性・利便性を備えたモダンなスペースへ改修。襖で緩やかに仕切られた寝室は3室あるので、家族や友人同士などの宿泊にもおすすめだ。

一棟一組限定で利用可能。日本の原風景、佐渡の郷にある特別な日常を堪能しよう。

開業記念  
プラン

## さどまり 開業記念プラン

10月31日（火）までの期間限定で  
お得に宿泊できるキャンペーンを実施中！

料 金：1棟貸し 48,000円～（1泊素泊まり／税込）

※価格は宿泊日、追加寝具のご利用有無（人数）、オプション申込みにより変動。

対象期間：2023年8月26日（土）～10月31日（火）

利用条件：公式WEBサイトからの予約限定

## 佐渡古民家ステイ さどまり

新潟県佐渡市大和 653番地 TEL.025-245-7511

お問い合わせ先／佐渡汽船 営業企画課



佐渡古民家ステイ さどまりについて 詳しくはこちら



<https://sdomari.sadokisen.co.jp/>

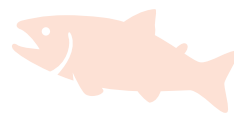


05

村上市

EXPERIENCE

# 村上名物の塩引き鮭を作ってみよう 塩引き鮭作り道場



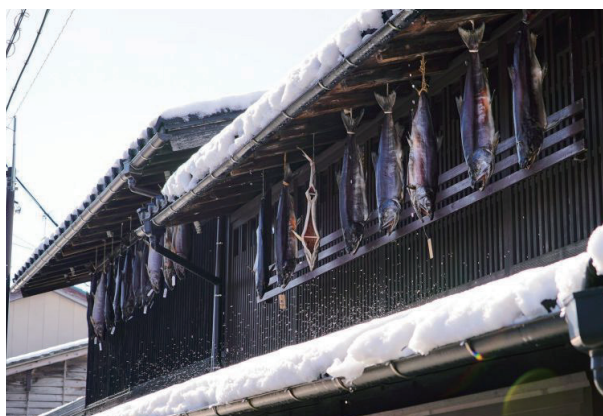
information



「鮭のまち村上」その歴史は古く、文献によれば、平安時代に京の都の朝廷に鮭を租税として納められていたとされている。そのため、村上では、鮭は頭から尾ビレの先まで余すことなく料理して食するという食文化が古くから根付いており、鮭の料理法は100種類を超えるといわれている。

数ある料理法の中でも代表的なものが「塩引き鮭」であり、初冬になると、各家庭では「塩引き鮭」作りが始まる。製法については一家一流の手法があり、各家庭でこだわりを持って作っている。軒先に「塩引き鮭」が干されて並ぶ風景は、村上の冬の風物詩。

毎年、鮭の博物館である「イヨボヤ会館」では、「越後村上三ノ丸流 鮭塩引き道場」を開催し、村上の伝統的鮭料理「塩引き鮭」の製法を伝承している。村上の鮭文化を体験してみよう。



## 塩引き鮭製法の主なこだわり

### 止め腹

内臓を取るため腹を切る工程だが、腹ビレ先で止め一部を残して、胸ビレあたりまで切るのが特徴。(城下町村上では、切腹を忌み嫌うということからこのような製法が生まれた)

### 干し上げ

尾ビレの付け根に縄を縛り、頭を下にし干し上げる。(頭から干し上げると「首つり」を連想させることから、頭を下にしている)

## 越後村上三ノ丸流 鮭塩引き道場

開催日／2023年10月～11月 ※詳しくはWEBを確認

会 場／イヨボヤ会館(新潟県村上市塩町13-34)

受講料／13,500円(税込み/鮭代・仕上げ加工料・送料込)

〈お問い合わせ〉イヨボヤ会館 TEL.0254-52-7117

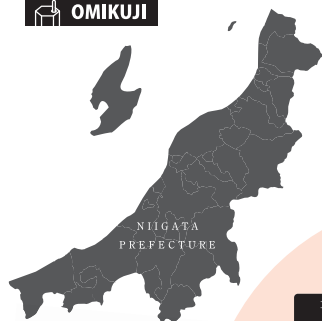
<https://niigata-kankou.or.jp/experience/14364>





# 06 / 新潟県 神社数日本一の新潟で運試し!

OMIKUJI



information

日本一神社が多い新潟県。約4,700社以上の神社を有し、ご利益がある神社仏閣やパワースポットもたくさん。可愛いおみくじ、おもしろいおみくじなど、個性溢れるおみくじをご紹介します!

コウサギ 光兔神社 (関川村)

うさぎみくじ … 500円

光 神社ではうさぎを神の使いとしており、境内のいたるところにうさぎの像などを見ることができる。御朱印やお守り、おみくじもうさぎの形。正月限定で金色のうさぎみくじも登場。

新潟県岩船郡関川村宮前39-4  
TEL.0254-64-0095



コヤシ 五泉八幡宮 (五泉市)

水みくじ … 200円

五泉市屈指のパワースポットである五泉八幡宮は、疫病や大病を治すと言われがある末社「青麻神社」、織物産業の神様として信仰されてきた機神さまを祭る「服部神社」などの神々が鎮座。水みくじは、水に浮かべると文字が浮き上がってくる。

新潟県五泉市宮町5-45  
TEL.0250-42-3220



サン シヤ 三社神社 (新潟市)

かえるみくじ … 300円

神社の創建の由縁が開拓者たちの安全と守護を祈念したことから、開拓や新しく産業を開発するときの守護神としてうやまわれている。伝説の「玄的の青蛙」にちなんで、かえるが境内に設置されており、全て見つけれられると幸運になると言われている。かえるがモチーフのおみくじ、お守り、絵馬などを用意。

新潟県新潟市中央区三和町1-1  
TEL.025-244-3541



テラ ヤマ フ ドウ ソン 寺山不動尊 (新潟市)

不動尊みくじ … 500円

火の神である火産霊が祀られており、「火難除け」「厄除け」「病氣平癒」などのご利益がある。拝殿脇にはお清め水かけ不動尊が鎮座しており、不動明王にあやかった「不動尊みくじ」を用意している。

新潟県新潟市東区寺山3-28-10  
TEL.025-273-4288



ミナトイナリ 湊稻荷神社 (新潟市)

きつねみくじ … 300円

江戸時代に船乗りの信仰を集めた湊稻荷神社には、回る「願懸け高麗犬」があり、愛しい船乗りが出港できないように女性がこの高麗犬を回して荒天を折ったといわれている。おみくじは球をくわえているきつねと、巻物をくわえているきつねの2種類あり。

新潟県新潟市中央区稲荷町3482  
TEL.025-222-6549



アオ ミ 青海神社 (加茂市)

鯉のぼりみくじ … 100円

加茂山に鎮座する加茂の鎮守社。鯉のぼりみくじは、境内社である貴船神社で用意。おみくじ掛けには、たくさんの鯉のぼりみくじが結ばれ、まるで泳いでいるかのよう。大人用と子供用の2種類の鯉のぼりみくじがあり、親子で楽しめる。

新潟県加茂市加茂229/加茂山公園内  
TEL.0256-52-0671



ゴ ノ ツジ イナリ 五ノ辻稻荷神社 (上越市)

うそ鳥みくじ … 500円

天神様を祀っていることから天神様ゆかりの鳥として親しまれている、鶯(うそ)のおみくじを用意。初天神(1月25日)には、おみくじに名前を入れてもらえる。

新潟県上越市大町5-5-2  
TEL.025-524-2802



まだまだ紹介!「新潟おみくじ10選」はこちら



[https://niigata-kankou.or.jp/feature/written\\_oracle/top](https://niigata-kankou.or.jp/feature/written_oracle/top)



# 07 / 関川村・五泉市・三条市・長岡市・見附市・南魚沼市 雪国ならではの 新潟の工芸品

handicraft

information

田園風景も野山も真っ白に覆われる新潟の冬。豪雪により農閑期となるため、手仕事が増え、行われ、発展してきた。自然環境や風土が原料を育て、雪さらしや雪中貯蔵などに代表される独自の技法が上質なもののづくりを今も支えている。



## 見附ニット（見附市）

もともと見附市は、江戸後期から明治時代にかけて「見附結城（綿織物）」の産地として全国に名を馳せていた。見附ニットの始まりは昭和8年頃。東京で学んだ職人が技術を持ち帰ったといわれている。現在では、ニットメーカーが集積する全国有数のニット産地として、高品質なニット製品を生産している。



### 見附ニット工業協同組合

新潟県見附市本町1-4-41（見附商工会館内）  
TEL.0258-62-4145  
<http://www.mfashion.net/>



## 塩沢つむぎ（南魚沼市）

雪から生まれた芸術品と呼ばれる織物で、約1200年前から作られていたといわれている。2月末から3月の天気の良い日に、越後上布を雪上に広げる「雪さらし」が行われる。これは太陽と雪の力で布を白くする工程で、この地域では春を告げる風物詩となっている。



### 塩沢つむぎ記念館

新潟県南魚沼市塩沢1227-14  
TEL.025-782-4888  
<https://www.tsumugi-kan.jp/>



## 大谷地和紙（三条市）



三条市下田地域の大谷地集落で製造されている工芸品。特徴は手作業のぬくもりある風合い。不純物の混入が少ないことから長期保存に向き、紙質が強くなる特徴がある。毎年1〜2月には紙すき体験を実施。

### 大谷地和紙保存会

新潟県三条市大谷地617  
TEL.0256-47-2191  
<https://www.pref.niigata.lg.jp/sec/chiikishinko/kenden8.html>



## 猫ちぐら（関川村）

関川村の農家では、「つぐら」というわらで作られた子守り用の道具があり、昔からつぐらを模して「猫ちぐら」が作られていた。その技は村外不出で継承され、現在も「関川村猫ちぐらの会」の会員が一つ一つ丁寧に手作りしている。

### 関川村猫ちぐらの会

新潟県岩船郡関川村上関1252-1/道の駅関川内  
TEL.0254-64-3311  
<https://www.nekochigura.com/>



## 小国和紙（長岡市）



雪国である長岡市小国町で300年以上の歴史をもつ手漉し和紙。和紙の原料である楮（コウゾ）から自家栽培を行い、冬季間の原料加工作業では、雪国ならではの雪を活用した伝統製法「雪さらし」で、真っ白な和紙を生産している。

### 小国和紙生産組合

新潟県長岡市小国町小栗山145 TEL.0258-41-9770  
<https://www.oguniwashio.com/>



## 五泉ニット（五泉市）



五泉市は「五つの泉が、豊かに湧き出る郷」と言われるように、古くから豊富な水に恵まれた清流の里。染色・整理・刺繍・プレスといった二次加工技術が集積しており、地域内での染色から製品の完成まで可能なことなど、国内で五泉にしかない「規模（インフラ）」が整っている数少ないニット産地である。他の産地では難しいとされる細い糸を使用した編立や、革、布はくなどの異素材と組み合わせて作るのも五泉ニットの特徴だ。

### 五泉ニット工業協同組合

新潟県五泉市吉沢1-1-10 TEL.0250-42-2156 <https://gosenknit.or.jp/>



小国和紙のドレス



08

糸魚川市

SAKE

# 硬水・軟水、仕込み水で呑み比べができる日本酒 糸魚川五醸

## information

日本酒の酒蔵数で日本一を誇る新潟県。「新潟淡麗」と呼ばれるキレイのよい飲み口は、鉄に乏しく、カリウムやリンに富む軟水によるもの。そもそも日本の地質はミネラルの少ない花崗岩が多いこと、川が急で短いことから、雨水や雪解け水がすぐに海へ流れ出てしまうために、ほとんどの地域で軟水が飲まれている。新潟県の一番西の街・糸魚川市にある五つの酒蔵には数億年前の地殻変動によって生じたミネラルの多い石灰岩の土壌が点在しているため、軟水と硬水の両方を利用することができるというのが特徴。糸魚川で多様な味わいを楽しんで。

ITOIGAWA

## 加賀の井酒造

糸魚川産ヒスイの原産地であるヒスイ峡付近からの伏流水は、軟水が多い日本国内では珍しい中硬水（アメリカ硬度130ppm）。「酒は食事と共に」という蔵元の思いを基に酒づくりを行っており、中硬水の仕込み水の特徴を活かした「芯の通った旨味と、後味のキレイのバランス」を追求している。

代表銘柄：加賀の井

酒蔵見学：可能  
新潟県糸魚川市大町2-3-5  
TEL.025-552-0047  
<https://kaganoi.co.jp/>



## 池田屋酒造

上杉謙信が川中島の合戦の時、敵将・武田信玄に塩を送ったとされる「塩の道」街道沿いに蔵がある。仕込み水は、日本アルプス白馬岳を水源にする姫川の伏流水。井戸から汲み上げるその水は、きめ細かく奥行きがあり後口が爽やか。清酒『謙信』が目指す、「柔らかく味に広がりがあり、爽やかな含み香がある日本酒」に適している。

代表銘柄：謙信

酒蔵見学：不可  
新潟県糸魚川市新鉄1-3-4  
TEL.025-552-0011



## 猪又酒造

蔵人自らが自分たちの酒造りに適した酒米を栽培し、早川谷の水と空気ですくった酒米と、その伏流水で仕込み醸す酒を製造。目指すのは、一口目より二口目、二杯、三杯と、飲み進めるにつれ美味さが増す酒。創業以来、土地と水と空気、そして人と伝統を大切に受け継ぎながら、造り手も飲み手も納得の味を生み出している。

代表銘柄：月不見の池

酒蔵見学：不可  
新潟県糸魚川市新町71-1  
TEL.025-555-2402  
<https://www.tsukimizunoike.co.jp/>



## 渡辺酒造店

糸魚川市の根知谷にある酒造店。根知谷は山間の小さな谷で、上流には日本百名山の雨飾山と根知駒ヶ岳がそびえ、冬の豪雪は酒造りに適した柔らかい地下水をもたらししている。ワイン造りのテロワールと同じ思考で、田んぼでの米作りからの一貫製造体制による酒造りを行っている。

代表銘柄：根知男山

酒蔵見学：不可  
新潟県糸魚川市根小屋1197-1  
TEL.025-558-2006  
<https://nechiotokoyama.jp/>



## 田原酒造

代表銘柄「雪鶴」に使われる仕込み水は、頸城駒ヶ岳（くびきこまがたけ）山麓の天然湧水。湧水の里 西海谷市野々（にしみだにいちのの）の湿原には、きめ細かく柔らかな水が湧く。造りは和金とこしきで米を蒸し、解放タンクで仕込む。開放タンクと蔵付き酵母の影響もあって、口当たりが柔らかく優しい「雪鶴」の酒質が生まれている。

代表銘柄：雪鶴

酒蔵見学：不可  
新潟県糸魚川市押上1-1-25  
TEL.025-552-0109  
<https://www.yukitsuru.com/>





09 /

南魚沼市

GASTRONOMY

# 新潟ガストロノミーを巡る旅

## 珠玉のコース料理×ペアリング vol.6

MINAMIUONUMA

### information



珠玉のコース料理×ペアリングを巡る旅。シリーズ第6弾は南魚沼市大沢山温泉にある「里山十帖」。里山十帖は2014年にオープンした宿泊施設で、雑誌『自遊人』を発行する株式会社自遊人が運営。旅館やレストランという枠組みではなく、この場所を新しいインタラクティブ・メディアと位置付けている点が特徴で、「真に豊かな暮らし」を提案・発信することを目的としている。

「ダイニング早苗饗-SANABURI-」では、高天井の開放的な空間で、国内外の著名なデザイナーがデザインしたダイニングチェアの座り心地を楽しみながら料理を味わえる。料理は一般的な「旅館料理」とは異なり、「ローカル・ガストロノミー」がコンセプト。日本料理をベースにしているながらも、ハーブや香辛料を「だし」に、時には野菜や山菜を「調味料」に見立てた一皿を提供している。お米は、南魚沼の中でも特においしいお米がとれるという西山地域で無農薬栽培されたコシヒカリ。「南魚沼の米仙人」と呼ばれる鈴木清さんがつくっているものを使用。

里山十帖の厨房で腕を振るうのは、料理長の桑木野恵子さん。桑木野さんは1980年生まれ。大学卒業後にエステサロンでの勤務を経て海外へ。オーストラリア、ドイツ、インド等を巡りヨガと各国のベジタリアン料理を学んだ。帰国後は都内のヴィーガンレストランで勤務し、その後自遊人へ入社。2018年に里山十帖の料理長に就任し、現在に至っている。

桑木野さんが手掛ける料理には、さまざまな想いが詰め込まれている。

- 古来伝承の発酵・保存技術を生かすこと。
- 食材はできるだけ近くで手に入るものを使いフードマイレージを小さくすること。
- 山菜や伝統野菜、有機栽培の野菜など生命力の強い食材を使うこと。
- 野菜は皮や根・茎まで、魚や肉は骨まで余すことなく使い切ること。
- 化学調味料を使わないこと。

「大切にしていることはたくさんありますが、やはり食べた時に幸せ感を得られるような滋味深い料理をつくるのがとても重要だと思っています。ちなみに“美味しい”という感覚を得られるのは、単味ではなく、辛みがあったり苦みがあったり、複雑味があると私は考えています。この環境で味わいながら、幸せな気持ちを感じていただきたいですね」と桑木野さん。里山十帖で頂く料理。それは、食を通してさまざまなことを得られる体験だ。



### 里山十帖

(さとやまじゅうじょう)

南魚沼市大沢1209-6  
TEL 0570-001-810

「里山十帖」のコースについて、さらに詳細にレポート



<https://niigata-kankou.or.jp/blog/826>



10 / 阿賀町  
ONSEN

# あなたの知らない○○温泉 ～阿賀町編～ かのせ温泉・津川温泉

かのせ温泉

## 高温のお湯がこんこんと湧く かのせ温泉

「かのせ温泉」は旧鹿瀬町にあり、猟師から逃れる鹿が阿賀野川の瀬を渡ったという伝説にちなんだ名前。

かのせ温泉の「赤湯」は、鉄分をたっぷり含んだ源泉で、薬効が溶け込んだ赤褐色が特徴。カルシウムが豊富に溶け込んでいるため、風呂のそこかしこで結晶ができています。

もう一つの特徴は湯温の高さ。源泉は59度で、内湯はほぼそのままの温度で湯が注がれる。湯船は下でつながった間仕切りで二つに分かれ、低い方の「外湯」は朝一番で48度ほど。半露天風呂は約44度に調整している。内湯は高温が好きな人向け、半露天はゆっくり入りたい人向け。静かな森の中で浸かれる熱い温泉に魅せられるファンも多い。

また、同じ敷地内にある「角神湖畔青少年旅行村」では、雨の日でも安心して楽しめるバーベキュー施設「森のステージ」や、温泉付きバンガローも人気。美味しい空気を吸いながら、自然の中でキャンプを楽しんだり、温泉にゆっくりと浸かったり、楽しみ方はいろいろ。

【温泉の特徴】 温泉名：かのせ温泉

泉 質：ナトリウム・カルシウム硫酸塩温泉（中性低張性高温泉）

効 能：神経痛・筋肉痛・関節痛

泉 温：59度

かのせ温泉赤湯 TEL.0254-92-4186

新潟県東蒲原郡阿賀町鹿瀬11540-1 <http://akayu-onsen.jp/>



## 津川温泉

## とろりとした湯質はまるで化粧水 津川温泉

化粧水のようなとろりとした独特の泉質でしっとりとした肌になじみ、潤いをもたらしてくれる美肌の湯として有名。阿賀町産木材を使用した木質ペレットで沸かしたお湯はやわらかい湯質になると言われており、いつまでも入っていたくなる心地よい温泉。

館内には、湧水を源泉とした水を使ったカフェ「清川旬水工房」があり、自家焙煎コーヒーや、旬の果物シロップジュース、手作りスイーツ、糀カレーなどが楽しめる。



【温泉の特徴】 温泉名：津川温泉

泉 質：アルカリ性単純温泉

効 能：神経痛、筋肉痛、関節痛、五十肩など

泉 温：39度

津川温泉 清川高原保養センター TEL.0254-92-5530

新潟県東蒲原郡阿賀町京ノ瀬4851 <https://tsugawaonsen.com/>

