

おかえり、  
おかやま。

農家民宿で心温まる体験を。

岡山県農林水産部農村振興課

晴れの国おかやま農家民宿ネットワーク推進協議会

〒700-8570 岡山県岡山市北区内山下2-4-6 TEL.086-226-7442

岡山観光WEB 検索 岡山県 農家民宿 検索

晴れの国おかやま  
農家民宿について  
詳しくはこちら



必ず  
お読み  
ください。

※当ガイドブックに掲載されている情報は2025年3月現在のものです。  
※商品内容、料金ほか各種データが変更となったり、時期による変動や臨時休業などご利用できない場合がございます。予めご利用の際にご確認ください。  
※掲載の宿・施設・観光施設・店舗などの休業日・営業時間などは変更となる場合がございます。予め出発前にご確認ください。  
※写真・イラストはイメージで、実物とは異なる場合があります。また、掲載されている地図の位置や縮尺、所要時間などはおおよその目安となるものです。  
※掲載の電話番号は各施設の間合せ用のため、現地の番号と異なる場合があります。カーナビ等での位置検索で実際とは異なる場所を示す場合があります。  
※ガイドブックで掲載された内容により生じたトラブルや損害などについては、岡山県農林水産部農村振興課及び晴れの国おかやま農家民宿ネットワーク推進協議会では補償いたしかねますので、予めご了承ください。当ガイドブックからの無断転載、複製はご遠慮ください。  
※当ガイドブックは、広域ネットワーク推進事業を活用して作成しました。

岡山県農家民宿  
ガイドブック



晴れの国おかやま

農家民宿

HARE NO KUNI OKAYAMA  
NOUKA MINSHUKU

おかえり、  
おかやま。

農家民宿で心温まる体験を。

# おかえり、 おかやま。

農家民宿で心温まる体験を。

街の中で毎日、時間に追われているのなら、  
ときどき里山や里海に来て、時間を忘れてみませんか。  
清々しい空気と自然いっぱいの中、気持ち安らぐ宿や自然とふれあう農林漁業体験など、  
初めて訪れる人にもどこか懐かしさを感じるおもてなしが待っています。  
晴れの国おかやまで心温まる旅を。



山の幸・海の幸、  
とれたてを郷土料理に。

農家民宿や農山漁村地域のお食事処  
のお楽しみ、それはその土地ならではの  
とれたての材料を使った郷土料理。  
また収穫体験がある宿では、自分で  
とって・つくって食べる楽しみも!

※一部、食事を提供していない宿泊施設が  
あります。詳しくは各宿泊施設にお問い合わせ  
ください。



## 宿 を楽しむ

岡山県の農山漁村地域の  
ゆったりとした  
季節や自然、そして  
人のぬくもりを味わう宿。



山には山の、  
海には海の過ごし方。

山も海もある岡山県。例えば、山間部では  
農産物の収穫や豆腐づくりなど、沿岸  
部では魚釣りや漁村生活の見学など、  
春夏秋冬そのエリアに根付いた暮らし  
方ができるのが農家民宿の魅力です。



暮らすように過ごす  
プチ移住体験を。

「四季折々の自然あふれるのどかな場  
所で暮らしてみたい!」と思ったら、季  
節とともに暮らせる農家民宿の生活を  
味わってください。

ただ、のんびりと  
時間を過ごす。

時間を気にして、忙しくしている日常。農  
家民宿に時間を忘れてください。季  
節とともに暮らせる農家民宿の生活を  
味わってください。

## 体験 を楽しむ

山や海、自然とのふれあい。  
生きるよろこびが湧いてくる体験。

自然を観察し、  
自然と遊ぶ。

山や海に囲まれた農家民宿には、虫取  
り、川遊び、海水浴、動・植物観察、星空  
観賞、洞窟体験など昔ながらの遊びが  
あふれています。スマホやテレビがなく  
ても、夢中になって楽しめるはずです。



昔ながらの  
生活・文化を楽しむ。

昔ながらの暮らしの設備を体験できる  
農家民宿もあります。薪で調理するかま  
どやピザ窯、ドラム缶風呂や五右衛門  
風呂など、昔の人の素晴らしい知恵や  
工夫を実感してください。



手づくりグッズや  
アート体験。

それぞれの地域では、自然を材料にし  
てさまざまな創作体験ができます。イノ  
シシの皮を使った小物入れ、絵手紙、  
草木染めなど、自分のセンスと手先で、  
作品づくりをお楽しみください。



畑や海からの恵みを  
収穫する。

山間地域では季節の野菜や果物を、海  
沿いの地域では魚釣りや底引き網で海  
の幸を、ぜひ実際に収穫してください。自然  
への感謝、働いて食べる実感などが  
湧いてくる貴重な体験が待っています。



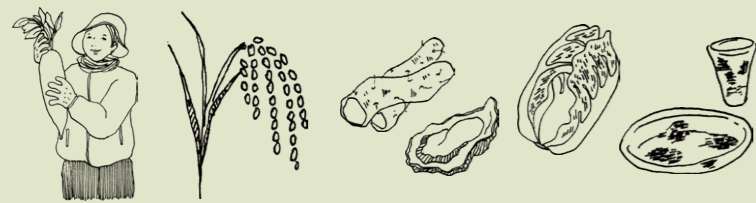
晴れの国おかやま  
農家民宿ってなに?

岡山県が設立した「晴れの国おかやま農家民宿ネットワーク推進協議  
会」の会員の方が営業する農林漁業体験ができる宿泊施設のことです。  
晴れの国おかやま農家民宿では、農山漁村地域の方々と一緒に心を  
込めて、その土地でしか味わうことができない体験や食事・宿泊でお  
もてなしします。

### Contents

農家民宿紹介 ..... 03	宿泊・体験に関する注意事項 ..... 19
備前エリア・備中エリア・美作エリア	
農家民宿の食・ご当地グルメ ..... 16	各体験一覧・地産地消紹介 ..... 20
モデルコース紹介 ..... 17	MAP・アクセス ..... 21





# Bizen area 備前エリア



【お食事について】食事の提供や料理づくり体験の詳細につきましては、各宿泊施設等にお問い合わせください。

春夏秋冬、山遊びを味わう。

## 01 農家民宿 行ちゃん



昔ながらの日本家屋に宿泊。情緒ある和室でのんびりおくつろぎください。ままかり寿司やさば寿司などを女将といっしょにつくりましょう！

### 体験プログラム



- ジャムづくり体験(1年中)
- 川遊び(夏)
- パンガロー(半日キャンプ)(1年中)
- 野菜収穫体験(1年中)
- パーベキュー(1年中) など

おすすめのコメント

車で数分走った川沿いの場所のパンガローエリアで川遊びやバーベキューなどで楽しんでください。その他野菜収穫、きのご狩り、山菜採りなど、四季の農家の暮らしや遊びを存分に楽しめます。家族みなさんでお試しください！



DATA 前加賀郡吉備中央町岨谷3649 0866-54-1301(吉備中央町農家民宿推進協議会事務局) 定4名 開通年 例(一例)1泊2食付:大人(中学生以上)12,000円、子ども(小学生以下)9,000円 JR日羽駅から車で約10分、送迎/岡山自動車道賀陽ICから車で約15分

予約方法 電話 0866-54-1301(吉備中央町農家民宿推進協議会事務局) WEB http://www.kibichu.net/noukaminshuku/index.html(農家民宿ちょっと来てみられえ きびっちゃん)

季節ごとの農作業を体験。

## 02 農家民宿 やまと



高台に位置する日本家屋から四季色とりどりの自然を眺められます。夕食の魅力は家族の一員としてみんなで調理して食べること。自家栽培の難波米と採れたての新鮮な野菜を堪能してください。

### 体験プログラム



- 大型農機具体験(1年中)
- 竹細工づくり体験(1年中)
- 山菜収穫体験(4月下旬~6月上旬)
- 野菜収穫(1年中)
- お飾り作り(12月) など

おすすめのコメント

鳥の鳴き声、風が木々を揺らす音、星が輝く夜空。「やまと」にたっぷり自然にひたりにお越しください。また、大型農業機械の運転や米づくり、山菜採りなどさまざまな農作業を体験。できた作物は後で発送します。



DATA 前加賀郡吉備中央町宮地2242 0866-54-1301(吉備中央町農家民宿推進協議会事務局) 定5名 開通年 例(一例)1泊2食付:大人(中学生以上)12,000円、子ども(小学生以下)9,000円 JR岡山駅から「吉備高瀬市」行きバスで約60分、「きびプラザ」下車、送迎/岡山自動車道賀陽ICから車で約15分

予約方法 電話 0866-54-1301(吉備中央町農家民宿推進協議会事務局) WEB http://www.kibichu.net/noukaminshuku/index.html(農家民宿ちょっと来てみられえ きびっちゃん)

自給自足を体験、癒しを体感。

## 03 農家民宿 ほわ



新規就農したブドウ農家と民宿の二足のわらじで海外からの宿泊者も多く、異文化交流を楽しんでいます。裏庭や裏山にも癒しスポットを用意。お気に入りの場所でおくつろぎください。

### 体験プログラム



- 農業体験(10月~GW)
- 田舎暮らし体験(10月~GW)
- ウォーキング・ヨガ・マッサージ体験(10月~GW)
- 移住体験講演・狩猟講演(10月~GW) など

おすすめのコメント

食事は体験の一環として一緒に作ります。植物由来の酵素を使って育てた我が家自慢の野菜や米、狩猟で射止めた猪などを使った料理を提供します。収穫したての野菜と薪をくべて羽釜で炊くご飯が食欲をそそります。



DATA 前加賀郡吉備中央町吉川730 0866-54-1301(吉備中央町農家民宿推進協議会事務局) 定4名(1日1組) 開10月からGWまで 例(一例)1泊2食付[体験付]:大人13,200円、小学生以下11,550円 JR岡山駅から「吉備高瀬市」行きバスで約60分、「きびプラザ」下車、送迎/岡山自動車道賀陽ICから車で約15分

予約方法 電話 0866-54-1301(吉備中央町農家民宿推進協議会事務局) WEB http://www.kibichu.net/noukaminshuku/index.html(農家民宿ちょっと来てみられえ きびっちゃん)

季節の郷土料理を堪能する。

## 04 農家民宿 みっちゃん家



花や緑に囲まれたかわいい民家。広々とした居間やお風呂、アメニティも揃い、快適に滞在できます。自炊はもちろん、ハラル料理※にも対応しています。  
※イスラム法上で食べることが許された食材や料理。

### 体験プログラム



- 田舎料理づくり体験(1年中)
- リースづくり体験(1年中)
- おはぎ・よもぎ団子づくり体験(1年中)
- 農業体験(1年中) など

おすすめのコメント

私は料理をつくるのが大好き!おかげさまで、各地から私の手料理を食べにきてくださいます。宿泊では、旬の野菜やイノシシなどを使った田舎料理をいっしょにつくりましょう。



DATA 前加賀郡吉備中央町吉川535-2 0866-54-1301(吉備中央町農家民宿推進協議会事務局) 定9名 開通年 例(一例)1泊2食付:大人(中学生以上)12,000円、子ども(小学生以下)9,000円 JR岡山駅から「吉備高瀬市」行きバスで約60分、「きびプラザ」下車、送迎/岡山自動車道賀陽ICから車で約15分

予約方法 電話 0866-54-1301(吉備中央町農家民宿推進協議会事務局) WEB http://www.kibichu.net/noukaminshuku/index.html(農家民宿ちょっと来てみられえ きびっちゃん)

収穫野菜と鶏づくしの夕食が自慢。

## 05 農家民宿 桜



標高約400mに広がる豊かな自然に囲まれて、春は桜、夏はホタル、秋は紅葉、冬は雲海を愛でられる宿です。夕食は鶏料理のフルコースでおもてなしします。

### 体験プログラム



- 露天風呂体験(3月~11月)
- 竹細工体験(3月~11月)
- 石窯でピザ・パン作り(3月~11月) など
- どんご推奨の収穫体験(春・秋)

おすすめのコメント

築約100年の古民家に移住して約10年。野菜を育てながら、囲炉裏テーブルを囲むダイニング、各種展示スペースなど自前でリフォームを重ねています。薪の露天風呂、ピザを焼く石窯などの体験スペースも新設しました。



DATA 前加賀郡吉備中央町竹荘4092 090-9458-2950 定5名(1日1組) 開3月~11月 例(一例)1泊2食付:大人13,000円、小学生7,000円、4歳~6歳5,000円 JR岡山駅から車で約60分/岡山自動車道賀陽ICから車で約15分

予約方法 電話 090-9458-2950

田舎の家庭料理に興味がある人におすすめ。

## 06 農家民宿 ひかさ



自然に囲まれた田舎の家でのんびり過ごし、なくなりつつある日本の文化や食を体験してもらいたく始めた宿です。日本語教師の経験からやさしい日本語でサポートします。

### 体験プログラム



- 料理体験(1年中)
- 山林体験(1年中)
- 農作業体験(1年中)
- 焼き火体験(1年中) など

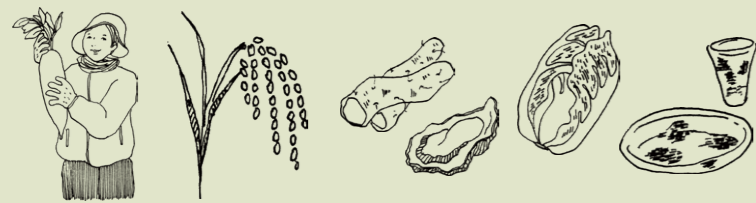
おすすめのコメント

山林体験の「プレイパーク」では間伐材を活用し、ナイフや金づち、釘を使った工作、薪を割って焚き火など自由に外遊びができます。昔ながらのかまど飯炊きや餅つきにも対応。夕食は郷土料理や和食と一緒に作れます。

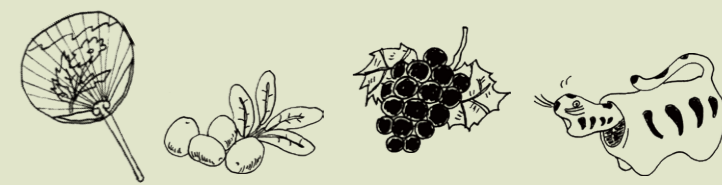


DATA 前加賀郡吉備中央町豊野4918 0866-54-1301(吉備中央町農家民宿推進協議会事務局) 定10名 開通年 例(一例)1泊2食付:大人(中学生以上)12,000円、子ども(小学生以下)9,000円 JR岡山駅から「吉備高瀬市」行きバスで約60分、「きびプラザ」下車、送迎/岡山自動車道賀陽ICから車で約15分

予約方法 電話 0866-54-1301(吉備中央町農家民宿推進協議会事務局) WEB http://www.kibichu.net/noukaminshuku/index.html(農家民宿ちょっと来てみられえ きびっちゃん)



# Bizen area 備前エリア



【お食事について】 食事の提供や料理づくり体験の詳細につきましては、各宿泊施設等にお問い合わせください。

笑顔あふれるゲストハウスを展開中。

## 07 宿と喫茶 小森のツキノシタ Komori no Tsukinoshita



十数年で50カ国ほどを訪問したバックパッカーの経験を生かして、理想の宿を追求。百人百様のニーズに応えられるよう、最大限に間口を広げています。

### 体験プログラム



- 薪割り体験(冬期)
- 蔵で映画鑑賞(1年中)
- 収穫野菜でBBQ(1年中)
- 移住体験講演(1年中)
- 音楽イベント、講演会、お料理教室などイベント体験(1年中) など

おすすめのコメント

風格漂う武家屋敷と多国籍インテリアが調和する、見どころ満載の宿です。英語と中国語にも対応しており、母屋に併設の喫茶は、夜は交流の場として賑わいます。音響抜群の蔵での映画鑑賞など楽しみも多彩です。



DATA 所 加賀郡吉備中央町小森1755 0866-54-1301(吉備中央町農家民宿推進協議会事務局)、宿に関する詳細は050-5576-7858 12名 1泊2食付:大人13,300円※個室貸切は別途見積 岡山自動車道賀陽ICから車で約40分/JR岡山駅から「吉備高原都市」行きバスで約60分、「きびプラザ」下車/JR福渡駅から車で約30分 ※3泊以上ご宿泊の方のみ無料送迎いたします(「きびプラザ」もしくは「JR福渡駅」まで)

予約方法 電話 0866-54-1301(吉備中央町農家民宿推進協議会事務局) WEB http://www.kibichu.net/noukaminshuku/index.html(農家民宿ちょっと来てみられえ きびっちゅ)

有機にこだわって米と野菜を栽培。

## 08 のぶえ農園工房



年間を通じて50種類以上の野菜やハーブを栽培。花が咲き誇る春には菜園と庭を合わせたオープンガーデンでお茶を飲みながら里山の風景が楽しめます。

### 体験プログラム



- 農業体験(1年中)
- ピザ窯体験(1年中)
- 野菜の収穫(1年中)
- 里山散策(1年中) など

おすすめのコメント

2012年に農園工房を始め、現在では園芸インストラクターと生涯学習コーディネーターの資格を取得して、多彩な活動に取り組んでいます。食事は地産地消にこだわった、採れたて野菜のしゃぶしゃぶなどです。



DATA 所 岡山市北区建部町下神目1558 086-722-0753 5名(1日1組) 1泊2食付:9,680円 JR岡山駅から車で約50分/山陽自動車道岡山ICから車で約40分

予約方法 電話 086-722-0753/090-8249-5806

離島で本物に触れる多彩な体験を。

## 09 牛窓 研修センター カリオンハウス



いかだ乗りはチーム作りに最適。潮や風、海を仲間と体感します。瀬戸内海のクジラ「スナメリ」に出会えるかも。夜は大口径650mm天体望遠鏡で星たちの素顔がすぐそこに。

### 体験プログラム



- いかだ乗り(4月~11月上旬)
- 海ホテル観察(7月~10月上旬)
- ウォークラリー(1年中)
- 天体観察(1年中)
- 地曳き網(2月~6月、9月~11月)
- 魚さばき(1年中) など

おすすめのコメント

日本のエーゲ海と呼ばれる牛窓沖に浮かぶ施設です。松をはじめ自生植物が生い茂り、別名「緑島」とも。離島ならではの多彩なプログラムから事前に体験希望を伺い、滞在中のスケジュールを立ててお迎えています。



DATA 所 瀬戸内市牛窓町牛窓6356-57 0869-34-5808 200名 1泊2食付:大人7,600円~、小人6,800円 JR邑久駅からバス、又は車で牛窓港まで約25分、牛窓港からフェリーで前島港まで約5分、前島港から送迎バスで約15分/山陽自動車道備前ICから車で牛窓港まで約45分、牛窓港からフェリーで前島港まで約5分、前島港から車で約15分、または牛窓港からチャーター船で約15分

予約方法 電話 0869-34-5808 メール kenshu@carillon-house.com WEB https://carillon-house.com

島遊びに絶好のロケーション。

## 10 島の家 海松緑



底引き網漁体験は沖で網を引っ張る漁に挑戦します。とれたての魚介は持ち帰り自由です。また瀬戸内海を望む高台で育った、甘くて美味しいみかん狩りも体験できます。

### 体験プログラム



- 底引き網漁体験(5月頃~9月頃)
- みかん狩り(10月上旬~12月上旬) など

おすすめのコメント

JR日生駅から2つの橋を渡った先、頭島の山の中腹にある実家で島の家を始めました。自慢は2階からの眺望で、眼下の漁港から遠くは小豆島まで見渡せます。魚釣りや磯歩き、海水浴などへ歩いて行ける立地も魅力です。



DATA 所 備前市日生町日生2845 0869-72-3048 10名 1泊2食付:12,900円~※食事については施設のキッチンでの自炊可 JR日生駅から備前市営バス(頭島線)で約20分、「入鹿」下車、徒歩で約1分/山陽自動車道備前ICから車で約20分

予約方法 電話 0869-72-3048 WEB https://mirumidori.jimdofree.com

## コラム

# おかやまはくだもの王国

### 清水白桃

栽培面積225haで  
全国第1位

マスカット・  
オブ・  
アレキサンドリア  
栽培面積39haで  
全国第1位

### ピオーネ

栽培面積788haで  
全国第1位



岡山県は、明治初期から本格的な果物栽培に取り組んできました。中国山地に水源を発する三大一級河川(高梁川、旭川、吉井川)の水と「晴れの国おかやま」の気候、生産者の果物づくりに対する情熱が高品質な桃やぶどうを作り上げています。中でも、清水白桃、マスカット・オブ・アレキサンドリア、ピオーネは全国1位の栽培面積を誇り、より美味しい果物を全国の人々に食べていただきたいと、手間と時間をたっぷりかけて育て上げた自慢の一品をお届けしています。

※資料:農林水産省「R3年産特産果樹生産動態等調査」

## 備前エリア おすすめ!観光スポット

日本三名園のひとつ。  
日本の伝統美の中を散策する。

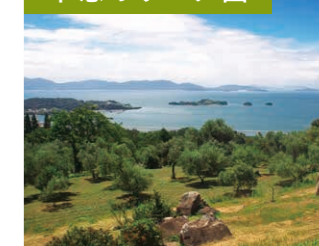
### 岡山後楽園・岡山城



岡山後楽園 岡山市北区後楽園1-5 3月20日~9月30日 7:30~18:00(入園は17:45まで) [10月1日~3月19日] 8:00~17:00(入園は16:45まで) 大人500円、高校生以下無料、65歳以上200円 JR岡山駅から徒歩約25分、またはバスで約15分、または路面電車で約4分「城下」下車、徒歩約10分 086-272-1148(岡山後楽園)  
岡山城 岡山市北区丸の内2-3-1 9:00~17:30(入館は17:00まで) 大人400円、小・中学生100円 JR岡山駅から徒歩約25分、または路面電車で約5分「城下」下車、徒歩約10分 086-225-2096(岡山城管理事務所)

オリーブの木や瀬戸内海を眺めながらお散歩を。

### 牛窓オリーブ園

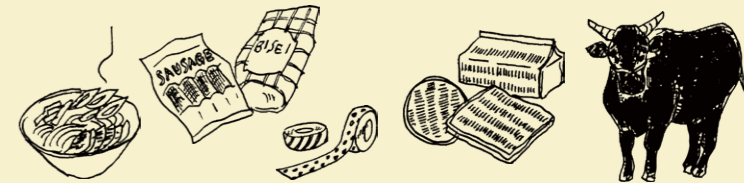


瀬戸内市牛窓町牛窓412-1 9:00~17:00 JR邑久駅からバスで約20分「オリーブ園入口」下車、徒歩約30分 0869-34-2370(牛窓オリーブ園)

オリーブの木約2,000本が栽培されている、日本有数のオリーブ園。園の山頂からは「日本のエーゲ海」と呼ばれる美しい景色が眺められます。オリーブ製品もおすすめです。



# 備中エリア



【お食事について】食事の提供や料理づくり体験の詳細につきましては、各宿泊施設等にお問い合わせください。

伝統産業や豊かな自然に触れる。

## 11 笠岡市北木島宿泊研修所



石の学習では現在も稼働中の採石場、採石場跡地、石のミュージアムの見学や石割体験などを行います。砂浜で砂の造形を楽しむ砂浜アートなど、島にちなんだ体験も豊富です。

### 体験プログラム



- 石の学習(1年中)
- タコ壺漁体験(5月～8月末、10月～11月)
- 石のアート制作(1年中)
- 筏づくり体験(1年中)
- 砂浜アート(1年中)
- 底引き網漁体験(1年中) など

おすすめのコメント

旧北木小学校を改修した社会教育施設です。島の恵まれた自然の中に研修所を整備し、日本有数の石材産地である北木島の石の歴史文化学習や海水浴など、ここならではの学習や体験ができる拠点になっています。



DATA 笠岡市北木島町3802-53 ☎0865-68-4545 定50名※5名以上～ 開通年(年末年始・お盆は除く) 〻(一例)素泊まり:一般・大学生2,400円、高校生600円、小・中学生300円※別途クリーニング、冷暖房費※食事については6名様以上で提供可能、別途ご相談ください(別途費用) 〻(徒歩)笠岡住吉港から旅客船で約36分、「北木島大浦港」下船、徒歩で約5分/〻(車)笠岡伏越港からフェリーで約50分、「北木島豊浦港」下船、車で約10分

予約方法 電話・FAX 0865-68-4545 メール ishikirinomori@gmail.com WEB https://ishikirinomori.jimdo.free.com

時間をかけて、不便を楽しむ。

## 12 農家民宿 3091



わが子が「火」と「ナイフ」を使える人間になるための環境を求めて里山に移住しました。そのフィールドを生かして農家民宿を運営しています。

### 体験プログラム



- クラフト体験(1年中)
- 自然農体験(1年中)
- 生活体験(1年中)
- ヤギの餌やり(1年中) など

おすすめのコメント

車の往来がなく、四季折々の自然が目の前に広がるロケーションが気に入っています。家以外はすべて手作りし、畑にはツリーハウスも。クラフト体験では山から竹を切り出し、ナイフを使って器や箸を作ります。



DATA 笠岡市吉田3091 ☎090-5372-0082 定10名(1日1組) 開通年 〻(一例)1泊2食付:大人(中学生以上)8,000円、3歳以上6,500円、3歳未満3,000円 〻JR里庄駅または笠岡駅から車で約15分/山陽自動車道笠岡ICから車で約10分 ※Instagramアカウント nouka.minsyuku3091

予約方法 電話 090-5372-0082

地区内外の人をつなぐ交流拠点。

## 13 庄屋屋敷 とくら



三代にわたり地区の庄屋ならびに、村長を務めた土倉家から寄贈された築約200年の屋敷。現在は地区の人々が協力して農家民宿とカフェを運営しています。

### 体験プログラム



- はと麦味噌づくり(冬期)
- 手作り石窯でピザ焼き体験(1年中)
- 農業体験(1年中)
- 古墳めぐり・名所めぐり(1年中) など

おすすめのコメント

国際交流もつづき大会、おひなさま、備中神楽など地区の恒例イベント会場としても親しまれています。自治会による「はと麦みその会」が復活させた伝統の味、はと麦味噌づくりもこちらならではの楽しみです。



DATA 笠岡市山口1805 ☎070-4410-5835 定6名 開通年 〻(一例)素泊まり:大人(中学生以上)3,500円、小学生2,500円、3歳～就学前まで1,500円、3歳未満無料※夕食不可(冷蔵庫・電子レンジは共用で使用可)、朝食要予約(別途費用) 〻JR笠岡駅から車で約20分/山陽自動車道笠岡ICから車で約10分

予約方法 電話 070-4410-5835

山暮らしはライトに、時にはディープに体験。

## 14 暮らしかた研究所 烏頭のおやま



DATA 新井原市美星町烏頭930 ☎070-5442-3038 定5名 開通年(土曜チェックイン・日曜チェックアウトのみ) 〻(一例)1泊2食付:大人7,800円～、小学生以下4,300円～ 〻井原鉄道 矢掛駅から車で約25分(送迎あり)/山陽自動車道鴨方ICから車で約40分

予約方法 電話 070-5442-3038 SNS Instagram DM(ダイレクトメッセージ)

田舎暮らしってどんなもの?地域内で資源が循環する暮らし方を模索する「暮らしかた研究所」。薪割り体験や美星食材のピザ作りのほか、ディープな暮らし技術のワークショップも企画しています。

### 体験プログラム



- 動物ふれあい(1年中)
- 天体観測(1年中)
- 薪焼き風呂体験(1年中)
- 古民家改修ワークショップ(イベント時)など

おすすめのコメント

暮らしながら自宅を改修して約7年になります。移住を検討中の人にライフワークを体験・体感してもらえ宿です。奥行を感じる星空も素晴らしいので泊まりがけでお越しください。



千屋牛の炭火焼と田園風景が魅力。

## 15 古民家民宿 千屋アウトドアハウス



DATA 新見市千屋花見1005 ☎0867-77-2272 定10名 開通年 〻(一例)1泊2食付[2名から]:大人9,800円、小人(4歳～小学生)6,000円 〻JR新見駅から「千屋温泉」行きバスで約58分、「花見」下車、徒歩で約5分/中国自動車道新見ICから車で約30分 ※Instagramアカウント chiyaoutdoorhouse

予約方法 電話 0867-77-2272 メール chiyaoutdoorhouse@mac.com WEB https://www.chiyaoutdoorhouse.com

新見市南部は鍾乳洞の宝庫。ご希望の方には洞窟探検およびカルスト地形を案内しています。アマゴ釣り(別施設)後は、塩焼や唐揚げで味わっていただきます。

### 体験プログラム



- 洞窟探検およびカルスト地形の案内(1年中)
- アマゴ釣り(別施設・1年中)
- 作物の収穫(6月～11月) など

おすすめのコメント

築約100年の古民家に泊まり、そのままの自然を感じてください。新見の見所をピックアップした手づくりマップも用意しています。夕食は佃煮裏端で千屋牛の炭火焼や千屋の野菜や山菜といった郷土料理をどうぞ。



## 備中エリア おすすめ!観光スポット

現存天守の残る唯一の山城。雲海に浮かぶ幻想的な姿も見ることができる。

### 備中松山城



日本の山城で天守が残っているのは備中松山城だけ。天和3年(1683年)、備中松山藩主・水谷勝宗が約3年を費やして修築した天守は、日本に12城しかない現存天守の1つでもあり、当時の姿のまま残っています。また、猫城主さんじゅーろーも人気。

DATA 高梁市山下1 ☎4月～9月:9:00～17:30、10月～3月:9:00～16:30(入城は閉城時間の30分前まで) 〻12月29日～1月3日 〻大人500円、小・中学生200円 〻JR備中高梁駅から車で約10分、ふいご駐車場から徒歩約20分 〻0866-21-0461(一般社団法人高梁市観光協会)

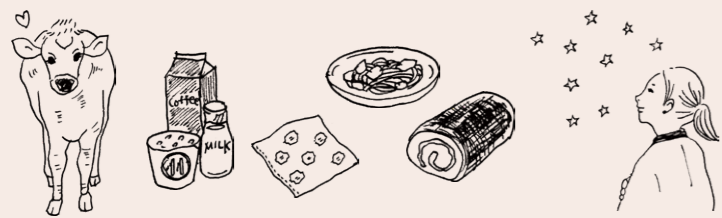
広大な干拓地を彩る四季折々の花畑に感動し、笠岡の海と大地が育む旬の味覚を堪能。

### 道の駅笠岡ベイファーム



広大な笠岡湾干拓地の一角にある道の駅。季節ごとに菜の花、ポピー、ひまわり、コスモスが咲き誇ります。店内では地元の食材や特産品を販売。レストランでは、笠岡の海の幸・山の幸を楽しめるバイキングを提供。

DATA 笠岡市カブ南町245-5 ☎直売所:9:00～18:00、レストラン四季彩:11:00～15:00、ひまわりカフェ:9:00～17:00(11～2月は16:00まで) 〻年始 〻JR笠岡駅から笠岡線バス約25分「福浦」下車、徒歩約10分 〻0865-67-6755(道の駅笠岡ベイファーム)



# Mimasaka area 美作エリア



【お食事について】食事の提供や料理づくり体験の詳細につきましては、各宿泊施設等にお問い合わせください。

食育ソムリエによる自給自足生活。

## 16 農家民宿 ゆずぎ



標高約500mの里山に建つ築60年ほどの実家で、昭和の日常が体験できます。土に触れ、火を焚き、夜空を眺めるなど、五感を研ぎ澄まして楽しむ休日です。

### 体験プログラム



- 野菜収穫体験(4月頃～9月頃)
- こんにゃく作り体験(1年中)
- 原木しいたけ収穫体験(春・秋)
- ビザ作り体験(1年中) など

おすすめのコメント

食事は無農薬の米や野菜を使い、食育ソムリエと一緒に作るサラダとちらし寿司が定番。居間でみんなで食卓を囲みます。県下一の巨木といわれる醍醐桜まで徒歩約30分なので、花見の季節は特におすすめです。



DATA 新真庭市阿口1523 090-4696-5689 6名(1日1組) 通年 (一例)1泊2食付:大人7,700円、子ども3,300円 JR岡山駅から中鉄ほくぶバス(高速)で約65分、「北房水田」下車、送迎/JR富原駅から車で約20分※JR富原駅から送迎有り/中国自動車道北房ICから車で約20分

予約方法 090-4696-5689

農家建築が美しい囲炉裏がある庄屋の家。

## 19 高仙の里よの 青木本家



生物観察では、余野地区を流れる目木川で水遊びやホテル観察を通じて里山の生態を学習。星のソムリエによる星空観察では、都会では出会えない星空に出会えることでしょう。

### 体験プログラム



- 遊田んぼ(7月頃)
- 草刈り体験(1年中)
- 田植え体験(6月)
- 星空観察(1年中)
- 生物観察(1年中)
- 火おこし体験(1年中) など

おすすめのコメント

高仙(664m)の麓にある少人数向けの宿です。江戸時代末期に建てられた庄屋の家で、キッチンとバス・トイレは改装し、快適にお過ごしいただけます。オプションで、もつ鍋またはバーベキューも提供いたします。



DATA 新真庭市余野下388 0867-42-6336 16名 通年 (一例)素泊まり:大人(高校生以上)3,850円、小・中学生2,750円※BBQプラン等あり、別途ご相談ください JR久世駅から車で約20分/米子自動車道久世ICから車で約15分

予約方法 https://i-maniwa.com/area/yono (高仙の里よの公式サイト)

見覚えのある空間や学童机に癒される。

## 17 星ノシタノゲストハウス



UEDA VILLAGEでは宿泊そのものが体験です。2023年に新たに屋内グランピングスペースが誕生しました。小学校に泊まってBBQや焚き火などアウトドア体験と星が美しい山頂の学校で星空観察や夏は花火、ドラム缶風呂などをお楽しみください。

### 体験プログラム



- ドラム缶風呂体験(1年中)
- 星空観察(不定期)
- 屋内グランピング宿泊体験(春・秋) など
- 焚き火体験(1年中)
- ビザ窯体験(1年中)

おすすめのコメント

旧上田小学校を複合施設UEDA VILLAGEに再生。音楽室と多目的ホールは貸切ゲストハウスに、職員室はカフェ。校長室は美容室に生まれ変わりました。学校の雰囲気を残しつつ、アウトドアと学校体験を融合。童心にかえり、仲間や家族と楽しむ新しい体験型ゲストハウスです。



DATA 新真庭市田原山上2138 050-3717-1494 7名 通年 (一例)1泊2食付:大人10,000円～、小人7,000円～、幼児5,000円～ JR美作落合駅から車で約20分/中国自動車道落合ICから車で約20分

予約方法 050-3717-1494 ueda.village@gmail.com https://ueda-village.com/

農業をアミューズメントする大人の林間学校。

## 20 高仙の里よの なつづばき



1日限りのイベント「遊田んぼ」での泥んこ遊びは童心に返ると大人にも好評です。農作業体験では、木の皮から紐を作ったり、火おこしをしたり、先人の知恵も学べます。

### 体験プログラム



- 遊田んぼ(7月頃)
- 草刈り体験(1年中)
- 田植え体験(6月)
- 星空観察(1年中)
- 生物観察(1年中)
- 火おこし体験(1年中) など

おすすめのコメント

高仙(664m)の中腹にある高床式大型ロッジで、大人が本気で楽しめる農村型リゾートを展開中です。自給自足拠点「株式会社ねんぐ」協力の下、農作業体験から田舎ワーキングホリデーまで幅広く対応しています。



DATA 新真庭市余野下465 0867-42-6336 30名 通年 (一例)素泊まり:大人(高校生以上)3,850円、小・中学生2,750円 ※BBQプラン等あり、別途ご相談ください JR久世駅から車で約20分/米子自動車道久世ICから車で約15分

予約方法 https://i-maniwa.com/area/yono (高仙の里よの公式サイト)

バリアフリーな非日常空間。

## 18 Chambre d'hote E (シャンプル・ドットE)



海外生活での学びを活かし、工夫を凝らして古民家をセルフノベーション。自給的で循環的なスタイルを目指し、どなたでも受け入れられる宿を手がけています。

### 体験プログラム



- 竹細工体験(1年中)
- 藍のたたき染め体験(6月頃～9月頃)
- 野菜収穫体験(1年中)
- 陶芸体験(1年中) など

おすすめのコメント

標高約250mの山腹でヤギとニワトリを飼い、自分たちで種をまいて作った物をベースにおもてなし。四季折々の自然との一体感が味わえるよう建物内の至る所に窓を配し、展望が素晴らしいテラスも設けています。



DATA 新久米郡美咲町東坪和1366 080-8312-8080 11名 通年 (一例)1泊2食付:大人15,000円～※詳細はお問い合わせください JR亀甲駅から車で約20分/中国自動車道院庄ICから車で約20分

予約方法 080-8312-8080 Chambre d'hote E 公式Facebook

棚田の絶景と和サウナに癒される。

## 21 THE TANADA SAUNA



約1,000枚の棚田が四季折々の表情を見せる農村で「極上のととのい」を体験できる宿。上初地区の地域協議会の一員として、まちづくりにも参加しています。

Traveller Review Awards 2025 受賞

### 体験プログラム



- 柚子の間引き体験(夏)
- 棚田の草刈り(春～秋)
- 柚子の収穫体験(冬) など

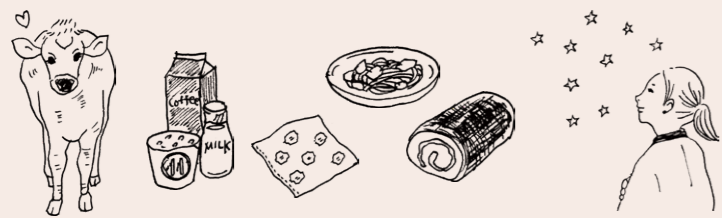
おすすめのコメント

柚子やヨモギなど地元産ハーブが香るメトスの和サウナ、棚田を見下ろす外気浴スペースで解放感あふれるひとときを(男女共用のため着衣が必要)。宿から徒歩約15分の上初棚田展望台からの景色も感動必至です。



DATA 新久米郡久米南町上初1313-1 086-728-0120 16名 通年 (一例)素泊まり:10,000円※食事付プランあり(別途費用、要予約) JR弓削駅からカッペーのりあい号(事前予約が必要)で約15分/中国自動車道院庄ICから車で約30分

予約方法 https://www.tanadasauna.jp (THE TANADA SAUNA公式サイト)



# Mimasaka area 美作エリア



【お食事について】食事の提供や料理づくり体験の詳細につきましては、各宿泊施設等にお問い合わせください。

お母さんの手作り料理が絶品。

## 22 そのだファーム



DATA 岡山県久米郡久米南町上羽359 086-728-4808 5名(1日1組) 3月~11月 (一例)1泊2食付:6,000円 JR弓削駅から車で約15分 ※JR弓削駅または誕生寺駅から送迎有り/中国自動車道津山ICから車で約40分

予約方法 ☎ 086-728-4808

自家農園や里山の地の利を生かした作物の収穫体験を実施しています。一番おいしい時期の採れたて作物を味わえるのが魅力です。希望者には草刈機の使い方も教えます。

### 体験プログラム



- 薪割り(3月~11月)
- タケノコ掘り(3月下旬~6月)
- 山菜採り(4月~6月)
- 栗拾い(9月~10月上旬)
- 草刈り体験(3月~11月)
- 竹細工(3月~11月) など

おすすめのコメント

1日1組限定で、古いだけか値打ちの築約140年の母屋と築約90年の別棟に残る、昔ながらの生活空間がいろいろな国の人に喜ばれています。夕食は旬の採れたて無農薬野菜をふんだんに使い、薄味で仕上げる田舎料理風懐石料理です。



本当の農家暮らしを静かな田舎で。

## 23 農家民宿 いなかの宿



DATA 岡山県久米郡久米南町上羽177 090-4698-1638 8名 通年(年末年始、盆は除く) (一例)1泊2食付:中学生以上12,000円、小学生6,000円 JR弓削駅から車で約10分/中国自動車道院庄ICから車で約40分

予約方法 ☎ 090-4698-1638

気軽にできる薪割りは女性に人気が高く、歓声をあげながら楽しんでます。野菜作りに興味がある人は自家農園で収穫などを体験。トラクターの運転、農作りも指導します。

### 体験プログラム



- 薪割り体験(1年中)
- 農作業体験(1年中)
- 野菜の収穫(1年中)
- 昆虫採集(夏) など

おすすめのコメント

田舎暮らしに憧れる人に農家の日常を体験してもらいたくて、標高約380mの里山にある実家を改装しました。「寝起きがいつもと違う」と喜ばれるお客様も。牡丹鍋、ジビエバーベキューで山の食文化にも触れられます。



お米農家でふだんの日本を見る。

## 24 土井ん家



DATA 岡山県勝田郡勝央町本168 090-4658-3774 5名 通年 (一例)1泊2食付[農業体験付]:11,000円~ JR西勝間田駅から徒歩で約20分/中国自動車道津山ICから車で約10分

予約方法 ☎ 090-4658-3774 SNS Instagram DM(ダイレクトメッセージ) @doinchi

農作業体験は気軽なお手伝いからハードワークまで選べます。時期により異なるので事前に電話で確認を。地域の人気者、ヤギとシャモのお世話体験は家族連れに人気です。

### 体験プログラム



- ヤギのふれあいお世話体験(1年中)
- シャモのふれあいお世話体験(1年中)
- 田植え(6月)
- 稲刈り(9月~10月)
- タケノコ掘り(4月~6月)
- 池えび採り(10月下旬) など

おすすめのコメント

土井ん家での農作業体験は、滞在中、田畑へ行く私たちに同行し、栽培や収穫などを一緒に行ってもらいます。何かあるかお楽しみに。食事は旬の食材がメインの創作料理で、屋外でバーベキューや鉄板焼きもできます。また、離れでは1日1組の居酒屋をやっています。



本格的な設備で手作りに挑戦。

## 25 さくとう 山の学校



DATA 岡山県美作市万善25 0868-75-7126 約45名 通年 (一例)素泊まり:大人3,300円、高校生2,750円、小・中学生2,200円※15人以上団体1割引き※食事については5名以上で提供可能(要相談、別途費用) JR美作土居駅から車で約15分/中国自動車道作東ICから車で約20分

予約方法 ☎ 0868-75-7126

プロ仕様の窯に火をおこし、生地から手掛けるピザを焼いたり、撮ったばかりの写真が入る写真フレームを糸のこを使って作るなど、多彩なメニューがそろいます。

### 体験プログラム



- ピザ作り体験(1年中)
- 写真フレーム作り体験(1年中)
- そば打ち体験(1年中)
- 火おこしと飯ごう炊さん体験(1年中)
- 水鉄砲作り体験(夏季) など

おすすめのコメント

小学校の跡地を活用する自然体験交流宿泊施設です。程よい大きさのグラウンドは、子どもたちが走り回る格好の遊び場になっています。周囲に民家がなかったので、楽器の演奏や花火も心ゆくまで楽しめます。



地元色豊かな「食」がテーマの休日。

## 26 Farm inn Suzuki



DATA 岡山県吉田郡鏡野町塚谷686-7 090-2001-7707 4名 通年 (一例)1泊フルーツ狩り及び夕・朝食料理体験付:15,000円 JR院庄駅から車で約15分/中国自動車道院庄ICから車で約10分

予約方法 WEB <https://www.mto.ne.jp/suzukiya/>

寒暖の差が大きい県北で育つ甘いフルーツの収穫体験を「まほらファーム」で実施。イチゴ(1月~6月)、白桃(7月下旬~8月上旬)、ピオーネ(8月中旬~9月)などです。

### 体験プログラム



- 収穫体験(1年中)
- 調理体験(1年中) など

おすすめのコメント

海外からの方を意識したメニューを用意しています。日本家屋に滞在し、郷土料理などを私たちが作って食べましょう。お客さま好みの献立作成や買い物も一緒に。フルーツの収穫も体験できます。風呂は温泉へ。



## 美作エリア おすすめ! 観光スポット

歴史を刻む城跡に咲き誇る桜が、壮大な景色を鮮やかに彩る。

### 津山城「鶴山公園」



森蘭丸の弟・森忠政が築いた平山城。明治の廃城令で取り壊されたが、2005年に備中櫓を復元。そびえ立つ石垣の姿も圧巻です。また『さくら名所100選』にも選ばれ、約1,000本の桜が約45mにも及ぶ石垣をバックに咲き誇ります。

津山市山下135 4~9月:8:40~19:00、10~3月:8:40~17:00 高校生以上310円 JR津山駅から徒歩約10分 ☎ 0868-22-3310(津山市観光協会)

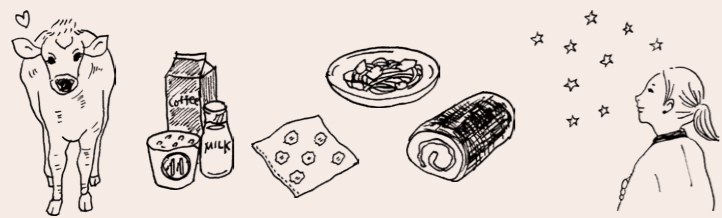
自然と融合した現代美術の殿堂で一期一会の体験を。

### 奈義町現代美術館



世界的建築家・磯崎新氏と、国際的に活躍する3組の芸術家が制作した、作品と建物が半永久的に一体化した体感型美術館。喫茶室からは、太陽・月・大地の3つの展示室と那岐山を望めます。

岡山県奈義町豊沢441 9:30~17:00(入館は16:30まで) 月曜日(月曜日が祝日の場合は開館)、祝日の翌日(祝日の翌日が土・日曜日の場合は開館) 一般・大学生700円、高校生500円、小・中学生300円 JR津山駅から中鉄はバスで約30分、「ナギテラス」下車、徒歩約5分 ☎ 0868-36-5811(奈義町現代美術館)



# Mimasaka area 美作エリア



【お食事について】食事の提供や料理づくり体験の詳細につきましては、各宿泊施設等にお問い合わせください。

風格漂う端正なたたずまいに憩う。

## 27 かなでや



江戸時代末期に建てられた屋敷を、従来の重厚なイメージに合わせてリノベーションした1棟貸切の宿です。贅を凝らした造りを施し、快適性・安全性も備えています。

### 体験プログラム



- 郷土料理体験(1年中)
- 薪ストーブでピザ焼き体験(10月~4月)
- しいたけ採り体験(春・秋)
- たけのこ掘り体験(4月中旬頃~5月上旬頃) など

おすすめのコメント

母屋を囲むように広がる竹林や杉林、畑で各種体験が楽しめます。内庭に配した信楽焼の露天風呂には奥津温泉の湯を用意。夕食は-60°Cの冷凍庫で鮮度を保つ魚介類や新鮮野菜が並ぶ里山料理です。



DATA 岡山県鏡野町羽出913 090-4930-8103 7名(1日1組) 期通年 (一例)1泊2食付[1棟2名様~]:38,600円 JR津山駅から「奥津温泉・石越」線バスで約60分、「阿曾」または「奥津温泉」から送迎あり/中国自動車道院津ICから車で約25分

予約方法 ☎ 090-4930-8103 WEB <https://kanadeya.jp> (かなでや公式サイト)

昭和の家で憩い四季折々の体験を。

## 28 藤木農園



春の山菜採り、秋のキノコ他、四季折々の多彩な野菜を自家農園で収穫。山では、キノコの駒うち、薪割りを体験。冬は大量の積雪があり、雪国情緒を満喫できます。

### 体験プログラム



- 農作業体験(4月~11月)
- 原木なめこの栽培・収穫体験(10月・11月)
- 野菜などの収穫体験(5月~11月)
- 雪遊び・かまくら作り体験(1月~3月) など

おすすめのコメント

鳥取県との県境、標高約500mにある宿です。懐かしさを感じさせる昭和の家でのんびり、または観光拠点にしてスキーやトレッキングなどを楽しむのもおすすめ。お風呂は上齋原温泉「クアガーデンこのか」へご案内します。



DATA 岡山県鏡野町上齋原698-3 090-7973-6539 7名 期通年 (一例)1泊2食付[2名から]:大人(中学生以上)6,600円~ JR津山駅から「石越」行きバスで約50分、「横原」下車、徒歩で約2分/中国自動車道院津ICから車で約40分

予約方法 ☎ 090-7973-6539 WEB [fujikinouen6983@docomo.ne.jp](mailto:fujikinouen6983@docomo.ne.jp)

農村の暮らしとアートを楽しむ。

## 29 UJITEI



宿周辺の散策から始まる生花体験など、自然を活用した田舎の暮らしやアートを楽しむ宿です。

### 体験プログラム



- 農業体験(春~秋/時期が合えば)
- 山の散策から始まる生け花(1年中/要予約)
- 木工体験(1年中/要予約)
- しめ縄づくり(12月/要予約) など

おすすめのコメント

岡山県で初めて農家民宿として「Airbnb」に登録し、外国人のお客様も沢山いらっしゃいます。家族で作る田畑があるので時期が合えば農業体験もできますよ。庭でのバーベキュー、川遊び、星の観察など自然とアートに囲まれた空間で最高のバケーションを!



DATA 岡山県津山市加茂町宇野47-5 ホームページから 9名 期通年 (一例)素泊まり:一棟20,000円~※食事については施設のキッチンでの自炊可 JR美作加茂駅から車で約10分※JR美作加茂駅から送迎あり/中国自動車道津山ICから車で約25分

予約方法 WEB <https://www.airbnb.jp/h/ujitei>

種付けから袋閉じまで体験可能。

## 30 やました農園



農業に携わり約30年、現在は減農薬・減肥料で育てています。「農業トライアルワーク」事業で、移住希望者を対象に農業体験のマッチングも行っていきます。

### 体験プログラム



- パプリカの植え付け体験(5月上旬~6月上旬)
- 田植え体験(4月下旬~6月上旬)
- しいたけの収穫体験(春・秋) など

おすすめのコメント

本格的に農業を学びたい方に対応。年間を通じて仕事ができる環境作りにも取り組んでいます。複数の野菜を一緒に植えて連作障害を防ぎ、収穫期間を延長。畑が小さくてもたくさん育てられる農業を実践しています。



DATA 岡山県津山市加茂町野谷30 090-2808-4267 5名 期通年 (一例)素泊まり:4,800円※食事については別途ご相談ください JR美作加茂駅から車で約5分/中国自動車道津山ICから車で約25分

予約方法 ☎ 090-2808-4267

自然あふれる里山で楽しいひとときを。

## 31 農家民宿 ファームテラス・たかくら



豊かな自然と触れ合いながら季節を満喫する、多彩なプログラムをご用意。薪ストーブのある土間スペース、和室、LDKを自由にお使いいただけます。

### 体験プログラム



- 農業体験(1年中)
- 和食文化継承リーダーとクラフト体験(1年中) 調理体験(1年中) など

おすすめのコメント

スモモや柿などの果物や農作物の収穫を通じて旬の味覚をお楽しみください。1日1組限定の宿です。家族や友人と食材を持ち込んで自炊や、広い庭で楽しくバーベキューをして頂くことができます。



DATA 岡山県津山市下高倉東1503-1 090-4891-6747 9名(1日1組) 期通年 (一例)1泊2食付:大人12,650円、高校生以下10,450円、寝具不要の幼児無料 JR津山駅から車で約20分/中国自動車道津山ICから車で約10分

予約方法 EMAIL [farm.takakura@gmail.com](mailto:farm.takakura@gmail.com) WEB <https://sites.google.com/view/farm-takakura/> (農家民宿ファームテラス・たかくら公式サイト)

那岐山登山口に一番近い農家民宿。

## 32 民宿・農家民宿 つきやま



藍染作家であるオーナーが、住宅の南に広がる景色が気に入り、越してきました。アトリエも兼ねているため作品鑑賞も。気象条件により客間から雲海も眺められます。

### 体験プログラム



- 藍染体験(1年中)
- 栗拾い(秋) など
- 野菜の収穫体験(1年中)

おすすめのコメント

標高約360m、那岐山の懐に位置。那岐山麓の山が見える距離にあり、観光拠点におすすめです。藍染体験は所要約3時間で、ハンカチまたはショールを好みの色柄に染め上げます。藍染は日帰りでの体験も可能です。



DATA 岡山県勝田郡奈義町高円599-1 090-8364-7584 2名 期通年 (一例)素泊まり:4,000円※食事については施設のキッチンでの自炊可 JR津山駅から「行方・小坂」線バスで約50分、「高円」下車、徒歩約30分/中国自動車道津山ICから車で約25分

予約方法 ☎ 090-8364-7584





Mimasaka area

# 美作エリア



【お食事について】食事の提供や料理づくり体験の詳細につきましては、各宿泊施設等にお問い合わせください。

田舎体験×グランピングで忘れられない時間を。

## 33 FARM RESORT あわのわ



日中は魚のつかみ取りなどの田舎体験を楽しみ、夜は獲った魚でバーベキュー。その後は、たき火体験しながら満点の星を眺める。そんな優雅な時間をお過ごしください。

### 体験プログラム



- 魚のつかみどり(4月下旬~10月中旬)
- そうめん流し(夏季)
- 釣り体験(1年中)
- バーベキュー体験(1年中)
- 農作業体験(4月~11月)
- たき火体験(1年中) など
- 森の楽器づくり(1年中)

おすすめのコメント



1日1組、民家1棟貸しの宿で、田舎体験やグランピングも楽しめず。岡山県最高峰「後山」の麓に位置し、宿に併設のウッドデッキからは絶景と満点の星空が望めます。

DATA 美作市後山1439-2※受付は後山1431-1(こぶし庵) ☎090-1181-7851(担当:鶴田) 定10名(1日1組) 通年 料(一例)素泊まり:6,500円~※食事については別途ご相談ください 交通 智頭急行大原駅から車で約10分/鳥取自動車道大原ICより車で約15分

予約方法 ☎090-1181-7851 ✉info@awano-wa.com WEB https://awano-wa.com/

## コラム

# どうして晴れの国なの?

### ●「晴れの日が多い」

降水量1ミリ未満の日:276.7日で全国第1位

※資料:気象庁「全国気候表」(1991~2020年(30年間)の降水量1ミリ以上の日数の年平均値をもとに算出)

### ●「温暖な気候。災害が少ない。」

震度4以上地震観測回数(1923~2023年)(少):19回で全国第3位

※資料:気象庁「震度データベース検索」(1923~2023年)

平成元(1989)年から使われている、岡山県のキャッチフレーズ「晴れの国おかやま」。由来は県庁所在地の中で岡山市の年間に占める「降水量1mm未満の日」が日本一多いことといわれています。降水量が少ない=晴れの日が多いというわけです。「温暖な気候で災害が少ない」「美味しいものが多い」「自然がいっぱいある」など、他にも晴れの国とする所以があります。



## 美作エリア おすすめ!観光スポット

サステナブルの価値を身近に体感。

### GREENable HIRUZEN



建築家・隈研吾氏が設計・監修したCLTパビリオン「風の葉」をはじめ、ミュージアムやショップを通じて、楽しみながらSDGsを体感できます。

〒764-0291 真庭市藤山上福田1205-220 ☎9:00~17:00(ミュージアムの入館は16:45まで) 休 水曜日(祝日の場合は翌平日) JR中国勝山駅から真庭市コミュニティバスで約80分、「藤山高原センター前」下車すぐ ☎0867-45-0750(GREENable HIRUZEN)

四季折々の表情が見える自然を満喫できる絶景スポット。

### 奥津渓



吉井川沿い約3kmにわたり素晴らしい渓谷美が広がる、国指定名勝・奥津渓。透明度の高い水が流れ、秋には紅葉の絶景も広がります。

〒764-0291 真庭市鏡野町奥津川西 ☎JR津山駅から中鉄はくばバスで約60分、「小畑」下車、徒歩約20分 ☎0868-52-9100(鏡野観光局)

### みまさか 美作三湯

さらに、温泉で癒しを。

- 湯原温泉** ダムのすぐ下に24時間無料開放されている混浴の「砂湯」で有名な温泉。
- 奥津温泉** 泉質はアルカリ性の単純温泉で、「美人の湯」として人気の温泉。
- 湯郷温泉** 約1,200年前、円仁法師が白鷺に導かれ発見したと伝えられる温泉。

## 01

### 鶏肉のおばんざいご膳

地元食材をシンプルに楽しむ!



肉料理をメインに地元野菜など季節の食材を使う体に優しいおかずが揃います。吉備中央町の水車米ならではの甘み・旨みは格別です。

朝は地元の美味しい卵かけご飯!



ココで食べられる! ⑦ 宿と喫茶 小森のツキノシタ

## 02

### 千屋牛と野菜の炭火焼と郷土料理

里山の栄養と伝統を煮込む!

岡山名産・千屋牛の厚切り肉を囲炉裏を囲みながらいただきます。季節により千屋産のヒメノモチを使ったお餅または山菜おこわを。

スタミナがギュ〜っと詰まってる!



ココで食べられる! ⑮ 吉備家民宿 千屋アウトドアハウス

## 03

### 上田むらの“ふだ楽鍋”コース

新鮮ジビエの滋味がたっぷり!



その季節にとれる山の幸やジビエを煮込んだ上田むらのご当地鍋です。シメはカレーを入れてうどんすき。上田のごぼうを使った前菜も。

囲炉裏の鍋を囲んで楽しいひととき!



ココで食べられる! ⑰ 星ノシタノゲストハウス

※宿泊施設でのお食事は事前予約が必要となります。※季節等によりご提供できる内容が異なる場合がございます。※詳しくは各宿泊施設へお問い合わせください。

Pickup Foods



# 美味を求めて 農家民宿

晴れの国おかやま農家民宿の中には、地元食材を使った郷土料理を振る舞う施設もあります。そこしか出会えない時間や風景、人々のふれあいがあるから、お料理がもっと美味しい!



## まだまだ! ご当地グルメも食べられえ!

晴れの国おかやま農家民宿の行き帰りには、岡山各地のご当地グルメもいかが?食べなきゃもったいない!

### 備中エリア



倉敷市 児島たこしお焼そば かつて塩づくりが盛だった児島地域ならではの味。身の引き締まったタコが美味!



笠岡市 笠岡ラーメン 養鶏が盛だった笠岡。親鶏の肉を使ったチャーシューが特徴の醤油ラーメン。

### 備前エリア



岡山市 おかやまデミカツ丼 デミグラスソースをかける洋風カツ丼。各店で異なる味のソース、自分好みを見つけて!



備前市 日生カキオコ 新鮮なカキ(牡蠣)がたっぷり入ったお好み焼き。カキの水揚げで知られる日生ならではの。

## 美作エリア



津山市 津山ホルモンうどん 新鮮なホルモンと各店特製の自家製ダレの味わい深い焼うどん。全国にもファンが多い。



真庭市 ひるぜん焼きそば 蒜山地域で昔から食べられている、鶏肉(かしわ)を使った焼きそば。濃いめがクセになる!

海がメイン!

海派? 山派?

タイプ別

# 農家民宿

# モデルコース

山がメイン!



## 備前エリア

兵庫県との県境に位置する備前の特徴ある観光スポットを回るコースです。好漁場の日生地区で海の幸を堪能し、漁村ならではの体験も。吉永地区では江戸時代の特別史跡を訪ね、備前地区では伝統文化に親しみます。

**START!**  
10:00  
岡山駅を出発!

11:00頃  
日生町に到着

昼食 11:30-13:00

焼いても縮まないプリプリ食感!  
**日生カキオコ**を堪能

肉厚でクセが少なく、濃厚な味わいが特徴の一年ものの日生のカキが入ったお好み焼き。焼き方や味付けは店ごとに異なり、いろいろな味が楽しめます。



11:00-11:30

目移り必至の五味の市!  
**夕食のBBQ用の食材を購入**



Store Information  
週末は屋台で賑わう  
日生の台所 **五味の市**

夕食

17:00頃 島の家 **海松緑**

地元の海産物でBBQ  
新鮮な魚介類を炭火で焼きながらアツアツを頬張る贅沢を。素材のおいしさが際立ちます。



夕食後は**星空観賞**

山の中腹から望む星空は、まるでプラネタリウムのような美しさです。



頭島では他に...

頭島周辺の**港町散策**

港へ続く小道が島を縫うように延びる周囲約4kmの漁村、頭島。ひなせうみラボからの眺めは絶景。



土ひねり体験



朝食 8:00頃~

10:00-15:00  
**伝統と歴史が息づく文化都市 備前市観光**

由緒ある備前焼の代表的な産地が備前市伊部。伊部周辺の窯元や工房で土ひねり体験に挑戦できます。日本最古の庶民の学校、旧閑谷学校では建物と庭園の美しさが目を引きま



15:00頃  
**備前市を出発**

**Welcome back!**  
16:00  
岡山駅に到着!

## 真庭エリア

県下で最も大きな自治体の真庭を縦断するコースです。里山では収穫した野菜で夕食を作り、標高約500mの山間から美しい星空を満喫。情緒豊かな町並みを巡り、名湯でくつろぐ休日。

**START!**  
12:30  
岡山駅を出発!

14:00頃 農家民宿 **ゆずぎ**

14:00-15:00  
ご夫婦による周辺の案内、畑での収穫体験など

自給自足生活を楽しむご夫妻に連れられて、所有の畑付近を散策。醍醐桜や北房ほたる公園も徒歩圏内です。



15:00-18:00

自どり野菜だけに気合十分!  
**みんなで夕食作り**

食育ソムリエ指導のもと、自家米と収穫したての野菜で、ちらし寿司に挑戦。かまどで煮込むこんにゃく作りも体験しました。



夕食 18:00頃~



夕食後のひと休み後は、**五右衛門風呂で星空を眺めて**



DAY 2

朝食 8:00頃~

10:00-13:30  
**真庭市観光**

勝山町並み保存地区散策

約800mの通りに伝統的な建造物が並び、旭川沿いには高瀬舟の発着場跡の石畳が続きます。近年は民家の軒先に彩りを添えるのれんが勝山の新たなシンボルに。絞り染め体験も行っています(予約制)。



真庭あぐりガーデン

「真庭の食を楽しむ」複合観光スポットです。ショップとカフェ&レストランも併設しています。



旧遷喬尋常小学校

1907(明治40)年建築の木造校舎。学生服を着て写真撮影を楽しむことができます。



13:30 真庭市中心部を出発

14:00-15:00  
**湯原温泉で日帰り入浴**

美人の湯で知られるアルカリ性単純温泉。24時間無料で入浴できる混浴露天風呂「砂湯」で有名です。



- 日帰り入浴施設一覧 ※湯原町旅館協同組合サイト参照
- 湯本温泉館
  - 足温泉館
  - 湯めぐりの宿 松の家 花泉
  - 下湯原温泉
  - 我無らん
  - プチホテルゆばらリゾート
  - 真賀温泉館
  - 八景
  - ゆばらの宿 米屋

15:00頃 湯原温泉を出発

**Welcome back!**

17:00  
岡山駅に到着!

**Welcome back!**  
17:00  
岡山駅に到着!

※写真・イラストはイメージで、実物とは異なる場合があります。宿泊料金および体験プログラム費用など、詳しくは各宿泊施設等にお問い合わせください。



## 「晴れの国おかやま農家民宿」への 宿泊・体験に関する注意事項

晴れの国おかやま農家民宿を充分にご理解いただき、みなさんで楽しくご滞在ください。

1

「晴れの国おかやま農家民宿」とは岡山県が設立した「晴れの国おかやま農家民宿ネットワーク推進協議会」の会員の方が営業する、農林漁業体験のできる宿泊施設です。

宿の主人のおもてなしやゆったりとした会話を楽しんだり、その地域ならではの田舎料理や農林漁業体験など、宿の主人に相談しながらあなただけの滞在方法を楽しんでください。



2

予約・キャンセルについて

予約は数ヶ月前～数週間前までと各施設によって異なります。また、キャンセル料が発生することがあります。



3

アメニティ類について

シャンプーなどのアメニティ類やバスタオル・寝間着なども各自で用意していただく場合があります。



4

ペット同伴について

ペットOK・禁止、ペットの種類や大きさ、室内への持ち込みなど、各施設によって異なります。



5

農林漁業体験について

各宿泊施設で体験できる内容は様々です。体験は地域の農家等を紹介して提供している場合があります。  
※体験によっては、別途料金・要予約。



※詳しくは各宿泊施設にお問い合わせください。

## 体験一覧

※体験のカテゴリー分けは、おおまかな分類となります。宿泊施設により体験メニューは異なります。  
※季節等により体験できる内容が異なります。予めご了承ください。  
※記載のカテゴリー以外の体験メニューがある宿泊施設もございます。体験メニューについての詳細は予約時に各宿泊施設へご確認ください。

エリア	宿泊施設名	農業体験	漁業体験	自然と遊ぶ	動物とふれあう	生活・文化体験	アート・工作体験	料理体験
備前エリア	01 農家民宿 行ちゃん	●	—	●	●	●	—	●
	02 農家民宿 やまと	●	—	●	●	●	●	●
	03 農家民宿 ほわ	●	—	●	●	●	—	●
	04 農家民宿 みっちゃん家	●	—	●	—	●	●	●
	05 農家民宿 桜	●	—	●	—	●	●	●
	06 農家民宿 ひかさ	●	—	●	—	●	●	●
	07 宿と喫茶 小森のツキノシタ	●	—	●	—	●	—	●
	08 のぶえ農園工房	●	—	●	—	●	●	●
	09 牛窓研修センター カリヨンハウス	●	●	●	—	●	●	●
	10 島の家 海松緑	●	●	●	—	●	●	●
備中エリア	11 笠岡市北木島宿泊研修所	—	●	●	—	●	●	—
	12 農家民宿 3091	●	—	●	●	●	●	●
	13 庄屋屋敷 とくら	●	—	●	—	●	●	●
	14 暮らしかた研究所 烏頭のおやま	●	—	●	●	●	●	●
	15 古民家民宿 千屋アウトドアハウス	●	—	●	—	●	—	—
美作エリア	16 農家民宿 ゆずき	●	—	●	—	●	—	●
	17 星ノシタノゲストハウス	●	—	●	—	●	●	●
	18 Chambre d'hote E(シャンプル・ドットE)	●	—	●	●	●	●	●
	19 高仙の里よの 青木本家	●	—	●	—	●	—	●
	20 高仙の里よの なつづばき	●	—	●	—	●	—	●
	21 THE TANADA SAUNA	●	—	●	—	—	—	—
	22 そのだファーム	●	—	●	—	●	●	—
	23 農家民宿 いなかの宿	●	—	●	—	●	—	●
	24 土井ん家	●	—	●	●	—	—	●
	25 さくとう 山の学校	—	—	●	—	●	●	●
	26 Farm inn Suzuki	●	—	—	●	●	—	●
	27 かなでや	●	—	●	—	●	—	●
	28 藤木農園	●	—	●	—	●	—	—
	29 UJITEI	●	—	●	—	●	●	●
	30 やました農園	●	—	●	—	●	—	●
	31 農家民宿 ファームテラス・たかくら	●	—	●	—	●	●	●
	32 民宿・農家民宿 つきやま	●	—	—	—	—	—	—
	33 FARM RESORT あわのわ	●	●	●	—	—	●	●

進めよう！  
**地産地消**  
おかやま

まずはアクセス！  
とれたての岡山県産の食材探しはこちらから！

岡山県産の食材を積極的に利用・提供する「おかやま地産地消協力店」(小売店・飲食店)や岡山県内の直売所をホームページで紹介しています。

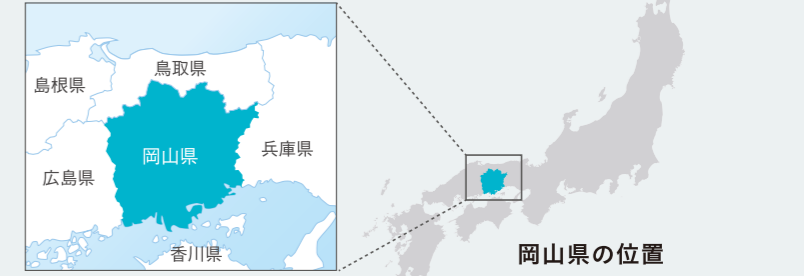
「ももっぴー」が入った地産地消PRのほりが協力店の目印です！

岡山県農林水産部農村振興課  
岡山市北区内山下2-4-6 TEL.086-226-7442

# 晴れの国おかやま農家民宿 AREA MAP

● 備前エリア ● 備中エリア ● 美作エリア

## ACCESS 岡山県へのアクセス



### 自動車

岡山県までの所要時間

大阪から	約2時間10分
広島から	約1時間50分
米子から	約1時間40分
高知から	約2時間
松山から	約2時間20分
徳島から	約2時間30分
福岡から	約5時間20分

### 飛行機

岡山桃太郎空港までの所要時間

羽田空港から	約1時間10分
新千歳空港から	約1時間50分
那覇空港から	約2時間

札幌 約1時間50分  
東京 約1時間10分  
沖縄 約2時間

### 鉄道

主要都市から岡山駅までの所要時間

山陽新幹線	約34分	山陽新幹線	約44分
山陽新幹線	約1時間10分	特急サンダーバード・北陸新幹線	約2時間20分
山陽新幹線	約1時間25分	特急サンダーバード・北陸新幹線	約2時間50分
山陽新幹線	約1時間37分	東北-北海道新幹線	約4時間20分
山陽九州新幹線	約2時間15分	東北新幹線	約1時間35分
山陽九州新幹線	約3時間	上越新幹線	約2時間
		北陸新幹線	約1時間30分
		東海道・山陽新幹線	約3時間9分
		東海道・山陽新幹線	約1時間35分
		快速マリンライナー	約52分
		特急南風	約2時間30分
		特急しおかぜ	約2時間50分

新大阪  
金沢  
富山  
新函館北斗  
仙台  
新潟  
長野  
名古屋  
高松  
高知  
松山

日本各地から岡山へ  
各路線の乗り継ぎパターンを参考に、所要時間の目安を掲載しています。ご利用される列車や日時によって、目的地までの所要時間が変わる場合がございますので、ご旅行の際はあらかじめ駅窓口でお尋ねいただくか、JR時刻表をご確認ください。

