



関西観光物産イベントのお知らせ

鏡野町で収穫された無農薬・低農薬の農産物や特産品の展示即売の他、この冬イチ押しの観光情報を関西の皆様にお届けします。

かがみの里山健康マルシェin関西

- 日時：12月23日(木) 10:00～15:30
- 場所：ディオス北千里(阪急北千里駅前広場)
(大阪府吹田市古江台4-2-119)



ディオス北千里(大阪府吹田市)

アンテナショップ冬の味覚フェア

- 日時：12月24日(金)～26日(日) 10:00～19:00
- ※外イベントは 24日 10:00～14:30のみ
- 場所：鏡野町アンテナショップ夢広場
(大阪府茨木市東中条町7)



鏡野町アンテナショップ(大阪府茨木市)

「かがみの里山健康クラブ」会員限定 冬の大プレゼント!!

2017年にスタートした「かがみの里山健康クラブ」は今年で4年目を迎え、健康のまち鏡野町のファンクラブ制度として3,500名を超える皆様にご入会いただきました。自然アクティビティや健康グルメ、温泉を始めとした様々な健康素材をいかした体験プランやイベント等を通じて、鏡野町を身近な存在として応援していただいている皆様への感謝といたしまして、会員限定のプレゼント企画を実施いたします。

- 対象の方：2022年1月31日現在で会員登録されている方
- 賞品内容：鏡野町の特産品購入や日帰り温泉の利用等に使える観光クーポン券など総勢100名様にプレゼント!
- 抽選方法：2月上旬に会員番号の無作為抽出による抽選を行います。
- お届方法：当選者の方には、2月中旬～下旬に賞品をお届けする予定です。
※個人情報保護の観点からHP等各種メディアへの発表は行いません。

まだ会員でない方はこちらから♪(入会金・年会費無料)▶▶▶
<https://www.kagaminoholiday/kenkou-club/>



新型コロナウイルス感染防止対策実施中!

- 館内をしっかりと換気します
- 多数の方が触れる場所は、特に念入りに消毒します
- 清掃・消毒を定期的に実施します
- ソーシャルディスタンスに配慮しています
- 消毒液を常備しています
- 会計時にはコイントレイを使用します

＼ 鏡野町観光＆移住定住総合サイト／

かがみの旅とくらし

<https://kagaminoholiday/>



＼ 健康のまち鏡野町をたっぷり楽しめるプランあります! ／

かがみの里山健康プラン

<https://tabi.kagaminoholiday/>

参加希望日の7日前まで受付 | プラン催行日以外でも、お気軽にお問い合わせください。



@mizurin_fairy



@mizurin.fairy



@kagaminogram

健康の町かがみの プロモーション本部

(健康の町かがみのエコツーリズム推進協議会)

TEL:0868-52-9100 FAX:0868-52-9101

〒708-0431 岡山県苫田郡鏡野町河内60-8 奥津湖総合案内所「みずの郷奥津湖」広報展示館内

本紙に掲載されているプランは全て現地集合・現地解散型のプランです。集合場所から体験場所等への移動が必要な場合は、徒歩またはお客様ご自身の車により移動していただきます。 ※掲載価格は2021年12月現在の消費税込価格です。
※新型コロナウイルス及び、天候状況などにより、イベントやプラン内容・実施時間を変更中止する場合があります。



鏡野町へのアクセス

🚗 クルマ 中国自動車道・院庄ICからR179を北向き・倉吉方面へ。奥津温泉まで約25分。

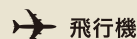
- 大阪[池田IC] → (中国自動車道) → 院庄IC …… 約120分
- 神戸[神戸三田IC] → (中国自動車道) → 院庄IC …… 約120分
- 高知[高知IC] → (瀬戸・岡山自動車道) → 院庄IC …… 約160分
- 米子[米子IC] → (米子・中国自動車道) → 院庄IC …… 約65分
- 倉敷[倉敷IC] → (山陽・岡山自動車道) → 院庄IC …… 約75分
- 岡山市内 → (R53・R179) → 院庄 …… 約75分

🚌 バス JR津山駅から中鉄北部バスで奥津温泉まで約55分。

- 日本交通株式会社(なんば～奥津温泉・上斎原温泉) …… 約200分
- 中国ハイウェイバス(大阪駅～津山駅) …… 約160分

🚆 JR JR津山駅から中鉄北部バス又はレンタカーを利用。

- 新大阪駅 → (山陽新幹線) → 岡山駅 → (JR津山線) → 津山駅 …… 約130分



飛行機 岡山桃太郎空港からリムジンバス・レンタカーで岡山駅へ約30分。

- 羽田空港 → 岡山桃太郎空港 …… 約75分

Kagami no White

OKAYAMA



染まる景色。
真つ白に
とした静寂
しん

2021-22 冬 一岡山県鏡野町

岡山県

岡山県下最大級のスノーパーク
大人も子供もめいっぱい楽しめる！

恩原高原スキー場

初心者から上級者まで幅広く対応したパノラマゲレンデでは、スキー、スノーボードを始め、ソリ遊びや雪だるま作りなど、様々な雪遊びが楽しめる。また、レストハウスやクリスタルパレスでは定番メニューから軽食まで様々なあったかグルメが楽しめる。

【営】 12月25日(土)～3月上旬(予定)

※積雪の状況により変更になる場合があります。

【所】 鏡野町上齋原2037(恩原高原スキー場パノラマゲレンデ)

【駐】 全日無料

【料】 ●リフト(営業 8:30～16:30)

1日券:大人3,500円、中学生以下2,000円 ※土日祝は500円UP

半日券:大人2,500円、中学生以下(午後券のみ)1,500円

※キッズデーや金曜サービスデーなどお得な料金となる日もあります。

●各種レンタル(営業 8:30～17:00)

スキーセット:大人3,000円、中学生以下2,000円

スノーボードセット:3,500円、中学生以下2,500円

【他】 ●レストハウス(営業 8:15～17:00)130席

お食事・休憩・トイレ・リフト券の販売

●クリスタルパレス(営業 9:00～16:30)40席

軽食(土日祝のみ)・休憩・トイレ

●スキー・スノーボード教室(1/8～2/13の第2・4土曜及び日・祝日開催予定)

※詳しくは、公式WEBサイトでご確認ください。

<https://www.ombara-kogen.com/ski/>

【問】 0868-44-2808(恩原高原スキー場)

プラン詳細
ウェブ予約



雪遊びと合わせて
あったかグルメを堪能！



恩原高原スキー場 イチ押しグルメ

①レストハウス 中華ソバ(650円)

昔懐かし味の味!隠れファンの多い一品です。

②クリスタルパレス あげたこ焼き(370円)

外はカリッと中はふわふわ。大玉のたこ焼きです。

③四季の里(土日祝限定) 牛串(500円)

お茶屋のラーメン店人気の焼鳥や牛串を限定販売☆



ソリ&雪遊びゾーンは
分けられているので
安全に楽しめる！



スキーもスノボも
レベルに合わせて
滑ることができる多彩なコース！



＼恩原高原は 雪遊びの/ どっかいフィールド！

カカトがフリーな
ノルディックスキー！
上りも下りもラクラク



新雪でも沈まない！
スノーシューで雪原を
歩き回れる！



関西以西で唯一の
スノーモビルフィールドで
アクティビティーを楽しむ☆

恩原高原から
少し足を伸ばして
体験してみよう！



プラン詳細
ウェブ予約



泉源スノーモビル ツーリング体験

関西以西で唯一の専用コースで、
スノーモビルのツーリングを楽しみ
ます。

【日】 2月6日(日)9:30～12:00

【所】 スノーモビルランド in ナチュラル泉源
(鏡野町羽出1758-1)

【募】 2～10名

【料】 1人 8,500円(講習料・体験料・
レンタル料・ライセンス料含む)
※観光割引券500円&おゆりんストラップ付き
※駐車場無料です。

【問】 0868-52-9100

(健康の町かがみのプロモーション本部)

スノーモビルランド in ナチュラル泉源

関西以西で唯一となるスノーモビルランド。
ライセンスを取得でき、どなたでも気軽に楽し
めます。基本コースとなる4km～ミニツ
アーコースの8kmまで設定してあります。

【日】 12月下旬～3月上旬(予定)

【所】 鏡野町羽出1758-1

【問】 0868-52-0629(12月26日～3月上旬)

(スノーモビルランドinナチュラル泉源)

美しい雪景色が広がる恩原高原で
スノーシューハイクを楽しむ！

恩原高原スノー
シューハイク【初級編】

プラン詳細
ウェブ予約



ノルディックスキーで
雪山をお散歩

恩原高原ノルディック
スキー体験【初級編】

プラン詳細
ウェブ予約



美しい雪景色が広がる冬の恩原高原を案内人と一緒にノルディッ
クスキーで歩きます。恩原高原スキー場レストハウスのお食事に使
える500円券付き♪

【日】 2月20日(日) 10:00～12:00

【所】 恩原高原スキー場(鏡野町上齋原2037) 【募】 3～10名

【料】 1人 3,500円(案内料・体験料・ノルディックスキーレンタル料・
保険料・食事券500円分)

【問】 0868-52-9100(健康の町かがみのプロモーション本部)

【日】 1月8日(土)10:00～12:00、1月23日(日)10:00～12:00

【所】 恩原高原スキー場(鏡野町上齋原2037) 【募】 5～20名

【料】 大人4,800円、中学生以下3,800円(案内料・体験料・保険料・
食事券500円分)※スノーシューセットレンタルは別途1,000円

【問】 0868-52-9100(健康の町かがみのプロモーション本部)



高清水トレイル

岡山県の最北端、鏡野町と鳥取県三朝町の県境を尾根に沿って歩ける「高清水トレイル」のコース。標高735mの人形峠を発着点に、標高950mの高清水高原や1044.9mの伯州山などを歩くことができます。冬の高清水高原は、見晴らしのよい雪原に！



中国山地の雪山を一望できる
人気のトレッキングコース！

1mを超える積雪もあり。
雪山に備えた装備で！

積雪の深いところでは1m以上となるので、雪山に備えた装備が必須です。※十分な安全が確保されていない場合の入山はお控えください。

持っていくとよいもの

- 防寒帽子
- 雪・風をしのげる服装
- 登山靴／スノーシュー
- 水筒（温かい飲み物）
- おやつ など

かがみのの 雪山を楽しむ！



自分の目で見る
凍った滝の裏側の神秘

氷瀑は気象条件により
完全な形で見られない
場合もございます

岩井滝（氷瀑）

裏見の滝として著名で、天から氷柱が降り注いでいるかのような圧倒的存在感を放つ滝の裏側は、悠久の時間が生み出した自然の懐の中にいるよう。時間が止まったかのような印象を覚える異空間です。

所 岡山県苫田郡鏡野町上齋原中津河
ア 中国自動車道院庄ICから車で約60分
問 0868-54-2987（鏡野町産業観光課）



高清水トレイル スノーシューハイク 中級向け

人気のトレイルをスノーシューで
楽しめます。高清水高原では大山
や蒜山三座が望めるかも。

日 1月15日（土）9:30～12:00
2月5日（土）9:30～12:00
2月17日（木）9:30～12:00

所 人形峠駐車場
（鏡野町上齋原1537-8）⇄ 高清水高原
募 5～20名
料 大人4,800円・中学生以下3,800円（案内料・体験料・
保険料）観光割引券500円付き
※スノーシューセットレンタルは別途1,000円
問 0868-52-9100（健康の町かがみのプロモーション本部）



高清水トレイル駐車場連絡便
「乗合タクシー」運行！！

【期間】2021年12月15日
～2022年3月31日



詳細はこちら



岩井滝スノーシューハイク 中級～上級 ※完全な形で見られない場合もございます。

この時期の岩井滝を体験できるのはこのプランだけ。
冬季は進入禁止となる裏見の滝として人気の「岩井滝」をスノー
シューハイクで目指します。

日 1月29日（土）9:30～12:30（予定）
2月11日（金・祝）9:30～12:30（予定）
所 中津河口や岩井滝（鏡野町上齋原）
募 10～20名
料 大人5,800円・中学生以下4,800円（案内料・体験料・
保険料）スキー場食事券500円付き
※スノーシューセットレンタルは別途1,000円
問 0868-52-9100
（健康の町かがみのプロモーション本部）



プラン詳細
ウェブ予約

冬の奥津湖周辺も

健康に楽しめる！ アクティビティ満載

E-BIKEで巡るライドツアー

苫田ダム（新）探訪ツアー

奥津湖ノルディックウォーク



奥津湖 ノルディックウォーク

公認ノルディックウォークコースとして知られる奥津湖
をインストラクターと一緒に歩きます。

日 3月5日（土）10:00～12:00（予定）
3月11日（金）10:00～12:00（予定）
所 みずの郷奥津湖（鏡野町河内60-8）⇄ 奥津湖畔・湖岸道
募 5～20名
料 1人 1,800円
（案内料・体験料・ポールレンタル料・保険料）
※観光割引券500円付き



プラン詳細
ウェブ予約



かがみの 里山健康プラン Kagamino Satoyama Health Plan

<https://www.kagamino.holiday/health/>

健康の町かがみのを楽しむ
アクティビティが
ウェブ予約できます！



このマークが付いたアクティビティは、二
次元バーコードからアクセスした「かが
みの里山健康プラン」のページで詳細確
認や予約申し込みができます。

健康の町かがみのプロモーション本部

所 河内60-8（奥津湖総合案内所「みずの郷奥津湖」広報展示館内）
問 0868-52-9100

苫田ダム （新）探訪ツアー

日本初「ラビンス構造のカッコいいダムとして噂
の苫田ダムで、通常入ることができない堤体の底
などを案内人と一緒に巡ります。もちろんダムカー
ド付き！

日 1月16日（日）10:30～12:00
2月26日（土）10:30～12:00
所 苫田ダム管理所（鏡野町久田下原1592-4）
募 5～20名
料 大人1,000円・小中学生500円（体験料・保
険料・クリアファイル・おゆりんストラップ・
ダムカード付き）
問 0868-52-9100（健康の町かがみのプロモーション本部）



プラン詳細
ウェブ予約

E-BIKEで巡るライドツアー

電動アシスト付きマウンテンバイクで
案内人と一緒に冬の鏡野を満喫します。

①奥津湖・苫田ダム探訪コース 初心者向け

日 3月6日（日）13:00～15:00（予定）**募** 3～6名
所 みずの郷奥津湖（鏡野町河内60-8）⇄ 苫田ダム
料 1人 3,800円（案内料・体験料・レンタル料・保険料）※観光割引券500円付き



プラン詳細
ウェブ予約

②山田養蜂場体験コース 中級者向け

日 3月12日（土）13:00～16:00（予定）**募** 3～6名
所 みずの郷奥津湖（鏡野町河内60-8）⇄ 山田養蜂場みつばち農園
料 1人 5,500円（案内料・体験料・いちご摘み取り体験料・
レンタル料・保険料）※観光割引券500円付き



プラン詳細
ウェブ予約



苫田ダム探訪（①奥津湖・苫田ダム探訪コース） いちご摘み（②山田養蜂場体験コース）



健康の町かがみのプロモーション本部

奥津湖総合案内所
「みずの郷 奥津湖」
健康の町かがみのプロモーション本部



プラン詳細
ウェブ予約



E-BIKEのレンタルも
行っています。

日帰り温泉の魅力

鏡野町内には美作三湯のひとつとして知られ、美肌
の湯ともいわれている奥津温泉をはじめとした弱アル
カリ性単純泉の肌に優しい無色透明のお湯が点
在し、総称して「べっぴんの湯」とも呼ばれています。
そんな魅力いっぱいの日帰り温泉が、鏡野町のファ
ンクラブ「かがみの里山健康クラブ」会員の方は今
冬お得に利用できます！国内在住で18歳以上の方
ならどなたでも入会可能です。入会金・年会費無料。

「かがみの里山健康クラブ」会員限定割引
【特典内容】各施設 大人1人1回200円引き
（大約温泉は300円引き）

【特典期間】2021年12月1日～2022年2月28日の平日・土曜日
※日・祝日・1月1日～3日は対象外
※18歳以上の大人のみ

【対象日帰り温泉施設】

- ・奥津温泉 花美人の里 …… 大人740円（会員540円）
- ・大約温泉 …… 大人600円（会員300円）
- ・クアガーデンこのか …… 大人600円（会員400円）
- ・のとり温泉 天空の湯 …… 大人700円（会員500円）
- ・瀬戸川温泉 …… 大人600円（会員400円）
- ・鏡野温泉 …… 大人600円（会員400円）

【入会方法】かがみの旅とくらし「かがみの里山健康クラブ」
公式HPからお申し込みください。
<https://www.kagamino.holiday/kenkou-club/>



奥津温泉
特別観光大使
奥津かがみ
温泉むすめ/
Enbound, Inc.



@kagami_info



リニューアル！
みつばち農園



みつばちの
受粉で育った
イチゴの
販売&体験！

いちご収穫体験

スポット①
山田養蜂場みつばち農園
(いちご摘み取り体験)

化学農薬は一切使わない、みつばちの受粉により育った「みつばちイチゴ」の摘み取り体験など、鏡野の健康フルーツの収穫体験をお楽しみください。

日 1月5日～5月 休 木曜日
問 0868-54-5515
所 鏡野町塚谷785-1



かがみのならではを体験できる！

かがみの Experiences in Kagami no

おすすめの体験

思い出にもグルメにもなる！
体験ーココが
ここぞしかできない出会い。



世界で1つの箸置き ウランガラス箸置きづくり体験

世界で唯一のウランガラス美術館で、妖精の森ガラス(人形峠産ウランガラス)の限定ガラス体験です。このプランでしか体験できないオンリーワンの体験&作品を館内観賞と共に楽しみください。

日 1月22日(土) ①10:00～11:30 ②13:30～15:00
2月19日(土) ①10:00～11:30 ②13:30～15:00
※体験に加え展示室等の観覧時間を含みます。
所 鏡野町上齋原666-5(妖精の森ガラス美術館)
券 各回 2～4名(各回1グループ限定)
料 3,200円(入館料・案内料・体験料・制作した箸置き2個・おゆりんストラップ)※妖精の森ショップ商品割引券500円
※上記料金の他、体験作品の送料(中四国・関西エリアで700円)が必要です。
問 0868-52-9100(健康の町かがみのプロモーション本部)

スポット②

小竹ファーム(いちご狩り)
晴苺や紅ほっぺなど人気のイチゴを収穫。地元直売所で購入できます。

日 春(要問い合わせ・事前予約)
問 090-4145-7191
所 鏡野町円宗寺235-2

スポット③

まほらファーム 鏡野いちご園
(いちご狩り)

甘味も酸味も香りも食感もしっかりした「さちのか」をはじめ、「かおり野」や「おいCベリー」をお楽しみください！お土産には特製のいちごシロップも。

日 1月～5月(要事前予約)
問 080-6335-6540
所 鏡野町町下森原67

自分だけの組合せで
オリジナル七味が作れる！



かがみの特産
「姫とうがらし」



姫とうがらし マイ七味作り体験

鏡野町奥津地域で収穫される日本古来の唐辛子「姫とうがらし」は、鏡野を代表する特産品です。柚子、紫蘇、山椒など、地元で採れた山の幸と姫とうがらしを自分好みにブレンドする「マイ七味づくり体験」として人気です。

日 冬季 10:00～17:00
所 鏡野町河内60-8
(奥津湖総合案内所 みずの郷奥津湖)
料 1人1回 400円(体験料・一味瓶入り)
※予約不要(団体の場合は要予約)
問 0868-52-2225
(みずの郷奥津湖・てっちりこ)



凜とした空気の雪山を堪能！
+あったかランチで
冬山をめいっぱい満喫できる！

ハンターと行く 冬山散策&ジビエランチ

地元猟師と一緒に冬の山里を歩き、自然の息づかいを体感します。野生動物の足跡を発見したりしながら山を歩いた後は、奥津温泉の里山レストランでジビエ料理を堪能します。奥津温泉花美人の里入浴券&観光割引券500円付きです。

日 1月9日(日) 10:00～12:00
2月12日(土) 10:00～12:00
所 里山レストランAelu(鏡野町奥津川西261)
券 各回2～10名
料 1人 4,800円
(案内料・体験料・ジビエランチ代・温泉入浴券)
※観光割引券500円付き
問 0868-52-9100(健康の町かがみのプロモーション本部)
猪肉鍋とおかず6種類、汁物、ご飯はポリフェノールがあり美容と健康により紫黒米のジビエランチ。
※季節や仕入れによって内容が変わります。



地元で採れた新鮮で 臭みの無いイノシシ肉 ジビエ料理

イノシシ、シカ肉を使った料理は冬の郷土料理です。野生で育った新鮮肉で、ぼたん鍋などが味わえます。
所 鏡野町内各宿泊施設

冬シーズン限定

やま弁「マタギ弁当」

鏡野町で採れた山の幸や特産品など、冬の味覚を詰め込んだ鏡野ブランドのご当地弁当。2個以上から平日・土日祝日問わず冬季限定で予約販売します。

料 1,200円(税込)
問 ①民宿いしはら TEL:0868-44-2732
②お食事処どんぐり TEL:0868-44-2581



鏡野町の
魅力が詰まった
ご当地弁当！



季節のやまの幸がたくさん！

かがみの Gourmet in winter



ホカホカも、
あま～いも、
ピリッとも、珍しいも、全部ある！
さあ召し上げ！

はちみつのもちの美味しさを 味わえるオリジナルパイ ハニーアップルパイ (ハニージュレ/ハニーカスタード) 新発売

山田養蜂場直営のお菓子工房ぶんぶんファクトリー限定で、はちみつのもちの美味しさを味わえるオリジナルの「ハニーアップルパイ」が新発売！店内でその日に数量限定で焼き上げた、この冬イチ押しのお菓子です♪冬のあったかドリンク「ホットゆずハニー」や「ホット蜂蜜生姜」と一緒に寒い時期を乗り切ろう！

所 山田養蜂場ぶんぶんファクトリー

山田養蜂場
新商品！



春から旬を迎える絶品巻き寿司 葉わさび巻き寿司・葉わさび漬け

スックリとした香りが広がる春山菜の王様とも呼ばれている葉わさびで作った「わさび漬け」。「葉わさびの巻き寿司」は、特に人気があります。

所 道の駅奥津温泉など



【岡山駅前発着】 無料モニター日帰りバスツアー (2021年度・冬編)

「かがみの里山健康クラブ」会員限定の、岡山駅発着の無料モニター日帰りバスツアーを実施します。出荷直後の道の駅の立ち寄りや、古民家美術館で天折・未完の作品鑑賞、鏡野町産の自然薯やジビエ、アマゴなどを使った限定ランチ(お客様負担)赤和瀬～恩原高原の美しい雪景色や、山田養蜂場直営農園のイチゴ摘み取り体験、解放感抜群の絶景露天風呂など、冬の鏡野を満喫する限定ツアーです。

【実施日】全5回
2022年1月22日(土)・23日(日)・
29日(土)・30日(日)・2月5日(土)

【行程】(07:50集合)岡山駅前(市営駐車場)08:00→道の駅奥津温泉→(赤和瀬～恩原高原)→里山レストランAelu(昼食※昼食代は個人負担)→かがみの近代美術館→山田養蜂場みつばち農園(いちご摘み取り体験)→のどろ温泉天空の湯(温泉入浴)→(久世IC・岡山IC経由)→19:30岡山駅前(市営駐車場)解散予定

【募集定員】 各回20名 ※定員に達し次第締め切り
【参加条件】 ・国内在住の小学生以上の方
・鏡野町ファンクラブ「かがみの里山健康クラブ」会員の方(18歳以上の方)
※18歳未満の方は保護者の方が会員であれば参加可能です
・参加者モニターアンケートにご協力いただける方
・令和3年(2021年)秋の無料モニター日帰りバスツアーに参加されていない方

【募集開始】 2021年12月13日(月) 9:00～
【参加料金】 無料※ただし昼食代(2,000円)はお客様のご負担となります。
【昼食メニュー】 A～Cの中から1メニューをお選びください。

A.鏡野いもじるランチ
B.鏡野しし鍋ランチ
C.あまごフライカレーランチ
【申込方法】 お電話にて下記までお申し込みください。
【予約受付】 鏡野観光(有)TEL:0868-54-1010(平日9:00～17:00受付)

いちごの
美味しい季節が
やってきました



いちご
化学農薬を使わずに育てられた安心・安全で甘い「いちご」もぎます。

所 道の駅奥津温泉・鏡野町物産館「夢広場」・みつばち農園など

自然薯+濃厚な味噌汁 アツアツを召し上げれ 鏡野いもじる

地元産の自然薯をすり、コクのある鏡野みその濃厚な味噌汁で混ぜのばしたとろろを鏡野米のアツアツごはんにかけて、鏡野町ならではの「とろろごはん」です。

所 里山レストランAelu

ほか
ほか

