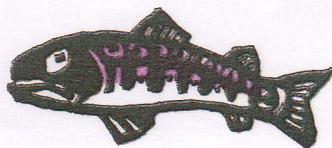
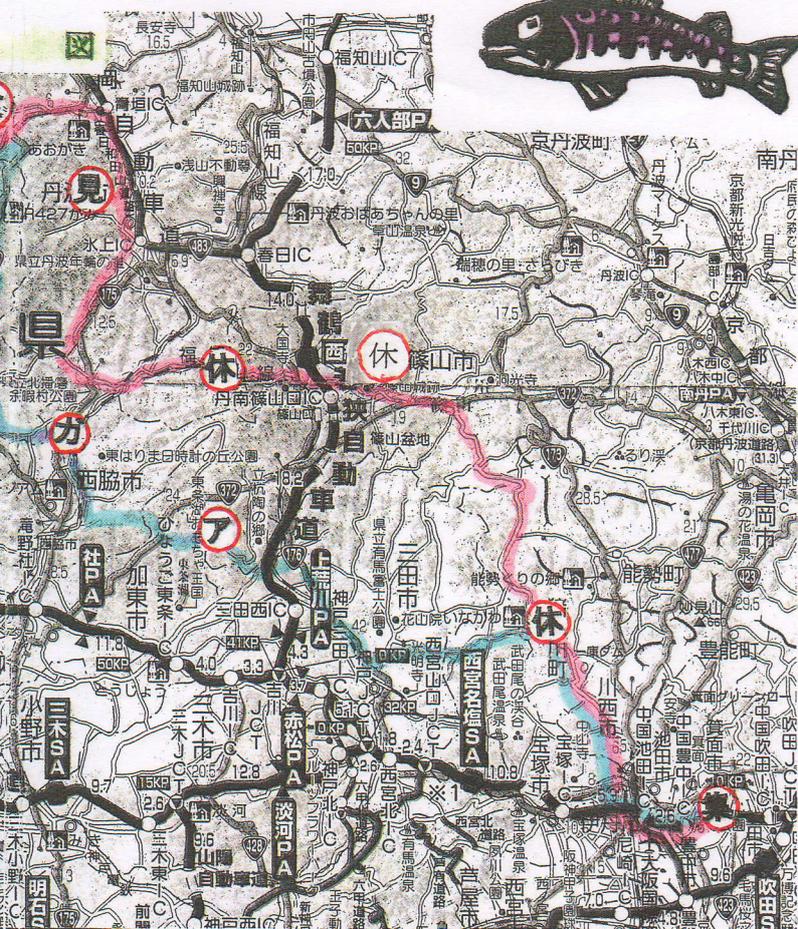
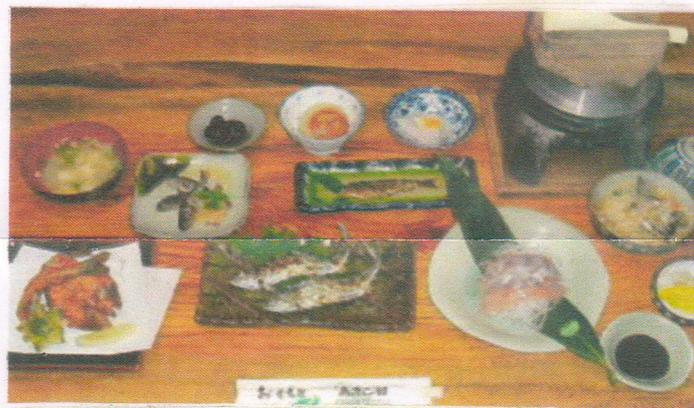


見 “かたくりの花”の群生地（丹波市氷上町清里・観光協会TEL0795-82-8210）
 カタクリは、ユリ科・カタクリ属の多年草の植物で、花が籠を傾けたように咲くことから、昔は片籠（かたかご）の花と呼ばれていました。それが次第に変化し、カタクリと呼ばれるようになったと言われています。春の妖精とも呼ばれるカタクリの花は、花を咲かせるまで7～8年かかると言われ、花の命はたったの1週間と短く、日があたり気温が上昇すると開花します。一般に17度前後まで気温が上がると花が咲くと言われており、花びらに日光が当たるほどカタクリ独特の花びらの反りが大きくなります。例年の見頃は、3月下旬から4月中旬です。カタクリは、雑木林の林床で落葉樹の新緑が茂る前に開花し、新緑が生い茂り日光が当たらなくなるまでに結実します。そしてその後、地上部は枯れて休眠に入ります。



食 ノ瀬アマゴ養殖場直営 “あまご村”（丹波市青垣町大名草 898 TEL0795-87-5556）

あまごのコース料理は全10品。旬の小鉢二品（うちの山と畑で取れたもので作る）・あまごの南蛮漬・あまごの甘露煮・あまごの刺身・あまごの塩焼き・あまごの唐揚げ・釜飯・漬物・お味噌汁、で3240円です。青垣町の素晴らしい自然に生まれ、『あまごの養魚』に取り組んで40年、食事処『あまご村』を始めて20年、全て自家製の食材を使い“うまいもん”出さしてもらいます。どうぞ来とくんははれ、お待ちしと～ります。



湯 朝来群山自然公園生野溪谷 “黒川温泉”（TEL079-679-2068）

素朴な風情の“秘湯 黒川温泉”が平成17年リニューアルオープン。肌に優しく、湯上りさわやかなお湯と、水と緑の自然により充実した施設
 四季折々に移り変わる景色・川のせせらぎ心と体の深呼吸
 《施設概要》お風呂は男女別の内湯・露天風呂。食堂も併設
 《泉質名》アルカリ性単純温泉・加熱して掛け流し。
 《浴用の適応症》神経痛・筋肉痛・関節痛・疲労回復 etc.
 《入浴料》大人600円 子ども300円
 《営業時間》午前11時～午後7時《定休日》毎週水曜日

ア brillante（フリランテ） TEL0795-40-9020

加東市平木 535・営業時間：10時～18時・定休日：月曜日
 健康な牛乳から搾った新鮮な牛乳をそのまま使い、ひとつのジェラートに75%以上の牛乳と天然素材だけを使用。フリランテには“幻の牛”と言われている《ブラウンスイス》の牛乳を使ったブラウンスイスジェラートがあり、超超お奨め。

