

Local Life TRAVELLER

Vol. 7
in Nara Okuyamato



旅するように、暮らし、働く。

New Work Style

奈良 奥大和



制作協力「奥大和移住・定住連携協議会（事務局：奈良県奥大和移住・交流推進室）」
TEL: 0744-40-2400 | 運営事務局所在地: 〒634-0201 奈良県御所市大淀町2-4-1 | [Facebook](#) | [Twitter](#) | [Instagram](#)

Local Life
in Nara Okuyamato



TRAVELLER

【旅人】 フォトグラファー
木村華子さん

profile

関西を拠点にフリーランスで活動し、ライフワークとして国内外で作品を発表。"旅するように働く"彼女に、奥大和をめぐるもらいました。

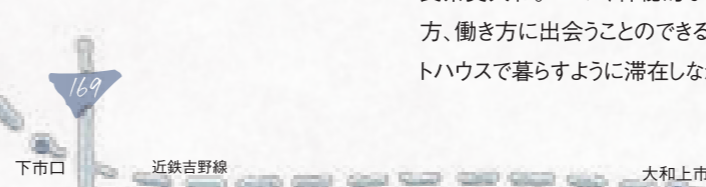


in **Nara**
Okuyamato

New Work Style

生き方をアップデート。 大人のワーキング・ホリディ。

忙しい現代社会で、漠然と不安や疑問を抱きながらも日々追われるように過ごしている人も多いのでは？そんな時は、少し環境を変えるのが一番。行き先は、奈良県奥大和。ここは、神秘的な山に抱かれるような感覚を味わい、多様な暮らし方、働き方に出会うことのできるエリア。コワーキングスペースで働きながら、ゲストハウスで暮らすように滞在しながら、自分と向き合う時間を持ってみませんか？



東吉野村
Higashiyoshino

下市町
Shimoichi

吉野
吉野町
Yoshino



天川村
Tenkawa



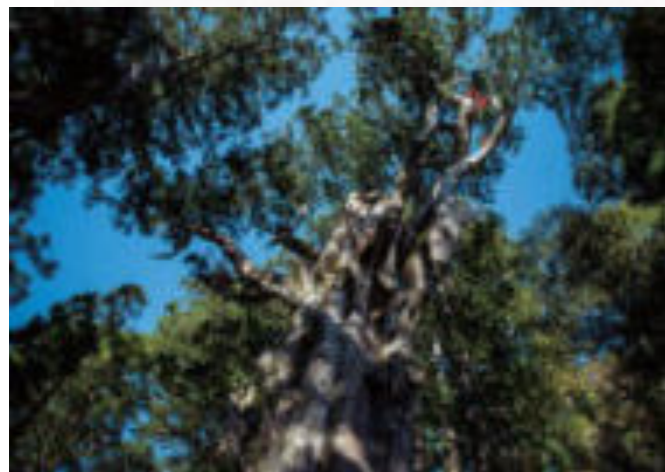
自然にどっぶり
浸かってみる



川上村
Kawakami

425

下北山村
Shimokitayama



168

十津川村
Totsukawa



奥大和は自然も
人も心が深い。



聖なる山へ。

The Holy Mountains

奈良県の山岳エリア「奥大和」^{おくやまと}。7世紀後半から続く修験道の聖地として、吉野山や参詣道が世界遺産に登録されている。観光にとどまらず、地域の中に歩入り込む旅を。



Sake

吉野の風土が生むお酒。

みよしのじょう
美吉野醸造

吉野川のほとり、酵母無添加の伝統製法による酒造りを追求する蔵元。飲みやすい優しい味わいから、インパクトある酒まで幅広く取りそろえる。

☎0746-32-3639 ▲奈良県吉野郡吉野町六田1238-1 ☎9時~17時 ㊿不定

- 1.代表銘柄の定番純米酒「花巴」
- 2.オーガニック米を使った甘口の「南選」
- 3.濃厚でありながら甘さスッキリな「酒蔵古流こうじ甘酒」



- 1.早朝から焼きはじめ、できたてを販売
- 2.開いていたらラッキー。迷わず入ろう



Sweets

とにかく「おいしい」焼餅。

こばし餅店

お餅で餡を包んで焼いたシンプルな焼餅。だからこそ、素材選びから、仕込み、製造までとても丁寧。いつも午前中には売り切れるのも納得の味。

☎0746-32-2347 ▲奈良県吉野郡吉野町立野280 ☎8時~売り切れ次第終了 ㊿木曜

奥大和といえど
柿の葉すし

Lunch



昔ながらの吉野の郷土食。

柿の葉すし たつみ

吉野山のメイン通りにある柿の葉すし専門店。作り置きをせず、木枠の型で1つずつ手づくり。酢飯と程よい塩気の魚、柿の葉の香りのバランスが抜群。

☎0746-32-1056 ▲奈良県吉野郡吉野町吉野山559-3 ☎9時~17時(売り切れ次第終了) ㊿不定

- 1.吉野杉の木箱に入って見た目も美しい
- 2.さば、さけ、コンビ(2種)があり、1合折(7個入)1,000円~



製材所が集まる「木のまち」吉野らしい風景

奥大和のシンボリック的存在。

きんぶせんじ
金峯山寺

古代より聖域だった金峯山に7世紀開創。秘仏本尊蔵王権現(約7m)3体を安置する蔵王堂は、東大寺大仏殿に次ぐ大きさを誇る木造建築。

☎0746-32-8371 ▲奈良県吉野郡吉野町吉野山 ☎8時30分~16時30分(受付16時まで) ㊿500円(特別御開帳の期間は1,000円)



オリジナル
昔ながらの
ガステキ

- 1.杉や梨などの太い自然木を柱に使用した蔵王堂。ここから修行の道が始まる
- 2.奈良の寺院で手に入る美術散華をおみやげに
- 3.名だたる寺社が多い奥大和では御朱印帳が必需品
- 4.荘厳な佇まいに圧倒される



Day 1

吉野町

Yoshino

奥大和の山の玄関口であり、周辺の山で切り出された吉野杉・檜の集積地。吉野山は桜の名所として全国的に有名であると同時に、修験道の聖地として長い歴史を持つ。まずは、総本山・金峯山寺へ祈りを捧げ、旅をスタート。

Sacred place

くつろぎながら
仕事できるって最高

Stay

元料亭旅館をリノベーション。

ゲストハウス・
移住体験スペース 三奇楼

日当たりの良い和室や川を望むウッドデッキ、シェアオフィスなどがあり、吉野暮らしを体験できる。できればゆっくり連泊するのがオススメ。

☎0746-39-9207 ▲奈良県吉野郡吉野町上市207 ☎予約電話受付:10時~17時 ㊿火曜 ㊿1泊・2名1室1名4,000円~/和室日帰り利用3時間3,000円~/シェアオフィスは1カ月利用から受付

- 1.アットホームなシェアオフィス
- 2.天気のいい日はウッドデッキで作業したり休憩したり

WORK



自身の家具ブランド「MURAO」を手がける村尾さんも、都市部から移住した1人。ゆっくり話しながら作品を見せてもらったり、Wi-Fiがあるのでコーヒーを飲みながらカフェで仕事もできる



突如現れるオシャレ空間。

キリダス KIRIDAS

十津川木工家具協議会の工場の横にある白い建物は、家具・木工品のギャラリー&カフェ。ものづくりを志して移住した若者たちが運営する。

☎0746-67-0123 ♫奈良県吉野郡十津川村山崎278
①11時~17時 ※土日祝のみ営業、臨時休業あり



湯泉地温泉は、硫黄の香りのする温泉。川沿いの露天風呂でゆったりと

大森の郷に近い公衆浴場。

とうせんじ おんせん いずみ ゆ 湯泉地温泉 泉湯

十津川温泉郷は、すべて源泉かけ流し100%で、泉質がとて良いことで有名。公衆浴場はローカルな雰囲気になごめるので、立ち寄って。

☎0746-62-0090 ♫奈良県吉野郡十津川村武蔵23
①10時~21時 ④火曜 ⑤大人500円、子ども250円

Hot Spring

時が止まったような旧小学校。

十津川村教育資料館 (旧武蔵小学校)

大森の郷の目の前にある、廃校になった小学校。館内は昔のまま残され、江戸~昭和の教科書や興味深い教育備品などがずらり。

☎0746-62-0003 (十津川村役場教育課) ♫奈良県吉野郡十津川村武蔵530
①10時~16時 ※4月~11月の第2・4日曜のみ開館 ⑤無料

何ともしえな
マナログ感!



運動場は、夏に十津川の大踊りが実施される場所

フォトジェニックな展示品がたくさん



Day 3

十津川村

Totsukawa

3日目は、ひたすら国道168号線を南下し、奥大和の最深部・十津川村へ。日本一大きな村は、どこまで行っても山、山、まさに秘境!でも移住者や新しい施設もポツポツ増えていて面白い。源泉かけ流し100%の温泉はマスト!

Food

ゆうべし

柚子の中に味噌やかつお節、ゴマなどを入れた十津川村の郷土食



十津川きこの

上湯川きこの生産組合が育てた立派なきこの。焼いたり鍋に入れたりしていただく

[食材を売る店]道の駅十津川郷/ふくおか商店/スーパーマイチなど

ゆっくりして
いってね~



一棟貸しの宿でワーク&ライフ。

おおもり きた 大森の郷

築100余年の古民家を、十津川産木材をふんだんに使いリノベーション。食材を買ってキッチンで料理しよう。

☎080-2543-5552 ♫奈良県吉野郡十津川村武蔵487 ①受付:8時30分~17時 ②1泊・1名7,000円~



- 1. 天気の良い日は縁側で仕事したりぼーっとしたり
- 2. 畳の間があるので気ままに過ごそう

Stay

WORK

Stay

— 温泉宿もオススメ —



秘境の一軒宿。

かみゆまう 神湯荘

秘境・十津川村の中でも最も奥地にある温泉宿。とにかくお湯の質が抜群!山の幸満載の料理が素晴らしい。一度泊まるとリピーターに。

☎0746-64-0256 ♫奈良県吉野郡十津川村出谷220



- 1. いつも明るい女将さんのファンも多い
- 2. 川魚やジビエ満載の料理。温泉で炊いたご飯も絶品
- 3. 大露天風呂にも豊富な源泉を100%かけ流し

Day 2

下市町~天川村

Shimoichi - Tenkawa

かつて吉野と大和を結ぶ街道として栄えた下市町。地蔵にまつわる食文化に立ち寄ってランチをしながら、清流を空気に包まれ、大森の歴史の聖地・天川大御所天社に参拝し、本日のステイ先、風情あふれる天川温泉へ。

水の女神・弁財天を祀る。

てんかわたいへんざいてんじや 天河大辨財天社

草創は飛鳥時代にさかのぼり、大峯本宮として信仰を集めてきた。音楽や芸能の神として有名で、全国から参拝者が後をたたない。

☎0747-63-0558 ♫奈良県吉野郡天川村坪内107



- 1. 古来より伝わる独自の神楽・五十鈴を鳴らして心身を清め、静かに参拝を
- 2. 御朱印を社務所でいただく

親子4代続く老舗食堂。

おけ常

始まりは桶屋だったという「おけ常」は、いつもなじみのお客さんと賑わう。職人さんが握る本格的なお寿司や麺類、丼などメニュー豊富。

☎0747-52-2445 ♫奈良県吉野郡下市町下市13-1
①9時~19時 ④木曜

オススメは、握り寿司も種類も味も変わる日替わりセット780円。良心的な価格もうれしい



Lunch / 家族経営のあったかいお店です!



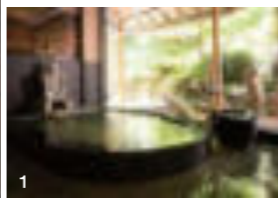
Stay

修験道の宿場・洞川温泉に宿泊。

はなやとくべい 花屋徳兵衛

縁側のある宿がずらりと並ぶ温泉街で、創業500年の老舗宿として、レトロな風情と快適さを兼ね備える宿。浴衣に着替えてのんびり滞在を。

☎0747-64-0878 ♫奈良県吉野郡天川村洞川217



- 1. 館内には内湯、庭のある半露天風呂、温泉貸切風呂がある
- 2. 行者さんの提灯が下がる縁側
- 3. 手入れが行き届いた木のぬくもりあふれる館

昔の建物が
落ち着いたお

WORK



ふらり立ち寄りやすい空間。

シェアオフィス西友

洞川温泉街の旅館を改装したコワーキングスペース。お茶をしながら仕事をしたり、地元の方との交流を楽しんだりできる。

☎0747-68-9051 ♫奈良県吉野郡天川村洞川243-2 ①9時~17時 (受付16時まで) ④水・木曜 ⑤施設利用料1日500円

芸能の神様に
ご祈願して...

Pray

数々の伝説がある池。
いけ
池神社

大峯奥駈道が通り、神秘的なエリアが残る下北山村。池神社も修験道の開祖・役行者が開いたと伝わる信仰の深い場所。
☎090-7349-1992(宮司直通) ▲奈良県吉野郡下北山村池峯1



2



1.池神社の御神体は前にある明神池。こちらにも忘れず参拝を 2.下北山村のほとんどの世帯が氏子である村の信仰のシンボル

知らば知るほど
奥大和は深い!

Day 5

下北山村～川上村 ～東吉野村

Shimokitayama - Kawakami
- Higashiyoshino

自然の中で目覚める気持ちのいい朝。修験道とゆかりの深い池神社に参拝したら、国道169号線を北上して帰路に。川上村で腹ごしらえして、旅の最後は移住先進エリア・東吉野村へ。ここでもまた多様な生き方に触れられるはず。

Deep forest

吉野川と山々を望むカフェ。

Open cafe 秀

国道169号線沿いにあり、地元客&ライダーで賑わう「喫茶秀」に併設のオープンカフェ。絶品ランチと名水コーヒーを味わって。

☎0746-54-0015 ▲奈良県吉野郡川上村大字柏木12-4 ☎9時～17時 ⑥火・第1水曜



Lunch /

オススメメニューは、秀の名物・焼きそばか、春はいちご、秋は柿をはさんだ季節のサンドイッチ

優しいご主人との会話も楽しい



大峯山系の湧き水で淹れるコーヒーを♪

東吉野暮らしを体験。

ゲストハウス小川

東吉野村への移住希望者を対象とした体験宿泊施設で暮らすようにステイ。オフィスキャンプ東吉野の近くにあつて便利。

☎0746-42-0441(東吉野村役場総務企画課)
▲奈良県吉野郡東吉野村大字小川681-3 ①1棟貸し・1泊2,000円～(1日追加ごと1,000円)※最長6泊



食事は地元で愛される「レストランあしびき」で

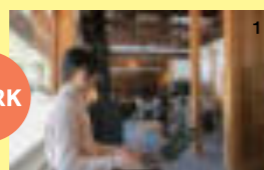


Stay

元歯科を改装したレトロな空間。予約・問合せは役場まで

WORK

立ち寄るべき
いろいろな空間



1 奥大和の移住交流はココから。

オフィスキャンプ東吉野

2015年、いち早く運営を開始した奥大和さってのワーキング&コーヒースタンド。今では全国から人が訪れる拠点に。



2 ☎0746-48-9005
▲奈良県吉野郡東吉野村小川610-2
①10時～17時
⑥火・水曜
⑤施設利用料1日500円

1.自分のベースで仕事をしている人が集う空間が心地いい 2.いつも自然体で迎えてくれるスタッフの坂本さん。コーヒースタンドだけの利用でもOK

Day 4

十津川村～下北山村

Totsukawa - Shimokitayama

早起きして、大峯奥駈道の霊場のひとつ玉置神社にお参り。身も心も清められたら、十津川村最南端の大峯谷・瀨峡へ。素晴らしい自然美を満喫し、本日のステイは下北山村。移住者が増えている村は活気いっぱい。交流を楽しもう。

大峯谷を水上クルーズ。

どろまよ
瀨峡

奈良、和歌山、三重の3県にまたがる名勝。ぜひ川舟に乗って、風を感じながら巨岩や滝、可憐な野花を見に行こう。



【川舟観光かわせみ】☎090-2196-8533 ☎8時～17時 ⑥不定(増水の場合欠航) ②名3,800円～ ※車のナビは「瀨郵便局」を目的地に設定してください
1.この地で生まれ育った「かわせみ」の東さんが案内 2.風いている時の水面は鏡のよう

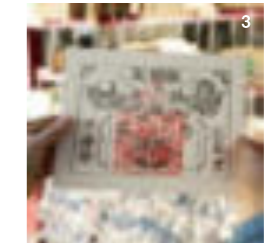
樹齢3000年の神代杉も。

たまき
玉置神社

古代から聖域だった玉置山に鎮座する。本殿奥に広がる杉の巨樹林を歩き、神社の基となった玉石社にも参拝を。

☎0746-64-0500 ▲奈良県吉野郡十津川村玉置川1

1.2.大峯奥駈道の10番目の廟(なびき)である神聖な玉置山。樹齢3000年と言われる神代杉をはじめとする杉の巨樹に圧倒される
3.古くから玉置神社に伝わる悪魔祓護符



下北山村のホットスポット。下北山村 コワーキングスペース BIYORI

開放感あふれるコワーキングスペース。シェアキッチンやコーヒースタンドもあり、人が集まる拠点になっている。

☎07468-9-0014 ▲奈良県吉野郡下北山村浦向24-1 ☎9時～17時 ⑥月・土・日・祝
⑤施設利用料1日500円

管理人さんやシェアオフィスの利用者など皆気さくな方ばかり



WORK

Stay

【1棟貸しの宿】
・ほったらかし家 ☎07468-5-2101
・山の家 晴々 - haru ∞ baru - ☎080-5989-4073

【ゲストハウス】
・ゲストハウス天籟 ☎090-7311-4062

【公共の宿・キャンプ場】
・下北山スポーツ公園
☎07468-5-2001(きなの湯) / ☎07468-5-2177(キャンプ場)
●温泉、レストランあり

【買い物】
・ヤマザキショップ カーブの店
☎07468-5-2626

Lunch

ランチは「きなの湯」にあるレストランで



Okuyamato Base List

人に会う、暮らしに触れるコミュニケーション拠点

旅の交流拠点といえば、色々な人が行き交うゲストハウスが定番。それに加え、今コワーキングスペースがアツい。移住者が運営していることが多く、気軽に立ち寄りやすく、色々な話を聞かせてもらえることも。多様な人が集うので、きっと刺激もらえるはず。

吉野の日常を感じながら。

長期滞在者向けのシェアオフィスで、暮らしながらワーキング

人の優しさにじみ出ている村だから、自分も優しくなれます。気軽に寄ってくださいね

下北山村

管理人
仲奈央子さん



coworking cafe event

仕事の合間についておしゃべりに夢中になってしまいそうなアットホームなスペース。自由に使えるキッチンがあったり、月契約のシェアオフィスもあるので長期滞在してみるのもオススメ。イベントもチェック!

☎07468-9-0014 奈良県吉野郡下北山村浦向24-1 ☎9時~17時
☎月・土・日・祝 ☎施設利用料1日500円



元保育所を改装したスペースは100㎡の広さ。地元木職人によるテーブルと椅子が置かれる



ひなたぼこしながらちょっと休憩...

おばあちゃん家みたいにくつろいでいただけたら。お客様同士の交流が嬉しいです

管理人
寺島公美さん

吉野町



shareoffice stay event

吉野の町の中心・上市にあり、吉野川を望むロケーション。旅人のゲストハウス、シェアオフィス、地元の人も集うイベント会場など、人が集まる開かれた場所として活用され、温かい雰囲気が漂う。

☎0746-39-9207 奈良県吉野郡吉野町上市207 ☎予約電話受付:10時~17時
☎火曜 ☎1泊・2名1室1名4,000円~/和室日帰り利用3時間3,000円~/シェアオフィスは1カ月利用から受付



蔵BARなどのイベントが開催される日も

管理人の仲さんも、東京から移住してきた1人。情報が多く受け身になることが多かった都会とは違い、アウトプットしやすい暮らしに気に入っているそう

人に会いに行くコワーキング。



洞川温泉街の雰囲気もGOOD。

温泉街のメイン通りに面しているの、行き交う人を眺めながら作業しよう

東吉野は奥大和の中では街寄りなので、中継地点として寄ってくれる人が多いですよ~

東吉野村

オフィスキャンプ東吉野

OFFICE CAMP

HIGASHIYOSHINO

coworking coffee stand

奥大和で一番有名なコワーキング。2015年からオフィスキャンプの運営に関わり、さまざまなイベントなどで全国各地を訪れている坂本さんや、ここに集う人々から、新しい働き方、暮らし方のヒントをもらおう。

☎0746-48-9005 奈良県吉野郡東吉野村小川610-2 ☎10時~17時 ☎火・水曜 ☎施設利用料1日500円



運営
坂本大祐さん



東吉野村役場から川を渡った場所にありわかりやすい



新しいワーク&ライフスタイル。

店舗デザイナーでもある坂本さんが手がける空間は居心地がよく仕事もはかどる

地域おこし協力隊や移住組のメンバーがいるので、天川暮らしについても聞いてくださいね

集落支援員
幸家恭子さん

管理人
安大諒さん



旅館を改装した施設で、2階には広々とした座敷も

天川村



coworking cafe event

洞川温泉の中心にあり、コワーキングスペースとカフェが一緒になっていて、観光客もふらり立ち寄れる雰囲気。大阪から車で1時間半で、がらっと違う環境の中で仕事ができる。

☎0747-68-9051 奈良県吉野郡天川村洞川243-2 ☎9時~17時(受付16時まで) ☎水・木曜 ☎施設利用料1日500円

すてきなプロダクトがそろうので物販ゾーンを見るだけでも楽しい



奥大和のあれこれが集約。



奥大和のことをわかりやすく紹介



橿原市

information coworking shop event

奥大和のことを知るならまずはココへ!奥大和の木工品や家具、特産品などの展示販売、Wi-Fiを整えたコワーキングスペース(大和茶のフリードリンク有)を自由に使いたり、移住相談窓口で相談することもできる。

☎0744-48-3019 奈良県橿原市常盤町605-5 橿原総合庁舎別館 ☎9時30分~18時 ☎土日祝

ひとも暮らし。奥大和の魅力がぎゅっと詰まっています。まずは気軽にお立ち寄りください。

販売スタッフ
渡辺花菜さん

移住コンシェルジュ
松村奏子さん

