



ゆばら
1 湯原温泉

街のシンボルは旭川沿いに広がる川底から湯が湧き出る天然の大露天風呂「砂湯」。豊富な湧出量を誇る泉源から宿泊施設に配湯され、宿でもとろっとした美肌の湯を楽しめる。

[湯の蔵 つるや]の露天風呂。ポーリングによって地下から汲み上げるのではなく、湯原温泉の湯元から引いた天然温泉を利用。高いアルカリ性質で、角質化した皮膚を乳化させてそぎ落とし、石鹸いらずと称されるほど、入浴後はつるすべ肌。



ほっと
美作三湯
おやつ巡り
きゅんと



湯原（ゆばら）・湯郷（ゆのこう）・奥津（おくつ）、岡山県北部にある「美作（みまさか）三湯」と呼ばれる3つの温泉地。西日本でも有数の名湯のある自然豊かなエリアで、温泉&おやつ巡りをしませんか？温泉に浸かってほっと、かわいいスイーツにきゅんとする旅へ。

[森の中の喫茶とお宿 もりくらす]の窓向きのカウンター席。目の前には杉林が広がり、双眼鏡で野鳥の姿を見ることがもできる。切り込み入りでちぎって食べやすく、ハチミツやバターもしみしみ。厚切りハニートースト・バナライストッピング550円

岡山市のパンケーキ専門店【ディセル】とコラボした、しっとりふわふわなパンケーキ。生クリームと手練り練乳が合わさったときのミルクリーッな相乗効果も最高。蒜山練乳パンケーキ900円



真庭

2020.8 RENEWAL!

MOUNTAIN-MOUNTAIN マウンテンマウンテン

☎0867-45-0456

📍岡山県真庭市蒜山上福田1205-129

🕒10:00~16:00LO

🗓月(祝の場合は翌日休)&年末年始未定

🍷可 🍷15、テラス6 📞あり

HP: www.mountain-mountain.net

🚗蒜山ICから車で6分



蒜山ジャージー牛乳から作る
手練り練乳専門店



乳脂肪分が高い蒜山ジャージー牛乳を使用し、手作りする練乳は、おなじみの練乳とは色も味も別モノ! 鍋にかけてキャラメルになる直前までじっくり練り上げることで琥珀色になり、深いコクがあるのになめらかで後味もスッキリ。手練り練乳を濃度違いで4種類販売するほか、練乳を使ったドリンクやスイーツも展開。イトイン限定のフレンチトーストやパンケーキは、一番濃厚な手練り練乳プレミアムをソース風になっぶりかけていただける。

源泉100%の美肌の湯と
地元の幸、地酒を堪能

大正4年に酒蔵として創業し、昭和37年に蔵を改装し宿に転身。吹き抜けのロビーや中庭に残る井戸など、酒蔵だったころの面影が館内のあちこちで感じられ、ラウンジでは夕方1時間、地酒の利き酒サービスも行われている。宿泊客は無料で利用できる貸し切り風呂を備えた浴場は、天然化粧水温泉と言われるほど美肌効果に期待大。地元の人が慶事や宴会に利用することも多く、ブランド牛「千屋牛」や地元の野菜を使った食事もお自慢の宿だ。

真庭

湯の蔵 つるや

☎0867-62-2016

📍岡山県真庭市湯原温泉144

🕒IN●15:00 OUT●10:00

🍷可

🏠17,600円~(1室2名利用時1名

あたり、2食付き、サardinia)

📞あり

HP: www.yunokura.co.jp

🚗湯原ICから車で10分



天然温泉の足湯にほっこり
お菓子とパンの店



口溶けがいいブリオッシュ生地を使ったマリトッツォは2年前から出していて、ブームになる前から店の名物。酒粕やビスターチオなど、クリームは日替わり。後味さっぱりなヨーグルトのマリトッツォ370円

ACCESS

大阪から[湯の蔵 つるや] / 車 ● 阪神高速・福島料金所 → 阪神高速11号池田線 → 中国自動車道 → 米子自動車道・湯原IC → [湯の蔵 つるや]。大阪から約3時間、片道5,290円~



総社市屈指の人気ベーカリー [ロジック] の姉妹店。店主の実家だった温泉街の履物店を改装し、1階ではパンや温泉水で蒸し焼きにしたプリン、ドリンクを販売。2階にある源泉掛け流しの足湯に浸かりながらいただくこともできる。店内に足湯は6カ所あり、ひと組ごとに利用でき、さらにひと組ごとにお湯を入れ替えてくれるのもうれしい。席は階段型に設けられていて、どの席に座ってもガラス窓から旭川を望め、湯原温泉の風情を気軽に楽しめる。

真庭

picnic or market?

ピクニックオアマーケット

☎0867-45-0306 📍岡山県真庭市湯原温泉111-3

🕒10:00~18:00(足湯受付~17:30)

🗓不定&12/27~30、1/3~6休 🍷不可 🍷22 📞なし

IG: @picnic_or_market 🚗湯原ICから車で10分

何時間でもぼーっとできる、
森と一体になれる場所

蒜山(ひるぜん)の森の中にオープンした喫茶&1日ひと組の宿。この森は店主・植木将和さんの実家が所有しているもので、今後も変わることのない森の景色を存分に楽しめるようにと、建物にはガラス窓を多用する。中央のデッキも、もともとある木を残したり木の床や天井から杉の木が突き抜けていたり、自然と共存している。食事やお茶は、窓向きのカウンターや風が吹き抜けるデッキ、木漏れ日が気持ちいい芝生のテーブル席など、好きな場所で楽しめるのも幸せ。

真庭

2021.4 OPEN!

森の中の喫茶とお宿 もりくらす

☎090-2009-3068

📍岡山県真庭市蒜山本茅部560-1

🕒9:00~17:30LO

🗓喫茶のみ第2・4日、月(祝の場合は営業)&12/29~1/3休

🍷不可

📞あり

HP: morikurasu.com

🚗蒜山ICから車で6分





湯郷温泉

岡山市

ゆのこう 湯郷温泉

1200年以上の歴史を持つ湯治の湯。無色透明の湯は多量の窒素ガスを含んでいて、気泡が肌を包み込むことで体が冷えにくく、角質化した肌をやわらげてくれると評判。



美作

ポピースプリングス リゾート&スパ

☎0868-72-7575
 岡山県美作市湯郷538-1
 ①IN●15:00 OUT●10:00 ②可
 ③16,900円～(1室2名利用時1名あたり、
 2食付き、サ込み) ④あり
 HP: www.poppy.co.jp
 ⑤美作ICから車で10分

カリフォルニア気分で スパ・リトリート

アメリカ・西海岸でおなじみのスパリゾートをイメージして、2000年にオープン。設計はサンゼ在住の日系アメリカ人が担当し、資材や家具もアメリカからコンテナで運ぶ徹底ぶり。館内に一步入ると異国情緒あふれる非日常空間が広がる。本館隣のスパ棟では、温泉で体をほぐした後、アロマテラピートリートメントを受けられたり、ディナーには地元生産者から届く野菜を使った創作フレンチがいただけたり、五感で癒やされ、女子旅に大人気。



写真右上、美肌や血流促進の効果が期待できる温泉を引いたジャグジー浴場。右下、4階まで吹き抜けのアトリウム。天窓から自然光がたっぷり差し込み、気持ちいい。左上、カリフォルニアの建築様式を取り入れ、温泉街で異彩を放つ。

ふわふわの削りバターをトッピング。[美作農園]の完熟いちごジャムや生クリームが添えられ、デザート感覚で楽しめる。ミルククリームパンプレート(いちごジャム添え)500円

フルーツ農園が手掛ける とっておきのクリームパン



[美作農園]が営むクリームパンと季節のフルーツを使ったデザートのお店。クリームパンは、店内工房で焼き上げたパンに、濃厚な甘みを持つ蒜山ジャージー生クリームを合わせたなめらかな口溶けのミルクカスタードがみっちり。イチゴやブドウ、白桃をジャムにして忍ばせ、甘酸っぱさを添えた農園プロデュースらしいフルーツクリームパンもお楽しみ。スーパーや道の駅と同じ敷地内に建ち、地元民のおやつにも、遠方客のお土産にも大好評。

美作 2020.12 OPEN!

フルーツとクリームパン工房 こびとのおやつ

☎070-4552-4378
 岡山県美作市明見168
 ①10:00～17:00(イートイン～16:30LO)
 ②水&年末年始未定 ③不可 ④24
 ⑤あり HP: mimaen.co.jp/kobitono_oyatsu/
 ⑥美作ICから車で5分



ACCESS

大阪から[ポピースプリングス リゾート&スパ] / 車 ● 阪神高速・福島料金所 → 阪神高速11号池田線 → 中国自動車道・美作IC → [ポピースプリングス リゾート&スパ]。大阪から約2時間15分、片道4,260円～





1975年に岡山市で創業し、2000年に勝央町へ。移転後も、三角形のショートケーキやふわふわのシュークリームなど、愛着のある懐かしいケーキを求め、岡山市時代からのファンがわざわざ訪れるケーキ屋さん。現在は、二代目・平井笑香さんも家業に入り、新作を続々と考案している。クリームソーダをイメージしたカップデザートや勝央町の黒大豆、作州黒を使った和洋折衷のケーキなど、レトロ系に加えオリジナリティあふれるスイーツも勢ぞろい。

時代を超えて愛される
レトロかわいいケーキたち

季節のタルトには店主の友人が作るフルーツがどっさり。リンゴジャムを塗って焼いたしっとり生地とも好相性なシャインマスカットのタルト600円(持ち帰り500円、～10月上旬)



津山

Nenne エンネ
☎0868-26-7388
📍岡山県津山市押入103-1
🕒ランチ11:30～14:00LO、カフェ14:00～17:00、ディナー17:30～21:30LO
📞水&12/30～1/5休 🏠可
📺26
📍あり
HP:n-enne.jp
🚗津山ICから車で5分

お目当てはイタリア料理店の
アフタヌーンティー

勝央

ジャックと豆の木

☎0868-38-6623
📍岡山県勝田郡勝央町平1215-1
🕒9:00～19:30(日・祝～19:00)
📞第4月&1/1休 🏠不可 📺11
📍あり 🚗勝央ICから車で約8分



店主・野々上朱伸さんは大阪や神戸のイタリア料理店で修業後、地元津山で独立。食事がしっかりいただけるのはもちろん、軽く一杯やお茶も楽しめるバル的な使い方もできる。野々上さんは菓子作りも得意で、イタリアの粹をこえ、カヌレやスコーンも評判に。さらに、入り口のデリコーナーでは総菜を販売! そんなバリエーション豊富なメニューをあれこれ知ってもらうため、今年6月、アフタヌーンティーをスタートし、人気がぐんっと急上昇中!



イタリア産ハムのパニーニやカプレーゼなど、塩気のある一品も織り交せて。11種を盛り合わせたアフタヌーンティー、ドリンク付き2名分3,000円(14:00～17:00、要予約)