

読者プレゼント



【P16で紹介】

海田町特産品

## 海田さつまの素

1袋(100g)

家庭で手軽に「海田さつま」を味わえる。様々なアレンジ料理にも挑戦してみよう。

### ■応募方法

ハガキ・メールに「海田さつまの素」もしくは「Pohのマスク」希望と書いて、住所・氏名・年齢・電話番号・本誌に対するご意見、ご感想をお書き添えのうえ、右記へご応募ください。

※お便りの感想など本誌(読者の広場)でご紹介させていただきます。匿名希望の方は、あらかじめペンネームをお書き添えください。

※ご記入いただいた個人情報は他の目的では使用いたしません。

10名様に!

【P15で紹介】

イトバナシ

## Pohのマスク 1個

イトバナシの日用品ブランド「Poh」のマスク  
美しいインド刺繍で日々の暮らしを楽しもう。

※色やデザインは選べません。

3名様に!

### ■あて先

〒737-8501 呉市中央4丁目1-6

呉市企画課内「海陽彩都プラス」プレゼント係

※メールでの応募も受け付けています。

件名に「海陽彩都プラスプレゼント係」と入力し、  
次のアドレスまで [kikaku@city.kure.lg.jp](mailto:kikaku@city.kure.lg.jp)



締切り/令和4年8月31日消印有効

※発表/プレゼントの発送をもって発表にかえさせていただきます。



広島中央地域、4市4町ふれあいマガジン

## 海陽彩都とは

「海陽彩都プラス」とは、海に面した暖かい地域「海陽」と、「豊かな自然の彩り」を「彩都」で表現した言葉。

呉市、東広島市、竹原市、江田市、海田町、坂町、熊野町、大崎上島町の地域の四季折々の魅力を紹介する、ふれあい交流マガジンです。

発行: 広島中央地域連携中枢都市圏

呉市企画部企画課

〒737-8501 広島県呉市中央4丁目1-6

TEL 0823-25-3225 FAX 0823-21-8849

E-mail [kikaku@city.kure.lg.jp](mailto:kikaku@city.kure.lg.jp)

海陽彩都プラスNo.8 令和4年(2022年)4月発行

ホームページでバックナンバーがご覧いただけます。

<https://www.city.kure.lg.jp/soshiki/7/kaiyousaito-back.html>

編集: 株式会社ハラプレックス

海陽彩都プラス 検索

★本誌掲載の記事・写真・地図・イラストなどの無断転載を禁じます。

★この冊子は再生紙を使用しています。

呉市 竹原市 東広島市 江田市

海田町 熊野町 坂町 大崎上島町

広島中央地域、4市4町ふれあいマガジン

令和4年(2022年)4月発行

情報誌「海陽彩都プラス」編集室

発行: 広島中央地域連携中枢都市圏

2022年4月 ▶ 2022年10月

# 海陽彩都<sup>プラス</sup>

かいようさいと プラス



No. 8

ポタリング  
特集号

お出かけMAP 珍しい自動販売機を紹介

楽々爽快!

# チャリぶら旅

体力に自信がなくても、電動アシスト自転車なら子どもからシニアまで楽々サイクリング  
自転車を持ち込んで地域を巡ってもOK!

大崎上島町 電動アシスト自転車  
船×自転車で  
高まる旅気分

とびしま海道としまなみ海道の真ん中にあり、信号機は島内に4つ。充実した航路と交通量の少なさで、サイクリストの心を満たす。

大崎上島町 レンタサイクル

大崎上島町観光協会  
白水港裏の観光案内所で情報を集めてコースの作戦を練ってみよう  
開 9:00~17:00  
休 年始  
TEL 0846-65-3455  
【要事前予約】  
<https://osakikamijima-navi.jp/rental/>

貸出場所  
垂水港・白水港・天満港・観光案内所  
ホテル清風館



料金  
○電動アシスト自転車  
2時間 500円 4時間 1,000円  
4時間以上 1,500円  
○一般自転車  
1日 500円  
※1泊2日で借りることも可能。  
詳しくは問い合わせください。

スタート&ゴール  
大崎上島町 観光案内所  
約35kmのコース  
およそ5時間

フェリーで島から島へ  
とびしまやしまなみにも行けちゃうよ



上り切ると絶景がお出迎え (安芸津方面)



景色もペダルを漕ぐ力になる (尾道方面)



昭和4年、住民が両側から掘って完成させた



がんす  
コショウがピリッ!  
揚げたては火曜の  
風過ぎが狙い目



コーヒー  
地元の高校生らが開発した  
コーヒーと焼き菓子が人気



自転車  
パンゲヘイ!

縦横無尽に走れますよ  
島を拠点にすれば

サイクリスト  
大崎郵便局長 小林弘志 さん  
鮮やかなブルーが目を惹く、イタリア「GIOS」のクロスバイク。大切な相棒は通勤も休日も一緒

※各お店の営業日、営業時間等は事前に確認ください。  
※令和4年2月現在の情報です。交通ルールを守り安全運転を心掛けましょう。

※所要時間はコースのみ  
時速12km(ママチャリでゆっくり)で計算したものです。

きのえ温泉  
ホテル清風館

やさしいタッチの  
ガードレールペイントにも注目

中ノ鼻灯台  
息をのむほどに美しい大パノラマ。豪華客船の「飛鳥」も通る大型船の航路

木江の古い町並み  
港町として栄えていた頃の面影があちこちに。赤いポストもなつかしい

しまなみ海道がこんなに近くに!

島内のどのあたりにいるか、風景で分かる

サイクリストにはたまらない道!  
風向きが一定で速度がぐんぐん上がる

疲やかなる島の名物スイーツ

レモンケーキ  
1つ140円でレトロなパッケージも可愛い

ひんやりトンネル探検  
こいし恋路トンネル  
昨の大蛇に娘が恋をして結ばれたという伝説が残る縁結びの地

大崎下島の美景を愛でながら、ちょっと一息

呉市御手洗とびしま海道

# 竹原市 電動アシスト自転車 うさぎ島の 遺跡を巡る

「うさぎの島」として親しまれている大久野島には、かつて旧陸軍の毒ガス工場があり、「地図から消された島」と呼ばれていた。

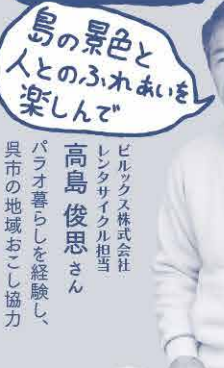


**長浦毒ガス貯蔵庫跡**  
毒ガス製造を隠すため、山を削って分かりにくいように造られていた貯蔵庫

**スタート&ゴール 休暇村 大久野島**  
約3kmのコース  
ゆっくり30分

**スタート&ゴール コテージ 梶ヶ浜**  
約16kmのコース  
およそ2時間

**トンネル探検 牛ヶ首トンネル**  
名前は「牛ヶ首岬」に由来している。



島の景色と人のふれあいを楽しんで

ビルックス株式会社  
レンタサイクル担当  
高島 俊思さん  
パラオ暮らしを経験し、呉市の地域おこし協力隊に。退任後は移住し島の活性化に取り組んでいる。

ウサギのはなくソフトクリーム  
面白ネーミングの「映える」スイーツ。休暇村内のUSANCHUカフェで販売

大久野島灯台  
歩いて上ればオーシャンビューを楽しめる

営業主任  
大江 遼弥さん  
奈良県出身。大久野島の歴史に興味があり赴任。サイクリングスポットを解説してくれる。



**呉市 電動アシスト自転車ぐるり一周、下蒲刈**  
下蒲刈島は、外周は平坦な道が続く。交通量が少ないため、サイクリング初心者や家族連れも安心。中央部には中級・上級者向けのコースもある。

**天神島**  
細長く海に突き出た特徴的な地形。車は入れないが自転車ならスイスイ

**飛空美る丘**  
少しきつい上り坂をがんばって走れば、四国まで見渡せる最高の眺望が待っている

**なみおとの岬**  
ちょっと一息。椅子に座り、潮騒に耳を傾けながら島時間を味わう

**下蒲刈島**  
トンネルを抜けるおなじみと大地蔵漁港を一望できる

**呉市下蒲刈 | レンタサイクル**  
下蒲刈島コテージ 梶ヶ浜  
eバイクやクロスバイク、子ども用など多種多様な45台を保有

9:00~17:00  
閑年未年始  
【レンタサイクル予約専用】  
☎ 080-2927-2504  
(8:30~17:00受付)  
<https://kajigahama.jp/rentcycle/>  
貸出場所  
下蒲刈島コテージ 梶ヶ浜

料金  
○電動アシスト自転車各種  
3時間 1,500円 8時間 3,000円  
○おとな用自転車  
3時間 1,000円 8時間 2,000円  
○子ども用自転車  
3時間 500円 8時間 1,000円  
※配車・乗り捨て料金 1回1台 1,000円

※各お店の営業日、営業時間等は事前にお確かめください。※令和4年2月現在の情報です。交通ルールを守り安全運転をご心掛けましょう。

**休暇村 大久野島**  
自然にときめくリゾート

休暇村 大久野島 レンタサイクル  
日帰り入浴もできる島唯一の宿泊施設。レストランや喫茶も人気  
9:00~17:00(レンタル時間)  
☎ 0846-26-0321  
<https://qkamura.or.jp/ohkuno/>  
貸出場所  
休暇村大久野島

料金  
○電動アシスト自転車各種  
2時間 一般800円 宿泊者600円  
○自転車各種  
2時間 一般600円 宿泊者400円  
※預り金(一般のみ)1,000円  
※子供用、チャイルドシート有り  
※預り金は自転車の返却後にお返しします。

江田島市観光協会  
緊急時に備えて常時待機。パンク  
などにも代車を運んで対応してく  
れる。貸ヘルメットまで料金に含ま  
れるから手ぶらでOK

☎ 0823-42-4871  
📧 etajima.ta@gmail.com  
🌐 https://etajima-kankou.jimdo.com/

**貸出場所**  
切串港 三高港  
小用港 Uminos Spa&Resort  
ふるさと交流館 江田島荘  
中町港



電動アシスト自転車のミニベロタイプ  
料金

- 電動アシスト自転車  
2,000円+保証料1,000円
- クロスバイク  
2,000円+保証料1,000円
- ミニベロ  
1,000円+保証料1,000円
- 子ども用自転車  
500円+保証料1,000円

※保証料は自転車を借りた場所に返却する  
と返します。

温暖な気候で、坂道が極めて少な  
いので初心者にもおすすめ。カキ筏や  
艦船が浮かぶ景色と、海辺を駆け抜  
ける爽快感が同時に味わえる。この島  
ならではの醍醐味を五感で楽しもう。

# 江田島市 電動アシスト自転車で かき島を巡る

海の上を走って  
いるような感覚に!!



## 長瀬海岸の遊歩道

海との一体感が味わえる  
心地よい場所。満ち潮で消  
えてしまうのも神秘的

↑広島宇品

ヒューマンビーチ  
江田島荘  
えたじま温泉

## ひんやのトンネル探検



戦前に海軍関係の連絡  
通路として造られたそう。  
暗くて涼しい近道に冒険  
心がそられる

能美産直市場  
の脇から入れる  
※路面注意

スタート&ゴール  
呉・広島からも  
フェリーですぐ!  
小用港

約30kmのコース  
およそ4時間

海上自衛隊  
第1術科学校

小用港



## しびれ峠

しびれるほどの絶景が広  
がる休息ポイント。ベンチ  
に腰掛けて呉湾を一望

潮風薫る海沿いの道



よってみん菜  
巨大ライオンの顔がお出  
迎え。特産品が充実



樹齢400年の  
オリーブの樹

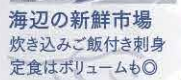


車通りの少ない農道



## ふわふわドーム

鹿川水源公園でピョ  
ンタイム! ボタンを押す  
と膨らむセルフ式



海辺の新鮮市場  
炊き込みご飯付き刺身  
定食はボリュームも◎

島の駅  
豆ヶ島

## 秋月の町並み

秋月からの眺望はSNSでも  
話題。路地探検しても電動  
アシスト自転車なら楽ちん



## エアーアクション艇

水陸航行できる海の揚陸  
艇。タイミングがよければ動  
いている姿が観られるかも

でっかい  
松ぼっくり  
取ったぞー!

島道にスイスイ入  
れるのもサイクリン  
グならではの  
醍醐味

## 坂町 海岸線を望む

自転車をもち込んで  
大橋を望む

海田大橋と広島大橋を  
眺めながら海岸線をゆっ  
たりサイクリングできる。

海田大橋がよく見えるポイント

道路が何層にもクロスする  
海上の立体JCTは圧巻の  
景観

スタート&ゴール  
JR坂駅  
※坂駅の脇に有料  
駐車場有り  
約6kmのコース  
およそ30分

さか・なぎさ公園  
ダイキ  
パティスリー  
レクール  
パティスリー  
レクール  
パティスリー  
レクール

さか・なぎさ公園  
坂町役場  
ダイキ  
パティスリー  
レクール

ようよう  
もち麦 焼ドーナツ  
坂町の特産品「むらさき  
麦」を使ったドーナツ。  
旬の果物を使ったス  
イーツも人気

ベーグル  
サイクリストの店主が作る  
やさしい味のベーグル。  
素朴な味のクッキーも◎



ポタリソングすれは  
この島を走ると  
好きになれますよ



## ふれあいプラザさくら

郷土料理「大豆うどん」が  
看板メニュー。地元農家の  
新鮮野菜販売も



## 二重焼き

島育ちの無農薬紅はるか  
を使った芋餡がたっぷり。  
スイーツポテトも人気

サイクリストガイド  
小島道雄さん  
島の魅力を発信しながらレ  
ンタサイクルのメンテも担当。  
地元愛あふれるガイドが好評

急な上り坂

豆乳ソフトクリーム  
クルクルと自分で作る豆乳ソフト  
クリームは盛り放題! オリジナル  
豆腐も人気

てくてくの  
さつまいも本舗

大穂高校

江田島市役所

早瀬大橋

早瀬大橋↓

# 東広島市 自転車を持ち込んで 里山の自然美の中へ

湖を中心に、里山まで足を延ばすコンパクトなコース。日本の原風景に溶け込む感覚がなんとも心地よい。



**本宮八幡神社**  
拝殿は東広島市内で最古の神社建築。おみくじ(20円)も思い出に

**スタート&ゴール トムミルクファーム**  
※駐車する際はスタッフまで  
約23kmのコース  
およそ3時間



十夢みるく・コーヒーみるく・飲むヨーグルト SNS映えする可愛さ。プラボトルなので、サイクリング中の持ち運びも安心



**トムミルクファーム**  
ピザやジェラートなど、牧場の恵みが味わえる人気スポット。お土産も豊富



**田園風景**  
集落の小道やあぜ道も。自転車ならではの気ままな寄り道を楽しんで

## 熊野町 木漏れ日を感じて山遊び

自然を身近に感じてのんびり走れるコース。木々に囲まれてリラックス気分を味わおう。

**スタート トモビオパーク**  
※駐車する際はスタッフまで  
片道約6kmのコース  
およそ30分

**トモ・ビオパーク さとの駅**  
2021年にオープンした遊び場。野菜の産直市や手づくり雑貨販売のほか、カフェも併設

**トモビオおむすび**  
地元産の米を使った手づくりおむすび。種類も豊富で大満足



田園風景と熊野町を一望

**チャーژ飯**  
ぱくっとおいしい!



**上り坂&下り坂**  
山沿いの起伏のあるコース。豊かな自然を満喫できる



**筆の里工房**  
展示イベントはもとより熊野筆ショップやレストランもあって楽しめる

**チャーژ飯**  
試し書きをできるよ!

**あん餅**  
絶妙な甘さの餡が中にたっぷり

**福富物産しゃくなげ館**  
採れたて野菜は地域の畑から直送。弁当や豆腐、パンなどの製造販売も

**買すぎたかを!**

**楽しむポイント**  
買い物したものを持ち運べるようサコッシュやリュック持参で

湖畔に沿って駆け抜ける清々しさ満点のコース

**道の駅 湖畔の里 福富**  
充実した道具に子どもは大興奮。ここからサイクリングを楽しむ家族も

神社へと続く美しい林道が厳かな空気を放つ

**チャーژ飯**  
手作りお弁当  
パクッと食べられるおむすびもおすすめ

**急な下り坂**  
しゃくなげ湖  
福富ダム

**急な上り坂**



押しもたれだりでも対岸や遠くにも世界がグッと広がります!

広島県サイクリング協会理事 堀 啓二さん  
仲間と共にサイクリングの普及や環境整備に尽力。東広島市でも電動アシスト自転車のレンタルができるよう取り組む

## ひろしま 県央発見王国

●広島県央サイクルツーリズム  
認定サイクルオアシスは、この鶴が目印。この鶴を目指して、県央エリアを自転車で散策しよう。

●広島県央とは  
広島県東広島市の福富町、豊栄町、河内町。この3町はちょうど県の中央あたりに位置することから、「県央エリア」と呼ばれています。

ホームページやパンフレットで3町それぞれのおすすめコースやサイクルオアシスを紹介



※サイクルオアシスとは、駐輪スペース・トイレの無料利用、飲料水の提供または販売(自動販売機含む)、周辺情報を提供している場所

※各お店の営業日、営業時間等は事前にお確かめください。  
※令和4年2月現在の情報です。交通ルールを守り安全運転を心掛けましょう。

険しい上り坂とカーブが続く高低差約400mのヒルクライムコース。美しい森林の間から見る景色と完走したときの爽快感は格別。

# 海田町く熊野町 自転車を持ち込んでヒルクライムに挑戦

自転車を持ち込んで



山の澄んだ空気を胸いっぱい吸い込んで坂道を上ろう



林道串掛線。険しい道が続くので十分注意をして進もう

※各お店の営業日、営業時間等は事前にお確かめください。  
※令和4年2月現在の情報です。交通ルールを守り安全運転を心掛けましょう。

## おすすめアイテム

**グローブ**  
パッドが付いて手が痛くなりにくい

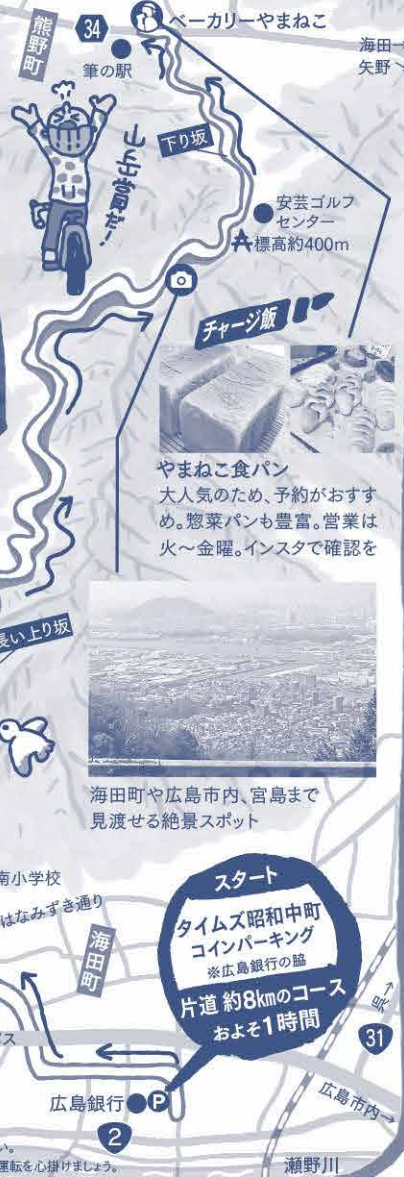
**裾バンド**  
ズボンの汚れ防止。通勤に便利

## サイクリングで注意する事

**左側通行が原則**  
自転車は軽車両のため、原則車道の左側に寄って通行する

**歩道を走るときは**  
歩行者の妨げにならないよう、車道寄りを徐行する

**ベルを鳴らすのは**  
自分の存在を知らせるため、人に向けて鳴らすのはNG  
※詳しい交通ルールは警察のホームページなどでチェック



## キムラじてんしゃ

瀬野川沿いの緑色の看板が目印。店舗前の道路は一方通行なので要注意。頼れるスタッフがSNSなどで情報発信中



国 安芸郡海田町上市18-11  
 開 9:00~19:30(月曜は11:00~)  
 9:00~19:00(日曜・祝)  
 困 水曜日  
 電 082-823-2897  
 副 6台  
<https://www.kimura-jitensya.net>

ホームページ

Facebook

きむりさんのブログ



自転車は全身運動。体カブくりやダイエットにオススメ



最新モデルのロードバイクの試乗会や安全講習会を開いている



伸縮や速乾、吸湿など機能性に優れたウェア



ヘルメットは大人の頭の重さは約4~6kgでスイカと同じくらいという。もし自転車から落ちたら...

店舗スタッフ 小西 優大さん  
 奈良の実業団に所属するプロレーサーとして活躍した後、「大好きな自転車にずっと関わりたい」とターン



大学時代に全国大会に出場したほか、実業団でも様々な競技会に参加して優勝も経験



解放感ある店内にロードバイクやクロスバイクだけでなく、電動アシスト自転車や一般自転車も揃う

## 海田町

# 自転車ライフ全般をサポートする老舗

6年創業の老舗。製品選びやメンテナンスはもとより、サイクリングの楽しみ方や安全の知識、県内のおすすめコースの紹介のほか、メーカーのサドルやホイールなどのレンタルサービスもある。初心者からベテランサイクリストまで、魅力的な自転車ライフをサポートしてくれる。

## 空気圧をチェック!



空気圧や金属片が刺さっていないか、タイヤの点検は必須



自転車部品メーカー「シマノ」のサービスセンターを併設。知識と技術を兼ね備えたスタッフの存在は心強い

小西さんに聞いてみた

# 自転車の種類

主に3つの種類がある。目的や用途に合わせて選ぶよう

**一般自転車(ママチャリ)**  
 実用的で乗りやすい  
 半径5kmほどの通勤通学や買い物に最適。安定感があり年齢を問わず気軽に乗れる

**クロスバイク**  
 街乗りや通勤、サイクリングなんでもOK  
 予算5万円~

**ロードバイク**  
 空を飛んでいるようにすーっと進む  
 自転車レースや長距離、坂道など本格派向き。ドロップハンドルはにぎる場所や姿勢でスピードが変わる  
 予算10万円~

# おでかけMAP

広島中央地域、4市4町を巡る

東広島市 海田町

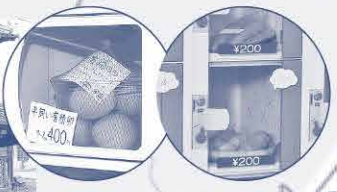
熊野町 坂町

思わず二度見!  
珍自動販売機

あれなあに? 立ち止まらずにはいられない  
広島中央地域のちょっと気になる  
自動販売機を探しに出掛けてみよう!



志和町



東広島市志和町 東広島市福富町  
MAP B はやしなちゅうらふあーむ はなあふ  
平飼い有精卵 (2箇所)  
平飼いでひやかに育った元気な鶏の新鮮たまご。志和町では「はなあふ」で採れた野菜も販売している

国 東広島市志和町志和西(国道28号線から1つ中)  
国 東広島市福富町上竹仁(国道33号線沿い)



東広島市西条町  
MAP D 焼肉 牛皇  
冷凍 牛皇ラーメン  
焼肉屋さんのラーメン。煮込みハンバーグ・牛スジ煮込み・チロリソーなども販売。右側のタッチパネルを操作して購入

国 東広島市西条町下見4409-3(学園通り沿い)



福富町



東広島市高屋町  
MAP C 寺尾養鶏場のたまご  
「ふるさとの恵み」と書かれた赤玉のたまごが15個パック入りと11個ネット入りで販売されている

国 東広島市高屋町高屋郷



吉原 鍛冶屋

東広島市豊栄町  
MAP A タカミツの  
一羽飼いたまご (2箇所)  
ストレスの少ない一羽飼いの鶏舎で育てた鶏の産みだしたたまご。そのまま生でどうぞ!  
鍛冶屋では醤油なども販売

国 東広島市豊栄町鍛冶屋(国道375号線沿い)  
国 東広島市豊栄町吉原(国道28号線沿い)



オオサンショウウオの音 トムミルクファーム  
P7 東広島市 スタート地点



自動販売機を巡ってみよう!

P8 熊野町 スタート地点

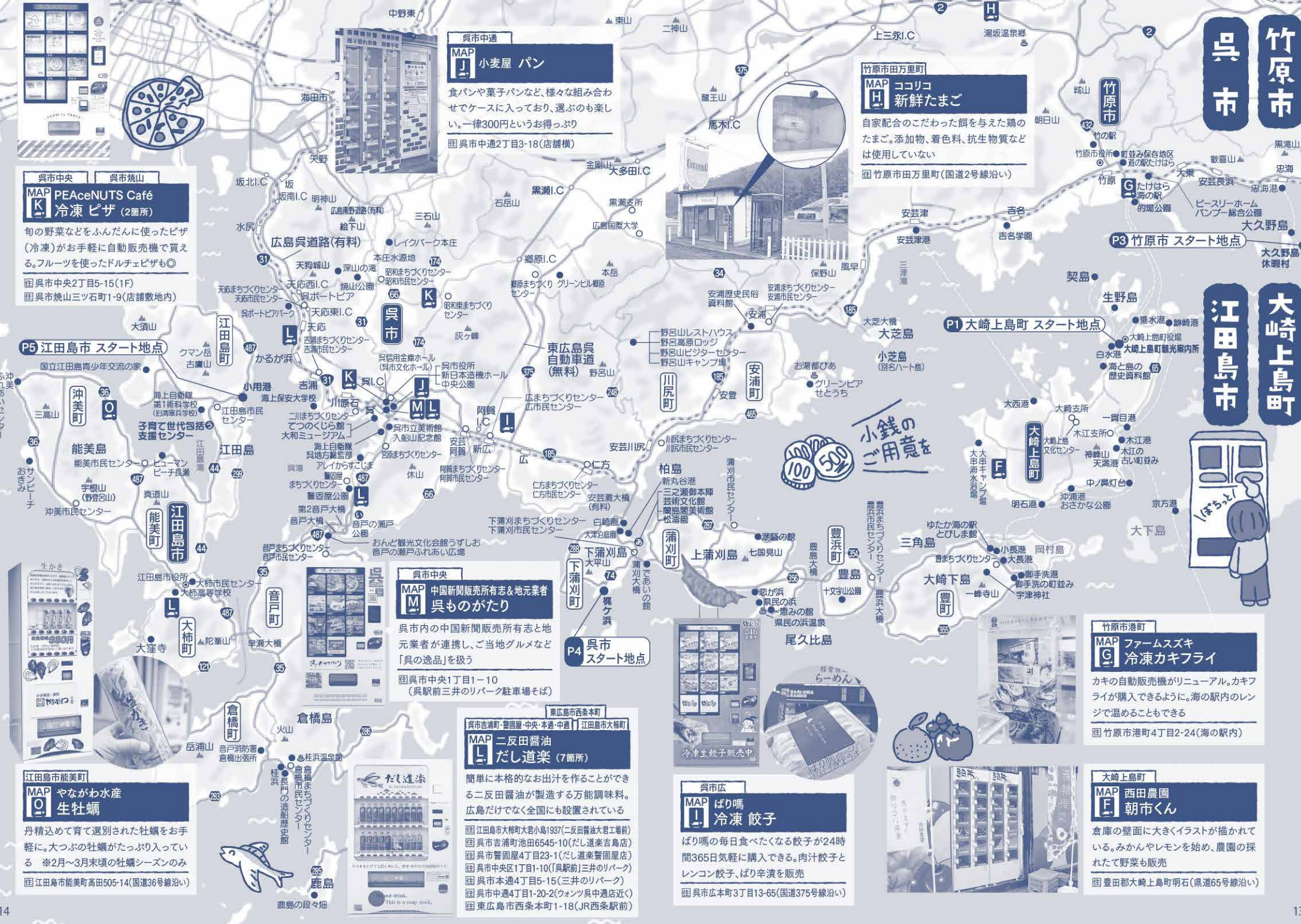


小芝島 (別名ハート島)

熊野町  
MAP E みかん・レモン (2箇所)  
熊野町にある、みかんとレモンの自動販売機。旧500円硬貨と100円硬貨のみ対応なので用意を忘れずに  
国 安芸郡熊野町初神(国道174号線沿い)  
国 安芸郡熊野町川角(熊野高校の脇)

# 呉市 竹原市

# 江田島市 大崎上島町



**MAP J** 呉市中通  
**小麦屋 パン**

食パンや菓子パンなど、様々な組み合わせでケースに入っており、選ぶのも楽しい。一律300円というお得ぶり

呉市中通2丁目3-18(店舗横)

**MAP H** 竹原市田万里町  
**コロリコ 新鮮たまご**

自家配合のこだわった餌を与えた鶏のたまご。添加物、着色料、抗生物質などは使用していない

呉市田万里町(国道2号線沿い)

**MAP K** 呉市中央 呉市焼山  
**PEAcE NUTS Café 冷凍ピザ (2箇所)**

旬の野菜などをふんだんに使ったピザ(冷凍)がお手軽に自動販売機で買える。フルーツを使ったドルチェピザも◎

呉市中央2丁目5-15(1F)  
呉市焼山三ツ石町1-9(店舗敷地内)



**P1 大崎上島町 スタート地点**

大崎上島町 大崎上島町 大崎上島町 大崎上島町

**P5 江田島市 スタート地点**

江田島市 江田島市 江田島市 江田島市

**MAP M** 呉市中央  
**中国新聞販売所有志&地元業者 呉ものがたり**

呉市内の中国新聞販売所有志と地元業者が連携し、ご当地グルメなど「呉の逸品」を扱う

呉市中央1丁目1-10  
(呉駅前三井のリパーク駐車場そば)

**MAP L** 呉市西条本町  
**二反田醤油 だし道楽 (7箇所)**

簡単に本格的なお出汁を作ることができる二反田醤油が製造する万能調味料。広島だけでなく全国にも設置されている

呉市西条本町1-18(JR西条駅前)

**MAP I** 呉市広  
**ばり嗎 冷凍餃子**

ばり嗎の毎日食べたくなる餃子が24時間365日気軽に購入できる。肉汁餃子とレンコン餃子、ばり辛漬を販売

呉市広本町3丁目13-65(国道375号線沿い)

**MAP G** 竹原市港町  
**ファームズズキ 冷凍カキフライ**

カキの自動販売機がリニューアル。カキフライが購入できるように、海の駅でのレンジで温めることもできる

呉市港町4丁目2-24(海の駅内)

**MAP F** 大崎上島町  
**西田農園 朝市くん**

倉庫の壁面に大きくイラストが描かれている。みかんやレモンを始め、農園の採れた野菜も販売

呉市豊田大崎上島町明石(国道65号線沿い)

**MAP O** 江田島市能美町  
**やながわ水産 生牡蠣**

丹精込めて育て選別された牡蠣をお手軽に。大つぶの牡蠣がたっぷり入っている ※2月~3月末頃の牡蠣シーズンのみ

呉市能美町高田505-14(国道36号線沿い)





インドでは地域によって異なる伝統的な刺繍技法が継承されており、「アリ」「カンタ」「チカン」という3種を取り扱っている

## 古くからあるものをよりよく使う

月に3日間だけ開く店「ししゅうと暮らしのお店」が東広島市志和町にある。インドの職人による伝統的な刺繍が施された生地を使ったワンピースやブラウスなどが並ぶ。手掛ける伊達文香さんは、シルクロードの終着点・奈良県の出身。古より伝わるインドの図案を組み合わせた刺繍デザインが魅力の一つだ。

学生時代、貧困や人権侵害に苦しむインドの女性たちが伝統の刺繍を通して紡ぐ望郷の念や、一針一針長い時間をかけて手仕事に取り組む姿に、触れ、感銘を受けた。

ブランドビジョンは「つくるとつかう人の暮らしを豊かにする」。2022年2月には、カカオ豆からチョコレトにするまでの全ての工程を手掛ける製法「ビントゥパー」で、食文化を伝える取り組みも加わった。ともすれば途絶えてしまう伝統文化という細い糸を織りなす伊達さんの活動は広がりを見せている。



伊達 文香さん  
奈良県五條市出身。広島大学大学院在学中の2016年に起業。インドの刺繍を施した服飾品ブランドなどを展開する「itobanashi(イトバナシ)」代表

### イトバナシ ししゅうと暮らしのお店



古民家を改装した店舗。イトバナシの商品だけでなく、世界各地の雑貨なども販売。土地の文化や伝統を大切にしたい事業づくりを進める

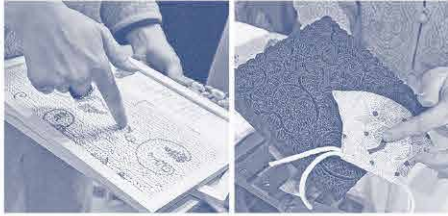
〒741-0231 東広島市志和町志和堀3231-1  
 営業時間 11:00~18:00  
 毎月3日オープン(詳しくはSNSをチェック)  
 ☎080-5324-2847 ☑有り  
<https://itobanashi.com/>



志和産の農産物を使った商品なども取り扱う



クラフトコーラやスパイスを使ったチャイのテイクアウトも



刺繍の下絵に使う木版は、伊達さんのデザインをインドの職人が手彫りしている

## 海田町 評判の特産品を探る 海田さつま



### 江戸時代から続く味 地元高校生がつなぐ

味噌などと和えた魚のすり身をご飯にかける海田町の郷土料理「海田さつま」。江戸時代から親しまれてきたが、調理に手間がかかるため、最近では食べる機会が減っていた。「伝統の味を残して広めたい」と、広島県立海田高校家政科の学生たちが広島安芸商工会に相談。味噌メーカー「ますやみそ」や、海田町の郷土料



### 海田さつまの素

1袋(100g) 300円  
 さつまの素1袋(100g)に対して、細切りにしたこんにやく300g、きざみネギ50gで茶碗5~6杯分の「海田さつま」ができる

【取扱店】  
 ひろしま夢がらざ・近隣のスーパー(ハローズ海田市駅前店、フジ海田店、フジグラン安芸、ユアーズ東海田店、ユアーズ瀬野川店)、JA安芸ギフトセンターで販売中

【食べられるお店】  
 魚食堂たわら、パン屋純(さつまパン)、八剣伝海田南本町店(さつまラーメン) 他



YouTube 広島安芸チャンネル  
 家政科生徒によるアレンジレシピ配信

理を研究する「海田さつま会」の協力も得て試作を繰り返した。西日本豪雨災害やコロナ禍に見舞われながらも3年をかけて納得の味を開発。2021年に商品化した。「海田さつまの素」は、こんにやく、きざみネギを加えてご飯にかけるだけで、味わえる手軽さに加え、小松菜の和え物や、じゃがいも炒めなどアレンジレシピも好評。伝統の味は、多くの人の熱い想いととも、引き継がれた。

### さつまトースト

海田さつま、マヨネーズ、スライスチーズを使ったアレンジレシピ。詳しくはYouTubeにてチェック!



海田さつま&マヨネーズのソースにチーズとパンがよく合う。食パンをバゲットに変えたり、素材を変えてアレンジ自由自在♪



あのまちこのまちのぞいて見よう！ イベントに参加したり、各施設に

### 呉市

#### 三之瀬御本陣芸術文化館

MAP 0823. 70・8088

時間/9時~17時 (入館は16時30分まで) 料 金/一般500(400)円 高校生300(240)円 小中学生200(160)円

#### 開催中 4月25日(月)

所蔵品展Ⅳ 鳥・とりどり 鳥たちの美しき、自由に羽ばたく姿はいつの時代も人々を魅了し、

#### 読者の広場

今回、コーヒー特集の感想だけまとめたら、コーヒー好きの座談会

おしいいコーヒーを求めて鳥旅をしてみたくなりました。少し暖かくなったら是非行きたいと思えます。

コーヒーの特集号拜読致しました。我が家は夫婦共々、コーヒーが大好きで豆から挽いて飲んでいます。



芸術作品の画題としても広く好まれました。本展では絵画や工芸品から、鳥をテーマにさまざまな姿で表現された作品を紹介いたします。



#### 6月12日(日)



広島県呉市(下蒲刈町・蒲刈町・豊浜町・豊町)と愛媛県今治市岡村島を7つの橋で結ぶ安芸灘とびしま海道。速さやテクニックを競う大会ではなく、ご家族やカップル、仲間同士で楽しめるサイクルイベントです。

時間/とびしま90 9時~9時50分 9時45分~あきなだ30 10時15分~ 料金/有料 主催/安芸灘とびしま海道 オレンジライド大会実行委員会

#### 3月下旬~5月初旬

呉市警固屋 MAP 音戸の瀬戸公園 平清盛が夕日を招き返して1日で切り開いたという伝説のある名勝地



#### あのまちこのまち 新施設



江田島町 MAP 子育て世代 包括支援センター (愛称にこにこハウス) 2021年7月に子育て世代包括支援センター(にこにこハウス)に屋外広場を開設しました。



#### 編集後記

電動アシスト付きなら坂道や遠出も疲れ知らずで、思いのまま。充足感と達成感がハンパなく、リピーター続出も納得！と感じ入るまではよかったです、つい調子に乗りすぎて「バッテリー残量0%返却」という島初(名誉?)サイクルリストに!



※本誌では、撮影対象者に写真撮影のみ、マスクを外していただくしております。

都会の喫茶店では分らない個々のこだわりが掲載されており島外に出た時は本誌を持参して行ってみようと思っております。

海陽彩都を拝読し、近すぎて行ったことの無かった鼻珈琲に行ってみようと思っております。



★コーヒー特集の感想をまとめてみました。好きを語る時の人つて本当に楽しそうです。

はじめまして! 愛読ありがとうございます!

今回、初めて海洋彩都プラスを知りました。ちょうどいいサイズ感の冊子で、写真や絵も多く見やすかったです。

★本誌を旅のお供にしてください☆ 呉に帰省した際初めて「海陽彩都プラス」を手に入れました。

★わさみり・58歳女性・横浜市 広島市内に越してきて早3年です。が、まだ竹原市や呉市を行きたくて思っています。

★背中を押してよかったです。昨年11月に山口から引越して3ヶ月たちましたが、徐々にこの冊子を目にするのができました。

★今号楽しんでいただけましたか? (64歳女性・広島市安佐南区) 毎号楽しみにしております。

★今号もたくさんのお便りありがとうございました。次回もお便りお待ちしております!

(T・T・41歳男性・呉市) ☆いいですね!色々巡ってみてください。

★海陽彩都は10年前前から大ファンなので、できるだけ抜かさないたいにしていたのですが、2年近くフェリーに乗りないうえに、たまたま場所がなくて、なかなか手に取りませんでした。

★色々ゆくり巡ってみてください。(58歳女性・江田島市) 阿賀!呉の電車のトンネル内のカズに白い石のようなかたまりが沢山はえています。

ありやあ なんじゃろか? (エアロ59歳女性・呉市) ☆えい!早く気がなります誰か!



★今号もたくさんのお便りありがとうございました。次回もお便りお待ちしております!