

## 個人・少人数向け

# にし阿波のサステナブルな暮らしを体験する旅



世界農業遺産に認定された循環型農業「傾斜地農耕システム」の体験や日本初のオフグリッド住宅「Earthship MIMA(アースシップミマ)」での宿泊体験、古民家再生による町づくりを行っている「脇町うだつの町並み」など、にし阿波のエシカルな体験ができるワーケーションツアー

おすすめ時期 3月～11月

移動手段 

### 1日目

 観光・体験  ワーク

- 午前 にし阿波へ到着  
レンタカーで移動
- 12:00 昼食  
農家レストラン 風和里
- 13:30 美馬市穴吹町の農家民宿に到着
- 14:00  農業体験(農耕作業、各種定植作業、収穫作業等)  
 客室やリビングで仕事
- 17:00 農家民宿で夕食  
郷土料理の調理、農家の団らんを体験

世界農業遺産認定地域の1つである刈名集落にあり、美しい自然に囲まれた心癒される里山で、刈名産の美味しい野菜をふんだんに使用した彩り鮮やかな料理がいただける。お問合せ先/農家レストラン 風和里  
【電話】0883-56-0725



農家レストラン 風和里

### 2日目

- 8:00 農家民宿で朝食
- 9:00  農業体験(農耕作業、各種定植作業、収穫作業等)  
 客室やリビングで仕事
- 11:00 農家民宿をチェックアウト
- 12:00 「Earthship MIMA」に向かう道中の、美馬市内の飲食店で昼食  
夕食・朝食を自炊する場合は、美馬町「道の駅みまの里」、スーパー等で食材を購入
- 15:00  「Earthship MIMA」に到着・施設見学
- 16:00  客室で仕事
- 18:00 夕食  
自炊 又は 美馬市美馬町内の飲食店
- 20:00 「Earthship MIMA」で宿泊



Earthship MIMA

2018年11月に建設された日本初の「Earthship(公共のインフラを必要としないオフグリッドハウス)」。屋根に設置したソーラーから蓄電した電力を使用し、雨水を貯水・ろ過して家中の生活水として利用している。

お問合せ先/EarthshipMIMA

【宿泊予約】earthshipmima@gmail.com



※宿泊は2名まで/1日

【施設見学のための予約】

(一社)そらの郷(電話:0883-87-8998)

※ご予約された方以外のご来訪はご遠慮ください。

### 3日目

- 9:00 「Earthship MIMA」で朝食後、美馬市脇町へ
- 9:30 脇町うだつの町並みを散策
- 10:00  藍染工房で藍染め、  
美来工房で和傘・ランプシェード作り体験  
 森邸で仕事
- 12:00 昼食  
脇町うだつの町並み内の飲食店
- 午後 にし阿波を出発



藍染工房

藍染体験

藍染工房では、阿波藍を使い伝統的な「天然灰汁発酵建て」で作った本藍染体験ができる。お問合せ先/ 藍染工房【電話】090-3188-3711 美来工房【電話】090-1002-3020 【メール】info@mimakankou.or.jp



サテライトオフィス 森邸

P11 参照