

michinoeki itano
徳島のおいしい＆楽しいが集まる

道の駅 88 いたの

板野のおいしいもの、珍しいもの、徳島の物産が一堂に集まるメガ道の駅。徳島県内の農家さん、漁師さんが集まり、四季折々の商品を直売しています。

板野町川端字中手崎39-5
TEL:088-612-8817
8:30～18:00

テイクアウト専門店

そらいろ

季節のソフトクリームをはじめ、旬の果物をたっぷり使ったデザートやかき氷、ホットスナックなど徳島のグルメが楽しめます。大人気の「ししゃもねこ焼き」もチェック!

そらいろ(テイクアウト専門店)
TEL088-612-8817

おにぎり屋

ROUTE88

板野町名産の春にんじんや鯛めしのおにぎりなど大満足のラインナップ! 大きい、肉厚、旨みたっぷりの椎茸「天恵菇」のご当地バーガーも人気!

おにぎり屋ROUTE88(テイクアウト専門店)
TEL088-677-9595
9:00～18:00

まだまだあるよ!
「道の駅いたの」エリア紹介!



足湯で
ゆったりと～



板野町のあせび温泉のお湯を使った足湯で癒されましょう! ドッグランやボルダリングなどでリフレッシュできるスポットもあります。

ドッグランも
あるよ! 🐾

板野町は春にんじん 生産日本一の町。

甘くておいしい春にんじんや春にんじんを使ったグルメと出会えるのも、道の駅いたのならではの楽しみです♪



「にんじん
けちゃっぷ」
「たっぷりにんじん
ドレッシング」

レストラン

恵食堂～海と畑～

道の駅いたの併設の食堂。定食、海鮮、丼もの、麺類など品揃え豊富。道の駅いたのや市場直送の新鮮食材を使ったメニューが楽しめます。



恵食堂～海と畑～(レストラン)
TEL088-677-9595
11:00～18:00

41 HOTEL AZ 徳島板野店

道の駅いたのに隣接の「HOTEL AZ」は交通アクセス抜群。バイキングスタイルの夕食や朝食も人気です。
板野町川端字新中手崎27-1
TEL:088-672-2611



おいしいもの巡り

板野町

女性ファーマーグループ
らーんずita農 編集

ドライブも
OK!



板野の町は
おいしい＆楽しいがいっぱい!
さあ! みんなで
探しにでかけよう。



サイクリングするなら 道の駅いたのを拠点にスタート!

安定感抜群! 乗り心地最高の「88サイクル」なら1日500円でレンタル可能。タンデムバイク(2人乗り)やトレーラー(牽引車/子どもが2人乗れる)などおもしろい自転車もあるよ。

1 道の駅いたの 板野町川端字中手崎39-5
TEL:088-612-8817
(レンタサイクル返却は18:00まで)



さっそく板野町の魅力を見つけにでかけましょう！モデルコースを参考にして巡ってみるもよし、MAP中面のおすすめスポットをお好みでカスタマイズして巡るのもよし！かわいい「ita農ぶらんこ」で写真を撮るのもGOODです！

東エリア

里山&パワースポット周遊コース 約12km



2 落合ブルーベリー園

夏はブルーベリー狩り、秋は栗狩り、春はカラフルなじゃがいも掘りもあるよ（すべて要予約／詳細は中面へ）



3

ピーチナカフェ

桃農家が営むカフェ。桃感あふれるピーチソフトを気軽にテイクアウト。桃の季節には「プレミアムピーチパフェ」が登場！（詳細は中面へ）



黄金の井戸

6 三番札所 金泉寺

源平合戦の時代、あの弁慶が持ち上げたと言われる巨石がある。やっぱり弁慶スゴイ！井戸を覗いて水面に顔が映ると長生きできるという伝説の井戸もあり。（板野町大寺宇龜山下66）

22

板野町歴史文化公園

体長12mのイタノザウルスがいる。板野っ子のバランス感覚はこれにより登ることで養われているとかないとか…。（板野町犬伏宇東谷13-1）



イタノザウルス！

21

レキシルとくしま

ほのぼのとしたお顔の埴輪や土器など、教科書で見覚えのある古代の品々に出会える。勾玉づくりは事前に問合せしてみてください。（板野町犬伏宇平山86-2）



14

岡の宮の大クス

天然記念物の大クスの下で、おもしろい深呼吸。（板野町大寺宇岡山路7）

11 12

板野町銀座通り商店街

商店街を貫く旧撫養街道は源平の合戦で義経が進軍した歴史ロマンあふれる道。勇ましい弁慶像は、時にいろんな「のぼり」を持たせています（笑）

（弁慶像：板野町大寺宇平井76付近・義経像：大寺宇王子113付近）



東の気になるグルメ

手打ちうどん 花岡製麺の『牛すじつけうどん』



特大は3〜5玉から選べるのがうれしい！

8 黒毛和牛のすじ肉を使った人気のつけ麺。もちもちの麺に甘口のダシが絡んで旨みがじゅわっと広がります！板野町大寺宇泉口20 サンメイト一番街 TEL088-672-5133（木曜休） 11:00〜（売り切れまで）

西エリア

田園&歴史探訪コース 約16km



28 ラッテいたのジェラート

自家生乳を使ったフレッシュなジェラートを！お店の近くの牧場では牛たちがのんびり過ごしています（詳細は中面へ）



37

にんじん畑スポット

板野町は春ににんじん日本一の町！冬の季節にはにんじんのハウスが一面に立ち並びます。（板野町矢武・古城周辺ほか）

三十三観音さん



25

四番札所 大日寺

山々に囲まれた静かなお寺で心穏やかなひとときを。三十三体の観音さま、身体の悪いところをなでと治してくれると言われる「おびんずるさん」が鎮座。（板野町黒谷字居内28）

おびんずるさん



大銀杏の木

27

五番札所 地藏寺

ご神木は大きな銀杏。等身大の五百羅漢の中には、必ず身近な人に似たお顔があるのだとか。見つけてみて！（板野町羅漢宇林東5）



24 愛染院

健脚を祈願して奉納された1万足以上のわらじ…！裏手の山道を歩くと八十八ヶ所すべての石仏参拝ができる。春は桜の名所ですよ。（板野町那東宇居内32）

奉納わらじ

西の気になるグルメ

フジムラベーカリーの『クリームパン』



カスタードクリームあふれる！

26 名物のクリームパン目当てに開店前には行列が！自家製野菜やアヒージョたっぷりの惣菜パン、生クリームあんぱんやしなやかな食パンも人気。レアな絶品パンはインスタで要チェック！板野町黒谷宇中通27 TEL088-672-2461（日・月曜休） 9:00〜（売り切れまで）

南エリア

田園&吉野川周遊コース 約16km



30 ひらせ農園

甘くて美味しい産直いちご！その他にも採れたてのレンコンや新米、季節のお野菜が購入できます。（詳細は中面へ）

29

レンコン畑スポット

ピンクの大きな花は朝早い時間に開花します。見頃は7月半ばから8月初旬。自転車でも駆け抜けよう！（板野町古城周辺ほか）



見渡す限り蓮！ハス！



38

野鳥スポット

宮川内谷川は野鳥が集まるスポット。川沿いの道を自転車で走ると気持ちいい！（板野町唐園周辺）※写真はイメージ



36

西中富橋

穏やかに流れる旧吉野川、スカイブルーの橋。まさにフォトスポットにぴったり！（板野町西中富宇一才周辺）



39

第十堰

吉野川の悠々とした眺めは最高！春は菜の花が咲き誇ります。土手に座ってお弁当食べる？土手沿いサイクリングも楽しんで。（上板町佐藤塚東周辺）



20

高架下壁画

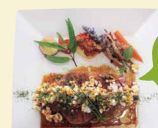
高架下をくぐると象形文字をデザインした壁画がズラリ！何の動物かな？ゆっくり眺められるのはサイクリングの醍醐味。（板野町古城宇本村周辺）

桜は板野町の木、馬酔木（あせび）は板野町の花



南の気になるグルメ

魔法のプチレストラン ナッチーノエルの『王様のカツレツ・キングカツ』



見た目も味もキング級！

32 世界料理金メダル受賞シェフが手掛ける彩り豊かなイタリアンのお店。パスタやピッツァ、ドリア、一品料理などメニューも豊富。手打ちパスタ「いったんもめん」も気になる〜！板野町下庄宇杉93-6 TEL090-5278-7152（月曜休） 11:00〜14:30 17:30〜21:00

おいしいもの巡り

板野町

女性ファーマーグループ
らーんずita農 編集

サイクリング&ぶらんこMAP



板野町の女性farmer5人組「らーんずita農」の農園とメンバーが選んだおすすめグルメをご紹介します。

板野町は、北に阿讃山脈、南に吉野川が流れる豊かな町。農業や酪農を営む女性が集まって、農産物やグルメなどのおいしい魅力や季節の見どころをぎゅっとまとめた板野町散策マップを作りました！

●らーんず手づくりMAP (MAP上のQR) や地図アプリなどを併用してお楽しみください！



2 Ochiai Blueberry Farm 落合ブルーベリー園

田舎のおばあちゃんに遊びに来たようなアットホームな農園で、季節の果実狩りや野菜の収穫が楽しめます。夏のブルーベリー狩りは、90分食べ放題 (要予約・金額はHP等で確認) でお腹も心も大満足！味噌づくりや干し柿づくりなど、昔ながらの丁寧な暮らしを楽しむワークショップや「いたの里山マルシェ」も随時開催中。



栗拾い、じゃがいも堀りなど、里山の恵みを楽しめるイベント盛りだくさん！



季節の果実で仕込んだ手づくりジャムも人気！道の駅いたのでも販売中！！



板野町川端字落合23-1
TEL090-5147-0751 (園主携帯)
9:00-17:00 / 木曜休 (7月第1土曜～8月中旬)
※果実の生育具合により変更あり
※その他の収穫イベントはInstagramでチェック

3 Peach Garden ピーチガーデン／ピーチナカフェ



桃農家が営む「ピーチナカフェ」では、「プレミアムピーチパフェ」や「ごろごろピーチタルト」をはじめ、贅沢にフレッシュな生桃をたっぷり使ったスイーツを堪能できます (生桃スイーツは夏期営業限定)。減農薬で育てた桃の産直販売も！

シーズンオフの期間には、桃のコンポートを使ったデザートやピザランチをはじめ、要予約のアフタヌーンティーセットもGOOD！

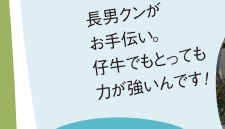


板野町川端字馬越116-2
TEL088-660-6499
[夏期7/1～8/11] 10:00-16:30 (金曜休)
[春秋冬期] 11:00-16:30 (金曜・月末の土・日曜休)
※果実の生育具合により変更あり
※夏期営業の前後 (6/1～30と8/12～31) 休業
※最新情報はこちらのQRをチェック



28 Inoue Milk いのうえみるく／ラッテいたのジェラート

阿讃山脈を背景に田畑や民家の合間に広がる牧場。たくさんの乳牛たちがゆったりとすごしています。道沿いの仔牛舎では元気な仔牛たちの様子が見られます。



板野町矢武字宮ノ西26-1 TEL090-7144-7868
平日11:00～16:00 / 土日祝11:00～17:00 / 木曜休 (不定休あり)
※牛舎への立ち入りはご遠慮願います。
※牧場の牛に触ったり食べ物を与えたりしないようお願いします。
※牧場付近は自動車での侵入は不可。(サイクリングのみ対応)

23 Hashimoto Farm はしもとふあーむ 2187

甘みたっぷりの春にんじん。冬の季節にトンネルハウスを建て、水分をギリギリまで減らしてゆっくり時間をかけて育てるので、ジュシーで柔らかいにんじんが育ちます。まずは生でかじってそのおいしさを味わってみて！



板野町古城周辺
●春にんじん / 3月～5月末
●かぶら / 1月～3月
●枝豆 / 6月～7月
●米 / 8月下旬～9月中旬

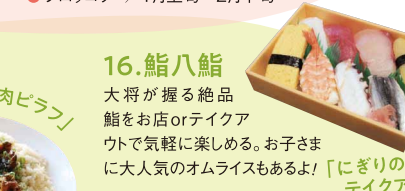


30 Hirase Farm ひらせ農園

吉野川の伏流水を使って美味しいいちごを育てています。とにかくとっても甘いんです！美味しく育てるコツはしっかり手間をかけてあげること。道沿いにあるita農ぶらんこ横の無人販売機では、採れたてのフレッシュいちごをはじめ、季節の野菜やお米を販売しています。夏期には周辺のレンコン畑にピンクの蓮の花が咲き誇ります。



板野町古城字新町東9
TEL090-8973-6611 (園主携帯)
●いちご / 12月上旬～6月上旬
●レンコン / 12月
●かぶら / 12月下旬～2月上旬
●ブロッコリー / 1月上旬～2月下旬



スイーツでホッと一息！

- 1. 米津製菓
カラフルで懐かしい餡たちが大集合！手揉玉、フルーツ、ミカン餡、バター餡、すだち餡など、どれも宝石みたいにかわいいんです。道の駅いたので購入可能。土日は五番札所山門そばの屋台でご本人が販売する日もアリ。
- 4. アトリエ ペイザンヌ
板野町の特産、春にんじんをたっぷり使ったキャラットケーキが人気！季節のフルーツを使ったケーキやアップルパイ、イラスト付きのバースデーケーキもおすすめです。
- 13. ギャラリーカフェ Brisa
珈琲とワッフルがおいしい喫茶店。ギャラリーでは不定期で絵画や写真なども楽しめます。5番札所にほど近く、お通路人へのお接待もあります。
- 18. クローバー
注文を受けて一枚一枚焼き上げるワッフル。どのメニューもボリューム！モーニングやランチも人気。夏はかき氷もあるよ。

麺で腹ごしらえ！

- 7. 手打ちうどん こんせん
モチモチ麺にやさしいおダシでほっこりと。お肉・エビ・卵が乗った大満足の一杯。地元で愛されて40年！
- 9. 丸池製麺所
あの「るみばあちゃん」仕込みの讃岐うどん。しなやか＆もちりの本場の味をご堪能あれ！
- 31. 中華そば 金屋
豚骨醤油ベースのスープは、豚ガラ鳥ガラを使った本格派。卵が乗った王道の徳島ラーメンもあるよ！
- 33. 福享
醤油ベースのスープに挽肉がゴロゴロたっぷり乗ったピリ辛ラーメン。どのメニューもお腹いっぱいになる台湾料理店です。

気軽にランチ！

- 15. 洋食屋 CALM
県内外のホテルで腕を磨いたシェフの本格フレンチをカジュアルに。市場や地元の農産品などで仕入れた食材を使った一皿に大満足！
- 17. 喫茶ハーブ
ランチもスイーツも充実のランチナップ。ボリュームも価格も大満足！お気軽にモーニングも人気です。
- 34. 八仙閣
具沢山の天津飯が大満足。中華丼や五目麺、レバニラ炒めのファンも多し！お腹もココロも満たされる街の中華料理屋さん。
- 35. ニューナンカレーハウス
本格インドカレーのお店。ランチタイムはお得。ナンが大きくて、食べ応えたっぷり。

- | | | | | | | | |
|--|---|---|--|---|---|--|---|
| 4. アトリエペイザンヌ
板野町川端字若王寺35-1
TEL088-637-5308 (木曜休)
10:00～18:00 | 9. 丸池製麺所
板野町大寺字大向北98-8
TEL088-672-6325 (水曜休)
月・金 / 11:00～14:00
土・日・祝 / 10:00～14:30 | 13. ギャラリーカフェ Brisa
板野町羅漢字前田18-1
TEL088-672-2431 (月・火曜休)
10:00～17:00 | 16. 鮎八鮎
板野町大寺字岡ノ前130-2
TEL088-672-3393 (月曜休)
11:00～21:00 | 18. クローバー
板野町大寺字岡ノ前41-1
TEL088-672-5566 (不定休) | 31. 中華そば 金屋
板野町矢武字南川窪29-1
TEL088-672-6523 (日曜休)
月・金 / 11:30～16:00 17:30～20:00
土・祝 / 11:30～20:00 | 34. 八仙閣
板野町大寺字王子56-1
TEL088-672-1744 (木曜休)
11:00～14:30 (L.O.)
17:00～20:00 (L.O.) | 5. saku la saku
板野町大寺字泉口20
サンメイト一番街 (水・日・祝休)
11:00～17:30 (L.O.)
(お惣菜は18:00まで) |
| 7. 手打ちうどん こんせん
板野町川端字金泉寺南1-2
TEL088-672-2215 (水曜休)
11:00～売り切れまで | 10. フィールドカフェターム
板野町板野町黒谷小山下12-3
TEL080-8128-1993
(火～金 第2・4土曜休)
11:00～14:00 (ランチ)
14:00～16:00 (カフェ) | 15. 洋食屋 CALM
板野町大寺字岡ノ前131-3
TEL088-672-6638 (水曜休)
11:00～14:00 (L.O.)
17:00～20:00 (L.O.) (要予約) | 17. 喫茶ハーブ
板野町大寺字岡ノ前101-1
TEL088-660-6789 (日・祝休)
10:00-15:00 | 19. キャロット
板野町大寺字岡ノ前1-1
TEL088-672-2347 (水曜休)
10:00-19:00 | 33. 福享
板野町羅漢字吉田15-4
TEL088-660-7914 (火曜休)
11:00～14:00 17:00～22:00 | 35. ニューナンカレーハウス
板野町西中富字東中須38-2
TEL088-672-5122
(不定休 / 12/31・1/1)
11:00～15:00 17:00～22:00 | 40. こっこ家
板野町吹田奥宮19-1
088-672-4926 (水曜休)
11:00～13:30
16:00～18:30 (テイクアウトのみ) |

※②③④⑤⑥⑦⑧⑨⑩⑪⑫⑬⑭⑮⑯⑰⑱⑲⑳㉑㉒㉓㉔㉕㉖㉗㉘㉙㉚㉛㉜㉝㉞㉟㊱㊲㊳㊴㊵㊶㊷㊸㊹㊺は各農園のコーナー、①④は裏面(道の駅いたの)、⑥⑧⑩⑫⑬⑭⑮⑯⑰⑱⑲⑳㉑㉒㉓㉔㉕㉖㉗㉘㉙㉚㉛㉜㉝㉞㉟㊱㊲㊳㊴㊵㊶㊷㊸㊹㊺はモデルコースに住所などの詳細を記載しています。※各店舗の情報は2025年3月のものです。