



# 南 阿 波 鍋

# 会 長 挨拶

平成 24 年 12 月吉日  
「四国の右下」右上がり協議会

会 長 白 濱 輝 二

徳島県南部圏域の通称「四国の右下」は、阿南市、那賀町、牟岐町、美波町、海陽町の1市4町で構成し、太平洋沿岸に面した阿南市をはじめ、3町からなる海部郡地域では海産物が豊富であり、高級食材で知られる「イセエビ」「アワビ」「ハモ」などは県漁獲量の大半が「四国の右下」で漁獲されております。また、那賀川、海部川といった清流、剣山系などの豊かな自然で生み出される新鮮で多彩な農産物「ゆず」や県の地鶏「阿波尾鶏」などが育まれており、食材の宝庫であります。

私ども、「四国の右下」右上がり協議会は、1市4町の28団体が一体となって県南部圏域の振興を強力に図るために結成し、こうした魅力的な食材を活用して開発した「南阿波丼」に続く第二弾のご当地グルメとして、海陽町出身の料理研究家 浜内千波先生監修のもと農業者・商工会女性部と宿泊・飲食業者との連携により『南阿波鍋』を開発しました。

「南阿波鍋」には、1市4町の食文化と食材の良さをPRするために開発しました5つの地域鍋と20種類の店舗鍋が創作されました。

また、20種類のオリジナル鍋が味わえる16店舗には「南阿波鍋」の幟が掲げられており、「南阿波鍋」が皆様に受入られて県南部圏域の活性が図れることを願っています。

## 南阿波鍋の定義

### 1、メイン食材には、次のものを使用すること

徳島県南で水揚げされた魚介類（県南の漁業者が漁獲したものも含む）

徳島県南で育まれた肉類

徳島県南で生産された農作物

徳島県南でつくられた加工食品等

### 1、鍋のメには、地域の食材を利用すること

地域鍋

活竹鍋



阿南市の特産物「たけのこ」と、地産の食材を使った鍋料理。  
 阿南市の特産である竹のようにまっすぐ勢いよく天に向かって伸びていくまぢづくりを願って約20年前に始まった活竹祭の時に、地元の人によるふるまいから活竹鍋が誕生した。  
 タケノコ、だいこん、人参、ごぼう、竹輪・板こんにゃく、豚肉。味は、鶏ガラスープ。

問い合わせ先：阿南商工会議所 0884-22-2307

※料金・提供期間・写真の内容等については天候などにより変更となる場合がございますのでご了承ください



阿南の沖すき鍋 / 2名様よりお1人様 2,800円

ロイヤルガーデンホテル  
 (レストランシーブリーズ 和食堂 大和)

伊勢海老  
 アオリイカ  
 ハモ



お持帰り鍋

ロイヤルガーデンホテル  
 (レストランシーブリーズ 和食堂 大和)

Tel 0884-23-3838

- 住 阿南市富岡町あま谷52-2
  - 営 11:00~21:00
  - 期 12月~2月10日
  - 休 年中無休
- ☎ 200台

<map:G-1>



いつでもどこでも自由に料理長の味が楽しめる、持帰りができる鍋です。伊勢海老、アオリイカ、ハモ 阿波の海の宝を家庭で満喫できます。鍋の締めとして、スダチ麺を用意しました。

要予約 (2人前より)

あめご鍋木頭ゆず風味

地域鍋



那賀町産の新鮮なあめごをメイン食材に、町内で採れた野菜と木頭ゆずを使った味噌仕立ての香り豊かな風味鍋です。

問い合わせ先：那賀町商工会 0884-62-0183

※料金・提供期間・写真の内容等については天候などにより変更となる場合がございますのでご了承ください



しし鍋 / お1人様 1,800円より

四季美谷温泉

猪肉



四季美谷温泉  
Tel 0884-65-2116

- 住 那賀郡那賀町横谷字夏切3-3
- 営 11:00~21:00
- 期 12月~3月
- 休 第3水曜日 P 80台

<map:B-2>



地元、木沢の山間でとれた大変貴重な野生の猪肉をご堪能下さい。

要予約

地域鍋

イセ海老鍋



イセ海老、大アサリ、ホタテ、糸こんにゃく、白菜、しいたけ、ネギ  
出汁：かつおこんぶのうす出ししょう油味。  
地元産のイセ海老を使ったイセ海老の風味豊かな鍋。

問い合わせ先：日和佐商工会 0884-77-0759

※料金・提供期間・写真の内容等については天候などにより変更となる場合がございますのでご了承ください



すっぽん鍋〈予約制〉／4名様より 12,000円(税込)より

ふなつき

すっぽん  
白ねぎ



ふなつき  
TEL 0884-77-0168

- 住 海部郡美波町奥河内字寺前165
- 管 11:00～
- 期 11月～4月
- 休 不定休
- 席 イス16席／座敷50席
- P 10台

〈map:詳細(美波町)〉



食べる美肌薬と言われるように滋養強壮、コラーゲンたっぷりの濃縮スッポンスープを是非ご賞味下さい。

要予約 〈3日前より〉

# MINAMI 美波町

4  
MINAMI  
AWA  
NABE

薬師鍋(味噌味) / 1人前 900円

御食事処 むらかみ

阿波尾鶏



その日、地元で獲れた新鮮な魚と阿波尾鶏を味噌味で炊きました。一味がとても合い、ポカポカと温まるお鍋です。

御食事処 むらかみ  
TEL 0884-77-0083

- 住 海部郡美波町奥河内字弁才天68-1
  - 営 11:00~14:30、17:00~21:00
  - 期 通年
  - 休 火曜日
- P 5台

<map:詳細(美波町)>



※料金・提供期間・写真の内容等については天候などにより変更となる場合がございますのでご了承ください

5  
MINAMI  
AWA  
NABE

伊勢エビ鍋 / お1人様 2,100円(税込)

ドライブイン 海賊舟

伊勢エビ  
しいたけ  
白菜 ネギ



地元で獲れた伊勢エビを見た目も豪快に！  
スープは素材を活かして仕上がっています。

ドライブイン 海賊舟  
TEL 0884-77-0013

- 住 海部郡美波町北河内字本村484-16
  - 営 10:00~19:00
  - 期 通年
  - 休 年中無休
- 席 200席  
P 40台

<map:F-3>



**要予約** <1日前からでもOKです。>

地域鍋

イカすみ鍋



全国でもトップクラスの水揚げ量を誇る。  
アオリイカとその墨、季節の野菜を合わせた黒系洋風鍋です。

問い合わせ先：牟岐町商工会 0884-72-0194

※料金・提供期間・写真の内容等については天候などにより変更となる場合がございますのでご了承ください



うつぼしゃぶしゃぶ鍋／お1人様 1,200円

味心 磯乃邑

うつぼ  
牟岐野菜



味心 磯乃邑  
Tel 0884-72-1158

- 住 海部郡牟岐町大字中村字本村10-24
- 営 11:00～14:00、17:00～21:00
- 期 12月～4月 席 50席
- 休 木曜日

〈map:詳細(牟岐町)〉



コラーゲンたっぷり。美容と健康に良いといわれるうつぼをしゃぶしゃぶで召し上がってください。

# MUGI 牟岐町

7  
MINAMI  
AWA  
NABE

イカした鯛そうめん鍋 / 2名様よりお1人様 2,000円

かつを亭

アオリイカ  
鯛・野菜  
イカすみ麺



アオリイカと鯛をしゃぶしゃぶでお召上がりください。麺は牟岐特産のイカすみ麺を使用。ポン酢又はごまだれをお好みでどうぞ!

**要予約** 〈2名様より〉

かつを亭  
Tel 0884-72-2684

住 海部郡牟岐町大字中村字本村295-7  
営 11:00~13:00、17:00~21:00  
期 11月~2月 席 50席  
休 水曜日 P 8台

〈map:詳細(牟岐町)〉



※料金・提供期間・写真の内容等については天候などにより変更となる場合がございますのでご了承ください

8  
MINAMI  
AWA  
NABE

たまたま 合った季節の魚と季節の野菜なべ / 2名様よりお1人様 3,000円より  
(魚により変わります。)

季節の  
野菜と魚  
砂美かたやま



地元、近海で獲れた魚と野菜をかつおとゆず風味の自家製ポン酢をベースに温泉玉子と梅肉玉葱のたれでお召上がり下さい。

**要予約** 〈2名様より〉 〈天候により提供できない場合あり〉

砂美かたやま  
Tel 0884-72-1727

住 海部郡牟岐町大字灘字下浜辺6-1  
営 11:00~20:30  
期 通年  
休 不定休 P 6台

〈map:D-4〉



# MUGI 牟岐町



お鍋でイカが? (イカしゃぶ) / 4名様よりお1人様 4,000円~

しらきや

アオリイカ  
イカすみ麺



しらきやは、牟岐町内妻海岸にある和モダンなお宿です。今回提供させて頂く南阿波鍋は地元名産の新鮮なアオリ烏賊を使用したシャブシャブ。特製のタレで召し上がって頂く烏賊の甘みと季節のお野菜。そして麺には、牟岐町オリジナルのイカ墨麺と烏賊そのものを、まるごと味わって頂くお鍋となっております。コースとなっており、お鍋に旬のお造り・デザートがつかます。

**要予約** (4名様より)

しらきや  
Tel 0884-72-0788

- 住 海部郡牟岐町大字内妻字白木68-2
- 営 11:00~22:00
- 期 12月~2月
- 休 不定休
- 席 50席
- P 10台

<map:詳細(牟岐町)>



※料金・提供期間・写真の内容等については天候などにより変更となる場合がございますのでご了承ください



トムヤムガイ・トムヤムクン / 1鍋 1,200円より  
(S 380円 / M 880円)

バン サバーイ

とり  
野菜



本場タイ料理を牟岐で!世界3代スープの1つトムヤムクンとトムヤムガイ。クンはえび、ガイはとり。是非一度ご賞味してみてください。

バン サバーイ  
Tel 0884-72-0087

- 住 海部郡牟岐町大字中村字本村144-9
- 営 11:00~22:00
- 期 通年
- 休 月曜日
- 席 7席
- P 2台

<map:詳細(牟岐町)>



# MUGI 牟岐町



潮彩鍋 / 3名様よりお1人様 1,800円より

黒潮の味 家形船

セツタ海老  
サザエ・ひおぎ  
ハマグリ・天草類



黒潮の味 家形船  
Tel 0884-72-1090

- 住 海部郡牟岐町内妻122-1
- 営 11:00~20:00
- 期 11月~3月 席 12席
- 休 不定休(火曜日) P 10台

〈map:詳細(牟岐町)〉



店内から、眼下に内妻海岸が一望できます。又当店の生簀よりあげた新鮮な魚介類を皆さまに、ご賞味していただきます。潮彩鍋は、セツタ海老、ひおぎ貝、さざえ、蛤、天草類、など塩麴を使ったよせ鍋風に仕上げています。

**要予約** 〈3名様より〉(当日の仕入れにより一部変更になる場合があります。)

※料金・提供期間・写真の内容等については天候などにより変更となる場合がございますのでご了承ください

南阿波鍋を  
よろしく  
お願いします



南阿波  
なべさぶろう

地域鍋



メイン食材は、阿波尾鶏と彩どりを使ったミンチ団子です。  
 ミンチ団子には、食物繊維の豊富な根菜（ごぼう、蓮根）やひじきを入れ、カロテンが豊富な海陽町産の人参と、干すことで栄養価が上がった、チョイ干し野菜もふんだんに入れております。  
 味は地元産のお味噌をベースに、酒粕を隠し味にしております。

問い合わせ先：海陽町商工会 0884-76-3803

※料金・提供期間・写真の内容等については天候などにより変更となる場合がございますのでご了承ください



伊勢海老鍋 / 1泊2食付 10,500円

辨天屋旅館

伊勢海老  
地元野菜



辨天屋旅館  
TEL 0884-76-2010

- 住 海部郡海陽町穴喰浦字松原45の7
- 営 予約にあわせてます
- 期 1月～3月 席 30席
- 休 不定休 台 8台

<map:C-6>



定食(さしみ・揚げ物・焼き魚+貝・煮物・酢の物)に伊勢海老鍋がついてきます。

伊勢海老祭にあわせて始まるプランですが、10月以降も提供出来ます。伊勢海老を丸ごと1匹使った豪華なメニューとなっております。

要予約 (当日OK)

13  
MINAMI  
AWA  
NABE

海陽チョウ! 元気鍋 / 1泊2食付 6,500円より

民宿 竹ヶ島

阿波尾鶏  
地元野菜



冬の期間中は定食（さしみ・揚げ物・煮物・酢の物）に元気鍋がついてきます。  
酒粕入りの味噌ベースのスープに手作りの野菜たっぷりミンチ団子が入っており、心も体もポッカポカになるメニューとなっております。

**要予約** (当日予約 OK)

※料金・提供期間・写真の内容等については天候などにより変更となる場合がございますのでご了承ください

民宿 竹ヶ島  
Tel 0884-76-3657

- 住 海部郡海陽町穴喰浦竹ヶ島1-1
- 営 予約に合わせます
- 期 11月~2月 席 25~30席
- 休 年中無休 P 20台  
(12/31・1/1休)

<map:C-6>



14  
MINAMI  
AWA  
NABE

伊勢エビ鍋 / お1人様 3,000円

民宿 はるる亭

伊勢海老



新鮮な伊勢エビをじっくり味わうことが出来る、まるごと豪快な伊勢エビ鍋です。

※当日 OK

民宿 はるる亭  
Tel 0884-76-2282

- 住 海部郡海陽町久保板取230-1
- 営 予約にあわせます
- 期 10月~3月 席 20席
- 休 不定休 P 30台

<map:C-6>



16  
MINAMI  
AWA  
NABE

海鮮よせ鍋／お1人様 2,500円より

鮭処 道楽

旬の魚介類  
地元野菜



地元の新鮮な魚や野菜を使って鍋にしています。出来るだけ素材を活かす様な鍋にしたいと思っておりますので、あっさりとしただけ、お酒にもあうと思います。

**要予約** (2~3日前)

鮭処 道楽

TEL 0884-73-3233

住 海部郡海陽町奥浦西分1の5

営 11:30~21:30

期 11月~3月

席 48席

休 火曜日

P 10台

<map:C-5>



※料金・提供期間・写真の内容等については天候などにより変更となる場合がございますのでご了承ください

16  
MINAMI  
AWA  
NABE

ヘルシーかいふYAポット／2人前から 2,000円より

かいふYA

阿波尾鶏  
藍ソルト



阿波尾鶏と地元野菜をふんだんに使ったあっさりした中にもコクのある鍋です。海陽町産の藍ソルトをつけ合わせにして食べる洋風鍋となっております。

**要予約**

かいふYA

TEL 0884-76-2572

住 海部郡海陽町奥浦西分22-1

営 18:00~23:00

期 11月~4月末

席 1F 10席 / 2F 座敷15名

休 不定休(火曜日) P 4台

<map:D-5>



A

B

C

D

1

2

3

4

5

6



**2 四季美谷温泉**

**14 民宿はるる亭**

**12 辨天屋旅館**

**18 民宿竹ヶ島**

**16 鮭処道楽**

**16 かいふYA**

高知県

徳島県

阿南市  
那賀町  
美波町  
海陽町

四国  
の右下

みぎあがり

東洋町

中部山溪国立自然公園

剣山国定公園

美馬市

上勝町

那賀町

牟岐町

海陽町

中尾山高原  
中尾山高原  
オートキャンプ場

大里松原海岸

ふれあいの宿遊道NASA・なご地岳温泉

ホテルリビエラしゅい

海洋自然博物館「マリシヤム」

道の駅・突進温泉

突進自然体験村

甲浦

竹ヶ島

海陽町

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺

城瀬寺



**1** ロイヤルガーデンホテル

**5** ドライブイン 海賊舟

詳細  
MAP  
**美波町  
エリア  
3 ~ 4**

**3** 砂美かたやま

詳細  
MAP  
**牟岐町  
エリア  
6 ~ 11**



凡 例

	県界
	市町村界
	J 市
	R 町
	R 村
	私鉄
	ロープウェイ
	高速道路
	高規格道路
	有料道路
	南阿波サンライン
	国道
	主要地方道
	その他の道路
	航路
	歩き道
	歩き道
	剣山-パ-林道-登山道
	国定公園-県立自然公園
	県庁-市役所-町役場
	道の駅
	温泉
	寺院
	神社
	観光地
	海水浴場
	キャンプ場
	ゴルフ場
	スキー場
	宿泊施設
	四国八十八所霊場
	※特別の霊場は赤丸で表示
	高速バス停留所
	南阿波線提供店



# 鍋店

伊勢海老鍋  
(民宿 竹ヶ島)



1泊2食付 10,500円

よせ鍋  
(民宿 はるる亭)



1泊2食付 7,000円より

かしわ鍋  
(鮭処 道楽)



1,500円より

ハモ鍋  
(鮭処 道楽)



2,000円より

## 阿南市

ロイヤルガーデンホテル

## 美波町

ふなつき  
御食事処 むらかみ  
ドライブイン 海賊舟

## 牟岐町

味心 磯乃邑  
かつを亭  
砂美かたやま  
しらきや  
バン サバーイ  
黒潮の味 家形船

## 海陽町

辨天屋旅館  
民宿 竹ヶ島  
民宿 はるる亭  
鮭処 道楽  
かいふYA

## 那賀町

四季美谷温泉

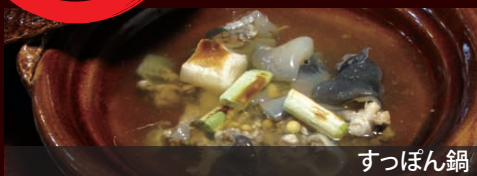
# 店鍋



阿南の沖すき鍋



しし鍋



すっぱん鍋



薬師鍋(味噌味)



伊勢エビ鍋



うつぼしゃぶしゃぶ鍋



イカした鯛そうめん鍋



たまたま 合った季節の魚と季節の野菜なべ



お鍋でイカが?(イカしゃぶ)



トムヤムガイ・トムヤムクン



潮彩鍋



伊勢海老鍋



海陽チョウ! 元気鍋



伊勢エビ鍋



海鮮よせ鍋



ヘルシーかいふYAポット

# 地域鍋



活竹鍋



あめご鍋木頭ゆず風味



イセ海老鍋



イカすみ鍋



海陽チョウ!元気鍋



お問い合わせ

「四国の右下」右上がり協議会

☎ 0884-72-0194

✉ tsci1500@tsci.or.jp

🖱 <http://shikokunomigishita.jp/>