



鳴門の渡船 ちょっとしたクルージング気分が味わえる。
川や内海が多い鳴門では、昔から渡船が日常生活の足として活躍している。今でも3路線が運行されていて、潮風に吹かれながら見る船上からの風景は最高。利用は無料。



撫養街道 昔ながらのレトロな通り、散策には最適！
昔から鳴門は四国の玄関口。岡崎の町から始まる撫養街道は、かつて藍や塩を運ぶ重要な商業路として栄えた。今も古くから続く商店や町並みがあるところどころに残り、往時をしのびながらの散歩が楽しめる。



四国巡礼ミニ八十八箇所 1時間で八十八箇所霊場を巡る。
全長約2km、歩いて約1時間のハイキングコース。一部ミニ寺院と他御寺を模した石堂が建ち、これらをお参りすると本来の『四国八十八箇所』をお参りしたのと同じ利益があるといわれている。



“鳴ちゆる”発祥の地高島
高島はその昔、塩田で栄えた土地。鳴ちゆるは塩田で働く労働者“浜子”たちから、重労働を終えた後でも噛まずに食べやすく消化の良い食べ物として愛されていた。福永家塩田住宅（国指定重要文化財）は、その産業の歴史を今に伝える建造物。また、近くには穏やかな内海であるウチノ海を間近に望む景観豊かな鳴門ウチノ海総合公園があり、憩いの場になっている。



車でのご案内
●高松道鳴門ICまで、広島から約3時間30分、岡山から約2時間。
●神戸淡路鳴門自動車道鳴門北ICまで、大阪から約2時間、神戸から約1時間20分。
●鳴門ICからJR鳴門駅まで約10分。

空路

区間	運行会社	所要時間	TEL
東京 ⇄ 徳島	JAL ANA	約1時間10分	予約 0570-025-071 予約 0570-029-222
福岡 ⇄ 徳島	JAC	約1時間15分	予約 0570-025-071

航路

区間	所要時間	TEL
和歌山 - 徳島 (南海フェリー)	約2時間	和歌山 073-422-2156 徳島 088-636-0750
東京 - 徳島 - 北九州 (オーシャン東九フェリー)	約18時間10分(東京) 約14時間30分(北九州)	東京 03-5148-0109 北九州 093-481-7711 徳島 088-662-0489

JR

区間	所要時間	運行会社	TEL
岡山 ⇄ 高松 (マリンライナー)	快速1時間	JR四国	0570-00-4592
高松 ⇄ 池谷 (高德線)	特急1時間		
池谷 ⇄ 鳴門 (鳴門線)	20分		

バス

高速バス運行会社	TEL	路線バス運行会社	TEL
JR四国バス	088-602-1090	淡路交通	0799-22-3121
徳島バス	088-622-1826	徳島バス	088-622-1811
本四海峡バス	088-664-6030		

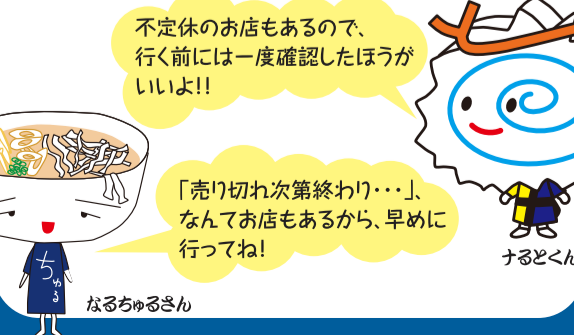
Naruto Uzushio Tourism Association
鳴門市うずしお観光協会 ☎088-684-1731
<http://www.naruto-kankou.jp/>



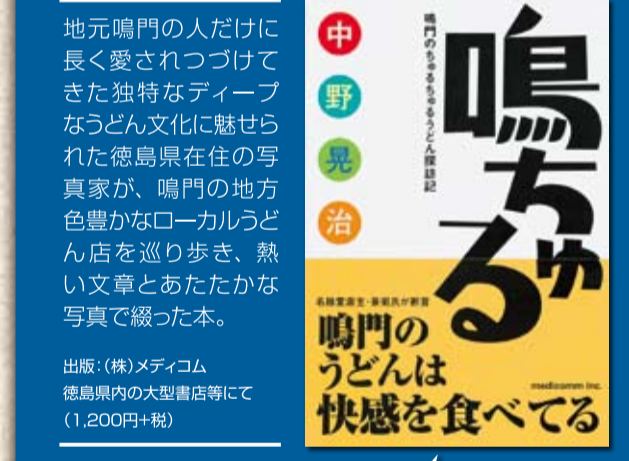
鳴門市うずしお観光協会

『鳴ちゆるうどん』ってどんなうどん？

徳島県の鳴門には、昔から地元の人々に長く愛されつづけてきた独特のディーブなうどんがあります。徳島県の写真家・中野晃治氏が命名したその名も“鳴ちゆる”!!
出汁は黄金色であっさりした醤油味、麺は細めで軟らかく不揃い。具はねぎと刻み揚げが基本パターンで、名物のわかめやちくわを入れるお店もあります。いずれも出汁との相性が抜群!寒いときはもちろん、夏バテ気味や二日酔いの時も「ちゆるっ」といけちやう癒し系のイケ麺。はじめて食べてもどこか懐かしい... おうちで手づくりしたような親しみのあるうどん。なのに一度食べるとまた強烈に食べたくなる不思議な感覚。
鳴門市内のお店には昼時ともなると、ちゆるちゆる音をたてながら出汁まですすり、至福の時を過ごす人でいっぱいになることも。お店ごとに個性もあるので、『鳴ちゆるマップ』を持って、さあ、食べ歩きに出かけてみましょう!



『鳴門のちゆるちゆるうどん探訪記 鳴ちゆる』



時代劇に出てくるような小さなお店に、黄金色のお出汁の湯気をゆらゆらさせ、テーブルに運ばれてきたのは、きざみ揚げとネギのみが具というわびさびを感じさせるうどんだった。
そして仰天することうどんはふぞろいで、細く、ちぢれており、初めてその光景を目にした時、自らのうどんに対する既成概念を根底から崩され、どぶりを前にアタフタしてしまっただけを今も鮮明に覚えている。
人はあまりにもその想像からかけ離れた未知なるものに遭遇した時、頭が真っ白になり、どう対応していいものかと戸惑ってしまうのである。しかしこれが、麺をちゆるちゆるし、お出汁を飲み、お揚げをつまみ、また一口とちゆるちゆるするにつれ、やがて恍惚となっている自分に気づく。一体この魅力は何なのか!!
愛知のきしめんでもなければ、山梨のほうとうでもない。讃岐うどんとも違えば、稲庭うどんでもない。
なんだ、なんだ、なんだ?
日本全国のローカルうどん数あれど、鳴門地方ならではのうどん。しかしいろいろ文献をあたって、いっこうに記述が見つからない。こんなうどんが徳島は鳴門に今も残り、.....
「鳴ちゆる」のまえがきより抜粋

鳴門の甘いもんや情報

<p>業匠 孔雀 MAP (市内中心)</p> <p>所 鳴門市撫養町南浜 字東浜563 ☎ 088-685-3030 営 8:30~19:00 休 第2・3水曜日 (年末・お彼岸時変更) P 有り(5台)</p> <p>お薦めメニュー カフェオレ大福 (1個、116円)</p>	<p>長栄堂菓舗 MAP (市内中心)</p> <p>所 鳴門市撫養町 林崎南殿町58 ☎ 088-685-2410 営 8:00~18:00 休 日曜(12時から)</p> <p>お薦めメニュー いも餅 りむすめ (1個、100円) ※期間限定</p>
<p>貴田大黒堂 MAP (市内中心)</p> <p>所 鳴門市撫養町林崎南殿町58-6 ☎ 088-686-4865 営 7:00~18:00 休 不定休 P 有り(5台)</p> <p>お薦めメニュー きもち (1個、80円)</p>	<p>ことらや MAP (市内中心)</p> <p>所 鳴門市撫養町黒崎字松島234 ☎ 088-685-1265 営 8:00~19:00 休 水曜(祝日の場合営業 翌日休) P 有り(10台)</p> <p>お薦めメニュー 餡まき (1本、420円)</p>
<p>うず庵 MAP (市内中心)</p> <p>所 鳴門市撫養町斎田字大堤82 ☎ 088-678-6352 営 10:00~15:00 休 土曜日</p> <p>お薦めメニュー うず焼・つぶあん (1個、50円)</p>	<p>鳴門堂 MAP (市内中心)</p> <p>所 鳴門市撫養町弁財天三ツ井丁60 ☎ 088-686-3089 営 8:00~19:00 休 1月1日のみ</p> <p>お薦めメニュー 鳴門饅頭 (5個、400円)</p>

船本うどん



1 MAP (高島)
16 MAP (大麻)
お薦めメニュー

うどん (350円)

所 鳴門市鳴門町高島字中島25-2
営 10:30~14:00 (売り切れ次第終了) 休 水曜日
☎ 088-687-2099 P 有り (5台)

手打ちうどん とば



2 MAP (高島)
お薦めメニュー

かけうどん (350円)

所 鳴門市鳴門町高島字南345-2
営 11:00~15:00 (売り切れ次第終了) 休 月曜日・第2火曜日
☎ 088-687-1172 P 有り (10台)

手打ちうどん 藤井



3 MAP (高島)
お薦めメニュー

うどん (かけ) (350円)

所 鳴門市瀬戸町 明神鳴谷 1 1 4-9
営 9:30~14:00 (売り切れ次第終了) 休 日曜・祝日
☎ 090-5910-2229 P 有り (10台)

いんきょ食堂



4 MAP (市内中心)
お薦めメニュー

手打ちうどん (350円)

所 鳴門市撫養町大桑島字 湊岩浜 4 8 (BOAT RACE鳴門内)
営 10:00~16:00頃 休 競艇場休業日
P 有り (競艇場の駐車場利用)

うずしお食堂



5 MAP (市内中心)
お薦めメニュー

わかめうどん (350円)

所 鳴門市撫養町大桑島字 湊岩浜 4 8-3 4
営 6:00~19:00 休 不定休
☎ 088-686-1253 P 有り (6台)

鳴ちゆる



6 MAP (市内中心)
お薦めメニュー

うどん (350円)

所 鳴門市撫養町 小桑島字前組132
営 10:00~15:00 (売り切れ次第終了) 休 火曜日
☎ 088-685-7715 P 有り

久吉



7 MAP (市内中心)
お薦めメニュー

ちくわうどん (500円)

所 鳴門市撫養町 小桑島字前浜 2 2 1
営 10:00~16:00 休 不定休
☎ 088-686-7673 P 有り (5台)

和処とみます



8 MAP (市内中心)
お薦めメニュー

パッテラセット (鳴門うどん付き) (730円)

所 鳴門市撫養町 斎田字大堤322
営 12:00~15:00 17:00~22:00 休 水曜日
☎ 088-686-0203 P 有り (22台)

はりま



9 MAP (市内中心)
お薦めメニュー

鳴門わかめうどん (380円)

所 鳴門市撫養町小桑島字前浜23 キョーエイ鳴門駅前店4F
営 9:30~19:00
休 無休 (2階・3階) ☎ 088-685-3609 P 有り (多数)

大井食堂



10 MAP (市内中心)
お薦めメニュー

うどん (350円)

所 鳴門市撫養町 南浜字東浜603
営 10:00~13:30 (売り切れ次第終了) 休 不定休 (基本木曜日)
☎ 088-686-4079 P 有り (2台)

市内中心部 MAP



市内拡大図

大麻地区 MAP

高島地区 MAP

鳴門公園地区 MAP

鳴門公園から各地区へのアクセス

鳴門市内中心部へ

車 BOATRACE鳴門まで約10分、JR 鳴門駅まで約15分。
公共 路線バス「鳴門公園」バス停より「小鳴門橋」まで約18分、「鳴門駅前」まで約22分。

高島地区へ

車 約15分。
公共 (路線バスの便はないため、タクシー利用が便利。)

大麻地区へ

車 雲山寺まで約40分。
公共 路線バス「鳴門公園」バス停より「鳴門駅前」まで約22分。「鳴門駅」よりJR線列車にて「板東駅」まで約30~50分(「池谷駅」乗換)。下車後徒歩にて雲山寺まで約15分。
※列車本数は少ない(1時間に1本程度)ため、事前に確認。

阿波大正浪漫バルトの庭



17 MAP (大麻)
お薦めメニュー

鳴門若布入りうどん (300円)

所 鳴門市大麻町松野ノ北22-1
営 9:00~16:30
休 無休 ☎ 088-689-2163 P 有り

一富士



11 MAP (市内中心)
お薦めメニュー

うどん (300円)

所 鳴門市撫養町 斎田字岩崎124
営 10:00~ (売り切れ次第終了) 休 日曜日・祝日
☎ 088-686-3872 P 有り (6台)

あそこ食堂



12 MAP (市内中心)
お薦めメニュー

うどん (300円)

所 鳴門市撫養町 南浜字東浜327
営 11:00~22:00
休 木曜日 ☎ 088-686-1615 P 有り (7台)

串かつ野菜のしあわせ



13 MAP
お薦めメニュー

なるちゆるうどん (400円)

所 鳴門市大麻町市場 字喜来屋敷5-1
営 11:30~14:00 17:00~22:00
休 月曜日 ☎ 088-689-3329 P 有り

ばんどう茶屋おいでなし亭



14 MAP (大麻)
お薦めメニュー

大師うどん (280円)

所 鳴門市大麻町板東辻見堂70-1 (JR板東駅前)
営 10:00~15:00 休 月曜日
☎ 090-4503-8042 P 有り (3台)

門前一番街



15 MAP (大麻)
お薦めメニュー

かけうどん (350円)

所 鳴門市大麻町板東 一番礼所雲山寺門前
営 10:00~17:00 休 無休
☎ 088-689-4388 P 有り (多数)

エスカビル鳴門 (アイスクリームショップ)



18 MAP (鳴門公園)
お薦めメニュー

鳴ちゆるうどん (かけ) (400円)

所 鳴門市鳴門町 (鳴門公園内)
営 8:30~16:00
休 無休 ☎ 088-687-0222 P 鳴門公園P利用

郷土料理 潮風



19 MAP (鳴門公園)
お薦めメニュー

鳴ちゆるうどん

所 鳴門市鳴門町 (鳴門公園内)
営 10:00~15:00
休 不定休 ☎ 088-687-2383 P 鳴門公園P利用

西上商店



20 MAP (鳴門公園)
お薦めメニュー

鳴ちゆるうどん (450円)

所 鳴門市鳴門町 (鳴門公園内)
営 9:00~17:00
休 無休 ☎ 088-687-3535 P 鳴門公園P利用

おがた商店



21 MAP (鳴門公園)
お薦めメニュー

鳴門うどん (500円)

所 鳴門市鳴門町 (鳴門公園内)
営 9:00~18:00
休 無休 ☎ 088-687-0528 P 鳴門公園P利用

※このパンフレット記載の情報は、2013年3月現在のものです。