

なんと
南砺市
利
賀

とが

散策
MAP

人と大自然を育み、ゆっくりと流れる芸術の地

美しい山々と二本の清流が縦断する緑豊かな大自然の中で
脈々と受け継がれてきた伝統や文化が息づいています。
劇団「SCOT」や「新そばを味わう祭り」など地元の人々との触れ合いにより
確かな歩みを遂げてきた古くして新しい村といえます。



E-2 利賀芸術公園

国際的に「演劇の利賀」として知られ、世界一流の舞台芸術家が訪れる地です。合掌造り家屋を改造した劇場「利賀山房」やギリシャ風「野外劇場」などを舞台に繰り広げられる質の高い舞台芸術は、国内外で高い評価を受け、諸外国の演劇関係者からは、「演劇の聖地」とまで言われています。

TEL.0763-68-2028【営業時間】9:00~17:00
【定休日】冬期休園(12/1~3/31)



F-1 金剛堂山

南砺市と富山市にまたがる標高1,638mの山で日本二百名山のひとつ。山頂では360度見渡せる大パノラマと、北アルプスの稜線の美しさに見とれ、富山湾まで望める圧巻の景色に心洗われます。登山シーズンは6~9月。



A-4 庄川峡

小牧ダムを中心とする庄川峡は、春は桜、夏は緑あふれる山々、秋は紅葉、冬は雪景色と四季折々の姿に心奪われます。湖上遊覧船で往復すれば、湖面から見る山々の美しさに身も心も癒されます。

庄川遊覧船 TEL.0763-82-0220【定休日】無休
【料金】定期航路往復：大人2,800円 小人1,400円
ショートクルーズ(要予約)：大人1,000円 小人500円(団体割引あり)

E-2 瞑想の郷

ネパール王国・ツクチェ村との友好の象徴として建てられた。ツクチェ村の絵師を招き、1年の制作期間を経て完成させた4m四方の曼荼羅が4面に展示されています。間近に観賞すれば、その迫りに圧倒されることでしょう。

TEL.080-8043-8583
【営業時間】9:00~16:00
【定休日】毎週水曜(祝日の場合は開館)、冬期休館(12月~4月中旬)
【料金】一般 600円
小学生 300円(団体割引有)



C-3 道の駅利賀

(利賀STORE & 利賀の山café)



「利賀市民センター」内にある道の駅。地元の人も利用する売店には、利賀おやきや白爵かぼちゃケイクなどの特産品も販売しています。24時間いつでも利用可能なトイレや駐車場が整備され、乳幼児のおむつ交換も可能なベビーコーナーも設置されました。施設内には、利賀に縁の深い戯遊詩人・泉椿魚氏の作品50点も飾られています。

TEL.0763-68-2016(利賀地域づくり協議会)
【営業時間】8:30~17:15
【定休日】土日祝・年末年始

お問い合わせ

一般社団法人 南砺市観光協会

〒939-1852 富山県南砺市是安206-22

TEL(0763)62-1201 FAX(0763)62-1202

HP <https://tabi-nanto.jp>

※2026年4月現在の情報です。



SCOTサマーシーズン

【毎年8月下旬~9月上旬】

「世界は日本だけではない、日本は東京だけではない、この利賀村で世界に出会う」のスローガンのもと開催される世界演劇祭です。池を擁した野外劇場や合掌造りの劇場「利賀山房」などで繰り広げられる演劇との新しい出会いの場となります。



新そばを味わう祭りinTOGA

【10月下旬】

利賀の新そばを味わう祭り。利賀のごっつお(岩魚や五平餅など)の販売や、そば打ち名人の実演、全国のそば食べ比べ、郷土芸能の披露など。新そば限定5,000食本物の味を食べへにござっさい!

TEL.0763-68-2016
【会場】利賀国際キャンプ場周辺
【主催】新そば祭り実行委員会



B-2 脇谷のトチノキ

全国でも数少ない国指定の天然記念物の栃の木。幹回り11.89m、樹高20mの樹齢800年の大木です。トチノキは老木になると幹にコブができるが、本樹にはな滑らかであることも特徴。



E-3 坂上の大杉

坂上八幡宮境内にあり、富山県内でも屈指の大杉です。幹回り11m、樹高40m、樹齢約700年で、内部は一部空洞化しているものの、いまなお旺盛な成育を続けています。



山村の林業体験

昔、山の中でキコリが木を伐採して、出荷するまではいろんな道具を使って作業を行っていました。木を切るにも様々な大きさのノコギリが必要で、今では、使われていない、大きな木挽き鋸も使われていました。子どもたちが自然の中で、かつては斧やノコギリなどを使用して伐採作業が行われていたことを自身で体験することで、森林環境の大切さや、木を切り出すことの大変さや技術が必要だということを感じる貴重な体験。

TEL.0763-68-2177
(一社)moribio 森の暮らし研究所





食べる



C-3 味茶房 とがとが
 平日はランチ、週末は利賀特産と豆腐と岩魚の唐揚げの定食。季節のおすすめそばも。岩魚の唐揚げは、骨まで食べられるようにしっかり揚げるので20分待つ覚悟で！味が濃厚なソフトクリームもぜひお試しを！
TEL.0763-68-2032
 【営業時間】11:00~21:00
 (日曜、祝日は10:00~16:00)
 【定休日】月曜、冬期不定休



E-4 うまいもん館
 そば粉、食材は地元産のものにこだわっています。四季折々の食材を活かした料理をぜひお召し上がりください。
TEL.0763-68-2963
 【営業時間】11:00~17:00
 ※そばがなくなり次第終了
 【定休日】木曜



D-2 よだれ亭
 イワナの塩焼き・唐揚げ・刺身、山菜料理、手打ちそば等あります。バーベキューハウスもあります。
TEL.0763-68-2452
 【営業時間】完全予約制



C-2 源流居酒屋本店
 ユーチューブ動画「源流居酒屋」で人気を博していた「たいしょー」と「よーこ」が東京から利賀村に移住し、古民家を改装した居酒屋をオープン。「自分の好きな山野料理で人をもてなしたい」という思いで、山菜やイワナ、利賀豆腐や旬の自然の舞茸など、素材の味を大切に料理を提供している。源流にある本当の自然の魅力が味わえる店として人気。
TEL.080-3454-5626
 【完全予約制】



F-4 L'évo (レヴォ)
 地域に根ざし、唯一無二の店を実現するために、ミシュラン星つきの谷口シェフがオープンしたレストラン(オーベルジュ)レヴォ。食材から店内の家具やカトラリーまで「メイド・イン・富山」で統一。富山の利賀まで足を運んでもらったからこそ体験できる極上の料理を提供している。
TEL.0763-68-2115
 【完全予約制】
 【営業時間】ランチ 12:00 / 12:30
 ディナー 18:00 / 19:00
 ※季節や状況により、営業時間が異なる場合があります
 【定休日】水曜日(夏季休業あり)

●ガソリンスタンド
E-4 越飛建設機(日曜休み)
TEL.0763-68-2336
●官公庁
C-3 南砺市役所利賀市民センター
TEL.0763-23-2046
C-3 南砺警察署 利賀駐在所
TEL.0763-68-2110

- 宿泊**
- 旅館
 - A-3 北原荘 **TEL.0763-82-3741**
 - C-4 大牧温泉 **TEL.0763-82-0363**
 - F-1 天竺温泉の郷 **TEL.0763-68-8400**
 - オーベルジュ
 - F-4 L'évo(レヴォ) **TEL.0763-68-2115**
 - 民宿
 - B-3 利賀乃家 **TEL.0763-82-3120**
 - B-4 ながさき家 **TEL.0763-82-5326**
 - B-4 茂兵衛
 - C-4 古民家の宿 おかべ
 - C-2 堀田
 - D-2 おかもと
 - D-2 七
 - F-2 瑞峯
 - F-2 まござ
 - E-3 中の屋
 - 農家民泊
 - E-3 いなくぼ **TEL.0763-82-5230**
 - TEL.0763-82-5229**
 - TEL.0763-68-2005**
 - TEL.0763-68-2452**
 - TEL.0763-68-2518**
 - TEL.0763-68-2458**
 - TEL.0763-68-2767**
 - TEL.0763-68-2104**
 - TEL.0763-68-2432**

体験する

※営業時間・料金・人数などのお問合せ、ご予約は各施設へ。

そば打ち体験
 利賀地域では、先人たちが水はけの良い傾斜地でそばを栽培していました。丁寧に栽培されたそば粉で、そば打ちに挑戦してみよう。
E-4 うまいもん館 TEL.0763-68-2963
E-1 利賀国際キャンプ場 TEL.070-2003-1761
D-2 民宿おかもと TEL.0763-68-2452

山菜・きのこ採り
 利賀は山菜の宝庫。山菜名人と共に春の山に繰り出して山菜を探り、一緒に調理して味わいます。秋にはきのこ採り体験もできます。
F-5 ナチュラル山菜キッチンUEDA TEL.0763-68-2658

岩魚のつかみ取り
 夏でも冷たい水につかりながら、子供から大人まで夢中になって遊べます。手ぶらで来てすぐにつかみ取りの体験ができ、食べることもできます。
E-1 利賀国際キャンプ場 TEL.070-2003-1761
D-2 民宿おかもと TEL.0763-68-2452

要予約

特産品

岩魚の塩焼き
 冷たくてきれいな水を好み、川魚のなかで最も上流に生息する岩魚。淡白な味の岩魚を炭火でじっくり塩焼きに。皮はパリッと身はふっくらと、大変おいしくいただけます。塩焼や唐揚げ、刺身を味わえる民宿もあります。

利賀どぶろく
 有機農法で作った酒米と、村の湧水「鴻の貴水(こうのきすい)」を使って仕込みました。とろっと濃厚な味は、まるで食べるお酒のよう。酵母が生きたままで瓶詰めされているので、冷蔵庫で保管しながら、日々変化する味わいを楽しめます。

清流そうめん
 昔ながらの手延べ製法で丁寧に仕上げられた素麺。こだわりの製法で、細麺なのに強いコシ、喉ごしが得られます。清らかな水と澄んだ空気など、素麺造りの条件を備えた寒冷の風土ならではの逸品。

利賀そば
 昔、利賀村は土地が痩せており、米が取れなかったため、蕎麦が中心に栽培されていました。蕎麦の殻が混ざったそば粉で、つなぎを使わず(十割)に作るので、全体的に黒っぽい蕎麦であるのが特徴。利賀の飲食店で味わえるほか、2月下旬の「そば祭り」などのイベントでも楽しめます。

山菜
 標高1,000m級の山々に囲まれた利賀村地域は、純粋な森の恵みに満ち溢れます。フキノトウやアサツキ、コゴミ、センナ、こしあぶら、たらの芽、うなど…数多くの山菜がとれる自然食材の宝庫。山の恵みは、旬の春の時期だけでなく、乾燥や塩漬にして、雪の時期に生きる冬の食材としても重宝されています。