

うたうようにたのしむ、
であい、ふれあい、めぐりあい

三原・世羅
広域ガイドブック



NO.56

ミハラッセ

みんなが
笑顔に
なれる♪

おいしいパン を買いに。

ミハラッセの 読者プレゼント

■応募方法

ハガキにご希望のプレゼント名を明記し、住所・名前・年齢・職業・電話番号、P14・15のクイズの答え、本誌に対するご意見・ご感想をお書き添えの上、下記までお寄せ下さい

■あて先

〒723-8601 広島県三原市港町3丁目5番1号
三原市地域企画課内「ミハラッセNO.56」プレゼント係

メールでの応募も受け付けています

件名に「ミハラッセNO.56プレゼント係」と記入し、
次のアドレスまで
chiikikikaku@city.mihara.hiroshima.jp

■締切 令和5年3月31日 消印有効

■発表 当選者への通知をもって
発表にかえさせていただきます

※当選者にはプレゼントの引換券をお送りいたします。施設まで商品を受け取りに来ることができる方、奮ってご応募ください(引換期間:令和5年6月30日まで) ※お便りは本誌でご紹介させていただく場合がございます ※お送りいただいた個人情報は「ミハラッセ」以外の目的では使用いたしません

三原・世羅広域 “ミハラッセ”とは

広島県の三原市と世羅町をあわせて、南北に伸びた三原・世羅広域エリアの愛称です。情報誌「ミハラッセ」は、三原と世羅エリアの人やまち、暮らしの魅力を紹介していく「ふれあい交流誌」です。



当選者の方には
引換券をお送りいたします。

present

1 こばやしのはんの 好きな菓子パン2個

…… 5名様

ジャムぱん、クリームぱん、
アンドーナツなど、60年以上
上、味も見た目も変わらない
レトロなパンが勢ぞろい

提供/こばやしのはん
☎0847-22-3101



※写真はイメージです

2 パンドゥパン Pin de Pain の 1000円分の優待券

…… 5名様

ハード系から菓子パンまで、
老若男女に愛されるパンが
ずらり。パンが最もそろうの
は9時半から10時頃!

提供/Pin de Pain
☎0848-67-3911



※写真はイメージです

◎ミハラッセの配布場所

三原エリア

三原駅(うきしろロビー)、三原国際ホテル、
広島空港ビル案内所や市役所・各支所、図書館、
公民館など

世羅エリア

道の駅世羅、せら夢公園、町内のコンビニ、役場など

その他

ひろしま夢ぶらざ、中国地方の道の駅や観光案内所
……ほか

※数に限りがあります。在庫切れの場合はご了承ください
※バックナンバーはホームページでご覧になれます
「ミハラッセ」で検索してみてくださいね!

E ムカイ製パン



海沿いののどかな場所にありながら、お客さんがひっきりなしに訪れる人気店。定番のカンパニユやクロワッサンのほか、「パンで季節を感じてもらいたい」と旬の野菜や果物を使ったパンにも力を注いでいる。

店主の向井裕二さん

三原

自分の手の届く範囲で、一つ一つ丁寧にパンを作っています



D Pin de Pain



たくさんの種類のパンを少しずつ販売するスタイルで、お客さんに“パンを選ぶ楽しさ”をお届け。朝7時の開店と同時に、ハード系から菓子パン、惣菜パンまで70～80種が次々と焼き上がっていく。

店主の松井敬貴さん

三原

リンゴのブランデーを使ったカヌレもおすすめです



みんなが笑顔になれる♪

おいしいパンを買いに。

三原&世羅には、わざわざ買いに行きたい魅力的なベーカリーがたくさんある。毎日の食卓に幸せを届ける話題の“おいしいパン”を探しに出かけよう。

A おへそパンショップ



農業不使用の玄麦と世羅高原の湧水だけで自然発酵させる原始的な製法で作った酵母を使用。粉、塩、水のみで作るシンプルなパン生地は、小麦の旨みがギュッと詰まっていて、ずっしりと重い。

店主の代田京子さん(中央)、スタッフの鈴木望美さん(左)と矢筈野麻美さん(右)

世羅

カフェスペースもあるので、ホッと一息ついてください



G Small and west mouth



三原市西野にあった手ごねベーグルの店が、2022年9月に海を見下ろす須波ハイツへ移転。金曜は国産小麦と自家製天然酵母で作るベーグルの販売、月～木曜はランチやケーキが味わえるカフェとして営業。

店主さん

三原

ベーグルの取り置きは5個までOK！電話でご予約ください



F オリハ食パン店



住宅街にひっそりと佇む、隠れ家のような一軒。『八天堂』に長年勤めた店主が作る天然酵母食パンが評判。基本的には食パン、あんパン、カレーパンの3種だが、気まぐれで限定パンが登場することもあるそう！

店主さん

三原

民家の一角を改装した小さなお店です。のれんが出ていたら営業中！



C こばやしのパん



1949年に饅頭屋として創業して以来、愛され続ける老舗。レトロな雰囲気の店内に、看板商品のラウンドパン、昔ながらの菓子パン、惣菜パン、サンドイッチ、食パンなど多彩なパンが並ぶ。ワッフルやクッキーなどのお菓子も人気。

店主の小林貞夫さん

世羅

「おいしい」と喜んでもらえるパンを作り続けています



B パン工房 efe



10月下旬～3月下旬はパン屋、その他の時期はアスパラ農家を営む“半農半パン屋”。自分たちが育てた野菜や世羅産の食材を使ったパンは『道の駅世羅』と『甲山いきいき村』で毎日販売。店は土曜に不定期でオープン！

店主の冬木俊介さん(右)、葉子さん(左)

世羅

世羅の恵みがギュッと詰まったパンです



D

噛むほどに小麦の甘みがふわ〜り
北海道産の小麦粉100%に、ライ麦からおこした自家製酵母を合わせてじっくりと発酵。口の中に小麦の甘みが優しく広がる (Pin de Pain)



Pin de Pain / バゲット (335円)

シンプルパン

ステーキパン

E



自家製酵母のカンパーニュ (432円)

スープによく合う！
フランスの田舎パン

自家製酵母の力を生かしたパンは、ほのかな酸味と複雑な味わいが魅力。シチューやスープと一緒にどうぞ。スライスしたタイプも用意 (ムカイ製パン)



シンプルパン

食パン、バゲット、カンパーニュなど、食事に合う
シンプルなパンをセレクト。温かいスープに合わせたり、
野菜やチーズをサンドしてもGOOD！

A

好きな具材を挟みバゲットサンドに♪

熊本産の小麦粉を95%使用し、ほんのり白い見た目と、あっさりとした味の特徴。野菜やチーズを挟み、豪快にかぶりつこう (おへそパンショップ)



白いバゲット (432円)

B

玄米の甘み&香ばしさを噛みしめて

世羅産・新米コシヒカリの玄米が生地に練りこまれており、玄米の自然な甘みと香ばしさが楽しめる。湯種製法を用いることで、ふわふわの食感に (パン工房 efe)

米食パン (320円)

世羅コシヒカリ玄米食パン (450円)



C

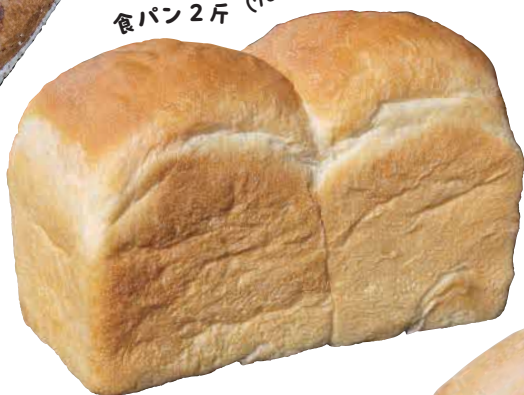
腹持ち抜群！ねっちり系食パン

世羅産の米を2割練りこんだ食パン。炊いたご飯を使うことで、もっちり＆ねっちりした仕上がりに。販売は土・日曜のみ (こぼやしのパン)

F

シンプルイズベストな山型食パン

小麦粉、天然酵母、砂糖、塩、バターで作るシンプルな食パン。外はサクッ、中はふんわりしていて、軽く焼いて食べるのがおすすめ (オリハ食パン店)



惣菜パン

プレーンベーグル (160円)



G

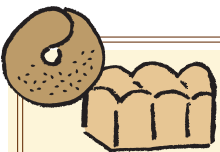
むぎゅとした食感の正統派！

ブルーベリーやナシなど地元産の果物でおこした自家製酵母を使用。引きが強く、弾力ある生地がベーグル好きから支持を得ている (SMALL and west mouth)

パンNEWS

人気のパン店が集まるマ
ルシェが広島空港で開催さ
れる。
広島空港で開催！

人気のパン店が集まるマ
ルシェが広島空港で開催さ
れる。



《パンマルシェ》

3月21日 (火・祝) ※予定
問い合わせ... 広島臨空広域
都市圏振興協議会事務局 (三
原市経営企画部地域企画課)
☎ 0848-67-6011

スイーツパン

E

三原近郊でとれた旬の果物が主役!

サクサクのデニッシュ生地、きび砂糖を使ったココのあるカスタードクリームと、旬の果物をぜいたくにのせて(ムカイ製パン)

季節の果物の
デニッシュ(各270円)



↑三原産のブラッドオレンジ
←尾道産のイチジク

A

シナモンロール(399円)



シナモン&みかんの優しい香り

世羅産の卵とよつ葉バターを混ぜたふんわり生地に、シナモンシュガーと瀬戸内産のみかん果汁をプラス。約140gとずっしり!(おへそパンショップ)



旬の果物、あんこ、カスタード、チョコレート…
疲れた心を癒してくれるのは、やっぱり甘〜いパン!
コーヒーや紅茶と一緒に、3時のおやつにいかが?

シナモンパン

F

まるで和菓子!?
薄皮生地とあんを堪能

薄めに焼いたモチモチの生地の中に、つぶあんがたっぷり。あんは、甘さ控えて小豆の味をしっかりと感じられるものをセレクト(オリハ食パン店)



あんパン(220円)

G

素材の味を生かした自然の甘み

サツマイモやカボチャなどの野菜、チョコレートを使った甘〜いベーグルはおやつにぴったり。写真は秋限定の安納芋(SMALL and west mouth)

季節のベーグル(250円)



C

丸〜い形と
豊富な味に心躍る♪

筒形のかわいいフォルムと、なめらかな口あたりが特徴。いちご、メープル、宇治抹茶など約30種の味から季節ごとに9種が登場(こばやしのパン)



ラウンドパン いちご(380円)

B

自家製ブルーベリーデニッシュ(330円)



ブルーベリーの甘酸っぱさにキュン♡

ブルーベリーの酸味と、世羅産の卵から作るカスタードクリームの優しい甘み、サクサクのデニッシュ生地が絶妙なハーモニーを奏でる(パン工房efe)

スイーツパン

惣菜パン

パンNEWS



《あん食パン 890円》

和菓子処 大手門
世羅郡世羅町小世良577
☎ 0847-22-5143

老舗和菓子店が作る粒あん入り食パン!
柔らかい食パン生地の中に、自家製の粒あんがたっぷり!厚めに切ってどうぞ。

丹波産黒豆とクリームチーズの平焼き(292円)



黒豆×クリームチーズがベストマッチ

砂糖の入っていないセミハード生地の中に、大粒の丹波産黒豆とクリームチーズをイン。組み合わせの妙を楽しんで(Pin de Pain)

D

惣菜パン

パンとおかずが一緒になった惣菜パンは、朝食やランチはもちろん、お酒のおつまみにもぴったり。店主さんのセンスとアイデア光る個性派パンが集合！

A

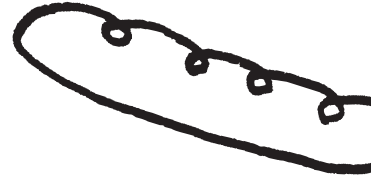


オープントースト (各410円)

↑秋川鶏ミンチピリ辛みそ
←瀬戸内チヌと松きのこ

自由な発想で作られる個性派トースト

カンパニユや食パンの上に、旬の食材と有機トマトビュレ、北海道のよつ葉チーズをのせてオープンへ。具材の意外な組み合わせに注目！（おへそパンショップ）



B

地元野菜のおいしさをパンで味わう

旬の野菜、ベーコン、クルミ、チーズを玄米食パンの生地で包み焼きに。野菜は季節によって変わり、この日はアスパラとタマネギが登場（パン工房efe）

アスパラとベーコンが好相性！

世羅産のアスパラガスをベーコンで巻いて、マヨネーズをたっぷり。アスパラのみずみずしさと、ベーコンの香ばしさが相性抜群（こばやしのパン）

C

アスパラベーコン (230円)



D

シャキシャキのレンコンがアクセントに卵液に浸したライ麦パンの上に、ホワイトソースとミートソース、レンコン、チーズを重ねて焼いたボリュームミーナー品 (Pin de Pain)

ライ麦パンで作ったレンコンのクロックムッシュ (324円)



季節野菜のクロックマダムフィン (442円)

F

今日は何味？
スパイシーな
焼きカレーパン

辛口のカレーを包んだ焼きカレーパン。カレーは、キーマカレー、フルーツカレー、バターチキンなどが店主のまぎぐれで登場（オリハ食パン店）

G

黒コショウが
ピリッときた大人味

ブラックペッパーとクリームチーズを練りこんだ、しょっぱい系ベーグル。軽く温めて、オリーブオイルを付けて食べても美味 (SMALL and west mouth)

イラックベッパークリームチーズベーグル (250円)



シンフルパン

スニーツパン

惣菜パン

カレーパン (220円)



パンNEWS

備後の素材を使った
ご当地コッペパン！
備後エリア6市2町の特
産品を活用したオリジナル
コッペパン「びんごっぺ」。
道の駅などで販売中！



福山市観光課
☎ 084-928-1042
※詳しくは「びんごっぺ」で検索

D Pin de Pain

ばんどうぱん
 国三原市古浜1-2-9
 ☎0848-67-3911
 図7:00~16:00
 図日・月曜、ほか不定休あり



E ムカイ製パン

むかいせいぱん
 国三原市須波1-23-1
 ☎0848-38-2400
 図7:00~18:00
 ※売り切れ次第終了
 図日・月曜、正月



F オリハ食パン店

おりはしょくぱんでん
 国三原市宮沖5-7-6
 ☎0848-62-7634
 図9:00~15:00
 ※売り切れ次第終了
 図月・火曜



G SMALL and west mouth

すもーる あんど うえすと まうす
 国三原市須波ハイツ
 4-9-1
 ☎080-4780-9507
 図11:30~19:00 (LO17:00)
 ※金曜はベーグルの販売のみ
 まで15:00~完売まで
 図土・日曜



ミハラッセのパンを探しに行こう!

A おへそパンショップ

おへそぱんしょっぷ
 国世羅郡世羅町宇津戸
 1548-1
 ☎0847-23-0678
 (おへそカフェ)
 図9:00~17:00
 図水・木曜



B パン工房efe

ぱんこうぼうえふえ
 国世羅郡世羅町川尻
 1871
 ☎0847-22-0688
 図10月下旬~3月下旬の
 11:00~完売まで
 ※営業日や出荷先はイ
 ンスタグラムなどで要確認



C こばやしのぱん

こばやしぱん
 国世羅郡世羅町西上原494-4
 ☎0847-22-3101
 図8:00~18:00
 図月曜



三景園

MAP: P11-B

☎0848-86-9200

☒身障者用のみ(周辺に駐車場あり)
☒広島空港ターミナルビルから徒歩5分 本郷IC、または
河内ICから最寄りの駐車場まで車で約5分

のイベント

3.19(日) 花見茶会

三景園の潮見亭和室で開催される、県立広島中学・高等学校の生徒さんによるお茶会

☒潮見亭和室
☒10:00～15:00(予定)
☒茶券代未定 入園料別途 大人:270円

せらエリア

開催中~2.12(日)

MAP: P11-A

世羅高原キャンドルナイト

標高500mのキャンドルナイト会場で、雄大な自然に囲まれた世羅高原の静けさや星空の美しさなど、冬の魅力を幻想的なキャンドルの灯りと共に満喫できる。

☒世羅高原農場
☒17:30～20:30(12/25まで17:00～20:30)
期間中の土日限定開催 12/26～1/13は冬季休業
☒大人:1200円 4歳～小学生:600円
☎0847-24-0014
☒あり
☒世羅ICから車で約15分



(新型コロナウイルスによるイベント開催の影響につきまして)

掲載しているイベントは、2022年11月30日時点のものです。今後、各イベントが延期や中止になる場合もございますので、各施設にお問い合わせください。

三原市芸術文化センターポポロ

☎0848-81-0886

MAP: P10-C

☒台数、料金はイベントにより異なる
☒JR三原駅から徒歩30分

のイベント

1.9(月・祝) みはら風と海のコンサート

三原市芸術文化センター開館15周年記念コンサート。指揮者の山田和樹プロデュースでピアニスト萩原麻未、東京混声合唱団等が出演。

☒13:30～18:00
☒一般:3300円 25歳以下:1500円

1.20(金) 反田恭平&務川慧悟 2台ピアノツアー2023

2021年、反田恭平は第18回ショパン国際ピアノコンクールで第2位に、務川慧悟はエリザベート王妃国際音楽コンクール第3位を受賞。世界に羽ばたく日本人ピアニストの豪華協演。

☒18:30～20:30
☒一般:5500円

1.22(日) 林英哲と英哲風雲の会 三原公演

日本の太鼓奏者の第一人者・林英哲と、彼の音楽に共鳴する次世代を担う英哲風雲の会のメンバーによる演奏会。

☒14:00～16:00
☒一般:5000円 ペア:9400円



©M.Tominaga

2.18(土) 藤木大地&みなとみらいクインテット

横浜みなとみらいホールとのネットワーク・プロジェクト。カウンターテナー・藤木大地とピアノ五重奏による演奏会。

☒14:00～16:00 一般:3800円 ペア:7000円
25歳以下:1000円

3.25(土)・26(日)開催予定

MAP: P10-C

幸崎能地春祭り

古くから漁業の盛んな幸崎地区で行われる祭り。4台の「ふとんだんじり」の激しい練合いと、要所所で奉納される獅子太鼓が見どころ。

☒三原市幸崎能地四丁目 常磐神社一帯
☎0848-64-9234(三原市文化課)
☒JR安芸幸崎駅から徒歩10分



三原市宇根山天文台

☒開館時 0847-32-7145(宇根山天文台)
閉館時 0848-67-6147(三原市生涯学習課)

※開館はHPでチェック!

MAP: P10-A

☒一般310円 中・高生210円 小学生100円
☒あり ☒三原久井ICから車で約20分

のイベント

1.25(水) 18:00～22:00

リモート天文講座

宇根山天文台からリモートで、望遠鏡、風景の画像、プラネ画像や星空案内などの情報をLive配信。冬の星座などについて質疑応答のコーナーも設けている。事前にZOOMで20名程度参加者を募集。

☒リモート 定員:20人
申込期間:1/4(水)～1/18(水)

2.25(土) 18:00～22:00

カノープスと初春の星空観望会

カノープスは、南中時に南の地平線すれすれに見えるが、東北地方の北部や北海道からは見えない。中国では「南極老人星」「老人星」「寿星」とも呼ばれ、この星を一目でも見ると長生きができると言い伝えられている。

1 ▶ 3月

イベント information

みはらエリア

2.18(土)

MAP: P11-B

御福開祭・はだか祭

広島県内唯一のはだか祭り。厄年のシメコミ姿の男たちが御調川で身を清めた後、神社にのぼり、2本の御福木を奪い合う。申込み、詳細については直接問い合わせを。

☒久井稲生神社
☎0847-32-6029
☒三原久井ICから車で約15分



※新型コロナウイルス感染症対策のため、本年度は規模を縮小して開催予定。

2月下旬～3月上旬 開催予定

MAP: P10-C

みはら彩るまち歩き おひなまつり

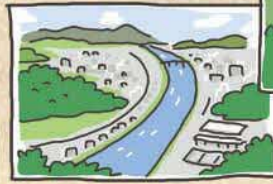
西国街道(本町)に色とりどりの石のお雛様が飾られる。2月25・26日は、寺社の石段に約1000体が並ぶ。

☒宗光寺・大島神社・正法寺
☎0848-67-6014(三原市観光課)
☒なし
☒JR三原駅から徒歩5分～30分

戦国の歴史ロマンを感じながら 三原の城跡を歩いてみよう

新高山城跡

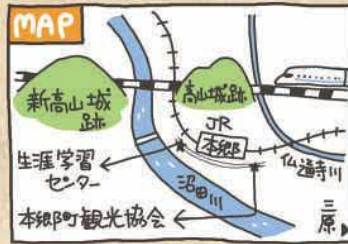
標高約197.6m。1552年、小早川隆景(17代目、毛利元就の三男)が築いた。



新幹線が通ったらラッキー!?



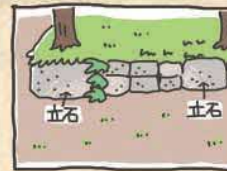
沼田川や瀬戸内海景色が素晴らしい!



高山城跡

標高約190m。1206年、小早川茂平(4代目)が築いた。

本郷沼田川をはさんでこの山城跡があります。本郷駅側の高山城は、沼田小早川家代々の居城で、毛利家から養子にきた隆景は後に新高山城を築き、こゝに移りました。石垣や井戸など、歴史を感じながら山登りを楽しまい。



扇の丸の石垣
大きな石(立石)を中心に配置された独特な石垣。



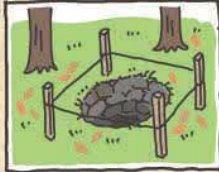
Iワオ丸

景色がよい。櫓(やぐら)を建てる跡がわかる。



HONGO

山城とは?
山の地形を利用した防備施設。比高100mからと書かれている。



釣井の段

立派な石積みの大井戸が6ヶ所も! 武士が生活を営んでいたんだなあ...



本丸

毛利元就と隆元が来て、親子で宴をしたらしい。



国真寺跡

父元就や母の法要を行った。1600年以前の瓦がたぐさある!



御城印セリ絵限定バージョン!!
500円(税込)!!



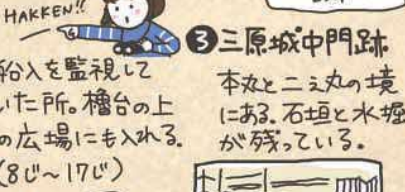
番所

武士が見張りをする所。3ヶ所ある。土塁が残っている。3番目の番所は、少ししかけが...!?

ぜひガイドさんに聞いてみて!!
本郷町観光協会(9月~12月)
TEL-FAX 0848-86-5717

三原城跡

三原馬車直結! 1567年、小早川隆景が築いた。



船入櫓跡・岩礁

三原城中門跡

船入を監視していた所。櫓台の上の広場にも入れる。(8じ~17じ)

本丸と二ニ丸の境にある石垣と水堀が残っている。

天主台跡

天主台があった所。馬講内から行ける。(6じ~22じ) 海から築いた石垣は日本で最初といわれている。

うきろピーにマップもあるよ!



三原城は隆景が築いた水軍の拠点の城。別名三原城。新幹線の通る。三原のシンボル。今でも天主台跡や外堀の石垣が各所に残っている。その後ろにそびえたつのが、山頂から三原市街地及び瀬戸内海が見渡せる! 歴史を感じながらハイキングを楽しまい!

桜山城跡

標高約80m。鎌倉時代に山名氏が築いたといわれている。



三原城跡の後ろにあってこもりとした山に見えるが実は奥行きがある。中腹から眺める三原城跡も趣深い!



井戸や堅堀、土塁や石垣が多く残っている。武士の営みが感じられる。

小早川隆景

毛利元就の三男。小早川家の養子となり17代当主。『三矢の訓』の通り、本家毛利家を支えた。1555年厳島の戦いでは、水軍を味方につけ毛利氏に勝利をもたらす。豊臣秀吉にも認められ五大老の1人に。とにかくスゴイ人だ!!



三原・世田の自慢を語り、詳しくお話しします。二水をお読みください。三原の歴史がわかります。

<問合せ>
三原市教育委員会
文化課
TEL 0848-64-9234

クイズ
Q1. 新高山城や三原城を築いたのは誰?
Q2. 三原城の別名は?
Q3. 毛利元就が3兄弟に伝えた教訓は〇〇の〇。

MIHARA

ミハララッセ大図鑑

vol.11
illust 池田泰子