

大阪から7分^{あま}で出会える本当のニッポン 知られざる下町 尼へ

大阪梅田と難波、ユニバーサルシティ、関西国際空港にも抜群のアクセスを誇る便利な「尼」。
ガイドブックではなかなか紹介されない、
ニッポンのローカルな暮らしが体験できる街なんです。



JR尼崎から…
大阪梅田へ**5分**
ユニバーサルシティへ**27分**
三ノ宮へ**15分**
京都へ**35分**
関西国際空港へ**65分**
(リムジンバス)

阪神尼崎から…
大阪梅田へ**7分**
大阪難波へ**14分**
ユニバーサルシティへ**20分**
神戸三宮へ**22分**
奈良へ**59分**
関西国際空港へ**52分**
(リムジンバス)



これ1枚で阪神・阪急・神戸高速鉄道が1日乗り放題。阪急阪神 1dayパス

尼崎観光におすすめなのが、こちらの1dayパス。神戸から大阪、京都までの広い区間で、まる1日乗り降り自由になる。阪神尼崎駅前の商店街やポートレール尼崎など駅近スポットの散策はもちろん、酒蔵の街・西宮や灘、たくさんのスイーツ店がひしめく芦屋にもこれ1枚でOK。上手に使って、アクティブな旅行に役立てよう。

販売場所
阪神電車 梅田・尼崎・甲子園・御影・神戸三宮の各駅長室および各駅(大阪難波駅および係員不在時を除く)、阪神電車サービスセンター(神戸三宮)など

チケットの詳細はこちら



掲載価格は2016年2月1日時点の税込み価格です。営業時間や定休日など許可なく変更する場合があります。

大阪から7分の尼崎ガイドブック

日本語版
TAKE FREE

Welcome to AMAGASAKI

尼崎一家のおもてなし

大阪のすぐおトナリにある尼崎市。
みんなから親しみをこめて「尼(AMA)」と呼ばれるフレンドリーな街を、
地元で暮らす一家がご案内します。



「尼崎ガイドブック」尼崎一家のおもてなし 2016年2月1日発行 尼崎おもてなしイベント編集委員会



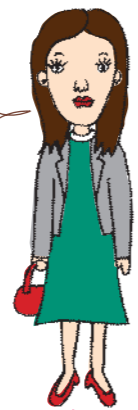
地元で愛される気取らない名店

家族や仲間と食事のでかけるなら、と
尼崎一家が選んだ安くて美味しい地元の名店へ。



現存する日本最古の
中華そば店ここにあり

焼き飯も
人気の



あい
尼崎愛(22)
娘・阪神電車に乗っ
て大阪難波の会社
へ通うOL。

コシある玉子麺とスー
プが、絶妙に絡みあう！
中華そば850円

1 大貫本店 MAP 1 A-3

創業103年。現存する日本最古の中華そば店と言わ
れている名店。創業当時からつぎたしてきた醤油ダレ、
鶏がらと豚骨で仕込む濃厚スープ、コシのある自家製
玉子麺など、こだわりが随所に。焼き飯とのお得な
セットもおすすめ。中国語と韓国語のメニューあり。

●尼崎市神田中通3-29 ☎06-6411-9583
◎11:30~21:00 水休(祝日の場合は営業。翌日休)

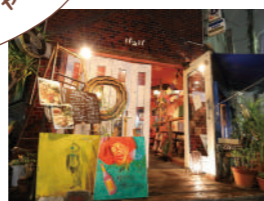


串カツ盛り合わせ
480円、ねぎみ(1
本)170円、お酒
(大)540円など。



アマ(?)

猫・愛が拾ってきた
猫(オス)。商店街や
路地裏を散歩するの
が日課で、街の裏事
情にも詳しい。



前菜盛り合わせ(L)1200
円、マルゲリータ1000円。
グラスワイン450円~。

100種以上のメニューを
お手ごろ価格で提供

3 こん兵衛 尼崎店 MAP 1 A-3

尼崎卸売市場から仕入れる旬の素材を直
送。おいしい料理と安さが評判の居酒屋
だ。焼鳥、串カツ、お刺身、お寿司な
ど、メニューのレパートリーは100種以上。
全席くつろげる個室なのうれしい。英
語、中国語、韓国語のメニューも完備。

●尼崎市神田中通2-18 ☎06-6413-0550
◎16:00~24:00 日・祝12:00~23:30
無休 クレジット可



深夜でもウエルカム！
居心地抜群の
イタリアンバル

4 Ralipappa Cafe MAP 1 A-2

便利な街中にありながら、どこか隠れ家的な雰囲気
を漂わせるイタリアンバル。有機野菜をたっぷり
使った前菜、ボリューム満点のピザやパスタなど充
実した内容。界限では珍しい深夜3時まで営業。
軽く一杯はもちろん、夜中でもしっかり食べられる。

●尼崎市昭和南通5-117 ☎06-6430-6886
◎18:00~翌3:00 不定休 クレジット可



にぎり8貫と小鉢、赤出し、さらに飲み物がつくにぎりセット1500円(夜のみ)

2 尼寿司 MAP 1 A-3

寿司をにぎる大将の西山さんの人柄もあって、夜になると地元の人
たちが集う人気のお寿司屋さん。下町のお寿司屋の雰囲気に加え
て、西山さんの生まれ
育った鹿児島島の郷土料
理も味わえる。

●尼崎市神田北通3-27
☎06-6413-9151
◎11:00~14:00
17:00~23:00 水休



お店の雰囲気が
いいニャー

愛情たっぷりの家庭料理と
おいしい日本酒を味わう

5 将 MAP 2

カウンター中心の店内は、居心地のよい雰囲気。そんな
なかで楽しめるのは、韓国の家庭料理や、お酒に合う一
品料理だ。韓国語が堪能な女将さん、中山さんの温かい
接客もいい。入手困難な日本酒として有名な「瀬祭」も、
豊富な品揃え。1人でも気軽に入れるおすすめの一軒。

●尼崎市長洲本通1-7-5 ☎06-6482-0025
◎16:00~22:00 日・祝休



ナムル各種200円。ささえの珍味400円、
むし豚580円など。

季節の果物がたっぷり
絶品フルーツサンド

7 珈琲屋 コロンビア MAP 1 B-2

朝8時から挽き立てのコーヒーと、作りたてサンドイッチが味わえる
喫茶店。おすすめは、旬の果物がたっぷり入ったフルーツサンドだ。
甘さをおさえた生クリームとも相性抜群。サンドイッチは全9種。ミッ
クスサンド、ツナトーストサンドなど、どれを食べても美味しい。

●尼崎市建家町117 ☎06-6411-6752 ◎8:00~18:00 木休



良質な黒毛和牛を驚きの安さで堪能

6 焼肉問屋 闇市 阪神尼崎本店 MAP 1 A-2

厳選した黒毛和牛を驚きの安さで提供する焼
肉店。牛を一頭買いすることで、この価格を
実現させた。さらに今回、この冊子を持参し
た旅行者の方限定でお得な「おもてなしセッ
ト」を用意。和牛カルビなど3種類の肉、サ
ラダ、ご飯、デザート、飲み放題(120分制)
が付いてなんと3000円。

●尼崎市神田北通4-98 ☎06-6411-1129
◎17:00~23:15 不定休 クレジット可



4名以上のグループ限定。当日16時まで
に予約要。入店時、冊子の提示を。



柿、メロン、バナナなど季節
の果物が贅沢に入った彩り
サンドセット800円。



スナック街の歩き方



夜の繁華街を歩くと、目にする「ラウンジ」や「スナック」のネオン看板。
すぐく気になるけれど、いきなり初めてのお店に行くのはこわい。
でも、夜の遊びも楽しみたい！ そんなあなたに、おすすめのお店を
ご紹介。今回訪れたのは、「ラウンジ佳子」。扉を開けると、店内は
シックでお洒落な雰囲気だ。カウンターと、奥には個室のように使え
る広めのソファ席があり、カラオケも完備。「カラオケをしたり、女の
子と楽しく話したり。みなさんくつろいでくれています」と話すのは、
美人ママの佐藤佳子さん。カラオケは、英語、中国語、韓国語に
対応。異国の地で思いきり歌うのもよし、女の子と日本語でコミュニ
ケーションをとるのもよし。ぜひとも、日本での夜を満喫してほしい。
「ラウンジ佳子」では、特別に「1時間体験コース」を用意。ビール・
ウイスキーなど1時間飲み放題、カラオケ歌い放題で3000円。事前
予約をするか、当日冊子提示を。(店内は、日本語のみの対応)



8 ラウンジ佳子 MAP 1 A-3

●尼崎市昭和南通4-58
KT-2ビル207
☎06-6418-8341
◎21:00~翌2:00 日・祝休
クレジットカードは不可



食べ歩きや夜食に買って帰りたい味

「おやつは別腹」は万国共通。
思わず食べ歩きしたくなるご当地グルメをぜひ。



たこ焼き6個300円。唐揚げやホルモン焼もテイクアウト可。

口の中でふわっととろける アツアツのたこ焼き

9 ちょい呑み居酒屋 庄屋 しょうや MAP 2

JR尼崎駅からすぐ。外国人観光客も多く訪れる居酒屋。人気は、店頭で焼いているアツアツのたこ焼きだ。生地にこだわったたこ焼きは、ふわふわの食感が自慢。たこ焼きにかけるソースは全7種。おすすめは「だし醤油マヨネーズ」。多彩な居酒屋メニューを楽しみたいなら、店内へ（店内は日本語のみの対応）。

●尼崎市潮江1-7-1 ☎06-6497-2515 ㊟17:00～23:00 日休



お持ち帰りコーナー



夕食前につつまんじやう

尼崎みその (48)

母・かつは地元借金の窓口係をしていたが、融資の相談に来た夫・昭和と出会い寿退社。二人の子どもを育て、現在は商店街でパートに勤むパワフルな主婦。

100種以上のクレープが 200円から食べられる!

11 ロリアンクレープ MAP 1 A-2

創業30年以上の人気クレープ店。1番人気のチョコレート(250円)をはじめ、100種以上のラインナップ。注文を受けてから、目の前で焼きあげる柔らかな生地とクリームとの相性も抜群だ。クレープは200円～。英語のメニューも置いてある。

●尼崎市神田中通5-181 ☎06-6411-2998 ㊟10:30～20:00 木休

イチゴ、バナナ、リンゴが贅沢にイン。オールフルーツパフェ650円。(時期により、イチゴは甘夏に変わる)



香り豊かなお茶が 100種以上の ラインナップ

12 中村園 MAP 1 A-3

創業120年、老舗の日本茶専門店。京都の宇治茶などを独自のブレンドで仕上げた茶葉や、お湯を入れて気軽に飲めるティーバッグなどが100種類以上揃う。茶葉を入れる色鮮やかな和紙をあしらった缶など、お土産にぴったりな小物類も充実。英語、中国語、韓国語対応の説明書も用意。

●尼崎市神田中通3-45 ☎06-6411-2320 ㊟10:00～19:30 無休 クレジット可



1日800個以上売れる 尼崎の名物パン

10 モンパルナス MAP 1 B-4

阪神尼崎駅構内にお店を構えるベーカリー&喫茶店。オープンして41年、当時の人気商品は、ピロシキだ。ゆで玉子、牛ミンチ、タマネギを味付けした具を、パン生地で包んで揚げたもの。多いときは1日800～1000個売れる。テイクアウトはもちろん、喫茶コーナーでも食べられる。

●尼崎市東御園町93 ☎06-6413-3301 ㊟7:30～19:30 土7:30～19:00 日・祝8:00～18:00 無休



ピロシキ160円。夕方には売り切れる日もあり。

おみやげにも
ぴったりやで



尼崎昭和 (55)

市内の工場で働くお父さん。行きつけの飲み屋は多く、「若い時はパイプイ言わせていた」と豪語する酒好き。



抹茶たっぷりのグリーンティは100円。店内で飲むこともできる。



できたての天ぷらを、
その場で食べると美味!

いくつでもいけるわ

冷めてもおいしい 衣サクサクの天ぷら

13 日新天ぷら店 MAP 1 B-2

地元人ご用達の天ぷら店。店頭には、いわし、えび、かぼちゃなど天ぷらが60円～150円の手頃な値段で並ぶ。サクサクした天ぷらの衣は、ほんのりと甘味つけ。揚げたてはもちろん、冷めてもおいしい。夕方から販売するいかの足の天ぷら(300円)も、完売必至の人気商品だ。

●尼崎市建家町83 ☎06-6413-2952 ㊟10:00～18:00 不定休



尼崎三和 (17)

息子・野球に情熱を燃やす高校生。とにかく食べ過ぎて練習場りの食い意に目がない。

一番人気は発酵の速度を遅らせた白菜キムチ(スローキムチ)100g100円。



白菜からトマトまで 多彩なキムチがずらり

15 福南商店 MAP 1 A-2

中央商店街にある人気のキムチ専門店。メニューは常時30種以上。定番の白菜やキュウリのキムチのほか、トマトや、長芋、小松菜などの珍しいキムチが並ぶ。保存料は一切使わない。味の決め手は、自家製調味料「ヤンニョンジャン」。コクのある深い辛さが楽しめる。

●尼崎市神田中通4-160 ☎06-6413-8880 ㊟10:00～19:00 無休



食べ歩きのススメ 二万翁と小椋商店

鯛をかたどった焼き型に、生地を入れて焼いた「たい焼き」。生地の中には、餡やカスタード、チョコレートなどお店によって変わる。日本では、誰もが知っているおなじみのお菓子だ。阪神尼崎駅すぐにある「二万翁」。中はもっちり、外はカリッとした生地のたい焼きが評判のお店。休日には1日5000個近く売れることも。餡のほか、甘さおさえめのカスタード(90円)が人気だそう。餡なら1個70円という安さで、お土産にたくさん買って帰る人も多い。商店街内にある「小椋商店」は、仲のよいご夫婦が営む創業56年になる老舗。鑄型の焼き型で、たい焼きを1匹ずつ焼きあげる昔ながらのスタイル(一丁焼)を守り続けている。少し塩を効かせた餡と、香ばしい皮の食感がたまらない。1個100円。焼きたてをほおばりながら、地元人になりきって尼崎の街を散策してはいかがだろう。



17 二万翁 MAP 1 A-4

●尼崎市神田中通1-2-1 ☎06-6412-5701 ㊟10:00～21:00 不定休



18 小椋商店 MAP 1 A-2

●尼崎市昭和南通7-178 ☎なし ㊟10:00～16:00 (生地がなくなり次第終了) 月・火休、金不定休



名物の白天(190円)は、夕方までに売り切れることも。

新鮮な魚のすり身を使用 7種類の天ぷらが勢揃い

14 尼崎栞千 ますせん MAP 1 A-2

創業165年、魚(ハモ)のすり身を油で揚げた天ぷらが、お店の看板商品。1番人気は、魚のすり身にキクラゲがたっぷりに入った白天。そのほか、イカが入ったいか天など全7種類揃う。添加物は、一切使っていない。すり身の上品な甘さが、クセになる味わいだ。

●尼崎市神田中通4-86 ☎06-6411-0695 ㊟9:00～19:00 木休



上品な甘さのどら焼きは、 お土産にぴったり

16 寶屋遊亀 たからや ゆうき MAP 2

尼崎で創業して87年。地元の人から愛されている老舗和菓子店。名物のどら焼きは、北海道産の小豆、広島県産の新鮮たまごを使用。上品な甘さの餡と、しっとりしたどら焼きの生地がおいしい。毎日300個以上販売。そのほか季節限定商品も数多く展開している。

●尼崎市潮江1-3-1 あまがさきキューズモール内阪神百貨店1階 ☎06-6498-9546 ㊟10:00～20:00 百貨店の休みに準じる クレジット可



栗が入った栗どら焼き「神輿」185円。



まちを歩いて遊びに出会う

せっかく尼崎に来たのなら、ボートレースの緊張感も城下町の雰囲気も味わってほしい。滞在時間が気になる人のために、おおよその所要時間とともに紹介しよう。



見てもよし、賭けてもよし
尼崎ドリームを勝ち取ろう

2時間
あるなら



予想するレースをマーク。機械か窓口で舟券を購入。



レースを観戦。スタートの迫力を味わうにはスタンドで。

① ボートレース尼崎 MAP 3

ボートレースとは、6艇のボートがコースを3周する着順を当てる公営競技。1着だけを当ててもいいし、1着から3着までを着順どおりに当てて高配当を狙うのもいい。好きな組み合わせをマークカードに記入し、100円単位で賭ける仕組み。1日に12レースがあって、レース前には出場選手による展示走行が見られる。中には、走りっぷりとエンジン音で予想するツワモノもいるとか。運営は、尼崎市と伊丹市がそれぞれ行い、収益はまちづくりに活用されている。場内には、地域の主婦らが自慢の味を提供する売店も。
●尼崎市水明町199-1 ☎06-6419-3181 www.amagasaki.gr.jp
入場料：100円 開催日・開門時間は要確認 外国語パンフレットもある。未成年のみでの入場および舟券の購入はできません

② 尼崎スポーツの森 MAP 3

屋内プールやフィットネス、グラウンド・ゴルフなどが楽しめる複合型スポーツ施設。夏季営業の屋外プール「アマラゴ」では、高さ13m、全長109mを蛇行しながら滑り降りる「リバーライド」や波の出るプールが人気。水深はいずれも1m以下なので、小さい子どもも同伴でも安心だ。10月から5月はスケートリンクがオープン。靴のレンタルは15cmから30cmまで対応している。

●尼崎市扇町43 ☎06-6412-1655 www.a-spo.com

- プール** ☎9:00～17:30 (7月中旬～9月上旬)
入場料：大人1300円、中学生800円、小学生700円
- スケート** ☎10:00～19:00 (10/1～5月上旬)
入場料：大人1200円、中学生800円、小学生600円



緑に囲まれた空間で
心と体をリフレッシュ

半日
あるなら



これは楽しい!

アクセス 阪神出屋敷駅から阪神バス「尼崎スポーツの森」行き乗車 (大人210円、子ども110円)



この豪快さが
いいのよねえ



尼崎おはま (75)
祖母・亡き夫、平左衛門の誘いで尼崎寺町のボランティアガイドをはじめたことに。

30分
あるなら

GUTAIを支えた画家の 作品と人物像に迫る

③ 白髪一雄記念室 MAP 1 A-4

天井から吊したロープにつかまり、床のキャンパスに足で描いた大胆な作品で知られる白髪一雄 (1924-2008)。戦後日本の前衛美術をリードした「具体美術協会」の中心メンバーとして活躍した。世界的に評価が高く、現代美術の殿堂、フランスのボンビドー・センターにも作品が収蔵されている。貴布禰神社の祭り (p12参照) の勇壮さに影響を受けたと語るアクション・ペインティングの背景には、生まれ育った尼崎への深い愛着があり、多くの作品を寄贈。2013年に完成した記念室では、市所蔵の作品や資料が公開されている。

●尼崎市昭通2-7-16 尼崎市総合文化センター 4階
☎06-6487-0806 ☎10:00～12:00/13:00～17:00 (入室 16:30まで)
展示換え期間休室 入館料：200円



「アトリエで制作する白髪一雄」1963年
写真提供：尼崎市総合文化センター

現代アートの発信基地が誕生
あまらぶアートラボ
A-Lab (えーらぼ)

MAP 1 A-4



若手アーティストが作品制作と発表を行う、「あまらぶアートラボ「A-Lab」(えーらぼ)」が2015年10月にオープン。作家自身が運営するワークショップと展覧会で芸術を身近に体感できる。

●尼崎市西長洲町2-33-1
(展覧会開催中の開館時間)
☎11:00～19:00 土日祝10:00～18:00
火休 入場無料 ☎06-6489-6385 (尼崎市都市魅力創造発信課)



駅から5分で出会える
400年前の尼崎

1時間
あるなら

④ 寺町 MAP 1 B-3

大阪城の西側を守るため、1617年に大名の戸田氏鉄によって築城が始まった尼崎城。その城下町の整備の一環として周囲に散在していた寺院を集めたのが寺町のはじまりで、3.9haの敷地に11の寺院が建ち並んでいる。長遠寺の多宝塔 (写真左端) のように、建設から約400年にわたって残る建物をはじめ、7件が国指定の重要文化財に指定されている。道幅も街区もほぼ当時のままといわれており、城下町の雰囲気を感じることができる。時間に余裕があれば、生活感あふれる路地裏も散策してみよう。

⑤ 世界の貯金箱博物館 MAP 1 B-3

地元発祥の金融機関である尼崎信用金庫が運営する、さまざまな国で作られた貯金箱を展示する博物館。1930年完成の2代目本店だった建物であり、現役時代をしのぼせる貴重な金庫もそのまま残る。たびたびテレビ番組にも登場する人気施設だが、1984年の開館当初は職員が趣味で集めたコレクション600点をこぢんまりと展示していたそう。収蔵品は62カ国13000点になり、なお増加中だ。

●尼崎市西本町北通3-93
☎06-6413-1163 ☎10:00～16:00
月・祝休 (土・日と重なる場合は開館)
入館無料

1時間
あるなら



あなたの
国の貯金箱も
あるかも



小さな貯金箱から知る
世界の大きさ

MAP 1 阪神尼崎～出屋敷周辺



MAP 2 JR尼崎周辺



MAP 3 尼崎センタープール前周辺



MAP 4 杭瀬周辺



ⓑはコンビニエンスストア

市場の食材味わって

① 杭瀬商店街 MAP 4

古くからの下町、杭瀬エリアでは今晩のおかずがたくさん並ぶ市場にぎわう。「市場食堂」では魚屋さんの刺身定食やお肉屋さんのトンカツ定食をその場で味わうことができる。季節の果物や野菜でフレッシュジュースを作ってくれる「amaサラダ」や、試飲しながらこだわりの日本酒を買うことができる「山本酒店」など魅力的な店も多数。阪神尼崎駅から阪神電車で2駅、レトロでグルメな街、杭瀬商店街へはぜひ立ち寄りた。



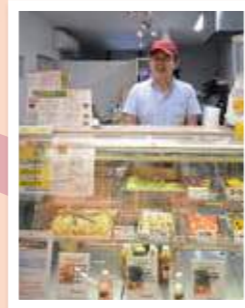
阪神杭瀬駅から商店街へは歩いて5分ほど



神戸の地酒「大黒正宗」を愛する山本酒店



新鮮なフルーツや野菜などの食材が並ぶ杭瀬中市場の風景



野菜の栄養をそのままドリンクにしてくれる「amaサラダ」



市場食堂の人気メニュー刺身たっぷり「お造り定食」は780円



買い物、買い食いが楽しい商店街へ

飲食店や食料品店、洋服や雑貨店などバラエティ豊かなお店が軒を連ねる商店街。地元の人たちが買い物するエリアでローカルな体験を。



阪神尼崎駅降りてすぐの入り口には尼崎城の絵が



店内にカバンがあふれる菅原屋は見るだけでも楽しい



お菓子のディスカウントストアが並ぶ三和本通商店街



まるでテーマパークのような商店街入り口ゲート



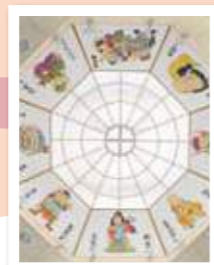
白蛇がまつられる商売繁昌の神様「天龍神社」



お店の人とのやりとりも楽しいのが商店街



地元プロ野球チームを応援するキャラクター



地元の人気漫画家・尼子騒兵衛が描いた七福神のアーケード

歩いて発見、買い物天国

② 中央三和商店街

MAP 1

阪神尼崎駅から西へおよそ400店が連なる国内最大級の商店街。ドラッグストアやお菓子屋、100円均一のお店も多く、地元では「とにかく何でも安い」と評判のエリアだ。アーケードでつながっているため雨でも買い物が楽しめるが、その屋根にも注目してもらいたい。地元のプロ野球チームを勝手に応援するマスコットや人気漫画家・尼子騒兵衛による七福神のキャラクターなど撮影スポットが多い。ゲームセンターや劇場なども楽しい。



旅の疲れを銭湯で癒して

大きな湯船につかってニッポンの文化にふれる「銭湯」の数が全国トップクラスの尼。天然温泉、レトロ空間、旅の疲れを癒しに銭湯へ。



古きよきニッポンにふれる懐かしい空間

② 第一敷島湯 MAP 4

阪神杭瀬駅から歩いて5分。細い路地を入ると、唐破風という非常に珍しい造りの入り口が見える。第一敷島湯は、1923年に建てられた歴史ある銭湯だ。中に入ると、半世紀以上番頭を務めてきた黒木功子さんが出迎えてくれる。浴室は小ぶりだがレトロなタイル壁画を眺めながら静かに入浴ができ、季節によって様々な薬湯が楽しめる。お風呂上がりには、開店当初から置かれているレトロなマッサージ機をどうぞ。

●尼崎市杭瀬本町1-25-5 ☎06-6481-7120 ☎14:45~23:00 大人400円、小学生160円、6歳未満60円 火休



アットホームなデザイナーズ銭湯

① 蓬莱湯 MAP 3

スタイリッシュな黒の外観が印象的なデザイナーズ銭湯。内装は木をベースにした落ち着いた雰囲気。浴室もシンプルで清潔だ。「どこにもないような銭湯をつくりたかった」と話すのは女将の稲里美さん。最大の特徴は地下700メートルから湧き出る天然温泉で、リエントスパクリーム(2000円)や乙女のあがり湯(500円)など、自慢の温泉水を濃縮したお肌やすべすべになる美容グッズも充実している。

●尼崎市道意町2-21-2 ☎06-6411-0567 ☎15:00~23:30(日曜は12:00~)

大人420円、小学生160円、6歳未満60円 金休

はじめての銭湯講座

- 湯船に入る前に必ず体を洗い流すこと
- 長い髪は湯船に浸からないよう束ねること
- タオルは湯船につけないこと
- 洗い場では周りの人にお湯をかけないこと
- 使い終わった洗面器やイスは元に戻すこと
- 脱衣所の床がぬれないよう最後にしっかり体をふくこと

これであなたも銭湯の達人。



これを守ればあなたも銭湯マスター。有料でタオルのレンタル、小さな石鹸やシャンプーもあるので手ぶらでどうぞ。



祭 尼が一番アツくなる日に出会う

旅のスケジュールにうまくあえば、ぜひ見てもらいたいのが地域の神社で毎年開かれるお祭り。ニッポンの伝統を体験できる貴重な機会だ。



商売繁昌を祈る“えべっさん”のお祭り

とおかえびす **① 十日戎** MAP 1 A-3

高さ22メートルある巨大な鳥居が目をひく「尼崎えびす神社」。1月に開かれる「十日戎」には、尼崎中のお店や会社を営む人が1年間の成功を祈るために集まる。飾り付けのついた笹を買って帰り、家や職場に飾り、また1年後に新たな笹と交換しに神社を訪れるという風習だ。奉納されたマグロにお金を貼りつけ、「お金が身につくように」というゲン担ぎの神事もある。

●尼崎えびす神社 尼崎市神田中通3-82 ☎06-6411-3859 www.amaebisu.com



日本有数の荒々しさ“だんじり”の戦い

●貴布禰神社夏季大祭 MAP 1 B-2

伝統的な日本建築の装飾が施された「だんじり」は、各町で自慢の一台が代々と受け継がれており年に1度のお祭りで貴布禰神社に集う。これを互いにぶつけあい勝負する「山合わせ」と呼ばれるケンカ祭りは有名で、毎年多くの見物客が訪れる。はじめの二日間は各地域を練り歩き、「山合わせ」は最終日の8月2日に見ることができる。商店街からの参道に夜店が並ぶのも見どころ。

●貴布禰神社 尼崎市西本町6-246 ☎06-6411-0170 kifunesan.jp

毎年7月31日 8月1・2日

地域の幸せ祈って回る神様のせて“みこし”をかつぐ

●杭瀬熊野神輿 MAP 4

杭瀬熊野神社の神様は、お参りに来られない人たちのために年に1度地域を回る。その時にお乗りになるのが「みこし」という乗り物。神社では毎年これを地元の人と一緒に担いで担ぐ仲間を募集している。「世界中の人にちょっとでも担いでもらって神様のパワーを感じてもらいたい」という宮司の中西さん。重さ1トンある「大みこし」の他、「女みこし」「子どもみこし」もあり、家族で参加できる珍しいお祭りだ。

●杭瀬熊野神社 尼崎市杭瀬本町1-9-36 ☎06-6481-6903 www.kuise.com

毎年10月 第1土曜と日曜

武庫川盆踊り

踊ればわかるニッポンの心



8月になると、夕方から公園や広場に櫓を組んで音楽を流し、その周りを踊りながら回り続ける「盆踊り」が各地で開かれる。子どもからお年寄りまで浴衣を着て「音頭」という独特のリズムで踊るこの行事は、日本文化を感じるのにぴったり。尼崎最大の盆踊りは毎年8月23～25日の3日間、武庫川河川敷公園（阪神武庫川駅東改札すぐ）で開かれる。時間は18時半から22時頃まで。飛びこみで踊ってニッポンを感じよう。



ニッポンの家庭の味なんです



ヒノデ水飴 (2200円)
砂糖を使わずお米だけで作る水飴。天然素材でどにやさしいので紅茶や料理にも便利。



尼の秘伝調味料セット (2350円～)
たこ焼き屋や串カツ屋などプロが使う味で、ラベルもかわいい「ワンダフルソース」。すだちとだし、しょうゆをブレンドした「ひろたのぼんず」は、さっぱりとした風味でどんな料理にもあう。醤油との3本セットが人気。



尼崎あんかけチャンポン (550円)
家庭で簡単に作ることができるとりとしたスープが特徴の尼崎のご当地ラーメン。

尼崎限定、知られざるニッポンの味を

ソース、醤油、お菓子やお酒、どれも尼崎限定のプレミアムな商品。地元の人だけが知っている珍しいニッポンの味をおみやげに。



溜息3秒 (8640円)
ペンを入れるとまるで吸い込まれるように静かに沈む不思議なペンスタンド。精巧な加工技術をもつ尼崎の企業が手がけた名品。



湯たんぼ (1810円)
工業都市尼崎ならではの高品質な湯たんぼは、お湯を入れてあったまる長く使える名品。

① メイドインアマガサキショップ MAP 1 A-4

尼で暮らす人たちがおすすめする地元の名物を集めたお店。珍しい調味料や国産湯たんぼ、ハイテクボールペンなど尼崎製にこだわったアンテナショップ。阪神尼崎駅前の公園内にあるので便利。

●尼崎市神田中通1-1 ☎10:00～18:00 木休 ☎06-6412-2086 クレジット可



おみやげはスーパーやドラッグストアでも

ちょっとしたお土産ものなら地元のスーパーやドラッグストアが便利。梅田や難波では売り切れている限定商品なども尼ならまだ手に入ることがあるかもしれない。阪神尼崎駅高架下のショッピングセンター「アマスタアマセン」にある「デイリーカーナートイズミヤ尼崎店」は24時まで営業しているのが嬉しい。駅前のスーパーだけあって働く人たちに便利なお惣菜も充実。JR尼崎駅前の大型ショッピングモール「キューズモール」にも大型スーパーやドラッグストアがあってチェックイン後の夜の買い物にも便利なまちなのである。



デイリーカーナートイズミヤ尼崎 (MAP 1 A-3)



中央商店街にある100円均一ショップ

泊



寺町の朝の静けさ、午後の商店街のにぎわい、そして立ち寄りたくなる夜の街の明かり…。時間によって表情の変わる尼崎に出会うなら、やっぱり泊まって過ごしたい。

※料金は大人1名の参考価格です。サービス料・消費税を含みます。
※このページに掲載している情報は、2016年2月現在のものです。
※ダブル・ツインは2名利用時の1名あたりの価格です。

② 尼崎セントラルホテル MAP 1 A-3

選べる枕に全室無線LAN完備、2回目以降のクイックチェックインなど、支配人自らが年間250泊して利用者目線で改良を続けているサービスが売り。商店街にも近いので、じっくり散策できそう。



●尼崎市昭和南通4-30 ☎06-6411-5000
チェックイン15:00～/チェックアウト11:00
【料金】シングル6800円～/ダブル4900円～/ツイン6500円～/駐車場1泊500円(要予約)
※各種割引料金は、ホテルフロントへ要問い合わせ。



④ 東横INN阪神尼崎駅前 MAP 1 B-3

関西国際空港と阪神尼崎駅をつなぐリムジンバス乗り場のすぐ前にあり、阪神尼崎駅西改札から徒歩1分という立地が魅力。全室無料Wi-Fi完備のほか、ロビーには無料のパソコンとプリンターも。



●尼崎市御園町19 ☎06-6416-1045
チェックイン16:00～/チェックアウト10:00
朝食無料サービス6:00～9:30
【料金】シングル6804円～/ツイン5022円～/駐車場1泊700円(要予約)



⑥ ホテルリブマックス尼崎 MAP 1 B-3

阪神尼崎駅西口から徒歩3分で、寺町と商店街にも近いので散策に最適。いい部屋がお値打ち価格で泊まれる早期割引がおすすめ。フロントは23時までの営業なので、チェックイン時間にはご注意ください。



●尼崎市西御園町119-1 ☎06-6412-8001
チェックイン15:00～/チェックアウト10:00
【料金】シングル7000円～/ツイン5000円～/駐車場1泊1000円(先着順)



① 都ホテルニューアルカイク MAP 1 A-4

地上100メートルの外観は阪神尼崎のランドマーク。和食、洋食、中華のレストランが揃い、グルメが充実している。最上階の「スカイバー トップ・オブ・ザ・クリスタル」からの大阪湾の夜景も美しい。全室無料Wi-Fi完備。



●尼崎市昭和南通2-7-1 ☎06-6488-7777
チェックイン14:00～/チェックアウト11:00
【料金】シングル15444円～/ダブル9504円～/ツイン13068円～/駐車場1泊500円



③ ホテル「ホップイン」アミダ MAP 2

大阪・梅田から最短5分のJR尼崎駅に直結している、JR西日本ホテルズのグループホテル。全室20㎡以上の明るい客室が190室。2Fのレストランではカジュアルにコース料理からパーティメニューまで楽しめる。併設のケーキショップも自慢。



●尼崎市潮江1-4-1 ☎06-6491-0002
チェックイン15:00～/チェックアウト11:00
【料金】シングル14040円～/ダブル9720円～/ツイン9720円～



⑤ 尼崎プラザホテル MAP 1 A-3

リーズナブルな価格設定が魅力のビジネスホテル。貸出枕コーナーの設置や、朝食の無料サービスは、心と体がリラックスできるように配慮されたもの。ホームページではスタッフによる近隣のラーメン店の情報も充実している。



●尼崎市東灘波町5-16-26 ☎06-6483-1100
チェックイン15:00～/チェックアウト11:00
朝食無料サービス6:30～9:00(1階居酒屋「提灯」にて)
【料金】シングル5000円～/ダブル3900円～/ツイン4150円～/駐車場1泊800円(要予約)



⑦ サンホテル尼崎 MAP 1 B-1

阪神出屋敷駅から徒歩2分。1階ロビーは無料Wi-Fiスポットになっており、さらに枕を選べる枕棚も。自分に合った素材や高さのものを選べば、ぐっすり休めること間違いなし。無料の朝食サービスもあり。



●尼崎市宮内町1-26 ☎06-6417-1300
チェックイン15:00～/チェックアウト10:00
朝食無料サービス6:00～9:00
【料金】シングル6700円～/ツイン6000円～/駐車場1泊800円(要予約)



① “巫女さん”体験記念撮影プラン

MAP 1 A-3

神社のおまつりをサポートする役割の女性「巫女」。日本のアニメにもよく登場する伝統的な衣装を着て、自分のカメラやスマホで記念撮影できるプランは前日までにホームページからご予約を。一人1000円。女性限定

●尼崎あびす神社 尼崎市神田中通3-82
☎06-6411-3859 www.amaebisu.com

こんな体験はじめて!



体験

おもてなしの街「尼」だからこそできたニッポン体験プラン。帰ってから思わず自慢したくなる思い出づくりを。

② 貸し切り銭湯プラン MAP 3

天然温泉が湧き出る銭湯「蓬莱湯」を2時間貸し切ることができるぜいたくプラン。金曜限定で20名以上のグループから予約可能。前日までに直接お問い合わせを。料金は大人420円、小学生160円、6歳未満60円

●蓬莱湯
尼崎市道意町2-21-2
☎06-6411-0567
houraiyu@yahoo.co.jp
◎15:00～23:30
貸し切りプランは金曜のみ



③ 日本旅館宿泊プラン MAP 1 B-1

100年近く続く伝統的な旅館に宿泊して日本文化を満喫するプラン。女将の樋口京子さんはオーストラリアで22年暮らした国際派なので、英語での対応もばっちり。ご予約はwww.takeyas.com から。一人1泊4200円～4900円(食事なし)

●竹家荘旅館 尼崎市宮内町2-85 ☎06-6411-2525
バーも併設(要予約) クレジットカードは不可



i 尼のみどころをここでチェック



④ あまがさき・魅力案内所 あまらぶi+Plus (アイ・プラス) MAP 2

尼崎の歴史や伝統、文化や産業、お出かけスポットやグルメなどの観光情報をご紹介します案内所。市内各所の施設のパンフレットやマップの設置、当パンフレット「尼崎一家のおもてなし」掲載店や施設との連絡や予約などもこちらでサポートしてもらえます。

●尼崎市潮江1-1-1 JR尼崎駅構内(改札外) ☎050-3772-5410
◎10:00～18:00 第2・4火休 ama-kan.jp

尼崎おもてなしパンフレット編集委員会

外国からの観光客が急増する尼崎市のおもてなしメニューや体験プランを発掘して伝えようと2015年9月に結成されました。この街の観光ムードを盛り上げようとパンフレットを製作し、尼崎の魅力を伝えていきます。

メンバー：尼崎市役所、尼崎商工会議所、尼崎信用金庫、尼崎あびす神社、杭瀬アクションクラブ、株式会社ティ・エム・オーニ崎、阪神電気鉄道株式会社
協賛：尼崎セントラルホテル、ホテル「ホップイン」アミダ、都ホテルニューアルカイク

アマを知る地元のプロが作りました。

