

自然にふれて、自分を見つめる  
心穏やかにされるまじ

犬寄峠の黄色い丘へ撮影に来てはいましたが、私にとって「中山」はまだまだ知らないエリアです。今回ゆつくり訪れてみて、「みんななでワイワイ」というより「二人で」行きたい場所だなあと感じました。木工体験をしたり、緑にふれたり、ヤギと遊んだり。パソコンにらめっこしながら、忙しい日々を送っている私にとって、中山は心身をリセットしてくれる場所。自分自身に意識を向けてゆつくりした時間を味わいたい人にぜひ訪れてほしいです。



**1** Nakayama  
**ヤギとコーヒー 佐礼谷コーヒースタンド**  
伊予市双海町上瀬2055 犬寄峠の黄色い丘

東京から移住し、ヤギを飼いながら焙煎をしている店主が用意してくれるコーヒーは、「はなやか」「まんなか」「こくぶか」の3種類。コーヒーに詳しくない私も、選びやすいラインナップでうれしかったです。営業日が限られているのでインスタをチェック!



撮影場所: ヤギとコーヒー 佐礼谷コーヒースタンド ▶

**2** Nakayama  
**なかやまクラフトの里 「道の駅なかやま」**  
伊予市中山町中山271 ☎089-968-0636

木工作業に  
チャレンジ!

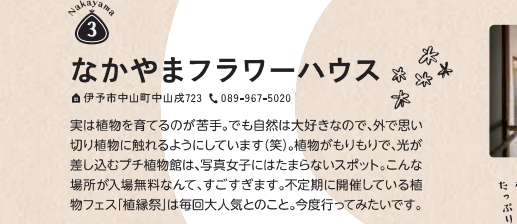
中山へ行くとき必ず立ち寄る道の駅。お土産を売るのほもちろん、そば屋さんやシャベット屋さん、パン屋さんもあって、この場所だけでもたくさんの体験ができる場所です。今回は「木遊舎」に立ち寄って、木工体験にチャレンジ。写真立てをつくりました。ものづくりってやっぱりいいですね。木の香りが手ざわりに癒されました。

**3** Nakayama  
**なかやまフラワーハウス**  
伊予市中山町中山成723 ☎089-967-5020

実は植物を育てるのが苦手。でも自然は大好きなので、外で思い切り植物に触れるようにしています(笑)。植物がもりもりで、光が差し込むブチ植物館は、写真女子にはたまらないスポット。こんな場所が入場無料なんて、すごすぎます。不定期に開催している植物フェス「植緑祭」は毎回大人気とのこと。今度行ってみたいです。

落ちこ〜

ボリューム  
ボリューム!



**6** Nakayama  
**こよみスペース**  
伊予市中山町中山成700-1 ☎089-989-9009

2023年11月にリニューアルオープンした、親子で自然体験学習ができる場所。木の上で1時間寝ころんで過ごす「ウッドセラピー」を体験しました! 私は、「インスピレーション」の意味を持つツイチイの木をセレクト。スマホをオフにして、「感じること」に集中。自分と向き合うすてきな時間になりました。

秘密の扉の隣に  
ほしが待っているよ

ナチュラルプレートでランチタイム

素材が  
いいから  
シンプルが一番♡



**5** Nakayama  
**草花ヴィレッジ**  
伊予市中山町中山成700-1(こよみスペース内)  
☎089-989-9009(こよみスペース)

「こよみスペース」内にある、無添加のパン屋さん。プリンもパンラビーズからつくるなどの、こだわりの作りです。今回は、「ナチュラルプレート」をオーダー。季節の野菜とパンに、ひよこ豆から作られるペースト「フムス」を添えたものなのですが、これがめちゃくちゃおいしく、フムスを買って帰りました。

