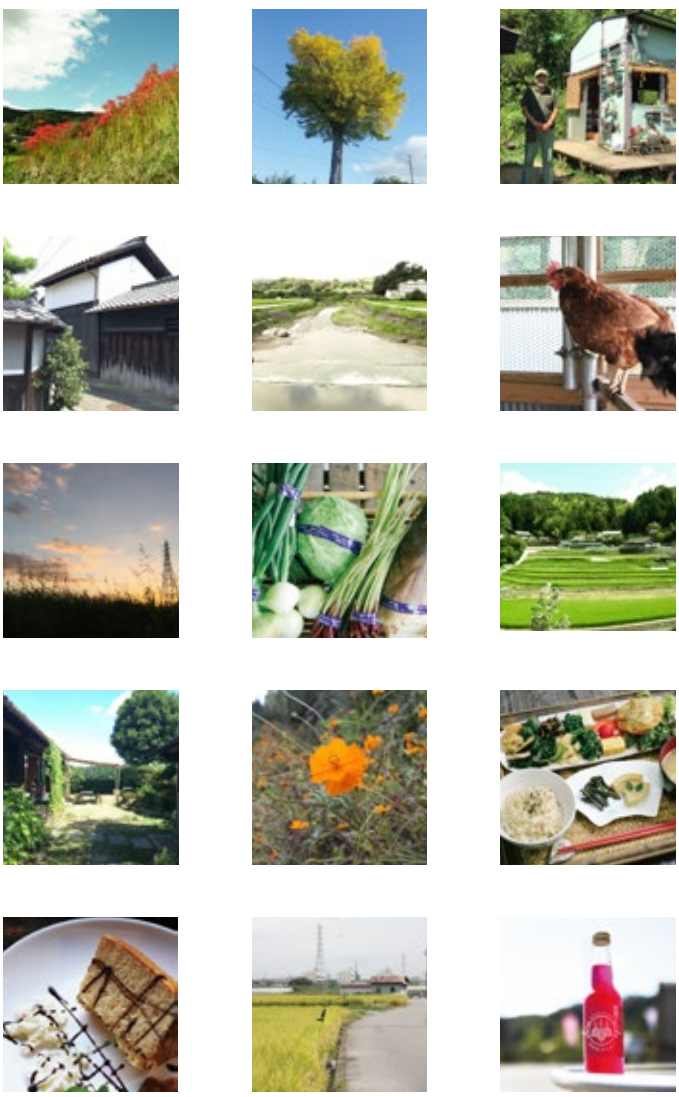


自然と会話するように
安威川を自転車で巡る

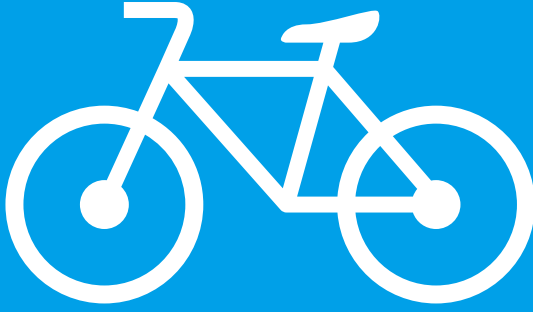
市街地から自転車で数分走だけで、里山が広がり、人の営みがある自然にアクセスできる茨木市。特に、3年半後に完成する安威川ダム周辺は、市街地の南部から山間部の北部にかけて、安威川をなぞるように水辺の景色を楽しむことができます。このマップでは、知られざる山間部のおすすめサイクリングコースを4つご紹介。箕面や吹田からだけでなく、京都からも訪れやすい安威川流域で、自転車文化を育むことを目指しています。



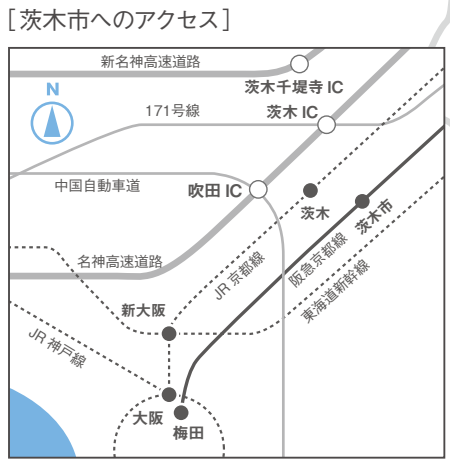
03

GO
CYCLING!
TO
AIGAWA

安威川サイクリング
チャレンジロードマップ



真ん中で半分に違って構わない

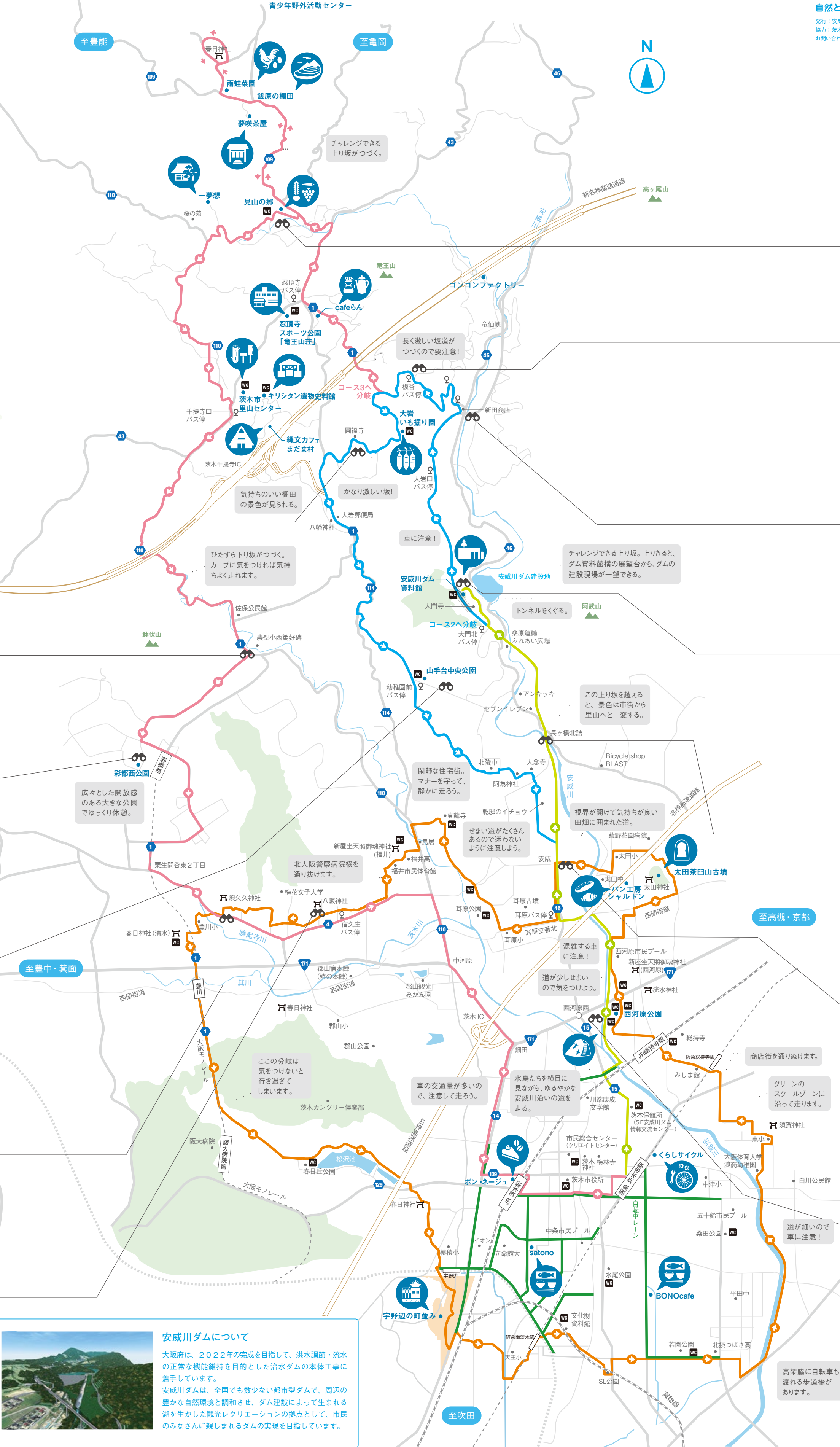


電車でお越しの場合 ○JR 京都線「茨木駅」にて下車。「大阪駅」より約13分 / 「新大阪駅」より約9分 / 「京都駅」より約16分 ○阪急京都線「茨木駅」にて下車。「梅田」より約20分 / 「河原町」より約26分 ○車でお越しの場合 名神高速道路「茨木 IC」または、新名神高速道路「茨木千早寺 IC」にて下車。

- おすすめサイクリングコース
- Course 1 ダムサイトコース(ショート) [15.2 km]
 - Course 2 里山周遊コース(ミドル) [24.2 km]
 - Course 3 ヒルツーリングコース(ロング) [39.0 km]
 - Course 4 茨木南部周遊コース(ミドル) [26.4 km]

※コースの詳細は、裏面をご参照ください。

View Point 見晴らしビューポイント



安威川ダムについて
大阪府は、2022年の完成を目指して、洪水調節・流水の正常な機能維持を目的とした治水ダムの本体工事に着手しています。
安威川ダムは、全国でも数少ない都市型ダムで、周辺の豊かな自然環境と調和させ、ダム建設によって生まれる湖を生かした観光レクリエーションの拠点として、市民のみなさんに親しまれるダムの実現を目指しています。

自然と話そう、人と話そう。 www.aigawa.jp

発行：安威川ダムファンづくり会 プロモーション委員会
協力：茨木市観光協会、茨木市、事務局サイクル 編集・デザイン：オプスデザイン
お問い合わせ：安威川ダム建設事務所 建設課 企画グループ TEL：072 (626) 6164



View Point 見晴らしビューポイント



府道1号線の道から南に広がる棚田の風景



安威川ダム資料館展望台からのダム建設現場の眺め



長々橋北詰から西の安威川と田園風景を望む



広大な空と田畑が広がる夕暮れスポット



安威川下流部河川敷の風景





築200年の家屋で季節の料理を味わう。

田舎のおばあちゃんの家に戻ってきたような、ほっこりとした気分させてくれる「一夢想」では、地元の旬の食材を使った田舎風季節料理を味わえます。築200年の家屋は、店主のご先祖が江戸時代から守り継がれてきた邸宅で、店名もご先祖の戒名から付けられました。庭に「心」、玄関先に「伝」を模した庭石があり、四季折々の草木や花と調和した見事な風景。自転車で走ってきたことを忘れてしまうほど、ゆったりした贅沢な時間を過ごしてください。

一夢想

大阪府茨木市上喜沢478
TEL 072-649-3025 (塩田) 営業時間 11:30～15:00
定休日 火曜日・毎月月初め・お盆・年末年始・臨時
※予約制となっており、必ず2日前までにご連絡ください。



採れたて野菜と、季節限定ジェラート。

見山地区の標高は200～450mあり、寒暖の差が激しい立地を活かした高原野菜は、大きさも味の濃さも抜群で、非常に鮮度が高く旨味があると評判。市内だけでなく市外からも、毎日たくさんの方が買いに来られます。また地元食材を活かした季節限定のジェラートや、能勢の桜川の銘水と鮮やかな色合いが特徴の見山特産の赤紫蘇を使った、茨木のご当地サイダー「赤紫蘇サイダー」も大人気。店内の喫茶スペースでは、「見山の郷de愛定食」をはじめ食事メニューも充実しており、サイクリストたちの休憩ポイントとしても利用されているようす。

de愛・ほっこり 見山の郷

[サイクルスタンド](#)

大阪府茨木市大字長谷1131 TEL 072-649-3328 FAX 072-649-3348
定休日 火曜日 営業時間 9:00～17:00
※11月～3月は16:00まで ※時期により異なります。



日本古来の生活に 思いを馳せる縄文ランチ。

千提寺の竹林の中に、ひっそりと佇んでいるのが現代風縄文型穴住居カフェ「まだ村」。柱には200年前の民家の古材を、円すい型の屋根材には琵琶湖の葦を使用されており、店内に入るとゆっくりとした時間が流れる、くつろぎの空間が広がります。おすすは、日本の伝統食である昔ながらの玄米と、新鮮な地元野菜をふんだんに使った「縄文ランチ」(要予約)。またスイーツのメニューも豊富です！

縄文カフェ まだ村

大阪府茨木市千提寺428
TEL 072-649-3800
営業時間 木・金 11:00～16:00
土・日・祝日 11:00～17:00
定休日 月曜日・火曜日・水曜日
(※祝日の場合は営業)
1月、2月は金・土・日の営業



暮らしがもっと便利になる自転車屋さん。

スポーツバイクの初心者でも気軽に入れるサイクルショップ「KURASHI cycle」。店長は大阪から北海道的までツーリングするほどの自転車好きで、豊富な知識や技術を教えられるから心強い。大切な自転車のメンテナンスをはじめ、サイクリングの拠点としても活用できます。暮らしがもっと便利になる自転車屋さんへ、友達や家族と遊びに行ってください。
「GO CYCLING! TO AIGAWA」では、KURASHI cycleと一緒に、自転車のイベント企画やサイクルツアーを提案していきたいと考えています。

KURASHI cycle

[サイクルスタンド](#)

大阪府茨木市末広町2-14 ユートピア末広1F TEL 072-664-3196
営業時間 11:00～20:00
定休日 火曜日 (祝日を除く)



「大阪緑の百選」に 選ばれている 緑豊かな公園。

たくさんの緑に囲まれた「西河原公園」は、安威川(廣川)敷を含め、従来からの樹木や竹やぶ、用水路をそのままに活かした自然豊かな公園で、平成2年度には「大阪緑の百選」にも選ばれました。野鳥が飛び交い、アオスズメバエなどの蝶やカワトンボなどの姿も見られ、園内の深流には小魚が泳ぐなど、市街地での小動物の楽園となっています。また、ゲンジボタルの人工育成にも取組んでおり、毎年6月前後に「ホテル観賞会」を開いています。

西河原公園

大阪府茨木市西河原3

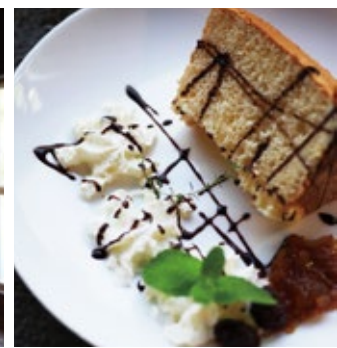


日本の原風景が残る 銭原の棚田を望む。

見山地区の代表的な風景である「見山十景」の一つにも数えられる、銭原の棚田。この銭原では、「遊休地の棚田を農地としてよみがえらせ、耕作・管理を通じて野菜などの実りの喜びや農業の苦労・自然の厳しさを学ぶ」銭原棚田保全会の活動もおこなわれており、美しい棚田が日本の農村の原風景を今に伝えています。

銭原の棚田

大阪府茨木市銭原



ゆったりとくつろげる、銭原の隠れ家カフェ。

銭原の棚田の風景に囲まれた、小高い丘の上にある古民家カフェ「夢咲茶屋」。レトロな雰囲気のお宝が並んだ、古民家を改装したつくりの店内は、田舎の家に帰ったような、とても落ち着いた空間。おすめは、野菜たっぷりの気まぐれランチとシフォンケーキ。要予約・1日1組限定でバーベキューも楽しめます。自転車で来られる方からの要望を受け、ラック式のサイクルスタンドが設置されているので、サイクリング途中に一休みにもどうぞ！

夢咲茶屋

大阪府茨木市銭原916 TEL 072-649-3087
営業時間 10:00～16:00 (ラストオーダー) 定休日 不定休



茨木の自然と触れあえる、 森の学び舎。

市民のみなさんに、身近な自然とふれあうことで、里山保全活動への関心を持っていたために開設された、茨木市里山センター。地元の里山保全ボランティア団体の活動拠点としても利用されています。毎年5月に開催される「茨木市里山まつり」をはじめ、「炭焼き講座」「木工教室」など、さまざまなイベントや講座を開催しており、だれでも気軽に茨木の自然と触れ合うことができます。

茨木市里山センター

大阪府茨木市泉原2-0-2 TEL 072-646-7531
営業時間 9:00～17:00
定休日 火曜日 (祝日の場合は翌営業日)



いつでも焼き立てが食べられるパン屋さん。

材料や製法にこだわりのながらも、安くても美味しいをモットーに100円代のパンを常時200種類も揃えている手作りパン屋さん「パン工房シャルドン」。パンづくりの工程から店頭までがまるで工場を絞って工夫をしているから、いつでも焼き立てのパンが食べられます。一番人気のクリームパン(110円)は生地50gに対して自家製カスタンドクリームが70gというボリューム。また、イートインスペースやテラス席では、パンと相性のいいコーヒーを無料で提供しています。朝4時から開店しているので、早朝からのサイクリングにおすすめです。

パン工房シャルドン

大阪府茨木市太田2-13-15
TEL 072-626-3663 営業時間 4:00～17:00
定休日 年中無休



亀岡街道「宇野辺」の古い街並みを探索。

京都亀岡と大阪高槻を結ぶ亀岡街道沿いに位置する宇野辺は、旧家などの古い町並みを探索することができます。宇野辺の地名は、「井の辺」から転訛したといわれ、水が湧き出る土地柄でした。道沿いには用水路が目にとまり、地名の由来を喚起してくれます。この亀岡街道を北へ進んで行くと、茨木市中原町で西国街道と交差します。歴史を感じながら、ゆっくりとしたサイクリングも楽しみ方のひとつですね。

宇野辺の町並み

大阪府茨木市宇野辺



サイクリストを癒やす、忍頂寺のオアシススポット。

総面積67,527平方メートルにわたる広大な敷地を有する、茨木市のスポーツ・レクリエーション施設。サイクルスタンドがあり、自転車を置くことができるので、サイクリング途中での休憩にも最適。「レストランやカフェ」では、パノラマの景色を眺めながらお食事でもできます。また、2015年に梅花女子大学と竜王山荘とのコラボで生まれた「安威川ダムカレー」がレストランやまみにて販売中です！

忍頂寺スポーツ公園・竜王山荘

[サイクルスタンド](#)

大阪府茨木市大字忍頂寺1049番地 TEL 072-649-4402
定休日 12月29日～翌年1月4日まで ※営業時間は施設内で異なります。



自然が持つ本来の力を大切に作る菜園。

お話しにできそうな可愛い鶏舎がある「雨蛙菜園」。この土地に棲んでいる雨蛙と共生できるように農業や肥料を使わず、自然本来の力を發揮させる「自然農」を営んでいます。平飼いによる「自然卵養鶏」では、市販の配合飼料を使わずに育てられた鶏の卵を販売していて、卵アレルギーの方にリピーターがいるほど。自転車で坂道を登りきったあとに、土、水、空、草が備わった素敵な菜園で一息ついてみませんか？自然卵をお買い上げの方に自家焙煎のコーヒーを無料で提供しています。

雨蛙菜園

[サイクルスタンド](#)

大阪府茨木市銭原440番地
TEL 090-2048-4333 (こだま) 営業時間 日曜日 7:00～15:00 カフェ 8:30～15:00
定休日 平日・土曜日・祝日も、ご連絡ください。
※「まちライブラリーあがまえるさいえん」も併設しており、読書も楽しめます。

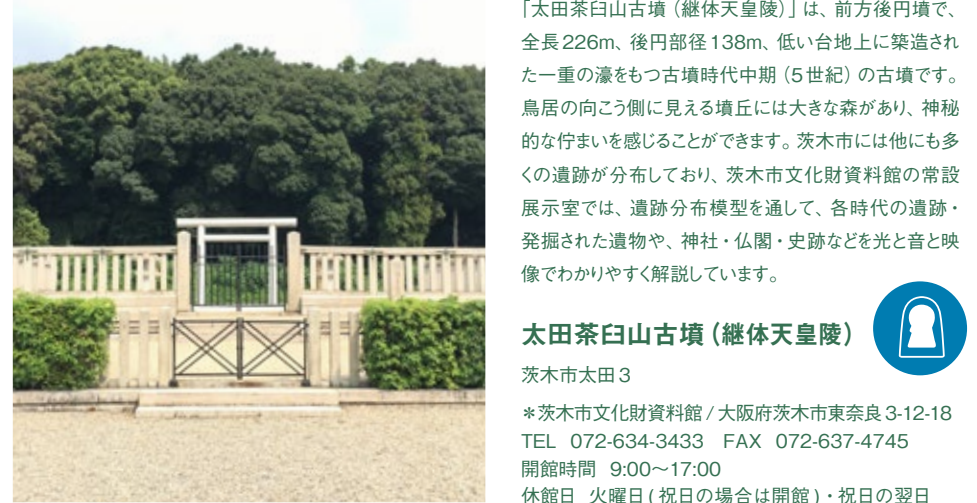
隠れキリシタンの里で、 茨木の歴史をたどる。

キリシタン大名として有名な高槻城主・高山右近の領地であった千提寺の周辺では、かつて多くのキリスト教信者が暮らし、キリスト教禁制後も「隠れキリシタン」として、信仰を守ってきました。この史料館では、「マリア十五夜義団」「キリスト断罪刑」をはじめ、当時の信仰の様子を伝える隠れキリシタンの遺物を展示しています。

キリシタン遺物史料館

大阪府茨木市大字千提寺262
TEL 072-649-3443
FAX 072-649-3443
開館時間 9:30～17:00
定休日 火曜日 (祝日の場合は翌開館日)
年末年始 (12月29日～1月3日)

サイクルスタンド



住宅街にある 前方後円墳の神秘的な森。

「太田茶臼山古墳(継体天皇陵)」は、前方後円墳で、全長226m、後円部径138m、低い台地上に築造された一重の濠をもつ古墳時代中期(5世紀)の古墳です。鳥居の向こう側に見える墳丘には大きな森があり、神秘的な佇まいを感じることができます。茨木市には他にも多くの遺跡が分布しており、茨木市文化財資料館の常設展示室では、遺跡分布模型を通して、各時代の遺跡・発掘された遺物や、神社・仏閣・史跡などを光と音と映像でわかりやすく解説しています。

太田茶臼山古墳(継体天皇陵)

茨木市太田3
※茨木市文化財資料館 / 大阪府茨木市東泉良3-12-18
TEL 072-634-3433 FAX 072-637-4745
開館時間 9:00～17:00
休館日 火曜日 (祝日の場合は開館)・祝日の翌日
(日曜日の場合は開館)・12月29日～1月3日

本気のこだわり自家焙煎 コーヒーと手づくりケーキの アンサンブルを楽しむ。

1966年創業、職人による手づくりケーキと自家焙煎のコーヒーにこだわってきた、ボン・ネージュ。世界中から厳選して集められた22種余りのコーヒー豆は、それぞれの特徴を活かした焙煎方法と、店主自らのハンドピッキング(豆の選別)を経て提供されます。ぜひ、お気に入りの豆を見つけてみてください。店主のおすすめ「キリマンジャロ・ルンゴ」は「コーヒーを飲んだら、村の教育と森林を守る」ルカニ村・フェアトレード・プロジェクトで開発されたもの。

ボン・ネージュ

大阪府茨木市西町前3-21
TEL 072-626-7484
営業時間 9:00～22:00 定休日 不定休



「里の、モノ、コト」に 出会うことができます。

里山の四季を感じながらゆったりとお食事ができる、街と山がつながる場所「satono」。北摂北部に広がる自然がすぐそばに感じられる旬替わりのランチをはじめ、手作りケーキや自家製マフィン、ドライブアウトができるドリンクなど、五感で楽しめるメニューが揃っています。お店前の岩倉公園で食べられるようなお弁当やおむすび、ソフトクリーム、タピオカミルクティーなどの販売もしています。店内では、陶器やハンドメイド雑貨の展示販売も行っています。

satono

茨木市新中条町1-30
VIERRA 茨木新中条1F (岩倉公園前)
TEL 072-627-8222 営業時間 11:00～18:00
定休日 不定休



地元の食材を使った里山ランチ。

若い世代が少なくなっている地元に「人が集まる場所をつくりたい」とはじめた古民家カフェ「cafeらん」。地元の食材を使った「おからの里山ランチ」は、その日に採れた旬の野菜を味わえます。食後のコーヒーには、お隣の「たたらば珈琲焙煎場」でつくった「らんブレンドコーヒー」。山の中で気持ちよく飲める清涼感です。店主こだわりの1枚板の厚みイナングテーブルで、田舎に帰った気持ちでゆっくりお過ごしください。

cafeらん

[サイクルスタンド](#)

大阪府茨木市忍頂寺164-5
TEL 090-5060-2144 営業時間 毎月第3日曜日 11:00～17:00
※予約制となっております。お早めにご連絡ください。



安威川ダムと、周辺地域の魅力を 伝える文化発信拠点へ。

安威川ダムの建設現場を一望できる大門寺北側高台ゾーンにある「安威川ダム資料館」は、「ダム周辺の地域づくりの拠点」となることを目的として開設されました。ダム見学に訪れる方たちへのPR施設としての利用のほか、「安威川ダム資料館 文化教室」と題し、野菜ソムリエから楽しむ野菜を学ぶ「やさしい教室」や、里山活動や森林浴のリラクゼーション効果について学ぶ「森の教室」など、さまざまなイベントを開催しています。今後この資料館では、安威川ダムとその周辺の魅力を、みなさんに広く知っていただくための取組を積極的にこなしていきます。ぜひご期待ください！

「ダムカード」を集めてみませんか？

安威川ダムは平成26年11月に本格的に竣工し、それにあわせてダムカードの配布を開始しました。現在は「建設中Ver.2.0」を配布しています。工事の進捗にあわせて、今後様々なバージョンのカードが登場する予定です！

【ダムカード配布場所】

- 安威川ダム建設事務所 茨木保健所4階
9時～17時45分(平日のみ) TEL 072-626-6083
- 安威川ダム情報交流センター 茨木保健所5階
10時～16時(平日のみ) TEL 072-626-6083
- 忍頂寺スポーツ公園 竜王山荘
9時～21時 TEL 072-649-4402
- 安威川ダム資料館
開館時間等は下記をご参照下さい。



【ダムカード】ダムのPRを目的として、全国のダム約500所で行われるダムの紹介カード。それぞれの管理所などのホームページに、収蔵には掲載される必要があり、安威川ダムにも全国からたくさんの方が収蔵にきています。安威川ダムのほか大阪府内では、箕面川ダム、浪山川ダム、美濃川ダムにも配布しています。

安威川ダム資料館

[サイクルスタンド](#)

安威川ダム資料館の定期開館が始まりました。資料館棟の展望台からは、いつでもダム工事現場をご覧いただけます。
開館時間 毎週木曜日13:00～16:00
毎月第1、第3土曜日10:00～16:00
問合せ 安威川ダムJV工事事務所 TEL 072-648-5464



自分でお芋を収穫し、 採れたてをその場で味わう。

茨木市大字大岩にある大岩いも掘り園は、ホクホクとした食感で甘味の強い「紅あずま」という品種のさつまいもが植えられています。毎年9月下旬からの期間限定でも掘り体験ができ、シーズン中は家族連れで賑わいます。園内ではバーベキューも楽しむことができ、旬の味をその場で味わうこともできます。11月初旬までの期間限定で、いも掘りのみの場合は予約不要。また、併設のカフェスペースで、休憩も可！

大岩いも掘り園

大阪府茨木市大字大岩82
営業時間 9:00～16:00 (9月15日～11月3日の土・日・祝)
※30人以上の場合、7日前までに予約すれば平日午前中のみも可能です。
問合せ 茨木市観光協会 TEL 072-645-2020 (土・日・祝はつながりません)



茨木の旬がわかる自然食ランチ。

新鮮な旬の食材を通して、地産地消の暮らしを伝える「BONOcafe」。無農薬・減農薬で自家栽培された野菜の自然食メニューや手作りデザートは、朝一番に届いた食材で作られます。四季の変化を味わえるオスメの定食には、水と空気が綺麗な茨木市作・泉原で丁寧に育てられた10種類以上の採れたて野菜や「きぬひかり一等米」など、ほとんどの食材が茨木産。地産地消、子どもたちの食育にもつながるお店です。

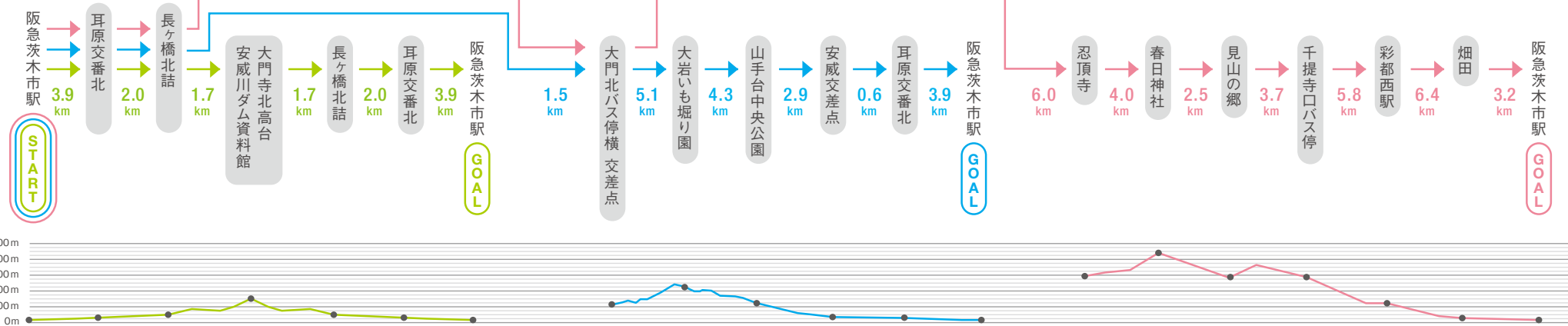
BONOcafe

大阪府茨木市水尾2-14-35
TEL 072-632-5124 営業時間 11:00～17:00
定休日 日曜日・祝日

Course 1 ダムサイトコース(ショート) **[15.2km]** 茨木の市街地から安威川沿いを北上して走る、とても気持ちの良いコース。最後の大門寺北高台へ向かう坂道はなかなかハード。

Course 2 里山周遊コース(ミドル) **[24.2km]** 知る人ぞ知る、福寿墓地の見晴らしや、山手台中央公園の見晴らしを楽しめる中級者向けコース。中盤以降は下り坂を気持ちよく走ることができます。

Course 3 ヒルツーリングコース(ロング) **[39.0km]** 茨木の里山を満喫するロングコース。急勾配の道が多いものの、途中で休憩できるポイントもたくさんあるので、無理せず自分のペースで！



Course 4 茨木南部周遊コース(ミドル) **[26.4km]**

茨木南部の町並みをゆっくり探索しながら気軽に走れるコース。安威川や田園の風景、道端から旧家の古い町並みまで観光気分ですべてください。

