

Journey to the countryside and nature of Japan

Green Tourism

體驗日本農村生活

綠色旅遊

推薦地介紹

生態旅遊是指，到農村或漁村，在與當地居民交流中體驗當地的自然、文化和生活的旅遊形態。在日本，可以在全國各地參加生態旅遊。部分日本自然、文化、生活體驗項目可以在離城市不遠的郊區參加。到日本旅遊時，參加生態一日遊是一個很好的選擇。另外，也可以住在農家民宿，與當地居民愉快交流，體驗日本農山漁村的生活。

生態一日遊的體驗項目包括，品嚐地方鄉土料理，採摘蔬菜或水果，體驗地方傳統文化等。如果參加住宿型旅遊，可以住在農家民宿，與當地人一起製作，品嚐鄉土料理，參加地方傳統節慶活動。

本宣傳冊中選取了可以接待海外遊客的地區。其中部分地區已經擁有接受海外教育旅遊的經驗。熱情的當地居民期待與您共享日本農山漁村之美。

Green Tourism

Journey to the countryside and nature of Japan

體驗日本農村生活 綠色旅遊 一推薦地介紹一



Iiyama City Nagano
長野県
飯山市



Noto town Ishikawa
石川県
能登町(春蘭の里)



Aomori
青森県全域

Iki City Nagasaki
長崎県
壱岐市



Minakami town Gunma
群馬県
みなかみ町

福岡
Fukuoka

広島
Hiroshima

大阪
Osaka

名古屋
Nagoya

東京
Tokyo

Minamiboso city Chiba
千葉県
南房総市

Takachihogo Miyazaki
宮崎県
高千穂郷



Izumi city Kagoshima
鹿児島県
出水市



Tanabe city Wakayama
和歌山県
田辺市



<地方特色>

青森縣位於日本本州島最北端，三面臨海。十和田本幡平國立公園、世界自然遺產地白神山地等坐落其間，自然資源豐富。同時青森縣是個充滿魅力的地方，境內有日本最大規模的繩文集落古蹟—特別史蹟三內丸山遺跡、聞名世界的火節—“睡魔節”等。此外，還盛產世界頂級品質的蘋果，白山藥，扇貝等美味食物。

您想悠閒地感受四季各異的自然風光，體驗傳統文化，同時品嚐美味鄉土料理，與淳樸的農家人交流麼？那就快來青森吧。



■交通讯息

【機場】

從青森機場乘出租車（30-40分鐘）⇒ ①平川市、②黑石市

【新幹線】

新幹線・十和田七戶站乘出租車（10-30分鐘）⇒ ③十和田市、⑤七戶町

新幹線・八戶站乘出租車（20分鐘）⇒ ④南部町

■旅遊景點、自然、文化、美食（鄉土料理等）、特產等



弘前城公園的櫻花（春）



青森睡魔節（夏）



奧入瀨溪流的紅葉（秋）



八甲田山的霧凇（冬）



產量日本第一的蘋果



安全安心且美味的海貝

■綠色旅遊菜單

<接待方>

接待團體名稱	地區	農家民宿數（戶）	可接待人數（人）
①NPO法人尾上藏保存利活用促進會	平川市	83	400
②NPO法人黑石・故郷・蘋果村	黑石市	13	120
③十和田農業體驗聯絡協議會	十和田市	26	80
④健康村寄宿聯絡協議會	南部町	38	190
⑤七戶町農村體驗協議會	七戶町	24	120

四季各具特色的農業體驗・文化體驗活動

【春】蘋果花採摘、插秧、採摘蔬菜、插苗等

【夏】挖大蒜、收割蔬菜、採摘果實等

【秋】採摘蘋果、葡萄，割稻，收割蔬菜等

【冬】溫室栽培、試穿和服、體驗茶道等文化體驗活動



採摘蘋果



體驗插秧體驗



文化體驗



生活體驗

【住宿型參考商品價格】

價格：8,400~9,900日圓（包含三餐，農業體驗）

可對應語言：中文（北京話、台灣話）、韓語、泰語、越南語、馬來西亞語、英語

可接待人數：每戶農家可接待3~4人。共可接待30人左右的團隊。

住宿時的注意事項：請自備睡衣，牙膏牙刷等。

提供語言服務（每位翻譯5,000日元／天＋住宿費）

擅長日語的留學生將根據遊客要求，一同住在農家，提供會話翻譯服務。

通過這些語言翻譯，能加深與農家的交流，更好地理解日本生活與文化。

<諮詢處>

對應語言：日語、英語

窗口：青森中央學院大學 負責人：野呂香織

TEL:017-728-0131 E-MAIL:international@aomoricgu.ac.jp

地址：030-0132 青森市橫內字神田12番地 WEB: <http://www.greentourism-aomori.jp/>

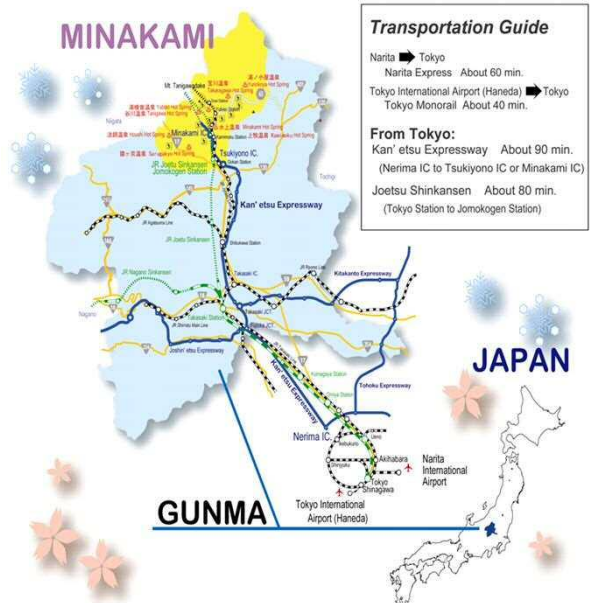
<地方特色>

水上町位於群馬縣最北部，利根河就是發源於此。

此地自然資源豐富，擁有供應首都圈自來水的水庫5座，入選“日本百大名山”的山岳5座：谷川山、武尊山、至佛山、卷機山、平岳。日本之美匯聚於此。既有以穀川岳的“一之倉澤”為代表的山岳風貌，也有螢火蟲飛舞的美麗田園，還有各處湧出的溫泉等。

我們充分利用這些自然資源，準備了豐富多樣的體驗活動。既有登山、滑雪、漂流等戶外活動項目，也有蘋果、櫻桃等水果採摘活動，還有手工藝品製作等體驗活動。

另外，從首都圈到此交通便利，從東京乘坐新幹線只需1小時，高速巴士2小時即可到達。



■交通讯息

【電車】

○ 成田機場— 成田特快— 東京站— 上越新幹線— 上毛高原站
60分鐘90分鐘

○ 羽田機場— 東京單軌電車— 東京站— 上越新幹線— 上毛高原站
40分鐘90分鐘

【駕車】

○ 練馬高速入口— 關越高速公路— 月夜野高速出口或水上高速出口
90分鐘

■附近的觀光景點

◎ 工藝之鄉・・・在一片田園風光中，以舊三國街道的須川宿為中心，分佈著體驗工坊、物產店、農家飯店等計29間。在這裡，您可以輕鬆愉快地體驗到「竹編」、「草編」等日本傳統手工藝品的製作。

◎ 谷川岳纜車・・・可以欣賞到日本百大名山之一、谷川岳（海拔1977m）的壯美景色。由春至秋，不同時節可以欣賞到不同的景色，如高山植物的花園、色彩艷麗的秋葉等。

◎ 水上18湯・・・18處個性十足的溫泉。其中包括以自然及民間傳說之鄉而聞名的猿京溫泉，沿街的历史悠久的溫泉療養地、上牧溫泉。情趣盎然的溫泉，野趣橫生的溫泉，小巧的民家住處，大氣的旅館，水上町的溫泉各有特色，請一定光臨。



■綠色旅遊菜單

體驗游菜單	所需時間	可體驗時期	價格 (人)	可接納人數
○ 插秧	2小時～	5月中～6月上	2,000日圓	4～300人
○ 採摘水果 (蘋果等)	30分～	9月下～11月下	500日圓～	1～300人
○ 手工藝品製作體驗 草編、竹編、陶藝、わら細工、竹細工、陶芸、面具製作等	1小時～	全年	1,000日圓～	1～300人
蕎麥麵製作體驗	1小時	全年	1,000日圓	3～100人
○ 皮划艇	3小時～	4月下～10月下	6,000日圓～	1～300人
○ 獨木舟	3小時～	4月下～11月中	6,000日圓～	1～100人

■體驗場景 (照片)



【其他・注意事項】

- ・非常歡迎海外教育旅行團。
- ・可根據旅行團的需要，製作特別旅行計劃。

【諮詢處】

對應語言：日語。如果發送郵件的話，可對應日文或英文。

窗口：水上町教育旅行協議會

TEL：0278-62-0401 E-MAIL：taiken@enjoy-minakami.jp

地址：群馬縣利根郡水上町月夜野1744-1

WEB：http://www.enjoy-minakami.jp/taiken/

〈地方特色〉

飯山市位於長野縣最北部。日本第一長河、千曲川流經此處。沿岸展現著日本故鄉的原風景。這裡是日本不多的多雪地之一。曾經作為城下町而繁華一時。又因為寺廟多而被愛稱為“雪國的小京都”。

得益於這裡清冽的雪水，四季分明的氣候，這裡生產的大米，蘑菇等的農產品非常鮮美，受到很高評價。

利用農家民宿，接待國內外的教育旅行團、與農業有關的團隊旅遊團等參加農業體驗。因為是分民宿參加農業體驗，所以可以受到細緻入微的接待，也能與當地居民的熱情交流。



■交通訊息（飛機、高速公路）

【飛機】

成田機場→JR東京站經長野新幹線→JR長野站

經飯山線→JR飯山站約4個小時

富山機場→富山高速入口→豐田飯山高速出口→國道117號→飯山市區約2個小時

【高速公路】

練馬高速入口→藤岡立交橋→更殖立交橋→豐田飯山高速出口→國道117號線→飯山市區 約3個小時

■旅遊景點



從油菜花公園遠眺千曲川



紅葉中的寺廟



雪屋之鄉

參考商品（農家住宿+日本文化體驗）>（到達14:00 / 離開13:00）

◆行程入村儀式→疊和紙（做明信片）・雕金體驗（製作書籤）→ 在寺廟裡體驗坐禪→
晚飯→ 與當地居民交流→ 入浴→ 就寢→ 早餐→ 體驗做壓壽司・蕎麥麵→
中飯（壓壽司、蕎麥麵）→ 離村儀式

◆價格（飯山網）：13,500日圓

（費用包含：1晚3餐、疊和紙體驗、雕金體驗、坐禪體驗、製作壓壽司，製作蕎麥麵體驗）

◆住宿：農家住宿，分開住宿◆可接待人數：50人

※7-9月可在第2天早餐前增加蔬菜收割體驗。



■參考行程（住小別墅+野外活動體驗）（到達14:00 / 離開10:00）

◆行程入村儀式→ 草木染體驗→ 蔬菜收割體驗→燒烤晚餐（用收割的蔬菜和土產miyuki豬肉）
→ 夜間爬山→ 入浴→ 就寢→ 早餐→ 自由活動→ 離村儀式

◆價格（飯山網）：11,500日圓

（費用包含：1晚2餐、草木染體驗、蔬菜收割體驗、夜間爬山）

◆住宿設施：小別墅（1棟4~7人）、10棟（最多50人左右）

◆可接待時期：7~9月



代表性體驗項目詳細信息（飯山網）

體驗菜單	所需時間	可體驗時期	價格（每人）	可接待人數
體驗做糯米糕	1個小時	全年	800日圓	10~40人
雕金體驗（製作書籤）	1個小時	全年	1,700日圓	10~30人
湖內划船	2個小時	5月~11月	4,000日圓	10~30人
製作年輪蛋糕	3個小時	去年	1,500日圓	10~40人
製作胡蘿蔔汁&冰淇淋	2個小時	4月~5月上旬	1,500日圓	10~30人

【教育旅行接待】

可接待海外教育旅行團。（包括團隊旅遊）

可接待人數：100人以內

【預約流程】※通過代理商（地接）的情況除外

報名截止日期：1個月前

違約金：根據本公司相關規定

結算方式：僅限當天現金支付

【諮詢處】

對應語言：英語

窗口：一般社團法人信州飯山（iiyama）觀光局 負責人：浮田友繪

TEL：0269-62-3133 E-MAIL：info@iiyama-ouendan.net

地址：飯山市飯山1110-1飯山市役所內

WEB：http://www.iiyama-ouendan.net

〈地方特色〉

**綠色寶庫 讓水與綠色傳於後世
定能找到 您所尋找的**

致力於地域振興的地域。追求“一日一客”，即使是獨自來的客人，也能獨享圍著圍爐，使用自古流傳至今的輪島產的餐桌與餐具，和手工製作的筷子享受當地土生美食的待遇。擁有農家民宿30家，廢棄學校改建設施1處（10個房間）。保留著日本的原風景，黑瓦白牆，富有魅力。全面打造綠色旅遊地，被譽為春蘭之鄉。同時作為教育旅遊的接待地，平成22年度，我們接待了包括來自中國在內的11個團隊。

交通アクセス



■交通訊息（機場、高速公路）

【機場】

能登機場→出租車15分鐘

【高速公路】

能越高速終點（能登機場出口）行駛20分鐘

■周邊景點



輪島早市



白米梯田



千里海岸車道

■參考商品（參考滞在行程） 住宿型（到達 / 離開）

- ① 一般：到達→可與遊客商量體驗、吃飯（圍著圍爐）
想要參加體驗活動的，5人以內5000日元，超過5人每名1000日元。
山菜、蔬菜、蘑菇等，每100克200日元。
- ② 教育旅行：入村儀式→根據各個學校的要求制定行程



【住宿型參考商品價格（採購價格：含手續費）】

個人、一般： 1人13,650日元
 （費用包含內容：） 2人11,550日元，
 3人以上9,450日元
 教育旅行：1人9,500日元（包含體驗活動費用）

可選擇語言：日語、中文、台語

可接待人數：一家農戶可接待一組（5~10人），地方共30家。廢棄學校改建設施10個房間，可接待50人。

住宿型商品的注意事項：備有浴衣，牙刷，毛巾

■參考商品（滯在型參考行程）

一日遊（到達10：00／離開2：00）：可與遊客商量停留時間4小時

① 10：00到達製作餐具→體驗農業（中飯） 2：00離開

包含材料費，計3,000日元

一日遊（到達10：00／離開2：00）：可與遊客商量停留時間4小時

② 10：00到達採摘蘑菇→中飯2：00離開

包含材料費，計3,000日元



【一日遊參考商品價格（採購價格）】 ① ¥3,000日元(包含內容：體驗活動費用及簡單食物)

可選擇語言：日語，中文，台灣話

可接待人數：200人以內

注意事項：需要預約

【代表性體驗活動及價格（採購價格）】

體驗菜單	所需時間	可體驗時期	價格（人）	可接待人數
插秧	一天	5月～6月上旬	1000（5人以內）	200人
割稻	一天	9月～10月上旬	1000（5人以內）	200人
遊玩小溪	半天	7月～8月	1000（5人以內）	200人
採蘑菇	半天	10月～12月	1000（5人以內） 及收穫物每100g200日圓	200人
挑神燈（節慶活動）	一天	全年	1000（5名以內）	200人

【預約流程】 ※通過代理商（地接）的情況除外

預約截止日：個人行的遊客于住宿日3天前截止。教育旅行或團體旅行的遊客請務必于2個月前預約。

解約金：旅行實施日7天前為止解約，不收取解約金。7天前至3天前解約，收取旅行費用的50%。
3天前至當日解約，全額收取。

結算方式：現金。

【教育旅遊接待】

隨時接待國外教育旅遊團。歡迎與我們洽談。

可接待人數：200人

【諮詢處】

可選擇語言：日語，中文，台語

窗口：春蘭之鄉實行委員會事務局

負責人：多田喜一郎 汪銘皓

TEL:0768-76-0021

FAX:0768-76-1214

E-mail: shunran@shunran.nifo

地址：石川縣鳳珠郡能登町宮地16-9

WEB: www.shunran.info

〈地方特色〉

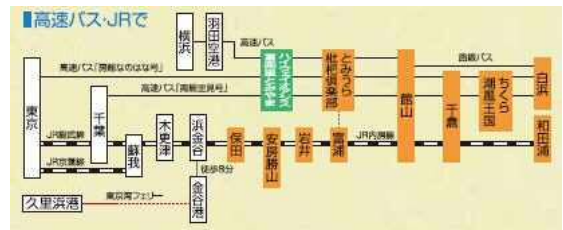
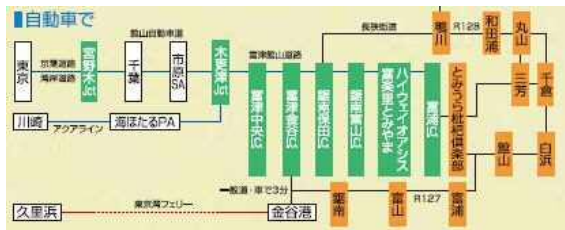
位於千葉縣房總半島的南部，西界東京灣，東、南臨太平洋，成三面靠海之勢。受流經深海的暖流影響，冬暖夏涼，是典型的海洋性氣候。這裡也因此被認定為“南房總國定公園”。

隨著東京灣akua-line高速及東關東高速館山線的全面通車，從東京圈到這的時間縮減為1小時，交通十分便利。這裡堪稱自然寶庫，每年接待眾多遊客。夏天可來海水浴場避暑，早春則在花園中採摘鮮花。

南房總擁有豐富的自然、歷史、文化資源。我們充分利用這些資源，開發了適合各個年齡層的多種自然體驗項目。另外，市區內分佈有8個各具特色的遊客中心“道之驛”。這也是南房總作為旅遊景點的魅力之一。



■交通



・從成田國際機場出發

駕車) 成田國際機場→〔新機場高速・東關東高速・京葉線・館山線・富津館山線〕→富浦高速出口

電車) 成田國際機場～【JR成田線】～千葉站～【JR內房線】～岩井站・富浦站・千倉站・千歲站・南三原站・和田浦站

■附近有名的景點

【花園】



自然

南房總氣候溫和，冬季花園內鮮花盛開。每年1-3月是觀賞佳期。提前感受春的氣息。

【大房岬】



靜謐的大海和壯觀的海蝕景觀。在南房總國定公園內。全年都可欣賞自然美景。

【黑瀑】



位於「花嫁街道」內的南房總的有名瀑布，落差15m。是徒步經過的景點之一。

【高家神社】



文化

歷史可追溯到“日本書紀”時代。是日本唯一一個祭祀料理祖師的神社。

【野鳥埼燈塔】



建於明治初期。至今仍守候著往返於太平洋的船隻。

【房州團扇】



南房總位居日本三大團扇產地。房州團扇是千葉縣的傳統手工藝品之一。

【namero・燒sanga】



食物、特產

漁家町・南房總的鄉土料理。把新鮮的鱈魚等刺成肉泥，加入調味料，就成了namero。把它稍微烤燒一下就是sanga。

【房州太卷壽司】



房總的母親們代代相傳的南房總土菜。根據季節不同，可變換多種材料和圖案。

【房州枇杷】



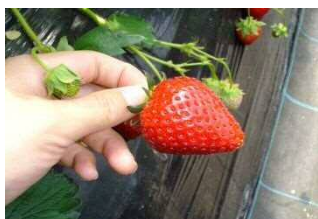
每年進貢皇室的枇杷。是日本僅有的幾個枇杷產地之一。

■旅遊旅遊菜單

■ 體驗項目具體訊息(內容、所需時間、可體驗時期、價格、可接待人數。)

體驗菜單	所需時間	可體驗時期	價格 (每人)	可接待人數
採摘體驗 (草莓)	30分鐘	1月~5月上旬	1,000日圓~1,600日圓 <small>※根據時期有所不同</small>	10~40
採摘體驗 (房州枇杷)	30分鐘	5月中~6月中	500日圓~2,500日圓 <small>※根據體驗內容有所不同</small>	10~40
採摘體驗 (橘子)	30分鐘	10月上~12月下	400日圓 <small>※根據季節和蔬菜不同, 價格有所不同。</small>	10~45
多肉植物&仙人掌移植	40分鐘	全年	1,000~1,500日圓	10~40
房州團扇製作	60分鐘	全年	1000日圓	10~35
太卷壽司製作	60~90分鐘	10月~5月	700日圓~ <small>※根據種類, 數量不同有所差別</small>	10~35
製作枇杷醬	60分鐘	全年	1,000日圓	10~35
製作乾貨	60分鐘	全年	1,100日圓	10~30
拉網捕魚體驗	60分鐘	4月~10月	60,000日圓每次	40~

■體驗場景 (照片)



【其他・注意事項】

- 除上述項目之外, 還有自然體驗項目。
另外, 針對教育旅行中的自然體驗活動, 我們還準備了其他項目。
請直接來電諮詢。

【諮詢處】

對應語言: 僅限日語

窗口: 南房總市商工旅遊部旅遊推介課

TEL: 0470 - 33 - 1091 FAX: 0470 - 20 - 4230

E-MAIL: kanko@city.minamiboso.chiba.jp

地址: 千葉縣南房總是富浦町青木28番地

WEB: <http://www.mboso-etoko.jp/>

〈地方特色〉

田邊市位於紀伊半島西側、和歌山縣南部，是近畿地區面積最大的市。這裡物產豐富，旅遊資源眾多。不僅有以大海、山川為代表的自然風光，也有作為“紀伊山地的靈場和參拜道”登錄為世界遺產的“熊野古道”，還有以“熊野本宮大社”為代表的古老歷史和文化。此外，被稱為日本三大美人湯的“龍神溫泉”、日本最古老的溫泉，人稱“再生之湯”的“湯峰溫泉”等溫泉鄉也坐落於此。受惠於溫暖的氣候和自然環境，特產品也很豐富。這些都是田邊市的魅力所在，能讓人身心放鬆。

田邊市及其周邊地區受暖流紀南分流影響，水產資源種類多，全年可收割多種農產品。梅子和橘子的產量名列日本前茅。可以體驗到以梅和橘子為主題的活動，釣魚，農家樂等。



■交通讯息 (機場・JR)

- JR紀勢線“紀伊田邊站”下車。
- 羽田機場(東京)出發到南紀白浜機場，乘巴士或出租車約25分鐘。
- 關西機場出發，乘JR特急約1個小時40分鐘。



■熊野古道健走



■川湯溫泉



■熊野本宮大社

參考商品【農家住宿型】

2餐一晚，含農業體驗。日落之前入住。

離田邊市區不遠處的上秋津地區盛行種橘子。入住次日在此體驗農業活動。

農業體驗包括：在工作間裡橘子裝箱、梅子裝盒，在橘子地、梅園裡勞動，用新鮮的原料做飯，用特產果實做果醬等，根據接待農戶和季節、氣候情況決定。



價格 (每人) ¥8,950 日元

可接待人數：每戶農家可接待一組(2-6名)。最多有14戶可接待。根據季節不同，可接待的農戶數有所不同。

■綠色旅遊菜單

體驗菜單	所需時間	可體驗時期	價格（每人）	可接待人數
梅乾製作體驗	約2個小時	全年	1,500日圓	2~10人
橘子醬製作體驗	1個半小時	全年	1,500日圓	2~80人
田邊灣釣魚&遊艇體驗	3個半小時	全年	6,000日圓	2~10人



■梅乾製作體驗



■橘子醬製作體驗



■田邊灣釣魚&遊艇體驗

【其他注意事項】

- 主要針對FIT和小型團提供服務的社區為基礎的旅行公司。（團體遊請以電子郵件諮詢）
旅遊實行日1週前截止報名。可在網站“KUMANO TRAVEL(熊野旅遊網)”進行網上預約。
網址：www.kumano-travel.com
- 違約金
從旅遊實行日的前一天開始計算，20天之內取消，收取旅遊費用的20%
從旅遊實行日的前一天開始計算，1週以內取消，收取旅遊費用的30%
旅遊實行日的前一天取消，收取旅遊費用的40%
旅遊實行日當日取消，收取旅遊費用的50%
旅遊實行日之後，或無告知擅自不參加的，收取旅遊費用全額
- 結算方式：信用卡提前支付，或銀行匯款

【諮詢處】

對應語言：英語，法語，中文

会社名：田邊市熊野旅遊事務局 辦事處：KUMANO TRAVEL(熊野旅遊網)

TEL：+81-739-26-9025 E-MAIL：kumano-travel@tb-kumano.jp

地址：和歌山縣田邊市中屋敷町24-1

主網頁：<http://www.tb-kumano.jp>

網上預訂：“KUMANO TRAVEL(熊野旅遊網)” <http://www.kumano-travel.com/>

<地域特色>

點綴在日本西部的小島“壹岐”。自古以來，作為東亞與日本的中繼點而繁華。島上歷史遺產豐富，自然景觀豐富。

壹岐擁有國家指定特別史蹟之一，日本彌生時代“原辻遺跡”。這在日本只有三處。在2010年3月份正式開放的“壹岐市立一支國博物館”中，收藏並展示了原辻遺跡中發掘的貴重出土文物及資料。部分展品可以親自觸摸。從中可以感受到壹岐的歷史，以及日本與亞洲的緊密聯繫。

同時，壹岐還擁有用富含礦物質的牧草飼養的國產名品，黑毛和牛“壹岐牛”，以及被WTO（世界貿易組織）指定產地，比肩世界名酒的“壹岐麥燒酒”。這些名特產都是得益於壹岐得天獨厚的自然環境。

不僅如此。壹岐還充分利用優良的素材與文化，創辦了體驗活動。“壹州豆腐製作體驗”就是其中之一。您可以在與壹岐阿姨們的愉快交流中，學到壹岐的飲食文化。與壹岐人的交流，是壹岐受遊客歡迎的原因之一。

想與壹岐人一起度過一段美好時光麼？

您一定會獲得難以忘記的感動體驗。



交通訊息

● 海路

渡輪

- ◎從博多港（福岡）到鄉之浦港・蘆邊港2小時15分鐘
- ◎從唐津東港（佐賀）到印通寺港1小時40分鐘

水翼噴射船

- ◎從博多港（福岡）到鄉之浦港・蘆邊港1小時10分鐘

● 空路

飛機

- ◎從長崎機場到壹岐機場壹岐 30分鐘

● 交通設施/問詢

九州商船・博多站
TEL. 092-281-6636

九州商船・唐津東站
TEL. 0955-75-7750

東方空橋
TEL. 0570-064-380

■ 參考商品（參考滞在行程）*1

住宿型（到達壹岐 16:45 / 離開壹岐 14:10）

【第1天】到達壹岐（鄉之浦）→參觀猿岩→溫泉→晚餐→休息

【第2天】早餐→壹州豆腐製作體驗→中餐（戶外燒烤之後，自由活動）→農業體驗→參觀夜神樂→晚餐→休息

【第3天】早餐→一支國博物館→參觀酒廠→中餐→少貳公園（下午茶時間）→離開壹岐（蘆邊）



參觀酒廠



夜神樂



製作壹州豆腐

*1 可以組合各種體驗。歡迎洽談。

■綠色旅遊菜單（滯在型參考行程） *1

一日遊（到達壹岐 9：10 / 離開壹岐 16：55）：停留時間約8小時

① 到達壹岐（鄉之浦）→一支國博物館→體驗漁業→燒烤（雙子沙灘）
→溫泉→離開壹岐（鄉之浦）

一日遊（到達壹岐 9：10 / 離開壹岐 14：10）：停留時間約5小時

② 到達壹岐（鄉之浦）→參觀猿岩→一支國博物館（體驗歷史）→中餐→離開壹岐（蘆邊）

【代表性的體驗活動及價格（採購價格）】

體驗活動	所需時間	可體驗的季節	價格（1名）	可接待人數*2	備註
製作壹州豆腐	120分鐘	全年	1500日圓	10~40人	需要預約
製作鹽	60分鐘	全年	1000日圓	10~40人	需要預約
採摘蔬菜+料理體驗	180分鐘	全年	2000日圓	10~30人	需要預約
釣魚體驗+料理體驗	180分鐘	全年	2200日圓	10~30人	需要預約
參觀夜神樂	40分鐘	需商量	需商量	1~40人	需要預約



竹竿釣魚



一支國博物館



收穫番薯

*2 2 一次可接待的體驗人數。可組成輪班，輪流體驗。

【其他・注意事項】

【預約流程】※通過代理商（地接）的情況除外

終止交易日【報名截止日期】：1週

違約金：參照遊客的規定

結算方式：根據個案，分別協商。

【教育旅遊接待】

考慮接待國外教育旅遊團。請與我們洽談。

【諮詢處】

可對應語言：日文。如果發送郵件的話，可對應日文，英文或中文。

窗口：壹岐體驗型旅遊接待協議會

TEL：0920-47-5355

E-MAIL：ikiukeire@gmail.com

地址：長崎縣長崎縣壹岐市鄉之浦町本村觸683-2 壹岐市役所別館2F

〈地方特色〉

高千穗鄉位於阿蘇以東、九州中央山地，包括宮崎縣北部的5個町村（高千穗町、五之瀨町、日之影町、椎葉村、諸塚村）。高千穗鄉在日本最早的書籍、《古事記》的傳說中出現過，是僅有的幾個神話傳說發生地之一。眾多供奉神靈的神社散佈在此，許多祭祀活動至今留存。

這裡也因旅遊而有名。由阿蘇山的噴發而形成的“高千穗峽谷”入選了日本百大旅遊景點。在此，可以欣賞到熔岩和瀑布之美。在位於祖母・傾國定公園內的高千穗峽谷中，既可漫步，也可泛舟。

在吃的方面，使用竹子製作是一大特色。在國家製定重要無形文化財的“高千穗夜神樂”舉行期間，會品嚐熱過的竹筒酒，和以雞肉，蔬菜為原料、用醬油調製的“竹筒雞”。可以在餐廳吃到，也能在住宿處品嚐到。

歡迎參加參拜神靈和體驗能量聚合地之旅。一年四季都可參加。



■交通讯息

●從機場到旅遊點（包含轉車）

- 阿蘇熊本機場（巴士・駕車）→ ①R325→高千穗町宮崎交通巴士中心（1小時30分鐘）
→ ②R218→五瀨町政府前→高千穗宮崎交通巴士中心（1小時30分鐘）

- 宮崎機場站（電車）→（1小時15分鐘）→延岡站（巴士）→「青雲橋站」
→高千穗宮崎交通巴士中心（1小時20分鐘）

●其他交通方式（駕車、電車、巴士等）

- 熊本站（巴士・駕車）→（2小時10分鐘）→高千穗峽谷／
- 博多站（高速巴士）→（3小時）→高千穗巴士中心

■附近旅遊景點

自然



高千穗峽谷



國是丘雲海（米其林★）



天岩戸神社・仰慕岩屋

文化



高千穗夜神樂

歷史



古事記

特產



五瀨吾葡萄酒

食



竹筒雞



黃油炒蜜蜂



日本第一的宮崎牛



蘑菇壽司

■綠色旅遊菜單

體驗菜單	所需時間	可體驗時期	價格（每人）	可接待人數
①高千穗鄉民宿體驗	2餐1晚	全年	8,850日圓	10~200人
②曲玉製作體驗	1個半小時	全年	1,000日圓	1~40人
③竹筒雞製作體驗	2個小時	全年	2,500日圓	1~30人
④菜豆腐製作體驗	5個小時	3月中旬~ 5月上旬	4,200日圓	10人
⑤取蜜蜂體驗	3個小時	10月	8,000日圓	5人
⑥獨木舟體驗	3個小時	3月~11月	大人・高中生5,500日圓 小学生, 初中生3,500日圓	2~40人
⑦製作原創椅子	3個小時	全年	3,500日圓~	10人
⑧森林浴, 散步	2個小時-	全年	2,000日圓	10人~
⑨竹器體驗	3個小時	全年	2,500日圓	5人



①高千穗民宿體驗



②曲玉製作體驗



④體驗製作菜豆腐



⑤取蜂蜜體驗



⑥獨木舟體驗



⑦製作原創椅子



⑧森林浴, 散步



⑨竹器製作體驗

【其他, 注意事項】

<關於接待教育旅行>

- ・供奉於神社的氏神可保佑諸事順利。
- ・可進行學校間交流（如：宮崎縣高千穗高校，宮崎縣立五瀨中學）

【諮詢處】

高千穗鄉旅遊協會

可對應語言：日文

TEL: 0982-82-2199 FAX: 0982-73-1234

地址：〒882-1192 宮崎縣西臼杵郡高千穗町大字三田井13番地

E-mail: takachihogo@town.takachiho.jp facebook: <http://www.facebook.com/takachiho.go>

〈地方特色〉

出水市坐落於鹿兒島縣西北部的，氣候溫暖，擁有豐富的水資源和森林資源，自然條件優越。每年有近1萬隻仙鶴從世界各地飛來此地過冬。此外，還擁有薩摩藩最大外城的出水籠武士宅邸群也坐落於此，古風猶存。出水市被譽為“仙鶴與歷史之城”。

出水市專門接待體驗農村生活的教育旅行。從九州新幹線車站到各農家僅需30分鐘，交通便利。有很多國內外的中學生到此旅行。住農家，在田園中體驗鄉村生活，於武士宅邸裡體驗茶道，穿和服，這些體驗活動尤其受到了國外學生遊客好評。



■交通讯息 (機場・鐵路)

【飛機】 鹿兒島機場 大巴 80分鐘

【JR】 JR博多站九州新幹線⇒ JR出水站1小時15分鐘

【高速公路】 福岡入口⇒ 蘆北入口⇒ 國道3號線⇒ 出水市市區3小時10分鐘

■旅游景点



世界第一的仙鶴迁徙地



出水籠武士宅邸群



乘牛車參觀武士宅邸群

■參考商品 (教育旅行：農家住宿型) 住宿型 (到達2:00 / 離開9:00)

- ① 入村儀式→ 採摘蔬菜，體驗生活→ 幫忙做晚飯→ 洗澡
與住宿家庭一同吃晚飯→ 與住宿家庭交流→ 休息
早上散步→ 早飯→ 離村儀式9:00



【教育旅行：農家住宿型收費標準 (採購價格：含手續費)】

8,400日圓(費用包含：2餐1晚・農業體驗)

■參考商品（教育旅行：農家住宿＋日本文化體驗）（到達14：00 / 離開11：00）

- ① 入村儀式→ 採摘蔬菜等・體驗農業→ 幫忙做晚飯→ 洗澡
 與住宿家庭一起進晚餐→ 與住宿家庭交流→ 休息→ 早餐→ 離村儀式9:00
 → 到武士宅邸內試穿和服, 體驗茶道→ 離開11:00



【參考商品（教育旅行：農家住宿＋日本文化體驗）】

- ① 10,500日圓（費用包含：2餐1晚、農業體驗、在武士宅邸試穿和服、體驗茶道）

対応可能言語：

可接待人數：每戶農家可接待1組（3~5人）、共有30戶可負責接待（最多80人左右）

注意事項：專門接待教育旅行團（一般旅行團可洽談）

【代表性的體驗項目及價格（採購價格）】

體驗項目	所需時間	可體驗時期	費用（每人）	可接待人數	
體驗做中餐	2h	全年	1,050日圓	80人	民宿0P
和服體驗	30分	全年	1,050日圓	30人	武士宅第內
茶道體驗	30分	全年	1,050日圓	30人	武士宅第內
武士宅第群內牛車體驗	40分	全年	1,050日圓	15人	每次
冰激凌製作	2h	全年	1,050日圓	30人	

【預約流程】 ※通過代理商（地接）的情況除外

終止交易日【報名截止日期】：提前一個月

違約金：旅行當日取消，全額收取

付款方式：當日現金支付或日後銀行匯款

【教育旅遊接待】

專門接待海外教育旅行團。（一般旅行團可洽談）

可接待人數：80人左右

【諮詢處】


可對應語言：英文、中文

窗口：（株）DREAM INTERFACE 負責人：Sherry Ogura

TEL：092-287-9744 E-MAIL：di@dream-interface.jp

地址：福岡市博多區中州5-3-8 akua博多5樓

WEB：http://www.dream-interface.jp



Journey to the countryside
and nature of Japan

Green Tourism
グリーンツーリズム