

Journey to the countryside and nature of Japan

# Green Tourism

体验日本农村生活

生态旅游

推荐地介绍

生态旅游是指，到农村或渔村，在与当地居民交流中体验当地的自然，文化和生活的旅游形态。在日本，可以在全国各地参加生态旅游。部分日本自然，文化，生活体验项目可以在离城市不远的郊区参加。到日本旅游时，参加生态一日游是一个很好的选择。另外，也可以住在农家民宿，与当地居民愉快交流，体验日本农山渔村的生活。

生态一日游的体验项目包括，品尝地方乡土料理，采摘蔬菜或水果，体验地方传统文化等。如果参加住宿型旅游，可以住在农家民宿，与当地人一起制作，品尝乡土料理，参加地方传统节庆活动。

本宣传册中选取了可以接待海外游客的地区。其中部分地区已经拥有接受海外教育旅游的经验。热情的当地居民期待与您共享日本农山渔村之美。

# Green Tourism

Journey to the countryside and nature of Japan

体验日本农村生活 生态旅游 一推荐地介绍一



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



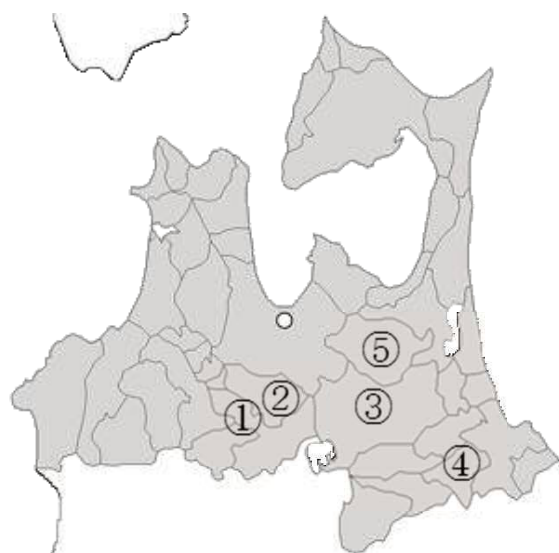
Tanabe city Wakayama  
和歌山県  
田辺市



## <地方特色>

青森县位于日本本州岛最北端，三面临海。十和田本幡平国立公园、世界自然遗产地白神山地等坐落其间，自然资源丰富。同时青森县是个充满魅力的地方，境内有日本最大规模的绳文集落古迹—特别史迹三内丸山遗迹、闻名世界的火节—“睡魔节”等。此外，还盛产世界顶级品质的苹果，白山药，扇贝等美味食物。

您想悠闲地感受四季各异的自然风光，体验传统文化，同时品尝美味乡土料理，与淳朴的农家人交流么？那就快来青森吧。



## ■交通信息

### 【机场】

从青森机场乘出租车（30-40分钟） ⇒ ①平川市、②黑石市

### 【新干线】

新干线·十和田七户站乘出租车（10-30分钟） ⇒ ③十和田市、⑤七户町

新干线·八户站乘出租车（20分钟） ⇒ ④南部町

## ■旅游景点、自然、文化、美食（乡土料理等）、特产等



弘前城公园的樱花（春）



青森睡魔节（夏）



奥入濑溪流的红叶（秋）



八甲田山的雾凇（冬）



产量日本第一的苹果



安全安心且美味的海贝

## ■生态游项目

<接待方>

接待团体名称	地区	农家民宿数 (户)	可接待人数 (人)
①NPO法人尾上藏保存利活用促进会	平川市	83	400
②NPO法人黑石・故乡・苹果村	黑石市	13	120
③十和田农业体验联络协议会	十和田市	26	80
④健康村寄宿联络协议会	南部町	38	190
⑤七戸町农村体验协议会	七戸町	24	120

### 四季各具特色的农业体验・文化体验活动

【春】苹果花采摘、插秧、采摘蔬菜、插苗等

【夏】挖大蒜、收割蔬菜、采摘果实等

【秋】采摘苹果、葡萄，割稻，收割蔬菜等

【冬】温室栽培、试穿和服、体验茶道等文化体验活动



采摘苹果体验



插秧体验



文化体验



生活体验

### 【住宿型参考商品价格】

价格：8,400~9,900日元 (包含三餐，农业体验)

可对应语言：中文 (北京话、台湾话)、韩语、泰语、越南语、马来西亚语、英语

可接待人数：每户农家可接待3~4人。共可接待30人左右的团队。

住宿时的注意事项：请自备睡衣，牙膏牙刷等。

提供语言服务 (每位翻译5,000日元/天+住宿费)

擅长日语的留学生将根据游客要求，一同住在农家，提供会话翻译服务。通过这些语言翻译，能加深与农家的交流，更好地理解日本生活与文化。

### 【咨询处】

对应语言：日语、英语

办事处：青森中央学院大学 负责人：野吕香织

电话：017-728-0131 电子箱：international@aomoricgu.ac.jp

地址：030-0132 青森市横内字神田12番地

网址：http://www.greentourism-aomori.jp/

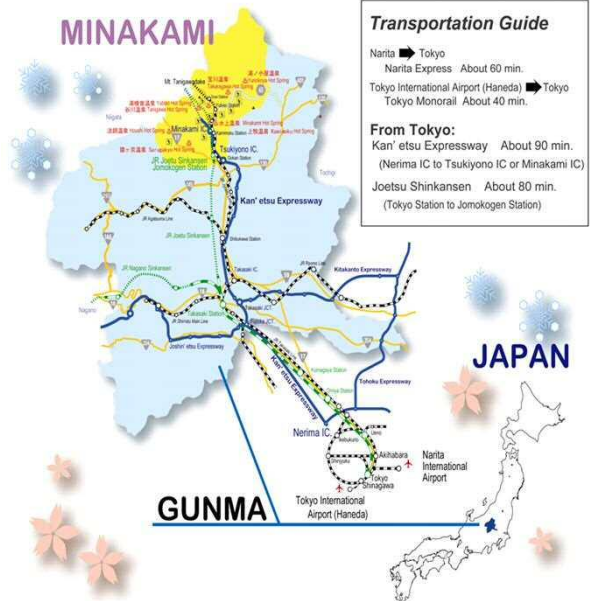
## <地方特色>

水上町位于群馬县最北部，利根河就是发源于此。

此地自然资源丰富，拥有供应首都圈的自来水水库5座，入选“日本百大名山”的山岳5座：谷川山、武尊山、至佛山、卷机山、平岳。日本之美汇聚于此。既有以谷川岳的“一之仓泽”为代表的山岳风貌，也有萤火虫飞舞的美丽田园，还有各处涌出的温泉等。

我们充分利用这些自然资源，准备了丰富多样的体验活动。既有登山、滑雪、漂流等户外活动项目，也有苹果、樱桃等水果采摘活动，还有手工艺品制作等体验活动。

另外，从首都圈到此，交通便利，从东京乘坐新干线只需1小时，高速巴士2小时即可到达。



## ■交通信息

### 【电车】

- 成田机场 — 成田特快 — 东京站 — 上越新干线 — 上毛高原站  
60分钟 90分钟
- 羽田机场 — 东京单轨电车 — 东京站 — 上越新干线 — 上毛高原站  
40分钟 90分钟

### 【驾车】

- 练马高速入口 — 关越高速公路 — 月夜野高速出口 或 水上高速出口  
90分钟

## ■附近的观光景点

◎ 工艺之乡・・・在一片田园风光中，以旧三国街道的须川宿为中心，分布着体验工坊、物产店、农家饭店等计29间。在这里，您可以轻松愉快地体验到「竹编」、「草编」等日本传统手工艺品的制作。

◎ 谷川岳缆车・・・可以欣赏到日本百大名山之一、谷川岳（海拔1977m）的壮美景色。由春至秋，不同时节可以欣赏到不同的景色，如高山植物的花圃、色彩艳丽的秋叶等。

◎ 水上18汤・・・18处个性十足的温泉。其中包括以自然及民间传说之乡而闻名的猿京温泉，沿街的历史悠久的温泉疗养地、上牧温泉。情趣盎然的温泉，野趣横生的温泉，小巧的民家住处，大气的旅馆，水上町的温泉各有特色，请一定光临。



## ■生态游项目

体验游项目	所需时间	可体验时期	价格（人）	可接纳人数
○ 插秧	2小时～	5月中～6月上	2,000日元	4～300人
○ 采摘水果（苹果等）	30分～	9月下～11月下	500日元～	1～300人
○ 手工艺品制作体验 草编、竹编、陶艺、わら細工、竹細工、陶芸、面具制作等	1小时～	全年	1,000日元～	1～300人
荞麦面制作体验	1小时	全年	1,000日元	3～100人
○ 皮划艇	3小时～	4月下～10月下	6,000日元～	1～300人
○ 独木舟	3小时～	4月下～11月中	6,000日元～	1～100人

## ■体验场景（照片）



## 【其他・注意事项】

- ・非常欢迎海外教育旅行团。
- ・可根据旅行团的需要，制作特别旅行计划。

## 【咨询处】

可选择语言：日语。如果发送邮件的话，可选择日语或英语。

办事处：水上町教育旅行协议会

电话：0278-62-0401 电子邮箱：taiken@enjoy-minakami.jp

地址：群馬县利根郡水上町月夜野1744-1

主页：<http://www.enjoy-minakami.jp/taiken/>

## <地方特色>

饭山市位于长野县最北部。日本第一长河、千曲川流经此处。沿岸展现着日本故乡的原风景。这里是日本不多的多雪地之一。曾经作为城下町而繁华一时。又因为寺庙多而被爱称为“雪国的小京都”。

得益于这里清冽的雪水，四季分明的气候，这里生产的大米，蘑菇等的农产品非常鲜美，受到很高评价。

利用农家民宿，接待国内外的教育旅行团、与农业有关的团队旅游团等参加农业体验。因为是分民宿参加农业体验，所以可以受到细致入微的接待，也能与当地居民的热情交流。



## ■交通（飞机、高速公路）

### 【飞机】

成田机场→JR东京站经长野新干线→JR长野站

经饭山线→JR饭山站 约4个小时

富山机场→富山高速入口→丰田饭山高速出口→国道117号→饭山市区 约2个小时

### 【高速公路】

练马高速入口→藤冈立交桥→更殖立交桥→丰田饭山高速出口→国道117号线→饭山市区 约3个小时

## ■旅游景点



从油菜花公园远眺千曲川



红叶中的寺庙



雪屋之乡

参考商品（农家住宿+日本文化体验）>（到达 14:00 / 离开 13:00）

◆行程 入村仪式 → 叠和纸（做明信片）· 雕金体验（制作书签） → 在寺庙里体验坐禅 → 晚饭 → 与当地居民交流 → 入浴 → 就寝 → 早餐 → 体验做压寿司· 荞麦面 → 中饭（压寿司、荞麦面） → 离村仪式

◆价格（饭山网）：13,500日元

（费用包含：1晚3餐、叠和纸体验、雕金体验、坐禅体验、制作压寿司，制作荞麦面体验）

◆住宿：农家住宿，分开住宿

◆可接待人数：50人

※7-9月可在第2天早餐前增加蔬菜收割体验。





## ■参考行程（住小别墅+野外活动体验）（到达 14:00 / 离开 10:00）

◆行程 入村仪式→草木染体验→蔬菜收割体验→烧烤晚餐（用收割的蔬菜和土产miyuki猪肉）  
→夜间爬山→入浴→就寝→早餐→自由活动→离村仪式

◆价格（饭山网）：11,500日元

（费用包含：1晚2餐、草木染体验、蔬菜收割体验、夜间爬山）

◆住宿设施：小别墅（1栋4~7人）、10栋（最多50人左右）

◆可接待时期：7~9月



### 代表性体验项目详细信息（饭山网）

体验项目	所需时间	可体验时期	价格（每人）	可接待人数
做糯米糕体验	1个小时	全年	800日元	10~40人
雕金体验（制作书签）	1个小时	全年	1,700日元	10~30人
湖内划船	2个小时	5月~11月	4,000日元	10~30人
制作年轮蛋糕	3个小时	全年	1,500日元	10~40人
制作胡萝卜汁&冰淇淋	2个小时	4月~5月上旬	1,500日元	10~30人

### 【教育旅行接待】

可接待海外教育旅行团。（包括团队旅游）

可接待人数：100人以内

### 【预约流程】※通过代理商（地接）的情况除外

报名截止日期：1个月前

违约金：根据本公司相关规定

结算方式：仅限当天现金支付

### 【咨询处】

对应语言：英语

办事处：一般社団法人信州饭山（iiyama）观光局 负责人：浮田 友绘

电话：0269-62-3133 电子邮箱：info@iiyama-ouendan.net

地址：饭山市饭山1110-1饭山市役所内

网页：http://www.iiyama-ouendan.net

## <地方特色>

绿色宝库 让水与绿色传于后世  
定能找到 您所寻找的

致力于地域振兴的地域。追求“一日一客”，即使是独自来的客人，也能独享围着围炉，使用自古流传至今的轮岛产的餐桌与餐具，和手工制作的筷子享受当地土生美食的待遇。拥有农家民宿30家，废弃学校改建设施1处（10个房间）。保留着日本的原风景，黑瓦白墙，富有魅力。全面打造绿色旅游地，被誉为春兰之乡。同时作为教育旅游的接待地，平成22年度，我们接待了包括来自中国在内的11个团队。

## 交通アクセス



### 交通信息（机场、高速公路）

#### 【机场】

能登机场→出租车15分钟

#### 【高速公路】

能越高速终点（能登机场出口）行驶20分钟

### 周边景点



轮岛早市



白米梯田



千里滨海岸车道

### 参考商品（参考滞在行程） 住宿型（到达 / 离开）

- ① 一般：到达→可与游客商量 体验、吃饭（围着围炉）  
想要参加体验活动的，5人以内5000日元，超过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：入村仪式→根据各个学校的要求制定行程



### 【住宿型参考商品价格（采购价格：含手续费）】

个人、一般： 1人 13,650日元  
 （费用包含内容：） 2人 11,550日元  
 3人以上 9,450日元  
 教育旅行：1人 9,500日元（包含体验活动费用）

可选择语言：日语、中文、台湾话

可接待人数：一家农户可接待一组（5~10人），地方共30家。废弃学校改建设施10个房间，可接待50人。

住宿型商品的注意事项：备有浴衣，牙刷，毛巾

## ■参考商品（滞在型参考行程）

一日游（到达10：00／离开2：00）：可与游客商量 停留时间 4小时

- ① 10：00到达 制作餐具→体验农业（中饭） 2：00离开  
包含材料费，计3,000日元

一日游（到达10：00／离开2：00）：可与游客商量 停留时间 4小时

- ② 10：00到达 采摘蘑菇→中饭 2：00离开  
包含材料费，计3,000日元



【一日游参考商品价格（采购价格）】①¥3,000日元(包含内容：体验活动费用及简单食物)

可选择语言：日语，中文，台湾话

可接待人数：200人以内

注意事项：需要预约

### 【代表性的体验活动及价格（采购价格）】

体验活动	所需时间	可体验季节	价格（每人）	可接待人数
插秧	一天	5月~6月上旬	1000（5人以内）	200人
割稻	一天	9月~10月上旬	1000（5人以内）	200人
游玩小溪	半天	7月~8月	1000（5人以内）	200人
采蘑菇	半天	10月~12月	1000（5人以内） 及收获物每100g200日元	200人
挑神灯（节庆活动）	一天	全年	1000（5名以内）	200人

### 【预约流程】 ※通过代理商（地接）的情况除外

预约截止日：个人游的游客，从住宿当日算起3天前为止。参加教育旅行或团队旅行的游客，请务必在2个月前预约。

解约金：实施日7天前为止解约，不收取解约金。7天前至3天前解约，收取旅行费用的50%。3天前至实施日当天解约，全额收取。

结算方式：现金。

### 【教育旅游接待】

随时接待国外教育旅游团。欢迎与我们洽谈。

可接待人数：200人

### 【咨询处】

可选择语言：日语，中文，台湾话

办事处：春兰之乡 实行委员会事务局

电话：0768-76-0021 FAX：0768-76-1214

地址：石川县凤珠郡能登町宫地16-9

主页：www.shunran.info

负责人：多田 喜一郎 汪 铭皓

电子邮箱：shunran@shunran.nifo

## <地方特色>

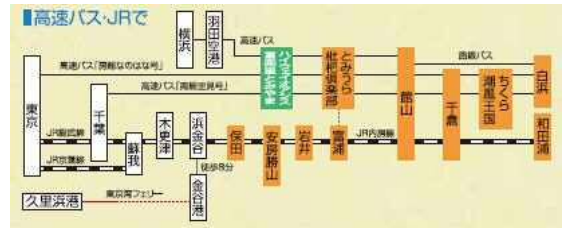
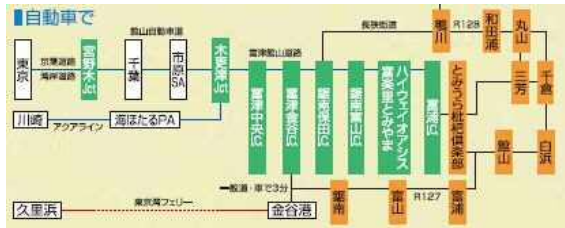
位于千叶县房总半岛的南部，西界东京湾，东、南临太平洋，成三面靠海之势。受流经深海的暖流影响，冬暖夏凉，是典型的海洋性气候。这里也因此被认定为“南房总国定公园”。

随着东京湾akua-line高速及东关东高速馆山线的全面通车，从东京圈到这的时间缩减为1小时，交通十分便利。这里堪称自然宝库，每年接待众多游客。夏天可来海水浴场避暑，早春则在花圃中采摘鲜花。

南房总拥有丰富的自然、历史、文化资源。我们充分利用这些资源，开发了适合各个年龄层的多种自然体验项目。另外，市区内分布有8个各具特色的游客中心“道之驿”。这也是南房总作为旅游景点的魅力之一。



### 交通



- 从成田国际机场出发  
 驾车) 成田国际机场→[新机场高速·东关东高速·京叶线·馆山线·富津馆山线]→富浦高速出口  
 电车) 成田国际机场~【JR成田线】~千叶站~【JR内房线】~岩井站·富浦站·千仓站·千岁站·南三原站·和田浦站

### 附近有名的旅游景点

自然	<b>【花圃】</b>  南房总气候温和，冬季花圃内鲜花盛开。每年1-3月是观赏佳期。提前感受春的气息。	<b>【大房岬】</b>  静谧的大海和壮观的海蚀景观。在南房总国定公园内。全年都可欣赏自然美景。	<b>【黑瀑】</b>  位于「花嫁街道」内的南房总的有名瀑布，落差15m。是徒步经过的景点之一。
	<b>【高家神社】</b>  历史可追溯到“日本书记”时代。是日本唯一一个祭祀料理祖师的神社。	<b>【野鸟埼灯塔】</b>  建于明治初期。至今仍守候着往返于太平洋的船只。	<b>【房州团扇】</b>  南房总位居日本三大团扇产地。房州团扇是千叶县的传统手工艺品之一。
	<b>【namero・烧sanga】</b>  渔家町·南房总的乡土料理。把新鲜的鲭鱼等刺成肉泥，加入调味料，就成为了namero。把它稍微烤烧一下就是sanga。	<b>【房州太卷寿司】</b>  房总的母亲们代代相传的南房总土菜。根据季节不同，可变换多种材料和图案。	<b>【房州枇杷】</b>  每年进贡皇室的枇杷。是日本仅有的几个枇杷产地之一。

## ■生态游项目

体验项目	所需时间	可体验时期	价格（每人）	可接待人数
采摘体验（草莓）	30分钟	1月~5月上旬	1,000日元~1,600日元 ※根据时期有所不同	10~40
采摘体验（房州枇杷）	30分钟	5月中~6月中	500日元~2,500日元 ※根据体验内容有所不同	10~40
采摘体验（橘子）	30分钟	10月上~3月下	400日元 ※根据季节与蔬菜不同，价格有所差别。	10~45
多肉植物& 仙人掌移植	40分钟	全年	1,000~1,500日元	10~40
房州团扇制作	60分钟	全年	1000日元	10~35
太卷寿司制作	60~90分钟	10月~5月	700日元~ ※根据种类、数量不同有所差别	10~35
制作枇杷酱	60分钟	全年	1,000日元	10~35
制作干货	60分钟	全年	1,100日元	10~30
拉网捕鱼体验	60分钟	4月~10月	60,000日元每次	40~

## ■体验场景（照片）



## 【其他・注意事项】

- 除上述项目之外，还有自然体验项目。  
另外，针对教育旅行中的自然体验活动，我们还准备了其他项目。  
请直接来电咨询。

## 【咨询处】

对应语言：仅限日语  
 办事处：南房总市工商旅游部旅游推介课  
 电话：0470 - 33 - 1091      传真：0470 - 20 - 4230  
 电子邮箱：kanko@city.minamiboso.chiba.jp  
 地址：千叶县南房总是富浦町青木28番地  
 网页：http://www.mboso-etoko.jp/

## ＜地方特色＞

田边市位于纪伊半岛西侧、和歌山县南部，是近畿地区面积最大的市。这里物产丰富，旅游资源众多。不仅有以大海、山川为代表的自然风光，也有作为“纪伊山地的灵场和参拜道”登录为世界遗产的“熊野古道”，还有以“熊野本宫大社”为代表的古老历史和文化。此外，被称为日本三大美人汤的“龙神温泉”、日本最古老的温泉，人称“再生之汤”的“汤峰温泉”等温泉乡也坐落于此。受惠于温暖的气候和自然环境，特产也很丰富。这些都是田边市的魅力所在，能让人身心放松。

田边市及其周边地区受暖流纪南分流影响，水产资源种类多，全年可收割多种农产品。梅子和橘子的产量名列日本前茅。可以体验到以梅和橘子为主题的活动，钓鱼，农家乐等。



### ■交通（机场・JR）

- JR纪势线“纪伊田边站”下车。
- 羽田机场（东京）出发到南纪白浜机场，乘巴士或出租车约25分钟。
- 关西机场出发，乘JR特急约1个小时40分钟。



■熊野古道健走



■川汤温泉



■熊野本宫大社

### 参考商品【农家住宿型】

2餐一晚，含农业体验。日落之前入住。

离田边市区不远处的上秋津地区盛行种橘子。入住次日在此体验农业活动。

农业体验包括：在工作间里橘子装箱、梅子装盒，在橘子地、梅园里劳动，用新鲜的原料做饭，用特产果实做果酱等，根据接待农户和季节、气候情况决定。



价格（每人） ¥8,950 日元

可接待人数：每户农家可接待一组（2-6名）。最多有14户可接待。根据季节不同，可接待的农户数有所不同。

## ■生态游项目

体验项目	所需时间	可体验时期	价格（每人）	可接待人数
梅干制作体验	约2个小时	全年	1,500日元	2~10人
橘子酱制作体验	1个半小时	全年	1,500日元	2~80人
田边湾钓鱼&游艇体验	3个小时	全年	6000日元	2~10人



■梅干制作体验



■橘子酱制作体验



■田边湾钓鱼&游艇体验

## 【其他注意事项】

- 主要针对FIT和小型团提供服务的社区为基础的旅行公司。（团体游请以电子邮件咨询）  
旅游实行日1周前截止报名。可在网站“KUMANO TRAVEL（熊野旅游网）”进行网上预约。  
网址：[www.kumano-travel.com](http://www.kumano-travel.com)
- 违约金
 

从旅游实行日的前一天开始计算，20天之内取消	收取旅游费用的20%
从旅游实行日的前一天开始计算，1周以内取消	收取旅游费用的30%
旅游实行日的前一天取消	收取旅游费用的40%
旅游实行日当日取消	收取旅游费用的50%
旅游实行日之后，或无告知擅自不参加的	收取旅游费用全额
- 结算方式：信用卡提前支付，或银行汇款

## 【咨询处】

对应语言：英语，法语，中文

公司名：田边市熊野旅游事务局 办事处：KUMANO TRAVEL（熊野旅游网）

电话：+81-739-26-9025 电子邮箱：[kumano-travel@tb-kumano.jp](mailto:kumano-travel@tb-kumano.jp)

地址：和歌山县田边市中屋敷町24-1

主网页：<http://www.tb-kumano.jp>

网上预订：“KUMANO TRAVEL（熊野旅游网）” <http://www.kumano-travel.com/>

## <地方特色>

点缀在日本西部的小岛“壹岐”。自古以来，作为东亚与日本的中继点而繁华。岛上历史遗产丰富，自然景观丰富。

壹岐拥有国家指定特别史迹之一，日本弥生时代的“原辻遗迹”。这在日本只有三处。在2010年3月份正式开放的“壹岐市立一支国博物馆”中，收藏并展示了原辻遗迹中发掘的贵重出土文物及资料。部分展品可以直接触摸。从中可以感受到壹岐的历史，以及日本与亚洲的联系。

同时，壹岐还拥有用富含矿物质的牧草饲养的国产名品，黑毛和牛“壹岐牛”，以及被WTO（世界贸易组织）指定产地，比肩世界名酒的“壹岐麦烧酒”。这些名特产都是得益于壹岐得天独厚的自然环境。

不仅如此。壹岐还充分利用优良的素材与文化，创办了体验活动。“壹州豆腐制作体验”就是其中之一。您可以在与壹岐阿姨们的愉快交流中，学到壹岐的饮食文化。与壹岐人的交流，是壹岐受游客欢迎的原因之一。

想与壹岐人一起度过一段美好时光么？

您一定会获得难以忘记的感动体验。



### 交通信息

#### ● 海路

##### 渡轮

◎从博多港（福岡）到乡之浦港・芦边港 2小时15分钟

◎从唐津东港（佐贺）到印通寺港 1小时40分钟

##### 水翼喷射船

◎从博多港（福岡）到乡之浦港・芦边港 1小时10分钟

#### ● 空路

##### 飞机

◎从长崎机场到壹岐机场壹岐 30分钟

#### ● 交通设施、咨询

九州商船・博多站  
TEL. 092-281-6636

九州商船・唐津东港  
TEL. 0955-75-7750

东方空桥  
TEL. 0570-064-380

## ■参考商品（参考滞在行程）\*1

住宿型（到达壹岐 16:45 / 离开壹岐 14:10）

【第1天】到达壹岐（乡之浦）→参观猿岩→温泉→晚餐→休息

【第2天】早餐→壹州豆腐制作体验→中餐（户外烧烤之后，自由活动）→农业体验→参观夜神乐→晚餐→休息

【第3天】早餐→一支国博物馆→参观酒厂→中餐→少貳公园（下午茶时间）→离开壹岐（芦边）



参观酒厂



夜神乐



制作壹州豆腐

\*1 可以组合各种体验。欢迎洽谈。



## ■参考商品（参考滞在行程）\*1

一日游（到达壹岐 9：10 / 离开壹岐 16：55）：停留时间 约8小时

① 到达壹岐（乡之浦）→一支国博物馆→体验渔业→烧烤（双子沙滩）  
→温泉→离开壹岐（乡之浦）

一日游（到达壹岐 9：10 / 离开壹岐 14：10）：停留时间 约5小时

② 到达壹岐（乡之浦）→参观猿岩→一支国博物馆（体验历史）→中餐→离开壹岐（芦边）

### 【代表性的体验活动及价格（采购价格）】

体验项目	所需时间	可以体验的季节	价格（1名）	可接待人数*2	备注
制作壹州豆腐	120分钟	全年	1500日元	10~40人	需要预约
制作盐	60分钟	全年	1000日元	10~40人	需要预约
采摘蔬菜+料理体验	180分钟	全年	2000日元	10~30人	需要预约
钓鱼体验+料理体验	180分钟	全年	2200日元	10~30人	需要预约
欣赏夜神乐	40分钟	需商量	需商量	1~40人	需要预约



竹竿钓鱼



一支国博物馆



收获番薯

\*2 2 一次可接待的体验人数。可组成轮班，轮流体验。

### 【其他・注意事项】

【预约流程】※通过代理商（地接）的情况除外

终止交易日（报名截止日期）：1周

违约金：参照游客的规定

结算方式：根据个案，分别协商。

#### 【教育旅游接待】

考虑接待国外教育旅游团。请与我们联系。

### 【咨询处】

可选择语言：日语。如果发送邮件的话，可选择日语、英语或中文。

办事处：壹岐体验型旅游接待协议会

电话：0920-47-5355

电子邮箱：ikiukeire@gmail.com

地址：长崎县长崎县壹岐市乡之浦町本村触683-2 壹岐市役所别馆2F

## ＜地方特色＞

高千穗乡位于阿苏以东、九州中央山地，包括宫崎县北部的5个町村（高千穗町、五之濑町、日之影町、椎叶村、诸塚村）。高千穗乡在日本最早的书籍、《古事记》的传说中出现过，是仅有的几个神话传说发生地之一。众多供奉神灵的神社散布在此，许多祭祀活动至今留存。

这里也因旅游而有名。由阿苏山的喷发而形成的“高千穗峡谷”入选了日本百大旅游景点。在此，可以欣赏到熔岩和瀑布之美。在位于祖母·倾国定公园内的高千穗峡谷中，既可漫步，也可泛舟。

在吃的方面，使用竹子制作是一大特色。在国家制定重要无形文化财的“高千穗夜神乐”举行期间，会品尝热过的竹筒酒，和以鸡肉，蔬菜为原料、用酱油调制的“竹筒鸡”。可以在餐厅吃到，也能在住宿处品尝到。

欢迎参加参拜神灵和体验能量聚合地之旅。一年四季都可参加。



## ■交通

### ●从机场到旅游点（包含转车）

- 阿苏熊本机场（巴士·驾车）→ ①R325→高千穗町宫崎交通巴士中心（1小时30分钟）  
→ ②R218→五濑町政府前→高千穗宫崎交通巴士中心（1小时30分钟）

- 宫崎机场站（电车）→（1小时15分钟→延冈站（巴士）→「青云桥站」  
→高千穗宫崎交通巴士中心（1小时20分钟）

### ●其他交通方式（驾车、电车、巴士等）

- 熊本站（巴士·驾车）→（2小时10分钟）→高千穗峡谷／
- 博多站（高速巴士）→（3小时）→高千穗巴士中心

## ■附近旅游景点

自然



文化



历史



特产



食



## ■生态游体验项目

· 体验项目详细信息（内容、所需时间、可体验时期、价格、可接待人数）

体验项目	所需时间	可体验时期	收费（每人）	可接待人数
①高千穗乡民宿体验	2餐1晚	全年	8,850日元	10~200人
②曲玉制作体验	1个半小时	全年	1000日元	1~40人
③竹筒鸡制作体验	2个小时	全年	2,500日元	1~30人
④菜豆腐制作体验	5个小时	3月中旬~ 5月上旬	4,200日元	10人
⑤取蜂蜜体验	3个小时	10月	8,000日元	5人
⑥独木舟体验	3个小时	3月~11月	大人·高中生5,500日元 小学生,初中生3,500日元	2~40人
⑦制作原创椅子	3个小时	全年	3,500日元~	10人
⑧森林浴, 散步	2个小时~	全年	2,000日元	10人~
⑨竹器体验	3个小时	全年	2,500日元	5人



### 【其他, 注意事项】

<关于接待教育旅行>

- 供奉于神社的氏神可保佑诸事顺利。
- 可进行学校间交流（如：宫崎县高千穗高校，宫崎县立五濑中学）

### 【咨询处】

高千穗乡旅游协会

可选择语言：日语

电话：0982-82-2199

传真：0982-73-1234

地址：〒882-1192 宫崎县西臼杵郡高千穗町大字三田井13番地

电子邮箱：takachiogo@town.takachiho.jp    facebook: <http://www.facebook.com/takachiho.go>

## <地方特色>

出水市坐落于鹿儿岛县西北部的，气候温暖，拥有丰富的水资源和森林资源，自然条件优越。每年有近1万只仙鹤从世界各地飞来此地过冬。此外，还拥有萨摩藩最大外城的出水麓武士宅邸群也坐落于此，古风犹存。出水市被誉为“仙鹤与历史之城”。

出水市专门接待体验农村生活的教育旅行。从九州新干线车站到各农家仅需30分钟，交通便利。有很多国内外的中学生到此旅行。住农家，在田园中体验乡村生活，于武士宅邸里体验茶道，穿和服，这些体验活动尤其受到了国外学生游客好评。



### ■交通信息（机场・铁路）

【飞机】 鹿儿岛机场 大巴 80分钟

【JR】 JR博多站九州新干线⇒ JR出水站1小时15分钟

【高速公路】 福岡入口⇒ 芦北入口⇒ 国道3号线⇒ 出水市市区3小时10分钟

### ■旅游景点



世界第一的仙鹤迁徙地



出水麓武士宅邸群



乘牛车参观武士宅邸群

### ■参考商品（教育旅行：农家住宿型） 住宿型（到达 2:00 / 离开 9:00）

- ① 入村仪式 → 采摘蔬菜，体验生活 → 帮忙做晚饭 → 洗澡  
 与住宿家庭一同吃晚饭 → 与住宿家庭交流 → 休息  
 早上散步 → 早饭 → 离村仪式 9:00



### 【教育旅行：农家住宿型收费标准（采购价格：含手续费）】

8,400日元（费用包含：2餐1晚・农业体验）

■参考商品（教育旅行：农家住宿+日本文化体验）（到达 14:00 / 离开 11:00）

- ① 入村仪式 → 采摘蔬菜等·体验农业 → 帮忙做晚饭 → 洗澡  
 与住宿家庭一起进晚餐 → 与住宿家庭交流 → 休息 → 早餐 → 离村仪式 9:00  
 → 到武士宅邸内试穿和服, 体验茶道 → 离开 11:00



【参考商品（教育旅行：农家住宿+日本文化体验）（采购价格）】

- ① 10,500日元（费用包含：2餐1晚、农业体验、在武士宅邸试穿和服、体验茶道）

対応可能言語：

可接待人数：每户农家可接待1组（3~5人）、共有30户可负责接待（最多80人左右）

注意事项：专门接待教育旅行团（一般旅行团可洽谈）

【代表性的体验项目及价格（采购价格）】

体验项目	所需时间	可体验时期	费用（1人）	可接待人数	
体验做中饭	2h	全年	1,050日元	80人	民宿OP
和服体验	30分	全年	1,050日元	30人	武士宅邸内
茶道体验	30分	全年	1,050日元	30人	武士宅邸内
武士宅邸群内牛车体验	40分	全年	1,050日元	15人	每次
冰淇淋制作	2h	全年	1,050日元	30人	

【预约流程】 ※通过代理商（地接）的情况除外

终止交易日【报名截止日期】：提前一个月

违约金：旅行当日取消，全额收取

付款方式：当日现金支付或日后银行汇款

【教育旅游接待】

专门接待海外教育旅行团。（一般旅行团可洽谈）

可接待人数：80人左右

【咨询处】


可对应语言：英文、中文

办事处：（株）DREAM INTERFACE 负责人：Sherry Ogura

电话：092-287-9744 电子邮箱：di@dream-interface.jp

地址：福冈市博多区中州5-3-8 akua博多5楼

网址：http://www.dream-interface.jp

The background is a solid green color. On the right side, there are several curved lines in shades of orange, light green, and grey that sweep across the page from top to bottom.

Journey to the countryside  
and nature of Japan

Green Tourism  
グリーンツーリズム