



「みえのイマココ旅」

体験・アクティビティガイドブック

エリア
MAP付き



鳥羽、志摩、南伊勢 編



知ってみたい!

三重の食



伊勢の名を冠した伊勢えびをはじめ、天然トラフグの「ありのふぐ」、海女さんが獲るアワビにサザエなどの貝類など、太平洋に面し複雑な地形の伊勢湾が育む海の幸には枚挙にいとまがない。

三重の文化



海に生きる海女さんたちの暮らし・文化を知り体験できる「海女小屋」や、日本の食文化を支える鰹節の伝統技法を守り続ける「鰹いぶし小屋」など、海と生きる人々の営みを垣間見ることができる。

三重の自然



入り組んだ地形が作り出す絶景の「英虞湾」の海岸線では、その恵みを受けた真珠養殖などが盛ん。真珠を使ったジュエリー作りや美観を海上から眺めるクルージングなどのアクティビティも充実。

志摩市 しまし

2016年のサミット開催で世界に知られる志摩市。英虞湾を望む景色の美しさから、宿泊地に選ぶ観光客も多い。志摩スペイン村は、地中海リゾートの雰囲気が映えることから、観光スポットの定番に。また近年では、伊勢志摩エバーグレイズなどグランピング・キャンプ施設も増加中。



志摩地中海村



エリアガイド

鳥羽、志摩、南伊勢編

アクセス

- 大阪方面 → 新名神高速道路、または西名阪自動車道、名阪国道から伊勢自動車道へ。及び伊勢ICから伊勢二見鳥羽ライン経由で第二伊勢道路へ
- 名古屋方面 → 東名阪自動車道から伊勢自動車道へ。及び伊勢ICから伊勢二見鳥羽ライン経由で第二伊勢道路へ
- 大阪方面 → 近鉄大阪線・山田線経由で鳥羽線・志摩線へ
- 名古屋方面 → JR関西本線・紀勢本線経由で参宮線へ。近鉄名古屋線・山田線経由で鳥羽線・志摩線へ

鳥羽市 とばし

美しいリアス式海岸が広がり、隣接する伊勢市や志摩市、伊勢湾の対岸にある愛知県からも観光客が訪れる。なかでも鳥羽水族館は日本第2位の入館者数を誇り、ジュゴンなど希少な海洋生物が見られる人気のスポット。ミキモト真珠島や神島などの島めぐり、海女体験も楽しんでみよう。



鳥羽水族館



ミキモト真珠島

南伊勢町 みなみいせちょう

名前どおり伊勢市の南に位置し、漁業が盛んな町。養殖業にも力を入れ、アオサノリや鯛、さらには難しいとされるマグロでも成功している。山手では五カ所ミカン、内瀬ミカンが名産。毎年1月にはトレイルランニング、7月にはトリアスロンの大会が開催され、全国から参加者が集まる。

伝統的な海女着を纏い、海女さんと一緒に海に潜ります

リアル海女漁体験

サステナブル
POINT

日本遺産である
海女文化の
保全・継承



海女さん気分を満喫!

日本文化遺産にも認定された海女文化。ほっかむりの魔除けの印「ドーマン」、「セーマン」も海女ならではの風習

体験のジャンル

- 自然
- サステナブル
- 食
- 歴史・文化
- ナイト&モーニング

◎体験データ

対象年齢 15歳~60歳 料金 19,800円~

所要時間 約3時間~

※開催は5月のGW明け~10月末予定

◎アクセスデータ

集合場所	相差海女文化資料館 鳥羽市相差町1238
車	第二伊勢道路「鳥羽南・白木IC」から約15分
交通機関	JR参宮線・近鉄各線「鳥羽駅」からバスで約30分「相差バス停」下車、徒歩約5分
駐車場	あり / 無料 / 予約不要
主催	相差海女文化 運営協議会 ☎0599-33-7453

データ詳細はコチラから



当日の流れ!

体験ダイジェスト

実際に海に潜るので、泳ぎが得意でない方のご参加は慎重にご検討ください。

準備する物 | ゴーグル、タオル、ビーチサンダル

(集合・受付)

- 1 受付
- 2 石神さんお参り
- 3 着替え
- 4 海女さんの付き添いで潜って採る!
- 5 着替え
- 6 海女小屋。炭火焼を楽しみつつ海女さんとおしゃべり

(解散)

解散後、湯めぐりチケット
加盟旅館のお風呂へ

目の前で焼かれる新鮮な貝は、味付けをせずとも海水のほどよい塩味が本来の旨みをより一層引き立てる



現役の海女さんが炭火で丁寧に焼いてくれる。海女漁やおすすめの魚介についてなど、いろいろたずねてみよう

本物の海女さんと一緒に素潜り漁を体験しよう

日本で一番多くの海女が暮らすといわれ、古えの時代より海女文化が深く根付く相差町での体験ツーリズム。本格的な海女着を身に着けて、現役の海女さんと一緒に潜れば、地上では見られない海の青が眼前に広がる。海女さんの熟練の素潜り漁や「磯笛」とよばれる特有の呼吸方法を間近で見られるのも貴重な経験。また、事前にお参りする神明神社は「石神さん」の愛称で親しまれ、女性の願いをひとつ叶えてくれるとの言い伝えがあり、地元の海女さんをはじめ全国の女性が訪れる人気のパワースポットになっている。海女漁体験の後には、海女小屋で暖をとったり、炭火で焼いた新鮮な魚介に舌鼓を打ちながら、海女さんとおしゃべりに花を咲かせよう。

「みえのイマココ旅」

体験・アクティビティガイドブック

鳥羽、志摩、南伊勢 編



CONTENTS

P5 鳥羽市 伝統的な海女着を纏い、海女さんと一緒に海に潜ります
リアル海女漁体験

P6 鳥羽市 リトリートコーディネーターと「食養生」を学ぶ
白瀧森養生・かまど焚きごはんと鳥羽の食



P7 鳥羽市 修験者が修行した森を歩きながら心身を整えるプログラム
白瀧森養生・伊勢志摩の森歩き

P8 鳥羽市 伊勢えび付! 新鮮な海の幸と海女文化を満喫
熨斗づくり体験と海女小屋満喫プラン

P9 志摩市 英虞湾の海底で熟成させた熟成酒を引き上げ&クルージング
大人限定・海底熟成酒と英虞湾クルージング

P10 志摩市 現役の鰹節製造の現場を訪問!
鰹いぶし小屋体験



P11 志摩市 あなただけの漁や料理、ビーチ、贅沢体験を海女と
Ama Butlerが志摩の食をプライベートビーチでおもてなし



P12 志摩市 世界にひとつのオーダーメイドジュエリー
オンリーワンの真珠ジュエリー体験



P13~ オンラインで予約できる人気のプラン

●本誌掲載の料金は、原則として取材時点で確認した消費税込みの料金です。また、体験料などは、特記のないものは大人1名の料金です。ただし、各種料金に変更されることがありますので、ご利用の際はご注意ください。

修験者が修行した森を歩きながら心身を整えるプログラム

白瀧森養生・伊勢志摩の森歩き



体験のジャンル

自然 **サステナブル**

食 歴史・文化 ナイト&モーニング

◎体験データ

対象年齢 6歳～80歳 料金 5,800円～

所要時間 約3時間15分～

◎アクセスデータ

集合場所 白瀧大明神駐車場前 (白瀧の森アクティビティ受付) 鳥羽市船津町635-3

車 伊勢自動車道「鳥羽IC」から約15分

交通機関 近鉄志摩線「船津駅」から徒歩約10分

駐車場 10台 / 無料 / 予約不要

主催 伊勢志摩 キレイゲンキ塾 ☎0599-32-5108

データ詳細はコチラから

リトリートコーディネーターと“食養生”を学ぶ

白瀧森養生・かまど焚きごはんと鳥羽の食



体験のジャンル

自然 **サステナブル**

食 歴史・文化 ナイト&モーニング

◎体験データ

対象年齢 6歳～80歳 料金 6,800円～

所要時間 約3時間～

◎アクセスデータ

集合場所 白瀧大明神駐車場前 (白瀧の森アクティビティ受付) 鳥羽市船津町635-3

車 伊勢自動車道「鳥羽IC」から約15分

交通機関 近鉄志摩線「船津駅」から徒歩約10分

駐車場 10台 / 無料 / 予約不要

主催 伊勢志摩 キレイゲンキ塾 ☎0599-32-5108

データ詳細はコチラから

当日の流れ!

体験ダイジェスト

準備する物 動きやすい服装、長ズボン、飲み物、タオル、長袖、運動靴

(集合・受付)

1 ヒアリング(15分)



2 白瀧の森 登山。標高309mの頂上で樹林気功、下山時の沈黙の行



3 シェアリング。脳の疲れをとるエクササイズ、メディテーション、フィードバック

(解散)

白瀧さんの木々に手で触れ、気功を体験。自然のエネルギー、白瀧さんのエネルギーをじっくりと感じる



木々の下で瞑想。澄んだ空気で呼吸も深まり、自分自身の内面と深く向き合って心を整えていく

霊力あふれる森を散策 心身を整える瞑想行も

「白瀧さん」の愛称で親しまれる白瀧大明神のご神体である行者山と、麓まで広がる森を歩くプログラム。かつて空海も修行をし、以後も修験者たちが幸福を願い、仏に祈り、心身を清めるために修行をおこなったといわれる白瀧の森を歩き、漂う気の流れを感じながら、心身ともにリフレッシュ。東洋医学に精通したりトリートコーディネーターと標高309メートルの頂にある祠を目指し、その道中では森の木を抱きながらの気功法や沈黙の行を行いながらの軽登山。下山後には瞑想も。忙しい日常生活とは離れた空間で自分自身とじっくり向きあい、心身を整える癒しと再生のひとつを過ごすことができます。人それぞれの不調や悩みに寄り添うプログラムだ。

当日の流れ!

体験ダイジェスト

準備する物 飲み物、タオル、動きやすい服装、運動靴、長袖、長ズボン

(集合・受付)

1 ヒアリング(15分)



2 食事の準備。かまどの火付け、炊きあげ、食養生講座

3 かまど焚きごはんと鳥羽の海の幸の昼食、咀嚼講座



4 シェアリング。胃腸の働きをよくするエクササイズ、フィードバック

(解散)

かまどに薪をくべて自力で火起こし。昔ながらの火吹き竹で火力を強めていく。普段味わえない貴重な体験



味噌汁や佃煮で提供されるワカメは、ブルーシーフードとよばれ、資源豊かな海産物から食べる事で食べるSDGsとも。また、伊勢えびに関する自然保護の大切さもサステナブルツーリズムの観点から解説してくれる

日常生活を食から見直す旅 食材を五感で味わう機会に

伊勢神宮から広がる山に鎮座する白瀧大明神のある白瀧の森でのプログラム。世間の喧嘩から離れた静かな森の古民家では、コーディネーターによる東洋医学の食養生や咀嚼法などについて学ぶことができます。その後、かまどに薪をくべ、火を起こし、丁寧に白飯を炊いて食事をいただく。ごはんのお供には、炭火で焼いた鳥羽の四季折々の海の幸、地元の食材を使った味噌、漬け物などが並ぶ。ツヤツヤ光るお米など食材本来の美味しさを味わい、かまどで燃える炎を眺めながらお腹だけでなく五感も心も満たされる穏やかな時間で身体と気の巡りを整える。体験では、参加者の身体の不調や悩みに合わせたプログラムを組んでもらえるため、気軽に相談してみてもいい。

英虞湾の海底で熟成させた熟成酒を引き上げ&クルージング 大人限定・海底熟成酒と英虞湾クルージング



サステナブル POINT
海洋環境の
保全・継承

賢島港から小型船に乗り出発。真珠筏に吊るしてある日本酒を自ら引き揚げ、無人島の座賀島の真珠工場へ移動

体験のジャンル

- 自然
- サステナブル
- 食
- 歴史・文化
- ナイト&モーニング

◎体験データ

対象年齢 20歳~75歳 料金 15,000円~
所要時間 約2時間45分~

◎アクセスデータ

- 集合場所 Entrada賢島 志摩市阿児町神明752-21
- 車 伊勢自動車道「伊勢西IC」から約35分
- 交通機関 近鉄志摩線「賢島駅」から徒歩約1分
- 駐車場 4台 / 無料 / 予約不要
- 主催 伊勢志摩ツーリズム ☎0599-52-0888

データ詳細はコチラから



伊勢えび付!新鮮な海の幸と海女文化を満喫 の 熨斗づくり体験と海女小屋満喫プラン



サステナブル POINT
日本遺産である海女文化の保全・継承

体験のジャンル

- 自然
- サステナブル
- 食
- 歴史・文化
- ナイト&モーニング

◎体験データ

対象年齢 10歳~80歳 料金 12,500円~
所要時間 約2時間~

◎アクセスデータ

- 集合場所 海女小屋はちまんかまど 鳥羽市相差町819
- 車 第二伊勢道路「鳥羽南・白木IC」から約15分
- 交通機関 JR参宮線・近鉄各線「鳥羽駅」から送迎バスあり
- 駐車場 あり / 無料 / 予約不要
- 主催 海女小屋 はちまんかまど ☎0599-33-1023

データ詳細はコチラから



当日の流れ!

体験ダイジェスト

準備する物 汚れても良い服装、運動靴

(集合・受付)

- 1 プランの説明、注意事項の案内
- 2 小型船に乗って賢島港を出発



- 3 真珠筏に吊るしてある日本酒の引き上げ
- 4 無人島「座賀島」の真珠工場に移動
- 5 引き上げたお酒の試飲と焼き貝を堪能。漁師さんのトークも満喫



- 6 サンセットクルーズに出発
- 7 賢島港に到着&プラン終了

(解散)

英虞湾の間崎島と座賀島周辺の2つの海域で深さ20~25メートルの海底に沈められた三重県産の日本酒



試飲をする際に使用するおちょこは、なんとあこや貝の貝殻。これがなんとも旨さを引き立ててくれる

酒好きにはたまらないこれぞ大人のクルーズ
「沈没船から引き揚げられたワインが非常に美味しくなっていた」という実話をヒントに考案された日本酒の海底熟成酒。実際に日本酒で検証したところ、苦味成分が減少し、まろやかで口当たりがなめらかになったと一定の効果が見られたことで、日本酒の海底熟成酒は今や志摩エリアの名物のひとつになっている。今回のプランでは、真珠のふるさと・英虞湾の海底で熟成させた三重の地酒を自ら引き上げ、お持ち帰りができるユニークな体験を提供。道中では無人島でのお酒の試飲と焼き貝のつまみ食いや、英虞湾に沈む夕日を見ながらのサンセットクルーズが楽しめる。海で生きる漁師さんの話や英虞湾を眺めながら味わう一杯はまさに格別。

当日の流れ!

体験ダイジェスト

準備する物 持ち帰り用袋

(集合・受付)

- 1 海女小屋で食事
- 2 「よりの浜」の部屋へ移動
- 3 作業の流れの説明
- 4 千種清美氏の8分の動画「海女が捕る海のめぐみ」を視聴。伊勢神宮の御神饌の鮑と海女のつながり、「のしあわび」の歴史について学ぶ
- 5 熨斗づくり体験。好きな伊勢熨斗袋から選び、袋に「のしあわび」を付ける。制作したものは持ち帰り



- 6 ハブ茶と「のしあわび」をいただく ※熨斗袋の販売もあり

(解散)

「かまど」とは海女が体を休める海女小屋のこと。海の幸を味わいながら、海女文化に触れよう



県指定無形民俗文化財にも指定されている「のしあわび」は日本古来の伝統的な贈答儀礼に欠かせない

海女や「のしあわび」を通じて鳥羽ならではの歴史に触れよう
新鮮な海の幸を堪能し、「のしあわび」を使った伝統的な熨斗づくりが体験できるプラン。海女が日本一多い相差町にある海女小屋は「かまど」で本物の海女さんが丁寧に焼き上げる伊勢えびや旬の海鮮が味わえる。元気でにこやかな海女さんと触れ合える貴重な経験だ。また、熨斗づくりは贈り物の作法や歴史などに触れる良い機会に。気に入った伊勢熨斗袋に、海女さんが獲った鮑を薄くむき乾燥させ伸ばした「のしあわび」をつけよう。熨斗に鮑を用いるのは、鮑は栄養価が高く不老不死の薬ともいわれ、神への供え物として活用されていたため。世界にひとつの熨斗袋を添えて大切な方へお祝いの気持ちを伝えてみては。

あなただけの漁や料理、ビーチ、贅沢体験を海女と Ama Butlerが志摩の食をプライベートビーチでおもてなし



サステイナブル POINT
海洋環境の
保全・継承

贅沢な時間に
感動!

漁の後はプライベート
ビーチに建つ貸別荘
へ。志摩の美しい海を
目の前に美食と贅沢
な空間を楽しもう

体験のジャンル

自然 **サステイナブル**

食 **歴史・文化** ナイト&モーニング

◎体験データ

対象年齢 特になし 料金 64,000円～
所要時間 約4時間～

◎アクセスデータ

集合場所 賢島港・各宿泊施設の所有する
桟橋・海女小屋体験施設さとうみ庵
車 伊勢自動車道「伊勢IC」から
約40分(賢島港)
交通機関 近鉄志摩線「賢島駅」から
徒歩約1分(賢島港)
駐車場 あり(場所により異なる) /
無料 / 予約不要
主催 志摩市観光協会
☎0599-46-1112

データ詳細はコチラから

現役の鰹節製造の現場を訪問! 鰹いぶし小屋体験



現役の作業場で鰹節の
歴史や製造工程を学ぶ
体験は、国内外のシェ
フや、学びのツアーの
学生にも好評だ

和食の原風景を
体感!

サステイナブル POINT
日本の食文化の
継承

体験のジャンル

自然 **サステイナブル**

食 **歴史・文化** ナイト&モーニング

◎体験データ

対象年齢 6歳～90歳 料金 2,500円～
所要時間 約1時間30分～

◎アクセスデータ

集合場所 かつおの天ばく 鰹いぶし小屋
志摩市大王町波切393
車 伊勢自動車道「伊勢IC」から
約50分
交通機関 近鉄志摩線「鵜方駅」からバスで約20分
「大王小学校前バス停」下車、徒歩約5分
駐車場 5台 / 無料 / 予約不要
主催 かつおの天ばく
鰹いぶし小屋
☎0599-72-4633

データ詳細はコチラから

当日の流れ!

体験ダイジェスト

準備する物 特になし

(集合・受付)

- 1 海女さんによるカゴ漁の見学および体験



- 2 プライベートビーチ到着
- 3 コース料理開始



- 4 終了

(解散)

Ama Butlerと共にカゴ漁にチャレンジ! 自分たちで引き上げた食材は一流の料理人によって調理される



Ama Butlerによるおもてなしが評判。楽しく!おいしく!志摩の海女文化に触れることができるのも魅力

海女文化と共に楽しむ
贅沢空間&絶品料理

全国の約半数の海女が活躍する「日本一海女に出逢えるまち」伊勢志摩エリアならではの体験プラン。志摩の海女であるAma Butler(ガイド)のアテンドの元、自分だけの食材調達に出かけ、実際に海女と一緒に貴重な漁体験(カゴ漁)に挑戦。漁を楽しんだ後は、プライベートビーチへ移動し、一流の料理人が手がけるオリジナルメニューと目の前で調理される志摩ならではの鮮度抜群の食材を堪能。プライベートビーチでは、貸別荘を活用することで、プライベート空間をしっかりと確保。料理人を含めた専属スタッフによるサービスもプレミアム感満載で贅沢な時間を過ごすことができる。志摩が誇る「海女文化」を余すことなく、五感で堪能しよう!

当日の流れ!

体験ダイジェスト

準備する物 特になし

(集合・受付)

- 1 鰹節の製造工程について学ぶ
- 2 御食つ国(伊勢志摩)の歴史について学ぶ



- 3 絵描きの町大王について学ぶ
- 4 だしの試飲や、おかがごはんの試食



- 5 お買い物タイム

(解散)

伝統の「手火山製法」で燻された鰹節は波切節とも呼ばれ、古くは伊勢神宮へ神饌としてささげられていた



土鍋で炊いたご飯に削りたての鰹節をかけた「おかがごはん」。有名シェフが何度もおかわりしたという話も

鰹節を生み出す現場で体感する日本人の欲する和食の原風景

太平洋を望む「波切の燻小屋」で、伝統ある鰹節の製造工程を学び、和食の原風景を体感するプログラム。もくもくと煙が漂う燻小屋では、江戸中期から続く「手火山製法」での鰹節の製造が行われている。魚質を見極め火加減を調整しながらじっくりと燻すのが特徴で、現在では全国で10軒ほどしかない貴重な製法。試食タイムでは手火山製法で作られた鰹節を、土鍋で炊いた炊きたてご飯にのせた「おかがごはん」が、ミシュランシェフも驚いたというその味わいを堪能したい。また、店主による「御食つ国の歴史」の学びもあり。特設の販売コーナーに並ぶ鰹節をおみやげに購入して、自宅で「おかがごはん」の味を再現すれば、旅の思い出に花が咲くかも。

世界にひとつのオーダーメイドジュエリー オンリーワンの真珠ジュエリー体験



実際に取り出したあこや真珠。サイズ、色、光沢(テリ)、形など自分好みの真珠をチョイスしよう!

サステナブル POINT
真珠文化の
保全・継承

自分だけの
宝石を!

体験のジャンル

自然 サステナブル

食 歴史・文化 ナイト&モーニング

◎体験データ

対象年齢 特になし 料金 123,000円～

所要時間 約4時間～

◎アクセスデータ

集合場所 海女小屋体験施設さとうみ庵
志摩市志摩町越賀2279

車 伊勢自動車道「伊勢IC」から
約60分

交通機関 近鉄志摩線「鷗方駅」から
バスで約60分

駐車場 25台 / 無料 / 予約不要

主催 志摩市観光協会
☎0599-46-1112

データ詳細はコチラから

当日の流れ!

体験ダイジェスト

準備する物 特になし

(集合・受付)

- 1 集合場所からトウクトウクで真珠養殖場へ
- 2 説明を受けた後、アコヤ貝から真珠の取り出しや核入れを体験(取り出した真珠はすべて持ち帰り可)
- 3 オリジナルジュエリーへの加工



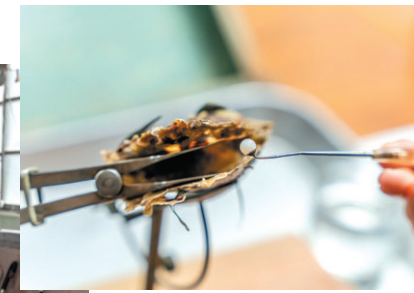
- 4 世界に一つのジュエリーが完成



- 5 真珠養殖場からトウクトウクで海女小屋体験施設さとうみ庵へ

(解散)

アコヤ貝の身の中に細胞と核を入れ、アコヤ貝に真珠を作ってもらう作業。養殖真珠の奥深さを実感



同じものは世界に一粒として存在しない真珠。どんな真珠に出合えるかは訪れた時のお楽しみ

真珠養殖の産地で体験するパールジュエリー制作体験

あこや真珠の養殖場として全国的にも有名な英虞湾。志摩町の御座島賊浦にある真珠養殖場の筏の上(その日の都合により地上での体験となることも)で、自ら選んだアコヤ貝から真珠を取り出し、世界に一つだけのオーダーメイドのジュエリー制作ができるプラン。まずは、アコヤ貝の母貝に真珠の核入れを行う作業から体験。珍しい母貝への核入れ体験を通して真珠作りの難しさを体感したら、ひと網分(約32個/2名分)のアコヤ貝から真珠を取り出していき、その中から選りすぐりの真珠を使って、オリジナルアクセサリへの製作に挑戦。ネックレス、ペンダント、ストラップなど、世界に二つとない自分だけのパールジュエリーを手に入れよう!

新しい趣味が見つかるかも!

オンラインで予約できる人気のプラン

鳥羽市

MAP P2D1

初心者さん大歓迎! 釣りスポットで有名な離島で釣り体験



ゆったり時間が流れる離島でフィッシング

鳥羽マリンターミナルから船に揺られること約15分。伊勢湾最大の島 答志島でのんびりと釣り体験をしよう。釣竿、バケツ、エサなどがセットなので手ぶらで楽しめる。目の前に漁港が広がる絶好のスポットで、カレイ、メバル、チヌなどを狙って、フィッシング!

予約申し込みはこちら



鳥羽市

MAP P2C1

無人島カヤックツアー



カヤックで無人島を目指し鳥羽湾の海を大満喫!

鳥羽湾に浮かぶ三ツ島という無人島を目指してパドリング! ガイドが案内してくれるので、気軽にカヤックを楽しめる。三ツ島では、海を眺めながら休憩したり、海水浴を満喫したり、思い思いの時間を過ごす。帰日もカヤックを漕ぐので、遊びすぎには注意。

予約申し込みはこちら



鳥羽市

MAP P2C2

川の中からお宝ゲット!? リバー探掘体験「Rocky river」



川底を掘り起こしカラフルな宝石を手せよ

全長40mもある人工の川には約30種以上のカラフルな宝石が。スコップを使った探掘体験で、トレジャーハンター気分に見つけた宝石はすべてお持ち帰りできるのもうれしい。砂の中に隠された小さな王冠を見つけたら、とっておきのご褒美がもらえるかも!?

予約申し込みはこちら



鳥羽市

MAP P2C2

屋形船で本場の味に舌鼓を打とう! とれたて伊勢エビコース



豪華な新鮮魚介を海の上で味わう

屋形船で周遊しながら、鮮度抜群の鳥羽の海鮮料理を堪能できる。おすすめは、獲れたての伊勢えびを1名1尾と焼き貝盛り合せが付いた贅沢なコース。伊勢えびは、焼きと屋形蒸しで提供され、1尾で2度楽しめる。非日常感を味わえる特別体験をぜひ満喫しよう。

予約申し込みはこちら



南伊勢町

MAP P2C3

伊勢志摩の絶景を体感しよう！
タンデムスカイダイビング体験



はるか上空から見下ろす
伊勢志摩の絶景ダイブ
上空1万フィートの高さから
伊勢志摩国立公園、五ヶ所湾、
英虞湾を見下ろしながらダイブ
する、スリル満点の体験。熟練の
スタッフと一緒に飛ぶので初心
者も安心。海と山に囲まれた伊
勢志摩の絶景を感じながら、時
速約250kmで降りていく未
知の体験にチャレンジしよう。

予約
申し込みは
こちら



志摩市

MAP P2C3

45分間でサクッと楽しめる。
シーカヤック体験(箱メガネ付き)



海の生き物を観賞！
ゆったり海上散歩！
広々とした太平洋で行うカ
ヤックツアー。陸で漕ぎ方の練
習をし、海上散歩へ繰り出そ
う。爽やかな風を感じながら、
ブカブカ浮かぶほか、レンタル
の箱メガネで、海を覗いてお魚
探しも。体験時間は45分なので、
体力に自信がない方や、観光の
合間にも気軽に参加できる。

予約
申し込みは
こちら



志摩市

MAP P2C3

真珠取り出し体験付き！
パールペンダント作り



美しい輝きを放つ
真珠のペンダント
アヤコ貝から取り出した真
珠を使って、ペンダントを作れ
る体験。まずは海からアヤコ貝
の入った網をあげて、その中か
ら好きなものを選び、真珠を取
り出す。シルバーをはじめとし
た数種の中から金具を選び、接
着すれば完成。本格的なジュエ
リーを旅の思い出に。

予約
申し込みは
こちら



志摩市

MAP P2D3

本格アドバイスでじっくり学べる！
サーフィンスクール



初めての人も安心！
波乗りの魅力に迫る
サーフィン初心者でも気軽に
楽しめる体験教室。経験豊富な
スタッフが陸上練習から波に
乗る行程まで丁寧なサポート。
1〜5名の少人数制のため、ひ
とりひとりじっくりレッスン
を受けることができる。雄大な
海が広がる国府の浜で、波乗り
の楽しさを感じる存分に味わおう。

予約
申し込みは
こちら



南伊勢町

MAP P2C3

自然の中を爽快に走り抜けよう！
オレンジロードバギーツアー



デコボコ道もラクラク！
爽快アトラクション
自然あふれる南伊勢の田舎
地区を、オフロードバギーに
乗って走る爽快アトラクショ
ン。急坂・泥道にも強い安定感
抜群の4輪バギーは50ccなの
で、初めての人もすぐに操作で
きる(要普通自動車免許)。約4.3
kmの緑豊かな山林コースを思
いっきり駆け抜けよう。

予約
申し込みは
こちら



志摩市

MAP P2C3

何時でも大丈夫！小さなお子様から
大人まで楽しめる！わんぱく磯で磯体験



海の生き物に触り
磯遊び体験を満喫
自然の海に近い状態につく
られた浅磯で磯遊び。水深が異
なる2種類の磯があり、水深40
cmまでのエリアでは魚やヒトデ
を素手で捕ることが可能。水
深60cmの磯では、箱メガネを使っ
てさまざまな海の生き物を観
察。小さな子どもから大人まで
目いっぱい楽しめる。

予約
申し込みは
こちら



志摩市

MAP P2C3

(伊勢海老付き:3名様~)
基本コース+伊勢海老付プラン♪
~志摩を豪快に食べつくそう!!~



海女さんと話しながら
豪華な魚介料理を堪能
海女さんが漁で疲れた体を休
める海女小屋で、伊勢海老がま
ること1尾食べられるコース。
囲炉裏、掘りごたつなど懐かし
い雰囲気の小屋で、日本遺産に
認定された海女さん直々に、伝
統の海女漁や海の貴重なお話
を聞くことができる。海女さん
との記念撮影もお忘れなく。

予約
申し込みは
こちら



志摩市

MAP P2D3

尾鷲ヒノキを使用した設備を導入！
オリジナルサウナ体験



自然に囲まれたサウナで
身も心もリラックス
国立公園内にあるリゾート
施設のサウナで「整う」体験を。
尾鷲ヒノキの香りに包まれる
室内には、フィンランド式の薪
ストーブを使用。自身で温度を
調整することができる。また、
目の前にはプールがあるので、
クールダウンにぴったり。休憩
スペースには漫画や飲み物も。

予約
申し込みは
こちら





「みえのイマココ旅」とは

「三重の「イマしかない」

「ココしかない」

体験を楽しみに三重を訪れよう』を

コンセプトに長期滞在を促す

新しい旅のカタチを提案する

「みえのイマココ旅」。

歴史・文化、自然、食、ナイト&モーニング、

サステイナブルをテーマに

これまでにない体験をご提供します。



歴史・文化



自然



食



サステイナブル

「みえのイマココ旅」体験・アクティビティガイドブックは5つのエリア版を発行しています。他のエリア版も合わせてご覧ください。

新名神/名阪道/東名阪道周辺編

伊勢道(関～伊勢)周辺編

鳥羽、志摩、南伊勢編

紀勢道(多気～紀北町)周辺編

熊野尾鷲道(紀北町～紀宝町)周辺編

©発行/みえ観光の産業化推進委員会(三重県観光局観光資源課内)

©企画・編集・制作/株式会社JTBパブリッシング

©2023みえ観光の産業化推進委員会(三重県観光局観光資源課内)/JTB Publishing, Inc. All Rights Reserved.

●本誌掲載のデータは2022年12月末のもので、発行後に、料金、営業時間、定休日、メニュー等の営業内容が変更になることや、臨時休業等で利用できない場合があります。また、各種データを含めた掲載内容の正確性には万全を期しておりますが、おでかけの際には電話等で事前に確認・予約されることをおすすめいたします。なお、本誌に掲載された内容による損害等は補償しかねますので、あらかじめご了承くださいませようをお願いいたします。

●本誌掲載の料金は、原則として取材時点で確認した消費税込みの料金です。また、体験料などは、特記のないものは大人1名の料金です。ただし、各種料金は変更されることがありますので、ご利用の際はご注意ください。●交通表記における所要時間はあくまでも目安ですのでご注意ください。●定休日は、原則として年末年始・お盆休み・ゴールデンウィークを省略しています。料金は取材時点での消費税率をもとに、諸税、サービス料込みで掲載しています。季節や人数によって変動しますので、お気をつけください。本誌に掲載している地図は、国土地理院発行の数値地図(国土基本情報)電子国土基本図(地図情報)、数値地図(国土基本情報)電子国土基本図(地名情報)および数値地図(国土基本情報20万)を編集・加工して作成しました。

●QRコードは株式会社デンソーウェブの登録商標です。