



FREE
エリアMAP付き

体験・アクティビティガイドブック

「みえのイマココ旅」

'24 NEW RELEASE



MIE IMAKOKO TRIP

AREA OF HOKUSEI・CHUNANSEI・IGA・HIGASHIKISHU



巻いてワクワク!

桑名海苔で飾り巻き寿司作り&種付け設備見学・ミニ講座

体験のジャンル

食

ものづくり

伝統

歴史・文化

サスティナブル



きれいにできたよ!

飾り巻き寿司は、切るまでわからないドキドキ感もあって、成功の感動もひとしお。自分らしいデザインでどうぞ

体験データ

対象年齢 8歳～(13歳未満は要保護者同伴)
料金 5,000円～ 所要時間 約2時間30分～

アクセスデータ

集合場所 伊賀島漁業協同組合
桑名市長島町白鷺1-1
車 東名阪自動車道「長島IC」から
約15分
交通機関 JR関西本線・近鉄名古屋線「桑名駅」から
三交バスで「横溝蔵」下車、徒歩約10分
駐車場 20台 / 無料 / 予約不要
主催 大平 千歳
☎090-8554-3698

データ詳細はコチラから



イマココPoint

海苔養殖の秘訣を知って
美味しさを実感!

当日の流れ

体験ダイジェスト

準備する物 エプロン、布巾、マスク

集合・受付

- 1 作業の説明
- 2 桑名海苔のミニ講座



- 3 種付け設備等を見学
- 4 飾り巻き寿司作り体験



- 5 試食会。自分で巻いた飾り巻き寿司をいただきます!

解散

名産品の桑名海苔をつくる養殖・種付け設備の見学と、飾り巻き寿司作りが体験できるプラン。まずは、他ではなかなか見る機会がない海苔の培養水槽と種付け設備の見学から。海苔の製造工程や桑名だけで行われている特殊な養殖法も映像で学ぶことができる。さらに高級桑名海苔の試食、他産地の海苔との食べ比べもあり。見学のあとは、桑名海苔を使って伝統的な祭り寿司から発展した飾り巻き寿司作りを体験。完成した寿司を切った瞬間は、思わず「キレイ」と声が出るほどの感動があるそう。もちろん自分で作った飾り巻き寿司はその場で試食可能だ。親子で一緒に参加して興味を持ってもらったら、明日からお料理を手伝ってくれるかも!?

見て楽しく作って美味しい
名産・桑名海苔を堪能しよう



上/食べ物ができる過程を知る貴重な体験を 左/柔らかく香り高い桑名海苔は、巻き寿司にぴったり

CONTENTS

体験・アクティビティガイドブック
「みえのイマココ旅」



※伊勢志摩エリアのコンテンツは「みえのイマココ旅HP」でご確認ください。

北勢

巻いてワクワク!

桑名海苔で飾り巻き寿司作り&種付け設備見学・ミニ講座…………… P5

電動自転車で菟野町を旅しよう!

『菟ピリティ』で巡るおてんば姫の道草コース…………… P6



中南勢

古代装束に着替えて古墳さんぽ♪

墨書土器体験もできる!しっかり古代体験…………… P7

清流・宮川カヌーツーリング…………… P8

木の上から望む景色に感動!

ツリークライミング体験…………… P9

自然のままの鍾乳洞で洞窟探検!…………… P10
半日貸切プラン

E-bikeで熊野灘の海辺を巡る

「フォトジェニック&スイーツライド」…………… P11

伊勢の奉納鮎「大内山川のぼり鮎」を釣って食べる!

大紀町での鮎友釣り体験ツアー…………… P12

伊賀

百年歳で明治時代にタイムスリップ!

蔵仕事の見学&紅くるりドレッシングづくり体験…………… P13

「ほんまもん」匠と楽しく作ろう!

ぬくもりある組子の行灯づくり体験と伊賀街あるき…………… P14

1日1組限定プライベートツアー!

古民家で名張伊賀のこだわり食材でお弁当作り&滝巡りへGO!…………… P15



東紀州

白石湖ぐるっとまるごと!

幻の牡蠣ツアー…………… P16

『海の熊野古道』と『山の熊野古道』を巡る!

熊野古道三昧スペシャルプラン…………… P17
(一組限定・宿泊付き・2日間)

九木崎オハイブルーの絶景と九鬼町ブラ歩き…………… P18
～山は海の友達～

熊野川を旅する

バックラフト デイキャンプツアー…………… P19

●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。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。

古代装束に着替えて古墳さんぽ♪
墨書土器体験もできる! しっかり古代体験

体験のジャンル **歴史・文化** 伝統 自然 **ものづくり** サスティナブル



古代衣装を身につけて古墳を歩けば気分は古代人!? 芝生広場、ふれあい広場横の祓川を

体験データ

対象年齢 5歳~(120cm~190cm、6歳未満は要保護者同伴)
 料金 2,500円~ 所要時間 約1時間~

アクセスデータ

集合場所 斎宮歴史博物館入口「ルインズ前休憩所」多気郡明和町竹川503
 車 伊勢自動車道「玉城IC」から約20分
 交通機関 近鉄山田線「斎宮駅」から徒歩約15分
 駐車場 近隣駐車場を利用
 主催 一般社団法人 明和観光商社 ☎0596-67-6850
 データ詳細はコチラから

イマココPoint
 謎めく斎宮の歴史を学べる貴重な体験!

『菰ビリティ』で巡るおてんば姫の道草コース

体験のジャンル **自然** 歴史・文化 サスティナブル



四季折々の自然が美しい菰野町。アップダウンがあるコースも、モビリティなら楽々サイクリングできる

イマココPoint
 快適な自転車旅で、菰野の歴史を学ぼう

体験データ

対象年齢 130cm以上、6歳未満は要保護者同伴、18歳未満は要同意
 料金 1,000円~ 所要時間 約2時間~

アクセスデータ

集合場所 道の駅「菰野」三重郡菰野町菰野2256
 車 新名神高速道路「菰野IC」から約10分
 交通機関 近鉄湯の山線「中菰野駅」から徒歩約5分
 駐車場 40台 / 無料 / 予約不要
 主催 一般社団法人 菰野町観光協会 ☎059-394-0050
 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 なし

集合・受付

- 1 作業の説明
- 2 古代装束へ着替え



- 3 古墳周辺の散策へ。その間に墨書土器に何を描くか考えてみよう
- 4 古代装束のまま、墨書土器の体験
- 5 体験終了後、御印頂を受け取ろう



解散

古代装束を着てぶらり散策 自分で描く墨書土器の体験も

天皇のかわりに伊勢神宮に代々仕えた皇女・斎王ゆかりの地、斎宮歴史博物館で、古代の日本人が着ていた装束に着替えて散策＆墨書土器の作製体験ができるプラン。まずは古代人が実際に着ていたデザインを模した古代装束に着替え、古墳がある周辺を20分ほど散策。斎宮歴史博物館の芝生公園、祓川沿いから神宮橋までのコースがオススメだ。その後は、装束に着替えたまま墨書土器の作製体験へ。粘土を練って焼き固めた土器に、墨を使って文字や絵、記号などを自由に描いてみよう。作った土器は、もちろん持ち帰り可。帰りには御朱印帳の古墳バージョン「御墳印」のプレゼントも。時間があれば周辺にある塚山古墳群、坂本古墳群もぜひ立ち寄ってみよう。



上・左/古代人がいろいろな思いを込めて墨で記したのが墨書土器。文字や絵、記号など自由に描いてみよう!

当日の流れ

体験ダイジェスト

準備する物 運動靴(サンダル、長めのスカート等はNG)

集合・受付

- 1 モビリティの操作方法、モビリティ乗車についてのルール、保険等の説明
- 2 試乗タイムもあるので安心
- 3 専用MAPを持って時間内に自由に散策



- 2 試乗タイムもあるので安心
- 3 専用MAPを持って時間内に自由に散策



解散

菰野の歴史と自然を散策♪ 気軽に楽しめる自転車の旅

織田信長の孫娘・八重姫ゆかりの地である菰野町エリアをモビリティ電動アシスト自転車で巡るツアー。歴史クイズを解きながら、楽しく気軽に巡れるコースとなっている。集合場所では、スタッフがついてくれるので、初めての方や子どもでも安心。菰野地区コミュニティセンターでは、菰野の歴史や文化の知識が深まる。どこか懐かしい田園風景と雄大な鈴鹿山麓の景色を写真におさめながら思い思いにサイクリング! 春は桜の名所として知られる菰野藩土方家の菩提寺「見性寺」では藩主や八重姫のお墓にお参りしよう。菰野の自然を肌で体感しながら歴史や文化に触れてみては。



上/道中には八重姫にまつわる歴史を解説する看板も 左/静かな雰囲気満たされる見性寺にもお参り

木の上から望む景色に感動！ ツリークライミング体験

体験のジャンル 自然 サステナブル



保護具をつけているから、手を放しても大丈夫。インストラクターも一緒に登ってくれるので、初心者も安心

体験データ

対象年齢 6歳～70歳(120cm以上)
料金 7,000円～ 所要時間 約1時間30分～

アクセスデータ

集合場所 奥伊勢フォレストピア 多気郡大台町菌993
車 紀勢自動車道「大宮大台IC」から約20分
交通機関 JR紀勢本線「三瀬谷駅」から町営バスで約20分
駐車場 20台 / 無料 / 予約不要
主催 合同会社 ツリートライズ ☎090-8557-0933
データ詳細はコチラから

イマココPoint
森の生き物と同じ
目線で自然と一体に

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(長袖長ズボン)、運動靴

集合・受付

- 参加者の体調、保険チェック。体験の前……にサドル・ヘルメット着用の説明も
- 開始の挨拶、自己紹介、森への挨拶
- モクモクストレッチ



- 木へ移動し木に触れて挨拶
- クライミングの注意事項と登り方とロープワークの説明・デモ(15分)
- クライミング開始
- クライミングダウン後、コングラッチュレーションカード授与、記念撮影

解散



上/体験終了後にはコングラッチュレーションカードを授与。左/「よろしくね」と登る前に木に触れて挨拶

思わず童心に帰れる！
一歩進んだ木登り体験を

自然豊かな森で、ロープやサドルなどの保護具を使って木に登るツリークライミングが体験できるプラン。体験は、大人はもちろん、小さな子どもも楽しめるのが大きな魅力で、家族で参加して親子で一緒に登ったり、仲の良い友人を誘って登ったりなど、気の合う者同士で木の上の素晴らしい世界を分かち合える。木のぬくもりに触れ、香りに包まれることで得られる自然との一体感は格別。資格を持つインストラクターが指導してくれるので、初心者でも安心してチャレンジできる。森の高い木にいる鳥や小動物になったつもりで、日常では体験できない高いところからの目線で森を眺めながら、全身で自然を感じ取ってみたいかが。

清流・宮川カヌーツーリング

体験のジャンル 自然 サステナブル



水面を漂う
不思議な体験！

まずは、初心者でも安心な静水域を進む。静寂の中、パドルの音に耳を傾け周囲の自然を見渡してみよう

イマココPoint
日本有数の清流で
非日常体験を

体験データ

対象年齢 2歳～80歳(13歳未満は要保護者同伴、18歳未満は要同意)
料金 7,600円～ 所要時間 約2時間30分～

アクセスデータ

集合場所 Verde Outdoor Base 多気郡大台町下真手5-9
車 紀勢自動車道「大宮大台IC」から約15分
交通機関 JR紀勢本線「三瀬谷駅」からタクシー又はバスで約7分
駐車場 20台 / 無料 / 予約不要
主催 株式会社Verde大台 ツーリズム ☎080-4840-7315
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 動きやすく、濡れても良い服装・着替え

集合・受付

- 受付時に体験の流れや注意点を確認
- 約10分の陸上レクチャー。ライフジャケットをしっかりと装着



- 初めてカヌーに乗る方、パドルスポーツ初心者・初級者にぴったりの静水域でカナディアンカヌーを楽しめる
- 迫力ある本流や、ジャングルクルーズが楽しめる支流にも



- 屋外の水シャワーを浴びて、着替え

解散

清流・宮川の秘境散策で
ジャングルクルーズ気分

全国一級河川の水質調査で「水質が最も良好な河川」に幾度となく選ばれている宮川で、カヌーツーリングが楽しめるプラン。安定性のあるカナディアンカヌーで宮川の本流を漕ぎ進み、普段は足を踏み入れることができない秘境へ。川のせせらぎや鳥の声に耳を澄ませながら漕いでいると、まるでジャングルクルーズをしているような気分が味わえる。対象年齢が2歳から80歳までと幅広いので、家族連れや友人同士はもちろん、ワンちゃんも同伴可能なことから、愛犬家にも人気が高い。体験で使用されるカナディアンカヌーは、デッキが深く体が水に濡れにくいので、夏だけでなく、春や秋にもウォーターアクティビティを楽しみたい人におすすめだ。



上・左/支流に入れば、景色は一転！鬱蒼と茂る緑が迫り、自然の風景の一部に交わるような感覚に！

E-bikeで熊野灘の海辺を巡る 「フォトジェニック&スイーツライド」

体験のジャンル 自然 食 歴史・文化 サスティナブル



海岸を
のんびりライド♪

E-bikeでのサイクリングだと疲れにくく、景色も余裕を持って楽しめる。ゆったり海沿いを走ろう

体験データ

対象年齢 11歳~70歳(150cm以上、13歳未満は要保護者同伴)
料金 5,000円~ 所要時間 約2時間~

アクセスデータ

集合場所 錦向井が浜遊パークトロピカルガーデン内「トロピカルハウス」度会郡大紀町錦17-6
車 紀勢自動車道「紀勢大内山IC」から約15分
交通機関 JR紀勢本線「伊勢柏崎駅」からタクシーで約20分
駐車場 50台 / 無料 / 予約不要
主催 一般社団法人 大紀町観光協会 ☎0598-74-2277



イマココPoint

ココでしか味わえない
絶品ローカルスイーツ!

当日の流れ

体験ダイジェスト

準備する物
運動靴、動きやすい服装(ズボン)、飲み物、ウエストバッグ(ポーチ)またはリュックサック

集合・受付

- 1 E-bikeの乗り方説明を受けてトロピカルハウスを出発! 漁村を経てクレープの店へ
- 2 熊野灘沿岸を走ってプライベートビーチBlue Earth到着
- 3 クレープ&大内山牛乳またはフルーツ牛乳で休憩
- 4 錦湾を眺めながらトロピカルガーデンへ移動
- 5 海上ハウスで大内山牛乳使用のカスタードプリンで締め



解散



上・左/三重県を中心に人気のご当地牛乳「大内山牛乳」と地元でも人気のクレープの絶品おやつタイムがお目当て

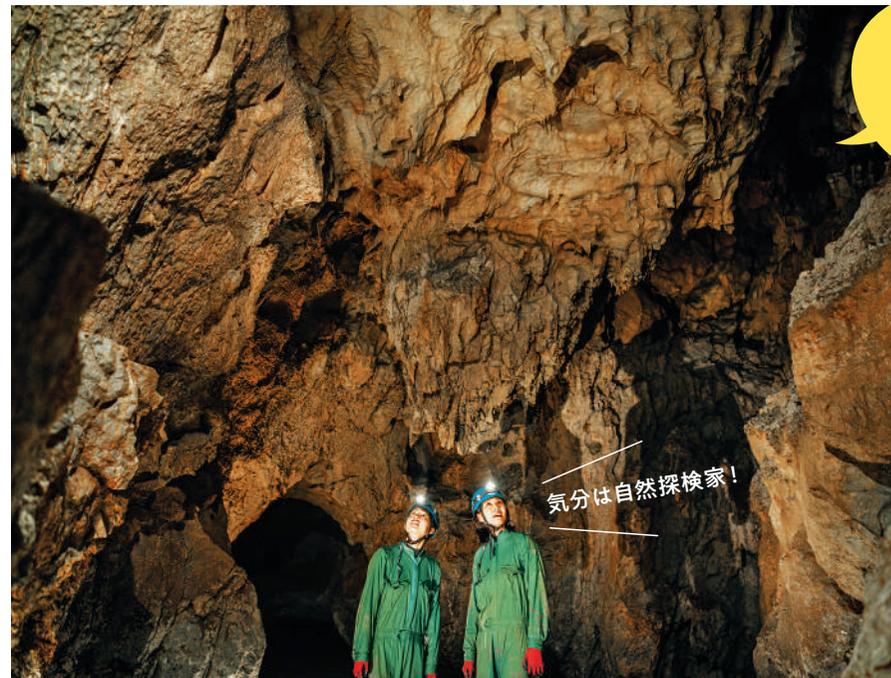
スイーツと景色を楽しむ
サイクリングツアー

電動アシスト機能が付いたスポーツバイク「E・b i k e」に乗って、爽やかな風に吹かれながら海岸線をサイクリング! 情緒ある大紀町内の漁村を走り抜けた後は、熊野灘からはるかに広がる太平洋を眺めてのんびりライド。途中で、予約が取れないことで有名な人気クレープ店、クレープはもちろん、名産の大内山牛乳をたっぷり使ったスイーツを楽しめる特典も。コース周辺の見所、熊野エリアの地元情報をイヤホンでガイドしてくれるのも嬉しい。旅のシメは一番人気のカスタードプリンで、おなかも心も満たされる。アップダウンがあるエリアでも、E・b i k eを活用できるこのプランなら、ラクラク走行で、存分にサイクリングを満喫できる。

自然のままの鍾乳洞で洞窟探検!

半日貸切プラン

体験のジャンル 自然 サスティナブル



気分は自然探検家!

静かでヒンヤリとした空気の中、自ずと五感が研ぎ澄まされていくのを感じる時間は、貴重な体験になりそう

イマココPoint
自然の造形美に
間近に触れるレア体験

体験データ

対象年齢 7歳~65歳(110cm以上90kg以下、18歳未満は要保護者同伴、20歳未満は要同意)
料金 1組6名まで40,000円~
所要時間 約3時間~

アクセスデータ

集合場所 ヤマノリズム 度会郡大紀町阿曾429
車 紀勢自動車道「紀勢大内山IC」または「大宮大台IC」から約10分
交通機関 JR紀勢本線「阿曾駅」から徒歩約15分
駐車場 5台 / 無料 / 予約不要
主催 ヤマノリズム ☎080-5854-7808



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
水着(着用の上集合)、タオル、汚れてもよい露出の少ない服、保険証、着替え、ラッシュガード、靴下

集合・受付

- 1 参加同意書の記入、着替え
- 2 ツアーの簡単な流れの説明の後、車にて移動
- 3 希望に応じたルートで探検スタート!
- 4 洞窟探検終了後、ガイドの車で集合場所へ



解散

個人ではなかなか体験することのできない「ケイビング」= 洞窟探検が楽しめるアクティビティ。1グループ貸切での探検のため、他の人に気にしなくても大丈夫。初心者やファミリー、マイペースで楽しみたい方には優しいルートを、ケイビングの経験者や体力に自信がある方にはエキサイティングなルートを選んでくれる。また、SNS映える写真や動画を自由に撮りたい方には洞窟専用のライト、防水バッグの貸出しも用意されているのもうれしいポイント。集合解散場所には温泉施設が隣接しているので、汚れることを気にせず思い切って探検しよう。爽やかな汗を流しながら探検家気分を巡り、自然が作り出す造形美をじっくり観察してみよう。

気分は洞窟探検隊!
鍾乳洞の中をのぞきに行こう



上/その日の水量によってルートが変わることも。ガイドさんの案内付きで安心 左/神秘的な造形が目前に!

百年蔵で明治時代にタイムスリップ！ 蔵仕事の見学&紅くるりドレッシングづくり体験

体験のジャンル 伝統 ものづくり 歴史・文化 食 自然 サスティナブル



120年超の
味わいを堪能

120年以上使われてきた醤油蔵の内部に点在する使い込まれた道具一つ一つが、まさに歴史遺産！

●体験データ

対象年齢 6歳~80歳(13歳未満は要保護者同伴)
料金 3,000円~ 所要時間 約1時間20分~

○アクセスデータ

集合場所 株式会社福岡醤油店
伊賀市島ヶ原1330
車 名阪国道「治田IC」から約20分、
または「大内IC」から約15分
交通機関 JR関西本線「島ヶ原駅」から
徒歩約25分
駐車場 10台 / 無料 / 予約不要
主催 株式会社
福岡醤油店
☎0595-59-3121
データ詳細はコチラから



イマココPoint

蔵に刻まれた歴史を
五感で感じてみよう

〓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 案内の方からの挨拶と説明
- 2 醤油蔵の内部見学



3 醤油の食べ比べ

4 蔵の隣にある畑を見学した後、ドレッシングづくりを体験



解散

歴史ある醤油醸造蔵を
見て・聞いて・味わおう

明治28年(1895年)の創業から120年以上続く醤油醸造蔵で、蔵仕事の見学や自家製醤油を使ったドレッシング作りが体験できる。現役の蔵人が案内人を務める蔵仕事見学では、ここぞしか見られない昔ながらの压榨機「キリン式しぼり機」、120年以上も使われている杉桶などの道具たちが蔵の歴史を物語ってくれる。蔵仕事を見学した後は、醤油の食べ比べと、蔵の隣にありスタッフが管理する農場で採れた紅くるり大根と自家製醤油を使ったドレッシングづくり体験が楽しめる。工場併設ショップもあるので、気に入った商品は購入しておこう。料理好きの人はもちろん、食の歴史や文化への関心を満たしてくれる大人の社会科学見学としてもおすすめ。



上/自分にピッタリなドレッシングを作ってみよう 左/周辺の自然環境も美味しい醤油づくりに欠かせない

伊勢の奉納鮎「大内山川のぼり鮎」を釣って食べる！ 大紀町での鮎友釣り体験ツアー

体験のジャンル 自然 食 歴史・文化 サスティナブル



初めてでも釣れた♪

釣り竿をさわったことのない人でも、釣り方を親切に教えてもらえる。多く釣れた場合は持ち帰りも可能

イマココPoint

大紀ブランドの
極上鮎をいただく

●体験データ

対象年齢 6歳~80歳(13歳未満は要保護者同伴、18歳未満は要同意)
料金 13,000円~ 所要時間 約4時間~

○アクセスデータ

集合場所 つりエサ市場本店
度会郡大紀町崎1970-1
車 紀勢自動車道「紀勢大内山IC」
からすぐ
交通機関 JR紀勢本線「伊勢柏崎駅」から
徒歩約25分
駐車場 40台 / 無料 / 予約不要
主催 大内山川漁業
協同組合
☎0598-74-0666
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 腰まで水に浸かって大丈夫な服装、釣り後の着替え

集合・受付

- 1 集合場所にて当日の流れの説明
- 2 オトリ鮎を受け取り、釣り場へ移動して釣りの準備



3 釣り方の説明・実演

4 いざ、釣り体験!(最大2時間程度)

5 鮎の塩焼きを作り、実食!多く釣れた場合は持ち帰りも可



解散

手ぶらで鮎釣り体験
釣って食べて大満足の1日

プロのアドバイスを受けながら、鮎の友釣り体験ができるツアー。県の中南部を流れる宮川の支流・大内山川で釣れた鮎は、「大内山川のぼり鮎」というブランド鮎として知られ、有名な神社にも奉納されるほど。この鮎が縄張り争いをする習性を利用した「友釣り」で、釣り体験とともに、塩焼き体験、実食まで堪能できる。料金には遊漁券代、オトリ鮎代、釣具一式のレンタル代も含まれているので、手ぶらでの参加もOK。初心者やこれまで釣果が少なかった人も、アドバイスに従ううちに、どんな鮎が釣りがり大興奮ということも。鮎は炭火で焼くと、身はふっくら、皮はパリパリに仕上がります。自分が釣った塩焼きは格別の美味しさ。



上/自分で釣った新鮮な鮎の塩焼きは格別 左/清流で育った鮎は、独特な爽やかな香りが特徴

1日1組限定プライベートツアー！ 古民家で名張伊賀のこだわり食材でお弁当作り&滝巡りへGO！

体験のジャンル 自然 ものづくり 食 歴史・文化 サスティナブル



一番のお楽しみ～

滝を借景に自分たちで作ったお弁当タイム。風景とせせらぎの音も美味しさをアップしてくれる

体験データ

対象年齢 6歳～75歳(17歳未満は要保護者同伴、18歳未満は要同意)
料金 8,200円～ 所要時間 約5時間～

アクセスデータ

集合場所 近鉄大阪線「赤目口駅」
名張市赤目町丈六
車 名阪国道「針IC」から約35分、
または「上野IC」から約45分
交通機関 近鉄大阪線「赤目口駅」
駐車場 あり / 無料 / 予約不要
主催 Nabari Experience
☎090-7615-7405

データ詳細はコチラから



イマココPoint

地元の恵み満載のお弁当に舌鼓！

ぬくもりある組子の行灯づくり体験と伊賀街あるき

体験のジャンル ものづくり 伝統 歴史・文化 サスティナブル



暖かな灯りが素敵！

寺院を建設する技術の一つとして各地に伝わった「組子」の光には、厳かな雰囲気が感じられて癒やされる

イマココPoint

伝統の木工技術を体験してみよう！

体験データ

対象年齢 4歳～80歳 料金 19,800円～
所要時間 約1時間30分～

アクセスデータ

集合場所 赤井家住宅
伊賀市上野忍町2491-1
車 名阪国道「上野東IC」から
約5分
交通機関 伊賀鉄道伊賀線「上野市駅(忍者市駅)」から徒歩約8分
駐車場 あり / 無料 / 予約不要
主催 匠の館 馬場建具店
☎090-8862-3324

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・運動靴・水筒(飲み物)、作ったお弁当が入るリュック等

集合・受付

- 1 赤目口駅まで送迎。車で吉田屋へ移動
- 2 1日の流れの説明に続き、お弁当作りスタート(約1時間)



- 3 赤目四十八滝へ出発！参加者のペースに合わせてハイキング



- 4 赤目小町(お土産売り場)等散策

- 5 基本は赤目口駅まで送ってもらい解散。名張市内であれば最寄り駅や宿泊施設へ送ってくれる

解散

赤目四十八滝ハイキング
自然を満喫できるさんぽ旅

1日1組限定で、名張への自然愛あふれるエコツアールガイドと赤目四十八滝を巡るプライベートツアー。まずは築90年の古民家「吉田屋」で地元食材を使ったお弁当作りからスタート。伊賀焼の土鍋で炊いた伊賀米コシヒカリは香りも豊かで食欲をそそる。伊賀牛と地元野菜、こだわりの味噌や名産山椒などの調味料を使用し、自分好みに盛り付けたらハイキングへ出発。赤目五爆のうち不動滝・千手滝・布曳滝を目指して、片道900メートルの道のりをのんびり。歩くペースも合わせてくれるので、子ども連れや体力に自信のない方にも安心だ。お土産売り場の赤目小町などの散策も。程よい汗をかいて、日頃の喧騒を忘れてリフレッシュ！お腹も心も満たされる1日を。



上/清らかな水と緑に包まれて身も心もきれいになりそう 左/彩りを意識しながら、わっぱ弁当を仕上げよう

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 作業の説明
- 2 ねじり組の説明。好きな色を2色選ぶ



- 3 まずはねじり組5面を組み、その後順次組み立てる



- 4 完成 ※作品は当日持ち帰れる
- 5 匠による案内で伊賀の町歩き

解散

伝統技法「組子」で作るやわらかな明かりの行灯

日本の伝統木工技術「組子」を使い、ねじり組行灯づくりを体験するプラン。釘や金具を使わず、木材を組み合わせて作る組子の行灯は、繊細でやわらかな明かりが印象的。オリジナルの色のラインを入れることができるので、自分だけの特別な行灯が作れる。ノスタルジックな雰囲気を持つ行灯は和室にも洋室にもびびったりで、旅の思い出としてもおすすめ。全技連建具製作マイスターである匠が「一から丁寧に教えてくれるので、初めての方や子どもでも安心して楽しめ、家族連れや外国人の方にも人気の高いプランだ。行灯完成後は、街を知り尽くした匠が伊賀の見所を案内。昔ながらの伝統的な日本建築が残る街並みを散策しながら、伊賀の新しい魅力を発見できる。



上/伊賀の町歩きでは忍者体験も左/趣ある古民家で組子づくりに没頭。世界で一つだけの行灯を作ろう！

『海の熊野古道』と『山の熊野古道』を巡る！ 熊野古道三昧スペシャルプラン 〈一組限定・宿泊付き・2日間〉

体験のジャンル 自然 歴史・文化 ナイト&モーニング サステイナブル



かつての旅人になったつもりで湾内を漕ぐシーカヤックは1日目に。波音や自然の音にも癒される

体験データ

対象年齢 14歳～65歳(100kg以下、16歳未満は要保護者同伴、20歳未満は要同意)

料金 25,000円～

体験時間 1日目:約3時間～、2日目:約9時間～

アクセスデータ

集合場所 ゲストハウス「ながらのおうち」
尾鷲市名柄町484-1

車 熊野尾鷲道路「三木里IC」から約4分

交通機関 JR紀勢本線「三木里駅」から徒歩約20分

駐車場 6台 / 無料 / 予約不要

主催 みきさといーぐみ ☎090-4196-5062

データ詳細はコチラから

イマココPoint
熊野古道を満喫！
昔の旅人の足跡を追体験

当日の流れ

体験ダイジェスト

準備する物 データ詳細QRコードから要確認

集合・受付

- 1 1日目13時集合後、2日間行程の説明
- 2 シーカヤック体験へ
- 3 フリータイム
- 4 2日目7時～朝食・昼食作り



朝食後、山の熊野古道へ出発！



- 5 13時頃下山開始
- 7 16時頃帰着

解散

「海の熊野古道」と「山の熊野古道」の両方が体験できる1泊2日の宿泊付きプラン。昔の旅人が渡し舟で渡った湾内を追体験できるシーカヤックは初めての方でも参加OK。山の熊野古道は、初級・中級上級プランを選べ、体力に合わせた参加ができる。再建された八鬼山の「日輪寺荒神堂」は、修験道の祈りの場。般若心経を唱えて、マインドフルネス体験で心身もリフレッシュ。山頂付近さくらの森広場より海の絶景を見下ろしながら休憩し、修験道の総本山「金峯山寺」で行われる正午の祈りの時間を目標して歩く。宿泊は熊野古道沿いの築150年の古民家をリノベーションした「ながらのおうち」でゆったりと。都心部から離れた熊野の地で特別な2日間を体験しよう！



上／澄み切った空気の中、ココロのリセットを 左／熊野古道を歩く2日目は、体力に合わせたコースを選択できる

シーカヤック&山歩き
大自然の聖地で癒し体験！

当日の流れ

体験ダイジェスト

準備する物 裾がひらいていないズボン、運動靴、両手がフリーになるバッグ

集合・受付

- 1 E-bikeの操作方法、運転練習・コースの説明等
- 2 出発！まずは白石湖の源流である船津川沿いへ
- 3 白石湖の周りを、渡利かきの筏を眺めながらサイクリング



- 4 海山ゆかりのお菓子とコーヒーで休憩
- 5 牡蠣の作業場を見学

解散

解散後、渡利かきのフルコースを堪能！



白石湖ぐるっとまるごと！ 幻の牡蠣ツアー

体験のジャンル 自然 食 サステイナブル



希少な渡利かきが採れるのは、特殊な水質の汽水湖ならではの。湖岸は約5キロで、サイクリングにちょうど良い距離

イマココPoint
美しい環境が育む
牡蠣をいただきます！

体験データ

対象年齢 13歳～60歳(20歳未満は要保護者同意)

料金 8,800円～ 所要時間 約3時間～

アクセスデータ

集合場所 紀北町役場海山総合支所前
北牟婁郡紀北町相賀495-8

車 紀勢自動車道「海山IC」から約5分

交通機関 JR紀勢本線「相賀駅」から徒歩約10分

駐車場 なし

主催 一般社団法人 紀北町観光協会 ☎0597-46-3555

データ詳細はコチラから

サイクリングで白石湖巡り
希少な渡利かきを味わおう

幻といわれるほど希少な渡利かきが採れる白石湖周辺を、電動アシスト付きスポーツバイク「E-bike」でサイクリングできるプラン。集合場所を出発し、まずは船津川沿いから白石湖をサイクリング。渡利かきの筏を望みながら、ガイドが自然や環境の話をしてくれる。コースの途中では、海山ゆかりのお菓子とコーヒーでホッと一息。周囲を山々に囲まれた豊かな自然を満喫すれば、騒がしい日常も少し忘れられそう。ほどよく体を動かした後は、牡蠣の作業場を見学。ゴールの老舗割烹「一富士」ではこの土地で伝承されてきた牡蠣の握り寿司をはじめ、牡蠣のフルコースが堪能できる。希少価値が高い渡利かきのまるやかで上品な味わいをぜひご賞味あれ。



上／白石湖の全景。牡蠣を育む環境の素晴らしさがわかる 左／小粒で味が濃厚な渡利かきをフルコースで

熊野川を旅する パックラフト デイキャンプツアー

体験のジャンル 自然 サスティナブル



ドキドキするワン!

イマココPoint
雄大な川の魅力を
思う存分楽しめる

安定性の高いパックラフトは、ワンちゃんと一緒に川下りも可能。思い出のワンシーンになること間違いなし!

体験データ
対象年齢 6歳~80歳(130cm以上、18歳未満は要保護者同伴)
料金 13,000円~ 所要時間 約5時間~

アクセスデータ
集合場所 道の駅「熊野・板屋九郎兵衛の里」熊野市紀和町板屋82
車 熊野尾鷲道路「熊野大泊IC」から約35分
交通機関 JR紀勢本線「阿田和駅」からバスで約40分
駐車場 あり / 無料 / 予約不要
主催 くまの・川遊び部 ☎090-1077-1725
データ詳細はコチラから

九木崎オハイブルーの絶景と九鬼町ブラ歩き ~山は海の友達~

体験のジャンル 自然 歴史・文化 サスティナブル



オハイブルーに一目惚れ♡

イマココPoint
自然が作り出す
鮮やかな“青”に感動!

尾鷲のリアス海岸の間に広がる「オハイブルー」に輝く海は感動的。波の音や心地よい海風に癒やされる

体験データ
対象年齢 12歳~75歳(130cm以上、30kg以上、18歳未満は要保護者同伴または同意)
料金 15,000円~ 所要時間 約6時間~

アクセスデータ
集合場所 尾鷲市九鬼町コミュニティセンター 尾鷲市九鬼町255
車 紀勢自動車道「尾鷲北IC」から約30分、または尾鷲熊野道路「尾鷲南IC」から約25分
交通機関 JR紀勢本線「九鬼駅」から徒歩約10分
駐車場 20台 / 無料 / 予約不要
主催 奥熊野体感ガイド ☎080-3648-5499
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 水着

集合・受付

1 集合場所にて当日の流れを説明



2 パックラフトに乗って川下り

3 川下り後に川原でランチの調理&食事。ホットサンドとハンドドリップコーヒーといったアウトドア飯を堪能



4 体験終了後、記念に無料の写真データを受け取る

解散

川下りとデイキャンプで大自然を満喫する一日を!
吉野熊野国立公園の熊野川で川下り体験ができるプラン。川下りのためのボート・パックラフトとは、空気を入れて浮力を持たせるゴムボートのことで、大量の空気によって安定性が高く、初心者でも安心。操縦も簡単なので、自分の思い通りに動かして水の上を自由自在に動く新鮮な感覚が楽しめる。経験豊富なガイドが同行するから、ニアや子どもでも安心して参加できる。ボートに揺られて、川面から空高くまで広がる雄大な景色を思う存分堪能しよう。川下りのあとは川原でキャンプ飯作りに挑戦。アウトドアで作るホットサンドとハンドドリップコーヒーの格別なおいしさにはビックリ。大自然の中で過ごす一日は最高の思い出に。



上 / 雄大な景色の中、川の流れと一体になってのんびりと 左 / 川べりで手作りホットサンドのランチタイム

〓 当日の流れ 〓

体験ダイジェスト

準備する物 ザック、軽量トレッキングシューズ、飲料水等

集合・受付

1 説明後、ストレッチを行いスタート

2 九木神社にて安全祈願のお参りをし山へ



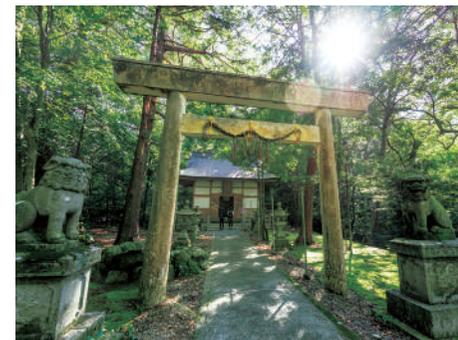
3 景観地の光り輝く熊野灘へ。絶景のオハイ、ここで昼食や写真撮影を



4 九鬼の町へ戻る

解散

風光明媚な九鬼で体感する海と原生林の神秘的な世界
織田信長の水軍として知られる九鬼水軍(志摩水軍)発祥の地として知られる九鬼集落をスタートし、山や海岸にそそり立つ崖壁などダイナミックな景観スポットを巡るプラン。吉野熊野国立公園内の巨石が取り巻く自然林を通り抜け、最近SNS映えることから大注目されている九鬼の秘境スポット「大配(オハイ)」を目指す。断崖絶壁に囲まれたエメラルドグリーンに輝く海は「オハイブルー」と呼ばれ、その美しさは感動モノ。九鬼のどこか懐かしく穏やかな町並みや漁師町ならではの歴史文化を体感できるのも魅力。コース途中の動画撮影、オハイではドローン撮影も。編集後もらえるショート動画は自分だけの特別な旅の思い出になること間違いなし!



上 / 九鬼を知り尽くしたガイドさんと 左 / 菅原道真を祀る九木神社。境内の樹木は国の天然記念物に指定

みえのイマココ旅

『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、
新しい旅のカタチを提案する「みえのイマココ旅」。
自然、歴史・文化、伝統、ものづくり、食、
ナイト&モーニング、サステナブルをテーマに
これまでにない体験をご提供します。



みえのイマココ旅HPでは、
動画などもご紹介



CHECK!

みえのイマココ旅の
「サステナブル」

Point

三重の
豊かな自然を
守りたい!

三重の
伝統維持に
貢献したい!

三重で
心豊かな時間を
つくりたい!

みえのイマココ旅では「SDGs」への貢献と
サステナブルツーリズムを追求し、
様々な取り組みを行っています。

みえのイマココ旅を通じたSDGsの例

- ・環境にやさしいE-bikeを活用
- ・伝統技術、文化体験を通じた産業理解
- ・みえの大自然に触れて地球環境と自分を見つめ直す
…etc.

2023年リリースのコンテンツも要チェック!

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(三重県観光部観光振興課内)

◎企画・編集・制作/株式会社JTBパブリッシング

©2024みえ観光の産業化推進委員会(三重県観光部観光振興課内)/JTB Publishing, Inc. All Rights Reserved.

●本誌掲載のデータは2023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、お出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願いたします。

※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。※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。※交通の所要時間はあくまでも目安です。天候の影響や季節により変動する場合がありますので、お出かけの際には各交通機関にお問合せください。※本誌に掲載した地図の作成にあたっては、国土地理院数値地図(国土基本情報)を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。