

ミヤクミヤクと

ワクワク

いのちをたどる、
万博の旅、
日本の旅へ。

を。



日本中が、

会場だ。

2025年大阪・関西万博がはじまります。テーマは「いのち輝く未来社会のデザイン」。

自然界に存在するさまざまな生物。そして、世界中で暮らすさまざまな人々。

すべての「いのち」との共通性／相違性を認識し、

共感を育みながら、多様な文化や考えを尊重しあって、ともにこの世界を生きていく。

大阪・関西万博は世界が一つとなり、

持続可能な世界を国際社会が共創することを推し進める場となります。

会場である大阪には世界中、日本中から人が集まり、

新たな「いのち」のありようと、その可能性にワクワクすることでしょう。

しかし「いのち」を感じることができるのは、会場だけではありません。

日本には、いのちを育む固有の自然があり、健康的で素材の味を生かした食文化があり、

脈々と現代につながってきた伝統文化があります。

だからこそ、私たちは「日本中が会場」だと考えています。

万博のテーマ、そして3つのサブテーマである、

「いのちを救う」「いのちに力を与える」「いのちをつなぐ」を感じる旅へ。

日本中ではじまっている、未来の社会を体験する旅へ。

大阪・関西万博の会場から一歩、足を踏み出して、出かけてみませんか。



2025年大阪・関西万博テーマ

いのち輝く未来社会のデザイン

Designing Future Society for Our Lives

2025年大阪・関西万博サブテーマ

いのちを 救う

Saving Lives

自然と、ともにある日本。
いのちの共存を体で感じる旅

いのちに 力を与える

Empowering Lives

全てのいのちの基礎となる食。
心と体の中から豊かになる旅

いのちを つなぐ

Connecting Lives

伝統に宿る魂。過去を想像し、
未来の社会を創造する旅



開催期間

2025年4月13日(日)ー10月13日(月)
184日間

開催場所

大阪 夢洲(ゆめしま)

想定来場者数

2,820万人



日本全国の魅力を発見

2	日本中が、会場だ。
4	Contents
5	Let's go 万博 Trip 大阪・関西万博会場から日本全国へのアクセス
6	01 北海道エリア
8	02 東北エリア
10	03 関東エリア
12	04 北信越エリア
14	05 東海エリア
16	06 関西エリア
18	07 中国エリア
20	08 本州西部、四国、九州をつなぐ SETOUCHI
22	09 四国エリア
24	10 九州エリア
26	11 沖縄エリア



さあ、出かけよう。万博＋観光の旅

28	「いのちを救う」 自然と、ともにある日本。いのちの共存を体で感じる旅
50	「いのちに力を与える」 全てのいのちの基礎となる食。心と体の中から豊かになる旅
62	「いのちをつなぐ」 伝統に宿る魂。過去を想像し、未来の社会を創造する旅



広域連携 DMO の紹介

82	北海道観光振興機構
84	東北観光推進機構
86	関東広域観光機構
88	中央日本総合観光機構
90	関西観光本部
92	せとうち観光推進機構
94	山陰インバウンド機構
96	四国ツーリズム創造機構
98	九州観光機構
100	沖縄観光コンベンションビューロー



Let's go 万博 Trip

大阪・関西万博会場から
日本全国へのアクセス



※上記は各地域へのアクセスの一部を紹介しております。

Hokkaido Area

上富良野町・日の出公園の
ラベンダー園！

北海道エリア



Story and History

どこまでも続く雄大な大地、
厳しい自然と共生してきた
人々の知恵。



北海道は日本列島の最北部に位置し、主要都市の札幌市はフランス・マルセイユとほぼ同じ緯度。大きさは約 83,456 km² (オーストリア 83,871 km²) です。広大な景色の中、どこまでもまっすぐに続く道はドライブに最適。世界自然遺産「知床」や国立公園「釧路湿原」をはじめ、ラベンダー、ひまわりなどの美しい花畑、壮大な原生林など、絶景スポットもたくさん。冬はふかふかなパウダースノーが積もり、スキーやスノーボード、春・夏も涼しくトレッキングやカヌーなどのアクティビティも人気。3つの海に囲まれ、カニ、ホタテ、サーモンなど海の幸が豊か。また酪農王国と呼ばれるほど酪農が盛んで、新鮮な牛乳、クリーム、チーズが味わえます。先住民族アイヌは「自然界すべての物に魂が宿る」という精神文化を持ち、いただいた「いのち」を衣食住にすべて活用する循環型の暮らしを営んできました。1860年頃からはじまった開拓の歴史もあり、自然と共生していく人々の知恵も北海道の魅力です。

上士幌町の牧場

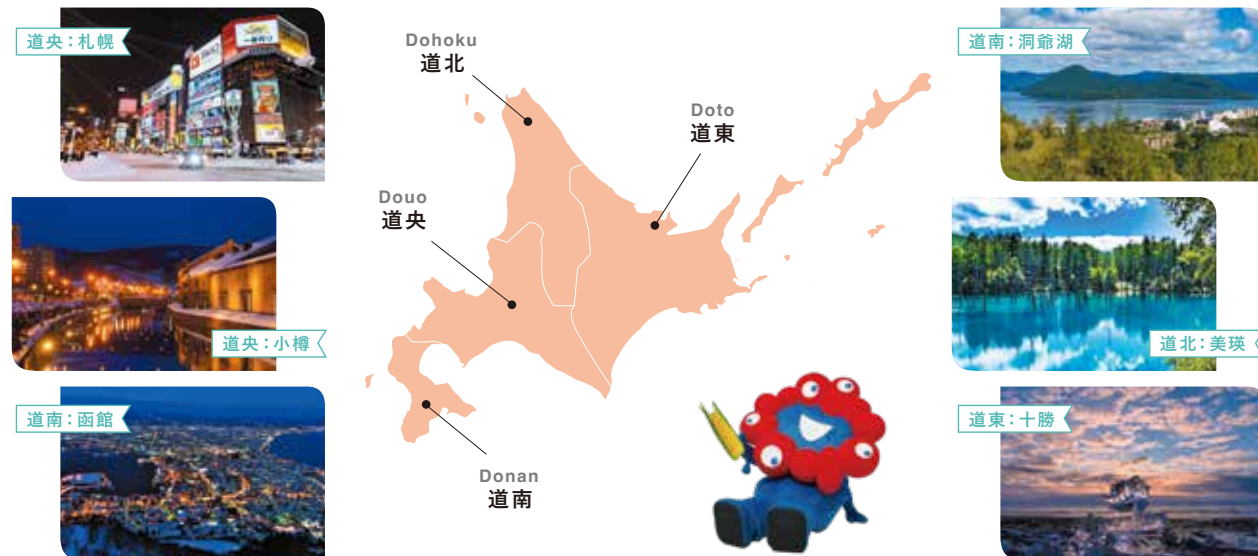


函館市・五稜郭

旭川市・旭山動物園



Locations throughout Japan



道央：全国的に知名度の高い飲食店が立ち並ぶすすきのや時計台で知られる札幌。温泉でも有名な定山溪や支笏洞爺国立公園など、都市部から北海道の大自然へのアクセスの良さも魅力です。また、運河沿いの倉庫群や歴史的な建造物が建ち並ぶ小樽は、夕暮れ時のあたり一面がなんとも言えない幻想的な風景に。一度は目にしたい美しい景色のある場所です。

道南：標高 334mの函館山は頂上からは市街と函館港が一望でき、600 種にも及ぶ植物も群生。渡り鳥の休息地としても知られています。また、自然だけではなく日本最北端の城「松前城」など、北前船にルーツを持つ歴史スポットも点在。開拓以前の歴史を感じることもできます。

道北：美瑛・白金温泉から程近い「青い池」。青く澄み、吸い込まれるほどの神秘的さをたたえたその風景はテレビなどのメディアで話題となり、数多くの人を訪れています。また、日本最北端の地である宗谷岬、富良野のラベンダー畑など、広大な土地と大自然を肌で感じることができるエリアです。

道東：時期によって、高確率で遭遇できるホエールウォッチングが楽しめる知床。酪農で知られた十勝では、冬の時期、宝石のように輝く氷「ジュエリーアイス」を鑑賞することもできます。釧路では、釧路市丹頂鶴自然公園などで、特別天然記念物の「タンチョウ」を鑑賞することもできます。



Food culture



- 札幌発祥名物ジンギスカン・スープカレー**：ジンギスカンはドーム型の鍋で羊肉と野菜を一緒に焼く郷土料理。スープカレーは各店でこだわりのスパイスや出汁、食材と一緒に楽しめます。
- 寿司**：運河と港が美しい水の都小樽は、鮮度のいい海産物に恵まれ、寿司の街として有名。カウンター、立ち食い、回転寿司まで 100 を超えるお店が軒を並べ、新鮮な魚が味わえます。
- 海鮮**：函館は魚介の水揚げには非常によい環境で、朝獲れた新鮮な魚がすぐ店頭に並びます。そのため、「函館朝市」では、新鮮な海鮮丼が食べられるお店が軒を連ねています。
- ビール、ウイスキー、ワイン**：北の大地北海道では、豊かな自然と上質な水から生まれたお酒が有名。ビール工場やウイスキーの蒸溜所、そして近年では余市など、ワイナリーもたくさん生まれています。見学できる場所では試飲もでき、お酒巡りも楽しめます。
- 旭川ラーメン**：魚介と豚骨を合わせた濃厚な W スープと醤油ダレが基本です。寒い旭川でも体の芯まで温まれるようラードをたっぷり入れ、冷めないようにうまく工夫されています。
- 乳製品**：酪農王国、北海道。涼しい気候を好む乳牛には、北海道の気候と広い大地はまさに楽園です。質の良い牧草を食べ、のびのびと育つため味わいも格別。多くの料理人から指名されています。



「いのちを救う」がテーマの
北海道エリアの旅
● P.30 ● P.31 ● P.34
● P.36 ● P.48



「いのちに力を与える」がテーマの
北海道エリアの旅
● P.53



「いのちをつなぐ」がテーマの
北海道エリアの旅
● P.66 ● P.70

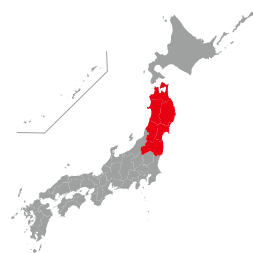
Tohoku Area

青森県の
ねぶた祭り！

東北エリア



Story and History



鮮やかな四季の変化、 自然を敬う祭が、 人々の生活を彩る。

東北は本州の最北端に位置し、青森・秋田・岩手・山形・宮城・福島 の 6 県で構成されている地域です。四季折々の変化が美しく、春は桜、夏は緑が美しく風は爽やか、秋には紅葉、冬は美しい雪景色を楽しめ、スキーなどのウィンタースポーツも盛ん。東北は祭りが有名で、特に三大夏祭りと呼ばれる「青森ねぶた祭」「秋田竿燈まつり」「仙台七夕まつり」には、毎年国内外から多くの観光客が訪れ、会場は熱気であふれます。「白神山地」、「平泉」の 2 つの世界遺産をはじめ、美しい自然が織りなす絶景スポット、情緒あふれる温泉地、歴史や伝統を感じる神社仏閣や史跡など、自然・文化を楽しめるスポットがたくさん。世界三大漁場として知られる三陸・金華山沖をはじめ優良な漁場が多くマグロ、ハタハタ、ヒラメ、牡蠣など多彩な海の幸、また牛タン、ずんだ餅、きりたんぼ、芋煮などのご当地グルメも味わえます。

宮城県・白石城

山形県・羽黒山



福島県・赤べこ



Locations throughout Japan



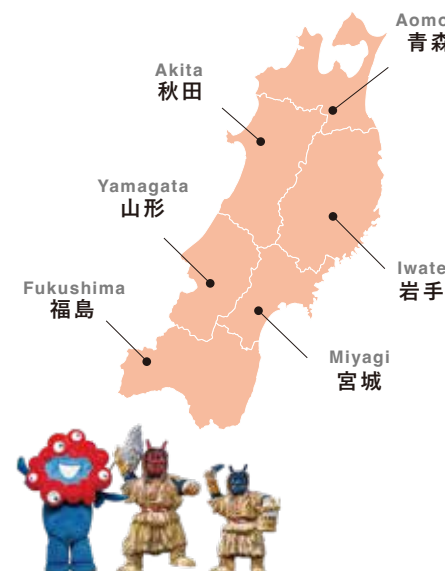
秋田



山形



福島



青森



岩手



宮城

青森：自然と歴史の宝庫・青森県は奥入瀬渓流、弘前城、秋田県にまたがる十和田湖など絶景スポットがたくさん。紅葉の季節は、「鳶七沼」で湖面に木々が映り込み、真っ赤に染まる紅葉の絶景の中で自然散策も楽しむことができます。

秋田：高い人気を誇る「乳頭温泉」は開湯から400年の歴史があります。また「重要無形民俗文化財」が日本で一番多く「ナマハゲ」や「竿燈まつり」など、独自の文化が根付いています。

岩手：震災の津波で唯一、荒波に耐えたのが「奇跡の一本松」。復興への想いの象徴として知られています。安比高原スキー場や八幡平温泉郷などの温泉、中尊寺金色堂など歴史スポットも楽しめます。

山形：鶴岡市周辺の出羽三山は、古くより信仰とともにある山伏の修行の場としても知られています。ナショナルジオグラフィック誌にも掲載され、自然の美しさだけでなく、その精神文化も海外から注目されています。

宮城：仙台から40分。日本三景のひとつである松島には美しい自然が広がっています。その絶景は船や気球から楽しむことも可能。また、ここ松島湾や気仙沼で獲れる海の幸の人気は高く、味も鮮度も抜群です。

福島：南会津・大内宿は江戸時代から宿場町として栄えてきました。冬は茅葺屋根が雪が覆い尽くし、美しい景色が広がります。磐梯山付近のジオパークなど自然を楽しむエリアも数多くあります。



Food culture



1.青森



3.岩手



5.宮城

写真：南三陸ホテル観洋



2.秋田



4.山形



6.福島

1. **のつけ丼**：県内の漁場で揚がったばかり。とれたての新鮮な海の幸を、アツアツのご飯に好きなだけおせて、その場でいただく「のつけ丼」。新鮮な魚介を、そのまま味わえるメニューです。

2. **きりたんぼ鍋**：鶏ガラベースのスープに鶏肉とたっぷりの野菜、香ばしく焼いた「きりたんぼ」を入れた鍋料理。山籠りをした人々が食べ始めた鍋は、心も体も芯からあたためてくれます。

3. **盛岡冷麺**：盛岡の麺職人が生み出したと言われており、その喉越しがクセになる人が続出。今ではスーパーでも「盛岡冷麺」が売られるほど、地元で愛されるソウルフードとなっています。

4. **米沢牛**：和牛ブランドとして知られる「米沢牛」。きめ細かな霜降り、香りのよい脂、甘みのある赤身が特徴です。ステーキでも焼肉でも。どんなレシピでも旨味を堪能できます。

5. **海の幸・山の幸**：気仙沼などで揚がる新鮮な海の幸。また牛タンから仙台牛まで、山の幸とも言える肉料理の数々も非常に人気が高く、海・山両方の味覚が楽しめます。

6. **ねぎそば**：大内宿名物「ねぎそば」は、その名の通り添えられた、丸ごと 1 本のネギを箸にして食べる一風変わった蕎麦です。ネギはかじって薬味にすることもできます。



「いのちを救う」がテーマの
東北エリアの旅

● P.31 ● P.32 ● P.38 ● P.40 ● P.41



「いのちをつなぐ」がテーマの
東北エリアの旅

● P.75 ● P.78



関東エリア

Kanto Area



Story and History



伝統と先進性が交じりあう、
日本の多様な魅力が
詰まった関東。

関東は、東京都と周辺の6つの県からなる地域、日本の総人口の1/3が生活し、日本の政治・経済などの中枢機能が集中しています。関東の魅力は「多様性」。高層ビルが立ち並ぶ世界有数の大都市「東京」、異国情緒あふれる国際貿易港「横浜」、武家の古都である「鎌倉」、世界遺産に登録されている「日光東照宮」など、近代的な街並みと昔の面影を残した風景が残っており、東京から電車で少し移動すると高原や渓谷、湖、温泉など自然を満喫できるなど、多彩な観光地が揃っています。日本を代表する2つの国際空港「成田」「東京（羽田）」から、電車・バスなどの公共交通機関が充実しており、東京から日帰りや1泊2日で、気軽に日本の様々な魅力を楽しむことができます。関東地方では東京湾近郊で獲れる魚介類を使った「江戸前寿司」、天ぷら、すき焼き、宇都宮餃子、あんこう鍋など、地域ごとに特徴のあるグルメを堪能できます。

神奈川県・箱根神社



東京都・渋谷スクランブル交差点



栃木県・日光東照宮
三猿（神鹿舎）



Locations throughout Japan



東京：国内だけでなく海外からも多くの旅行者が訪れる東京。浅草や深川には富岡八幡宮や浅草寺など歴史的寺社仏閣。六本木や渋谷にはテクノロジーとアートが融合する施設やカルチャーを感じるスポットも目白押しです。

神奈川：港町である横浜。中華街や赤レンガ倉庫など異国情緒が満喫できます。長谷寺などで知られる鎌倉を走り抜ける「江ノ電」の踏切はスポーツアニメの聖地になっています。西に向かえば箱根もあり、ゆったり温泉を楽しむこともできます。

埼玉：秩父エリアには名勝長瀨渓谷がありカヌーやラフティングなどのアクティビティが楽しめます。氷川神社などの寺社仏閣、川越など歴史散策も可能です。

千葉：世界のゲートウェイである成田空港がある千葉県。世界的に有名なテーマパークがあります。また、成田山新勝寺のような歴史情緒溢れるスポットも。九

十九里浜や鴨川エリアはマリンスポーツのメッカとしても知られています。

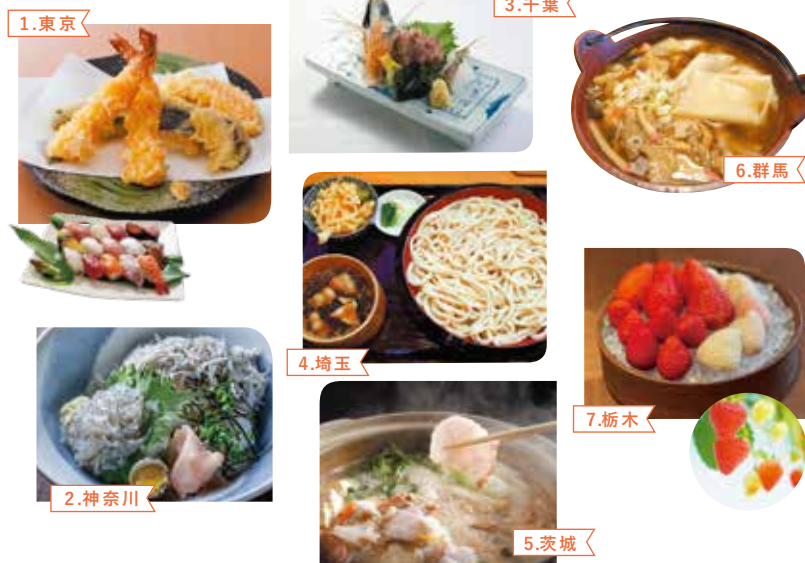
茨城：茨城県には「日本の滝百選」に選定されている袋田の滝など、自然の美しさを楽しめるスポットが多数あります。東京ドーム15個分に及ぶ広さの鹿島神宮はまさに「杜」。また、偕楽園など歴史的価値のある建造物も楽しめます。

栃木：栃木を象徴する日光東照宮や日光山輪王寺など、歴史ある寺社仏閣は「ユネスコ世界遺産」にも登録されています。2024年には鹿沼に大型キャンプ場もオープン。歴史と自然をフルに楽しめるエリアです。

群馬：日本三名泉の「草津温泉」、鉄分豊富な「伊香保温泉」など無数の温泉地のエリアで、湯治に足を運ぶ人々が後を絶ちません。また、前橋祭りや高崎祭りなど有名なイベントです。



Food culture



1. 江戸前料理：江戸時代の三大料理と言えば「寿司」「蕎麦」「天ぷら」。江戸時代に広がっていた遠浅の海でとれた海の幸を生かした料理は、現代の東京でも味わうことができます。

2. しらす丼：漁港に近い江ノ島エリアでは、新鮮なしらすの水揚げされるため生で楽しむことができます。新鮮な生しらすは甘くてツルツルの食感。ぜひ釜揚げと食べ比べてみてください。

3. なめろう：とれたての新鮮な鰯を叩いて味噌であえるなめろう。海が近いからこそ新鮮な素材を味わうことができます。

4. 武蔵野うどん：近年、全国区で知られる「武蔵野うどん」。強いコシの麺はまさに「ワシワシ」と食べる感覚。讃岐うどんとは違った魅力にファンになってしまいう人も多いようです。

5. あんこう鍋：茨城を代表する冬の味覚。脂肪が少なく低カロリーでコラーゲン豊富。熱々のあんこう鍋は最高です。

6. ひもかわうどん：きしめんのルーツと言われる「芋川うどん」がなまり「ひもかわうどん」になったと言われています。インパクトのあるその麺は、幅10センチを超えるお店もあります。

7. いちご：生産量No.1で「いちご王国」といわれる栃木県。「とちおとめ」は美しい色と粒の大きさが特徴。甘くて果汁もたっぷり。また、栃木ではいちごを一年中楽しむことができます。



「いのちを救う」がテーマの
関東エリアの旅

● P.39 ● P.41
● P.42 ● P.46



「いのちに力を与える」がテーマの
関東エリアの旅

● P.52 ● P.60



「いのちをつなぐ」がテーマの
関東エリアの旅

● P.77 ● P.79



石川県・金沢金箔 / 輪島塗



福井県・東尋坊



富山県・立山連峰



Story and History

神々しい山々が 作り出した景観に心が癒される。

北信越地方は日本の中部に位置し、北陸3県（富山・石川・福井）と甲信越地方（長野・新潟・山梨）で構成されています。豪雪地帯としても知られておりスキー場が多く、夏は涼しい気候で、軽井沢などは避暑地として有名です。北陸は冠雪した山々が美しい「黒部アルペンルート」、世界遺産の「五箇山菅沼合掌造り集落」、日本三名園の一つ「兼六園」、江戸時代の情緒が残る「ひがし茶屋街」、奇勝として知られる断崖「東尋坊」など景勝地や歴史ある寺社仏閣が数多くあります。北信越は、妙高山や苗場山など2,000m級の山々、360度の大パノラマの「美ヶ原高原」、日本一の星空と認定された「阿智村」などの多彩な景観を楽しめるスポットが多数。北信越地方は食も豊かで、美味しいお米がとれる新潟は日本酒づくりも盛ん。ズワイガニ、冬は脂がのって特に美味しい「寒ブリ」などの海の幸、蕎麦や野菜漬けなどの山の幸、日照時間が長く、寒暖差が激しい長野ではりんご、ぶどうなどのフルーツを堪能できます。また、山梨県は世界遺産でもある富士山をはじめとする自然や、日本ワイン発祥の地としても知られ「甲州ワイン」が人気を博しています。



Locations throughout Japan



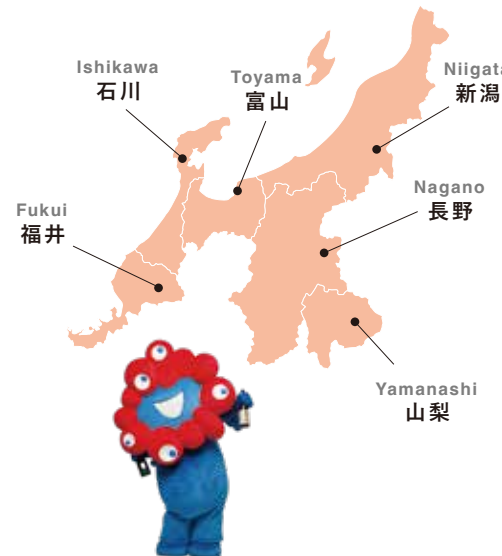
富山



石川



福井



新潟



長野



山梨

富山：3,000m級の山々が連なる立山連峰。それを貫く立山黒部アルペンルートなど富山には自然の見どころがいっぱい。4月から6月までピーク時には高さ20mにもおよぶ雪の壁「雪の大谷」も人気。富山城など歴史を楽しむスポットも。

石川：石川県金沢市の「兼六園」は日本三名園の一つ。周辺には武家文化を感じる長町武家屋敷も残されています。能登には豊かな自然や独自の文化が残っています。「能登の里山里海」は日本で初めて世界農業遺産にも認定されました。

福井：伝統と豊かな自然が息づく福井県。匠の技が生み出す越前打刀物は世界的にも有名です。断崖絶壁で知られる「東尋坊」は日本海の絶景を望むことができます。また、曹洞宗の大本山「永平寺」では雲水修行の体験も可能です。

新潟：日本有数の「米どころ」新潟県には酒蔵も多く、酒蔵体験を楽しめる施設も。佐渡市「トキの森公園」では特別天然記念物であるトキの生態系の観察をすることも。日本三大花火大会の一つ「長岡花火大会」は新潟の夏の風物詩です。

長野：現存している「五重六階」の天守の中では日本最古の国宝としての城「松本城」。アルプスの山並みを背景に美しい風景を見させてくれます。2023年には壮大なプロジェクトマッピングも実施されました。

山梨：山梨県は富士山、山中湖や河口湖など豊かな自然に囲まれています。また、日本ワイン発祥の地であり、甲州ぶどうなど日本固有種から造られる「ワイン県」としても知られています。信玄公祭など歴史イベントも人気です。



Food culture



1. 富山



2. 石川



3. 福井



4. 新潟



5. 長野



6. 山梨

1. 氷見の寒ブリ：「氷見魚ブランド対策協議会」が定めるブランド魚。富山湾の定置網で捕獲され、氷見漁港で競られたブリのこと。11月からがシーズンで刺身はもちろん、ブリしゃぶでいただいても絶品です。

2. 海産物：石川で獲れるメスのズワイガニは冬の風物詩。甘さが強く、お腹には「外子（そとこ）」と呼ばれるプチプチの卵と卵になる前の「内子（うちこ）」がたっぷり。そのままでも、炊き込みごはんにしても絶品です。

3. ソースカツ丼：福井県の名物ソースカツ丼。カツにソースをまわせた丼にのせるシンプルなメニュー。軽めのサクッとしたカツにソースが染みてクセになる味わい。市内には老舗のソースカツ丼店が軒を並べます。

4. 日本酒：北陸に位置し、米どころとして知られる新潟県は、酒どころとしても全国的にも有名です。越乃寒梅や八張鶴など全国的に知られる日本酒から「クラフト日本酒」を醸造する蔵まで。多様な地酒が楽しめます。

5. 戸隠そば：良質なそばの産地として知られる、長野県・戸隠で作られるお蕎麦です。その特徴は、そばの甘皮を取らずに挽く「挽きぐるみ」を使うこと。蕎麦の色が濃く、打ち方や盛り方にも特徴があります。

6. 甲州ワイン：約80のワイナリーが県内に点在。「ワイン県」として知られる山梨は日本ワイン発祥の地、甲州ぶどうなど日本固有種から造られる日本ワイン、シャルドネやピノワールなど欧州ぶどうのワインも醸造されています。ぶどうの収穫期にはイベントや祭りも多数開催されます。



「いのちを救う」がテーマの
北信越エリアの旅
● P.32 ● P.48

「いのちに力を与える」がテーマの
北信越エリアの旅
● P.52 ● P.54 ● P.58

「いのちをつなぐ」がテーマの
北信越エリアの旅
● P.68 ● P.69 ● P.72



Story and History

東と西の人や文化をつなぎ、
多様な文化を育む。



東海地方は日本の中央に位置し、愛知・岐阜・三重・静岡の4県で構成されています。古くから江戸（東京）から京都へ通じる「東海道」を中心に栄え、現在も東京と関西をむすぶ地域として空港や新幹線、高速道路などの交通機関が発達し移動が地域内でスムーズです。世界遺産の茅葺屋根を使用した合掌造り集落「白川郷」、日本の太陽神「天照大御神（あまてらすおおみかみ）」が祭られている「伊勢神宮」、日本最古の天守閣を持つ国宝「犬山城」など風情あふれる観光地も多く、日本の象徴ともいえる「富士山」、忍者修業の里「赤目四十八滝」などでは登山やハイキングが楽しめます。気候は全体的に温暖ですが、内陸部は寒冷な地域。太平洋や飛騨高山など海にも山にも恵まれた東海地域は、「なごやめし」という言葉があるほど独特の食文化が発達。名古屋の「ひつまぶし」、独特の赤みそを使った「味噌カツ」、「きしめん」、「松坂牛」、「飛騨牛」、静岡の「餃子」など食のバリエーションが豊富です。

岐阜県・白川郷

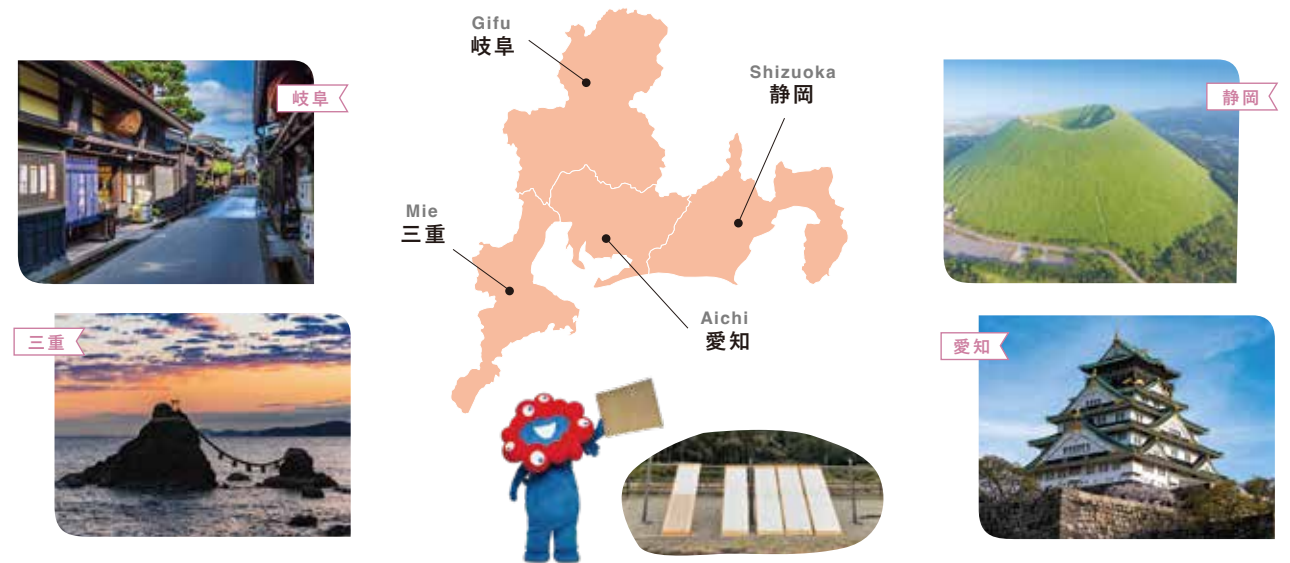


静岡県・夢のつり橋

愛知県・名古屋城



Locations throughout Japan



愛知：織田信長や豊臣秀吉、徳川家康。授業で必ず教わる歴史上の英傑を輩出した愛知県。岡崎城や名古屋城など歴史に関連した城も数々あり歴史好きをひきつけてやみません。また、名古屋・大須はアニメやフィギュアなど、ポップカルチャーの聖地としても知られています。

岐阜：岐阜県には、織田信長の居城・岐阜城があり、愛知と並び戦国時代の歴史を感じさせるエリアです。飛騨エリアには「奥飛騨温泉郷」や「下呂温泉」もあり、歴史ある街並みも楽しめます。「合掌造り」の古民家や自然のあふれる白川郷はユネスコ世界遺産にも登録されています。

静岡：静岡といえば、世界遺産にも登録された富士山を思い浮かべる方も多いのではないのでしょうか。周辺には富士山と関係の深い寺社も多く、富士信仰の歴史文化を感じることができます。熱海や伊豆は国内有数の温泉地であるため多くの人で賑わいます。山側ではお茶、海側では新鮮な魚介類が知られています。

三重：伊勢神宮や忍者発祥の地と言われる伊賀など、歴史をしのばせるエリアがあります。お伊勢参りで知られる伊勢神宮には国内外から多くの参拝客が訪れ、近隣のおかげ横丁でグルメを楽しむ人も見られます。伊勢志摩エリアはレジャー以外にも「海女」文化に触れるスポットもあります。



Food culture



1.愛知



3.三重



2.岐阜



4.静岡

1. 名古屋グルメ：地元で愛される名古屋グルメ。東京とも大阪とも違った鰻の食べ方「ひつまぶし」。1 杯目はご飯にのせて。2 杯目からは出汁をかけたり「味噌」を楽しめます。味噌仕立ての鍋でグツグツ煮込まれた「味噌煮込み」うどん。味噌だけでなくカレー煮込みうどんや、冬には牡蠣の入った味噌煮込みうどんもあります。

2. 飛騨牛：美しい霜降りとし、脂の豊かな味わいが特長とされています。きめ細く、柔らかい肉質で、しゃぶしゃぶは軽めに火を通して味わうと旨みをより実感することができます。

3. 赤福：柔らかいお餅を餡でくるんだ、三重県を代表する銘菓「赤福」。お伊勢参りのおみやげとしてもおなじみです。長い歴史の中で世代を超えて愛され続ける「超」ロングセラー商品です。

4. 浜松餃子：静岡県の B 級グルメの雄、「浜松餃子」。宇都宮としのぎを削っていますが、世帯当たりの餃子消費量の多さも知られています。特徴は円形状に並べられた餃子にのった茹でもやし。キャベツと豚肉のシンプルな餃子です。



「いのちに力を与える」がテーマの
東海エリアの旅
● P.52 ● P.57 ● P.61



「いのちをつなぐ」がテーマの
東海エリアの旅
● P.67



Story and History

古くから日本の歴史・文化を創り、発展させてきた古都、関西。

関西地方は京都府、大阪府、兵庫、和歌山、滋賀、奈良の2府4県で構成されています。1,000年以上もの間、日本の都が置かれていた地域で、「法隆寺地域の仏教建造物」や「古都京都の文化財」、「姫路城」などの世界遺産や様々な国宝や重要文化財、仏教美術が各地に数多く残されています。能や茶道、華道なども関西を中心に発達してきました。3つの海に囲まれ、全体としては温暖で過ごしやすく、北部にはなだらかな丹波高地、日本最大の淡水湖・琵琶湖、南部には紀伊山地、那智の滝があるなど多彩な自然の景観を楽しめます。また朝廷に豊かな食材を供し「和食」の礎を作ってきた歴史を持ち、日本茶・日本酒も関西で誕生し、日本全国へ広がっていくなど日本の食文化にも大きな影響を与えてきました。京都の京料理や抹茶、「粉もの」と親しまれている大阪の「お好み焼き」や「たこ焼き」、「串カツ」、「神戸牛」、「和歌山のマグロ」など、バラエティに富んだ食も関西ならではの魅力です。



京都府・五重塔

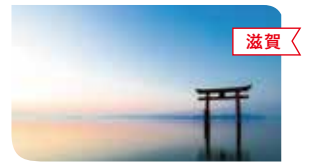
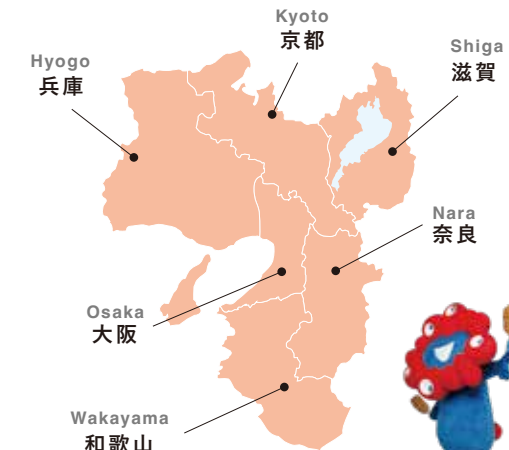


兵庫県・灘五郷（酒蔵）

和歌山県・熊野古道



Locations throughout Japan



大阪：大型テーマパークなど国内有数の観光スポットを擁する大阪。大阪城は緑に囲まれバードウォッチングを楽しむこともできます。新世界などの下町では、人情に触れながら串カツなどを楽しむのもディープな楽しみ方の一つです。
京都：銀閣寺や金閣寺、清水寺などの有名スポットから、本願寺や平等院など歴史的価値のある建造物まで。古都京都には数多くの寺社仏閣があります。祇園や先斗町は歩くだけでも京都の風情を楽しむことができます。
兵庫：神戸エリアにはハーバーランドやポートアイランドなど港町ならではの観光スポットが多数。姫路城は世界遺産にも登録され「白鷺城」とも呼ばれる美しさは、見る人を惹きつけます。有馬や城崎など温泉地も有名です。
滋賀：琵琶湖をはじめとする自然が豊かな滋賀県。延暦寺や御上神社などの

寺社仏閣、甲賀忍者発祥の地である甲賀エリア。さらに湖北エリアには歴史的建造物を活用した「黒壁スクエア」もあり歴史をめぐる旅が楽しめます。
奈良：大仏で有名な奈良県には、日本屈指の世界遺産、国宝建造物があります。法隆寺や秋篠寺、春日大社など名だたる寺社仏閣がいたるところにあり、寺社巡りには事欠きません。有名な奈良公園の鹿は人懐っこく、切なく可愛い表情に癒やされます。
和歌山：場所により違った表情と魅力が見られる和歌山県。紀南エリアには数々の温泉があり、串本はスキューバダイビングなどが楽しめます。白崎海洋公園は日本のエーゲ海とも言われる美しさです。世界遺産に登録されている「熊野古道」も近年は「パワースポット」として注目されています。



Food culture



- 1. 粉もの文化：**たこ焼き、お好み焼き、ネギ焼き。大阪には「粉もん」が愛される文化があります。ソースも生地も、その店ごとの秘伝。数ある店を食べ歩き、お気に入りの見つけてください。
- 2. 神戸牛：**神戸牛は日本三大和牛の一つ。甘みのある赤身、絶妙な香りのサシ。あまりの美味しさに、有名スポーツ選手の名前の由来になったことは有名なエピソードです。
- 3. 近江牛：**400年以上の歴史を持つ日本三大和牛の一つ。彦根藩主井伊家より江戸の将軍家に献上されていました。「脂は甘くて、口の中であとろけるほどおいしい」とも言われます。
- 4. 和歌山ラーメン：**和歌山でご当地ラーメンとして知られる「和歌山ラーメン」。車庫前系と呼ばれる醤油スープ、井出系と呼ばれる豚骨醤油スープに加え、近年は新しい新興勢力も登場。
- 5. 湯豆腐：**低カロリーで栄養満点。体も温まるやさしい湯豆腐は南禅寺近辺で有名な名物料理。豆腐と並び、湯葉も人気です。
- 6. 柿の葉ずし：**貴重なタンパク源である鯖を塩でしめる。乾燥を防ぐために柿の葉で包むなど「保存方法」から生まれた郷土料理です。鯖以外にも鮭や鯛などの様々な柿の葉ずしがあります。



「いのちに力を与える」がテーマの
 関西エリアの旅
 ● P.56 ● P.58 ● P.59

「いのちをつなぐ」がテーマの
 関西エリアの旅
 ● P.65 ● P.68 ● P.71 ● P.76

Chugoku Area

鳥取県の砂丘!



Story and History

「山陰」と「山陽」。
中国山地を挟んで
2つの違う魅力がある。



広島県・原爆ドーム

広島県・瀬戸田のレモン

中国地方は本州の西部に位置し、本州と九州をつなぐ地域で、広島、岡山、鳥取、島根、山口の5県から構成されています。中央に中国山地があり、日本海に面した山陰地方は冬の寒さが厳しく降雪量が多く、一方、瀬戸内海に面する山陽地方は1年を通して温暖で雨が少ない気候。山陰地方ではウィンタースポーツを、山陽地方ではマリンスポーツを体験できます。神話の故郷と言われる「出雲地方」や世界遺産である「厳島神社」、「広島原爆ドーム」、「石見银山」、「倉敷美観地区」など、日本の歴史を感じられる場所や、伯耆富士として地元の人に親しまれている「大山（だいせん）」、日本最大の砂丘「鳥取砂丘」、「しまなみ海道」や「角島大橋」など、観どころがいっぱい。多彩な地形・気候が育てた海の幸や山の幸が豊富で、魚介類や牡蠣、レモンやオリーブ、讃岐うどんや広島風お好み焼き、鯛めしなど、地域ごとにさまざまな名物料理が味わえるのも旅の大きな楽しみです。

岡山県・倉敷美観地区



Locations throughout Japan



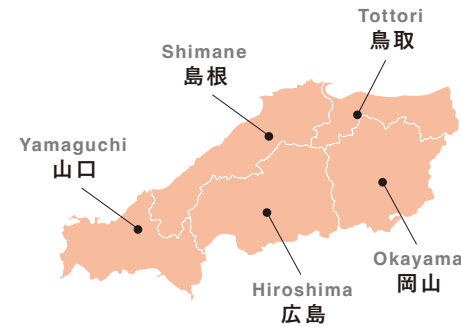
島根



山口



広島



鳥取



岡山

広島：世界遺産の原爆ドームや厳島神社をはじめ、アートを楽しめる尾道や瀬戸内の島々など見どころが沢山。ウサギが生息する島も。瀬戸内の温暖な気候を活かしたレモンや柑橘類、養殖が盛んな牡蠣など多彩なグルメが楽しめます。
岡山：別名「鳥城」と呼ばれる「岡山城」や江戸時代の街並みが残る「倉敷美観地区」、日本三大庭園の一つ「岡山後楽園」、国宝の「吉備津神社」など歴史を知ることができます。「晴れの国」と言われるほどで、街歩きには最適です。
鳥取：日本最大の砂丘「鳥取砂丘」ではサンドボードやパラグライダー、「大山」では登山、フィールドアスレチックなど自然を生かしたアクティビティを体験。世

界ジオパークに認定されている「山陰海岸」は貴重な動植物について学べます。
島根：島根は縁結びの神とされる「出雲大社」をはじめ神話にまつわる名所が多数。また世界遺産「石見银山」、国宝「松江城」、紅葉の名所として知られる「立久恵」など、歴史と自然の美しさを満喫できる多彩な観光地があります。
山口：本州の最西端に位置する山口。三方を海に囲まれ、ぶぐをはじめとした様々な海の幸や「角島大橋」や「錦帯橋」など景色を堪能できます。古くは大陸文化の交流地点として繁栄し、京都を模して街づくりが行われたため「西の京」とうたわれた地域です。



Food culture

1. 岡山



写真：晴富

2. 広島



3. 島根



4. 鳥取



5. 山口



- 岡山フルーツ**：「晴れの国 おかやま」で生産される桃・ぶどうは「くだもの王国おかやま」を代表する特産品。透き通るように白くなめらかな「白桃」。果物の女王とも呼ばれるマスカット・オブ・アレキサンドリアなど品質の高いフルーツが楽しめます。
- 広島風お好み焼き**：卵、キャベツ、焼きそばを重ねたボリュームのあるお好み焼きが「広島風」。店によって牡蠣を入れたメニューもあり、それぞれの店の味を楽しむことができます。
- 出雲そば**：三大そばの一つ、出雲そば。そばの実を皮ごと挽くため、その色は黒く、香りが強いのが特徴。本来は奥出雲町などの地元産のそば粉を使い、仕上げます。
- 松葉ガニ**：鳥取の冬といえば「松葉ガニ」抜きには語れません。日本海で水揚げされる松葉ガニは身がぎっしり。刺身でも、焼いても、鍋でも絶品。ぶりぶりの身をぜひ楽しんでみてください。
- ぶぐ**：山口県下関はトラフグの漁場が近く、古くからぶぐ料理が発達してきました。刺身や鍋、唐揚げから白子まで。漢字で書くと河豚ですが、下関では「ぶぐ」と呼ばれ、愛されています。

「いのちを救う」がテーマの
中国エリアの旅

● P.33 ● P.36 ● P.39

「いのちに力を与える」がテーマの
中国エリアの旅

● P.53 ● P.54 ● P.59

「いのちをつなぐ」がテーマの
中国エリアの旅● P.64 ● P.70 ● P.72
● P.74 ● P.78



本州西部、四国、九州をつなぐ SETOUCHI

いつ見ても、美しい。
島々が織りなす
絵画のような風景が広がる。

日差しを受けてキラキラと輝く、穏やかで美しい海・瀬戸内海。海に浮かぶように見える大小様々な 700 以上の島々が織りなす「多島美」はまるで絵画のよう。本土と島、また島々を繋ぐ橋は、形も特徴も様々で、瀬戸内海の美しい風景に彩りを添えています。せとうちの島々には、特徴的なアートやミュージアムが数多くあり、フェリーを使っの観光もお薦め。潮風を受けてのサイクリングは爽快です。時間と共に変わっていく瀬戸内海の風景をぜひ楽しんでください。

Route 01 せとうち城巡りとサムライ文化を学ぶ 4日間

侍が好きな旅人におすすめの4日間の旅程です。ユネスコ世界遺産に登録された「姫路城」と、現存12天守である「備中松山城」や「丸亀城」などを巡り、大名の楽しみのために作られた雄大な庭園を散策。武士の象徴である刀の技を見学し、彼らが刀を携えて歩いた道をたどってみましょう。

Day1 姫路・備前長船・倉敷

大阪から姫路へ。別名、白鷺城と呼ばれる世界遺産「姫路城」の美しさを実感し、「好古園」で9つの異なる庭園を散策し、岡山へ。「備前長船刀剣博物館」で刀づくりの工程を学び、江戸時代から繁栄してきた倉敷で宿泊。

Day2 倉敷・備中高梁・吹屋

白壁の蔵屋敷、なまこ壁、柳並木など「倉敷美観地区」をゆっくり散策したら、標高430mの山頂にそびえ立つ「備中松山城」へ。武家屋敷や禅寺「頼久寺」にて枯山水庭園を見学。

Day3 岡山・高松

別名、烏城と呼ばれ黒い外観が美しい「岡山城」、日本三大庭園の一つ「後楽園」で茶道を体験。刀剣・甲冑など1万点の収蔵品がある「林原美術館」で武士の文化を学び、電車で瀬戸内海をわたり四国・高松へ。

Day4 高松・丸亀

400年の歴史を持つ「栗林公園」を散策し、「TAKUMIKUMO」で盆栽体験。丸亀へ移動し、石垣の名城として有名な「丸亀城」の坂をのぼり、城内からの瀬戸内海の景色を楽しみ、名産品のうちわづくりを体験。

Route 02 広島・山口の歴史と食を満喫する4日間

この4日間の旅で、絶品の魚介類と郷土料理を堪能できます。港町・尾道から瀬戸内海沿岸を西に向かい、広島へ。岩国の雄大な「錦帯橋」、日本海沿岸の萩を経て、山口県の温泉地を訪れます。

Day1 尾道・広島

大阪から福山を経由し尾道へ。尾道散策(お寺めぐりや猫の細道など)、尾道ラーメンや地ビールを楽しむ広島へ。「広島平和記念公園」で「原爆ドーム」や「広島平和記念資料館」を見学、ソウルフードのお好み焼きや日本酒で楽しい夜を。

Day2 岩国・山口

広島から岩国へ移動。5つのアーチが美しい木造橋「錦帯橋」を通り、隣の吉香公園で休憩。ランチは「岩国寿司」を食べて、新山口へ。見事な五重塔が有名な「瑠璃光寺」を見学し、「湯田温泉」へ。

Day3 萩・長門湯本温泉

萩へバス・車で移動。城下町・萩では武家屋敷や土堀を眺めながら散策し、「萩焼」のお店にちょっと寄り道。毛利藩主の墓所である「東光寺」を見学し、「長門湯本温泉」へ。温泉と季節の会席料理を堪能。

Day4 長門・下関

「長門湯本温泉」から下関へは電車や車で風景を楽しみながらのんびり移動。風光明媚な「青海島」で撮影した後は、本州の西端、下関へ。地元のとれたて新鮮な魚が並ぶ「唐戸市場」では、ふぐを味わえます。

Route 04 社会や自然の「再生」を学び、考える3日間

「再生」をキーワードに、瀬戸内エリアの鳴門、豊島、小豆島を巡る旅です。せとうちの伝統文化や自然、地域の取り組みに触れる旅を通じて、社会や自然の「再生」が感じられます。

Day1 鳴門

大阪から淡路島を渡って鳴門へ。「鳴門スカイライン」のドライブで、山と海が織りなす壮大なパノラマを堪能。渡船で島田島へ移動し、島の四方見展望台から360度の風景を楽しみます。「ウチノ海爽快クルーズ」では「鳴門のうずしお」の雄大さや「ウチノ海」の穏やかさを近くで体験。

Day2 豊島

フェリーで高松から豊島へ移動。豊島は不法投棄された大量の廃棄物が大きな課題でした。行政・住民一体となり環境再生に取り組み、アートの島として再生した島です。自然の恵み「唐櫃の清水」を味わい、「豊島美術館」を見学。

Day3 小豆島

豊島から小豆島へ。耕作者の高齢化や後継者不足が進むなか守り続けられてきた「中山千枚田」、島の地酒を復活させた「小豆島酒造」、伝統的な木桶仕込みの醤油を製造する「ヤマロク醤油」を見学後、「白崎海岸」で海岸清掃を体験。

Day1 直島

大阪から電車、フェリーを利用し直島へ。アートの島「直島」には「地中美術館」、「李禹煥美術館」、「ベネッセハウスミュージアム」などの美術館があり、心行くまでアートと瀬戸内海の美しさを堪能できます。

Day2 小豆島

直島の次は小豆島へ。島に点在している芸術品を見つけながら、伝統的な木桶を使った醤油づくりを見学。オリーブの島としても有名で、広大なオリーブ畑が広がっています。オリーブそのものやオリーブで育ったハマチ等を味わえます。

Day3 高松・道後温泉

小豆島をあとにしフェリーで高松へ。400年の歴史を持つ「栗林公園」を心静かに散策、高松では盆栽づくりや名物のうどんづくりを体験。松山へ移動し、日本最古の温泉の一つである「道後温泉」でゆっくり。

Day4 しまなみ海道・尾道

松山から今治へ移動。四国・今治から本州の尾道をつなぐ全長約60km(サイクリングロードは約70km)の「しまなみ海道」をサイクリング。眼下には瀬戸内海の多島美が広がっています。尾道ではお寺や猫、レトロな商店街など絵になる風景を楽しんで。

Shikoku Area

四国エリア



Story and History

1200 年も前から
旅人をもてなす文化が
根づくおもてなしの島。

四国地方は、本州の南西に位置し、香川、徳島、愛媛、高知の 4 つの県で構成されています。本州へは橋やフェリーを使って移動します。四国を旅していると白い装束の人と出会いますが、それが約 1,200 年前から始まった「四国遍路」。弘法大師のゆかりのお寺 88ヶ所を巡る旅で、行く先々で地元の人から飲み物や果物などの温かいおもてなし「お接待」の風習があります。四国の気候は温暖で過ごしやすく、オリーブやレモンなど柑橘類の栽培も盛ん。日本最後の清流といわれる「四万十川」、日本三大渓谷美に数えられる「寒霞渓」など、手つかずの自然が残っています。また、「阿波踊り」や「よさこい」など路上で踊るお祭りは、踊り手と観客の一体感も見どころ。四国はコンパクトで周遊しやすく、車や電車で回りながら、「讃岐うどん」、「徳島ラーメン」、「鯛めし」、「鯉のたたき」など、それぞれの土地で美味しい料理を味わえます。

徳島県・鳴門海峡「うずしお」



高知県・四万十川



愛媛県・みかん



香川県の
小豆島オリーブ公園！



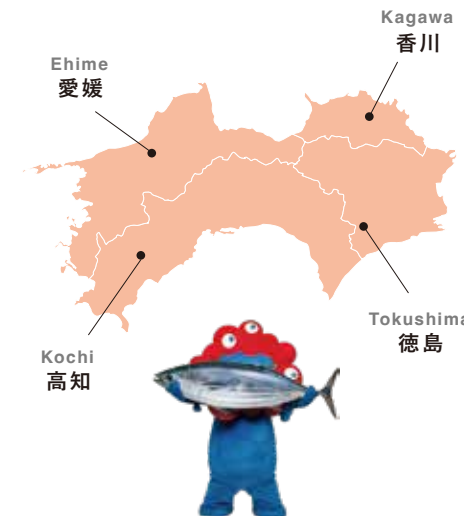
Locations throughout Japan



愛媛



高知



香川



ベネッセハウス 写真：藤塚光政



徳島

写真：Watanabe's

徳島：鳴門の渦潮は、瀬戸内海と紀伊水道の干満差で激しい潮流が発生することによりできる「自然現象」。春と秋の大潮のときには直径 20m～30m もの渦潮が発生。クルーズ船で間近から見ることが可能です。

香川：多彩なアートにあふれる香川県。美術館だけでなく、瀬戸内海の島々や街中などにアートが点在し、現代美術から古典美術、名立たる建築家の作品や誰もが知るパブリックアートまで目で見て、肌で感じることができます。また、うどん県でも有名。さまざまな「讃岐うどん」が味わえるうどん巡りも魅力です。
愛媛：夏目漱石の小説「坊ちゃん」の舞台として全国に知られる愛媛を代表す

る道後温泉。歴史は古く、柑橘（みかん）でも有名な愛媛（伊予）の「伊予ノ湯」、「熱田津ノ湯」として、「日本書紀」「万葉集」などにも登場しています。シンボルである「道後温泉本館」は国の重要文化財に指定されています。

高知：「四万十川」「仁淀川」を代表とする美しい清流、「足摺岬」など太平洋を見渡す絶景スポットが多数。大自然に恵まれた高知県は土佐の「鯉の一本釣り」でも有名で初鯉は香りが抜群。坂本龍馬のゆかりの地でもあり歴史も味わえます。



Food culture



1.徳島



3.愛媛



2.香川



4.高知

- 徳島ラーメン**：徳島ラーメンには、茶系、黄系、白系の 3 つの系統があります。いずれも醤油味ベースで、たまり醤油や薄口など醤油の味に、それぞれ店の違いがあります。甘みが強いスープ、生卵のトッピング、そして煮込まれた豚肉が共通した特徴です。
- 讃岐うどん**：香川の讃岐うどんは全国にファンが多く「うどん県」と呼ばれます。香川特産の小麦で打った麺は、コシの強さが特徴。数あるうどん店の中から好みの一杯を探す旅も、聖地巡礼の楽しみです。また、香川県はオリーブオイルや木桶仕込み醤油も有名。うどんは、さまざまな味の醤油ともあわせてみてください。
- 鯛めし**：鯛を丸ごと土鍋に入れて炊き上げる愛媛の「鯛めし」。旨味が染み込んでいます。宇和島市では鯛の刺身をタレにつけ込み薬味や生卵と食べる漁師風も。全国トップクラスの生産量のみかんも有名でジュースの飲み比べや、みかん狩りも楽しめます。
- 鯉蓼焼き**：伝統の一本釣り漁法の鯉を「蓼焼き」で食べます。土佐の味を屋台巡りで楽しめる市場では、目の前で焼き上げる蓼焼き「ファイヤーショー」も圧巻。高知天日塩で味わってください。



「いのちを救う」がテーマの
四国エリアの旅
● P.37 ● P.44 ● P.49



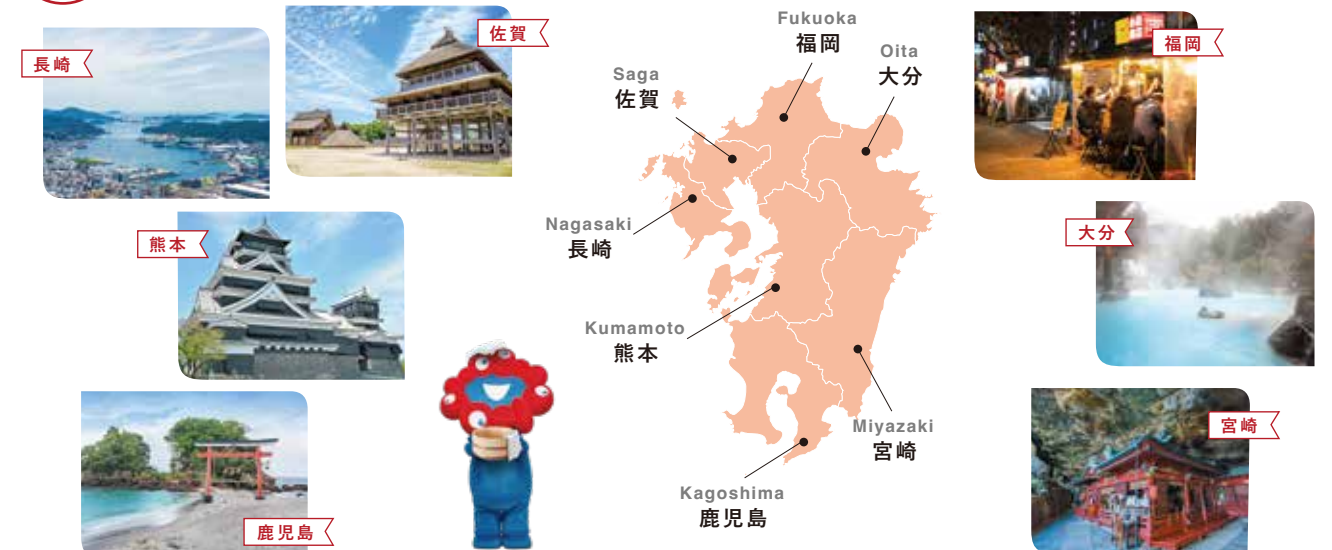
「いのちに力を与える」がテーマの
四国エリアの旅
● P.55 ● P.57



「いのちをつなぐ」がテーマの
四国エリアの旅
● P.69 ● P.71
● P.73 ● P.76



Locations throughout Japan



福岡：福岡市は空港、新幹線駅、港がありアジアの玄関口として発展してきました。食が豊かな地域で 100 軒以上の屋台が軒を連ねる中洲は観光客から人気。美しい海岸線が魅力の「糸島」や「大宰府天満宮」など自然も歴史も楽しめます。

佐賀：南北が海に面し「虹の松原」「波戸岬」などの多くの景勝地があります。新鮮な食材が並ぶ呼子の朝市は日本三大朝市のひとつ。伝統工芸が盛んで 400 年以上続く「有田焼」「伊万里焼」など世界に認められる陶磁器の名産地です。

長崎：九州の西端に位置する長崎。三方を海に囲まれ 600 近くの島があります。古くから海外との貿易港として栄え、江戸時代は海外の文化を取り入れ国内へ発信してきました。街では異国情緒あふれる風景に出会えます。

熊本：世界有数のカルデラを誇る阿蘇があり「火の国」と呼ばれる熊本県。阿蘇の雄大な山々や草原の景観、古社・阿蘇神社などの神話は多くの人々を魅了しま

す。日本三大名城の「熊本城」や黒川温泉などの個性豊かな温泉も人気です。

大分：源泉数・湧出量とも日本一。有名な別府や湯布院など多数の温泉地があり、「おんせん県」と呼ばれるほど様々な種類の温泉で気軽にリフレッシュ。また昔の街並みが数多く残っており、「二王座界限」は江戸時代の気分で散策できます。

鹿児島：九州南端に位置し、活火山の桜島をはじめとする雄大な自然が魅力。名物の黒豚や黒牛を使ったとんかつや角煮、さつま揚げなど当地グルメを堪能できます。古くから琉球やアジア、西洋諸国とも交流が盛んに行われた地域です。

宮崎：年間の快晴日数が多く、フェニックスやハイビスカスなど南国の植物が育ちリゾート感たっぷりです。マンゴーなどフルーツの栽培も盛ん。日本神話の舞台としても有名な高千穂峡など多くのパワースポットがあります。



Food culture



1. 屋台グルメ：定番のラーメンからもつ鍋や水炊き、焼き鳥や餃子、天ぷらなどまで楽しめる博多・中洲の屋台グルメ。100 を超える屋台が軒を並べており、福岡・博多の「夜の風物詩」になっています。

2. 呼子のイカ：イカは色々あれど「呼子のイカは別格」という人も多いようです。透き通った身はコリコリの歯触り、そして口に広がる甘み。イカ概念が変わると言っても大袈裟ではない美味しさです。

3. 長崎ちゃんぽん：中国の留学生にふるまわれた料理がルーツですが、長崎県内に広まり、さらに全国区に。鶏ガラスープにたっぷりの野菜や魚介類。長く愛される地元の味です。

4. 馬刺し：全国の馬肉消費量の約半分を熊本県が占めています。熊本の馬刺しは特に絶品。他にも馬のたてがみやタン、レバーなどの珍味も味わうことができます。

5. とり天：大分県の郷土料理「とり天」。にんにく醤油の下味がついているので、おつまみにもピッタリです。付け合わせのキャベツとの相性も抜群。

6. 宮崎マンゴー：宮崎の太陽を浴びて育った完熟マンゴー。ブランドフルーツとしても知られています。特に「太陽のタマゴ」は独特の風味と甘さ、クリーミーな果実が絶品です。

7. 焼酎文化：鹿児島で焼酎といえば「さつまいも」を原料とした芋焼酎。土瓶のような鹿児島「黒ちよか」でいただければ、深い味わいを楽しめます。郷土料理である、さつま揚げとの相性もピッタリです。



Story and History

海外の文化を取り入れ、
日本の文化と融合させてきた
日本の玄関口。

九州地方は日本の西南に位置し、福岡・佐賀・長崎・熊本・大分・宮崎・鹿児島県の 7 つの県で構成されています。四方を海に囲まれ、黒潮・対馬海流といった暖流の影響で比較的温暖な気候。古くから中国や朝鮮半島などアジア諸国、ヨーロッパと交易を行い、文化の玄関口としての役割を果たしてきました。海外の文化が、九州の食文化や陶磁器などの工芸に影響を与えています。カルデラが美しい「阿蘇山」や日本有数の活火山の「桜島」など、火山が多い九州には「別府温泉」、「黒川温泉」をはじめ泉質の違う多種多様な温泉があり、湧出量は日本の 1/3。活火山のダイナミックな姿、変化に富んだ海岸線など、自然が作り出した景色も九州の魅力。電車から車窓を楽しんだり、レンタカーやサイクリングでのんびり移動したりするのもお勧め。食も独特で、濃厚な豚骨スープの「とんこつラーメン」、「ちゃんぽん」、「馬刺し」、「チキン南蛮」、「さつま揚げ」など、ご当地グルメも豊富です。

長崎県・グラバー園



大分県・湯布院

佐賀県・伊万里焼



「いのちを救う」がテーマの
九州エリアの旅

● P.33 ● P.34 ● P.35 ● P.37 ● P.42 ● P.43



沖縄県・宮古島の
伊良部大橋！

Okinawa Area



Story and History

艶やかな 独自の琉球王朝文化が息づく 南国の楽園。

沖縄は日本の最南端に位置しており、ほぼ全域が亜熱帯気候。エメラルドグリーンに輝く美しい海は沖に行くに従いコバルトブルーに変化し、その青いグラデーションと白い浜辺が織りなすコントラストは絶景です。熱帯魚やサンゴ、マンタなど南の海の生き物にあえるスキューバダイビングやシュノーケリング、亜熱帯の植物・マングローブ林を身近で感じるカヤック体験、満天の星を観る観測ツアーも人気のアクティビティ。移動は車がお勧め。また魅力的な離島へはフェリーを利用できます。沖縄はかつて琉球王国として、日本とは異なる独自の文化を築き上げていました。三線や紅型、琉球ガラス等の伝統的な工芸や芸能など独自の文化を持ち、「琉球王国のグスク及び関連遺産群」は世界遺産に登録されています。また沖縄は食文化も独特。「ゴーヤチャンプルー」、「沖縄そば」、「島豆腐」、「海ぶどう」、パイナップル、マンゴーなどの新鮮なフルーツを沖縄の開放的な雰囲気の中で味わってください。

沖縄県南部・首里城 守礼門



沖縄県・シーサー



沖縄県・琉球建築



Locations throughout Japan



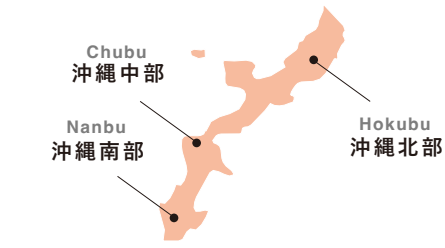
北部



中部



南部



沖縄北部：沖縄の中でも、特に豊かな自然が広がるのが北部地域。奇跡の森とよばれる世界自然遺産「やんばる」には亜熱帯の深い森林に、数多くの固有種が生息しています。また「沖縄美ら海水族館」など自然を活かした施設やトレッキングやカヌーなどアクティビティを楽しめる場所がたくさん。自然に癒やされる地域です。

沖縄中部：沖縄の多様な文化に触れられる地域。「中城城跡」、「勝連城跡」では琉球王国の歴史を、「やちむん」の里・読谷村では伝統工芸を、「美浜アメリカンビレッジ」ではアメリカと沖縄の文化の融合した街並みを。また 4 つの島につながる全長 4.75km の「海中道路」のドライブもお勧めです。

※やちむん…沖縄の言葉で陶器のこと

沖縄南部：空の玄関口・那覇空港がある沖縄南部。那覇市周辺では国際通りや公設市場、免税店などショッピング、市街地から少し移動すれば海水浴やビーチアクティビティが楽しめます。また琉球王国の都・首里の繁栄を伝える「首里城公園」では独特の優雅な建築物や貴重な資料を見学できます。

離島：沖縄には石垣島、宮古島、久米島、日本最西端の島である与那国島など多くの魅力的な離島があります。島ごとに違う海の色や手つかずの自然の美しさは、多くの人を魅了します。島ではダイビング、SUP などアクティビティを体験。フェリーでの移動が便利で、一日にいくつかの離島を周遊することもできます。



宮古島



石垣島



与那国島



Food culture

沖縄本島・離島の食



1.



3.



2.



4.



5.



6.

- 1. タコライス：**メキシコ料理「タコス」の具をご飯の上にのせた沖縄のソルフード。スパイシーなタコミート、レタス、トマト、チーズをご飯にのせていただきます。サルサソースも抜群の相性。
- 2. シークワーサー：**沖縄の太陽と山の恵みを受けて育った、沖縄県北部「やんばる」で親しまれてきた柑橘類のひとつ。日本で2つしかないミカン原種のひとつとされています。
- 3. 沖縄天ぷら：**沖縄県民のソルフードとも言える天ぷら。どちらかと言えば「おやつ」として食べられることが多く、衣がやや厚くモチモチの食感。もずくや紅芋、魚を揚げたものが人気です。
- 4. ジーマー豆腐：**ジーマーとは落花生のこと。落花生の絞り汁を練り上げた、ゴマ豆腐に似た料理です。独特のコシが特徴。
- 5. 沖縄そば / 宮古そば：**太めの麺に三枚肉、かまぼこや島ねぎなどがのったシンプルな顔つき。宮古島では、お店によってカレー粉をかけて食べたり、宮古そばもまた違った味わいです。
- 6. 紫イモ：**沖縄産紫イモはおいしいだけではなく、鮮やかな色合いと、目に良いとされる「アントシアニン」や食物繊維が豊富。そのまま食べても、スイーツにしても絶品です。



「いのちを救う」がテーマの
沖縄エリアの旅

- P.35 ● P.40 ● P.45
- P.46 ● P.47 ● P.49



「いのちに力を与える」がテーマの
沖縄エリアの旅

- P.60



「いのちをつなぐ」がテーマの
沖縄エリアの旅

- P.75



自然と、ともにある日本。 いのちの共存を体で感じる旅

四方を海に囲まれ、山や川など豊かな自然に囲まれた日本の歴史は、多種多様な「いのち」と共存してきた歴史でもあります。暮らしや、そして信仰にいたるまで。日本人の生活は、自然とともにあると言っても過言ではありません。四季折々に見せる自然の姿は、私たちの心や体を休めてくれます。日本の観光もまた、自然という「いのち」と、ともにある営みのひとつです。循環する自然の中で、人は生かされている。「いのち」の共存を実感する「旅」を楽しんでいただくことができます。

自然に学ぶ生命の共生。「いのちを救う」旅を見つけませんか。



世界自然遺産・国立公園



温泉



山



川



海



脱炭素、環境保全



健康・医療



平和



動物・生態系

Let's go 万博Trip

いのちを救う



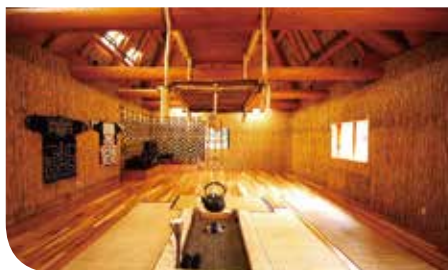
いのちを救う旅へ
Let's Go!

「いのちを救う」旅はこちら

01 北海道 登別洞爺広域観光圏周遊カセットプラン
02 北海道 Discover the Volcanoes of East Hokkaido
03 北海道 持続可能な観光を実現するための、ガイド付きハイキング&登山ツアー
04 秋田 白神リバートレッキング 05 青森 / 岩手 / 宮城 / 福島 みちのく潮風トレイル
06 長野 北アルプス・パノラマ銀座トレッキングツアー
07 鳥取 大自然をいただきます。心を洗う大山ブナの森ウォーク
08 大分 国東半島峯道ロングトレイル
09 長崎 生まれたての火山を間近に見られる雲仙 3 峰縦走トレッキング
10 北海道「蛙」の目線で札幌・豊平川沿いをサイクリングし上流の定山渓でカヌー！
11 熊本 阿蘇山の牧野を登り火口をめざす e-Bike 草原ライド
12 沖縄【慶良間諸島】海も山も楽しい！ e-Bike と徒歩で巡る 4 泊 5 日の旅
13 鳥取 鳥取砂丘アクティビティプログラム 14 北海道 定山渓 雪見ラフティング
15 香川【香川県・土庄町】海の上を歩いて？SUP で小豆島を海から眺める海上散歩
16 鹿児島 活火山「桜島」の躍動を感じるシーカヤックの旅 3 時間ツアー
17 青森 奥入瀬渓流 18 岩手 / 秋田 八幡平ドラゴンアイ 19 東京 “絶海のワンダーランド” 八丈島 20 島根 Entô(ジオパークプライベートツアー付プラン)

21 沖縄【国頭村】やんばるの森：生物多様性とそこに共生し、守る人々の取り組みを知る 22 福島 エクストリーム温泉 23 群馬「温泉天国・群馬」の趣のある3つの温泉宿で宿泊体験 24 宮城 蔵王山（お釜と樹氷） 25 栃木 竹林の美を極めた「若竹の杜 若山農場」でサステナブルな非日常体験 26 宮崎 高千穂バックラフト
27 福岡【現地ガイドと一緒に歩く】九州オルレ（トレッキング）「宗像・大島コース」
28 佐賀【現地ガイドと一緒に歩く】九州オルレ（トレッキング）「唐津コース」
29 香川【香川県・小豆島町】中山千枝田の保全活動
30 愛媛【愛媛県・今治市】今治自然塾 環境教育プログラム 31 沖縄【沖縄本島北部エリア】サイクリング 32 沖縄 エシカルトラベルオキナワモデルコース
33 沖縄 絶景・美味・歴史文化を楽しみながら海洋深層水複合利用「久米島モデル」を学ぶ旅 34 神奈川 未病バレー BIOTOPIA 35 沖縄【北中城村】キタナカウェルネスを全身で感じる 2 泊 3 日の旅 36 沖縄【沖縄本島南部戦跡】旧海軍司令部壕
37 北海道 知床羅臼シャチ・クジラ・イルカ・バードウォッチング ポートクルーズ
38 新潟 佐渡の朱鷺（トキ） 39 高知【高知県・四万十市】四万十川とトンボから考える「自然」と「人」との共生のかたち 40 沖縄【金武町】自然体験アクティビティ・バードウォッチング・街巡り

#01 Hokkaido 北海道



世界自然遺産・国立公園

登別洞爺広域観光 圏内周遊カセットプラン

五感で北海道の文化を知る。
登別洞爺1泊2日ツアー。

登別洞爺広域観光圏の雄大な自然やウポポイ（民族共生象徴空間）を巡る1泊2日のツアー。冬期にニセコに滞在する海外旅行者にも楽しんでいただけるよう、比較的ニセコから近いエリアを周ります。スノーシューツアーで冬の洞爺湖の絶景を巡った後は、北海道料理石狩鍋を堪能。洞爺湖温泉内のホテルに宿泊するため、夜は自由に温泉街の-snack-巡りも楽しめます。翌日は、北海道洞爺湖有珠山ユネスコ世界ジオパークと北の湖相撲記念館の見学。ウポポイでのアイヌ文化体験後は日本料理で旅をしめくります。

i Spot Information

北海道虻田郡洞爺湖町
<https://x.gd/mQbHU>
※この情報は2024年3月現在のものです

#03 Hokkaido 北海道



世界自然遺産・国立公園

持続可能な観光を実現するための、 ガイド付きハイキング&登山ツアー

持続可能な観光をめざすため、
想いを伝えるツアー。

道北観光のメインエリアとなる利尻島・礼文島から稚内市・豊富町・幌延町は、「利尻礼文サロベツ国立公園」であり国が指定するナショナルパークです。例えば「クッチャロ湖」は日本国内最大となるコハクチョウの中継地であり、「ラムサール条約」にも登録される湿地帯です。これらの貴重な自然資源を「ガイド付きツアー」の形式で案内することで、地域の生活、未来に引き継ぐべき自然環境の大切さをしっかりと、旅行者のみなさんに伝えていきます。

i Spot Information

北海道利尻郡利尻町杓形
<https://www.club-t.com/>
※この情報は2024年3月現在のものです



いのちを救う

#02 Hokkaido 北海道



世界自然遺産・国立公園

Discover the Volcanoes of East Hokkaido

圧巻の自然体験に、
心満たされる旅を。

舞台は、火山の活動によってできた3つのカルデラ湖。そして、森と湖が織りなす美しい自然が魅力の国立公園です。古くから薬湯として親しまれてきた川湯温泉で日本の温泉文化に触れながら、国立公園の火山景観の中で楽しむサイクリング。火山の絶景と大地の息吹を体感する雌阿寒岳ワンデイトレッキング、阿寒湖畔の秘境の森をサイクリングとウォーキング。「ひがし北海道」が織りなす圧巻の自然体験に、心満たされる旅を楽しめます。



世界自然遺産・国立公園

白神リバートレッキング

手つかずの大自然を、
全身で体感する1日を。

白神山地とは、青森県と秋田県にまたがる山岳地帯の総称です。世界最大級のブナの原生林に生息する貴重な生態系により、世界自然遺産にも登録されています。白神リバートレッキングはその大自然を体感できる散策ルートの1つで、ブナの森から流れる美しい清流を歩く特別な体験ができます。たくさんの鳥や魚との出会いに癒やされつつ、いのちの尊さや自然の偉大さを感じられる沢歩きは、ガイド同行で初めてでも安心。手つかずの大自然を全身で感じられる1日を過ごすことができます。

i Spot Information

秋田県山本郡藤里町藤里栗38-2
<https://activityjapan.com/publish/plan/39167>
※この情報は2024年3月現在のものです

#04 Akita 秋田

i Spot Information

釧路市阿寒湖温泉、弟子屈町
<https://x.gd/ZfXpr> (2023年度参考)
※この情報は2024年3月現在のものです

#05 Aomori / Iwate / Miyagi / Fukushima 青森 / 岩手 / 宮城 / 福島




 世界自然遺産・国立公園

みちのく潮風トレイル

自然が紡ぐ物語を感じる、東北のいのちを感じる旅路。

「みちのく潮風トレイル」は、青森県八戸市から福島県相馬市までの太平洋沿岸をつなぐロングトレイルです。最大の魅力は、海の景観をダイナミックに感じるスポットの豊富さにあります。日本一美しい断崖、リアス海岸の風景、恵み豊かな世界三大漁場など。森、里、川、海の自然が紡ぐ美しい見どころが目白押しです。自然が織りなす圧倒的な美しさの中を、潮風にゆられながら楽しむ旅路で、忘れられない感動を味わうことができます。



 Spot Information


青森県、岩手県、宮城県、福島県
<https://tohoku.env.go.jp/mct/>
※この情報は2024年3月現在のものです

 世界自然遺産・国立公園

北アルプス・パノラマ銀座 トレッキングツアー

歩きやすいルートガイドと行く、
北アルプス「パノラマ銀座」。


コロナ禍を経て世界的に人気が高まる山岳トレッキング。日本有数の山岳エリア「北アルプス」(中部山岳国立公園)の中でも抜群の景観を誇る「パノラマ銀座」(燕岳～大天井岳～常念岳～蝶ヶ岳)ルートを、人気の山小屋に泊まりながら3日間程度かけてガイドとともに踏破します。北アルプスエリアの中でも、幅広い人が楽しめるルートを対象とした、日本の山岳トレッキングの魅力をぎゅっと詰めこんだツアーです。

 Spot Information

長野県北安曇郡小谷村千国乙12883-1
<https://www.go-nagano.net/nature-and-outdoors/id20377>
※この情報は2024年3月現在のものです

#06 Nagano 長野

#07 Tottori 鳥取


 世界自然遺産・国立公園

大自然をいただきます。 心を洗う大山ブナの森ウォーク


天然のデトックス。
ブナの森で大自然を全身からいただく。

鳥取砂丘と並ぶ鳥取県の自然遺産、国立公園の大山には西日本最大級のブナの森があるのをご存じでしょうか。降り注ぐグリーンシャワーを浴びながらゆっくり歩くトレッキングツアーには、ブナの原生林を歩きながら湧き水に触れたり、重要文化財の史跡をたずねたりと、四季折々の豊かな自然とともに大山の歴史にも触れることができる3つのコースがあります。自然編・歴史編に加え、自然と歴史のつながりで大山の旅をより思い出深くできるフルコース編から選ぶことができ、お子様連れでも、ハイキングが初めての方でも、あらゆる年代の方が楽しめるコースとなっています。



 Spot Information

鳥取県西伯郡
<https://tourismdaisen.com/tour/bunawalk/>
※この情報は2024年3月現在のものです


 世界自然遺産・国立公園

国東半島峯道ロングトレイル

「み仏の里」に見る
日本人の原風景。

九州の東、大分県の北東部に丸く突き出ている形が特徴の国東半島。神仏習合発祥のこの地では、神や仏が日常の中に溶け込んだ暮らしが1000年前から今でも変わらず息づいています。国東半島峯道ロングトレイルは、独特の地形に加え自然の恵みと人々の信仰が結びつき、人々の信仰と歴史の足跡が残る野道を歩くコース。僧侶たちが辿った修行の道「峰入り」を追体験することができます。何世紀にも亘り暮らしの中で歴史や精神文化を受け継いできた先人の知恵に触れる「日本人の原点」を見つける旅となるでしょう。



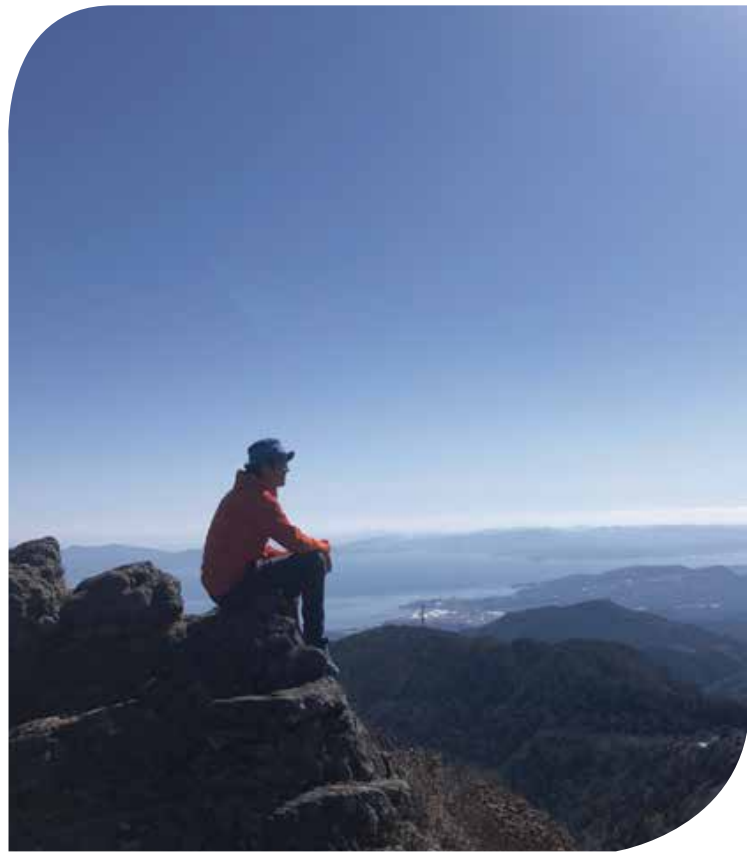
 Spot Information

大分県国東市武蔵町丸小野
<https://x.gd/plXe8>
※この情報は2024年3月現在のものです



いのちを救う

#08 Oita 大分



Spot Information

長崎県雲仙市
https://find.unzen.org/article/trekking_guide
※この情報は2024年3月現在のものです



世界自然遺産・国立公園

生まれたての火山を間近に見られる 雲仙3峰縦走トレッキング

火山が生んだ山への道に、
土地の歴史を重ね合わせて。

九州の西側にぽっかりとある、海に囲まれた半島。それが島原半島です。雲仙火山の噴火により出現したこの半島での人々の暮らしは、有史に3回の噴火を起こした活火山・雲仙火山とともにあります。1991年の雲仙普賢岳噴火では、その山腹から新しい平成新山が誕生。今なお蒸気が立ち上がり立ち入ることはできないものの、周囲の3つの山を縦走するルートから間近に望むことができます。雲仙火山に向き合い、災害から何度も復興し、それによって作られる大地の恵みを活用しながら生きる人々の暮らしを感じ取れるルートは、雄大な自然と火山景観にも感動するトレッキングコースです。



#09 Nagasaki 長崎



世界自然遺産・国立公園

「鮭」の目線で 札幌・豊平川沿いを サイクリングし上流の定山溪でカヌー！

「神の魚」鮭の目線で体感する、
北海道の大自然。

アイヌ語で鮭を「チュプ・セツプ（神の魚）」と呼び、古くから特別な魚とされてきました。古来より現在に至るまで秋に多くの鮭が遡上する豊平川。一時は減少したものの、川を取り巻く環境改善の努力が実り、数十年前から鮭が戻り続けています。「神の魚」である鮭と同じ目線で迎えるツアーは、まず豊平川をサイクリングで遡上し鮭料理を堪能。上流の静かな森の中でカヌーを楽しめます。サイクリングとカヌーを通じて「神の魚」に感謝し、新たな視点で北海道の大自然を体感できるツアーです。



Spot Information

北海道札幌市南区定山溪温泉東3
<https://x.gd/kHxlz>
※この情報は2024年3月現在のものです

#11 Kumamoto 熊本



世界自然遺産・国立公園

阿蘇山の牧野を登り 火口をめざす e-Bike草原ライド

大地の鼓動を
聞きながら駆け抜ける、
爽快アクティビティ体験。

九州のほぼ中央に位置する熊本県の阿蘇山は、世界有数規模の大型カルデラと雄大な外輪山を持つ活火山。いまま中岳からは噴気が立ち上り、自然の息吹を感じることができます。火山がもたらした恵みの1つといえる豊富な湧き水は農業を盛んにし、カルデラ内で暮らす人々の生活を支えています。サイクリングはこのカルデラ内の阿蘇山麓からスタート、普段は立ち入ることのできない牧野を火口めざしてe-Bikeで駆け抜けます。噴石や火山灰、牛馬のドロップスをよけながらのスラロームは、ここでしか味わえないこの上ない爽快感です。

Spot Information

熊本県阿蘇市黒川牧野・阿蘇山上
<https://asobe-tai.com/adventure-cycle/>
※この情報は2024年3月現在のものです



いのちを救う



世界自然遺産・国立公園

【慶良間諸島】 海も山も楽しい！ e-Bikeと徒歩で巡る4泊5日の旅

海も山もすべてが魅力。
離島滞在ツアー。

沖縄本島から西に約40km、大小30余りの島々と数多くの岩礁からなる慶良間諸島。国内外の多くの人々を魅了する世界屈指の透明度を誇る“ケラマブルー”で有名な場所です。e-Bikeと徒歩で島を巡るツアーはケラマブルーと陸が作り出す壮大な自然を実感し、さまざまな体験を通して地元の方々との触れあいも楽しめる5日間。古くから使われていた船（サバニ）で島々を周遊するアイランドホッピングをするので、それぞれ異なる魅力を持つ海の豊かさ、離島での生活や文化にも触れることのできる、離島滞在ツアーならではの魅力に溢れています。

Spot Information

沖縄県島尻郡座間味村座間味109
<https://www.okinawastory.jp/news/local/4241>
※この情報は2024年3月現在のものです

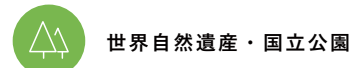


#12 Okinawa 沖縄

#10 Hokkaido 北海道



#13 Tottori 鳥取



世界自然遺産・国立公園

鳥取砂丘アクティビティプログラム

歩いて楽しい!撮って楽しい、鳥取砂丘!

日本を代表する砂丘といえば、鳥取砂丘です。風向きや強さによって、砂丘の表情は変化し、風紋や砂簾、砂柱などの自然が生み出す芸術は必見。そんな芸術を見て、撮って楽しむのがこのツアーです。鳥取砂丘に精通した、ガイド兼フォトグラファーが穴場のスポットをご案内しながら、プロの撮影テクニックも伝授します。ほかにも、ラクダに乗って散歩したり、サイクリング、サンドボード、パラグライダーなど多彩なアクティビティも楽しんでいます。



i Spot Information

鳥取県鳥取市福部町湯山2164-971
<https://tottori-tours.com/tottori-activity-select/>
※この情報は2024年3月現在のものです



世界自然遺産・国立公園

定山溪 雪見ラフティング

雪見ラフティングで堪能する、本物の冬の「静寂」。

温泉地として有名な定山溪エリアは、札幌市の支笏洞爺国立公園内に位置する自然豊かな場所。秋には紅葉狩りもできる渓谷エリア。冬には雪景色に囲まれながらゆったり「雪見ラフティング」を楽しむことができます。夏のラフティングを「動」とすると、冬のラフティングは「静」。渓谷の中でも風が少ない場所を進むので、雪とともに本物の「静寂」を楽しむことができます。カヌーガイド同行で、野生生物や氷瀑との出会いもある、冬の新しいアクティビティです。

i Spot Information

北海道札幌市南区定山溪温泉
<https://x.gd/FKUmg>
※この情報は2024年3月現在のものです

#14 Hokkaido 北海道

#15 Kagawa 香川



世界自然遺産・国立公園

【香川県・土庄町】海の上を歩いてる!? SUPで小豆島を海から眺める海上散歩

瀬戸内の海を歩いて冒険!

小豆島は、瀬戸内海に浮かぶ小さな島です。オリーブや醤油、佃煮、素麺といった豊かな食文化に加え、美しい海岸線、潮の満ち干きで現れたり消えたりする不思議な道「エンジェルロード」など、心揺さぶる絶景スポットがたくさんあります。島の北側に拠点構える「シマアソビ」にお越しいただければ、SUPクルージングにお連れします。無人島をぐるっと回ったり、吊り橋をくぐったりしながら、地元のインストラクターが海上で小豆島の歴史や魅力などをお伝えします。



i Spot Information

香川県小豆郡
※この情報は2024年3月現在のものです



#16 Kagoshima 鹿児島



世界自然遺産・国立公園

活火山「桜島」の躍動を感じるシーカヤックの旅 3時間ツアー

360°すべての景色に感動する、桜島シーカヤックツアー。

約110年前の噴火で、海に囲まれた島から九州本土と陸続きとなった鹿児島県の桜島は、今なお噴煙を上げる活火山です。大地の躍動を感じるこの地で、シーカヤックを体験してみませんか。見上げれば大迫力の山や溶岩の大地、火山地帯特有の植生。海を覗き込めば海中まで流れ出た溶岩や火山と共生するサンゴや海底から湧き出る温泉など、活火山特有の雄大な景色に出会うことができる3時間の海上散歩は、陸も海も楽しめる桜島ならではの冒険ツアーです。

i Spot Information

鹿児島県鹿児島市桜島赤水町
<https://k-kayaks.com/portfolio/sakurajima-from-sea/>
※この情報は2024年3月現在のものです



いのちを救う



 世界自然遺産・国立公園


奥入瀬溪流

自然が作り出す緑と清流と一体になる体験を。

表情豊かな清流に木漏れ日にきらめく水面、葉や苔の可愛らしさなど、自然が織りなす魅力にあふれた青森県の奥入瀬溪流。約14km続く溪流沿いには遊歩道と車道が整備されているので、バスや車、レンタサイクルでもその絶景を楽しめるものの、やはり川沿いの散策がおすすめ。澄んだ森の空気を全身に浴びながら、溶け込むように美しい自然を堪能することができます。新緑の5月中旬～6月中旬のベストシーズンの他に、紅葉の秋や大迫力の氷瀑・氷柱が楽しめる冬も魅力的。氷瀑は夜間ライトアップされ、その青みを帯びた美しさが幻想的な世界を創り出します。

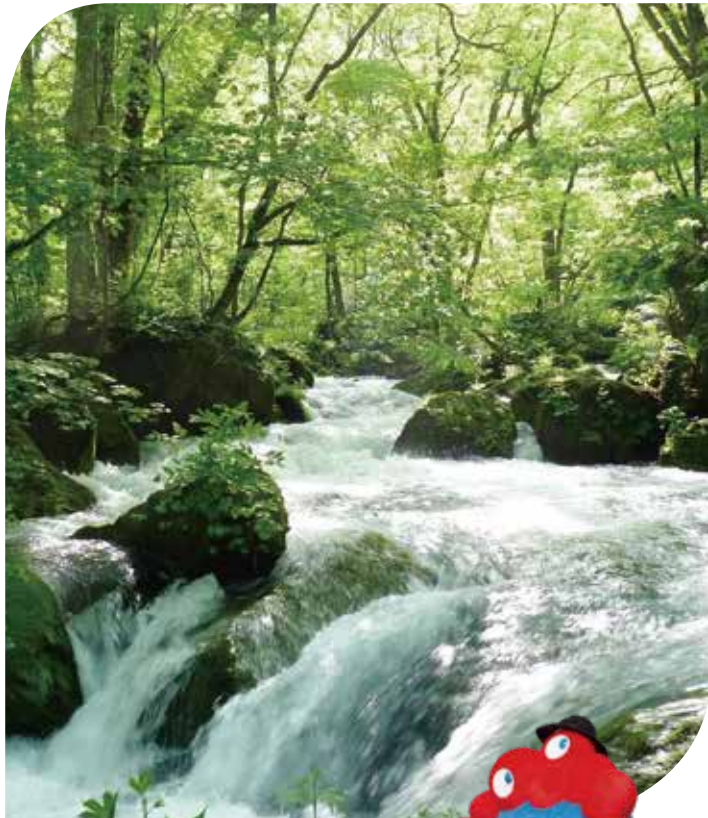
#17 Aomori 青森




 Spot Information

岩手県八幡平市/秋田県仙北市
<https://www.pref.akita.lg.jp/pages/archive/40618>
※この情報は2024年3月現在のものです

#18 Iwate / Akita 岩手/秋田



 Spot Information

青森県十和田市奥瀬60
https://aomori-tourism.com/spot/detail_339.html
※この情報は2024年3月現在のものです

 世界自然遺産・国立公園

八幡平ドラゴンアイ


自然が生み出す、
「奇跡の目」の開眼に出会う旅へ。

5月下旬から6月上旬にかけて出現する「八幡平ドラゴンアイ」。八幡平山頂付近に位置する「鏡沼」の自然現象によってできる絶景です。冬に降り積もった雪が、春になり周辺部と中心部が雪解けすることでドーナツ状になります。そこに日光や空の色など、様々な条件が重なったときに「開眼」する幻の絶景です。「鏡沼」の近くにはエメラルドグリーンに輝く「メガネ沼」も、「ドラゴンの涙」と呼ばれドラゴンアイと共に人気です。鏡沼周辺には、水蒸気爆発によってできた火口が多く、その火口に水が溜まり「八幡沼」や「ガマ沼」などの多くの沼を見ることができます。自然という「いのち」の神秘がつくり出す光景に巡り合うことができます。



#19 Tokyo 東京




 世界自然遺産・国立公園

“絶海のワンダーランド”八丈島


羽田からわずか1時間で出会える、
東京の美しい自然。

羽田からの定期航空便、整備された島内交通に英語対応可の観光案内所などで、海外からも訪れやすい八丈島。劇場版アニメの舞台としての注目度も高いこの島では、海洋生物との触れ合いやトレッキングなど手つかずの大自然をフィールドにしたアクティビティを楽しむことができます。温暖な気候のもと心も身体も癒やされる海と山に囲まれた島で、伝統的な生活習慣にも触れながらのんびりと過ごしてみても。現在「スマートモビリティサービス」実証実験を通じて、持続可能なオンデマンド/シェアリングモビリティサービスも移動手段として利用できます。



 Spot Information

東京都八丈町土庄
<https://en.activityjapan.com/search/kanto/tokyo/102/>
※この情報は2024年3月現在のものです


 世界自然遺産・国立公園

Entô (ジオパークプライベートツアー付プラン)

隠岐ユネスコ世界ジオパークを
まるごと体感する、プライベートツアー。

島根半島の北40～80kmの日本海に点在する4つの有人島と多数の無人島によって構成される隠岐ユネスコ世界ジオパーク。1人では見逃してしまうような隠岐の魅力を、豊富な知識を持ったガイドによる案内で存分に堪能できる、泊まれる拠点施設「Entô」によるプライベートツアー。e-Bikeで町を駆け抜けてみたり、島の暮らしに潜り込んでみたり、隠岐ならではの自然美、生態系、そして人との触れ合いなど、ガイドと共にオリジナルの隠岐ストーリーを見つけてみてください。



 Spot Information

島根県隠岐郡海士町福井1375-1
<https://ento-oki.jp/>
※この情報は2024年3月現在のものです

#20 Shimane 島根

いのちを救う

#21 Okinawa 沖縄



世界自然遺産・国立公園

【国頭村】やんばるの森：
生物多様性とそこに共生し、
守る人々の取り組みを知る

やんばるの森で、
自然と人間との
深いつながりに触れる。

沖縄本島北部（通称やんばる）は、2021年の夏に世界自然遺産に登録されました。人々が自然と静かに共生してきたこの場所には、固有の自然やいのち、深い森が息づいています。この「やんばる」で、沖縄の伝統的な家屋に宿泊し、世界自然遺産エリアの豊かな自然、自然と人の共生を体験していただくことができます。沖縄の伝統農業や漁業、文化体験や散策までを、現地に在のシェルパがご案内。暮らしと地続きの自然を、人間との深いつながりとともに感じることで旅です。



Spot Information

沖縄県国頭郡

<https://yambaru.co.jp/>

※この情報は2024年3月現在のものです



#22 Fukushima 福島



温泉

エクストリーム温泉

ワイルドな露天風呂を目指せ！
絶景トレッキングツアー。

単一の源泉としては日本一の湧出量を誇る、中ノ沢・沼尻温泉の源泉、沼尻元湯。福島県安達太良山の中腹に位置し、その源泉が川に流れ込むことで、全国でも珍しい野趣溢れる野天風呂となっています。温泉を目指す道中はガイドとともに、白糸の滝や安達太良山の尾根を眺めながらトレッキング。大自然が織りなす雄大な風景と、谷にできた広大な湯畑。自然の恵みに感謝しながら野天風呂に入れば、圧倒的な非日常を体験することができます。



Spot Information

福島県耶麻郡猪苗代町

<https://www.att.add.travel/#/experience/1>

※この情報は2024年3月現在のものです



温泉

「温泉天国・群馬」の趣のある
3つの温泉宿で宿泊体験

伝統文化や自然に包まれて、
心も体も温まる温泉旅。

古くから病を治す「湯治場」として親しまれている群馬県。趣のある3つの掛け流し温泉宿で、日本の伝統文化や自然にふれるひとときを味わえます。
①宝川温泉 汪泉閣／みなかみ町...手つかずの大自然を感じられる露天風呂は圧巻の広さ。湯浴み着が用意され、混浴でも楽しめる宿です。
②かやぶきの郷 薬師温泉旅館／東吾妻町...かやぶき屋根と古民具・古美術品に囲まれ、源泉だけでなく、歴史や文化にもひたることができます。
③川場温泉 かやぶきの源泉湯宿「悠湯里庵」(ゆとりあん)／川場村...かやぶき屋根と四季折々の自然が織りなす日本の原風景に出会える宿は、アルカリ性単純泉湯で美肌効果もあります。



Spot Information

<https://www.takaragawa.com/index.html>

<https://www.yakushi-hatago.co.jp/>

<https://kawaba-yutorian.jp/spa/>

※この情報は2024年3月現在のものです



山

蔵王山（お釜と樹氷）

氷と雪が織りなす、蔵王のシンボルを楽しむ。

噴火でできた火口に、湧き水や雨水、雪解け水が溜まることで生まれた“蔵王のお釜”。このカルデラ湖は、蔵王山のシンボルのひとつです。湖面にたたえられたエメラルドグリーンの水が、太陽の光により色を変えるため「五色沼」とも呼ばれています。冬季に現れる樹氷も、蔵王のシンボルのひとつで、世界的にも珍しい雪の芸術品と言っても過言ではありません。暖房完備で快適な乗用雪上車ワイルドモンスター号で樹氷を観賞することができます。

#24 Miyagi 宮城



Spot Information

宮城県刈田郡蔵王町

<http://www.zao-sumikawa.jp/spot/>

※この情報は2024年3月現在のものです

#23 Gunma 群馬



いのちを救う

#25 Tochigi 栃木



山

竹林の美を極めた「若竹の杜 若山農場」でサステナブルな非日常体験

竹林の美を極めた、サステナブルな非日常体験。

栃木県・宇都宮市にある若山農場は100年の時を超え、親子三代にわたり筍と栗を中心に作り続けてきました。また、自然循環型農法やCO2削減に取り組むなど、地球環境への優しさを追求し続けている農場でもあります。竹との共存、資源の有効活用のために間伐された竹林は、まさに別世界。「若竹の杜」とも言える美しい竹林の中での癒やしはもちろん、竹工作や竹器での抹茶体験等を通じた学びや体験をすることもできます。

i Spot Information

栃木県宇都宮市宝木本町2018
<https://www.wakayamafarm.com/>
 ※この情報は2024年3月現在のものです



#27 Fukuoka 福岡



海

【現地ガイドと一緒に歩く】九州オルレ(トレッキング)「宗像・大島コース」

ゆっくり、のんびり、自分らしく楽しむトレッキング。

自分のベースでのんびりと、九州の自然を楽しむことができる「九州オルレ」は、韓国済州島発祥の人気トレッキング「済州オルレ」の姉妹版です。オルレの魅力は海岸線や山などの自然、民家の路地などを身近に感じ、自分なりにゆっくり楽しみながら歩くところ。「宗像・大島コース」は、約25分の船旅を経て福岡県大島を巡ります。世界遺産「神宿る島」宗像・沖ノ島と関連遺産群に登録された宗像大社中津宮や沖津宮遙拝所をはじめ、空気が澄んだ晴れた日には神職のみが上陸を許される「神宿る島」沖ノ島を望むことができる魅力的なコースです。



i Spot Information

福岡県宗像市
<https://x.gd/LEYer>
 ※この情報は2024年3月現在のものです



いのちを救う

#26 Miyazaki 宮崎



川

高千穂パックラフト

パックラフトで行く、高千穂「神の恵み」の川。

阿蘇山の噴火で形成された大地を、五ヶ瀬川が深く浸食して形づくられた高千穂。その柱状節理の岸壁は、壮大な風景を見せてくれます。人々は昔から高千穂の自然を「神の恵み」ととらえ、五穀豊穡を願う神楽などの独特な伝統文化が育まれてきました。高千穂には、この水で農業を営み、自然を守りながら活用するという生活が残っています。この「神の恵み」である川を巡るパックラフト。現地アクティビティガイドの案内で幻の滝をめざします。自然の偉大さ、人の営みとの密接な関係を感じることができるプログラムです。



i Spot Information

宮崎県西臼杵郡高千穂町向山
<https://takachihoat.com/packraftschedule>
 ※この情報は2024年3月現在のものです



i Spot Information

佐賀県唐津市
<https://x.gd/R0MDQ>
 ※この情報は2024年3月現在のものです



海

【現地ガイドと一緒に歩く】九州オルレ(トレッキング)「唐津コース」

唐津コースで楽しむ、韓国式のんびりトレッキング。

オルレとは、韓国済州島発祥のトレッキング。その姉妹都市の佐賀県唐津市を歩くコースが九州オルレ唐津コースです。九州オルレ唐津コースは名護屋城跡や陣跡を巡り、波戸岬から眺める玄界灘、サザエのつば焼きや一口アワビなどのグルメまで、歴史・文化・風景・食文化を楽しむことができます。済州島とよく似た海を眺める海岸オルレで、新しい唐津の発見と感動をお届けするコースです。



#28 Saga 佐賀



i Spot Information

香川県小豆郡小豆島町中山
<https://x.gd/SF4us>
 ※この情報は2024年3月現在のものです

CO₂ 脱炭素、環境保全

【香川県・小豆島町】 中山千枚田の保全活動

美しい棚田を守りながら、
持続可能な地域社会を目指す島の物語。

香川県の小豆島には、「日本の棚田百選」に選ばれている中山千枚田があります。この美しい棚田は、担い手不足により、荒廃田が増加し、景観保全や伝統文化継承の危機に直面していました。棚田の将来を危惧した地域住民は、行政と連携し「中山棚田協議会」を発足。棚田の調査や国内外の大学生を受け入れるなど、関係人口を増やしながら、持続可能な地域社会を目指し保全活動を行ってきました。ここでは、その一連のストーリーをお伝えします。



CO₂ 脱炭素、環境保全

【愛媛県・今治市】 今治自然塾 環境教育プログラム

五感で自然に触れ、地球の未来を考える。

今治自然塾では、深刻化する環境問題への理解を深めると同時に、自分の暮らしを見つめ直し環境問題に取り組むことをめざして、環境教育プログラムを提供しています。インストラクターと一緒に地球の構造や歴史、地球に生きる生物の進化を学び、地球環境について考えていきます。参加者自身が五感を使って体験することにより、環境問題を他人事ではなく、自分自身の問題として捉えはじめる「気づき」を大切にしています。



i Spot Information

愛媛県今治市高地町2-429-1
 ※この情報は2024年3月現在のものです

CO₂ 脱炭素、環境保全

【沖縄本島北部エリア】サイクリング

環境にも健康にも優しい、
沖縄北部サイクリングの旅。

沖縄本島北部今帰仁村から大宜味村までの22km、標高差144mのコースをサイクリング。まるで海の上を走っているかのような爽快感を味わえる「古宇利大橋」や沖縄本島最大級のマングローブ林。昔ながらの民家が立ち並ぶ「喜如嘉集落」、地域の織物である「芭蕉布工芸」など、北部でしか出会えない豊かな自然や文化に触れることができます。また、沖縄北部特産のシークワサー収穫体験や沖縄食材を使ったランチなど、沖縄の味も堪能できるフィジカルアクティビティです。



i Spot Information

沖縄県国頭郡今帰仁村
<https://www.ojj.okinawa/>
 ※この情報は2024年3月現在のものです



i Spot Information

沖縄県
https://www.okinawastory.jp/feature/ethical_travel/
 ※この情報は2024年3月現在のものです



CO₂ 脱炭素、環境保全

エシカルトラベル オキナワモデルコース

未来へとつなぐ、
いのちにやさしい旅のかたち。

沖縄の自然環境・伝統・産業に配慮しながら旅をする「エシカルトラベルオキナワ」。訪れる側と迎える側が共に思いやりの心を持って紡ぐ旅は、島の未来へ、そしてこの先の旅人たちとも今と同じ感動を共有できる未来へとつながっていきます。楽しみながらその地域を深く知ることで旅の楽しさも増す、沖縄の新しい旅のかたちです。

【モデルコース】1日目：陸上のサンゴ礁「さんご畑」（恩納村）→ 喜如嘉の集落案内（大宜味村）→ うちな家庭料理体験（夕食）→ 保全体験型ナイトツアーAKISAMIYO 2日目：EVバスで巡るネイチャーツアー（国頭村）→ プロジェクトマナティ（ゴミ拾い、豊見城市）→ 解散です。



いのちを救う



#33 Okinawa 沖縄



CO₂ 脱炭素、環境保全

絶景・美味・歴史文化を楽しみながら 海洋深層水複合利用「久米島モデル」を学ぶ旅

海からの恩恵を享受するサステナブルアイランド。

久米島は沖縄本島から西に約100kmに位置する離島です。豊かな自然や歴史文化とともに注目されているのが、離島でいのちの育みを持続可能にするために、この地域の資源である海洋深層水を用いた取り組み「久米島モデル」。再生可能な海洋深層水を利用してエネルギーと水を自給し、深層水の清浄性を活かして車エビの養殖などを行っています。めざすのは、産業の成長と雇用創出を生み出す自立型コミュニティのモデル。世界にも例がない取り組みに、多くの国々から視察団が訪れています。久米島の魅力を満喫しながら「久米島モデル」を学ぶ興味深い旅は、息を呑む美しい海にも癒やされます。



i Spot Information

沖縄県島尻郡久米島町
<https://x.gd/Q1GEw>
※この情報は2024年3月現在のものです



健康・医療

未病バレー BIOTOPIA

「未病」ってなに？体験しながら
楽しく学べる自分の心と身体。

「未病バレーBIOTOPIA」は、自然の恵みが集まる「食」・身体を整える「運動」・五感を開放する「癒やし」の3つのコンセプトを掲げ、楽しく「未病」改善を体験する施設です。東洋医学の「未病（ME-BYO）」という考えをもとに、自らの心身の調子を未病という観点で捉え直し、様々な体験を通じていのちを見つめる機会に触れることができます。さらに「食・運動・社会参加」の3つを柱に、県、市町村や企業等が連携しながらさまざまな未病対策を推進。核となるこの施設で「未病の見える化」や「未病」についての情報発信などに取り組んでいます。

i Spot Information

神奈川県足柄上郡大井町山田300
<https://www.biotopia.jp/>
※この情報は2024年3月現在のものです



#34 Kanagawa 神奈川



健康・医療

【北中城村】 キタナカウェルネスを 全身で感じる2泊3日の旅

“よりよく生きる”秘訣があふれた、
ご長寿村へ。

世界5大長寿地域「ブルーゾーン」の1つ、沖縄。沖縄本島中部の東海岸に位置する北中城村は女性長寿日本一になったことがある長寿の村です。沖縄の原風景、遺跡や文化遺産も多く残るこの村で、沖縄らしい自然や食、地元の人との交流を通じて沖縄の健康長寿の資源と長寿者の知恵、長寿の秘訣にふれる旅。古くから大切にしてきた習慣やモノ、その生き方を学びながら「よりよく生きる」ためのヒントにつながる様々な体験ができる“キタナカウェルネス”を全身で感じる3日間です。

平和

【沖縄本島南部戦跡】 旧海軍司令部壕

戦争の歴史を知ることが、
本当の平和を知ることになる。

1944年、日本海軍沖縄方面部隊を指揮する「海軍司令部基地」として掘られた旧海軍司令部壕。ここを訪れることで、太平洋戦争末期1945年に起きた沖縄地上戦の歴史を、日本と連合国双方の視点で学べます。実際に見学できる壕内には、当時使われていた道具などがそのまま残っており、生々しい様子が伝わってきます。戦争の事実を伝える写真や資料から歴史事実を深く知り、いのちの尊さや平和の意味をあらためて認識することができます。また、戦争の歴史を深く知ることによって、米軍基地とともにある沖縄の現在の生活への理解を深めることにもつながります。

i Spot Information

沖縄県豊見城市宇豊見城236番地
<https://kaigungou.ocvb.or.jp/>
※この情報は2024年3月現在のものです



#36 Okinawa 沖縄



i Spot Information

沖縄県中頭郡北中城村
<https://www.okinawastory.jp/news/local/4135>
※この情報は2024年3月現在のものです



いのちを救う



動物・生態系

知床羅臼シャチ・クジラ・イルカ・バードウォッチング ボートクルーズ

知床羅臼で感じる、
圧倒的ワイルドライフ。

シャチ・クジラ・イルカ・バードウォッチングボートクルーズを体験できる知床羅臼。世界自然遺産や国立公園に登録されており、北海道のアドベンチャートラベルの中でも特に圧倒的なワイルドライフが体感できます。天然記念物に指定されているオオワシやオジロワシ、シマフクロウが生息しており、この素晴らしい大自然と野生動物の生態には世界中が注目しています。そして、背景にそびえる雄大な知床連山と対岸の北方領土国後島を望む景色は圧巻で、絶対にこの場所ではできない体験です。動物たちを発見した時は、クルーズスタッフが船内スピーカーでお知らせ。動物の生態や特徴、習性なども教えてください。



Spot Information

北海道目梨郡羅臼町富士見町
北海道目梨郡羅臼町本町
<https://rausu-shiretoko.com/experience/rausu-experience/>
※この情報は2024年3月現在のものです



動物・生態系

【高知県・四万十市】 四万十川とトンボから考える 「自然」と「人」との共生のかたち

トンボから里山の環境や生態系を学ぶ。

高知県の四万十市には、世界初のトンボ保護区があります。その名も、四万十市トンボ自然公園。木々の緑と四季の花々に抱かれた園内には遊歩道が設けられ、これまでに記録された81種のうち、一年を通じて60種類以上のトンボを見ることができます。「そっとしておけば優れた自然環境はずっと良好な状態が保たれる」と思われていますが、実は、生物多様性に優れた日本の里山環境は、人手を加えることが不可欠なのです。トンボを題材に里山の生態系について学んでください。



Spot Information

高知県四万十市
<https://shikoku-tourism.com/sustainable-tourism/23835>
※この情報は2024年3月現在のものです



いのちを救う



動物・生態系

【金武町】自然体験 アクティビティ・ バードウォッチング・街巡り

自然や歴史が生んだ、
街特有の魅力に出会う時間。

沖縄本島の中央に位置する金武町は、地下水が豊富な水所として有名な地域です。「長寿の泉」とも言われる溢れ出る湧き水によって農業を支え、その豊かな水田・畑は渡り鳥や野鳥たちの絶好の休息・生息スポットに。特産物の田芋は、沖縄の行事にかかせない高級農産物です。また、米軍基地があることから異国情緒あふれる独特な雰囲気のエリアもあり、自然体験アクティビティやバードウォッチングだけではなく、街巡りも楽しめます。自然・文化・日々の暮らしと米軍基地との共生も含めた、この土地ならではのストーリーを感じることができる時間となるでしょう。



Spot Information

沖縄県国頭郡金武町
<https://okinawa-nature.com/>
※この情報は2024年3月現在のものです



動物・生態系

佐渡の朱鷺（トキ）

国の特別天然記念物トキに魅せられて。

乱獲と環境破壊によって20世紀には世界中でほぼ絶滅の状態に陥ったトキは、日本国内でも国内産のトキが2003年に絶滅しました。その後中国から提供を受けた親鳥を人の手で大切に増やし子孫を自然界に放ってきた結果、自然界に生息するトキの数は推定480羽まで増加。約20年間の地道な活動によって、現在は「野生絶滅」から「絶滅危惧1A類」となっています。まだまだ難しい野生のトキの観察。出会える確率の高い早朝の時間帯に、現地に精通した認定トキガイドの案内のもと、貴重なトキの観察をしてみませんか。佐渡におけるトキ保護の活動など生物多様性に関する取り組みも学べます。



Spot Information

新潟県佐渡市新穂長畝383-2
<https://www.enjoysado.net/activity/2342/>
※この情報は2024年3月現在のものです





いのちに力を与える
Empowering Lives



全てのいのちの基礎となる食。 心と体の中から豊かになる旅

日本独特の四季、そして季節感が生み出す数々の料理があります。ユネスコ無形文化遺産でもある「和食」はもとより、海の幸や山の幸から、その土地の味やその家の味まで、各地に根付く食文化を人々は大切にしてきました。さらに、様々な国の食文化が融合することで、日本の食文化は独自の変化・進化を遂げてきました。医食同源という言葉があるように、食は人間の基礎であり「いのち」に力を与える源です。その理解を深め、身も心も中から豊かになる「旅」を楽しんでいただけます。

心と体にしみる味に出会う。「いのちに力を与える」旅を見つけませんか。



和食



郷土料理、ガストロノミー



酒、酒蔵



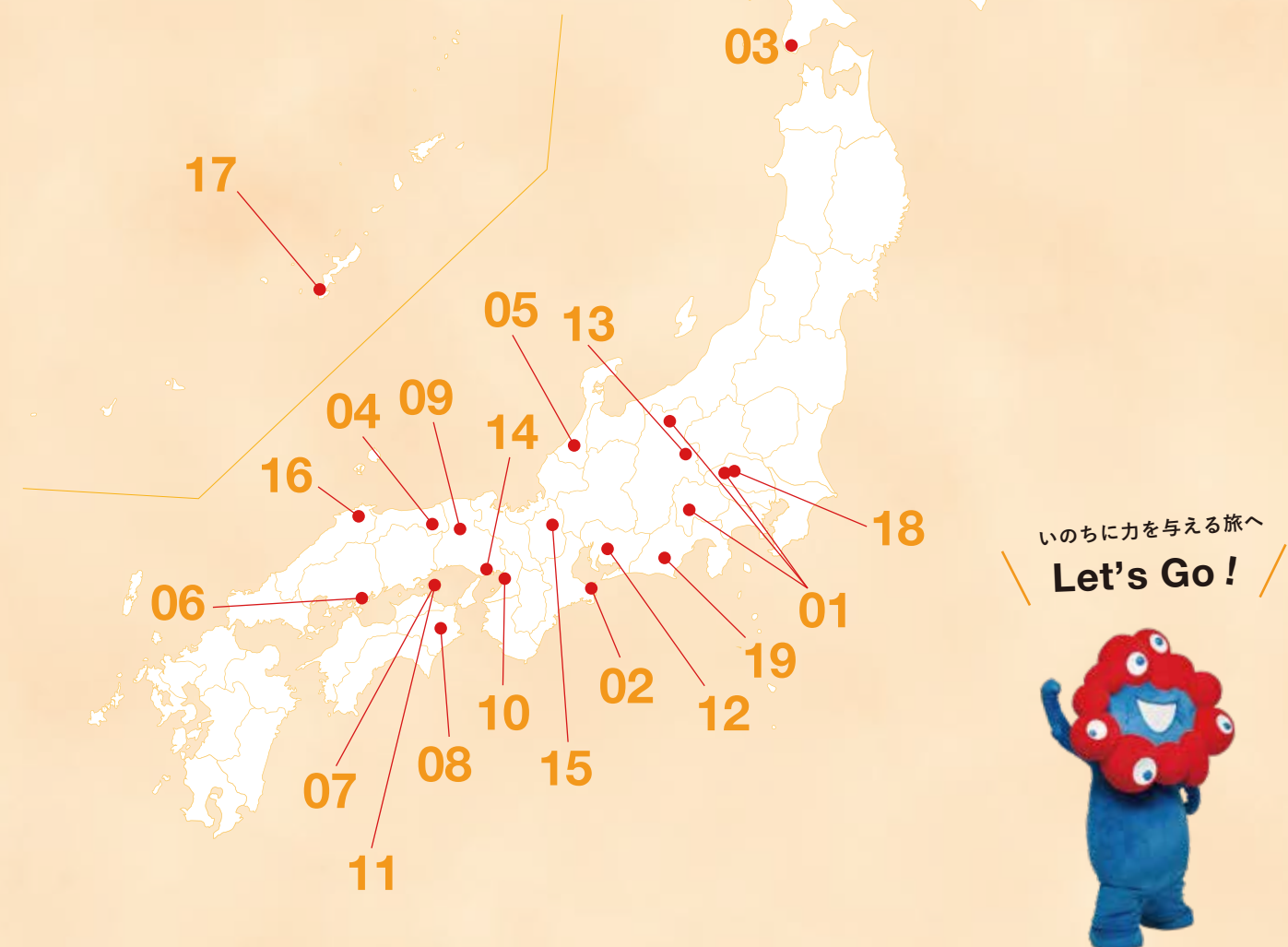
料理教室



ファームツアー

Let's go 万博Trip

いのちに力を与える



いのちに力を与える旅へ
Let's Go!



「いのちに力を与える」旅はこちら

- 01 埼玉・山梨・長野「巡礼古道」ウォーキングと宿坊体験
- 02 三重 海女文化と御食国（みけつくに）体感プログラム
- 03 北海道 SOUTH HOKKAIDO-CYCLING, HOT SPRINGS & MATSUMAE CASTLE, 4-DAYS TOUR
- 04 鳥取 手づくりのあたたかさが残る自然の恵みの中で昔の日本のいなかのたたづまい「みたき園」
- 05 石川 オーベルジュ オーフ（Auberge eaufeu）
- 06 広島 せとうちテロワール
- 07 香川【香川県・小豆島町】オリーブを核とした地域振興
- 08 徳島 〜ゼロ・ウェイストセンターをとことん楽しむ〜 地産地消のクラフトビール RISE&WIN プルワリー見学とBBQ ランチツアー
- 09 兵庫 浸かって、飲んで、食べて「源泉」をとことん楽しむ湯村温泉の「湯がき文化」
- 10 大阪 旅先の日常に飛び込もう。大阪の下町を楽しみ尽くす。
- 11 香川 子や孫の世に伝える、伝統の木桶仕込み醤油
- 12 愛知 柴田酒造場
- 13 長野 KURABITO STAY
- 14 兵庫 神戸の酒蔵で日本酒のテイスティング体験
- 15 滋賀 Private 1-day food culture tour:Buddhist Temple Cooking and Immersive Brewery Town Walk Near Lake Biwa
- 16 島根 菓子老舗「彩雲堂」職人による和菓子作り体験
- 17 沖縄【那覇市】琉球料理伝承人から学ぶ沖縄食材を使った健康長寿食&やちむん体験
- 18 埼玉 歴史ある茶園のお座敷で間茶体験
- 19 静岡 体験型古民家宿 旅ノ舎

#01 Saitama / Yamanashi / Nagano 埼玉 / 山梨 / 長野



「巡礼古道」 ウォーキングと宿坊体験

パワースポットで、
心静かに自分と向き合う時間を。

舞台は関東広域エリアを代表する3つのパワースポット。いずれも土地の歴史や伝統的な生活様式等に触れつつ、救いを求めてその道を辿った、当時の人々に思いを馳せながら「巡礼の道」をガイドとともに歩きます。さらに宿坊・古刹等での精進料理・座禅等の体験を通じて自身の「こころ」と「からだ」を整えて、特別な場所で、特別な時間を過ごし、自分を見つめ直す旅を。

- ①埼玉県／秩父(札所34か所のいくつかや三峯神社の巡礼古道)
- ②山梨県／身延山
- ③長野県／戸隠(戸隠古道を歩いて五社を巡る)

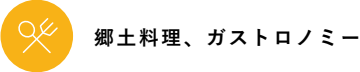


i Spot Information

<http://www.chichibuji.gr.jp/spot/spot-syousai04/>
<http://www.chichibuji.gr.jp/experience/hiking-syousai01/>
<https://kakurinbo.jp/experience/>
<https://shinanodiscovery.com/tour/togakushi-pilgrimage-hiking/>
<https://togakushi-21.jp/en/>
※この情報は2024年3月現在のものです



#02 Mie 三重



海女文化と御食国(みけつくに) 体感プログラム

海女小屋で、神聖なお食事を。

三重県鳥羽市には、海女漁と呼ばれる伝統の漁法を受け継ぐ女性たちがいます。彼女たちは、海女さんと呼ばれ、素潜りで長時間潜水し、海産物を獲ります。このプログラムでは、海女さんたちのお話を聞きながら、お食事を楽しんでいただけます。海女さんたちが大切にしている「獲りすぎないよう」、「獲り尽くさないよう」の精神に触れてください。食べていただくのは、神饌(しんせん)と呼ばれる神様にお供えする食事をイメージした特別なメニューです。



i Spot Information

三重県鳥羽市相差町819
<https://www.the-kansai-guide.com/ja/directory/item/21355/>
※この情報は2024年3月現在のものです

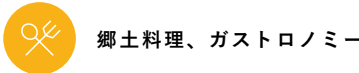


i Spot Information

鳥取県八頭郡智頭町芦津707
<https://ashidumitakien.jp/>
※この情報は2024年3月現在のものです



#03 Hokkaido 北海道



SOUTH HOKKAIDO-CYCLING, HOT SPRINGS & MATSUMAE CASTLE, 4-DAYS TOUR

北前船の歴史や文化への思いを乗せて走る。
道南サイクリングツアー。

北前船とは、江戸中期に北海道と大阪間を商品を売買しながら航海していた商船です。商品だけではなく様々な文化も運んだ北前船の歴史や日本文化のルーツを探りながら道南の要所を巡る4日間のサイクリングツアーは、寄港地のひとつ函館港を見渡せる函館山の山頂からスタート。日本最北のお城「松前城」や海上交易で栄えた街・江差など、日本遺産の歴史的な港町を地元サイクリストと一緒に回りながら、地元ガイドとの異文化交流体験、地元ならではの海鮮料理や150年前以上前の郷土・伝統料理も楽しめます。サイクリングで北前船が航行した日本海の風を感じながら、約300年前に思いを馳せてみませんか。

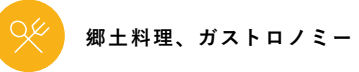
i Spot Information

北海道函館市函館山
<https://x.gd/krcqg>
※この情報は2024年3月現在のものです



いのちに力を与える

#04 Tottori 鳥取



手づくりのあたたかさが残る 自然の恵みの中で 昔の日本のいなかのたたずまい「みたき園」

自然のやさしさも、人のあたたかさも。
すべてが五感で味わう「ごちそう」。

茅葺屋根の古民家に、囲炉裏や川床。芦津溪谷へ向かう途中の深い緑の中にある「みたき園」は、昔話に出てくるような趣のある空間で自然の恵みをいただくことができるお食事処です。園内は、川のせせらぎや鳥のさえずりを聞きながら15分ほどゆとりと散歩を楽しめるほどの広さ。澄んだ空気や四季折々の景色という、味覚だけではない自然の「ごちそう」を味わうことができます。鳥取駅から車で1時間、地元智頭町芦津の山里の恵みとともにやさしい時間の流れるあたたかい場所です。



#05 Ishikawa 石川



郷土料理、ガストロノミー

オーベルジュ オーフ (Auberge eaufeu)

石川の観音下に残る廃校オーベルジュで、
手つかずの自然と料理を味わう。

「オーベルジュ オーフ」は、廃校になった旧西尾小学校を改装して2022年にオープン。約半世紀、子どもたちを育み、地域を見守り続けた「里山の資産」が、オーベルジュとして新たに息を吹き返しました。この地、石川県小松市観音下(かながそ)の石切り場は「珠玉と歩む物語・小松〜時の流れの中で磨き上げた石の文化〜」の構成文化財として日本遺産に登録された場所で、屋上からはその石切り場を望むことができます。シェフを務める糸井章太氏(史上最年少でのグランプリなど料理人として数々の賞を受賞)は、その土地の風土を、料理で表現することを大切にしています。山が近く農家がたくさんあり、季節の野菜や山菜、さらに港で揚がる種類豊富な魚を活かし、石川・観音下ならではの自然の芽吹くいのちの味と文化・風土に出会える場所です。



Spot Information

石川県小松市観音下町48
<https://eaufeu.jp/stay/>
※この情報は2024年3月現在のものです



郷土料理、ガストロノミー

せとうちテロワール

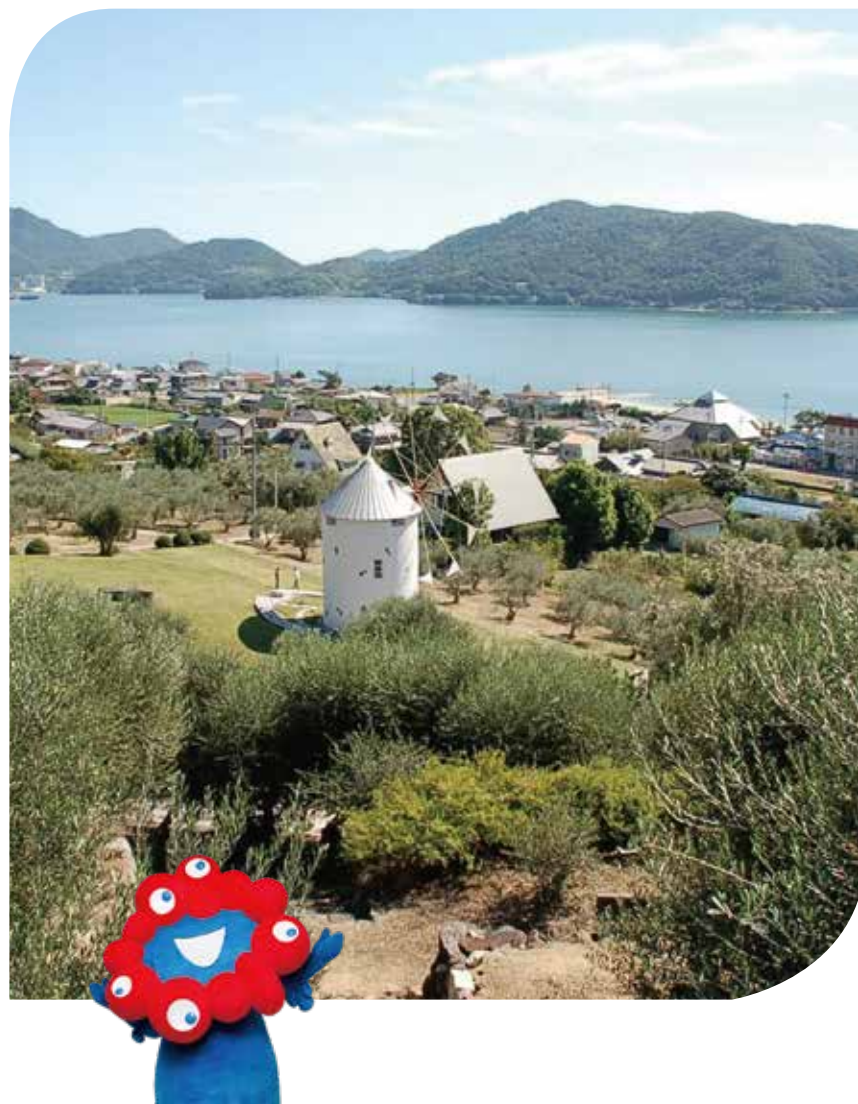
内海に囲まれ心と体を癒やす、
瀬戸内の風土に包まれる場所。

かつて瀬戸田で製塩業や海運業で栄えた豪商・堀内家の邸宅は、明治時代の初期1876年に建てられました。その140年の歴史を持つ建物を受け継ぐ宿が「Azumi Setoda」です。提供される食事は半径50km以内の地元で仕入れた食材が中心。瀬戸内の海鮮や柑橘など、いのちに力がみなぎる料理を味わうことができます。また、せとうちのテロワールを味わえる尾道・三原では、一艇貸切で尾道近海を巡る食事付きの特別なクルーズ、往復10kmのレモン収穫サイクリングツアー、そしてぶどうでも有名な瀬戸内のテロワールを醸すワイナリー「瀬戸内醸造所」の畑訪問、レストランmioでの滞在など、瀬戸内の持つ自然のエネルギーを五感で感じる体験ができます。



Spot Information

Azumi Setoda: 広島県尾道市瀬戸田町瀬戸田269
瀬戸内醸造所: 広島県三原市須波西1丁目5-26
<https://azumi.co/>
<https://setouchijozojjo.jp/>
※この情報は2024年3月現在のものです



#07 Kagawa 香川



郷土料理、ガストロノミー

【香川県・小豆島町】 オリーブを核とした地域振興

小豆島の歴史や産業を紐解き、
街づくりの今を知る。

日本一のオリーブ生産地である香川県の小豆島。今やオリーブは島の食品産業の基盤であり、島のシンボルでもあります。2022年版「世界の持続可能な観光地TOP100選」に選ばれましたが、ずっと順調だったわけではありません。高度経済成長期に安価な外国産輸入オリーブが登場すると、小豆島産オリーブの栽培面積、収穫量は一時激減しました。一つ一つの課題に対し、小豆島がどのように立ち向かったのかをお伝えします。



Spot Information

香川県小豆郡
<https://shikoku-tourism.com/sustainable-tourism/23854>
※この情報は2024年3月現在のものです

#08 Tokushima 徳島



郷土料理、ガストロノミー

～ゼロ・ウェイストセンターをとことん楽しむ～ 地産地消のクラフトビール RISE&WINブルワリー見学と BBQランチツアー

日本初の「ゼロ・ウェイスト宣言」をした
町の暮らしとは？

上勝町は徳島県中部にある人口1,500人未満の小さな町で、「ゼロ・ウェイスト宣言」を日本で初めておこなった自治体として知られています。このツアーでは、ゼロ・ウェイストセンターの見学に加え、地元の食材を利用したBBQや上勝町のクラフトビールを堪能していただけます。上勝町が目指す、豊かな自然とともに、誰もが幸せを感じながら、それぞれの夢を叶えられる暮らしを、ぜひ体感してください。上勝町在住の明るいスタッフがお待ちしています。



Spot Information

徳島県勝浦郡上勝町大字福原字下日浦7-2
<https://why-kamikatsu.jp/>
※この情報は2024年3月現在のものです



いのちに力を与える

#09 Hyogo 兵庫

郷土料理、ガストロノミー

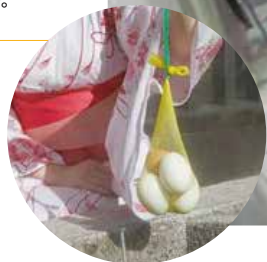
浸かって、飲んで、食べて
“源泉”をとことん楽しむ
湯村温泉の「湯がき文化」

温泉を暮らしに取り入れた
「湯がき文化」を体感。

湯村温泉は、兵庫県の北西部に位置する山峡の閑静な温泉街です。開湯は848年と伝えられており長い歴史も魅力の1つ。さらに、98度の高温の湯が毎分4,700リットルも湧き出している源泉の「荒湯」で卵や野菜などをゆでる「湯がき文化」が受け継がれてきました。高温の湯つぽで湯がくことで、温泉に含まれている「重曹」の成分が、野菜の苦みなどを和らげ、甘みを引き立てると言います。温泉で体を外から癒すだけでなく、湯がいた食べ物で体の中から元気になる。湯村温泉ならではの食文化を楽しんでみませんか。

i Spot Information

兵庫県美方郡新温泉町湯
<https://www.hyogo-tourism.jp/review/237>
※この情報は2024年3月現在のものです



#11 Kagawa 香川

郷土料理、ガストロノミー

子や孫の世代に伝える、
伝統の木桶仕込み醤油

菌という目に見えない「いのち」、
木桶で日本の発酵文化のいのちをつなぐ

400年の伝統を誇る、小豆島の醤油。今も島には約20の醤油蔵があり、さまざまな蔵の見学ができます。小豆島の醤油造りの特徴は、木桶仕込み。江戸時代まで日本の調味料はすべて木桶での手造りでした。微生物による発酵が、おいしさを生み出す木桶醸造。時代とともに木桶の醸造は激減するなか、木桶のいのちをつなぐべく、ヤマロク醤油五代目山本さんの働きかけで、現在日本全国に木桶の発酵文化が少しずつ復活しています。ヤマロク醤油では「天然もろみ蔵の見学体験」、「やまろく茶屋」で、焼き餅や醤油スイーツも味わえます。近くの暦こよみでは、小豆島の醤油と食事のペアリングも。醤油の酵母菌や乳酸菌たちが醸す発酵文化を体験することができます。

i Spot Information

ヤマロク醤油：香川県小豆郡小豆島町安田甲1607
暦こよみ：香川県小豆郡小豆島町西村甲1816-1
<https://yama-roku.net/>
※この情報は2024年3月現在のものです



いのちに力を与える

#10 Osaka 大阪



郷土料理、ガストロノミー

旅先の日常に飛び込もう。
大阪の下町を楽しみ尽くす。

商売人のまち「布施」で、
大阪の下町グルメをつまみ食い！

約600mにも及ぶ巨大アーケードを有する布施商店街。商店街は1番街から4番街まであり、多彩なお店が地元民の生活を支えています。アーケードを歩くと、たこ焼き、串カツ、豚まん、お肉屋さんの激安コロッケや、手作りの練り天ぷらと、商店街ならではの下町グルメを楽しんでいただけます。商店街の空き店舗をリノベーションしたホテルに宿泊して、大阪下町文化を受け継ぐ布施をお楽しみください。

i Spot Information

大阪府東大阪市足代1-19-1
<https://www.sekaihotel.jp/>
※この情報は2024年3月現在のものです



郷土料理、ガストロノミー

柴田酒造場

歴史ある酒蔵が繋ぐ、
次世代へのバトン。

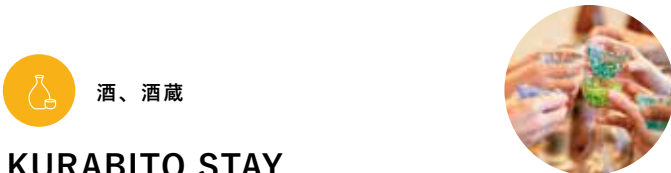
愛知県岡崎市の山間部で、豊かな自然環境のもと創業1830年より蔵人たちの想いが込められた丁寧な酒造りを続けている柴田酒造場。伝統を守りつつ新たな挑戦にも取り組む酒蔵が敷地内の一角にカフェをOPEN。休眠蔵をリノベーションした趣のある店内で、ここでしか味わえない酒由来のメニューが楽しめます。今後は、空き家・空地を改装した宿泊施設や棚田を活用した私設公園の建設など、味わいと風情を残しつつ新たな息吹を吹き込んで過疎が進みつつある地域の魅力を発信、体感できる施設づくりを計画しています。

i Spot Information

愛知県岡崎市保久町神水39
<https://www.shibatabrewery.com/>
※この情報は2024年3月現在のものです



#12 Aichi 愛知



酒、酒蔵

KURABITO STAY

日本酒の奥深さに迫る。蔵人となる時間。

豊富な水資源と自然環境に恵まれた長野県佐久市。創業より三百余年の酒蔵に滞在しながら実際に酒造りをする“蔵人”体験ができる「KURABITO STAY」。江戸時代から続く橋倉酒造で、かつて蔵人が寝泊まりしていた「広敷」を、築100年の趣を残しつつリノベーションした宿に滞在しながら、日本酒に向き合い、深く学ぶことができます。酒と向き合い、真剣に酒を醸すあなたを、まちが、人々が温かく“蔵人”として出迎えてくれる特別な時間がそこに。佐久地域ののどかな田園風景にも癒やされる旅です。



Spot Information

長野県佐久市白田623-2
<https://kurabitostay.com/>
※この情報は2024年3月現在のものです



酒、酒蔵

神戸の酒蔵で 日本酒のテイスティング体験

古典落語にも登場する
「灘の酒」を味わい尽くす。

兵庫県は、日本で清酒生産量が一番多い地域です。東西24kmにわたる「灘五郷」と呼ばれるエリアには、約30もの酒蔵があります。灘は酒造りに適した様々な条件に恵まれています。「宮水」と呼ばれるミネラルを多く含む硬水、「酒米の王者」として名高い「山田錦」の生産地、六甲山から吹き下ろす「六甲おろし」は寒冷で酒造りに最適な気候をもたらします。このツアーでは、厳選した3〜4か所の酒蔵を巡り、15種類以上のお酒を試飲していただけます。



Spot Information

兵庫県神戸市東灘区
<https://kobelocaltours.com/tours/sake-tasting-at-local-breweries-kobe/>
※この情報は2024年3月現在のものです

#15 Shiga 滋賀



Spot Information

滋賀県長浜市木之本町
<https://www.biwakobackroads.com/course/local-cooking-at-temple-in-kinomoto/>
※この情報は2024年3月現在のものです



料理教室

Private 1-day food culture tour: Buddhist Temple Cooking and Immersive Brewery Town Walk Near Lake Biwa

びわ湖の自然が育む「醸造の街」の
食、暮らし、文化に触れる

滋賀県長浜市木之本は、京都と北陸を結ぶ北国街道の宿場町として栄えた小さな街。びわ湖と周りの山々の自然の恵みから古くから醸造が盛んで、酒蔵や醤油蔵などが並ぶ風情ある街並みが残っています。このツアーでは、この街にある歴史ある仏教寺院にて、発酵食品をベースにした料理体験に挑戦。ローカルガイドと共に日本人の普通の暮らしや食文化に触れます。体験後は、数百年以上続く酒蔵や醤油蔵を巡る街歩きに出発。有名観光地の喧騒から離れた小さな街で、ここにしかない出会いや体験をお楽しみください。



いのちに力を与える



料理教室

菓子老舗「彩雲堂」職人による 和菓子作り体験

伝統に触れながら、
ほっこりした和菓子作り体験。

京都・金沢と並び日本三大和菓子処と言われる島根県松江市。老舗お菓子処「彩雲堂」のベテラン和菓子職人と一緒に、季節を感じられる和菓子を作る体験をすることができます。和菓子ならではの専用の道具を使って作るのは、2種類の四季折々の和菓子。見た目も美しい和菓子に癒やされながら、日本の伝統技術や、松江の歴史、日本人の感性、職人の手先の技術を感じられる、貴重な時間が過ごせます。ご自身で作った和菓子2点に加え、彩雲堂の代表銘菓「若草」1点をお土産に、合計3点の和菓子をお持ち帰りいただけます。



Spot Information

島根県松江市殿町63
https://jp.matsue-osewasan.com/activity/wagashi_taiken_plan/
※この情報は2024年3月現在のものです

#14 Hyogo 兵庫



Spot Information

兵庫県神戸市東灘区
<https://kobelocaltours.com/tours/sake-tasting-at-local-breweries-kobe/>
※この情報は2024年3月現在のものです

#17 Okinawa 沖縄



料理教室

【那覇市】琉球料理传承人から学ぶ
沖縄食材を使った
健康長寿食&やちむん体験

沖縄の伝統に触れる、
健康長寿食&焼き物体験。

長寿の秘訣は食にあり。長寿県沖縄是那覇市で、琉球料理传承人から沖縄ならではの食材や調理法で作る健康長寿食を学んでみませんか。沖縄特有の食の魅力と、人々の健康を支える食文化にも触れる伝統的な琉球料理の体験は、沖縄を知るだけでなく自分の生活習慣を見直すきっかけにも。また、体験場所の第一牧志公設市場から近いやちむん通りでは、伝統工芸である焼き物「やちむん」の見学・購入・体験も楽しむことができます。



i Spot Information

沖縄県那覇市壺屋1-21-14
<http://nahas-kitchen.com/2023/12/18/202401-no1/>
※この情報は2024年3月現在のものです

#19 Shizuoka 静岡



ファームツアー

体験型古民家宿 旅ノ舎

古民家宿で、お茶を知り、
里山を遊びつくす。

掛川市北東部粟ヶ岳山麓に広がる県内屈指の茶どころに位置する「旅ノ舎」は、元お茶農家だった空き家を一部改修して開業した体験型古民家宿です。茶摘みやお茶工場見学を中心に、春の山菜やタケノコ掘り、夏の川遊び、秋の栗拾いや柿採りに、冬は焼き芋や火鉢ではたき餅等、四季を通じて大人から子どもまで楽しめるプログラムを用意しています。古き良き日本の伝統的な家屋で、お茶どころならではの、また里山ならではの体験をすることができます。



i Spot Information

静岡県掛川市大野1708
<https://www.tabinoya-oldjapanese.com/>
※この情報は2024年3月現在のものです



#18 Saitama 埼玉



ファームツアー

歴史ある茶園のお座敷で闘茶体験

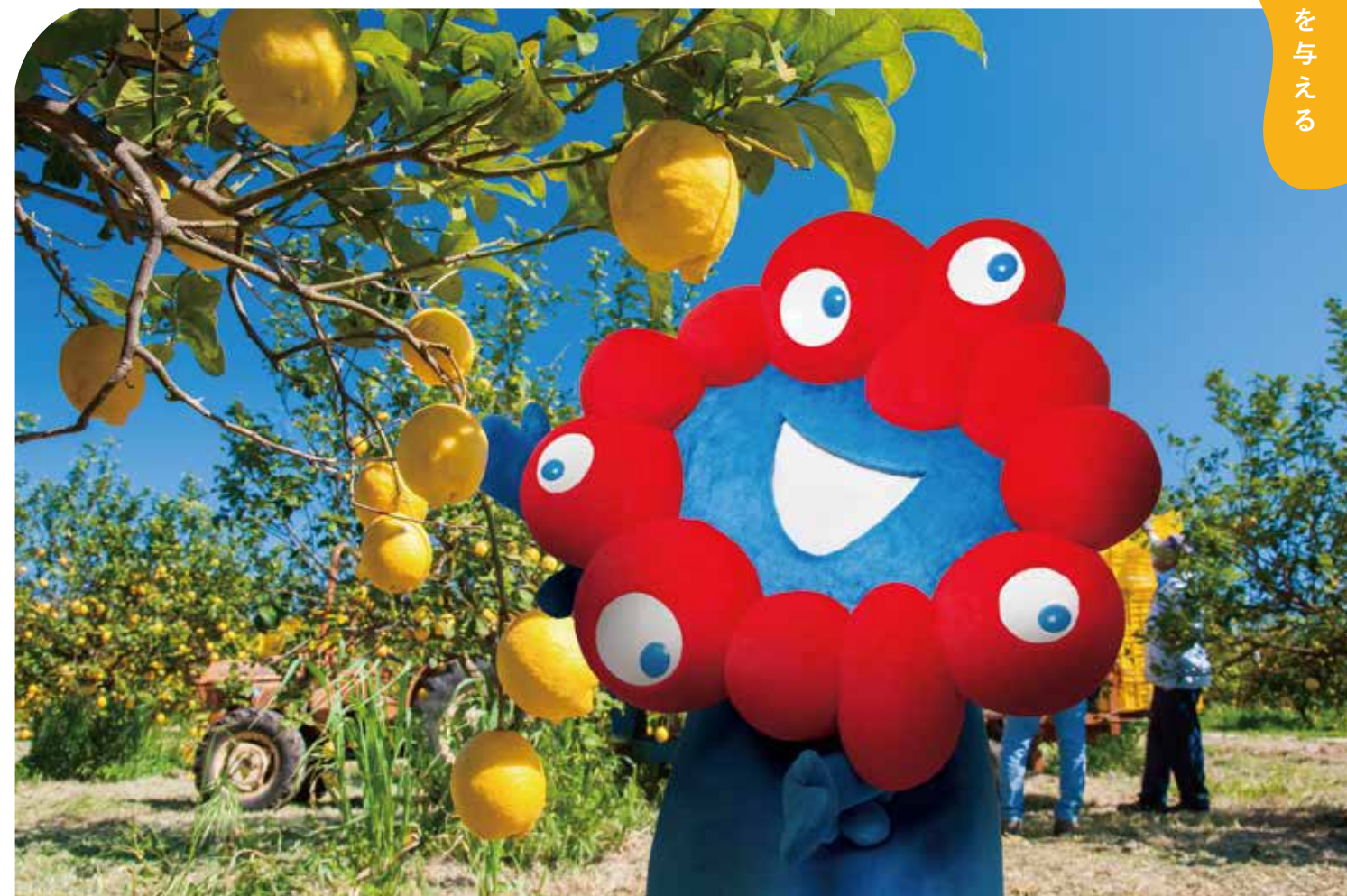
お茶で遊び、お茶を食し、お茶を知る。

「闘茶」とは、中世に流行したお茶の味や香り等から茶の銘柄や産地を当てる遊び。「茶歌舞伎」とも呼ばれるこの奥深い遊びを通じて、講師が日本茶のたしなみ方を伝えます。闘茶体験のあとはレストラン「茶処一煎」で狭山茶料理をいただき、その後お茶の博物館も見学できる、日本3大銘柄のひとつ狭山茶の産地ならではの「お茶つくし」のプランです。東京からのアクセスもよい入間駅からの貸切タクシーと昼食も含まれているプランは、英語ガイド対応で海外からの方も安心してご参加いただけます。



i Spot Information

埼玉県入間市河原町2
<https://x.gd/Xbg6o>
※この情報は2024年3月現在のものです



いのちに力を与える



伝統に宿る魂。 過去を想像し、未来の社会を創造する旅

職人の技や魂、アーティストの志や想いもまた、過去から現在、そして未来へと脈々と受け継がれています。地域に伝わる祭りや儀式。アートに昇華された伝統工芸。「いのち」によって伝承してきたこれらの技や伝統は、時代の変化に呼応し発展してきました。今や日本が誇る文化となったアニメも含め、これからも世界中の人々の知的好奇心を刺激し続けるでしょう。未来に生き続ける伝統的・先進的な文化が生まれる現場に触れる。過去を想い、伝統に感謝することで、未来への希望を見出す。そんな「旅」を楽しんでいただけます。

未来の社会を創造する。「いのちをつなぐ」旅を見つけませんか。

- | | | | | |
|---------|---------|------------|---------|--------|
| 伝統行事 | 伝統芸能 | 文化体験 | 伝統工芸 | 歴史的建造物 |
| スピリチュアル | マンガ・アニメ | アート・ミュージアム | 震災復興・防災 | スポーツ |

Let's go 万博Trip

いのちをつなぐ



「いのちをつなぐ」旅はこちら

- | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|---------------|----------------------------------|------------------------------------|----------------------|-------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------|--------------------|---------------------|---------------------------|-----------------------------------|-----------------------------------------------------------------------|---------------------|------------------------------|----------------------------------|-----------------------------------|---------------------------------------------|---------------------|---------------|---------------------------------------|---------------------------------------------------|--------------------|----------------|--------------------|---------------|--------------------------------|------------------------------------------------------------------|------------------|------------------------------------------|-------------|----------------|-------------------------------------------------|
| 01 島根 津和野鷺舞神事 | 02 島根 温泉津の地酒ベアリング付き プライベート石見神楽体験 | 03 京都 織部流扶桑派四代目家元、尾崎米栢師による茶の湯の特別体験 | 04 大阪 山本能楽堂「能楽体験ツアー」 | 05 北海道 阿寒湖の森ナイトウォーク「KAMUY LUMINA(カムイルミナ)」 | 06 北海道 Central Hokkaido 2 Days Ainu culture Experience & Hiking | 07 岐阜 THE OAK GUJO | 08 三重 忍者修業の里 赤目四十八滝 | 09 大阪 職人さんと仕上げる堺刀司の My 庖丁 | 10 福井 越前打刃物の伝統工芸産地を巡る越前ものづくり産地ツアー | 11 香川【香川県・丸亀市】「丸亀うちわ」の400年以上の歴史的サステナブル・ストーリー～歴史を紡ぐ、丸亀うちわニュー・マイスター 31～ | 12 富山 Bed and Craft | 13 北海道 歴史と文化を体験!『世界遺産。縄文コース』 | 14 鳥取 心身をキレイにととのえる“三徳山の境内ガイドツアー” | 15 徳島【徳島県・三好市】3年に一度の「祖谷のかずら橋」架け替え | 16 京都 日本農山村の原風景が息づくかやぶきの里 美山町でのガイドウォーキングツアー | 17 岡山 アルベルゴディフーズ矢掛屋 | 18 福井 小浜町家ステイ | 19 愛媛【愛媛県・大洲市】日本の城下町における文化財の保存と再生について | 20 愛媛【愛媛県・大洲市】消えつつあった古民家の保全における地域参加型コミュニティの形成について | 21 山口 山口の歴史・大自然を巡る | 22 鳥取 絶景の城 米子城 | 23 沖縄【今帰仁村】今帰仁城跡巡り | 24 山形 出羽三山修験道 | 25 奈良 先達(山伏)と行く霊峰・大峯山「修験道体験」の旅 | 26 徳島県 / 香川県 / 愛媛県 / 高知県【日本遺産・四国遍路】自分と向き合う「心の旅」であり、世界でも類を見ない巡礼文化 | 27 和歌山 巡礼の旅、熊野古道 | 28 東京 Cool JAPAN!「マンガ・アニメ」の聖地巡り in Tokyo | 29 島根 足立美術館 | 30 福島 ホープツーリズム | 31 埼玉 洪水を防ぐために建設された地下神殿 ～世界最大級の地下放水路「首都圏外郭放水路」～ |
|---------------|----------------------------------|------------------------------------|----------------------|-------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------|--------------------|---------------------|---------------------------|-----------------------------------|-----------------------------------------------------------------------|---------------------|------------------------------|----------------------------------|-----------------------------------|---------------------------------------------|---------------------|---------------|---------------------------------------|---------------------------------------------------|--------------------|----------------|--------------------|---------------|--------------------------------|------------------------------------------------------------------|------------------|------------------------------------------|-------------|----------------|-------------------------------------------------|



伝統行事

津和野鷺舞神事

津和野に舞う、
二羽の優美な白い鷺。

「鷺舞」は津和野の弥栄神社に伝わる古典芸能神事で、毎年祇園祭りの7月20日と27日に、昔から定められた場所で行われています。鷺舞は天文11年（1542年）に時の津和野城主であった吉見正頼が、山口に伝わっていた祇園会を津和野でも行うようになった芸能神事です。京都発祥の古典芸能神事が山口から津和野へと伝えられ、現代に至るまで脈々と引き継がれています。「鷺舞」が含まれる「風流踊」はユネスコ無形文化遺産にも登録され、学術的にも高い評価を得ています。



Spot Information

島根県鹿足郡津和野町後田59-1
https://www.all-iwami.com/feature/detail_41.html
※この情報は2024年3月現在のものです



#03 Kyoto 京都



文化体験

織部流扶桑派四代目家元、 尾崎米栢師による茶の湯の特別体験

千年の都・京都で受け継がれてきた
茶の湯を体感。

日本が誇る伝統文化のひとつとして、世界に知られている茶の湯。歴史は古く、平安時代から変化や発展を重ねてきました。その過程で、先人たちは茶の湯に美を見出し、芸術文化へと発展させたのです。今回、その魅力を体感させてくださるのは、織部流扶桑派四代目家元の尾崎米栢師。特別なお点前を、家元直々にご披露いただきます。受け継がれてきた日本の心を堪能してください。舞台となるのは、京都を代表する神社、平安神宮の神苑に佇む尚美館です。



Spot Information

京都府京都市左京区岡崎西天町97
<https://www.the-kansai-guide.com/ja/article/item/20017/>
※この情報は2024年3月現在のものです



伝統芸能

温泉津の地酒ペアリング付き プライベート石見神楽体験

地酒と伝統芸能を
プライベートで楽しむ贅沢。

賑やかなお囃子とともに、表情豊かな面と豪華絢爛な衣装を身にまとい演舞される「石見神楽」。島根県西部の石見地方に古くから伝わるこの伝統芸能を、温泉津温泉街の御龍野前神社にて1～10名の少人数で鑑賞することができます。プライベート神楽公演は地元の蔵元「若林酒造」の地酒とのペアリングを楽しみながら鑑賞できます。石見地方の屋根を彩る石州瓦製造を行う「亀谷窯業」が手掛けた盃「神楽杯」も、お土産としてお持ち帰りいただけます。その他「神楽を深く知る町歩き体験」オプションツアーや、旅館ますやでの神楽舞に深く関わる陰陽五行を彩る餐膳をいただく直会（なおりい）の実施を予定しています。



Spot Information

島根県大田市温泉津町温泉津4736
<http://yunotsu-kagura.com/em/pairing-program/>
※この情報は2024年3月現在のものです



#02 Simane 島根



文化体験

山本能楽堂「能楽体験ツアー」

文化財を舞台に、
能楽の世界を全身で体感する。

太閤秀吉が愛した能楽を楽しんでいただけるツアーです。能楽はおおよそ650年前に生まれた世界で一番古い仮面劇で、2008年にはユネスコ世界無形文化遺産になりました。会場は大阪市で一番歴史のある能楽堂です。有形文化財に登録されており、建物からも歴史を感じていただけます。ツアーでは、能楽の体験に加え、お茶菓子とお抹茶も楽しめます。スマートフォンを活用した、多言語・3Dの解説付きでお楽しみいただけます。



Spot Information

大阪府大阪市中央区徳井町1-3-6
<http://www.noh-theater.com/>
※この情報は2024年3月現在のものです



いのちをつなぐ

#05 Hokkaido 北海道



文化体験

阿寒湖の森ナイトウォーク 「KAMUY LUMINA(カムイルミナ)」

神秘的な世界、
阿寒湖の森ナイトウォーク「カムイルミナ」へ。

「ルミナ ナイトウォーク」は、その土地がもつ固有の文化や美しい自然にインスピレーションを受け、幻想的な光と音、演出、映像などの様々な仕掛けを通じて、言語を超えて人々の心を動かす体験型ナイトウォーク。そのシリーズ10作目「カムイルミナ」では、阿寒摩周国立公園の森の中に再現された「自然との共生を大切にするアイヌの世界観」を体験できます。阿寒のアイヌに古くから伝わるユーカラ（叙事詩）の「アクロウとカケスの物語」をベースに制作された、カムイ（神々）の世界を目指す神秘的な冒険ツアーに出てみませんか。※開催期間は5月～11月

i Spot Information

北海道釧路市阿寒町阿寒湖温泉1-5-20
<https://www.kamuylumina.jp/>
※この情報は2024年3月現在のものです



#06 Hokkaido 北海道



文化体験

Central Hokkaido 2 Days Ainu culture Experience & Hiking

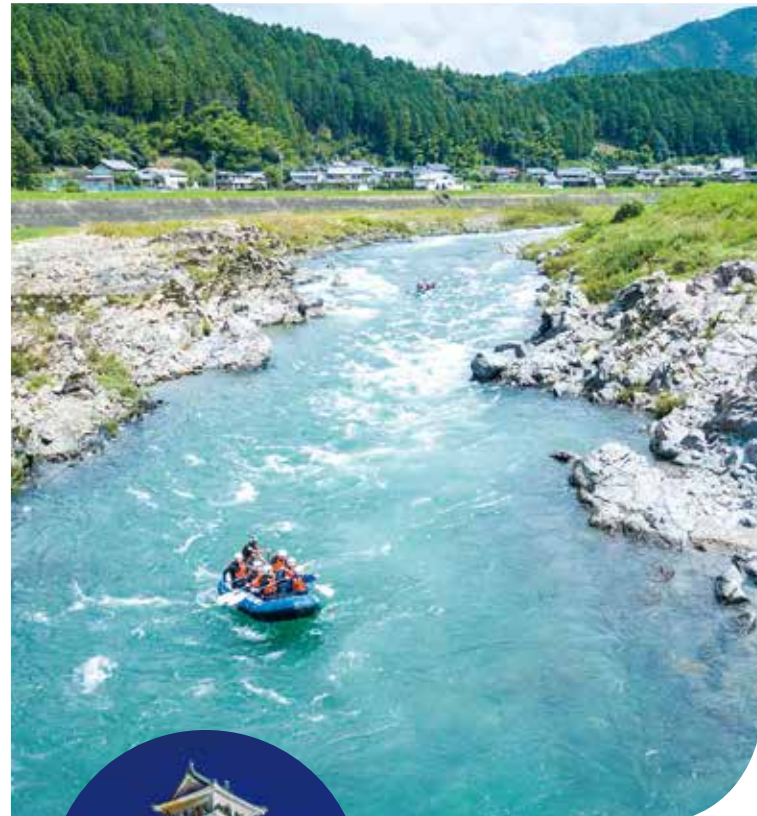
アイヌ民族の文化を学ぶ絶景ハイキング。

素晴らしい山脈で「北海道の屋根」とも呼ばれる大雪山国立公園は、緯度が高いため、標高2500m未満でも高山地帯となっており、雄大な景色と色とりどりの高山植物を楽しむことができる日本最大の国立公園です。自然のすべてに「カムイ（神、deity）」が宿っていると考えるアイヌの人々はここを「カムイミントラ」、つまり「神々の遊び場」と呼びます。ハイキングツアーは、この地域に根差す先住民族であるアイヌの思想と現在の生活について学ぶことからスタート。断崖絶壁の絶景が魅力の層雲峡温泉に宿泊し、6月まで雪が残るトレイルを地元ガイドと歩くツアーは、運がよければヒグマに出会える可能性も。



i Spot Information

北海道上川郡上川町層雲峡
※この情報は2024年3月現在のものです



#07 Gifu 岐阜



文化体験

忍者修業の里 赤目四十八滝

世界の「Ninja」原点となる里。
歴史とのつながりを感じる、
修行の旅へ。

世界の「Ninja」として知られ、かつて歴史の裏舞台で「忍び」として活動していた忍者たち。忍者の二大流派のひとつ、伊賀流忍者が修行を積んでいた場所として知られる赤目四十八滝。ここでは、幾多の修行の末に確立した「伊賀流赤目忍術」を体験することができます。忍びの道具を使った修行や敵から身を隠す隠形術（おんぎょうじゅつ）、登り術や飛び術。歩法に隠れ術たみずぐもの術まで、数々の技や術を体験することができます。伝説の存在とされる「忍者」の修行をリアルに体験することで、戦国から江戸時代まで「時代」とのつながりを感じていただくことができるツアーです。



i Spot Information

三重県名張市赤目町長坂671-1
<https://www.akame48taki.com/retreat/>
※この情報は2024年3月現在のものです



文化体験

THE OAK GUJO

“暮らすように泊まる”贅沢なひととき。

岐阜県の中央部に位置する郡上は、江戸時代に造られた清流沿いの町並みがそのまま残り当時を彷彿とさせる旧城下町です。観光地化されていない、飾らない魅力にあふれた街では、7月中旬から9月上旬の約30夜にわたる日本一ロングランの盆踊り「郡上おどり」が開催されます。THE OAK GUJOは、清流と歴史、約420年の歴史を誇る踊りの町に佇む、我が家のようにくつろげる一棟貸しのホテル。建物やサービスの随所に伝統的な技法や文化を取り入れた贅沢な空間で、上質な時間を楽しんでみてはいかがでしょうか。

i Spot Information

岐阜県郡上市八幡町島谷868
<https://www.theoak.life/>
※この情報は2024年3月現在のものです



いのちをつなぐ



#09 Osaka 大阪



伝統工芸

職人さんと仕上げる
堺刀司のMy庖丁

世界で評価される
「堺の刃物」を、
自分の手でつくる。



大阪府堺市は刃物の産地として約600年の歴史を誇ります。その中でも、「堺刀司」の庖丁は、世界の有名料理人たちが手にする逸品です。このツアーでは、職人さんから手ほどきを受けながら「堺刀司」のマイ庖丁を作っていました。その他には、記念アルミプレートへの名入りを体験できるコースなどもあります。「堺刀司庖丁歴史資料館」では、刃物の歴史、刃物づくりの道具や用途に応じて異なる様々な種類の庖丁などを見て楽しんでいただけます。

i Spot Information

大阪府堺市堺区九間町東1-1
日本語 <https://www.deep-exp.com/ja/osaka/activity/195>
英語 <https://www.deep-exp.com/en/osaka/activity/195>
※この情報は2024年3月現在のものです



#11 Kagawa 香川



伝統工芸

【香川県・丸亀市】
「丸亀うちわ」の400年以上の
歴史的サステナブル・ストーリー
～歴史を紡ぐ、丸亀うちわニュー・マイスター 31～

江戸時代から続く「丸亀うちわ」の
歴史と文化の今を知る。

香川県の中西部に位置する丸亀市には、「丸亀うちわ」という伝統工芸品があります。一本の竹から作られる美しいうちわには、「匠の技」、「世界に誇る歴史」、「地域への愛」、「職人の想い」が詰まっています。400年以上続く伝統産業「丸亀うちわ」ですが、産業の縮小や後継者不足など様々な問題を抱えています。このツアーでは、伝統の品を守るために、丸亀市がどのように立ち向かったのかをお伝えいたします。

i Spot Information

香川県丸亀市
<https://marugameuchiwa.jp>
※この情報は2024年3月現在のものです



#10 Fukui 福井



伝統工芸

越前打刃物の伝統工芸産地を巡る
越前ものづくり産地ツアー

世界が注目する、庖丁という伝統工芸の世界を巡る。

福井県には「越前打刃物」と呼ばれる伝統工芸品があります。職人が生み出す切れ味の良さが特徴の一つで、国内のみならず、海外からも注目を集めています。本ツアーで訪問する工房は、日本でも珍しい「柄」を専門につくる山謙木工所と、独特な波紋模様が美しい庖丁を生み出す龍泉刃物の2つの工房です。脈々と受け継がれてきた伝統工芸に、若い世代の力やデザインが加わり、新しい伝統工芸やアートに昇華している越前打刃物の世界をお楽しみいただけます。



i Spot Information

福井県越前市
<https://craftinvitation.jp/en/workshop/cit1001/>
<https://etoe2020.com/>
※この情報は2024年3月現在のものです



#12 Toyama 富山



i Spot Information

富山県南砺市本町3-41
<https://bedandcraft.com/>
※この情報は2024年3月現在のものです



伝統工芸

Bed and Craft

木彫りの槌の音を
聞きながら、
自分だけの作品を。

人口8000人に対し、200人以上もの彫刻師がいる富山県南砺市井波。Bed and Craftは木彫りで有名なこの町にある、職人に弟子入りできる1日1組限定の6つの宿です。古民家をリノベーションした宿内に泊まり、翌日は彫刻師の指導を受けながら自分だけの作品を作る「弟子入り体験」ができます。門前町として栄えたコンパクトな町で歴史ある寺を中心に、作家のアトリエやギャラリーを巡りつつ、飲食店やグロッサリーストアで地元の食を楽しむのもおすすめ。作品や技術を間近で堪能するだけでなく、受け継がれる彫刻師の魂に触れてみませんか。



いのちをつなぐ

#13 Hokkaido 北海道



歴史的建造物

歴史と文化を体験！
『世界遺産。縄文コース』

約5000年前の暮らしとは？
函館で触れる・学ぶ、縄文人の歴史。

地域の特産品や食、北海道・北東北の縄文遺跡群に触れるツアーです。まず、大人気の道の駅「なないろななえ」で街の見学と特産品のお買い物。昼食は鹿部町漁業女性部の皆さんが作る浜料理を味わいながら、伝統的な調理法なども学べます。この体験を通じて食文化や歴史に触れていただくことができます。午後は、縄文文化を学びながら、周辺で縄文時代の土器が多く出土している汐泊川でカヌー体験。縄文人の移動手段と考えられている丸木舟のように、水辺の自然を感じながら縄文人の生活を追体験することができます。



i Spot Information

北海道函館市周辺
<https://ea.ezfly.com/ProdTOUR/Prod/TOUR0000000617>
※この情報は2024年3月現在のものです



#14 Tottori 鳥取



歴史的建造物

心身をキレイにととのえる
“三徳山の境内ガイドツアー”

六根清浄の地で、心身を清らかに
整えるプレミアム体験。

感覚や認識の基礎となる「眼・耳・鼻・舌・身・意」を表す六根。鳥取県東伯郡に位置し日本遺産としても認定されている「三徳山」は、参拝するとその六根を清浄し清らかな心になると言われています。三徳山に参拝するガイドツアーでは、皆成院、正善院、輪光院の住職自らが、三徳山の歴史・文化財を紹介しながら境内をご案内。心に響く言葉を聞きながら歩くことで、日常を離れて心身を浄化できる特別な体験をすることができます。



i Spot Information

鳥取県東伯郡三朝町三徳1010
<http://misasaonsen.jp/keidaisanpo/>
※この情報は2024年3月現在のものです



歴史的建造物

【徳島県・三好市】
3年に一度の
「祖谷のかずら橋」架け替え

秘境に架かる橋で、
スリルと絶景を味わう。

日本三奇橋の1つである「祖谷のかずら橋」は、徳島県三好市の''秘境''祖谷に架かるシラクチカズラでつくられたつり橋で、老朽化と架け替え技術の継承のため地元の保存会によって3年毎に架け替えが行われます。周囲を木々に囲まれ、眼下に祖谷川の渓流を見下ろす絶景のロケーションでは、かずら橋の歴史や地域の文化などについて、地元コミュニティと連携したガイドがこの土地ならではの言葉で伝え、ご案内いたします。



#15 Tokushima 徳島



i Spot Information

徳島県三好市東祖谷山村善徳162-2
<https://shikoku-tourism.com/sustainable-tourism/24179>
※この情報は2024年3月現在のものです



歴史的建造物

日本農山村の原風景が息づくかやぶきの里
美山町でのガイドウォーキングツアー

かやぶきの里で、
農山村の暮らしを知る。

京都府の中央部に位置する美山町は、持続可能な開発に取り組んでいる地域として、2021年にはUNWTO（世界観光機関）から「ベスト・ツーリズム・ビレッジ」の認証を受けました。このツアーでは、かやぶき屋根の民家が40棟ある集落を巡ります。地域住民が英語でかやぶき民家の構造や暮らし、相互扶助社会などについてご説明いたします。ツアーの所要時間は約60分。農山村の原風景を楽しみながら、SDGsにも繋がる伝統的な暮らしに触れていただけます。

i Spot Information

京都府南丹市美山町
<https://miyamanavi.com/>
※この情報は2024年3月現在のものです



いのちをつなぐ



#16 Kyoto 京都

#17 Okayama 岡山



遺跡・歴史的建造物

アルベルゴ・ディフーズ矢掛屋

いのちをつなぐ、歴史が生き続ける町へ。
町全体をホテルにする、
持続可能なアルベルゴ・ディフーズ。

矢掛宿は街道の十八番目の宿場町として、大名の参勤交代とともに栄えました。そして矢掛町は現在も当時の街並みが残されている国内でも有数のエリアです。この歴史を継承し、地元の食材を活かした料理や歴史文化などに触れられる「矢掛屋本館」「矢掛屋温浴別館」として古民家を再生。また、2018年6月に矢掛屋INN AND SUITESは「アルベルゴ・ディフーズ協会」からアジア初のアルベルゴ・ディフーズ（分散型宿泊施設）として正式に認定を受けました。アルベルゴ・ディフーズの大きな特徴は、村全体をホテルに見立てて持続可能なまちをつくること。「まるで村に住んでいるかのような滞在」がヨーロッパでも注目されています。一棟貸しの備中屋長衛門・蔵INN・あかつきの蔵など、矢掛町全体が「アルベルゴ・ディフーズ・タウン」としての認定を受けています。

i Spot Information

岡山県小田郡矢掛町矢掛3050-1
<http://www.yakage-ya.co.jp/page6>
※この情報は2024年3月現在のものです



歴史的建造物

小浜町家ステイ

宿泊することが、
小浜の歴史と文化の体験になる。

小浜は京都まで海の幸を運ぶ起点であり、京文化が根づいた町でもあります。そんな町に現存する8軒の古民家を、一棟貸しの宿にリノベーション。泊まるだけでなく、暮らしや文化を体感できる空間に仕上げました。とれたての魚や野菜を市場で買って、宿で料理するのも一棟貸しならではの楽しみ方です。京都と繋がりが深く、国宝や国の重要文化財に指定されている寺社仏閣も多く点在。海が近いため海釣りや、海の散策も楽しめます。



i Spot Information

福井県小浜市和久里24-45-2
<https://www.obama-machiya-stay.com/>
※この情報は2024年3月現在のものです

#18 Fukui 福井



#19 Ehime

愛媛



歴史的建造物

【愛媛県・大洲市】
消えつつあった古民家の保全における
地域参加型コミュニティの
形成について

世界が評価する、
サステナブルな町づくりに触れる。

愛媛県の南予地方に位置する大洲市は、肱川（ひじかわ）の恵みにより栄えてきた山間の町です。江戸時代、大洲城を中心に城下町として栄えた名残が、今も町の各所に残っているのが魅力のひとつです。現在は「NIPPONIA HOTEL 大洲 城下町」をはじめとした、町の資産を生かした事業が急速に展開されており、2022年に達成できなかった地域参加型のコミュニティ形成ができ始め、2023年「世界の持続可能な観光地TOP100選」の選定評価にもつながりました。このプログラムでは、大洲市がどのように住民や事業者と町づくりに取り組んでいるかをお伝えします。



i Spot Information

愛媛県大洲市
<https://kita-m.com/community/>
※この情報は2024年3月現在のものです



歴史的建造物

【愛媛県・大洲市】
日本の城下町における
文化財の保存と再生について

歴史ある町並みを、
未来へ繋いでいく。

かつて大洲藩六万石で栄えた城下町、大洲市。江戸期から守られていた町並みですが、この数十年で所有者の高齢化、人口減少の影響を受け、多くが空き家に。また、ほとんどの所有者が市外に移住し、古民家を維持することが難しくなり取り壊しの動きが出てきたのが2017年頃のことでした。失われつつあった町並みを守るべく歴史的建造物の改修と町の景観保全の事業が始まりました。その取り組みが評価され、2022年「世界の持続可能な観光地TOP100選」に選ばれました。この危機に、大洲市がどのように立ち向かったのか、そのストーリーをお伝えします。

i Spot Information

愛媛県大洲市
<https://kita-m.com/sustainable/>
※この情報は2024年3月現在のものです



いのちをつなぐ

#20 Ehime 愛媛





歴史的建造物

山口の歴史・大自然を巡る

「2024年に行くべき52カ所」にも選ばれた
山口のいのちのパワーを感じる旅

「西の京都」とも呼ばれる山口市。アメリカのThe New York Times（ニューヨーク・タイムズ）の「2024年に行くべき52カ所」にも選ばれました。日本三名塔の一つ、国宝・瑠璃光寺の五重塔（1442年建立）は2025年秋まで修復中ですが、今だけの特別な体験も。普段は中に安置されている「阿弥陀如来坐像」などが寺内の御堂で見られ、また、屋根に使われる檜皮（ひわだ：ひのきの樹皮）に、葺き替えの期間、自分の願い事や名前を書き記すこともできます。近くの一の坂川の河川敷では名物料理、瓦そば（伝統的な屋根瓦の上に乘せた抹茶味のそば）が味わえます。また、足を延ばした日本海側の長門では、息をのむような絶景と123基の赤い鳥居で知られる元乃隅神社も。歴史と大自然のいのちのパワーを感じられる旅ができます。

i Spot Information

五重塔：山口県山口市木町1-28
https://yamaguchi-city.jp/details/aa_ruri_tou.html
元乃隅神社：山口県長門市油谷津黄498
<https://www.motonosumi.com/>
※この情報は2024年3月現在のものです



#21 Yamaguchi 山口

#22 Tottori 鳥取



歴史的建造物

絶景の城 米子城

天守まで徒歩15分。
大山を背に現れる幻の絶景。

美しくそびえ立つ秀峰大山。水平線が広がる日本海。そして夕陽が美しい中海。眼下にはまるでジオラマのような市街地など、標高約90mの米子城天守からの眺めは、さえぎるものが何もない360°パノラマビューの世界です。中でも、大山の山頂部から日が昇るダイヤモンド大山は、2月20日頃と10月22日頃の気象条件が重なった時にのみ現れる、奇跡の絶景。まるで後光が差したかのような大山から一直線に届く陽光に包まれた米子城は、筆舌に尽くしがたい美しさです。天守まで徒歩でわずか15分。一度は見てみたい絶景が、ここにはあります。



i Spot Information

鳥取県米子市久米町
<https://www.yonagocastle.com/>
※この情報は2024年3月現在のものです

#23 Okinawa 沖縄



スピリチュアル

【今帰仁村】今帰仁城跡巡り

歴史と神秘性を持ち合わせた、
絶景の城跡を巡る。

沖縄本島北部の今帰仁村にある、世界文化遺産・今帰仁城跡。かつてこの地を守る要の城であった歴史的なグスクの城跡&集落ツアーは、その築城の歴史や当時の人々の暮らし、現代に至るまでの足跡も辿りながらガイドとともに歩くツアーです。城郭の裾野にある今泊集落では、今帰仁村特有の集落景観と防風林として植えられた美しいフクギ並木を、城跡の高台からはこの地を治めた北山王が目にしていた風景を楽しめます。沖縄の精神文化にも触れながら、村落の守護神が祀られている神聖な場所「御嶽（ウタキ）」とグスクの関係など、深い内容を学ぶこともできるツアーです。

i Spot Information

沖縄県国頭郡今帰仁村仲宗根230-2
<https://www.nakijinon.jp/>
※この情報は2024年3月現在のものです



#24 Yamagata 山形



スピリチュアル

出羽三山修験道

自然と信仰が息づく聖地で、特別な体験を。

出羽三山は羽黒山・月山・湯殿山の総称で、山形県の中央に位置しています。日本三大修験道場の一つとしても有名な東北を代表する聖地で、白装束を纏い俗世界から離れて修行の一端（修験道）を体験するツアーは、山伏の案内で巡る羽黒山の参道、鏡池特別納鏡と三神合祭殿昇殿参拝と特別精進料理「東の奥参り膳」も堪能できるプラン。自然と一体となりエネルギーを吸収することで自然と人間との共生を体感。また、山伏の精神文化を体験することにより、自然との調和や自然界におけるいのちの尊重を重視する日本の伝統的な山岳信仰を学ぶことができます。

※工事のため令和7年春頃まで羽黒山五重塔全体はご覧いただけません。



i Spot Information

山形県鶴岡市
<http://www.dewasanzan.jp/publics/index/75/>
※この情報は2024年3月現在のものです

いのちをつなぐ



#25 Nara 奈良



スピリチュアル

先達（山伏）と行く 霊峰・大峯山「修験道体験」

霊峰で身を清める。

日本には、山に籠り厳しい修行をおこなう「修験道」という独自の信仰があります。大峯山は修験道発祥の霊峰で、世界文化遺産に登録されています。このツアーでは、先達と呼ばれる山伏と共に、1泊2日または、2泊3日で山頂にある大峯山寺を目指します。修行の一環として、水行や滝行、護摩行にも取り組んでいただき、修験道体験終了後は洞川温泉で、疲れを癒やしていただきます。大峯山は女人禁制のため、女性には稲村ヶ岳でのツアーをご案内します。



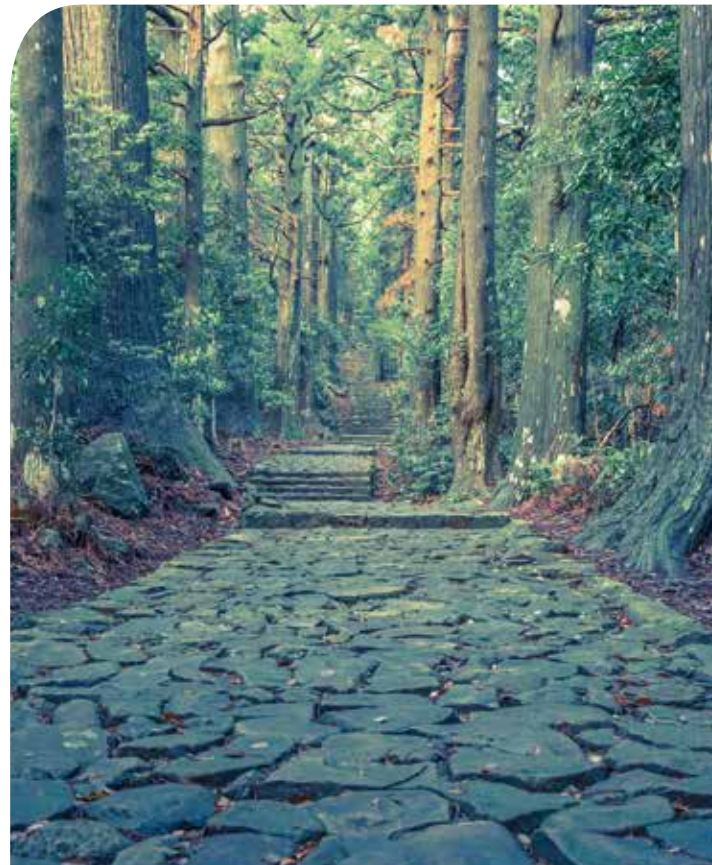
Spot Information

奈良県吉野郡天川村

日本語: <https://nara-experience.com/detail/index/578>

英語: <https://nara-sightseeing.com/itinerary/13536/>

※この情報は2024年3月現在のものです



Spot Information

和歌山県田辺市中辺路町栗川1222-1

<https://www.kumano-travel.com/ja>

※この情報は2024年3月現在のものです



スピリチュアル

巡礼の旅、熊野古道

樹齢数百年の樹木たちの
あいだを歩く、巡礼の旅。

旅の舞台は、日本最大の半島である紀伊半島の南端に広がる熊野地方です。ここには、「熊野三山」とよばれる3つの権威ある神社が鎮座しています。古来より、自然崇拝に根ざした神道、外来の仏教、その両者が結びついた修験道など多様な信仰形態を育んだ神仏の霊場とされてきました。熊野古道は、この3社を詣でるための道。「蟻の熊野詣」と例えられるほど、多くの人々が切れ目なく熊野に参詣したと伝えられています。



いのちをつなぐ

#28

Tokyo 東京



マンガ・アニメ

Cool JAPAN! 「マンガ・アニメ」の 聖地巡り in Tokyo

新たな聖地オープン！
「マンガ・アニメ」スポット巡り。

Cool JAPAN! コンテンツとして世界的に注目され、日本文化の魅力の発信源とも言える「アニメ・マンガ」。世界中に存在する多くのファンが集まる秋葉原では、ガイド付きで「聖地」を巡るツアーが開催されています。そして、2023年10月末には池袋に新たな文化発信拠点「アニメ東京ステーション」がオープン。秋葉原エリアに次ぐ、新たな聖地「池袋」（豊島区エリア）など、都内の代表的な「マンガ・アニメ」スポットをガイドとともに回る聖地巡礼ツアーです（一部セルフガイドとなっております）。



Spot Information

東京都豊島区南池袋2-25-5

<https://animetokyo.jp/>

※この情報は2024年3月現在のものです



スピリチュアル

【日本遺産・四国遍路】自分と向き合う 「心の旅」であり、世界でも類を見ない巡礼文化 1200年の歴史に触れる。四国をめぐる巡礼の旅。

四国遍路は、香川県善通寺で生まれた弘法大師空海の足跡を巡る全長1,400kmの壮大、かつ世界的にも珍しい回遊型の巡礼路です。約1,200年以上前に開創されたと伝えられ、現在に至るまで多くの日本人の心を惹きつけてきました。四国遍路そのものが、日本遺産に登録されており、札所の中には国宝、重要文化財などに登録されている寺院も多く存在します。遍路を通して、信仰と自然が融合した四国の景色をお楽しみください。

#26 Tokushima / Kagawa / Ehime / Kochi 徳島 / 香川 / 愛媛 / 高知



Spot Information

徳島県/香川県/愛媛県/高知県

<https://shikoku-tourism.com/feature/henro01/top>

※この情報は2024年3月現在のものです

#29 Shimane 島根



i Spot Information

島根県安来市古川町320
<https://www.adachi-museum.or.jp/>
 ※この情報は2024年3月現在のものです



アート・ミュージアム

足立美術館

日本美を極めた庭園と、
至福の美術作品に囲まれて。

「庭園もまた一幅の絵画である」その信念が細部まで感じられる日本庭園。そして横山大観を中心とした近代日本画や陶芸などの魅力的な作品を所蔵する足立美術館。日本画と日本庭園との完璧ともいえる調和で、世界的にもその名が知られています。まるで絵画を実際に表現したかのような、四季によって表情を変える庭園。日本のわびさびも感じることができる自然の美とアートの両方の素晴らしさに出会える美術館は、一見の価値がある日本美を極めた空間です。

震災復興・防災

洪水を防ぐために建設された地下神殿 ～世界最大級の地下放水路「首都圏外郭放水路」～

壮大な地下神殿「首都圏外郭放水路」への招待。

洪水を防ぐために建設された世界最大級の地下放水路「首都圏外郭放水路」。日本が世界に誇るこの施設の役割を、その壮大さを体験しながら深く学ぶことができます。人気の高い調圧水槽を見学する「地下神殿」コースに加え、作業用通路を歩く迫力満点の「立杭体験」コース、ポンプ室やガスタービン部など深部まで探る「ポンプ堪能」コース、特別装備で水の流れを実感できる見どころ満載の「インペラ部体験」コースが用意されています。災害を防ぎ、「いのち」を未来につなぐ神殿を放してみませんか。



#31 Saitama 埼玉

i Spot Information

埼玉県春日部市上金崎720
<https://gaikaku.jp/>
 ※この情報は2024年3月現在のものです



#30 Fukushima 福島



震災復興・防災

ホープツーリズム

未来のために、震災を伝承していく。

世界でも類を見ない「複合災害(地震・津波・原子力災害)」を経験した福島県。この自然がもたらした甚大な被害を知り、数多くの困難に直面しながらも「復興に向け果敢にチャレンジする人々」の思いを直に感じ取るスタディーツアープログラム。それが「ホープツーリズム」です。ワークショップでは、避難所運営で実際に起きた事例「正解のない問題」を解決するシミュレーションを通し、避難所のリアルや想定外の事態での対応・視点を学ぶことができます。また、フィールドワークでは震災・原発事故の影響、当時から現在に至るあゆみや復興の現状や課題を現地にて体感できます。災害からいのちをどう未来につないでいくか。福島の「ありのままの姿」を通じて学んでいただくことができます。



i Spot Information

福島県福島市
<https://www.hopetourism.jp/>
 ※この情報は2024年3月現在のものです



いのちをつなぐ

広域連携DMOの紹介











ストーリーブックの

観光コンテンツを紹介してくれた、

広域連携DMOを紹介するよ！



Contents

	82 北海道観光振興機構
	84 東北観光推進機構
	86 関東広域観光機構
	88 中央日本総合観光機構
	90 関西観光本部
	92 せとうち観光推進機構
	94 山陰インバウンド機構
	96 四国ツーリズム創造機構
	98 九州観光機構
	100 沖縄観光コンベンションビューロー

北海道 観光振興機構



HTO
(公益社団法人北海道観光振興機構)

専務理事 中村 智

HTO HOKKAIDO
TOURISM
ORGANIZATION

日本版 DMO 法人 (広域連携 DMO)
登録 /2017 年 11 月
担当エリア / 北海道



<https://www.visit-hokkaido.jp/>

戦略

・事業の選択と集中

(マーケティング、プロモーション、観光地づくりの3つを柱とする役割の明確化)

・機構の組織改革

(より企画力・機動力を高めるため組織体制の見直し)

・財務改革・自社財源の拡大

(広告収入、PR キャラクター「キュンちゃん」のグッズ制作などの物販)

・付加価値の高い旅行商品造成 やプロモーションの実施

(ワインツーリズム、ケア・ツーリズム、ナイトタイムエコノミーの促進)

北海道ならでの雄大な自然を活かし、 新しい旅行のスタイルを提案。

北 海道は多くの方に、大阪・関西万博のテーマ「いのち輝く未来社会のデザイン」を実感いただける観光を提供できる場所です。北海道は雄大で厳しい自然と人々が共生してきた歴史があり、先住民族であるアイヌの「自然界すべての物に魂が宿る」とする精神文化など、未来社会をデザインするうえで欠かせないコンセプトがつまっています。現在、観光の大きな柱が「アドベンチャートラベル (AT) ※」です。2023年に開催された「アドベンチャートラベル・ワールドサミット北海道・日本」は、全体の満足度は5段階評価の4.5と世界中から高い評価をいただきました。



こ の AT に加え、私たちは更に地域の魅力を活かした新たな旅の創出に取り組んでいます。その軸となるのが、「ワインツーリズム」、「ナイトタイムエコノミーの促進」「ケア・ツーリズム」です。北海道内のワイナリーは 2000 年以降急増し、現在、64 か所 (2023 年 10 月現在)、新たな日本産ワインの生産地として急成長しています。また北海道は食材の宝庫とも言われますが、ワインとも相性が良く、土地の個性を感じながらベアリングを楽しむことができます。そして自然資源の夜間活用、夜間消費拡大化を目的に、多くの動物たちが生息するナイトサファリやライトアップなど夜の時間を楽しんでいただく「ナイトタイムエコノミー」にも力を入れています。最後が森林、温泉、食など北海道の豊富な天然資源とアクティビティで心と体をケアし健康な状態を目指す「ケア・ツーリズム」です。ケア・ツーリズムの中には、病気・障がいをお持ちの方とご家族のための「レスパイトツーリズム」があります。レスパイトとは、ひと休みという意味で、旅行中に医療のプロがケアを代わりに行い、介護者である家族に温泉や食事を楽しみリフレッシュしていただくもの。このツーリズムが広がることで介護について多くの人たちが関心を持ち、今後の介護のあり方を考えるきっかけになれば観光を通じた社会課題の解決にも貢献できます。



万 博をきっかけに、多くの方に北海道を訪れていただきたいと考えています。北海道には多彩なコンテンツがありますが、このコンテンツをいかに旅行者の価値観に合う形で提供していくかが今後の課題。万博のテーマと連動し、旅を通じて自己成長や社会貢献に繋がる旅行スタイルを提案していきたいと考えています。



※アドベンチャートラベル (AT) …アクティビティ、自然、文化体験の3要素のうち、2つ以上で構成される旅行。旅行者が地域独自の自然や地域のありのままの文化を、地域の方々とともに体験し、旅行者自身の自己変革・成長の実現を目的とする旅行形態。

HTO の観光地域づくりコンセプト

「世界が憧れる観光立国北海道」の実現を目指す。



Discover the Volcanoes of East Hokkaido

古くから薬湯として親しまれてきた川湯温泉で日本の温泉文化に触れながら、国立公園の火山景観の中で楽しむサイクリング。火山の絶景の中で雌阿寒岳ワンデイトレッキング、圧巻の自然体験に、心満たされる旅を楽しめます。



「鮭」の目線で
札幌・豊平川沿いをサイクリングし上流の定山溪でカヌー！
「神の魚」である鮭と同じ目線で迎えるツアーは、豊平川をサイクリングで遡上し鮭料理を堪能。上流の静かな森の中でカヌーも楽しめます。サイクリングとカヌーを通じて「神の魚」に感謝し、大自然を体感するツアーです。



定山溪 雪見ラフティング

温泉地として有名な定山溪エリアの冬。渓谷の中でも風が少ない場所を進むので、雪景色とともに静寂さを楽しむことも。ガイドが同行し野生生物や時期によっては水瀑との出会いもある、新しい冬のアクティビティです。



持続可能な観光を実現するための、 ガイド付きハイキング&登山ツアーの提案

ときに文化や考え方の違いは、悲しい結果を招きます。だからこそ、その場所や自然の意味、注意すべき内容をしっかり伝える「ガイド付き」のハイキング&登山ツアーを提案し、持続可能な観光を目指していきます。



阿寒湖の森ナイトウォーク 「KAMUY LUMINA (カムイルミナ)」

「カムイルミナ ナイトウォーク」は土地がもつ固有の文化や美しい自然にインスピレーションを受け、幻想的な光と音、演出、映像で人々の心を動かす体験型ナイトウォーク。「自然との共生を大切にするアイヌの世界観」を体験できます。



SOUTH HOKKAIDO-CYCLING,HOT SPRINGS & MATSUMAE CASTLE,4-DAYS TOUR

北前船の歴史や日本文化のルーツを探りながら道南を巡る4日間のサイクリング。函館山の山頂から江刺まで、日本遺産の港町を地元サイクリストと一緒に回りながら、異文化交流体験や郷土・伝統料理も楽しむツアーです。



Central Hokkaido 2 Days Ainu culture Experience & Hiking

大雪山国立公園。アイヌの人々はここを「カムイミナタラ」、「神々の遊び場」と呼びます。この地域に根差す思想と生活を学び、断崖絶壁の絶景が魅力の層雲峡温泉に宿泊。6月まで雪が残るトレイルを地元ガイドと歩きます。



登別洞爺広域観光圏内周遊カセットプラン

登別洞爺の雄大な自然やウポポイ (民族共生象徴空間) を巡る1泊2日のツアー。冬期にニセコ滞在を楽しんでもらうよう周辺エリアを巡ります。冬の洞爺湖の絶景や石狩鍋、スナック巡りからアイヌ文化体験も楽しめます。



歴史と文化を体験！『世界遺産。縄文コース』

地域の特産品や食、遺跡群が世界遺産にも登録された縄文文化に触れるツアーです。地元の浜料理を味わい、伝統的な調理法も学びます。さらに縄文文化を学びながら、縄文土器が多く出土している沙泊川でのカヌーも体験します。



知床羅臼シャチ・クジラ・イルカ・バードウォッチング ボートクルーズ

世界自然遺産知床に集うシャチに出会うことができるアドベンチャーボートクルーズ。シャチやイルカ、ミズナギドリの大群や、知床連山や国後島の景色は圧巻。スタッフが動物たちの生態や特徴なども教えてください。



東北周遊の旅を楽しんでいただくため、 豊富な観光資源と 旅行者の志向をデータでつなぐ。



一般社団法人東北観光推進機構
理事長 紺野純一



日本版 DMO 法人（広域連携 DMO）
登録 / 2017 年 4 月
担当エリア / 青森県、岩手県、
宮城県、秋田県、山形県、
福島県、新潟県



<https://www.tohokukanko.jp/business/index.html>

戦略

- ・新しい観光需要の創出
（域内流動の掘り起こし・新しい旅行スタイルの創出）
- ・オール東北での観光地域づくり
（広域マーケティングの推進 / 広域連携プロモーションの拡大）
- ・持続可能な東北観光の実現
（東北デスティネーションキャンペーンのレガシーの継承 / DX 推進を狙う観光人材の育成）
- ・デジタルファーストの推進
（デジタルマーケティング手法の拡充）
- ・受入環境の整備促進
（国際便再就航に向けた支援 / 着地型コンテンツの造成支援）
- ・震災・自然災害からの再生
（「安全・安心」の情報発信 / 教育旅行の普及拡大）

東

北観光推進機構の設立は 2007 年。東北地方の 6 県と新潟県とが一体となり、観光で東北を元気にすることを目指しています。東北は春は桜、初夏は深い美しい新緑、七夕、ねぶたなどの夏祭り、秋の紅葉、冬は一面の雪景色や樹氷、神事にまつわる伝統行事など、四季の変化が鮮やか。縄文時代から続く歴史、伝統芸能など、沢山のコンテンツや観光地が多く、多くの場所に広がるため、連泊してこそ魅力が伝わる場所です。加えて、東北には素晴らしい景色や美味しい料理を味わいつつ楽しめる温泉が数多く点在しています。そこで各県が共通して持つ、自然の魅力や観光コンテンツをつなぎ、17 の温泉地を拠点に連泊して楽しんでもらう仕組みを考え立ち上げたのが連泊型旅行商品ブランド「Base! TOHOKU」です。お薦め観光地の紹介、周遊ルートの検索、宿泊の予約も連携旅行会社に対応しています。またレンタカーを使って、よりスムーズに隅々まで周遊を満喫していただけるよう、「サムライ文化とお城」や「四季の絶景」といった 7 つのテーマのドライブルートも設定しました。いずれの事業も英語や中国語(繁体字)等に対応し、WEB 上でのアクセス・予約がしやすい環境にしています。



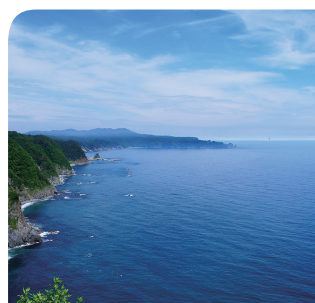
周

遊ルートの磨き上げを行うと同時に、データに基づいてしっかり検証し戦略立案をしようとして「域内共通データベース（東北観光 DMP）」も構築。旅行者がどこから東北へ入り、域内を移動したかの動態データ、消費購買、公的統計、アンケートなど各種データを格納し、簡単な操作で必要な情報を確認できます。あわせて「TOHOKU Fan Club」という CRM システムを構築し、東北のロイヤルカスタマーの獲得を目指しています。2025 年大阪・関西万博までの中期計画の前半で「Base! TOHOKU」「TOHOKU Fan Club」ドライブルートでの旅行者の動態などを DMP に集約・分析し、次の戦略立案に活かす仕組みが完成しました。データをより有効に活用しながら、インバウンド誘致に効果的なプロモーションを実施していくことが大切です。



東

日本大震災後、青森から福島までの総距離 1,000km を超えるトレイルルート「みちのく潮風トレイル」のような新しいコンテンツも生まれてきています。東北は一体になってこそ魅力を創出できる地域。各観光地の魅力を融合させ価値を上げていく。そんな地域一体となった取り組みを今後も続けていきます。万博を契機として、訪日インバウンド旅行者をはじめとする皆様に、魅力あふれる東北の観光地や伝統文化等を知っていただくとともに、実際に訪れてくださることを期待しています。



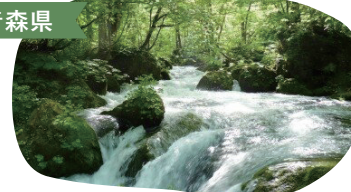
福島県



ホープツーリズム

「複合災害」を経験した福島県。ホープツーリズムは、県内で様々な分野における「復興にチャレンジする人々」との対話を通じて、福島でしか体験できないスタディーツアープログラムで「明日の学びに向かう原動力」を育みます。

青森県



奥入瀬溪流

表情豊かな清流に木漏れ日にきらめく水面、葉や苔の可愛らしさなど、自然が織りなす魅力にあふれた青森県の奥入瀬溪流。やはり川沿いの散策がおすすめ。澄んだ森の空気を全身に浴びながら、美しい自然を堪能できます。

宮城県



蔵王山（お釜と樹氷）

大昔の噴火でできた火口に、湧き水や雨水、雪解け水が溜まることで生まれた「蔵王のお釜」。そして冬季に現れる樹氷。この蔵王のシンボルを乗用雪上車やヘリコプターで一望するツアーも登場しています。

山形県



出羽三山修験道

日本三大修験道場の一つとしても有名な出羽三山。白装束を纏い俗世界から離れて修験道を体験。山伏の案内で羽黒山を巡り、特別精進料理「東の奥参り膳」も堪能し山岳信仰を学ぶことができます。

新潟県



佐渡の朱鷺（トキ）

まだまだ難しいとされる野生のトキ観察。出会える確率の高い早朝の時間帯に、認定トキガイドの案内のもと、貴重なトキを観察。佐渡におけるトキ保護の活動などの生物多様性に関する取り組みも学びます。

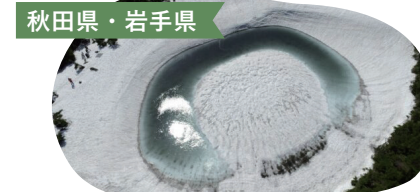
青森県・岩手県・宮城県・福島県



みちのく潮風トレイル

「みちのく潮風トレイル」は、青森県八戸市から福島県相馬市までの太平洋沿岸をつなぐロングトレイル。最大の魅力は海の景観をダイナミックに感じるスポットの豊富さ。潮風にゆられる旅路で、忘れられない感動を味わえます。

秋田県・岩手県



八幡平ドラゴンアイ

「ドラゴンアイ」とは秋田県・岩手県にまたがる八幡平山頂の鏡沼に雪解けの時期だけに現れる、雪と氷が織りなす幻の絶景。様々な条件が一致したときのみ「開眼」する龍の目を、地元ガイドと見学するツアーが人気です。

秋田県



白神リバートレッキング

白神山地区は貴重な生態系により世界自然遺産にも登録された、青森県と秋田県にまたがる山岳地帯です。白神リバートレッキングはその大自然を体感できる散策ルートの 1 つで、ブナの森を全身で感じる特別な体験ができます。

福島県



エクストリーム温泉

単一の源泉としては日本一の湧出量を誇る沼尻元湯。その源泉が川に流れ込むことで、全国でも珍しい野天風呂となっています。ガイドとともに、白糸の滝などを眺めながらその温泉を目指しトレッキングを楽しみます。



世界が訪れたくなる「東北 (TOHOKU)」、住みたくなる「東北 (TOHOKU)」

関東広域 観光機構

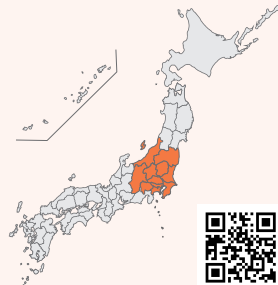
エンタメ、文化、海、山、島。 多様な魅力が詰まった、 「Tokyo & Around Tokyo」を創出。



一般社団法人関東広域観光機構
専務理事 **小堀明夫**



日本版 DMO 法人（広域連携 DMO）
登録 / 2019 年 3 月
担当エリア / 福島県、茨城県、栃木県、
群馬県、埼玉県、千葉県、東京都、
神奈川県、新潟県、山梨県、長野県



<https://www.areatokyo.or.jp/>

戦略

- ・調査・戦略策定
（関東広域エリアのソーシャルリスニング調査）
- ・滞在コンテンツの充実、観光資源の磨き上げ
（各地における滞在を促す地域コンテンツ造成支援事業）
- ・受入環境整備
（各地におけるサイクリング誘客を促進する事業・台湾教育旅行ガイド育成事業）
- ・情報発信・プロモーション
（サステナブルを訴求する SNS 情報発信）

関 東広域観光機構の担当地域は、東京都そしてその周囲の10県。広域連携DMOの中で最も広い範囲を担当しています。当エリアの魅力は、ひとことで表すと「多様性」。

日本有数の山岳地帯である日本アルプスや谷川連峰、広大な関東平野、湾岸エリア、小笠原諸島などの離島など変化に富んだ地形があり、例えば2月に山岳エリアでは豊富な積雪がありスキーが楽しめる。一方、千葉・房総半島では菜の花が咲き、同時に違う季節も体験できます。江戸文化を色濃く受け継いだ神社・仏閣もあれば、近代的なランドマークが立ち並び、ファッション・音楽の最新トレンドやエンターテインメントが集まる場所、サブカルチャーの聖地などがあり、東京から電車で30～40分行けば里山や田園の風景が広がる、実に多彩な観光コンテンツが揃うエリアです。



国 内外の観光客が日本の首都・東京に集中する傾向にありますが、私たちは「Tokyo & Around Tokyo」をキャッチフレーズに、世界に通用するブランド「Tokyo」を最大限に活用し、周辺エリア「Around Tokyo」を巻き込んで、全体を一つの観光圏としてプロモーションする戦略を取っています。

当エリアには訪日インバウンド旅行者の 50%近くが利用する成田・羽田の2つの国際空港があり、東京を中心に鉄道・高速道路が整備され、エリア内の移動がスムーズ。この強みを活かし、私たちは東京を起点に周辺地域に足を延ばす小旅行を提案。歩きながら史跡をまわる「歴史トレイル」、里山体験など「体験価値」と学びを訴求する旅を作り、滞在を促し観光消費額を伸ばしていこうと取り組んでいます。



旅 行者に東京から関東広域エリアを周遊してもらうためには情報発信が大切。機構で2022年から「関東広域ソーシャルリスニング調査」を開始し、1都10県に情報を提供し、皆で活用しています。結果で興味深いのは、新潟の「わらアートまつり」が、人気が高かったこと。特に訪日リピーターは日本人の日常生活、身近な光景に興味を持っていますので、「案山子」「庭先での無人販売」など日本人の暮らしそのものがコンテンツになります。データを活用し、埋もれている魅力を発掘していきたい。万博をきっかけに日本に来てくださる方にも、ぜひ関東広域エリアを周遊して日本人の日常を体験していただきたいです。



関東広域観光機構の観光地域づくりコンセプト

TOKYO & AROUND TOKYO

栃木県



竹林の美を極めた「若竹の杜 若山農場」でサステナブルな非日常体験

若山農場は 100 年の時を超え、地球への優しさを追求し続けている農場です。竹との共存、資源活用のために間伐された竹林は別世界。美しい竹林の中での癒やしはもちろん、竹工作や竹器での抹茶体験をすることも可能です。

埼玉県・山梨県・長野県



「巡礼古道」ウォーキングと宿坊体験

埼玉県・秩父、山梨県・身延山、長野県・戸隠。関東を代表する 3 つのパワースポットで、その道を辿った当時の人々に思いを馳せながら「巡礼の道」をガイドとともに歩き、さらに宿坊・古刹等での精進料理・座禅を体験します。

関東広域観光機構の観光コンテンツ事例

東京都



「絶海のワンダーランド」八丈島

東京からも海外からも訪れやすい八丈島。海洋生物やトレッキングなど手つかずの大自然をフィールドにしたアクティビティを楽しむことができます。温暖な気候の中、心も身体も癒やされる島でのんびりと過ごすことができます。

長野県



北アルプス・パノラマ銀座トレッキングツアー

日本有数の山岳エリア「北アルプス」（中部山岳国立公園）の中でも抜群の景観を誇る「パノラマ銀座」（燕岳～大天井岳～常念岳～蝶ヶ岳）ルートを、人気の山小屋に泊まりながら 3 日間程度かけてガイドとともに歩きます。

埼玉県



歴史ある茶園のお座敷で闘茶体験

「闘茶」とは中世に流行したお茶の味や香り等から茶の銘柄や産地を当てる遊び。「茶歌舞伎」とも呼ばれる奥深い遊びを体験し、レストラン「茶処一煎」での狭山茶料理を頂き、お茶の博物館を見学する「お茶づくし」プランです。

群馬県



「温泉天国・群馬」の趣のある3つの温泉宿で宿泊体験

古くから「湯治場」として親しまれる群馬県。宝川温泉 汪泉閣、かやぶきの郷薬師温泉旅館、川場温泉 かやぶきの源泉湯宿「悠湯里庵」（ゆとりあん）。趣ある3つの温泉宿で、日本の伝統文化や自然の恵みを味わえます。

東京都



Cool JAPAN! 「マンガ・アニメ」の聖地巡り in Tokyo

世界中のファンが「聖地」と仰ぐ秋葉原に加え、2023 年に池袋に新たな文化発信拠点「アニメ東京ステーション」がオープン。「新たな聖地」「池袋」など、都内の代表的なスポットをガイドと聖地巡礼するツアーです。

神奈川県



未病バレー BIOTOPIA

自然の恵みが集まる「食」・身体を整える「運動」・五感を開放する「癒やし」の3つのコンセプトを掲げた、「未病」改善を体験する施設です。東洋医学の「未病（ME-BYO）」を基に、いのちを見つめる機会に触れることができます。

埼玉県



洪水を防ぐために建設された地下神殿 ～世界最大級の地下放水路「首都圏外郭放水路」～

洪水を防ぐために建設された世界最大級の地下放水路「首都圏外郭放水路」。日本が世界に誇るこの施設を、その壮大さを体験しながら深く学ぶことができます。人気の高い調圧水槽を歩く「地下神殿」コースなど4コースを用意。



中央日本 総合観光機構

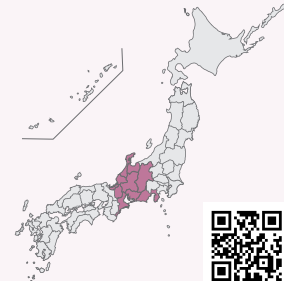
データを活用した デジタルマーケティングで、 広域観光エリア「中央日本」をつくる。



一般社団法人中央日本総合観光機構
常務理事
事務局長 **萩野光貴**



日本版 DMO 法人（広域連携 DMO）
登録 / 2017 年 5 月
担当エリア / 富山県、石川県、福井県、
長野県、岐阜県、静岡県、
愛知県、三重県、滋賀県



<https://go-centraljapan.jp/ja/>

戦略

- ・マーケティングと協働による
中部・北陸の観光戦略の推進
(地域ニーズへの対応・ターゲット市
場とのネットワーク・誘客力の向上)
- ・マーケティングイベント・外部
環境を捉えた戦略
(関東・関西のゲートウェイ・交通
機関との連携)
- ・観光マーケティングプロフェッ
ショナルとしてのデータサービ
ス提供等
(ターゲット市場動向、観光客の流入
や各県各市以外の周遊状況のデー
タ提供、地域 DMO の戦略・企画立
案の支援など、サービスができる体
制の構築)

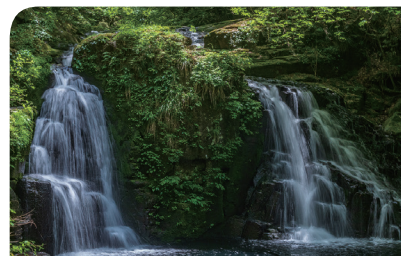
中 央日本総合観光機構は、日本の中部、北陸、近畿にわたる 9 県のエリアを担当していま
す。日本の中央を太平洋から日本海に向けて広域に昇る様子が神秘的な昇り龍のよう
に見えることから、管轄エリア全体が「昇龍道」と名付けられています。
注力しているのは、データを活用したデジタルマーケティング。データに裏付けられた戦略を
推進し、広域な地域の魅力を発信しています。
設立当初に取り組んだのは、中央日本ならではの魅力を可視化することでした。中央日本は
3,000m 以上の高い山が集中し、標高差が大きく
四季の変化が鮮やか、森林や川も多く自然が色
濃く残っています。武士により形成された歴史・
文化がありこの自然と文化から金箔、織物、銅器
など伝統工芸が生まれ、現代の自動車、繊維に発
展した日本の魅力がぎゅっと詰まっている場所。
この本物の自然・文化・歴史に触れていただくことが、お客様の体験価値となると考えました。
東京と大阪の間に位置し 4 つの空港を持ち、鉄道網も東西南北に繋がり、利便性が高いのも
強みになります。



デ ジタルマーケティングを取り入れたことで、インバウンド
は日本に初めて来る方よりも、訪日2回目、3回目以降の
方々が多いことが統計的に見えてきました。そこで訪日2回以降
の、更に深い日本を見たいという志向のお客様を中心に、魅力を
訴求する戦略を積極的に取り入れました。本物志向のお客様に
刺さる文化、自然など唯一無二性があるコンテンツを発掘し、事
業者の伴奏支援をさせていただいています。新しいコンテンツの
拡販に向け、2021年よりGPSデータの分析で、旅行者の行きた
い観光スポットにあわせた旅程を自動で作成できるアプリケー
ションを提供しています。



万 博では、万博をきっかけに初めて来日するお客様に、中央日本の魅力をどのように伝
え、周遊してもらおうかが一つのテーマとなるでしょう。今回実施したデジタルマーケ
ティングで、万博に訪れるお客様に好きになっていた
だけのコンテンツもわかってきました。苔が美しく神道
と仏教が交わっている「平泉寺白山神社」、忍者修行
の里「赤目四十八滝」など、中央日本にしかない独自性
をもったコンテンツを中心に国内外に発信し、万博を
契機に「中央日本」を知ってもらい、来てもらう流れを
作っていきたくと考えています。



愛知県



柴田酒造場

愛知県岡崎市で 1830 年から丁寧な酒造りを続けている柴田酒造場。新たな
挑戦として敷地内の一角にカフェを OPEN し、唯一無二「酒由来」のメニュー
が楽しめます。今後は、空き家改装した宿泊施設なども計画中です。

三重県



忍者修業の里 赤目四十八滝

忍者の二大流派のひとつ、伊賀流忍者が修行を積んでいた場所として知られ
る赤目四十八滝。ここでは、幾多の修行の末に確立した「伊賀流赤目忍術」
を体験することができます。

岐阜県



THE OAK GUJO

郡上は江戸時代に造られた清流沿いの町並みがそのまま残る旧城下町です。
THE OAK GUJO は、約 420 年の歴史をもつ「郡上おどり」が開催されるこの
街に佇み、一棟貸しのホテルです。郡上の歴史や文化を味わうことができます。

静岡県



体験型古民家宿 旅ノ舎

県内屈指の茶どころに位置する「旅ノ舎」。元お茶農家を一部改修して開業
した体験型古民家宿です。茶摘みやお茶工場見学を中心に、山菜やタケノコ
掘り、川遊びなど四季を通じた里山ならではの体験ができます。

中央日本総合観光機構の観光コンテンツ事例

長野県



KURABITO STAY

長野県佐久市にある KURABITO STAY。江戸時代から続く橘倉酒造で、
かつて蔵人が寝泊まりしていた「広敷」をリノベーションした宿に滞在しな
がら、実際に酒造りをする「蔵人」を体験。日本酒を深く学ぶことができます。

滋賀県



Biwako Backroads

コンセプトはありのままの「日常の風景を旅すること」。米原駅を出発地として、
地域着地型のプライベートツアーを提供。琵琶湖畔のサイクリングや、ウォー
キングなど自然や文化に触れる体験ができます。

福井県



小浜町家ステイ

小浜は京都まで海の幸を運ぶ起点であり、京文化が根づいた町。そんな町
に現存する 8 軒の古民家を一棟貸しの宿にリノベーション。暮らしや歴史文
化を体感できる空間でじっくり小浜を楽しめます。

石川県



オーベルジュ オーフ (Auberge eaufeu)

石川県小松市観音下(かながそ)にある廃校を改装した「オーベルジュ オーフ」。
シェフを務めるのは「RED U-35 2018」「ゴ・エ・ミヨ 2023」などで評価さ
れる糸井章太氏。その土地の「風土」を表現する料理が味わえます。

富山県



Bed and Craft

Bed and Craft は木彫りで有名なこの町にある、職人に弟子入りできる1日1
組限定の6つの宿です。古民家をリノベーションした宿に泊まり、翌日は彫刻
師の指導を受けながら自分だけの作品を作る体験ができます。



中央日本総合観光機構のキャッチコピー

GO CENTRAL JAPAN

関西観光本部

万博＋関西観光で、世界中のお客様をお迎え。 ONE関西で広域観光を推進。



一般財団法人関西観光本部
代表理事 専務理事 **東井芳隆**



日本版 DMO 法人（広域連携 DMO）
登録 /2017 年 4 月
担当エリア / 滋賀県、京都府、大阪府、
兵庫県、奈良県、和歌山県、鳥取県、
徳島県、福井県、三重県



<https://kansai.or.jp/>

戦略

- ・**広域観光圏「KANSAI」の構築へのチャレンジ**
（地域をつなぐ「広域観光ルート」と多彩な「テーマツーリズム」を両輪として形成される広域観光圏の構築を促進）
- ・**スモールマスマーケット&ストーリーマーケティングによる誘客促進**
（多彩で豊富な魅力をツーリズム化し的確にアプローチ）
- ・**万博に向けた活動との緊密な連携**
（万博テーマと連動したツーリズムの創出）

関西には、日本の悠久の伝統文化が各地に息づいています。日本で登録されている世界遺産の約 1/4、神社・仏閣、仏教美術など日本の重要文化財・国宝の半数が集中するなど、長い歴史に育まれた文化が遍在しています。また親しみやすい生活文化や人々など日本の中で固有の光を放っています。そして関西は、日本海から太平洋に至る豊かな自然に恵まれた地域です。観光客は、海外とのゲートウェイであり国際都市である大阪や歴史文化コンテンツの一大集積地である京都に集中しがちですが、関西は、多彩で豊富な魅力に溢れています。広域観光を実現する具体策の一つ目が「広域観光ルート」。政令市を含む関西 2 府 8 県を俯瞰し、例えば「侍と工芸の地 琵琶湖東岸～三重」などストーリーを持った 8 本のルートの構築を進めています。大阪、京都、神戸、奈良といった規模の大きい国際都市が近接しているという世界的にも稀な構造を最大限活かして、これらの都市からプラスワンの旅行をしてもらうことを目指しています。二つ目が「テーマツーリズム」。旅行の 3 大目的は、「自然・文化・食」といわれます。関西の自然は、6 つの国立公園やジオパーク、日本最大の湖・琵琶湖、四季折々の絶景、海浜リゾートやスノーリゾート等、変化に富んでいます。また、宮廷・武家文化や庭園文化、禅、茶道など日本の伝統文化の源流があります。そして、和食が育まれた地であり食材の宝庫。近年人気の日本酒の生まれた地でもあります。生活に溶け込んだ手軽な料理にも溢れています。「サステナブル」、「アドベンチャー」といった旅のトレンドをしっかりと組み入れながら、これらのコンテンツを活かしたテーマツーリズムの造成に取り組んでいます。

昨年 3 月、関西の 2 府 8 県 4 政令市及び交通・観光企業により構成される、「EXPO2025 関西観光推進協議会」（事務局：関西観光本部）が設立されました。「いのち輝く未来社会のデザイン」を掲げる万博のテーマと連動も視野に、万博にお越しになる旅行者を関西一円に誘うべく「万博会場から地域へ」を旗印として、改めて関西の観光コンテンツを集積し、旅行商品造成・プロモーションを行っています。観光コンテンツは 600 以上が集まり、これらが旅行商品づくりの原動力となって旅行商品も続々と造成されています。また、「関西 MaaS[®]」とも連動し、観光情報に限らず、交通情報、安心・安全情報も提供する関西広域観光情報ゲートウェイの構築も進めています。更に、旅ナカでのサポートも強化していく予定です。

万博の後も、集積された観光コンテンツや関西広域観光情報ゲートウェイ等は、その後の関西広域観光に役立っていきます。何よりも協議会で体现している「ONE 関西」での事業推進の経験は、レガシーとして関西の広域観光発展の原動力になるでしょう。関西では 2030 年に IR 開業も予定されています。万博は通過点。日本が「観光立国」を実現していく上で、関西がインバウンドを牽引する圏域として重要な役割を果たしていきたいと考えています。

※MaaS（マース：Mobility as a Service）地域住民や旅行者一人一人の移動ニーズに対応して、複数の公共交通やそれ以外の移動サービスを最適に組み合わせて検索・予約・決済等を一括で行うサービス



万博プラス関西観光特集ページ



海外での商談会の様子

京都府京都市



織部流扶桑派四代目家元、尾崎米栢師による茶の湯の特別体験

舞台となるのは、京都を代表する神社、平安神宮の神苑に行む尚美術館です。織部流扶桑派四代目家元の尾崎米栢師による特別なお点前を、直々にご披露いただきます。受け継がれてきた日本の心を堪能できます。



福井県



越前打刃物の伝統工芸産地を巡る越前ものづくり産地ツアー

伝統工芸品「越前打刃物」は海外からも注目を集めています。日本でも珍しい「柄」を専門につくる山謙木工所と、独特な波紋模様が美しい包丁を生み出す龍泉刃物の 2 つの工房を巡り、新しい伝統工芸に昇華している越前打刃物の世界が楽しめます。



滋賀県



Private 1-day food culture tour: Buddhist Temple Cooking and Immersive Brewery Town Walk Near Lake Biwa

地元のガイドに導かれて、仏教の食文化と何世紀にもわたる醸造所の世界を体験できます。日本酒の試飲や妙楽寺での料理ワークショップを楽しむこともできます。私たちと一緒に、田舎の日本の魅力と伝統を発見しましょう。



関西観光本部の観光コンテンツ事例

大阪府



旅先の日常に飛び込もう。大阪の下町を楽しみ尽くす

約 600m にも及ぶ巨大アーケードを有する布店商店街。アーケードを歩くと、たこ焼き、串カツ、豚まんなど商店街ならではの町下グルメを楽しめます。大阪下町文化を受け継ぎ、ローカルグルメが盛りだくさんの布施をお楽しみください。



兵庫県



浸かって、飲んで、食べて “源泉” をとことん楽しむ 湯村温泉の「湯がき文化」

約 1,200 年の歴史を持つ名湯で、98 度という日本一熱い源泉の湯村温泉の特徴は、湯を生かして食を楽しむことにあります。野菜を湯がく。コーヒを淹れる。スイーツを作る。湯は惜しみなく観光客にも開放されていますので、誰でも楽しめます。



奈良県



先達（山伏）と行く霊峰・大峯山「修験道体験」

「修験道」という日本独自の信仰。大峯山は修験道発祥の霊峰で、世界文化遺産に登録されています。このツアーでは山伏と共に頂にある大峯山寺を目指し、水行や滝行、護摩行にも取り組んでいただきます。



鳥取県



Tottori Sand Dunes Photo Guided Tour

鳥取砂丘に精通した、ガイド兼フォトグラファーが穴場的スポットを案内し、撮影テクニックも伝授。他にもラクダに乗って散歩したり、サイクリング、サンドボード、パラグライダーなども楽しめ、ダイナミックな大自然をエコに体感することができます。



大阪府大阪市



山本能楽堂「能楽体験ツアー」

太閤秀吉が愛した能楽を楽しんでいただけるツアーです。会場は 100 年近い歴史を誇る山本能楽堂。有形文化財に登録されており歴史を感じていただけます。スマートフォンを活用した、多言語・3D でも楽しめます。



三重県



海女文化と御食国（みけつくに）体感プログラム

素潜りでアワビやサザエ、海藻等をとる伝統の漁法を受け継ぐ「海女」さん。海女さんのお話を聞きながら食事を楽しんでもいただけます。海女さんたちが大切にしている「獲りすぎない」「獲り尽くさない」の精神に触れることができます。



京都府



日本農山村の原風景が息づく かやぶきの里美山町でのガイドウォーキングツアー

美山町にある、かやぶき屋根の民家が 40 棟ある集落を巡ります。地域住民が英語でかやぶき民家の構造や暮らし、相互扶助社会などについて説明。日本の原風景を楽しみながら、持続可能な暮らしに触れていただけます。



大阪府堺市



職人さんと仕上げる堺刀司の My 庖丁

堺市は刃物の産地として約 600 年の歴史を持ちます。中でも「堺刀司」の庖丁は、世界の料理人たちに手にする逸品。このツアーでは、職人さんに手ほどきを受けながら「堺刀司」のマイ庖丁を作っていただけます。



兵庫県神戸市



神戸の酒蔵で日本酒のテイスティング体験

日本で清酒生産量がいちばん多い地域、兵庫県。「灘五郷」と呼ばれるエリアには、約 30 もの酒蔵があります。このツアーでは、厳選した 3〜4 箇所の酒蔵を巡り、15 種類以上のお酒を試飲していただけます。



和歌山県



巡礼の旅、熊野古道

熊野地方には「熊野三山」とよばれる 3 つの権威ある神社が鎮座しています。古来より、自然崇拝に根ざした神道、外来の仏教、その両者が結びついた修験道など多様な信仰形態を育んだ神仏の霊場を詣でる路を巡ります。



徳島県



～ゼロ・ウェストセンターをとことん楽しむ～ 地産地消のクラフトビール RISE&WIN プルワリー見学と BBQ ランチツアー

上勝町は、日本で初めて「ゼロ・ウェスト宣言」を行った町です。その上勝町で、ゼロ・ウェストを実践するビール醸造所を見学するとともに、上勝町のクラフトビールや地元食材を使った BBQ 料理が楽しめます。



The Origin of Japan, KANSAI

EXPO2025
関西観光推進協議会ロゴマーク



せとうち
観光推進機構「AUTHENTIC」の意味を深く突きつめ、
「せとうち」ブランドの価値を高める。

一般社団法人
せとうち観光推進機構
専務理事
事業本部長 **坂元 浩**



日本版 DMO 法人（広域連携 DMO）
登録 / 2016 年 3 月
担当エリア / 兵庫県、岡山県、広島県、
山口県、徳島県、香川県、愛媛県



<https://setouchitourism.or.jp/ja/>

戦略

【誘客戦略】

- ・世界的に注目されるイベントを活用
- ・メディア等を活用した情報発信
- ・デジタルマーケティングの推進
- ・トレード等を活用した誘客促進
- ・日本政府観光局（JNTO）との連携
- 【地域の魅力づくり戦略】
- ・せとうちマスタープランの策定と施策の実施
- ・サステナブルツーリズムの推進
- ・瀬戸内ブランド登録商品販売強化
- ・観光 DX の取組み
- ・エリア化とルート化の推進
- ・隣接 DMO との連携
- ・広域ガイドの発掘・育成・ネットワーク化

瀬

戸内海は、エーゲ海・アドリア海と並ぶ世界的に有名な内海です。キラキラと輝く穏やかな海、700 以上の島々が織りなす多島美。私たちはこの美しい「せとうち」を世界に誇れるブランドとして確立し、地域経済の活性化を目指しています。せとうちのブランドコンセプトは「AUTHENTIC* JAPAN:SETOUCHI」。欧米の旅行者の約 30%は異文化に興味を持つ旅慣れた知的旅行者で、彼らは人生が変わるような旅行をしたいと考える高付加価値旅行者です。「なぜその場所に、その文化が生まれたのか」というストーリーが伝わらないと満足していただけません。例えば、香川県はなぜ小麦の栽培が盛んで、うどんが名物になったのか。その土地で文化が発展してきた地理的・歴史的な背景が必ずあります。せとうちは 2023 年、観光庁から「地方における高付加価値なインバウンド観光地づくり モデル観光地」に選定されました。いま、せとうちの7県・47 市町と共に、「地域の AUTHENTIC とは何か」、「コアバリューは何か」など魅力の深掘りを行い、ストーリー性を持って世界の旅行者へ伝えていこうと取り組んでいます。また、せとうちは、それができる地域なのです。



A

UTHENTIC」なせとうちを世界に伝えるため、2022 年度に海外メディア・旅行会社にて好評だった観光地や体験コンテンツを盛り込んだせとうちモデルコースを策定しました。万博に向けてせとうちを東西南北の 4 つに分け、発信するコンテンツを見直し、自然の体験だけではなく、サイクリング、明石海峡大橋の登頂体験、窯元での体験など多彩な 23 コースを策定。コースは大阪発着 3 泊 4 日を中心に、万博のコンセプトにあわせて更にブラッシュアップしていきます。同時に、普段は公開していない酒蔵での滞在型の日本酒づくりなど、表面的な体験ではなく本質に触れる特別な体験ができるコンテンツを各県ごとに発掘中です。



私

たちは万博の先を見据えて、せとうちを「高付加価値なインバウンド観光地」にするための基盤作りにも取り組む予定です。その大きな柱が、多島美を楽しむ「クルーズ」。外航客船の誘致とあわせて実現したいのが、24 メーターを超えるようなスーパーヨットでの瀬戸内海クルーズです。ヨーロッパの地中海やカリブ海では、ヨットをチャーターし家族で 1 週間バカンスを楽しむ風習があります。せとうちでも、その文化を定着させたい。乗り越えるべきハードルは多いですが実現した時、世界にアピールできるせとうちならではのコンテンツとなると思います。



※AUTHENTIC…本物の、真正正銘の

兵庫県・香川県・岡山県



せとうちアートの島と世界遺産姫路城をめぐる 4 日間

せとうちアートの島々の見どころを網羅。瀬戸内海の自然や職人技が息づく島の魅力をギュッと凝縮して体感できる 4 日間のコースです。必見の観光スポットも多く、初心者もリピーターも楽しめる旅程です。

兵庫県・徳島県・香川県



せとうちの自然とアドベンチャーを楽しむ 4 日間

体力を問わず、せとうちをアクティブに満喫できる 4 日間のツアーです。安藤忠雄の建築や歴史ある人形浄瑠璃、うずしおクルーズからラフティングまで、少し違った旅を求める旅行者にも満足いただけるコースとなっています。

せとうち観光推進機構の観光コンテンツ事例

兵庫県・岡山県



世界遺産姫路城と日本酒文化を体験する兵庫・岡山 3 日間

瀬戸内地方は日本酒の歴史を持つ地域が多く、この 3 日間の旅でせとうちの名所を巡りながら、歴史ある酒蔵見学や産地での日本酒試飲を楽しめます。日本酒のみならず歴史やアートにも触れていただけます。

山口県・広島県・愛媛県



山口・広島・愛媛の歴史に触れる 4 日間

世界遺産のある広島と宮島に加え、まだまだ知られていない山口と愛媛の歴史スポットや温泉地も巡ります。2024 年「ニューヨークタイムズの行くべき 52 カ所」に選出された山口市も含まれています。

香川県・徳島県



四国の秘境祖谷と絶景を巡る 4 日間

四国中央部の山奥にある祖谷渓は、街中の喧騒から遠く離れた場所にあります。その手つかずの自然美は思わず息をのむ美しさ。新鮮な空気、山の幸、そして素晴らしい宿と温泉。きっと忘れられない秘境の旅になるでしょう。

兵庫県・香川県・岡山県



せとうち城巡りとサムライ文化を学ぶ 4 日間

ユネスコ世界遺産に登録された姫路城、備中松山の隠れた名城「天空の城」。そして大名の楽しみのために造られた庭園も巡ります。武士の象徴である「刀鍛冶」の技を見学し、侍が刀を携えて歩いた道を辿ることができます。

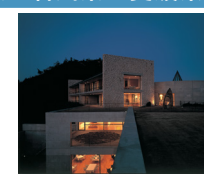
岡山県・兵庫県



城下町散策と日本の伝統技術を学ぶ 4 日間

姫路城や岡山城という象徴的な城を訪ね、倉敷商人の町を巡り、刀鍛冶や古陶磁の世界など日本の歴史文化に触れる 4 日間です。日本の伝統を辿り、城崎温泉でくつろいだ後は、丹波篠山の風情ある城下町で締めくくります。

岡山県・香川県・愛媛県・広島県



ベネッセハウス 写真：藤塚光政



アートな島めぐりと道後温泉・しまなみ 4 日間

4 日間のツアーで、せとうちのユニークな芸術、歴史、文化に触れることができます。せとうちのアートな島を散策し、道後温泉でリラックス。四国の今治と本州の尾道とを結ぶ「しまなみ海道」を自転車道で縦断します。

広島県・愛媛県・大分県



シースピカとしまなみ海道、道後温泉・大洲 5 日間

瀬戸内海の歴史的な町並みや、美しい景色を巡ります。しまなみ海道の中心部までクルーズ。武家城の影にある神聖な島・宮島で一晩滞在し、日本最古の道後温泉で一泊します。その後フェリーに乗って九州へ渡るコースです。

香川県・徳島県



リジェネラティブツアー 3 日間

リジェネラティブツアーは「再生」をキーワードにした、瀬戸内エリアの小豆島、豊島、鳴門を巡るツアーです。せとうちの伝統文化や自然、地域の取り組みに触れ、社会や自然の「再生」を感じていただくことができます。



せとうち観光推進機構のミッション（使命）



せとうちを、世界中の誰もが憧れ、また地域の誰もが誇りを持てる
世界一のデスティネーションに 地域とともに創り上げ、地方創生を実現します

山陰 インバウンド 機構

古代から受け継がれた文化、 あるがままの自然の魅力を世界へ発信。



一般社団法人
山陰インバウンド機構
事務局長 **森本 誠人**

SAN'IN
Tottori and Shimane

日本版 DMO 法人（広域連携 DMO）
登録 / 2017 年 11 月
担当エリア / 鳥取県、島根県



<https://www.sanin-tourism.com/>

戦略

・ゲートウェイ戦略

（関西、せとうち・広島、九州、山陰の各空港、境港、鉄道・高速バスの駅などを山陰の入口（ゲートウェイ）ととらえ、そこを利用もしくは利用しようとしている外国人にプロモーションし、山陰へ誘致する）

・ショーケース戦略

（自然・景観、日本最古の歴史・文化などストーリー性のあるコンテンツを有する重点エリア（ショーケースエリア）を選定しプロモーションする）

日 本の本州西端、そして日本海に面した山陰は、“出雲に繁栄する大国を築きあげた大国主神の神話”など、数々の神話が語り継がれている地域。断崖絶壁や波で削られた珍しい形の岩などの様々な地形が楽しめる「山陰海岸」、世界でここにしかない独自の生態系を知ることができる火山活動から誕生した「隠岐」、2つのユネスコ世界ジオパークがあります。他にも、かつて世界の銀の三分の一が生産されていた世界遺産の「石見銀山」など、歴史、文化、自然が色濃く今に残っています。開発されたものではなく、本来のあるがままの自然や古くから守り続けられた文化を楽しめるのが、山陰地域の良さ。山陰を訪れる外国人旅行者の多くは、日本の歴史・文化等に関心の高いリピーターというアンケート結果があります。日本の原風景を、サイクリングやウォーキングはじめ様々な旅のスタイルで体験できる山陰は、日本を旅慣れた外国人観光客に対しても新鮮な驚きを与えることができると思います。



現 在、山陰を知って来てもらうため、ゲートウェイを利用もしくは利用しようとしている外国人に情報を発信し、山陰へ誘致する「ゲートウェイ戦略」をとっています。ゲートウェイとするのは、関西、せとうち・広島、九州、山陰の各空港、境港、鉄道・高速バスの駅など。隣の地域となる各ゲートウェイから山陰をスムーズに周遊していただくために、自然・歴史・文化をはじめ、神話・伝説をテーマに周遊ルートを設定しています。また主な観光施設を網羅したデジタル周遊パス「Discover Another Japan Pass」を開発。観光案内、地図、博物館・美術館など各施設への入場券、お得なクーポンなどを一元管理でき、各事業者をアプリ上で情報発信しています。



大 阪・関西万博は山陰からの距離も近く、世界の人々に山陰を知っていただく機会にしたいです。万博で来訪するお客様に、ぜひ山陰に行ってみたいと思われるようなコンテンツ・周遊ルートを地域の事業者と一緒に作り出し、あるいは旅行商品化し、機構のポータルサイトで紹介していく予定です。私たちは以前より人材育成・スタートアップ支援にも力を入れており、すでにいくつかの事業が誕生しています。万博をきっかけに、世界の観光客の旅行先に「山陰」を想起させたいと考えています。



鳥取県



手づくりのあたたかさが残る自然の恵みの中で 昔の日本のいなかのたたずまい「みたき園」

茅葺き屋根に囲炉裏。芦津溪谷の深い緑の中にある「みたき園」は、昔話に出てくるような空間で自然の恵みをいただくお食事処。澄んだ空気や四季折々の景色という、味覚だけではなく自然の「ごちそう」が味わえます。

鳥取県



心身をキレイにととのえる“三徳山の境内ガイドツアー”

「眼・耳・鼻・舌・身・意」を表す六根。日本遺産「三徳山」は、その六根を清淨し清らかな心になると言われています。ガイドツアーでは住職自らが境内をご案内いただき、心に響く言葉を頂戴することができます。

鳥取県



鳥取砂丘アクティビティプログラム

国の天然記念物でもある鳥取砂丘では、アクティビティセレクトプランを楽しむことができます。砂丘のトレッキングやサンドボード。絶景の中で楽しむヨガなど、鳥取砂丘アクティビティセレクトプランを予約することができます。

鳥取県



大自然をいただきます。心を洗う大山ブナの森ウォーク

国立公園・大山にある西日本最大級のブナの森。降り注ぐグリーンシャワーを浴びながらのトレッキングツアーは、原生林に触れたり、重要文化財の史跡をたずねたり、自然と歴史の3つのコースが楽しめます。

山陰インバウンド機構の観光コンテンツ事例



鳥取県



絶景の城 米子城

標高約 90mの米子城天守からの眺めは 360° パノラマビジョンの世界。中でも山頂部から日が昇るダイヤモンド大山は奇跡の絶景です。米子城天守まではわずか 15 分。一度は見てみたい絶景がここにあります。

島根県



菓子老舗「彩雲堂」職人による和菓子作り体験

京都・金沢と並び日本三大和菓子処と言われる島根県松江市。老舗お菓子処「彩雲堂」の和菓子職人と一緒に、季節感も感じられる和菓子を作る体験をすることができます。日本の伝統技術や感性を感じる、貴重な時間が過ごせます。

島根県



温泉津の地酒ペアリング付き プライベート石見神楽体験

島根県西部の石見地方に古くから伝わる伝統芸能「石見神楽」を少人数で鑑賞することができます。この公演に地元の蔵元「若林酒造」の地酒とペアリング。「神楽を深く知る町歩き体験」オプションツアーもあります。

島根県



足立美術館

「庭園もまた一幅の絵画である」という信念が感じられる日本庭園と、横山大観を中心とした日本画や陶芸などの魅力的な作品を所蔵する足立美術館。日本の美を極めた日本画と庭園の調和は一見の価値があります。

島根県



Ento（ジオパークプライベートツアー付プラン）

隠岐ユネスコ世界ジオパークの泊まれる拠点施設「Ento」によるプライベートツアー。豊富な知識を持ったガイドによる案内で、隠岐を存分に堪能できます。自分だけの隠岐ストーリーを見つけることができます。

島根県



津和野鷺舞神事

「鷺舞」は津和野の弥栄神社に伝わる古典芸能神事で、毎年祇園祭りの 7 月 20 日と 27 日に昔から定められた場所で行われます。京都発祥の古典芸能神事で、今ではユネスコ無形文化遺産に登録されています。

SAN'IN 山陰インバウンド機構のブランドメッセージ
Tottori and Shimane

Discover Another Japan [in SAN'IN]
～ Beautifully Off the Beaten Path ～

観光で「サステナブルな島、四国」を実現し、 四国ブランドの確立を目指す。



一般社団法人
四国ツーリズム創造機構

代表理事 **半井真司**



日本版 DMO 法人（広域連携 DMO）
登録 / 2019 年 3 月
担当エリア / 徳島県、香川県、愛媛県、
高知県



<https://shikoku-tourism.com/>

戦略

・ブランディング戦略

（関連団体との連携 / プロモーションの改革 / オウンドメディアの改革 / 持続可能な観光への取り組み / 人材育成・住民満足度向上への貢献）

・マーケティング戦略

（観光コンテンツの広域組成・プロモーションと観光消費額の向上 / 国内誘客事業 / 訪日誘客事業）

・組織戦略

（組織・ガバナンス / 会員・観光関連事業者との連携強化 / IT 基盤の強化 / 人材育成）

私 たちのビジョンは、広域観光の推進による四国ブランドの確立です。四国は日本列島を構成する 4 つの島の中で最も小さく、周囲を海に囲まれ、本州からは船か車か列車、自転車等で渡り移動できます。中央の四国山地を境に地形と地質が違い、それが植生や気候の違いとなり、徳島、香川、愛媛、高知の 4 県では、地域独自の食文化や伝統芸能を生み出しています。コンパクトな島に異なる 4 つの顔があり、周遊することで各地の特徴を楽しむことができます。

現在、2025 年の大阪・関西万博を目指し、「持続可能な観光の推進」、「アドベンチャートラベル（AT^{※1}）の推進」「万博に向けた取り組み」を柱に中期計画を推進中です。



持 続可能な観光の推進では、2022 年に四国内の自治体と連携し、「四国『持続可能な観光』推進ネットワーク」を設立。地域の活動が実を結び、「世界の持続可能な観光地 Top100 選^{※2}」に選ばれる地域が増えています。2021 年・2022 年は 2 年連続で香川県小豆島町（中山千枚田の保存活動、オリーブによる地域振興）、2022 年・2023 年に 2 年連続で、愛媛県大洲市（城下町における遺産の保存と再生、地域社会参加型の古民家再生）、そして、2023 年には香川県丸亀市（丸亀うちわ 技術伝承と後継者育成）と、徳島県三好市（祖谷のかずら橋保存）が Top100 選に選出され、「サステナブルな島、四国」のブランド化の後押しになっています。

注力するもう 1 つの取り組みが「AT の推進」です。四国は多彩な自然があり、サイクリング、ラフティングなどのアクティビティや藍染めなど文化的な体験もできます。なんと言っても四国の代表的な AT は仏教の一宗派を開いた弘法大師空海ゆかりの 88 カ寺を巡る「四国遍路」です。四国遍路を回られている方々に、地元の人々がお茶や果物でおもてなしする「お接待文化」も四国ならではの魅力。万博に向けて 17 の AT コースを設け、万博サイトから紹介する予定です。関西とは距離が近く、万博は四国の魅力を発信する絶好の機会だと期待を寄せています。



四 国は全国より約 25 年早く人口減少が始まっている地域。人口減少は日本の大きな問題で、定住人口が増えなくても循環するサステナブルな経済・社会を作ることが必要だと思っています。観光の力で四国が好きで地域づくりに参加したいという人を増やし、経済の活性化に繋げたい。四国が、課題解決の先進地域として、日本の未来社会をデザインしていく先駆者となっていきたいと考えています。



^{※1} アドベンチャートラベル (AT) …アクティビティ、自然、文化体験の 3 要素のうち、2 つ以上で構成される旅行。旅行者が地域独自の自然や地域のありのままの文化を、地域の方々とともに体験し、旅行者自身の自己変革・成長の実現を目的とする旅行形態。

^{※2} 「世界の持続可能な観光地 TOP100 選」…GSTC から認定を受けた認証機関であるオランダの非営利団体グリーン・デスティネーションズが持続可能な観光開発のため素晴らしい取り組みをしている地域のストーリーを毎年世界から 100 地域選出しているもの。

香川県



【香川県・小豆島町】中山千枚田の保全活動

「日本の棚田百選」である中山千枚田は伝統文化継承の危機に直面しています。「中山棚田協議会」が棚田の調査や国内外の大学生の受け入れなど、持続可能な地域社会を目指した活動のストーリーをお伝えします。

愛媛県



【愛媛県・大洲市】日本の城下町における文化財の保存と再生について

大洲市はかつて大洲藩六万石で栄えた城下町ですが、高齢化・人口減少で多くが空き家に。この危機に対して、文化財の保存と再生に取り組んだストーリーを感じていただく体験プログラムをご用意しております。

四国ツーリズム創造機構の観光コンテンツ事例

香川県



【香川県・丸亀市】「丸亀うちわ」の 400 年以上の歴史的サステナブル・ストーリー～歴史を紡ぐ、丸亀うちわニュー・マイスター 31 ～

400 年以上の伝統を持つ、一本の竹から作られる美しい「丸亀うちわ」には「匠の技」「世界に誇る歴史」「地域への愛」「職人の想い」が詰まっています。伝統の品を守るため後継者不足など様々な問題に、どのように立ち向かったのかをお伝えします。

高知県



【高知県・四万十市】四万十川とトンボから考える「自然」と「人」との共生のかたち

高知県の四万十市には、世界初のトンボ保護地区「四万十市トンボ自然公園」があります。実は生物多様性に優れた日本の里山環境は、人手を加えることが不可欠なのです。トンボを題材に里山の生態系について学んでいただけます。

香川県



【香川県・土庄町】海の上を歩いてる！？ SUP で小豆島を海から眺める海上散歩

瀬戸内海に浮かぶ小豆島「シマアソビ」で体験いただく SUP クルージング。視界の邪魔になるものが少なく、山と海の岩肌の迫力など小豆島らしい景色を楽しみながら、インストラクターが小豆島の歴史や、魅力などをお伝えいたします。

香川県



【香川県・小豆島町】オリーブを核とした地域振興

日本一のオリーブ生産地、小豆島。高度経済成長期から現在まで、一つ一つの課題に小豆島がどのように立ち向かったか。その取り組みを感じていただけます。

愛媛県



【愛媛県・大洲市】消えつつあった古民家の保全における地域参加型コミュニティの形成について

大洲市では町の資産を生かした事業が展開されています。このプログラムでは、どのように住民や事業者と街づくりに取り組んでいるかをお伝えします。

徳島県



【徳島県・三好市】3 年に一度の「祖谷のかずら橋」架け替え

日本三奇橋の 1 つ「祖谷のかずら橋」は徳島県三好市の「秘境」祖谷に架かっています。山野で採取したシラクチカズラを編み重ねてつくられたこの橋は、地元の保存会により 3 年に一度架け替えが行われ、地元コミュニティがそのプロセスに関与しています。

愛媛県



【愛媛県・今治市】今治自然塾 環境教育プログラム

今治自然塾では、インストラクターと一緒に地球の構造や歴史、生物の進化を学び、地球環境について考えていきます。参加者が五感を使って体験することで、環境問題を自分自身の問題として捉えはじめる「気づき」を大切にしています。

徳島県・香川県・愛媛県・高知県



【日本遺産・四国遍路】自分と向き合う「心の旅」であり、世界でも類を見ない巡礼文化

四国遍路は弘法大師空海の足跡を巡る全長 1,400km と壮大で、世界的にも珍しい回遊型の巡礼路です。1,200 年以上前に開創されたと伝えられ、日本遺産に登録されています。信仰と自然が融合した四国の景色が楽しめます。



四国ツーリズム創造機構の観光地域づくりのコンセプト

広域観光の推進による四国ブランドの確立

九州観光機構

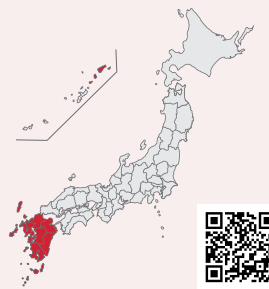
九州ならではの魅力づくりと
リピーター拡大を通じて、
観光を九州の新たな基幹産業へ。

一般社団法人 九州観光機構

事業副 本部長 **濱崎隆**
企画部 地域連携室 **平川博紀**

KTO 一般社団法人
九州観光機構
KYUSHU TOURISM ORGANIZATION

日本版 DMO 法人（広域連携 DMO）
登録 / 2018 年 3 月
担当エリア / 福岡県、佐賀県、長崎県、
熊本県、大分県、宮崎県、鹿児島県


<https://www.welcomekyushu.jp/kaiin/>

戦略

- ・ブランド戦略の再構築
（「KYUSHU」のブランドの共通認識を醸成し、国内外への浸透を図る）
- ・大規模イベント等を活用した九州の魅力発信
（大規模イベントを活用した情報発信により国内外から誘客を図る）
- ・国内外の地域、市場、ターゲットを絞った誘客活動
- ・九州内の周遊に促進するルートづくり
- ・高付加価値商品の開発
- ・「おもてなし」あふれる地域づくり

KTO 一般社団法人 九州観光機構
KYUSHU TOURISM ORGANIZATION 九州観光機構のキャッチコピー

『住んでよし、訪れてよし、働いてよし』の九州を実現する



九 州では地方知事会、主要経済団体から成る九州地域戦略会議にて、「『住んでよし、訪れてよし、働いてよし』の九州を実現する」をテーマに、2030年の観光消費額4兆円という目標を掲げています。この数字は九州の基幹産業のひとつである自動車の輸出額と同じ。そこに追いつこうと九州観光機構、各県、経済界で官民一体となった取り組みをおこなっています。

観光を基幹産業として育てるためには、認知度の向上とブランディングの強化が必要不可欠。九州の知名度はまだ世界的には高くなく、それは統一されたイメージがないことも一因でした。そこで海外の人に九州の何に魅力を感じるかのアンケートをとったところ、「温泉」、「食」、「自然」があがってきました。九州は火山が多く湯出量が日本の3分の1を占め、源泉数が非常に多いのが強みです。2014年から「ONSEN ISLAND KYUSHU」を掲げて、温泉を入口に九州の多様な魅力を訴求する取組をスタート。加えて、Energy…火山、温泉、Fertility…海と肥沃な大地がつくる豊かな食材、Gateway…人と文化が融合する日本の玄関口という3つのキーワードを設定し、プロモーションに活かしています。



海 外での知名度を高めるため、ニューヨークなど複数拠点に観光レップ※1を置き、海外メディアからの発信を通し、現在は認知度も向上傾向にあります。

また、観光消費額のさらなる向上のために取り組んでいるのが「アドベンチャートラベル（AT）※2」。九州の歴史・自然を活かすストーリー性のあるアクティビティコンテンツ作りをおこなっています。またATと同時に力を入れているのが、サイクルツーリズム。「ツール・ド・九州」の招致と合わせて、九州域内を自転車で回るツアー商品を企画し、サイクリストの聖地に育てていく計画。「ツール・ド・九州」や関西大阪万博2025など大規模イベントでは魅力を発信する貴重な機会です。大阪からは新幹線で2時間半、万博に来た方に、ぜひ九州の周遊を楽しんでいただきたいです。



私 たちが観光産業を通じて、2030年に実現したい姿は、九州ブランドが定着し、リピーターが増え、長期滞在してもらい、観光とまち作りによる地域内消費が拡大し、地域や九州経済全体が活性化している状態です。地域が魅力的になれば、最終的には移住や定住に繋がっていく。観光の最後のゴールは、定住ではないでしょうか。視座を高く持ち、観光産業を盛り上げていきたいと考えています。



※1 レップ…自治体や事業者の代理としてセールスとプロモーションを行う事業者のこと。

※2 アドベンチャートラベル（AT）…アクティビティ、自然、文化体験の3要素のうち、2つ以上で構成される旅行。旅行者が地域独自の自然や地域のありのままの文化を、地域の方々とともに体験し、旅行者自身の自己変革・成長の実現を目的とする旅行形態。

熊本県



阿蘇山の牧野を登り火口を目指す e-Bike 草原ライド

世界有数の大型カルデラと雄大な外輪山を持つ活火山、阿蘇山を舞台にしたサイクリング。普段は立ち入れない火口目指して e-Bike で駆け抜ければ、ここでしか味わえない爽快感が味わえます。

鹿児島県

活火山「桜島」の躍動を感じる
シーカヤックの旅3時間ツアー

今なお噴煙を上げる活火山、桜島でシーカヤックを体験できます。見上げれば大迫力の山。海を覗き込めば海中まで流れ出た溶岩や珊瑚。活火山特有の雄大な景色に出会う桜島ならではの冒険ツアーが楽しめます。

長崎県



生まれたての火山を間近に見られる雲仙3峰縦走トレッキング

1991年雲仙普賢岳噴火では、山腹から新しい平成新山が誕生。蒸気が立ち上がり立ち入ることはできないものの、周囲3つの山を縦走するルートから間近に望むことができ、雄大な火山景観に感動するコースです。

大分県



国東半島峯道ロングトレイル

神仏習合発祥である国東半島でのロングトレイル。独特の地形に加え自然の恵みと人々の信仰が結びついた足跡を辿る野道を歩くコース、僧侶たちが辿った修行の道「峰入り」を追体験することができます。

九州観光機構の観光コンテンツ事例

佐賀県

【現地ガイドと一緒に歩く】
九州オルレ（トレッキング）「唐津コース」

オルレとは韓国済州島発祥のトレッキング。姉妹都市の佐賀県唐津市を歩くコースが九州オルレ唐津コースです。玄界灘の眺め、サザエやアワビなどのグルメまで、ゆっくりと新しい唐津を発見できるコースです。

福岡県

【現地ガイドと一緒に歩く】
九州オルレ（トレッキング）「宗像・大島コース」

自分のペースで九州の自然を楽しむことのできる「九州オルレ」。約25分の船旅を経て福岡県は大島を巡ります。空気が澄んだ晴れた日には神職のみが上陸を許される沖ノ島を望むことができる魅力的なコースです。

宮崎県



高千穂バックラフト

人々は昔から高千穂の自然を「神の恵み」ととらえ、五穀豊穡を願う神楽などの独特な伝統文化が育まれてきました。この「神の恵み」である川を巡るバックラフト。現地アクティビティガイドの案内で幻の滝を目指します。



沖縄観光 コンベンション ビューロー

エシカルトラベルオキナワ 旅行者と地域の双方が潤う観光をつくる。



一般財団法人
沖縄観光コンベンションビューロー

常務理事 目島憲弘



日本版 DMO 法人（広域連携 DMO）
登録 / 2017 年 8 月
担当エリア / 沖縄県



<https://www.ocvb.or.jp/>

戦略

- ・広域連携 DMO 関連業務
- ・観光危機管理
- ・SDG's 関連業務
- ・海外観光客の誘致・受入
- ・海外航空路線の就航促進
- ・クルーズ観光の推進
- ・MICE の誘致・支援・受入
- ・国内観光客の誘致・受入
- ・教育旅行の推進
- ・フィルムツーリズムの推進
- ・デジタルプロモーション及びマーケティング



沖縄観光コンベンションビューローの観光地域づくりのコンセプト

「世界から選ばれる持続可能な観光地」形成に向けた
広域連携 DMO としての機能強化

沖 縄観光コンベンションビューローの前身は、沖縄が本土に復帰する以前の 1954 年に作られた沖縄観光協会です。以来 70 年、“沖縄の基幹産業は「観光」であり、観光で沖縄県の経済を支える”という意識で取り組んできました。おかげさまで観光客数は右肩上がり成長を続け、2019 年には観光客数 1000 万人を達成。しかし、観光需要の平準化、消費単価の向上、滞在日数の延伸など、さらなる成長に向けての課題もでてきました。いま沖縄は『世界から選ばれる持続可能な観光地』を目指し、質への転換を図っているところです。



具 体的な取り組みとしては、人や環境に配慮した新しい時代の旅の形「エシカルトラベルオキナワ」の推進。沖縄も観光客の増加に伴い、自然環境や地域への負荷が大きくなってきています。エシカルとは、倫理的な・道徳的なという意味ですが、「エシカルトラベル」では、持続可能な観光地を実現するために、沖縄の自然、伝統、産業に触れながら、観光客が訪れる地域の環境や生活に配慮し行動することで、旅行者と地域が満足できる状態を作りたいと考えています。県民がこれまでの歴史・文化の中で育んできたものは、エシカルトラベルにつながっています。このような歴史・文化を、どのように観光客に伝えていくかが今後の課題であり、「エシカルトラベル」は、持続可能な観光の実現に向けての一つの方法です。



また、戦略立案にデータを積極的に活用するため、市町村別に沖縄の来訪者を可視化できる「おきなわ観光地域カルテ」を作成しています。観光客の満足度と消費額の向上につなげていけるよう取り組んでいます。

万 博に向けては、世界文化遺産の「琉球王国のグスク及び関連遺産群」、自然遺産の「奄美大島、徳之島、沖縄島北部及び西表島」を中心に、独自の自然、伝統、歴史に加えて、海洋リゾートという沖縄の強みを活かしながらプロモーションしていく予定です。もう一つの沖縄の強みは、「フライ&クルーズ」。例えば関西に来日されたお客様が那覇まで飛行機を利用し、那覇でクルーズ船に乗り換えて、のんびりと宮古島、石垣島、台湾を巡るような旅行もあわせて提案していきたいです。また万博は新しい産業・最先端技術を発表する機会。沖縄にある通信関連産業の拠点や大学などの研究施設を、万博のサテライトパビリオンの位置付けにして万博とセットで楽しんでもらう仕組みを作ること面白いと考えています。



【北中城村】キタナカウェルネスを全身で感じる 2泊3日の旅

沖縄本島中部東海岸に位置する北中城村。女性長寿日本一になったことがあるこの村で長寿の秘訣にふれる旅。大切にしてきた生き方を学びながら“よりよく生きる”ための様々な体験ができる“キタナカウェルネス”を全身で感じる 3 日間です。



【沖縄本島中部・南部】 首里城復興チャリティーサイクリングイベント

参加費の一部が首里城に寄付される、首里城復興チャリティーサイクリングイベント。海からの心地よい風を切りながら自転車で沖縄本島中部・南部を周遊。走ることで世界遺産にも登録されている首里城の復興に繋がります。



【久米島町】絶景・美味・歴史文化を楽しみながら 海洋深層水複合利用「久米島モデル」を学ぶ旅

久米島で注目されているのが、海洋深層水を用いた取り組み「久米島モデル」。深層水の清浄性を活かした車エビ養殖などの産業振興、そして雇用創出を生み出す自立型コミュニティのモデルを学びます。



【慶良間諸島】海も山も楽しい！ e-Bike と徒歩で巡る 4泊5日の旅

慶良間諸島。国内外の多くの人々を魅了する世界屈指の透明度を誇る「ケラマブルー」で有名な場所です。e-Bike と徒歩で島を巡るツアーは、様々な体験を通して地元の方々と触れあひも楽しめる 5 日間。離島滞在ツアーならではの魅力に溢れています。



【那覇市】琉球料理传承人から学ぶ 沖縄食材を使った健康長寿食&やちむん体験

長寿の秘訣は食にあり。琉球料理传承人から沖縄の食材や調理法で作る健康長寿食を学んでみませんか。人々の健康を支える食文化にも触れる体験は、沖縄を知るだけでなく自分の生活習慣を見直すきっかけにも。



エシカルトラベルオキナワモデルコース

観光によって資源と地域を守り、沖縄らしさを未来へ継承するエシカルトラベルオキナワ。サンゴを学ぶ、家庭料理体験、ゴミ拾いなど、楽しみその地域を深く知る新しい旅の形です。

沖縄観光コンベンションビューローの観光コンテンツ事例



【国頭村】やんばるの森： 生物多様性とそこに共生し、守る人々の取り組みを知る

沖縄本島北部（通称やんばる）は、2021 年夏、世界自然遺産に登録されました。この「やんばる」で、沖縄の伝統的な家屋に宿泊し、世界自然遺産エリアの豊かな自然、自然と人の共生体験を、現地在住のシェパがご案内します。



【金武町】自然体験アクティビティ・バードウォッチング・街巡り

米軍基地があることから異国情緒あふれる独特な雰囲気エリアもあり、自然体験アクティビティやバードウォッチングだけではなく、街巡りも楽しめます。自然・文化・日々の暮らしも含めた、金武町ならではのストーリーを感じることができます。



【沖縄本島南部戦跡】旧海軍司令部壕

1944 年、日本海軍沖縄方面部隊を指揮する「海軍司令部基地」として掘られた旧海軍司令部壕。太平洋戦争末期 1945 年に起きた沖縄地上戦の歴史から、日本と連合国双方の視点での戦争の歴史を学び、平和の尊さを再認いただけます。



【沖縄本島北部エリア】サイクリング

沖縄本島北部今帰仁村から大宜味村までの 22km、標高差 144m のコースをサイクリング。海の上を走っているかのような爽快感を味わえる「古宇利大橋」。沖縄本島最大級のマングローブ林などを楽しむフィジカルアクティビティです。



【今帰仁村】今帰仁城跡巡り

沖縄本島北部今帰仁村にある世界文化遺産・今帰仁城跡。かつてこの地を守る要の城であった歴史的なグスクの城跡を巡る集落ツアーは、築城の歴史や当時の人々の暮らしと現代に至るまでの足跡を巡るガイドとともに歩くツアーです。



いのちをたどる、万博の旅を
日本中・世界中にみなさんに、お届けする。

大阪・関西万博は、国内外から 2,820 万人の来場を想定する、他に類を見ない大きな人流創出の機会であり、世界に日本の魅力を発信し、観光誘客を行う大きなチャンスです。政府においても、万博がもたらすメリットを日本全国が享受できるよう観光・文化・ビジネス・教育など様々な側面から、全国の交流人口の拡大を目指す「万博交流イニシアチブ」を打ち出し、万博を契機に全国の地域の活性化につなげていく取組を進めています。

このストーリーブックでは、「万博＋観光」の視点から大阪・関西万博のテーマを感じ、触れる旅をご紹介しますことで、万博への理解を深めていただくとともに、日本の暮らしや食、伝統文化、歴史、自然など、日本各地の魅力的な旅を発見していただくことを目的としています。日本全国で万博を感じていただくきっかけになることを願っています。

「いのちをたどる、万博の旅、日本の旅」を紹介するストーリーブック

ミャクミャクと
ワクワクを。





Provided by: Japan Association for the 2025 World Exposition

さあ、いのちを感じる、万博の旅へ。



大阪・関西万博「Expo 2025 Official Experiential Travel Guides」開設

大阪・関西万博のテーマ「いのち輝く未来社会のデザイン」に関連した、日本各地の観光コンテンツ、体験や過ごし方を提案する観光ポータルサイトを日本国際博覧会協会が開設。ぜひご覧ください。



いのちをたどる、
万博の旅、
日本の旅へ。

万博 × **観光**
www.expo2025travel.jp

