



週末は海の京都で
のんびりしようか！



\ 2017 秋・冬 /

海の京都

うみのきょうと たいけん てちょう



パパ最高っ!!

わたしのアートな
心をみたく物はどこ?!

体験手帖



さあ出かけましょう!
一人でも
家族みんなでも楽しめる
"とっておき旅"へ。

ARで体験の動画を
みよう!!



このマークが目印です



2017 秋・冬

海の京都体験手帖

イラストマップ



P3-①
料理教室
ばらずし体験
京丹後くらし体験

P6-⑱
風呂敷の工場見学と
旧家でのんびり体験

P3-⑤
穫れたて野菜で
手作りピザ焼き
体験

P7-⑳
スノーモービル

P4-⑧
ビン玉編み

P7-㉓
舟屋ガイドさんと
舟屋めぐり

P5-⑬
お屋敷で
絵付け体験

P5-⑭
ろくろで
自由に
陶芸体験

P6-⑰
天橋立三所詣と
二大展望所
めぐり

P7-⑳
女子限定!
ちりめん街道
まち散歩

P5-⑫
シルク100%!
ミサガづくり

P5-⑮
ちりめん
小物づくり

P7-㉒
福招き
ウォーキング

P4-⑦
裂き織りで
ランチョンマットと
コースターづくり

P3-②
かまぼこ
づくり

P3-③
くん
燻製
づくり

P4-⑩
金箔の
ブックカバー
づくり

P7-㉔
雪の大江山は
スノーシュー
パラダイス

P6-⑰
元伊勢内宮皇大神社～
天岩戸神社まで
三社めぐり

P6-⑲
スイーツ
めぐり

P3-④
漢方茶
体験

P3-⑥
くもぞ
もち
作り体験

P4-⑨
灯ろうづくり

P5-⑪
黒谷和紙の
和綴じ本
づくり

味わう

バラエティに富んだ食の体験。
「海の京都」ならではの
食材と調理方法で、
楽しく作って
美味しくいただく。
お土産にもできます。

選りすぐりの
お土産も
体験出来ます。



動画みれます!



1

ハレの日を祝う
丹後地方の郷土料理。
味の決め手は「鯖のおぼろ」。

京丹後のくらし体験 料理教室ばらずし体験

京丹後龍宮の家で、丹後地方伝統の郷土料理ばらずしを作ります。
心のおもむくままに自由に盛りつけてアートなばらずしを作ります!

- 約3時間 9:00~(応相談) ¥5,000円 AGE 6歳以上
- 2~10人 開 通年 龍宮の家
- 海の京都DMOツアーセンター 0772-68-1355

要予約/
7日前までに



京丹後市

2



かまぼこ作り体験

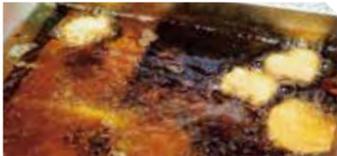
要予約/5日前までに

近海でとれた鮮魚のすり身をふんだんに使った舞鶴かまぼこを手作り体験。かまぼこを蒸しているあいだに、ちくわと天ぶらも作れます!



舞鶴市

- 約1時間30分 14:30
- 3名以上の場合、お1人2,000円、2名の場合、お1人2,500円(大人子供同一料金)
- AGE 6歳以上 2~35人
- 開 通年(12月10日~1月10日を除く)
- 舞鶴かまぼこ協同組合
- 合同会社まいづる広域観光公社 0773-77-5400



3



天橋立燻製づくり体験

要予約/5日前までに

丹後で獲れた海の幸を燻製にしてみませんか? ブレンドしたチップで燻すと、燻製独特の深みのある香りが。出来上がった燻製は真空パックにしてお土産としてお持ち帰り頂けます。



宮津市

- 約1時間30分
- ①10:00 ②13:00 ③15:30
- ¥2,000円
- AGE 6歳以上(保護者同伴)
- 2~5人
- 開 9月1日~3月21日
- 天橋立アクティビティセンター
- 090-9047-5896

*季節によって
食材が異なります。

4



薬膳料理と あなたのために作る 漢方茶体験

要予約/7日前までに

老舗漢方専門薬局が運営する薬膳喫茶で、薬膳料理とご自身の体調や身体に合わせた漢方茶をいただきます。漢方茶のおみやげ付きです。



綾部市

- 約2時間 10:00~17:00
- ¥2,100円 AGE 6歳以上 1~4人
- 開 通年(12月31日~1月9日を除く)*木曜日定休 薬膳喫茶 悠々
- 海の京都DMOツアーセンター 0772-68-1355

5



穫れたて野菜で 手作りピザ焼き 体験

要予約/3日前までに

大自然広がるのどかな里山でピザ作り。自分で収穫した野菜をピザ生地にトッピングし石窯で焼きます。焼き立てあつあつのオリジナルピザは最高。



京丹後市

- 約2時間 10:00~12:00
- ¥中学生以上2,500円、小学生2,000円、未就学児 無料
- AGE - 5~20人 開 通年 季楽里
- 海の京都DMO京丹後地域本部 0772-62-6300

6



こうぞ 楮を食べる! 楮もち作り体験

要予約/7日前までに

和紙作りの原料である楮。和紙作りには使わない楮の葉っぱでお餅を作る珍しい体験です。楮もちの味は作ってからの楽しみ。



綾部市

- 約2時間 10:00~(応相談) ¥3,500円
- AGE 6歳以上 5~10人 開 通年(年末年始を除く)
- 中上林公民館(観光センター)
- 海の京都DMOツアーセンター 0772-68-1355

[アイコンの解説] 要所要時間 ② 催行開始時間 ¥ 体験料金 AGE 対象年齢 ⑤ 催行人数 開 催行期間 ⑧ 催行場所 ⑨ お問い合わせ先
ご予約・お問い合わせは、掲載の電話番号におかけいただくか、Web(海の京都ツアーセンターのプラン一覧)よりお申し込みください。



つくる

ちょっとマニアックな
「海の京都」のものづくり体験。
丁寧な指導で、
あなただけのオリジナル作品を
創ってみませんか？
旅の思い出に、
またお土産にどうぞ!!



7
絹織物の産地で、
シルクや着物を裂いた糸などを
丁寧に織りあげます。

動画みれます!



裂き織りでオリジナルの ランチョンマットとコースターを作ろう

要予約/7日前までに

裂き織りや与謝野のシルクについてお話をきいたあとは、江戸時代から伝わる織物技法「裂き織り」で、自分だけのランチョンマットとコースターを作ります。



与謝野町



- 🕒 約3時間
- 🕒 9:00~(応相談)
- 💰 ¥5,000円
- AGE 6歳以上
- 👤 1~3人
- 📅 通年(年末年始を除く)
- 📍 与謝野町織物技能訓練センター
- 📞 海の京都DMOツアーセンター 0772-68-1355

8



伊根町

漁師が教える! ロープワークと ピン玉編み体験

要予約/5日前までに

海の仕事では必須のロープワークを地元の漁師さんに教わり、ピン玉に網掛けをします。できあがったピン玉はお土産にお持ち帰りいただけます。

- 🕒 約1時間30分
- 🕒 13:30
- 💰 大人(中学生以上)3,000円、
子供(小学生以下)2,500円
- AGE 7歳以上 ※13歳未満の方は保護者の同伴が必要です。
- 👤 2~10人
- 📅 通年(年末年始を除く)
- 📍 伊根町観光交流施設「舟屋日和」
- 📞 海の京都DMO伊根地域本部 0772-32-0277

9



福知山市

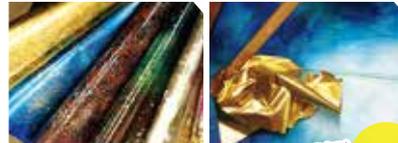
古民家 「いづみや」で 灯ろうづくり体験

要予約/7日前までに

元伊勢内宮皇大神社近くの古民家で、福知山の丹後二俣紙を使って本格灯ろうを作ります。

- 🕒 約3時間
- 🕒 9:00~(応相談)
- 💰 ¥5,000円
- AGE 6歳以上
- 👤 2~10人
- 📅 通年(年末年始を除く)
- 📍 いづみや
- 📞 海の京都DMOツアーセンター 0772-68-1355

10



舞鶴市

西陣織の技 金箔砂子のひき箔 ブックカバーづくり

要予約/7日前までに

西陣織の帯地の技法「引き箔」を体験し、ブックカバーへの金箔砂子加工を体験。また舞鶴巧芸の成り立ちから、舞鶴の歴史も学べます。

- 🕒 約3時間
- 🕒 ①9:00 ②13:00
- 💰 ¥8,000円
- AGE 6歳以上
- 👤 ①1~3人 ②通年(年末年始を除く)
- 📍 舞鶴巧芸
- 📞 海の京都DMOツアーセンター 0772-68-1355



11

伝統的な手漉き和紙の
独特の風合いが
御朱印帳の個性をひきたてます。

動画みれます!

AR

黒谷和紙の 和綴じ本(御朱印帳)作り

要予約/7日前までに

京都府指定無形文化財である黒谷和紙をつかって、自分だけのオリジナル「御朱印帳」を作ります。



綾部市



- ✓ 約2時間30分
- 🕒 ①9:30 ②13:30
- ¥ 4,000円
- AGE 6歳以上 🗿 2~8人
- 期 6~12月の土日祝(年末を除く)
- 🏠 黒谷和紙工芸の里
- 📍 海の京都DMOツアーセンター 0772-68-1355



12



シルク100%! 組みひもの ミサンガづくり



与謝野町

予約不要

4本のシルク糸を使って、組みひもを組んでいきます。できあがった組みひもはミサンガとして使用できます。集中して時間を忘れる人続出。

- ✓ 約30分
- 🕒 10:00~16:00
- ¥ 600円
- AGE 4歳以上 🗿 1人
- 期 通年(年末年始を除く)
- 🏠 海の京都DMO与謝野地域本部
- ☎ 0772-43-0155



13

登録文化財の 豪商のお屋敷で 絵付け体験



京丹後市

要予約/3日前までに(※土日祝日は予約不要)

登録有形文化財の「豪商稲葉本家」でお皿に絵付け体験をします。

- ✓ 約1時間30分
- 🕒 9:30~(応相談)
- ¥ 2,000円
- AGE 6歳以上 🗿 2~10人
- 期 通年(年末年始を除く) ※土日祝日は予約不要
- 🏠 豪商稲葉本家
- ☎ 海の京都DMOツアーセンター 0772-68-1355



14

手びねり・ ろくろで自由に 陶芸体験



京丹後市

要予約/3日前までに

プロの陶芸家の丁寧な指導の下、手びねり・ろくろなどの技法で陶芸体験が楽しめます。1kgの土を使って、1つでも2つでも、自由に作品をつくりましょう。

- ✓ 約2時間
- 🕒 10:00~(応相談)
- ¥ 1,500円
- AGE 6歳以上 🗿 1~20人
- 期 通年
- 🏠 細見工房
- ☎ 海の京都DMOツアーセンター 0772-68-1355



15

ちりめん小物作り



宮津市

要予約/5日前までに

丹後地方で生産される高級絹織物「丹後ちりめん」を使用してストラップなどかわいい小物が作れます。体験のあとは、お茶と和菓子でほっこり。

- ✓ 約1時間
- 🕒 ①10:00 ②14:30 ※平日のみ
- ¥ 1,500円
- AGE 小学生以下は保護者同伴
- 🗿 2~6人
- 期 通年(年末年始を除く)
- 🏠 傘松の里
- ☎ 海の京都DMO天橋立地域本部 0772-22-8030



ガイドツアー

まちなか散策や自然散策が楽しめる「海の京都」のガイドツアー。下調べなくとも地元ガイドさんの解説で楽しく散策できます。



16

凜とした空気が漂い
生命力に溢れた
「氣」に満たされるパワースポット。

動画みれます!

AR

元伊勢内宮皇大神社～天岩戸神社まで三社めぐり

要予約/7日前までに

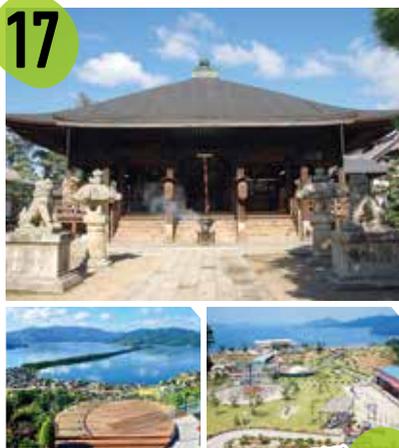
ガイドさんとともに、元伊勢内宮皇大神社、天岩戸神社などを巡ります。最後はかつて賑わっていた参道と古民家「いづみや」へ立ち寄ります。



福知山市

- 🕒 約2時間
- 🕒 10:00
- 💰 ¥1,000円
- 👤 AGE 6歳以上
- 👤 2～10人
- 📅 期 通年(年末年始を除く)
- 🏠 古民家「いづみや」
- 📍 海の京都DMOツアーセンター
- ☎️ 0772-68-1355

17



天橋立三所詣と二大展望所めぐり

宮津市

要予約/5日前までに

海渡る参道・天橋立を通り、千三百年の古社名刹にお参りする三所詣。いにしへの旅人が、憧れた聖地巡礼と天橋立を望む二大展望所からの景色をお楽しみください。

- 🕒 約3時間30分
- 🕒 12:45
- 💰 大人4,500円、子供(小学生)2,500円
- 👤 AGE 6歳以上
- 👤 2～30人
- 📅 期 通年(年末年始を除く)
- 🏠 天橋立駅
- ☎️ 海の京都DMO天橋立地域本部 0772-22-8030

18



風呂敷織物工場見学と旧家でほっこり体験

与野町

要予約/7日前までに

糸が紡がれていく様子を間近で見学し、美しい丹後ちりめんの織り工程を見られる貴重な体験です。そのあとは風呂敷のお話に耳を傾け、近所の銘菓「おくだのきんつば」とお抹茶をいただきながら、旧家でほっこり。

- 🕒 約1時間
- 🗨️ 応相談
- 💰 ¥3,000円
- 👤 AGE -
- 👤 2～10人
- 📅 期 通年(年末年始を除く土日)
- 🏠 株式会社山藤
- ☎️ 海の京都DMOツアーセンター 0772-68-1355

19



福知山のスイーツめぐり

福知山市

要予約/5日前までに

明智光秀が築いた城下町・福知山には、ステキでおいしいスイーツがたくさん! 地元ガイドさんと歴史とスイーツのまちなかめぐりに出かけてみませんか?

- 🕒 約2時間30分
- 🗨️ 応相談
- 💰 ¥2,500円
- 👤 AGE -
- 👤 3～10人
- 📅 期 通年の土曜日(年末年始を除く)
- 🏠 福知山観光案内所
- ☎️ 福知山観光協会 0773-22-2228



20

ちりめん街道のお寺で女子限定の茶話会とまち散歩

要予約 / 3日前までに



与謝野町

浄福寺の女性僧侶、三田さんと一対一で(複数でも可)お茶とお菓子をいただきながら、心をほぐしひと時を過ごしていただきます。その後、三田さんの案内で、普段は気軽に見られないちりめん街道の旧家などに訪問。地域で暮らす人々と触れ合いながら、特別な半日をすごしていただきます。

- 約2時間
- 10:00~(応相談)
- 2,500円
- AGE 6歳以上
- 1~5人
- 期 通年(日、年末年始を除く)
- 海 浄福寺
- 海の京都DMOツアーセンター 0772-68-1355



21

冬だけの贅沢 壮大な景色を感じる スノーモービル

要予約 / 5日前までに



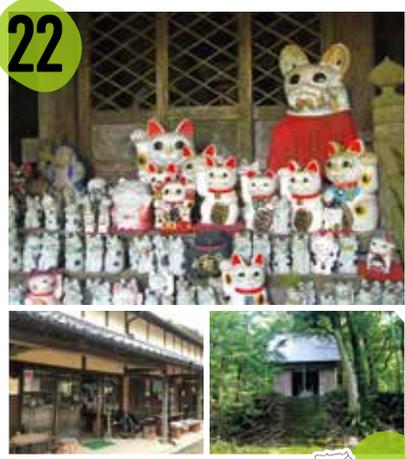
宮津市

ガイドさんの操縦するスノーモービルで夜の世屋高原の夜空にうかぶ星空や、夜景をみることができます。

※天候等により催行中止となる場合がございます。



- 約1時間
- 18:00~(応相談)
- 9,000円
- AGE 6歳以上
- 1~4人
- 期 冬季
- 世屋高原家族旅行村 しおぎり荘
- 海の京都DMOツアーセンター 0772-68-1355



福招きウォーキング 500体の招き猫と赤岩修験道

要予約 / 4日前までに

舞鶴市

赤岩修験道場への参詣路(約8km)に点在する歴史ポイントを訪ねるウォーキングコース。特に養蚕にまつわる500体の招き猫が祀られている恵比須神社は見応えのあるスポットです。

- 約4時間15分
- 10:00
- 3,000円(屋食付)
- AGE 6歳以上
- 10~20人
- 期 4~6月、9月~11月
- 恵比須神社
- 海の京都DMOツアーセンター 0772-68-1355



舟屋ガイドとめぐるまると伊根体験

要予約 / 5日前までに

伊根町

地元ガイドと舟屋の町並みを散策します。舟屋の内部見学はもちろん、老舗酒造り酒屋「向井酒造」では試飲をしていただき、銘柄入りおちよこをプレゼント。最後は、海と寄り添って暮らす生活の一部「もんどり漁」を体験します。

- 約1時間30分
- 10:15 13:00
- 大人2,300円、子供(小学生)1,800円
- AGE 7歳以上 ※13歳未満の方は保護者の同伴が必要です。
- 2~15人
- 期 通年(年末年始を除く)
- 舟屋の町並み
- 海の京都DMO伊根地域本部 0772-32-0277



雪の大江山はスノーシューパラダイス

要予約 / 7日前までに

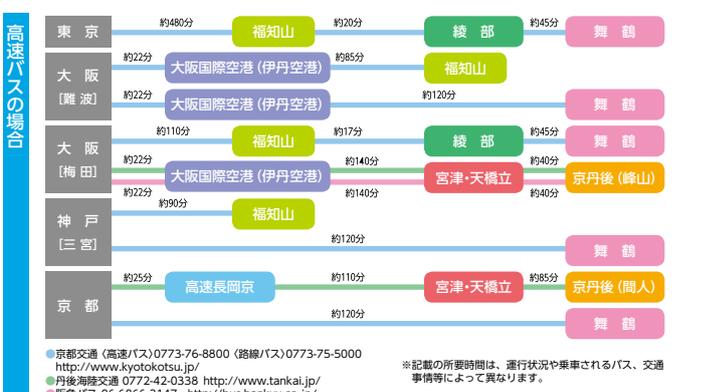
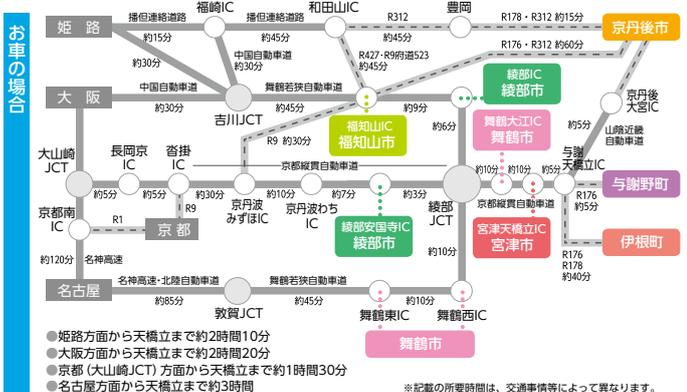
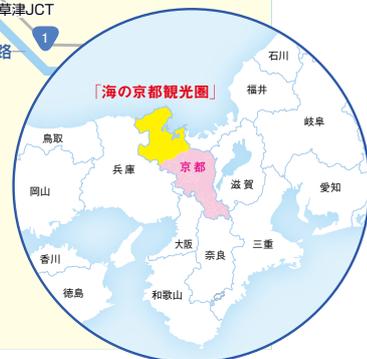
福知山市

大江山連峰にてスノーシュー体験が可能です。雪に覆われた自然の造形の美しさ面白さ、動物たちの足跡(アニマルトラック)、春を待つ冬芽など...雪の季節ならではの発見が!初めての方も安心、エコツアーガイドが鬼伝説を解説しながらみなさんと一緒に歩きます。

- 約6時間
- 8:00~9:00
- 5,000円
- AGE 12歳以上
- 2~15人
- 期 冬(年末年始を除く土日)
- 大江山連峰
- 海の京都DMOツアーセンター 0772-68-1355

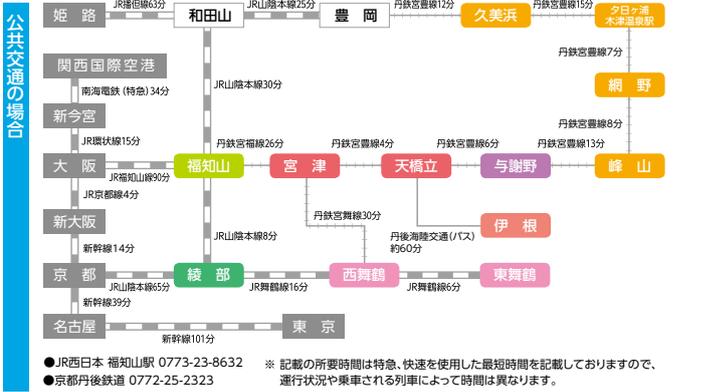


海の京都 アクセス マップ



〈お問い合わせ先〉
海の京都DMOツアーセンター
 【(一社)京都府北部地域連携都市圏振興社】
 〒629-2501 京都府京丹後市大宮町口大野226
 京丹後市役所大宮庁舎内
TEL : 0772-68-1355 (9:00~17:00)
 ※土日祝日、年末年始を除く
E-mail : info@uminokyoto.jp

「海の京都」の情報は、こちらから
www.uminokyoto.jp



マークが付いている写真にスマホをかざすと動画を見ることができます。

※配信期間は発行日から1年間の予定です。 ※通信環境やOSのバージョンによって見られない場合があります。

①スマートフォンの無料アプリケーション「COCOAR2」(ココアル2)をインストールし起動する。



②スキャン
 マークが付いている写真にスマートフォンをかざして、カメラマークを押すとスキャンがスタート。5秒程度で動画が始まります。