

海の京都の  
楽しい  
体験プログラム  
が**満載!!**

「さあ、自分だけの  
とっておき旅」へ  
でかけましょう



# 海の京都 体験手帖

うみのきょうと **たいけん** てちょう

2017 春・夏



spring 春 summer 夏 も

# 『海の京都』で体験旅行

# 超おすすめの体験!

楽しい体験がいっぱいあるよ。



季節のイベントと合わせると海の京都をより深く楽しめるわ!

# お土産にいいかも!

ガラス工芸から丹後ちりめん小物までオシャレでかわいい小物作り体験。



**京丹後市**  
**スタンドグラス作り**  
要予約/当日も空いていればOK

オシャレな工房は窓から田園風景が見え落ち着いた雰囲気です。  
 スタンドグラスやアクセサリ-ガラス体験ができます。  
 ￥ アクセサリ小物1,500円～、絵皿・万華鏡2,300円、スタンドグラス写真立て2,800円  
 期 通年 ☎ 10:00～17:00 ☎ 1～20名  
 ☎ ガラススタジオ楽夢 ☎ 0772-83-1429



**与謝野町**  
**天橋立の奥座敷でいただく懐石弁当とシルク手織り体験**  
要予約/2日前までに

創業85年の伝統ある料亭「當里家(あたりや)」の美味しい和懐石弁当を食べた後は、手機でシルクコースターを作ります。織ったコースターはお土産に。  
 ￥ 3,500円 期 通年(年末年始をのぞく)  
 ☎ 10:00～13:00 ☎ 4～10名 ☎ 當里家(あたりや)  
 ☎ 与謝野町観光協会 ☎ 0772-43-0155

**宮津市**  
**ちりめん小物作り**  
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。体験の後は、お茶と和菓子でほっこり。  
 ￥ 1,500円 期 通年  
 ☎ ①10:00～②14:30～(平日のみ)  
 ☎ 2～6名 ☎ 傘松の里  
 ☎ 天橋立駅観光案内所 ☎ 0772-22-8030



## 海の京都 イベントカレンダー - 2017

### 春



その他、海の京都のイベント情報はこちら



**舞鶴市** 4月上旬  
吉田のだれ桜・キャンドルイルミネーション  
瑠璃寺の樹齢300年ともいわれる古木と80年の二対の若木からなるだれ桜。毎年、ライトアップされ、キャンドルイルミネーションも。  
☎ 舞鶴観光協会 ☎ 0773-75-8600



**与謝野町** 4月16日  
滝の千年ツバキまつり  
滝の千年ツバキ公園をメイン会場に千本づき、各種バザーを開催します。  
☎ 与謝野町観光協会 ☎ 0772-43-0155



**宮津市** 4月24日  
葵祭  
元伊勢籠神社で4月24日に行われる祭礼で、北近畿、京都府北部丹後で最古の祭とされ、2500年余という歴史がある。  
☎ 天橋立観光協会 ☎ 0772-22-8030

**京丹後市** 4月8日(土)～4月9日(日)  
第67回 京丹後ちりめん祭  
ちりめん・帯などの展示販売を行う呉美市やステーション、丹後うまいもん市などが行われ、ちりめんの魅力を身近に感じられるお祭りです。  
☎ 京丹後市観光協会 ☎ 0772-62-6300



**伊根町** 5月中旬  
夜光虫ウォッチング  
伊根湾めぐり遊覧船をチャーターして、夜の宝石「夜光虫」を探しに行くツアーです。  
☎ 伊根町観光協会 ☎ 0772-32-0277



**福知山市** 5月28日  
大江山一斉登山  
新緑の大江山に、5ヵ所の登山口から一斉に登る恒例イベントです。丹後半島を見渡す絶景を楽しみながらハイキング。  
☎ 福知山観光協会 ☎ 0773-22-2228

**綾部市** 5月13日(土)～6月25日(日)  
春のバラまつり  
中央花壇に植えられた平和のシンボル「アンネのバラ」を囲むように、120種、1200本のバラが美しく咲き揃います。  
☎ あやべ特産館 ☎ 0773-43-0811

# 絶品スイーツを作ろう!

クッキーやチーズケーキ作りなど  
楽しく美味しいお菓子作り。



**舞鶴市**  
**舞鶴ふるるファーム**  
手作り体験教室  
要予約

かわいい動物や、美しい自然に囲まれたふるるファームで、季節ごとの「フルーツ大福」や石窯で焼く「クッキー作り」が体験できます。

¥ 石窯クッキー750円、フルーツ大福850円  
期 通年(火曜日定休、土日祝を除く)  
◎ 10:30~12:00、13:00~14:30  
◎ 2~24名 ▲ ふるるファーム  
☎ 0773-68-0233



# のんびりまち歩き!

お城の歴史に触れながら城下町散策。  
スイーツも楽しめる。

福知山城の歴史に迫る!



**福知山市**  
**福知山 お城とスイーツのまちなめぐり**  
要予約/希望日の5日前までに

お城とスイーツのまち福知山の絶品スイーツ店を地元ガイドとともに巡ります。

¥ 2,500円 期 通年の土曜日(年末年始を除く) ◎ 2時間30分  
◎ 3~10名 ▲ 福知山観光案内所 ☎ 0773-22-2228

オスズ坂の地元スイーツ店を巡れそう!



**綾部市**  
平日限定!  
ノリさんの  
チーズケーキ教室  
要予約/1週間前までに

京都北山の有名ケーキ店出身の熟練パティシエが平日限定で開催するチーズケーキ教室。本格的なチーズケーキ作りチャレンジしてみませんか。

¥ 2,500円 期 4~9月の平日  
◎ 13:00~16:00 ◎ 2~10名  
▲ パティシエ・ノリ  
☎ 0773-45-8120



# 釣り道具なしでOK!

漁師さんにレクチャーしてもらえる海釣り体験。

**伊根町**  
**伊根の釣り体験**  
要予約/5日前までに

伊根の舟屋を眺めながらゆっくりと釣りをお楽しみいただけます。地元の漁師がインストラクターとして釣り方や釣った魚の美味しい食べ方をレクチャーします。釣竿や仕掛けなどすべて用意していますので手ぶらで参加できます。



¥ 大人3,000円、子供(小学生)1,500円  
期 5月8日~11月30日 ◎ ①13:30~15:00、②15:30~17:00 ◎ 2~6名 ▲ 七面山揚場  
☎ 伊根町観光協会 ☎ 0772-32-0277

[アイコンの解説] ¥ 体験料金 期 催行期間 ◎ 催行時間 ◎ 催行人数 ▲ 催行場所 ☎ お問い合わせ先

## 海の京都は春も夏もイベント目白押し!



**綾部市**  
7月22日(土)  
**あやべ水無月まつり**  
由良川の川岸から打ち上げられる迫力ある花火をお楽しみください。色とりどりの灯籠が流れる「万灯流し」も必見。  
▲ 綾部商工会議所 ☎ 0773-42-0701

**みなと舞鶴**  
ちやったまつり・花火大会  
7月下旬  
舞鶴の方言「ちやっ(〜された)」から名付けられた夏のお祭り。舞鶴湾に打ち上げられる花火は、夏の夜を彩ります。  
▲ 舞鶴観光協会 ☎ 0773-75-8600

**与謝野町**  
ひまわりフェスティバル  
8月上旬  
夏を代表する「ひまわり」がのどかな雰囲気の花畑に咲き誇ります。  
▲ 与謝野町観光協会 ☎ 0772-43-0155

**京丹後市**  
フェスタ飛天  
8月上旬  
京丹後市峰山町に伝わる「羽衣伝説」をモチーフとしたイベント。京丹後市の夏の風物詩。  
▲ 京丹後市観光協会 ☎ 0772-62-6300

**宮津市**  
宮津燈籠流し花火大会  
8月16日  
日本三大燈籠流しの一つで、精霊船と約1万個の紅白の湯掛け燈籠が海面を漂い、約3,000発の打上げ花火も見ごたえ十分です。  
▲ 天橋立観光協会 ☎ 0772-22-8030

**伊根町**  
伊根花火  
8月26日(予定)  
伊根湾に浮かぶ台船から打ち上げられる約1,200発の花火が、ライトアップされた舟屋群の町並みを幻想的に照らし出します。  
▲ 伊根町観光協会 ☎ 0772-32-0277

**福知山**  
福知山ドッコイセまつり  
8月14~16、24~25日(予定)  
福知山の夏の風物詩。「どっこいせー」という印象的なフレーズにあわせた踊りの輪に飛び込み参加も。  
▲ 福知山観光協会 ☎ 0773-22-2228

※期限を過ぎても予約可能な場合がありますので、お問い合わせください。



# めぐる 体験



ちょっと  
いってくるわ



## 伊根町



すごい  
満足感

要予約 / 5日前までに

### ① 舟屋ガイドとめぐる まるごと伊根体験

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、銘柄入りおちょこをプレゼント。最後は、海と寄り添って暮らす生活の一部「もんどり漁」の体験をします。

- ¥ 大人2,300円、子供(小学生)1,800円
- 期 通年
- 🕒 ①10:15~11:45 ②13:00~14:30
- 👥 2~20名 🏠 舟屋の町並み
- ☎ 伊根町観光協会 ☎0772-32-0277

「舟屋ガイドとめぐる  
まるごと伊根体験」を  
ダイジェストで  
どうぞ!



地元のガイドさんと  
舟屋の町並み散策



舟屋の中へ



老舗造り酒屋  
「向井酒造」で試飲



伝統の「もんどり漁」  
に挑戦



## 福知山市

予約不要

### ② パワースポット散策

北近畿有数のパワースポット、元伊勢内宮大神社と天岩戸神社を地元ガイドとともに巡ります。

- ¥ 無料 期 通年(土曜・午後1時出発、1・2月を除く)
- 🕒 13:00~14:30 🧑 1名~応相談 🏠 元伊勢観光センター
- ☎ 福知山観光案内所 ☎0773-22-2228



神聖にして  
敵か!



## 京丹後市

要予約 / 3日前の17時まで

### ③ 丹後を満喫! ジオウォーク

ユネスコ世界ジオパークに認定されている壮大な景観と共に鬼伝説や神域の竹野神社などの秘話を聞きながら歩いてみよう。そのほかにもいろいろなメニューがあります。

- ¥ ①5名まで2,500円(1グループ)、②6名以上500円(1名)、小学生未満無料 期 3~11月 🕒 最大2時間
- 👥 1~20名 🏠 京丹後市丹後町立岩岡遊覧コース他
- ☎ 京丹後市観光協会 ☎0772-62-6300



## 宮津市

要予約 / 5日前までに

### ④ 天橋立三所詣と二大展望所めぐり

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。

- ¥ 大人4,500円、子供(小学生)2,500円 期 通年
- 🕒 12:45~16:15 🧑 2~30名 🏠 天橋立駅
- ☎ 天橋立駅観光案内所 ☎0772-22-8030



天につながる  
木古の聖地  
「天橋立」の  
定番コース



## 舞鶴市

予約不要

### ⑤ 海軍ゆかりの港めぐり遊覧船

遊覧船から間近で見る海上自衛隊護衛艦の迫力、赤れんが倉庫群、造船所等海軍にゆかりのあるスポットを遊覧船で海から30分で巡ります。

- ¥ 1,000円、子供(3~12歳)500円、2歳以下無料
- 🕒 土・日・祝日・お盆のみの限定運航(平成29年3月18日~11月26日)
- 🕒 (1便)11:00発(船内ガイド添乗)、(2便)12:00発(船内ガイド添乗)、(3便)13:00発
- 🕒 遊覧時間:30分 🧑 1~60名 🏠 舞鶴市北吸「北吸赤れんが棧橋」
- ※ナビゲーションの検索:舞鶴市政記念館0773-66-1096
- ☎ まいづる観光ステーション ☎0773-75-8600



舞鶴  
かまぼこ手形で  
半額に!!

かりごたえ  
十分です!



### 舞鶴市

要予約 / 5日前までに

#### ① かまぼこ作り体験

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、ちくわと天ぷらも作れます!

- ¥ 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)
- 期 通年(12月10日~1月10日除く)
- 🕒 14:30~ 🗿 2~35名
- 📍 舞鶴市下安久、舞鶴かまぼこ組合
- ☎ 合同会社まいづる広域観光公社 ☎0773-77-5400



# つくる 体験



モ/作りにおいて  
妥協は無しよ!

先生が優しく  
ていねいに  
教えてください!!



(かまぼこ組) 型にすり身を  
その① 入れて整える



板にのせて  
その② きたちづくり



その③ 蒸して完成



できたて  
おいしい!!  
その④ 実食!



ちくわ  
てんぷらも  
作れるんだ!

- ◎ちくわ  
①型にすり身をいれて整える  
②すり身を竹にまきつける  
③専用の焼き機で焼いて完成
- ◎てんぷら  
①型にすり身をいれて整える  
②すきなプレートを選んでくりぬく  
③油であげて完成



大人っぽくて  
ステキ!!

### 京丹後市

要予約

#### ② 丹後ちりめんハンカチ染色体験

上品で美しい丹後ちりめんのハンカチにあなただけの染色をしてみてください。ハンカチは正絹や綿ローン(白または色付)があります。

- ¥ 1,000~1,500円 期 通年 🕒 10:00~15:00
- 🗿 1~20名 📍 アミティ丹後 ☎0772-72-5261



焼き立てが  
一番!!

### 宮津市

要予約 / 5日前までに

#### ③ 黒ちくわ手づくり体験

宮津湾近海でとれたアジなどをすり身に使うご当地グルメの黒ちくわの手づくりを体験でき、その場で焼き立ての黒ちくわを食べることが出来ます。

- ¥ 1,500円 期 通年 🕒 ①10:30~11:30、②14:00~15:00 🗿 2~10名 📍 松屋本店
- ☎ 天橋立駅観光案内所 ☎0772-22-8030



来たね~!



### 与謝野町

予約不要

#### ④ シルクでミサंगा作り

初めてでも簡単に、楽しくミサंगाが作れます。大切な方へのお土産に、丹後の楽しい思い出にぜひ体験してみませんか。

- ¥ 600円 期 通年 🕒 10:00~16:00 🗿 2~30名
- 📍 与謝野町観光協会 ☎0772-43-0155



### 与謝野町

要予約 / 5日前までに

#### ⑤ 絶景棚田で食べる九条ネギ収穫・九条ネギピザづくり

九条ネギを収穫して、ネギPIZZA作り。大江山に抱かれた温江の田畑を眺め、季節の風を感じながら食べるランチは、お腹も心も満たされます。

- ¥ 大人4,000円、小学生2,000円、幼児:無料
- 期 通年(年末年始除く) 🕒 4時間 🗿 2~5名
- 📍 まさ農園 ☎ 与謝野町観光協会 ☎0772-43-0155



### 福知山市

要予約 / 5日前までに

#### ⑥ 海の京都で海の色のおみやげを福知山藍染体験

600年の歴史をもつ福知山の伝統産業・由良川藍の本藍染体験で、オリジナルのハンカチやショールを作りましょう。

- ¥ 1,200円(ハンカチ) 期 4~11月
- 🕒 10:00~15:00(受付は13:00まで) 🗿 1~10名
- 📍 福知山藍染同好会 ☎0773-23-6415

その他の体験プログラムはこちらの「体験する」をクリック <http://www.uminokiyoto.jp/>

\*期限を過ぎても予約可能な場合がありますので、お問い合わせください。



体験プログラムのダイジェスト動画は [こちらから!](#)





# 癒し体験



海を眺めながら  
ゆっくりするの  
もいいんだニャン

## 宮津市

要予約 / 5日前までに

### ① 成相寺阿字観体験

古くから日本の山岳宗教の修験場だった成相寺で、瞑想を体験。神聖な空気を体内に取り入れながら、仏様の世界を体感ください。

¥ 大人、子供1,000円  
(別途入山料 大人500円 中高生200円)

期 通年

① 10:00~10:40 ② 15:00~15:40

1~15名 成相寺

天橋立駅観光案内所

☎0772-22-8030



成相寺からは  
こんな景色が



自分を一度、  
遠くから  
眺めてみるのが  
大切なのです



阿字観についてのお話し



呼吸を整えて瞑想



瞑想をゆっくり解く



気持ちを整えて、  
合掌。。。



すごく  
清々しい!



## 京丹後市

要予約 / 3日前までに

### ② 三寶寺で写経体験と精進料理(洪雲コース)

凜とした空気の中で無心で行う写経。精神を統一して、じっくりと自分自身をみつめます。写経のあとは地元食材をつかった精進料理が食べられます。その他にも座禅体験や、様々なコースがあります。



¥ 4,240円 期 通年  
(お盆・年末年始は応相談)  
約3時間 ⑤ 5~30名  
三寶寺 海の京都DMO  
☎0772-68-5055



## 綾部市

予約不要(BBQは1週間前までに予約)

### ③ ストロベリーキャンドルが咲き誇る春の牧場で かわいいネコたちに癒されよう

春になるとストロベリーキャンドルの花が一面に咲き誇る綾部ふれあい牧場。牧場内にある「ネコ牧場」ではフレンドリーで愛嬌たっぷりな5匹のネコが出迎え、癒してくれます。地元食材を使った食堂のランチや手ぶらで楽しめるBBQもおすすめ。

¥ 入場無料、ウサギのエサやり体験50円、  
BBQ1人2,800円~  
期 通年(ストロベリーキャンドルの見頃は  
4月中旬~5月中旬、ピークはGW)  
⑤ 10:00~18:00 ⑥ BBQ:2~50名  
綾部ふれあい牧場  
綾部ふれあい牧場内ハイジのキッチン  
☎0773-48-1000



## 宮津市

要予約 / 5日前までに

### ④ 天橋立ビーチヨガ

やわらかく白い砂、青い海のもと朝ヨガで気持ちよく1日をスタートしてみませんか? 海に囲まれた天橋立の新鮮な空気を体に取り入れて、心も体もリフレッシュ! 空と海とひとつになる60分。

¥ 中学生以上2,000円 期 4月29日~10月9日の日・祝日  
⑤ 6:50~8:00 ⑥ 3~10名 天橋立海水浴場  
天橋立駅観光案内所 ☎0772-22-8030

日本三景で  
驚沢にヨガ!



## 与謝野町

予約不要

### ⑤ 古墳で土笛づくり

工夫次第で、形も自由自在。古人になっただけでもステキな音色を響かせてください。

¥ 300円(入園料別) 期 休園日を除く  
(年末年始、3~12月の月曜日、1~2月の月火)  
⑤ 9:30~16:30 ⑥ 1~20名  
与謝野町立古墳公園 ☎0772-43-1992



## 綾部市

予約不要(5名以上は3日前までに予約)

### ⑥ My漢方茶はどんな味?

店主があなたの顔を見て、オリジナルの漢方茶を作ります。自分にぴったりのMy漢方茶を飲むことができるほか、花粉症や疲れなど季節の症状に応じた漢方茶も体験できます。

¥ 500円 期 通年 ⑤ 10:00~18:00  
⑥ 1~10名 薬膳喫茶「悠々」 ☎0773-42-0425

与謝野町

要予約 / 利用日の2か月前から受付  
※受付開始は毎年3月20日から

①天橋立を一字に眺めながら  
キャンプ&BBQ

絶景を見下ろしながらBBQ!なんと贅沢な時間が過ごせる。完全持ち込みだから、自由にアレンジできるのがうれしい。

- ¥ 炊事棟使用料1,000円/日、環境協力金100円/日 (レンタルBBQセット1,000円、炭600円)
- 期 4月1日~11月30日
- 🕒 炊事棟 10:00~17:30
- 📍 大内峠一字観公園
- 📞 大内峠一字観公園管理事務所 ☎0772-46-0052



アクティビティ体験



アウトドア体験は一生の思い出になるわね!



ただただ、圧倒!



綾部市

要予約(催行日はネイチャーガイドと相談して決定)

②自然満喫! 君尾山の大トチを 目指すトレッキング体験

樹齢2,000年と云われる大トチやカツラの巨木をネイチャーガイドの案内で巡ります。トレッキング後は近くの「あやべ温泉」で疲れを癒すのもおすすめ。

- ¥ 500円(保険料込) ※別途バス代、あやべ温泉をご利用の場合は入湯料が必要
- 期 4~9月(催行日はネイチャーガイドと相談して決定) 🕒 所要時間約4時間
- 👥 10~30名 📍 あやべ観光案内所 📞 綾部市観光協会 ☎0773-42-9550



福知山市

予約不要

③毛原 ブルーベリー 摘み取り体験

棚田百選にも選ばれている毛原地区にあるブルーベリーガーデンで、ブルーベリーの摘み取り体験。カフェもあります。

- ¥ 250円(100gあたり)
- 期 7~8月の土日祝
- 🕒 10:00~16:00
- 👥 1名~応相談
- 📍 棚田の里 ブルーベリーガーデン
- ☎ 0773-56-2105

シーカヤックで海の京都の美しい海岸線を眺めてみませんか?



京丹後市

要予約/前日までに

④かまい海岸シーカヤック体験

ユネスコ世界ジオパークに認定された山陰海岸にある北近畿唯一のJSCA公認スクールです。自然がいっぱいの海はプライベート感満載。初心者からでも。

- ¥ 半日コース6,000円~、1日コース11,000円~、団体(10~30人)1名につき1,500円、他プランあり
- 期 4~10月 🕒 8:30集合~3時間程度(コースによって異なる)
- 👥 2名~コースによって異なる 📍 久美浜町蒲井海岸
- 📞 かまい海岸シーカヤッククラブ(風蘭の館) ☎0772-83-1033



宮津市

要予約/5日前までに

⑤天橋立シーカヤック体験

天橋立の雄大な自然をシーカヤックに乗って体感してみませんか? 海の上から眺める天橋立は、また格別。長い年月をかけて作られた自然美に圧倒されること間違いなし!

- ¥ 大人(中学生以上)6,000円、子供(小学生)4,000円
- 期 4月1日~10月31日 🕒 ①9:30~11:30 ②13:00~15:00
- 👥 2~8名 📍 天橋立府中海水浴場
- 📞 天橋立アクティビティセンター ☎090-9047-5896



伊根町

要予約/5日前まで

⑥伊根のシーカヤック体験

浦嶋伝説ゆかりの本庄浜から出艇して、日本海特有のリアス式海岸を海側から眺めます。

- ¥ 大人6,000円、子供(小学生)5,000円
- 期 7月上旬~9月末 🕒 13:00~15:00
- 👥 2~8名 📍 本庄浜海水浴場
- 📞 伊根町観光協会 ☎0772-32-0277

その他の体験プログラムはこちらの「体験する」をクリック <http://www.uminokiyoto.jp/>

※期限を過ぎても予約可能な場合がありますので、お問い合わせください。



体験プログラムのダイジェスト動画は [こちらから!](#)



