



公益社団法人ひょうご観光本部

Hyogo Tourism Bureau

〒650-8567 神戸市中央区下山手通5-10-1 E-mail:info@hyogo-tourism.jp パンフレット発行 2021年3月







Night time
History · Culture
Nature · Landscape
Gourmet · Onsen
Sports · Activity



Explore Hyogo, The Origin of Japan

DELL

Explore Hyogo, The Origin of Japan

日本の中心に位置する兵庫

兵庫は、北緯35度・東経135度と日本列島の中心に位置し、また長らく都が置かれた京都からとても近いため古くから豊かな文化が栄えました。その便利なロケーションから、鉄道や飛行機などを使って、効率的に全国の他地域を訪れることが可能です。



古くからの歴史と豊かな文化

兵庫、大阪、京都を中心とするエリアは「関西」と呼ばれ、1868 年に首都が東京に移されるまで、1,000 年以上日本の中心地でした。そのため、兵庫には、世界文化遺産の姫路城をはじめ、多くの神社・仏閣、城跡が残っており、国宝や重要文化財の保有数は全国でも上位です。さらに、日本遺産については全国一の登録数を誇ります。

食の宝庫

北の日本海、南の瀬戸内海に挟まれた兵庫は、冬の王者"松葉ガニ"やブランド牛"神戸ビーフ"等、山海の幸に恵まれています。それぞれのエリアでは個性豊かな食文化が栄え、四季折々の恵みが感じられる「食の宝庫」です。

但馬エリア TAJIMA 丹波エリア TAMBA 神戸・阪神

淡路エリア

AWA, JI

KOBE · HANSHIN

多様で豊かな地域

兵庫は、江戸時代においては、5つの国(地域)から構成されており、それぞれの地域が持つ多様で独特な文化、生活様式などを楽しむことができます。

神戸・阪神

国際貿易都市『神戸』に代表される都市部。 豊かな芸術・文化を有しています。

播磨

世界遺産『姫路城』に代表される歴史深い地域。神社・仏閣、城跡なども多く見られます。

但 馬

北は日本海に面し、冬は多くの雪が降ります。コウノトリ育む郷として、自然と人との共生を味わうことができるエリアです。

丹波

昼夜の気温差が大きく、豊かな土壌、清らかな水に育まれる栗や 黒豆などの丹波ブランドが有名です。

淡路

神話に記された日本列島「はじまりの島」。同時に大阪や神戸など都会から近いリゾートであり、ゆったりとした時間が楽しめます。

Explore Hyogo, The Origin of Japan

1,300年以上前に書かれた日本最古の歴史書『古事記』『日 本書紀』によると、日本列島は、大海原に降り立った男女二 柱の神によって創り出され、その最初にできた島が兵庫の 淡路島であると記されています。兵庫が、古くから日本の首 都が置かれた奈良や京都に近く、時の権力者に大きな影響 を与えていたことが、その理由と考えられます。

歴史と文化を脈々と受け継ぎ、食や温泉など自然資源にも 恵まれた兵庫で、ここでしかできない貴重な体験をお楽し みください。

What to Experience

- 04 Night time
- 06 History · Culture
- 12 Nature · Landscape
- 15 Gourmet · Onsen
- 17 Sports · Activity

記載の内容、データは2021年8月現在のもので、 今後予告なしに変更される場合があります。

1 Night time 神戸・阪神

六甲山から望む1,000万ドルの夜景とライトアップの競演

「六甲山光のアート Lightscape in Rokko」と六甲山名物のジンギスカン料理

「六甲山光のアートLightscape in Rokko」は、1,000万色以上の色彩表現ができ るLED照明を使って、展望台全体を覆うフレームを照らすイルミネーション。光に よる親近感のある風景の描写は、 照明デザイナー・伏見雅之氏の演出によるも のです。六甲山のシンボルでもある「自然体感展望台 六甲枝垂れ」を中心とした イルミネーションが季節毎に変化し、1,000万ドルの夜景との競演は、驚くほどロ マンチック。季節の移ろいを感じる幻想的な光景をお楽しみください。

所要時間:約2時間 集合場所:六甲ガーデンテラス 兵庫県神戸市灘区六甲山町五介山1877-9 問合せ先:六甲山観光株式会社

https://www.rokkosan.com/gt/ info2@rokkosan.com



六甲山名物のジンギスカン料理 ヘルシーフードのラム肉をはじめ、特選和 牛や海の幸をふんだんに盛り込んだジンギ スカン料理は、古くから六甲山の名物。 1,000万ドルの夜景を眼下に、おすすめ厳 選ラムをご賞味ください。









3 History·Culture 播磨

日本古来の金物の町 「三木」で庖丁研ぎと オリジナル庖丁製作体験

三木市は日本屈指の金物の産地として、古くから料理人た ちが使う包丁や建築現場で活用されている大工道具など を生産しており、国内外の職人から根強い支持を集めてい ます。職人と一緒に世界で一つだけの包丁製作と地元酒蔵 での試飲をお楽しみください。

所要時間:約6.5時間 実施期間:2月~10月中旬 集合場所: ながさわ三木店

兵庫県三木市府内町2-24 問合せ先:株式会社三木刃物製作所

ttp://www.miki-hamono.co.jp

図 HPより問合せください

プロフェッショナルから学ぶ オリジナル庖丁制作体験

加工前の庖丁を研ぐ研磨から最終仕上げまで、自身 でオリジナル庖丁づくりを体験できます。家庭用砥石 でできる包丁のメンテナンス方法についてもプロ フェッショナルから学ぶことができます。







日本酒でブレイクタイム



能面付けてすり足体験

楽器の解説と体験

装束の解説と着付け

2 History・Culture 神戸・阪神

西宮能楽堂・世界最古の舞台芸能「能」体験

能の曲「高砂」に登場する西宮市鳴尾の地に建つ由緒ある西宮能楽堂で体験するプログラムです。鑑賞だけ でなく、白足袋に履き替えて舞台へ上がり、基本動作の「すり足」や能面付けを体験。日本酒の試飲もあり、能 の心と日本文化の世界観に触れることができる特別プランです。日本の伝統文化を体感してみませんか。

所要時間:約1~2.5時間 集合場所:西宮能楽堂 兵庫県西宮市鳴尾3丁目6-20 問合せ先:日本伝統芸術文化財団

https://japantacf.themedia.jp/

anishinomiyanohgakudo@gmail.com

オプション

- ・装束着付け解説
- •囃子楽器体験
- ・ミニ公演鑑賞
- 詳細はメールにて お問い合わせください。





4 History・Culture 播磨

酒米が育つ場所で農家が伝える、 日本酒のシンボル "杉玉"づくり

白い米、清らかな水でできる"酒"。兵庫県は酒米の王者「山 田錦」の生産量が日本一。その酒米は、神が宿る木とされる 「杉」が育つ山の恩恵を受け成長します。酒米の育つ里山風 景を眺め、日本酒と杉のつながりを紐解きながら日本酒の シンボル"杉玉"を作ってみませんか。

所要時間: 約3.5時間 実施期間: 12月~3月

兵庫県加西市山下町2349-29 問合せ先: 株式会社 ten

https://ten-hyogo.jp/

info@ten-hyogo.jp

酒米農家 ten

兵庫県加西市で代々田と山、そして酒米づくりを受け継いでき た農家兼林家が指南役。里山を望む大きな窓が特徴的なお店 では、一つの田圃から採れた酒米で一つの日本酒を作る一圃 一酒の日本酒「SEN」や、黒豆、小豆など畑の恵みを紹介しなが ら、里山に関連したイベントを開催しています。

出来上がった「杉玉」をお持ち帰り!

History · Culture 7 6 History · Culture







5 History・Culture 神戸・阪神

阪神間モダニズム建築と 阪神甲子園球場を巡る

阪神間モダニズムとは、1900年から1930年代にかけて阪 神間で育まれ、西洋文化の影響を受けた芸術・文化・生活 様式のことです。その中でも、近代建築群は、日本の伝統的 な様式美とモダンデザインが巧みに調和した和洋折衷スタ イルを特徴としています。このツアーでは"近代建築の三大 巨匠"の一人、フランク・ロイド・ライト氏が設計した「ヨドコ ウ迎賓館(旧山邑家住宅)」を中心に今も残る魅力ある近 代建築を巡ります。

所要時間:約8時間 実施期間:水・土曜日

集合場所:JR三ノ宮駅など(お問合せください)

問合せ先:神姫観光株式会社姫路支店

ttps://www.shinkibus.com/

himeji-snk@shinkibus.co.jp

阪神甲子園球場スタジアムツアー

プロ野球球団「阪神タイガース」の本拠地であり、毎年 2回行われる全国高等学校野球選手権大会の会場で もある「日本野球の聖地」です。ツアーガイドの解説を 聞きながら「甲子園」が見学できます。







8 History・Culture 但馬

着物で体験! 出石城下町レトロツアー

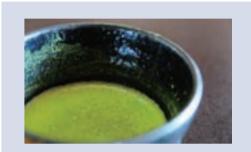
出石城下町の始まりは室町時代までさかのぼり、およそ400年 の歴史を誇ります。出石は、その歴史と町のつくりから、但馬の 小京都と呼ばれています。着物に着替えてタイムトリップすれば SNS映え間違いなしです。歴史ある町並みを歩きながら、地元を 知り尽くした出石コンシェルジュとの交流をお楽しみください。

所要時間:約4.5時間

集合場所: 出石観光案内所 兵庫県豊岡市出石町内町104-7

問合せ先:株式会社出石まちづくり公社

ttps://www.daytrip-izushi.jp



和菓子作り体験

町家で老舗和菓子屋職人から教わる和菓子作り 体験。体験後は、お抹茶と共にご賞味ください。



6 History・Culture 播磨

江戸時代にタイムトリップ! 姫路城下町でお姫様散策プラン

本格的な着物、ヘアースタイル、撮影メ イクをすれば、貴方はもうお姫様。世界 遺産姫路城の周辺を散歩しながら、ご自 身のカメラやスマホで撮影すれば女優 気分100%。日本の伝統文化にふれなが ら城下町の魅力をお楽しみください。

所要時間:約4時間 集合場所: 夢織館

兵庫県姫路市本町68番地 姫小路しらさぎ堂ビルヂング 問合せ先:株式会社三共メンテック夢織館

https://himekouji.com/

info@yumeoriyakata.com



専用スタッフが完全サポート

着物は一人で着ることは難しく着付け サービスが必要です。このプランでは着付 師、結髪師(かつら)、メイクスタッフが同 行しサポートします。



7 History・Culture 播磨

世界遺産姫路城の秘密と 地元民おすすめ周辺散策

全国通訳案内士の資格を持ったプロのガイド が、姫路城と城下町をご案内します。ガイドと 街歩きをしながら、地元ならではのお話を聞く ことができます。また、スタート地点はもちろ ん、リクエストに合わせてコースをアレンジす ることも可能です。

所要時間:約2.5時間

(コースのアレンジにより変更いたします) 集合場所:JR姫路駅など(お問合せください) 問合せ先: NPO法人 姫路コンベンションサポート

https://denpakudo.jp/kansaidiscovertours/ info@denpakudo.jp



姫路城より路線バスで約30分、ロープ ウェイで山上に登れば、山寺「書寫山圓 教寺」。日本最古の巡礼地の一つで、多 数の建物や仏像が国の重要文化財に 指定されています。ハリウッド映画『ラス トサムライ』や、日本の多くの時代劇の 口ケ地に選ばれているスポットです。



9 History・Culture 神戸・阪神

まちなかに造られた「深山幽谷」の世界 日本庭園『相楽園』の鑑賞

池泉回遊式日本庭園で、飛石や石橋を渡 り、流れや滝など深山幽谷の世界を楽しむ ことができます。樹齢500年の大クスノキ、 春に咲くツツジの花やモミジの紅葉も見事 です。2万㎡の敷地では、重要文化財の旧 小寺家厩舎・旧ハッサム住宅もご覧いただ けます。

所要時間:約40分

兵庫県神戸市中央区中山手通5-3-1 問合せ先:相楽園

http://www.sorakuen.com/index.html info@sorakuen.com



つつじ遊山 ツツジの名所で知られる相楽園は4月 下旬から5月上旬にかけて約4000株の ツツジが色鮮やかに花を咲かせます。



10 History・Culture 播磨

音からはじまる播州織ワーク&ショッピング

播州織は自然な風合いと豊かな色彩が 特徴で、糸から染める先染めの綿織物と して知られ、日本の80%の先染め織物は この地域で作られています。このツアーで は、「播州織」がなぜこの地で栄えたの か、作り手のお話しを聞くとともに、味わ いある音を生み出す織り機に触れること で播州織を体感することができます。

所要時間:約2.5時間

兵庫県西脇市西脇394-1 問合せ先:NPO法人北はりま田園空間博物館

https://denku-travel.com/ ■ denku-travel@k-denku.com



播州織ワークショップ

播州織が栄え始めた時期に建てられた、 高級古民家の旧來住家住宅で播州織を 使った小物づくりを体験できます。

8 History · Culture History · Culture 9







11 History・Culture 丹波

農村風景のこる丹波の地で、 日本の「心」にふれ、 「道」を学び、「味」を愉しむ

弓道、寺での法話・座禅・書道体験、食事をコンパクトにま とめたプランです。日本には、武道、茶道、書道などを「道」と 表現し、礼儀や作法を通して自己を高め豊かな人生の糧と する思想があります。これは日本独特の文化であり、自然と の共生を重んじる日本の食生活にも繋がります。日本文化 に触れる体験と高級ブランド丹波三宝の味覚(栗、黒豆、小 豆)をご賞味ください。

所要時間:約3~4時間 集合場所: ゆめの樹 野上野

兵庫県丹波市春日町野上野1026-3 問合せ先: 株式会社ゆめの樹 野上野

ttp://yumenoki-nokono.jp/

info@inaka-experience.com

丹波三宝

「丹波栗」「丹波黒大豆」「丹波大納言小豆」。丹波が全 国に誇る秋の宝物ともいえることから『丹波三宝』と 名付けられた丹波ブランドです。



12 History・Culture 月波

丹波の神髄・ここに息づく心と技を訪ねる旅

およそ300年前から皇室へ献上していた最 高級の「丹波大納言小豆」の発祥の地、丹波 市春日町を観光タクシーで訪問するプラン です。小豆を生産している農家を訪問し、産 品を使った地元ならではの手料理を堪能で きます。その後、丹波在住のイギリス人陶芸 家の登り窯と丹波布作家の工房を訪問しま す。丹波の人との交流はもとより、そこに息 づく心と技を体感することができます。交流 後はティータイムをお楽しみください。

所要時間:約4時間 集合場所: IR柏原駅

兵庫県丹波市柏原町柏原1172-1



LOCASSE TAMBA

農村らしい体験や食を楽しめる複合施 設です。新鮮な地元丹波産の野菜や旬 の食材を多く使用し、安全で安心でき るおいしい料理を提供しています。

問合せ先:ビーンズDMC合同会社

https://www.inaka-experiences.com/ info@inaka-experience.com



13 History・Culture 但馬

伝統的工芸品「豊岡杞柳細工」を体験! かご編み体験と円山川ミニ遊覧船

1200年以上の歴史を持つ国の伝統的工芸品 「豊岡杞柳細工」は円山川の豊かな自然に育ま れ、豊岡が今日「かばんの町」として知られるこ ととなった原点です。円山川の自然や豊岡の歴 史を遊覧船で体感し、玄武洞ミュージアムでは かご編み作りを体験します。体験後は、国の天然

所要時間:約1時間

記念物 玄武洞を散策できます。

集合場所: 玄武洞ミュージアム 兵庫県豊岡市赤石1362 問合せ先: 公益財団法人玄武洞ミュージアム

https://genbudo-museum.jp/ info@genbudo-museum.jp ※天候により遊覧船は欠航となる場合がございます



豊岡杞柳細工

原料となる杞柳はやわらかさと適 度な硬さを兼ね備えており、親しみ ある味わいにあふれています。現在 では新しいデザインを取り入れ ファッション的要素をもった杞柳 バッグとして、皇室にもご愛用いた だくなど注目を集めています。



発展した人形芝居として、日本が誇る舞台芸術です。3人 1組で一体の人形を操り、風雅な音色にのせて演じられ る芝居は、地元に根付いている大衆文化でもあります。 喜怒哀楽の人間ドラマを、人間以上に生きいきと動き描 く人形が、観客を幽玄の世界へと誘います。

所要時間:約1.5時間 集合場所: 淡路人形座

兵庫県南あわじ市福良甲1528-1 問合せ先: 淡路人形座

https://awajiningyoza.com/

awajiningyo@gmail.com



3人の座員によって操られ る人形は、もはや人間の俳 優以上の演技です。

公演鑑賞後は

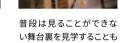
バックステージツアーへ!

各体験中に記念撮影も可能です。

座員の指導のもと実際の人形を使った三人遣いの体験、声

を出して一節を語り感情を表現する太夫の体験、三味線演

奏の体験「人形浄瑠璃の三行」を体感することができます。



できます。



15 History·Culture 淡路

日本の昔ながらの玩具「吹き戻し」を 作って遊べる世界で唯一の体験施設

日本中で誰もが知っている昔ながらのお もちゃ「吹き戻し」。日本では「ピロピロ」 や「ピーヒャラ」、海外では「Partyhorn」 や「Blowouts」などと呼ばれ、誕生日や クリスマスパーティーなどで使われます。 「吹き戻し」の展示、工場見学、10種類以 上のスペシャル「吹き戻し」で遊ぶだけで なく、様々な色柄の材料を使ってオリジナ ルの「吹き戻し」を作ってみませんか。

所要時間:約1時間 集合場所:吹き戻しの里 兵庫県淡路市河内333-1



日本製の「吹き戻し」 1960年代には品質の良さで世界中に輸 出されました。現在では、様々なトレーニ ング効果が認められ、医療・介護・美容の 現場でも広く利用されています。

https://www.fukimodosi.org/ Office@fukimodosi.org

問合せ先:株式会社吹き戻しの里



16 History・Culture 淡路

日本一の線香生産地「淡路島」で 香りの手作り体験

淡路島の歴史あるお香作りの体験です。 お香作りはおよそ170年前から地場産業 として盛んになり、今では日本一の生産 量を誇ります。この体験では、お香作りの ビデオや材料となる香木、実際に使用し ている機械などを見学後、淡路島のお香 の歴史を手作りの紙芝居で学ぶことがで きます。最後は、「日本一の香りの町」で、 お香の手作り体験をお楽しみください。

所要時間:約1時間 集合場所:パルシェ香りの館 兵庫県淡路市尾崎3025-1



パルシェ香りの館

香りをテーマに情報発信する施設です。施 設内には約100種類のハーブが栽培され 大温室や大農園を備えています。

問合せ先:パルシェ香りの館

https://www.parchez.co.jp parchez@parchez.co.ip

History · Culture 11

10 History · Culture







17 Nature·Landscape 但馬

コウノトリ絶滅と 復活の郷を巡るツアー (コウノトリ育むお米のランチ付)

一度は日本の空から消えたコウノトリ。豊岡市は絶滅した野生 のコウノトリを復活させた最後の生息地です。このツアーでは、 コウノトリの生態やコウノトリの住処を守るための取り組みを学 ぶことができます。また、コウノトリと共存する豊かな自然環境 づくりを目指す環境型農業の現場を見学し、オーガニックのお 米「コウノトリ育むお米」や野菜を味わえます。

所要時間: 約5時間 実施期間: 4月~10月 集合場所: JR城崎温泉駅

兵庫県豊岡市城崎町今津283 問合せ先:一般社団法人豊岡観光イノベーション

https://visitkinosaki.com/tour-packages/

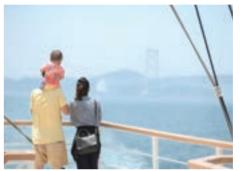
info@visitkinosaki.com

コウノトリが悠然と舞うまち

ここ豊岡は、自然環境を取り戻し一度絶滅したコウノ トリの野生復帰を果たしました。あなたも"幸せを運 ぶ"とされるコウノトリに会いに来てください。







20 Nature·Landscape 淡路

神秘の自然現象「渦潮」を 体験し、自然環境を学ぶ 「うずしおクルーズ」

淡路島と四国の間の非常に狭い「鳴門海峡」に潮流が流れ込む ことで発生する類まれな自然現象、それが「渦潮」です。月が生 み出す潮汐の力を受けて発生することから、新月と満月付近で 特に大きな渦潮を観ることができ、その直径は約30mと世界最 大級です。うずしおクルーズでは、間近で渦潮を鑑賞できるのに 加え、船上ガイドから渦潮の発生メカニズムや渦潮を取り巻く 自然環境について学ぶことができます。

所要時間:約1時間

集合場所: うずしおドームなないろ館 兵庫県南あわじ市福良甲1528-4 問合せ先:ジョイポート南淡路株式会社

ttp://www.uzu-shio.com/

arumi@castle.ocn.ne.jp

類まれな渦潮

巨大な渦潮は、世界でもごく限られた場所でしか発生 せず、ノルウェー北部、カナダ東海岸、イギリス・スコッ トランドなどで確認されています。

地元では、ノルウェーと協働して「渦潮」の世界遺産登 録に向けた取り組みをはじめています。



18 Nature·Landscape 但馬

アイガモ農法米作りを通してSDGsを学ぶ (BBQランチ付き)

アイガモ農法で無農薬のお米作りを通してSDG sを学ぶプログラムです。自分たちに何ができる かを考えながら、稲作が持つ多面的機能および 文化形成、神事と稲作のかかわりを体験できま す。食事は、おいしい鴨肉と日本海の幸、アイガ モ米のおにぎりをご賞味ください。

所要時間:約8時間 実施期間:6月~8月 集合場所: JR浜坂駅

兵庫県美方郡新温泉町浜坂字東岡2330-1 問合せ先: 農事組合法人アイガモの谷口

https://www.organic-farm.co.jp info@organic-farm.co.jp



SDGsとは?

持続可能な開発目標(SDGs)は、 2015年9月の国連総会において、 持続可能な開発のために必要不 可欠な、今後15年間の行動計画と して採択されました。貧困に終止 符を打ち、地球を保護し、すべての 人が平和と豊かさを享受できるよ うに、17の分野別目標と、169の達 成基準が設定されています。



19 Nature·Landscape 但馬

古民家ロングステイと自然・伝統文化体験!

日本海に面し、日本遺産「北前船」の寄港地 だった「諸寄」に、1783年に建築された廻船問 屋「東藤田邸」があります。オーナー夫婦2人 が、日本建築とヨーロッパ文化を融合させた多 機能な施設とゲストハウスにリフォームしまし た。日本遺産構成文化財に認定されたゲスト ハウス東藤田邸を観光拠点として、山陰海岸ジ オパークの豊かな自然や温泉、生け花など伝 統文化体験を満喫できます。

所要時間:1泊~ 実施期間:3月~11月 集合場所: ゲストハウス東藤田邸

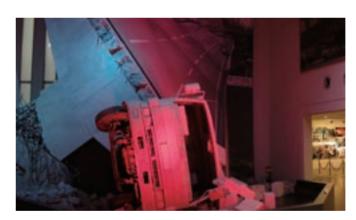
兵庫県美方郡新温泉町諸寄577 問合せ先: ゲストハウス東藤田邸

math https://www.higashifujita.jp/ A higashifujitatei@gmail.com



北前船

北前船は、大阪と北海道を日本海 回りで商品を売り買いしながら航 海した商船群の呼び名です。寄港 地に商品だけでなく、様々な文化 をもたらしました。



21 Nature·Landscape 淡路

1995.1.17の記憶 阪神・淡路大震災を知り、学ぶ

野島断保存館は1995年1月17日に発生した阪神・ 淡路大震災が残した実物の活断層を保存したテー マパークです。館内には激震に耐えたメモリアルハ ウスや1945年の神戸大空襲や阪神・淡路大震災に も耐え抜いた「神戸の壁」、地震の揺れが体験できる 震災体験館があります。自然災害の脅威を知り、防 災について学ぶことができます。

所要時間:約1~2時間 集合場所: 野島断層保存館 兵庫県淡路市小倉177

問合せ先: 北淡震災記念公園

info@noiima-danso.co.ip

ttp://www.nojima-danso.co.jp/



震災の語りべ

「かけがえのない命、かけが えのない犠牲を、無駄にだけ はしてほしくない。生き残った 者の務めとして、しっかり後 世に伝えていきたい」、そんな 思いを語りべが毎週火曜メ モリアルハウスで語りかけま



22 Nature·Landscape 神戸·阪神

遊覧船でめぐる日本屈指の港町『神戸』 ~その歴史と今~

日本を代表する国際貿易港神戸。居留地として栄えた 異国情緒あふれる神戸港をクルージング。 船内ではモニターを使い、神戸港の歴史や現在の姿に ついて詳しくご紹介します。

所要時間:約45分

集合場所:中突堤中央ターミナル

かもめりあ 兵庫県神戸市中央区波止場町7-1 問合せ先: 神戸ベイクルーズ株式会社

method https://kobebayc.co.jp/

⊗ kobebayc@ryobi-holdings.jp

12 Nature · Landscape Nature · Landscape 13







深い森林の中、巨岩・奇岩の間を

清流が縫うように走る渓谷です。四

季の景色がそれぞれに美しく、森

林浴とマイナスイオンを体感でき

る癒しのスポットです。

23 Nature·Landscape 播磨

瀬戸内に浮かぶ 近くの離島「家島」で散策と 海の幸を愉しむ

姫路市の沖合約18kmに大小44の島々からなる家島諸島。 古くから瀬戸内航海の風待ち潮待ちの要所として多くの船 が訪れました。ガイドと一緒にレトロな町並みや寺社を写 真撮影しながら散策します。食事は瀬戸内海の新鮮な魚介 を味わえます。伝説や物語の多く残る家島で、歴史ロマンの 「しまたび」をお楽しみください。

所要時間:約7.5時間 集合場所: JR姫路駅

兵庫県姫路市豆腐町322 問合せ先: 神姫観光株式会社姫路支店 ttps://www.shinkibus.com/

himeji-snk@shinkibus.co.jp

家島で味わう島時間

家島は平地が少なく、多くの家がひしめき合って 建っており、多くの路地、路地裏が点在します。それ は、人々の生活の一部でもあり、その道を歩けば、 通路には、生活用品の姿や昔ながらの井戸、現役で 水を吐き出す、ガシャガシャポンプの姿を見ること ができます。



26 Gourmet 神戸·阪神

灘の日本酒酒蔵めぐり試飲ツアー

神戸市灘区から西宮市にかけての「灘五郷」と 呼ばれるエリアは、日本で清酒生産量が最も 多い場所であり、約30もの酒蔵が並び建ってい ます。灘五郷は「宮水」と呼ばれるミネラルを多 く含む硬水が湧き出し、「酒米の王者」として名 高い「山田錦」の生産地が近く、また六甲山か ら吹き下ろす「六甲おろし」が最適な気候をも たらすなど、酒づくりに適した様々な条件に恵 まれています。日本酒と灘エリアを熟知したガ イドが奥深い日本酒の世界へご案内します。

所要時間:約3.5時間 集合場所: 阪神電鉄石屋川駅 兵庫県神戸市東灘区 御影石町2丁目23

問合せ先:株式会社ビートラベル

https://kohelocaltours.com/tours/

厳選した酒蔵4箇所へご案内しま

す。酒蔵では、12種類以上のお酒を

試飲することができます。

info@kobelocaltours.com



27 Gourmet 神戸·阪神

KOBE China Town Walking and Foodie Tour

日本三大中華街の一つ神戸南京町を、ゲストハ ウス「神戸なでしこ屋」のスタッフがご案内しま す。行列店の人気商品を並ばずに食べられるほ か、南京町の歴史・建物の紹介や、おすすめ土 産店への訪問など、2時間半で南京町を味わい 尽くします。

所要時間:約2.5時間 集合場所: ゲストハウス神戸なでしこ屋 兵庫県神戸市中央区栄町通1丁目2-21

問合せ先:株式会社ビートラベル

https://kobelocaltours.com/tours/ info@kobelocaltours.com



食べ歩きを楽しむ!

南京町の誕生は1867年の神戸港 開港にさかのぼると言われていま す。中華料理レストランに加え、食 材スーパー、雑貨屋など多彩な店 舗が軒を連ね、ショッピングや食べ 歩きを楽しめる観光エリアです。



24 Nature·Landscape 月波

丹波で新鮮野菜の収穫体験と 癒しの渓谷散策の旅

丹波市春日町の農家の方と一緒に野菜の収穫 体験。その後は、農家の奥さんが収穫したての野 菜で調理した手作り料理を堪能できます。さらに 地元の方がイチ押しの美しい渓谷「日ケ奥渓谷」 への散策など丹波の人との交流を楽しむことが できる観光タクシーでの周遊プランです。

所要時間:約4時間

兵庫県丹波市柏原町柏原1172-1 問合せ先:ビーンズDMC合同会社

https://www.inaka-experiences.com/

info@inaka-experience.com



25 Nature·Landscape 丹波

丹波随一の絶景と、知られざる秘宝を訪ねる旅

人との交流、早朝の絶景と奥丹波の秘宝を体験 していただく宿泊プランです。絶景の日の出をご 覧いただく黒井城は、戦国時代明智光秀の猛攻 を何度も退けた堅城として知られています。 別名「丹波の正倉院」と呼ばれる達身寺では、秘 宝を拝観することができます。

所要時間:1泊2日 集合場所: JR柏原駅

兵庫県丹波市柏原町柏原1172-1 問合せ先: ビーンズDMC合同会社

※当日の天候によって早朝の景色は変わります。

https://www.inaka-experiences.com/ info@inaka-experience.com

達身寺

奈良時代に行基によって開創さ れ、丹波地域で最も古い寺院の-つと言われています。所蔵されてい る平安・鎌倉時代の仏像八十余射 の姿は圧巻です。



School of Sweet Trick Tour ~お菓子作り・チョコレートセミナー~

国内外の菓子/チョコレートづくりコンクー ルにおいて多数の受賞歴を持つ小山進シェ フが、菓子づくりを直々にレクチャー。お菓子 を通して「日本人の丁寧なモノづくり」を体 験します。また、別のプログラムでは、素材探 しやカカオ選びなど新たなチョコレート商品 の誕牛ストーリーや、チョコレートを通じて 世界に発信したい思いなどを小山シェフが 語るチョコレートセミナーを実施します。さら に、看板メニューの「小山ロール」をはじめ、 ここでしか出会うことができないショッピン グもお楽しみいただけます。

チョコレートセミナー

•所要時間:約2.5時間 •所要時間:約1.5時間 •実施期間:4月~9月、11月、3月



日本を代表するパティシエのひとり小山進 シェフ。世界最大のチョコレートの祭典 "SALON DU CHOCOLAT Paris"で「外国人部 門最優秀賞」2年連続受賞をはじめ海外のコ ンクールでも多数の賞を受賞するなど、国内

集合場所:パティシエ エス コヤマ 兵庫県三田市ゆりのき台5丁目32-1 問合せ先:株式会社パティシエ エス コヤマ

ttps://www.es-koyama.com/index.html kouhou@es-koyama.com



Gourmet 丹波

味覚の宝庫「丹波篠山」で 夏の枝豆収穫体験

澄みきった空気と豊かな自然、今も残る美し い田園風景"丹波"。日本遺産の里「丹波篠 山」の田園風景の中で枝豆収穫が体験できま す。海外でも「Edamame」として知られていま すが、そのほとんどは冷凍食品。採れたての枝 豆は、冷凍とは比べようのない美味しさがあ ります。一度味わってみませんか。

所要時間:約45分 実施期間:7月~8月

集合場所: フルマインド株式会社 兵庫県丹波篠山市西阪本576 問合せ先:フルマインド株式会社

https://www.edamame.farm

A honda@tanbaguro.jp



枝豆は健康志向による日本食ブーム に乗って、世界の方に食べられるよう になり、多くのファンが存在します。採 れたての枝豆を茹でてすぐにご賞味 いただけます。

14 Nature · Landscape Gourmet · Onsen 15







30 Onsen 但馬

温泉の町「湯村」でローカルと 「出逢う・食べる・体験する」 (プリンづくり付き)

日本屈指の高熱温泉である湯村温泉。「荒湯」と呼ばれる元湯 は98度の高温泉が湧出しており、地元では昔からこの荒湯を用 いて野菜などをゆがいてきました。静かで落ち着いた温泉街で まち歩きを楽しみながら、荒湯で卵とプリンを茹でる"ゆがき体 験"や、卵のむき方で運勢を占う"たまご占い"、地元のおばぁ ちゃんとの交流など、気持ちがほっこりする体験をお楽しみくだ

所要時間:約3時間

集合場所: 湯村温泉ポケットパーク 兵庫県美方郡新温泉町湯1264-1

問合せ先: 湯村温泉観光協会

http://www.yumura.gr.jp/

yuroman@yumura.gr.jp





およそ1200年前に発見された古湯であり、日常生活 で温泉をさまざまに活用している"ゆがき文化"が根 づく街です。



Gourmet 但 馬

浜のお母さんに学ぶ刺身づくり

かつて冬になると雪に覆われ、陸の孤島と 呼ばれた新温泉町・三尾地区。日本海に面 する断崖絶壁の集落には国の名勝・天然記 念物に指定されている但馬御火浦(みほの うら)の美しい海岸線があり、夏場のエメラル ドグリーンに輝く海面はまさに絶景です。独 特の文化や伝統が残る美しい村で、浜のお 母さんに刺身づくりを教わりながらコミュニ ケーションをお楽しみください。

所要時間: 約3時間

集合場所: 旧みほのうら保育園

兵庫県美方郡新温泉町三尾164 問合せ先: 浜坂観光協会

http://www.hamasaka.com/

info@hamasaka.com



御火浦のお母さんたちが 村おこしのために新たな挑戦!

三尾地区は、以前『海業』で栄えて いましたが、今はその面影があり ません。三尾の風土が育てた郷土 料理を製造販売し町の活性化を 図ってきましたが、次は刺身で村お こしに挑戦します。



Gourmet 但 馬

いろりダイニング三國オーナーの但馬牛の うんちくを聴き、但馬玄(たじまぐろ)を堪能!!

いろりダイニング三國の離れ(プライベート空間) で世界最高峰の但馬牛(神戸ビーフの素牛)につ いて学び、餌や飼育方法にこだわった貴重な但 馬玄(たじまぐろ)の肉料理を味わえます。オー ナー指導のもと、但馬玄のブロック肉をカットし て、筋切りを行います。一番おいしい焼き加減を 教わりながら、最高のお肉をご賞味ください。

所要時間:約2時間

実施期間:4月~10月 集合場所: いろりダイニング三國 兵庫県豊岡市城崎町湯島219

問合せ先:一般社団法人豊岡観光イノベーション

https://visitkinosaki.com/tour-packages/ info@visitkinosaki.com



神戸牛の元となる但馬牛の中でも 契約牧場で特別な餌で育てられ、 月に2~3頭しか出荷されない希 少な幻の和牛。一般的な黒毛和牛 の脂の融点が約25℃に比べ、但馬 玄は約12℃と低く、旨味成分のオ レイン酸やリノール酸が多く含ま れていることが証明されています。







33 Sports・Activity 神戸・阪神

「礼に始まり礼に終わる」の伝統武道"薙刀"

武道とは武術を高めるだけでなく、その鍛錬を通じて精神を磨き人格の完成を目指す生き方 を意味しています。日本の伝統武道の一つである薙刀 を、古流なぎなた「天道流」十七代宗家 木村恭子氏から学びます。人気アニメ「あさひなぐ」のモデルにもなった薙刀の聖地であり、 200年を超える歴史を持つ『修武館』で日本の伝統武道"薙刀"と「礼に始まり礼に終わる」日 本精神の極意に触れてみませんか。

所要時間:約1.5時間

兵庫県伊丹市西台3丁目2-11

問合せ先:公益財団法人修武館

https://syubukan.info/

r.mizoguchi-syubukan@oregano.ocn.ne.jp



薙刀

薙刀とは、長い棒の先に日本刀にも似た刃を装着し た日本の武具。突く・斬る・薙ぎるといった多彩な攻撃 ができるのが特徴です。

16 Gourmet · Onsen Sports · Activity 17







34 Sports・Activity 神戸・阪神

ひょうご北摂 里山サイクリングツアー

北摂里山地域は、阪神間や大阪からも近く、平坦な田園地 域に加え高低差のある峠など変化に富んだ多様なサイク ルコースを楽しめるエリアです。地元の道を熟知したサイク リングチームのガイドが安心安全を第一にご案内します。日 本一の里山とも言われる黒川地域めぐりや、茶道の湯沸か しに使う「菊炭」づくりの見学、地元産のヒノキを使ったマイ 箸づくり体験など、季節に応じた様々な体験をご用意して います。昼食は、地元のおしゃれなカフェやレストランへご 案内します。

所要時間:約7時間

集合場所: 能勢電鉄山下駅 又は 日生中央駅 山下駅:兵庫県川西市見野1丁目19 日生中央駅:兵庫県川辺郡猪名川町松尾台1-2-2

問合せ先: BICYCLE PROJECT

http://bicycle-project.com/

info@bicycle-project.com

初心者でも手ぶらで気軽に サイクリング!

レンタサイクルはロードバイク、クロスバイク、マウン テンバイク、E-Bikeをご用意しています。ヘルメットも 借りることができるので、手ぶらでご参加ください。



35 Sports·Activity 但馬

風を感じる高原サイクリング (オーガニックランチ付)

神鍋高原を知り尽くしたガイドとともに、広大な田 んぼや畑、広葉樹を巡るサイクリングツアーです。 サイクリングの途中に神鍋高原の豊かな自然の中 で育まれた食材を集め、オーガニック農園で旬の 野菜を収穫し、アウトドアランチが楽しめます。ラン チの後は、神秘の隠れ家"八反の滝"でマイナスイ オンを全身で体感してみませんか。

所要時間:約4.5時間 実施期間:4月~11月 集合場所:JR江原駅

兵庫県豊岡市日高町日置字矢組13-2 問合せ先:一般社団法人豊岡観光イノベーション

https://visitkinosaki.com/tour-packages/ info@visitkinosaki.com



高原サイクリングを しながら、地元食材を調達

サイクリング中に、地元の清らか な水と豊かな土壌で作られた豆 腐や野菜を調達します。オーガ ニック野菜と地元食材を使った ヘルシーな高原ランチをお楽し みください。



36 Sports·Activity 播磨

清流千種川リバーサイドサイクリング

日本名水百選にも選ばれた清流「千種 川」が育む豊かな自然と周辺地域の歴 史やグルメを、サイクリングをしながら 楽しむことができます。この地域固有の 景色や神社、酒蔵など、盛りだくさんの サイクリングコースを地元のサイクル ガイドがご案内します。

所要時間:約5時間 実施期間:4月~6月、10月~11月 集合場所:上郡町観光案内所前

兵庫県赤穂郡上郡町駅前222 問合せ先:上郡校区まちづくり推進委員会

∰ なし s-yasunori@coral.ocn.ne.jp



江戸時代、廻船業で栄えた赤穂市坂越。北 前船寄港地坂越浦として日本遺産認定され た街並みを散策できます。



37 Sports・Activity 神戸・阪神

サッカーJ1ヴィッセル神戸ゆかりの施設をめぐる (ノエビアスタジアム神戸スタジアムツアー)

サッカーJ1ヴィッセル神戸の本拠地で、多くの世界的 スターが活躍するノエビアスタジアム神戸。スタジアム ツアーをメインにヴィッセル神戸のオフィシャルグッズ が購入できるショップをめぐります。さらにこのツアーだ けの企画として「フットボール発祥の地、神戸のサッ カーの歴史」を学ぶ特別講義をお聞きいただけます。ツ アーの後は、「港町神戸」が誇るハーバーの景色とグル メ・ショッピングなど自由観光でお楽しみください。

所要時間:約2.5時間 集合場所: 湊川神社前

兵庫県神戸市中央区 多聞通3丁目1-1 問合せ先: 株式会社日本ツアーサービス

ttps://its-travel.ip/ info2@jts-travel.jp



ノエビアスタジアム神戸スタジアムツアー

サッカー・ラグビーファン必見!普段は入ることのできない、 ノエビアスタジアム神戸のバックヤードを見学できるツアー です。監督や選手が座るベンチ、記者会見ルームやロッカー ルームといったスタジアムの裏側が覗けます。



38 Sports·Activity 播磨

"不老長寿"の道 多可の森健康ウォーキング

健康ウォーキングとは、ドイツのクアオルト (療養地・健康保養地)で治療として利用さ れているウォーキングスタイルです。多可町 には森や集落の中を歩く専門コースが全 18コースあり、ウォーキングを通して四季 折々の変化が年中楽しめます。専門知識を 持つガイドが、豊かな自然や歴史・文化を 歩きながらご案内します。緩やかな坂道を、 脈拍を計りながら、自分のペースで無理な くウォーキングを楽しむことができます。

所要時間:約2.5時間/コース 集合場所: エーデルささゆり 兵庫県多可郡多可町八千代区 中野間363-13

健康ウォーキングは歩くだけではなく、 脳活性アクティビティや筋力トレーニ ング、リラクゼーション等、心身共にリ フレッシュができます。"不老長寿"の健 康を手に入れることができるかもしれ

問合せ先:一般社団法人多可の森健康協会

https://www.takacho.net/wellness/ □ takanomori.kenko@gmail.com



39 Sports·Activity 淡路

アワジアイランドのアニメパーク ニジゲンノモリ



TM & ©TOHO CO.,LTD.

日本を代表するアニメ作品をモチーフ にしたアトラクションが楽しめるテー マパークです。世界に誇る日本アニメ の生みの親、手塚治虫氏の「火の鳥」 をはじめ、「クレヨンしんちゃん」 「NARUTO」といった世界的に有名な コンテンツを、アスレチックやジップラ イン、立体迷路、謎解きゲームなど充

兵庫県淡路市岩屋924-1

所要時間:2時間~

集合場所:ニジゲンノモリ

実したアトラクションで、子どもから大 人まで楽しむことができます。

日本が世界に誇る「ゴジラ」の新アトラクショ ンエリアがオープン。淡路島に上陸した世界 最大、全長約120mの等身大ゴジラの迫力を 体験できる世界唯一のエンターテイメントアト ラクションです。

問合せ先:株式会社ニジゲンノモリ

https://nijigennomori.com/ ⋈ HPお問合せよりご連絡ください

ゴジラ迎撃作戦

18 Sports · Activity Sports · Activity 19