

プログラムはすべて予約制となります。

お電話かメールでお申し込み下さい。

パンフレット Vol.2 のご予約は 10/10 (火) より承ります。

ご予約 国東おだやか博 運営委員会事務局

お電話で ☎ 0978-72-5168 国東市 観光課・観光協会  
受付時間 8:30~17:00 (平日のみ受付)

メールで ✉ odahaku@gmail.com

本文につぎの情報を記入のうえ送信して下さい。

- 1 プログラム番号・プログラム名
- 2 参加者氏名 (年齢)
- 3 郵便番号・住所
- 4 電話番号
- 5 複数名で申込される場合は、参加者全員の氏名 (年齢)
- 6 その他連絡事項、食べ物アレルギーの有無 (食材名など)

注意事項 必ずご確認ください。

- 各プログラムのご予約は満席になり次第、締め切りとなります。
- プログラム実施の3日前の午前中までにお申し込み下さい。プログラムによっては特別に申込締切日を設定している場合がありますので、ご確認のうえお申し込み下さい。
- 最少催行人員記載のプログラムは、その人数に満たないものは中止となる場合もあります。予めご了承下さい。
- キャンセルの場合は2日前までにお電話で事務局へご連絡下さい。
- 当日は開始時間 15分前までに、各プログラムに記載している集合場所へお越し下さい。
- プログラム参加費には保険料が含まれています。万が一、参加中に事故が起こった場合は、保険の対象となる場合がございますので、速やかにご申告下さい。

アクセス



ご予約は  
お早め!

開催中のプログラム

パンフレット Vol.1 でご案内しています →

※一部終了したプログラムもございます。

<p>9/9</p> <p>1 鶴川小町 角打ちミニ巡礼</p>	<p>9/15</p> <p>2 富家の海辺でマインドフルネス ヨガ &amp; 体に優しい朝ごはん</p>	<p>9/15,10/14,11/3</p> <p>3 旬の国産フルーツを使った ケーキづくりとティータイム</p>
<p>9/16</p> <p>4 半島の土を掘って、 作陶体験</p>	<p>9/16・17</p> <p>5 野の花が似合う 小さな花入れを作ろう</p>	<p>9/20・30</p> <p>6 国東の自然に触れ 七島蘭の畳で旬の薬草膳を</p>
<p>9/21,10/15</p> <p>7 気軽に草木染め 身近な 植物で染めてみよう</p>	<p>9/24</p> <p>8 大切な方へ! くにさき七島蘭の贈り物 お洒落なボトルホルダー</p>	<p>10/12</p> <p>9 両子寺 坐禅体験と プライベートツアー</p>
<p>10/1・22</p> <p>10 漁師さんと巡る 国東半島周遊クルーズ</p>	<p>10/1・28, 11/26</p> <p>11 泉福寺 修行道場で 禅に触れるひととき</p>	<p>10/4</p> <p>12 神宮寺 × 国東食彩 ZECCO 食を通じて知る、仏の里</p>
<p>10/8</p> <p>13 サイクリングで巡る ~世界農業遺産と ひまわり祭り~</p>	<p>10/14,11/12,12/10</p> <p>14 伝統の味を引き継ぐ 昔ながらの味噌作り</p>	<p>10/14・15</p> <p>15 くにさきの旅 秋だ! 祭りだ! 国見だ!</p>

ご予約・お問合せ先

国東おだやか博 運営委員会事務局

☎ 0978-72-5168

(国東市 観光課・観光協会)

大分県国東市国東町小原 2662-1  
道の駅くにさきサイクリングターミナル内

WEB SITE



国東市観光協会 HP

FACEBOOK



国東おだやか博 FB

Facebook (フェイスブック) で  
最新情報を発信しています!

開催期間 2017年9月9日(土) - 12月16日(土)

Vol.2

くにさき  
**国東  
おだやか博 2017**



プログラムのご案内

16 → 30

①→⑮はVol.1 をご覧下さい

予約受付開始 10/10 (火) ~

くにさき  
国東の暮らし、  
遊んで 学んで 味わって。

国東だからこそ楽しめる体験が勢揃い。  
雄大な自然、人の営み、貴重な歴史文化…  
国東を五感で楽しむ っておきの  
プログラムをご用意しています。

大分県 国東市





世界農業遺産に認定された、自然豊かな里・国東。  
先人の知恵に触れ、創作し、旬の味覚を楽しんだり、  
心温まる特別な思い出をつくりに是非お越しください。

美しい海と山に囲まれ、自然の恵みを受けて育まれる日々の営み。先人の知恵を活かしながら、そこに新しい風が吹き込み、国東ならではの文化が育まれています。「国東おだやか博」は個性豊かな国東の暮らしを楽しく体験していただくとうと2013年に開催され、今年で5回目を迎えます。

期間中、国東おだやか博は30プログラム開催します！  
上手に予定を立てて存分にお楽しみ下さい。

食事無しの  
ショートプログラム

ファミリーにも  
おすすめプログラム

食事付きの  
プログラム

六郷満山開山 1300年特別プログラム



六郷満山開山  
1300年

六郷満山とは国東半島の6つの郷の寺院群を意味します。それぞれの寺院が学問・修行・布教の役割に分かれ発展し独特の文化が花開きました。宇佐八幡神の化身といわれる仁聞菩薩が718年に開基したと伝えられています。

来年(2018)、六郷満山開山1300年を迎えます。これに先がけ記念プログラムをご用意しています。国東独特の歴史文化をぜひ体験して下さい！

## 16 おだやか博 限定コース ロングトレイル 六郷満山の聖地を歩く

六郷満山開山  
1300年

ロングトレイルとは、登山道や古道などをつなぎ合わせた距離の長い自然歩道のこと。地域の自然や文化、そして人とのふれあいを楽しむ「歩く旅」とも言えます。今回はおだやか博で初歩きとなるルートも盛り込んだ特別なコースをご用意しました。国東半島の歴史、雄大な自然をぜひ体感してください。



① 東の不動トレイル  
六郷満山聖地めぐり

10月21日(土)  
9:00-14:00

約8km 中級者向け

【実施者】国東半島峯道ロングトレイルクラブ【料金】3,000円【集合場所】尻付岩屋(国見町尻付岩屋)【定員】30名/最少催行人数:10名【行程】9:00 集合→西行戻し→薬師岩屋→普賢岩屋→旧千燈寺跡→鏡子岩屋・枕岩屋・瀧本岩屋→五輪塔群→不動茶屋で昼食→五辻不動尊(ゴムリ像)→瓢箪池→14:00 尻付岩屋到着、解散



② 西の不動トレイル  
六郷満山の岩屋を歩く

11月18日(土)  
9:00-14:00

約8km 上級者向け

【実施者】国東半島峯道ロングトレイルクラブ【料金】3,000円【集合場所】尻付岩屋(国見町尻付岩屋)【定員】30名/最少催行人数:10名【行程】9:00 集合→千燈寺→妙見岩屋→天疫神岩屋→大不動岩屋で昼食→阿弥陀越→大日向尾根→太郎天岩屋→小不動岩屋→大不動岩屋→14:00 尻付岩屋到着、解散



③ 文殊山(616m)トレイル  
紅葉の文殊山周遊

12月2日(土)  
9:00-14:00

約4.6km 中級者向け

【実施者】国東半島峯道ロングトレイルクラブ【料金】3,000円【集合場所】文殊仙寺駐車場(国東町大恩寺2432)【定員】30名/最少催行人数:10名【行程】9:00 集合→文殊仙寺本堂祈願→風神岩→紫竹観音→清滝観音→文殊山頂→葛原集落跡→金毘羅の景→ゴロタ平→文殊仙寺到着、昼食→14:00 解散

【持ってくる物】飲料水、雨具、防寒着など。  
※軽登山の服装、靴で参加。

## 17 アートと歴史探訪 成仏桜会ピザ焼き体験

ウォーキング約3.3km



緑豊かな成仏の谷でアート作品の鑑賞やウォーキングを楽しんだ後、モチモチの手作りピザをいただくプラン。成仏桜会のメンバーが心を込めておもてなします。窯焼きピザは日々改良を重ね、市外からお客様が来られるほど大人気の味に育ちました。新米おにぎりもお楽しみに。この土地で生まれる美味を存分にご堪能ください。

10月22日(日) 10:00-13:00

【実施者】成仏桜会【料金】中学生以上1,500円、小学生1,000円【集合場所】成仏区公民館(国東町成仏)【定員】40名/最少催行人数:20名【行程】10:00 集合・説明→成仏寺→アート作品鑑賞→岩陰遺跡→吉本庚申塔→京乱宝篋印塔→11:30 成仏区公民館着、ピザ焼き体験→12:00 ピザと新米おにぎりの昼食→13:00 解散  
※対象年齢は小学生以上。※歩きやすい服装、運動靴で参加。



## 18 竹のインテリア 四海波籠を作ろう

しかいなみかど

細い帯状にした竹ひごを4つの波型に編みあげる四海波籠を、竹芸家・三村竹萌さんに教わります。動きのあるフォルムはどの角度から見ても美しく、キャンドルグラスを入れたり、一輪挿しを置いて花籠として使ったりと、小さいながらも素敵なインテリアとして重宝します。日頃からワークショップなど積極的にされている三村さんと楽しいおしゃべりを交えながら、この機会にぜひ、竹の魅力に触れてみてください。



直径12cmほどの大きさ



三村竹萌さん

10月28日(土) 14:00-16:00

【実施者】Chikuko Bamboo Art Lab.【料金】2,000円【集合場所】芸術・工芸家等移住交流体験施設イミテラス(国見町伊美2412-1)【定員】15名/最少催行人数:5名【行程】14:00 集合・説明→制作→16:00 解散【持ってくる物】水を使用しながら編むためタオルを持参



19 国東の秘境 馬ノ瀬で坐禅体験



大光寺住職・武多宗隆さんの指導で坐禅

国東で一度は行ってみたい場所として名高い、高島は馬ノ瀬。昨年大好評だった海での坐禅を今年も企画しました。大きな空と海のパノラマ、開放的な空間で坐禅をした後は、地産食材を使ったパン作りが待っています。心も体も豊かに、おだやかな1日を過ごしましょう。親子はもちろん、大人だけのご参加もOKです。



ほしのたね 谷知英・友希夫妻

11月3日(金・祝) 9:30-13:00 雨天決行  
 【実施者】ほしのたね【料金】中学生以上 2,000 円、小学生~3歳 1,000 円※2名以上のご家族の場合、1名追加ごとにプラス 500 円【集合場所】竹田津改善センター(国見町竹田津 3601)【定員】20名/最少催行人数:10名【行程】9:30集合→各自の車で高島公民館へ移動→朝の会、調理(50分)→移動→馬ノ瀬で坐禅(30分)→谷家へ移動→ねじりパン焼き(30分)→昼食(60分)→13:00解散【持ってくる物】防寒着、エプロン※帽子、動きやすい服装で参加。

22 使いいろいろ オリジナル小器作り



あると嬉しい使い勝手の良い小さな器。スティックジュガーやティースプーン、爪楊枝を入れたり、一輪挿しとしても大活躍です。日々の食卓で便利に使える器を手びねりで創作してみませんか。陶芸家・岸本さんと一緒に土と向き合い、自由なアイデアでオリジナルの器作りを楽しみましょう。



岸本善光さん

11月12日(日) 10:00-12:00  
 【実施者】友善窯【料金】2,400 円【集合場所】友善窯(国東町重藤 322)【定員】6名/最少催行人数:1名【行程】10:00集合・説明→作陶→ティータイム→12:00解散  
 【持ってくる物】汚れを防ぐエプロン  
 ※汚れても良い服装で参加。※雑葉(ゆうやく)をかける作業は後日ご自身でされるか、岸本さんにお任せするかを選べます。※作品完成後、着払い配達可能。

25 表具職人が教える 古布を使ったミニ屏風



和木木乃実さん、圭介さん親子

制作の場となる涛音楽は、その昔、造り酒屋を営んでいました。昔の趣を感じるモダンな空間には、様々な作家の作品が並んでいます。そんなアート空間で、表具職人・和木さん親子から教わりながら作るミニ屏風。古布選びもまた楽しく、独自のデザインであなただけの作品が完成です。玄関やテーブルに置ける使い勝手の良いサイズで制作します。

11月16日(木) 13:00-16:00  
 【実施者】涛音楽【料金】5,500 円【集合場所】涛音楽(国見町伊美 2017)【定員】5名/最少催行人数:1名【行程】13:00集合→デザイン決め→屏風への貼り込み作業→ティータイム(屏風を乾燥)→16:00解散  
 ※当日に制作するミニ屏風のサイズは縦21cm×横57cmです。  
 ※お持ちの古い着物を持参される場合はご予約時にお伝えください。

28 錫で心を包もう Xmasプレゼントに



メタルアート作家・秋本さんの森のアトリエで、思いやり制作に没頭できるプランです。今回のテーマは「包む」。紙のように薄く、自由に折れる錫の作品にチャレンジします。かたまりから板状にして、ノベツチを使ってたたいて伸ばしてゆきます。何を包んで贈ろうか...美しい自然の中でそんなイメージを膨らませるのも幸せな時間です。



秋本順子さん

12月2日(土)・3日(日) 13:00-16:00  
 【実施者】アトリエ JUN【料金】5,000 円【集合場所】アトリエ JUN(国見町中 126)【定員】6名/最少催行人数:1名【行程】13:00集合・説明→制作→ティータイム→16:00解散  
 【持ってくる物】エプロン、タオル  
 ※汚れても良い服装で参加。

20 歴史ウォーク 小城観音をゆく



国東市観光協会公認ガイド「国東旅ナビゆめ友遊」

六郷満山雲場第 29 番札所小城観音(寶命寺)。ここにある「西国三十三ヶ所お山巡り」のミニ巡礼コースを、地元のベテランガイドさん達と歩きます。昼食は素晴らしい眺望の小城展望公園で国東産新米おにぎりや団子汁で腹ごしらえ。国東の歴史、秋の味覚、美しい景色を一度に味わえる一日です。

11月4日(土) 9:30-13:00 約4km  
 【実施者】国東旅ナビゆめ友遊【料金】2,500 円【集合場所】寶命寺駐車場(武蔵町小城 534)【定員】25名/最少催行人数:15名【行程】9:30集合→小城観音→西国三十三ヶ所ミニ巡礼→小城展望公園で昼食→13:00寶命寺駐車場到着、解散 ※地産地消のお土産つきです。※歩きやすい服装、運動靴で参加。

23 わんこ×トレイル 愛犬とのトレイルデビューを国東で



愛犬と雄大な自然に包まれて楽しい時間を過ごしたい。でも、必要な知識や行動のポイントが分からない...そんな愛犬家の皆さんにオススメのプランです。低山徘徊型コースを歩き、国東 DOGS メンバーが愛犬との山歩きのポイントをお伝えします。お昼は国東産材のお弁当とおやつで人も犬もおもてなし。愛犬と充実の一日をお過ごしください。

① 初級 11月12日(日) 9:30-14:00 約6km 小雨決行  
 【実施者】国東 DOGS【料金】3,400 円(犬追加 500 円/頭、人追加 2,000 円/人)【集合場所】成仏公民館駐車場(国東町成仏)【定員】10名/最少催行人数:1名【行程】9:30受付→オリエンテーション後、トレイル開始→成仏プロジェクト→小門山→成仏公民館→12:30成仏協会による成仏ビザの昼食→14:00解散

② 中級 12月10日(日) 9:30-15:00 約11km 小雨決行  
 【実施者】国東 DOGS【料金】3,400 円(犬追加 500 円/頭、人追加 2,000 円/人)【集合場所】安岐総合支所駐車場(安岐町中園 100)【定員】10名/最少催行人数:1名【行程】9:30受付→オリエンテーション後、トレイル開始→瑠璃光寺→蓮池→クヌギ林→密乗院→12:00関神社で昼食→油原古道・漢谷→菱池→瑠璃光寺→駐車場到着、15:00解散

【必要装備】  
 ①→軽登山の服装(長袖、長ズボン、トレッキング靴)、着替え、飲料水、行動食、雨具(傘不可)、荷物はリュックサックに(手提げ袋不可)防寒着、行楽シート  
 ②→リード、雨具、補水器、お手入れ用具(タオル、ブラシ)、ノミ・ダニ防除薬(事前に投薬してください)

26 健康志向の方へ 菊芋掘りと菊芋料理

菊芋と聞いて、パッと調理法が思い浮かぶでしょうか?健康雑誌やお店で見かけるけど「どう使えば良いのか分からないという方が結構多いんですよ」と、菊芋加工品を作る井上さん。当日は、小さなお子さまにも人気の菊芋掘り体験と、井上さんに美味しい菊芋料理を教わってもらいます。



11月23日(木・祝) 10:00-14:00  
 【実施者】くにちゃん倶楽部【料金】3,000 円【集合場所】アストくにさき正面玄関(国東町鶴川 160-2)【定員】15名/最少催行人数:5名【行程】10:00集合→畑に移動(各自)→菊芋収穫→アストに戻り調理→昼食、菊芋のお話、片付け→14:00解散



井上洋子さん

29 ノルディックウォークで行く 旭日のため池「ため歩き」



21の「ため池」が点在する旭日地区で、世界農業遺産の恵みを歩きながら学べます。網井区では江戸時代から6つのため池が連携し、現在も田んぼに水を供給しています。古の人々の知恵が今も生きるこの地を舞台に、ノルディックウォークで巡ってみましょう。全日本ノルディックウォーク連盟の昇さんと内田さんが丁寧にレクチャーしていただきます。

12月3日(日) 9:00-14:00 約8km 初心者向け  
 【実施者】世界農業遺産旭日プロジェクト(GAP)【料金】3,000 円【集合場所】網井区公民館(国東町網井 1872-3)【定員】30名/最少催行人数:10名  
 【行程】9:00集合・説明→迫池→竹林→祇園山→治部丸公民館にて昼食→阿弥陀堂→高雄池→古池→高雄池水路→美迫池→西の関酒蔵見学→14:00網井区公民館着、解散【持ってくる物】タオル、飲料水、防寒着など。  
 ※ウォーキングができる服装と靴で参加。



昇 登さん、内田 菜穂子さん

21 銘酒・西の関 日本酒カクテルとバイオリンの調べ



創業明治6年の萱島酒造が生んだ銘酒「西の関」。日本酒ファンに魅力をもっとお伝えしたいと、今年5月に敷地内にショップ「SAKE GALLERY 東西」をオープンしました。今回はギャラリーでバイオリニスト・高山実紀さんのミニコンサートと共に日本酒カクテルを味わう楽しいプランを企画。人気の酒蔵見学も行います。ひと味ちがう芸術の秋を楽しんでみませんか。



高山実紀さん 大分県立芸術文化短期大学卒業 邦楽科在任。音楽教室の傍ら、各種音楽活動を行う。

11月11日(土) 14:00-16:00  
 【実施者】萱島酒造【料金】2,500 円【集合場所】萱島酒造(国東町網井 392-1)【定員】40名/最少催行人数:20名  
 【行程】14:00集合・説明→蔵見学→日本酒カクテル試飲→バイオリンミニコンサート→16:00解散  
 ※飲酒をされる方はバス・タクシーをご利用ください。お車の方はハンドルキーパーを決めてお越しください。会場にはソフトドリンクもご用意しています。

24 縁起物 ミニ大漁旗を染めてみませんか

大漁旗とは新造船の船おろしの際に、知人や親族が安全と大漁を祈り、漁師さんにお祝いとして贈るもの。鮮やかな色で、縁起の良い絵柄が染め込まれます。国東の老舗染物店「まさごや」の親方と、四代目を継ぐ貴世さんに教わり、ミニサイズでお部屋のインテリアになる大漁旗を染めてみましょう。



予約時に教えてください



11月12日(日) 13:00-16:00 (2)名入れの文言  
 【実施者】まさごや染物店【料金】3,000 円【集合場所】まさごや染物店(国東町鶴川 1447)【定員】5名/最少催行人数:1名【行程】13:00集合・説明→背景の色を決める→染色→16:00解散  
 ※染色は立ち仕事となります。※染料が衣類や靴に付着する作業です。必ず汚れても良い服装でご参加ください。※作品完成は一週間後となります。※名入れの文言は漢字、平仮名、カタカナ、アルファベットも可能です。

27 大分空港 バックヤードツアー

大分航空ターミナル(株)の野紫さんと中村さんのご案内で、ふだん立ち入れない裏舞台を見学するバックヤードツアーを開催します。手荷物受取所や駐機場など、空港のお仕事について学んだ後、滑走路を一望できるレストランで昼食をとります。大人も子どもも楽しめる貴重なチャンスをお見逃しなく!



野紫真也さん、中村彩華さん

11月25日(土) 10:00-12:30  
 【実施者】大分航空ターミナル(株)【料金】2,000 円【集合場所】大分空港 総合案内所【定員】30名/最少催行人数:1名【行程】10:00集合・説明→空港見学→レストランで昼食→12:30解散 ※歩きやすい靴で参加。※動画・静止面の撮影をお断りする区域がございます。※駐車場代は自己負担となります。

30 お部屋に季節を呼び込む 七島蘭オブジェ

国東特産の七島蘭を使った、年末年始を演出するオブジェ作り。クリスマスとお正月にお部屋を華やかな自然素材で楽しく飾りませんか。「クリスマス・お正月オブジェ」と「しめ飾り」の2プラン、特に「しめ飾り」の方はみっちり作りたい方にオススメです。七島蘭作家・岩切千佳さんの指導で制作します。



岩切千佳さん

① クリスマス・お正月オブジェ 12月10日(日) 13:00-16:00  
 ② しめ飾り 12月16日(土)  
 【実施者】七島蘭工房 なつむぎ【料金】①② 3,500 円【集合場所】資料館七島蘭学舎(安岐町高瀬 3209)【定員】①15名②10名/最少催行人数:2名【行程】13:00集合→七島蘭の説明→制作→16:00解散  
 ※畳の上で制作しやすい服装で参加。

→ → プログラム ① → ⑮ はパンフレット Vol.1 をチェック!