

くにさき  
**国東  
おだやか博 2018**



Vol.2 体験プログラム **15** → **29** 予約受付開始 **9/3 (月)~**



くにさき  
国東の暮らし、  
遊んで  
学んで  
味わって。



国東の日々の暮らしに 手作りのおもてなしを添えて  
歴史文化、自然、アート、食を楽しめる  
とっておきの体験プログラムをご用意しています。

大分県 国東市



開催中の体験プログラム

パンフレット Vol.1 でご案内しています

※終了したプログラムもございます

ご予約は  
お早めに!



9/2 くにさき七島蘭  
ボトルホルダー作り



9/8 くにさき農業青年と  
農業体験 & バーベキュー



9/9, 10/7 興導寺でスピリチュアルな  
ひととき



9/15, 11/4 泉福寺で禅入門  
心を整える時間



9/16・22, 10/7, 10/13 国東産・季節のフルーツで  
ケーキ作りとティータイム



9/20, 10/21, 11/19 こんな植物から!  
気軽に草木染めを楽しもう



9/22, 10/27, 11/17 伝統の味を引き継ぐ  
昔ながらの味噌作り



9/22, 10/14 アートと歴史、自然散策  
成仏ビザ焼き体験



9/29, 10/20 国東の自然を学び、楽しみ、  
七島蘭の畳で薬草膳を



10/4 神宮寺 × 国東食彩 ZECCO  
プレミアムな創作会席



10/6 鶴川小町  
角打ちミニ巡礼



10/7 インスタ映える 簡単  
ハロウィンプリン作り!



10/13・14 暮らしになじむ  
小さな花入れを作ろう



10/14・15 くにさきの旅  
秋だ! 祭りだ! 国見だ!



国東市観光協会  
ウェブサイトへ



フェイスブックで  
最新情報を  
発信しています!

お申込み・お問い合わせ 国東おだやか博 運営委員会事務局

予約専用 0978-73-0962 国東市観光協会

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

国東おだやか博 運営委員会事務局

予約専用 0978-73-0962 国東市観光協会  
受付時間 平日 9:00~17:00 (土日祝休み)

odahaku@gmail.com  
申込みの回答は上記受付時間内となります

申込方法

●ご参加には事前に予約が必要です。記載のパンフレットによりそれぞれ予約受付開始日が異なりますのでご注意ください。

Vol.1 プログラム 1~14 8/1(水)9:00 より受付開始

Vol.2 プログラム 15~29 9/3(月)9:00 より受付開始

●受付開始時間以前のお申込みはすべて無効となります。予めご了承ください。

●お申込みの際は下記必要事項をご準備のうえ、お電話またはメールにてお申込みください。

1. プログラム番号・タイトル
2. 代表者の氏名・年齢・住所・電話番号
3. 同行者の氏名・年齢
4. その他連絡事項(食物アレルギーの有無など)

●プログラムにより別途お申込み締め切り日を設けている場合がございますのでご注意ください。

●最少催行人員に満たない場合、プログラムを中止する場合があります。

キャンセル

●お申込みを取り消される場合、実施日の3日前までに事務局へ連絡をお願いします。

ご予約の最終確認

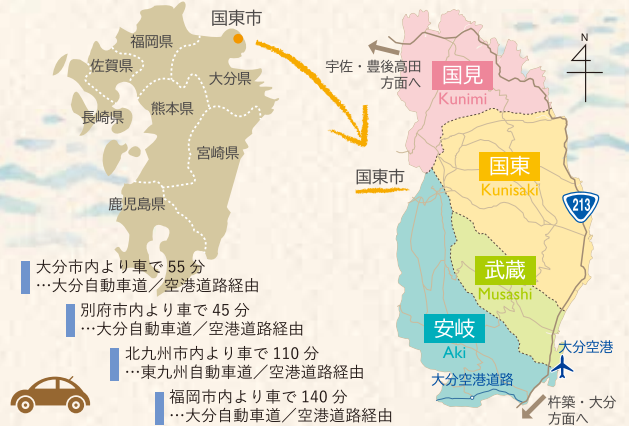
●最終確認は実施日の3日前をめぐり、お電話またはメールにて連絡いたします。

当日のご案内

●集合場所は、受付などがございますので開始時刻15分前までに気を付けてお越しください。

特記事項

●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。







成仏寺 修正鬼会

## 世界農業遺産に認定された国東は「鬼が仏になった里『くにさき』」として2018年5月に日本遺産にも認定されました。

独特の仏教文化を育んできた大分県国東市。歴史は受け継がれ今なお息づいています。「国東おだやか博」では歴史や自然、アートなど多彩な魅力を体験できるプログラムをご用意しています。心温まる穏やかな時間と手作りのおもてなしをお楽しみください。

## 国東おだやか博 2018 は 29 の体験プログラム。友達、親子、おひとりでも楽しめる企画満載！

- ファミリーにもおすすめプログラム
- 食事無しのショートプログラム
- 悪天候時の振替日
- 食事付きのプログラム ※アレルギーの有無を申込時にお知らせください

## 六郷満山開山 1300 年特別プログラム



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開花しました。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。2018年、六郷満山は開山1300年を迎えました。これを記念したプログラムをご用意しています。

六郷満山開山1300年について詳しくは『国東半島宇佐地域六郷満山開山1300年誘客キャンペーン実行委員会』ホームページへ



WEB SITE

### 特別企画

## 国東おだやか博 × 早稲田大学 (JA 共済寄附講座)

早稲田大学 (JA 共済寄附講座) の学生達が国東おだやか博を舞台に、国東の魅力を発信するイベント「農カフェスタ」を11月2日～4日で開催します。詳細は特設ページをチェック！

【実施者】早稲田大学 (JA 共済寄附講座)



FACEBOOK

## 15 六郷満山の聖地を巡る 峯道ロングトレイル



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。六郷満山1300年の世界をトレイルで巡ってみませんか。今なお数多く残る岩屋や、奇岩怪石が林立するエリアなど国東ならではの風景を楽しめるコースをご用意しました。



### ① 東の不動トレイル ～六郷満山の聖地を歩く～

10月20日(土)

9:00～13:00

約7km

中級者向け



【実施者】国東半島峯道トレイルクラブ【料金】3,000円【集合場所】不動茶屋(国見町千燈)【定員】50名/最少催行：10名【行程】9:00開始→五辻不動→瓢箪池→西行戻し→薬師岩屋→普賢岩屋→旧千燈寺跡→奥の院(銚子岩屋・枕岩屋・瀧本岩屋)→五輪塔群→13:00不動茶屋到着、昼食、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。



### ② 西の不動トレイル ～六郷満山の修験道を歩く～

11月17日(土)

9:00～14:00

約7km

中級者向け



【実施者】国東半島峯道トレイルクラブ【料金】3,000円【集合場所】尻付岩屋よこ旭工業資材置き場(国見町尻付岩屋)【定員】30名/最少催行：10名【行程】9:00開始→千燈石仏→千燈寺→妙見岩屋→天疫神岩屋→昼食→大不動岩屋→阿弥陀越→大日向尾根→太郎天岩屋→小不動岩屋→14:00尻付岩屋到着、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。



### ③ 国東半島 大嶽山トレイル

12月8日(土)

9:00～14:30

約7km

中級者向け

弁当持参

【実施者】国東半島峯道トレイルクラブ【料金】2,400円【集合場所】行入ダム公園(国東町横手)【定員】30名/最少催行：10名【行程】9:00開始→千の岩→尾根稜線歩き→行入富士→落合山頂→昼食→大嶽山山頂→(下山)落合林道ルート→14:30行入ダム公園到着、解散【持ってくる物】弁当、飲料水、雨具、防寒着など。※軽登山の服装、靴で参加。

## 16 地元漁師さんのガイド付き！ 国東半島クルージング



36ftのクルーザーボート

漁師の元浦五男さん(左)と、「マリンピアむさし」スタッフ

大分空港そばのマリーナ「マリンピアむさし」が所有するクルーザーボートで海を渡り、姫島で開催される「姫島車えび祭」を体験しに行きます。潮風を感じながら地元の漁師さんによるガイドを楽しみ、海上からダイナミックに国東半島を見られるチャンス。この機会をどうぞお見逃しなく！

10月21日(日) 9:30～16:00

【実施者】マリンピアむさし【料金】4,000円【集合場所】マリンピアむさし(武蔵町糸原3185-6)【定員】7名/最少催行：3名【行程】②9:30開始、説明→10:00マリンピアむさし出港→11:30姫島港着、昼食(車海老弁当)→14:00姫島港出発→15:30マリンピアむさし帰港→16:00解散【持ってくる物】水しぶきを浴びる可能性があるため着替え、タオル、帽子、風よけの防寒着。酔い止め薬など各自で用意。※動きやすい服装、滑りにくい運動靴で参加。

## 17 国東産ハーブでフェイスクリーム作り セルフケアを楽しもう



「Atelier 素家」主宰・今井りえさん

国東産ハーブなど厳選素材でお顔に優しいクリーム(約20ml)を作ります。教えてくれるのはハーブティーとボディケアの宿を営む「Atelier 素家」の今井りえさん。店内に一歩入ると思わず深呼吸をしてしまうほどハーブの良い香りに包まれます。ご自身をケアする楽しみを体験しましょう。

クリーム作りの後はハーブティーでほっこり



① 10月21日(日) ② 10月25日(木) 13:30～16:00

【実施者】Atelier 素家【料金】3,500円【集合場所】みんなかん駐車場(国見町伊美2305-1)【定員】6名/最少催行：1名【行程】②13:30開始、移動→説明→ハーブのクリーム作り→14:20ハーブティータイム(クリームを固める)→化粧落としとお顔のセルフマッサージ→16:00解散【持ってくる物】フェイスタオル、立てられる鏡、メイク道具(メイク直しをする方)、筆記用具※植物アレルギーがある方(キク科アレルギー等)は事前にお知らせください。※ノーマイクまたは軽めのメイクでお越しください。※お顔のセルフマッサージテキスト資料プレゼント



## 18 古民家アートギャラリーで リラックスヨガ



涛音寮  
写真左から  
講師の磯崎美穂さん  
宮本みほさん

築140年の『ギャラリー涛音寮』でアートに囲まれてヨガを体験。美しいお庭を眺めつつ、畳の上で楽しめます。講師はヨガ教室主宰・磯崎美穂さんとアシスタントに宮本みほさん。日常に取り入れやすい簡単なヨガを中心に教えてくれます。体を動かした後は名物「たこめし御膳」を堪能。秋の爽やかな空気のなか心地良く体を動かしましょう！

10月25日(木) 10:00~13:00

【実施者】涛音寮【料金】3,000円【集合場所】涛音寮(国見町伊美2017)【定員】20名/最少催行:5名【行程】10:00開始・説明→ヨガ(約1時間)→着替へ→たこめし御膳の昼食→13:00解散【持ってくるもの】タオル、水など飲み物、ヨガマット(持っている方)※ヨガができる動きやすい服装で参加。

## 21 小学生限定企画 「大分空港」バックヤードツアー



ふだんは立ち入れない大分空港の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、大分航空ターミナル(株)の中村さんと一緒に楽しく探検しましょう。滑走路を一望できるレストランでのランチ付きです。思い出に残る素敵な1日になるはず。

11月10日(土) 10:00~12:30 振替日 11/17(土)

【実施者】大分航空ターミナル(株)【料金】2,000円(小学生のみ)【集合場所】大分空港内2Fレセプションルーム【定員】30名/最少催行:1名【行程】10:00開始、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・静止画の撮影をお断りする区域がございます。※駐車場が混み合う場合もあるため早めにお越しください。※駐車場代はご負担下さい。

## 24 話題の食材・菊芋をしよう！ 菊芋掘りと料理教室

菊芋って気になる食材なのだけど調理法は？という方にオススメのプログラム。菊芋掘り体験後、菊芋加工品を作る井上さんと薬学博士の矢野先生にその魅力を教えてもらいながら昼食を作ります。いつもの食卓に取り入れやすい菊芋の調理法をこの機会に習得しましょう！



11月23日(金) 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:5名【行程】10:00開始→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

## 27 わんこトレイル 愛犬とのトレイルデビューを国東で



自然の中で愛犬と思いきり過ごしたい。備えなど必要な知識も知りたい！そんな愛犬家にお応えするプログラム。楽しいな昼食は愛犬と一緒に国東素材を味わいます。体を動かして、国東の自然、文化、食を満喫しましょう。

① 中級 11月25日(日)9:00~14:00 振替日 12/2(日) 約5km 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】成仏区公民館駐車場(国東町成仏寺の向かい)【定員】10名/最少催行:1名【行程】9:00受付→9:30オリエンテーション後、トレイル開始→11:00小門山頂・休憩→12:30成仏区公民館で昼食(成仏校会による成仏ピザ)→14:00アンケート実施後、閉会・解散(希望者に成仏プロジェクト案内)

② 初級 12月9日(日)10:00~14:00 振替日 12/16(日) 約3km 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】国見総合支所駐車場(国見町伊美2300-2)【定員】10名/最少催行:1名【行程】10:00受付→鷲巣岳登山口へ車で移動→10:50オリエンテーション後、トレイル開始→12:00鷲巣岳突端・昼食→13:30鷲巣岳登山口到着、アンケート

【必要装備】  
▲→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(手揚げ袋不可)防寒着、行楽シート  
△→リード、荷具、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)

## 19 生産者直伝 「味ーねぎ&もち麦」の料理教室

生産者で野菜ソムリエの佐藤朋美さんから教わる、県産ブランド「味ーねぎ」と食物繊維たっぷりのもち麦を使った簡単ヘルシーメニュー。“体が喜ぶ料理”がコンセプトの家庭でもすぐに実践できる5品フルコース。味ーねぎ収穫も体験できる大満足の1日です！



「らいむ工房」佐藤朋美さん



11月2日(金) 9:30~13:30

【実施者】(株)らいむ工房【料金】3,000円【集合場所】椿八幡社(武蔵町)【定員】20名/最少催行:8名【行程】②9:30開始、移動→説明→ねぎハウスで収穫体験→各自の車で武蔵中央公民館へ移動→調理、昼食、片付け→13:30解散【持ってくる物】エプロン、三角巾、筆記用具、手袋※動きやすい服装で参加。

## 22 縁起物 ミニ大漁旗を染めよう！

ご予約バチ 10/31(木)

新造船の船おろしの際に漁師さんへの贈る大漁旗。縁起の良い絵柄が染め込まれます。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ましょう。



予約時に教えてください

11月10日(土) 振替日 11/17(土) 13:00~16:00

【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:1名【行程】13:00開始、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。

## 25 世界農業遺産の恵み・旭日ため池ウォーク

世界農業遺産の恵み「ため池」が21も点在する旭日地区。明治維新150年に当たる今年、明治時代に築造されたため池や酒蔵を中心に旭日地区の里山を歩く2つのプランをご用意しました。



全国ノルディックウォーク連盟 昇健さん、内田 菜穂子さん

① ノルディックウォークプラン 11月24日(土)9:00~14:00 約8km

【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】旭日小学校(国東町綱井)【定員】30名/最少催行:10名【行程】9:00開始、説明→毘沙門天→黒雄社→権現様→読川上・下池→重藤十王堂→乙女地蔵→萱島酒造(明治遺産)→迫池(明治築造)→綱井公民館で昼食→大師堂→平尾池(明治築造)→庄蔵谷池→小屋ヶ谷池→祇園山→竹林→子育て地蔵→美迫池(一周)→14:00旭日小学校到着、解散



② 野菜収穫体験付きウォークプラン 12月1日(土)9:00~14:00 約11km

【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】旭日小学校(国東町綱井)【定員】30名/最少催行:10名【行程】9:00開始、説明→高雄池水路→古池→高雄池→樋迫池→大池→阿弥陀堂→山神社→上治郎丸公民館で昼食→祇園山→竹林→子育て地蔵→美迫池(一周)→14:00旭日小学校到着、解散※収穫した大根は持ち帰り可。※希望者は各自の車で萱島酒造見学。

【持ってくるもの】飲料水、雨具、防寒着 ※ウォーキングができる服装と靴等で参加

## 28 自分好みの形で作る 世界にひとつのアートスプーン

純すずを使用したオリジナルのアートスプーンを、メタルアーティストの秋本順子さんと制作します。すずは熱伝導率が高いため手の温もりが伝わりアイスクリームを溶かしながら食べられます。秋本さんのアトリエで制作できるこの貴重な機会をお見逃しなく。



秋本順子さん

① 12月1日(土) 10:00~16:00  
② 12月2日(日)

【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:1名【行程】10:00開始、説明→制作(途中、昼食・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 国東産のバラでハーバリウム & 季節のイタリアンランチ



150ml イメージです

ハーバリウム制作は初めての方でも気軽に挑戦できます。講師は、地元で生花店を営むフローリストのは松泰治さん。制作後はトラットリアスティーレさんの、地産食材中心のイタリアンランチを堪能できるという「2度おいしい」贅沢な時間をお楽しみください。



イメージです



左から「トラットリアスティーレ」平野純也さん、1級フラワー装飾技能士 是松泰治さん

11月7日(水)11:00~13:30 振替日 11/14(水)

【実施者】是松生花店【料金】3,400円【集合場所】トラットリアスティーレ(専用駐車場があります。申込時にお伝えします)【定員】20名/最少催行:10名【行程】11:00開始→説明→ハーバリウム作り(約75分)→12:30昼食→13:30解散

## 23 自由な発想でオリジナルカップ制作



陶芸家・岸本さんの指導で作る、コーヒーや焼酎など好きな飲み物をいれる器。「今回はこれを作りたい!」というイメージがある方はカップではなくてももちろんOK。お気に入りのひとつになるよう、自由な作陶を楽しみましょう。

11月18日(日)10:00~12:00

【実施者】友善窯【料金】3,000円【集合場所】友善窯(国東町重藤322)【定員】6名/最少催行:2名【行程】10:00開始、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。※釉薬(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、着払い配送可能。



岸本善見さん

## 26 異国情緒あふれる空間で作る 彩り竹ペンダント



国東の竹を使って香水等を携帯できるペンダントを竹芸家・三村さんに教わります。会場は美しい景色を一望できるゴルフリゾート「パシフィックブルーカントリークラブ」。宿泊客の飛び入り参加もある楽しい企画です。優雅な空間で創作を楽しむ特別な時間をお過ごしください。



三村竹晴さん

会場

11月24日(土)13:00~16:00

【実施者】Chikuho Bamboo Art Lab.【料金】4,000円【集合場所】パシフィックカントリークラブ「クラブハウス」(国東町浜3005-4)【定員】20名/最少催行:10名【行程】13:00開始、説明→彩り竹ペンダント作り→ティータイム→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

## 29 季節を呼び込むくにさき七島蘭オブジェ

希少価値の高い国東特産の七島蘭で季節を呼び込む「クリスマス・お正月オブジェ」と「しめ飾り」制作の2プラン。特に「しめ飾り」はみっちり作りたい方にオススメ。七島蘭作家・岩切千佳さんの指導です。



① クリスマス・お正月オブジェ 12月8日(土)  
② しめ飾り 12月15日(土) 13:00~16:00

【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(安岐町富清3209)【定員】①15名②10名/最少催行:①② 2名【行程】13:00開始→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。



岩切千佳さん