

福井
旅の体験手帖

Fukui Experience
Tour Guide Book

嶺南編

敦賀市・小浜市
美浜町・高浜町
おおい町・若狭町

ふくのね

vol.01

みんなでつくる、
福井の新しい楽しみ方が
できました。



JR
JR西日本

2018 SPRING/SUMMER

TAKE
FREE
¥0

ふくのね



“非日常の日常”が福井にはある

2023年春、福井県に新幹線がやってきます。

そのとき「福井県で観光するところってどこ?」と聞かれたら、

皆さんは何と答えますか?

恐竜博物館、東尋坊、朝倉氏遺跡、etc……。

でも、それ以外にも福井県には魅力がいっぱいあります。

その魅力に気付いていないのは、

案外私たち福井県民かもしれません。

そこで、福井の魅力を再発見するきっかけになってもらえたらと、

地元に対して熱い気持ちを持つメンバーとJR西日本福井支店とで

福井を満喫するコンテンツがいっぱいのガイドブック

「ふくのね」を作りました。

私たち福井県民がもっと福井のことを知って、

福井のことを楽しんで、福井をもっと好きになって、

自信を持って福井をおススメしたくなるようにと願って。

06 航跡波のらせん状に
青く光り輝く海の光

P8

12 海浜ボランティア
ご褒美は旬のサザエGET!

P13

13 荒波漁師がっつり体験
大敷網漁見学

P13

22 養殖魚のエサやり体験

P19

28 若狭湾で獲れた旬の鮮魚!
詰め放題!!!

P22

01 天然マダコに出会う! 味わう!

P4

08 漁船で行くわかめ狩り体験

P10

18 福井の伝統食
へしこの樽上げ体験

P16

03 漁師がガイド!
カヤックツアーで食育体験

P6

若狭上中IC

小浜IC

上中駅

JR

若狭高浜駅

若狭本郷駅

小浜駅

小浜西IC

大飯高浜IC

10 若狭★満喫食と農業体験

P11

17 ちょっとした芸妓体験を
味わえる旅

P16

24 何もしない! 何でもする!
田舎の自由な1日体験

P20

25 三丁町を着物で歩けば
フォトジェニックな旅に!

P20

26 若狭町農家民宿の
田舎暮らし

P21



旅の
心得

■ 大らかな心で楽しむ

すべてのプランは福井に来られる皆さんが喜んでもらえるよう、地元の人が手作りしたものです。完璧なホスピタリティはありませんが、温かい気持ちだけはどこにも負けていません。心を解放して、大らかな心で楽しんでください。

■ 予約は確実に、キャンセルは事前連絡を

地元の皆さんは日々の生活を営みながら、プランを選んでくださる皆さんが喜んでくださるよう準備をしています。突然のキャンセルは彼らを悲しませることにもつな갑니다。もしキャンセルされる場合は事前の連絡をお願いします。

■ 地元のルールを理解する

全世界、どの地域にもその土地ならではの“ルール”があります。例えば静かな町では大声で騒がないような。プランに参加される皆さんは、常識の範囲内で、その町のルールにのっとって、楽しんでください。“旅の恥はかき捨て”はNGで。

※掲載している料理や風景などの写真は全てイメージです。

※掲載内容は都合により変わる場合があります。予めご了承ください。

※最新の情報は「ふくのね」WEBサイトで公開 (3/26～) しています。

01

天然マダコに会う! 味わう!
タコづくしの宴

吸盤で吸い付かれるなんて未体験の世界!

漁村で感じる獲れたての新鮮な美味に舌鼓

小浜の四季の美味しさはどれも自慢だが、タコもそのひとつ。有名な明石にも勝るとも劣らない味で、食通たちを唸らせている。そんなタコを自分で捕まえるこの体験。海の中から籠を引き上げ、生きたタコを手づかみで捕るというダイナミックな漁は、子どもや女性までが勇気を振り絞ってできる忘れられない体験! 夕食はタコ飯・タコの刺身・タコの天ぷら・タコの酢の物・タコの煮付け・タコの煮物・味噌汁などタコづくし! スーパーで切り身になって売られている海産物も多くの人たちの手間や苦労によって、私たちの口に入ることを理解する、貴重な学びの場となるに違いない。食や大切な海の環境についても共に考える親子体験は楽しい。



タコに触るの初めて!
生きたのを見たのも初めて!

data

- [日程] 6/1(金)~8/31(金)
- [集合場所] 民宿かどの
- [料金] 1万2960円、12才以下1万800円
- (※1泊2食付き、当日現金、荒天時タコ漁のみ中止・料金は2000円引き) [参加条件] なし [準備物] 汚れてもいい服装
- [最少催行人数] 3人 [予約] 要(10日前まで)
- [キャンセル規定] 3日前まで50%、当日100%
- [運営] 民宿かどの 小浜市矢代4-42
- [連絡先] ☎0770-54-3006(担当/角野 7:00~23:00)、mekabu.kadono@gmail.com

02

【若狭の大人遊び。】一組限定貴重体験！



えっ！マジで！？天然うなぎを捕って食べるツアー



local foods

まさに一生の記憶に残る味

三方五湖（みかたごこ）には、世界的に希少価値が高くなっている天然うなぎが棲息しているスポット。その理由はもちろんこの一帯が豊かな自然に恵まれているから。この希少なうなぎを独り占めできる、1日1組の贅沢ツアーがこちら。湖漁師とともに漁船に乗り込んで、うなぎを「獲る」ところから体験する。地元に伝わる伝統的なうなぎ漁獲法「筒漁」でうなぎを獲ったらすぐに捌いて、炭火でかば焼きに。獲れたて、捌きたて、焼きたてのプレミアムな味覚体験は、気の合う仲間同士だけで楽しめるから、いつまでも色あせない思い出となる。食後のデザートに、梅の里・若狭ならではの梅風呂入浴まで付いてくるサービスも！



炭火焼きの香ばしい匂いに食欲もそられる

福井で天然うなぎ！
これは貴重な体験！



data

- ・ [日程] GW明け～夏休みまで、9～10月9:00～12:00 [集合場所] 湖上館バムコ 三方上中郡若狭町海山64-9-1
- ・ [料金] 2万1000円（※荒天時中止） [参加条件] 小学生以上 [準備物] 動きやすいアウトドアスタイル、飲物（500ml程度）、帽子や雨具など
- ・ [最少催行人数] 2人（定員4人） [予約] 要（3日前の17:00まで） [キャンセル規定] 3～4日前30%、2日前50%、前日70%、当日および無連絡100% [運営] 自然に大の字 あそぼーや 三方上中郡若狭町海山64-9-1
- ・ [連絡先] ☎0770-47-1008（担当/田辺 9:00～18:00）、asobo-ya@pamco-net.com

03

漁師がガイド! カヤックツアーで食育体験 ～エサやり・釣堀でのタイ釣り・漁師飯作り～



穏やかな海が広がりおりカヤックも安全

楽しく学べる食育体験

学習旅行や修学旅行などで5～6月は賑わいを見せている阿納（あの）地区。食育体験では、まず海面を滑るように進む爽快感が魅力のシーカヤックで、若狭湾のきれいな海や景色を堪能しよう。タイ釣りでは30cmにもなるタイの豪快な引きを感じることで醍醐味。釣り上げたタイのさばき方を教わり、漁師ならではの調理法も学びながら、ここでしか味わえない新鮮な漁師飯が楽しめる。ナビゲートするのは地元の漁師なので、漁村での暮らしや文化についても細かく教えてくれる。海や景色の美しさ、新鮮なタイの美味しさ、釣りの楽しさ、魚のさばき方を余すところなく満喫することで、魚食の大切さ、阿納の良さや魅力とふれあうことができる。



釣って捌いて
食べて満足!



- data** : [日程] 4/15(日)、4/22(日)、4/29(日)、4/30(月・祝)、5/13(日)、5/20(日)、6/10(日)、6/17(日)、6/24(日) 9:00～12:00
 [集合場所] 阿納漁港(小浜市阿納) [料金] 9000円(※当日現金、荒天時中止) [参加条件] 小学生以上
 [準備物] シーカヤックのできる服装(濡れてもいい服装、防寒着、熱中症対策、ラッシュガード、帽子、ビーチサンダルなど)
 [最少催行人数] 2人 [予約] 要(2日前の17:00まで) [キャンセル規定] 当日100%
 [運営] 阿納バドラーズクラブ 小浜市阿納 [連絡先] ☎0770-54-3046(担当/河原 9:00～21:00)



04

鉄道ファン必見！SLバスで巡る、 敦賀・今庄間鉄道遺産の旅



Q
other

時空を超えるロマン体験

日本海側で初めて鉄道が敷かれた街・敦賀には、街中に鉄道遺産が点在している。特に、今庄との間にある旧北陸線トンネル群は、当時の風景を色濃く遺した場所で、国登録の有形文化財に指定されている。今回は敦賀、そして敦賀-今庄間の鉄道の歩みを、D51を模したSLバスで見学するツアーを開催。“SLガイド”による国鉄時代の歴史を聞きながら、欧亜国際連絡列車の玄関口であった旧敦賀港駅舎や旧北陸トンネル群を巡っていく。車内からだけではなく途中下車をして北陸トンネルの解説も。ランチタイムに今庄の郷土料理を堪能したら、今庄駅の鉄道資料館へ。敦賀-今庄間の鉄道敷設がいかに困難だったか、その歴史を知ることができる。



13基掘られたトンネル
の内11基が遺っている



すれ違いもできない
狭いトンネルね！



- data** : [日程]5/20(日)10:00～14:10 [集合場所]敦賀駅交流施設 オルパーク(敦賀市鉄輪町1-1-24)
 : [料金]2万円(※当日現金、荒天時中止) [参加条件]なし [最少催行人数]5人 [予約]要(7日前の16:00まで)
 : [キャンセル規定]8日前まで20%、2日前まで30%、前日40%、当日50%、旅行開始後および無連絡100%
 : [運営]敦賀観光協会 敦賀市神楽町2-2-4 [連絡先]☎0770-22-8167(平日9:00～16:00)、info@turuga.org

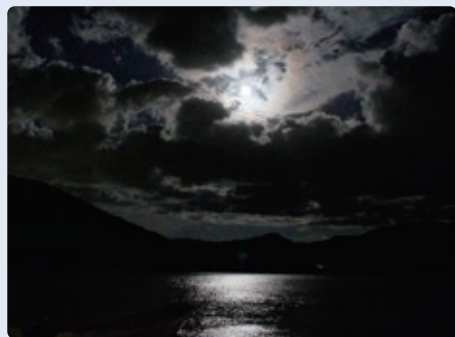
【月夜にカヤック】 水月湖ナイトコース

電灯も少ないから
キレイに見えるよ



月夜のロマンチック体験

「水月湖（すいげつこ）」は、月光が湖面に反射する様の美しさにちなんだ名付けられたという。その美しさを堪能するのがこのツアー。夜の湖にカヤックで漕ぎ出して月が顔を出すのを待つ。月光が湖面を照らし出して一つの道のようになる“月の道”ができる神秘的な瞬間は一生の宝物になる。経験豊富なスタッフが教えてくれるので初心者もOK。ツアー終了後は保温効果の高い梅風呂に入って心も体も温まって帰路に着こう。



家族や恋人など、大切な人と是非出かけて

data : [日程]4/28(土)、29(日)、30(月・祝)、6/29(金)、30(土)19:45~22:00 [集合場所]湖上館バムコ 三方上中郡若狭町海山64-9-1
 [料金]6000円(※当日現金、荒天時中止) [参加条件]大人 [準備物]動きやすいアウトドアスタイル、飲物(500ml程度)、帽子や雨具など
 [最少催行人数]2人 [予約]要(1日前の17:00まで) ※ただし予約に空きがある場合のみ [キャンセル規定]3~4日前30%、2日前50%、前日70%、当日および無連絡100% [運営]自然に大の字 あそぼーや 三方上中郡若狭町海山64-9-1
 [連絡先]☎0770-47-1008(担当/藤野9:00~18:00)、asobo-ya@pamco-net.com

ファンタジックな世界！ 航跡波のらせん状に青く光り輝く海的光



昼と夜、これほど変わる風景も！

「赤潮」と呼ばれる現象がある。プランクトンの異常繁殖によって水が赤く変色するのだ。このツアーでは昼に赤潮のメカニズムについて学び、夜は船に乗船してこの場所を目指していく。実はこの自然現象は夜になると一変して、プランクトンが自ら発光して光の海を演出。船が進む波の跡に光の航跡を創り出していく。こんなにも幻想的な一夜と、漁師が腕を振るう新鮮な海の幸をいただく一夜。二つの体験を贅沢にも一緒に堪能できる。



船の作る波が光る夜光虫は美しく幻想的

data : [日程]4~6月予約随時 [集合場所]若狭三方五湖観光協会 [料金]1万5000円(※1泊2食付き、当日現金or事前振込み、荒天時中止)
 [参加条件]なし [最少催行人数]2人 [予約]要(3日前の18:00まで) [キャンセル規定]当日100% [運営]若狭三方五湖観光協会 三方上中郡若狭町鳥浜122-31-1 [連絡先]☎0770-45-0113(9:00~18:00)、wakasa@wakasa-mikatagoko.jp

一般社団法人若狭三方五湖観光協会 福井県三方上中郡若狭町鳥浜122-31-1 福井県知事登録第2-103号 ・各プログラムは着地型ツアーの為、お越しになるまで、及びお帰りの交通手段については責任を負いません。・旅行業法第12条の4の規定する取引条件説明書面は、当協会でご用意しております。・添乗員は同行しません。

07

時が止まったような世界の中で、 自分なりの遊び方を。「新庄まんきツーリズム」



自然の楽しみ方は無限大！

かつて近江地区への主要ルートでもあった、美浜町新庄地区。この地域に足を踏み入ると、まるで時が止まったかのように昭和初期の雰囲気をさせてくれる。人が少ない集落であることはつまり、手つかずの自然がすぐそばにあるということ。その自然を存分に満喫するのがこちらのツアー。川のコースでは溪流釣りに挑戦。釣った魚は捌き方を教えてもらいながら串打ちをして、囲炉裏で焼いていただく。そして山のコースでは狩猟体験ができるのだ。山の中を散策し、動物を獲る罫やしかけの説明を受け、実際にここで獲ったシカやイノシシの料理体験に挑戦。作り方を教わりながら、でき上がるジビエ料理に舌鼓をうってみて。



溪流は浅瀬で、子ども
安心して楽しめる

タイムスリップして
時を忘れよう！



- data** : [日程] 通年10:00～14:00 [集合場所] 新庄溪流の里 (三方郡美浜町新庄286-5-1) [料金] 3000円 (※当日現金、荒天時中止)
 : [参加条件] 心身ともに健康な方 [準備物] 動きやすい服装、着替え [最少催行人数] 5人 [予約] 要 (5日前の17:00まで)
 : [キャンセル規定] 2日前30%、前日50%、当日100% [運営] NPO法人自然と共に生きる会サンガ 三方郡美浜町新庄291-28-1
 : [連絡先] ☎0770-37-5205 (担当/上田 9:00～17:00)、nakamura@samgha-nature.com

experience

08

圧巻の大きさ！

漁船で行くわかめ狩り体験



local foods



わかめがこんなに大きいとは驚き！



旬の味覚にも負けない“狩り”！

味覚狩りは数あれど、福井が誇るのはわかめ狩り！ 漁師のレクチャーによるわかめの刈り取りは、果物にも負けない貴重な体験。ライフジャケットを着て漁船で漁場へ。加工品のわかめしか知らない人にとって、海でわかめが生息している様は驚きの連続。栄養豊富で、透明度の高いきれいな海水が特徴の若狭・矢代。海のおいしさがそのまま凝縮された新鮮わかめは別格の味わい。狩ったわかめは持ち帰り用として袋詰めしてくれる

data : [日程]2月下旬～4月中旬までの14:00～15:00 [集合場所]民宿かどの [料金]2700円、12才以下2200円(※当日現金、荒天時中止)
[参加条件]なし [準備物]子どもが参加の組合子ども用合羽と長靴
[最少催行人数]3人 [予約]要(3日前まで)
[キャンセル規定]前日・当日100%
[運営]民宿かどの 小浜市矢代4-42
[連絡先]☎0770-54-3006(担当/角野7:00～23:00)、mekabu.kadono@gmail.com

experience

09

再発見 “三方五湖”&もう一つのレインボーライン

～爽快♪ 走快♪ 自転車で山登り～



電動アシスト自転車で楽々

若狭の穴場なスポットを、車ではなく自転車で駆け抜ける、1日1組限定のサイクリングツアー。「三方五湖コース」は、道が整備されていなかったころの水路、三方石観音、浦見川といった景観や、野鳥のさえずりを聞きながらゆったりと楽しめる。「梅丈岳コース」は、レインボーラインができる以前から存在する登山道を走るユニークなコース。電動アシスト自転車なので坂道も山道もススイイ。レインボーラインだって登っちゃえる！



休憩時に嗜むコーヒのおいしさも格別！

data : [日程]3～4月、10～11月9:00～または13:00～ [集合場所]湖上館バムコ 三方上中郡若狭町海山64-9-1 [料金]6500円(※当日現金、荒天時中止) [参加条件]身長150cm以上の大人※150cm以上の小人は要相談 [準備物]動きやすいアウトドアスタイル、飲物(500ml程度)、帽子や雨具 [最少催行人数]2人(定員6名) [予約]要(1日前の17:00まで) [キャンセル規定]3～4日前30%、2日前50%、前日70%、当日および無連絡100% [運営]自然に大の字 あそぼーや 三方上中郡若狭町海山64-9-1
[連絡先]☎0770-47-1008(担当/藤野 9:00～18:00)、asobo-ya@pamco-net.com

10

あなたがオーナー！ 自分で植えて収穫するお米は 最高の味！ 若狭★満喫食と農業体験



other Q

大人気の農業体験

「田んぼのオーナーになりませんか?」。三方を山に囲まれた小浜市の農村地帯で、募集を開始すればすぐに定員になるくらい好評の農業体験ツアーが、今回より年間を通しての体験ツアーに。こちらは化学合成農薬や化学肥料を極力抑えた特別栽培米を生産し、地元の学校給食や病院食、大手百貨店でも取り扱っているほど品質も高く、安心安全の農業を手掛けている。オーナーと言っても農業体験は春の田植え体験から秋の収穫体験まで年3回。最新の農業機械に乗っての体験だから、普段では味わえない楽しさ。体験時には若狭の幸をふんだんに使った料理もいただける。もちろんオーナーなので収穫後は新米を3kgもらえる。自分で手掛けた安心安全の米だからひときり美味しい!



枝豆も獲れたて、茹でたては最高の味

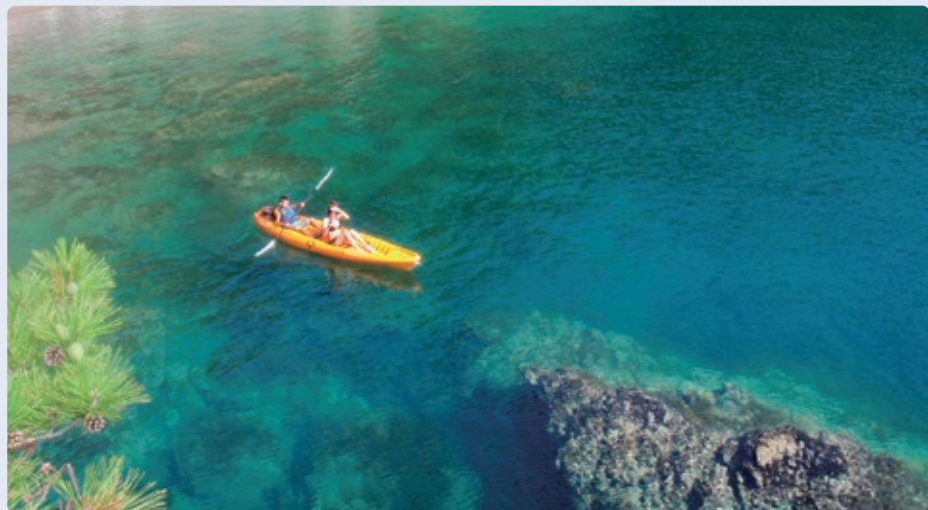


みんなで刈り取り
夏は刈で遊ぼう!

- data** : [日程]年間3回、初回は5/4(金・祝) 10:00~14:00 [集合場所](株)若狭の恵 乾燥棟(小浜市加茂6-31)
 [料金]1万2000円、未就学児4000円(※当日現金、荒天時中止) [参加条件]なし
 [準備物]長靴・ゴム手袋・タオル・帽子・汚れやすい服装 [最少催行人数]10人 [予約]要(10日前まで) [キャンセル規定]前日・当日は30%
 [運営](株)若狭の恵 小浜市加茂2-4-1 [連絡先]☎0770-57-2020(担当/前野 平日8:30~16:30)、info@wakasa-megumi.jp

11

【若狭の大人遊び。】一組限定貴重体験！ 自然の中でゆったりのんびりカヤックツアー



季節によって楽しむ場所が海か湖かに変わる

オーダーメイドカヤックツアー

季節によって、若狭の自然豊かなリアス海岸または三方五湖を楽しむカヤックツアー自体は以前から運営されているが、今回は特別プランを用意！ 何と「一組限定」にこだわって企画されているツアーなのだ。参加者が思い通りにツアーをオーダーメイドできることが魅力。ガイドの人生経験、カヤック経験をフルに活かして、とびっきりのツアーに仕上げてくれる。もちろん参加人数も、4人までなら自由に決めることができるので、カップルでゆったりとした時間を楽しむもよし、職場の同僚や学生時代の仲間たちと和気あいあいとしたカヤック体験を満喫するもよし。忙しい日常から離れたいアナタ、若狭ではスペシャルな時間が約束されている！



カップルで
存分に遊ぼう！



data : [日程] 4～10月 (4・10月は三方五湖、5・6・7・9月は若狭湾、8月は休止) 11:00～15:00 [集合場所] 湖上館パムコ 三方上中郡若狭町海山64-9-1 [料金] 2万1000円 (※当日現金、荒天時中止) [参加条件] 小学生以上 [準備物] 動きやすいアウトドアスタイル (夏期は水着など)、飲み物 (500ml程度)、帽子や雨具 [最少催行人数] 2人 (定員4人) [予約] 要 (3日前の17:00まで) [キャンセル] 3～4日前30%、2日前50%、前日70%、当日および無連絡100% [運営] 自然に大の字 あそぼーや 三方上中郡若狭町海山64-9-1 [連絡先] ☎0770-47-1008 (担当/田辺 9:00～18:00)、asobo-ya@pamco-net.com

experience

12

海浜ボランティア

キレイになった分、ご褒美は旬のサザエ GET !

ゴミの量でサザエの量が決まる！

透明度も高く海水浴場としても人気の高い若狭町の海。その海に慣れ親しんでもらおうと、みんなでキレイな海を守るイベントを開催。なんと、拾ったゴミの量に合わせて、旬のサザエがお土産でもらえるのだ。さらにその場でつば焼きにして食べる試食会も。若狭町は対馬暖流の影響と北陸特有の寒さが混ざり合い、北限と南限の生き物を観察することができる全国でも珍しいスポット。貝殻や流木などいろいろな物を集めて楽しむことも。



その場でアツアツのつば焼きを(写真はイメージ)

- data** : [日程] 6～7月(9:00頃集合、所要時間は人数によるが約2時間を予定) 予約随時 [集合場所] 若狭町内の各港ないし海水浴場
 : [料金] 3000円(※当日現金、荒天時中止) [参加条件] なし [準備物] 長靴、合羽 [最少催行人数] 1人 [予約] 要(3日前の18:00まで)
 : [キャンセル規定] なし [運営] 若狭三方五湖観光協会 三方上中郡若狭町鳥浜122-31-1
 : [連絡先] ☎0770-45-0113(9:00～18:00)、wakasa@wakasa-mikatagoko.jp

experience

13

荒波漁師がっつり体験

おおしきあみ
大敷網漁見学

大迫力の漁は、
いつもとは違う
感動を覚える



網を引き揚げると大漁の魚が揚がってくる

波にもまれて大漁見学！

「大敷網漁」とは定置網漁の一つであり、大勢の漁師たちで引き揚げて漁をする様は迫力の一言。若狭の漁村に暮らす人々にとって「大敷網漁」は日常の一幕でも、都会から来た人にとっては感動必至の光景。このツアーはまだ夜が明ける前に漁船に乗り、漁師たちが網を引き揚げて新鮮な魚介類を収穫するところを見学。見学した後は漁船の上で、目の前で揚がった魚介類の新鮮な刺身もいただける。食の原点を知るツアーに参加してみては。

- data** : [日程] 4月～11月(日の出前の時刻集合、所要時間は約1時間30分を予定) 予約随時 [集合場所] 世久見漁港(三方上中郡若狭町世久見)
 : [料金] 1000円(※当日現金、荒天時中止) [参加条件] なし [準備物] 合羽、防寒着 [最少催行人数] 1人 [予約] 要(3日前の18:00まで)
 : [キャンセル規定] なし [運営] 若狭三方五湖観光協会 三方上中郡若狭町鳥浜122-31-1
 : [連絡先] ☎0770-45-0113、090-5177-9846(9:00～18:00)、wakasa@wakasa-mikatagoko.jp



local foods



氣比神宮の境内に芭蕉の像が立っている

文学×ウォーキング

敦賀は、松尾芭蕉が『奥の細道』で目的地とした最後の地。長い旅路で使い続けてきた杖を、旅の最後に宿泊した宿に譲ってから帰路に着いたため、「松尾芭蕉杖置き地」とも呼ばれている。そんな芭蕉にゆかりの深い敦賀で、彼の足跡を散策してみても。かつて名月を楽しんだとされる氣比神宮で安全を祈願すると同時に、出発記念にまず一句。ガイドの説明を受けながら芭蕉が泊まったとされる宿の跡地や敦賀市立博物館で関連の展示や、寺に残っている句碑を見ていると、芭蕉を偲ぶように敦賀の風景に感じて一句、頭に浮かんでくるはず。その際は、立ち寄る先々に用意された「俳句ポスト」に、詠んだ句を投函しながら楽しむのがポイント。



『奥の細道』
片手に歩くのモステキ



data : [日程] 5/12(土) 10:00~12:35 [集合場所] 敦賀駅交流施設 オルパーク(敦賀市鉄輪町1-1-24) [料金] 1000円(※当日現金、荒天時中止)
: [参加条件] 健脚の方 [最少催行人数] 5人 [予約] 要(3日前の16:00まで) [キャンセル規定] 前日40%、当日50%、旅行開始後及び無連絡
: 100% [運営] 敦賀観光協会 敦賀市神楽町2丁目2-4 [連絡先] ☎0770-22-8167(9:00~16:00)・info@turuga.org

experience

15

うまみがぎっしり 目からウロコ♪な
へしこの美味しい食べ方伝授します☆

アンチョビのイデ用でも
いけるのがへしこ



へしこは焼いてもスライスしても美味しい

※写真はイメージ

へしこの魅力が深まるレシピの数々

お土産でもらったけれど、どうやって食べたらいいのか、調理法がわからないと言われる鯖の糠漬け・へしこ。丸ごと焼いても食べきれなかったり、焼いて食べるだけではなく手軽にアレンジできる調理方法を教えてくれる。先生は料理人ではなく、地元の主婦なので、どこの地方にもないオリジナルのへしこ家庭料理が味わえる。飾らない“素”のままの田園、漁村、山村風景と美浜弁全開の会話も楽しみ、ありのまま美浜の日常を体感したい。

data : [日程]4月下旬～予約随時10:00～ [集合場所]五湖の駅
[料金]3500円、12才以下500円(※当日現金、荒天時予定通り)
[参加条件]中学生以下は保護者同伴 [準備物]好奇心♪
[最少催行人数]大人4人 [予約]要(7日前の17:00まで)
[キャンセル規定]当日50%
[運営]五湖の駅 三方郡美浜町久々子72-1
[連絡先]☎0770-32-3339(担当/谷口9:30～17:00)、
gokonoeki@kl.mmnet-ai.ne.jp



local foods

experience

16

三方五湖湖畔
梅の産地 de 梅収穫 & 梅ジャムの手づくり体験

季節と梅の香りを感じながら

江戸時代から栽培される福井の名産「福井梅」。最近では輸入物が多く流通する中、豊かな香りと肉厚な食感が魅力の「紅サシ」をはじめとした4種類の品目が生産されている。この手づくり体験では6月に最盛期を迎える梅の収穫からジャム作りを通して、梅の持つ豊かな香りとおいしさを感じることができる。産地である西田地区までの道中は梅の木であふれ、たわわに実った梅の実を手でもぎ、味わうことで、自然の大切さも学べるから親子での参加もオススメ。

data : [日程]6/23(土)13:30～16:00 [集合場所]若狭町梅加工体験施設
(三方上中郡若狭町成出17-6-1) [料金]1000円(※当日現金、荒天
時プログラム変更あり) [参加条件]なし [準備物]汚れてもいい服
装、タオル、雨具(雨天時) [最少催行人数]1人 [予約]要(5日前ま
で) [キャンセル規定]なし [運営]かみなか農産舎 三方上中郡若狭
町安賀里74-1-1 [連絡先]☎0770-62-2125(担当/八代 平日8:00
～17:00)、wakasa@nouson-kaminaka.com



季節になれば産地周辺は甘い香りに包まれる

三味線や太鼓を鳴らして、 ちょっとした芸妓体験を味わえる旅（ランチ付き）



花街で楽しむ芸妓の世界

細い路地にはべんがら格子や出格子の家が建ち並び、その奥から三味線の音が聞こえてくる。交易で栄えた小浜市には当時の賑わいぶりを感ぜさせる、京都の風情を持つような花街・三丁町が残っており、現在も芸妓が在籍している。三味線や太鼓など、芸妓の世界で使われる鳴り物を芸妓から教わりながら、ちょっとした芸妓体験に浸ってみては。お弁当形式のランチも付いて、昼のひとときに優雅な遊びを味わえる。



三味線や太鼓の体験を
組み合わせて芸妓遊びを



内容は季節により変わる

- data** : [日程] 通年、11:00～14:00の間受付 [集合場所] 料亭播磨
 : [料金] 4000円（※当日現金or各種サイトでのオンライン申し込み、荒天時予定通り） [参加条件] なし
 : [最少催行人数] 2人（定員6人） [予約] 要（3日前の15:00まで） [キャンセル規定] なし
 : [運営] 料亭播磨 小浜市小浜香取3 [連絡先] ☎0770-52-0362（担当/播磨 11:00～16:00）、mail@harima-obamageisha.jp

本物の発酵熟成を味わう。 福井の伝統食へしこの樽上げ体験



糠、塩、唐辛子のみを使う昔ながらの本物

若狭の漁師町で古くから食べられている鯖の糠漬け「へしこ」。本物のへしこは厳しくも豊かな四季によって1年間じっくりと発酵熟成する。へしこを樽から上げる瞬間を体験することができ、上げたての香りとうま味豊かな魅力を満喫。糠に漬かってぎっしりと敷き詰められた鯖の姿は圧巻。試食もできるほか、帰りにお土産として3000円相当のへしこをもらえるので、見学时に教わった食べ方で食卓に並べてみては？



へしこは刺身が焼いていただく

- data** : [日程] 通年 [集合場所] 民宿かどの
 : [料金] 4000円（※当日現金、荒天時続行） [参加条件] なし
 : [準備物] 汚れてもいい服装 [最少催行人数] 3人
 : [予約] 要（3日前まで） [キャンセル規定] 当日100%
 : [運営] 民宿かどの 小浜市矢代4-42
 : [連絡先] 0770-54-3006（担当/角野 7:00～23:00）、mekabu.kadono@gmail.com



春は花見、夏はプライベートビーチ！ カヤックツアーで自然を遊ぼう！



優しい光が差し込む浦見川をカヤックで進む

四季の彩りを水上から堪能

透明度が高く美しい「若狭湾」、穏やかな空気に満ちた「三方五湖」を遊びのフィールドとして活用するカヤックツアー企画。4月22日までは、三方五湖の桜を堪能する「お花見カヤックツアー」を特別に開催、そして新緑の季節から夏のシーズンは、若狭湾・リアス式海岸を満喫する、海のカヤックツアーを楽しめる。行き先は無人のビーチ！ 陸路では行けない、手つかずの自然が残るスポットがすぐ近くにあるのだ。無人の浜ではのんびりしてもいいし、磯の生き物観察や釣り、岩場から飛び降りて遊んでも自由。ランチタイムはビーチでダッチオーブンを使った料理に舌鼓。春も夏も海から湖から望む自然を存分に楽しみ遊ぼう！



いつもとは違う
花見を楽しめそう



data : [日程]お花見カヤック:4/22(日)まで 9:00～12:00または13:00～16:00、海のカヤック:4/23(月)～9/30(日) 11:00～15:00(海が荒天時は三方五湖でのカヤックとなります) [集合場所]湖上館バムコ 三方上中郡若狭町海山64-9-1 [料金]お花見カヤック:7500円、海のカヤック:1万1500円(※当日現金、荒天時中止) [参加条件]小学生以上 [準備物]動きやすいアウトドアスタイル(夏期は水着など)、飲物(500ml程度)、帽子や雨具 [最少催行人数]2人 [予約]要(1日前の17:00まで)※ただし予約に空きがある場合のみ [キャンセル規定]3～4日前30%、2日前50%、前日70%、当日および無連絡100% [運営]自然に大の字 あそぼーや 三方上中郡若狭町海山64-9-1 [連絡先]☎0770-47-1008(担当/藤野 9:00～18:00)、asobo-ya@pamco-net.com

experience

20

自分で作ると美味しさも格別！

アツアツ、ハフハフの焼きたてちくわを丸かじり！



local foods

自分で作ると格別の美味しさ

かまぼこをはじめとする練り製品文化がある敦賀には、美味しい練り物がたくさん！ とりわけオススメは、自分で手作りするちくわ。アツアツの焼きたてをその場で頬張れば、「こんな美味しいちくわは初めて！」と感動すること必至。30分で終了する焼きちくわ作りから、60分の焼きちくわ＋チーズ巻きコース、さらに板かまぼこ作りも加わる90分コースなど、時間に合わせて体験してみてもは。作ったかまぼこやちくわは持ち帰ってお土産に。



お土産にぴったりの練り物製品も豊富に揃う

data : [日程]Aコース(90分)/Bコース(60分)/Cコース(30分)ともに9:30～15:00の間で予約(※水曜日休) [集合場所] 練小牧 [料金]Aコース1800円、Bコース1000円、Cコース500円(※当日現金、荒天時予定通り) [参加条件]なし [最少催行人数]1人(定員最大50人) [予約]要(3日前の17:00まで) [キャンセル規定]当日100% [運営]練小牧 敦賀市余産13-1-1 [連絡先]☎0120-17-0615(9:00～17:00)

experience

21

来て・見て・わかった！「大谷吉継」

～義の武将の街づくり～

敦賀市内には
吉継ゆかりの
スポットが点在



永賞寺にある供養塔は敦賀市の有形文化財に

敦賀城主・吉継の魅力に迫る

義の武将として知られている大谷吉継。実は、治世の手腕も高く評価されているのだ。敦賀という街は吉継が基礎を築いたと言われており、市内には吉継にちなんだスポットが多い。このツアーでは敦賀城主として吉継がどのような街を作ろうとしてきたかを、ガイドの説明と共にゆかりの地を訪れながら散策。敦賀城跡や供養塔、彼が奉納したとされる木彫の龍などを拝観し、大谷吉継という存在をより深く知ることができる。

data : [日程]5/19(土)10:00～12:35
[集合場所]敦賀駅交流施設 オルパーク(敦賀市鉄輪町1-1-24)
[料金]1000円(※当日現金、荒天時中止) [参加条件]健脚の方
[最少催行人数]5人 [予約]要(3日前の16:00まで)
[キャンセル規定]前日40%、当日50%、旅行開始後及び無連絡100%
[運営]敦賀観光協会 敦賀市神楽町2丁目2-4
[連絡先]☎0770-22-8167(平日9:00～16:00)、info@turuga.org

experience

22

パンフレットには載っていない体験をしよう！ 養殖魚のエサやり体験

海の上で
気軽に体験できる
田舎暮らしだ

漁師の日々が新鮮な日々映る

海・山・湖。自然が全部揃った若狭町。この自然を相手に人々は生活をしている。その姿を垣間見ることのできる体験の一つが魚のエサやり体験。海の上にある養殖場へ船で向かい、エサやりをすると、みるうちに魚が集まり、勢いの良さを肌で感じる。気持ちのいい天気の下で波に揺られて自然を満喫するだけでもかなりリフレッシュ。地元の人々との会話を楽しんで、素朴な田舎暮らしの一面を感じてほしい。



船に乗って海の上を走るだけでも爽快感！

data : [日程]4・7・8・9月(8/10～8/20除く)10:00～(最終14:00スタート) [集合場所]世久見漁港(三方上中郡若狭町世久見) [料金]1500円(※当日現金・荒天時中止) [参加条件]小学生以上 [準備物]日よけ、長靴、雨具 [最少催行人数]5人 [予約]要(7日前の15:00まで 民宿の都合により受けられない場合もあり) [キャンセル規定]当日および無連絡は100% [運営]若狭三方五湖観光協会 三方上中郡若狭町鳥浜 122-31-1 [連絡先]☎0770-45-0113(9:00～18:00)、wakasa@wakasa-mikatagoko.jp



local foods

experience

23

【若狭の大人遊び。】一組限定貴重体験！

若狭の漁師・定置網漁体験と新鮮魚の朝食ツアー



早朝からなので朝にはツアーも終了※写真はイメージ

実際に漁を体験&獲れたてを朝食に！

「見学だけじゃ物足りない」、という人には地元漁師とともに定置網漁を体験できるツアーはいかが。早朝に漁船に乗り込み、漁師の指導の下、一緒に定置網漁を行うことができる。そこで獲れた魚は、漁港に戻ってすぐお造りやみそ汁の具にして朝食として堪能。自分で獲ってきた魚だから美味しさも格別。その後の梅風呂も、労働の後だけにまた格別。1日1組限定のプレミアムなひとときは、決して普通の生活では味わえない。

data : [日程]4～10月(夏休み期間中は除く)3:30～7:30 [集合場所]湖上館バムコ 三方上中郡若狭町海山64-9-1 [料金]1万7000円(※当日現金・荒天時中止) [参加条件]小学生以上 [準備物]動きやすいアウトドアスタイル、飲物(500ml程度)、帽子や雨具 [最少催行人数]2人(定員4人) [予約]要(3日前の17:00まで) [キャンセル規定]3～4日前30%、2日前50%、前日70%、当日および無連絡100% [運営]自然に大の字 あそぼーや 三方上中郡若狭町海山64-9-1 [連絡先]☎0770-47-1008(担当/田辺9:00～18:00)、asobo-ya@pamco-net.com

何もしない!何でもする! 田舎の自由な1日体験

何もしないという
ツアーで
自由を満喫



リアル田舎のおばあちゃんちで過ごす思い出
新緑の田植えのシーズン、秋深まる稲刈りのシーズン、田舎のばあちゃん家に遊びに来たような時間を過ごしてみない? 縁側でぼっこりしたり動物と遊んだり、お昼ごはん以外は何をしても自由。気分が乗れば田植えや稲刈りを手伝ったり、童心に帰りたかったら泥んこ運動会で楽しんだり、テレビで見たような稲の天日干しを手伝ってみたり。田舎の空気を吸ってのんびりできる、ゆるーいツアーは時間を忘れることができそう。



手作業で田植えをするのも今では貴重な体験

data : [日程]5/5(土・祝)、9/9(日)10:30~16:00 [集合場所]かみなか農楽舎 [料金]1500円、小学生以下1000円(※当日現金、荒天時プログラム変更あり) [参加条件]なし [準備物]汚れてもいい服装&下着、着替え、タオル、帽子、雨具(雨天時) [最少催行人数]1人
: [予約]要(5日前まで) [キャンセル規定]なし [運営]かみなか農楽舎 三方上中郡狭町安賀里74-1-1
: [連絡先]☎0770-62-2125(担当/八代 平日8:00~17:00)、wakasa@nouson-kaminaka.com

三味線の音が聞こえる町並み・三丁町を、 着物で歩けばフォトジェニックな旅に!



着物を着て風情ある
町並みをそぞろ歩き



小浜・三丁町の芸妓・播磨ももん



古い町並みに着物が似合う

“海のある奈良”と称されるほど、寺社仏閣が非常に多い小浜市。かつてこの地は交易港として大いに栄えていた。花街である三丁町は、べんがら格子が続く町並みに風情が残る。奥ゆかしい日本の風景には着物がベストマッチ。こちらでは着物をレンタルしているので、芸妓さんに着付けをしてもらって格子戸の町並みをそぞろ歩きしよう。三丁町の中にあるカフェでお茶をしたり、町並みをバックに友達と写真を撮り合ったり、ちょっとの時間を和のスタイルで過ごすフォトジェニックな旅を楽しもう。

data : [日程]通年11:00~14:00の間(15:00には着物返却) [集合場所]料亭播磨 [料金]1500円(※当日現金or各種サイトでのオンライン申し込み、荒天時予定通り) [参加条件]なし [最少催行人数]1人 [予約]要(3日前の15:00まで) [キャンセル規定]なし
: [運営]料亭播磨 小浜市小浜香取3 [連絡先]☎0770-52-0362(担当/播磨11:00~16:00)、mail@harima-obamageisha.jp

おかえりなさい。静かな空間、温かな家族に出会える 「若狭町農家民宿の田舎暮らし」



豊かな自然と温かい人柄にふれる農家民宿

「おかえりなさい」。その一言で始まる若狭の農家民宿暮らし。若狭町の民宿でそれぞれの田舎暮らしを体験。無農薬野菜の栽培や梅もぎ、乳搾りなどの農業体験もできるほか、陶芸に没頭したり、軒下のブランコに揺られたり、熊川宿をそぞろ歩いたり、ゆるやかな時間を過ごすことも。夕食には新鮮な野菜を使った料理をみんなで囲んでいただく。その風景はまるで家族団らんのよう。きっと翌年も「おかえりなさい」と温かく迎えてくれる。



農家民宿を紹介するので、宿泊施設には直接の予約を

- data** : [日程] 通年 [集合場所] 各農家民宿 [料金] 6500円～(※1泊2食付き、当日現金、荒天時変更あり)
 : [参加条件] なし [準備物] 長靴、軍手 [最少催行人数] 2人 [予約] 要(7日前の17:00まで) [キャンセル規定] なし
 : [運営] 若狭町エコ・グリーンツーリズム推進協議会 三方上中郡若狭町中央1-1
 : [連絡先] ☎0770-45-9111(担当/山田 平日8:30～17:15)、kankou@town.fukui-wakasa.lg.jp

戦国時代をプチ体験 敦賀の山城ハイキング



ここからの眺望を
織田信長も
見ていた!?



国際港湾都市としての姿を今も残している

戦国武将気分で敦賀を一望

織田信長が浅井・朝倉軍の挟み撃ちに会い、九死に一生を得た合戦があった「金ヶ崎城跡」。この城跡を舞台に繰り広げられるハイキングでは、金ヶ崎公園や天筒山の豊かな自然を満喫できる。もちろんガイドからは450年前、まさにこの場所で起きた合戦の様子や金ヶ崎の歴史を教えてもらえるので、タイムスリップしたかのような気分に。天筒山頂上の展望台からは敦賀市内が一望。海と広がる街並みは絶景の一言。

- data** : [日程] 5/26(土) 10:30～12:30 [集合場所] 金崎宮(敦賀市金ヶ崎町1-4) [料金] 1500円(※当日現金、荒天時中止) [参加条件] 健脚の方
 : [最少催行人数] 5人 [予約] 要(7日前の16:00まで) [キャンセル規定] 前日40%、当日50%、旅行開始後および無連絡100%
 : [運営] 敦賀観光協会 敦賀市神楽町2丁目2-4 [連絡先] ☎0770-22-8167(平日9:00～16:00)、info@turuga.org

experience

28

若狭湾で獲れた鮮度抜群！旬の鮮魚！詰め放題！！

制限時間は30分。
目利きかモノを言う！？

ワイルドに魚を詰める！

若狭町には約80軒の宿泊施設がある。この施設の大半は漁師が営む漁師民宿。そこで提供しているのは、もちろん獲れたばかりの鮮魚たち。この鮮度抜群の魚を堪能できるのが豪快な魚の詰め放題！定置網でかかった魚を、自分の目で選んで入るだけ詰め込む！ワイルドで楽しくて美味しくてみんなと仲良く交流できる、まさに一石四鳥のツアー。自然が相手なので魚が少ないときもあるけれど、それはご愛嬌。



詰め放題は港で行う※写真はイメージ

data : [日程]6月下旬～7月下旬、9月下旬～10月末下旬の日曜日に開催予定。7:00集合、7:30開始、8:00終了。詳細は要問合せ
[集合場所]世久見漁港(三方上中郡若狭町世久見) [料金]1500円(※当日現金、荒天時中止) [参加条件]小学生以上
[準備物]ゴム手袋、袋、合羽 [最少催行人数]8人(定員先着50人) [予約]要(2日前の17:00まで) [キャンセル規定]なし
[運営]若狭三方五湖観光協会 三方上中郡若狭町鳥浜122-31-1 [連絡先]☎0770-45-0113(9:00～18:00)、wakasa@wakasa-mikatagoko.jp

experience

29

今、あなたの恋物語が花開く 恋の宮・金崎宮・花換まつり



恋人募集中の人必見！

明治終期よりはじまった敦賀の春の風物詩「花換まつり」は、
一風変わった神事。かねがきぎう金崎宮の授与所で配布されているお守り「桜の小枝」(初穂料500円)に自らの願いを託し、御本殿横の館に居る「福娘」に「花換えましょう」と声を掛けて桜の小枝を交換。すると、神様に思いが届き、願いが叶うと言われている。福娘と一度交換した桜の小枝は、その後、誰でも交換可能で、交換すればするほど想いが強くなっていくのだとか。桜の小枝は持ち帰ってお守りに。

data : [日程]4/1(日)～4/15(日)10:00～16:00
[集合場所]金崎宮(敦賀市金ヶ崎町1-4)
[料金]500円(※当日現金、荒天時予定通り) [参加条件]なし
[最少催行人数]なし [予約]不要 [キャンセル規定]なし
[運営]敦賀観光協会 敦賀市神楽町2目2-4
[連絡先]☎0770-22-8167(平日9:00～16:00)、info@turuga.org



恋愛成就を望むならチャンスを逃さないで

Project
member

旅づくりふくい

嶺南編 参加メンバー

自分たちが住んでいる福井県の隠れた魅力をもっと知ってもらいたい！

そんな思いでこのプロジェクトに参加してくれたメンバーです。

福井県の良さを知ってもらうためにどんなプログラムがいいのか？

いろんなアイデアを出して、ふくのね発行を実現してくれた皆様に感謝です（敬称略）



高野 滋光



下巫 由明



橋本 貴史



八代 恵里



谷口 篤美



佐久間 一己



角野 高志



池田 裕太郎



藤本 佳志



田辺 一彦



山田 光基



上田 桂士



前野 恭慶

「旅づくりふくい」とは

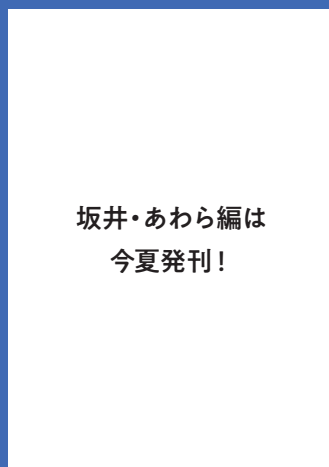
いつもの旅にちょっとしたスパイスを。福井が持つ隠れた魅力を、体験という形に変えて、旅を楽しむプランを提案するプロジェクトです。ふくのねを通じて福井に住む皆さんにも、福井を訪れる皆さんにも、福井を知り、福井に感動し、福井を好きになってもらう活動を行なっています。

ふくのねシリーズ

福井を満喫するコンテンツがいっぱいの冊子「ふくのね」は全部で5シリーズ。

福井県内のJRの主な駅、勝木書店にて配布中。

ここでしか味わえない体験で、各地の文化や伝統を深く学ぼう。



福井 旅の体験手帖 | Fukui Experience Tour Guide Book

ふくのね

発行：JR西日本福井支店
報：田辺友洋、齋藤晋作(リクルートライフスタイル)
プロモーション：中谷幸葉(JR西日本コミュニケーションズ)
企画：旅づくりふくい
デザイン：higenashi graphix

表紙デザイン：新山直広(TSUGI)
編集：ウララコミュニケーションズ
表紙イラスト：柿崎サラ
発行日：2018年3月24日