



日本南九州

你創造最難忘的回憶!

# 宮崎縣 教育旅行指南

MIYAZAKI EDUCATIONAL TRAVEL

收集宮崎特有的體驗、學習活動節目!

|中文/繁體版|



宮崎教育旅行詢問處

公益財團法人 宮崎觀光會議協會  
TEL +81-985-26-6100 FAX +81-985-26-6123

宮崎縣商工觀光勞動部觀光推進課  
TEL +81-985-26-7103 FAX +81-985-26-7323

美食  
food

環保  
eco

運動  
sports

嶄新的體驗及感動讓人心動

# 來自太陽的三個課題



## 目錄

## CONTENTS

### 2 交通資訊

宮崎三個學習課題

### 4 ①從環保中學習

- 學習太陽能發電技術相關知識
- 幸島猿猴棲息地
- 志布志灣大黑海豚園地
- 蝦野高原·環池研究自然之路
- 日之影町·綾町·日南市森林療癒

### 6 ②探索食物世界

- 農漁業體驗
- 農家民宿  
(北霧島、高千穗峽、西都市)

### 8 ③親自感受體驗

- 青島海灘水上活動
- 和太鼓演奏&體驗
- 日向市指定無形文化遺產·火男舞體驗

10 各地區體驗活動·縣中央

11 各地區體驗活動·縣北部

12 各地區體驗活動·縣南部

14 各地區體驗活動·縣西部

15 宮崎美食&溫泉情報

16 宮崎教育旅行推薦行程

## 從環保中學習



主要從活用日本年日照時數及快晴日數名列前茅的優質環境、發展出的頂尖太陽能發電技術及宮崎內稀有的貴重動植物生態中學習。在學習過程中提升珍惜大自然的意識及觀念。

## 探索食物世界



在被稱為農業王國的宮崎裡學習頂尖農業技術，並且實際參訪農家體驗農作過程。藉此培育出對食物的珍惜之情以及對生產者的感謝之意。

## 親自感受體驗



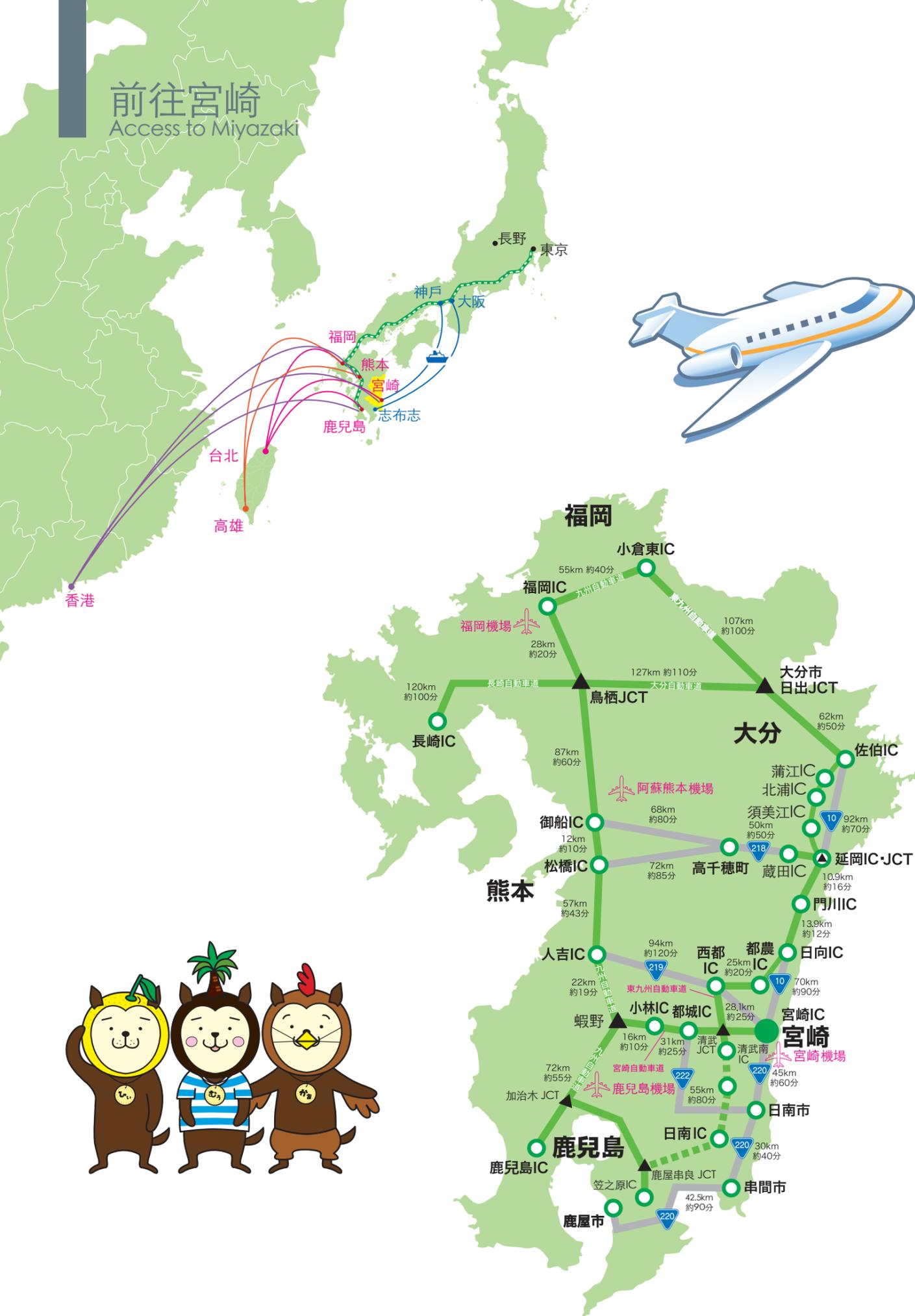
有山有海的宮崎是戶外運動者鍾愛的地方，經由衝浪為首的水上運動，讓體驗者感受到大自然的豐富性及力量。

※本冊介紹的活動內容及費用以2014年2月為準



# 前往宮崎

## Access to Miyazaki



# 宮崎縣內交通資訊

## Miyazaki Area Access

### 【交通諮詢】

#### 航空公司

華航: 0985-64-9277/9288(宮崎)  
092-471-7788(福岡)  
099-297-4900(鹿兒島)  
096-285-1814(熊本)  
長榮: 03-5798-2811(顧客中心)  
國泰/港龍: 0120-46-3838 免費熱線  
香港航空: 098-987-0622 (宮崎、熊本、鹿兒島)  
(僅限日本國內)

#### 渡輪

宮崎渡輪 MIYAZAKI CAR FERRY  
九州訂位中心: +81-985-29-5566  
關西訂位中心: +81-6-6616-4661  
客船向日葵 FERRY SUNFLOWER  
+81-99-473-8185

#### JR鐵道

宮崎站: +81-985-23-3454

### 【航班】

航線	所需小時	班次/週	航空公司
台北-宮崎	約110-145分鐘	3班次(週一、三、六)	華航
台北-鹿兒島	約100-135分鐘	4班次(週二、四、五、日)	華航
台北-福岡	約125-160分鐘	28班次(每天)	華航、長榮、國泰
高雄-熊本	約150-160分鐘	3班次(週二、五、日)	華航
高雄-福岡	約170分鐘	5班次(週一、三、四、六、日)	長榮
香港-宮崎	約200-205分鐘	2班次(週三、六)	香港航空
香港-鹿兒島	約190-195分鐘	3班次(週二、四、日)	香港航空
香港-熊本	約195-200分鐘	2班次(週一、五)	香港航空
香港-福岡	約185-345分鐘	28班次(每天)	國泰、港龍、香港快運

### 【渡輪】

宮崎渡輪 MIYAZAKI CAR FERRY		
神戶港	Mon-Sat	19:10出發→隔天8:40抵達
	Sun	18:00出發→隔天8:40抵達
	每天	隔天7:30抵達←19:10出發

客船向日葵 FERRY SUNFLOWER		
大阪南港	Mon-Fri	17:55出發→隔天8:55抵達
	Sat	17:55出發→隔天9:40抵達
	Sun	17:00出發→隔天8:55抵達
	Mon-Fri	隔天7:40抵達←17:55出發
	Sat	隔天8:50抵達←18:30出發
	Sun	隔天7:40抵達←17:00出發

### 【宮崎市平均氣溫】(2015年度)

月	1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月
平均氣溫	8.3	8.0	12.1	17.9	20.6	21.8	25.7	27.2	23.7	19.0	16.9	11.4

(單位:攝氏度)



※門川IC和須美江IC是往來延岡方向專用的出入口

### 【高速公路】

交流道 (IC)	所需時間
福岡IC-宮崎IC	大約3小時20分鐘
熊本IC-宮崎IC	大約2小時10分鐘
鹿兒島IC-宮崎IC	大約1小時50分鐘
都城IC-宮崎IC	大約30分鐘
八代IC-宮崎IC	大約1小時45分鐘
大分IC-宮崎IC	大約2小時50分鐘
延岡IC-宮崎IC	大約1小時25分鐘

### 【JR鐵道】

鐵道	所需時間
博多-宮崎	約5小時10分
小倉-宮崎	約4小時20分
大分-宮崎	約3小時
延岡-宮崎	約1小時
日向-宮崎	約50分鐘
宮崎機場-宮崎	8分鐘
鹿兒島中央-宮崎	最快1小時59分鐘
博多-鹿兒島中央(新幹線)	最快1小時17分鐘
新大阪-鹿兒島中央(新幹線)	最快3小時42分鐘

### 推薦活動 搶先感受大學生活 學習太陽能發電技術相關知識

#### 頂尖太陽能發電技術



宮崎大學工學部裡的研究人員們組成研究專案小組，特別針對太陽能電池及太陽能發電等相關領域進行各種研究與開發。

本計畫除了能上太陽能發電的相關課程，還能實際參觀宮崎大學內設置的日本最大聚光追尾型太陽能電池。對一般國高中生來說，在平日上課時間於大學內散步的機會與體驗可不可不常有喔！

→除了工學部之外，農學部、教育文化學部、醫學部等也備有各式各樣的學習參觀行程計畫，可依需求選擇不同課程或行程。



- 活動地點：宮崎大學 ●活動人數：200名
- 活動期間：全年皆可（大學考試期間除外） ●活動所需時間：約2小時
- 預約時間：活動日前三個月內 ●活動費用：日幣800元（午餐需額外收費）
- 洽詢單位：宮崎市觀光協會 +81-985-20-8658



←藉由在大學教室中上課、體驗午餐時間時的學生食堂情況等，早一步感受大學校園生活。

- 對象 國中生、高中生，最多可同時接受200名參加
- 行程表
  - ①宮崎大學工學部的太陽能發電講座：有關太陽能發電機制，想像充滿環保的未來。
  - ②校園漫步（參觀太陽能發電裝置）
- ※中餐可於學生食堂中享用（額外收費）
- ◆學習目標
  - 培育思考環境、能源、資源問題的能力
  - 從了解太陽能發電機制過程加深科學見識

#### 想進一步學習嗎？ 一起動手做太陽能板吧！

除了太陽能電池之外，也有像手機觸控板般在我們日常生活中普遍使用的太陽能板。若參與人數約一個班級左右，就能在上課之餘實際參與太陽能板製作體驗活動。



利用木種花色素做出的太陽能電池，讓電燈發光吧！

- 活動人數：最多40名 ●活動所需時間：約兩小時
- 預約時間：活動日前三個月內 ●活動費用：日幣3,000元（含保險費）
- 洽詢單位：宮崎市觀光協會 +81-985-20-8658

### 推薦活動 日本靈長類學科發祥地 幸島猿猴棲息地

#### 觀察野生社會



↑窺探野生猿猴的社會

有著食用芋頭前會先洗再吃的「文化猿猴」棲息的幸島是日本靈長類學科發祥地。當初京都大學名譽教授今西錦司成功地餵養馴服幸島野生猿猴之後，讓日本對猿猴的研究有跳躍性成長。在這裡，將會由當地研究學者親自解說幸島猿猴們的有趣社會現象。



↑一頭猿猴的洗芋頭行為逐漸影響到其牠猿猴，讓牠們成為文明的猿猴。

- 對象 小學生~高中生，最多可同時接受100名參加
- 行程表
  - ①於幸島入口集合、說明注意事項
  - ②乘坐渡船移動至幸島
  - ③京都大學研究所職員親自解說、觀察野生猿猴社會
  - ④乘坐渡船移動、解散
- ◆學習目標
  - 藉由觀察野生猿猴社會，提升對社群、社會行動的關心。
  - 在豐富多樣的大自然體驗中提高環境保護意識。



←包含棲息島中的日本猿猴在內，整座幸島已「幸島猿猴棲息地」之名被指定為國家天然紀念遺產。

- 活動地點：幸島 ●活動人數：100名 ●洽詢單位：串上市商工觀光運動園地推廣課 +81-987-72-1111
- 活動期間：全年皆可（大學考試期間除外） ●活動所需時間：1小時30分 ●預約時間：活動日前一個月
- 活動費用：日幣1,000元 ●備註：請穿著易活動裝扮參與※若遇暴雨會有渡船停駛情況發生

### 推薦活動 近距離接觸海洋的度假村 志布志灣大黑海豚園地

#### 近距離接觸海洋的度假村



2011年開業的人氣景點。園內設有能和半道海豚一同游泳並近距離接觸的海豚館、可體驗水肺潛水的游泳池、能品嚐當地新鮮農海產的海鮮市場等人氣設施。想體驗南國宮崎醍醐味的人可不要錯過。

- 對象 小學生~高中生，最多可同時接受100名參加
- 行程表
  - ①於海豚園地集合、說明注意事項 ※請事先分隊，一隊約30名左右。
  - ②興奮超嗨海豚秀，可同時容納100名參加 ③和海豚親吻&握手 ④騎乘小馬體驗 ⑤餵企鵝體驗
- ※③~⑤將分隊輪流進行。根據參加人數及時段可更動行程內容，請事前洽談。
- ◆學習目標
  - 經由與大自然和動物的接觸，充實身心並培養出對自然及生物的好奇心。
  - 在豐富大自然的體驗中提高環境保護意識。

- 活動地點：志布志灣大黑海豚園地 ●活動人數：100名
- 洽詢單位：串上市商工觀光運動園地推廣課 +81-987-72-1111
- 活動期間：全年皆可 ●活動所需時間：1小時~2小時
- 預約時間：活動日前一個月
- 活動費用：國中小生日幣800元、高中生日幣1200元、團體（20名以上）可打8折
- ※近距離接觸、體驗行程等需額外付費。

### 推薦活動 親自感受大自然 蝦野高原·環池研究自然之路

#### 在日本地質公園中爬山健行

位於霧島山群最高峰「韓國岳」西側、標高1,200公尺的蝦野高原。可巡視高原內火山湖的「蝦野高原·環池研究自然之路」被認為是日本國內必走一次的美麗之路。在此可接觸高原特有的豐富自然資源，並學習火山形成與植被等相關知識。



用五感感受大自然

●對象 小學生~高中生，最多可同時接受200名參加  
蝦野高原是珍貴植物的寶庫

- 野海棠·國家天然紀念遺產·5月初起1個禮拜內
- 霧島山群特有種大部分集中生長於蝦野高原。
  - 春龍膽...3月上旬~4月上旬
  - 霧島水木...4月中旬~5月上旬
  - 深山霧島...5月下旬~6月上旬
  - 大山蓮花...6月上旬~中旬
  - 白鳥神社大楓...11月上旬~中旬

- ◆學習目標
  - 經由在日本地質公園廣大的自然環境中漫步一事，提升體力並加深科學知識。
  - 透過觀察珍貴植物提升環境保護意識。



←↓包含蝦野高原在內的霧島一帶被認為是能近距離接觸並學習美麗且珍貴的地形及地質的自然公園（地質公園）。



- 活動地點：蝦野高原 ●活動人數：200名 ●洽詢單位：蝦野市觀光商工課 +81-984-35-1111
- 活動期間：全年皆可 ●活動所需時間：2小時30分
- 預約時間：活動日前一個月 ●活動費用：日幣1,000元

### 推薦活動 來宮崎三大森林療癒基地療癒身心吧！ 在日之影町·綾町·日南市體驗森林療癒

#### 讓身心煥然一新

經由科學研究中已證明具有療癒效果的森林浴及步行或森林體驗行程達到維持、增進身心健康，預防疾病的目的。在美麗森林的多樣色彩及景觀前，了解當地自然及文化的森林嚮導將會協助各位達到最佳的治癒效果。讓大家在親近自然與歷史的同時享受治癒的喜悅。



維持、增進身心健康！



●對象 小學生~高中生，最多可同時接受100名參加

- 森林療癒 以科學證實有療癒效果的「森林浴效果」促進自己身心健康的活動。
- 森林療癒基地 指專家以森林醫學角度認定具有放鬆效果，且相關設施等自然、社會條件已到達一定標準的區域。在經過認證之後，證實具有可舒適接受森林療癒的「森林環境」及具有「生理心理治癒效果」的地區，即被認定為森林療癒基地。
- ◆學習目標
  - 與嚮導一同漫步森林中，讓身心煥然一新。充實身心並培養出對自然的好奇心。
  - 在豐富大自然的體驗中提高環境保護意識。

#### 日之影町森林療癒體驗

- 活動地點：日之影町 ●活動人數：1~200名 ●活動報名時間：需洽詢 ●洽詢單位：日之影町地域振興課 +81-982-87-3910
- 活動期間：全年皆可 ●活動所需時間：約2小時 ●預約時間：活動日5日前 ●活動費用：每位嚮導日幣6,000元 ●漫步行程共有6種

#### 綾町森林療癒體驗

- 活動地點：綾町 ●活動人數：3名~ ●活動報名時間：9:00~17:00 ●洽詢單位：綾町農林振興課 +81-985-77-0100
- 活動期間：全年皆可 ●活動所需時間：1.5小時 ●預約時間：活動日3日前 ●活動費用：日幣1,500元/國中以下日幣500元※如果有需求，追加100元會提供「療癒便當」。

#### 日南市森林療癒體驗

- 活動地點：日南市 ●活動人數：2名~ ●活動報名時間：9:00~17:00 ●洽詢單位：日南市森林療癒推進協議會 +81-987-55-2700
- 活動期間：全年皆可 ●活動所需時間：約3小時（來回6公里） ●預約時間：活動日前二週 ●活動費用：每位嚮導日幣5,000元（每位嚮導最多可帶20名）

### 農林漁業體驗 親自動手! 各式農林漁業體驗

#### 讓你元氣滿滿的體驗活動

在宮崎的陽光下產出的農產品，出貨到全國而獲得極高評價。這些活動是透過各種農業體驗，讓學生理解生產者苦勞，並而培養對食物的感恩心。

- ◆學習目標
- 透過農業體驗，感到勞動的重要性及歡樂。
- 經由和當地人們的交流，培養出豐富的情感、品行及合群感。

#### 拉網捕魚體驗

大家一起迎向美麗的大海、齊力拉網讓彼此更團結吧!



- 活動地點: 宮崎市青島
- 活動人數: 70名~200名
- 開放活動時間: 9:00~17:00
- 活動期間: 4月~11月(12月~3月禁漁期、9月~11月要調整)
- 預約時間: 活動日一個月前(可商量)
- 活動費用: 日幣8,500元
- 適合活動年級: 全學級
- 洽詢單位: 宮崎市觀光協會 +81-985-20-8685
- 備註: 可以額外提供海鮮BBQ, 提供內容、費用等, 詳情請洽。

#### 溫室農業體驗

採收溫室培養出的新鮮蔬菜、體驗收穫的喜悅! 還可以當場試吃享受美味唷!



- 活動地點: 宮崎市山崎町
- 活動人數: 5名~50名
- 活動期間: 全年
- 開放活動時間: 9:00~17:00
- 預約時間: 活動日一個月前(可商量)
- 活動費用: 日幣2,500元
- 適合活動年級: 全學級
- 洽詢單位: 宮崎市觀光協會 +81-985-20-8685

#### 無農藥農業體驗

在空氣新鮮乾淨的環境下, 可以體驗不使用農藥的有機栽培農業。



- 活動地點: 宮崎市山崎町
- 活動人數: 5名~50名
- 活動期間: 全年
- 開放活動時間: 9:00~17:00
- 預約時間: 活動日一個月前(可商量)
- 活動費用: 日幣2,500元
- 適合活動年級: 全學級
- 洽詢單位: 宮崎市觀光協會 +81-985-20-8685

#### 平地的農業體驗

氣候溫暖的宮崎一全年都有不同的農作物出產, 因此隨時可以進行農業體驗。隨著季節變化, 體驗的內容及農作物也會有所更動。(例如: 青椒, 西葫蘆, 紅薯, 藍莓, 橘子)。



- 活動地點: 西都市
- 活動人數: 60名
- 活動期間: 全年
- 開放活動時間: 9:00~12:00、13:00~16:00
- 預約時間: 活動日前6天前
- 活動費用: 日幣1,000元~1,500元(半天)
- 適合活動年級: 全學級
- 備註: 隨著季節變化, 體驗內容(蔬果)會變動。關於農作物的帶回, 要詢問
- 洽詢單位: 西都市綠色旅遊研究會 +81-983-43-3421

#### 山地的農業體驗

雖然山上地形不太適合耕種, 但也因此發展出山地特有的農業型態。隨著季節變化, 體驗的內容及農作物也會有所更動。(柚子, 竹筍, 香菇, 蕎麥, 茶等)



- 活動地點: 西都市
- 活動人數: 60名
- 活動期間: 全年
- 開放活動時間: 9:00~12:00、13:00~16:00
- 預約時間: 活動日前6天前
- 活動費用: 日幣1,000元~1,500元(半天)
- 適合活動年級: 全學級
- 備註: 隨著季節變化, 體驗內容(蔬果)會變動。關於農作物的帶回, 要詢問
- 洽詢單位: 西都市綠色旅遊研究會 +81-983-43-3421

#### 農業產品出貨加工設施參觀

想知道親手採收的農產品經過何種加工過程再送到消費者手上嗎? 在這裡可以見習整個生產流程唷!



- 活動地點: 西都市
- 活動人數: 最多60名
- 活動期間: 全年(柚子或山野菜等的加工工廠 10月~12月下旬)
- 開放活動時間: 9:00~17:00
- 預約時間: 活動日一個月前
- 活動費用: 免費
- 適合活動年級: 全學級
- 洽詢單位: 西都市綠色旅遊研究會 +81-983-43-3421

### 採果體驗 自然鮮甜的好滋味 採果體驗

(請參照P14)

#### 品嚐美味, 享受採果的樂趣



氣候溫暖的宮崎生產種類豐富多樣的水果, 可以體驗採果的樂趣。奇異果、蘋果、梨子、葡萄、藍莓等, 在現場採取, 就能品嚐最新鮮的美味。



#### 滿喫秋天滋味·奇異果採收體驗

- 都城市 ●洽詢單位: 都城市商業觀光課 +81-986-23-2615

#### 蘋果·梨子·葡萄採收體驗

- 都城市 ●洽詢單位: 都城市商業觀光課 +81-986-23-2615

#### 採收藍莓體驗

- 都城市 ●洽詢單位: 都城市商業觀光課 +81-986-23-2615

#### 爽口微酸·採收藍莓體驗

- 高原町 ●洽詢單位: 高原町市景營造推進課 +81-984-42-2115

#### 來高原町採收葡萄和梨子

- 高原町 ●洽詢單位: 高原町社區營造推進課 +81-984-42-2115

### 農家民宿 雄壯的霧島連峰山麓 北霧島農家民宿



#### 接觸大自然及樸實溫暖的人們

北霧島位於霧島連峰的東北方, 擁有美麗的溪谷及高山等大自然美景。由於這裡農、林業盛行, 當寄宿於這裡的農家時可以感受到與其他地方不同的農家體驗。就像回到令人懷念的家鄉一般, 在優閒的時間內感受都市少見的风情。

- 每個家庭皆為領有簡易住所營業許可的農家

- ◆學習目標
- 透過遠離日常環境到鄉村生活的過程培育出生存力。
- 經由和當地人們的交流, 培養出豐富的情感、品行及合群感。

- 合作農家: 40家
- 活動人數: 最多200名
- 洽詢單位: 北霧島田舎物語推進協議會 +81-984-22-3020
- 位於熊本、鹿兒島縣境, 交通方便。乘車從宮崎、鹿兒島機場出發約需60分鐘。從鹿兒島中央站、新八代站出發約80分鐘。



↑體驗作為農家人、在田園居住的感受



↑在此可進行製作鄉土料理、照顧牛群或種田等多樣活動。



↑可觀賞曾為日本第一的美麗星空, 或是進行登山攻頂等體驗。

- 對象: 小學生~高中生
- 體驗內容範例
  - 餵養雞群(給飼料·集收蛋·解剖等等)
  - 栽培花卉
  - 植芋頭苗
  - 照顧果樹
  - 挖竹筍
- 自選活動
  - 自然漫步(名所)
  - 賞螢(5月)
  - 能量場所(三之宮峽等)
  - 溪流釣魚體驗
  - 爬山健行
  - 觀星及星象館參觀

### 農家民宿 留有各式傳說的祕境 高千穗鄉農家民宿



#### 學習並體驗傳統自給生活

高千穗峽谷近九州山地中央地帶, 延展於阿蘇山東側。在這裡生活並習得與自然共存之術的手工藝人們將會在此把日本人自古以來的生存方法之一教授給旅人。經由與過著有時悠閒、有時嚴峻的山中生活的人一同生活的過程, 學習生存及工作的重要性。

- ◆學習目標
- 透過遠離日常環境到鄉村生活的過程培育出生存力。
- 經由和當地人們的交流, 培養出豐富的情感、品行及合群感。

- 合作農家: 55家
- 活動人數: 最多250名
- 洽詢單位: 高千穗森林理想鄉旅遊協會 +81-982-82-2199
- 傳承古事記: 日本書紀神話並良傳至今的高千穗鄉。乘坐公車時, 從阿蘇中岳出發約60分鐘。熊本車站出發約120分鐘。



↑感受山中居民的溫暖及文化  
↓可搭配體驗學習進行滑雪、森林療癒散步、獨木舟等活動。



↑會配合當季給予當季特有的生活體驗, 例如採山菜、製作柚子胡椒、賞雲海等等。

### 農家民宿 充滿古代浪漫的山間 西都市農家民宿



#### 體驗居住山林間的生活

近宮崎縣中部的西都市還留有許多在自然恩惠下傳代至今的農村。透過參觀國內最大西都原古墳群的歷史體驗, 農作物收割、飼養家畜等農業體驗, 以及登山攻頂等各式各樣的體驗了解珍惜自然的重要, 並且感受人間溫情。

- 每個家庭皆為領有簡易住所營業許可的農家

- ◆學習目標
- 透過遠離日常環境到鄉村生活的過程培育出生存力。
- 經由和當地人們的交流, 培養出豐富的情感、品行及合群感。

- 合作農家: 10家
- 活動人數: 最多94名(最佳留宿人數70名)
- 洽詢單位: 西都市綠色旅遊研究會 +81-983-43-3421
- 由於離宮崎市區不遠, 因此可搭配其他各種活動。搭車從宮崎市出發約40分鐘。距宮崎機場約50分鐘。



↑藉由歷史與自然感受人間溫情



↑依時期可一覽西都原上盛開的大波斯菊, 或是欣賞祈求五穀豐收、表達對神感謝的夜神樂。



↑孩子們的雙瞳在採收蔬菜、打蕎麥等初次經歷的過程中顯得更閃閃發亮。



↓每個寄宿家庭都像對待自己真正的家人般接待每位遊人。

推薦活動 海浪上散步 青島海灘水上活動

在完備的支援機制下盡情享受正式水上活動



↑在絕佳的海浪中享受水上活動

連綿不斷的沙灘、變化多端的谷灣形海岸，宮崎長達約400km的海岸線是日本首屈一指的衝浪聖地。安定又強勁的最佳海浪吸引全國的衝浪好手蜂擁而至，系統完備的指導制度讓初學者也能安心衝浪。在衝浪勝地乘風破浪的體驗，想必將成為永生難忘的回憶。

衝浪體驗

- 活動地點：宮崎市青島海灘 ●活動人數：5~50名
- 活動期間：4月中旬~12月中旬
- 活動所需時間：2小時
- 預約期限：活動日前一個月
- 活動費用：日幣5,000元(含保險費)
- 備註：依氣溫與水溫穿著潛水衣(7~9月除外) 潛水衣費用一律1,000元
- 洽詢單位：宮崎市觀光協會 +81-985-20-8658

趴板體驗

- 活動地點：宮崎市青島海灘 ●活動人數：5~30名
- 活動期間：4月中旬~12月中旬
- 活動所需時間：2小時
- 預約期限：活動日前一個月
- 活動費用：日幣4,000元(含保險費)
- 備註：依氣溫與水溫穿著潛水衣(7~9月除外) 潛水衣費用一律1,000元
- 洽詢單位：宮崎市觀光協會 +81-985-20-8658

↓衝浪學校以學生三人配教練一人的安全指導制度教學，用十二萬分的用心及細心維護您的安全。



對象 小學生~高中生

其他活動

- 香蕉船&水上摩托車體驗 20名
- 3種淺灘水上活動體驗 16名
- 水上救生體驗 20名
- 釣魚體驗 30名

學習目標

- 透過一般課程無法進行的水上體驗，讓學生可在提升體力的同時感受海的魅力。
- 在豐富大自然的體驗中了解珍惜大自然的重要性。



↑衝浪第一課是要在海灘上進行準備體操和衝浪 ↑多挑戰幾次就能輕易地抓到訣竅，幾乎所有的模擬訓練。學校周邊的海水深度只深及腰，讓初人在上一次課之後就能站在衝浪板上。學也能安心衝浪。



推薦活動 和大賽得獎經歷豐富的響座一起打太鼓 和太鼓演奏&體驗

讓身心充滿感動吧！

接觸難有機會靠近的日本傳統和樂器(太鼓)實際感受音樂的美妙，讓身心充滿感動！可在用餐會場上進行表演與體驗活動。



↑接觸日本傳統藝術，讓身心充滿感動吧！

學習目標

- 學習禮儀作法，感受傳統藝術的魅力。
- 感受和太鼓帶來的鼓動，培育豐沛的感性。
- 從了解太鼓節奏創作的樂趣以集合大家合奏的過程培養協調性。



對象 小學生~高中生

[行程表]

- ①響座之太鼓表演
- ②招呼詞
- ③敲太鼓體驗節奏並練習曲目
- ④響座之太鼓表演



和太鼓演奏&體驗

- 活動地點：各大餐廳會場等(以宮崎縣內優先)
- 活動人數：無人數限制(可體驗人數為一場十名)
- 活動期間：全年
- 活動所需時間：30分
- 預約期限：活動日前一個月
- 活動費用：日幣35,000元(若活動於宮崎市外舉行需另加交通費)
- 洽詢單位：宮崎市觀光協會 +81-985-20-8658

活動資訊

和太鼓體驗

- 活動地點：宮崎市太鼓研修中心
- 活動人數：5~50名
- 活動期間：全年
- 活動所需時間：1小時30分
- 預約期限：活動日前一個月
- 活動費用：日幣2,500元
- 洽詢單位：宮崎市觀光協會 +81-985-20-8658

活動資訊

推薦活動 體驗傳統藝術 日向市指定無形文化遺產·火男舞體驗

充滿幽默的傳統藝術

發源自日向市的「火男舞」是配上輕快的太鼓節奏和笛聲，盡情舞動的獨特舞蹈，也是帶給大家歡樂的傳統藝術。每年八月舉辦「日向火男夏日祭典」都會吸引約2000名火男舞愛好者到此聚集，一同在街道上大跳火男舞。

對象 小學生~高中生，最多可同時接受200位參加

[行程表]

- ①說明火男舞由來
- ②示範火男舞
- ③練習火男舞
- ④分組練習並發表
- ⑤全體一起跳

學習目標

- 經由團體一同體驗傳統藝術的經驗，培養責任心及自律。
- 感受到保存傳統及文化的重要性，並加深對傳統文化的關心。



←請當地日向市「橘火男舞保存會」來教導「火男舞」，使用過後的火男舞面具可以當成紀念品帶回家。



→即使是一開始害羞的人，當聽到快樂的音樂身體也會自然動起來。  
←不知不覺的笑，福也就會跟著來到！



- 活動地點：日向市站前交流廣場 ※遇雨將移至別場地
- 活動人數：200名
- 活動期間：全年
- 活動所需時間：1小時~1小時30分
- 預約期限：活動日前一個月
- 活動費用：日幣500元(附火男面具)
- 洽詢單位：日向市觀光協會 +81-982-55-0235

活動資訊



### 歷史文化體驗 日本最大規模 西都原古墳群

沉浸在古代浪漫之中



西都原古墳群是日本少有的古墳群。廣闊的台地上共有大大小小約300座以上古墳，其中日本國內最大的帆立貝型古墳和九州最大的前方後圓型古墳等不同特色的古墳都聚集至此，非常稀有。古墳群內有介紹繩文時代以來直到彌生、古墳時代九州歷史的西都原考古博物館，還有能體驗古代生活的西都原古代生活體驗館。



- 對象 全學級，最多可同時接受200名參加
- ◆學習目標
- 透過古墳博物館觀察，加深對歷史、傳統、文化等的關心。
- 透過古代生活的體驗，加強對日本人文化的興趣。

### 西都原考古博物館

位於古墳群內的西都原考古博物館展示不少貴重資料，包含西都原古墳群中挖掘出的古蹟。



- 活動人數：200名
- 活動期間：全年（星期一休館）
- 活動所需時間：1小時
- 預約期限：活動日前一個月
- 活動費用：免費
- 洽詢單位：西都市綠色旅遊研究會 +81-983-43-3421

### 參觀特別史蹟公園西都原古墳群

當地志工嚮導將詳細為遊客介紹古墳群一帶相關歷史，其中也有可入內參觀的古墳。



- 活動人數：60名
- 活動期間：全年
- 活動所需時間：1小時以上
- 預約期限：活動日前一個月
- 活動費用：免費
- 洽詢單位：西都市綠色旅遊研究會 +81-983-43-3421

### 西都原古代生活體驗館製作體驗活動

在併設於博物館內的體驗設施中體驗做陶器、製作古代食物等古代人生活。



- 活動人數：70名
- 活動期間：全年（星期一休館）
- 活動所需時間：1小時以上
- 預約期限：活動日前一個月
- 活動費用：日幣300元左右
- 洽詢單位：西都市綠色旅遊研究會 +81-983-43-3421
- 可在此製作勾玉、或體驗陶土製品製作（陶笛、陶鈴等），勾玉可當場帶回家，陶土製品需日後寄送（運費另付）。

### 歷史文化體驗 留存下來的各島物語 神話之鄉·高千穗

神之故鄉



在留有各式傳說的人氣能量聖地裡進行手工體驗。

高千穗町是宮崎縣首屈一指的觀光地。散溢著神秘氣氛的高千穗峽谷、擁有各種神話的神社等，都是高千穗町的熱門景點之一。其中又以「高千穗夜神樂」最出名，每年11月中旬至2月上旬高千穗町的各個角落都是徹夜開心地跳舞的人們。據說此一習俗是起源於女神天宇受賣命在天照大御神藏身的岩洞前跳舞的故事，至今已被認定為國家重要無形民族文化遺產。

- 對象 全學級
- ◆學習目標
- 透過日向神話傳統當地的各種文化體驗，加深對傳統和文化的關心。
- 加深對傳統和文化保存傳承重要性的關心。

### 製作雕刻體驗

- 活動地點：高千穗町內
- 活動人數：45名
- 活動期間：全年
- 活動所需時間：1小時
- 預約期限：活動日前一個月
- 活動費用：日幣1,000元
- 洽詢單位：高千穗町觀光協會旅行部 +81-982-73-1800



### 製作勾玉體驗

- 活動地點：高千穗町內
- 活動人數：45名
- 活動期間：全年
- 活動所需時間：1小時~1小時30分
- 預約期限：活動日前一個月
- 活動費用：日幣1,000元
- 洽詢單位：高千穗町觀光協會旅行部 +81-982-73-1800



### 神樂面上色體驗

- 活動地點：高千穗町內
- 活動人數：40名
- 活動期間：全年
- 活動所需時間：40分
- 預約期限：活動日前一週
- 活動費用：日幣2,500元
- ※參加人數若為20名以上最晚請於活動日前2日報名
- 洽詢單位：高千穗町觀光協會旅行部 +81-982-73-1800



### 國家重要無形文化遺產 高千穗神樂鑑賞

為了讓遊客能在進行神樂的11月中旬至2月上旬以外的時期也能感受到高千穗夜神樂的樂趣，高千穗神社的神樂殿內每晚皆會舉辦觀光神樂，從「高千穗夜神樂」三十三首曲中選出最具代表性的四首曲「手力雄之舞」、「鉦女之舞」、「戶取之舞」、「御神舞之舞」等表演。



- 活動地點：高千穗神社境內(神樂殿)
- 活動人數：300名
- 活動期間：全年
- 活動所需時間：1小時
- 預約期限：活動日前一個月
- 活動費用：日幣700元
- 定期公演：20:00~ ※變更時間的話就可以包場 ※20名以上的團體費用日幣400元，小學生以下免費
- 洽詢單位：高千穗町觀光協會旅行部 +81-982-73-1800

### 歷史文化體驗

體驗當船長發號施令的感覺！

### 宮崎渡輪參觀船內大小事



可參觀連結關西與宮崎港的宮崎渡輪，從設有各種最新設備的船長室到一般不開放的區域都開放參觀。船長也會在渡輪上親自解說船舵等機器使用方式及開船方法。



- 活動人數：200名
- 活動期間：全年
- 活動所需時間：30分
- 活動地點：宮崎渡輪（停駛時）
- 活動費用：免費
- ※此為搭乘渡輪時的活動之一
- 洽詢單位：宮崎渡輪 +81-985-29-8077

### 歷史文化體驗

感受世界最大的星象館！

### 宮崎科學技術館



宮崎科學技術館的一、二樓展有約100樣的展示品，不管是哪種展示品都能讓人感到科學的樂趣。此外，三樓的星象館為世界最大，務必到此一遊。

- 開館時間：9:00~16:30
- 休館日：星期一（國定假日除外）國定假日隔天（星期六、日或國定假日除外）年底年初（12月29日~1月3日）
- 入館費用：展示室：兒童（4歲~國中生）日幣210元（團體日幣160元）成人（高中生以上）日幣520元（團體日幣420元）；展示室及星象館：兒童（4歲~國中生）日幣310元（團體日幣240元）成人（高中生以上）日幣730元（團體日幣580元）※團體為20人以上
- 平日活動：星象投影（二~六：1日3次、日·國定假日：1日4次）
- 洽詢單位：宮崎科學技術館 +81-985-23-2700
- 其他資訊：網站隨時更新最新資訊，可供資訊參考。http://www.city.miyazaki.miyazaki.jp/cul/cosmoland/

### 手工製造體驗

宮崎元氣體驗活動

### 陶藝體驗



想不想在綠意盎然環境的包圍下輕鬆又愉快地製作茶杯呢？透過創作體驗，可感到製作的喜悅。

- 活動人數：1名~30名
- 活動期間：全年
- 活動所需時間：1小時
- 開放活動時間：9:00~17:00
- 活動地點：綾町(綾國際工藝之城)
- 活動費用：日幣1,500元
- 預約期限：活動日前一週
- 適合活動年級：全學級
- 洽詢單位：宮崎市觀光協會 +81-985-20-8658
- 備註：另須付綾城門票：國小~國中生日幣250元（團體日幣150元）、高中生日幣300元（團體日幣200元）、大人日幣350元（團體日幣250元）※團體為15人以上

### 自然環境學習·戶外活動

感受森林療癒體驗

### 日之影町森林



森林療癒是指以科學證實有療癒效果的「森林浴效果」促進自己身心健康的活動。當地森林嚮導及芬多精達人將會協助各位達到最佳的治癒效果。讓大家在親近自然與歷史的同時享受治癒的喜悅。

- 活動人數：1~200名
- 適合活動年級：國小高年級以上
- 活動期間：全年
- 活動所需時間：2小時
- 開放活動時間：8:30~17:00
- 活動地點：日之影町
- 活動費用：每位嚮導日幣6,000元
- 預約期限：活動日5天前
- 洽詢單位：日之影町地域振興課 +81-982-87-3910
- 備註：行走路線共有6種

### 自然環境學習·戶外活動

體驗划獨木舟並學習

### 奇蹟清流「北川」



在川流平衡交錯、擁有沈下橋、霞堤等河川生活文化的「北川」舉行的獨木舟學校及泛舟活動。在這裡不只能學習到獨木舟操縱方法，也能了解到河、川、溪的水流方法和判斷其不同的方法。

- 活動人數：①住宿：2~40名 ②一日體驗：10~80名
- 適合活動年級：全學級
- 活動期間：①4月~8月②4月~11月
- 活動所需時間：①三天兩夜②1天
- 開放活動時間：①開放期間內②9:00~17:00
- 活動地點：延岡市北川町北川水系
- 活動費用：①日幣15,500元（露營用品等額外收費）②木舟/1日日幣8,000元、半日日幣5,000元（兩者皆含午餐費用）
- 預約期限：活動日前一個月
- 洽詢單位：日之影町地域振興課 +81-982-87-3910
- 備註：①雨天時可在螢火蟲之宿住宿②獨木舟共有40艘，依RAC建議，指導員分配為每五位參加者配一名教練+陸地工作人員。

### 戶外活動

滑雪體驗

### 五瀨町五瀨高原滑雪場



在日本最南端的五瀨町五瀨高原滑雪場，以天然的雪地讓孩子們盡情享受滑雪等雪地遊戲。

- 活動人數：40名
- 適合活動年級：全學級
- 活動期間：12月下旬~2月下旬
- 活動所需時間：請事先洽詢
- 開放活動時間：請事先洽詢8:00~16:00
- 活動地點：五瀨町五瀨高原滑雪場
- 活動費用：一日券/日幣8,000元（含滑雪設備租借費用、登山纜車券）
- 預約期限：活動日前兩週
- 洽詢單位：NPO法人五ヶ瀬町自然學校 +81-982-73-6366
- 備註：提供租借滑雪裝、手套

### 歷史文化體驗 優閒漫步市街 飢肥城下町·邊走邊吃邊遊覽

#### 倍受歷史薰陶的城下町

由飢肥藩伊東氏創立、1588年以來繁榮了280年的城下町擁有象徵武家房屋的門型、石牆及塗裝，因此被認定為國家重要傳統建築物群保存地區。明治時期擁有締結日俄條約、收復關稅自主權等功績的外交官小村壽太郎也在此出生成長，可在此參觀其出生地及成果紀念碑。



↑漫步在充滿日本古式風情的飢肥城下町，盡情享受美食美景吧！

#### 活動資訊

- 活動地點：飢肥城下町
- 活動人數：200名
- 活動期間：全年
- 活動所需時間：1小時~2小時
- 預約期限：活動日前一週
- 活動費用：全設施一日券+漫步地圖（附五張商品兌換券）  
 國中生以下 日幣800元、高中生、大學生 日幣900元  
 漫步地圖（附五張商品兌換券） 日幣600元
- 洽詢單位：日南市商工觀光課 +81-987-31-1134

→飢肥城下町「邊吃邊走」漫步地圖中包含全設施一日券及附有當地店家可使用的商品兌換券。

- 對象 小學生~高中生，最多可同時接受200名參加
- 學習目標
  - 加深受歷史和傳統認識，透過分班活動培養主動性和主體性
  - 透過跟當地人的交流，培養豐富的人間性和社會性



↑乘坐行駛於JR宮崎車站及南鄉車站區間觀光特急列車「海幸山幸」時將在飢肥車站下車。



↑自蓬鬆又香甜的口感是江戶時代流傳至今的庶民美味「飢肥天婦羅」（暱稱為肥天）的特徵。



↓在充滿歷史風情的城下町漫步之時，可到商人街和當地民眾互動，品嚐鄉土料理。



#### 迷你船乘船體驗

迷你船乘船體驗：昭和時期時，近海漁民們是乘坐木造帆船出海捕魚。現在可以在川中乘坐帆船體驗復古時光，享受優雅的乘船風情，也可體驗划槳的感覺。



#### 活動資訊

- 活動地點：日南市堀川運河
- 活動期間：全年 ●活動時間：30分
- 活動人數：1次上車人數最多12名
- 預約：活動日前一個月
- 費用：免費
- 洽詢單位：日南市商工觀光課 +81-987-31-1134

#### 人力車乘車體驗

感到歷史情緒九州小京都，要不要在飢肥體驗試乘人力車呢。 ※1次上車人數最多4名 雨天取消



#### 活動資訊

- 活動地點：日南市飢肥城下町
- 活動期間：每月第3星期天
- 活動時間：15~20分
- 活動人數：20名
- 預約：活動日前一個月 ●費用：免費
- 洽詢單位：日南市商工觀光課 +81-987-31-1134



↓坐著射目標的射式叫「四半的」，在觀光停車場試射場可以輕輕體驗，1人10射日幣300元



### 歷史文化體驗 乘坐觀光列車，帶來彷彿度假般的好心情 觀光特急·海幸山幸

#### 包下整台人氣觀光列車

「海幸山幸」是連結JR宮崎車站及南鄉車站的觀光列車，整列車的設計概念為「像木製玩具般的渡假列車」，外表及內裝皆採用日南市飢肥的「飢肥杉」。若以去程搭列車、回程搭公車的交通方式可更完整享受日南海岸風光。



從車窗看出的廣角風景

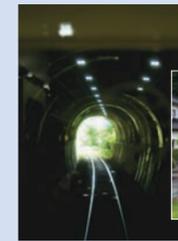


↑海、山、田園風景等，窗外看到四季變化豐富的風景。



↓與公車觀光共同搭配利用時，最多可容納100名。（需額外安排）

●對象 小學生~高中生



↑海邊的藍色，山上的綠色裡在閃耀白色車體，在車內聞到杉的香味。

#### 活動資訊

- 有關團體包車
- 可容納人數：51名
- 活動期間：平日行駛日以外皆可
- 預約期限：活動日前二個月
- 洽詢單位：JR九州宮崎總合鐵路事業部 +81-985-51-5988



#### 戶外活動 日南市榮松海灘（日南市南鄉町） 水肺潛水

日南市南鄉榮松海灘旁的大海即使在冬天水溫也能維持在20℃左右，要不要試試在溫暖的海水中近距離欣賞棲息海中的各式魚類跟珊瑚礁呢？

- 活動人數：5~50名
- 活動期間：6~11月
- 活動所需時間：3小時
- 開放活動時間：9:00~16:00
- 費用：日幣10,000元以上（含潛水衣等費用、保險費）
- 預約期限：活動日前二週
- 適合活動年級：高中生
- 洽詢單位：日南市商工觀光課 +81-987-31-1134

備註 更衣室與盥洗費用日幣100元/3分（男女各4間）



#### 戶外活動 日南市榮松海灘（日南市南鄉町） 獨木舟體驗

在日南市榮松海灘上課並學會操縱獨木舟方法後，便可在這一覽南鄉美麗島嶼們的絕景。

- 活動人數：2~40名
- 活動期間：全年
- 活動所需時間：2小時
- 開放活動時間：9:00~16:00
- 活動費用：日幣5,000元以上（含保險費）
- 預約期限：活動日前一個月
- 適合活動年級：全學級
- 洽詢單位：日南市商工觀光課 +81-987-31-1134

備註 雨天照常進行，若遇暴雨則暫停。



#### 戶外活動 日南市榮松海灘（日南市南鄉町） 浮潛

由於不用背氧氣筒，只要學會技巧即可立即下水觀察海中生物，與日南海裡的可愛生物相見歡。

- 活動人數：5~50名
- 活動期間：6~11月
- 活動所需時間：3小時
- 開放活動時間：9:00~16:00
- 活動費用：日幣5,000日圓以上（含保險費）
- 預約期限：活動日前二週
- 適合活動年級：全學級
- 洽詢單位：日南市商工觀光課 +81-987-31-1134

備註 更衣室與盥洗費用日幣100元/3分（男女各4間）



#### 戶外活動 日南市榮松海灘（日南市南鄉町） 浮潛體驗

以浮潛方式悠閒地觀察海中生物生活情景，能看到多樣樣貌的水中世界。

- 活動人數：5~50名（輪替制）
- 活動期間：5~11月上旬
- 活動所需時間：2小時
- 開放活動時間：9:00~17:00
- 活動費用：日幣5,500元（含保險費）
- 預約期限：活動日前一個月
- 適合活動年級：全學級
- 洽詢單位：宮崎市觀光協會 +81-987-20-8658

備註 同意書·尺寸等資料請事前備齊並提供。

### 手工體驗 可享牧場的美味 高千穗牧場奶油DIY體驗

#### 在大自然中體驗酪農

高千穗牧場位於宮崎縣和鹿兒島縣邊境處的霧島山麓，在此可以使用大自然培育的牛奶，體驗手工奶油的DIY體驗，也能享受跟動物接觸的樂趣、擠奶體驗等的酪農體驗。



在雄偉的大自然中，享受體驗DIY體驗和接觸動物的樂趣！



↑廣闊的草地上，讓牛隻們自由自在地放牧

- 對象 國小、國中、高中，可接受250名參加
  - ◆學習目標
    - 透過跟動物的接觸，培養健全身心及對生物的探求心
    - 透過由原料製作商品，感到生產的喜悅和製作的知識
  - ◆其他活動項目
    - ①手工臘腸 日幣800元 40名
    - ②手工冰淇淋 日幣1000元 40名
- 午餐也可推薦  
烤肉 日幣1260元起 280個座位

- 活動人數：250名
- 活動期間：全年（公休：4月~11月 第3個週二、12月~3月 第1、3個週二 \*如果週到週末或國定假日，隔天為公休日）
- 開放活動時間：9:00~17:30
- 活動地點：高千穗牧場
- 活動所需時間：40分~
- 活動費用：每位日幣500元
- 預約期限：活動前一週
- 適合活動年級：全學級
- 洽詢單位：高千穗牧場+81-986-33-2102

### 自然環境研習 都城市 藉由美麗星空思考地球環境

#### 日本星空第一美天文台城市

高崎町七度被選為「日本星空第一美的城市」，開館以來在此已20年的台長義部所開設的講座，讓初學者到天文迷都能感到無比滿足。

- 活動人數：200名
- 活動期間：全年
- 開放活動時間：9:30~22:00
- 活動地點：都城市高崎町
- 活動所需時間：1小時30分以上
- 活動費用：小學生日幣100元、中學生以上日幣300元
- 預約期限：活動前一週
- 適合活動年級：全學級
- 洽詢單位：都城市商業觀光課+81-986-23-2615

### 農業漁業體驗/味覺體驗 都城市 滿喫秋天滋味

#### 奇異果採收體驗

每年十月到十一月中旬，正式開之尾瀑布旁觀光農園的奇異果採收季節。也能在此體驗挖地瓜等活動，全家大小都能盡情遊玩。

- 100名(30名以上須事先預約)
- 活動期間：10月上旬~11月中旬
- 活動所需時間：30分~1小時
- 開放活動時間：9:00~17:00
- 活動費用：日幣500元/Kg (僅供參考)
- 預約期限：活動前一週
- 適合活動年級：全學級
- 洽詢單位：都城市商業觀光課+81-986-23-2615

### 農業漁業體驗/味覺體驗 都城市 日本最南端的蘋果採收

#### 蘋果·梨子·葡萄採收體驗

離都城市最近的觀光農園，可在此享受日本最南端的蘋果採收體驗。也可採收葡萄或梨子。

- 活動人數：50名
- 活動期間：8月中旬~10月中旬
- 活動所需時間：30分~1小時
- 開放活動時間：9:00~17:00
- 活動費用：蘋果日幣850元/kg (僅供參考)
- 預約期限：請事先洽詢
- 適合活動年級：全學級
- 洽詢單位：都城市商業觀光課+81-986-23-2615
- 備註：遇雨將停止活動。價格會依季節有所變動，請事先洽詢。

### 農業漁業體驗/味覺體驗 都城市 種類繁多

#### 採收藍莓體驗

能在擁有豐沛自然環境及新鮮空氣的野野美谷採收約八十種藍莓

- 活動人數：150名
- 活動期間：6月中旬~8月中旬
- 活動所需時間：30分~
- 開放活動時間：9:00~18:00
- 活動費用：請事先洽詢
- 預約期限：活動前3天
- 適合活動年級：全學級
- 洽詢單位：都城市商業觀光課+81-986-23-2615
- 備註：遇雨將停止活動

### 農業漁業體驗/味覺體驗 高原町 爽口微酸

#### 採收藍莓體驗

可以當場採收並享用在高原町大自然中培育出的藍莓。

- 活動人數：100名
- 活動期間：6月上旬~8月中旬
- 活動所需時間：1小時
- 開放活動時間：8:30~17:30
- 活動費用：入園費/小學生日幣200元、成人日幣300元
- 預約期限：請事先洽詢
- 適合活動年級：請事先洽詢
- 洽詢單位：高原町市景營造推進課+81-984-42-2115

### 農業漁業體驗/味覺體驗 高原町 水果採收

#### 來高原町採收葡萄和梨子

盡情採收由新鮮純淨山泉水及空氣灌溉下種植出的葡萄和梨子。

- 依單位各有不同，最多200人
- 活動期間：葡萄7月中旬~9月中旬、梨8月中旬~10月下旬
- 活動所需時間：約1小時
- 開放活動時間：依單位各有不同
- 活動地點：高原町(新田果樹園/久保葡萄園)
- 活動費用：葡萄100g約日幣100元~梨子：100g約日幣50元
- 預約期限：大約活動前一週
- 適合活動年級：依單位各有不同，請事先洽詢
- 洽詢單位：高原町市景營造推進課+81-984-42-2115

## 宮崎美食情報

宮崎是一個陽光燦爛、土壤肥沃的農業縣，擁有豐富的山珍海味，其有利環境下培育出來的美食都是美味絕品！



**宮崎牛肉**  
宮崎引以為傲的品牌牛肉，獲得日本第一的高評價。



**伊勢蝦(龍蝦)**  
受到黑潮的影響，蝦肉特別多，豐滿而富有彈性，口感柔和，實屬絕品！



**宮崎燒酒**



**冷湯**

夏天的鄉土料理，將魚肉、豆腐、黃瓜等和冰涼的味噌湯混合攪拌而成。

**炭烤土雞**

用炭火將土雞烤得恰到好處的焦黃色，是代表宮崎的鄉土料理。



**洋生菜卷**

發祥於宮崎的壽司卷，用海苔將蝦、洋生菜和蛋黃醬一起卷起來。



**肉卷飯糰**

用調好味的豬肉將飯糰卷起來，再烤箱烘烤而成的當地小吃。



**釜湯烏龍麵**

將出鍋的烏龍麵放入漂著油炸碎渣的湯汁中，蘸著食用。廣受縣民歡迎的風味。



**南蠻雞**

淋上甜醋後，配上塔塔醬食用的炸雞，是在宮崎縣內的餐廳常能見到的料理。



**起司饅頭**

在宮崎擁有不可動搖的人氣商品，使用足量的植物性起司，具有獨特的風味。



**芒果**

栽培時按照甜度15度以上、重量300g以上的嚴格標準，甘甜之感可謂絕品。



**完全熟透的金橘 'TAMATAMA'**

發祥於宮崎的壽司卷，用海苔將蝦、洋生菜和蛋黃醬一起卷起來。



**日向夏**

發祥於宮崎的柑橘類水果，內部的白色皮也可以食用，甜味清爽不膩。

## 宮崎溫泉情報

宮崎西臨阿蘇，南接霧島，與火山群相鄰，可謂占盡地利之勢，孕育出了眾多溫泉地，可以享受消除疲勞、美肌保養等的各種效能。除了多種多樣的泉質之外，住宿類型也有很多選擇。

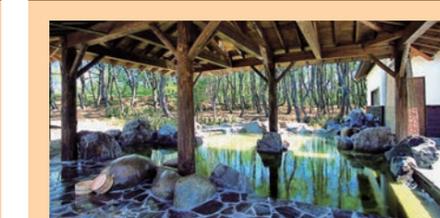
### 宮崎市 青島溫泉



擁有足夠多的溫泉住宿設施，可以泡溫泉的同時眺望眼前一望無垠的大海。

- 【諮詢】 ANA Holiday Inn Resort 宮崎R+81-985-65-1555 格蘭蒂亞奧西瑪太陽閣飯店R+81-985-65-1531 青島格蘭飯店R+81-985-65-0111 Route Inn 宮崎青島R+81-985-55-4122 青島cinqalerR+81-985-55-4390

### 宮崎市 松泉宮



有大浴場、露天浴池和私房湯屋等，可以享受多重溫泉。

- 【諮詢】 鳳凰喜凱亞渡假區R+81-985-21-1111

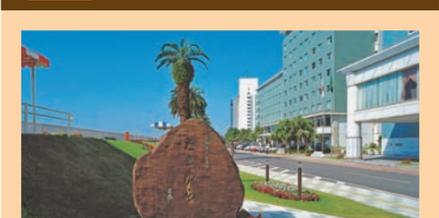
### 高千穗町 天岩戶溫泉



有源於高千穗神樂的大浴場和三溫暖等。

- 【諮詢】 天岩戶溫泉R+81-982-74-8288

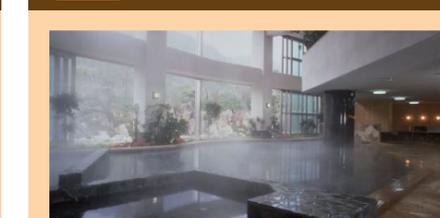
### 宮崎市 TAMAYURA溫泉



於宮崎市中心部的大澗河畔湧出的溫泉。有3處住宿設施供選擇。

- 【諮詢】 宮崎觀光飯店R+81-985-27-1212 金住飯店R+81-985-25-3455 濱莊飯店R+81-985-24-3019

### 綾町 綾溫泉「照野之湯」



大浴場裡有酒浴池、藥湯浴池等，旅客客房裡也有檜木風呂。

- 【諮詢】 藏元 綾溫泉之杜R+81-985-77-2222

### 日南市 北鄉溫泉



日南首屈一指的天然溫泉，這個地區有5處溫泉設施。

- 【諮詢】 北鄉 音色香之季R+81-987-21-7110 Hotel J's 日南ResortR+81-987-55-3333 Sun Cherry 北鄉R+81-987-55-3611 北鄉溫泉旅館 丸新莊R+81-987-55-2953 蜂之巢CottageR+81-987-55-3828



**推薦行程① 宮崎進／大阪出**  
(台北-宮崎-鹿兒島-大阪-台北)

**推薦行程② 鹿兒島進／大阪出**  
(台北-鹿兒島-宮崎-大阪-台北)

**推薦行程③ 福岡進／大阪出**  
(台北-福岡-熊本-宮崎-大阪-台北)

**推薦行程④ 福岡進／大阪出**  
(台北-福岡-宮崎-大阪-台北)

- 第1天 桃園國際機場→宮崎機場
- 住飯店/宮崎
- 第2天 日本最大規模的西都原古墳群參觀，體驗古代生活，學校交流(宮崎)
- 住農家民泊/宮崎(西都市)
- 第3天 青島散策、鬼之洗濯板海岸，觀光列車體驗，飢肥城下町老街
- 住飯店/鹿兒島
- 第4天 學校交流(鹿兒島)，櫻島渡和體驗、櫻島活火山學習，
- 住志布志港→
- Ferry
- 第5天 →抵達大阪港 大阪城址公園，大阪環球影城
- 住飯店/大阪
- 第6天 JR大阪車站參觀，關西國際機場→桃園國際機場

- 第1天 桃園國際機場→鹿兒島機場，霧島藝術之森、霧島神宮
- 住飯店/霧島
- 第2天 指宿砂風呂體驗，櫻島活火山學習、鹿兒島城市區自由散步
- 住飯店/鹿兒島
- 第3天 學校交流(鹿兒島)，海老原高原、湧泉泡腳
- 住飯店/宮崎
- 第4天 學校交流(宮崎)，青島散步、鬼之洗濯板海岸、飢肥城下町老街，宮崎港→
- 住Ferry
- 第5天 →抵達大阪港，大阪城址公園，大阪環球影城
- 住飯店/大阪
- 第6天 JR大阪車站參觀，關西國際機場→桃園國際機場

- 第1天 桃園國際機場→福岡國際機場，博多運河城商圈散步
- 住飯店/福岡
- 第2天 日本學問之神 太宰府天滿宮，學校交流(熊本)
- 住飯店/熊本
- 第3天 學校交流(宮崎)，神秘傳說發源地 高千穗神社，高千穗峽
- 住農家民泊/宮崎(高千穗鄉)
- 第4天 日向火男夏日祭體驗，宮崎和太鼓體驗，宮崎港→
- 住Ferry
- 第5天 →抵達大阪港，大阪城址公園，大阪環球影城
- 住飯店/大阪
- 第6天 JR大阪車站參觀，關西國際機場→桃園國際機場

- 第1天 桃園國際機場→福岡國際機場，博多運河城商圈散步
- 住飯店/福岡
- 第2天 熊本城參觀，高千穗牧場
- 住農家民泊/宮崎(北霧島)
- 第3天 日本農家生活體驗，學校交流(宮崎)
- 住飯店
- 第4天 學校交流(宮崎)，青島散策，鬼之洗濯板海岸，飢肥城下町老街巡禮，宮崎港→
- 住Ferry
- 第5天 →抵達大阪港，大阪城址公園，大阪環球影城
- 住飯店/大阪
- 第6天 JR大阪車站參觀，關西國際機場→桃園國際機場



※配合台灣各學校的需求，我們會幫忙尋求學校選定對象、聯絡及調整等，如果有任何問題，歡迎與我們聯絡。  
●公益財團法人 宮崎觀光會議協會 +81-985-26-6100 ●宮崎縣商工觀光勞動部觀光推進課 +81-985-26-7103