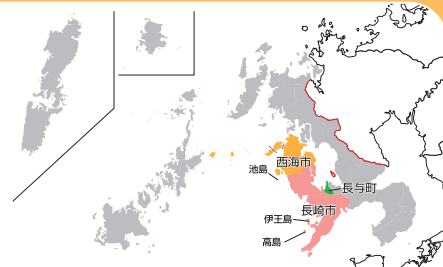


長崎・西彼地域

ながさき し さいかい し
長崎市・西海市
なが よちよう
長与町



1. 異国情緒と夕陽の地、長崎・西彼

長崎・西彼地区は、江戸時代から明治時代にかけての外国の文化の影響を色濃く残しています。

出島やグラバー園など長崎市街の史跡以外にもさまざまな史跡が残っており、西海市の横瀬浦地区は出島以前に南蛮貿易で栄えた地域です。また、長崎市外海地区には世界文化遺産「長崎と天草地方の潜伏キリシタン関連遺産」の構成資産である「出津集落」と「大野集落」があります。

さらに、日本の近代化を支えた石炭の生産地でもあり、端島（通称軍艦島）や高島など世界遺産である「明治日本の産業革命遺産」の史跡が残る島も点在しています。



長崎市外海地区から見た夕陽



みかん狩りの様子（西海市）

2. ピワ・みかんの実る山と琴の海の恵み

長崎・西彼地区には、長崎市の茂木地区を中心とした日本一のピワの産地や、西海市・長与町など温州みかんをはじめとした柑橘の産地があります。長崎市の土井首地区と外海地区という限られた地域で栽培されている「ゆうこう」は、わずか100本ほどの自生樹が確認された長崎市伝統の香酸柑橘です。山間部には日本の棚田百選にも選ばれた大中尾棚田があり、棚田のオーナーになれます。

大村湾は入口が狭く湖のように静かであることから琴の海とも呼ばれており、真珠やカキの養殖が盛んに行われています。

〈主な体験メニュー〉

	1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月
① 農林漁業体験民宿												
② 農作業体験（たけのご糺り、芋掘り体験など、体験内容により時期は異なりますので、事前にお問合わせください。）												
③ フルーツ収穫体験（いちご狩り、みかん狩りなど、体験内容により時期は異なりますので、事前にお問合わせください。）												
④ 料理体験												
⑤ 棚田米づくり体験（オーナー制度）												
⑥ 自然体験（散策、クルーズ、キャンプなど）												
⑦ シュノーケリングピクニック												
⑧ スタンドアップパドルボード体験（SUP）												
⑨ 環境学習（海）												

農作業体験



田んぼの草取り体験

スタンドアップパドルボード体験



自然体験



木工体験

〈体験申込先団体〉 長与町

長与町グリーン・ツーリズム推進協議会

活動エリア 長与町全域

問合せ 095-801-5836

HP あり

体験 ②③

宿泊 ー



みかん狩り、ブルーベリー収穫、オリーブ収穫、芋掘り等の農業体験のほか、カゴ漁体験、牡蠣収穫体験などの漁業体験を行っています。HPから申し込み可能です。

〈体験申込先団体〉 長崎市

外海ツーリズム協議会

活動エリア 長崎市(外海)
 問合せ 0959-25-0598
 HP あり
 体験 ①④
 宿泊 農林漁業体験民宿



海を望み、夕陽がキレイな宿や、山間の棚田の中で、虫の声と夜空に輝く星を楽しむ宿があります。料理体験では、郷土料理はもちろん、パンやお菓子作り体験を行っています。

大中尾棚田保全組合

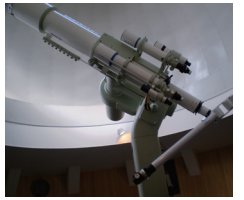
活動エリア 長崎市(神浦)
 問合せ 0959-24-0235
 HP ー
 体験 ④⑤
 宿泊 ー



「日本の棚田百選」に選ばれた大中尾の棚田で、田植え・稲刈り体験や、「棚田オーナー制度」、料理体験では、棚田米を使ったおにぎり、うどん打ち体験を行っています。

ながさき県民の森

活動エリア 長崎市(神浦)
 問合せ 0959-24-0181
 HP あり
 体験 ⑥
 宿泊 キャンプ、バンガロー



緑豊かな県民の森で、森林散策、キャンプ、天体観測などはもちろん、木工教室、きのご教室など、季節に応じたイベントを随時開催しています。

あっと!さ@琴海

活動エリア 長崎市(琴海)
 問合せ 090-3734-7474
 HP ー
 体験 ①②④⑥
 宿泊 農林漁業体験民宿



農業の盛んな地域で、石釜ピザ焼き体験、そば打ち体験などの料理体験のほか、清流にての川遊び、シーカヤックなど、自然を生かした体験も行っています。

野母崎ツーリズム振興会

活動エリア 長崎市(野母崎)
 問合せ 080-6479-5428
 HP あり
 体験 ④⑥
 宿泊 ー



長崎半島の最突端にある漁師町です。新鮮な魚を使ったかまぼこ作り、そば打ち体験などの料理体験のほか、軍艦島クルーズ体験を行っています。

やっтарろう de 高島

活動エリア 長崎市(高島)
 問合せ 090-9608-1082
 HP あり
 体験 ⑦⑨
 宿泊 ー



長崎港から船で35分、36種類のサンゴと舞う熱帯魚を観察できるシュノーケリングピクニック体験!インストラクターの同行で、幼児から高年齢層まで安全に体験できます。

伊王島加工組合

活動エリア 長崎市(伊王島)
 問合せ 080-5638-3817
 HP ー
 体験 ④
 宿泊 ー



長崎港から高速船で約20分、または伊王島大橋を通過して車でアクセスも可能なリゾートアイランドです。すり身揚げ体験・磯遊び・椿餅体験・カマスティック作り等たくさんのレクリエーションをご用意しております。

ちんじんよかBY茂木

活動エリア 長崎市(茂木)
 問合せ 080-4109-2997
 HP あり
 体験 ②④
 宿泊 ー



びわの町 茂木!目の前には橋湾が広がり、海の幸・びわや苺などを始めとした色々な果物の産地です。その産物を生かしての体験が楽しめます。

〈体験申込先団体〉 西海市

エコガレッジさいかい元気村

活動エリア 西海市(西海町)
 問合せ 0959-32-2500
 HP あり
 体験 ②④⑥
 宿泊 キャンプ



森の中の遊休みかん園を活用した、田舎暮らしの体験拠点です。ツリーハウス・スライダーなどの自然をいかした遊び場もあり、石釜ピザ作り体験などを行っています。

NPO法人 西海市観光協会

活動エリア 西海市全域
 問合せ 0959-37-5833
 HP あり
 体験 ②③⑥
 宿泊 各種施設の紹介



みかん狩り、芋堀体験、魚釣り体験などの各種体験のほか、さいかい歴史ガイドの受付を行っています。

(一社)山と海の郷さいかい

活動エリア 西海市全域
 問合せ 0959-32-2500
 HP あり
 体験 ①
 宿泊 農林漁業体験民宿



西海市に約50軒ある農林漁業体験民宿(民泊)のご利用受付窓口です。ご希望の体験内容や地域に応じて、民泊家庭をご紹介します。船釣り体験など日帰り利用も可能です、お気軽にお問い合わせください。

NPO法人 雪浦あんぱんね

活動エリア 西海市(大瀬戸町)
 問合せ 0959-31-4071
 HP あり
 体験 ④⑥⑧
 宿泊 ゲストハウス他



雪浦の集いの場所「ゆきや」、「雪浦ゲストハウス森田屋」を中心に、クルージング、SUP、音楽セラピー、瞑想、勾玉作り、郷土料理、味噌作りなどを行っています。

料理体験



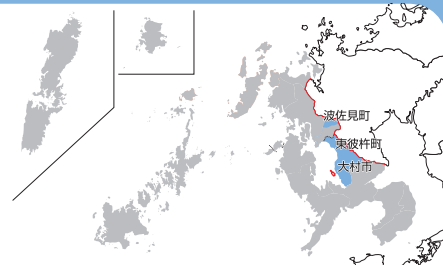
環境講習



※団体によっては、他の活動もされているため、お電話がつながりにくい場合もありますので、ご了承ください。

県央地域

おおむらし ひがし半のきちよう はさみちよう
大村市・東彼杵町・波佐見町



1. 世界に通じた長崎街道

県央地域は、島原半島と長崎市を含めた西彼半島との合流地点であり、昔から交通の要衝として栄えてきました。地域を通る長崎街道沿いは、江戸時代に出島から街道を通して海外の砂糖と菓子文化が広まり、シュガーロードとも呼ばれています。

東彼杵町は、長崎街道と県北地域への街道である平戸往還との合流地点の宿場町として、さらに近年まで鯨肉の流通拠点として栄えました。

また、波佐見町で作られた陶磁器（コンプラ瓶）は、出島から醤油や酒を輸出する際の容器にも使われていました。



波佐見町の窯元の煙突の立つ風景



大村市のフルーツ狩り体験

2. フルーツ、お茶、陶磁器など個性的な特産品

大村市福重地区は“フルーツの里ふくしげ”としていちごや梨、ぶどう、みかんなど良質なフルーツが名産です。収穫の時期になるとフルーツ狩りやスイーツ作り体験を楽しむことができます。

東彼杵町ではお茶の栽培が盛んで、平成29年、30年、令和元年に3年連続で全国茶品評会の「蒸し製玉緑茶部門」で日本一の産地賞を獲得しました。また、内海である大村湾で獲れるなまこは非常にやわらかく中国では最高級品として珍重されています。

波佐見町では約400年前から日用食器が作られており、現在はおしゃれで使いやすい「波佐見焼」として、若者を中心に人気のブランドになっています。

〈主な体験メニュー〉

	1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月
① 農林漁業体験民宿												
② フルーツ収穫体験 (いちご狩り、ぶどう狩りなど、体験内容により時期は異なりますので、事前にお問合わせください。)			いちご					ぶどう・梨				いちご
③ 料理体験												
④ お茶の淹れ方教室、茶畑散策												
⑤ 陶芸、絵付け体験、手びねり・ろくろ体験												

料理体験



ウイナー作り教室

お茶の淹れ方教室



〈体験申込先団体〉

大村市グリーン・ツーリズム推進協議会
活動エリア 大村市(福重地区)
問合せ 0957-55-5288
HP あり
体験 ①②③
宿泊 農林漁業体験民宿



いちご、ぶどう、梨などのフルーツ狩りのほか、「おおむら夢ファームシュシュ」では収穫したいちごを使ったいちご大福やケーキ作りなどの料理体験もできます。

東彼杵町観光協会

活動エリア 東彼杵町
問合せ 0957-46-0900
HP あり
体験 ④
宿泊 各種施設の紹介



日本茶の産地として有名な東彼杵町で、美味しいお茶の淹れ方教室や茶畑散策を実施。外国人旅行者にも高い評価をいただいています。

(一社)波佐見町観光協会

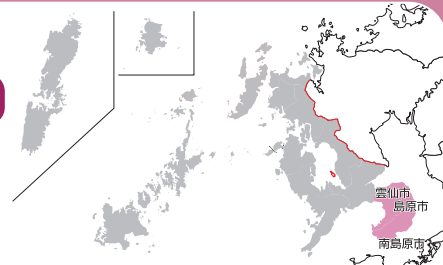
活動エリア 波佐見町
問合せ 0956-85-2290
HP あり
体験 ①②③④⑤
宿泊 農林漁業体験民宿



焼き物が有名な波佐見町で、絵付けやロクロ体験のほか、ピザ作りやかかし作りなどの各種体験を行っています。

島原半島地域

しまばらし うんぜんし みなみしまばらし
島原市・雲仙市・南島原市



1. 火山と人が共生する地、島原半島

雲仙火山の活動によって生まれた島原半島全域が「島原半島ユネスコ世界ジオパーク」となっています。

雲仙岳は有史以降3回の噴火を起こしており、近年では平成2年から7年までの噴火活動で火砕流などによる災害をもたらしていますが、まちは見事に復興を遂げております。また、火山の恵みである肥沃な土壌や豊かな湧水などを活かした農業や、泉質が異なる温泉を活かした観光業など、火山と共生した暮らしが営まれています。

また、火山について楽しく遊んで学べる体験型ミュージアム「がまだすドーム（雲仙岳災害記念館）」が島原市内にあります。



平成新山（雲仙岳）



ばれいしょの収穫体験

2. 一億人のいぶくろ・島原半島

島原半島はその形が人の胃袋に似ており、農林水産業が盛んであることから「一億人のいぶくろ」とも呼ばれています。

火山の恵みにより土壌が肥沃であることから農業が盛んで、長崎県の農業産出額の約4割を島原地域が占めています。大根や人参、レタス、いちごなど多種多様な品目が生産されており、特に長崎県が全国で3番目の生産量を誇るばれいしょ（じゃがいも）はその多くが島原半島で生産されています。また、牛、豚、にわとりなどの畜産も盛んです。

半島は、有明海と橘湾に囲まれており、アラカブやタコなどの海産物も特産品になっています。

〈主な体験メニュー〉

	1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月
①農林漁業体験民宿												
②島原半島ジオサイト巡り												
③歴史散策 原城跡コース(ガイド付き)												
④天草灘のイルカウォッチング												

農林漁業体験民宿



いちごの手入れ

歴史散策



原城跡コース

イルカウォッチング



〈体験申込先団体〉

(一社)島原半島観光連盟

活動 島原半島全域
エリア (島原市、雲仙市、南島原市)
問合せ 0957-62-0655
HP あり
体験 ②③④
宿泊 各種施設の紹介



雲仙温泉郷、世界文化遺産「長崎と天草地方の潜伏キリシタン関連遺産」、島原半島ジオパークなどを生かした様々な体験が可能です。

(一社)南島原ひまわり観光協会

活動 南島原市
問合せ 0957-65-6333
HP あり
体験 ①③
宿泊 農林漁業体験民宿



宿泊する家庭ごとに農作業、漁業体験などを体験できます。修学旅行のほか、一般の申込みも可能です。
※宿泊を伴う体験となります。

普賢岳トレッキング

