

国東おだやか博を楽しむためには、事前に予約が必要です。

予約受付開始

2023年 9月プログラム ▶▶▶ 8月1日(火)開始
10月プログラム ▶▶▶ 9月1日(金)開始
11月プログラム ▶▶▶ 10月1日(日)開始
12月プログラム ▶▶▶ 11月1日(水)開始

プログラム開催日の前月
1日から受付開始です。

- ご予約は先着順です。定員に達し次第締め切ります。
- 最少催行人員に満たない場合、プログラムの実施を中止する場合があります。
- 新型コロナウイルス感染拡大状況や天候、その他の事由により変更、中止になる場合があります。
- 参加料には体験料・保険料・消費税が含まれています。昼食付お茶付きのプログラムでは昼食代、お茶代も含まれています。
- 掲載されている行程は変更する可能性があります。

1 お申込み

- 国東市観光協会公式サイト、観光協会メール、もしくはお電話(平日 9:00~17:00)でお申込みください。(プログラムにより締切が異なります。ご注意ください。)
- 下記必要事項をご準備いただけますとスムーズにご予約いただけます。
 1. プログラム名・開催日・時間
 2. 代表者の ①氏名(漢字・フリガナ)②年齢 ③住所 ④電話番号
 3. 同行者の ①氏名(漢字・フリガナ)②年齢
 4. その他(ご希望のデザインや食物アレルギーの有無など)
- キャンセルの場合は、速やかにご連絡ください。

2 開催日の1週間前

- 当日のご案内を代表者へ郵送します。集合場所や持ち物などご確認ください。

3 開催日当日

- 集合場所へは開始時刻 15分前までにお越しください。
- 参加費は当日受付にお支払いください。釣銭のないようご協力ください。
- マスクの着用についてはそれぞれでご判断ください。
- 当日 37.5度以上の発熱、咳、のどの痛みなどの症状のある方は参加をご遠慮ください。

- 感染症予防のため国東市観光協会では下記の対策を講じるよう努めます。
 - ・参加者の皆様の健康確認書の提出
 - ・当日受付時の検温、手指の消毒
 - ・定期的な換気の実施

お申込み

(一社) 国東市観光協会

<https://visit-kunisaki.com>

0978-73-0962

受付時間 平日 9:00~17:00(土日祝は休み)

公式サイトから



公式 Instagram で最新情報発信中



国東市観光協会
Instagram



国東おだやか博
Instagram

発行 (一社) 国東市観光協会

大分県国東市国東町小原 2662-1

くにさき
国東
おだやか博



2023
|
2024



2023年
9月 → 12月
秋冬プログラム

あなたにとって、
大切なものを
見つけに来ませんか

国東の暮らし、遊んで、学んで、味わって。

くにさき
国東おだやか博  KUNISAKI
ODAYAKA
HAKU

国東市の素敵なもの、ことをお伝えしたくて
2013年に始まった国東おだやか博。

ゆったりと流れる時間は
ほおっと立ち止まることを勧めてくれます。

国東の太陽と風とに育てられた
豊かなものを手に取ってください。
豊かなものをつくり育てる人に
会いにおいでください。

ここで出会うものが
あなたの大切なものの一つになると
うれしいです。

あなたにとって、
大切なものを見つけに来ませんか

1 くにさき農業青年と過ごす
収穫の喜び 芋ほりからの
国東産BBQ



9月9日(土) 9:30 - 12:00

国東市内で農業・酪農を頑張っている青年たちと一緒に、さつまいも(紅はるか)の収穫体験。体を動かしたあとは地域特産豚「桜王」のBBQ(バーベキュー)を楽しみましょう。自然に触れ合いにぎやかに過ごす1日。お土産付きです。



案内人
農業青年組織グローブズ
松原 雅之さん

【参加料】4000円(中学生以上)、2000円(小学生)【集合場所】松原ファーム倉庫前駐車場(安岐町中園1043番地)【定員】10名(最少催行6名)【持ってくる物】帽子など日よけ対策、タオル、汚れて良い服装と靴(芋掘りをする)、熱中症対策のための飲み物【行程】9:30開始・説明→車で移動→9:45芋ほり開始→10:30車で移動→11:00BBQ→12:00終了
※少雨決行

3 自然に暮らす
薬草ワークショップ



①9月16日(土) ②10月21日(土) 10:00 - 13:00

おくすり研究会・矢野先生から薬草のレクチャーを受けた後、近くを散策しながら薬草を探します。摘んだ薬草をみんなで調理。矢野先生を囲んで薬草話を楽しみながら料理を味わいましょう。薬草茶のプレゼントもご用意しています。薬草の知識を学び、自然の力を味わいにぜひご参加ください!



案内人
矢野 忠則 先生

【参加料】2000円【集合場所】富来茶家(国東町富来浦2102)【定員】各10名(最少催行5名)【持ってくる物】薬草を入れる袋、軍手、歩きやすい服装【行程】10:00開始→矢野先生のお話→11:00散策→11:40料理と昼食→13:00終了

2 初めての陶芸体験



9月10日(日) 10:00 - 12:00

民泊武蔵は陶芸品や工芸品を製作販売しています。緑豊かなこの地で、ゆっくりと陶芸に向き合ってみませんか。今回は初めての方でも作りやすいカップにチャレンジします。出来上がったオリジナルカップで楽しむお茶は、きっと格別なはず。



案内人
民泊武蔵 小林 道郎さん

【参加料】2500円【集合場所】民泊武蔵(武蔵町麻田506)【定員】10名(最少催行4名)【持ってくる物】小さいバケツか洗面器 手を拭くタオル(雑巾でも可)【行程】10:00開始→ひも作りで容器の大体の形を成型。その先は参加者各自と相談して行う→12:00終了
※完成は2週間後となりますので受け取りにおいでください。

4 多肉植物 基本のきほん



①10月7日(土) ②3月30日(土) 9:30 - 13:00

国東の太陽をたっぷり浴びて元気に育った多肉植物で寄せ植えを作りながら基本の育て方や管理の仕方などをしっかり学びましょう。①10月は紅葉を楽しむための管理方法。②3月は、春に多肉をどんどん増やす方法を学びます。昼食は美味しいパスタの有名店「まるめキッチン」のランチ。



案内人 Sanaroom 大久保 朋美さん

昼食は「まるめキッチン」で

【参加料】5000円【集合場所】椿八幡神社駐車場(武蔵町三井寺365)【定員】各6名(最少催行2名)【持ってくる物】エプロン・水筒【行程】9:30開始→ハウスに移動(5分)後、寄せ植え体験→12:00まるめキッチンに移動(5分)→昼食→13:00終了
※ハウスにはトイレがないので集合前に済ませてください。

5 七島蘭でオリジナル
セラカップを作ろう



10月22日(日) 13:00-15:00

司会、ケーブルTVリポーター、国東七島蘭認定工芸士としてマルチに活躍する河野恵美さんとセラカップの持ち手に国東半島だけで作られている七島蘭を編み込み、オリジナルセラカップを作ります。cafeじゃあーちで、美味しいコーヒーとデザート付き。



案内人 河野 恵美さん

【参加料】2500円【集合場所】電器屋さんのcafeじゃあーち(武蔵町古市639番地)【定員】8名(最少催行6名)【持ってくる物】ハサミ・ふきん・持ち帰り用袋【行程】13:00開始・説明→セラカップ制作→カフェタイム→15:00終了

6 六郷満山にて 両子寺坐禅体験と
七不思議トレッキング



10月26日(木) 9:30-12:30

開山1300年の六郷満山寺院両子寺で日々の喧騒から離れ、坐禅体験により心を落ち着け、両子山山道の七不思議を巡ります。千年以上の時を経て神仏自然が一体となった六郷満山独自の信仰を感じていただける体験となるでしょう。体験後は両子河原座の昼食をどうぞ。



案内人 両子寺 寺田 豪彦さん

【参加料】4500円【集合場所】両子寺会館(安岐町両子1548)【定員】10名(最少催行5名)【持ってくる物】座りやすいズボン(スカート不可)、トレッキングシューズ、水筒【行程】9:30開始・説明→坐禅→10:30七不思議トレッキング→12:00移動して昼食(蕎麦の定食)→12:30終了

9 からだ思いの味噌作り



発酵ランチ

11月4日(土) 10:00-13:00

大豆の香りが懐かしい伝統ある安永醸造。五代目の百恵さんから麴や味噌について教わりながら楽しく味噌を作ります。ご自宅で半年寝かせれば美味しい“手前味噌”のでき上り!昼食は特製ランチをみんなでいただきます。



案内人 安永醸造 西 百恵さん

【参加料】3500円【集合場所】武蔵保健福祉センター(武蔵町古市1086番地1)【定員】15名(最少催行5名)【持ってくる物】エプロン、必要な方は三角巾【行程】10:00開始→工程の説明・熟成期間についての説明→味噌作り→11:30昼食→13:00終了

10 綿から糸紡ぎ&ミニ機織り体験
ちよい持ちバッグ作り



①11月7日(火) ②11月12日(日) 13:00-15:30

綿(わた)から糸を紡ぎその糸を使って、ミニ機織り機で思い思いの布を織ります。可愛く飾り付けたミニトートバックはスマホケースやお財布入れに。国東市出身の丹波織職人の清水くり子先生の特別教室とcafeじゃあーちのドリンク&デザート付きの貴重なハンドメイド体験です。



案内人 丹波布工房kuriko房 清水 くり子さん

【参加料】3500円【集合場所】電器屋さんのcafeじゃあーち(武蔵町古市639番地)【定員】各6名(最少催行2名)【持ってくる物】エプロン【行程】13:00カフェ内にて開始・説明→作業→15:00ティータイム→完成フォトセッション→15:30終了

7

心整う
泉福寺 坐禅と写経



10月28日(土) 9:30-12:00

800年以上前からそこに佇む由緒ある禅寺で、坐禅と写経で静寂に浸ってみませんか。深い歴史を感じる贅沢なひとときを味わえます。修行の後、ご希望の方には川口屋で国東のお料理(別料金)をご堪能いただけます。



案内人 泉福寺 住職 最勝 孝道さん

昼食をご希望の方は予約時(10/25迄)にお申込みください

【参加料】2500円【集合場所】泉福寺(国東町横手1913)【定員】15名(最少催行5名)【行程】9:30開始→お話し→坐禅→移動して写経→12:00終了 ※希望者は昼食会場へ移動して昼食

8 オリーブ園の休日II



11月3日(金・祝) 10:00-13:00

四国を臨めるオリーブ園で収穫体験。完熟した実で塩漬けやシロップ漬けなどを自宅で作ってみませんか?ご自分で収穫した実はお買取りいただけます(100円/100g)。昼食はトラットリア スティールBOXLUNCH。のんびりとお過ごしください。お土産にオリーブ塩水漬(60g)付き。



案内人 河野農園 河野 博巳・陽子さん

【参加料】2500円【集合場所】山神社(橋上)(安岐町山浦1758-1)【定員】10名(最少催行3名)【持ってくる物】スニーカー、帽子、タオル、飲み物、筆記用具、オリーブの収穫作業を希望される方は持帰り用の保冷バック【行程】10:00開始→オリーブ園に移動、説明→10:20オリーブの加工方法紹介・試食→10:50オリーブ収穫・園地散策→12:00昼食→13:00終了

11 七島蘭の
作品作りと
薬草料理

- ① ワインホルダー
- ② しめ縄



①11月7日(火) ②12月5日(火) 10:00-13:00

①ではボトルホルダー作り。花瓶・ワインボトルなど大切なものを入れるホルダーを国東特産の七島蘭で作ります。②はしめ縄作り。新年を自分で作ったしめ飾りで迎えましょう。あわじ結び、叶結びの中から選んで制作。昼食は富来茶家の薬草膳です。



案内人 左から講師の 越智 栄子さん・ 植田 いくみさん 富来茶家 小田 まゆみさん

【参加料】2500円【集合場所】富来茶家(国東町富来浦2102)【定員】各10名(最少催行2名)【持ってくる物】ハサミ【行程】10:00開始→七島蘭の作品制作→12:00昼食→13:00終了

12 縁起物「大漁旗」染め

A B いずれかの柄を選べます

サイズ 70cm×100cm



①11月11日(土) ②11月22日(水) 13:00-16:00

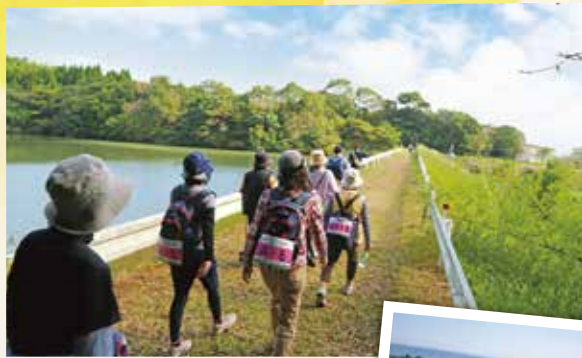
老舗染物店「まさごや」の四代目・貴世さんに教わりながら染め体験をします。世界に一枚だけの縁起物大漁旗。2種類のデザインA鶴B鯛から1種類を選んで染めていただきます。大切な方の幸運を祈って染めてみませんか。



案内人 まさごや染物店 沼田 貴世さん(右)

【参加料】3500円【集合場所】まさごや染物店(国東町鶴川11447)【定員】各3名(最少催行1名)【持ってくる物】汚れても良い服装、靴【行程】13:00開始・説明→配色を決めて染色→16:00終了 ※お申込み時に A B どちらかご希望の柄をお申し出ください。名入れも可能です。ご予約時にお申し出ください(漢字、平仮名、カタカナ、アルファベットも可能)。※染付け後、完成は2週間前後の予定。完成品の受け取りは、まさごや染物店にて。ご希望の方は郵送(有料)も可能です。

13 世界農業遺産
「ため池ウォーク」



11月11日(土) 9:00-12:30

国東市旭日地区には21のため池が点在しています。世界農業遺産の認定要因となった「ため池連携システム」や遠く四国を眺望できる祇園山の現代アート作品「首飾り」「光る道」などをゆっくり歩いて巡ります。7つの池を見学できます。

案内人 国東半島峯道トレイルクラブ

【参加料】1500円(ガイド・昼食付き)【集合場所】旭日地区公民館(国東町綱井1025)【定員】30名(最少催行10名)【持ってくる物】飲料水、雨具など軽登山の服装で参加【行程】9:00開始→祇園山「光る道」「首飾り」→竹林細道→子育て地蔵 美迫池一周→西の関酒蔵→読川上下池→綱井河津桜公園→庄蔵谷池→小屋ヶ谷池→旭日地区公民館(12:00到着後昼食)→12:30終了



14 ドライフラワーの
ハーブリースで飾るひととき



秘境の花屋

11月15日(水) 10:00-13:00



案内人 フローリスト 是松 泰治さん

ドライフラワーでハーブリースを作ります。いろんな花材をご用意しておりますので、自分だけのリースが作れます。通年飾れるかわいらしいリースを作りましょう。「秘境の花屋」にて昼食は6種の彩りワンプレートランチです。

【参加料】4800円【集合場所】秘境の花屋(国東町小原145-1)【定員】20名(最少催行10名)【持ってくる物】リースを入れる袋など【行程】10:00開始→リースづくり→12:30昼食→13:30終了



15

国東半島峯道
ロングトレイル
講習会(12km)



案内人



極地ランナー若岡 拓也さん



爆走SAKI(河原 紗希)さん

11月23日(木) 8:00-14:00

極地ランナー若岡拓也×国東半島峯道ロングトレイルガイド爆走SAKIと行く、トレイルランニング。ロングトレイルコースの見どころを巡りながら、地形に合わせた走り方のコツをお伝えします。昼食はお弁当をご用意いたします。

【参加料】5500円【集合場所】国見温泉 あかねの郷(国見町赤根2064-3)【定員】20名(最少催行10名)【持ってくる物】トレランできる服装・装備、飲みもの、必要であれば携行食【行程】8:00開始・受付→8:30説明→8:50スタート→千燈寺→旧千燈寺→五輪塔群→不動茶屋→ゴームリー像→五辻不動→千灯岳 昼食→13:30あかねの郷到着→14:00終了

16 ののほな草木染体験&
美腸発酵ランチ



12月2日(土) 10:00-14:00

案内人



案内人 ののほな草木染アカデミー 清成 瑞穂さん(左)とらいむ工房 佐藤 朋美さん

ののほな草木染アカデミーの新工房で天然の植物から色を取り、身近な道具を使いコットンストールを染めます。ランチは併設するcafeで「らいむ工房」代表・佐藤朋美さんの美腸発酵ランチのレクチャーを受け、おいしい食事をします。心と身体が癒される体験です。

【参加料】4000円【集合場所】電器屋さんのcafeじゃあーち(武蔵町古市639番地)【定員】8名(最少催行2名)【持ってくる物】汚れてもよい服装・エプロン・ゴム手袋【行程】10:00カフェ内にて開始・説明→染色準備、工房へ移動後染色→11:30美腸活のお話→12:00昼食→13:00完成フォトセッション→14:00終了

17 季節を呼び込むくにさき七島蘭
オブジェ/しめ縄



12月9日(土) 13:30-15:30

七島蘭作家の岩切千佳さんによるしめ縄づくり教室。七島蘭は古くから畳表の材料として知られていますが、今では国東でしか栽培されていません。今回はオブジェかしめ縄を選んで作ります。今度のお正月を七島蘭で彩りませんか。



案内人 七島蘭作家 岩切千佳さん

【参加料】4000円【集合場所】御田植祭伝承館(安岐町明治487)【定員】10名(最少催行2名)【行程】13:30開始・説明→制作→お茶→15:30終了

19

七島蘭で
縁起物の「鶴亀」を
作りましょう



12月17日(日) ①10:00-12:00 ②13:00-15:00

国東半島のみで栽培されている七島蘭を使って、縁起物の「鶴・亀」を作ります。講師は国東七島蘭生産者で作家でもある田端育代さんと、国東七島蘭認定工芸士の佐藤ゆかりさん、河野恵美さん。



案内人 七島蘭WAnoWA 七島蘭工芸士の 佐藤ゆかりさん・河野恵美さん、生産者で作家の田端育代さん

【参加料】3500円【集合場所】安岐公民館(安岐総合支所2階)第一講座室(安岐町中園100番地)【定員】各15名(最少催行10名)【行程①】10:00開始・説明→制作→12:00終了【行程②】13:00開始・説明→制作→15:00終了

18

豊穣の願いを
込めて紡ぐ
ヒンメリ作り



案内人



案内人 ヒンメリ工芸職人 高橋 慶典さん

①12月10日(日) 10:00-13:00

②2月24日(土) ①9:00-12:00 ②13:00-16:00

ヒンメリとは、藁に糸を通して多面体に形成したフィンランドの装飾品のこと。ヒンメリの語源はスウェーデン語の「ヒンメル」で、「空、天」といった意味を持っています。麦藁を使って作るヒンメリはクリスマスの装飾品でもあります。元々は寒冷な土地フィンランドでの豊作を祈願するためのもの、自然を敬い豊穣の願いを込めてひとつずつ藁に糸を通して作ります。

①12/10(日)【参加料】4000円【集合場所】CurryCafe ぷらす(国東町田深550)【定員】10名(最少催行5名)【行程】10:00説明→基本の形を作る→作品製作→昼食→13:00終了

②2/24(土)【参加料】3700円【集合場所】電器屋さんのcafeじゃあーち(武蔵町古市639番地)【定員】A、B共に6名(最少催行3名)

【行程A】9:00開始・説明→基本の形を作る→作品制作→お茶→12:00終了【行程B】13:00開始・説明→基本の形を作る→作品制作→お茶→16:00終了

20

みんなが楽しい
こんにゃく作り



12月20日(水) 9:30-13:30

上国崎地域を元気にする活動をしている「あらたに会」の皆さんと一緒に、国東のこんにゃく芋を使って「こんにゃく」を作ります。お昼にはあらたに会特製手作り弁当をいただきます。優しい人と風景に囲まれてあたたかな時間を過ごしましょう。

案内人



案内人 あらたに会の皆さん

【参加料】2500円【集合場所】上国崎地区公民館(国東町見地1253番地1)【定員】15名(最少催行2名)【持ってくる物】エプロン、三角巾、タオル、持ち帰り用袋(大ジップロック等)【行程】9:30開始・説明→こんにゃく作り→12:00昼食→13:30終了

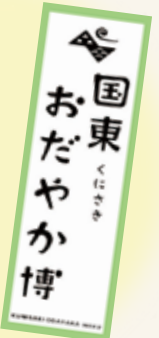
くにさき 国東おだやか博 集合場所 MAP

開始時間の 15分前までに集合場所へお越しください。



のぼり旗が目印

集合場所や
開催地付近に
のぼり旗を
立てています



Access

国東市まで…

- 大分市内より車で 55分
…大分自動車道/空港道路経由
- 別府市内より車で 45分
…大分自動車道/空港道路経由
- 北九州市内より車で 110分
…東九州自動車道/空港道路経由
- 福岡市内より車で 140分
…大分自動車道/空港道路経由

- 1 くにさき農業青年と過ごす収穫の喜び
芋ほりからの国東産 BBQ
- 19 七島蘭で縁起物の「鶴・亀」を
作りましょう



- 2 初めての陶芸体験
- 3 自然に暮らす
薬草ワークショップ
- 11 七島蘭の作品作りと
薬草料理



- 4 多肉植物 基本のきほん
- 5 七島蘭でオリジナル
シェラカップを作ろう
- 9 からだ思いの味噌作り



- 10 綿から糸紡ぎ&ミニ機織り体験
ちよい持ちバッグ作り
- 16 ののはな草木染体験&
美腸発酵ランチ