



# 宮城縣栗原市的教育旅行

～ 歡迎來體驗真實的“栗原時光” ～





農業

五月  
〜  
六月

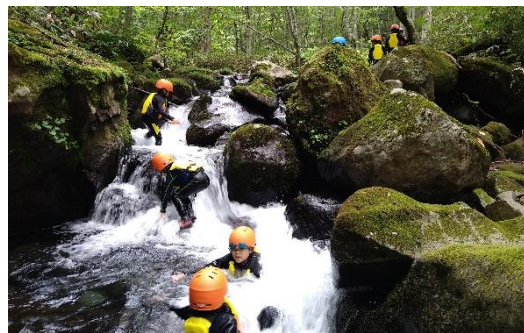


【插秧體驗】在農家的指導下，體驗稻田裡傳統插秧。感受大自然與農耕的樂趣，還能體會與農夫互動的人情味。這是一個美好的時光。

活動時間：4 小時 體驗費用：2, 0 0 0 日元

戶外

七月  
〜  
八月



【栗駒山之溪遊】無論是悠閒地在水邊散步，還是游泳、潛水、跳水等，這裡都是可以開心又安全地享受溪流樂趣的好地方！

活動時間：需要洽詢 體驗費用：需要洽詢

活動

七月  
〜  
八月



【立槳體驗】站在專用的划槳板上，手持立槳划過水面前進，是一項穩定性很高，初學者也能安心體驗，享受樂趣的水上活動。

活動時間：3 小時 體驗費用：需要洽詢

活動

七月  
〜  
九月



【划獨木舟悠遊湖面】搭乘名為「獨木舟」的小船，探索名為「藍染湖」的水庫湖泊。從基本操作開始有專人教學，初學者也能安心體驗！

活動時間：3 小時 體驗費用：需要洽詢

農業

十月  
〜  
十一月



【稻米收割體驗】在農家指導下走進稻田，體驗收割稻子的樂趣。不僅能感受大自然的美好，還能享受與農家交流的人情味。

活動時間：4 小時 體驗費用：2, 0 0 0 日元

農業

十月  
〜  
十一月



【蓮藕採收體驗】親身體驗栗原市特產「伊豆沼蓮藕」的採收過程。走進蓮田，親手從泥中挖出新鮮蓮藕。所採收的蓮藕可以帶回家喔！

活動時間：4 小時 體驗費用：3, 5 0 0 日元

戶外

十月  
〜  
十一月



【栗駒山登山之旅】走訪栗駒山與壯麗的山毛櫸森林等路線。在當地導遊的帶領下，欣賞被譽為「眾神的地毯」的絕美紅葉景色。

活動時間：1 天 體驗費用：需要洽詢

戶外

十月  
〜  
十一月



【雁群觀察體驗】伊豆沼・內沼是日本屈指可數的雁類越冬棲地，每年吸引十幾萬隻真雁飛來過冬。觀察清晨壯觀的群飛景象或傍晚歸巢的畫面，親身感受自然的奧妙。

活動時間：2 小時 體驗費用：2,000～3,000 日元



農業

十月  
~  
五月



【香菇採收體驗】體驗從菌床採收香菇，並可帶回 500 公克的香菇。活動中還會分享香菇的美味料理方法等，並親手製作香菇料理，現場品嚐。

活動時間：2 小時 體驗費用：2, 0 0 0 日元

戶外

十二月  
~  
二月



【雪地健行體驗】使用專用的雪地行走板（類似健行滑雪）穿越平時無法涉足的雪林，跟隨專業導遊，一同探索栗駒山的冬季奇景，享受冒險與大自然的洗禮。

活動時間：需要洽詢 體驗費用：需要洽詢

戶外

十二月  
~  
二月



【冰屋（雪屋）體驗】親手切割雪塊，以螺旋狀堆疊法搭建冰屋。冰屋保溫效果極佳，即使在雪地裡也能享受溫暖的露營體驗。

活動時間：需要洽詢 體驗費用：需要洽詢

文化

全年



【搗麻糬手作體驗】「麻糬」是栗原地區重要的節慶食文化。體驗使用杵臼搗麻糬，搗好的麻糬可搭配各種配料品嚐，感受傳統的美味與樂趣。

活動時間：1 小時 體驗費用：4, 0 0 0 日元

文化

全年



【迷你榻榻米手作體驗】在職人指導下，親手製作迷你榻榻米。體驗日本傳統文化的魅力，並可自由選擇喜歡的榻榻米草面與邊布，打造專屬自己的獨特作品。

活動時間：2 小時 體驗費用：3, 0 0 0 日元

文化

全年



【傳統點心手作體驗】「Ganzuki」是當地傳統點心，常在插秧午休或泡茶時當茶點、零食等享用。親手製作的 Ganzuki 完成後，可以帶回家品嚐。

活動時間：4 小時 體驗費用：2, 5 0 0 日元

文化

全年



【蕎麥麵手作體驗】小班制教學，細心教導蕎麥麵的揉麵、煮麵與湯汁製作技巧。親手做出的蕎麥麵可帶回家。現場能試嚐新鮮手作的美味蕎麥麵。

活動時間：4 小時 體驗費用：4, 0 0 0 日元

文化

全年



【稻草手作工作坊】利用夏天收割的稻草，製作迎接年神的「注連繩」及可愛的稻草書籤等手工藝品。完成的作品還可以帶回家作紀念。

活動時間：2 小時 體驗費用：3, 0 0 0 日元



文化

全年



【葫蘆燈手作體驗】使用自家栽培的葫蘆為材料，製作原創葫蘆燈。先用鉛筆畫出喜歡的圖案，再用圓鑽鑽孔刻畫，打造獨一無二的燈飾作品。

活動時間：3 小時 體驗費用：2, 5 0 0 日元

文化

全年



【草編裝飾手作體驗】使用自家栽培的黑麥稻草作材料，製作星形的「草編星星」飾品。是透過專用模具排列稻草，再用線編織完成的手工藝作品。

活動時間：3 小時 體驗費用：2, 5 0 0 日元

戶外

全年



【健行步道體驗】沿著栗駒山麓的地質步道健行。途中可欣賞瀑布、伊豆沼與內沼周邊美景，還能走訪昔日的宿場町及廢棄鐵道等各種路線。

活動時間：需要洽詢 體驗費用：2, 0 0 0 日元

戶外

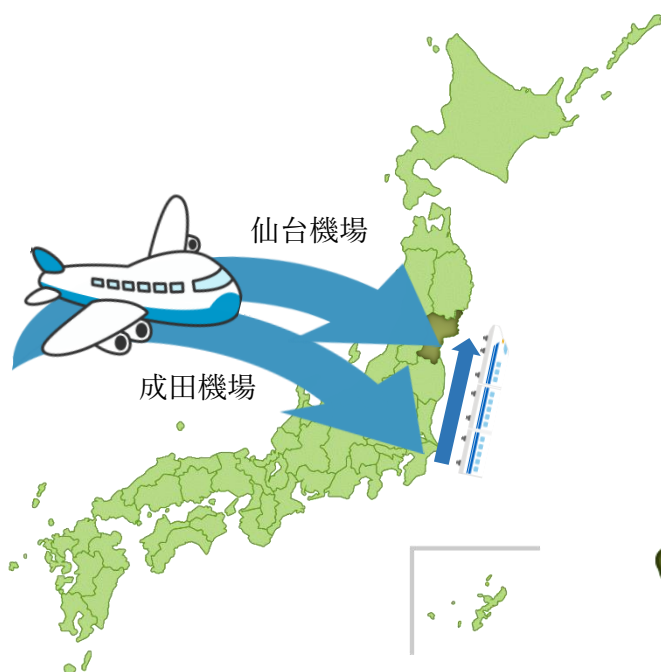
全年



【濕地守護計畫】伊豆沼・內沼是登錄為蘭姆薩爾公約保護的濕地，近年來垃圾棄置情況日益嚴重。為了守護自然環境，我們將舉辦淨灘活動。

活動時間：2 小時 體驗費用：1, 0 0 0 日元

※ 所有體驗活動皆會加收 10%至 20%的手續費。



栗原市設有新幹線車站、電車車站及高速公路交流道。

◆從仙台機場搭電車轉新幹線約需 1 小時 30 分鐘。開車也約 1 小時 30 分鐘。

◆從仙台車站搭新幹線大約 30 分鐘，開車約 1 小時。