

日野郡 × グルメ

美味しいもの

日野郡の食べ物はおいしい！
水も空気もきれいでおいしいから！

3 ニジマスのつかみ取り

池で泳ぐニジマスをつかみ取りでき、獲った魚はその場でバーベキューして食べることもできます。
※イメージです。

期 5月～9月 時 1時間
人 2人～ 料 350円/1匹
住 日野郡日南町神戸2962-1
問 ふるさと日南邑ファームイン 電話 0859-83-1188

4 トマトの収穫体験

自慢の木製ビニールハウスの中で育てる中玉のトマト「ウディトマト」を収穫できます。

期 7月中旬～9月下旬 時 半日
人 1～50人 料 300円/人
住 日野郡日南町神戸2962-1
問 ふるさと日南邑ファームイン 電話 0859-83-1188

7 自然薯掘り体験

標高700mの奥大山高地で育った自然薯を掘ります。掘ったものをすりおろしてかけた「とろろ飯」の味は最高。

期 11月上旬～12月中旬 時 半日
人 5～20人 料 1,500円/人
住 日野郡江府町江尾47-9
問 株式会社 コーセン 電話 0859-75-2124

8 手作り燻製体験

燻煙を食材に当て風味をつけたり保存性を高める調理法の燻製。簡易な燻製から作るところから始まります。

期 通年 時 4～5時間
人 5～20人 料 1,500円/人
住 日野郡江府町江尾47-9
問 株式会社 コーセン 電話 0859-75-2124

11 榎木さんちのトマト収穫体験

リピーターが多い榎木さんちのトマト。人気の高い「桃太郎」トマトをその場で収穫し採れたてを食べられます。

期 7月下旬～9月上旬 時 1～2時間
人 1～20人 料 500円/人
住 日野郡日南町神福1822-3 (持ち帰り別料金)
問 榎木建明 電話 0859-83-1068

12 トマトケチャップづくり

奥大山の豊かな自然と太陽の恵みが詰まった地元産トマトを使い美用ブランドのトマトケチャップが作れます。

期 通年 時 半日
人 5～10人 料 1,500円/人
住 日野郡江府町大字美用1274
問 美用レディース加工グループ 電話 0859-75-3570、090-3880-8811

15 焼き肉のたれづくり

江府町美用産のトマトジュースを加え、まろやかな味と評判の美用ブランドの焼肉のたれを作ることができます。

期 通年 時 3時間
人 5～15人 料 1,500円/人
住 日野郡江府町大字美用1274
問 美用レディース加工グループ 電話 0859-75-3570、090-3880-8811



1 かまど炊きごはん+田舎料理体験

今ではほとんど見ることのない「かまど」を使い、昔ながらの方法でごはんを炊きます。懐かしい料理も堪能できます。

期 通年 時 4時間
人 5～20人 料 1,500円/人 ※料理内容により変更有
住 日野郡日南町菅沢729
問 古民家かつみや 電話 080-2909-0609

2 コンニャクづくり+田舎料理体験

冬に収穫されるコンニャク芋を使いコンニャクを作ります。出来たてコンニャクで刺身のほか、田舎料理も堪能できます。

期 11月～3月 時 4時間
人 5～10人 料 3,500円/人
住 日野郡日南町菅沢729
問 古民家かつみや 電話 080-2909-0609

5 そば打ち体験(日野町)

日野郡の特産品となるそば打ちができます。美味しいとされる打ちたて湯がきたても食べられます。

期 通年 時 2時間
人 3～6人 料 2,000円/人
住 日野郡日野町根雨671-1
問 そば道場たたらや 電話 0859-72-2261

6 ブルーベリー収穫体験

47品種17,000本ものブルーベリーを栽培。収穫したらその場で食べ放題。大山南壁の雄大な景色が楽しめます。

期 7月上旬～9月上旬 時 9時～17時(開園)
人 制限なし 料 大人 800円/人 子ども 500円/人
住 日野郡江府町御机字笠原739-43
問 奥大山ブルーベリーファーム 電話 0859-75-6088

9 手作りこんにゃくづくり

地元で栽培されたこんにゃく芋を使って、こんにゃくづくりが体験できます。刺身でいただく和格別です。

期 10月～4月 時 半日
人 3～10人 料 1,000円/人
住 日野郡日南町印賀1516 大宮地域振興センター内
問 野土香(のどか) 電話 0859-87-0437

10 そば打ち体験(日南町)

風味が強く甘い日南産そば粉とおいしい水を使った二八そばのそば打ち体験ができます。

期 通年 時 2時間
人 2～6人 料 2,000円/人
住 日野郡日南町下石見911
問 そば処かめや 電話 0859-83-0238

13 奥大山こんにゃくづくり

奥大山の黒ぼと土とおいしい水で育った地元産こんにゃく芋を使った手作りこんにゃく作り体験ができます。
※イメージです。

期 10月～3月 時 3時間
人 5～10人 料 1,000円/人
住 日野郡江府町大字美用1274
問 美用レディース加工グループ 電話 0859-75-3570、090-3880-8811

14 杵つき餅つき体験

江府町美用で栽培された粘りが強いおいしいもち米「タカヤマモチ」を昔ながらの杵と臼でつきあげます。
※イメージです。

期 10月～3月 時 3時間
人 5～10人 料 1,500円/人
住 日野郡江府町大字美用1274
問 美用レディース加工グループ 電話 0859-75-3570、090-3880-8811



日野郡 × 体験

働くもの

日野郡の暮らしは懐かしい！
働かざる者、食うべからず！

16 農業体験(野菜の収穫)

日南町の大地の恵み、大根、白菜、トマト、キュウリ、ジャガイモなどの季節の野菜を畑から直接収穫できます。

期 6月～11月 時 2時間
人 5～20人 料 1,500円/人
住 日野郡日南町菅沢729
問 古民家かつみや 電話 080-2909-0609

17 農業体験(田植え・野菜種まき・稲刈り)

野菜作りや昔ながらの米作りなど、滅多にすることのない農作業体験ができます。食の大切さを考えるきっかけになります。

期 5月～9月 時 2時間
人 5～20人 料 1,500円/人
住 日野郡日南町菅沢729
問 古民家かつみや 電話 080-2909-0609

日野郡 × 遊び

遊ぶもの

日野郡は自然がいっぱい！
贅沢な地球の上が遊び場だ！

20 ラフティング体験

日野川をラフト(ゴムボード)で豪快に下るスポーツ。スリルとスピード感を味わいながら大自然を満喫できます。

期 4月～5月、10月の土日祝日
半日コース、1日コース
人 1人～20人 料 半日 3,000円/人 1日 6,000円/人 ※子ども、親子料金有
住 日野郡日野町根雨
問 日野町教育委員会 電話 0859-72-2107

21 オシドリ観察

多い日は1,000羽以上のオシドリがやってくる日野川の観察小屋で望遠鏡を使って観察できます。冬の風物詩スポット。

期 11月下旬～3月上旬 時 1時間
人 1人～40人 料 無料
住 日野郡日野町根雨 オシドリ観察小屋
問 オシドリグループ事務局 電話 0859-72-0271

日野郡 × 学び

学ぶもの

日野郡の歴史は奥深い！
脈々と受け継がれる歴史と今を知ろう！

26 菅沢ダム見学

菅沢ダムの資料展示室やダム心臓部ともいえる操作室の見学、ダム堤体への入坑などダムマニア必見の体験です。

期 通年 時 1時間
人 1人～40人 料 無料
住 日野郡日南町菅沢112-10
問 日野川河川事務所菅沢ダム管理支所 電話 0859-87-0311

27 坐禅体験

日南町の古刹、玉泉寺(曹洞宗)で坐禅が体験できます。寺内の地獄絵の拝観、初夏には蓮の花が見られます。

期 通年 時 1時間30分
人 1～20人 料 300円/人
住 日野郡日南町福塚1447
問 玉泉寺 電話 0859-83-0415

日野郡 × 作る

作るもの

日野郡にあるもので作る！
プレゼントに自分用に、みんながほしい！

32 天然素材のリースづくり

野山の草木や木の実など天然素材を自由に組み合わせ、自分だけのオリジナルリースを作ります。

期 通年 時 2時間
人 1～15人 料 1,000～2,000円/人
住 日野郡日南町印賀1516 大宮地域振興センター内
問 つくし工房 電話 090-3744-8061

33 絵手紙づくり

木の実や葉など身近にある自然素材を題材に、カラフルな絵の具ではがきに絵を描きます。

期 通年 時 1時間～2時間
人 1～15人 料 500円/人
住 日野郡日南町印賀1516 大宮地域振興センター内
問 つくし工房 電話 090-3744-8061

18 聖滝の川登り+田舎料理体験

因伯名水に選ばれた聖滝を目指して川を登る人気のツアー。夏の川遊び、滝打ちのほか、周囲の自然観察も楽しめます。

期 4月下旬～11月下旬 時 半日
人 5～20人 料 大人 2,500円/人 子ども 1,500円/人
住 日野郡日南町菅沢729
問 古民家かつみや 電話 080-2909-0609

19 大樹のプランクターザン体験+山の幸採取体験

樹齢300年とも言われるエノキの大樹に架けた長いプランクやロープでのターザン遊びなど豪快な遊びが楽しめます。

期 4月～11月下旬 時 2時間
人 5～20人 料 500円/人
住 日野郡日南町菅沢729
問 古民家かつみや 電話 080-2909-0609

22 山里の自然観察スノーシューハイク体験

一面銀世界の冬の森をスノーシューでハイキングし、雪の上に残された足跡から森の生き物の生態を学んだりできます。

期 1月中旬～3月中旬 時 2時間
人 5～30人 料 大人 5,500円/人 子ども 4,500円/人
住 日野郡江府町御机837-13
問 グラウンドワーク大山森山 電話 0859-75-2327

23 ヒメボタル鑑賞

夏の闇夜にゆらめく幻想的な風景、杉林に潜むヒメボタルの大乱舞と源氏ボタルの大競演。ロマンとともに鑑賞ください。

期 7月1日～7月15日 時 19時30分～21時 1時間30分
人 要相談 料 無料
住 日野郡日南町福万来
問 山上地域振興センター 電話 0859-82-0933

24 根雨宿を歩く「おうプラ」体験

出雲街道の宿場町、たたら製鉄で栄えた根雨の町をガイドと共に歩きます。道すがら水路の瀬音が癒してくれます。

期 4月～6月 9月～11月 時 2時間
人 3～15人 料 1,500円/人
住 日野郡日野町舟場357
問 奥日野ガイド倶楽部(古民家沙々樹内) 電話 0859-72-1350

25 金持神社縁起物ツアー

全国的に有名な金運パワースポットの金持神社。黄色いハンカチや金運給馬、財布の金運祈願などのツアーがあります。

期 通年 時 1時間
人 15人～ 料 550～1,200円/人 (縁起物)
住 日野郡日野町金持
問 観光物産館金持神社礼所(売店) 電話 0859-72-0481

28 解脱寺天上画拝観

祖師堂の天上に描かれた西日本最大級の龍神天上画を龍神の神秘とともにご住職が説明します。

期 通年 時 10時～17時 1時間
人 5～90人 料 500円/人
住 日野郡日南町下阿昆縁635
問 解脱寺 電話 0859-87-0401

29 サントリー天然水奥大山ブナの森工場見学

大山の豊かな自然に育まれた「サントリー-奥大山の天然水」の製造工程見学や試飲ができます。

期 通年 時 1時間
人 2～40人 料 無料 ※1人から受付可能
住 日野郡江府町御机笠原1177
問 サントリー天然水奥大山ブナの森工場 電話 0859-75-6114

30 かずら籠づくり

近くの山で採ったかずらを編んで、素材を生かしたオリジナルの籠を作ります。インテリアとして重宝します。

期 通年 時 2時間
人 5～10人 料 1,500円/人
住 日野郡日南町菅沢729
問 古民家かつみや 電話 080-2909-0609

31 苔玉づくり

日野の地に根付いた苔を使って苔玉をつくり、好きな草木を自由に植込みます。インテリアとして重宝します。

期 4月～11月 時 1時間30分
人 2～10人 料 500円/人
住 日野郡日野町舟場357
問 古民家沙々樹 電話 0859-72-1350

34 杉玉づくり

日南町の森林の杉葉を使って作る丸い縁起物の杉玉。お洒落な和風インテリアとして人気の高い杉玉です。

期 3月上旬～4月 9月上旬～12月中旬 時 3～4時間
人 2～5人 料 2,000円/人
住 日野郡日南町矢戸1164-1
問 日野上まちづくり協議会 電話 0859-82-0318

期間 体験時間
人数 受入人数
料金 ※料金は変更する場合があります。
住所 住所
問い合わせ先 問い合わせ先

※全ての体験には予約が必要です。
お早めにお問い合わせください。