

重新發現自己!

Adventure Tourism Guide

探險旅遊導覽

福島縣縣中地區

全方位體驗福島的中心!

重新發現自己! Adventure Tourism 探險旅遊導覽 Guide 交通導覽圖



從首都區出發

- 東京 → 郡山: 東北新幹線約 1 小時 20 分鐘
- 東京(新宿) → 郡山: 高速巴士約 4 小時
- 浦和/交流道 → 郡山: 東北自動車道約 2 小時 20 分鐘

從仙台出發

- 仙台 → 郡山: 東北新幹線約 40 分鐘
- 仙台 → 郡山: 高速巴士約 2 小時
- 仙台南/交流道 → 郡山: 東北自動車道約 1 小時 20 分鐘

從盛岡出發

- 盛岡 → 郡山: 東北新幹線約 2 小時

縣中地區有從東西南北縱橫貫穿福島縣的高速道路交錯，前往東京、仙台、新潟等鄰近縣市中心的交通十分便捷。若搭乘新幹線，從東京站到郡山站的車程只要約 80 分鐘。另外還有福島機場，因此前往札幌和大阪的交通也很方便。

從大阪出發

- 伊丹機場 → 福島機場: 約 1 小時 5 分鐘

從札幌出發

- 新千歲機場 → 福島機場: 約 1 小時 35 分鐘

從福島機場出發

- 福島機場 → 郡山: 利木津巴士約 40 分鐘

福島縣縣中地區的觀光資訊請看這裡!



發行

福島縣縣中地方振興局 企畫商工部 地區營造/商工勞政課
 〒963-8540 福島縣郡山市麓山 1 丁目 1-1
 Tel: 024-935-1323

發行年: 2024 年 9 月

重新發現自己!
Adventure Tourism
探險旅遊導覽 Guide
設施一覽

自然體驗

genre 01

- 1 散步 → P05
淺川町 | 城山公園 遊步道
- 2 林業 → P04
石川町 | HITOKURASU
- 3 牧場 → P05
鏡石町 | 岩瀨牧場
- 4 天文觀測 → P06
田村市 | 星之村天文台
- 5 生物(昆蟲) → P06
須賀川市 | 福島森之科學體驗中心 (Mushitec World)
- 6 露營 → P06
玉川村 | 森之驛 yodge
- 7 露營 → P05
天榮村 | 羽鳥湖畔汽車露營場

文化體驗

genre 03

- 15 張子彩繪 → P10
郡山市 | DEKO 屋敷 本家 大黒屋
- 16 旗幟彩繪 → P12
須賀川市 | 吉野屋
- 17 特攝 → P11
須賀川市 | 須賀川特攝資料中心
- 18 榻榻米文化 → P12
須賀川市 | TATAMI VILLAGE (榻榻米村)
- 19 歷史 → P12
三春町 | 三春町歷史民俗資料館
- 20 綠色旅遊 → P11
古殿町 | 故鄉工房 Ozawa Farm
- 21 綠色旅遊 → P11
平田村 | 農家民宿 福來郎

活動體驗

genre 02

- 8 自行車、登山車 → P03
玉川村 | cycle village TAMAKAWA
- 9 自行車、登山車 → P07
小野町 | 綠與交流之森公園
- 10 健行 → P08
平田村 | Jupeerland Hirata+ 蓬田岳
- 11 自行車 → P07
郡山市 | 辦公室余白
- 12 獨木舟 → P07
天榮村 | 天使森林白河高原
- 13 溜冰 → P08
郡山市 | 磐梯熱海冰上運動場
- 14 探險 → P08
田村市 | 入水鐘乳洞

飲食體驗

genre 04

- 22 清酒廠 → P13
郡山市 | 仁井田本家
- 23 清酒廠 → P14
古殿町 | kuranoba (豐國酒造)
- 24 啤酒廠 → P14
田村市 | HOP GARDEN BREWERY
- 25 葡萄酒莊 → P13
郡山市 | 福島達瀨酒莊
- 26 故鄉飲食體驗 → P14
石川町 | 農園 Cafe YAIKO 婆婆
- 27 故鄉飲食體驗 → P13
須賀川市 | 阿部農緣
- 28 水果 → P09
三春町 | KAORU 藍莓園

縣中地區地圖

LET'S GO

福島縣

縣中地區是位於福島縣中央的地區，由 3 市 6 町 3 村所構成。在低山和湖泊等豐饒的大自然環境下，可以享受露營和騎自行車、健行等戶外活動，以及張子彩繪和農泊等文化體驗、酒廠和水果等飲食體驗。

縣中地區





2

詳情請看這裡

HITOKURASU
 福島縣石川郡石川町中田字八又396-1
 ☎0247-57-7073 8:30~16:30
 週三 林業、農業、DIY 完全預約制
 劈柴體驗3,000日圓、製材機體驗3,000日圓、
 割稻體驗3,000日圓、DIY(桌子、椅子)5,000日圓
<https://hitokurasu.or.jp>

8

詳情請看這裡

cycle village TAMAKAWA
 福島縣石川郡玉川村南須釜堂之内 205-3
 (Urban Sports TAMAKAWA)
 cyclevillagetamakawa@gmail.com
 9:00~21:00(因設施而異) 不固定
 林道騎行、Pump Track、滑板/BMX/直排輪場地
 ※林道騎行、輪狀車需於至少3個營業日前透過網站、
 電子郵件預約
 林道騎行(租用自行車1,000日圓~、導覽旅遊2,500日圓~)、
 Pump Track(租用自行車1,000日圓~、使用費500日圓)、
 滑板/BMX/直排輪(租用自行車500日圓~、
 使用費500日圓)

8 在專為自行車打造的設施，暢遊豐富有趣的路線吧！

「cycle village TAMAKAWA」可供您騎著登山車(MTB)或公路車，參加各式各樣的體驗。騎著 MTB 駛過山路，能盡享刺激感和大自然的「林道騎行」是有導遊同行的旅遊，新手也能放心參加。在 Skill Park TAMAKAWA 縱橫連貫的小丘上騎行的「Pump Track」也令人興奮不已。正式室內極限運動公園「Urban Sports TAMAKAWA」則還能練習滑板、BMX、直排輪。提供自行車出租，選擇喜愛的路線盡情暢遊吧！



林業、DIY × 自行車

劈柴體驗和透過 DIY 接觸木頭的溫度與手工的魅力
 在話題火熱的室內車道和山路開心騎自行車吧！

這是周遊新景點，享受新發現的路線。活用石川町的廢棄小學，轉變為人們聚集場所的「HITOKURASU」，可透過劈柴和農務來享受豐盛心靈的時光。「cycle village TAMAKAWA」則有充實的設施和山路，騎著自行車盡情馳騁吧！

genre 01 自然體驗	genre 02 活動體驗
石川町 林業 HITOKURASU	玉川村 自行車、登山車 cycle village TAMAKAWA
等級☆☆☆ OK!	等級☆☆☆~ ☆☆☆☆ OK!

2 彷彿學校的回憶般留在心中的體驗

「HITOKURASU」以「火」和「生活」為主題，可以從事各式各樣的體驗和學習。這座備有出租辦公室和會議室的體驗型住宿設施，創造出人與人超越世代的連結。劈柴體驗和製材機體驗會有工作人員確實協助，孩子們也能安心嘗試。DIY 製作木頭桌椅，一定也會留下快樂的回憶。亦會隨著季節，提供插秧和收成等農務體驗，歡迎預約。在廢棄學校獨特的懷念空間和大自然之中，和家人、朋友一起歡欣享受吧！



散發金黃色光輝的稻穗割稻體驗令人感動，可透過割稻來體會收成的喜悅。



DIY 體驗製作的木頭椅子是正宗派，能感受到木頭溫度的樸實設計也很可愛！



全長約 6km 的林道路線中，有各式各樣的分支，亦可繞回起點



設置了 Mini Ramp、Bank To Bank、Quarter pipe 等設備的「Urban Sports TAMAKAWA」



有全長約 100m 路線的「Skill Park TAMAKAWA」

5 福島森之科學體驗中心 (Mushitec World)

須賀川市
生物(昆蟲)



大人小孩一起縱身投入昆蟲的世界吧!

昆蟲當然不用說，這裡還是能享受實驗、手工、自然體驗講座的體驗型科學館。常設展示場「為什麼樂園」可以快樂學習昆蟲的生態和應用於身邊的科學。此外，這裡還有展示世界的獨角仙、锹形蟲和棲息於設施周邊的生物，能實際感受到生物的多樣性。可以實際參與的科學表演也很受歡迎。

等級☆☆☆ OK! 詳情請看這裡



■福島縣須賀川市虹之台100番地
☎0248-89-1120
■9:00~16:30(最後入館16:00)
■每週一、歲末年初、國定假日
(國定假日的翌日公休※逢週末則閉館)
■科學實驗講座、手工講座、自然體驗講座、科學表演、參觀設施等
■一般410日圓、高中大學200日圓、中小學100日圓、學齡前免費
<http://www.mushitec-fukushima.gr.jp/>

4 星之村天文台

田村市
天文觀測



化石礦石挖掘體驗的情形

在海拔 650m 的阿武隈高原仰望的星空，令人感動!

備有福島縣最大規模的反射式天文望遠鏡的天文台，白天可以觀測太陽、晚上可以觀測天體，晚間開放的日子可上官網確認。天象儀會配合四季來介紹當季的星空。此外，館內還能參加化石礦石挖掘體驗。刮削石頭，就能挖出菊石和綠柱石等真正的化石和礦石。

等級☆☆☆ OK! 詳情請看這裡



■福島縣田村市瀧根町神保字糠塚60-1
☎0247-78-3638
■9:00~17:00(11月~3月9:00~16:00)
■每週二、歲末年初
(12月~3月每週二、週三公休)
■化石礦石挖掘體驗
■天象儀500日圓、挖掘體驗600日圓
<https://www.city.tamura.lg.jp/soshiki/20/>

3 岩瀨牧場

鏡石町
牧場



美味的牧場美食和接觸動物，帶來療癒時光

這裡是歌曲《牧場之晨》中提及的日本最早期西歐式牧場。推薦大家品嚐冠上作詞人名字的「楚人冠優酪乳」和使用稀少的瑞士褐牛生乳製成的頂級牛奶冰淇淋。還有能帶兔子散步的「兔子散步」、與動物接觸和有趣的自行車、採收體驗、花園等，是能讓全家人樂在其中的休憩景點。

等級☆☆☆ OK! 詳情請看這裡



■福島縣岩瀨郡鏡石町櫻町225
☎0248-62-6789
■9:00~16:00※冬季營業時間將於網站或Instagram告知
■無 ※維護時會臨時公休
■動物餵食(飼料最中餅1個200日圓)、兔子散步(15分鐘500日圓)變種自行車1人座(200日圓)~家庭座(700日圓)、採收體驗(隨季節變動)

6 森之驛 yodge

玉川村
露營



由舊四辻分校改裝而成的體驗型觀光交流設施

這是將 1910 年創立的玉川村舊四辻分校(小學)改裝而成的集會據點。館內有露出屋樑的挑高天花板、能感受到當時教室模樣的 5 間客房，以及直接活用原有音體室的咖啡廳等，充滿著懷舊的氛圍。在咖啡廳亦可吃午餐，可以品嚐使用玉川村生產的受精蛋做的歐姆蛋，以及添加玉川村產新鮮當季烤蔬菜的濃湯咖哩飯。推薦甜點是特徵為口感柔滑的義式冰淇淋，亦可外帶。

自然體驗當然不用說，還有以大自然為背景的帳篷三溫暖

每個人在「yodge」度過時光的方式都不一樣，若來豪華露營或住宿，不妨順便搭配帳篷三溫暖。遠離日常塵囂，調劑身心，感受森林的氣息和里山的戶外休息，是只有這裡才能享受的體驗。BBQ 和做披薩等適合闔家同樂的體驗非常熱門，另外在日落後，也推薦篝火。搖曳的火焰和木柴爆開的聲音，能讓您盡情享受非日常的體驗。體驗活動必須預約，請在至少 3 天前洽詢。



帳篷三溫暖的情形

等級☆☆☆ OK! 詳情請看這裡



■福島縣石川郡玉川村大字四辻新田字村中131
☎0247-57-7440
■11:00~21:00
■無
■篝火、帳篷三溫暖、豪華露營、做披薩體驗等
■篝火2,000日圓(1人)、帳篷三溫暖5,000日圓(1人)、做披薩2,000日圓(1人)
<https://tamakawa-yodge.com>

7 羽鳥湖畔汽車露營場

天榮村
露營



透過露營和騎自行車盡享羽鳥湖畔的大自然!

這是在羽鳥湖高原的豐饒大自然環境下，輕鬆享受戶外活動樂趣的露營場。桌椅和 BBQ 烤肉用具都提供出租，新手也能放心前往。好好享受不住宿露營和 BBQ 吧。不住宿露營必須預約，要去請早。亦大家推薦租用自行車，在羽鳥湖畔的自行車道颯爽疾駛吧!

等級☆☆☆ OK! 詳情請看這裡



■福島縣岩瀨郡天榮村大字羽鳥字芝草2-4
☎0248-85-2033
■8:30~17:00
■無(12月~3月公休)
■自行車、不住宿露營
■自行車700日圓、不住宿營地費2,200日圓
<https://hatoriko-camp.com>

1 城山公園 遊步道

淺川町
散步



在公園享受隨四季變換的自然散步樂趣

石川昭光一族的淺川治郎衛門過去居住的山城，現在變成了公園。遊步道有 7 條路線，全長 2.5km，變化豐富，是適合家庭的散步路線。可以觀賞西南衛矛、山櫻花、折柄茶、櫻樹、山杜鵑、棗棠花、梅花等約 80 種隨四季變化的花木美景。此外，從山頂能將淺川町盡收眼底，優美的田園風景和雲海絕景，吸引人們造訪。

等級☆☆☆ OK! 詳情請看這裡



■福島縣石川郡淺川町大字淺川字城山
■淺川町企畫商工課
☎0247-36-2815
■城山遊步道散步
■免費入場
<http://www.town.asakawa.fukushima.jp/>

LET'S GO!

探險旅遊 Adventure Tourism

genre 01

自然體驗

享受當地獨一無二的自然體驗吧!
林業和酪農、露營等能接觸自然的體驗
等您來參加!

13 磐梯熱海冰上運動場

郡山市
溜冰



大人小孩都能面帶笑容暢遊的室內溜冰場

福島縣唯一的室內溜冰場。冬季可從事花式溜冰或冰上曲棍球、冰壘等運動，只要租用溜冰鞋，連新手都能輕鬆體驗溜冰。遊玩時不需在意天候，因此也受到全家出遊的顧客好評。為了防止受傷，請戴手套前來。這裡有提供安全帽的免費出租，可以安全玩樂。

等級☆☆☆ OKI 詳情請看這裡



■福島縣郡山市熱海町玉川字反田1-1
☎024-984-5377
■9:00~21:00※一般開放時間請上官網或來電確認。
冬季(溜冰場)9月~翌年5/31、夏季(溜冰場)6月中旬~8月初旬
■有可能因包場而導致部分區域不開放
■溜冰
■溜冰費:大學生以上400日圓、高中生300日圓、國中生以下200日圓※租借溜冰鞋300日圓

10 Jupeerland Hirata+ 蓬田岳

平田村
健行



盡享花與大自然!在蓬田岳首度挑戰健行!

在「Jupeerland Hirata」遼闊的園內，春天可以賞芝櫻、初夏則會迎來繡球花的觀賞期，可以一邊欣賞景觀，一邊享受蓬田岳山麓的雄偉大自然。從俯瞰平田村的海拔 952m 蓬田岳山頂看見的景色，是獨立峰獨一無二的絕景。登山道也整建完善，是連健行新手也易於挑戰的山岳。

等級☆☆☆ OKI 詳情請看這裡



■福島縣石川郡平田村大字蓬田新田字蓬田岳437
☎0247-55-3535
■全年
■無
■觀賞大自然、健行等
■免費入場(活動期間收費)
<https://www.vill.hirata.fukushima.jp/site/jupeerland/>

9 綠與交流之森公園

小野町
自行車
登山車



歡樂滿點的森林仙境

這座位於阿武隈高原日影山麓的公園內，有活用森林和自然地形的汽車露營場，可以感受小野町的美麗大自然。另外還可在專用越野路線騎登山車、由「森林導覽人」帶領大家漫步大自然等，只有這裡才能享受的各種體驗方案豐富充實。

等級☆☆☆ OKI 詳情請看這裡



■福島縣小野町大字小戶神字宮之前397-2
☎0247-72-3597
■電話洽詢
■無(12月~3月公休)
■露營、木工、漫步大自然、製作蕎麥麵/烏龍麵、做披薩、登山車
■汽車露營場4,800日圓、自然散步500日圓、登山車路線使用費500日圓等

14 入水鐘乳洞

田村市
探險



刺激滿點!在國家天然紀念物挑戰真正的洞穴探險

在雨水和地下水花費漫長的歲月侵蝕形成的地底鐘乳洞——亦被指定為國家天然紀念物的「入水鐘乳洞」，一整年都能輕鬆進洞窟體驗(洞穴探險)。全長900m的洞窟內分為A、B、C三條路線，A路線(約30分鐘)是一般觀光洞窟，孩童也可參加，不妨全家一起進去看看。從B路線(約1小時)開始，就是連站著行走都有困難的路線，刺激滿點。越往深處走，難度就越高。

在地上看不見的幻想地底世界，令人感動!

從B路線開始幾乎沒有燈光，要依靠頭燈或蠟燭前進。有些地方要鑽過極度狹窄的空間，或是手腳並用地穿過去。水最深的地方，水位甚至高達成年男性的膝蓋以上，短褲和涼鞋是必備用具。洞窟內是一片如幻想般的世界，南瓜岩和五重塔等令人忍不住笑出來的自然造形之美，都可近距離觀看、接觸，更有冒險的感覺。



等級☆☆☆~ 等級☆☆☆ OKI 詳情請看這裡



■福島縣田村市瀧根町菅谷字大六89-3
☎0247-78-3393
■8:30~16:30
■無
■鐘乳洞體驗(A、B、C路線)
※C路線需有嚮導，故採完全預約制
■A路線(高中生以上)成人600日圓、孩童500日圓
■B路線(高中生以上)成人1,000日圓、孩童800日圓

12 天使森林白河高原

天榮村
獨木舟



能與愛犬一起住宿的別墅度假村!

在活用大自然的遼闊用地中，散佈著「別墅」等多種能與愛犬一同享受的設施的複合式度假村。划獨木舟享受水上散步的樂趣吧!當然，愛犬也能與您一起體驗，採提前預約制。約有2萬條魚湧流的日本國內最大規模釣場，能讓您享受釣魚的樂趣，說不定有機會釣到夢幻巨魚「遠東哲羅魚」喔!

等級☆☆☆ OKI 詳情請看這裡



■福島縣岩瀨郡天榮村羽鳥字高戶屋39
☎0248-85-2525
■9:00~18:00
■無
■加拿大獨木舟、釣魚、豪華露營、三溫暖、自行車出租等
■獨木舟(1艘30分鐘)2,000日圓、釣魚(2小時券)2,500日圓

11 辦公室余白

郡山市
自行車



騎自行車周遊豬苗代湖一帶，心情超棒!

「辦公室余白」是可供您在郡山市湖南町盡力工作、盡情玩樂的基地。將老舊建築物改裝後，現正當成共享辦公室活用，亦可參觀。租用自行車體驗能讓您騎著自行車暢遊以湖南町為中心的豬苗代湖周邊。亦推薦給興趣是騎自行車的情侶或朋友，盡情在雄偉的大自然中馳騁吧!

等級☆☆☆ OKI 詳情請看這裡



■福島縣郡山市湖南町福良字中町50-3
☎090-5847-4279
■9:00~17:00
■無
■自行車出租(預約制)※需至少一天前於網站預約，當天僅接受電話預約。前一天之前可取消
■半天出租(9:00~13:30或14:00~17:00)1,500日圓、一天出租(9:00~17:00)2,000日圓

LET'S GO!

探險旅遊
Adventure Tourism

genre
02

活動體驗

活動能讓您在當地
得到寶貴的經驗。

亦推薦悠哉地騎自行車、
滑獨木舟、溜冰。



15

DEKO 屋敷 本家 大黒屋

福島縣郡山市西田町高柴字館野163
 9:00~17:00
 每週三
 張子彩繪體驗
 豆達摩不倒翁880日圓、十二生肖1,320日圓、
 面具1,540日圓、三春駒1,760日圓
<https://deko-yashiki-daikokuya.co.jp>

詳情請看這裡

28

KAORU 藍莓園

福島縣田村郡三春町西方字中之内173
 0247-62-4956
 8:00~17:00 (6月下旬~8月上旬)
 開園期間無休※會因天候休息
 採藍莓 (僅7月舉辦, 需於至少3天前預約)
 成人700日圓、小學生500日圓
 ※附裝藍莓用的盒子

詳情請看這裡

<p>genre</p> <p>03</p> <p>文化體驗</p> <p>郡山市 張子彩繪 DEKO 屋敷 本家 大黒屋</p> <p>等級☆☆☆</p> <p>OK!</p>	<p>genre</p> <p>04</p> <p>飲食體驗</p> <p>三春町 水果 KAORU 藍莓園</p> <p>等級☆☆☆</p> <p>OK!</p>
--	---

張子彩繪 × 採藍莓

在張子之鄉高柴 DEKO 屋敷的古民房，享受彩繪樂趣，在三春的藍莓園摘採美味的水果吧！

DEKO 是指人偶，高柴 DEKO 屋敷共有 4 間工房，手工製作三春人偶和三春張子（紙糊人偶）、不倒翁等從江戶時代傳承下來的鄉土玩具。您想不想一邊摸著可愛的張子，一邊享受彩繪的樂趣，接著再到三春町的藍莓園體驗採藍莓呢？傳統文化 & 果樹園將為您帶來盡享夏日的小旅行。

15 親手彩繪並製作您的原創張子吧

「本家 大黒屋」守護著 300 年的傳統，同時製造並銷售充滿溫度的手工鄉土玩具。第 21 代老闆橋本彰一經常挑戰新事物，例如和著名藝術家合作等，發表嶄新的作品，蔚為話題。店家隔壁的古民房咖啡廳 2 樓，可供您發揮自由的想法，體驗彩繪的樂趣。有傳統的三春駒和十二生肖、豆達摩不倒翁等 4 種方案，新手也能參加。聽說訣竅是均等塗布，不要塗太厚。體驗活動隨時接受報名，歡迎踴躍參加，留下走訪 DEKO 屋敷的回憶。



在調色盤「繪皿」上將顏料調成喜歡的颜色，也很有趣。約 20 分鐘後，可愛的豆達摩不倒翁就完成了！



這家店除了三春駒和面具、生肖之外，福氣種類會依顏色而不同的豆達摩不倒翁 (8 色) 也很受歡迎。



28 夏日農園中充滿笑容的採藍莓體驗

在三春水壩附近，位於綠意環繞的寧靜丘陵上的農園，栽培早生種到晚生種等許多品種的藍莓。大人小孩都能輕鬆參加的「採藍莓體驗」，就從手拿空盒 (100g 用) 開始。一邊試吃一顆顆的藍莓後，一邊把自己喜歡的口味採下來裝在盒子裡，之後可以帶回家。園內也有休息處，可以悠哉地散步享受，這一點也很令人高興。請穿長袖、戴帽子、穿運動鞋並攜帶毛巾和飲料來參加。



園內栽培了 24 個品種的藍莓，有些品種又甜又大，有些則帶有酸味等，可以享受各式各樣的口味。



亦有販售無添加、無色素、無防腐劑的果醬、果肉口感令人上癮的果汁飲料和雜貨等商品。



16 吉野屋

須賀川市
旗幟彩繪



在須賀川彩繪旗幟上，描繪鍾馗或超人力霸王吧！

須賀川彩繪旗幟源自江戶後期，擁有約 250 年的歷史，特色是強而有力的手繪線條，為了避邪而描繪的鍾馗強壯勇猛的身姿，令人深受震撼。現在，須賀川市內唯一的彩繪旗幟工房就是「吉野屋」，第 6 代傳人大野修司繼承了傳統的技藝。這裡也能體驗彩繪，來做做看畫著鍾馗或超人力霸王的小旗幟和包包吧！

等級☆☆☆ OK!

詳情請
看這裡



福島縣須賀川市並木町58
☎0248-75-4456
■9:00~17:00
■無(酌情公休)
■彩繪小旗幟、托特包※需於至少一天前預約
■小旗幟、托特包(鍾馗、超人力霸王各3種)
1次1,500日圓
<https://enobori.com/>

19 三春町歷史民俗資料館

三春町
歷史



用 360 度 VR 動畫，體驗遊覽當時的三春城！

「三春町歷史民俗資料館」是能學習三春町歷史的地方，館內提供使用 360 度 VR 動畫的三春城虛擬遊覽體驗，只要戴上專用眼鏡，就能體驗實際在三春城中走動的感覺。在館內體驗 VR 之後，就去三春城跡看看吧！春天還能觀賞家老宅邸歷史悠久的櫻花。下方照片是三春城跡。

等級☆☆☆ OK!

詳情請
看這裡



福島縣田村郡三春町櫻谷5
☎0247-62-5263
■9:00~16:30(最後入館16:00)
■每週一、國定假日的翌日、歲末年初
■參觀設施
■300日圓；小中高學生150日圓
(VR體驗免費)
<https://miharujo.jp/>

17 須賀川特攝資料中心

須賀川市
特攝



驚奇&興奮!用珍貴的資料傳播特攝的魅力

「須賀川特攝資料中心」為在有「特攝之神」之稱的圓谷英二導演出生地「須賀川市」，這裡收集、保管特攝資料，並進行修復和調查研究。中心內的收藏庫等設施，收藏著超人力霸王系列的面具等超過 1,000 件資料，絕對會讓特攝迷心動。除了有縮小模型場景和圖書館之外，還會播放影片。

等級☆☆☆ OK!

詳情請
看這裡



福島縣須賀川市柱田字中地前22
☎0248-94-5200
■9:00~17:00
■每週二(逢國定假日開館，順延至下個平日公休)、
歲末年初※會因整理資料臨時休館
■工作坊(詳情請上官網確認)
■入館免費
<https://s-tokusatsu.jp/>

18 TATAMI VILLAGE (榻榻米村)

須賀川市
榻榻米文化



在榻榻米咖啡廳放鬆一下也不錯

2023年4月開幕!讓榻榻米更貼近生活的體驗設施

江戶時代創立的「久保木榻榻米店」將總公司工廠改裝翻新，開設了「榻榻米體驗設施」，概念是為沒有榻榻米的人打造能接觸榻榻米的空間，可以實際參觀製造現場、觀看「榻榻米」的歷史展示、參加能接觸師傅技術的榻榻米製作體驗，以及了解挑戰「將榻榻米流傳後世」、「讓榻榻米走向世界」的「久保木榻榻米店」的世界觀。這裡的創設目標，是成為日本製榻榻米的宣傳據點，店內則有工作坊和咖啡廳供來訪人們享受。

在散發蘭草香氣的店內，透過體驗&咖啡廳度過悠哉時光!

參觀榻榻米的製造過程，學習文化和歷史吧！您可參加實際製作榻榻米的體驗，或是在散發蘭草香氣的榻榻米咖啡廳度過悠哉愜意的時光。咖啡 1 杯 550 日圓起，還有 3,300 日圓起的下午茶套餐，可以當成日式咖啡廳利用。此外，亦可線上參觀工廠，因此在遠地的人可以先洽詢看看。店內除了有體驗設施、咖啡廳之外，還有商店，可以購買用榻榻米的材料製作的雜貨等商品。



還有賣榻榻米杯墊

等級☆☆☆ OK!

詳情請
看這裡



福島縣須賀川市仲之町55
■info@kuboki-tatami.com
■11:00~17:00
■每週三、歲末年初
■參觀工廠、製作迷你榻榻米、
榻榻米咖啡廳
■入場、參觀免費；工作坊1,000日圓~、
咖啡廳550日圓~

20 故鄉工房 Ozawa Farm

古殿町
綠色旅遊



自己做、自己吃，享用古殿町傳承的鄉土料理!

「Ozawa Farm」是研究在古殿町傳承的鄉土料理，同時烹飪四季不同的鄉土料理來傳播其魅力的設施。在懷舊溫馨的古民房體驗的「烹飪鄉土料理」，建議和家人、朋友一起參加。使用小澤女士說明的當季食材，大家一起烹飪鄉土料理，並享用剛做好的料理。深層的口味和當季食材的鮮美，會讓心靈溫暖起來。

等級☆☆☆ OK!



福島縣石川郡古殿町大字田口字石畑135
☎0247-57-5147
■9:00~17:00
■不固定
■烹飪鄉土料理(約3小時，10歲以上可參加，
需自備圍裙、三角巾)※完全預約制
■烹飪鄉土料理2,500日圓

21 農家民宿 福來郎

平田村
綠色旅遊



做披薩的情形

在自然豐富的農家民宿做披薩、農務，也會成為美好回憶

以「自然豐富的鄉村生活」為概念，能在自在舒適的氣氛中體驗鄉村生活的農家民宿，還能吃到使用平田村的自然禮讚和新鮮食材的鄉土料理。亦可參加「做披薩」和配合季節的「農務體驗」，歡迎在訂房時洽詢。無論是一人旅遊或帶著孩子的家庭、朋友同遊，一定都能留下美好的回憶。

等級☆☆☆ OK!



福島縣石川郡平田村大字北方字皿目180
☎0247-54-2501
■全年
■不固定
■做披薩、農務※需於至少1週前預約
■費用可議

24 HOP GARDEN BREWERY

田村市
啤酒廠



在感受綠意和吹拂啤酒花之風的啤酒廠，享受試飲體驗

可以體驗採收啤酒花到實際喝啤酒的過程，並提供高品質的啤酒。透過大量使用當地產啤酒花的啤酒，可以充分體驗 1 級產業到 6 級產業化的循環。工廠直營的啤酒吧限定於週末及國定假日提供 3 種啤酒，一邊隔著窗戶眺望釀造桶，一邊享用啤酒，堪稱極致幸福的時光。

等級☆☆☆ OKI 詳情請看這裡



福島縣田村市都路町岩井澤字北向185-6
☎0247-61-5330
■9:00~17:00
■每週四(逢國定假日營業)、歲末年初
■精釀啤酒試飲、自行車、飛盤高爾夫、直排輪溜冰
■試飲組合(3種)1,200日圓
<https://hopjapan.com/>

26 農園 Cafe YAIKO 婆婆

石川町
故鄉飲食
體驗



在古民家咖啡廳&農園挑戰烤披薩和採收蔬菜

使用 YAIKO 婆婆栽培的蔬菜，由具備營養士資格的店主精心烹調有益身體健康的料理擁有好評的古民家咖啡廳。美味的餐點當然不用說，烤披薩體驗、採收蔬菜、製作味噌等配合季節的體驗方案也很豐富，可以和家人、朋友一起來歡欣體驗。用餐和體驗皆需提前預約。

等級☆☆☆ OKI 詳情請看這裡



福島縣石川郡石川町大字南山形字羽買田141
☎0247-26-4773
■11:00~16:00*體驗需預約
■每週三
■烤披薩、採收蔬菜、製作味噌*提前預約制
■烤披薩2,500日圓、採收蔬菜1,100日圓、製作味噌2,500日圓
<https://farm-yaiko.jimdo.com>

27 阿部農緣

須賀川市
故鄉飲食
體驗



在牽起人與人之緣分的「農緣」採收蔬菜並享用烤蔬菜

以水蜜桃為中心，栽培梨子、番茄、小黃瓜等超過 20 種蔬果的「阿部農緣」，重視透過農業體驗而產生的人與人之間的羈絆。「烤蔬菜午餐」是在田地採收蔬菜後，在「SHINSEKI HOUSE」享用烤蔬菜，還能吃到正婆婆做的無添加煮物等料理，有益健康喔！

等級☆☆☆ OKI 詳情請看這裡



福島縣須賀川市和田字沓掛49-2
☎0248-75-2382
■9:30~16:00
■不固定、歲末年初
■烤蔬菜午餐、田地野餐、夏季有水蜜桃吃到飽*需預約
■烤蔬菜午餐(國中生以上)3,300日圓、(小學生)1,000日圓、(幼兒)500日圓、(3歲以下)免費、田地野餐(國中生以上)2,200日圓、(小學生)1,000日圓、(幼兒)500日圓

23 kuranoba (豐國酒造)

古殿町
清酒廠



製作甜點的情形

老字號酒廠「豐國酒造」創造出酒廠的可能性

位於古殿町的老字號酒廠「豐國酒造」因清酒「一步己」等而聞名，在福島縣內外都擁有粉絲。2022 年 10 月，由大正時代建築的酒廠改造而成的附設廚房交流設施「kuranoba」開幕。第 9 代酒廠老闆矢內先生幹勁十足地表示「想積極開放酒廠」。「我希望能提供對大人來說是酒廠，對孩子來說則是做甜點、學英文的快樂場所。我還在摸索新的酒廠形式。」他開心地這麼說。這裡隨時都會舉辦工作坊。

在酒廠參加各式各樣的工作坊！

「為了提升當地的品牌力，有志一同的人們攜手合作是不可或缺的。不過，要是沒有人率先開始做，什麼都動不起來。所以我就自己想來試試看。」矢內先生這麼說。他透過開放酒廠來創造交流的場所，並舉辦適合廣泛年齡層的工作坊，從孩童到大人都能參加。可以學英文、享用美食，和當地人們交流。照片是製作甜點的情形。



等級☆☆☆ OKI 詳情請看這裡



福島縣石川郡古殿町竹貫114
豐國酒造用地內
☎0247-53-2001
■僅舉辦活動時*請於Instagram確認
■做餅乾體驗、用英文享受的繪本世界等
■因活動而異
https://www.instagram.com/_kuranoba/

22 仁井田本家

郡山市
清酒廠



堅持使用自然米的老字號酒廠，多采多姿的活動值得矚目！

1711 年創業，守護著日本水田的老字號酒廠，堅持採用完全不使用農藥和化學肥料的 100% 自然米釀酒。這裡會舉辦能讓廣泛年齡層的人們樂在其中的多種活動，除了「水田學校」(插秧和割稻等)之外，能輕鬆來場的「仁井田日」、每年 4 月舉辦的開放酒廠「仁井田感謝祭」也都很受歡迎。活動資訊請見 Instagram。

等級☆☆☆ OKI 詳情請看這裡



福島縣郡山市田村町金澤高屋敷139
☎024-955-2222
■10:00~17:00
■每週六日及國定假日
■仁井田日、仁井田感謝祭、水田學校(需預約)、參觀酒廠(需預約)
■因活動而異

25 福島逢瀨酒莊

郡山市
葡萄酒莊



參觀榮獲許多獎項的酒莊！

這裡是以福島縣產水果為原料來釀造酒類的酒莊，使用郡山市產葡萄釀造的葡萄酒「Vin de Ollage」很受歡迎。參加體驗必須提前透過電話、官網預約，可以了解酒莊設立的經過和參觀葡萄酒製造流程。附設的商店亦提供當場販售的葡萄酒試飲，可以一邊喝一邊學習。

等級☆☆☆ OKI 詳情請看這裡



福島縣郡山市逢瀨町多田野字鄉士鄉士2番地
☎024-953-3131
■10:00~16:00(平日11:00~16:00)
■週一(逢國定假日營業，翌日補休)
■參觀酒莊、試飲
(原則上參觀酒莊自4人起開始受理)
■參觀：一人500日圓(含稅)
*所需時間約40~50分鐘

LET'S GO!

探險旅遊
Adventure Tourism

genre
04

飲食體驗

旅行中不可或缺的就是飲食。
體驗一下
特產品誕生的過程吧！