

# SLOW AND DEEP!

先輩移住者が教えるヒミツのアキタ  
アキタライフ

## #2 現地交流ツアー

実際に現地に足を運んでスロー & ディープな秋田を体験できる、現地交流ツアーの詳細はこちら。北の秋田は⇒三種町・八峰町・能代市・藤里町、そして秋田の南⇒羽後町。各ツアーでは現地のディープスポットを、先輩移住者たちがナビゲートします。ツアー参加者には交通費などのサポートもあり。各ツアー参加者 10 名限定、早いもの勝ち！

### Slow&Deep 秋田の南ツアー

～西馬音内盆踊り学 | オトナの修学旅行～

秋田の南 | 羽後町

10/4日 ⇒ 10/6日 | 【参加費】20,000円  
東京駅⇒大曲駅交通費・宿泊費含む (体験費など一部実費)

【集合・解散場所】JR 大曲駅 【集合時間】12:00  
▷東京駅から「JR 新幹線こまち 7号」のご利用が便利です

【定員】先着 10名 (最少催行人数 2名)

### Slow&Deep 北の秋田ツアー

～ディープな木都を巡る旅～

北の秋田 | 三種町・八峰町・能代市・藤里町

10/12日 ⇒ 10/14日 | 【参加費】東京⇒JR 秋田駅交通費等実費  
JR 秋田駅集合後の交通費・宿泊費補助あり

【集合・解散場所】JR 秋田駅 【集合時間】11:45  
▷東京駅から「JR 新幹線こまち 3号」のご利用が便利です

【定員】先着 10名 (最少催行人数 2名)



#### | 1日目 | 西馬音内盆踊りのソウルを体感せよ！

- 12:00～ JR 大曲駅集合・出発
- 13:00～ 羽後町民のソウルフードで昼食  
▷西馬音内そば・橋場焼きそば・そば饅頭 etc...
- 14:00～ 西馬音内盆踊りライブ鑑賞 & 体験  
▷盆踊りを踊ってみる・踊り衣装鑑賞 & 着付けして記念撮影 etc...  
藍染め絞り体験でオリジナルハンカチ作り  
▷地元の藍染め名人が教える！初めての藍染め体験
- 18:00～ 茅葺山荘「格山」にて囲炉裏メシ & 地酒パーティー  
▷郷土の囲炉裏めし & 地酒・地ビールを囲んで地元の方々とお祭り  
星空鑑賞 (天候次第で天の川も見えます)
- 21:00～ 古民家宿「阿専」・茅葺山荘「格山」で宿泊  
▷茅葺のお洒落な古民家で過ごすスローな田舎の夜をご堪能ください

#### | 2日目 | 古き良きニッポンの田舎の原風景を体感せよ！

- 10:00～ 絶景スポット！見晴らし荘でリフレッシュ  
▷日本一の横手盆地を一望できるビュースポットで朝の散歩
- 12:00～ 道の駅うごで昼食 & 農家体験オリエンテーション  
▷そばダイニング or 地元食材を使ったカフェめし
- 13:30～ あきたこまち収穫体験 (稲刈り・はさがけ)  
▷一度はやってみたい！昔ながらの秋田流の稲刈りを体験
- 14:30～ 旧長谷山邸にて地元お母さんたちとおむすび作り  
▷収穫したて・炊きたてのお米でおむすび作り
- 16:00～ おむすびに合うオリジナルビールで乾杯  
▷別プロジェクトで進行中のお米に合う「オリジナルビール」で乾杯
- 19:00～ 西馬音内盆踊りイベント鑑賞・参加  
▷西馬音内盆踊りと郡上おどりの生ライブ！飛び入り参加 OK (秋田羊鹿も参加)
- 20:30～ 古民家宿「阿専」・茅葺山荘「格山」で宿泊  
▷茅葺のお洒落な古民家で過ごすスローな田舎の夜をご堪能ください

#### | 3日目 | 地元高校生たちが教えるディープな羽後町！

- 8:30～ 田舎の朝ごはん
- 10:00～ 地元高校生ガイドによる「まちブラ」  
●西馬音内盆踊り体験プログラム  
●地ビール工房「羽後麦酒」見学プログラム  
●秋田犬 SUN と一緒に西馬音内の街並み散歩
- 12:00～ 道の駅うご広場にて地元食材の贅沢 BBQ
- 13:30～ お土産・買い物タイム
- 15:00～ JR 大曲駅到着・解散

#### | 1日目 | 先輩移住者との交流 & 古民家のある暮らし体験

- 11:45～ JR 秋田駅集合・出発
- 13:30～ 三種町「湖北邸」  
▷古民家再生に取り組む地元住民グループとのランチ交流会  
▷男鹿市「果工務店」のメンバーも合流
- 16:20～ 八峰町「手這坂古民家」ワークショップ  
▷桃源郷の茅葺古民家でハッポウターンのメンバーが合流
- 17:45～ 秋田の泊まれる大人の秘密基地「CRANDS」懇親会
- 20:00～ 「八森いさりび温泉ハタハタ館」で入浴
- 21:00～ 「CRANDS」・「手這坂古民家」にて宿泊  
▷DIY でリノベした貸し切りホテルと茅葺古民家での夜  
※果工務店・HAPPO TURN は昨年度のアキタライフ受入れ団体です

#### | 2日目 | 木都ツアー / 原木から製品ができるまで体験ツアー 1日では原木から木材製品ができるまでの過程をみて体感できるディープな木都の旅

- 9:00～ 東北木材・訪問  
▷大径木の丸太から製材板まで
- 10:00～ 瀬川銘木・訪問  
▷テーブル・一枚板や豪華天井板、銘木の数々
- 10:45～ 渡辺製材所・訪問  
▷能代ならではの伐根材を換く製材所
- 11:30～ 旧料亭「金勇」・見学 & ランチ  
▷天然秋田杉の殿堂、国指定の登録有形文化財を見学して食事会
- 13:10～ ミナトファニチャー・訪問  
▷注文家具屋 | 木のワークショップを開催予定
- 14:00～ 能代製樽所・訪問  
▷国指定の伝統的工芸品 秋田杉桶樽屋
- 15:00～ 大栄木工・訪問  
▷木製防火戸、木製建具で全国的にも有名な建具屋
- 17:00～ 藤里町「湯の沢温泉」で入浴
- 18:30～ 粕毛地区「農家レストラン」で懇談会  
▷白神山地の秋の味覚を堪能
- 20:30～ 藤里町で民泊

#### | 3日目 | 木の源流「ブナ森散策」

- 9:00～ 世界自然遺産白神山のブナ森を散策  
▷山岳ガイドと一緒に岳岱自然散策教育林を散策
- 12:40～ 粕毛地区「農家レストラン」で昼食・休憩  
▷地元食材をふんだんに使った郷土料理でランチタイム
- 16:00～ JR 秋田駅到着・解散、お土産・買い物タイム

【秋田の南ツアー | お問い合わせ】070-7541-8129 (担当: 松浦)  
右の QR コードのフォームからお問い合わせ・参加予約できます



【北の秋田ツアー | お問い合わせ】  
0185-88-8161 (市民プラザ内 NPO 法人りあん)  
office@npo-lien.org ⇒ 右の QR コードから読み込めます

