ONNA VILLAGE in OKINAWA

体験学習のテーマは「ふれあい」

恩納村は那覇から北へ50km、車で約1時間、沖縄本島のほぼ中央に位置し東シナ海に面する、40kmにもおよぶ海岸線の全域が沖縄海岸国定公園に指定されています。珊瑚礁の広がる海岸線は沖縄を代表するリゾート地を形成する一方、サトウキビや花卉、観葉植物、熱帯果樹などの栽培やモズク、海ブドウなどの養殖漁業が盛んな農・漁業と観光の人口約10,000人の村です。当組織で取り組んでいる「ふれあい体験学習」は、住民参加の『ふれあい』がコンセプトになっています。亜熱帯の自然に触れ、異なる文化を理解し、人と人が出会い、そして、共に学び、共に感動し、感謝し合うことをモットーにしています。

お問い合わせ

〒904-0411 沖縄県国頭郡恩納村字恩納村 5973
TEL:098-966-2893
FAX:098-966-2892
営業時間 / 平日 8:30～17:30
休日 / 土日祝日、年末年始（予約に関しましてはこの限りではありません）
http://www.onnanavi.com
mail : taiken@onnabi.or.jp

一般社団法人
恩納村観光協会
Onna Village Tourism Association

地元の人が伝えたい沖縄の自然・文化・生活

ふれあい体験学習

一般社団法人
恩納村観光協会
Onna Village Tourism Association

ごあいさつ

一般社団法人恩納村観光協会
代表理事
宮﨑　るみ子

～風と光が流れ　時を忘れる村　恩納村～

“自然と民俗・文化体験への誘い”

沖縄島の中西部に位置し、東シナ海を臨む約40キロの海岸線を有する恩納村。
その細長い村の中間にある「恩納村ふれあい体験学習センター」では、「サンシン、伝統エイサー」など地域に脈づく伝統芸能や伝統料理教室、マリンアクティビティ等の質の高い体験メニューを揃えて皆様をお待ちしています！

概要と主な経歴

平成　7 年	恩納村商工会にて体験学習(修学旅行生)受入スタート
平成 13 年	全国地域づくり部門にて「国土交通大臣賞」受賞
平成 18 年	地域づくり団体全国研修交流会　沖縄大会(分科会実施)
平成 20 年	NPOふれあいネットONNA　設立
平成 21 年	NPO法人ふれあいネットONNA　法人設立
平成 22 年	恩納村誘客促進活動「おんなWEEKで楽しまナイト」計6回公演琉球舞踊鑑賞実施
平成 23 年	4月より、恩納村ふれあい体験学習センターへ事務所移転 (沖縄県国頭郡恩納村字恩納5973)
平成 28 年	4月1日　NPO法人ふれあいネットONNAから **一般社団法人 恩納村観光協会**へ改組、全業務を移行

その他、カルチャースクールや地域貢献活動に取り組んでいます

CONTENTES

体験学習センター見取り図 p2

伝統芸能・文化に学ぶ …… p3
- サンシン
- エイサー体験
- 琉球舞踊
- 空手

沖縄の食に学ぶ …… p3
- 沖縄の家庭料理
- 沖縄の伝統菓子

伝統工芸に学ぶ …… p4
- シーサー作り体験①壁掛け
- シーサー作り体験②置物
- シーサー作り体験③漆喰シーサー
- 紅型

海に学ぶ …… p4-6
- 浜釣り
- 船釣り
- ハーリー競漕
- ボートスノーケル
- シーカヤック
- バナナボート
- 貝獲り漁
- 追い込み漁
- サップクルーズ
- 無人島シーカヤック
- サンゴ再生コース

自然に学ぶ …… p6
- 海辺のエコツアー
- イノー観察
- サトウキビ収穫＆黒糖作り
- アガラサー（沖縄風蒸しカステラ）

その他のプログラム p7-8
- 海玉ストラップ
- 島ぞうり
- 琉球グラス絵付け
- シェルフォトフレーム
- ジェルキャンドル
- 絵付けペアシーサー
- 手作り沖縄ジェラート＆バックチャーム作り
- デコ巻きずし

鑑賞プログラム …… p8
- エイサー鑑賞
- 三線ライブ
- 沖縄の歌と踊りの鑑賞会

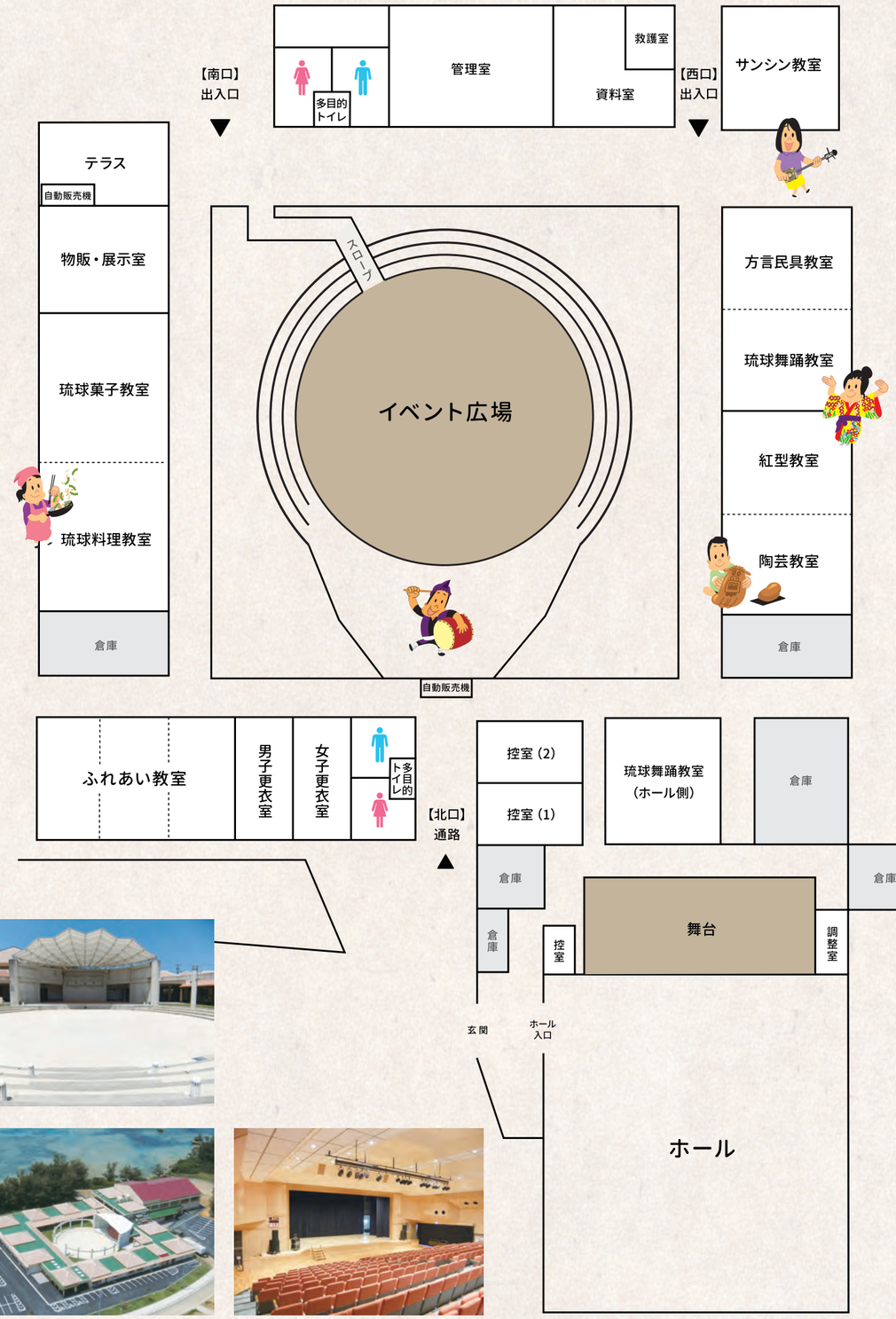
一般体験プログラム …… p9
- サンシン
- 琉球舞踊
- 沖縄の家庭料理
- 沖縄の長寿料理
- 海人サンセットクルージング

荒天時のみの実施可能コース …… p10

体験学習会場MAP …… p11-12

安全対策・留意事項 …… p13-14

恩納村ふれあい体験学習センター　見取り図



伝統芸能・文化に学ぶ

沖縄は『歌と踊りの島』と言われるほど芸能が豊富です。人々の生活と伝統芸能との関わり、そして継承していくことの大切さを学びます。

サンシン

沖縄で最も身近な楽器のサンシン。沖縄のメロディーを奏でるサンシンに触れ琉球音楽を体験できます。

※人数によって班分けします

詳細
- 期　　間：通年
- 定　　員：5～40名
- 所要時間：2時間
- 持 ち 物：特になし
- 開催場所：恩納村ふれあい体験学習センター又は村内施設
- 実施内容：サンシンの説明、模範演奏、実技指導
- 料　　金：**￥1,980（税込）**

エイサー体験

旧暦の7月15日（旧盆）に先祖供養のため、地域の若者達が歌・サンシン・太鼓で勇ましく踊るエイサー。地元のお兄さんと一緒に楽しく踊りましょう。

詳細
- 期　　間：通年
- 定　　員：衣装あり5～40名・衣装なし5～80名
- 所要時間：2時間
- 持 ち 物：動きやすい服装、タオル、飲み物
- 開催場所：恩納村ふれあい体験学習センター又は村内施設
- 実施内容：エイサーの説明、模範演技、実技指導
- 料　　金：**衣装あり ￥2,310（税込）・衣装なし ￥1,980（税込）**

琉球舞踊

琉球舞踊は琉球王朝時代に冊封使歓待のため創作された古典舞踊と庶民的な雑踊りがあります。独特な足の運びや手、指の動き、腰の使い方等を学びます。

※男性も体験可能です

詳細
- 期　　間：通年
- 定　　員：5～40名
- 所要時間：2時間
- 持 ち 物：動きやすい服装、タオル、飲み物
- 開催場所：恩納村ふれあい体験学習センター又は村内施設
- 実施内容：琉球舞踊の説明、模範演技、実技指導
- 料　　金：**￥1,980（税込）**

空手

沖縄発祥の武術「空手」。空手の「型」を学び、伝統技術を肌で感じてみましょう。呼吸法や礼儀作法も指導します。

詳細
- 期　　間：通年
- 定　　員：10～40名
- 所要時間：2時間
- 持 ち 物：動きやすい服装、タオル、飲み物
- 開催場所：恩納村ふれあい体験学習センター又は村内施設
- 実施内容：空手の説明、模範演技、実技指導
- 料　　金：**￥1,980（税込）**

沖縄の食に学ぶ

沖縄では、古くから食べ物に対して『クスイムン』（薬）、『ヌチグスイ』（命の薬）など医食同源の考え方があり、食に長寿沖縄の秘密が隠されているといわれています。

沖縄の家庭料理

チャンプルー料理やソーキ汁など代表的な家庭料理を調理します。地元のお母さんたちが親切、丁寧に教えます。

※人数によって班分けします（5～7名／1班）

詳細
- 期　　間：通年
- 定　　員：5～30名　※伝統菓子と同時開催の場合は25名まで
- 所要時間：3時間
- 持 ち 物：エプロン
- 開催場所：恩納村ふれあい体験学習センター又は村内施設
- 実施内容：メニュー説明、調理実習、試食、片付け
- 料　　金：**￥3,300（税込）**

沖縄の伝統菓子

年中行事に見られる伝統菓子を作ります。カーサームーチー（鬼餅）と三月菓子の2種類を作りみんなで試食します。

※人数によって班分けします（7～10名／1班）

詳細
- 期　　間：通年
- 定　　員：10～50名　※家庭料理と同時開催の場合は35名まで
- 所要時間：2時間
- 持 ち 物：エプロン
- 開催場所：恩納村ふれあい体験学習センター又は村内施設
- 実施内容：メニュー説明、調理実習、試食、片付け
- 料　　金：**￥2,200（税込）**

伝統工芸に学ぶ

沖縄の伝統工芸は、琉球王朝が海外貿易を盛んに行っていた14～15世紀頃に中国や東南アジアなどから持ち込まれ、今日の沖縄独自の工芸になりました。モノ作りを通して「つくる楽しさ」が学べます。

シーサー作り①壁掛け

お面型のシーサー。
土の塊から造形までの作業をしていきます。個性豊かな作品ができあがります。

※シーサー作りを希望する場合は種類の希望もお伝えください。作品は後日送付致します。

詳細
- 期　　間：通年
- 定　　員：5～40名
- 所要時間：2～2.5時間
- 持 ち 物：汚れてもよい服装
- 開催場所：恩納村ふれあい体験学習センター又は村内施設
- 実施内容：シーサーの説明、創作実習
- 料　　金：**￥3,350（税込）**

シーサー作り②置物

置物型のシーサー。好きな形に造型し、個性的なシーサーを作りましょう。

※シーサー作りを希望する場合は種類の希望もお伝えください。作品は後日送付致します。

詳細
- 期　　間：通年
- 定　　員：5～40名
- 所要時間：2～2.5時間
- 持 ち 物：汚れてもよい服装
- 開催場所：恩納村ふれあい体験学習センター又は村内施設
- 実施内容：シーサーの説明、創作実習
- 料　　金：**￥3,350（税込）**

シーサー作り③漆喰シーサー

瓦の接着剤である漆喰と赤瓦を使い、シーサーを作ります。造形後は色塗りもできます。

※シーサー作りを希望する場合は種類の希望もお伝えください。作品は後日送付致します。

詳細
- 期　　間：通年
- 定　　員：5～40名
- 所要時間：2.5～3時間
- 持 ち 物：汚れてもよい服装
- 開催場所：恩納村ふれあい体験学習センター又は村内施設
- 実施内容：シーサーの説明、創作実習
- 料　　金：**￥3,350（税込）**

紅型

インドやジャワ更紗の染色技法と中国の壁紙の技法を取り入れ、沖縄の風土から生まれた独特な染物です。色鮮やかな染料でオリジナルの作品を作りましょう。

※作品は当日、持ち帰りできます。

詳細
- 期　　間：通年
- 定　　員：10～40名
- 所要時間：2時間
- 持 ち 物：汚れてもよい服装
- 開催場所：恩納村ふれあい体験学習センター又は村内施設
- 実施内容：紅型の説明、配色、隈取り
- 料　　金：**￥3,300（税込）**

調整中

海に学ぶ

沖縄の魅力は青い海。
海の体験を通して、かけがえのない自然の魅力と大切さを学びます。

調整中

調整中

調整中

シーカヤック

2人乗りのカヤックでパドルを使って水面を移動します。息が合わなければ思いと違う方向へ進んでしまうので、チームワークとバランス感覚が必要です。乗船時はライフジャケットを着用するので、万が一横転しても心配ありません。バナナボートとのセットメニューもございます。

詳細
- 期　　間：通年　　料　　金：**￥3,300（税込）**
- 定　　員：10～80名
- 所要時間：2～3時間　※人数によって異なります
- 持　ち　物：濡れてもよい服装、水着、着替え、タオル、サンダル
- 開催場所：恩納海浜公園ナビービーチ
- 実施内容：漕ぎ方の説明、ビーチから沖に向けて出発、ビーチから見える範囲でカヤック体験

※人数によって班分けします。恩納村ふれあい体験学習センターよりバス移動5分。荒天時は中止となります。

調整中

調整中

ボートスノーケル

スノーケル機材を装着して水面を泳ぎ、海中観察を楽しみます。透明度の高い海で色鮮やかなサンゴや熱帯魚と出会うことができます。バナナボートとのセットメニューもございます。

詳細
- 期　　間：通年　　料　　金：**￥4,400（税込）**
- 定　　員：10～100名
- 所要時間：2～3時間　※人数によって異なります
- 持　ち　物：濡れてもよい服装、水着、着替え、タオル、サンダル
- 開催場所：恩納海浜公園ナビービーチ
- 実施内容：スノーケル機材の使い方・泳ぎ方の説明、ボートでポイントへ移動、遊泳

※確認書の提出が必要です。人数によって班分けします。恩納村ふれあい体験学習センターよりバス移動5分。荒天時は中止となります。

バナナボート

インストラクターが水上バイクでけん引して水上を疾走する"水上ロデオ"といったイメージです。乗船時にはライフジャケットとヘッドギアを着用します。スノーケル・シーカヤック・ジェットスキーとのセットメニューもございます。

詳細
- 期　　間：通年　　料　　金：**￥1,650（税込）**
- 定　　員：10～80名
- 所要時間：2～3時間　※人数によって異なります
- 持　ち　物：濡れてもよい服装、水着、着替え、タオル、サンダル
- 開催場所：恩納海浜公園ナビービーチ
- 実施内容：乗り方の説明、乗船

※1艇10名乗りです。恩納村ふれあい体験学習センターよりバス移動5分。荒天時は中止となります。

無人島シーカヤック　※満潮時（潮位100cm以上）のみ実施可能

ふれあい体験学習センターから無人島へ出発！シーカヤックでロケーションを楽しみ、無人島では生態系観察、星砂探し、亜熱帯地方特有の植物や地形など事前について学びましょう。※荒天時は中止となります。

詳細
- 期　　間：通年
- 定　　員：10～40名
- 所要時間：2時間
- 持　ち　物：濡れてもよい服装、水着、着替え、タオル、サンダル
- 開催場所：恩納村ふれあい体験学習センター隣りの海岸
- 実施内容：漕ぎ方の説明、カヤックで無人島まで移動、上陸して自然観察

サンゴ再生コース

沖縄県では官民一体となり様々なサンゴ再生プロジェクトに取り組んでいます。このコースは自然環境について学び、実行する心を育む体験学習です。

詳細
- 期　　間：通年
- 定　　員：10～100名
- 所要時間：2～3時間　※人数によって異なります
- 持　ち　物：濡れてもよい服装、水着、着替え、タオル、サンダル
- 開催場所：恩納海浜公園ナビービーチ
- 実施内容：サンゴの説明、苗作り、植え付けられたサンゴの観察

※確認書の提出が必要です。恩納村ふれあい体験学習センターよりバス移動5分。荒天時は中止となります。

自然に学ぶ

沖縄の豊かな自然のなかで、遊び、学ぶことからエコロジカルな暮らしを体験してみませんか？自然の大切さを共に分かち合い次世代へ伝えていきましょう。 農業体験では農家さんとふれあいを通して亜熱帯風土の農業を体験できます。

海辺のエコツアー

恩納村集落のお墓や植物の観察、アダンのトンネルを抜けて海へ出て星砂探し。木陰から海をながめて一休み。沖縄の精神世界の一つ「ニライカナイ」を感じてみませんか？

詳細
- 期　　間：通年
- 定　　員：10～40名
- 所要時間：2.5～3時間
- 持　ち　物：動きやすい長袖、長ズボン、スニーカー、帽子、タオル、飲み物、カッパ（雨天時）
- 開催場所：万座毛近辺
- 実施内容：海岸と暮らしについて説明、自然散策

※人数によって班分けします。恩納村ふれあい体験学習センターよりバス移動５分。イノー観察との同時開催不可。荒天時は中止となります。

イノー観察　※干潮時のみ実施可能

昔から中国や本土に貝を輸出していた沖縄の干潟は生き物が多く生息しています。恩納村の屋嘉田潟原は、環境省の重要湿地500に選ばれています。何種類の生物が住んでいるか探してみましょう。

詳細
- 期　　間：通年
- 定　　員：10～40名
- 所要時間：2.5～3時間
- 持　ち　物：濡れてもよい服装、ハーフパンツ、帽子、タオル、飲み物、カッパ（雨天時）
- 開催場所：恩納村ふれあい体験学習センター隣りの海岸
- 実施内容：イノーの説明、観察、まとめ

※人数によって班分けします。海辺のエコツアーとの同時開催不可。荒天時は中止となります。

サトウキビ収穫＆黒糖作り

15世紀半ば頃に中国から伝えられたサトウキビ栽培と砂糖の製造。厳しい自然環境でも生育し、琉球王朝時代から担ってきたサトウキビの収穫と黒糖づくりを農家さんと一緒に体験します。

詳細
- 期　　間：10月～5月
- 定　　員：10～60名
- 所要時間：2.5～3時間
- 持　ち　物：汚れてもよい服装、軍手、スニーカー、タオル、飲み物、カッパ（雨天時）
- 開催場所：南恩納農園
- 実施内容：サトウキビ収穫、サトウキビ圧搾、黒糖作り

※人数によって班分けします。恩納村ふれあい体験学習センターよりバス移動５分。荒天時は中止となります。

アガラサー（沖縄風蒸しカステラ）

薪に火を付けカマドを使い、大鍋で作る蒸しカステラです。お祝い事など大勢の客にふるまう一品で、黒糖やバショウ（アガラサーを包む葉）の香りが沖縄らしさを感じさせます。

詳細
- 期　　間：通年
- 定　　員：10～30名
- 所要時間：2.5時間
- 持　ち　物：汚れてもよい服装、エプロン
- 開催場所：マキヨ屋嘉田
- 実施内容：調理実習、試食、片付け

※人数によって班分けします。恩納村ふれあい体験学習センターよりバス移動５分。

その他のプログラム

現代で発展してきた新しい工芸や
流行を取り入れた芸術を
実際に作って体感することができます。

海玉ストラップ

漁師が定置網や漁船等の係留で使われていた「びん玉」と呼ばれる浮き玉をモチーフにビー玉と糸を使って作るストラップです。ビーズを付けて飾り付けもできます。

詳細
- 期　　間：通年
- 料　　金：**￥2,750（税込）**
- 定　　員：10～40名
- 所要時間：1.5～2時間
- 持ち物：特になし
- 開催場所：恩納村ふれあい体験学習センター又は村内施設
- 実施内容：糸を編み込む、ビー玉を入れて成形、ビーズで飾り付け

※作品は当日、持ち帰りできます。

島ぞうり

島ぞうりは色の異なる2色の層になっています。表面を専用ナイフで彫っていき、下の層が見えるとだんだん絵になってきます。現代アートでありながらも昔ながらの島ぞうりに愛着が持てるでしょう。

詳細
- 期　　間：通年
- 料　　金：**￥1,650（税込）**
- 定　　員：10～40名
- 所要時間：3時間
- 持ち物：特になし
- 開催場所：恩納村ふれあい体験学習センター又は村内施設
- 実施内容：下書き、創作実習

※色・サイズ事前確認。作品は当日、持ち帰りできます。

琉球グラス絵付け

琉球グラスに絵やメッセージを描いてオリジナルグラスを作りましょう。グラスは透明なので、見本の絵をグラスの内側に貼り付けて、外側からなぞる事もできます。

詳細
- 期　　間：通年
- 料　　金：**￥3,080（税込）**
- 定　　員：5～40名
- 所要時間：2時間
- 持ち物：汚れてもよい服装
- 開催場所：恩納村ふれあい体験学習センター又は村内施設
- 実施内容：グラス選び、下書き(下絵選び)、絵付け、梱包

※作品は当日、持ち帰りできます。

シェルフォトフレーム

海からの「贈り物」サンゴや貝がらなどを使い、フレームをデコレーションしてオリジナルの作品を作りましょう。沖縄の旅の写真を入れてみてはいかがですか。

詳細
- 期　　間：通年
- 料　　金：**￥2,420（税込）**
- 定　　員：10～40名
- 所要時間：1.5～2時間
- 持ち物：特になし
- 開催場所：恩納村ふれあい体験学習センター又は村内施設
- 実施内容：装飾材料選び、装飾、梱包

※作品は当日、持ち帰りできます。

ジェルキャンドル

魚が泳いでいる様子はまるで水族館。ジンベイザメやマンタなどガラスの魚は20種類の中から好きなものを1つ選べます。貝殻やサンゴ、琉球ガラスのかけらで飾り付けた作品はここでしかできない貴重なものです。

詳細
- 期　　間：通年
- 料　　金：**￥2,420（税込）**
- 定　　員：10～40名
- 所要時間：2時間
- 持ち物：特になし
- 開催場所：恩納村ふれあい体験学習センター又は村内施設
- 実施内容：土台作り、装飾、ジェルを流し固める、梱包

※作品は当日、持ち帰りできます。50℃以上の熱い場所へ放置しないでください。
飛行機に乗る際は手荷物でお願いします。

絵付けペアシーサー

素焼きのシーサーに9色のアクリル絵の具を塗り重ね、オリジナルのシーサーが作れます。沖縄では口を開けたオスが幸福を招き、口を閉じたメスが災難を弾くと言われています。守り神としてお部屋に飾ってみませんか。

詳細
- 期　　間：通年
- 料　　金：**￥3,300（税込）**
- 定　　員：10～40名
- 所要時間：2時間
- 持ち物：汚れてもよい服装
- 開催場所：恩納村ふれあい体験学習センター又は村内施設
- 実施内容：1色に塗り乾かす、模様を描く、乾燥、梱包

※作品は当日、持ち帰りできます。

調整中

調整中

鑑賞プログラム

伝統芸能・文化をテレビや情報雑誌だけではなく、生の演奏を通してその良さを感じていただけます。

エイサー鑑賞

先祖供養の為、お盆に地域の若者たちによって踊られるエイサー。恩納村で実際に踊られている本物のエイサーを鑑賞できます。簡単な体験コーナーもあります。最後は全員参加のカチャーシーで盛り上がりましょう。

詳細
- 期　　間：通年　※実施可能時間19:30～22:00の間、恩納村外の場合は20:00～22:00
- 出演者：6～10名
- 所要時間：1時間
- 持ち物：特になし
- 料　　金：**￥88,000（税込）**
- 開催場所：宿泊施設又は恩納村ふれあい体験学習センター
- 実施内容：演舞鑑賞、希望者体験、カチャーシー

※演舞鑑賞のみのプログラムも可能です。

三線ライブ

県内若手トップレベルの実力を持つ沖縄県立芸術大学の琉球芸能専攻 OB会を中心に古典音楽からポップスまで色々なジャンルの三線音楽が楽しめます。

詳細
- 期　　間：通年　※実施可能時間19:30～22:00
- 出演者：2名～
- 所要時間：30～40分
- 持ち物：特になし
- 料　　金：**￥55,000（税込）**
- 開催場所：宿泊施設又は恩納村ふれあい体験学習センター
- 実施内容：民謡・沖縄ポップスの鑑賞

※出演者を増やすと、より本格的な琉球音楽が楽しめます。

沖縄の歌と踊りの鑑賞会

県内若手トップレベルの実力を持つ沖縄県立芸術大学の琉球芸能専攻OB会を中心に生演奏で行われる琉球舞踊が鑑賞できます。最後は全員参加のカチャーシーで盛り上がりましょう。

詳細
- 期　　間：通年　※実施可能時間19:30～22:00
- 出演者：5名～
- 所要時間：40分
- 持ち物：特になし
- 料　　金：**￥82,500（税込）**
- 開催場所：宿泊施設又は恩納村ふれあい体験学習センター
- 実施内容：民謡・沖縄ポップス、琉球舞踊の鑑賞

※出演者を増やすと、より本格的な琉球音楽が楽しめます。

一般体験プログラム

企業や一般の研修として活用できます！
個人の方でも「サンシン」や「琉舞」等、沖縄の生活文化が体験できます。

サンシン

沖縄で最も身近な楽器のサンシン。沖縄のメロディーを奏でるサンシンに触れ琉球音楽を体験できます。
※1名での体験をご希望の場合は、ご相談ください。

詳細
- 期　　間：通年
- 定　　員：2名～
- 所要時間：2時間
- 持 ち 物：特になし
- 開催場所：恩納村ふれあい体験学習センター又は村内施設
- 実施内容：サンシンの説明、模範演奏、実技指導
- 料　　金：**￥3,300(税込)**

琉球舞踊

琉球舞踊は琉球王朝時代に冊封使歓待のため創作された古典舞踊と庶民的な雑踊りがあります。独特な足の運びや手、指の動き、腰の使い方等を学びます。
※男性も体験可能です。1名での体験をご希望の場合は、ご相談ください。

詳細
- 期　　間：通年
- 定　　員：2名～
- 所要時間：2時間
- 持 ち 物：動きやすい服装、タオル、飲み物
- 開催場所：恩納村ふれあい体験学習センター又は村内施設
- 実施内容：琉球舞踊の説明、模範演技、実技指導
- 料　　金：**￥3,300(税込)**

沖縄の家庭料理

チャンプルー料理やソーキ汁など代表的な家庭料理を調理します。地元のお母さんたちが親切、丁寧に教えます。
※1名での体験をご希望の場合は、ご相談ください。

詳細
- 期　　間：通年
- 定　　員：2名～
- 所要時間：3時間
- 持 ち 物：特になし
- 開催場所：恩納村ふれあい体験学習センター又は村内施設
- 実施内容：メニュー説明、調理実習、試食、片付け
- 料　　金：**￥3,850(税込)**

沖縄の長寿料理

長寿県と言われていた沖縄は他県に比べ、動物性タンパク質、緑黄色野菜、豆類、果物の摂取量が数倍多く、ミネラル豊富な海藻類も摂取しており、先人たちはバランスのとれた食生活をしてきました。
※1名での体験をご希望の場合は、ご相談ください。

詳細
- 期　　間：通年
- 定　　員：2名～
- 所要時間：3時間
- 持 ち 物：特になし
- 開催場所：恩納村ふれあい体験学習センター又は村内施設
- 実施内容：メニュー説明、調理実習、試食、片付け
- 料　　金：**￥4,400(税込)**

海人サンセットクルージング

恩納村内の海人(ウミンチュ)が所有する遊漁船に乗り込み、サンセットクルージングに出発します。新鮮な海ぶどうを船の上でほうばりながら、地元海人と交流できるのも魅力です。三線の音色を聴きながら、ゆったりと流れる時間に身を任せる恩納村ならではの貴重な体験です。

詳細
- 期　　間：通年　※荒天時は中止となります。
- 定　　員：10～15名
- 所要時間：1～1.5時間
- 持 ち 物：特になし
- 開催場所：真栄田漁港
- 実施内容：クルージング、ミニ三線ライブ
- 料　　金：**￥3,850(税込)**

荒天時のみの実施可能コース

★屋外体験は荒天時に中止となる場合があります。
その際は室内体験へ振り替えて頂いております。
屋外体験をご希望の場合は、同時に荒天時振り替えコースもご検討ください。
事前に選んでいただくと、当日にスムーズな振り替えが可能です。

伝統芸能・文化に学ぶ

		受入人数	所要時間	備　考
サンシン		10～40	2時間	
エイサー体験	衣装無し	10～80	2時間	
	衣装有り	10～40	2時間	
琉球舞踊		10～20	2時間	

伝統工芸に学ぶ

		受入人数	所要時間	備　考
シーサー作り	置物シーサー	10～40	2.5時間	
	漆喰シーサー	10～40	2.5時間	

その他のプログラム

	受入人数	所要時間	備　考
海玉ストラップ	10～40	1.5～2時間	
島ぞうり	10～40	3時間	
琉球グラス絵付け	10～40	1.5～2時間	同時開催の場合は合計80名まで
シェルフォトフレーム	10～40	1.5～2時間	
ジェルキャンドル	10～40	2時間	
絵付けペアシーサー	10～40	1.5～2時間	

- 受入人数は晴天時の人数も含めた人数となります。
  例：晴天時サンシン 30 名の場合、荒天時に受入れ可能な人数は 10 名です。
- 2 ヶ月前までにご連絡頂けると助かります。
- 各コースの受入れ人数に伴わない場合はお問い合わせください。

ONNA VILLAGE MAP

— 恩納村マップ —

恩納村

面積：50.82㎢
総人口：11,001人
（2018年3月現在）

沖縄県

面積：2,281㎢
総人口：1,447,134人
（2018年3月現在）

ふれあい体験学習センター
（恩納村観光協会）

ナビービーチ（マリン体験）

東シナ海
【沖縄海岸国定公園】

ハレクラニ沖縄
スパリゾート エグゼス
沖縄かりゆしビーチ リゾート・オーシャンスパ
希望ヶ丘 ペンションビレッジ
浜釣り
名嘉真
県民の森
海の旅亭おきなわ 名嘉真荘
熱田海岸
美らオーチャード ゴルフ倶楽部
ホテル みゆきビーチ
喜瀬武原
ジ・アッタテラス クラブタワーズ
安富祖
御菓子御殿
みゆき ハマバルリゾート
オリエンタル ヒルズ沖縄
瀬良垣
ハイアットリージェンシー 瀬良垣アイランド沖縄
ANAインターコンチネンタル 万座ビーチリゾート
恩納漁港
万座毛
エコツアー
恩納公民館
太田公民館
恩納村役場
宜志富島
ヨウ島
イノー観察
恩納小・中
恩納小中校前
マキヨ屋嘉田
南恩納農園
（サトウキビ収穫）
太田
恩納
南恩納
恩納岳
OIST
屋嘉トンネル
リザンシーパーク ホテル谷茶ベイ
谷茶前節の歌碑
シェラトン沖縄サン マリーナリゾート
谷茶
恩納村バイパス
ホテルモントレ沖縄 スパ&リゾート
カフーリゾートフチャク コンド・ホテル
・ムーンビーチパレスホテル
・ホテルムーンビーチ
前兼久漁港
冨着
かねひで恩納 マリンビューパレス
デザイナーズリゾート なかどまinn
前兼久
ホテルサンセットヒル
真栄田岬
真栄田漁港
ベストウェスタン 沖縄恩納ビーチ
ペンション美留
ルネッサンス リゾートオキナワ
恩納村博物館
真栄田
山田
仲泊
フォレスト アドベンチャー IN恩納
琉球村
恩納村文化情報センター
おんなの駅 なかゆくい市場
塩屋
宇加地
ビオスの丘
石川岳
屋嘉 IC
石川 IC
58
88

400m　恩納村と石川の境

アクセス情報

ふれあい体験センターまで

●那覇空港から車で50分

【最寄りのインター】
●屋嘉I.Cから車で7分　●許田I.Cから車で20分

【最寄りのバス停】
●恩納小学校前下車徒歩3分（那覇空港よりバスで約90分）

ふれあい体験センターから「屋外体験上」まで

●イノー観察	徒歩約2分
●エコツアー	車で約5分
●サトウキビ収穫（南恩納農園）	車で約5分
●マキヨ屋嘉田	車で約5分
●ナビービーチ	車で約5分
●恩納漁港	車で約5分
●浜釣り	車で約20分

安全対策・留意事項

沖縄の食に学ぶ

- コンロやガスの点検。エプロンや頭巾の装着、手洗い等の衛生指導。包丁の取扱いや、油など、火の周辺の行動には要注意指導。調理室消火器具の設置。
  ※食物アレルギーのある方は事前にご確認下さい。

伝統工芸に学ぶ

- 漆喰シーサーは手が荒れないよう手袋着用。
- 紅型は衣服が汚れないようエプロンを着用（衣服に付くと落ちません）。

海に学ぶ

- 船釣りは必ず、ライフジャケットを着用。つり針が周りの人に引っかからないよう注意。船酔いや体調不良などを考慮し直ちに戻れるよう港から沖まで１キロ範囲内でのポイントで実施。釣った魚は毒を持っていないか漁師に確認してから触る。
- シーカヤックは必ず、ライフジャケットを着用し、寒い場合はウエットスーツを着用。当日体調の確認。救助用ジェットスキー、陸に１名の監視人を配置。
- マリン体験（スノーケル）ライフジャケットを必ず着用。事前の病歴書提出。当日体調の確認。スノーケルの使い方、安全確認。バナナボートは専用のヘッドキアを着用。
- 浜釣りについては日差しが強い場合は熱中症などを避けるため、木陰で休憩や水分の摂取。つり針が周りの人に引っかからないよう注意。

自然に学ぶ　海に学ぶ　共通注意事項

- 悪天候時の強風、大雨（雷警報時は即中止）の場合の実施判断はスタッフとインストラクターにより判断。前日、又は体験当日の早朝に判断し、旅行添乗員へ連絡。屋内のコースに振替可能（事前調整）。

伝統芸能・文化に学ぶ

- 屋内体験は室温の調整。教室で日が当たりすぎる場合はブラインド等で調整。
- 琉球舞踊とエイサー体験は動きやすい格好。
- 空手は裸足になり、動きやすい格好が好ましい。

自然に学ぶ

- イノー観察については専用靴を用意。危険個所の説明。
  エコツアーは長袖、長ズボン、運動靴(ビーチサンダル不可)を着用。
- サトウキビ畑は危険生物の有無の確認。農機具の安全確認。器具の取り扱いについて指導。帽子、タオルなどでの日よけ指導、救急箱の設置。日差しが強い場合は熱中症などを避けるため、木陰で休憩や水分の摂取。

①参加承諾書・免責同意書および参加者名簿の作成と記入

- スノーケル体験については、コース参加承諾書および免責同意書を事前にお送りし、参加生徒と保護者の署名を頂きます。

②健康調査表（メディカルチェックリスト）の作成と記入

- スノーケル体験については、健康調査票へ生徒自身に健康状態を記入してもらいます。記入後の調査表は、実施統轄責任者および担当指導員が厳密にチェックをし、参加の可否を決定します。

③健康状態の基準

- スノーケル体験のコースに参加できない健康状態の基準を病歴書の内容に沿って定めています。

④厳守事項の設定

- 水上と水中、陸上での事故防止と、コースを円滑に進行するため、注意事項および協力事項を設定しており、「修学旅行のしおり」などへの記載と、事前に生徒全員への告知をお願いしています。また、事前講習や当日の開校式に於いても指導員から口頭で徹底します。

保険等の加入状況

- 賠償責任保険支払限度額：１事故につき障害・死亡１億円、身体５億円、財物１千万円、生産物特別賠償責任保険
- 三井住友海上火災保険株式会社
- マリン請負業者

緊 急 体 制

事故発生

スタッフ・指導員は事故者・病人の状態をチェックし、
一般社団法人恩納村観光協会 へ連絡
代表電話 098-966-2893　緊急連絡先 090-9780-3005（金城）

→ 主催旅行者
学校責任者

軽傷の場合 → **応急処置**

小事故・病人の場合 → **救護所へ連れて行き手当て**

重症・重体の場合 → 状況により、すべてのプログラムを中止。スタッフは緊急体制へ。総括責任者は全ての指揮をとる。

119　消防署 → **緊急病院へ搬送**

110　警察署

役場

各 種 連 絡 先

■警察署・消防署・海上保安署・関係組織

石川警察署	☎ 098-964-4110
恩納交番	☎ 098-966-8121
名護警察署	☎ 0980-52-0110
消防	☎ 119（緊急）
金武地区消防（恩納分遣署）	☎ 098-966-8118
金武地区消防（本部）	☎ 098-968-2020
海上保安庁	☎ 118（緊急）
名護海上保安署	☎ 0980-53-0118
恩納村役場（商工観光課）	☎ 098-966-1280
恩納村漁業協同組合	☎ 098-964-2797

■医療機関（メイン会場からの移動時間）

最寄診療所	
恩納クリニック（約３分）	☎ 098-966-8115
みのり内科クリニック（約20分）	☎ 098-965-7770
まつしまクリニック（約36分）	☎ 098-958-6888
緊急医療機関	
沖縄県立中部病院（約30分）	☎ 098-973-4111
沖縄県立北部病院（約30分）	☎ 0980-52-2719

ふれあい体験学習指導者紹介

沖縄の食に学ぶ

伝統芸能・文化に学ぶ

伝統工芸に学ぶ

自然に学ぶ

海に学ぶ

その他のプログラム

ご利用にあたって

- お申込みはFAX、メールにてお申し込み下さい。利用状況確認後、予約済確認書をお送り致します。予約が多い場合やイベント等にて施設使用が制限される場合もございます。近隣施設へ移動して実施いたしますので、ご理解下さる様お願い致します。

お申し込みから当日までの流れ

お申込み
FAX、メールにてお申し込み下さい。

→ **事前打ち合わせ・コース選択等**
学校側の意見や要望などを取り入れ、運営表を作成します。

→ **コース、人数決定**
３ヶ月前までにコース、人数等の報告をお願いします。その後、荒天時の振替コース等をご案内致します。

→ **体験学習実施**
前日もしくは当日に最終人数の確認や屋外体験の実施可否などご連絡致します。

主な加盟（協力・団体）

- 恩納村
- 恩納村漁業協同組合
- 一般社団法人沖縄体験観光協会
- 恩納村商工会
- 沖縄県農業協同組合恩納支店
- （財）沖縄観光コンベンションビューロー