

伊豆・河津町で 自然体験!

のんびり、ゆったり、夢中になって。

自然の恵みが豊かな河津町だから、
1年を通して、いろんな手づくり体験をお楽しみいただけます。
のどかな景色の中で、ステキな思い出を
ココロに刻んでください。
みなさまのお越しをお待ちしています。



海藻おしば

海の恵みを使って、絵を描こう!

- 期間 通年(年末年始除く)
- 所要時間 1時間30分
- 費用 お一人様2,000円
- ※要予約(5名様より)

アオノリ、アオサ、ユカリなど、
伊豆の海でとれた海藻を使って、
ポストカードやしおりに絵を描
いてみましょう。海藻は、形や色
がさまざま。さらに、広げたり長
さを変えたりしながら組み合わ
せていくと、どんどんアイデア
が浮かんできます。世界でたっ
た1枚の海藻おしばアートは、完
成も楽しみ。

美しい海藻を使って、
絵にする楽しみを味わって!



1 海藻は、すぐに使えるよう、種類ごとに
わけて用意してあります。水の入った
容器に取り出すと、広がって色や形
がよくわかります。



2 ポストカードやしおりにするカードに海藻
を並べて、絵を描きます。海藻は水の中
ではきれいに広がりやすいので、大まか
な絵が決まるまでは水の中で作業をします。



3 海藻が重ならないよう先端まで広げたり、
ねじれを直したり…。細かな作業は水から
出して行きます。違う種類の海藻を加え
たりしながら、仕上げていきます。



Scintia japonica フサノリ(紅藻) Ulva pertusa アナアオサ(緑藻) Sargassum sp. ホンダワラ(褐藻)

絵が完成したら海藻おしばの体験は終了です。
作品は乾燥後にラミネート加工をして、郵送いたします。

わさび漬けづくり

新鮮なわさびで、作ってみよう!

- 期間 通年(年末年始除く)
- 所要時間 1時間30分
- 費用 お一人様1,500円
- ※要予約(5名様より)



伊豆半島では江戸時代より、わさ
びの栽培がさかんです。昔の人は
薬味のほかに、風邪をひいた時
に根茎を煎じて飲んでいたそう
です。葉や茎は塩漬けて、漬
物代わりにされていました。やが
て、酒かすに細かく刻んだわさ
びの茎を漬け込み、洗わずにその
まま食べるわさび漬を考案。以来、
多くの人々に愛されています。

わさびのツツとした辛味が、
生きています。



1 わさびの茎を水洗いした後、5mmほ
どの長さに切りそろえます。根の部分
も細かく刻み、茎と混ぜます。



2 ボールに入れ軽く塩をふって、30分から
1時間おいておきます。その間、酒粕、水
飴、塩をよく混ぜ合わせておきます。ボ
ールの中のわさびの茎をふきんでよく絞
ります。ふきんの代わりに三角コーナ
ーに入れるネットを使うと便利です。



3 絞ったワサビと酒粕をよく混ぜ合わせます。
ラップなどに包み、冷蔵庫で3日おい
た頃から食べられます。

※酒粕にいれる茎の量は、その時の茎の硬さ
や絞り方によって変わってきますので、お好み
のバランスになるよう調節してください。

塩づくり

天然塩は、風味もまろやか!

期間 通年(夏期と年末年始除く)

所要時間 約2時間

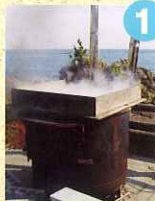
費用 お1人さま2,000円

※要予約(10名様より)



沖合で汲みあげた海水を鍋に入れて火にかけ、水分を蒸発させます。鍋の中の海水が少なくなったら注ぎ足し、塩分の濃度をどんどん高めます。5~6時間後には海水の重さが10倍以上に。取り出した塩を乾燥させれば、できあがり。伊豆の海を存分に味わって。

昔ながらの製法で仕上げた塩は、ミネラルも豊富です。



1 90cm四方の鍋に海水を入れ、薪を使って強火にかけ、沸騰させます。



2 鍋の中の水分が少なくなったら海水を注ぎ足し、煮詰めます。鍋底に塩の結晶ができてきます。それをすくい上げてザルに入れ、乾燥させればできあがり。

*塩づくりには時間がかかるため、体験が行われる日は早朝よりスタッフが海水を煮詰めておきます。途中からの参加になることをあらかじめご了承ください。

ひもの作り

自家製あじのひらきは、いかが?

期間 通年(年末年始除く)

所要時間 約1時間30分

費用 お1人さま1,500円

※要予約(5名様より)



包丁の先をえらぶたから入れ、カマを少し切ります。次に腹と包丁を水平にして、尾まで切ります。今度は刃を立て皮の部分だけ切り、刃を水平にして尾に向かって切ります。指でつまむようにして、えらを取り除き、ゆっくり引き抜くと内蔵もとれます。

我が家の新しい味の登場に、期待しましょう。



1 内蔵をとったあと、腹を指でつまみ軽く開くようにして切り開きます。背骨に沿って尾まで包丁で押すようにするのがポイント。



2 開いたら軽く水洗いして、10%の食塩水に20~30分漬けます。そのあと、風通しの良い日陰の網の上で、3~4時間干せば、できあがり。

ところてん作り

てんぐさから作るなんて、不思議!

期間 通年(年末年始除く)

所要時間 約2時間

費用 お1人さま1,500円

※要予約(5名様より)



食物繊維たっぷり健康食品

てんぐさは、紅藻類テングサ目テングサ科に属するマクサ、ヒラクサなどの総称で、海中の岩場に着生しています。磯に近く、波が荒い場所のものが良質といわれ、まさに伊豆近海は国内でも有数の産地。煮るとドロドロに溶け、冷えると凝固します。



1 てんぐさを水でさっと洗って沸騰したら酢を入れ、ふきこぼれないようにして約25分、煮詰めます。



2 鍋の中身を布製の袋に移し、煮汁をよくこします。表面にできる気泡は、冷める前にスプーンなどですくいとりします。



3 こした煮汁が冷めて固まったら、包丁などで適当な大きさに切り、水に浮かべて冷蔵庫で保管します。

*ところてん突きで鉢に押し出し、黒みつや三杯酢をかけていただきます。

みかんジャム作り

もぎたてをジャムにしよう!

期間 通年

所要時間 約1時間30分

費用 お1人さま1,500円

※要予約(5名様より)



好みの甘さにできるのが自家製の楽しみ。

伊豆では10月~12月の早生みかん、温州みかんのほか、1月~6月にかけては、いよかん、ネーブル、はっさく、甘夏みかん、ニューサマーオレンジなど、さまざまなみかんが収穫できます。それぞれの味わいを生かしながら、おいしいジャムを作りましょう。



1 みかんは外皮をむき、袋から実を取り出します。外皮は約1mmに刻んで、流水でもみ洗いしてよくしぼり、ざるに入れておきます。



2 みかんをひたひたの水で煮立てます。2度ほど吹きこぼした後、水を加えて30~40分、煮詰めます。その後、ざるにあけます。



3 ②の煮汁を半分まで煮詰め、②のみかんと外皮を加えて中火で煮ます。皮が柔らかくなったら砂糖を入れ、さらに煮詰めればできあがり。

*煮詰め加減は、お玉で汁を垂らした時、お玉の先にとまるくらいが目安です。煮詰めすぎると固まるので、注意しましょう。

お申し込みは...

○5名以上でお申込みください。

○ご予約は、お電話にて右記の内容をお伝えください。

- 代表者のお名前
- 代表者のご住所、ご連絡先
- 自然体験の種類
- ご希望の日時
- 人数(大人/子供)

*体験可能な期間であっても、天候などによりご希望に添えない場合もあります。あらかじめご了承ください。

アクセス

【車の場合】

- 東京方面から……東名、厚木ICより、小田原厚木道路・真鶴道路・熱海ビーチライン・国道135号線を経由して、約2時間40分
- 名古屋方面から……東名、沼津ICより、国道136号線・414号線を経由して、約1時間30分

【電車の場合】

- 東京方面から……特急「踊り子号」(乗り換えなし)でJR東京駅より伊豆急行・河津駅まで2時間40分(JR熱海駅から伊豆急行・河津駅までは1時間15分)

*ダイヤによって所要時間は多少変わります。

河津町観光協会

〒413-0513 静岡県賀茂郡河津町浜159-1 TEL.0558-32-0290 FAX.0558-34-0864
E-mail/info@kawazu-onsen.com http://www.kawazu-onsen.com/

