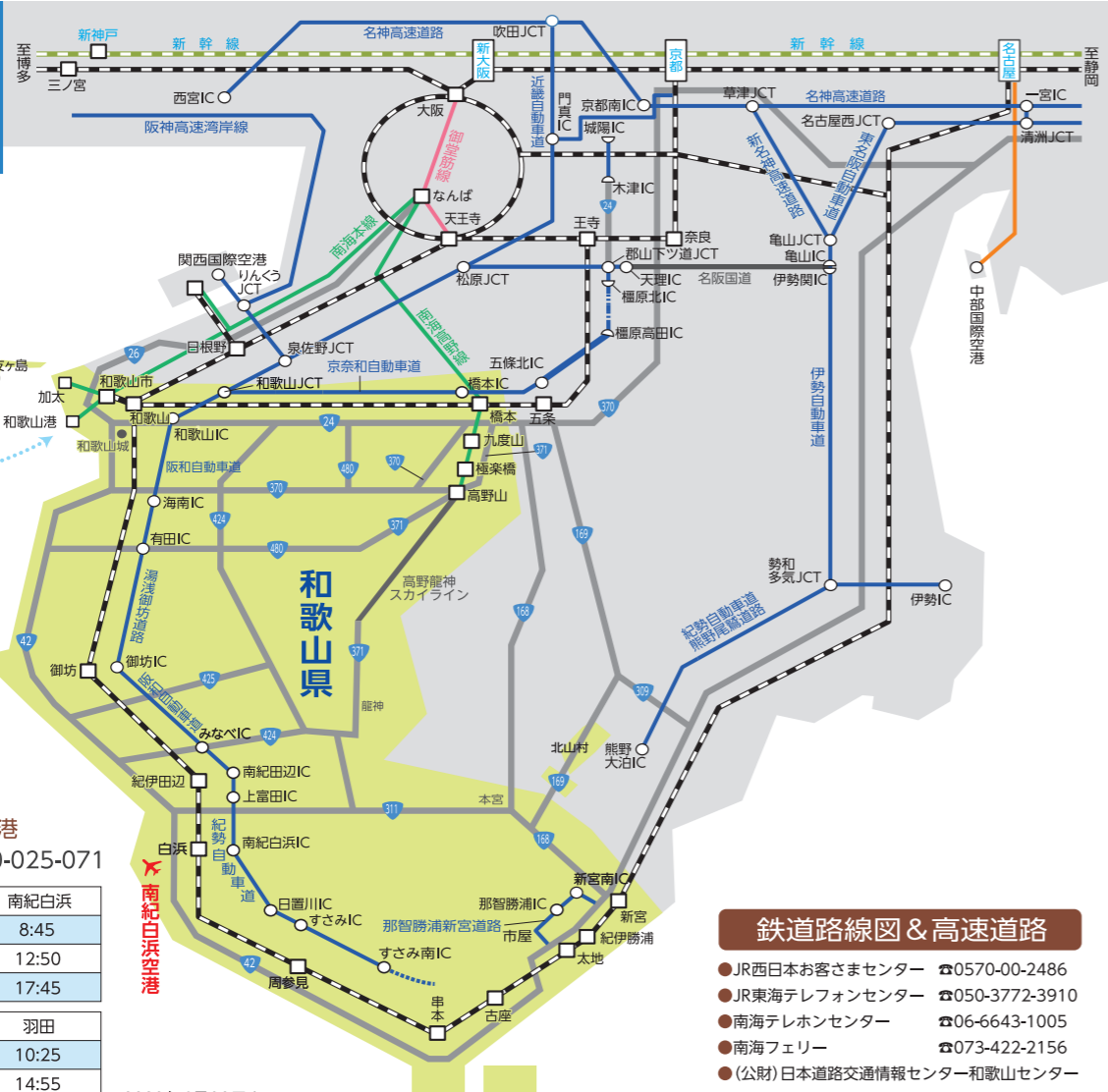


# 交通アクセス

- 新幹線
- JR線
- 南海電鉄
- Osaka Metro
- 名古屋鉄道
- 高速道路
- 国道



**空路**  
 羽田空港 ↔ 南紀白浜空港  
 日本航空 (JAL) ☎0570-025-071

便名	羽田	→	南紀白浜
JAL 213	7:30	→	8:45
JAL 215	11:40	→	12:50
JAL 219	16:35	→	17:45

便名	南紀白浜	→	羽田
JAL 212	9:20	→	10:25
JAL 214	13:45	→	14:55
JAL 218	18:30	→	19:40

※2023年6月30日まで。  
以降はお問合せください。

- 鉄道路線図 & 高速道路**
- JR西日本お客さまセンター ☎0570-00-2486
  - JR東海テレホンセンター ☎050-3772-3910
  - 南海テレホンセンター ☎06-6643-1005
  - 南海フェリー ☎073-422-2156
  - (公財) 日本道路交通情報センター和歌山センター ☎050-3369-6630

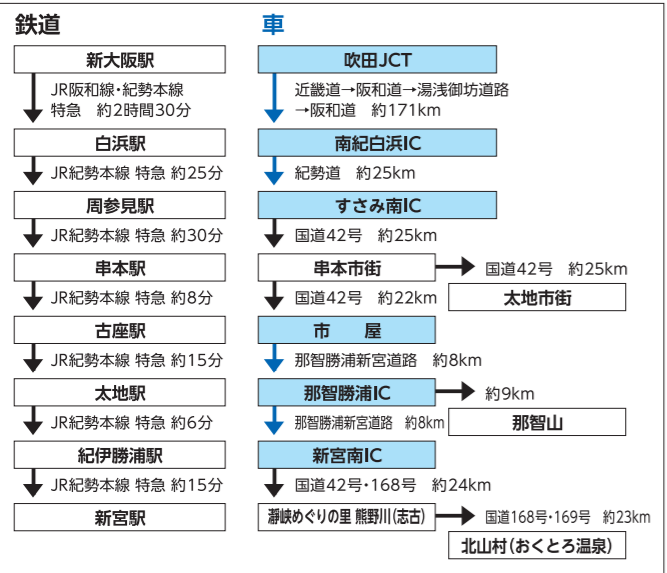
# WAKAYAMA Workation

和歌山ワーケーション

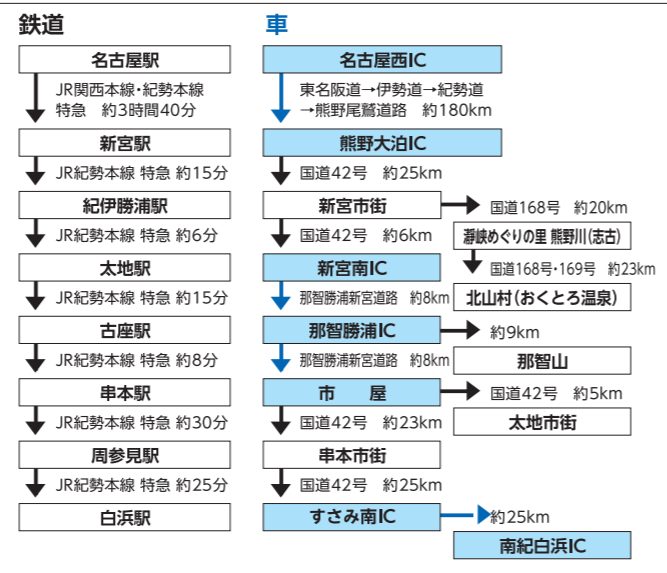


企業と地域をつなぐ  
 新しいワークスタイル

## 大阪方面から



## 東京・名古屋方面から



問合せ先 和歌山県観光振興課 TEL:073-441-2777  
 〒640-8585 和歌山県和歌山市小松原通1-1

和歌山県ワーケーションページ

和歌山県観光ホームページ

本冊子のデータについて:データは時期により変更になる場合もございます。ご利用の際は、事前に各施設等にご確認ください。





# ワーケーションに最適な和歌山県

ワーケーションとは

**Work**(仕事) + **Vacation**(休暇)

ワーク(仕事)とバケーション(休暇)を組み合わせた造語で、テレワーク等を活用することで、リゾート地や温泉地等、普段の職場とは異なる場所で地域の魅力に触れながら仕事を行う新しいワークスタイルです。

『いつもどおり』の仕事しながら『いつもと違う』場所で『いつもと違う』経験や体験をすることができます。

## 和歌山県のワーケーションの特徴

**Work**(仕事) + **いろいろなation**

和歌山県ではワーケーションを「価値創造ツール」と考え、訪問された方々に対して、非日常での活動を通じた**イノベーション**(Innovation)創出の機会を提供できるように取組を進めてきました。

それらの体験の中で、一人ひとりが自分自身と向き合っていたいただき**新たな自分と出会う場や、新たな気付き・学びを得る場**(Motivation / Education)になればと考えています。

また、地域側においても、**訪問者との協働**(Collaboration)により、訪問者との交流を通じて様々な知見や視点をいただくことで、地域課題の解決や新たなビジネスが生まれることが期待されます。

# ワーケーションエリアマップ 豊富な観光資源×多様な体験×快適なワークプレイス

**P27** 地域資源を生かした町づくり

**P25** 高野山の歴史・文化の影響を色濃く受ける高野山麓

**P23** 弘法大師の懐に包まれ、非日常な体験ができる

**P21** 城下町の歴史・文化、大地の成り立ちを体感

**P19** 新しい自分を見つけられる五感に響く大自然

**P17** 多様性を受け入れる、熊野の精神が息づく地

**P13** 海・山・川の大自然すべてを感じる

**P11** 楽しみ方は無限大。自転車旅にでかけよう。

**P09** ワケーションの一步先をいくリゾート地

**P29** 自然を活用して、地方再生に取り組む

## Contents

目的別ワーケーション	
地域課題解決型	3
SDGs型	4
ビジョン経営型	5
ダイバーシティ型	6
健康経営型	7

ワーケーションエリア	
ワーケーションの一步先をいくリゾート地	9
楽しみ方は無限大。自転車旅にでかけよう。	11
海・山・川の大自然すべてを感じる	13
世界で認められた和歌山の観光地	15
多様性を受け入れる、熊野の精神が息づく地	17
新しい自分を見つけられる五感に響く大自然	19
城下町の歴史・文化、大地の成り立ちを体感	21
弘法大師の懐に包まれ、非日常な体験ができる	23
高野山の歴史・文化の影響を色濃く受ける高野山麓	25
地域資源を生かした町づくり	27
自然を活用して、地方再生に取り組む	29



## 地域課題解決型

和歌山県は日本の自治体の中でも人口減少や高齢化が急速に進み、それを取り巻く様々な課題が早い段階から見えてきている地域です。また、林業や農業、自然を生かした観光産業に関する課題など、自然豊かな和歌山県ならではの課題も抱えています。このように、地域・企業課題が多く存在する和歌山に、異なる価値観を持つ人々が集まり、それぞれの役割を發揮して課題解決に向き合うことは、他では得難い経験となり、課題解決のみならず、イノベーション創出や人材育成などにも繋がるでしょう。

### こんな方たちにおすすめ

- リーダーシップの發揮が求められる若手リーダー層
- 新規事業開発の担当者社内外の多様な人材でプロジェクト推進する管理職

### 和歌山の資源

- 課題先進地域、和歌山
- 捉えやすいコンパクトなエリア
- たなべ未来創造塾



### 目的・得られること

- 地域課題のリアルな手触り感
- 地方創生への寄与
- 当事者として実行を前提とした生きたビジネス企画
- 多様な人材チームにおける価値創造とリーダーシップ
- 地域との関係性の構築

### 体験談(食品メーカー企業)

一番最初に感じたのは地域の実践者の方々がとても前向きだということ。どんな話も「できない」とは言われなかった。最初の1、2回はうまく意思疎通できていないと感じることもあったが、何度もディスカッションしながら、良い企画が作れたと思う。理性だけでは伝わらないこともあると感じたので、感情と理性のバランスが大事だということを痛感した。今後もつながり続けたいと思う。



## SDGs型

企業の社会的責任を果たすために、また中長期的な企業価値を向上させるために、重要度が高まっている「SDGs」。認知は進んでいるものの、実際にSDGsに関わる取り組みを進めていくためには、深く理解し、既存の事業活動と結びつけていくことが必要です。

和歌山県のように人口や経済規模がコンパクトな場所の方が、SDGsに関連した課題が容易に捉えられます。例えば、温暖化の影響は農業や漁業に影響を与えていると体感できます。持続可能な農業を行うための様々な工夫は、単に技術だけでなく、社会的な合意形成が欠かせないことを知り得ます。同時に持続的な経済成長を考えていくこと、またそれには長い時間が必要だということも認識できるでしょう。

### プログラム

- 世界遺産熊野古道の保全活動(道普請)
- 世界遺産梅システムの循環型経済体験
- 里山ソーシャルビジネスの成り立ちを聞く
- SDGs経営先進企業との交流会
- ビーチクリーンアップ活動
- 海洋資源保護ダイビング

### こんな方たちにおすすめ

- 企業のSDGs推進者
- SDGsを実践したいマネジメント層

### 和歌山の資源

- 世界農業遺産に認定された「みなべ・田辺の梅システム」
- 日本のエコロジー発祥の地
- 社会的合意形成の元のできる里山経済



### 目的・得られること

- SDGsの理解促進
- SDGsのビジネス実践
- ビジネスチャンスの創出
- 企業価値・イメージの向上

### 日本能率協会マネジメントセンター ことらぼ

「ことらぼ」とは、生きた地域課題を地元の若手経営者とリアルなビジネスで解決を目指す価値創造型のプログラムです。多様な人材から構成されるプロジェクトチームにおいて、専門スキルやリーダーシップなど一人の人間としての総合力を發揮しながら、当事者意識を持った自律的な事業家マインドを醸成します。

4ヶ月間のプログラム	Session0	メンバー顔合わせ・越境学習とは
	Interval 0→1	自己紹介シート
	Session 1	地域理解・事業者テーマ理解
	Interval 1→2	テーマ研究、ES 記入
	Session 2	配属決定、チームビルディング
	Interval 2→3	課題設定、企画の立案
	Session 3	アクションプラン発表
	Interval3→4	企画の改善施策実行
	Session4	進捗発表、フィードバック
	Interval 4→5	施策実行、成果検証
	Session 5	最終成果発表、まとめ
	Interval 5→6	総合振り返り、シート記入
Session 6	振り返り・学びの共有	

### 体験談(コンサルティング会社 コンサルタント)

世界遺産の熊野古道で悠久の歴史の中で引き継がれてきた自然や文化を未来へ繋いでいくことに直接触れることができSDGsを体感することができた。日常生活でSDGsという言葉はありふれているがこういったことを体感できる機会はなかった。道普請は企業のチームビルディングとしても最適だと感じた。SDGs先進企業の具体的な取り組みに触れることでビジネスとしてどのように浸透・仕組み化しているかは目から鱗だった。





## ビジョン経営型

企業のビジョンを明らかにしたり、そのビジョンを自分ごととして積極的な姿勢で捉えたりするためには、それ以前に個人のパーパスやキャリアを捉え直す必要があります。古より過去・現在・未来を見つめる「甦(よみがえ)りの聖地」である世界遺産・熊野古道を舞台として、ワーケーションを行うことで、企業および個人のビジョン・パーパス・キャリアを深く捉え直すのがビジョン経営型プログラムです。日常では優先してしまう数値目標を傍に置いて、距離も精神的にも離れた熊野の地で「将来の姿」をイメージしていきます。

### プログラム

- 熊野古道歩き(速玉・那智・本宮の3エリア)
- ビジョン経営先進企業との交流会
- ビジョン・キャリアの深堀りワーク

### こんな方たちにおすすめ

- 企業ビジョンを体現するマネジメント層・ビジョンの浸透担当者
- 今後のキャリアを考える若手リーダー層

### 和歌山の資源

- **過去・現在・未来を司る熊野三山**  
熊野三山とは、熊野速玉大社、熊野那智大社、熊野本宮大社、そして那智山青岸渡寺の3社1寺の総称です。
- **死生観を問う補陀落渡海**  
補陀落渡海(ふだらくとかい)とは、30日分の食料や油を積んだ小さな舟に乗り込み、呪文を唱えながら海の彼方の理想郷を目指すことです。
- **自らを鍛える修験道**  
森羅万象の中で超自然的な力を身につけ、衆生の救済を目的とする修験道です。

### 目的・得られること

- 企業ビジョンの浸透および体現
- 帰属意識の向上
- 若手リーダー人材のリテンション
- セカンドキャリアへの転身



### 体験談(IT企業 エンジニア・課長)

企業における理念の大切さを改めて感じた。理念は1つの巨大な矢印のようなイメージ。企業理念やビジョンに沿った人材が集まってくる、まさにそうでありたいし、そうさせたいと強く感じた。仕事を目の前のやらなければならないことだけでなく、その中に自分のキャリアとの融合と楽しみを見いだせたらより豊かに生きていけると感じた。自社への理念の浸透・布教にも自信を持って努めていきたい。



### 体験談(旅行会社 企画開発部)

体験する前に太地町を舞台にした反捕鯨の姿勢を示す映画と、それに反論する映画の両方を見た。とても繊細な状態だと思い込んでいた太地町だったが、訪れてみると暖かく迎えられ、また町の人も朗らかに暮らしていた。当たり前なことだが、実際に訪れてみないとわからない。外野で学んで意見を持つだけではいけないと思った。また様々な視点から捕鯨を学び、答えは見つからなかったが、自分なりの答えを見つけるまで自分ごととして接し続けることだけが自分のできることだと知った。



## ダイバーシティ型

ダイバーシティ(Diversity)は、直訳すると「多様性」です。年齢、性別、人種、宗教、趣味嗜好など、さまざまな属性の人が集まった状態のことを指します。これからの時代には欠かせないキーワードとして人権問題や雇用機会の均等などで人々の関心が高まりました。現在では、多様な人材を活用することで、組織の生産性や競争力を高める経営戦略の一つとされています。

### プログラム

- 太地町のまちづくりを知る
- 捕鯨に関わる地域関係者や活動家との意見交換
- 太地町立くじらの博物館での多角的理解

### こんな方たちにおすすめ

- リーダーシップの発揮が求められる若手リーダー層
- 正解のない問いに対して意思決定するマネジメント層
- ダイバーシティの浸透担当者

### 和歌山の資源

- 日本遺産「鯨とともに生きる」
- 太地町立くじらの博物館
- 太地町のまちづくり



### 目的・得られること

- ダイバーシティの理解促進
- ダイバーシティに基づく意思決定とリーダーシップ



## 健康経営型

世界遺産の森林、白い砂浜と青い海、豊かな温泉など、心身ともに癒される環境が東京から飛行機で約1時間、大阪から電車で約2時間半の距離にあります。単なるリフレッシュのみならず食事・睡眠・運動など生活習慣における具体的な行動変容を図る健康経営プログラムもあります。産業医や理学療法士・栄養士など専門家の監修による科学的なバイタル・メンタルデータによるエビデンスも取得済みです。来訪前・来訪中・来訪後での効果を定量データでエビデンスとして取得することも可能です。

### プログラム

- 食育
- 湯治体験
- 熊野古道歩き
- 理学療法ストレッチ
- マインドフルネス
- ビーチヨガ
- 森林セラピー
- 地域貢献活動

### こんな方たちにおすすめ

- 新入社員研修
- 特定健診・特定保健指導対象者
- ストレス負荷の高い経営者や会社員
- 健康経営優良法人認定を目指す企業
- 健康保険組合や福利厚生サービス提供事業者

### 和歌山の資源

- 世界遺産・熊野古道の森林
- 温泉や湯治
- 美しい資源

### 目的・得られること

- 生活習慣改善
- ストレス軽減・リフレッシュ効果・メンタルダメージ再生
- パフォーマンス向上
- 医療費削減
- エンゲージメント強化
- ホワイト 500 やブライツ 500 の認定取得

地域の健康課題に即した取組や日本健康会議が進める健康増進の取組をもとに、特に優良な健康経営を実践している大企業や中小企業等の法人を顕彰する制度



### 体験談 (IT企業 エンジニア・課長)

コロナ禍もありデリバリー中心の食事だったが、今回の食育や運動・入浴習慣で身体が変わったと感じた。普段では取り組まない瞑想・ストレッチの仕方も強制的に覚えた。東京に戻った後も食事や入浴に気を遣うようにして、行動変容のきっかけづくりとなった。またこれまでは在宅でダラダラ仕事をしてきたが、こまめな休憩を戦略的に取るようになった。

## 効果検証型ワーケーションファミツアーでのエビデンス

和歌山県主催の効果検証型ワーケーションファミツアー(※)において、企業にとっての経済合理性や企業変革への動機づけとなるエビデンスを中心に、企業・社員・地域の3つの目線からデータを取得しました。

※令和3年11月12日(金)~15日(月)に白浜町・田辺市にて開催。ワーケーション参加者の協力のもと、和歌山県でワーケーションを行うことで得られる効果やメリットに関してデータ測定・効果検証を実施。

### エビデンス取得方法

和歌山県でのワーケーションの効果やメリットを明示するため、被験者を「ワーケーション参加群」と「コントロール(在宅リモートワーク)群」に分け、さらに実験期間を「プレワーケーション期間」「ワーケーション期間」「ポストワーケーション期間」の3期間に分けて、下記評価観点①・②を評価。

評価観点① 同一個人において、ワーケーション実施前とワーケーション実施中・後の変化を比較。  
評価観点② ワーケーション参加群とコントロール(在宅リモートワーク)群の差を比較。

### 結果

<b>企業目線</b>	仕事のパフォーマンス WHO-HPQ:体調面やメンタル面の健康度を反映させた労働生産性の評価指標	ワーケーション期間中に最大で22.5%、ワーケーション終了後に最大で20.1%押し上げる効果があることが示唆された。 ⇒ワーケーションにおいて期待されるストレス軽減やリフレッシュ効果が、仕事の生産性にポジティブな影響をもたらすことが考えられる。
<b>社員目線</b>	職業性ストレス(活気)	ワーケーション期間中に最大で33.9%、ワーケーション終了後に最大で20.8%押し上げる効果があることが示唆された。 ⇒ワーケーションを実施することで、活動的かつ生き生きとした心身状態がもたらされることが考えられる。
	公私分離志向 Segmentation Preference	ワーケーション終了後に最大で29.8%押し上げる効果があることが示唆された。 ⇒ワーケーションを実施することで仕事とプライベートのオン・オフの明確化意識が高まり、仕事の生産性上昇や自律性向上に繋がることが期待される。
<b>地域目線</b>	地域への愛着度 Place Attachment	ワーケーション期間中に最大で59.8%、ワーケーション終了後に最大で66.3%押し上げる効果があることが示唆された。 ⇒ワーケーションを実施することで、在宅リモートワークと比べて地域への愛着度や関心が高まることが考えられる。

上記数値データの算出方法については、WAKAYAMA WORKATION PROJECTの公式サイト内のInformation内「公開」の「詳細はこちら」からご覧ください。

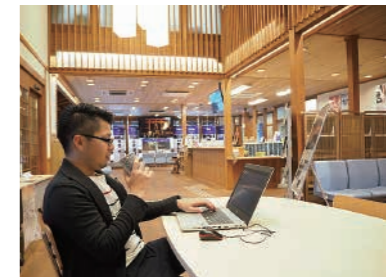
## ワーケーションコーディネーターのご紹介

### 南紀白浜エアポート(紀伊トラベル)



和歌山ワーケーション総合コンシェルジュとして、企業のニーズに即したご当地プログラムの紹介から現地の旅行手配までをトータルでサポートします。ワーケーション導入に向けたビジネス目線でのプラン提案が可能です。

### 高野山観光情報センター



高野山らしい「心の浄化(宗教の癒し)」と「身体浄化(自然の癒し)」を活かし、マインドフルネスをテーマとしたワーケーションを行うことができます。

### TETAU事業協同組合



地域課題・企業課題の解決を行うクリエイティブチームです。地域内の学びの場を作ることを目的にワーケーションに取り組んでおり、特に長期的に繋がりを図る地域課題解決型を得意としています。

### 秋津野ガルテン農業法人株式会社秋津野



みかんや梅を中心とした農業体験、地元産柑橘を使ったジュースやケーキ作り体験、eバイクやウォークなどのアクティビティ、地元の人たちとの交流など、豊富なプランを取り揃えています。





# ワーケーションの 一歩先をいくリゾート地

**白良浜(白浜町)**  
白い砂に青い海と蒼い空。開放感溢れる風景はリゾート感たっぷり。約620mに渡るビーチは毎年約60万人の観光客で賑わいます。

全国で最も早くワーケーションに取り組み始めたのが白浜町です。以前から企業誘致に力を入れていたことが、ワーケーション事業に繋がりました。様々な企業が白浜町にサテライトオフィスとして拠点を構えています。

白い砂浜、海を眺めながらの温泉、パンダが見られるテーマパークなど、リゾート気分を味わうことができ、ICTを使った便利なシステムの恩恵を受けられる白浜町。長年の取り組みがあるからこそ、働く人のニーズをくみ取り、一歩進んだメリットを受けられる町なのです。民間企業と行政が一体となり、町ぐるみで地域活性化に取り組んでいます。



**崎の湯(白浜町)**  
道後温泉・有馬温泉と並び称される日本三古湯の1つ、白浜温泉を象徴する岩造りの露天風呂。雄大な海が間近にせまり開放感たっぷりです。

**千畳敷(白浜町)**  
その名のとおり広い岩畳を思わせる大岩盤。荒波に浸食された壮大な自然を体感できます。ここからの沈む夕日も絶景です。



**円月島(白浜町)**  
島の中央に円月型の穴がぼっかり空いていることから円月島と呼ばれ、白浜のシンボルとして親しまれています。

**アドベンチャーワールド(白浜町)**  
ジャイアントパンダが暮らすテーマパーク。他にも陸・海・空約140種、1400頭もの動物がいます。



## ワークスペース&宿泊施設

### Office Cloud 9

2022年10月に南紀白浜空港の隣接地に誕生したビジネス拠点。オフィス専用エリアと、WEB会議等ができる個室ブースやコワーキングスペース、会議室を備えた一般利用エリアがあり、施設からは、空港の滑走路や美しく広がる太平洋など、ダイナミックな景色を楽しむことができます。

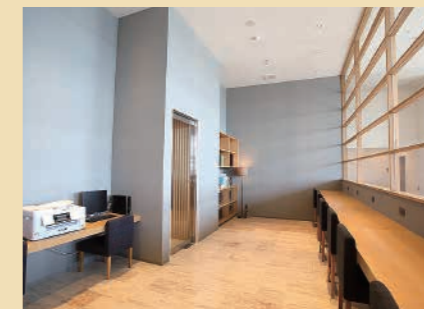
**住所:**白浜町才野1622-1086  
**TEL:**0739-33-2330  
**時間:**8:30～18:30 土・日・祝、年末年始休み  
**その他:**施設と空港間の送迎サービスあり、自販機あり



### ANCHOR

白浜をイメージしたリゾートテイストのワーケーションルームを備えたICTオフィスビル。ワーケーションルームの利用者は、140㎡超の広いコワーキングスペースや、スクリーン・プロジェクターを使用したミーティングができるシアタールームなどの共用施設も利用可能です。

**住所:**白浜町1313 **TEL:**06-6361-3558  
**時間:**9:00～21:00 年中無休  
**その他:**共用のワークスペース・シアタールーム等あり(ワーケーションルーム利用者のみ無料)、自販機・コーヒーサービスあり



### SHIRAHAMA KEY TERRACE HOTEL SEAMORE

白浜の海を一望するゆったりとした客室をご用意。1Fフロアには、ビュッフェレストランやベーカリー&カフェ、地元厳選のお土産ショップなど、宿泊者以外も利用できる複合施設です。また、ビジネスラウンジには、パソコン、プリンター、Wi-Fiを完備。ゆったりとした環境で、お仕事の効率アップをサポートします。

**住所:**白浜町1821 **TEL:**0739-43-1000  
**時間:**7:00～23:00 **チェックイン:**15:00～  
**その他:**会議室あり(有料)、カフェ・自販機あり、ワークスペースあり(無料)

### Guest living Mu 南紀白浜

海が見えるロケーションに加え、癒しの温泉、リーズナブルな宿泊料金など、ワーケーションに適した環境を提供します。源泉かけ流しの温泉もあり気心の知れた人同士だけでなく、親睦を深めたり、交流を活発するための施設でもあります。

**住所:**白浜町字浜通り3076-1  
**TEL:**0739-34-2466  
**チェックイン:**16:00～  
**その他:**会議室あり、コーヒーサービスあり



## おすすめモデルコース



### 1日目

- 白良浜でビーチヨガ  
▼ 車で約5分
- ANCHOR(テレワーク)  
▼
- 昼食  
▼
- アドベンチャーワールド  
▼ 車で約10分
- Guest Living Mu南紀白浜

### 2日目

- HOTEL SEAMORE(テレワーク)  
▼
- 昼食  
▼
- ジャイアントストア南紀白浜(レンタサイクル)  
▼ 自転車で約15分
- 円月島  
▼ 自転車で約20分
- 千畳敷  
▼ 自転車で約5分
- 三段壁  
▼ 自転車で約20分
- Office Cloud 9(テレワーク)  
▼ 自転車で約20分
- HOTEL SEAMORE





# 楽しみ方は無限大。 自転車旅にでかけよう。



**恋人岬(すさみ町)**  
東西から波が打ち寄せぶつかり合うロマンチックな岬で、その波は仲の良い夫婦にたとえ「夫婦波」とも呼ばれています。



## 上富田サイクルステーション KMICH

JR朝来駅近くのKMICH(クミッチ)は、E-BIKE(電動アシスト付きスポーツバイク)やウェアのレンタルサービスを行っており、気軽に本格的なサイクリングが体験できます。

住所:上富田町朝来2538  
TEL:070-5540-4116  
時間:9:00~15:00(レンタルバイク貸出) 火休み



## ジャイアントストア南紀白浜

ロードバイクからE-BIKE(電動アシスト付きスポーツバイク)まで充実したレンタルサイクルのラインアップが用意されており、上級者のみならず初心者の方もサイクリングを楽しめます。

住所:白浜町1821 SHIRAHAMA KEY TERRACE  
HOTEL SEAMORE 1F  
TEL:0739-34-3196  
時間:9:00~19:00 火休み

## JR周参見駅観光案内所

レンタルサイクルの受付のほか、カフェやコワーキングスペースとして利用可能なフリースペースもあり、近くの「FRONT110」と合わせて、観光拠点の役割を果たしています。

住所:すさみ町周参見4296  
TEL:0739-34-3200  
時間:9:00~17:00 月・木休み  
その他:カフェ・自販機あり

## レンタサイクル施設

### FRONT110(フロントイチイチマル)

すさみ海水浴場前の元警察署をリノベーションした観光案内所。ビーチキャンプ、SUP、カヤック、サイクリングなどのアクティビティの受付や、元留置所と取調室の見学ができるほか、2階のコワーキングスペースでは、海を望む絶景ロケーションで仕事ができます。

住所:すさみ町周参見4581-14 TEL:0739-34-3200  
時間:9:00~18:00 年中無休 その他:自販機あり



サイクリングを快適に楽しめる  
「WAKAYAMA800～サイクリング王国わかやま～」  
総距離800kmにおよぶサイクリングロードは、目的地へとサイクリストを誘導し、バイクラックや修理工具を備えた「サイクルステーション」や「サイクリストに優しい宿」が「旅」をサポートします。

紀伊半島の南西部に位置する和歌山県。雄大な自然に囲まれたこの地域は、世界遺産「高野山・熊野」をはじめ、美しい海岸線や緑豊かな山々、澄みきった清流に、奇岩や巨石を望む絶景、そして、湯量豊富な温泉やグルメなど、サイクリストの旅心を誘う魅力に溢れます。

## JRきのくに線サイクルトレイン

追加料金なしで、自転車を解体せずにそのまま電車内に持ち込むことができる「きのくに線サイクルトレイン」。レンタサイクル等と電車を組み合わせることで、行動範囲が広がり、ワーケーションのアクティビティをより充実したものにできます。

### 利用可能区間

- 普通電車(御坊駅～新宮駅間)
- 特急くろしお(白浜駅～新宮駅間)  
[乗車可能駅:白浜駅、串本駅、紀伊勝浦駅、新宮駅]



## おすすめ モデルコース

### 1日目

- KMICH(レンタサイクル貸出)  
▼ 自転車ですぐ
- 朝来駅(サイクルトレイン乗車)  
▼ 電車で約50分
- 江住駅(サイクルトレイン下車)  
▼ 自転車約5分
- 道の駅すさみ(昼食)  
▼ 自転車約20分
- 恋人岬(BUSH DE COFFEE)  
▼ 自転車約35分
- FRONT110  
(レンタサイクル返却)  
(テレワーク)
- ▼ 徒歩約10分
- 周参見駅で乗車  
▼ 電車で約25分
- 白浜駅で下車  
▼
- 夕食
- すさみ町内

### 2日目

- 周参見駅  
▼ 電車で約25分
- 白浜駅
- 白浜町内(テレワーク)
- 昼食
- 白浜町内観光
- 夕食

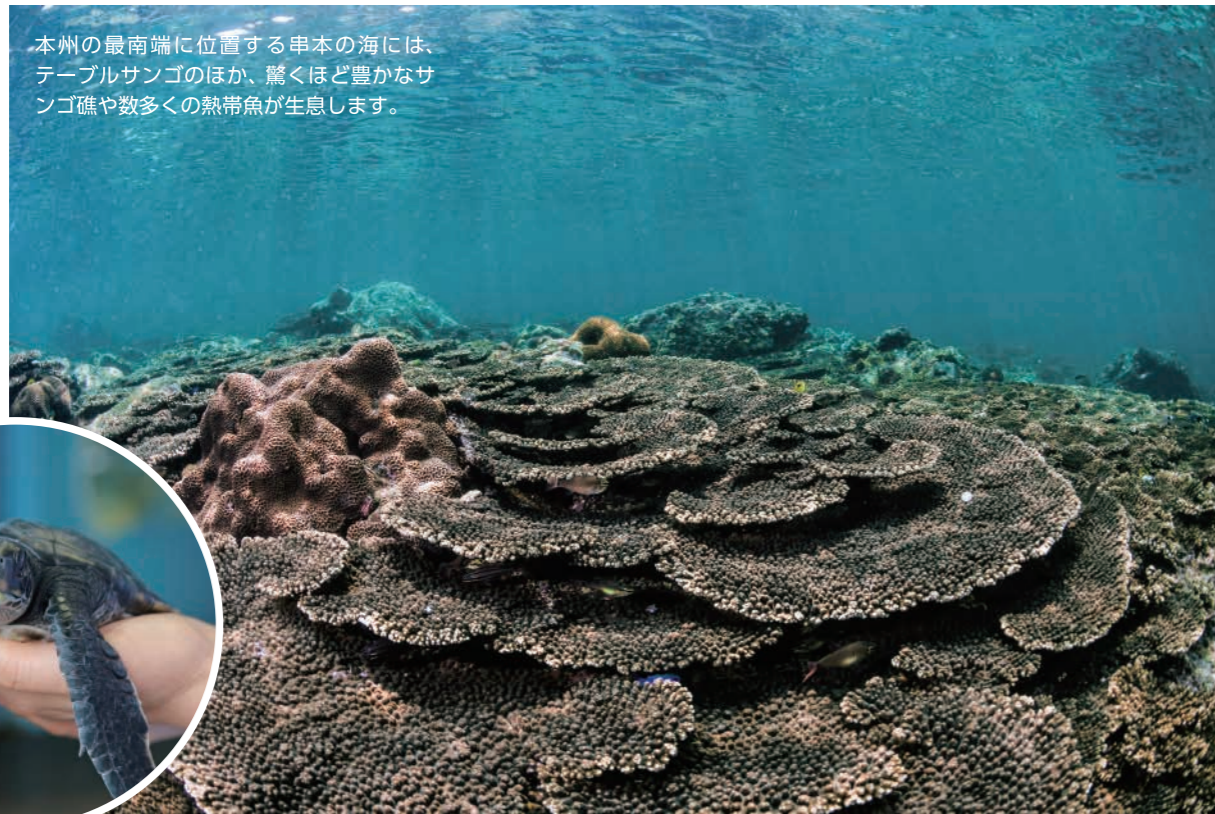






# 海・山・川の大自然すべてを感じる

本州の最南端に位置する串本の海には、テーブルサンゴのほか、驚くほど豊かなサンゴ礁や数多くの熱帯魚が生息します。



**一枚岩(古座川町)**  
国の天然記念物に指定されている、高さ約100m、幅約500mの雄大な巨岩は一枚の岩盤としては日本最大級の大きさとしてされています。

**古座川リバーカヤック**  
川底までくっきり見通せるほど、透明度が高く、流れも穏やかな清流 古座川。普段とはまったく違った目線で大自然を体感することができます。

海・川・山・空など自然の宝庫「和歌山県」には、大自然を体感できるアクティビティが豊富にあります。海水浴やダイビングはもちろん、釣りやSUP、カヌー、ラフティングなどウォーターアクティビティが充実。また、熊野古道や高野参詣道のトレッキング、四季折々のフルーツ狩りも魅力的です。

## 橋杭岩シーカヤック(串本町)

南紀串本が誇る国の天然記念物「橋杭岩」の絶景を眺めながらシーカヤックで海上散歩。シンプルなアクティビティなので初心者でも十分楽しめます。



## トルコランプ作り(串本町)

トルコランプ作り体験や宇宙ガラス®制作体験など、世界にたった一つだけのお土産作りが楽しめます。



## 串本海中公園

串本海中公園センターは水族館や海中体験施設を中心に、串本のサンゴの海を伝える複合テーマパークです。



## おすすめモデルコース

### 1日目

橋杭岩シーカヤック

▼ 車ですぐ

橋杭ICO(トルコランプ作り)

▼

昼食

▼

リゾート大島(テレワーク)

リゾート大島(BBQ)

▼

星空観察

南紀串本リゾート大島(グランピング棟)

### 2日目

一枚岩

▼ 車で約10分

古座川リバーカヤック

▼

昼食

▼

Hotel & Resorts WAKAYAMA-KUSHIMOTO(テレワーク)

Hotel & Resorts WAKAYAMA-KUSHIMOTO

▼

夕食



## ワークスペース&宿泊施設

### Hotel & Resorts WAKAYAMA-KUSHIMOTO

串本は、紀伊山地を背に潮岬が雄大な太平洋に突き出た、自然豊かな本州最南端の町です。当ホテルはそんな串本町の高台にあり、太平洋を一望できるロケーションです。夜は天然のプラネタリウムのような星空を観察でき、夏は白い砂浜で海水浴を。親子でのワーケーションにもピッタリなリゾートホテルです。

住所: 串本町サンゴ台 1184-10  
TEL: 0735-62-7771  
チェックイン: 15:00~  
その他: 会議室あり(有料)、カフェ・自販機あり(Lounge)



### 南紀串本リゾート大島

本州最南端、和歌山県串本町の紀伊大島にあるキャンプ場です。どこまでも広がる開放感、満天の星、絶景の露天風呂を堪能でき、過ごし方に合わせた6種のコテージと豊富なキャンプサイトを備えています。手作りトルコランプ体験や綺麗な海を満喫できるアクティビティも充実。

住所: 串本町檜野1035-6  
TEL: 0735-65-0840  
チェックイン: 15:00~(キャンプは13:00~)  
その他: 売店・自販機あり、21時減灯・22時消灯











# 多様性を受け入れる、熊野の精神が息づく地

穏やかな気候と豊かな自然の恩恵を受けられる田辺市は、梅や柑橘類の栽培が盛んです。漁場にも恵まれ、昼に水揚げされた魚介類が夜には食卓に並びます。このような地域資源を生かし、持続可能なまちづくりを目指した取り組みが始まっています。

また、田辺市には世界遺産「紀伊山地の霊場と参詣道」の登録資産として、世界的にも評価されている熊野古道があります。古くから多様な人を受け入れ発展してきた精神が受け継がれている地域です。



**熊野本宮大社(田辺市)**  
森を信仰の原点としています。杉木立の参道を登り、神門をくぐると檜皮葺の威厳に満ちた社殿が現れます。



**熊野古道**  
「熊野古道」には、熊野の御子神を祀った「王子」が点在する山中の「中辺路」、太平洋を望む「大辺路」、高野山から熊野へ続く「小辺路」などがあり、古より多くの人々が祈りとともに辿りました。



## たなべ未来創造塾

人口減少を起因として生じる地域課題の解決や世界遺産「熊野古道」をはじめとする多くの地域資源の活用に向け、2016年に田辺市主催で始まった取り組みが「たなべ未来創造塾」です。企業の基盤を活かした新しいビジネスモデルを創出し、これからの地域を担うリーダーを育成することにより、持続可能な「地方創生」を目指しています。

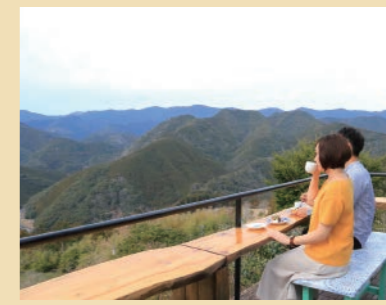
## ワークスペース&宿泊施設



### 秋津野ガルテン

グリーンツーリズム施設「秋津野ガルテン」は、上秋津小学校の旧校舎をそのまま利用して運営しています。教室は、ビジネスに対応した環境(Wi-Fiなど)を整えており、自由にご利用いただけます。ビジネスのあとの気分転換には農業体験、ジャムやケーキづくりなどの体験、地元の人たちとの交流など豊富なメニューを揃えています。

住所:田辺市上秋津4558-8 TEL:0739-35-1199 時間:9:00~17:00  
その他:会議室あり(ワークスペースと同じ)、カフェ・自販機あり



### 霧の郷たかはら

熊野古道 高原地域に位置する旅館です。標高320mの視界を遮るものが何もない里山から見下ろす景色は幻想的。部屋は和歌山の県産木材「紀州材」をふんだんにあしらひ、室内にしながら森林浴が楽しめる空間でリラックスできます。ロビー、フロントには無料Wi-Fi完備。

住所:田辺市中辺路町高原826 TEL:0739-64-1900  
チェックイン:15:00~ その他:会議室なし、カフェ・自販機あり



### 和歌山県立情報交流センター Big-U

各種研修施設や図書館、レストランなどが集まる複合施設。見晴らしの良い屋上公園のほか、近隣の新庄総合公園でリフレッシュできます。

住所:田辺市新庄町3353-9 TEL:0739-26-4111  
時間:9:00~21:00 月(祝日の場合は翌日)休み  
その他:会議室あり、カフェ・自販機あり



### the CUE

紀伊田辺駅より徒歩4分の中心市街地にあるホステル。築90年の古民家をリノベーションした建物で、カフェバー(要予約)・シェアハウスを併設した複合施設です。共有スペースには無料Wi-Fiを完備。

住所:田辺市湊16-6 TEL:0739-20-4297 チェックイン:16:00~  
その他:会議室なし、カフェ・自販機なし



### 味光路(田辺市)

JR紀伊田辺駅の西側、約200m四方のエリアに200店舗以上の飲食店が軒を並べる県内随一の飲食街。全国初の公道に照明が埋め込まれたその場所は、「味光路」と呼ばれ、新鮮な魚やこだわりのメニュー、おいしいお酒など魅力が満載。

### 熊野本宮温泉郷(田辺市)

約1800年の歴史を持つ日本最古の温泉地「湯の峰温泉」、川原を掘ると湯が湧き出ること有名な「川湯温泉」、自然に囲まれた大露天風呂がある「渡瀬温泉」と、趣の異なった三つの温泉が楽しめます。



渡瀬温泉



川湯温泉

湯の峰温泉

## おすすめモデルコース

### 1日目

- 秋津野ガルテン(テレワーク)
- 秋津野ガルテン(農家レストラン)
- 秋津野ガルテン(農業体験等)
- 夕食
- 霧の郷たかはら

### 2日目

- 熊野古道ウォーク
- 道普請
- 昼食
- 大高原(熊野本宮大社)
- 車で約10分
- 和歌山県立情報交流センター Big-U
- 夕食
- the CUE





# 新しい自分を見つけれられる 五感に響く大自然

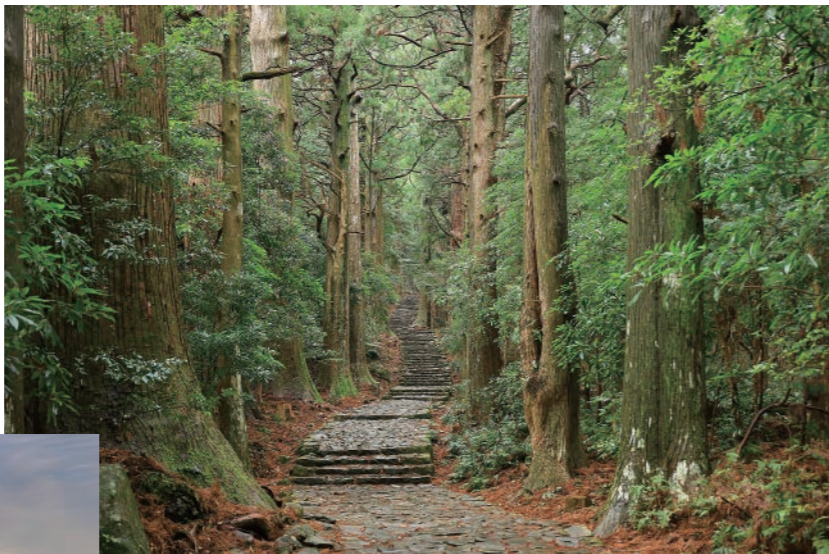


日本一落差のある那智の滝、熊野古道の人気スポットを有する那智勝浦町。海の絶景を楽しみながら天然温泉で体を癒し、日本有数の水揚げ高を誇る生まぐろを味わうことができます。

圧倒的な自然とその自然を背景とした文化に触れられる那智勝浦町とその近郊は、新しい自分を見つけるには十分な要素が揃っています。



**生まぐろ市場競り(那智勝浦町)**  
那智勝浦朝は生まぐろの水揚げ日本一(はえ縄漁法)。臨場感たっぷりの生まぐろの競りを見学することができます。



**大門坂(那智勝浦町)**  
熊野古道の中でも当時の面影を特に美しく残しています。熊野那智大社へ約640mの石畳の階段が続き、那智の滝が見えるポイントなど、途中にはたくさんの見どころがあります。

## 紀の松島めぐり (那智勝浦町・太地町)

勝浦港周辺に点在する紀の松島は周囲17kmの区間に大自然が創造した海岸美で、紺碧の海に浮かぶ大小の島々の中には、ラクダ島、ライオン島などがある、南紀随一の景勝地を遊覧船で巡ります。



**くじらの博物館(太地町)**  
鯨専門の博物館として世界一のスケールを誇ります。鯨の生態や捕鯨に関する資料などおよそ1,000点に及ぶ貴重なものが展示されています。



**熊野那智大社(那智勝浦町)**  
日本一の落差を誇る那智の滝をご神体とし、命の根源である水への畏敬を今に伝えます。主祭神は夫須美大神[=イザナミノミコト]を祀っています。



**那智山青岸渡寺(那智勝浦町)**  
12世紀後半頃から始まる「西国三十三所観音霊場巡礼」の第一番札所であり、今も観音信仰の中心的霊場として多くの巡礼者が参詣します。

## ワークスペース&宿泊施設



**WhyKumano Hostel & Cafe Bar**  
オープンから7カ月で計49カ国の海外旅客を受け入れ、地元の利用者や旅行者で自然と会話が生まれるカフェバーはあらゆる境界を超えた交流ができる空間になっています。また、電源と無料Wi-Fiも完備しています。

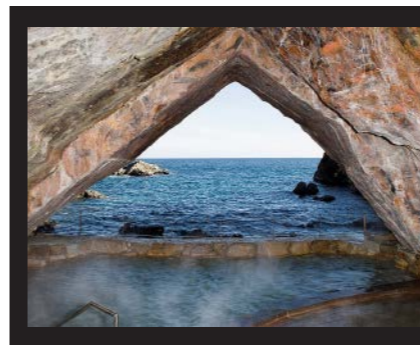
## WhyKumano Hostel & Cafe Bar

オープンから7カ月で計49カ国の海外旅客を受け入れ、地元の利用者や旅行者で自然と会話が生まれるカフェバーはあらゆる境界を超えた交流ができる空間になっています。また、電源と無料Wi-Fiも完備しています。

住所: 那智勝浦町築地5-1-3 2・3階 TEL: 0735-30-0921  
チェックイン: 15:00~ その他: 会議室なし、カフェあり



**那智の滝(那智勝浦町)**  
熊野那智大社の別宮、飛瀧(ひろう)神社のご神体で、高さ133m、落差日本一の滝です。滝の背後には原始林が広がり、滝と一体となり世界遺産に登録されています。



## 忘帰洞(ホテル浦島)

紀州藩主の徳川頼倫公に「帰るのを忘れさせるほど」と誉めて名付けられました。他の温泉地では味わう事ができない大洞窟の迫力と、荒波せまる太平洋の景色を堪能できます。  
住所: 那智勝浦町勝浦1165-2  
TEL: 0735-52-1011  
時間: 5:00~10:00  
13:00~23:00



## おすすめ モデルコース

### 1日目

生まぐろ市場競りガイドツアー

▼ 徒歩で約5分

WhyKumano Hostel & Cafe Bar (テレワーク)

▼

昼食

▼

紀の松島めぐり遊覧船  
(途中下船)

▼ 船で約40分(下船後徒歩ですぐ)

くじらの博物館(ふれあい体験)

▼ (乗船場まで徒歩ですぐ)船で約15分

紀の松島めぐり遊覧船  
(途中乗船)

▼

夕食

▼

WhyKumano Hostel & Cafe Bar

### 2日目

大門坂

▼ 徒歩で約30分

那智山青岸渡寺(熊野那智大社)

▼ 徒歩で約15分

那智の滝

▼

昼食

▼

WhyKumano Hostel & Cafe Bar (テレワーク)

▼

夕食

▼

ホテル浦島



# 城下町の歴史・文化、 大地の成り立ちを体感



新宮市は、豊かな水資源と樹林育成に恵まれた素晴らしい自然環境のなかにあり、吉野熊野国立公園に指定されています。熊野速玉大社をはじめ世界遺産がまちなかに静かにたたずみ、神話の時代へとつづく熊野古道が通います。

江戸時代には紀州藩主の初代徳川頼宣の付家老である水野氏が新宮城跡(丹鶴城跡)に入城。その後10代にわたり長い統治が続き、現在の新宮市は城下町として栄えました。

また川舟下りや瀬峽めぐりなどアクティビティも充実しています。



**神倉神社**  
ゴトピキ岩と呼ばれる巨大な岩がご神体の神社。

**熊野速玉大社**  
速玉大神[=イザナギノミコト]を主祭神としています。境内のナギの巨木は、海上保全や縁結びの木として信仰されています。



**阿須賀神社**  
古くから熊野三山の神をまつり、熊野信仰の重要な王子社とされました。徐福を祀る「徐福の宮」があるように徐福伝説でも知られています。

**瀬峽**  
太古の自然がそのまま息づいているような渓谷美。神秘的なコバルトブルーの水と荒々しく切り立つ断崖と巨岩、そして色鮮やかな紅葉の風景は圧巻です。



## ワークスペース&宿泊施設



### 丹鶴ホール

文化ホール・図書館・熊野学センター機能が一体となった文化交流拠点。東に新宮城跡、北に熊野川を望む位置に建つ文化複合施設です。文化ホールは、イベントにあわせて客席パターンを変えられることが特徴で、多彩なステージ配置が可能です。

住所:新宮市下本町2丁目2番地の1 TEL:0735-29-7223  
時間:9:00~21:00(受付時間9:00~18:00)  
休館:毎週月曜(祝日の場合は翌平日)、年末年始(12/29~翌年1/3)



### 旧チャップマン邸

新宮市名誉市民・西村伊作設計の大正モダンな観光交流施設です。文化イベントや会議での貸館(有料)も可能です。特徴であるレトロモダンな雰囲気を感じられるワークスペースです。

住所:新宮市新宮7677番地の2 TEL:0735-23-2311  
時間:見学9:00~17:00、貸館9:00~21:00 その他:自販機あり  
休館:月曜定休日(祝日の場合は翌平日)、年末年始(12/29~翌年1/3)

### 新宮市観光協会

JR新宮駅のすぐ近くにある観光案内所。新宮巡りの足にちょうど良い自転車の貸し出しを行っています。

貸出時間:9:00~17:00  
料金:普通車:3時間まで500円、1日1000円  
クロスバイク:3時間まで1000円、1日1,500円  
電動自転車:3時間まで1,500円、1日2000円  
E-bike:3時間まで1,500円、1日3000円



**熊野川舟下り**  
その昔、皇族たちが熊野本宮大社と熊野速玉大社を巡拝する際に利用した川舟下りを体験。

**新宮(丹鶴)城跡**  
江戸時代に建築された新宮藩主水野氏35,000石の居城跡。天守台と石垣だけが残っています。



### 小口自然の家

本宮から那智山へと抜ける熊野古道は小雲取越と大雲取越と呼ばれる2つのルートで構成されています。清流流れる自然に囲まれた静かな山里、小口はちょうどこの2つのルートの中間地点に位置しており、熊野古道巡礼の旅人たちにとって重要な宿場です。

住所:新宮市熊野川町上長井398 TEL:0735-45-2434  
チェックイン:15:00~ その他:Wi-Fi完備

## おすすめモデルコース

### 1日目

- 熊野川舟下り
- ▼
- 昼食
- ▼
- 熊野速玉大社参拝
- ▼
- 車約5分
- 丹鶴ホール(テレワーク)
- ▼
- 夕食
- ▼
- 新宮市内

### 2日目

- 新宮市観光協会(レンタサイクル)
- ▼
- 自転車約5分
- 旧チャップマン邸(テレワーク)
- ▼
- 昼食
- ▼
- 神倉神社
- ▼
- 自転車約10分
- 阿須賀神社
- ▼
- 自転車約5分
- 新宮城跡
- ▼
- 夕食
- ▼
- 新宮市内





# 弘法大師の懐に包まれ、 非日常な体験ができる



弘法大師空海によって開かれた高野山は、標高約1,000m級の山々に囲まれ、山の上にいるとは思えない平地が広がります。「一山境内地」と呼ばれるように、山内の至る所が境内地となっており、山内に建てられた塔頭寺院と言われる117のお寺のうち、50を超えるお寺は、宿坊として利用することができます。



**金剛峯寺**  
全国3,600ヶ寺を有する高野山真言宗の総本山。主殿は、東西30間、南北35間の大建築。「蟠龍庭(ばんりゅうてい)」は、国内最大級の石庭で、雌雄一対の龍が向かい合い、奥殿を守っているように表現されています。

### 奥之院

一の橋から弘法大師の御廟まで続く参道には、何百年も経た老杉がそびえ、歴史に名を残した人物の墓など20万基を超える墓碑が立ち並びます。



**森林セラピー**  
森が織りなす風景や香り、音色や肌触りなど五感を使って感じることで心身の元気を取り戻す癒しのプログラムです。



### 写経体験

お経の一字一句に願いを込めて、写経に取り組んで心を込めて浄書すれば、雑念を払い、心を安らかにさせてくれるでしょう。

### 阿字観体験

阿字観とは、真言宗における呼吸法・瞑想法です。高野山の清らかな霊気の中、心静かに瞑想し、忙しい日常を離れてゆっくりとした時間を過ごしてみませんか。



### 精進料理

僧の生活から生まれた精進料理は、だしや油も純植物性を用いるため、調理法や素材選びに工夫を凝らしています。

**壇上伽藍**  
高野山内の重要な法会が営まれる金堂をはじめ、高さ48.5m、一山のシンボル根本大塔や御影堂、国宝の不動堂などが立ち並んでいます。



おすすめモデルコース	
1日目	2日目
高野山内散策	朝の勤行・護摩祈祷
高野山観光情報センター(テレワーク)	高野山テレワークセンター(意見交換/テレワーク)
昼食	昼食
高野参詣道ウォーキング	森林セラピー
宿坊(阿字観瞑想)	宿坊(写経体験)
精進料理(夕食)	精進料理(夕食)
奥之院ナイトツアー	宿坊
宿坊	



## ワークスペース&宿泊施設



### 高野山テレワークセンター

高野山森林公園の一角にあるテレワークの拠点施設。セキュリティが確保され、様々なICT機器が導入されたサテライトオフィスやワーケーションスペース、コワーキングスペース、共用キッチン等を整備。快適に執務ができる環境を整えています。

住所:高野町大字高野山45-29  
TEL:0736-56-2780(高野町観光振興課) 時間:9:00~17:00



### 高野山観光情報センター

高野山観光情報センターは、国内外に世界遺産「紀伊山地の霊場と参詣道」を紹介するインフォメーションセンターです。高野山の四季を紹介するVTRの放映やパネル展示、フリースペースがあります。高野町ではこの他にも、ワークプレイスとして利用できる施設があります。

住所:高野町高野山357 TEL:0736-56-2780  
時間:9:00~17:00 年末年始休み  
その他:会議室なし、カフェ・自販機あり



### 宿坊

高野山の宿坊はそれぞれ趣向を凝らしています。宿坊自慢の精進料理を召し上がりながら心安らぐ聖山での一夜を過ごし、翌朝は本堂での早朝勤行に参加するなどの非日常を味わえます。



# 高野山の歴史・文化の影響を色濃く受ける高野山麓



世界遺産「紀伊山地の霊場と参詣道」の中核であり、和歌山が世界に誇る聖地・高野山。高野山麓エリアはその周辺に位置し、歴史・文化の影響を色濃く受けています。

世界遺産に指定されている寺社を巡りながら、自然に抱かれた土地で、自然の恵みを感じ、歴史上の偉人と同じ参詣古道を歩くのはいかがでしょうか。



**慈尊院(九度山町)**  
弘法大師の母公が祀られているお寺。高野山が女人禁制だった頃には女人高野とも呼ばれ、女性にご利益のあるお寺として多くの女性が訪れています。



**丹生都比売神社(かつらぎ町)**  
1700年前に創建されたと伝わる神社。高野山参詣の前に参拝するのが古からの習わしです。毎月16日にはご神犬「すずひめ号と大輝号」が参拝し、公開されています。



**二ツ鳥居(かつらぎ町)**  
丹生都比売神社が見える町石道沿いに二ツ並んで建立されています。この鳥居のすぐ横に立つ120町石から高野山までの道のりは、祈りの聖道と呼ばれていました。



**高野山町石道**  
弘法大師・空海が高野山を開創した際、木製の卒塔婆を建てて道標とした表参道です。やがて、大師信仰の広まりとともに多くの人々が参拝に訪れるようになり、高野山へ通じる7つの道が開かれ、「高野七口」と呼ばれました。中でも高野山町石道は主要参詣道として利用され、町石は単なる道標ではなく、参拝者が卒塔婆形町石に礼拝をしながら山上をめざしたことを今に伝えています。



**丹生官省符神社(九度山町)**  
弘法大師が建立したとされる神社。慈尊院と共に多くの参詣者が訪れています。



**丹生酒殿神社(かつらぎ町)**  
丹生都比売神がこの地に降臨したとき、地主神の電門明神が酒を造り、初めて神前に供えたことに由来するといわれています。境内には1909年に当時の兄井村から合祀された鎌八幡宮があります。





# 地域資源を生かした町づくり

和歌山市は、繊維製品や皮革製品などの地場産業から始まり、重化学工業も主要な産業として発展してきました。日本遺産に認定された絶景の宝庫「和歌の浦」、徳川御三家の1つとして栄えた城下町、海水浴場や良質な温泉などもあります。関西空港から車で40分という立地と、関西圏からのアクセスの良さが観光客の増加に繋がっています。

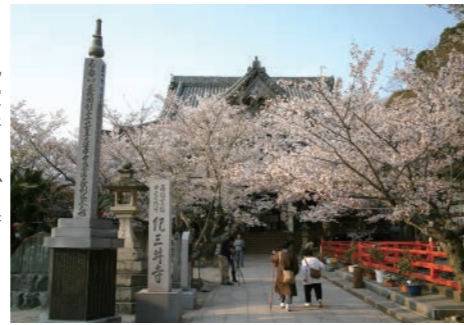


**紀州東照宮**  
国指定重要文化財。安土桃山時代の遺風を受け継ぐ極彩色の本殿拝殿。その周囲には江戸初期の彫刻や狩野派・土佐派の壁画。今も「権現様」と呼ばれ親しまれている。

## 日本遺産 絶景の宝庫 和歌の浦

日本遺産は、地域の歴史的な魅力や特色を通じて文化・伝統を語るストーリーを文化庁が認定するものです。和歌の浦の情景が、いつの時代も人々を魅了し、多くの文化芸術を育んできたことなどが評価されました。

**紀三井寺**  
西国三十三ヶ所第2番札所・紀三井寺。紀州徳川家歴代藩主が訪れ、繁栄を祈願した寺です。六角堂は、西国巡礼に等しい功德があると伝えられ、多くの参拝客が訪れます。



**熊野古道紀伊路(藤白坂)**  
厳しい中にも見事な風景や万葉ロマンが点在するこの区間。熊野古道中の名コースのひとつに数えられます。



黒江の町並み(海南市)  
日本漆器四大産地のひとつ。



藤白神社(海南市)  
熊野九十九王子中最も格式の高い五躰王子のひとつであった藤代王子跡があります。



**和歌山城(和歌山市)**  
天正13年(1585)に紀州を平定した豊臣秀吉が、弟秀長に築城させたのが始まり。その後徳川頼宣が入城し、紀州55万5千石の居城となりました。天守閣に登れば、和歌山市街地のパノラマが広がります。



**友ヶ島**  
紀淡海峡に浮かぶ4島総称して友ヶ島と言います。加太港から定期船で渡る沖ノ島では砲台跡を巡るハイキングコースが人気です。

**太平洋岸自転車道**  
千葉県銚子市から太平洋岸沿いを通り、和歌山市に至る全長1487kmの「太平洋岸自転車道」が世界に誇るサイクリングロード「ナショナルサイクルルート」に指定されています。



**番所庭園でヨガ体験**  
日本遺産「和歌の浦」の岬の先端にある景勝地「番所庭園」でのヨガ体験。

## ワークスペース&宿泊施設



### Guesthouse RICO

施設内に併設されたコワーキングスペース。ゲストハウスに滞在しながら、Studio RICOをご利用いただき、旅をしながら自分のペースで働くことができます。併設のバルもあり、地元の人、旅人、働く人が交わる場になっています。  
住所:和歌山市新通5-6 TEL:073-488-6989  
時間:10:00~23:30(水木~22:00) 不定休  
その他:会議室あり(要相談)、カフェ・自販機あり、各種サービスあり(要問い合わせ) 宿泊3,200円~

## おすすめモデルコース

### 1日目

- Guesthouse RICO(テレワーク)
- ▼ 昼食
- ▼ 藤白神社・鈴木屋敷
- ▼ 徒歩ですぐ
- ▼ 熊野古道ウォーキング(藤白坂)
- ▼ 夕食
- ▼ Guesthouse RICO

### 2日目

- Guesthouse RICO(テレワーク)
- ▼ 車で約10分
- ▼ 和歌山城
- ▼ 昼食
- ▼ 紀三井寺
- ▼ 車で約10分
- ▼ 紀州東照宮
- ▼ 車で約10分
- ▼ 雑賀崎で路地歩き
- ▼ 番所庭園でサンセットヨガ
- ▼ 夕食
- ▼ 和歌浦温泉萬波MANPA RESORT





# 自然を活用して、地方再生に取り組む

有田みかんの主要産地である有田川町。東西に広く、地域ごとの魅力が楽しめる町です。平野部はカフェやベーカリー、ゲストハウスなど起業が多いエリアで、春は花の香りに町が包まれ、秋から冬は一面がオレンジに色づくみかんの大産地です。一方、山間部は和のスパイス「ぶどう山椒」の発祥地で、進む過疎化により産地消滅の危機にある現状を打破すべく、生産者が企業・大学と連携してアロマやビールといった新商品の開発を進めています。

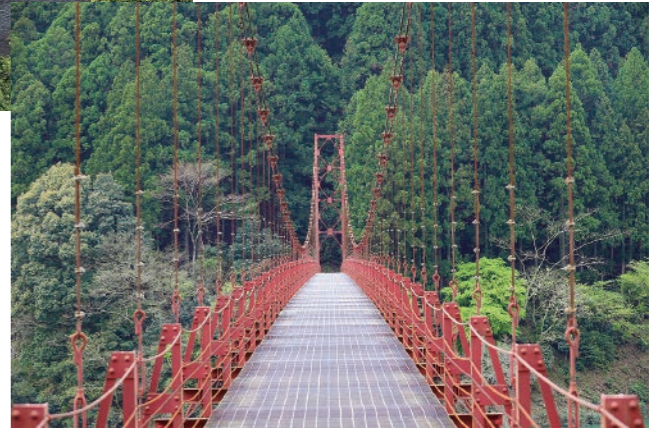


**ぶどう山椒**  
さわやかな香り、そして口に含むと穏やかな辛味としびれるような刺激がある日本特産の香辛料「山椒」。和歌山で栽培されている品種は、大粒の実が連なり、ぶどうの房のようなのが特徴で「ぶどう山椒」と呼ばれており、県内でも有田川町近郊の栽培が盛んです。



**生石高原**  
有田川町と紀美野町にまたがる高原。関西随一と言われるほどのススキ草原が有名。標高870mのなだらかな山上に草原が広がります。秋には陽光に照らされた草原が黄金色の大海原のように見えるものをウツトリさせます。

**蔵王橋**  
有田川の二川ダム上に架かる赤い吊り橋です。全長約160mのつり橋で、橋の上からは二川ダムの水面が見え、スリル満点。



## くらしちやる矢櫃(有田市)

有田市の南西部に位置する、海に面した坂のまち「矢櫃(やびつ)地区」。平成29年7月、この地区にある1軒の空き家を改修し、お試し居住ができる「有田市移住交流拠点施設 くらしちやる矢櫃」が誕生しました。「田舎暮らしに興味がある」「海のおそばでの暮らしを体験してみたい」など、少しでも興味をお持ちの方は、ぜひご利用ください。



## 和歌山有田箕島漁協直営産直市場「浜のうたせ」

「海の恵みを感じられる場所」をコンセプトにした漁港直営のマーケットで、新たな漁港文化の発信と交流の拠点です。有田市は箕島漁港の小型底びき網漁業を中心に漁業が大変盛んで、沿岸漁業の水揚げ量は和歌山県下一位を誇ります。タチウオ、シラス、アジ、サバ、マダイ、ワカメ、青のりなど豊富な海の幸が味わえます。

## あらぎ島

日本の棚田百選に選定されている名勝「あらぎ島」。自然が生み出した美しい造形で、有田川のシンボルとも言えます。四季折々に美しく変わる風景がみどころです。



## かなや明恵峡温泉

深い山々に囲まれた渓谷にある温泉で、昼は美しい山々の景色を眺めながら、夜は満天の星の下でゆったりとお湯を楽しむことができます。

