



温故知新
博覧会！



東海道 おんぱく

SURUGA TOKAIDO ONPAKU

しずおかし

いとおかし



宿場×○○をテーマに
44の「いとおかし」な
プログラムが大集合!!
「しずおかし」を
楽しんじゃう44日間

開催期間: 2021年10月16日~11月28日

駿河 東海道おんぱくへの参加には
事前のお申込みが必要です。

駿河 東海道おんぱく公式WEBサイト
https://shizuoka-onpaku.jp/surugatokaido/



公式WEBサイトを利用すると…

- 残席数がすぐにわかります。
- ガイドブックに載っていない、お得な情報があるかも!?

公式WEBサイトから予約するには
会員登録が必要です!

- 会員登録すると…
- プログラムの予約がらくらくカンタン!
 - 最新情報をメールで配信します。



公式WEBサイトからのお申込み
各プログラムの予約フォームからお申込みください。
9:00から受付開始!



お電話でのお申込み
各プログラムに記載のお申込み先へお電話ください。
12:00から受付開始!



《開催日直前のキャンセル料について》予約締切り日以降キャンセル料が100%かかります。

注意事項：○予約受付は先着順に行います。○満席となったプログラムについては受付を締め切らせていただきます。○プログラムの申込み期限はプログラムにより異なります。詳しくはプログラムのページをご覧ください。○プログラム当日は開始時刻の15分前までに会場にお越し下さい。○新型コロナの感染状況によっては、プログラムの内容・金額が変更となる場合があります。

アカウントIDは全て「tokaido_onpaku」です。
ハッシュタグ #東海道おんぱく #いとおかししずおかし をつけて投稿しよう!

主催：東海道歴史街道観光推進協議会（静岡市観光交流文化局 観光・MICE推進課）
駿河 東海道おんぱく事務局：株式会社ボクラノマチ
TEL:070-8584-1719 (9:00~18:00) Mail:bokumachi.o@gmail.com

COVID-19

新型コロナウイルス
感染予防対策中

駿河 東海道おんぱくでは、新型コロナウイルスを始め、感染症の予防および拡散防止のための取り組みを行っております。

マスク着用にご協力ください



手指の消毒にご協力ください



うがい・手洗いに
ご協力ください



体温の測定にご協力ください



右記のいずれかに
該当するお客様は
ご参加を
ご遠慮ください

- ✓ 37.5℃以上の発熱がある方、または発熱が続いている方
- ✓ 咳、呼吸困難、倦怠感、味覚障害など新型コロナウイルス感染症を疑われる症状のある方
- ✓ 2週間以内に出国制限、入国後の観察期間を必要とされている国・地域への渡航歴がある方
- ✓ 同居家族や身近な知人に感染が疑われている人がいる方

おんぱく参加規約

- 事前予約
おんぱくへの参加には、事前の予約が必要です。応募締切日までに定員に達したプログラムについては、応募を締め切らせていただきます。
- 自己責任
参加者は、自己の責任でおんぱくにご参加ください。おんぱく事務局は、各プログラムにおける怪我や病気、事故などについて一切の責任を負いません。
- プログラム主催者の指示など
プログラム主催者及びおんぱく事務局の指示・注意事項は、必ず守ってください。プログラム主催者及びおんぱく事務局の指示・注意事項を守っていただけない場合は、プログラムの途中で参加をご遠慮いただくことがあります。
- 法令の遵守
国の定める法律を遵守してください。
※屋外を歩くプログラムについては、道路交通法・交通ルール・マナーを守ってください。※未成年者の飲酒を伴うプログラムへの参加はご遠慮ください。※飲酒運転は法律で禁じられています。
- 料金及び参加費
参加料金は原則として開催日当日の支払いとなります。プログラムによっては、大人料金と子ども料金の設定があります。中学生以上は大人料金、小学生以下は子ども料金です。子ども料金の設定がない場合は一律料金です。小学生以下の方は必ず保護者同伴でご参加ください。
- プログラムの中止・コースの変更
天候の悪化によりプログラムの開催を中止、又は内容を変更する場合があります。※プログラムを中止するときは、主催者より参加者にご連絡いたします。
- 服装・持ち物
各プログラムに適した服装でお越しください。
※屋外を歩くプログラムについては、スニーカーやアスレチックシューズを必ずお持ちください。防雨グッズ（レインコート、傘）もご用意ください。健康保険証のコピーをお持ちください。
- 飲食
食料アレルギーがある方は、予約時及び当日スタッフにお申し出ください。
- 著作権・肖像権について
プログラム当日は駿河東海道おんぱくスタッフによる撮影が行われます。プログラム参加者による写真・動画撮影は、おんぱくホームページ・雑誌・SNSなどに使用する場合があります。ご理解ください。
- キャンセル
やむを得ずキャンセルする場合は、必ず前日までに各プログラム主催者へご連絡ください。おんぱく事務局は、キャンセル料金の設定が異なります。詳細は、各主催者（案内）にお問い合わせください。
- その他
次に該当する場合には、おんぱく事務局の判断により、おんぱくへの参加をお断りする場合があります。
○他の参加者又は会場近隣住民などに対する迷惑行為があった場合
○おんぱくへの参加が不適切であると認められた場合

*コロナ対策で屋外の方をお断りする可能性が
あるため、本企画は静岡中部エリアの住民および静岡おんぱくネットワーク会員を対象としています。

2021
駿河 東海道
おんぱく

いとおかし
しずおかし



2021年10月16日から11月28日までの44日間に
2峠6宿を舞台にした
「駿河東海道おんぱく」がはじまります。

秋。
静岡が誇る霊峰富士が
その輪郭を一層深めるこの季節に
蒲原宿・由比宿・興津宿・江尻宿・府中宿・丸子宿
6つの宿場をつなぎ
東海道の人と物語に出会う44のプログラムたち。

今も昔も多くの人々が行き交い集う東海道。
旅する人にまちなりの人。
ご当地食に風光明媚な景色や宿場町。
様々なものが出会い、
交流を深めたこのまちでは
多くの物語が生まれてきました。

古くから大切に守られてきた宿場の施設を使いながら
今の宿場に息づく暮らしを学び、
一緒に体感するような現代版の宿場の遊び方、
東海道の歩き方をご紹介します。

静岡で育った人も、そうでない人も
「いとおかししずおかし」を合言葉に
たくさんのお会い旅へと出かけてみませんか。



program calendar

プログラムカレンダー(10/16~11/28)

Let's begin the trip through Tokaido!



宿場と宿場をつなぐ「道」
 今の東海道に関わる「人」
 生き生きとした「いとなみ」
 この土地ならではの「食」
 昔と今が混在する「まちなみ」



かたじけねえ!



宿場はいつの時代も、まちとまち、人と人、まちと人をつなぐ交流の場だ。

さてさて、どんな出会い旅が始まるのか。せっかくなら旅の道中も楽しみたいものだ。

44 の出会い、はじまりはじまり

MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
10月					14 22	16 29
11	12	13	14	15	16	17
16 42	15	18 19 22 28			18 21 22 24 42	02 31
18	19	20	21	22	23	24
		18 22		20	11 12 13 14 22 23	15 25
25	26	27	28	29	30	31
11月		06 22			07 22 24 33 34 35 37 38 39 41	02 03 05 30 31 35 37 38 39 41
1	2	3	4	5	6	7
30 35	20 33 34	05 18 22			01 06 21 22 27 35 36 40	05 07 23 26 33 34 35 40
8	9	10	11	12	13	14
	15 43	04 09 18 19 22 33 34 43	04 10	43	08 17 22	20 32
15	16	17	18	19	20	21
31	10 23 43	08 18 22		44	01 07 09 20 22	02 15 23
22	23	24	25	26	27	28

03 銀で木の葉のチョコカーを 作りましよう



シンプルで素敵なチョコカーを銀で作ります。自分で作ったものを長く大切にしたい人向きです。フランススループル美術館「美の解放展」において「自由・創造賞」を受賞した指導者が丁寧に指導します。不器用でも大丈夫！安心して作りに来てください。作品は当日仕上がります。純度の高い銀の本物の輝きをお楽しみください。会場は蒲原宿にある国の登録有形文化財で江戸時代の旅籠跡、旧和泉屋「お休み処」です。安政の大地震を耐えている歴史的建物です。江戸時代の雰囲気を感じながら楽しんでください。

11.7(日) 10:00~12:00

案内人 朝原通恵

開催場所 旧和泉屋「お休み処」(静岡市清水区蒲原3-25-3) 駐車場10台あり/JR新蒲原駅より徒歩5分

募集 7日前まで
参加料金 4,800円
実施人数 定員10名(最少催行人数5名)
備考 葉の形は変わる場合があります。

お申込先 おんぱくWebサイト 又は 電話受付(054-385-7111)

01 燕之宿宿主による 面白蒲原散歩+空き家見学会



長崎から仕事の転勤を機に静岡へ来たことをきっかけに、蒲原の街がカッコいいと5年前に住まいを蒲原にすることを決め、今では自宅で駄菓子屋、登録有形文化財の敷地内で宿をやっている大澤コーセイです。蒲原にはまだまだ面白い空き家があります。宿主独自の視点で蒲原の魅力とおもしろスポットを紹介しつつ、宿場エリアの空き家の古民家や素敵な空き家を紹介いたします。田舎暮らしに興味のある方、面白い場所でお店を開業したい方、東海道の宿場町として栄えた蒲原ホットスポットです。

11.13(土)・11.27(土) 10:00~12:00

案内人 大澤コーセイ

開催場所 燕之宿周辺の蒲原宿エリア 集合場所はBACKPACKERS HOSTEL 燕之宿(静岡市清水区蒲原3丁目19-28) 駐車場5台あり/JR新蒲原駅より徒歩7分

募集 7日前まで
参加料金 3,000円
実施人数 定員8名(最少催行人数3名)
備考 雨天決行、荒天中止

お申込先 おんぱくWebサイト

04 お寺deストレッチ



日々の喧騒から切り離されたお寺という新鮮な空間で、畳とお香の心地よい香りに包まれながらゆったりと呼吸をし、日々のストレスでかたくなったからだを、このころをストレッチさせましょう。ストレッチポールを利用して「動作の土台」となるコアコンディショニングのエクササイズを行います。ここではコア全体をメインに背骨を安定させ姿勢を保つことで「正しい姿勢」を知ってもらいます。一度自分と向き合うだけでもこんなに変わるんだ!!という感覚を味わっていただきたいです。

11.17(水)・18(木) 17日 10:00~11:30 18日 18:30~20:00

案内人 佐野絵理

開催場所 東漸寺(清水区蒲原2丁目13-7 大法東漸寺) 駐車場10台あり

募集 1日前まで
参加料金 2,000円
実施人数 定員10名(最少催行人数2名)
備考 運動(ストレッチ)できる服装・飲み物・タオル・裸足(もしくは5本指靴下)・伸びたい気持ち

お申込先 おんぱくWebサイト

02 簡単楽しいみそ作り体験と みそから醤油をとってみそ!



子育て中、子どもに体に良いものを食べさせたいと思い「手作りみそ」にハマって25年。「手作りみそ研究家みそのみゆき」です。みそ作りと聞くとお変なイメージですが、実は簡単で奥深くても楽しい!!「エンジョイ発酵ライフ」を伝授。今回は旧醤油蔵を会場に、江戸時代にタイムスリップしながら、「パッパッギュー」でできちゃう100gのみそを作って、みそ汁を飲む、「みその旨み醤油を」試食、「おみやげのみそ(750g)から旨み醤油をとる方法を伝授」の三本立て。親子はもちろん大人の方だけのご参加もお待ちします。こうじ菌劇場もお楽しみに!

10.24(日)・11.7(日)・28(日) 10:30~12:30

案内人 手作りみそ研究家 みそのみゆき(みそソムリエ)

開催場所 旧醤油蔵(静岡市清水区蒲原3丁目19-28) 登録有形文化財 志田邸(西側) 駐車場5台あり/JR新蒲原駅より徒歩6~7分

募集 7日前まで
参加料金 1セット 2,500円
実施人数 定員10名(最少催行人数5名)
備考 プラス600円でみそ作りの材料1セット追加も可能です。追加をご希望の方は備考にその旨をご記載ください。マイバック、筆記用具、マイ箸をご持参ください。

お申込先 おんぱくWebサイト



蒲原宿 Kambara

江戸時代、日本橋から15番目の宿場町として栄えた蒲原宿

静岡市の東の玄関口としてお出迎え

なまこ壁が特徴的なお屋敷や、大正モダン建築など、今と昔が混在する街並みも魅力的

ちょいとゆっくりして、いこうかねえ



08 宿場町で一期一会① 旅人のカラダを いたわる野菜の薬膳茶屋



日本における茶屋（＝現代のカフェ）のルーツは、室町時代の「一服一銭」にあるともいわれ、旅人にとって貴重な休憩の場でした。この茶屋を、健康意識が高まる現代の潮流にあわせて、2日間限定の「薬膳茶屋」としてオープンします！参加者お一人ひとりの生まれもった体質や体調を知っていただく「カラダ診断」ワークショップを進めながら、食養のキホンについて学び、心身を整える「あなただけ」の薬膳茶をその場で調合して召し上がっていただきます。プログラム終了時に、診断結果カルテをお持ち帰り＋旅人（参加者）の体質にあったオーガニック野菜の献立キットのお土産つき。

宿場町で一期一会 素空庵



レトロな街並みが残る蒲原宿。その中にひっそりと佇む築120年の宿泊型文化施設があります。その名は、「素空庵」。この秋、「素空」の場に3つの彩り豊かな企画が立ち上がり、旅人の感性を刺激する体験の舞台として限定オープンします！

11.20(土)・24(水) ①10:00~11:30 ②13:30~15:00

案内人  永田和史

開催場所 素空庵(静岡市清水区蒲原原沢372-2)
募集〆切 開催7日前まで
参加料金 3,000円(※カラダ診断ワークショップをご受講される同僚のお子様は500円)
実施人数 定員10名(最少催行人数5人)
備考 申し込み時に、あらかじめお一人一人の体質や体調がわかる独自のアルゴリズム「カラダ診断」(およそ3分で完了)をお受けいただき、開催当日にその診断結果をもとにフィードバックさせていただきます。持ち物は筆記用具、服装自由、雨天決行

お申込先 おんぼくWebサイト



開催場所 蒲原 旧若邊邸(古民家カフェ「かえるの庭」開店準備中)(静岡市清水区蒲原新田一丁目17-26) 駐車場3台あり ※申込時開催日に台数を記入ください。なるべくお早めにお申し込みください。

募集〆切 開催3日前まで
参加料金 大人・中学生以上 2,000円(材料費、飲み物、「かえるの庭」のパンのお土産付き)
小学生 500円(材料費、飲み物)
実施人数 定員6名(最少催行人数2人)
備考 未就学児同伴の場合は保護者と一緒に行ってください。なお託児施設はありません。

お申込先 おんぼくWebサイト

07 古民家でゆったりと 羊の毛のクラフトづくり



じゃじゃ馬娘がそのままおぼあちゃんになったような講師の安藤さん。羊の刈り取った後の商品にならない毛を何度も洗い、染色しています。その毛を材料に、自然農と学びの場づくりをすすめる唯太郎夫妻が足踏み紡ぎ車で毛糸紡ぎを教えてくださいます。築163年の古民家でゆったりとした時間を過ごしながら、「蒲原海岸の石を羊の毛で包むあなた好みのペーパーウェイトづくり」または「足踏み紡ぎ車で毛糸紡ぎ。毛糸を編んでコースターづくり」のいずれかを選んでいただきます。また、イベントトアウトする度、即完売する「かえるの庭」のパンのお土産付きです。

11.6(土)・14(日)・27(土) ①10:00~12:00 ②14:00~16:00

案内人 

開催場所 蒲原 旧若邊邸(古民家カフェ「かえるの庭」開店準備中)(静岡市清水区蒲原新田一丁目17-26) 駐車場3台あり ※申込時開催日に台数を記入ください。なるべくお早めにお申し込みください。

募集〆切 開催3日前まで
参加料金 大人・中学生以上 2,000円(材料費、飲み物、「かえるの庭」のパンのお土産付き)
小学生 500円(材料費、飲み物)
実施人数 定員6名(最少催行人数2人)
備考 未就学児同伴の場合は保護者と一緒に行ってください。なお託児施設はありません。

お申込先 おんぼくWebサイト

05 お寿司やパンの ミニチュア雑貨を作ろう



樹脂粘土を使い寿司下駄に乗ったお寿司を作りましょう。昔の江戸細工の様な手先遊びです。今回は、「お寿司」を形成・着色・盛り付けをします。余力のある方は現代っ子が食する「パン」も作っちゃいましょう。置で解放された会場なので小さいお子さんのいる親子でも楽しめます。また、最近はお掃除用としても人気があり、ドールに合わせて自分の作ったお寿司やパンを飾るのはいかがでしょうか。居心地の良い雰囲気のある旧五十嵐邸でゆっくり集中しちゃおうです。

11.7(日)・10(水)・14(日) ①10:00~12:00 ②14:00~16:00

案内人  山本明沙美

開催場所 蒲原 旧五十嵐邸(静岡市清水区蒲原3-23-3 旧五十嵐風俗病院) 駐車場8台あり/JR新蒲原駅より徒歩8分

募集〆切 開催3日前まで
参加料金 1,500円
実施人数 定員8名(最少催行人数5人)
備考 エプロン(ほぼ汚れませんが気になります)

お申込先 おんぼくWebサイト

10 宿場町で一期一会③ 女性限定 女性のカラダ・ 自然とつながるお茶会



女性にとって「自然と自分」のつながりを感じ、女性を内面から綺麗にしてくれる生理期間をどのように過ごすのか？布ナプキン歴15年のゆるりラ・祐子がオスメの「布ナプキン」その体験談や実際の使い方を詳しくお話しします。お茶は「ゆめもり園」さん産の、清水区小内にて2000年頃から有機栽培に本格的に取り組んでいるこだわり茶。ホッとできる空間でゆったりお話ししましょう。

09 宿場町で一期一会② 茶×蜜を味わい尽くす工芸茶屋 本山茶染め蜜蠟ラップをつくろう



レトロな街並みに現代アートが融合する「素空庵」が舞台となる第二弾企画のテーマは「ものづくり」。静岡の伝統工芸である「本山茶染め」の技法で染め上げた布地に、ミツバチの蜜を染みこませてつくる、多用途＆繰り返し使用可能なエコラップ「本山茶染めミツバチラップ」を一緒に作ってみませんか？当日は、完成したラップの使用実演や、「茶」と「ミツ」にちなんだサブライズが満載！新進気鋭な静岡市内の紅茶生産者による紅茶のミニ知識などを聞きながらティータイムをしましょう。もちろん、製作したラップはお持ち帰りいただけます。

11.18(木)・23(火・祝) 14:00~16:00

案内人 

開催場所 素空庵(静岡市清水区蒲原原沢372-2)
募集〆切 開催7日前まで
参加料金 3,000円(母娘参加の場合6,000円→5,000円)
お土産(布ナプキン・ゆめもり園のお茶・なないものお茶)
実施人数 定員12名(最少催行人数4名)

ゆるりラ主 片平祐子
布ナプキン歴15年、和ハーブ講師やタイヨガイストラクターとしても活動中!!の片平と、ぬっとり甘いグッチーパーン石焼き芋店なないもの「ぬっとり甘い美味しい焼き芋」でみんなを驚かせたい片平。そして小内川で有機栽培のお茶づくりに取り組むいつも前向き笑顔がチャームポイントの西山の女性トリオでおおくりします！

お申込先 おんぼくWebサイト 又は LINE @ゆるりラ祐子 QRコード→

11.17(水)・27(土) ①10:00~11:30 ②13:30~15:00

案内人 

開催場所 素空庵(静岡市清水区蒲原原沢372-2)
募集〆切 開催5日前まで
参加料金 3,500円
実施人数 定員10名(最少催行人数5人)
備考 持ち物はハンカチ、エプロン、服装自由(作業しやすい)汚れてもよい服装 ※蜜蠟を溶かす工程で衣服に汚れがつく可能性があります。雨天決行

ゆるりラ主 片平祐子
布ナプキン歴15年、和ハーブ講師やタイヨガイストラクターとしても活動中!!の片平と、ぬっとり甘いグッチーパーン石焼き芋店なないもの「ぬっとり甘い美味しい焼き芋」でみんなを驚かせたい片平。そして小内川で有機栽培のお茶づくりに取り組むいつも前向き笑顔がチャームポイントの西山の女性トリオでおおくりします！

お申込先 おんぼくWebサイト

OTANOSHIMI MARKET お楽しみ市

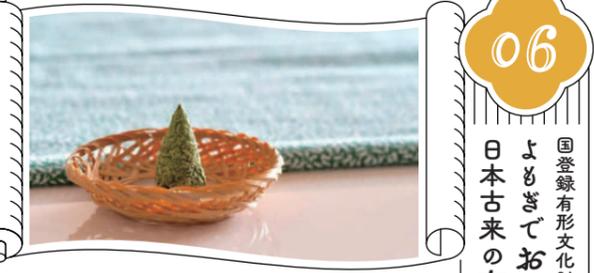
11月21日(日) 10:00~14:00 @旧五十嵐邸

開催期間中に旧五十嵐邸でお楽しみ市が開催されるよ！

地場で採れたお野菜やみかん、蔵に眠っていた食器類に手作りや洋菓子などを販売します。旧五十嵐邸で、ゆったり、のんびり。楽しい時間を過ごしてくださいね。



06 国登録有形文化財「旧五十嵐邸」で楽しむ② よもぎでお灸体験と 日本古来の有用植物(和ハーブ)講座



古来日本人の生活と健康を支えてきた日本の和ハーブ(有用植物)。足元のあたりまえの中に、宝物も見つかる、もっと楽しく、もっと豊かに、「和ハーブ」と暮らすライフスタイルを提案。今回はよもぎを使ったお灸体験。和ハーブ？どんな植物？どんなふうに使われるの？様々な和ハーブティーを飲んでみるの？様々な和ハーブティーを飲んでみるの？様々な和ハーブティーを飲んでみるの？

11.3(水・祝)・13(土) 3日 14:00~16:00 13日 10:00~12:00

案内人 

開催場所 蒲原 旧五十嵐邸(静岡市清水区蒲原3-23-3 旧五十嵐風俗病院) 駐車場8台あり/JR新蒲原駅より徒歩8分

募集〆切 開催7日前まで
参加料金 3,000円(和ハーブお土産付き)
実施人数 定員8名(最少催行人数4名)

ゆるりラ主 片平祐子
タイヨガイストラクターとして静岡市内を中心に活動しています。蒲原生涯学習交流館でも2つのヨガサークルを担当しています。体にいいことを求めていく中で和ハーブと出会いました。日本のたからものを知ってほしいです。

お申込先 おんぼくWebサイト 又は LINE @ゆるりラ祐子 QRコード→

13

WAOを届けたい人集まれ!!
**ダッチオーブン驚くほど
 美味しい石焼き芋作り方教室**



ある日旦那にお芋を出したら「まずっ」と言われたのをきっかけに(今では冷蔵庫にお芋があると喜ぶほどですが笑)焼き芋の研究を始め、行き着いたのがこのダッチオーブンで石焼き芋を作る方法!今年2月に自宅隣の小屋でオープンし、もたせイモとして地元の方を中心に口コミで広がり、利用していただいています。焼き芋は奥が深く、壺焼きや昔ながらの石焼き芋の方法もありますが、ダッチオーブンの方法もありですが、ダッチオーブンの火が均一に通る、蜜の出るねっとりしたお芋ができます。特別な機械は使っていませんが、上手に焼きあがるコツをこっそりお伝えしながら楽しく作ってみましょう。ご家族に美味しいお芋を作らせてあげませんか?!

10.30 (土) 10:30~12:30

案内

開催場所 旧庵原高校グラウンド(静岡市清水区蒲原5300-5)駐車場あり
 募集期 開催3日前まで
 参加料金 1組 3,000円(お手は6~7本お持ち帰りいただけます)
 実施人数 定員3組(最少催行人数1組)
 備考 お芋を焼いている間は一旦解散します。その間はマルシェをお楽しみください。

片瀬ひろこ
 ねっとり甘いダッチオーブン石焼き芋店ないもの店主、焼き芋研究家「ねっとり甘くて美味しい焼き芋」でみんなを驚かせたい。

お申込先 おんぱくWebサイト

12

おうち時間を楽しくもう!!
袋栽培の木の箱づくり



袋栽培ってご存知ですか?袋栽培はホームセンターで売られている園芸用の土の袋をそのまま使って野菜などを栽培する方法で手軽で場所を選ばないため、初心者の方でも挑戦しやすいです。ただ欠点があり支柱が倒れたり、見た目がちょっとという方も...そこで考えたのが袋栽培用の CED WOOD BOX。木の箱の中に袋を入れるので倒れる心配もなく、支柱を支えるクリップ付。また、見た目も可愛らしいですよ。ワークショップでは予め加工済みの木を使って釘を打ち込む作業を行いますので、小さなお子さんも保護者同伴で可能です。ぜひご家族と一緒に作ってみませんか?

10.30 (土) ①10:30~11:30 ②13:30~14:30

案内

開催場所 旧庵原高校グラウンド(静岡市清水区蒲原5300-5)駐車場あり
 募集期 開催当日まで
 参加料金 1台 3,500円
 実施人数 定員10名(最少催行人数5名)
 備考 ご家族で2台以上ご希望の場合その旨を備考にご記載ください。雨天中止。持ち物は軍手/タオル/水筒 服装は動きやすい格好。木の箱は持ち帰っていただきます(縦35横35高86cm)

片瀬ひろこ
 持続可能な家づくり1級建築士 影山智康
 おうち時間を楽しく、手軽で場所を選ばない袋栽培にはまっています。家づくりのご提案は、お一人お一人の暮らしの提案をするようなもの、家づくりもプランナー作りも暮らしや生き方を考えるきっかけの一つになれば嬉しいです。

お申込先 おんぱくWebサイト 又は h2labo@juno.ocn.ne.jp



Toita Market
 KAMBARA

旧東海道蒲原宿 軒先にお店が点在する 散歩型マーケット
 蒲原の歴史ある町並みや人 風土を感じながら
 小さな町の小さな魅力を発見してください

2021 **Vol. 4**
10/17 (日)

蒲原宿場エリア (西木戸~東木戸周辺)
 10:00-15:00 小雨決行・荒天中止
 @kambara.toita.market

蒲原



11

おひさまのおまじよによる、ひなたぼっこスペースもあるよ

各所のミッションに挑戦!

同時開催

蒲原
トライアル
marche
 マルシェ

ゴミを拾ってエコチケットをもらおう!

第2回
蒲原
サイクル
ロゲイニング

自転車であらゆる
 舞台は蒲原!
 各所にあるミッションをクリアして
 ポイントを競う頭脳戦!

DATE
10.30 (SAT) 9:00-
 ※小雨決行・荒天延期

受付 8:00- ゲーム終了 12:00 表彰式 12:30-

集合場所: 旧庵原高校グラウンド
 静岡市清水区蒲原 5245-95

募集締切日: 2021年 10月 23日 ※定員に達し次第、締め切ります
 募集定員: 30チーム

参加費 1チーム 3,000円
 ※4人までエントリーOK!!

申し込みお問合せ 054-385-3100 (3rd place)
 kambara.machidukuri@gmail.com
 https://www.kambara.site/

詳しくはこちらをCHECK!!

親子も友達同士もみんな集まれ!

Let's have fun together!!

GO CLEAN UP!!

TICKET

ゴミを拾って会場本部に届けるとマルシェで使えるエコチケットと交換できるよ!(10:00-14:00)

かつて旧東海道の15番目の宿場町として栄えた蒲原は、旅する人たちの休息の地であるとともに、旅の情報発信拠点でもありました。当時の宿場の風景を随所に残すとともに、江戸から平成までの産業や文化が折り重なったレトロな街並みを形成する蒲原に自転車で繰り出すそう!!!ロゲイニングと同時開催の「蒲原トライアルマルシェ」は来年4月、今までにない新しいカタチの道の駅を目指すトライアルパーク建設地で開催!そんなワクワクとドキドキを作り出す場所に一足先にご家族、お友達、皆さんで遊びに来ませんか?

案内人
 NPO法人 KAMBARA15th 石原有紀
 蒲原の魅力を発信し、子ども達の未来を大切に持続可能なまちづくりに取り組んでいます。この町の優しさや蒲原のこれからの可能性を体感しにきませんか?
 お申し込み先: KANBARA15th 公式 web

マルシェの詳細はおんぱくHPにて!!

主催: 特定非営利活動法人 KAMBARA15th

16

新聞店がパンとコーヒーの店？のマル秘な開業裏話



新聞店がパンとコーヒーの店を開店したワケは？街はずれでお客さんは来るの？どうやって資金を集めたの？自分のお店を持ちたいと考えた時、売るものに対する想いや、どこで店を出すかはもちろん大事ですが、実行するにあたってさらに重要になってくるのがいかに資金をうまく調達するかだと思います。今回は、そんな開業するにあたって実際に利用した補助金のメリット、デメリットを包み隠さずお話しします。将来なんとかお店を持ちたいと考えている方にはもちろん、あとは実行するだけの方には耳寄りな情報盛りだくさんなはず。飲食店だけでなく雑貨店を考えている方もぜひお越しください。

10.17(日)・18(月) 10:30~11:30

案内 開催場所 NEWS by 河西新聞店(静岡市清水区由比寺尾63) 駐車場4台あり/JR由比駅より徒歩10分
募集〆切 開催7日前まで
参加料金 500円(コーヒー代込)
実施人数 定員4名(最少催行人数2人)
備考 筆記用具をご持参ください。

案内 パリスタ 兼 焼職士 河西健 焼津の名店「シハン」にて修行後、2017年12月、由比に「パンとコーヒーの店:NEWS by 河西新聞店」をオープン。様々な公的支援を利用し、店舗設備を充実させました。その裏話をお話しさせていただきます。

お申込先 おんぱくWebサイト

14

日本遺産小池邸と間の宿西倉沢見学 名物さざえの壺焼きを食し、江戸時代の旅人気分を味わおう



昨年認定された日本遺産の構成文化財として「間」の宿西倉沢」が指定されました。当時の倉沢は五十三次の宿場には数えられていませんでしたが、難所の薩埵峠を越える前に休憩したり、宿泊するための旅籠や茶店が並んでいました。現在も残る街並みをガイドさんの説明を聞きながら実際に歩いて見学してもらいます。また、広重の浮世絵「五十三次由比」の中で描かれている茶店の看板に「倉さわ名物さざえの壺焼き」とあり、さざえ料理が人気であったことがわかります。「くらさわや」では「さざえのつぼ焼き」が今もメニューにあり、昔ながらの味を伝えています。当日はさざえを始めとする魚料理を味わってもらい、江戸時代の旅人の気分を体験してもらいます。

10.16(土)・30(土) 10:30~13:00

案内 開催場所 由比寺尾倉沢地区の東海道、くらさわや(静岡市清水区由比東倉沢69-1) 駐車場10台あり/JR由比駅より徒歩10分、薩埵峠入口より徒歩5分
募集〆切 開催5日前まで
参加料金 3,000円(食事代含む)
実施人数 定員10名(最少催行人数4人)
備考 歩きやすい服装。小雨決行。荒天の場合当日8:00に可否決定。お車で越しの方はくらさわやに集合、電車の方は由比駅から徒歩で小池邸に直接集合。

案内 渡辺一正 由比倉沢の地で祖父の代から料理店をやっています。現在は桜えび料理が有名ですが、創業時はお店は海岸沿いにあり、アワビやサザエを提供する江戸時代からの地に続くスタイルで営業していました。私が生まれ育った所が日本遺産に登録されとてもうれしく思っています。この場所の落ち着いた雰囲気とおいしい料理を皆さんにご紹介したいと思っています。

お申込先 おんぱくWebサイト 又は 電話受付 くらさわや(054-375-2454)

17

お抹茶とお琴の夕べ



由比本陣公園内にある、「静岡市東海道広重美術館」にて浮世絵をご鑑賞いただいたあと、閉館時間後に離れ座敷の記念館「御幸亭」でお抹茶とお琴の演奏を楽しんで頂く企画です。「御幸亭」は、本イベントご参加の方のみの貸し切り空間となります。

お琴は、平成2年に結成された「グループ糸遊」のメンバー6名が演奏します。静岡市の芸術祭やイベント・施設などで活動されています。

当日は、お琴を中心に尺八や笛などによる「六段」や「春の海」等を披露します。

11.20(土) 16:00~18:30

案内 開催場所 由比本陣記念館「御幸亭」(静岡市清水区由比297-1) 集合場所は、東海道由比宿交流館 駐車場20台あり/JR由比駅より徒歩30分
募集〆切 開催7日前まで
参加料金 1,500円
実施人数 定員20名(最少催行人数10人)
備考 雨天決行 開館時間 9:00~17:00/休館日 月曜日(祝日の場合は翌平日)

案内 佐野・古牧 秋の夜、お抹茶とお琴の演奏をご案内いたします。また「御幸亭」の建物やお庭に関することなど、興味がある方は、お気軽にお尋ねください。

お申込先 東海道由比宿交流館にて電話受付のみ(054-375-5166)

15

マスク生活を快適に！ 選べるマスクチャームづくりと マスクにシュッとひとよき和漢スプレーづくり



マスク必須のコロナ時代を少しでも快適に過ごしてほしい。そんな思いから、マスクアクセサリ作りと和ハーブインストラクターがレクチャーする数種類の和の精油からブレンドするオリジナルスプレー作りの両方楽しめるワークショップを開催します。マスクのチャームはイカリにも見える船の形と、恐竜や動物たちをモチーフにしたチャームのいずれから選べます。ワークショップの後は、宿場町由比で見られない駿河湾の絶景を自分で楽しみながら、出来たての釜飯と旬の桜えびのかき揚げをご提供。マスクに着けるタッポオトシゴモチーフのアクセサリのお土産付きです。

10.19(火)・31(日)・11.16(火)・28(日) 11:00~13:00

案内 開催場所 由比寺尾倉沢地区の東海道、くらさわや(静岡市清水区由比東倉沢69-1) 駐車場10台あり/JR由比駅より徒歩10分、薩埵峠入口より徒歩5分
募集〆切 開催7日前まで
参加料金 2,500円(マスクチャーム、マスクスプレー、飲食代、お土産全て含む)
実施人数 定員10名(最少催行人数4人)

案内 そらあまのがわ 玉川周・ゆるり主宰 片平祐子 静岡の空と水辺が大好きな静岡市民、玉川と朝日カルチャー講師とハーブインストラクターゆるり片平祐子がご案内します。会場であるくらさわやの渡辺さんもとっても気さくでフレンドリーですよ。

お申込先 おんぱくWebサイト



由比宿

Yui



駿河湾を眺めながら
コーヒーを飲むのも
こよのお

桜えびの街、
由比宿
この時期、
由比の桜えびが
秋漁を迎えます
江戸時代の旅人も、
由比で採れる
サザエなどの
海鮮物に舌つづみを
打ったそうなの





江尻宿

Ejiri



江尻とは、
巴川の尻(下流)を示し、
巴川がつくる
砂洲上にできた宿
それが江尻宿。

外国船が行き来する
清水港を有する江尻宿は、
異国情緒溢れるベイサイド。

ここではお茶にお花に
挽物そして寿司
何が楽しいかは、

ひとりひとり違って
当たり前

あなたを
楽しませたい
人たちが
待っている

さあ、
いとおかしいに
会いにいこう。



18

旅館でキャンプ!?
旅館のお庭にテントを張って寝床を
確保! 宿場まち興津で遊んじゃおう!!

興津宿は、江戸時代の大名行列により栄え、難所「さった峠」を越えて一息つための東海道五十三次の17番目の宿場町でした。東海道興津宿割烹旅館「岡屋」も旅館茶屋として当時も今も旅人をお迎えしています。宿に荷を下ろし、興津の街に繰り出せばお饅頭屋さんに茶カフェ屋さんなど甘味処が点在。そんな興津を五感いっぱい感じてほしい!と、今回は旅館のお庭をキャンプ場として開放します。トイレやお風呂は旅館の施設をご利用ください。夜は亭主の案内で10分ほど山を登って港夜景を見に行きましょう。きっと興津がもっと好きになるはずですよ。

10.23(土)~24(日)・毎週水~木曜 当日13:00~翌日11:00まで

案内人 小田啓吾
アウトドア好きの旅館主人です。キャンプ初心者のお手伝い(おせっかい)が好きです。友達の間を借りているくらいの気持ちでのんびり楽しんでください。

開催場所 割烹旅館岡屋 芝生庭園(静岡市清水区興津本町6)
駐車場25台あり/JR興津駅より徒歩8分 興津宿公園前バス停

募集〆切 開催1週間前まで
参加料金 1張1,500円+1人につき500円
実施人数 1日1グループ限定 3張りまで可能
備考 キャンプグッズは全て持ち込みをお願いします。設備はご要望があれば亭主がお手伝いします。お風呂はコロナ禍のため予約貸切時間制となっております。小雨決行・荒天中止

お申込先 おんぼくWebサイト



19

流木を使った
マクラメタペストリー作り

流木を使って、マクラメタペストリーを作りましょう。マクラメとは、紐を手で編んでいく技法のこと。ミサンガもマクラメ作品のひとつで、特別な機械も必要なく紐を編んでいくことで簡単にアクセサリやインテリアが作れ、身近な材料で編めるという親しみやすさが大きな魅力です。そんな注目目のマクラメのタペストリーを興津の海で拾った流木を使い作っていきます。作った後は、お楽しみタイム! 岡屋旅館のお庭を眺めながらゆったりとお茶とお菓子を頂きます。

10.20(水)・11.17(水) 10/20 10:00~12:00 11/17 13:00~15:00

案内人 石川映里
ハンドメイド作家 PUAWA

開催場所 割烹旅館岡屋 現地集合(静岡市清水区興津本町6)
駐車場25台あり/JR興津駅より徒歩8分 興津宿公園前バス停

募集〆切 開催3日前まで
参加料金 1,800円(お茶代込み)
実施人数 定員10名(最少催行人数3人)

とりあえず作ってみよう! という気持ちの元、アクセサリや布小物などのハンドメイドをはじめました。旅行好きで海などで集めるシーグラスやシェル、流木を使って何か作れないかと、思い出を形にするワークショップをマルシェや交流館などで開催しています。

お申込先 おんぼくWebサイト



興津宿

Okitsu



徳川家ゆかりの寺院も多く残る興津宿。江戸時代は和紙の集散地として栄え、明治以降は元勲達の別荘が建ち、その時代時代に変化をしてきたまち。製あん機を発明した偉人の産まれたまちであんこを使った和菓子が食べられるお店が多い。

荷物を降ろして
近所の和パフェを
食べにいこうか



江戸時代から続く
旅館
岡屋旅館で
ちょいとひと休み



20

ストリングアートで花を飾ろう



ストリングアートって知っていますか？板に釘を打って、その釘に糸を巻きつけていくだけのとっても簡単なものにおしゃれになるDIY。そこにユーカリなどの生花を飾り付けたら完成です。壁に掛けたり玄関先に置くインテリアとして楽しめます。生花は当日お好きなものを選んでいただき、ドライになっても長く楽しめるお花をご用意します。釘で作っていく絵は下絵があり、花瓶が富士山型がお好きなものをどうぞ。明るく賑やかな生花店がわきあいあいとしんじやいましょう。

10.29(金)・11.9(火)・21(日)・27(土) 10:30～11:30

案内人

開催場所 うさみ花店(静岡市清水区追分3丁目4-3) 駐車場5台あり/静鉄 桜橋駅より徒歩10分
募集〆切 開催5日前まで
参加料金 2,000円
実施人数 定員5名(最少催行人数2名)

案内人 三村智子

うさみ花店に勤続30年、毎月店内で開催するワークショップはすでに定員がいっぱいになるほど。あなたの町のお花屋さんをさがします!

お申込先 おんぱくWebサイト 又は 電話受付 うさみ花店(054-366-5866)

21

お家時間に光を灯す 挽物ランプシェード作り



静岡挽物の技術を使ってランプシェードを作ります。初めての方でも挽物の一級技能士が手取り足取りご指導します。木工ろくろを回して削り出し、世界に一つだけのオリジナルフォルムのシェードをつくりましょう。普段は職人しか立ち入ることができない作業場の作業にワクワクドキドキ。できたシェードは部屋を照らすだけでなく自分だけの宝物の空間になるはず。挽物から出た木くずはプランターに入れたり、たき火の焚き付けにしたりと再利用できます。専用のソケットとコード(E26)は別売りでご用意しますのでお気軽にお申し付けください。Kusshokuのショップでお時間までお楽しみいただけます。

10.23(土)・11.13(土) ①10:00～12:00 ②14:00～16:00

案内人

開催場所 岸本挽物(静岡市清水区入江1-16-12) 駐車場4台あり/静鉄 入江駅より徒歩5分
募集〆切 開催3日前まで
参加料金 5,000円 小学生5年生以上(保護者同伴)ソケットとコードは別売りでご用意します。
実施人数 定員2名(最少催行人数1名)
備考 埃が付きにくいシンプルな服装(可能であればポリエステル素材の服がオススメ)スカート・フード付き不可。長髪は後ろでまとめる事。

案内人 岸本真紀

こんにちは、岸本挽物 岸本真紀です。挽物の一級技能士でこの30年以上のベテランです。という堅苦しい職人だと思われがちですが楽しく仕事をすることがモットーなので、今回のおんぱくでもカジュアルにわいわいやりたいと思っています。よろしく!

お申込先 おんぱくWebサイト

22

お茶を五感で楽しむ。まるいちお茶ツアー!



静岡のお茶畑、入ったことありますか?まるいちには、静岡でも数少ない「茶畑、工場、店舗を持つ」茶農家です。茶畑へご案内したあとは、工場見学とお茶の飲み比べをしていただきます。見る・味わう・触れる、全身で静岡のお茶を堪能してください。小さな茶農家ですので、生産者が直接お話ししながらご案内いたします。普段何気なく飲んでいるお茶を身近に感じてもらうことで、お茶により一層親しみをもちたいから嬉しです。茶畑では、昔ながらの茶娘衣装も体験できます!(茶畑の中のお茶席で飲み比べをする、一福茶席、オプションあり)

毎週水曜日・土曜日 ①10:30～12:00 ②13:00～14:30

案内人

開催場所 マルイチ水野製茶(店舗・工場)、清水区馬走(茶畑)茶畑は店舗より車で約10分 * 自家用車、タクシー等でスタッフの先導のもと移動していただきます(静岡市清水区有東坂362)駐車場3台あり/静鉄 狐ヶ崎駅より徒歩10分
募集〆切 開催3日前まで
参加料金 大人2,500円 小中学生 1,000円(一福茶席ご希望の場合お一人につきプラス1,000円)
実施人数 定員6名(最少催行人数1名)
備考 茶畑に入る際は、長袖長ズボンをおすすめします。雨天時は基本的に中止(応相談)

案内人 水野正一

6代続く茶農家の国主。人とお話しすることが好きで、地域の茶文化継承にも力をいれています。毎年、地元小学校3年生にお茶摘みを指導しているので、ちょっとした有名人です。

お申込先 おんぱくWebサイト 又は 直接申込 maruchi.mizuno@gmail.com

23

「え?色を食べる!」 あなた色の旬菜寿司でパワーアップ



あなたが選ぶのは何色かしら?なぜ、その色を選んだのでしょうか?あなたが選んだ色やその順番で今の気持ちや必要としている色がわかります。カラー心理セラピストによる色のヒミツとペーパークラフト「ローズウィンドウ」の製作を楽しんだ後は、女性板前が彩り豊かな地産の食材を使用したお寿司を握ります。お寿司×カラーセラピーのスペシャルコラボで身も心も癒されてみてはいかがでしょうか?色を選んで、触れて、眺めて、食べて、感じるプログラムです。今回はマスクをしていても笑顔が伝わるちょこっとレッスン付きです。

10.30(土)・11.14(日)・23(火・祝)・28(日) 11:30～13:30

案内人

開催場所 寿司照(静岡市清水区入江1-9-15) 駐車場あり(有料)/静鉄 入江駅より徒歩5分
募集〆切 開催3日前まで
参加料金 5,000円
実施人数 定員6名(最少催行人数1名)

案内人 カラー心理アドバイザー 中村宏美・寿司職 大和和あずさ

色のパワーを味方に笑顔と元気を応援するカラーのアリーダ-中村宏美と、お寿司や看板アスリート大和和あずさの同級生コンビによるおもてなしで皆様を心と体を癒します。

お申込先 おんぱくWebサイト 又は 電話受付 中村(090-5456-8298)



府中宿

Fuchu



徳川家康公が幼少期、そして晩年には大御所として、ここ駿府から江戸幕府の礎を築いた東海道19番目の宿場町、府中宿。



歩き方の数で見える景色があるねえ

規律正しい 基盤目状の町割りに 店はずらぬ 昔も今も変わらぬ 人々の集うまち
積み重ねた ときの長さが、 そのまちの物語
ひとたび まちを歩けば 新しい発見が すぐそこに



24

浅間界隈で徳川慶喜と 洪沢栄一の足跡をめぐる



おんぱく恒例静岡浅間通り商店街の「ぶら門前」今回は大河ドラマで注目目のふたりの知られざるゆかりの地をご紹介します。けいさきの明治21年から暮らした西草深邸を栄一は何度も訪れています。お浅間さんにも参拝したことが浅沢栄一の日記に残っています。明治の浅間通りを想像しながら歩いてみましょう!ふたりも見たかもしれない浅間神社の御神宝が境内の静岡市文化資料館で展示中。館長さんの見どころ解説付きで見学します。

10.23(土)・11.6(土) 10:00～12:00 受付9:30より

案内人

開催場所 集合場所は、静岡浅間通り商店街組合事務所(静岡市葵区馬場町60) 浅間通り商店街中程。静鉄バス中町または八千代町バス停より徒歩数分。駐車場なし(近隣に有料あり)
募集〆切 開催3日前まで
参加料金 1,000円(「夢門前歴史館」文化資料館入館料、保険料込み)
実施人数 定員10名(最少催行人数5名)
備考 平坦道を2km程ゆっくり歩きます。少雨実施。荒天の場合は前日までに連絡します。筆記用具持参。

案内人 原木公子・安本久美子

浅間通りで暮らしていると静岡の歴史が気になって気になって、地域の歴史再発見プロジェクトを仲間たちとはじめました。店舗しながら集めた情報を惜しみなく提供します!

お申込先 おんぱくWebサイト 又は 電話受付 原木肥料店(054-245-2322)

25

静岡市内おすすめウォーク② 旧東海道寄り道まち歩き



歴史と文化の街 静岡市には様々な名所があります。徳川家康公が大御所として当時の駿府(来てから駿府城の大改築を行うと共に町と街道を整備しました。当時の代表的な街道(東海道)を私たち駿府ウエイブがガイドしながらウォーキングをしてその歴史と文化を感じていただきます。5名ごとに1名のガイドが付きまますので、歩くスピードやお話にも十分ついていけるよう配慮しています。また、今回はおんぱく特別企画としてコースゴールのチョコレート専門店 Gateにて「ホットチョコレートのほうじ茶ブレンド」もご提供。チョコレートは運動後のエネルギー補給に最適です。通常店頭にはないメニューのためこの機会にぜひご賞味ください。

10.31(日) 9:00～12:00

案内人

開催場所 JR静岡駅北口地下～宝姿寺～伝馬町通り～呉服町通り～十進舎～九生家伝承跡～銀座発祥の地～七間町。集合場所はJR静岡駅北口地下。(静岡市葵区)駐車場なし
募集〆切 余裕があれば当日参加可能
参加料金 500円、小学生以下は無料
実施人数 定員50名、定員枠申込まで受付
備考 飲料水、帽子、雨具など(雨天決行)ホットチョコレートのほうじ茶ブレンド付

案内人 加藤俊二

駿府ウエイブ入会7年目で、さまざまな観光ガイドを経験しており、企画部責任者としてウォーキングを中心に各種イベントの企画運営に携わっています。

お申込先 駿府ウエイブ WEB sumpuwave.com or FAX:054-204-6656

26

身も心も紅茶に染まる 和紅茶3種飲み比べと 紅茶染めストールづくり



最近話題の和紅茶、それぞれにこだわった3種類を飲み比べしながら、和紅茶で麻ストール(45cm×180cm)を染める講座です。和紅茶は日本で育った木から茶葉を摘み、日本では加工されたこだわりの紅茶です。一口で和紅茶といっても様々な魅力があります。品種や製法の違いで変化する和紅茶の奥深い世界を日本茶インストラクターの松村恭子さんと一緒に楽しみながら、お茶染め体験を通して草木染めの基本と静岡の染織について染織家の稲垣有里がレクチャーをします。完成したストールはその日のうちにお持ち帰りいただけます。お茶のと素晴らしい満喫していただけるプログラムです。

11.14(日) 10:00~12:00

案内人 稲垣有里

開催場所 YUTORI ART&CRAFT(静岡市葵区紺屋町3-2服部ビルB1F) 駐車場なし/JR静岡駅より徒歩5分

募集〆切 開催1日前まで

参加料金 4,400円(和紅茶3種、麻ストール代込み)

実施人数 定員8名(最少催行人数2名)

備考 エプロン・ゴム手袋をご持参ください。

お申込先 おんぱくWebサイト 又は 電話受付 稲垣有里(090-3587-1596)

27

筆跡から知る 山岡鐵舟の人物像と その字を臨書してみよう!



約150年前。山岡鐵舟が西郷隆盛に江戸城無血開城を交渉した歴史的な会談「駿府談判」が行われた地がここ府中宿にあります。その山岡鐵舟の筆跡から人物像を探ります。剣、禅、書の達人として知られる山岡鐵舟の書を臨書して、その心を感じ取りましょう。きっと山岡鐵舟の豪快さを感じるはずです。

また、盟友、西郷隆盛の筆跡についてもご紹介し、二人の筆跡から「駿府談判」を探ります。

筆跡から相手を知る、自分を知る世界を覗いてみませんか?

11.13(土) 13:30~15:00

案内人 いろは君

開催場所 静岡市産学交流センター「B・nest」6F・演習室(静岡市葵区御幸町3番地の21) 駐車場あり(有料)/JR静岡駅より徒歩5分・静鉄 新静岡駅より徒歩1分

募集〆切 開催1日前まで

参加料金 2,000円

実施人数 定員20名(最少催行人数5名)

備考 筆記用具持参。

お申込先 おんぱくWebサイト 又は 090-9911-9275・irohaku.hisseki@gmail.com

28

静岡市初! ウイスキー蒸溜所見学



ガイアフロア静岡蒸溜所がお届けする、蒸溜所見学ツアー。林業の盛んなオクシズらしい、地元の木材をふんだんに使用した建物で、琥珀色に輝くウイスキーがどのように造られていくのか、わかりやすくご案内いたします。日常では見ることのできない、さまざまな設備を間近に見ながら、オクシズの地で育まれるウイスキー造りの奥深さを体験してください。見学後は、蒸留機の見えるガラス張りの試飲室で、静岡蒸溜所のシングルモルトを2種、ご試飲いただけます。

10.20(水) 13:45~15:45

案内人 ガイアフロースタッフ

開催場所 ガイアフロア静岡蒸溜所(静岡市葵区落合555) 駐車場あり/バス停:奥の原上

募集〆切 開催7日前まで

参加料金 2,000円(20歳未満無料)

実施人数 定員8名(最少催行人数4名)

備考 運転手様は試飲不可となります。

お申込先 おんぱくWebサイト

30

ステンドグラスの 和の小物たち作り



和チックなステンドグラスのフォトスタンドを作ります。たっぷり1日お得な「おんぱくコース」です!アメリカ・ヨーロッパで生産されたステンドグラス用色板ガラスを使って制作します。この本物のステンドグラス用ガラスは、時間経過や直射日光によって色あせる事ありません。ステンドグラスという洋風なイメージですが、実は和にもマッチするためレトロ可愛い作品となります。自分好みのガラスを選ぶところからできるため本当にご自分がほしいフォトスタンドを作れますよ。お家時間を楽しく過ごすためのアイテムを皆さんでワイワイ作りませんか?

11.7(日)・8(月) 9:30~16:00

案内人 かわもとみえ・由井康子

開催場所 ステンドグラス工房かわもと(静岡市葵区谷谷4-19-7)駐車場12台あり/新北街道沿谷谷 スシロー、シャトレーゼ付近

募集〆切 開催1日前まで

参加料金 7,000円(ランチ代、レッスン後のティータイム込み)

実施人数 定員10名(最少催行人数6名)

備考 持ち物は、エプロン・軍手(片手でOK)・持ち帰り用袋(タオル等) ※コロナの感染状況に伴い、屋食の計画と金額が変動する可能性があります。

お申込先 おんぱくWebサイト 又は 工房(054-264-3934・studio@glass-kawamoto.jp)

29

海deアート作品



中島海岸は街・山から流れ着く安倍川最下流と、海から打ち上げられる漂流物が溜まるエリアです。実際に行動してみることで海や環境について、より身近に感じることができたり、生活を見直すことにも繋がります。楽しくゆるゆるゴミ拾いした後には綺麗な海辺で大小さまざまな流木を拾い、オリジナルの流木アート作品を作りましょう。環境に優しいペレットストーブを点けて作った、試食や試飲も予定しています。ご近所の方も、初めましての方も、どんな様も大歓迎!!みんなまで海も綺麗に心もスッキリ、楽しい時間を過ごしませんか。

10.17(日) 8:00~11:00

案内人 marine heart代表 長岡智美

開催場所 中島海岸(砂浜にて)(駿河区中島1711番地の1) 集合場所は、中島浄化センター駐車場、駐車場あり

募集〆切 開催当日まで

参加料金 500円

実施人数 定員20名(最少催行人数5名)

備考 持ち物は、軍手、帽子、海岸を歩ける動きやすい恰好、荒天中止 ※参加申込みが当日の場合090-9938-7486までご連絡ください。

お申込先 おんぱくWebサイト

31

シャドーボックス体験 「飛び出せ!!浮世絵くん」



古来よりヒトやモノの往来で賑わった東海道には、風光明媚な場所や名所旧跡が多く、浮世絵や和歌、俳句の題材にしばしば取り上げられました。そのひとつ歌川広重の有名な浮世絵「東海道五十三次」を、「シャドーボックス」という技法を用いて、迫力ある3次元の絵にしてみませんか?浮世絵の魅力が更にアップすること間違いなし!浮世絵は3宿(由比、府中、丸子)のいずれかの中から事前にお一つ選んでいただきます。(シャドーボックスとは:同じ絵柄を複数使用し、各パーツを何層にも切り重ねることによって立体感を生み出すペーパークラフトです)

10.24(日)・11.7(日)・22(月) 10:00~12:30

案内人 Petit Bouquet 松永真知子先生・紙の専門店 paper shop Teepee(ティピー)

開催場所 紙の専門店 paper shop Teepee(ティピー)(静岡市駿河区国吉田11-3-27) 駐車場5台あり/静鉄 東総合運動場駅より徒歩10分

募集〆切 開催5日前まで

参加料金 3,800円(額付き)

実施人数 定員8名(最少催行人数1名)

備考 ご希望の浮世絵の宿を備考にご記入ください。①由比②府中③丸子の中から選んでいただきます。カッター、ハサミ(小)、カッターマット ※こちらでも用意いたしますが、お持ちの方はご持参ください。

お申込先 おんぱくWebサイト 又は Teepee(054-659-5252・teepee@kamisenmonten.jp)

ワークショップマルシェ開催!!

当日先着順で体験できます。各ブースともなくなり次第終了



「木製ガーランドをつくろう」 1,000円
用意された6枚の板と好きな色で、オリジナルのガーランドを作ります。色塗りが苦手な方は色を塗ったものを組み合わせるだけでもできます。

「ルームフレグランスをつくろう」 1,500円
ルームフレグランスとしても使用できるハーバリウム。香りはローズ、パンプー、グレープフルーツからお選びいただけます。素敵なインテリアを作ってみませんか?



2021.11.23(火・祝)
10:00~16:00
駿府城公園

子どもからおとなまで楽しめるワークショップがいろいろ出店します。他にも物販や飲食などのマルシェ出店もあります。秋の一日遊びにきてみてください。

詳細は Instagram@aoi_park_marche

問合せ しずおかおまちマルシェ事務局 shizuoka.omachi.marche@gmail.com

ちょっと足をのびして。しずまえ・オクシズエリア

34

「ふかふかの足講座」 ファッションリリースでセルフケア



ファッションとは私たちの体の臓器や骨、血管、そして筋肉などをくまなく覆う「ゆるゆるな組織」のことをい、このファッションが癒着することで凝り等が起ります。癒着したファッションを足裏から太ももまで剥がすファッションリリースのセルフケア講座。力も要らず痛くないので一度やり方を身につけるとクセになるかも!?。ふかふかの足裏だけでなくふくらはぎや太ももがしなやかに柔らかくなる、足ふみした時に不思議な感覚を感じる、血流が改善、むくみ解消、お顔がスッキリするなどの体験談があります。肩こり改善に直接アプローチするファッションリリースもちょっとだけお伝えします。

6・9日/13:00～17:00～
14・17日/10:00～15:00～19:00～

開催場所 Lazuli ala(ラズリ アラ)(静岡市駿河区丸子芥が谷町1-8)
駐車場2台あり/しずてつジャストライン丸子営業所下車 徒歩5分

募集〆切 開催2日前まで
参加料金 2,000円 所要時間は1時間半
実施人数 定員4名(最少催行人数1人)

備考 持ち物はバスタオル(床に敷く用)、筆記用具、足裏から太ももまで出る服装。特典:サロメニュー施術時に使えるヘッドスパ10分チケットをプレゼント。さらに、後日サロンスクールを受講の方にはヘッドケア本を1冊プレゼント。

澤戸友美
セラピストになって15年。さまざまな資格を取得しながら、お客様一人一人に合わせた施術を行っています。これまで学んだ知識や経験を基にセラピストの講座も開講しています。

お申込先 おんぱくWebサイト 又は 電話受付 澤戸(090-6330-6160)WEB予約優先

32

トレイルランニングで 丸子の絶景を巡ろう



史跡、旧跡が数多く残る丸子地区。案外知られていないのが、独特の風土をつくり滋味溢れる食材を供給し、災害から住民を守ってきた丸子の名峰の存在です。特有の地質から形成され、近年マイナスイオン効果も指摘されています。今回のおんぱくではそんな山々をトレイルランニングで巡り、丸子の絶景やその効能を堪能していただきたいと思えます。ゴール後はしらい酒店にて、丸子の新名物「ぶっかけとろろそば」で皆さんをおもてなしいたします。また、同時にヨガイベントも開催します。ウォーミングアップやクールダウンにいかがですか？

9:00～12:00
受付8:00より

開催場所 しらい酒店(静岡市駿河区丸子7丁目3-29)
集合場所は駿府区第二駐車場/丸子稲荷神社下(静岡市駿河区丸子2993-2)
バス停は「吐月峰駿府区入口」下車 徒歩5分

募集〆切 開催10日前まで
参加料金 3,500円(ぶっかけとろろそば、お土産、丸子のお水、ヨガ体験付き)

実施人数 定員30名(最少催行人数1人)

備考 持ち物は水筒。服装は動きやすい服装、運動靴(お持ちの方はトレイルランニング用のシューズ)雨天中止*前日までにご連絡いたします。

白井照之
1962年、丸子生まれです。平成元年に家を継ぎ今年、創業113年目に入ります。地域活動を通じて多くのご縁を頂いています。8年ほど前から始めたジョギングやゴルフが趣味です。ちなみに、ドーナツ形状の食べ物と蛇が苦手です。

お申込先 おんぱくWebサイト 又は 電話受付 しらい酒店(054-259-5511)

35

丸子で「どぞう」 テントサウナで 丸子の魅力を一挙体感



丸子で「どぞう」テントサウナで丸子の魅力を一挙体感。サウナを通じて丸子の魅力にどっぷり浸かってみませんか?場所は、清流・丸子川の上流部。心地よい木漏れ日。降り注ぐ沢溜のプライベート空間。そこにテントサウナを設置しちゃいます。蒸気を炊く「ロウリュ」ではアロマの代わりに「日本紅茶発祥の地・丸子」の丸子紅茶を贅沢に使用(世界初!?)。優しい香りに身も心も癒やされた後は、井戸水の水風呂と外気浴があなたをディープリラックスへと誘います。別料金で丸子名物・とろろ料理や地元隠れ家カフェの特製カレー&丸子紅茶オリジナルドリンクもご用意。帰るころに「どぞう」にいること間違いなし。

11.6(土)・7(日)・8(月)・13(土)・14(日)
①10:00～11:30
②11:45～13:15
③13:30～15:00

開催場所 カフェ「ハシムコウ」裏手空き地(静岡市駿河区丸子6088周辺)
駐車場2台あり/カフェ「ハシムコウ」手前に目印看板あり

募集〆切 開催5日前まで
参加料金 2,000円
実施人数 定員6名(最少催行人数1人)

備考 持ち物はサウナ着(水着・短パン&Tシャツ等)、タオル、サンダル 雨天中止

五十権将之
公益社団法人「日本サウナ・スパ協会」認定のサウナ・スパ健康アドバイザー。近年、人気が高まっているサウナは、地域の魅力を知るツールにぴったり。サウナ初心者の方にも正しい入り方や豆知識を分かりやすくお伝えします。もちろん「サウナー」の方々も大歓迎です!!

お申込先 おんぱくWebサイト

33

優しいタッチでセルフケア 「リフレクソロジー講座」



足裏には、体を映す鏡のような反射区があります。リフレクソロジーは、足裏の反射区を刺激することによって脳を経由して体へと信号が送られていく手法です。直接ふれる足の血流が改善することはもちろん、肩こり改善や胃腸の調子を整えるなど「足裏健康法」とも言われています。おんぱくでは、毎日、手軽に出来るように簡単に覚えられる反射区を効果的な刺激でタッチしていく方法が学べます。さらに、むくみや「ふくらはぎのリンパを流す方法」も学べるオマケつきです。ぜひこの機会に自分の身体を自分でメンテナンスする生活を取り入れてみませんか？

11.6(土)・9(火)・14(日)・17(水)
6・9日/10:00～15:00～19:00～
14・17日/13:00～17:00～

開催場所 Lazuli ala(ラズリ アラ)(静岡市駿河区丸子芥が谷町1-8)
駐車場2台あり/しずてつジャストライン丸子営業所下車 徒歩5分

募集〆切 開催2日前まで
参加料金 2,000円 所要時間は1時間半
実施人数 定員4名(最少催行人数1人)

備考 持ち物はバスタオル(床に敷く用)、筆記用具、足裏から膝まで出る服装。特典:サロメニュー施術時に使えるヘッドスパ10分チケットをプレゼント。さらに、後日サロンスクールを受講の方にはヘッドケア本を1冊プレゼント。

澤戸友美
セラピストになって15年。さまざまな資格を取得しながら、お客様一人一人に合わせた施術を行っています。これまで学んだ知識や経験を基にセラピストの講座も開講しています。

お申込先 おんぱくWebサイト 又は 電話受付 澤戸(090-6330-6160)WEB予約優先



丸子宿

Mariko



東海道五十三次20番目、静岡市に在る6つの宿場最西に位置する丸子宿

宇津ノ谷峠を超えれば隣は藤枝岡部へ。

いとおかししずおかしの旅もひとまずこれにて

旅の疲れはその日のうちに、足をほぐし名物どろろにありつけば

身も心も癒されて

いとおかしな旅じゃった!



40

お渡しは匠宿チーフシェフ小池のクリスマス料理をいれて
木の二段重づくり

木と漆の工房長戸田勝久と一緒に作るプログラムです。お正月のおせちやパーティーなどの際にお料理をいれて食卓を飾る二段重をつくりまします。中は料理をいれても大丈夫なように、漆をぬって後はお渡しいたします。その際、今回はクリスマスベシヤルとして、HACH&MITSUの小池シェフがクリスマス料理を作り、お重にいれてお渡しします。クリスマスならではのスペシャルな企画です。

ご予約の期待

11.13(土)・11.14(日) 13:30~17:00

案内人  **戸田勝久**
京都で指物技術を、そしてその後機械加工を学び、木工におけるハイブリット職人として活動しています。今回は、人が集う時にぜひ使ってもらえるような上質な重をつくりまします。

開催場所 駿府の工房 匠宿(静岡市駿河区丸子3240-1)集合場所は、工房木と漆。駐車場150台あり(無料)/静鉄バス「吐月峰駿府匠宿入り口」下車徒歩5分

募集〆切 10月23日まで
参加料金 28,000円(体験料、お料理込み)
実施人数 定員4名(最少催行人数2人)
備考 工芸体験ですので、汚れてもいい服装をお願いします。引き渡し日は12月23日となります。

お申込先 [おんぱくWebサイト](#)

38

駿河竹千筋細工体験 復刻！手つき花籠をつくらう

駿河竹千筋細工の匠久保田正嘉と一緒に作るプログラムです。「駿河竹千筋細工」は、国の伝統的工芸品(経済産業大臣指定伝統的工芸品)に指定されている貴重な工芸品です。丸ひごによる優美なデザインと独特な曲げや継手の技法を用い、花器、虫籠、行灯などさまざまな製品作りをここの匠宿で体験することが出来ます。今回は人気の手つき花籠「丸子」をおんぱくのために復刻しました。匠の話をお聞きながら、玄閑やリビングなどインテリアのアクセントとして、駿河竹千筋細工を自分でつくって飾ってみませんか。

11.6(土)・11.7(日) ①13:00~15:00 ②16:00~18:00

案内人  **久保田正嘉**
今回、人気のあった手つき花籠「丸子」を復刻させました。ここ匠宿でしか体験できない「駿河竹千筋細工」の作品をつくってみませんか。初心者でも楽しめます。

開催場所 駿府の工房 匠宿(静岡市駿河区丸子3240-1)集合場所は、工房竹と漆。駐車場150台あり(無料)/静鉄バス「吐月峰駿府匠宿入り口」下車徒歩5分

募集〆切 開催3日前まで
参加料金 3,500円(体験料込み)
実施人数 定員8名(最少催行人数1人)
備考 工芸体験ですので、汚れてもいい服装をお願いします。

お申込先 [おんぱくWebサイト](#)

41

透光磁器でつくる もみの木ツリーとオーナメント

火と土の工房長前田直紀と一緒に作るプログラムです。透かし紙のような柔らかく温かみのある風合いの透光磁器を、型を使ってシート状にしたものを巻いて円錐のツリーをつくりまします。その後は、イッチン(ホイップクリームを絞るような)で装飾したり、穴を開けたりして、照明にもできるツリーをつくりまします。他にも同じ透光磁器でクリスマスオーナメントをつくりまします。

今年、いつもと違う透光磁器のツリーでクリスマスを素敵に演出してみませんか。

11.6(土)・11.7(日) ①10:30~12:30 ②16:30~18:30

案内人  **前田直紀**
今回は自分の作品の特徴でもあるイッチンを使ったオリジナルのクリスマスツリーにチャレンジします。土に触れ、会話し、自分だけの作品を創ってみませんか?

開催場所 駿府の工房 匠宿(静岡市駿河区丸子3240-1)集合場所は、工房火と土。駐車場150台あり(無料)/静鉄バス「吐月峰駿府匠宿入り口」下車徒歩5分

募集〆切 開催3日前まで
参加料金 3,500円(体験料込み)
実施人数 定員10名(最少催行人数3人)
備考 工芸体験ですので、汚れてもいい服装をお願いします。作品は1ヶ月後のお引き渡しとなります。

お申込先 [おんぱくWebサイト](#)

39

金箔を使ったヘアアクセサリーをつくらう

漆の匠藤中知幸と一緒に作るプログラムです。漆の技術は、浅間神社造営の際に全国から職人が集められ、そのまま定住し技術を伝えたことが始まりといわれています。体験では匠があらかじめ本漆を使って塗った木に金箔と金粉を加飾してオリジナルのアクセサリーをつくる体験となります。木の種類や、漆によってもその風合いはそれぞれと金粉による2種類をつくりまします。髪を束ねたヘアゴムに刺すだけのポニーフックやピンブローチ他、ご用意しております。この機会に漆の世界に触れてみませんか。

11.6(土)・11.7(日) 14:00~15:30

案内人  **藤中知幸**
伝統的な漆塗りから、デザイン、アートの世界まで幅広く、これら先を見据えて制作しています。今回は金箔・金粉の加飾体験です。漆の技に触れ、自分だけのオリジナルをつくってみませんか。

開催場所 駿府の工房 匠宿(静岡市駿河区丸子3240-1)集合場所は、工房木と漆。駐車場150台あり(無料)/静鉄バス「吐月峰駿府匠宿入り口」下車徒歩5分

募集〆切 開催3日前まで
参加料金 3,500円(アクセサリー2個、体験料込み)
実施人数 定員6名(最少催行人数1人)
備考 工芸体験ですので、汚れてもいい服装をお願いします。

お申込先 [おんぱくWebサイト](#)

きつとまた、つくりたくなる。

匠宿 TRADITIONAL HAND CRAFT ARTS CENTER
〒421-0103 静岡県静岡市駿河区丸子 3240-1
TEL : 054-256-1521 / FAX : 054-256-1584



37

お茶染め抜染でつくる オリジナル柄のトートバッグ

竹と染の工房長であり、お茶染めの匠 鷲巣恭一郎と一緒に作るプログラムです。抜染とは染めた後から色を抜くこと。静岡ならではのオリジナルの柄を抜染して、世界に一枚しかない作品をつくりまします。

★事前に柄を決めてきていただくとスムーズです。★オリジナルの柄を型紙に写し、カッターで切り抜きます。柄は切った際にバラバラにならないようご注意ください。柄の決めは当日でも大丈夫です。柄のサイズは100×120mm(縦横どちらも大丈夫です)

11.6(土)・11.7(日) ①10:30~12:30 ②15:30~17:30

案内人  **鷲巣恭一郎**
静岡市指定の伝統工芸技術と静岡の最大の資源であるお茶葉をかけ合わせて新しい産業を創出することを目指しています。今回は抜染での染めをお楽しみください。

開催場所 駿府の工房 匠宿(静岡市駿河区丸子3240-1)集合場所は、工房竹と染。駐車場150台あり(無料)/静鉄バス「吐月峰駿府匠宿入り口」下車徒歩5分

募集〆切 開催3日前まで
参加料金 3,500円(体験料込み)
実施人数 定員10名(最少催行人数1人)
備考 工芸体験ですので、汚れてもいい服装をお願いします。作品は一週間ほど引き渡しとなります。郵送の場合は別途送料がかかります。

お申込先 [おんぱくWebサイト](#)

36

館長が案内人 スペシャル体験プログラムツアー

この春駿府の工房匠宿がリニューアル。そこで、匠宿や工芸体験が初めての人、工芸の歴史などを知りたい人、おススメのものがこのスペシャル体験プログラムツアーです。匠宿全体のプレゼンテーションには始まり、工芸の歴史や成り立ちを学んだり、体験工房のバッグやドローリ、竹千筋細工または陶芸(手びねり)の中から体験をしてみたいです。各工房長や匠によるお話やパフォーマンスもあり、満足度の高いプログラムとなっています。興味ある人はぜひご参加を。

11.13(土) 15:00~17:00

案内人  **館長 小田庸介**
工芸の話から、匠宿の裏側まで一気に紹介します。各工房の匠によるお話はとても貴重です。工芸体験初めての方、工芸を知りたい方、大人から子供、親子での参加もお待ちしております。

開催場所 駿府の工房 匠宿(静岡市駿河区丸子3240-1)集合場所は、エントランス。駐車場150台あり(無料)/静鉄バス「吐月峰駿府匠宿入り口」下車徒歩5分

募集〆切 開催7日前まで
参加料金 3,000円(体験料込み)
実施人数 定員20名(最少催行人数12人)
備考 工芸体験ですので、汚れてもいい服装をお願いします。

お申込先 [おんぱくWebサイト](#)



プログラムの案内人が
浮世絵カードになって登場!!
プログラム開催前にも
おんぱくが楽しめちゃうよ。



カードはどこで手に入るの?

入手方法
其の1

協力店舗やイベント等でカードをGetしよう!



step1

カードが置いてあるお店は
おんぱくHPのマップに
立っている📍ピンをチェック。

マップはこちら!
(おんぱくHP)



step2

お店発見!
ここだ!



step3

浮世絵カードをGETするには
合言葉が必要だ!

合言葉は
いと
おかし
しず
おかし

お店で
もらえるカードは
ランダム配布です。
(1店舗につきお一人様1枚まで)

*店舗によっては店内の商品の購入や飲食が
必要な場合もあります。各店舗にてご確認ください。

入手方法
其の2

浮世絵カードの人物から
本人カードをGetしよう!



このマークが付いているプログラムでは
実際にプログラムに参加すると、
ご本人の浮世絵カードがもらえます。



ご本人のカードがもらえます!

全部で
34種!

キミは何枚のカードをGetできるかな!?

How to
play

駿河 東海道
おんぱく
よりディープにする
楽しみ方



43

地元歴史ガイド「駿府ウエイブさん」とゆくと
たっぷり満喫
丸子歴史ウォーク

古さと新しさが混在する丸子。500年前に作られたお庭を持つ庵を訪ねたり、創業100年の蔵にあった金庫を見たり、今年新装オープンしたばかりの「駿府の工房 匠宿」さんでの自由散策などたっぷり3時間の行程です。知っているようで知らない地元のこと、初めての方はもちろん丸子が地元の方にも楽しんでいただけるプログラムです。最後には一九の「東海道中膝栗毛」や広重の「東海道五十三次」でお馴染みの丸子名物とろろ汁を楽しんでいただきます。観光ボランティアガイド「駿府ウエイブさん」と、秋の丸子を半日かけて楽しむ歴史ウォークです。

11.16(火)・17(水)・19(金)・23(火・祝) 16日・17日・19日 9:30~12:30 23日 13:30~16:30

案内人 丁子屋平吉

開催場所 丁子屋周辺(静岡市駿河区丸子7-10-10) / 集合場所は「駿府の工房 匠宿」エントランス付近(静岡市駿河区丸子3240-1) / 駐車場80台あり / 丁子屋の茅葺前の第二駐車場 ※集合場所は匠宿ですが、丁子屋第二駐車場をお使いください。

募集〆切 開催7日前まで
参加料金 2,000円(飲食代含む)
実施人数 平日定員15名 / 祝日定員25名(最少催行人数5人)
備 考 約3kmのウォーク可能な方。雨具、水筒などご持参ください。雨天決行。

お申込先 おんぱくWebサイト



42

旅の基本は体作り!
丁子屋
体の歪みリセットストレッチ

自分自身の立ち姿勢をちゃんと見たことはありますか? 姿勢をちゃんと把握し、自分で簡単にできる全身歪みリセットストレッチを「旅ブーム」を起こした野次さん喜多さんゆかりの丁子屋さんで体験してみませんか? 東海道を旅した2人をささえた古来からのスパワールド、10月から旬の自然薯のすりおろし食体験付き! 姿勢や体のラインが変わるストレッチ体験と共に旬の自然薯と一緒に楽しみ、内と外ダブルで整えちゃいましょう! 疲れやすい、腰が重なる等、それらには理由があります! 体はいつになっても変えられる。健康、美、今回はそんな体作りのきっかけになれば幸いです。

10.18(月)・23(土) 18日 15:00~17:00 23日 16:00~18:00

案内人 原知里

開催場所 丁子屋(静岡市駿河区丸子7-10-10) / 集合場所は、丁子屋入口。駐車場80台あり / お車は丁子屋の茅葺前、第二駐車場にお停めください。開催3日前まで

募集〆切 開催3日前まで
参加料金 2,000円
実施人数 定員10名(最少催行人数6人)
備 考 運動(ストレッチ)しやすい服装、裸足(もしくは5本指ソックス) 飲み物、タオル、ヨガマット(もしくは大きめのバスタオル)

お申込先 おんぱくWebサイト



program

- 第1部 16:00~16:40(40分) 「地域ブランディング」 販売促進研究所:杉山浩之氏
- 第2部 16:45~17:30(45分) #宿場なう パネルディスカッション ファシリテーター:杉山氏 蒲原/燕之宿:大澤氏 藤枝/SACLABO:大場氏 掛川/掛茶料理むとう:武藤氏 丸子/丁子屋:柴山氏
- 第3部 17:30~18:30(60分) 2021おんぱくを振り返る プログラム自己紹介と交流会 自身のプログラムの振り返りや 来年に向けての改善案も 出していきます。 いろんな方との交流を通して 来年はさらにコラが企画や 新企画が生まれるかも!??

第1部・第2部は ZOOMで配信します! (参加費無料) お申込みは info@hansokuken.jp まで

第1部:講師 販売促進研究所 代表取締役 杉山浩之氏

1971年静岡市清水区生まれ。法政大学大学院卒。デザイン企画会社、広告会社を経て2007年独立。清水もつクレー、バリ勝男クン、大沢潤則カフェなど地域の資源を活用した商品開発、ブランド戦略などマーケティング活動全般を行う。趣味はハッポロ登山、読書、水泳。最近気になる事は無意味なこと、合理的でないこと。

今も昔も多くの人が行き交い集う街道、東海道。旅する人にまちの人。ご当地食に風光明媚な景色、そして宿場町。様々なものが出会い、交流を深めた宿場では多くの物語が生まれてきました。宿場はいつの時代も、まちとまち、人と人、まちと人とをつなぐ交流の場。このシンポジウムでは「いとおかし」な人が集結し未来への歩みを語り、みなさんも一緒に「今」という宿場から「未来」という次の宿場までこのまちの歩き方を考えてみませんか?

2021年のおんぱくパートナーさんはもちろん、来年のおんぱくも興味のある方もぜひご参加ください。

44

宿場(東海道)の今までとこれからを
みんなで語るシンポジウム

11.26(金) 16:00~18:30

案内人 丁子屋平吉

開催場所 丁子屋周辺(静岡市駿河区丸子7-10-10) / 駐車場80台あり ※駐車場は、丁子屋茅葺前の第二駐車場をご利用ください。開催7日前まで

募集〆切 開催7日前まで
参加料金 1,000円
実施人数 定員30名(最少催行人数15人)

お申込先 おんぱくWebサイト

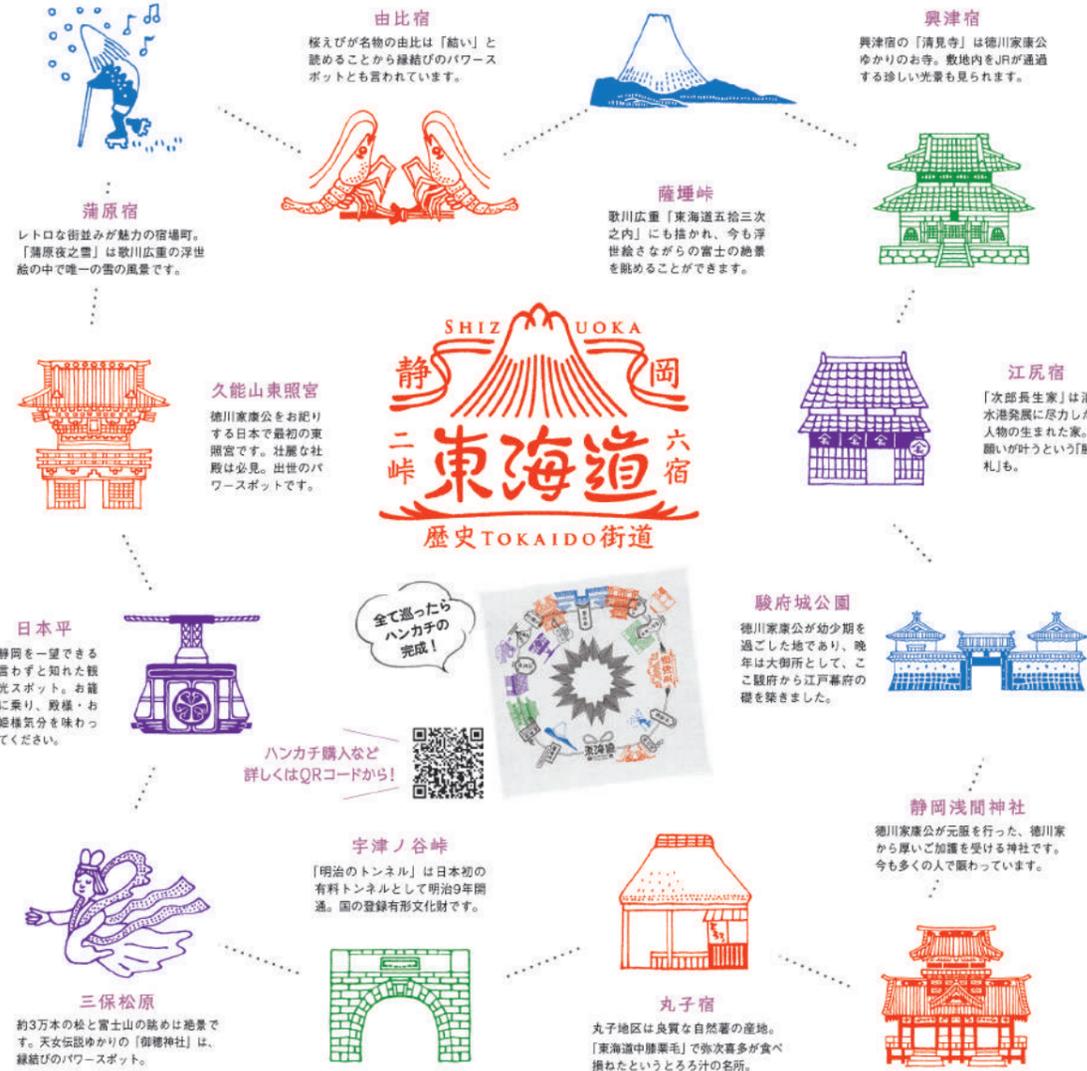
わたしだけのオリジナルハンカチをつくろう！

しずおか東海道ご縁めぐりスタンプラリー

東海道には、ヒトやモノの交流により生まれたご縁・ご利益のあるパワースポットがたくさんあります。巡る順番も、どこに押すかも自由。静岡の隠れたご縁パワーを体感しながらハンカチにスタンプを押してオリジナルハンカチを完成させよう！

＜スタンプの取扱いについての問い合わせ＞
しずおか東海道ご縁めぐりスタンプラリー事務局
(株)JTB静岡支店 054-251-2398

＜企画内容についての問い合わせ＞
静岡市観光・MICE推進課 東海道歴史街道係 054-221-1310



ハンカチ購入など詳しくはQRコードから！



全て巡ったらハンカチの完成！



▶観光に関するお問い合わせ一覧

- | | | | | |
|--|--|---|--|--|
| <p>(公財)するが企画観光局
☎054-251-5880 / 054-254-2212
https://www.visit-shizuoka.com</p> | <p>静岡市総合観光案内所
(JR静岡駅北口)
☎054-253-1170 (ピジツツパン案内所)</p> | <p>静岡市ホテル旅館協同組合
☎054-253-1165
http://www.shr.or.jp/</p> | <p>(公財)するが企画観光局
清水事務所
☎054-388-9181</p> | <p>静岡市静岡駅観光案内所
☎054-252-4247 (JR静岡駅南口)</p> |
| <p>清水ホテル旅館組合
☎054-395-9775
http://shimizuo-yado.net/</p> | <p>(公社)静岡県観光協会
☎054-202-5595
https://hellonavi.jp/</p> | <p>静岡市清水駅前観光案内所
☎054-367-9613</p> | <p>静岡市観光・MICE 推進課
☎054-221-1438
FAX 054-221-1310</p> | |

静岡市内の交通アクセス

「お茶のまち静岡市」タクシーツアー

ツアー対象スポットから好きな観光地を組み合わせられるうえ、お茶農家で本場のお茶も楽しめるという、お茶どころ静岡ならではのタクシーツアーです。乗務員からの簡単なガイドがあるのも嬉しい特典。

【お問合せ】
静岡県タクシー協会
☎054-261-1401
<https://www.shizuoka-taxi.jp/>

駿府浪漫バス

「静岡浅間神社」や「駿府城公園」など家康公や今川ゆかりの名所をめぐる巡回バス。街中の観光スポットを効率的にめぐれるならぜひ。

※ルートや時間は、天災やイベントなどで変更することがあります。詳しくはバス停でご確認ください。

【お問合せ】
静鉄バスコールセンター
☎054-252-0505 (7:30~20:00/年中無休)
<https://www.justline.co.jp/>

レンタサイクル

静岡市内の観光には、エコなレンタサイクルを。JR静岡・清水の両駅周辺をはじめ市内約10か所に貸出所があり、目的に応じて使えます。

※1日500円(対象:身長137cm以上)。
※身分証のご提示をお願いします。

【お問合せ】
(公財)するが企画観光局
静岡市観光自転車ネットワーク協議会事務局
☎054-251-5880

電車・バス一日フリー乗車券

静岡鉄道の「新静岡～新清水」間全線、JR静岡・東静岡・草薙・清水の4つの駅を起点としたバス路線の片道600円区間エリア内が乗り放題となるお得なフリー乗車券。静岡観光の強い味方です！

【お問合せ】
バス：静鉄バスコールセンター
☎054-252-0505 (7:30~20:00/年中無休)
<https://www.justline.co.jp/>
電車：静岡鉄道
☎054-261-6981 (9:00~17:00)
<http://train.shizutetsu.co.jp/>

清水港まぐろきっぷ

清水港の美味しいまぐろと、世界遺産の富士山と三保松原が楽しめるまぐろ。水上バスや静鉄電車、静鉄バスを利用しながら、30店舗以上のお食事処、清水港周辺の観光施設をお得に回ろう！

※大人(中学生以上)2380円～、小人(3歳以上)2080円～

【お問合せ】
富士山清水港クルーズ(株)
☎054-353-2222
<https://www.shimizuo-cruise.co.jp/>

駿河湾フェリー

伊豆との周遊観光を可能とする、清水港と土肥港を結ぶカーフェリー。船上からの景色は美しく、交通機関としてだけでなく、一つの観光スポットとしてお楽しみいただけます。

【お問合せ】
一般社団法人 ふじさん駿河湾フェリー
☎054-353-2229
<https://www.223-ferry.or.jp/>



自分が暮らすまちのこと
知っているようで
知らないもの
44の出会い旅に
新しいを知ることは
新しい自分に出会う
ということなのかも
しれない



衣装・着付け協力：NPO丸子わいわい会議
表紙撮影場所：蒲原宿 空室庵
裏表紙撮影場所：由比宿
冊子撮影場所：各宿場のみなさま
冊子フォトグラファー：荘司 哲
冊子・浮世絵カードデザイン：BACCO



お問い合わせ先

主催：東海道歴史街道観光推進協議会（静岡市観光交流文化局観光・MICE推進課）〒420-8602 静岡県静岡市葵区追手町5-1 TEL.054-221-1310
駿河 東海道おんぱく2021事務局：株式会社ボクラノマチ TEL.070-8584-1719(9:00~18:00) Mail: bokumachi.o@gmail.com