





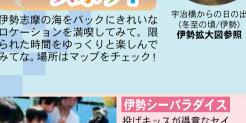
然出てくるんよ。ちょっ とびっくりするんなぁ。 参観灯台もある伊勢志摩の 灯台。港町ならではの雰囲

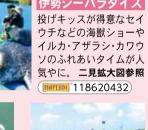


りが道を照らし、ロマン チックな雰囲気を演出 するんよ。ちょうちんを 持ってさんぽに出かけ









ニークな船で鳥羽湾を周遊

しながらイルカ島へ行けるん

よ。イルカ島では、かわいいイ

ルカにタッチできるんやに。

1日1~3回(1回12名限定) F-2

**'**フリカのマコンデ族の伝統

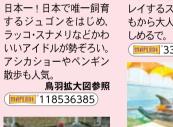
品もあるで、作品の生命感や

二見拡大図参照

躍動感を直接感じてみてな。

118562442

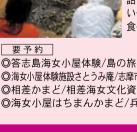




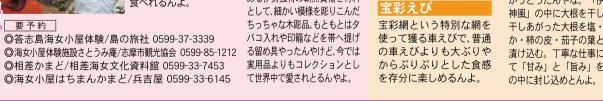


















n:ロ初期頃までは、 南伊勢で水場げてれた。 にの

カツオガ、伊勢神宮へ

その昔、天照大御神が

源れ住まわれたという

格式を誇っとるんやで。

伝説の場所。

納められとったんよ。



情熱の国スペインをイメージし

たテーマパーク「パルケエスパ





ーニャ」と「ホテル志摩スペイン てみる価値ありやよ。



ら絶対に行っとかんと後 よ。島内では、海女の潜水 で購入できる朝市がようけ 付近には日の出の見える展 散歩してみるといろんな発見があっておもしろ



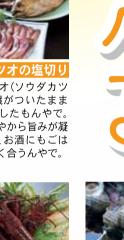
実演や真珠博物館とかがあ あるんよ。ちょっと早起き 望台もあるし、天気が良か いんな。道に迷ったら、地元の人らに聞いて行

ともあるんよ。

ったら富士山まで見えるこ くんやに。





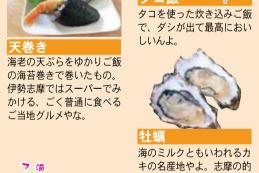




















日本人の心のふるさとに迫る

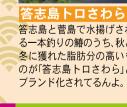






ラスミは大きいもんで

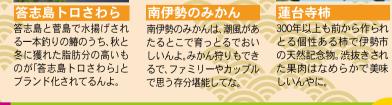
土産にも人気の一品や。

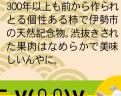


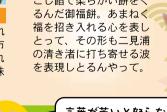


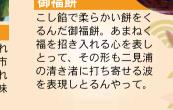
に、南伊勢で作っとるカ で食べたりするんがうま





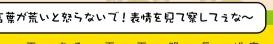


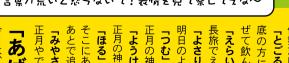


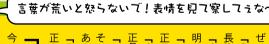


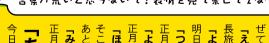


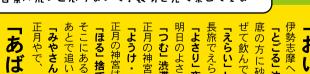
塩味のきいたお餅は、白とよも ぎの2種類があって、おやつに この地方では笹竹が縁起物とし て大切にされとるんさ。笹餅が 訛ってさわ餅になったんやって。











・4時間まで… 800円 • 4時間以上…1,000円 🚃 ・レンタサイクル 宿泊料… 100円

※外宮前観光案内所、伊勢市駅手荷物預かり所には電動アシスト 自転車もあります(~4時間:1,500円、4時間~:2,000円)。 外室前観光案内 ご利用時間 8:30~16:30 お問い合わせ TEL: 0596-23-3323

お問い合わせ TEL: 0596-65-6861

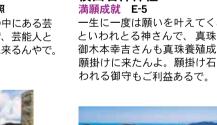
ご利用時間 10:00~17:00 ※予約制

お問い合わせ TEL: 0596-21-4040

オランジェ カフェウッド

ご利用時間 9:00~13:00 14:00~17:00 お問い合わせ TEL: 0596-23-9655 ご利用時間 9:00~17:00

御守」と「縁結び御守」 **があって、他にも夫婦** 二見興玉神社の御守 岩守やキティちゃんの 御守、おみくじも「恋み くじ」とか色々あるん 満願成就 E-5 一生に一度は願いを叶えてくれる といわれとる神さんで、真珠王の 御木本幸吉さんも真珠養殖成功の 願掛けに来たんよ。願掛け石とい われる御守もご利益あるで。













見江島展望台 鵜倉園地 縁結び B-6 恋人の聖地に認定された「ハートの



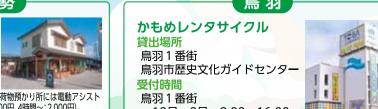






「安全に乗る」から船乗りの間で信 仰されてきた神社。漁業やマリンス ポーツ、人生に平安を求める人が荒





定休日、休館日 鳥羽1番街 木曜不定休

鳥羽市歴史文化ガイドセンター 火曜日

営業時間 9:00~17:00 TEL: 0599-44-4450

電動自転車 3時間1,000円, 1日2,000円 スポーツタイプ 1日3,000円 (志摩スポーツコミッション)



## 12月~2月 9:00~16:00





塩を昔からの手法で 作っとる社やに。

二見拡大図参照

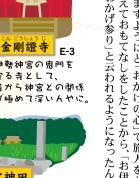
2000年もの歴史を誇り、

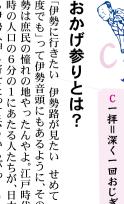


その年にとれた新穀は

伊勢神宮の最大祭事

神嘗祭に天照大御神に



















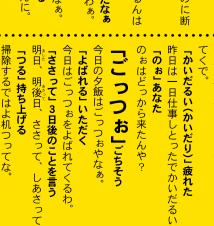
















足神さん(宇治神社)

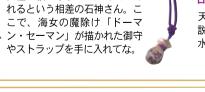
満願成就 伊勢拡大図参照

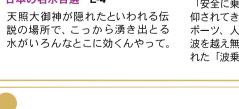
わら草履をかたどった宇治神

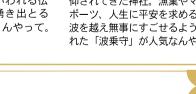
社の御守。伊勢出身のマラソ

ンランナー野口みずきさんも

参ったことがあるんやに!















二見拡大図参照

目を活かす透明の漆塗りが素

朴で、ありのままを良しとする

伊勢拡大図参照

伊勢の精神を表現しとるんさ。

公園内には、野外活動センター

こいやな!

とかもあるで自然体験にはもって

こま・だるま・獅子頭などの玩具は

みんな木で作られとるんやよ。今

のちっちゃい子どもらも、昔なが

彫刻を展示する珍しい美術館 らのおもちゃで遊んで、日本の伝

なんやよ。手で触れられる作 統を感じてくれたらええなぁ。

室町時代から作られてきたと 内宮の御手洗場で清流に

いう桧製の日用雑器。丈夫で木 触れて、心もリフレッシ

ュ!参拝前にはここで心

体験ができるんやに!ともやま 珠の養殖に成功したんが鳥羽志摩。 以上にも及ぶ実物資料を展示

伊勢拡大図参照

御木本幸吉さんが世界で初めて真 "海と人間"をテーマに、6万点

指輪の高級品から、ストラップなく知ることができるんやで。

どのお手頃品まで揃っとるんよ。 G-3 (marton 338708459)

いつまでも光を放ち続ける真珠はしとるんよ。海と共に生きてでも冬でも食べられるで、

生のカツオをご飯の上に乗

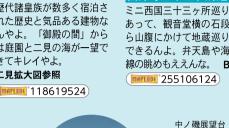
せて、あっついお茶をかけ

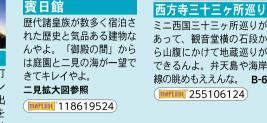
て食べる。志摩大王地域の

名物料理やでいっぺん食べ

まさに自然の神秘。ネックレスや きた伊勢志摩の歴史を興味深 食べ比べにきてな。

と体を清めるんやで。







平家落人伝説が残る深



い山々に囲まれた里。春 江戸川乱歩など鳥羽ゆかり

然豊かな場所やよ。D-4 やよ。 鳥羽拡大図参照

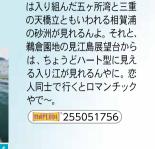


美しい英虞湾が一望でき 御木本幸吉が世界で初めて 伊勢志摩では、地元の海の 伊勢湾の絶景を眺めながら

って、真珠の全てを楽しむして出かけてみてな。

ことができるんやで。

鳥羽拡大図参照



ンの3種類のソフトクリー

ムが食べられるんやで。夏

志摩特産のさつまいも「隼人

芋」を煮て切ったものを干し

たおやつ。地元民のおやつの

代表格で、ちょっと小腹が空

いたときとか最高やで。

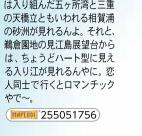
んにかけて召し上がれ。

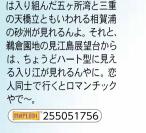
二見拡大図参照

見→外宮→内宮→

金剛證寺の順で参拝

するんが古来の方法や。









ちょっと固めでお菓子みた

いなパンなんさ。学校行事

や祝い事とかで紅白饅頭を

できたお菓子。といっても、

皮はベビーカステラに近いん

さ。手軽に食べられるサイズ

出会った人はラッキーやな。

と金額やから人気やなぁ。

パンとまんじゅうが合体して ご当地グルメやな。

なんでやろ!?

志摩特産のイチゴは、大粒

で糖度が高くて味も絶品。

食べもんやけど、塩かげん

高やで。この辺の居酒屋さ

ぺん味わってみてな。

んとかで出しとるで、いっ

全国3位の生産高を誇る三重の

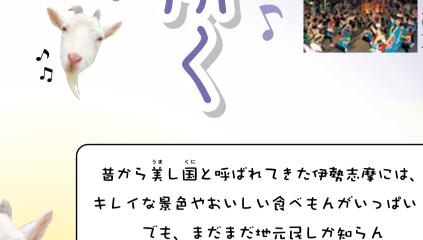
皇大神宮(内宮)伊勢拡大図参照

ゃこ"。梅・昆布・鮭・明 ひじき。古くから伊勢ひじきと

低カロリーや!

が抜群でお酒のつまみに最

時期になればイチゴ狩りが ではカタパンを配るんよ。





る力。玉砂利を踏みしめる音を聞くと、

外宮にある御饌殿では、1500年もの昔 から、雨の日も風の日も欠かさずに毎日 朝夕2度神様に食事をお供えするお祭り

| 白別朝夕大御饌祭」が執り行われとるん

よ。タイミングが良ければ、神職さんの

行列にあえるかもよ。 伊勢拡大図参照

観光スポットや情報もたくさんあるんやよ。

気になるとこがあったら、

ちょっと寄り道してってな!

鳥羽・浦村産のカキから抽

全国的にも、伊勢志摩と山

神宮の神饌としても昔から

陰地方でしか食べやん珍味。

奉納されとったもんやで。

たご利益ありそうやな。

伊勢志摩の海辺の日差しを

浴びた干物は、お酒のおつ

まみに最高。大王崎周辺を

出したエキスを使用した調読んで字のごとく、なまこ

神さんと一緒の食事とはま 志摩の隠れた名産品やで、

味料。カキ好きにはたまら の形をした餅。まるごとか

アオサは三重県の生産量が

全国の7割を占めとるんや。

ご飯にかけたり、味噌汁に

入れたりして食べると、口

の中いっぱいに広がる磯の

香りがたまらんなぁ。伊勢

伊勢人のソウルフード。す

べる人は、この真っ黒なタ 🎽

いっぺん食べたらやみつき

レにびっくりするやろけど、

祖ファーストフードと自慢 日本三大珍味が伊勢志

できる一品やわ。初めて食 摩では名物なんやで。特

土産にもいいんな。

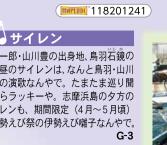
なんか穏やかになるんな。

118432163



くて、冬場でも水量が多 も離れた「聞き場」に届くとい

く、落差もあるで、見応え



夏場でも、冷んやりと涼し 「語り場」からの話し声が50m 海女の磯笛



抜群やんな。映画「青夏」 ウソやと思うんやったら、い 出る音を「磯笛」って言うんやけど、残した

香りもしてくるんな。

遠州灘から熊野灘にかけての

英虞湾でできる本州初の海

ぶどうは、大粒でねばり成分

が多いのが特徴。ミネラルが

豊富やもんで美容効果もあ

って女性に大人気なんよ。

海域(伊勢湾を含む)でとれた 食と健康をテーマにした惣菜

700g以上の天然トラフグを「あ を販売。ビュッフェ形式の郷土

でしか食べられへん逸品やで。 ※ビュッフェレストランは休業中。

のりふぐ」ってゆうんな。ここ 料理レストランを併設。



う摩訶不思議な場所なんよ。 海女さんが水中から出てきて呼吸した時に

かおり風景100選

鳥羽答志島の冬の風物詩。塩ワカメ作りの釜からも うもうと上がる湯気の香りは、まさに離島ならでは。塩 ワカメもおいしいよ。ワカメは、しゃぶしゃぶにして



伊勢志摩って言うたらやっぱ かおり風景100選 り海やな。景色を見るんもい 数百年の歴史を持つ伊勢神宮の

みかんの原種といわれる「ヤマトタ チバナ」は、鳥羽の木なんや。アイス クリーム(夏限定)や匂い袋、しおり、 く頃、甘くそれでいて爽やかな「み タチバナ染めなんかが鳥羽の「手づ かん」の香りに町が包まれるよ。 くり工房きらり」で買えるんよ。 鳥羽拡大図参照

フェレストラン。地元で生産さ

れる新鮮な農水産物や加工品、

沖合いに仕掛けられた定置

網にたまにしか掛からへん

どで食べるんよ。

志摩では海のハンター・

ウツボまで食べるんやで。

パンでいためたり唐揚げ

貴重な魚なんやで。透明感 温暖な気候を生かして

があるコリコリした食感で、作っとる温室メロン

酢味噌や味噌和え、煮物な 志摩・浜島の南張地区





んで「食の大切さ」と「食への

感謝」を伝えるためにできた

どんぶり。伊勢市内の十数店

舗で食べる事ができる。

で栽培しとるんよ。

天草を煮て冷やし固めたも

ので、三杯酢や黒蜜、きな

粉、ダシじょうゆなどをか

99%が水分やで美容やダイ

けて食べる夏の風物詩やで









★桜(4月上旬)

【伊勢】宮川堤(日本の桜名所100選)

横輪桜・音無山・五十鈴川・離宮

【志摩】ともやま公園・創造の森横山

【南伊勢】御衣黄桜・国道260号線沿し

【鳥羽】城山・樋の山・青峯山道・

天の岩戸 (オオシマザクラ)

ネモフィラ(4月中旬~4月下旬)

答志スカイライン

🖈 芝桜(4月中旬~4月下旬)

【志摩】志摩市観光農園

【志摩】志摩市観光農園

【南伊勢】贄浦弁天島

【鳥羽】めだかの学校

ふじ (4月下旬~5月上旬)

松屋観音寺 【鳥羽】菅島 【志摩】横山展望台

【伊勢】太江寺

\*ルピナス(4月~5月)

【伊勢】花開道

【伊勢】太江寺 【志摩】大慈寺

**冷 ひまわり**(7月~8月)

\* バラ (5月・6月・10月)

【伊勢】神宮ばら園

₹菖蒲(6月上旬~6月中旬)

【伊勢】二見しょうぶロマンの森、

外宮まがたま池

あじさい(6月中旬~7月中旬)

【南伊勢】あじさいの道・河村瑞賢公園

サニーロード周辺

河津桜(2月中旬~3月上旬

【南伊勢】河村瑞賢公園

きな粉をまぶした

隹げ目がついた

つぶ餡入りのお餅。

その昔に、豊臣秀吉が主

人の供で参宮をしたとき

に食べたんが始まりって

伝えられとるんやに。

こし餡を包んで、焼き

目をつけた甘くて香ば

い餅。馬に乗った参宮客が、

ここで馬を返して休憩を

馬)餅って呼んどるんやで。

こし餡入りの岩戸餅

日本神話に伝えられる

天鈿女命が舞われた岩

戸神楽のめでたい古事

にちなんで作られとる

【志摩】大慈寺

ツツジ(4月下旬~5月上旬)

【伊勢】 磯神社、伊勢志摩スカイライ



二見拡大図参照



伊勢名物の代表格といえ

ば赤福餅。白い餅は川底

の小石、餡についとる三

つの筋は五十鈴川の清流

天然のよもぎで作った草餅

の中に、つぶ餡が入った神

代餅。添加物を一切使わず

つくり続けてきた本格派の

し餡入りのうす皮餅に

きな粉をまぶした二軒茶

屋餅。舟参宮する人たち

の舟着場に生まれた伊勢

志摩地方に最も古くから

伝わる名物餅なんやんな。

草もちなんやって。

をあらわしとるんやに。

目しょうぶロマンの森

二見拡大図参照



波切のまちを歩いとると、あっち

んやけど、ここの石工さんが全国

で活躍しとったんも納得やなぁ。

ゃこっちゃにキレイな石積がある

旅のついでに幸運を手にしたい!

(ツバスの鐘)

海女と漁師の悲恋物語が

伝わるこの岬には「ツバ

スの鐘」があって、鐘を

鳴らせば願い事が叶うん

満願成就 E-6

導きの神を祀っとる「猿田彦神社」の本殿の堅魚木や欄干、佐瑠女神 社本殿、大鳥居、手水舎の柱なんかは、ぜんぶ八角になっとるんや

けど、これは方位を意味しとって、方位除の御神徳を仰ぐこの神社

にちなんだものになっとるんやに。また、八角の古殿地干支石は、 手のひらで石に刻まれた文字を3つおさえることで、パワーをも

らえるんよ。願い事によっておさえる石がちがうで、間違わんように

な。物事を始めるときには、ここで売っとる"はじめの一歩御守"を

松尾観音寺

厄除けで有名

な観音寺。竜

を守護神とし

て祀っとるん

やけど、最近

本堂の床に竜

び上がったん

て人気になっとるよ!

神明神社(石神さん)

満願成就 G-4

よ!撫でるといいことが起こるっ

の模様が浮か

厄除け 伊勢拡大図参照

✓ ちょっと、寄ってみてな。

いたるところに八角!(猿田彦神社)

身につければ効果があるかもなぁ。

開運招福 伊勢拡大図参照

縁結び 二見拡大図参照

男岩(大岩)と女岩(小岩)がしっか

りと注連縄で結ばれとることから、夫

婦円満と縁結びにご利益あり。2つの

岩の間から昇る日の出が見られるんは

5月~7月頃。10月~2月頃の満月の頃

は、月の出が幻想的でキレイやに。

な塔婆がようけ並んどって、ほんま にすごいで。 安乗の人形芝居 国指定重要無形民俗文化 財。喜怒哀楽の表現が素 朴で大胆やで。1年の内で

縁結び・夫婦円満

二見拡大図参照

伊勢志摩の供養なら E-3

江戸時代から宗派を問わんと葬儀の

後は伊勢の朝熊山に登って、奥之院

に塔婆を建てて供養する「岳参り」

の風習があるんやよ。めっちゃ巨大

散歩途中に民家の玄関を見てみ。

では一年中飾ってあるんやで。

普通は正月だけやけど、このへん

桃符(木の札)の裏にも、ドーマ

ン・セーマンが書いてあるんよ。



こんなかわったことも

妊婦にあわび

ないわれがあるんさ。

伊勢志摩では妊婦さんにあわびを食べ

させる風習があるんさ。目がきれいな

子供が産まれるようにとか、肝を食べ

た方がいいとか、地域によっていろん

ドーマン・セーマン

陰陽師でも使われとるこの

形。ちょっとカワイイんち

ゃうん!? 御守やパフェな

ど、この地方ではいろんな

とこで使われとるで、ちょ

汗で占う地蔵さん G-6

吉事は白い汗、凶事には黒い汗をかく

といわれとる地蔵さん。不思議なもん

やなぁ。縁日の2月24日は露店も出て

っと探してみてな。

汗かき地蔵

見れるんは、9月第二土曜・

日曜の2日間だけやでな。

ようけあるんよ。おもしろいやろ。

神棚にあわび

志摩や南伊勢では、あわびの貝殻は

ご飯を入れて神棚に供える家がある

鳥羽の答志島の家や漁船にもれ

なく書かれている(八マーク。毎

年行われる八幡祭で使った炭を

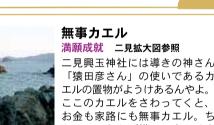
使って描かれた魔除けの印。若

い人がいる家の「仈」は大きい

祝!日本遺産認定! 海女さん

日本一働きものの女性がいる 鳥羽志摩の海女さんは日 本の女性の代表やな。最 近では、海女さんと話を

しながらご飯を食べれる 海女小屋体験なんかもあ











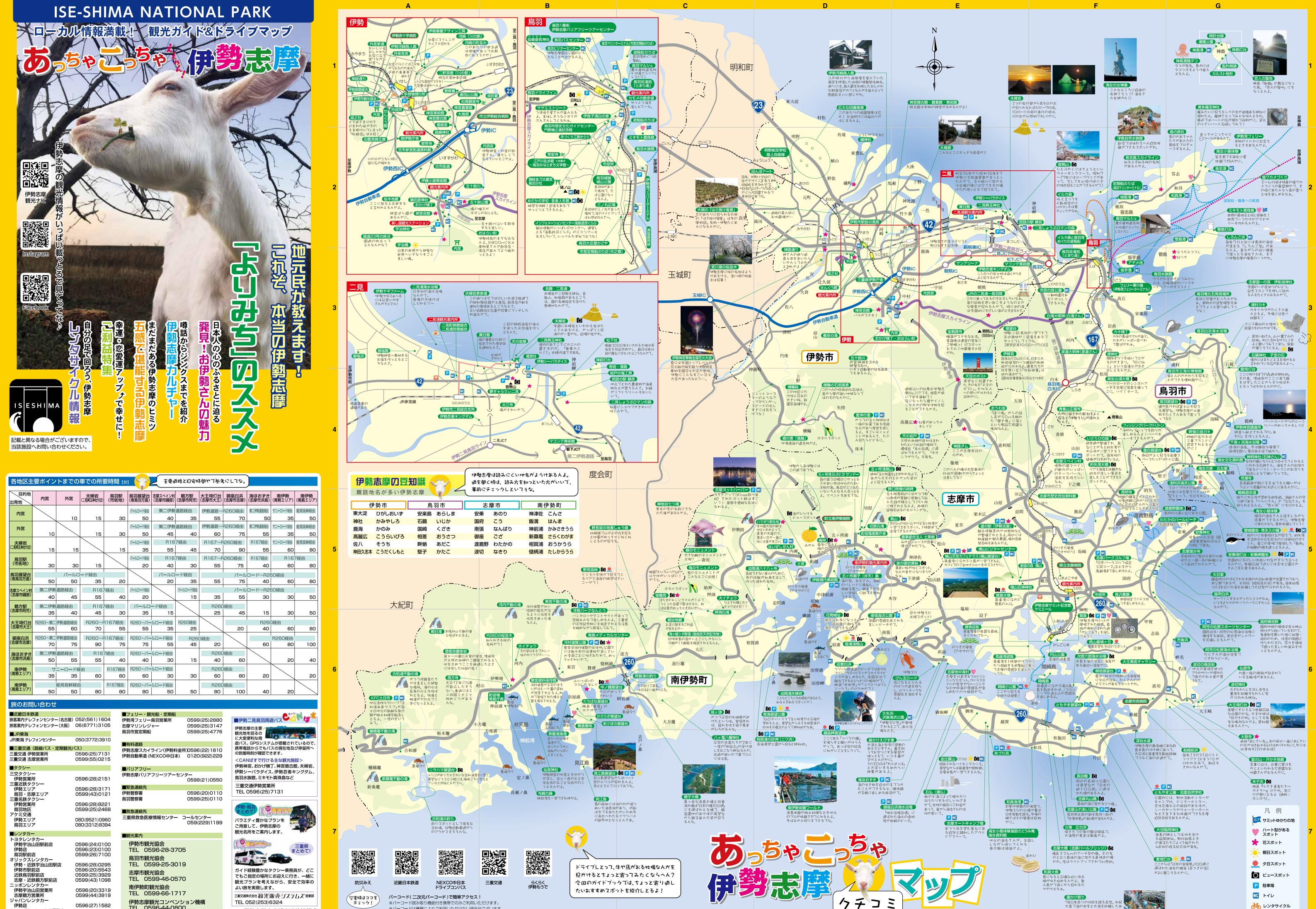








普通自転車 1日 600円 15:00以降 300円 電動自転車 1日 1,000円 15:00以降 600円 TEL:0599-26-3331(鳥羽1番街) TEL:0599-25-8255(鳥羽市歴史文化ガイドセンター)



掛け合う祭りなんやよ。

G

TEL 0596-44-0800

発行 伊勢鳥羽志摩観光連絡協議会

タイムズカーレンタル伊勢店 0596(25)5668

ニコニコレンタカー伊勢西豊浜店 0596(38)1000

※バーコードは機種によりご利用いただけない場合がございます。