

伊勢志摩國家公園

刻畫悠久歷史的伊勢神宮，
人與自然交織而成的里山里海

伊勢志摩國立公園位於三重縣的中部，涵蓋了志摩半島及其周圍的地區。該國立公園占地面積廣闊，約為6萬公頃，涵蓋了伊勢市、鳥羽市、志摩市和南伊勢町。伊勢志摩國立公園大致可以分為兩個區域。一個是以伊勢神宮及其背後的自然豐富的森林環境為中心的內陸區域，另一個則是以複雜的地形和地質為

特徵，擁有無數小海灣和岬角的亞里斯海岸為代表的沿海區域。與其他國立公園相比，伊勢志摩國家公園的私有土地比例非常高(超過96%)，公園內的居住人口也非常多，因此遊客可以深入體驗當地居民的生活、歷史、文化和風俗等，這座國立公園不僅以美麗的景觀著稱，還可讓人感受到人與自然的密切聯繫。

指定	1946年11月20日
面積	55,544公頃 三重縣



觀賞海洋與河流的水景



Yokoyama View Point



Futamiura



觀賞山與植物



Hamabo (Hibiscus hamabo)



Jingu-Kyuikirin Forest



接觸文化與生活



Shinmei Jinja shrine



Seafood such as abalone



邂逅生物



Loggerhead Turtle



Crinum asiaticum

行程

透過人們的生活感受古人對自然的靈性與伊勢信仰及其廣闊的神宮森林所帶來的恩惠

從古代起，森林就是日本人信仰的對象之一。圍繞伊勢神宮擴展的「伊勢志摩國立公園」的山脈就是其中之一。公園內的「白瀧之森」曾是修行者進行修行的地方。至今，這裡仍是自然崇拜的聖地，遊客可以體驗瀑布修行、冥想和桑拿，是伊勢志摩獨一無二的體驗地點。此外，圍繞伊勢神宮的森神宮林被視為神明居住的神聖森林，受到人們的珍視。由人們保護的常綠樹構成的莊嚴森林和複雜的里亞斯海岸地形共同孕育了豐富的海洋資源，促進了海女文化和珍珠養殖業的發展。

web site



Day 1

熟知伊勢神宮的導遊將帶您參觀真正的「伊勢之森」

- 10:30 ● 伊勢市站
 }
 ● 搭乘專車
- 11:00 ● 參觀伊勢神宮 豐受大神宮(外宮)
 }
 及遷宮館
 12:00
 }
 ● 搭乘專車
- 12:30 ● 在托福橫丁享用
 }
 午餐後前往皇大神宮(內宮)
 15:00
 }
 15:30 ● 搭乘專車
 (經由二見夫婦岩 前往鳥羽)
- 16:00 ● 飯店(鳥羽)

Day 2

體驗瀑布修行和冥想並淨化身心之後，搭乘定期船前往答志島

- 7:30 ● 搭乘專車
- 8:00 ● 瀑布修行體驗 & 桑拿或冥想
 }
 在神靈棲息的森林中，
 11:00 透過瀑布修行體驗或冥想來淨化身心
 在「森林休息室」享用小吃
 }
 ● 搭乘專車
- 11:50 ● 乘船
 }
 (搭乘定期船前往答志島)
 12:16
- 12:30 ● 巷弄體驗
 }
 漫步在島上的巷弄中，
 14:00 感受守護饒海洋的島民生活
- 14:10 ● 乘船
 }
 14:50 ● 搭乘專車
- 15:40 ● 橫山遊客中心 & 橫山觀景台
 }
 16:40 ● 搭乘專車
- 17:00 ● 飯店(志摩・賢島)

Day 3

挑戰與海女一同潛水，採集珍珠並親手製作屬於自己的原創珍珠飾品

- 9:00 ● 搭乘專車
- 9:30 ● 海女漁體驗計畫
 }
 與擁有2000年歷史的真實
 12:00 海女一起體驗素潛漁
- 12:00 ● 午餐
 }
 (在賢島港附近或海女小屋享用燒烤)
 13:15
 }
 ● 搭乘專車
- 14:00 ● 取珍珠&製作飾品
 }
 取出珍珠，製作原創飾品
 15:00
 }
 ● 搭乘專車
- 15:30 ● 賢島站

詢問

Chubu Regional Environment Office

TEL 052-955-2135

MAIL REO-CHUBU@env.go.jp