

伊势志摩国家公园

刻画悠久历史的伊势神宫，
人与自然交织而成的里山里海

伊势志摩国立公园位于三重县的中部，涵盖了志摩半岛及其周围的地区。该国立公园占地面积广阔，约为6万公顷，涵盖了伊势市、鸟羽市、志摩市和南伊势町。伊势志摩国立公园大致可以分为两个区域。一个是以伊势神宫及其背后的自然丰富的森林环境为中心的内陆区域，另一个则是以复杂的地形和地质为特征，拥有无数小

海湾和岬角的亚里斯海岸为代表的沿海区域。与其他国立公园相比，伊势志摩国家公园的私有土地比例非常高(超过96%)，公园内的居住人口也非常多，因此游客可以深入体验当地居民的生活、历史、文化和风俗等，这座国立公园不仅以美丽的景观著称，还可让人感受到人与自然的密切联系。

指定	1946年11月20日
面积	55,544公顷
	三重县



观赏海洋与河流的水景



Yokoyama View Point



Futamiura



观赏山与植物



Hamabo (Hibiscus hamabo)



Jingu-Kyuikirin Forest



接触文化与生活



Shinmei Jinja shrine



Seafood such as abalone



邂逅生物



Loggerhead Turtle



Crinum asiaticum

行程

通过人们的生活感受古人对自然的灵性与伊势信仰及其广阔的神宫森林所带来的恩惠

从古代起，森林就是日本人信仰的对象之一。围绕伊势神宫扩展的“伊势志摩国立公园”的山脉就是其中之一。公园内的“白泷之森”曾是修行者进行修行的地方。至今，这里仍是自然崇拜的圣地，游客可以体验瀑布修行、冥想和桑拿，是伊势志摩独一无二的体验地点。此外，围绕伊势神宫的森神官林被视为神明居住的神圣森林，受到人们的珍视。由人们保护的常绿树构成的庄严森林和复杂的里亚斯海岸地形共同孕育了丰富的海洋资源，促进了海女文化和珍珠养殖业的发展。

web site



Day 1

熟知伊势神宫的导游将带您参观真正的“伊势之森”

- 10:30 ● 伊势市站
 }
 ● 搭乘专车
- 11:00 ● 参观伊势神宫 丰受大神宫（外宫）及迁宫馆
 }
 12:00 ● 搭乘专车
- 12:30 ● 在托福横丁享用午餐后前往皇大神宫（内宫）
 }
 15:00 ● 搭乘专车
 }
 15:30 ● （经由二见夫妇岩 前往鸟羽）
- 16:00 ● 酒店（鸟羽）

Day 2

体验瀑布修行和冥想并净化身心之后，搭乘定期船前往答志岛

- 7:30 ● 搭乘专车
- 8:00 ● 瀑布修行体验 & 桑拿或冥想
 }
 11:00 在神灵栖息的森林中，通过瀑布修行体验或冥想来净化身心在“森林休息室”享用小吃
 }
 ● 搭乘专车
- 11:50 ● 乘船
 }
 12:16 ● （搭乘定期船前往答志岛）
- 12:30 ● 巷弄体验
 }
 14:00 漫步在岛上的巷弄中，感受守护丰饶海洋的岛民生活
- 14:10 ● 乘船
 }
 14:50 ● 搭乘专车
- 15:40 ● 横山游客中心 & 横山观景台
 }
 16:40 ● 搭乘专车
- 17:00 ● 酒店（志摩·贤岛）

Day 3

挑战与海女一同潜水，采集珍珠并亲手制作属于自己的原创珍珠饰品

- 9:00 ● 搭乘专车
- 9:30 ● 海女渔体验计划
 }
 12:00 与拥有2000年历史的真实海女一起体验素潜渔
- 12:00 ● 午餐
 }
 13:15 ● （在贤岛港附近或海女小屋享用烧烤）
 }
 ● 搭乘专车
- 14:00 ● 取珍珠&制作饰品
 }
 15:00 ● 取出珍珠，制作原创饰品
 }
 ● 搭乘专车
- 15:30 ● 贤岛站

询问

Chubu Regional Environment Office

TEL 052-955-2135

MAIL REO-CHUBU@env.go.jp