

鴨川ワーケーションスタイル

自然を身近に感じられる鴨川は、ワーケーションにも絶好の場所。
心身を健康的なサイクルへ導くさまざまな体験——。
普段の生活やオフィスワークでは得られない
心地よい開放感で、ニュートラルな自分へ。

ワーケーションは休暇と仕事のバランスをアレンジできる新しい過ごし方。自分のいる場所や意識を向ける対象を変えることで心身がクリアに整います。自然との距離が近い鴨川環境は、カラダのリズムをリセットするのに最適。普段とは違う体験で得られる気づきは、インスピレーションや感情をコントロールする力を与えてくれます。次に何が起るのだろうというワクワクした気持ちや好奇心とともに、鴨川のワーケーションスタイルを楽しんで。

Health benefits



Photo:Tsubasa Muroi
Desing:Nobutaka Ito
Edit:Ryoko Hashizume
Cooperation:Uchiurayama kenminnomori

<p>陶芸 笹谷窯 04・7098・0388</p> <p></p> <p>手回しロクロを使う体験は1人¥4,400。所要時間は、1時間程度。要予約。作品は後日郵送(送料別)。手びねりもあり。</p>	<p>いちご狩り 田村農園 04・7097・1162</p> <p></p> <p>30分食べ放題。開催は例年2月からGWの9～16時。料金は1人¥1,800、3歳以下¥900で、時期により異なる。予約不要。</p>	<p>シルククラフト 繭灯り夢工房 04・7092・1882</p> <p></p> <p>6月下旬～8月中旬/11月～3月中旬開催。約2時間、1人¥4,000。メニュー名は「シルクと押花のランプシェードづくり」。要予約。</p>	<p>萬祝染 鴨川萬祝染 鈴染 04・7092・1531</p> <p></p> <p>定期的に体験イベントを開催。¥1,650・¥2,200 ¥3,850コースを予定。詳細はHPとFacebook(kamogawa.suzusen)にて。</p>	<p>写経 清澄寺 04・7094・0525</p> <p></p> <p>料金は、文字数によって ¥500・¥1,000・¥2,000 ¥3,000の4種類。所要時間は30分～。電話で予約を。</p>
<p>温州みかん狩り 里のMUJI みんなみの里 04・7099・8055</p> <p></p> <p>例年10月中旬～12月上旬開催。2020年は12/4(水・木)まで。45分食べ放題+お土産1kg付き。1人¥800、3歳以下無料。先着順・予約不可。</p>	<p>吹きガラス 主基ガラススタジオ 04・7097・1443</p> <p></p> <p>1人¥4,125。空きがあれば当日予約も可(要予約)。作品は後日郵送(送料別)。工房には、ギャラリー＆ショップを併設。</p>	<p>鴨川七里収穫 JA安房鴨川支店 04・7093・3131</p> <p></p> <p>1区画¥4,000。約15㎡の収穫ができるオーナー制度。畑は市内4箇所。例年、募集は4月中旬～6月末、収穫は10月後半。</p>	<p>シーグラス工芸 アトリエ 大自然の恵み 04・7092・2111</p> <p></p> <p>鴨川ランドホテル内の工房で体験。オブジェや指輪等が作れる。1人¥2,200～。所要時間は作品の内容により約1時間～。要予約。</p>	<p>詳細情報 & そのほかの体験はかもナビへ</p> <p>kamonavi.jp/</p> <p></p>

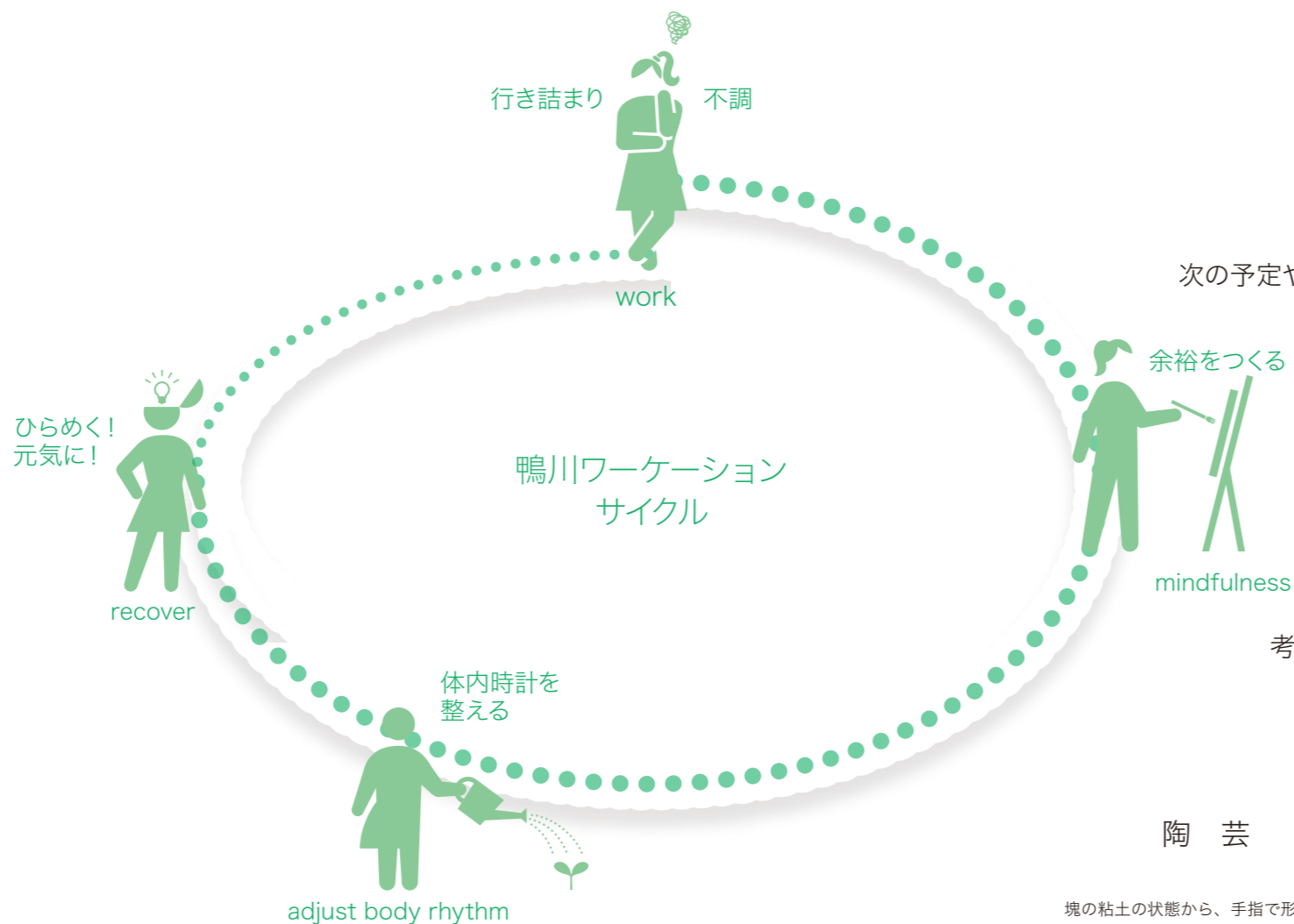
※料金はすべて税込価格です。 ※天候などによりご利用いただけない場合があります。 ※農作物の生育や収穫量は、圃場や天候により変わる場合があります。あらかじめご了承ください。



Kamogawa Workcation Style



仕事の合間のほっと一息。
思考がひとつの物事にとらわれたり
多くの情報に埋もれたときには
アタマやココロの余白をつくり出かけよう。



Mindfulness!

創作活動は疲れた脳を癒すのに効果的。
脳は働き者で、仕事や日常では
次の予定や悩みなど、さまざまなことを同時に考えがち。
一方、創作中はひとつのことに没頭しやすく
他の思考が排除されるため
結果的に脳を休めることに。
また、モノを生み出す創作は
作品に思考や想いを反映させる作業。
ココロの迷いや行き詰まりを
目にみえる形で客観視できるため
考えが整理されたり、発想転換のきっかけにも。



シーグラス工芸

シーグラスとは、ガラスの欠片が波に
揉まれて丸くなり曇りガラスのように
なってビーチに漂着した素材のこと。
シーグラス工芸は、ひとつとして同じ
ものがないその素材の魅力を生かすの
が醍醐味。アイデア次第で平面だけで
なく、立体的な感覚も養われる。

吹きガラス

自分好みの器を作ることができる吹き
ガラス。材料となる50種もの色ガラス
と模様が、オリジナルの作品が作れる
ため創造力が掻き立てられる。真っ赤
に溶けたガラスに息を吹き入れる工程
では、深く力強い呼吸でフィジカル面
でもリフレッシュできる。

陶芸

塊の粘土の状態から、手指で形を作り
上げていく陶芸。特にロクロは、指先
の感覚が大切。力のかけ具合で厚みや
造形が変わり、油断すると型崩れを起こ
すため、集中力を要する。また、陶芸
ならではの土の手触りは、昔なつかし
い泥遊びのように夢中になれる。

萬祝染

萬祝染とは、かつて房総地域で漁師の
大漁祝いの晴れ着として発祥し県指定
の伝統的工芸品として残る染物。顔料
を刷毛で絵柄にのせていく「色さし」
の体験は、繊細な作業。鮮やかな色の
選択や配置を考えるプロセスは、固く
なった頭のストレッチに。

シルククラフト

南房総で唯一、養蚕を営む工房で体験
できるランプシェードづくりは、繭玉
を煮て糸をつむぎ出すところから。
希少な経験をすると頭の切り替えにな
り、インスピレーションの源に。押し花
は、自作品を持参しても。配置する工程
でクリエイティビティが刺激される。

写経

日蓮聖人ゆかりの清澄寺で体験できる
写経。元々は、仏教の修行のひとつ。
集中して文字を書くことで精神統一に。
また、その日の出来栄えは、ココロの
状態を映し出す鏡ともいわれる。線に
囲まれた境内の豊かな雰囲気や道場に
漂う香の薫りも気持ちも静めてくれる。

Adjust body rhythm!

ストレス耐性に関わるホルモン分泌や健やかな睡眠に関わる生体リズム。
サーカディアンリズムと呼ばれる1日のリズムは
毎日、朝陽を浴びることで整うことが知られている。
また、季節で日の出時刻が移り変わるから1年のリズムにも注目を。
鴨川で感じる自然は、都会や屋内では失われがちな季節感に
五感で触れることができ、ヒト本来の健康的なリズムを取り戻すきっかけに。



温州みかん狩り

温暖な気候を活かし、ミカンやレモン
など柑橘類の栽培が盛んな鴨川。10月
中旬から12月上旬までは、温州みかん
の収穫体験が可能。嗅覚の情報は、感情
のコントロールに有効といわれ、特に
柑橘類が持つ香りは気分をリフレッシュ
してくれる。



鴨川七里収穫

鴨川七里は古くから鴨川に伝わる在来種
の枝豆。「香り、七里に広がる」と
いわれるほどの香りの良さが、名前の
由来。収穫の体験は、枝豆のオーナー
制度で。例年、10月下旬が収穫時期。
土に触れ、匂を味わえば、大地の力を
たっぷり吸収できる。



いちご狩り

鴨川に春の訪れを告げるいちご狩り。
栄養価が高くジューシーなぎたてを
その場でいただける。時期によって、
オリジナル品種など10種類以上あり、それ
ぞれの食感や味の違いをじっくり感じ
ることで感覚が繊細に。畑の色彩や
いちごの香りから季節を感じて。



農体験スケジュール

1月			
2月	いちご狩り	フルーツトマト狩り	食用菜花摘み
3月			田植え
4月			
5月			
6月	ブルーベリー狩り		
7月			
8月			
9月			稲刈り
10月	温州みかん狩り		
11月			鴨川七里収穫
12月			

生育状況により開催時期が変更になることがあります。

