

いわみの国をみんなで遊ぶ

いわみん

首都圏編

石見の魅力に出会える
12の体験プログラム



首都圏で島根県西部=石見地方を楽しめる 体験プログラムをご紹介します!

「いわみん」とは、島根県西部にある石見地方の歴史や文化、食や人などの魅力に目を向け、そのまちに暮らす人が組み立てる小さな体験プログラムを集めた、期間限定の「地域遊びイベント」です。首都圏でも石見地方を感じてもらえる体験が集まりました。

2025年 11月2日(日)~12月14日(日)

いわみんへの参加には、事前のお申し込みが必要です。

WEB予約のみ 10月1日(水)10:00 予約受付スタート! ●公式Webサイト <https://iwamin.jp>

主催/いわみん実行委員会
後援/ 島根県、大田市、江津市、浜田市、益田市、美郷町、川本町、邑南町、津和野町、山陰中央新報社、中国新聞社、読売新聞浜田支局、朝日新聞松江総局、毎日新聞松江支局、島根日日新聞社、日本海テレビ、NHK松江放送局、BSS山陰放送、TSKさんいん中央テレビ、石見銀山テレビ放送株式会社、石見ケーブルビジョン、ひまわりビジョン、おおなんケーブルテレビ、エフエム山陰、日本政策金融公庫松江支店、日本政策金融公庫浜田支店、公益財団法人ふるさと島根定住財団
協力/ 一般社団法人オノバク
【注意事項】
◎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応募を締め切らせていただきます。
◎プログラムの申し込み期限は、原則として各プログラム開催日の3日前となります。
※事情により早く締切の場合がありますので注意事項をご確認ください。
◎プログラム当日は、各プログラムで決められた集合時刻までに指定の集合場所へお越しください。
◎人気プログラムはすぐに満席になるものもあります。お早めにお申し込みをおすすめします。
◎掲載価格は税込み価格です。
◎ご予約内容の確認やプログラムに関するお知らせのため、ご予約情報をもとにご連絡させていただく場合がございます。
必ず速やかにご連絡が可能な連絡先をお伝えください。
◎その他、参加規約をご確認のうえご参加ください。



撮影地：島根県江津市 江の川河口

【キャンセルについて】
◎プログラム開催日の2日前までに「いわみん実行委員会事務局」まで、ご連絡をお願いします。
●問い合わせ/いわみん実行委員会事務局 ☎0855-52-7214 (受付時間/10:00~17:00 平日のみ) (一般社団法人イワミノチカラ) 〒695-0011 島根県江津市江津町112 山辺会館内

02 みそソムリエ解説! @いわみまるっと市

石見の味噌味比べワークショップ

意外と知らない
石見地域の味噌を知る
実は色々な種類がある味噌
の世界。普段、食べる機会が少
ない島根県石見地域の味噌を
食べ比べてみませんか?
みそソムリエによる楽しい
解説と、江津市の有福温泉に
作られており、現地できか購
入できない「福屋みごの土
産産物」お気に入りの味噌を
見つけましょう!

日時 11/16(日)
13:00~13:30 15:00~15:30
16:30~17:00
●島根県江津市有福温泉の「福屋みそ」の
お土産付き

場所 BONUS TRACK HOUSE
東京都世田谷区代田2-36-12-1F BONUS TRACK HOUSE
最寄り駅 小田急線・京王線下北沢駅 徒歩5分
小田急線世田谷代田駅 徒歩5分
【集合場所】同上

●料 金/1,500円
●定 員/4名(最少催行人数1名)

【プログラムについてのお問合せ先】
有福商店(長友 大蔵) ☎070-9145-3207(9:00~18:00)

01 海からの恵みでつくる オリジナルのフオートクリーム

島根に流れている
漂着物でアート作り

目録やシーグラス、流木な
どを島の海(日本海)で拾っ
てきました。
今回は東京海洋大学海産課
に参加してワークショップを
行います。漂着物で作る自分
だけのオリジナルフオートレ
ームを作って好きな写真を飾っ
てみましょう!

日時 11/2(日)・3(月・祝)
10:00~11:00 14:00~15:00
11/4(火) 10:00~11:00
●ホットボンドを使用します。小さい
お子さんは保護者の方と一緒に体
験ください

場所 東京海洋大学(海鷹祭)
東京都港区港南4丁目5-7
最寄り駅 品川駅
【集合場所】同上

●料 金/1,500円
●定 員/4名(最少催行人数1名)

【プログラムについてのお問合せ先】
しまね海洋館アクアス ☎0855-28-3900

04 蕎麦を語る時間 @いわみまるっと市

石見の蕎麦のすすめ

島根の蕎麦といえば、出雲そ
ばが思い浮かぶ方も多いと思
います。ですが、石見地方にも魅
力的なそばがあります!
蕎麦好き石見地方大好きな
内人がそんな蕎麦の魅力をし
ゃべります。

日時 11/16(日)
14:00~14:30 16:00~16:30
●石見の蕎麦にまつわるプチギフトの
お土産付きです

場所 BONUS TRACK HOUSE
東京都世田谷区代田2-36-12-1F BONUS TRACK HOUSE
最寄り駅 小田急線・京王線下北沢駅 徒歩5分
小田急線世田谷代田駅 徒歩5分
【集合場所】同上

●料 金/1,500円
●定 員/4名(最少催行人数1名)

【プログラムについてのお問合せ先】
有福商店(長友 大蔵) ☎070-9145-3207(9:00~18:00)

03 名物団長による 石見神楽の解説&着付け体験 @いわみまるっと市

石見神楽を楽しむ
体験しませんか?

島根県石見地域を中心に伝承
されてきた伝統芸能である石
見神楽。魅力あふれる石見神
楽に魅かれてみませんか?
島根県江津市有福温泉で活動
する有福温泉神楽団の名物団長
が楽しく解説!さらに実際に使
用している衣裳の着付け体験も
できます!石見神楽が大好きに
なってみませんか!

日時 11/16(日)
13:30~14:00 15:30~16:00
●有福温泉のお土産付き

場所 BONUS TRACK HOUSE
東京都世田谷区代田2-36-12-1F BONUS TRACK HOUSE
最寄り駅 小田急線・京王線下北沢駅 徒歩5分
小田急線世田谷代田駅 徒歩5分
【集合場所】同上

●料 金/1,500円
●定 員/4名(最少催行人数1名)

【プログラムについてのお問合せ先】
有福商店(長友 大蔵) ☎070-9145-3207(9:00~18:00)

羽田空港 ⇄ 萩・石見空港の

お得情報アップデート!

2025年度版

東京から島根県西部 = 石見地方へのご旅行やご帰省にぜひご利用ください!



柴犬のお出迎え(第1土曜日・第3日曜日午前便到着)
柴犬のルーツの1つといわれる石州犬「石号(いしごう)」は
益田市生まれです!

お得な利用方法 1

萩・石見空港の「メルマガ」に登録して「スポット助成」の情報を確認しよう!

セール運賃・無償搭乗不可

メルマガでお知らせする対象便を利用すると1人あたり
片道3,000円のスポット助成を受けられます!
2025年度で初めての申請は助成金1,000円増額!
(おひとり様1回限り)

「その他助成金情報、詳しくはコチラ」



石見神楽のお出迎え(第2・4土曜日午前便到着)
定額助成スポットレ
ンタカーはコチラ

お得な利用方法 2

ANAの「割引運賃」を利用しよう!

スポット助成併用可

ANAバリュー / ANAスーパーバリュー

早めの予約ほどお得になります!
搭乗日の「1/3/7日前のANAバリュー」、
「21/28/45/55/75日前のANAスーパーバリュー」
の予約で割引価格が適用されます。

スマートシニア空割 / スマートU25

当日空席があったらお得になります!
対象:満65歳以上/満12歳以上25歳以下でANA
マイレージクラブの会員限定

お得な利用方法 3

飛行機と宿泊をまとめて予約するなら「パッケージ旅行」で!

スポット助成併用可 レンタカーキャンペーン併用可

萩・石見空港の往復または片道利用とホテルや旅館の宿泊を組み合わせると旅行代金総額がお得になります。対象となるお得なパッケージ旅行商品は随時追加予定で、各社独自のクーポン・割引もお見逃しなく!

もれなくもらえる「特典」付き!

[特典1] 萩・石見ぶらり手形
島根県の石見地方や松江・出雲、山口県の萩・長門・山口・岩国などで利用できるクーポンブックです。日帰り温泉や入場・体験、食べ歩き、石見神楽定期公演などがお得に楽しめます。

[特典2] 石見の神楽めしクーポン
石見地方のご当地グルメ「石見の神楽めし」メニューを食べられる1,000円分のクーポンです。石見の特産肉や魚介類など、石見ならではの味わいが味わえます。クーポンは神楽めし提供店でご利用いただけます。

お得な利用方法 4

24時間1,000円「レンタカーキャンペーン」

特典航空券不可

羽田-萩・石見空港 往復便を2名以上でご利用

島根県内宿泊施設に1泊以上宿泊すると最初の24時間までのレンタカー料金を1,000円でご利用いただけます!

※1名利用の場合は1台4,000円となります。
※ご利用1週間前までに対象レンタカー会社へ電話予約が必要です。
※24時間を超える場合のご利用料金は、各レンタカー会社の規定に従います。

お得な利用方法 5

アウトドア体験助成

セール運賃・無償搭乗不可 スポット助成併用可 レンタカーキャンペーン併用可

萩・石見空港の周辺には、絶景の日本海を望むキャンプ場や、清流が育む山々に囲まれたキャンプ場など、初心者からファミリーまで楽しめるキャンプ場が多数あります。キャンプ場のほかにも、ここでしかできない珠玉の体験プログラムで自然を満喫するもよし、日常の喧騒を忘れ非日常の贅沢な時間を過ごしてみませんか。

[助成金額] ①対象キャンプ場におけるキャンプ用品レンタル料の半額(7/10以上利用3,000円/2人以上の場合上限10,000円、入場料、サイト使用料、食事は含まれません)
②対象アウトドア体験料金の半額(1人当たり上限3,000円)

東京・世田谷区

06 いわみのお土産ラーメンつと市

あなたのオススメの一杯は？

ラーメン大好きな私が石見地方に行ったら毎回買っているオーストラリアメンソンの味を用意しています。気になる味の種類を選んでほしい。マイレージカードで食べ比べをしてみませんか？

日時 11/16(日) ①18:00~18:30 ②18:45~19:15 ③19:30~20:00
(集合場所には10分前に来てください)

場所 **BONUS TRACK HOUSE**
東京都世田谷区代田2-36-12-1F BONUS TRACK HOUSE
最寄り駅 小田急線・京王線下北沢駅 徒歩5分
小田急線世田谷代田駅 徒歩5分

【集合場所】同上

●料 金/1,500円
●定 員/4名(最少催行人数1名)

【プログラムについてのお問合せ先】
有福商店(長友 大晟) ☎070-9145-3207(9:00~18:00)

東京・世田谷区

05 「たむんち」@いわみまるっと市

島根でセレクトしたウイスキーと日本酒を飲みませんか？

私の好きなものを詰め込んだ「たむんち」でパーティーをします。島根で出会うウイスキーと日本酒が飲み放題。出酒したお酒とのストーリーやコメントを反映させた形で提供を行います。直会し(まじい?) 飲み会しませんか？

日時 11/16(日) ①17:30~18:30 ②18:45~19:45 ③20:00~20:45
(集合場所には10分前に来てください)

場所 **BONUS TRACK HOUSE**
東京都世田谷区代田2-36-12-1F BONUS TRACK HOUSE
最寄り駅 小田急線・京王線下北沢駅 徒歩5分
小田急線世田谷代田駅 徒歩5分

【集合場所】同上

●料 金/1,000円
●定 員/4名(最少催行人数1名)

【プログラムについてのお問合せ先】
有福商店(長友 大晟) ☎070-9145-3207(9:00~18:00)

東京・千代田区

08 「どんちっち」体験

やっぱり旨い魚は日本酒と一緒に味わうべし！

山陰の豊かな海が育んだ浜田水産ブランド「らんちゅう」の「どんちっち」が、地元産の日本酒と合わせて、石見の味を堪能してください。

日時 11/22(土)・23(日) ①12:00~12:45 ②13:15~14:00 ③14:30~15:15 ④15:45~16:30 ⑤17:00~17:45
(集合場所には5分前に来てください)

場所 **日比谷しまね館**
東京都千代田区有楽町1-2-2 日比谷シャンテ地下1階
最寄り駅 東京メトロ日比谷線・千代田線
「日比谷」直結徒歩2分

【集合場所】同上

●料 金/3,800円
●定 員/10名(最少催行人数5名)

【プログラムについてのお問合せ先】
合同会社マルワ(担当:根本 朋美) ☎050-3707-4848(11:00~17:00[土曜日曜日は除く])

東京・世田谷区

07 いわみ愛を語る会

島根が好きなのに、まだ知らない人も大歓迎！

いわみ愛語り会、いせんか？ 島根が好きなのに、まだ知らない人もみんな集って語り合いたい。思いから生まれたイベントです。島根の繋がりの深さを伺いませぬ！

日時 11/16(日) 18:30~20:30
(集合場所には10分前に来てください)

場所 **BONUS TRACK HOUSE**
東京都世田谷区代田2-36-12-1F BONUS TRACK HOUSE
最寄り駅 小田急線・京王線下北沢駅 徒歩5分
小田急線世田谷代田駅 徒歩5分

【集合場所】同上

●料 金/5,000円
●定 員/20名(最少催行人数10名)

【プログラムについてのお問合せ先】
有福商店(長友 大晟) ☎070-9145-3207(9:00~18:00)

東京・文京区

10 津和野の銘菓源氏巻の手焼き体験！

津和野の銘菓源氏巻の手焼き体験@文京区立森鷗外記念館

津和野町には薄いつつ生地で、餡子を巻いた伝統菓子「源氏巻」という地域の暮らしに根ざったお菓子が、この伝統菓子に携わってきた案内人、手焼き体験を行います。本格的な和菓子素材と機器を準備し、つづいた「源氏巻」をその場で仕上げ、貴重な体験を届けます。

日時 12/6(土) 11:00~11:30
(集合場所には10分前に来てください)

場所 **文京区立森鷗外記念館**
東京都文京区千駄木1-23-4
最寄り駅 東京メトロ千代田線
千駄木駅1番出口徒歩5分

【集合場所】同上

●料 金/1,000円
●定 員/4名(最少催行人数1名)

【プログラムについてのお問合せ先】
津和野町東京事務所(佐伯) ☎03-5615-8358(8:30~17:15)

神奈川・鎌倉市

09 鎌倉・苔むすびでテラリウム作り

手のひらサイズの美しい緑に癒されませんか？

苔むすび、苔むすびの古民家テラリウム作り。苔むすびの古民家テラリウム作り。苔むすびの古民家テラリウム作り。

日時 11/29(土) 10:00~12:00
(集合場所には10分前に来てください)

場所 **苔むすび**
神奈川県鎌倉市由比ヶ浜2丁目4-22
最寄り駅 JR横須賀線 鎌倉駅 西口から徒歩10分

【集合場所】同上

●料 金/4,500円
(オプションフィギュアを希望される場合は別料金が発生します。)

●定 員/10名(最少催行人数1名)
●持 物/細かい作業があるためメガネ等

【プログラムについてのお問合せ先】
苔むすび ☎0467-38-8136(9:00~17:00)

東京・品川区

12 石見の素材に触れる旅

和紙を使って、手紙を書いてみよう

私が住む石見地方には、職人技が光る工芸品が多くあり、その中から今回は石州和紙・石州半紙をこ紹介。生産工程や特徴をお伝えし、その後、実際に和紙の書き心地を体験していただきます。

日時 12/14(日) ①11:00~12:00 ②13:00~14:00
(集合場所には5分前に来てください)

場所 **o-i STUDIO** 東京都品川区東大井5-22-5
最寄り駅 JR京浜東北線・東急大井町線・りんかい線大井町駅 徒歩3分

【集合場所】同上

●料 金/29歳以下応援価格 500円
40歳以上 1,000円
(お土産付き)

●定 員/各回10名(最少催行人数3名)
●持 物/お気に入りの筆記用具があればご持参ください

【プログラムについてのお問合せ先】
いわみ事務局 ☎0855-52-7214(受付時間/10:00~17:00[平日のみ])

東京・文京区

11 江津とつながる場

美味しいものを食べて、マインドを高める交流会

江津で定期的に開催されている交流会「つなぐ」を東京でも開催します。江津の特産品や地産地消をしながら、島根・江津に興味を持って、人の輪を広げていきたいと思っています。

日時 12/13(土) 18:00~20:30
(集合場所には5分前に来てください)

場所 **まちの学び舎 ねづくりや**
東京都文京区根津2丁目22-10(ナ1階)
最寄り駅 地下鉄千代田線 根津駅
1番出口から徒歩5分

【集合場所】同上

●料 金/29歳以下応援価格 2,500円
30歳以上 5,000円
●定 員/30名(最少催行人数3名)

【プログラムについてのお問合せ先】
いわみ事務局 ☎0855-52-7214(受付時間/10:00~17:00[平日のみ])

日本遺産 JAPAN HERITAGE

迫力の舞と音に心ふるえる 石見神楽を観に行こう！

石見神楽とは？

島根県西部石見地域に古くから伝わる伝統芸能。地域の信仰から生まれた神楽が神職から民間の手に受け継がれ、今でも多くの老若男女から愛される演劇娯楽です。全体で人口19万人ほどの地域において130を超える神楽団体と30番を超える演目が存在し、広い石見の海側・山側、東側・西側それぞれの地域性を反映しながら伝承され続けています。

豪華絢爛な衣裳と表情豊かな面、激しく打ち鳴らされる太鼓と響き渡る笛。神話の世界を舞台に、神々や鬼たちが躍動する。その迫力に、初めて観た人も思わず息をのむはず。

2019年、石見神楽は関連する文化財や史跡、伝統工芸品とともに「神々や鬼たちが躍動する神話の世界 ~石見地域で伝承される神楽~」というストーリー(物語)として日本遺産に認定されました。その歴史と魅力を、ぜひ日本遺産公式ページをご覧ください。

代表の小加本さんをはじめとした島根県石見地域の出身者が中心となり2011年に結成し、首都圏各地の例大祭などで神楽を奉納するほか、神楽まつわるイベントも開催しています！公演情報、イベント情報は公式HPからご確認ください。

知られざる石見の秋祭り 秋の夜神楽

9月から11月にかけて、秋の石見の夜はどこかしらで囃子の音が聞こえます。一年の豊作・豊漁を祝い感謝するため、石見各地の神社や公民館などで夜通し舞われる奉納神楽の時期です。この日だけは子どもたちも夜更かしをしても怒られず、大人もお酒を酌み交わしたりしながら一年一度の特別なお祭りを楽しむ、「日本の原風景」が石見には残されています。

石見を旅するなら必見！ 定期公演情報

石見地域各地では観光の方も楽しめる石見神楽の定期公演が行われています。1~2時間程度の時間で、アクセスの便利な会場や解説付きで誰でも気軽に楽しめる公演も多数あります。初めて興味を持った方も、石見旅行リピーターの方もぜひお越しください。

定期公演会場 一部抜粋

大田市: 温泉津温泉 龍御前神社
江津市: 石見神楽劇場 舞乃座
浜田市: 三宮神社
益田市: 益田駅前ビルEAGA
津和野町: 道の駅津和野温泉なごみの里

詳しくはこちら

公式HPはこちら

日本遺産 公式ページ

動画はこちら

実はお近くでも観られます！ 石見神楽 東京社中

令和7年度「萩・石見空港×島根の地域体験」航空券利用促進キャンペーン

条件① 萩・石見空港を往復で利用(航空券は個人で手配いただきます)

条件② 「しまね田舎ツーリズム」掲載の民泊施設等に宿泊、または、「しまっち!」掲載プログラム等の指定の地域活動に参加すること

条件③ ご旅行中の写真をSNSに投稿すること

条件④ ご旅行後にアンケートを提出すること

【予約期間】2025年 5月1日 - 2026年 2月28日
【実施期間】2025年 5月1日 - 2026年 3月31日
【参加定員】45名

※1 一部併用可能な助成もありますのでご相談ください。
※2 事務局(一社)イフミノチカラにて民泊施設等のご予約サポートをいたします。
※3 航空券は各自で手配いただき、後日搭乗証明書をご提出ください。
※4 応募多数の場合は選考とし、定員が埋まり次第終了させていただきます。
※5 萩・石見空港利用拡大促進協議会の実施する運賃助成との併用はできません。

10,000円

航空券利用促進キャンペーン

右記の条件を満たした方に、一人当たり10,000円キャッシュバック!

旅のオーダーメイド・プラン!

ご希望者には、島根での地域体験プランやお得な助成を無料サポートさせていただきます。

【事務局】一般社団法人イフミノチカラ 〒695-0011 島根県江津市江津町112 山辺会館内 tel.0855-52-5319 Mail:iwaminochikara@gmail.com

【主催】島根県地域振興しまね暮らし推進課

【鳥根県知事登録旅行業 第3-108号】