ひむかのくに

えんぱく

enpaku

秋のえんぱく期間　2023 年
11/2（木）～12/10(日)
10/2（月）10:00 受付開始

秋　季　版

HIMUKA まるごと玉手箱

～わたしのワクワクをさがしに行こう～

2023プログラム予約開始は 10月2日（月）10:00～

プログラムは完全予約制です。

事前に電話またはインターネットでご予約をお願いします。

インターネットで予約する　24時間受付

http://www.enpaku.net

HPから参加予約ができます。
電話がつながりにくい場合など
がありますのでご利用ください。

各プログラムのQRからもご予約できます。

電話で予約する

電話予約受付時間
10:00～17:00

予約・問い合わせ

各プログラム記載の番号にお電話してください。

- 参加希望のプログラム名、催行日
- 参加者のお名前（複数の場合は代表者と人数）
- 連絡先電話番号（中止になった場合の連絡に必要）

※日時によっては予約をお受けできない場合があります。

予約完了!!

当日は、お気をつけてお越しくださいませ。

えんぱくを心から楽しんでいただくためのお願い　必ずお読みください

事前のお申し込みが必要です

プログラムは事前の参加申込が必要です。参加料金は当日、現地でお支払いください。（釣り銭のないようにお願いします）

キャンセルは3日前までに

やむを得ず、キャンセルや申込人数に変更が生じた場合、事前にご連絡ください。

ゆとりをもってお越しください

プログラムの集合場所、住所等を明記しています。事前にお調べの上、ゆとりをもってお越しください。

小雨は決行いたします

プログラムは基本小雨決行です。荒天時や船の欠航などによりやむを得ず催行を延期や中止する場合は、前日を目処に代表者の方へ連絡いたします。

ご参加は自己責任で

プログラムは各自の自己責任でご参加ください。参加中の病気、怪我、盗難、破損等について一切の責任を負いません。

体質については事前にお知らせを

慢性疾患や障害、アレルギー体質、妊娠中など特別な配慮を必要とされる方は、事前にお知らせください。

写真を使用する場合があります

えんぱくイベントで撮影した写真等は、広報媒体へ使用する場合があります。

- 参加費について、中学生以上は大人料金となります。
- レクリエーション保険に加入しています。万一に備えて保険証のコピーをご持参ください。

問い合わせ先　総合インフォメーション

えんぱく実行委員会事務局

TEL 0982－20－0008　10:00～17:00（土・日・祝除く）
延岡市幸町3丁目101 延岡駅西口街区ビル3F 延岡商工会議所内

http://www.enpaku.net

Facebookでも最新情報をお知らせしています。
（http://www.facebook.com/enpaku）

Instagram「＃えんぱく2023」で検索!!
皆さんもハッシュタグ「＃えんぱく2023」で投稿しましょう!

今年も「えんぱく」始まります！

延岡のご縁（えん）をつなぐ博（はく）覧会
「ひむかのくに　えんぱく」は、２０１０年にスタートしました。

地元にある様々な地域資源を“プログラム“という商品にすることでまちの魅力を掘り起こし、地域の価値を高め、まちを元気にすることを目的に実施しています。

地元が大好きな人たちが“誘い人“という案内人になって、ある一定の時期に、一つひとつの規模は小さいけれど、地域の性格や特徴、歴史、文化に根ざしたプログラムを企画したり、誘い人ならではの匠の技を伝授してくれたりしています。

「えんぱく」の「えん」は、人と人、人とまちをつなぐ「ご縁（えん）」という意味です。

初年度の２０１０年は、「まちがテーマパーク、ひとがパビリオン！」をテーマに、２２のプログラムが生まれました。

翌年からは誘い人も増え、２０１１年は３５プログラム、２０１２年には３８プログラムを実施するなど年々内容を拡充し、２０１７年からは１年を通して案内できる「通年えんぱく」を開始。２０１８年からはえんぱく参加者の底辺拡大を目的に、夏休み限定の「キッズえんぱく」を開催しています。

１４年目の今年は、「HIMUKAまるごと玉手箱～わたしのワクワクをさがしに行こう～」をテーマに、１１月２日（木曜）から１２月１０日（日曜）を期間として、４０プログラムを実施します。エリアも、宮崎県北９市町村（ひむかエリア）に加えて、隣接する大分県佐伯市へと拡大しました。

また、１年を通して体験できる通年プログラム７つも用意しました。

さあ、あなたも、たくさんの“出会いと笑顔“に包まれながら、未知なる感動体験の扉を開いてみませんか？

過去１３年間のえんぱくのテーマとガイドブックの表紙を紹介します。

２０１０年　まちがテーマパーク、ひとがパビリオン！

２０１１年　マチハ　マホウノタカラバコ

２０１２年　はじまる。縁めぐりの季節

２０１３年　おじゃま島（しま）～す

２０１４年
のべおかで、ご縁つながる。小さな　体験の旅。

２０１５年　体験するのはあたたかい「出会い」です。

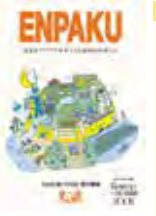
２０１６年　元気に出会う55の“幸せ“

２０１７年　“ひむか“で繋がる54のご縁

２０１８年　“はじめて“を体験しよう。

２０１９年　10年目の感動体験始まるよ！

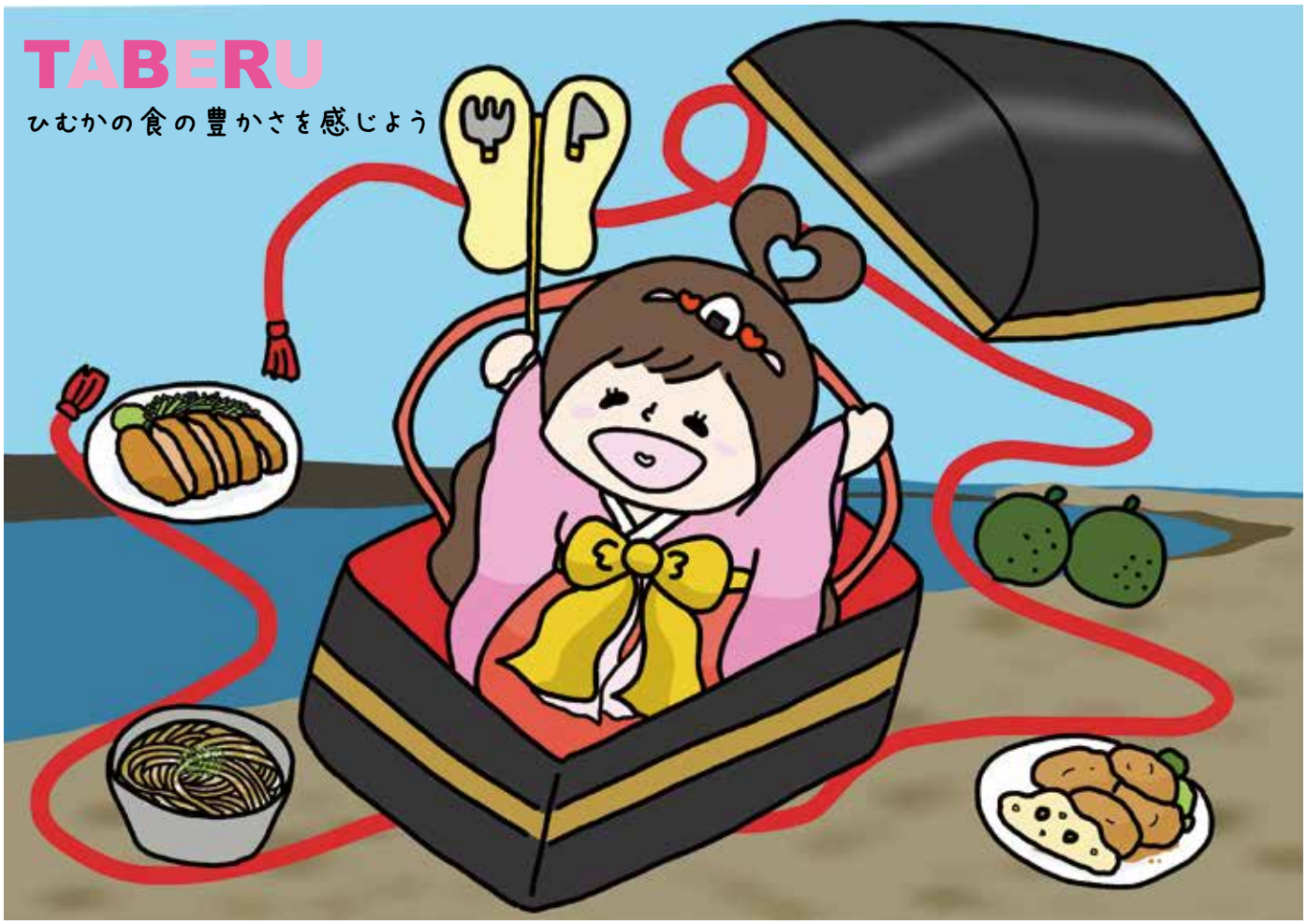
２０２０年　安・近・短～宮崎県北を楽しもう～



２０２１年　今だから！まちの魅力再発見

２０２２年　ひむかの魅力　ご案内!!

ひむかのくに えんぱく enpaku



1 自然と農（食）の感動体験

11/2 予約　11/25 予約

誘い人　斧　康弘さん

自然豊かな農園で旬の野菜収穫体験をしませんか。
土づくりからこだわった採れたて野菜料理を清流が眺めるキャンプ場で、一緒に楽しみましょう
収穫した野菜はお土産としてお持ち帰りして頂きお家でも味わってください。

11/5（日） ※親子　**11/25（土）** ※大人限定　**10:30〜14:00**

行　程｜**10:30　農園紹介**
10:40　野菜収穫体験
11:30　野菜料理
12:00　試食会
13:30　解散

場　所｜**斧農園**
延岡市北方町板下戌240

定　員｜**各16名**（最少催行人数８名）

参加費｜**中学生以上　3,000円／子ども　1,200円**

持ち物・服装等｜汚れても良い服装と靴、手袋、飲み物

【予約・問い合わせ先】 斧農園　斧　康弘　☎ 090−5387−6734

2 季節の和菓子「練り切り」を創ろう

誘い人 **創作料理「りはく」**
代表　中武 栄子

延岡城山の「藪椿」を模したオリジナルな和菓子（練り切り）を創って、抹茶とともに楽しみませんか。

11/11（土）・11/25（土）　11:00〜14:00

行　程｜**10:50　集合**
11:00〜11:30　練り切りの製作方法説明
11:30〜12:30　練り切りの製作
12:30〜13:30　抹茶と各自が製作した練り切りの試食
（煮物椀を用意致します）
13:30〜14:00　参加者間のコミュニケーション
14:00　解散

場　所｜**創作料理「りはく」**
延岡市柳沢町1－1－1

定　員｜**各４名**（最少催行人数１名）

参加費｜**3,000円**

持ち物・服装等｜エプロン、頭巾（材料は全てこちらで準備致します）

【予約・問い合わせ先】
創作料理「りはく」　代表 中武栄子　☎ 090−1196−3479

3 お家で美味しい ハイボールを作ろう

11/2 予約

誘い人 **BAR NAKED**
倉本 正幸さん

ご自宅でもハイボールを作られている方も多いと思います。プロのコツを知ると、ご自宅で作るハイボールも一段上の味になりますよ。

11/2（木）　19:00〜20:00

行　程｜**19:00　集合**
19:10　説明（10分程度）
19:20　ハイボール実技・指導（40分程度）
20:00　解散

場　所｜**BAR NAKED（ネイキッド）**
延岡市船倉町1-4-1

定　員｜**６名**（最少催行人数４名）

参加費｜**1,500円**

持ち物・服装等｜メモ等必要な方は筆記用具持参、動きやすい服装。

注意事項｜お酒のテイスティングがあるのでお車での来場はご遠慮ください。

【予約・問い合わせ先】
BAR NAKED（ネイキッド）　☎ 0982−26−2080

4 今宵、あなたもバーテンダー

11/12 予約

誘い人 Bar茶蔵
上杉 健一郎さん

「バーは敷居が高い」「カクテルって種類が多く難しそう」・・・そんなことありません。普段入ることのないカウンター内でプロのバーテンダーが優しく作り方をレクチャーします。お酒の量は自由に調整できるのでアルコールの弱い方も大丈夫ですよ。

11/12（日） 19:00～21:00

行　程｜**19:00　挨拶・道具の説明**
19:10　カクテル製作の実演・試飲
19:30　カクテル製作開始
21:00　終了

場　所｜**Bar茶蔵**
延岡市新町９－６

定　員｜**10名**（最少催行人数６名）

参加費｜**3,000円**

持ち物・服装等｜動きやすい服装

注意事項｜アルコールを提供しますので公共交通機関又は
タクシーをご利用ください。

【予約・問い合わせ先】 上杉 健一郎　☎ 090-5725-5922

5 秋の川音を聞きながら、おいものめぐみをいただこう ～二宮尊徳翁に想いを寄せて～

11/11 予約

誘い人 セレンディップ
高等学院

延岡市柚木町にある畑での収穫体験＆おいもクッキングをしながら、二宮尊徳翁の生き方に触れるひとときです。
のんびり川沿いの堤防を歩きながら秋の空気を感じ、ちょっと解放しませんか。

11/11（土） 10:00～14:00

行　程｜**10:00～10:30　延岡共立病院バス停にて集合**
川沿いを散策しながら畑へ
11:00～11:30　順次畑に到着
11:30頃～　主催者ご挨拶
その後、おいもほり、おいもクッキング。でき次第、
持参いただいたおにぎりなどと共にランチタイム
13:30頃～　二宮金次郎（尊徳翁）紙芝居
14:00頃～　主催者よりお礼のご挨拶→
延岡共立病院バス停までお見送り

場　所｜**延岡共立病院バス停**　延岡市山月町5－5679－１

定　員｜**10名**（最少催行人数1名）　参加費｜**500円**（**小学生以下無料**）

持ち物・服装等｜軍手・汚れても良い服装と靴・おにぎりなど軽食・水筒・雨具・
延岡共立病院までの交通費・レジャーシート・天候により防寒具

注意事項｜雨天中止の場合は当日午前８時までに、
お申込みの皆さまへ電話にてご連絡いたします。

【予約・問い合わせ先】 セレンディップ高等学院　☎ 0982-21-8560

6 自宅用からすみ製造体験

11/6 予約　11/13 予約

誘い人 合資会社SA・Te黒潮
夏田 武士さん

有名レストランや京都料亭にてお使い頂いてる「からすみ」を一緒に作ってみませんか？出来上がりのからすみはご自宅にお届けします。

11/6（月）・11/13（月）　9:00～12:00

行　程｜**9:00～　魚卵血抜き作業**

場　所｜**合資会社SA・Te黒潮**
東臼杵郡門川町大字門川尾末８４９９

定　員｜**各４名**（最少催行人数各２名）

参加費｜**3,000円**

注意事項｜作業着は貸与致しますが、
私服が汚れる可能性もございます。

【予約・問い合わせ先】

合資会社SA・Te黒潮　☎ 0982−63−0515

7 渡川マンマさん直伝昔ながらの煮しめ作り体験

11/4 予約

誘い人 一般社団法人
美郷町観光協会

渡川マンマのお母さんたちに昔ながらの煮しめ料理作りを教えていただきます。食材の下ごしらえから教えていただきますので初めての方も安心してご参加ください。昔ながらの煮しめをお正月のお節料理の一品に加えてみてはいかがですか。

11/4（土）　9:30～13:00

行　程｜ **9:30　南郷保健センター集合**
10:00　受付・講師紹介
10:30　煮しめ調理開始
12:30　試食
13:00　解散

場　所｜**南郷保健センター**
宮崎県東臼杵郡美郷町南郷神門１０７５

定　員｜**15名**（最少催行人数５名）

参加費｜**3,000円**

持ち物・服装等｜エプロン、三角巾、マスク

注意事項｜コロナウイルス感染症対策の為マスクの着用をお願い致します。

【予約・問い合わせ先】

一般社団法人　美郷町観光協会　☎ 0982−68−2522

8 美郷町“百済の里”で韓国料理体験

11/11 予約

誘い人 **一般社団法人 美郷町観光協会**

美郷町南郷にある百済の里は韓国の雰囲気を味わえる「百済の里」場所があります。今回は本場韓国から来ている韓国人講師から教えてもらう韓国料理教室を開催します。
今回は”キュウリのカクテキ”と”チャプチェ”を教えてもらいます。

11/11（土） 10:00～12:30

行　程｜**10:00　料理教室（キュウリのカクテキ・チャプチェ）**
11:30　試食
12:30　解散

場　所｜**百済の里駐車場**
東臼杵郡美郷町南郷神門９９５－８付近

定　員｜**15名**（最少催行人数５名）

参加費｜**3,500円**

持ち物・服装等｜エプロン、手拭きハンドタオル、
メモする場合は筆記用具、持ち帰り用のタッパー

その他｜作った料理はお持ち帰りいただけますが、ご自身でご用意したタッパーで自己責任にてお願いします。

【予約・問い合わせ先】
一般社団法人　美郷町観光協会　☎ 0982−68−2522

9 農家民宿「新家」ののぶちゃんとしいたけピザづくり体験

12/2 予約　12/9 予約

誘い人 **農家民宿「新家」 甲斐 信子さん**

諸塚最高峰「黒岳」のふもと豊かな湧水が軒先を流れる農家民宿「新家」で、自家製の小麦やしいたけや野菜を使ったオンリーワンのピザを作っていただきます！椎茸の収穫体験や集落散策なども合わせて山里を楽しむ一日を！

12/2（土）・12/9（土）　9:30～15:30

行　程｜**9:30　しいたけの館21集合　受付・精算**
オリエンテーション（車移動　約30分）
10:10　農家民宿「新家」着　体験開始
収穫体験・ピザづくり
12:00　昼食　　ちょこっとフットパス
14:30　まとめとふりかえり
15:00　「新家」　出発
15:30　解散

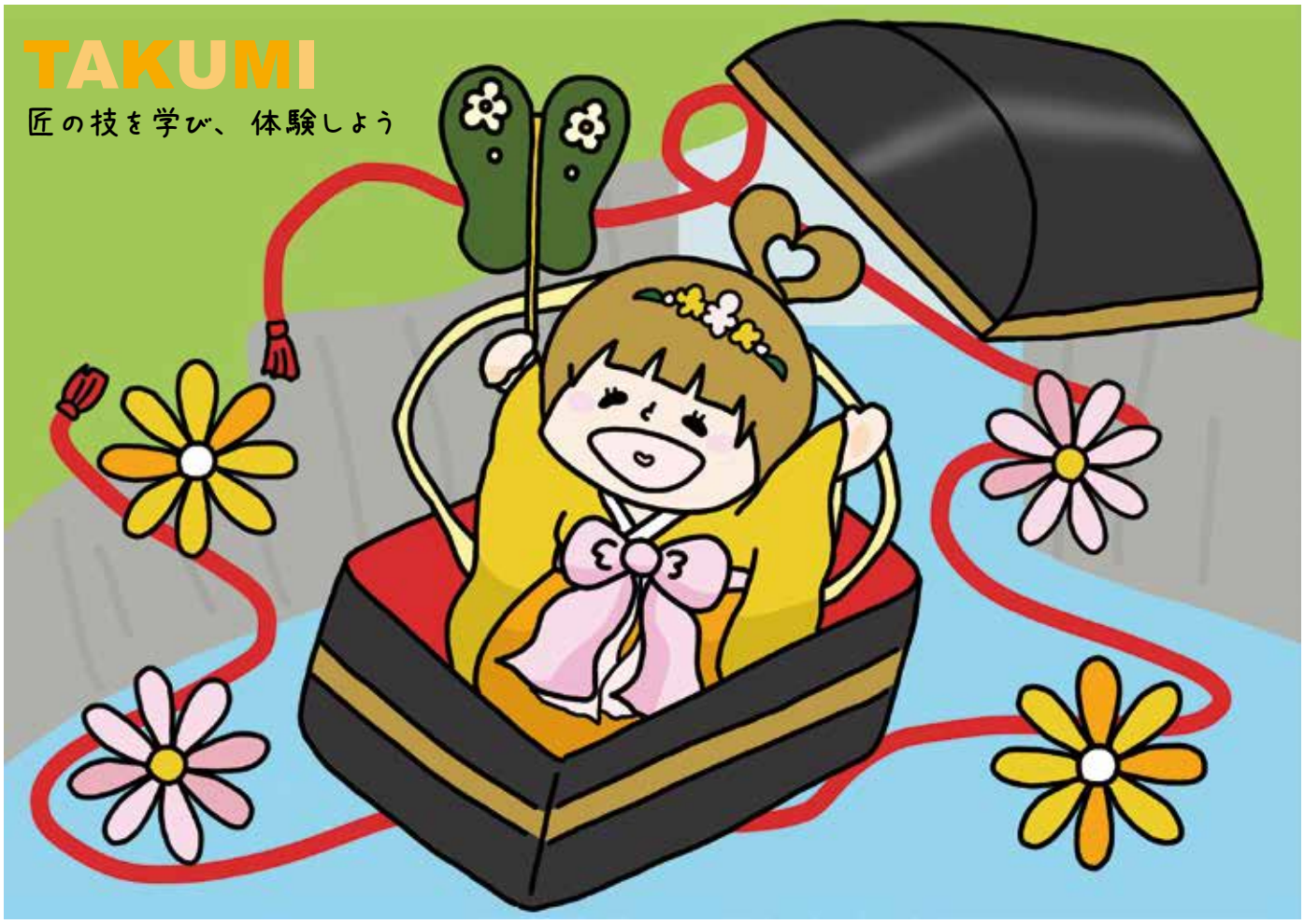
場　所｜**しいたけの館２１**　宮崎県東臼杵郡諸塚村家代3068

定　員｜**各10名**（最少催行人数各４名）

参加費｜**中学生以上／5,000円・子ども／4,000円**

持ち物・服装等｜はきなれた靴・帽子・リュックサック・水筒

【予約・問い合わせ先】
一般社団法人諸塚村観光協会　☎ 0982−65−0178



10 ホビーラジコンを体験しよう！

11/26 予約

模型好きな人にはたまらないホビーラジコン！いろんな種類がありますが、その中の空物（飛行機、ヘリコプター、ドローン等）の操縦を実際に体験してみませんか？この道70年のインストラクターがその面白さと楽しみ方をお教えします！

誘い人 **ブランズホビー 島崎 一さん**

11/26（日） 9:00〜11:30

行　程｜ **9:00　差木野町河川敷集合**
9:10　ラジコン飛行機の種類説明と飛行原理の説明
9:30　展示飛行
10:00　各飛行機の操縦方法の説明
10:15　体験飛行
11:30　解散

場　所｜**延岡市差木野町北川左岸**
鹿小路橋下堤防を600m下った河川敷

定　員｜**8名**（最少催行人数４名）

参加費｜**2,000円 ／ 子ども　1,000円**

持ち物・服装等｜動きやすい服装、靴、飲み物

注意事項｜当日はインストラクターの指示に従うこと

【予約・問い合わせ先】
ブランズホビー島崎 一　☎ 090−9602−9203

11 旭化成実験教室

ペーパークロマトグラフィー ～ 水とペンで色の秘密をあばく?!～

12/9 ①予約　12/9 ②予約

身近なものを使用して実験教室を行います。水とペンをつかって色の分離を観察します。小学生対象のプログラムです。（親子参加）

誘い人　**旭化成（株）延岡総務部 地域活性化推進グループ**

12/9（土）① AM 10:00～11:15　② PM 14:00～15:15

行　程｜①午前の部
- 9:45　受付開始
- 10:00　実験教室開始
- 11:00　片付け・アンケート
- 11:15　終了

②午後の部
- 13:45　受付開始
- 14:00　実験教室開始
- 15:00　片付け・アンケート
- 15:15　終了

※実験の状況により終了時間が前後する可能性がございます。
　あらかじめご了承ください。

場　所｜**延岡駅前西口街区ビル5F　（旭化成延岡駅前オフィス）**
延岡市幸町3丁目101番地

定　員｜**各10組（親子参加）**（最少催行人数５組）

参加費｜**無料**（小学生対象）

備　考｜別途連絡

【問い合わせ先】旭化成(株)延岡総務部地域活性化推進グループ
☎ 0982ー22ー2070

12 タイルに図案を施す事により印象的な空間を演出！ 絵タイル作り

誘い人　**土筆工房 太田 稔さん**

ウイリアム・ド・モーガン（イギリス人）がデザインや制作したタイルは世界的に有名である。そのド・モーガンの図柄を使って下書きし、絵付けを行う。タイルサイズは15cm×15cm

11/3（金・祝）・4（土）・5（日）　① AM　9:00～12:00　② PM 13:30～16:30

行　程｜①午前の部
- 8:50　集合
- 9:00～12:00　線描き、絵付け
- 12:10　アンケート記入、解散

②午後の部
- 13:20　集合
- 13:30～16:30　線描き、絵付け
- 16:10　アンケート記入、解散

場　所｜**土筆工房**
延岡市北小路１１０６

定　員｜**各４組**（最少催行人数１組）

参加費｜**1**、**2**、**3** 3,500円 ／ **4** 4 ,500円

持ち物・服装等｜汚れてもいい服装・エプロン・マスク・飲み物・タオル

備　考｜**申し込みをされる時に作品の番号を指定してください。**

【予約・問い合わせ先】土筆工房　太田 稔　☎ 090ー7925ー1340

13 ストリングアート

針を打って準備していきます。
３枚のデザインの板からお好きな物を選んで糸かけしていただきます。

誘い人 **糸かけアート麻姑（まこ）**
髙見 久美子さん

参加申込みは上記QRエンクロスホームページよりお願いします。

11/4（土）・12（日）・18（土）・26（日）
10:00～14:00（最終受付）

行　程｜**制作時間１時間半～２時間**
場　所｜**エンクロス**
延岡市幸町３丁目４２６６－５
定　員｜**各６名**（最少催行人数各１名）
参加費｜**中学生以上 3,000円 ／ 子ども 600～1,000円**
持ち物・服装等｜持ち帰り袋

【問い合わせ先】
糸かけアート麻姑（まこ）　☎ 090ー1194ー1032

14 ステンドグラス風アート ディンプルアートワークショップ

ディンプルアートは車のフロントガラスをリサイクルしてできた絵の具を使って描きます。乾くとさざ波（ディンプル）のような模様ができ、光を通すとキラキラとステンドグラス調のアートに仕上がります。

誘い人 **Be Happy**
吉岡 恵美子さん

参加申込みは上記QRエンクロスホームページよりお願いします。

11/4（土）・12（日）・18（土）・26（日）
10:00～14:00（最終受付）

行　程｜**制作時間１時間**　①10:00～11:00
②11:00～12:00
③13:00～14:00
④14:00～15:00

場　所｜**エンクロス**
延岡市幸町３丁目４２６６－５
定　員｜**各8名**（最少催行人数各１名）　参加費｜**1,500円**
持ち物・服装等｜絵の具が付いてもいい服装

【問い合わせ先】 Be Happy　吉岡 恵美子　☎ 080ー8585ー8780

15 Xmasオリジナルランタン作り

12/10 予約

誘い人 甲斐 俊輝さん

写真はイメージです。

世界で自分だけのオンリーワンな装飾シェードのランタンでクリスマスを彩りませんか？
いつもの空間が違った癒しのムードになるかも！

12/10（日） 10:30〜11:30

行　程｜**所要時間約1時間**
場　所｜**＃北川コフレでXmasマルシェ**
延岡市北川町下赤ジブリの森広場
定　員｜**15名**（最少催行人数１名）
参加費｜**1,500円**
持ち物・服装等｜特になし

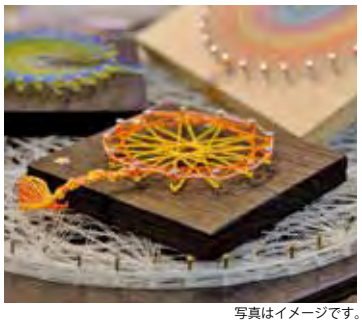
【予約・問い合わせ先】 甲斐 俊輝　０９０ー１９２８ー１７１７
（平日18時以降）

16 @mican.sun 糸かけアートワークショップ

12/10 予約

誘い人 冨永 美加さん

写真はイメージです。


写真はイメージです。

糸かけアートとは、板に釘を打ちその釘にクルクルと糸を巻きつけて表現するアートです。自己表現、算数のお勉強、アートセラピーをご体験いただけます。

12/10（日） 10:00〜

行　程｜**10:00〜**
場　所｜**＃北川コフレでXmasマルシェ**
延岡市北川町下赤ジブリの森広場
定　員｜**（1時間ごと）4名**
参加費｜**1,000円**
持ち物・服装等｜必要な方は眼鏡

【予約・問い合わせ先】 冨永 美加
InstagramのDMにて受付

17 多肉植物寄せ植えXmasバージョン

12/10 予約

誘い人 Pukutto.garden

写真はイメージです。

かわいいリメ缶に多肉植物12種類の中からお好きな組み合わせで寄せ植え体験

写真はイメージです。

写真はイメージです。

12/10（日） 11:00～随時

行　程｜**11:00～随時**
場　所｜**＃北川コフレでXmasマルシェ**
延岡市北川町下赤ジブリの森広場
定　員｜**随時受付**
参加費｜**1,500円**
持ち物・服装等｜特になし

【予約・問い合わせ先】 Pukutto.garden
インスタグラム@pukutto.garden

えんぱく2023 Instagram フォトコンテスト

賞　金

- 最優秀賞（1点）賞金2万円
- 優秀賞　（3点）賞金1万円

応募方法

方法①インスタグラムでハッシュタグ投稿
「#えんぱく2023フォトコンテスト」を入れること
方法②郵送やメールで事務局に送付
⇨フォトコンテスト詳細はえんぱくHPをご覧ください。

ENPAKU_NOBEOKA

応募条件・対象

・2023年に開催したえんぱく（キッズ、通年、秋季は問わない）に、参加していること。
・プログラム内容に関するもので、他のコンテスト等への応募や発表がないもの。
・1プログラムにつき写真は2点まで（5プログラムに参加すれば、10点応募可）。

詳しくはえんぱくのインスタグラムアカウントをご覧ください。

18 ディッシュガーデン作り

11/26 予約

誘い人 宇田津 類子さん

お皿に植物を植え込んで、流木や石、貝殻などで飾り付け最後に苔を張り、自然の風景を作り上げます。
オリジナル洋風盆栽で癒されてくださいね。

11/26（日） 10:00～11:15

行　程｜ 9:50　集合
10:00　植物を植え込む
10:40　苔張り、飾り付け
11:00　終了
11:15　片付け

場　所｜**市民協働まちづくりセンター**
延岡市東本小路１３１－５

定　員｜**10名**（最少催行人数１名）

参加費｜**中学生以上 2,000円 ／ 子ども 1,800円**

持ち物・服装等｜手袋、エプロン

注意事項｜小学生以上、応募締切り7日前

【予約・問い合わせ先】 宇田津 類子　☎ 080－5274－8310

19 クリスマス多肉タブロー作り

12/3 予約

誘い人 宇田津 類子さん

板に水苔を詰めたチキンネットを張り付けて土台を作り、それにカット多肉を差し込んでいきます。
リボンや毛糸でクリスマス仕様に飾り付けします。

12/3（日） 10:00～11:30

行　程｜ 9:50　集合
10:00　スタート、リボン等で飾り付け
10:20　土台作り
10:40　多肉植え込み
11:15　片付け
11:30　終了

場　所｜**市民協働まちづくりセンター**
延岡市東本小路１３１－５

定　員｜**12名**（最少催行人数１名）

参加費｜**中学生以上 2,000円 ／ 子ども 1,800円**

持ち物・服装等｜工作ハサミ

注意事項｜小学生以上、応募締切り7日前

【予約・問い合わせ先】 宇田津 類子　☎ 080－5274－8310

20 思い出の帯でクッションを作ろう！

11/7 予約　11/15 予約　11/24 予約

誘い人 洋装のにしざわ 西沢 清子さん

古くなった思い出の帯を
クッションにリメイク！

11/7（火）・**11/15**（水）・**11/24**（金）
13:00〜15:00

行　程｜**13:00〜13:45　使いたい柄の部分を選んで裁断**
13:45〜15:00　縫製

場　所｜**洋装のにしざわ**
延岡市山下町2丁目2-11

定　員｜**各５名**（最少催行人数１名）

参加費｜**1,500円**

持ち物・服装等｜帯、裁縫道具

【予約・問い合わせ先】　西沢 清子　☎ 0982−33-5332

21 大御神社の日本最大級さざれ石見学と龍神伝説ディンプルアート製作体験！

11/5 予約

誘い人 杉山 義則さん

日本最大級のさざれ石と龍神伝説がある大御神社をガイドがご案内。参拝の記念に、昇り龍のディンプルアートの製作を体験します。ステンドグラスのような絵をお持ち帰りいただけます。

11/5（日）**10:00〜12:00**

行　程｜**10:00　大御神社前「へべさん家」集合**
10:10　ディンプルアート製作体験
10:40　大御神社パワースポット見学
12:00　ディンプルアート完成品受取・解散

場　所｜**へべさん家（大御神社前）**
日向市日知屋１番地

定　員｜**10名**（最少催行人数２名）

参加費｜**1,500円**

持ち物・服装等｜動きやすい・汚れてもいい服装・水筒・タオル

【予約・問い合わせ先】
一般社団法人　日向市観光協会　☎ 0982−55−0235

SOTOASOBI

自然に親しみ、歴史や
文化に触れよう

22 紅葉散策
～鹿川渓谷遊歩道・鬼の目林道の秋を楽しみましょう～

11/12 予約

誘い人 NPO法人ひむか感動体験ワールド
戸高 正男さん

祖母・傾・大崩ユネスコエコパークに位置する鹿川渓谷は、花崗岩の浸食によりできた渓谷で、一枚岩の上を流れる清流と周囲の木々が織りなす渓谷美が圧巻です。清流や山々に囲まれた鹿川で、紅葉や黄葉に色づく遊歩道と林道を散策しませんか？

11/12（日） **10:00～15:00**

行　程｜**10:00　鹿川キャンプ場集合**
受付後、鹿川渓谷遊歩道散策
11:30　鬼の目林道へ移動、鬼の目林道散策
12:30　鬼の目林道でランチ
13:00　鬼の目林道から鹿川キャンプ場へ向けて散策
15:00　鹿川キャンプ場　到着・解散

場　所｜**鹿川キャンプ場駐車場**
宮崎県延岡市北方町上鹿川申986

定　員｜**15名**（最少催行人数５名）

参加費｜**中学生以上／4,500円**（ガイド・昼食・ドリンク・保険付）
子ども／3,500円

持ち物・服装等｜長袖・長ズボン・帽子・タオル・ドリンク

注意事項｜ 鹿川キャンプ場の駐車場代　別途210円

【予約・問い合わせ先】NPO法人ひむか感動体験ワールド
nobesta3835@gmail.com　（問い合わせ・申込はメール受付のみ）

23 全国に普及した大敷網漁の原点に触れる ブリ見山ウォークと洞窟探検

11/25 予約

誘い人 赤水・鯛名周辺資源発掘プロジェクト
馬場 和久さん

延岡市赤水町にある国の重要文化財・日高家住宅、通称〝ブリ御殿〟から、ブリ見山までの往復約１１キロを歩きながら、大敷網漁が盛んだった往時に思いを馳せます。ブリ見台からの眺望は抜群。帰路途中の弁当タイムには、洞窟探検のオプションあり。

11/25（土） 9:30～15:00

行　程｜ **9:30　ブリ御殿集合・受付**
10:00　行程説明後、トレッキングスタート
途中、赤水神社、特攻艇震洋の格納壕跡地等でガイド
11:30　ブリ見台到着、周辺散策
12:00　樫の浜で昼食、磯周辺及び洞窟探検
15:00　ブリ御殿ゴール、御殿周辺散策、解散

場　所｜**ブリ御殿（日高家住宅）**
延岡市赤水町５２６－３

定　員｜**20名**（最少催行人数５名）　　参加費｜**2,500円**

持ち物・服装等｜トレッキングできる服装及び靴、雨具、タオル、飲み物

注意事項｜ 小雨決行

【予約・問い合わせ先】
赤水・鯛名周辺資源発掘プロジェクト　☎ 090−4347−8412

24 海の上のテラスで古典ヨガと薬膳ランチ

誘い人 樫丸石石垣護岸産業遺産を繋ぐ会
堀内 美紀さん

写真はイメージです。

海の上のテラスで行う古典ヨガは心も体もリラックスできます。ヨガの後は薬膳ランチを楽しんで頂き、体の中からデトックスを体験ください。初めての方もヨガでお楽しみいただけます。

ヨガインストラクター　くろぎゆみこ先生

11/11（土） 10:50～14:00

行　程｜**10:50～11:00　受付、プログラム説明**
11:00～12:00　古典ヨガ体験
12:00～　海の上のテラスでランチ（薬膳）
食事後自由、各自解散

場　所｜**赤水ぶり御殿敷地内** 延岡市赤水町526-ロ

定　員｜**6名**（最少催行人数１名）

参加費｜**2,000円（高校生以上参加可能）**

持ち物・服装等｜動きやすい服装

注意事項｜ 雨天の場合は、室内で行います。ヨガマットをお持ちの方はご持参ください。お持ちでない方は無料貸し出し致します。申し込みの際にお申し出ください。

【予約・問い合わせ先】
樫丸石石垣護岸産業遺産を繋ぐ会　☎ 0982−37−0002

25 日高家住宅無料見学説明会

令和５年国指定重要文化財答申「日高家住宅」無料見学説明会を開催いたします。
通称ぶり大尽と呼ばれる亀市の功績等を紐解き歴史を知っていただく機会です。
この機会に「日高家住宅」の歴史に触れてください。

誘い人 **NPO法人**
宮崎の海の歴史と文化を紡ぐ会
代表　日高 保彦さん

11/4（土）・12/2（土） 10:00～

行　程｜**10:00　「ぶり御殿」集合、受付**
見学説明会
各自解散

場　所｜**日高家住宅（ぶり御殿）**
延岡市赤水町526-ロ

定　員｜**各10名**（最少催行人数1名）

参加費｜**無料**（小学生以上参加可能）

持ち物・服装等｜素足厳禁、靴下持参

注意事項｜お子様のみの参加はできません。

【予約・問い合わせ先】
NPO法人宮崎の海の歴史と文化を紡ぐ会　☎ 0982−37−0002

26 初冬の大人（おおひと）地区を散策（大人（おおひと）フットパス体験）

11/2 予約

日之影町岩井川地区の中心であった大人地区を散策。
神代の時代から戦国時代の口碑（言い伝え）を見聞し、江戸時代から現代まで続く九州唯一の農村歌舞伎の地を散策します。

誘い人 **（一社）日之影町観光協会**

11/2（木）　9:30～13:00

行　程｜ **9:30～10:00　受付**
10:00～12:00　フットパス体験
12:00～13:00　昼食
13:00　解散

場　所｜**大人歌舞伎の館**
宮崎県西臼杵郡日之影町岩井川２３８７－２

定　員｜**20名**（最少催行人数１名）

参加費｜**中学生以上／2,000円・子ども／1,500円**

持ち物・服装等｜ウォーキングシューズ、身軽な服装

注意事項｜ コース内に307段の石段があります

【予約・問い合わせ先】
一般社団法人　日之影町観光協会　☎ 0982−78−1021

27 丹助岳の山頂でおにぎり弁当を食べる

11/2 予約

誘い人
(一社)日之影町観光協会

日之影町の山の中でも気軽に楽しむことができ、その絶景は非常に素晴らしい丹助岳。その山頂にのぼり、おにぎり弁当を楽しむイベント。日之影温泉券も付いており、トレッキング初心者の方にお勧めのプログラムです。

11/2（木）　10:00～14:30

行　程｜**10:00～10:30　集合受付**
10:30　出発　（各自自家用車にて移動）
11:00　登山口到着
12:00　山頂　昼食
13:30　下山　温泉駅へ出発　（各自自家用車にて移動）
14:00　温泉駅にて解散

場　所｜**道の駅青雲橋**
宮崎県西臼杵郡日之影町七折８７０５－１２

定　員｜**10名**（最少催行人数４名）

参加費｜**中学生以上／2,500円・子ども／2,000円**

日之影温泉券付き

持ち物・服装等｜トレッキングシューズ・身軽な服装・水分

【予約・問い合わせ先】
一般社団法人　日之影町観光協会　☎ 0982−78−1021

28 森林セラピー　セラピーロード散策

誘い人
(一社)日之影町観光協会

森林内の遊歩道を散策し自然に包まれながらおだやかなひと時をお過ごしいただけます。
森林セラピーロードとは、森林での癒し効果を科学的に解明し、国からの認可を受けた遊歩道に付けられる名前です。
日之影町は日本初の認定を受けた森林セラピー基地です。

11/3（金・祝）～12/10（日）

行　程｜**石垣の村トロッコ道コース　60分**
矢筈岳トロッコ道コース　120分
見立遊歩道　60分
九州自然歩道 丹助・矢筈岳90分
TR鉄道跡地散策コース　90分

場　所｜**各セラピーロード**
日之影町森林セラピーホームページ
https://hinokage-kanko.jp/therapyguide/
をご参照ください。

定　員｜**※１１人以上でお申し込みの際はお問い合わせください**

参加費｜**条件により参加費が異なります。事前にお問い合わせください。**

持ち物・服装等｜長袖長ズボン・汚れてもいい靴・帽子・飲み物

注意事項｜コースによってはヒルなどの野生生物が出現する可能性がございます。

【予約・問い合わせ先】
一般社団法人　日之影町観光協会　☎ 0982−78−1021

29 日之影まちなか案内

誘い人 **(一社)日之影町観光協会**

日之影町の中心地区を地元の方の案内で巡るツアーです。
七代続く老舗の酒蔵や町なかに突如あらわれたという謎のアート作品まで、地元の人ならではのディープな散策をお楽しみください。

11/3・4・5・11・12・18・19・23・25・26
12/2・3・9・10 **9:00〜14:00開始（所要時間１時間程度）**

行　程｜**プログラム開始**
散策　1時間〜1時間30分
観光案内所　帰館
※ツアー内容（酒蔵見学など）は事前予約が必要な場合がございます。
施設見学をご希望の際は
日之影町観光協会（0982-78-1021）までお尋ね下さい。

場　所｜**日之影町観光案内所**
宮崎県西臼杵郡日之影町七折３４５５

定　員｜**各10名**（最少催行人数各１名）

参加費｜**500円**（小学生無料）

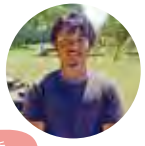
持ち物・服装等｜動きやすい服装（屋外に出ますので帽子等の準備は各自の判断でお願いします。）

注意事項｜開始時刻は30分刻みでご指定いただけます。詳細は観光協会までお尋ねください。

【予約・問い合わせ先】
一般社団法人　日之影町観光協会　☎ 0982−78−1021

30 津々良トレッキング&シービューBBQ

11/10 予約



誘い人 **田中 俊介さん**

秋の景色を楽しみながら津々良トレッキング。
門川の名所「津々良の滝」を臨みながらの休憩は特別な癒し時間。
トレッキングの後は門川湾を一望できる「浜のカキ小屋」でBBQを舌鼓。
歩いて、見て、食べて、門川を堪能、思い出づくりにご家族やお友達とご参加ください。

11/10（金）9:00〜14:30

行　程｜ **9:00　集合**
9:30　トレッキング開始
11:00　休憩（津々良の滝）
11:30　帰路スタート
13:30　BBQ
14:30　解散

場　所｜**大内原多目的集会施設**　門川町川内６０９２

定　員｜**15名**（最少催行人数５名）

参加費｜**3,500円 ／子ども 3,000円（小学生以上、小学生は保護者同伴）**

持ち物・服装等｜トレッキング用の服装と靴、飲み物、
濡れても良いウオーターシューズかサンダル

注意事項｜参加対象：小学生以上(小学生は保護者同伴)、雨天中止、
前日までの荒天でコースが悪状況の場合も中止

【予約・問い合わせ先】一般社団法人　門川町観光協会　☎ 0982−57−4110

31 港町細島で定置網漁師体験！

誘い人 高田屋
高田 一人さん

海の幸がたくさん獲れる港町細島で漁師体験をしてみませんか？定置網漁をする漁師が、細島の海でとれる魚や漁の仕方を船上で紹介します！網を引いて魚を獲る体験もできますのでぜひご参加ください！

11/18（土）8:00～10:00　（予備日：11月25日（土））

行　程｜ **8:00　日向市漁協協同組合前集合**
8:30　細島商業港出航
8:35　定置網漁体験
10:00　細島商業港帰港・解散

場　所｜**日向市漁業協同組合前**
日向市大字細島９６４－２

定　員｜**7名**（最少催行人数３名）

参加費｜**3,000円**

持ち物・服装等｜動きやすい・汚れてもいい服装・
濡れてもいい運動靴・水筒・タオル

注意事項｜開催日3日前の予報で波の高さや風速が規定以上になれば予備日に延期もしくは中止いたします。当日の判断になることもありますので、ご了承ください。

【予約・問い合わせ先】
一般社団法人　日向市観光協会　☎ 0982ー55ー0235

32 秋深まる！飯干渓谷散策

11/4 予約

誘い人 一般社団法人諸塚村観光協会
田辺 薫さん

秋はのんびり渓谷散策！地元案内人の楽しいガイドとともに、諸塚の滝を見にのんびり森を歩きます。お昼には、地元産食材を使ったお弁当をご用意します♪

11/4（土）　9:30～15:30

行　程｜**10:00　しいたけの館21集合　受付・精算**
オリエンテーション（車移動　約30分）
10:40　飯干渓谷　散策スタート
12:00　昼食　渓谷散策・滝見学・源流水でティータイム
14:30　まとめとふりかえり
15:00　解散

場　所｜**しいたけの館２１**
宮崎県東臼杵郡諸塚村家代3068

定　員｜**10名**（最少催行人数４名）

参加費｜**中学生以上／5,000円・子ども／4,000円**

持ち物・服装等｜はきなれた靴・帽子・リュックサック・水筒

【予約・問い合わせ先】
一般社団法人諸塚村観光協会　☎ 0982ー65ー0178

33 さいきレトリップ
～城下町さいきで大正ロマンに触れる1日～

11/18 予約　11/22 予約

誘い人 えんぱく実行委員会

さくら亭・写真はイメージです

毛利家２万石の城下町を、袴姿で散策します。観光ガイドの案内を受けながら、レトロな雰囲気の城下町観光交流館、国木田独歩館、茶室・汲心亭などを巡りながら、大正ロマンに思いを馳せたり、写真を撮ってSNSにアップしましょう！！
庭園が自慢の「魚彩さくら亭」のランチ付きです。

11/18（土）・11/22（水）　9:30～15:00

行　程｜ **9:30　佐伯市城下町観光交流館集合・受付**
9:50～10:20　２班に分かれて袴着付け（１組は交流館内散策）
10:30　まち歩きスタート
11:30　魚彩さくら亭で昼食
13:00　散策再開
14:30　散策終了・解散

場　所｜**佐伯市城下町観光交流館**　大分県佐伯市城下東町８番１９号
定　員｜**各10名**（最少催行人数各５名）　参加費｜**8,000円**
持ち物・服装等｜参加費には袴レンタル＆着付け代（衣装・長襦袢・草履含む）、昼食代、国木田独歩館、茶室・汲心亭（抹茶のおもてなし）、佐伯市歴史資料館、佐伯市城下町観光交流館入館料、保険料を含みます。
注意事項｜小雨決行
【予約・問い合わせ先】　えんぱく実行委員会　☎ 090-4347-8412

✂ きりとり線 ✂

えんぱく ファンクラブ入会のご案内

ご入会いただきますと、入会金及び年会費無料で、今後「えんぱく」イベントの開催情報をご案内させていただきます。入会をご希望の場合は下記の申込書にご記入の上、FAXまたは郵送にてお送りください。

FAX　0982-33-6682

郵送　〒882-0824 宮崎県延岡市幸町3丁目101 延岡駅西口街区ビル3階　延岡商工会議所内
えんぱく実行委員会事務局行

〈お申し込み日〉　年　月　日

〈ご氏名〉フリガナ		
〈ご住所〉〒　-		
〈性　別〉 男　・　女	〈年　齢〉 才	〈お電話番号〉（　　）　-
		〈メールアドレス〉

※いただいた個人情報は、えんぱく実行委員会事務局にて管理し、えんぱくに関するご案内以外の目的には利用いたしません。
※ご不明な点は、えんぱく実行委員会事務局までお問い合わせください。

1 自然と農（食）の感動体験
①親子11/5（日）②大人限定11/25（土）　10:30～14:00

2 季節の和菓子「練り切り」を創ろう
①11/11（土）②11/25（土）　11:00～14:00

3 お家で美味しいハイボールを作ろう
11/2日（木）　19:00～20:00

4 今宵、あなたもバーテンダー
11/12日（日）　19:00～21:00

5 秋の川音を聞きながら、おいものめぐみをいただこう
11/11（土）　10:00～14:00

h 6 自宅用からすみ製造体験
①11/6（月）②11/13（月）　9:00～12:00　門川町

h 7 渡川マンマさん直伝　昔ながらの煮しめ作り体験
11/4（土）　9:30～13:00　美郷町

h 8 美郷町"百済の里"で韓国料理体験
11/11（土）　10:00～12:30　美郷町

h 9 農家民宿「新家」ののぶちゃんと　しいたけピザ作り体験
①12/2（土）②12/9（土）　9:30～15:30　諸塚村

10 ホビーラジコンを体験しよう!
11/26日（日）　9:00～11:30

11 旭化成実験教室　ペーパークロマトグラフィー
12/9（土）　午前の部 10:00～11:15　午後の部 14:00～15:15

12 タイルに図案を施す事により印象的な空間を演出!絵タイル作り
①11/3（金・祝）②11/4（土）③11/5（日）午前の部9:00～12:00/午後の部13:30～16:30

13 ストリングアート
①11/4（土）②11/12（日）③11/18（土）④11/26（日）10:00～14:00（最終受付）

14 ステンドグラス風アート　ディンプルアートワークショップ
①11/4（土）②11/12（日）③11/18（土）④11/26（日）10:00～14:00（最終受付）

15 Xmasオリジナルランタン作り（＃北川コフレでXmasマルシェ）
12月10日（日）　10:30～11:30

16 糸かけアートワークショップ（＃北川コフレでXmasマルシェ）
12月10日（日）　10:00～

17 多肉植物寄せ植えXmasバージョン（＃北川コフレでXmasマルシェ）
12月10日（日）　11:00～

18 ディッシュガーデン作り
11/26日（日）　10:00～11:15

19 クリスマス多肉タブロー作り
12/3日（日）　10:00～11:30

20 思い出の帯でクッションを作ろう!
①11/7（火）②11/15（水）③11/24（金）　13:00～15:00

h 21 大御神社の日本最大級さざれ石見学と龍神伝説ディンプルアート製作体験!
11/5日（日）　10:00～12:00　日向市

22 紅葉散策～鹿川渓谷遊歩道・鬼の目林道の秋を楽しみましょう～
11/12（日）　10:00～15:00

23 ブリ見山ウォークと洞窟探検
11/25（土）　9:30～15:00

24 海の上のテラスで古典ヨガと薬膳ランチ
11/11（土）　10:50～14:00

25 日高家住宅無料見学説明会
①11/4（土）②12/2（土）　10:00～

h 26 初冬の大人地区を散策（大人フットパス体験）
11/2（木）　9:30～13:00　日之影町

h 27 丹助岳の山頂でおにぎり弁当を食べる
11/2（木）　10:00～14:30　日之影町

h 28 森林セラピー　セラピーロード散策
11/3（金・祝）～12/10（日）　日之影町

h 29 日之影まちなか案内　日之影町
11/3・4・5・11・12・18・19・23・25・26　12/2・3・9・10

h 30 津々良トレッキング&シービューBBQ
11/10（金）　9:00～14:30　門川町

h 31 港町細島で定置網漁師体験
11/18（土）　8:00～10:00　日向市

h 32 秋深まる!飯干渓谷散策
11/4（土）　9:30～15:30　諸塚村

33 さいきレトリップ～城下町さいきで大正ロマンに触れる１日～
11/18（土）11/22（水）　9:30～15:00　佐伯市

h 34 ～秋づく!世界農業遺産の里を歩いて巡る～高千穂郷・椎葉山フットパス
宮野原コース　11/4～11/23　五ヶ瀬町

h 35 ～秋づく!世界農業遺産の里を歩いて巡る～高千穂郷・椎葉山フットパス
土生コース　11/4～11/23　五ヶ瀬町

h 36 ～秋づく!世界農業遺産の里を歩いて巡る～高千穂郷・椎葉山フットパス
深角コース　11/4～11/23　日之影町

h 37 ～秋づく!世界農業遺産の里を歩いて巡る～高千穂郷・椎葉山フットパス
岩戸コース　11/4～11/23　高千穂町

h 38 ～秋づく!世界農業遺産の里を歩いて巡る～高千穂郷・椎葉山フットパス
下川登コース　11/4～11/23　高千穂町

h 39 ～秋づく!世界農業遺産の里を歩いて巡る～高千穂郷・椎葉山フットパス
十根川コース　11/4～11/23　椎葉村

h 40 ～秋づく!世界農業遺産の里を歩いて巡る～高千穂郷・椎葉山フットパス
尾前コース　11/4～11/23　椎葉村

《ガイドブック設置場所》
延岡市役所、延岡観光協会、延岡市立図書館、エンクロス、延岡観光物産ステーション、延岡市民協働まちづくりセンター、延岡商工会議所、市内道の駅ほか各施設にて無料配布しています。

～秋づく！世界農業遺産の里を歩いて巡る～
高千穂郷・椎葉山 フットパス

世界農業遺産高千穂郷・椎葉山地域の小さな集落を、そこに住んでいる方と一緒に、のんびりお話をしながら歩いて巡ります。昼食はその土地ならではの旬の食材を生かした物をご準備いたします。週末のひと時に良い時間をお過ごし下さい。

五ヶ瀬町

34 【宮野原コース】

35 【土生コース】

日之影町

36 【深角コース】

開催日	11/4(土)、5(日)、11(土)、12(日)、18(土)、19(日)、23(木)祝日　全7回
スケジュール	9:00～ 9:30　受付、散策スタート 12:00～13:00　昼食、解散
費　用	大人3,000円、小学生2,500（お昼ご飯付き）
定　員	各回15～20名（最小催行人数各回5名）

高千穂町

37 【岩戸コース】

38 【下川登コース】

椎葉村

39 【十根川コース】

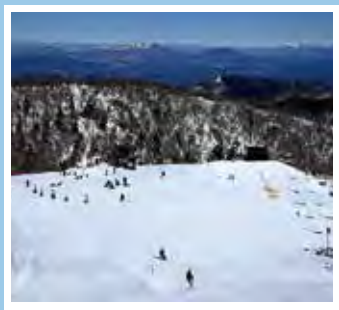
40 【尾前コース】

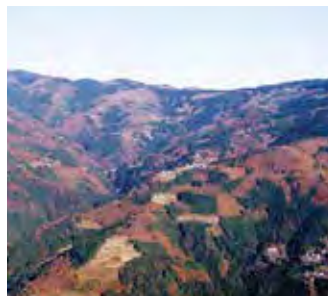
持ち物・服装等　歩くのに適した服装と靴、飲み物
※小雨でも開催しますので、雨の時は傘や合羽などをご持参ください。
※詳しいコースごとの日程などはえんぱくホームページでご確認ください。

お申込み先/　ＮＰＯ法人五ヶ瀬自然学校　☎ 0982－73－6366
五ヶ瀬自然学校のQRからもどうぞ　http:www.gokase.org

ひむか共和国実行委員会

ひむか共和国は、宮崎県北の「延岡市・日向市・高千穂町・五ヶ瀬町・日之影町・門川町・美郷町・諸塚村・椎葉村」の９つの市町村エリアの呼称です。ひむか地域の自然体験や絶景スポット、グルメ、イベント、祭り、パワースポットなどの情報が、以下のホームページからご覧になれます。





お歳暮に最適な特選ギフトを揃えました。

ひむか共和国実行委員会 × 宮崎県北物産セレクトショップ 旅するひなた

http://himuka-tour.jp/

私たちは、えんぱく2023を応援しています！！

あなたの「大切」を、セコムする。

Security by SECOM

セコム ホーム セキュリティ

セコム宮崎株式会社 延岡支社
延岡市南町1-4-4　リオグランデ2F
TEL：0982-34-3523

Human Technology
キヨモト

清本鉄工株式会社　https://www.kiyomoto.co.jp/

□本　　社　宮崎県延岡市土々呂町6丁目1633番地　TEL：0982-24-1111
□東京支社　東京都台東区東上野1-11-4ザイマックス東上野ビル3階　TEL：03-4235-3151
□福岡支社　福岡市博多区綱場町1番1号 D-LIFEPLACE呉服町4階　TEL：092-263-7522

cablemedia waiwai

本社／延岡市愛宕町２丁目１－１２
waiwai PLAY LAB／
延岡市幸町３丁目１０１ 延岡駅西口街区ビル１F

書籍（自分史など）、パンフレット、
チラシ、ホームページ等の制作承ります。
お気軽にご相談ください。

0982株式会社
〒882-0803　延岡市大貫町3-1271-207号
☎ 0982-20-0982　FAX 0982-20-0983
E-mail: baba@0982.co.jp

私たちは、えんぱく2023を応援しています！！

～世界一頼りがいのあるめっきスマート工場を目指して～　http://www.yoshitama.co.jp

吉玉精鍍株式会社

Yoshitama Surface Finishing Co.,Ltd

（事業内容）　表面処理加工（電気めっき・エッチング処理・電解研磨 等）、
めっき工場建設総合エンジニアリング・操業指導、情報通信事業

〒882-0024　宮崎県延岡市大武町３９番地２４
TEL：0982-33-1251　FAX：0982-33-2244

【auショップ多々良】　〒882-0056　延岡市岡富町119番地
【auショップ高千穂】　〒882-1101　西臼杵郡高千穂町三田井504-4

「ありがとう」のために 100 nobeshin

地元と共に

Face to Face

延岡信用金庫

会長　松山　昭　　理事長　黒木　哲也

■ 本店　〒882-0822　延岡市南町１丁目４－３
TEL(0982)33-5221　FAX(0982)22-9595

電気を活かす。社会に活きる。

興電舎

株式会社興電舎　本社　宮崎県延岡市浜町222番地１　宮崎・日南・大分・福岡
TEL 0982-33-3602　FAX 0982-33-3684　https://www.kodensya.co.jp

住宅の塗装・防水は花びしへ！

花びし HANA BISHI

〒882-0024 宮崎県延岡市大武町３９番地７０
TEL 0982-34-8228/FAX 0982-21-5190
URL：http://www.hanabisi.co.jp
E-mail：hanabishi@hanabisi.co.jp

延岡地区建設業協会
延岡地区建設事業協同組合

会長　木村　健一
副会長　盛武　一則
副会長　森　龍彦
副会長　佐藤　雄二
事務局長　甲斐　俊二
ほか会員一同

延岡市愛宕町２丁目32番地
TEL 33-2145・FAX 33-2160

私たちは、えんぱく2023を応援しています！！

UEDA
Ueda industry
上田工業株式会社
http://www.uedakogyo.co.jp

創業明治29年
合資会社　ふじはら酒店
e-mail:moog@image.ocn.ne.jp

日野社労士事務所
代表　日野　幸春
ひ　の　ゆきはる
宮崎県延岡市川原崎町 43-1-301
TEL (0982)27-5434

全国から入学できる通信制高校のサポート校
セレンディップ高等学院
連携校：明蓬館高等学校・鹿島学園・鹿島山北高等学校
〒882-0816
宮崎県延岡市桜小路369-4
TEL : 0982-21-8560
FAX : 0982-27-5282

Go! ガスステナブル
ガスでサステナブルな未来へ
宮崎ガスグループ
宮崎瓦斯株式会社
代表取締役社長　須﨑 孝一
延岡支店長　原　晃一
■本社／TEL0985-39-3911
■支店／TEL0982-33-4307
https://www.miyazakigas.co.jp

輝き ふれあい
宮崎太陽銀行
延岡支店
延岡市祇園町2-2-1
TEL:0982-33-5251

AsahiKASEI

Creating for Tomorrow

爽快！うみウララ クルージング

料　金
- 大人（中学生以上）：5,000円
- 小学生: 2,500円
- 未就学児：無料
- 一隻チャーター：25,000円

※ 所要時間／約１時間

場　　所 ｜ **延岡市北浦町、島野浦町**
定　　員 ｜ **12名**（最少催行人数2名）
対象年齢 ｜ **全年齢**（小学生以下は保護者同伴）
備　　考 ｜ 動きやすい服装　※添乗員なし
案 内 人 ｜ ウララクルージングチーム

※ 小雨決行　※ 当日受け入れ可　※ 団体様は事前にご連絡ください
※ 催行人数は、小学生以下0.5人の計算となります

クルージングのお申込みは
北浦臨海パーク観光案内所

☎ 0982-24-5280
予約受付時間 10:00～14:00

あなたも“誘い人”になって、
えんぱくを盛り上げませんか!!

誘い人大募集

誘い人大募集

えんぱく実行委員会では、宮崎県北エリアで「ものづくり・食・文化・自然・農業」体験などのプログラムを提供していただける“誘い人”を募集しています。

えんぱくは２０１０年のスタート以来、毎年秋の約１カ月半を期間に行う「秋のえんぱく」をメーンに、事前予約で１年通して楽しめる「通年えんぱく」、夏休みに子どもたちを対象にした「キッズえんぱく」を開催しています。

特に「秋のえんぱく」は、毎日や毎月は難しいけれど、１年に１～２回程度だったら可能という人たちでも気軽に参加できるように、ハードルを低くして、積極的に門戸を開いてきました。自分が培ってきた誰かに伝えたいコトやモノがある人、自慢の風景・スポットをいろんな人に紹介したい人…などなど、奮って応募していただければと考えています。

問い合わせ先　えんぱく実行委員会　TEL 0982-20-0008（10:00～17:00 土・日・祝除く）

F 楽しくプログラミング入門！「MESH発明ワークショップ」

子供も大人も楽しめる！「MESH」という、ボタン・LED・動きの3つの専用ブロックとタブレットを使った、簡単であたらしいプログラミングとデジタルものづくりにチャレンジできるワークショップです。

誘い人 **株式会社 ケーブルメディアワイワイ**

通　年　10:00～17:00／常時（予約不要）

行　程｜**①オープニング（5分）**
②自己紹介（5分）
③MESHについて説明（10分）
④制作タイム（30分）
⑤発表タイム（10分）
⑥まとめ（5分）

場　所｜**waiwai PLAY LAB**
延岡市幸町３丁目１０１ 延岡駅西口街区ビル1F

定　員｜**3名**（最少催行人数１名）

参加費｜**無料**

注意事項｜ワイワイの各メディアで発信させていただく場合があります。
周辺の公共駐車場をご利用ください。

【問い合わせ先】
株式会社 ケーブルメディアワイワイ　☎ 0982−22−1500

G アップサイクル アート プロジェクト「ペットボトルで花瓶をつくろう」

ペットボトルが花瓶に変身！
廃材を活用するアップサイクルで、
オリジナルの水耕栽培用花瓶を
つくってみませんか？
お部屋を彩る緑と一緒に、環境を
思うあなたの気持ちも育みます。

誘い人 **株式会社 ケーブルメディアワイワイ**

通　年　11:00～17:00／常時

行　程｜**①オープニング・自己紹介（10分）**　**④発表タイム・感想（5分）**
②アップサイクルとは（5分）　**⑤まとめ（5分）**
③制作タイム（60分）　※塗料の乾燥時間含む

場　所｜**waiwai PLAY LAB**
延岡市幸町３丁目１０１ 延岡駅西口街区ビル1F

定　員｜**5名（同伴の保護者を除く）**（最少催行人数1名）　参加費｜**無料**

持ち物・服装等｜使用済みのペットボトル（中身を洗って）を
ご持参ください。スプレーを使います。

注意事項｜◆小学生以下は保護者同伴（親子での作業となります）
◆使用スペースのレンタル状況により 希望日に
実施できない場合がございます
◆ワイワイの各メディアで発信させていただく場合があります
◆周辺の公共駐車場をご利用ください

【予約・問い合わせ先】
株式会社 ケーブルメディアワイワイ　☎ 0982−22−1500

D プロと一緒にeスポーツ体験！「ぷよぷよクラブ」

誘い人 ぷよぷよプロプレイヤー okaさん

プロeスポーツ選手と一緒にeスポーツを体験しよう！
国体の文化プログラムにも採用されているタイトル「ぷよぷよ」を体験します。
初めての人、昔夢中になった人、将来のプロを目指す人、みんなで楽しみましょう！

通　年　14:00～15:10／毎週土曜日（予約不要）

行　程｜①オープニング・自己紹介(5分)
②プロによるぷよぷよレクチャー(10分)
③ぷよぷよにふれてみよう！(10分)
④対戦や段位認定に挑戦(30分)
⑤プロ選手に挑戦！(10分)
⑥まとめ(5分)

場　所｜waiwai PLAY LAB
延岡市幸町３丁目１０１ 延岡駅西口街区ビル1F

定　員｜10名（最少催行人数４名）　参加費｜無料

注意事項｜◆大会出場等でokaプロ不在の日もあります
段位認定はスタッフにて対応します
◆ワイワイの各メディアで発信させていただく場合があります
◆周辺の公共駐車場をご利用ください

【問い合わせ先】
株式会社 ケーブルメディアワイワイ　☎ 0982−22−1500

E アップサイクル アート プロジェクト「オリジナル積み木をつくろう」

誘い人 株式会社 ケーブルメディアワイワイ

アップサイクルで自分だけの積み木を作ろう！
アップサイクルとは？廃棄物や不要品をそのまま活かし、新たな価値を付けて製品にすること。木材加工過程でできた端材を活用して、切って、削って積み木をつくります！

通　年　11:00～17:00／常時

行　程｜①オープニング（5分）
②自己紹介（5分）
③アップサイクルとは（５分）
④制作タイム（30分）
⑤発表・遊びタイム（10分）
⑥まとめ（5分）

場　所｜waiwai PLAY LAB
延岡市幸町３丁目１０１ 延岡駅西口街区ビル1F

定　員｜3名（同伴の保護者を除く）（最少催行人数１名）

参加費｜無料

注意事項｜◆のこぎりを使います。
小学生以下は、保護者同伴（親子での作業となります）
◆材料となる端材の確保状況によっては、希望日に実施できない場合がございます。
◆ワイワイの各メディアで発信させていただく場合があります
◆周辺の公共駐車場をご利用ください

【問い合わせ先】
株式会社 ケーブルメディアワイワイ　☎ 0982−22−1500

B あったか素材 で大人シュシュを作りましょう

誘い人 hiro-gare
西嶋 弘子さん

たくさん用意したおしゃれな糸の中から５本選んでシュシュを作ります。11月27日～12月2日「チムニーdeクリスマス」チムニーで令和６年2月2日～28日「梅見月の出会い展」を雑貨&カフェ民で開催します。その会場で作ってもらいますので作品見学も楽しめます。
料金はシュシュのサイズで決まります。

11/29（水）・**12/1**（金） 11:00～15:00
場　所｜**チムニー** 延岡市中町２丁目２－２２

2024年
2/3（土）・**2/15**（木） 11:00～15:00
場　所｜**雑貨&カフェ 民** 日向市美々津町３４１４

行　程｜**糸選び（５分）　編む（10分）**
※１個あたり約15分でできます。
定　員｜**自由参加**（最少催行人数１名）
参加費｜**（大人サイズ）800円（子どもサイズ）500円**
持ち物・服装等｜特になし

C 羊毛フェルトで作るドラゴンの指人形とクリスマスツリー

羊毛フェルトで来年の干支のドラゴンやクリスマスツリーを作りましょう。
「ドラゴン仕上げコース」は土台ができています。「スタートからコース」と「クリスマスツリー」は土台から作ります。＋100円で玉や炎も作れます。

クリスマスツリー　13:00～15:30

11/18（土）　場所｜**雑貨&カフェ 民**　日向市美々津町３４１４
11/22（水）　場所｜**チムニー**　延岡市中町２丁目２－２２

行　程｜**13:00　土台作り**
14:00　飾り付け
15:00　交流会
定　員｜**各６名**（最少催行人数各１名）　参加費｜**2,000円**
持ち物・服装等｜特になし

ドラゴン　13:00～15:30（スタートからコースは 9:30～15:30）

12/6（水）　場所｜**チムニー**　延岡市中町２丁目２－２２
12/16（土）　場所｜**雑貨&カフェ 民**　日向市美々津町３４１４

行　程｜**【仕上げコース】**
13:00　翼などパーツ付け
14:00　仕上げ
15:00　交流会
【スタートからコース】
9:30　土台作り
仕上げコースと合同
定　員｜**各６名／スタートからコース 各３名**（最少催行人数各１名）
参加費｜**仕上げコース 2,300円／スタートからコース 3,500円**
持ち物・服装等｜特になし

【予約・問い合わせ先】　hiro-gare　西嶋 弘子　☎ 090−4482−1952

１年を通して楽しめる「通年版えんぱく」

こちらに掲載する「A」から「G」までの７つのプログラムは、事前に予約すれば１年（２０２３年１１月２日～２０２４年１０月３１日）を通して楽しめるプログラムです。

A 世界に一つだけ ろくろを回してオリジナル陶器づくり

誘い人 土筆工房 太田 稔さん

皿、湯飲み、茶碗、すり鉢、コーヒードリッパー、コーヒーカップ、フクロウなどの小物…世界に一つしかない自分だけのオリジナル陶器作りにチャレンジしませんか。気軽に日本古来の伝統文化を学ぶチャンスです。土をこね、たたら作りによる個性的な作品作りはもとより昔ながらの蹴ろくろ、手ろくろ、電動ろくろなどを使ってもOK。ただの土が、あなたのイマジネーションでどんな形や色になるか楽しみですね！

通　年　9:30～15:30

行　程｜**製作時間約2時間**
（後日、焼き上がりをお渡しします）

場　所｜**土筆工房**
延岡市北小路1106

定　員｜**10名**（最少催行人数１名）

参加費｜**2,000円**

持ち物・服装等｜汚れてもいい服装、エプロン、マスク、飲み物、タオル

注意事項｜応募締切り　3日前

【予約・問い合わせ先】　土筆工房　太田 稔　☎ 090ー7925ー1340

ひむかのくに

えんぱく

enpaku

通年えんぱく期間

2023年 2024年

11/2（木）～10/31(木)

10/2（月）10:00 受付開始

通 年 版

HIMUKA まるごと玉手箱

～わたしのワクワクをさがしに行こう～