

体験を通して心癒されるオクオカ満喫プラン！ 自然体験と地元の味覚を楽しめる、日帰りプランです

① 大人のためのリトリート体験

・内容

瑞雲寺での坐禅体験、創業約 200 年を誇るお茶の産地問屋「宮ザキ園」による呈茶体験、そして岡崎産の食材をふんだんに取り入れた食事を味わえるプラン。

*リトリート：日常から離れ、自分と向き合い、心と身体を癒す旅や活動のこと

*プランの内容は変更する可能性があります。

・スケジュール

時間	内容
13：45	瑞雲寺（石原町）集合
14：00～16：00	瑞雲寺にて、「新四国八十八ヶ所巡り」「四木三草についての説法」「坐禅体験」※雨天の場合、「新四国八十八ヶ所巡り」は実施無し
16：30～	食事場所「一升」（石原町）へ移動
17：00～	岡崎産の食材を取り入れたお食事、呈茶体験
19：00	終了

*各自での移動になりますので、お車でお越しください。



② オクオカ de 食体験

・内容

「自然薯掘り体験」「柚子シロップ作り体験」「そば打ち体験」の 3 種類から選べる体験と岡崎産の食材をふんだんに取り入れた食事がセットになったプラン。

食事には、自然薯・柚子・八丁味噌など、岡崎の食材や特産品を使用。

*参加申込時に希望の体験を第1希望～第3希望まで記載いただきます。

*プランの内容は変更する可能性があります。

・スケジュール

時間	自然薯掘り体験	柚子シロップ作り体験	そば打ち体験
12:15～			男川やな（淡路町）集合。 「そば打ち」を体験。打ったそばはお土産としてお持ち帰り出来ます。
14:00～	額田の杜農園（石原町）集合。「自然薯掘り」を体験。収穫した自然薯はお土産としてお持ち帰り出来ます。	ぬかた体験村（石原町）集合。「柚子シロップ作り」を体験。作った柚子シロップはお土産としてお持ち帰り出来ます。	くらがり溪谷の紅葉狩り
17:00～	食事場所かしやまバーベキュー（檜山町）での受付開始		
17:30～	自然薯・柚子・八丁味噌など、岡崎の食材や特産品を使用したお食事		
19:30	終了		

*各自での移動になりますので、お車でお越しください。

