

- h 1** 古代の歴史にふれる「勾玉づくり体験」 高千穂町  
10月31日(土)～12月20日(日) 受付時間 9:00～15:00
- h 2** 彫物(えりもの)体験 高千穂町  
10月31日(土)～12月20日(日) 受付時間9:00～15:00
- 3** ヨガと精進料理を楽しむ 佐伯市  
11月15日(日) 11:00～13:30
- 4** 島の浦アサギマダラ観察会  
11月3日(火・祝) 9:45～14:00
- 5** ユニークな蚊取り線香台や茶香炉をつくろう  
11月1日(日) ①10:00～12:00 ②13:30～15:30
- h 6** 県内最大の大型望遠鏡とスマートフォンで月を撮影しよう①11/21(土)②11/28(土) 18:00～21:00 美郷町
- h 7** トマトの収穫体験と「味さと」での料理教室 美郷町  
12月12日(土) 9:00～14:30
- 8** 延岡の伝統的建造物を訪ねるまちあるき  
～城山らへん～ 11月28日(土) 13:00～16:00
- 9** 絶景にゼッキョー!2020九州の秘境を歩く  
11月22日(日) 9:30～13:30
- 10** 鹿納谷紅葉ウォーク  
11月3日(火・祝) 8:00～14:00
- h 11** 原生林内の紅葉と出会う旅 椎葉村  
10月31日(土) 9:30～13:00
- h 12** 秘境で陶芸体験 椎葉村  
11月7日(土) 9:00～12:30
- 13** 旭化成 展示センターとおもしろ化学実験  
10月31日(土) 10:00～11:30
- 14** 採れたて野菜を味わおう  
①11/8(日)②11/29(日) 10:30～13:30
- 15** 管弦楽とクラフトビールとぶり御殿  
11月3日(火・祝) 15:00～19:00
- 16** 九州パンケーキ教室  
①11/10(火)②11/24(火)③12/8(火) 13:00～15:00
- 17** きしがみ工場見学 ※水、日、祝日除く  
10/31(土)～11/30(月) ①10:00～ ②13:30～
- 18** ホビーラジコンを体験しよう!  
11月22日(日) 9:00～11:30
- h 19** はじめてのかずらリース作り体験 諸塚村  
12月12日(土) 10:00～15:00
- h 20** クッキー道具で和紙づくり! 諸塚村  
12月5日(土) 10:00～15:00
- 21** 目指せチリモン博士!!  
11月14日(土) 10:00～13:00
- 22** 土のめぐみを想い、二宮金次郎を学ぶwith焼き芋♡  
11月28日(土) 11:30～15:00
- h 23** 森林セラピーの森の木片で作る、バードコール作成体験  
10/31(土)～12/20(日)受付時間 9:30～16:00 日之影町
- 24** 路線バスで行く 海鮮グルメの旅  
11月18日(水) 10:00～15:00
- h 25** 秋めく!世界農業遺産の里を歩いて巡るフォレストピア・フットパス  
下川登コース 11月1日(日) 9:30～13:30 高千穂町
- h 26** 秋めく!世界農業遺産の里を歩いて巡るフォレストピア・フットパス  
十根川コース 11月7日(土) 9:30～13:30 椎葉村
- h 27** 秋めく!世界農業遺産の里を歩いて巡るフォレストピア・フットパス  
宮の原コース 11月8日(日) 9:30～13:30 五ヶ瀬町
- h 28** 秋めく!世界農業遺産の里を歩いて巡るフォレストピア・フットパス  
五ヶ村コース 11月14日(土) 9:30～13:30 高千穂町
- h 29** 秋めく!世界農業遺産の里を歩いて巡るフォレストピア・フットパス  
深角コース 11月15日(日) 9:30～13:30 日之影町
- h 30** FULL里体験 「夕日の里」オレンジ芋栽培 五ヶ瀬町  
10月24日(土) 9:30～16:00
- h 31** FULL里体験 「夕日の里」生き物調査 五ヶ瀬町  
10月25日(日) 9:30～14:30
- h 32** FULL里体験 「大石」ヤボ焼き雑穀栽培 五ヶ瀬町  
①10/31(土) 9:30～16:00 ②11/29(日) 12:30～19:30
- h 33** FULL里体験 「向山」焼畑雑穀栽培 椎葉村  
①11/1(日)②12/19(土) 9:30～16:00
- h 34** FULL里体験 「日蔭の棚田」オーガニックコットンプロジェクト  
①10/10(土)②11/14(土)③12/12(土) 12:30～16:00 五ヶ瀬町

## 《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。

# えんぱく実行委員会

TEL: 0982-20-0008 (10:00～17:00(土・日・祝除く))  
宮崎県延岡市中央通3-5-1(延岡商工会議所内)

公式HPでプログラムの確認ができます。

http://www.enpaku.net えんぱく

★Instagram「#えんぱく」で検索!

★Facebookでも最新情報をお知らせしています。

スマートフォン  
からはこちら▶

