

中国伝来のペーロン競漕体験

中国船が長崎港を訪れた際、強風のため出港できなくなったので、海神を慰めて風波を鎮めるために「ペーロン」競漕を港内で行ったのが始まりといわれています。中国との交流の歴史の中で育まれた伝統行事を体験しながら、海と触れ合う。乗員が力を合わせて船を進めることで、連帯感を感じるとともに協力することの大切さを実感することができます。

【ペーロン体験】

項目	内容
1. ジャンル	農業 漁業 林業 (伝統・文化) 火山・環境 その他()
2. 受入時期	牧島：通年 / 琴海：5～10月
3. 所要時間目安(時間)	牧島：1～3時間 / 琴海：1.5～2.5時間
4. 受入最大人数	牧島：400人 / 琴海：200人
5. 雨天時対応	体験できない場合あり
6. 主な受入場所	牧島：牧島ペーロン愛好会(長崎市牧島町) 琴海：琴海ペーロン協会(長崎市長浦町)
7. 持ち帰り品	牧島：記念オール / 琴海：体験中の記念写真(後日送付)
8. その他	運動ができる服装及び着替えの準備



長崎の伝統文化「龍踊り（じゃおどり）」体験

龍踊り(じゃおどり)は、中国で五穀豊穡を祈る雨乞いの神事に始まったものといわれています。実際に龍を操り、ながさきの伝統芸能を体験します。龍衆が力を合わせて操ることで連帯感を感じるとともに達成感を得られます。

【龍踊り体験】

項目	内容
1. ジャンル	農業 漁業 林業 (伝統・文化) 火山・環境 その他 ()
2. 受入時期	通年
3. 所要時間目安(時間)	3時間
4. 受入最大人数	120人
5. 雨天時対応	
6. 主な受入場所	長崎市内
7. 持ち帰り品	認定証
8. その他	グループ体験とショー体験の2つから、人数・時間に合わせて選ぶことができます。



長崎市における その他体験一覧

プログラム名	ジャンル	内容	受入時期	所要時間(目安)	受入人数	受入場所	お問い合わせ先
ペーロン体験	伝統文化	長崎伝統のペーロンが気軽に体験できます。	通年(牧島)・5~10月(琴海)	60~180分(牧島)・90~150分(琴海)	400人(牧島)、200人(琴海)	長崎市牧島町・長浦町	牧島095-830-1630 琴海095-885-2111
龍踊り体験	伝統文化	長崎の郷土芸能「龍踊り」を実際に動かして体験できます。	通年	180分	120人	長崎市内	ぜっと屋 095-827-3120 (社)長崎国際観光コンベンション協会 095-823-7423
胡弓体験	その他(長崎らしさ)	チャイナ服を着て「キラキラ星」を演奏	寒い時期・暑い時期を除く	90分	5~14人	市内・長崎胡弓愛好会	(社)長崎国際観光コンベンション協会 095-823-7423
太極拳体験	その他(長崎らしさ)	太極拳・カンフー体操を体験	通年	120分	5~40人(40人以上でも対応可)	市内・四川武術クラブ	(社)長崎国際観光コンベンション協会 095-823-7423
中国茶体験	その他(長崎らしさ)	中国茶の特性・入れ方などを学びます。	通年(ランタン期間中を除く)	90~120分	4~16人	十禅寺地区まちづくり情報センター	(社)長崎国際観光コンベンション協会 095-823-7423
長崎料理体験学習	その他(長崎らしさ)	長崎の食文化の歴史的背景などを学習	通年	120~150分	6人×6班(36人)	市内・長崎味の研究グループ	(社)長崎国際観光コンベンション協会 095-823-7423
軍艦島周遊	その他(産業)	エネルギーの変遷と長崎港の歴史を学習	通年	100~120分	15~200名【要相談】	市内・大波止	やまさ海運 095-822-5002
端島を検証する(野母崎発)	その他(産業)	端島(軍艦島)を周遊	3月1日~11月30日	40分	1~20人	野母崎	(株)共同 095-893-0550
池島炭鉱さるく	その他(産業)	坑内見学、足こぎトロッコ乗車体験など	坑内コース(毎日)・坑外コース(土・日)	180~240分	20~40人	池島	三井松島リソース㈱ 0959-26-0888
被爆体験講話	その他(長崎らしさ)	被爆体験を聞いて平和の尊さを考えます。	通年(講話者と会場が確保できた時)	60分	1~345人	長崎市平野町	(財)長崎平和推進協会 095-844-9922
長崎ちゃんぽん講習	その他(長崎らしさ)	本格的なちゃんぽん作りを体験	通年	120~150分	40人	長崎市弁天町	九州調理師専門学校 095-861-7008
カステラ作り	その他(長崎らしさ)	砂糖文化発祥の地・長崎でカステラ作り。	通年(教室開校日)	90~120分	10~30人	長崎市樺島町	エコール・ド・パティスリー長崎 095-827-8800
カステラ作り	その他(長崎らしさ)	歴史を学び、製作の工程を体験	12月~2月(水曜除く)	120分	132人	長崎市四杖町	長崎市いこいの里管理センター095-841-1911
パンづくり体験	その他(自然体験)	好きな形のパンを自由に作ります。	12月~2月(水曜除く)	80分	48人	長崎市四杖町	長崎市いこいの里管理センター095-841-1911

長崎市における その他体験一覧

プログラム名	ジャンル	内容	受入時期	所要時間（目安）	受入人数	受入場所	お問い合わせ先
パンづくり体験	その他 （自然体験）	好きな形のパンを自由に作ります。	12月～2月 （水曜除く）	80分	48人	長崎市四杖町	長崎市いこいの里管理センター095-841-1911
バター作り体験	その他 （自然体験）	生クリームで簡単にバターが作れます。	12月～3月 （水曜除く）	40分	132人	長崎市四杖町	長崎市いこいの里管理センター095-841-1911
アイスクリームづくり体験	その他 （自然体験）	簡単にアイスクリームができます。	12月～4月 （水曜除く）	40分	99人	長崎市四杖町	長崎市いこいの里管理センター095-841-1911
ガラスペイント体験	その他 （長崎らしさ）	コップやプレートに絵を描きます。	通年	30～60分	15人まで	長崎市南山手町	ガラスロード1571 095-822-1571
吹きガラス体験	その他 （長崎らしさ）	タンブラー、一輪挿し、ぐい呑みを製作	6月下旬～7月中旬（熔解炉メンテナンス期除く）	15分（1人）	4～8人	長崎市松が枝町	瑠璃庵「長崎工芸館」 095-827-0737
ステンドグラス体験	その他 （長崎らしさ）	色ガラスに鋼テープを巻いてハンダ付け。	通年	60分	30～40人	長崎市松が枝町	瑠璃庵「長崎工芸館」 095-827-0737
万華鏡体験	その他 （長崎らしさ）	オリジナル万華鏡を作成します。	通年	60分	30～40人	長崎市松が枝町	瑠璃庵「長崎工芸館」 095-827-0737
長崎のハタ作り	その他 （長崎らしさ）	和紙ののりづけ、ハタ揚げ指導も。	4月除く	60分	100人でも可	長崎市風頭町	小川ハタ店 095-823-1928
人力車体験	その他 （長崎らしさ）	バランスが1番、手作り人力車体験	3～11月	20～30分（6人）	6～10人	長崎市中川	長崎人力車俵屋 095-824-4367
かやき鍛冶道場	その他 （長崎らしさ）	火造りから刃物をつくりあげます。	通年	180分	5人	長崎市蚊焼町	山口鍛冶工場 095-892-1899
自然体験ゾーン・ネイチャーゲーム	その他 （自然体験）	自然への関心を呼びおこします。	通年	30分	30人	長崎市宿町	長崎ペンギン水族館 095-838-3131
カヤック体験	その他 （自然体験）	いつもと違った視点から海を観察	4～10月	60分	20人程度	長崎市宿町	長崎ペンギン水族館 095-838-3131
ペンギンタッチング	その他 （長崎らしさ）	フンボルトペンギンとふれ合います。	7・8月を除く	10分	100人でも可	長崎市宿町	長崎ペンギン水族館 095-838-3131

長崎市における その他体験一覧

プログラム名	ジャンル	内容	受入時期	所要時間（目安）	受入人数	受入場所	お問い合わせ先
バックヤードツアー	その他（長崎らしさ）	普段は入れない水族館の裏側を見学	通年	20～30分	20人（1班）～120人 (6班) 長崎市⑤	長崎市宿町	長崎ペンギン水族館 095-838-3131
三菱長崎造船所 aコース	その他（長崎らしさ）	日本の造船技術と歴史を学習	通年	60分	バス1～2台	三菱重工業（株）長崎造船所	長崎ダイヤモンドスタッフ（株） 095-861-8111
三菱長崎造船所 bコース	その他（長崎らしさ）	日本の造船技術と歴史を学習	通年	60～90分	バス1～2台	三菱重工業（株）長崎造船所	長崎ダイヤモンドスタッフ（株） 095-861-8111
三菱長崎造船所 cコース	その他（長崎らしさ）	日本の造船技術と歴史を学習	通年	210～240分	バス1～2台	三菱重工業（株）長崎造船所	長崎ダイヤモンドスタッフ（株） 095-861-8111
世界と話そう	その他（長崎らしさ）	ワールドフーズのシェフと自由に会話	通年	60分	1～10人	長崎市東山手町	東山手「地球館」 095-822-7966
逆ホームビジット及び外国人の派遣	その他（長崎らしさ）	外国人の自宅を訪問するホームビジット	通年	120～300分	5～100人	長崎市東山手町	東山手「地球館」 095-822-7966
外国人と歩く長崎	その他（長崎らしさ）	生徒の行きたいところへ外国人が案内	通年	120～240分	4～50人	長崎市東山手町	東山手「地球館」 095-822-7966
「鑑賞プログラム」	その他（美術）	美術館コレクション展を鑑賞	通年	60分	30人程度	長崎市出島町	長崎県美術館 095-833-2110
「表現プログラム」	その他（美術）	アトリエで創作活動を体験	通年	60分	30人程度	長崎市出島町	長崎県美術館 095-833-2110
座禅・法話体験	その他（その他）	身心の健康と智慧を身につける修練	年10回の寺の行事を除く	60分	50人	長崎市寺町	禅臨寺 095-822-5583
カヌー体験	その他（自然体験）	海上での操船を体験	3～11月	120分	15人まで	長崎市福田本町	長崎サンセットマリーナ（株） 095-865-3000
クルーザーヨット航海体験	その他（自然体験）	セイル操作、ロープワーク、操船体験	3～11月	120分	10人	長崎市福田本町	長崎サンセットマリーナ（株） 095-865-3000
びわの収穫体験	農業	びわの収穫及び集出荷作業の手伝い	5月下旬～6月上旬	120分	100人でも可	長崎市茂木地区	長崎市ながさきの食推進室 095-820-6568
水上スキー・ウェイクボード体験	その他（自然体験）	ウェイクボード・水上スキーを体験	5～9月末	120分	2人	長崎市網場町	長崎総合科学大学広報係 095-838-5131

長崎市における その他体験一覧

プログラム名	ジャンル	内容	受入時期	所要時間（目安）	受入人数	受入場所	お問い合わせ先
海洋オリエンテーリング	その他（自然体験）	網場湾をシーカヤック2人1組で周遊	5～10月	120分	2～10人	長崎市網場町	長崎総合科学大学広報係 095-838-5131
ロボット製作・制御体験	その他（産業）	ロボットを製作し、制御まで行います。	春・夏・冬休み中	150分	2～20人	長崎市網場町	長崎総合科学大学広報係 095-838-5131
Webコンテンツ制作体験	その他（産業）	Webページ作りの基本を学習	通年	120分	10～50人	長崎市網場町	長崎総合科学大学広報係 095-838-5131
バイオエネルギー	その他（産業）	ガス燃料の利用法についてモデル実験	2月下旬～3月末・8月初旬～9月下旬	120分	3～10人	長崎市網場町	長崎総合科学大学広報係 095-838-5131
大うなぎ生態観察	その他（長崎らしさ）	大うなぎの生態を観察します。	3月中旬～11月	60分	2～20人	樺島	墓島太郎 095-893-2224
サツマイモの収穫と焼き芋	農業	サツマイモの収穫体験	10月上旬～11月上旬	120～180分	4～50人	長崎市野母町	長崎市野母崎行政センター 095-893-1139
押し花アート	その他（自然体験）		通年	60分	10～40人	長崎市脇岬町	長崎県亜熱帯植物園 095-894-2050
ストーンアート	その他（自然体験）		通年	60分	10～50人	長崎市脇岬町	長崎県亜熱帯植物園 095-894-2050
かまぼこ造り体験	その他（長崎らしさ）	すり身に具材を使用してトッピング	1～10月	90～120分	8人	長崎市田中町	長崎蒲鉾(有) 095-832-0731
かんぼこ作り体験	その他（長崎らしさ）	お魚100%のかまぼこを作ります。	通年	90分	10人程度	長崎市野母町	おおとり丸 095-893-2113
定置網漁	漁業	定置網漁を体験	通年	210分	10人	長崎市野母町	おおとり丸 095-893-2113
刺し網漁【イセエビ】	漁業	刺し網漁を体験	8/22～5/22	180分	6人	長崎市野母町	松福丸 095-893-0036
みかんの収穫体験	農業	みかんの収穫及び集出荷作業の手伝い	10月下旬～11月	120分	40人	茂木	長崎市ながさきの食推進室 095-820-6568
田舎料理	農業	田舎煮しめや押し寿司作りを体験	通年	180分	4～10人	長崎市赤首町	外海ツリ'協'会 0959-25-0598
パン・お菓子作り	農業	角力灘を眺めながら、パン・お菓子製作	通年	180分	4～8人	長崎市赤首町	外海ツリ'協'会 0959-25-0598

長崎市における その他体験一覧

プログラム名	ジャンル	内容	受入時期	所要時間（目安）	受入人数	受入場所	お問い合わせ先
ド・ロさまそうめん作り	その他 （長崎らしさ）	外海の特産品を作ります。	9～11月・1～3月	180分	4～20人	長崎市赤首町	外海ツアー協会 0959-25-0598
竹の子掘り・わらび採り・ぶどう狩り	農業	旬の果物や山菜を採取	4～5月（竹の子・わらび）、8～9月（ぶどう）	120分	5～20人	長崎市赤首町	外海ツアー協会 0959-25-0598
農産加工体験	農業	みそ、かりんとう、田舎こんにゃく作り	通年	120分	5～10人	長崎市赤首町	外海ツアー協会 0959-25-0598
そば作り	農業	種まき・収穫、脱穀を体験	種まき（9月）、収穫（11月下旬）、脱穀（12月初旬）	120分	60人	長崎市赤首町	外海ツアー協会 0959-25-0598
田植え・稲刈り体験	農業	「大中尾棚田」で田植え・稲刈りを体験	田植え（5月下旬～6月上旬）、稲刈り（9月下旬～10月上旬）	180分	4～100人	長崎市赤首町	外海ツアー協会 0959-25-0598
フラワーアレンジ	農業	採花体験やフラワーアレンジを体験	通年	120分	4～10人	長崎市赤首町	外海ツアー協会 0959-25-0598
田舎体験	農業	郷土料理や石窯パン作り、染物体験など	通年	180分	4～20人	長崎市赤首町	外海ツアー協会 0959-25-0598