

人と人、人と文化、人と時間を大人時間でゆったり過ごす

開催期間

10月6日(土)

～10月28日(日)

# うららん

Since 2011  
Awara-Mikuni

## 2018

「秋纏う うららん遊遊人の 時間結び」

ソルトな夕陽の雄大さ、豊かな自然と時間を遊ぶ、癒やしと文化のまちあわら・三国。  
心安らぐさまざまな大人時間を、うららん遊人と一緒に、自分らしく楽しんでみませんか？

競技かるたで袴姿を効果的に美しく

### 役立つ 袴の着方教室

袴着用の競技かるた大会に向けての着方練習会です。着物・袴をご用意します。「ちはやぶる 2WAY ハンカチ」のお土産付き。



空に浮かぶ手作りのオブジェ

### 世界でたった1つの私の凧

昔ながらの凧を、より早くより簡単にカラフルに作ることができます。デザインから組み立てまで、伝統的なモノ作りの面白さを体験してください。



今日から使える本格 DIY スキル

### あわらでわくわく DIY

道具の使い方を大工さんから教わり、モノ作りにチャレンジしましょう。今年はちょっと難易度UPして、持ち手付きBOXを作ります。



懐かしいという人も初めてさんも安心。

### 素敵な毛糸でかんたん編み物

簡単だけど不思議な模様仕上げる事ができる、温かいオリジナルハンドウォーマーを編んでみませんか。



映画好きの人集まれ！

### あわら湯けむり映画祭 PRESENTS!

あわら湯けむり映画祭の前夜祭を初開催します。県内外の自主制作映画監督の制作秘話を聞くことができ、映画祭の上映作品を誰よりも早く鑑賞できます。



この木は何になるのかな？

### 木がつなぐ 森と人の未来を感じて

1本の木がどのように私たちの生活に役立てられていくのか、一度、林業の伐採現場に足を踏み入れて見てみませんか。



あなたの知らない WINE の世界へようこそ

### おもてなしの心をかたちに!! 人生♥素敵に♥美味しく

テイस्टングの仕方や特徴など、カジュアルに楽しめるワインの魅力やソムリエから教わって、料理長自慢のおつまみと一緒に召し上がってください。



あなたの想いをカタチに…♥

### 心が伝わる筆文字講座

メールじゃ伝わらないココロを筆ペンで簡単に書くコツをお伝えします。はがきやポチ袋に自由に書いてみましょう。終了後は、スイーツセットでお茶しましょう。



### 「うららん」とは

あわら・三国地区にある歴史や文化、食、自然、温泉という資源を生かした多彩な体験プログラムを集約し、実施する地域活動です。

### 5つのジャンルのプログラムをご用意

- 【古】…古きよきものを伝える
- 【食】…生命の源 食すたのしみ
- 【美】…今までもそしてこれからもより輝いて
- 【創】…ありのままの自分に向き合う時間
- 【愉】…あわらならではの 愉しみかた

## プログラムの一部をご紹介します

現実から昔話へタイムスリップ

### 紙芝居からとびこむ民話の世界

活声塾発行「あわらの民話」本を基とした紙芝居と一緒に、民話の舞台3カ所へ案内します。その後はティータイム&入浴でゆっくりとした一時をお過ごしください。



古墳にコーフンするかも!?

### 歴史とロマンを感じる場所 柵古墳

市内にある古墳の中で、現在最も良い状態で残されている柵古墳(石室)を訪れて、1400年の歴史を感じてみませんか。



豊かな自然といにしえからのまつりごとを偲びましょう

### あわらの森で森林浴

1400年以上も前に開削された浜街道の古道を地元ガイドと歩き、大自然を満喫してください。



発酵食で腸活!!

### 食改善で心と身体を健康に

「玄米菜食が体にいいのはなぜ?」「発酵食はどんな風に取り入れたらいいの?」など、食に関するさまざまな疑問を解決します。ランチ付き。



好印象を与えるプロフィール写真

### 顔と名前 覚えてもらってますか?

あなたらしい1枚、あなたの魅力を最大限に引き出すよう、とっておきの1枚を撮影します。データとサンプルプリント1枚をお渡しします。



楽しさを求める人必見!!

### 淳子姉さんとたべあるき ver1

淳子姉さんが「おいしいあわら」「歴史のふかーいあわら」を食べ歩きしながらご案内。昼食・おやつ付き。



呼吸を深めて、からだと心をリラックス

### ハッピーマイル ヨガ

無理なく椅子に座ってできるレッスンです。いつもよりゆっくりと呼吸し、気持ち良く体を伸ばして、心と体を「しあわせ」にしましょう!



目指せ、マイナス8歳!! 若返りメイク術

### 40代からの大人のメイクレッスン

大人メイクの初心者対象。悩みと希望を聞いて、あなたに合ったメイクのレッスンをします。目からうるこのメイク術です。



## 参加方法

### まずは、パンフレットを入手!

プログラムは完全予約制です。各プログラムの申し込み先に電話またはメールでお申し込みください。

各プログラムの詳細は、うららのパンフレット、ホームページまたはFacebookをご覧ください。パンフレットはあわら市役所やおしえる座などに備え付けてあります。

予約受け付け 9月10日(月)～

### 問合せ

うららん実行委員会 (あわら市観光協会内) ☎ 78-6767  
ホームページ <http://www.uraran.fukui.jp/>  
Facebook <https://www.facebook.com/awaraauraran>

まだまだあります!

### 大人が楽しめるプログラム

- 【古】古民家で江戸の風流を楽しむ 三味線体験
- 【食】美味しく楽しくデトックス!! 新鮮野菜の酵素で腸美人!
- 【食】あなたも今日から素敵なバリスタ!? かわいい美味しいラテアート体験
- 【美】日常を贅沢な時間と空間に 毎日を特別にする♥プリザーブドフラワー
- 【創】香りのオーダーメイド 老舗香木を使った香り袋づくり
- 【愉】ごみの分別・仕方が変わる!? 大人の社会科見学 in 清掃センター
- 【愉】お祭り衣装もお祭りの華 素敵に着こなそう! 粋に着よう お祭り衣装の着方教室