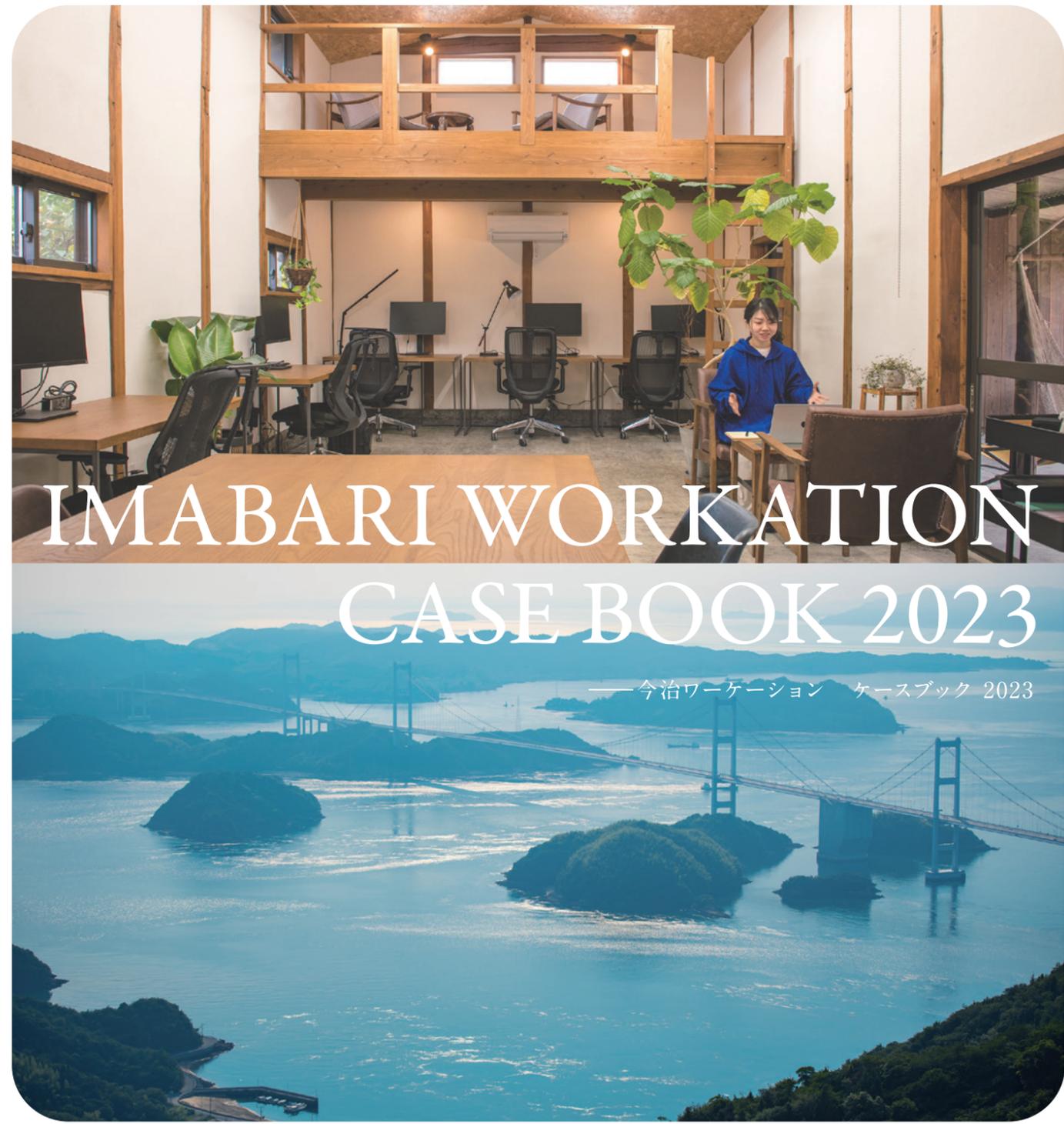




# CONNECT.

発行/お問い合わせ先：今治市役所観光課 愛媛県今治市別宮町1-4-1 Tel.0898-36-1541  
<https://www.city.imabari.ehime.jp/kankou/>  
 Project Management: Setouchi Shimanami Leading Co., Ltd. | Book Production: Setouchi Editorial Institute & RIE DAIFUKU DESIGN

今治ワーケーション特設ホームページ | <https://workation-imabari.jp>



# IMABARI WORKKATION CASE BOOK 2023

—今治ワーケーション ケースブック 2023

- CASE 1—FAMILY TRIP  
おさま連れファミリー型
- CASE 2—GIRL'S TRIP  
女子旅型
- CASE 3—RELATIONSHIP BUILDING WITH LOCALS  
地元との関係創出型
- CASE 4—TEAM BUILDING CAMP  
チームビルディング合宿型
- CASE 5—HACKATHON/PLANNING CAMP  
企画合宿型
- CASE 6—SPORTS TRAINING CAMP  
スポーツ合宿型

# WORKATION IN IMABARI



世界に誇る、  
圧倒的な瀬戸内の多島美  
村上海賊の歴史、おいしい魚  
それに優しい人びと。

今治の個性すべてが  
あなたの心と体をリフレッシュさせ、  
仕事の生産性や創造性を上げる  
お手伝いをしてくれるでしょう。





ウィズコロナの時代を見据えて、  
さまざまな働き方を許容する試みが進んでいます。  
働く時間だけでなく、働く場所も自分らしく。  
そんな世の中にだんだん変わりつつあります。

愛媛県今治市では2020年度から  
モニターツアーの実施などを通して、  
大都市で暮らすみなさんにとってワーケーションしやすい  
場所になれるよう、研究を進めてきました。

たくさんのモニターツアーから得られたデータをもとに、  
さまざまなスタイルのワーケーションにあわせた  
6つの提案をご紹介します。



# VARIOUS TYPES OF IMABARI WORKATION

ケース別 “今治ワーケーション” おすすめの過ごし方

## CASE 1

家族でパーソナルな旅行を楽しみながら、  
お子さんも親も一緒に楽しんで、  
ここにしかない思い出をたくさん作ってください。

お子さま連れ  
ファミリー型 → P.07



## CASE 2

気の置けないお友達と一緒に、  
ちょっとラグジュアリーな  
ワーケーションを。心も体も癒される  
素敵なコンテンツがいっぱいです。

女子旅型  
→ P.09



## CASE 4

ビジネスに共に取り組むチームメンバーが、  
互いの理解を深め結束を高める。  
みんなで一緒に行う体験メニューを集めてみました。

チームビルディング合宿型 → P.13



## CASE 3

今治地域の企業や個人と積極的につながり、楽しみや課題を  
共有します。そこから新たなビジネスが生まれたり、  
課題解決のヒントが見えたりするかも。

地元との関係創出型

→ P.11



## CASE 5

新しいビジネスの企画案を煮詰めていく  
ハッカソンのような合宿。  
実はリラックスできる環境がキモ。  
今治はまさにピッタリの場所です。

企画合宿型  
→ P.15



## CASE 6

今治の地は  
スポーツ合宿にも最適。  
美しい景色に囲まれ、  
よく整備された練習場所は、  
選手たちのテンションも  
ぐいぐい上げてくれます。

スポーツ合宿型  
→ P.17



# 楽しさ、学び、成長 ファミリー型ワーケーション

CASE 1

TYPE

お子さま連れ  
ファミリー型

AREA

大島  
大三島  
伯方島  
今治



WORK : VACATION

2 : 8



しまなみの海や空の透き通った青は、お子さんの目にはどのように映るのでしょうか？きっと深い記憶の中に刻まれるのではと思います。

ご家族、特にお子さんも楽しめて

思い出に残るワーケーションのプランです。

優れた景観や自然豊かな環境、それに古民家に泊まるなどの非日常体験は、お子さんにとっても楽しさだけでなく学びの要素も大きいでしょう。



お子さんが遊んでいる間や眠った後に、その日のワークを必要最低限。家族旅行の間もやっぱり仕事は気になりますが、合間にワークできると旅行の幅も広がります。

日中はしっかりお子さんと思い出づくり。うさぎ島で知られる大久野島へ渡るフェリーのなかで親子の会話も進みました。「ふだんはこんなにゆっくり話せないよね。」



とれたて野菜のおいしさ

とうかげんで体験できるのが旬の野菜の収穫です。宿ちかくの畑に歩いて案内してもらいます。畑は無農薬不耕起の自然栽培で、まさに自然の中で野菜がつけられています。もぎたての野菜をその場でパクリ。思わず笑顔になる体験です。



古民家で過ごす素敵な時間

とうかげん — info > p.23

今治市大島の瀬戸内海を見渡せる小さな集落にある農家民宿です。移住者の平井さん夫妻が整えた居心地のいい古民家で過ごします。奥さんによる自家農園の野菜を使った多彩な小鉢料理が、本当の野菜の味をお子さんにも伝えます。

もぎたての野菜をその場でパクリ



親子サイクリングでうさぎ島へ

レンタサイクル — info > p.24

大三島の重点「道の駅」多々羅しまなみ公園でレンタサイクルを借り、盛港まで約5kmのお手軽サイクリングを楽しんだあと、盛港からフェリーに乗ってうさぎの島で知られる大久野島に渡りました。



家族の思い出づくりに

イルカと触れ合い、遊ぶ

ドルフィンファームしまなみ — info > p.24

伯方島のインターチェンジすぐのところにあるのが、イルカと触れ合える「ドルフィンファームしまなみ」です。プールで泳ぐイルカを見るだけでなく、実際に触ったり一緒に泳いだりするプログラムも用意されています。一生の思い出づくりに。



イルカやうさぎと触れ合える



川魚を釣って食べる

つりぼり鈍川VILLAGE — info > p.24

美しい渓流沿いの釣り堀で、川魚の釣り体験が楽しめます。予約不要、手ぶらで参加でき、お子さんでも確実にアマゴやニジマスが釣れます。釣った魚はスタッフが調理してくれ、焼きたての塩焼きを堪能できます。渓流遊びとセットで。

# 女子旅型ワーケーション

## まっさらなココロもカラダも

CASE 2

TYPE  
女子旅型

AREA  
大三島  
伯方島  
今治



WORK : VACATION  
2 : 8

都会の喧騒から離れてリフレッシュするためのワーケーションプランです。世界に誇れる圧倒的な多島美のなか、バリニーズエステ、ヨガなどでゆったり過ごします。旅の最後は、美人の湯で名高い鈍川温泉へどうぞ。



グランルークしまなみ(右ページ)のグランピング棟。海を目の前に、ふつうの宿泊施設とは一味違う非日常のワーケーションが楽しめます。



静かな島のラグジュアリー  
グランルークしまなみ — info > p.23  
専用車がポートで行く特別な島「馬島」にあるオールインクルーシブの宿泊施設。客室はホテル棟とグランピングが選べ、夕食は瀬戸内の海山の素材を繊細に調理した和食会席です。ラグジュアリーな環境でワークもリラックスして行えます。



美人の湯でほっこり  
鈍川温泉 — info > p.24

道後、本谷と並ぶ「伊予三湯」の一つ鈍川温泉。その歴史は平安時代まで遡ります。美人の湯として名高いアルカリ性単純泉のお湯は無臭でなめらか。お肌はすべすべに。鈍川の美しい溪谷を眺めながら入る温泉で疲れもほぐれていきます。

心ゆくまで  
リラックス

Day 1

AM 出発、移動  
15:00 グランルークしまなみチェックイン  
17:00 伯方島へ移動、サンセット「島ヨガ」  
19:00 夕食  
22:00 就寝

Day 2

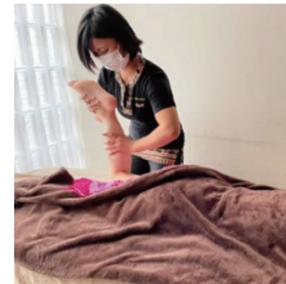
6:00 起床、散歩、朝食、軽くワーク  
10:00 大三島へ移動、ハーバリウム体験  
11:00 大山祇神社参拝  
12:00 しまなみフレンチFilerでランチ  
14:30 バリニーズエステ  
16:00 宿へ戻りワーク  
18:00 夕食  
22:00 就寝

Day 3

6:00 起床、散歩、朝食  
8:00 ワーク  
10:00 グランルークしまなみチェックアウト  
11:30 鈍川温泉入浴  
13:30 移動、帰着



楽しく  
生まれ変わる私



バリニーズエステ  
Cahaya Bali Spa勝緑 — info > p.24  
インドネシア政府公認セラピストの海野倫さんが主催するバリニーズエステのスタジオ。かわいい黄色のトゥクトゥクで無料送迎するプランもあります。エステのほかSUP、クリアカヤック体験も行っています。



ハーバリウムづくりにチャレンジ  
Flower ポプリHouse — info > p.24  
大山祇神社の参道にある「Flower ポプリHouse」でハーバリウムやコサージュ、ゼリーキャンドルなどのクラフトを体験します。布花(さくらひめ)、ドライフラワーを小瓶に詰めていく作業はとても集中でき、ひととき仕事を忘れて頭をリセットするのにぴったり。

地産地消の本格フレンチ  
しまなみフレンチFiler — info > p.23  
オオミシマスペースに隣接する本格フレンチレストラン「Filer(フィレル)」。地元の食材を大切にしたコース料理が楽しめます。長年大阪や東京の調理師専門学校で教鞭をとっていた伊藤博史さんがオーナーシェフとして腕を振ります。



瀬戸内の自然と一体化するヨガ  
ヨーガスクエア プルシャ — info > p.24

ヨーガスクエア プルシャの村上久恵さんによるヨガプログラム。島の美しい砂浜や林の中などで自然と一体化し、子どもの頃のような純粋な自分らしい精神を回復します。現在の自分と向き合い、認めてあげるためのヨガです。

# 土地の人々とながら喜び 地元との関係創出型ワーケーション

CASE 3

TYPE  
地元との  
関係創出型

AREA  
大三島  
今治



WORK : VACATION  
5 : 5



大三島で行われた交流会の様子。新しい友人ができるだけでなく、ビジネスと地域が結びつくことで地域課題解決の糸口が生まれたりするなど、さまざまな可能性が広がります。

近年盛んになっている企業と地方の関係創出や、大学のゼミなどでの地域研究向けのワーケーションプランです。地元住民や企業とのコミュニケーションが新たなつながりをつくりだします。

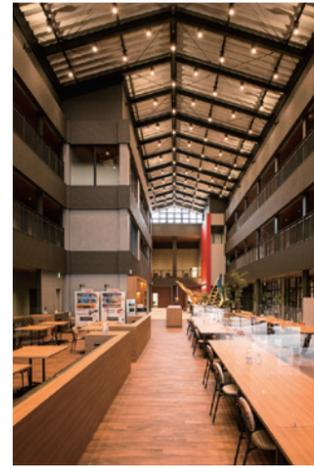


大三島みんなのワイナリー（右ページ）の醸造責任者、川田さんに大三島ワインづくりについて話を聞くことができました。



交流の中心になるゲストハウス  
Co-Living & Café SANDO — info > p.23

大三島の大山祇神社参道に22年3月にオープンしたコワーキングスペースつきの宿泊施設です。1階はカフェになっており、地元の人々と旅人たちが混ざり合います。店主の大橋夫妻は移住者。外からと内からの両方の目線から話が聞けます。



施設の整ったビジネス拠点  
鷲進ベース — info > p.23

今治に本社がある、船用電気機器の国内トップメーカー、BEMAC株式会社が運営する社員寮とレンタルオフィスが合わさった施設「鷲進ベース」。会議室だけでなくキッチンスタジオ、トレーニングジムを併設した複合施設で、新たな出会いを誘発します。

Day 1

AM 出発、移動  
15:00 SANDO チェックイン  
16:00 ワーク  
17:00 大三島ブリュワリー  
19:00 地元との交流会  
22:00 就寝

Day 2

6:00 起床、散歩、朝食  
9:00 ミーティング  
12:00 ランチ  
13:00 大三島ワイナリー  
15:00 OMORO CAFE  
18:00 地元との交流会  
22:00 就寝

Day 3

6:00 起床、散歩、朝食、軽くワーク  
9:00 SANDO チェックアウト  
10:30 鷲進ベースで企業マッチング  
12:00 ランチ交流  
14:00 移動、帰着

大三島

● Co-Living & Cafe SANDO  
大三島みんなのワイナリー  
大三島ブリュワリー  
OMORO CAFÉ クラフトコーラ&アソビバ



大三島を盛り上げる拠点  
OMORO CAFÉ  
クラフトコーラ&アソビバ — info > p.23  
オーナーの藤原弘樹さんはおじいさんが住んでいた家をクラフトコーラが飲めるカフェに。ジェットスキーやヨットなどの海遊び体験も提供。大三島を盛り上げる「面白」拠点です。



土地の味を楽しめるクラフトビール  
大三島ブリュワリー — info > p.23  
材料に地元とれる柑橘などを使ったオリジナルのクラフトビールを醸造しています。オーナーの高橋夫妻は仕事の傍ら、大三島の高校存続などの活動にも取り組んでいます。

新しい  
スモールビジネス  
盛んな大三島

さまざまな  
出会い

● 鷲進ベース

地域交流のマッチング

今治市役所観光課 — info > p.24

今治市ではご要望に合わせて地元企業や住民とのマッチングをコーディネートします。今治には造船業やタオル製造業といった世界的なもののづくり産業だけでなく、さまざまな個性を持ったスモールビジネスも多く存在しています。



ブドウ栽培から島で取り組むワイナリー  
大三島みんなのワイナリー — info > p.23

世界的建築家の伊東豊雄さんが大三島の振興を願ってつくったワイナリー。耕作放棄地の開墾、ブドウの木の植え付けからスタートし、自前の醸造施設を構えるまでに成長しました。島紅、島白と名付けられた大三島産ワインが買えます。

# 豊かな自然のなかで 共に取り組む チームビルディング型 ワーケーション

CASE 4

TYPE

チーム  
ビルディング  
合宿型

AREA

大三島  
今治



WORK : VACATION

8 : 2



企業内、企業間のチームビルドを  
目的としたワーケーションプランです。  
今治がもつ豊かな自然と美しい景観、  
その中で行うアクティビティにより、  
かけがえない仲間との信頼関係構築を目指します。

しまなみ海道は多彩なアクティビティが用意されています。サイクリングなどのスポーツだけでなくみかん狩りなどのアグリツーリズムも。みな笑顔になること請け合いです。



しまなみ海道サイクリングルートの起点となるサンライズ糸山。来島海峡大橋と大きな「SHIMANAMI」の前で記念撮影。みんなで助け合って走れば、団結力も高まります。



## あんじんやま 安神山トレッキング

大山祇神社の御神体、安神山。神社の裏手からスタートし、頂上まで1時間程度のトレッキングです。瀬戸内海を見下ろす絶景と、頂上付近の巨岩群が見どころ。歩きやすい登山道のほか、上級者向けの鎖場もあって面白い山です。

## 大三島ウォーキング

外周約40kmの大三島。海沿いどこを歩いても美しい景色が続きます。一部アップダウンもあります。みんなでロングに挑戦するのもよし、気分転換に宿の周辺を1時間ほど歩くのもよし。大山祇神社に歩いて参拝してみてください。



## しまなみ海道サイクリング

WAKKAで自転車を借りてチームでサイクリングに出かけましょう。電動スポーツ自転車(E-bike)も利用できます。しまなみ海道のコースは多彩。目的に合わせて距離や難易度を選ぶことができます。もちろん景色は最高です。

仲間と一緒に  
取り組む



## 多彩な体験を コーディネートする宿泊施設

WAKKA — info > p.23

白いリゾート的外観が特徴の宿泊施設で、客室はコテージとドームテント、ドミトリーから選べ、併設のカフェでワークやミーティングができます。バーベキューなども楽しめます。レンタサイクル、多彩なアクティビティのコーディネートが可能です。



## Day 1

- AM 出発、移動
- 15:00 WAKKAチェックイン、ブリーフィング
- 16:00 チームでしまなみ海道サンセットサイクリング
- 18:00 夕食
- 20:00 ミーティング
- 22:00 就寝

## Day 2

- 6:00 起床、散歩、朝食
- 9:00 チームで安神山トレッキング
- 12:00 ランチ
- 13:00 チームでSUP無人島ツアー
- 16:00 帰着、チームビルドミーティング
- 18:30 夕食
- 22:00 就寝

## Day 3

- 6:00 起床、散歩、朝食
- 9:00 WAKKAチェックアウト
- 10:30 霧進ベースで振り返りミーティング
- 13:00 移動、帰着



この地域ならではの  
アクティビティ



## SUP体験

WAKKAでコーディネートしてもらえる体験メニューの一つです。穏やかな大三島の海の上で、ボードの上立って心静かにパドルを漕ぐと、自然と笑顔になってデスクにはないコミュニケーションが生まれます。近くの無人島にも渡れます。

# 企画合宿型ワーケーション

CASE 5

考えて、考えて、  
疲れたら回復

TYPE  
企画合宿型

AREA  
大三島



WORK: VACATION  
8:2

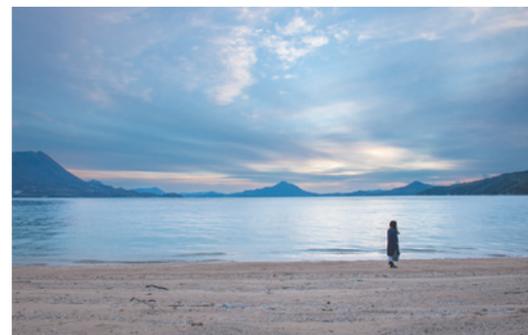
チームで取り組む企画提案や、新しいアイデアを生み出すための  
ワーケーションプランです。思考が煮詰まったら、ふらっと外へ息抜きに。  
世界に名高いしまなみ海道の景観が頭をリセットしてくれます。



大三島の今治市岩田健母と子のミュージアムにて。アタマを使うのに疲れたらアートで癒しましょう。  
親子がモチーフの優しいブロンズ像との語りを楽しんで。



多々羅しまなみ公園レストランの  
看板メニュー、マハタにぎり定食。



ワーク場所からちょっと歩けば、  
このような美しい海岸。



甘くて大きなイチゴを頼張る  
井上苺園 — info > p.24

太陽がさんさんと降り注ぐ大三島でイチゴ狩りが楽しめます。案内してくれるのは井上苺園2代目の井上洋平さん、衣美さん夫妻。大粒の甘いイチゴに思わず笑みがこぼれます。オオシマスペースからも歩ける距離で手軽に利用できます。(1月~5月くらい)



設備充実のワーク滞在施設

オオシマスペース — info > p.23

ウェブプログラマーとデザイナーの増田さん夫妻が運営する宿泊完備のコワーキングスペースです。古民家を活用した施設で、ワークスペースのKOYA、一棟貸しのOMOYA、ゲストハウスのHANAREと、多彩なスタイルの滞在が可能です。



Day 1  
AM 出発、移動  
15:00 オオシマスペースにチェックイン  
16:00 KOYAでブリーフィング  
18:00 BBQ  
20:00 OMOYAでハッカソン  
22:00 就寝

Day 2  
6:00 起床、散歩、朝食  
9:00 ハッカソン  
12:00 道の駅今治市多々羅しまなみ公園でランチ  
14:00 ハッカソン  
途中、散歩やアート巡り、大三島リモーネなどで息抜き  
18:30 買い出し、夕食づくり  
20:00 ハッカソン  
22:00 就寝

Day 3  
6:00 起床、散歩、朝食  
8:00 KOYAで振り返り、まとめ  
10:30 オオシマスペースチェックアウト  
11:00 井上苺園でイチゴ狩り  
12:00 移動、帰着



レモンの産品ショッピング

大三島リモーネ — info > p.23

無農薬有機栽培に取り組む柑橘農家の山崎さん夫妻が営むかわいいお店。自家栽培柑橘を生かしたスイーツやリキュール、ジュースなど、島のおいしさが並んでいます。特にほろ苦くて甘いレモンのお酒「リモンチェッロ」はマストバイです。



美術館めぐり

大三島美術館 — info > p.24 / 今治市伊東豊雄建築ミュージアム — info > p.24

今治市岩田健母と子のミュージアム — info > p.24 / ところミュージアム大三島 — info > p.24

大三島には4つの美術館があります。日本画に力を入れている大三島美術館、建築家・伊東豊雄氏の取り組みを主に展示する今治市伊東豊雄建築ミュージアムなど、多彩なテーマのアートが楽しめます。風景と融合する美術館の建築も見所です。

# スポーツ合宿型ワーケーション

## モチベーションを上げる

### 素晴らしい景色が

CASE 6

TYPE  
スポーツ合宿型

AREA  
今治  
大島



WORK : VACATION  
8 : 2



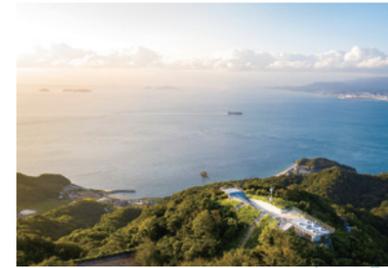
大島にそびえる亀老山に登るAISAN Racing Teamの選手たち。このあと頂上から来島海峡と燧灘をのぞむ大パノラマが待っています。

今治を舞台にしたサイクリングなどプロチームのスポーツ合宿プランです。  
しまなみ海道の美しい景色がトレーニングのモチベーションを上げます。  
合宿の実施にあたっては、今治市スポーツ合宿補助金制度を利用できます。



亀老山に登り切ったら少し休憩。思わず写真を撮ってしまう景色が広がっています。変化に富んだ風景は練習のモチベーションを上げてくれます。

宿泊施設「サンライズ糸山」のレストランでの夕食風景。選手向けの食事メニューもきめ細やかに対応します。



#### 激登りのあとの絶景

大島の亀老山(標高301m)は絶景で有名ですが、約3kmの登りの平均斜度は13%となかなかの手応えです。トレーニングコースの一部にぜひ。頂上にある展望台は建築家・隈研吾氏によるもので、地形と一体化しているような造形が見事です。



#### 最高な景色の中で過ごす宿

サンライズ糸山 — info > p.23

しまなみ海道で最長の来島海峡大橋を眼前に望む絶景の宿泊施設です。自転車などを洗えるスペースあり。建物内「風のレストラン」では地産地消のメニューが楽しめるほか、アスリート向けの特別メニューも相談できます。

#### Day 1

- AM 出発、移動
- 15:00 サンライズ糸山チェックイン
- 16:00 ミーティング
- 18:00 夕食
- 20:00 ミーティング
- 22:00 就寝

#### Day 2

- 6:00 起床、ストレッチ、朝食
- 8:00 トレーニング
- 11:00 休憩
- 12:00 ランチ
- 14:00 トレーニング
- 17:00 休憩
- 18:00 夕食
- 20:00 ミーティング
- 22:00 就寝

#### Day 5

- 6:00 起床、ストレッチ、朝食
- 9:00 サンライズ糸山チェックアウト
- 9:30 蕎麦ベースで振り返りミーティング
- 12:00 移動、帰着

#### [INTERVIEW]

### 練習環境、宿、食事の三拍子が揃っています

自転車ロードレース・UCIコンチネンタルチームの合宿を初めて今治で行いました。冬季の合宿といえば沖縄が定番ですが、この時期沖縄は雨季なので曇りや雨の日が多いんですね。今治は車も信号も少ない。ここはプロチームの練習環境として適した場所だと思います。

しまなみ地域の景色のよさは素晴らしい。単調な風景の中でひたすら走るのは疲れも出てきますが、しまなみ海道のように橋を渡るたびに化する風景は練習する選手たちにもいい影響を与えてくれます。今回も、景色のいいところで小休止し、写真を撮ってSNSにアップする選手もいました。

それから、サンライズ糸山のようにスポーツ合宿を受け入れてくれる宿があること。ここは汚れた自転車を洗車したり、メンテナンスするスペースがあってありがたいですね。しかも選手向けに低脂質高タンパクの食事メニューも相談させてもらえました。



#### 主要な競技練習場

- サッカー：今治市営スポーツパーク
- テニス：今治市営スポーツパーク
- 野球・ソフト：大新田公園市営野球場
- 陸上：桜井スポーツランド
- ボート：玉川湖



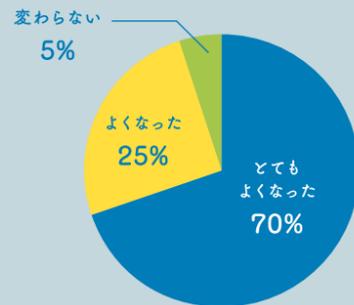
さまざまな  
スポーツに対応

愛三工業  
AISAN Racing Team  
テクニカルディレクター  
西谷泰治さん

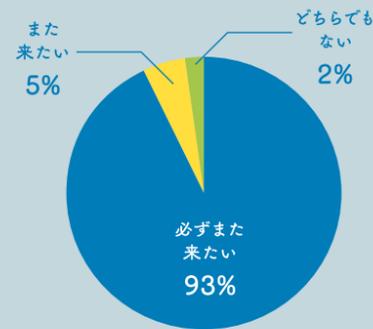


今治ワーケーションを  
体験した皆さんに  
聞いてみました。

Q: 今治ワーケーションの前と後で精神的な健康状態は変わりましたか?



Q: 今治にもう一度来たいと思いますか?



(2022年度今治市ワーケーション推進業務モニターツアーアンケート結果から、n=60)

遊びもワークスペースも豊富な素晴らしい環境で、自分のペースでワークとバケーションを組み合わせることができました。

美しい景観のため息が出るほどのカフェのワークは、メンタル面でも余裕をもたらしてくれました。

1週間ぐらい長期滞在したいと思いました!

通信手段が発達した現代ですが、実際に自分の足でその地域を訪れ肌で感じることで、見える世界がガラッと変わることを身に染みて感じました。

しまなみ海道の島々に囲まれ過ごした時間は私自身のメンタルケアになり、仕事がんばろう!という気力が湧いてきて有意義な時間になりました。

満足度は1,200%です!

グランピングでの日の出、海に反射する陽の光には感動しました。海を目の前にBBQは最高でした!

地元のみなさんが素敵であたたかく、心が満たされた4日間でした。

手軽に世界有数のサイクリング体験ができる、こんな場所は稀有だと思います。

体験型コンテンツや懇親会を通して出会った人たちに、また会いに行くために今治を訪れたい!

漁船の上でエビとイカを生で食べた経験が良かった!

漁業体験をしたのですが、大人にも子どもにとっても貴重でした。夏休みの自由研究を兼ねたワーケーションができました。

瀬戸内海の素晴らしい景色に、いるだけで癒された。

潮流体験はすごい。

ナイアガラやイグアスでボートに乗ったがそれ以上かも。

今治ワーケーションをめぐる

FAQ

はじめて今治・しまなみ海道にワーケーションに来られる方のよくある質問にお答えします!

Q: 今治・しまなみ海道地域内の交通手段のおすすめは?

A: 松山などへの都市間交通は電車やバスがあります。しまなみ海道へは主にバスを利用します。効率よくいろいろ巡りたい場合は、最寄り空港、JR駅でレンタカーを借りるのが便利です。あまり移動せず、ゆっくりと今治時間を楽しんだり、地元の空気感を満喫したい目的なら、便数は少ないですが公共交通がおすすめです。

<https://www.city.imabari.ehime.jp/kanko/access/imabari.html>



Q: おすすめのグルメにはどんなものがありますか?

A: 今治のソウルフードといえませんが今治焼鳥です。特に皮焼きに特徴あり! 鉄板で豪快に焼き上げたうえ鉄の重しでギュッと押さえつけ、余分な油を搾り出してカリカリに。ビールのアテに最高です。他にもB級グルメ王者の焼豚玉子飯、瀬戸内の海鮮料理は外せません。詳しくは(公社)今治地方観光協会ホームページをどうぞ。

<https://www.oideya.gr.jp/gourmet/>



Q: 今治駅には観光案内所がありますか?

A: 今治駅東口には大きなサイクリングターミナルが整備されており、隣接して今治駅前観光インフォメーションセンターがあります。ここでは今治の観光案内や観光パンフレットの配布など、快適な旅をサポートする情報をご用意。サイクリングターミナルではレンタサイクルのほか自転車組み立てや洗車、着替えができるスペースもあります。

<https://www.city.imabari.ehime.jp/kanko/spot/?a=1102>



Q: 今治ワーケーションについて、もっと知りたい場合は?

A: 今治市ではワーケーションを詳しく紹介する「今治ワーケーション特設ページ」をご用意。ここでは今治ワーケーションの魅力やプラン、実際に今治ワーケーションを体験した皆さんのインタビューなどの実用情報や、ワーケーションでオススメの宿なども掲載しています。

<https://workation-imabari.jp>



Q: ワケーションの実施に対して行政からの補助金は?

A: 年度予算で補助事業を行う場合があります。今治市観光課のホームページをご覧ください。

<https://www.city.imabari.ehime.jp/kankou/>



Q: 地元企業やグループとの交流マッチングを依頼したいときは?

A: ご希望される内容を今治市観光課へご相談ください。今治市内の最新情報を確認いたします。

お問い合わせ先: 今治市役所観光課  
TEL. 0898-36-1541  
e-mail kankou@imabari-city.jp

# SPECIALISTS' RECOMMENDATION

## 専門家が推す、今治ワーケーション

昨今のワーケーション事情に詳しい産・官・学の皆さんが

今治ワーケーションを体験。

その良さはどんなところにあるのか、伺ってみました。

### [ ワーケーション先進企業 ]

日本航空株式会社 デジタルイノベーション本部 事業創造戦略部 MaaSグループ  
アシスタントマネジャー

### 東原 祥匡 さん

企業において遠隔地でリモートワークを実現することは、事業運営の維持という観点では必須ではありません。ただし、近年「働く」ことへの概念が大きく変わりました。個人に労働環境の多様な選択肢を用意できるかどうかは、会社に対する帰属意識につながり、採用競争力などへも影響する時代になってきています。日本航空では休暇型のワーケーション制度を導入していますが、今回は現部署の同僚と今治ワーケーションに参加し、「個人」と「組織」という2点で、メリットを考えてみました。まず「個人」として。ワーケーションは「自己成長にも大きく寄与」します。日々の生活から離れ、ふと立ち止まり、自身や組織を外から客観的に見られる機会は意外と少ない。自身のビジネスの判断軸となるインプットが限られた状態は健全ではありません。ワーケーションによっていつもと異なる他者との接点が生まれることで、自身のインプットが増え、自然と感性を養うことができるのです。

「組織」の観点では、「コミュニケーションの質」の向上が言えます。コロナで対面の機会が少なくなるなかで、会える時間に質の良い会話をいかに意識できるかが重要です。ワーケーションでは同僚とオンオフともにバランスよく接点を求め、互いの個性も発見しつつ、チーム力が増していくことを改めて実感しました。企業においてこのような人財は、他人に対して時間と場所に捉われない働き方をすることに寛容となり、自ずと「個」を活かすための発想ができるようになります。介護や育児といった個人事情の多様さを大切にすることは社内の働きやすい風土醸成にもつながり、結果組織力が高まっていくのです。

「また帰ってきたい場所」、それが自身にあったワーケーション場所なのだと感じます。私自身が今治へまた「帰って」きたいのは、大三島か

ら瀬戸内海の穏やかな海を見ながら地元の人々の温かさに触れ、仕事をしたりコーヒーを飲んだりしていると、頭の凝りが取れ、仕事も捗り、心のバランスが取れたと感じたからです。とあるお店では、美味しいお刺身をいただきながら板前さんのフルート演奏を聴かせていただきました。これは一例ですが、「少しでも思い出に残る旅を」との気持ちの入ったおもてなしを受け、さらにそれにマッチした穏やかな気候が徐々に今治の魅力を高めてくれました。現実と非現実の絶妙なバランスが自身の感情と合致する場所、それがその時に行きたいワーケーションの場所なのではないでしょうか。今治らしい魅力をもっと発信していただき、新たな人流を生み出し、第二第三の故郷と感じる人がこの街にさらに訪れていただきたいと思います。



### ひがしはら・よしまさ

日本航空(株)にてワークスタイル変革、特にワーケーション推進を担当。17年に制度導入、現在は年間約500名が取得するまでに発展させた。22年より地域の交通課題に着目したMaaS事業を担当。観光庁「新たな旅のスタイル」促進事業アドバイザー(2021年～)。

### [ ワーケーション先進自治体 ]

長崎県五島市役所 地域協働課  
課長

### 庄司 透 さん

五島市役所では、移住につなげる目的からワーケーション事業を推進しています。このたび2回ほど今治市を訪れ、当地のワーケーションの可能性についていろいろと見る事ができました。そのような立場から今治市には「4つの良さ」があると感じました。

まず1つめ。空路、航路、陸路からアクセスが可能で利便性が高いことが挙げられます。到着までの時間も瀬戸内の海や島々の景観が移動を楽しませてくれます。特に広島県尾道市と繋がる瀬戸内しまなみ海道には、「サイクリストの聖地」がありロードバイクで訪れたいコースです。2つ目はインフラがよく整備されていること。宿泊施設にはWi-Fiが整備されており、部屋のほかにフリースペースなどでもワークができる環境が整っています。また、瀬戸内しまなみ海道の周辺には、サイクリストのための休憩スペースや宿泊施設が整備されており、コワーキングスペースが併設されるなどインフラが整っています。他の地域にはない観光資源や体験は魅力的で、一人で来ても電動のロードバイクをレンタルして散策できるなど飽きることはありません。

3つ目は地域的な力強さを感じる事です。今治市には造船業やタオル工業をはじめとする基幹産業が存在します。アクセスが整っていることから平日でも人の往来が多く、核となるスポーツチーム(FC今治)があるなど元気な町をイメージさせます。都会的な市街地と島々をはじめとする田舎があり、さまざまな人を受入れる環境があるように感じます。

4つ目は、ここに暮らす人々のあたたかい人柄。瀬戸内の歴史から海を利用した人の往来があったからなのか、知らない人とも気軽に話せる人たちが多いような気がします。移住者が多いことから人も受入れる土壌が備わっており、私がお会いした移住者の方もとてもフレンドリーで地域に馴染んで頑張っているように感じました。

このように、今治市にはワーケーションを推進するうえで必要なヒト、モノ、コトすべてが揃っています。



### しょうじ・とおる

長崎県五島市生まれ。18年度新設の地域協働課で人口減少対策に取り組み、5年連続で年間200人超、1000人以上を受け入れる。19年の「リモートワーク実証実験」を皮切りにワーケーションに取り組み。観光庁「新たな旅のスタイル」促進事業アドバイザー(2021年)。

### [ ワーケーション研究第一人者 ]

山梨大学 生命環境学部 地域社会システム学科  
観光政策科学特別コース 教授

### 田中 敦 さん

今治市は特に「長期滞在型」のワーケーションに向いている地域だと思っています。つまり、1週間から1ヶ月滞在するような、暮らしながら働くスタイルの旅がびったりです。世界には特定のオフィスもたず、働く場所を自由に選びながらパソコンひとつで仕事をし、気に入った場所にはゆっくりと滞在し、土地の文化に触れながら時間を過ごす人が既に3,500万人もいると言われています。

彼らにとって今治がちょうどいい理由はいくつかあります。まず、今治には四国八十八ヶ所の文化——見知らぬお遍路さんたちをもてなす気質があります。部外者への精神的バリアが少なく、むしろ好奇心をもって接してくれる、旅人にとって非常に居心地のいい土地なのです。

次に、圧倒的に美しい景観のなかで体験できるサイクルツーリズムという、世界でもトップレベルのコンテンツがあることです。道路や設備といったインフラも非常に整っている。ロードレースやトライアスロンなど、自転車を競技として楽しむ層には経営者やITプロフェッショナル、弁護士といった一定以上の収入のある層が多いのですが、そういう人々が1週間程度滞在してワーケーションする、そんな需要も大いにありそうです。

それから、周辺観光へのアクセスの良さ。例えば松山・道後は1時間弱、広島へは2時間ちょっとでアクセスできます。そのように周辺のさまざまなコンテンツをも気軽に楽しめる。それはしまなみ海道の橋があるおかげです。

最後に、ワーケーションに適した設備が充実していることです。最近できた宿泊施設などはサイクリストの誘致に向けて、結果としてワーケーションも含めた長期滞在を想定したつくりになっています。今後このような宿泊施設と、オオミシマスペースのようなコミュニティとしてのコワーキングスペースがもっともって生まれ、とデジタルノマドにとっても非常に魅力的な地域になっていきそうで、面白い。そこに集まるさまざまなプロフェッショナル人材のコミュニティやネットワークは、地域を変えていくとともに、「今治発」として世界をも変えてゆく可能性があります。(談)



### たなか・あつし

JTB入社、米国本社企画部や欧州支配人室人事部、国際旅行事業部などを経て、00年(株)JTBベネフィットを起業。12年JTB総合研究所主席研究員。16年国立大学法人山梨大学で現職。「新たな旅のスタイル」委員(観光庁)はじめ多くの委員などを歴任。

# SPOT

## おすすめの宿・グルメ・アクティビティ

このBOOKに掲載されているもののほか、いくつかのおすすめを含むリストです。

もっと詳しく調べたい場合は、今治地方観光協会のホームページに豊富な情報があります。



<https://www.oideya.gr.jp>



**農家民宿** 大島  
とうかげん  
今治市宮窪町友浦2608  
0897-72-8381  
@ toukagen1110

**ホテル・グランピング** 馬島  
グランルークしまなみ  
今治市馬島1006  
0898-22-1101  
@ glamprook.shimanami

**ゲストハウス・コワーキング** 大三島  
Co-Living & Café SANDO  
今治市大三島町宮浦5495-1  
050-8882-0576  
@ sando.omishima

**ホテル** 大三島  
WAKKA  
今治市上浦町井口6691-1  
0897-72-8705  
@ wakka.shimanami

**ゲストハウス・コワーキング** 大三島  
オオミシマスペース  
今治市上浦町甘崎1538  
0897-72-8825  
@ omishimaspace

**ホテル・レストラン** 今治  
サンライズ糸山  
今治市砂場町2-8-1  
0898-41-3196

**コワーキング** 今治  
慕進ベース  
今治市高橋ふれあいの丘3  
0898-52-7160

**旅館** 大三島  
旅館さわき  
今治市大三島町宮浦5460  
0897-82-0153  
@ kan\_sawaki

**ホテル** 今治  
今治国際ホテル  
今治市旭町2-3-4  
0898-36-1111  
@ imabari\_kokusai\_hotel

**ホテル** 今治  
ホテルアジュール汐の丸  
今治市湯ノ浦30  
0898-47-0707  
@ shionomaru

**ホステル・カフェ** 大三島  
I-LINK HOSTEL & CAFE SHIMANAMI  
今治市上浦町井口7345-1  
0897-72-8308  
@ ilink.shimanami

**旅館** 大三島  
大三島 憩の家  
今治市大三島町宗方5208-1  
0897-83-1111  
@ oomishimaikoinoie

**ホステル** 大三島  
大三島素泊まり茶房トマリギ  
今治市大三島町宮浦88  
080-8493-5416  
@ oomishima.tomarigi

**一棟貸切宿** 大三島  
海soraアネックス  
今治市大三島町宗方7450  
0897-74-1318  
@ umisora\_hanamusubi

**Cyclo cafe & book Hostel** 今治  
なみとみなと  
今治市波方町波方甲2264-38  
0898-33-0069 (シクロツーリズムしまなみ)



**ビール醸造所** 大三島  
大三島ブリュワリー  
今治市大三島町宮浦5589  
0897-72-9248  
@ omishimabrewery

**お土産・スイーツ** 大三島  
大三島リモーネ  
今治市上浦町瀬戸2342  
0897-87-2131  
@ limone\_oomishima

**カフェ・ワイン醸造所** 大三島  
カフェ・ワイン醸造所  
大三島みんなのワイナリー  
今治市大三島町宮浦5562  
0897-72-9377  
@ ohmishima\_wine

**ドリンクスタンド** 大三島  
OMORO CAFÉ クラフトコーラ&アソビバ  
今治市大三島町宮浦5630  
090-3344-7018  
@ omishimachannels

**フランス料理店** 大三島  
しまなみフレンチFiler  
今治市上浦町甘崎1572  
0897-87-2344  
@ shimanamifrench\_filer

**パン屋** 大三島  
まるまど  
今治市上浦町井口5792  
0897-72-8320  
@ marumado.bakery

**お好み焼き** 伯方島  
たんぼぼ  
今治市伯方町有津甲2325  
0897-72-1908

**ラーメン** 伯方島  
伯方の塩ラーメンさんわ  
今治市伯方町木浦甲1650-1  
0897-72-1211

**カフェ** 伯方島  
Pâtisserie T's cafe 玉屋  
今治市伯方町有津甲2328  
0897-72-0343  
@ tamaya\_official

**フランス料理店** 伯方島  
Café un fil  
今治市伯方町叶浦甲1667-15  
0897-72-8100  
@ cafe.unfil

**活魚・海鮮丼** 大三島  
大漁  
今治市大三島町宮浦5507-1  
0897-82-1725

**活魚・海鮮丼** 大三島  
お食事処くろしお  
今治市上浦町井口3724  
0897-87-3417  
@ kuroshio9

**活魚・海鮮丼** 大島  
雅  
今治市宮窪町宮窪5166  
0897-86-2688

**カフェ** 大島  
本と珈琲 こりおり舎  
今治市吉海町仁江2436  
0897-72-8006  
@ coriolissha

**カフェ** 大島  
Cafe Shozan  
今治市吉海町福田119  
0897-72-8915  
@ cafe\_shozan

**今治焼き鳥** 今治  
世渡  
今治市黄金町1-5-20  
0898-31-1614  
@ yakitorisetto

**今治焼き鳥** 今治  
やきとり山鳥  
今治市末広町1丁目4-7  
0898-22-7188  
@ yakitori\_sancho

**今治焼き鳥** 今治  
まる屋  
今治市旭町4丁目3-32  
0898-32-3638  
@ imabariyakitori.maruya

**今治焼き豚玉子飯** 今治  
重松飯店  
今治市大正町5丁目4-47  
0898-22-6452

**今治焼き豚玉子飯** 今治  
白楽天 今治本店  
今治市常盤町4-1-19  
0898-23-7292



**バリニーズエステ** 大三島  
Cahaya Bali Spa 勝縁  
今治市大三島町宮浦4366  
0897-72-9646  
@ cahaya\_bali\_spa\_syouen

**イルカ体験** 伯方島  
ドルフィンファームしまなみ  
今治市伯方町叶浦1673  
0897-72-8787  
@ dolphinfarm.shimanami

**釣り堀** 今治  
つりぼり鈍川VILLAGE  
今治市玉川町鈍川木地  
0898-55-2317  
@ tsuriborinibukawa

**ハーバリウムづくり体験** 大三島  
Flower ポプリHouse  
今治市大三島町宮浦5482-1  
0897-72-8835  
@ flower.popuri\_house

**島ヨガ** 伯方島  
ヨーガスクエア プルシャ  
今治市伯方町木浦甲1238-2  
090-9556-9175  
@ purusa.yoga

**SUP体験** 大三島  
大三島カヤック・SUP  
今治市大三島町宮浦4366  
0897-72-9646  
@ omishima\_kayak\_sup

**農業・漁業・地域文化体験** 伯方島  
しまなみグリーン・ツーリズム推進協議会  
今治市伯方町  
0897-72-3343

**イチゴ狩り** 大三島  
井上苺園  
今治市上浦町甘崎370-1  
090-2894-7216  
@ inoue\_ichigoen

**温泉** 今治  
鈍川温泉組合  
今治市玉川町鈍川甲218-1

**美術館** 大三島  
大三島美術館  
今治市大三島町宮浦9099-1  
0897-82-1234

**美術館** 大三島  
今治市伊東豊雄建築ミュージアム  
今治市大三島町浦戸2418  
0897-74-7220  
@ tima\_imabari

**美術館** 大三島  
ところミュージアム大三島  
今治市大三島町浦戸2362-3  
0897-83-0380

**美術館** 大三島  
今治市岩田健母と子のミュージアム  
今治市大三島町宗方5208-2  
0897-83-0383

**博物館** 大島  
村上海賊ミュージアム  
今治市宮窪町宮窪1285  
0897-74-1065

**レンタサイクル** しまなみ海道各地  
しまなみジャパン  
尾道～今治間にターミナル計10カ所  
0848-22-3911 (総合受付)  
@ shimanamijapan

**レンタサイクル** 今治  
ジャイアントストア今治  
今治市北宝来町1-729-8  
0898-25-1175  
@ giant\_japan

**観光船** 大島  
来島海峡急流観潮船  
今治市吉海町名4520-2  
0898-25-7338 (株式会社しまなみ)  
@ shimanami\_himeharu

**観光船** 大島  
宮窪潮流体験  
今治市宮窪町宮窪1293-2  
0897-86-3323  
@ noshimasuigun

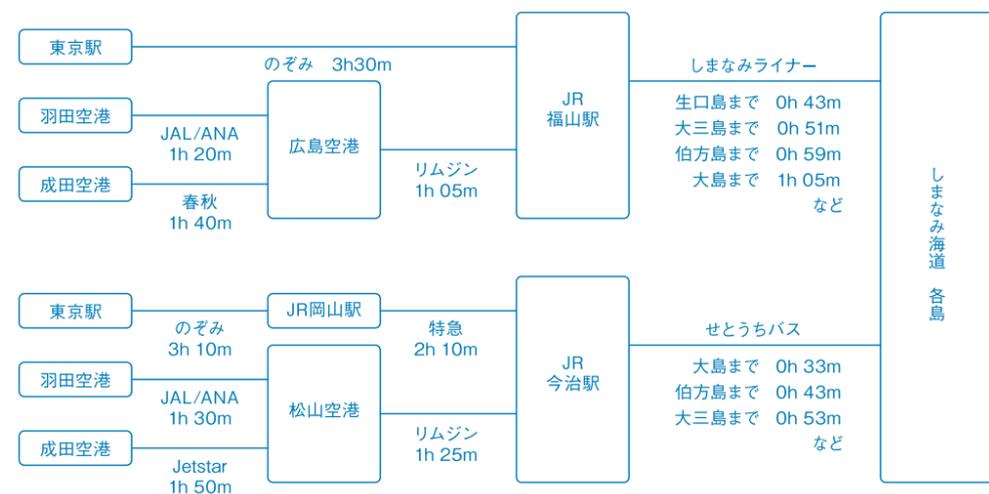
**ワーケーション・地域交流相談窓口** 今治  
今治市役所 観光課  
今治市別宮町1-4-1  
0898-36-1541

# ACCESS

## 今治へのアクセス

今治へは首都圏・関西圏からも意外とスムーズ。

松山・広島空港の空路、新幹線（福山駅）、JR予讃線（岡山駅）などでアプローチします。



## TOURIST INFORMATION CENTERS

エリアの観光案内所

### EHIME

**松山空港**  
松山空港総合案内所  
松山市南吉田町 2731  
089-972-5600  
@matsuyama.airport

**今治駅**  
今治駅前観光インフォメーションセンター  
今治市北宝来町 2丁目甲 733-8  
0898-36-1118

**松山駅**  
JR松山駅松山市観光案内所  
松山市南江戸1丁目14-1 松山駅構内  
089-931-3914  
@matsuyama.c.v.b

**今治港**  
今治地方観光協会  
今治市片原町1丁目100番地3  
0898-22-0909  
@imabari\_tourism

### HIROSHIMA

**広島空港**  
空港ビル総合案内所  
三原市本郷町善入寺 64番地 31  
0848-86-8151  
@hiroshima.airport

**福山駅**  
福山観光案内所  
福山市三之丸町 30-1 JR福山駅構内  
084-922-2869

**尾道駅**  
尾道駅観光案内所  
尾道市東御所町 1-1  
0848-20-0005  
@ononavi\_japan



# WORKATION IN IMABARI

今治が世界に誇る「瀬戸内しまなみ海道」

その雄大な景色に誘われ旅すれば、  
ここでしかできない体験やアクティビティで  
“Vacation”を楽しむことはもちろん、  
頭と心をリフレッシュしながら  
充実した“Work”を行うことができます。

自然と遊び、地元の絶品を食し、  
魅力的な人々と出会って、  
静かでここにしかない絶景を見ながら仕事する。

“Work”も“Vacation”も満たされるこの場所で、  
あなたの“Life”を充実させてみませんか。