

# 逃げ旅

少しだけ逃げる。  
また挑むために。



参加者募集 **女性限定**

2018年  
3月3日 sat. ~ 4日 sun.

航空券及び前後宿泊は料金に含まれませんので各自で手配をお願いします。

琉球最高の聖地  
斎場御嶽



カウンセラーによる  
マインドフルネス



春の沖縄へ。  
カウンセラーと巡る琉球の聖地。  
自分へ還るためのリトリート。

海人との交流  
奥武島



心と体を満たす  
美食



出発日 2018年 3月3日(土) ~ 4日(日)

ご乗車地 沖縄県庁前 (集合 10:45) / 那覇空港到着口 B ロビー (集合 11:15)  
利用バス会社: 東陽バス

行程	1日目	2日目
旅程管理業務を行う者(添乗員)は同行します。	那覇市内(県庁前) = 専用車 = 那覇空港 = 昼食: Tenku Terrace OOLOO = 聖地マインドフルネス(ヤハラツカサ、垣花樋川) = 斎場御嶽 = チェックイン: ユインチホテル南城 = 夕食: Cafe やぶさち(ワイン&月見会)	朝ヨガ = 朝食: ホテル = ガンガラーの谷 = 昼食: くんなとう = 海人体験(ハーリー) = 夕食: 海人青年会交流パーティー = キュー = 那覇市内 = 那覇県庁前 (21:30 到着予定)

参加料 30名様限定 46,000円(お一人様・税込) 最少催行人数15名  
2~4名様部屋になります。1名様参加の場合には相部屋になりますが、相部屋希望者がいない場合もしくは1名様のお部屋希望の場合シングルアップ料金はお一人様7000円になりますのでご了承ください。

【代金に含まれるもの】  
●貸切バス代 ●宿泊代 ●入場料・体験代 ●講師代  
●食事代(朝1回/昼2回/夕2回) ●夕食の飲み物代

【代金に含まないもの】  
●個人的諸費用



宿泊: ユインチホテル南城

**共通 旅行条件(抜粋)** お申し込みの際、旅行条件書(全文記載)をお渡ししますので必ずお読みください。

【個人情報の取り扱いについて】  
当社及び「受託販売」欄記載の受託旅行者(以下「当社」といいます)は、旅行申込みの際に所定の申込書に記載された個人情報について、お客様との間の連絡のために利用させていただくほか、お客様がお申し込みいただいた旅行において運送・宿泊機関等(主要な運送、宿泊機関等についてはホームページ、パンフレットに記載の日程表及び確定書面に記載されています)の提供するサービスの手配及びそれらのサービスの受領のための手続きに必要な範囲内、当社の旅行契約上の責任、事故時の費用等を担保する保険お手続き上必要な範囲内、並びに旅行先の土産品店でのお客様の買い物の便宜のために必要な範囲内で、それら運送・宿泊機関等、保険会社、土産品店等に対し、お客様の氏名、性別、年齢、住所、電話番号、搭乗便名等を、あらかじめ電子的方法等で送付することによって提供いたします。また、食物アレルギー等で特別な対応を必要とされるお客様については、上記項目に加えお客様のお体の状況等を上記事業者のほか医療機関、専門家ははじめとする関係機関に対し、あらかじめ電子的方法で送付することによって提供することがあります。お申し込みいただく際には、これらの個人データの提供についてお客様に同意いただくものとします。このほか、当社は、①当社ら及び当社らと提携する企業の商品やサービス、キャンペーンのご案内②旅行参加後のご意見や感想の提供のお願い③アンケートのお願い④特典サービスの提供⑤統計資料の作成に、お客様の個人情報を利用させていただくことがあります。

- 旅行のお申し込み及び契約成立  
旅行契約は当社が契約の締結を承諾し、申込金を受理した時に成立するものと致します。旅行代金は旅行開始日の前日から起算して14日前までにお支払ください。
  - 旅行代金に含まれるもの  
旅行日程に明記された運送機関の運賃・料金、食事代、観光代、サービス料、旅行取扱料金及び消費税等の諸税、及び特に明記したその他の費用等。  
これらの費用は、お客様の都合により一部利用されなくても払戻しは致しません。
  - 旅行代金に含まれないもの  
旅行日程に記載されていない交通費、食事代等の諸費用及び個人的性質の諸費用。
  - 最少催行人員: 10名
  - 添乗員: 同行致します。
  - 旅程保証: 詳しくは「旅行条件書(全文)」をご参照ください。
  - 旅行契約の解除  
お客様は下記に定める取消料をお支払いいただくことにより、いつでも旅行契約を解除することができます。(お一人様につき旅行代金に対して下記の取消料をいただきます)  
●旅行開始日の前日から起算して8日前まで・・・無料  
●旅行開始日の前日から起算して7日前~2日前迄・・・30%  
●旅行開始日の前日・・・40%  
●旅行開始日の当日・・・50%  
●旅行開始後の不参加、無連絡不参加・・・100%
- ※この旅行条件は2017年8月1日を基準日としております。また旅行代金は2017年8月1日現在の有効な運賃・規則を基準に算出しております。  
※総合旅行業務取扱管理者とは、お客様の旅行を取り扱う営業所での取引の責任者です。

旅行企画・実施 **アクアトラベル株式会社** 千葉県知事登録旅行業第2-661号  
社団法人全国旅行業協会正会員

お申込み 沖縄県知事登録旅行業第3-325号  
**イーストホームタウン沖縄株式会社**  
総合旅行業務取扱管理者 相澤和人  
〒901-0613 沖縄県南城市玉城字志堅原458 マルミネマンション106号室

お電話 098-949-1184 FAX 098-978-1108

予約サイト <https://vitamin-n.okinawa/>



## 逃げる

誰かに笑顔を向けるたび、私のこころは自由を失っていたのかもしれない。旅に出ると決めて、空港まで来ているというのに、残してきた日常と現実がとても気にかかる。

## 坐する

琉球の聖地と言われている場所で瞑想。こんなに心地いい場所に、じっと座っているのは何年ぶりだろう。呼吸が、私がここにいることを教えてくれる。

## 捨てる

しゃべった、しゃべった。はじめて会う人たちのなかに、「今日は肩書きを捨てましょう」とカウンセラーが言った。その一言で、みんなしゃべりはじめた。

## 覚める

朝陽を浴びてのヨガ。身体のひとつひとつが目覚めていくのがわかる。南城市は琉球の歴史がはじまった場所。私の何かも、はじまる予感がする。

## 迎える

太古の谷へ。ゆっくりとした時間の流れを、少しずつ巻き戻し、一万年前を歩く私。受け継がれてきた生命の神秘。なぜか、あの人を思い出して、胸が熱くなる。

## 転じる

地元の漁師さんが、ハーリーという船に乗せてくれた。「夕食も食べていたらいいさあ」。満月の下で、炭火の薫りが心地よい。都会にはない、自然、人、時間。



### 海人との交流

沖縄本島と橋でつながる奥武島（おうじま）は漁で栄える島。島の青年たちが、爬竜船体験や月夜のバーベキューでもてなします。ちょっと人みしりで純朴、陽気な青年たちの心にも触れてください。



### ガンガラーの谷

豊かな自然が残る亜熱帯の森。約1万8000年前に生きていた港川人の居住区とも言われています。「森の賢者」と呼ばれる大樹は圧巻。「自然」や「命」に思いを巡らせてみましょう。



### 朝ヨガ

朝陽を一身に受けてのヨガは、前向きな希望を抱ける心理作用もあります。南城市は創世神話が多く残る地、あたなの再出発の地にふさわしい場所。ヨガで自己の心身への感謝も培われます。



### ワイン&月見会

初対面の人々と共にしますが、みんな旅の目的を共有できる仲間です。しがらみがない分、なんでも話せる気楽さがあります。恋愛観、失敗談、少しのグチ。女子トークを炸裂させましょう。



### 聖地マインドフルネス

琉球の祖神・アマミキヨが一歩を記したヤハラヅカサの浜と、清水が湧き出る垣花樋川でマインドフルネス。開放的なロケーションに身を預け、呼吸法や瞑想で心身のバランスを整えます。



沖縄本島

南城市

那覇空港から東へ、車で30分ほどの場所に、琉球はじまりの神話の地が。

## 兆しを、吉きものに。



私のご案内します。心理カウンセラー、相澤和人。

太古の人々は、動物の骨や亀の甲を焼いて、その亀裂の形で未来を占ったのだそうです。「兆」という字は、その形をかたどり、だから「きざし」と読みます。生きていく中で「兆し」を感じる時、だれもが希望を求め、または不安にさいなまれます。それが不安な兆しだと、人は「逃」げるのです。けれど逃げることは悪いことでしょうか。癒しの旅を意味する retreat(リトリート)の本来の意味は「退避」なのです。むしろ大切なのは、一時的に非日常的な環境に身を置き、兆しにむけて心と体を準備すること。変化に対応するために、自らの思考変容の準備をすることです。自分を眺め、ときには眺き、眺しいものを見て、心を洩う。また自分の人生に挑めるために。春の沖縄はあなたをゆるやかに受け入れ、あなたを本来の自分に還らせてくれるでしょう。また、琉球の聖地の数々や人々の温かな心が、多くの気づきを与えてくれます。



day 2 Lunch  
もずくそばの店くんとう  
生もずく食べ放題。もずくを麺に練りこんだ沖縄そば。もずくづくしでヘルシーに。



day 2 Dinner  
奥武島バーベキュー  
月明かりの下、島の漁師さんと贅沢なバーベキュー。地元の人たちの芸も美味しい。



day 1 Lunch  
Tenku terrace OOLoo  
きらきらと輝く中城湾を見下ろす絶景カフェでランチと充実スイーツ。



day 1 Dinner  
Cafe やぶさち  
月夜が照らす聖地の夜海を見ながら、ワインディナー。女子トークも全快。

