

JR 東日本と都留文科大学のコラボ企画第 4 弾！ 「頑張る私に、上野原で朝のご褒美。 ～川のせせらぎとハーブの香りで整える週末の朝活～」を開催します！

○JR 東日本山梨事業本部と公立大学法人 都留文科大学教養学部地域社会学科沿線地域活性化プロジェクト「SHARELLY」(都留文科大学地域交流研究センターまちづくり部門)は、山梨県東部地域の魅力を発信し、地域との継続的な関わりを生み出すことを目的とした産学官連携の地域活性化プロジェクトの第 4 弾として「頑張る私に、上野原で朝のご褒美。～川のせせらぎとハーブの香りで整える週末の朝活～」を開催します。

○今回のツアーは、自然豊かな上野原を舞台に、ハーブを活かした朝活を通じて”朝の魅力”を体感していただくことで、山梨県東部地域を好きになってもらいたい、何度も訪れてもらいたいという想いから企画しました。

○静かで落ち着いた雰囲気の中で朝ヨガやハーブワークショップなどを楽しみながら、山梨県東部地域の魅力を感じてみませんか。



当日の体験内容(イメージ)

1 概要

- (1)開催日時 ①2026 年 11 月 14 日(土)8:00～13:30
 ②2026 年 11 月 21 日(土)8:00～13:30
 ※雨天、台風などの荒天の場合はそれぞれ翌日に順延。
- (2)集 合 場 所 JR 上野原駅 南口エレベーター棟 2 階
 ※公共交通機関をご利用ください。
- (3)内 容 上野原市の豊かな自然の中で、ハーブサシェづくり、朝ヨガ、ハーブワークショップ、地元食材を活用したビュッフェランチなどを楽しみながら、山梨県東部地域の魅力を体感いただける朝活ツアーです。
- (4)申 込 方 法 JRE MALL チケットよりお申し込みいただけます。
 商品販売ページ <https://event.jreast.co.jp/activity/detail/a142/a142-2026-004>
 ※お申込みには、JRE MALL への会員登録が必要です。
- (5)販売開始時期 2026 年 10 月 9 日(金)12:00～11 月 8 日(日)12:00
- (6)募 集 人 数 各日 16 名(最少催行人員 10 名)
 ※最少催行人員に満たない場合は催行を中止します。その場合は購入代金を返金いたします。
- <対 象> 中学生以上※18 歳未満の方は、保護者の同意が必要です。
- (7)参 加 費 用 1 名 6,300 円(税込) ※交通費、お土産代は含まれません。



JRE MALL チケット

2 当日の行程

時間	内容	場所
8:00	集合・受付	上野原駅 南口エレベーター棟 2 階
8:10～8:20	朝の会	上野原駅 南口エレベーター棟 2 階
8:20～8:35	移動(徒歩)	
8:35～8:50	ハーブサシェ作り体験	桂川新田地区近隣公園
8:50～9:50	朝ヨガ体験	桂川新田地区近隣公園
9:50～10:05	移動(徒歩)	
10:05～12:05	ハーブワークショップ	見晴亭
12:10～12:55	「キヌアキッチン」のお料理を味わうビュッフェ	見晴亭
12:55～13:00	移動(徒歩)	
13:00～13:10	終わりの会	見晴亭
13:10～13:15	移動(徒歩)	
13:15～13:25	観光案内所見学	観光案内所「ふらっと上野原」
13:25～13:30	移動(徒歩)	
13:30	解散	上野原駅

3 ツアー内容

本ツアーは、株式会社野草のさと、大月口ハス村、キヌアキッチンなど、山梨県東部地域で活躍する地域事業者の協力のもと実施します。地域の方々との交流や、地域で培われた知識・技術・食文化に触れることで、地域の魅力をより深く体感いただけます。

【ハーブサシェづくり体験】 実施場所:桂川新田地区近隣公園

大月市「株式会社 野草のさと」のハーブを使用し、旅の思い出になるサシェづくりをお楽しみいただけます。作成したサシェは、次のヨガ体験で使用し、お持ち帰りいただけます。



【朝ヨガ体験】 実施場所:桂川新田地区近隣公園

朝の澄んだ空気や川のせせらぎを感じながら、「大月口ハス村」の講師をお迎えし、自然の中で朝ヨガをお楽しみいただきます。
制作したハーブサシェをヨガマットのそばに置き、ハーブの香りを感じながら、自然の中でゆっくりと体を動かし、心身をリフレッシュする特別な朝時間をお過ごしいただけます。



【ハーブワークショップ体験】 実施場所:見晴亭

大月市「株式会社 野草のさと」山崎公江様を講師にお迎えし、ハーブを使ったオリジナルリースづくりを体験していただきます。ハーブの効能や暮らしの中での活用方法について学びながら、ハーブティーもお楽しみいただけます。ハーブに触れ、香りや味わいを楽しみながら、その魅力を五感で感じるひとときをお過ごしください。



【ビュッフェ形式のランチ】 実施場所:見晴亭

「見晴亭」の芝生スペースにて、開放感のある屋外ランチをお楽しみいただきます。上野原市「キヌアキッチン」が、地元のハーブを使用した料理をビュッフェ形式でご提供いたします。豊かな自然の中で、上野原ならではの食の魅力を味わいながら、参加者同士で会話を楽しむひとときをお過ごしいただけます。



4 注意事項

- ・天候や交通事情、その他やむを得ない事由により、行程・内容が一部変更となる場合があります。
- ・最少催行人員に満たない場合はツアーを中止いたします。
- ・雨天・荒天により翌日へ順延となる場合があります。
- ・順延日に参加できない場合の取扱い等については、JRE MALL 販売ページをご確認ください。
- ・朝ヨガの終了後まで着替えるスペースがございません。「見晴亭」に到着後、着替えができます。
- ・その他、お申込みに関する詳細は JRE MALL の販売ページをご確認ください。
- ・2026 年 10 月時点の情報です。画像はすべてイメージです。

■企画した公立大学法人都留文科大学生からのコメント

私たちは、都留文科大学教養学部地域社会学科 鈴木健大ゼミ「沿線地域活性化プロジェクト SHARELLY」に所属しています。このツアーは、「山梨県東部地域の魅力を、多くの人に知ってもらい、何度も訪れたい地域にしたい」という想いから企画しました。準備を進める中で、私たちは地域の方々と交流を重ね、豊かな自然と人の温かさに触れてきました。

このツアーには、山梨県東部地域ならではの“朝の魅力”が詰まっています。朝の澄んだ空気や川のせせらぎ、ハーブの香りに包まれながら、心とカラダを整える特別な時間をお楽しみください。参加者の皆さんが、この地域やそこに暮らす人々を好きになり、「また来たい」と思えるきっかけとなれば幸いです。



■大月駅からのコメント

JR 東日本では、地域の皆さまや教育機関と連携しながら、沿線地域の魅力発信や交流人口・関係人口の創出に取り組んでいます。本企画は、都留文科大学の学生が地域を歩き、地域の方々との交流を通じて企画したツアーです。首都圏からアクセスしやすい山梨県東部地域の新たな魅力を感じていただき、「また訪れたい」と思っていていただくきっかけになれば幸いです。

