



女子旅は
オシャレに
気軽に釣り
を体験!

手の平サイズの
可愛いタコ♥
東京湾でイイダコ
釣りにチャレンジ!



今回は千葉県釣りインストラクター連絡機構のご協力により、船に乗る前にイイダコ釣りのレクチャーをしていただきました。



②守山丸
千葉県千葉市中央区寒川町 2-203
(集合場所)
TEL : 080-5898-2385



釣りの前に地元の釣具店で



情報やオシャレなウェアもチェック!



キャストイング市原 16 号店で、釣り具メーカー「DAIWA」の担当の方から釣りウェアの機能性などのレクチャーをしていただきました。釣具店で分からないことがあったら、まずは店員さんに話しかけてみましょう。

①キャストイング市原 16 号店
千葉県市原市
八幡海岸通 1963-3
TEL : 0436-40-2085



東京湾の港には
初心者&女性大歓迎の
船も多い

東京湾はさまざまな魚が釣れるポイントがいっぱい。釣り船を出す船宿も多くあります。

女子旅一日目に最初に立ち寄ったのは大型釣具店キャストイング。釣りをするならまずは最寄りの釣具店に寄るのがオススメです。これから行く釣り場や時期によって釣れる魚の種類、必要な釣り道具など地元ならではの情報が手に入ります。

そして、準備が整ったら釣り船に乗って9月〜11月がシーズンのイイダコ釣りにチャレンジ。イイダコは手の平サイズのタコ。生きたエサを付ける必要がなく、貝に似せた「テナヤ」という仕掛けて簡単に釣ることがができます。今回乗船した守山丸は水洗トイレなどの設備が整った快適な船で、船長が釣れるポイントをやさしく丁寧に案内してくれるので初心者でも安心です。女性や初心者歓迎の船なら、釣り道具のレンタルから、釣り方までレクチャーしてくれることも。予約の際に「女性のみで、初心者です」と事前に伝えましょう。

女子旅はオシャレに気軽に釣りを体験！



たくさん釣れて、みんな笑顔！



下船後にはツアー参加者の皆さんで記念撮影！



釣りナビゲーターのあべなぎさんのレクチャーで、皆さん次々と釣果が。中には大きなマダコを釣り上げた方もいました。



釣り船の予約方法

- ・事前に乗船予約の電話をしましょう。(もしくは乗船予約のホームページを利用)
- ・日程、人数を伝えます。
- ・①乗船料金②エサ等の料金③釣具レンタルの有無④出港・帰港時間⑤集合場所⑥車で行く場合は駐車場の有無⑦電車で行く場合は送迎の有無⑧主に釣れる魚種⑨船内トイレの有無⑩着替えスペースの有無等、以上の10項目は必ず確認しましょう。
- ・前日に必ず出船確認をしましょう。(連絡は夕刻までに)

主な釣り船の種類は2つ



乗り合い船

釣り船が主催する船。魚種、出港・帰港時間が決まっており、一人でも乗船が可能です。



仕立て船

貸し切り船。魚種、出港・帰港時間の設定が可能な場合が多い。複数の仲間で利用する際に最適です。

女子旅1日目オススメプラン

- ① キャスティング市原16号店
 - ② 守山丸
 - ③ 天然温泉 海辺の湯
 - ④ the Fish
 - ⑤ 年間民宿 蔵屋敷
 - ⑥ グランドプレミアホテル
- 約20分(車)
約5分(車)
約60分(車)
約30分(車)

美しい夕陽を見ながら オリジナルスイーツに舌鼓



① the Fish
千葉県富津市金谷 2288
TEL : 0439-69-2161

南房総のお土産がずらりと揃うお買い物エリアにシーフードレストラン、地魚回転寿司 船主、海鮮浜焼き まるはま、手作りお菓子工房見波亭など、南房総の「恵み」がギュッと詰まった楽しいスポットです。



③天然温泉 海辺の湯
千葉県富津市金谷 525-17
TEL : 0439-69-8500



東京湾の絶景が楽しめる日帰り温泉。釣りで疲れた体を癒してくれます。

**女子旅ならスイーツに
温泉も楽しみたい！
宿は自分に合った
テイストをチョイス**

釣りの後にさっぱりしたいなら、天然温泉 海辺の湯。海を眺めながらゆったりとき、お土産も充実しています。

そして、女子旅に欠かせないティータイムにオススメなのが the Fish。レストランは海側全面ガラス張りのオーシャンビューで、美しい夕陽も見ることができます。近くにそびえる金谷のシンボル「鍋山」をイメージしたパウムクレーンは思わず笑顔になる美味しさです。

疲れた体を癒す宿はどこか懐かしい雰囲気の民宿 蔵屋敷と気ままに過ごせるコンドミニアム型ホテル グランビュー岩井をご紹介します。蔵屋敷では地元で獲れた魚介を中心とした料理が味わえ、穏やかで静かな夜を楽しめます。

一方グランビュー岩井は人数での旅に最適。キッチンが各部屋に用意されているので、その日に釣った魚をすぐに料理して、パーティーも。



●イダコの下処理

頭(胴体)から指を入れ、ひっくり返して墨袋を破らないように取り除き、目を切り落とし、くちばしを取り除きます。サルやボールにイダコを入れ、塩をふり手で揉み、流水で洗い流してヌメリをとりずす。

①イダコのお刺身

下処理したイダコをサッと茹でてネギ・白ゴマをまぶします。ごま油に塩を入れたタレにチョンとつけて食べるのが美味しく食べられます。

②イダコのアヒージョ

ガーリックオリーブオイルにイダコ、トマト、パセリを入れてグツグツ煮ます。スライスしたバケットをイダコの旨みが溶け込んだオリーブオイルにジワッとつけて食べるスペイン風おつまみです。

③タコキムチ

下処理したイダコをキムチと和えるだけで簡単にできます。

④タコ飯

炊飯器に分量より気持ち少なめに水を入れ、白だし・みりん・醤油・イダコ・生姜を入れてスイッチオン! 素材の味を楽しめます。

あべなぎささん
オススメ!
イダコ簡単
レシピ!

キッチン完備で自宅の
ようにリラックス
釣った魚もすぐに
調理できる!



食事付き(写真は一例) プランもありますが、各室にキッチンを完備しているので自分で釣った魚もすぐに料理できます。最上階にある絶景展望温泉も魅力。

⑥コンドミアムホテル グランビュー岩井
千葉県南房総市久枝 527-16
TEL: 0470-57-3311



アットホームな
空気が流れる
民宿でほっこり



⑤年間民宿 蔵屋敷
千葉県南房総市久枝 608
TEL: 0470-57-4150

各部屋は離れになっていて、ゆったりと過ごせます。事前に連絡をすれば釣った魚を夕食で出してもらえます。

二日目は
ちよい投げ釣りに
チャレンジ!

簡単に誰でも楽しめる
ちよい投げ釣りを体験!



⑧ 渚の駅 たてやま
千葉県館山市館山 1564-1
TEL : 0470-22-3606

「館山ふるさと大使」であり、「渚の駅」たてやまの名譽
駅長でもある「さかなクン」のイラストが目印。ショップ
や食事処だけではなく、さかなクンギャラリーも一見の
価値アリです。

NPO 法人たてやま・海辺の鑑定団
の竹内聖一さんに「ちよい投げ釣り」
を初心者にも分かりやすく、楽しく
レクチャーしていただきました。

初心者におススメ!
体験プログラムで
手軽に釣りを楽しめる

二日目は、海辺の自然体験を楽し
むさまざまなプログラムを企画す
るNPO法人たてやま・海辺の鑑定
団の「ちよい投げ釣り体験プログラ
ム」に参加しました。このプログラ
ムでは、釣りをする前に、今日釣れ
る魚の種類から釣り道具の組み立
て方、エサのつけ方、「ちよい投げ」
の動作の仕方などのレクチャーを
受けてから、実際に釣りをするので、
初心者におススメ。今回は渚の駅た
てやまでレクチャーを受け、隣接す
る館山夕日栈橋でシロギス釣りを
しました。「ちよい投げ釣り体験プ
ログラム」は小学4年生以上の方な
らだれでも参加できます。他にも
貝を使ってアクセサリを作る「海
辺のクラフト体験」や海辺を散策
する「ビーチコーミング」など楽し
いプログラムもありますので、ホー
ムページをチェックしてみましょ
う。



ちょい投げで使うエサは、ミズによく似たアオイソメが定番です。シロギス以外にもカワハギやタイ類など、いろいろな魚が釣れていました。

シロギス(写真下)は細長い体型で、小さく長い口を持つのが特徴。淡白でクセのない白身でフライなどにするのがオススメです。



たてやま・海辺の鑑定団とは?

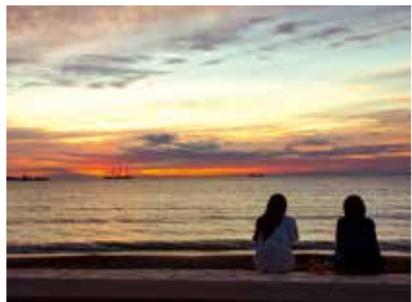
南房総の自然資源を活用し、海辺の自然体験の機会を提供するNPO法人。ちょい投げ釣り体験など、さまざまなプログラムで南房総の自然を体験できます。



(体験プログラムは年間を通じて開催)

⑦ NPO 法人たてやま・海辺の鑑定団

千葉県館山市沼 979
TEL: 0470-24-7088 (水曜休)
<http://www.umikan.jp/>



館山湾の夕陽は「日本の夕陽百選」に選ばれています。

女子旅2日目オススメプラン

- ⑤ 年間民宿 蔵屋敷
- ⑥ コンドミニアム
ホテルグランビュー 岩井
- ⑦ 館山市内で「ちょい投げ釣り体験プログラム」
- ⑧ 渚の駅 たてやま
- ⑨ CAFE TSUMUGI
- ⑩ 館山こがね農園
- ⑪ たてやま温泉 千里の風
- ⑫ ウミナカプラザ内 千葉県観光物産協会



オシャレなカフェで
ひとやすみ



⑨ CAFE TSUMUGI
千葉県館山市館山 1560-16
TEL: 0470-24-0268
営業時間: 11:30 ~ 17:00
(ラストオーダー 16:30)
定休日: 月曜・その他不定休

アンティークなアイテムでくつろげる店内でのランチも魅力的。キーマカレーやタコライス、ナシゴレンなどフードメニューも充実しています。可愛い小物もチェックしてみてください。



⑩ たてやま温泉 千里の風
千葉県館山市藤原 1495-1
TEL: 0470-28-2211
日帰り入浴営業時間: 11:00 ~ 15:00、
18:00 ~ 21:00
入浴料金: 平日 1,000 円 (税込)
土日休日 1,300 円 (税込)
お子様 (2 ~ 6 歳) は半額
宿泊料金: 平日 16,500 円 (税別) ~

落ち着いた雰囲気の人気宿。太平洋を望む絶景展望露天風呂と館山の海の幸を堪能できます。

オシャレなカフェと 旬の味覚狩り お土産も大事です

釣りの後のランチは、館山夕日棧橋の目の前にある CAFE TSUMUGI で。落ち着いた雰囲気の内は、女子旅はもちろん、カップルで訪れるのもオススメ。ランチメニューも充実しています。

次に立ち寄ったのは館山こがね農園。ここでは、8月上旬から11月上旬にかけて、旬のいちじく狩りを楽しめます。ハウスに広がる甘い香りにうっとり。農園内にあるカフェでは、いちじくを使ったスイーツや、ドライいちじくが女性に大人気です。

旅の最後はちょっと足を伸ばして太平洋を望む絶景露天風呂へ。たてやま温泉 千里の風の日帰り入浴で旅の疲れを癒して帰路につきます。

車で来たなら、海ほたるパークエリアのウミナプラザでのお土産選びも忘れずに。



豊かな自然に囲まれた農園で女性に人気のいちじく狩りができます。併設された農村喫茶Pereではいちじくソフトクリームや、いちじく大福などのスイーツも食べることができます。

⑩ 館山こがね農園
千葉県館山市西長田 370
TEL : 090-4757-5563
(いちじく狩りは 8 月上旬
～ 11 月上旬)



海ほたるPAの ウミナカプラザには 千葉ならではの お土産がいっぱい！



⑩ ウミナカプラザ内千葉県観光物産協会
千葉県木更津市中島地先海ほたる
TEL : 0438-41-6141



車で千葉に来たら、海ほたるPA内にあるウミナカプラザをチェック。千葉ならではの特産品を使ったお土産が多数用意されています。

