Reset in IKI 壱岐

「何もしない、
何も考えない、
心を空っぽにする」旅

活水女子大学ーきばっちガールズー
吉田彩花・園田聖奈・古賀由里子
中嶋和希・宮本詩菜・溝上空

イントロダクション

博多港から、わずか1時間で来れる癒しの島「壱岐」

ここに“今”、最も必要とされている「観光まちづくり」とは？

イントロダクション

壱岐には“宝”＝観光資源が多く存在します。

そして、それらの多くがすでに有効に活用されています。

“壱岐島
四十二社
巡り“

“砂浜さんぽ”
（壱岐島砂浜会）

壱岐
イルカパーク
&リゾート

“壱岐ちゃり”で
島内移動

イントロダクション

もちろん、まだまだ未開拓の資源もありますが。

沢山の人の**知恵**と**努力**で、壱岐は発展し続けているのです。

- 多様な観光ツアー
- モデルプラン作成
- 大規模なイベント
- メディアでの取り上げ

では、**壱岐**（ここ）で新たに“観光まちづくり”プランを掲げるなら

一体何に注目して、何をどうすればいいのだろう？

イントロダクション

LAMP壱岐　支配人
勢古口　さま

「何かする」

その“何か”＝目的って

無くてもいいんじゃないか？

あえて「何もしない」が出来たら

それってとても良いんじゃないか？

壱岐はそれを可能に出来る場所だと思う。

僕は壱岐をそういう場所にしたい。

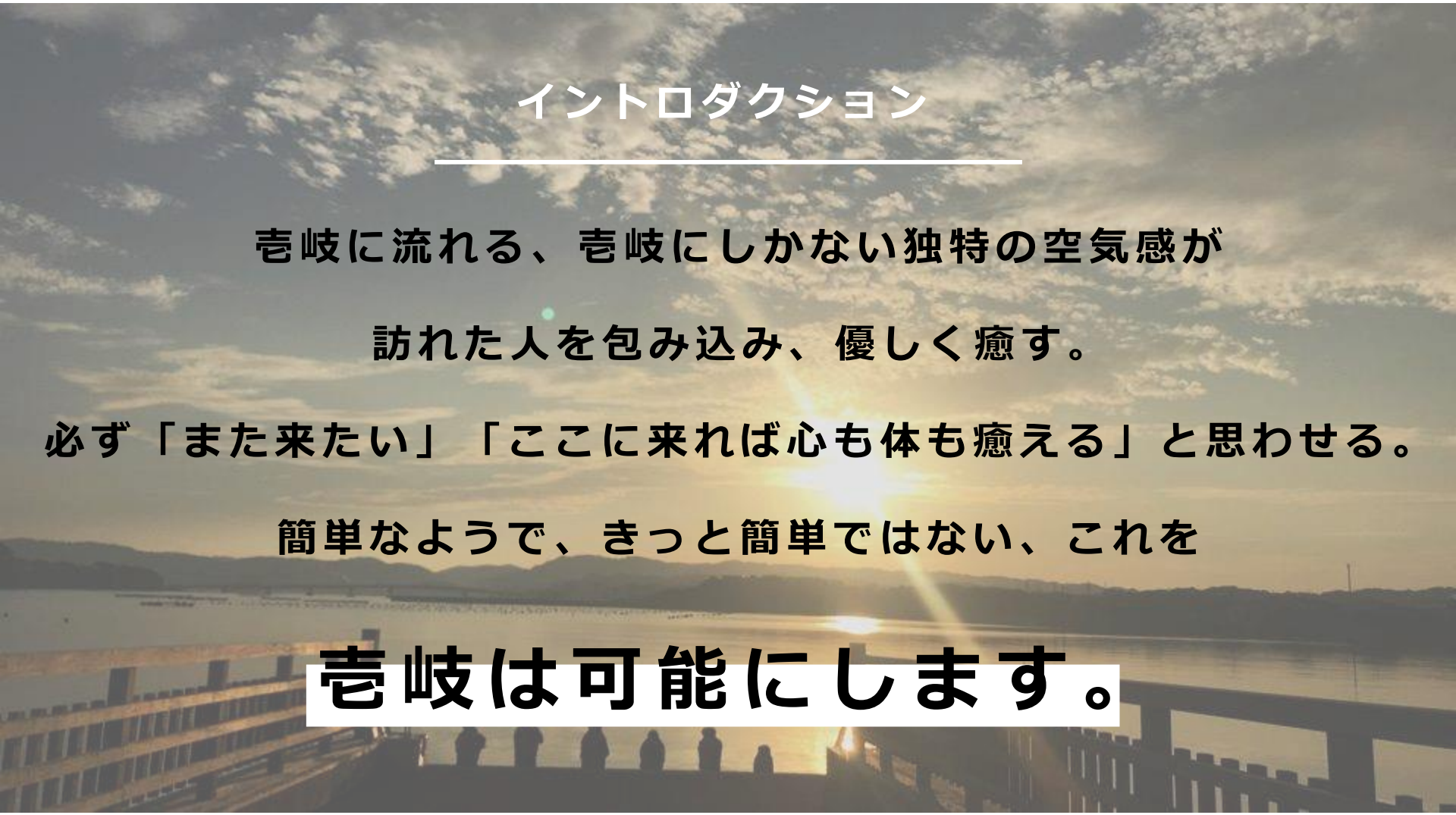
なんだか疲れている今の若者にとって

必要なのは、

あえて「何もしないで、何も考えないで

心を空っぽにする」こと

なのではないでしょうか？



イントロダクション

壱岐に流れる、壱岐にしかない独特の空気感が

訪れた人を包み込み、優しく癒す。

必ず「また来たい」「ここに来れば心も体も癒える」と思わせる。

簡単なようで、きっと簡単ではない、これを

壱岐は可能にします。

ここからのコンテンツ

① 壱岐の現状と課題

② 解決策

③ プラン提案

④ プランによる効果

⑤ 旅程表

⑥ 実現へのプロセス

⑦ おわりに

① 壱岐の現状と課題

✓ まだまだ低い知名度

✓ 観光客の減少傾向↘

リピーターが少ない＝“次”に繋がっていない

✓ 日帰り観光客が多い

アクセス良好、ゆえに気軽に、宿泊無しで帰ってしまう

② 解決策

✓ 壱岐を印象づける

「壱岐に行けば、何もしなくても何も考えなくても癒されるよね！」
そのような”癒しの島・壱岐“を定着させます。

✓ リピーターを増やす

一度来ただけでは、都会へ戻ればまた、心詰まりは生じることでしょう。
心を空っぽにするために、また行きたい！と思わせます。

✓ 若者の情報発信力を生かす

口コミなどの宣伝力、それがもたらす影響力に期待して
より発信力を持っていると思われる「若者」をターゲットとします。

✓ 観光＋αの３泊４日で安くて手軽

あえて、「何もしない」ために、どうすれば良いかを提案します。

「私たちは提案します」

心がちょっと疲れたら、

いちど自分を空っぽにしてみてはいかがですか？

エメラルドグリーンの海と、真っ白な砂浜。

ときには**何もしないで、何も考えないで過ごして**みては？

そして、空っぽになった心に

“宝”を詰め込んで、帰ってください。

そうして、また心にいらないものが溜まってきたら

「癒しの島・壱岐」に戻ってきてください。

③ プラン提案

メインテーマ：

Reset in IKI

「何もしないで、何も考えないで、心を空っぽにする」旅

プラン概要

■ターゲット：都会での生活、仕事に疲れた**若者たち**

■時期：オールシーズン　　■日程：**３泊４日**プラン

Day 1　到着・遊覧船・温泉

Day 2　トレジャーハント・お昼寝・カクテル作り

Day 3　休息・砂浜さんぽ・ハーバリウム体験・宴会

Day 4　休息・帰宅

③ プラン提案

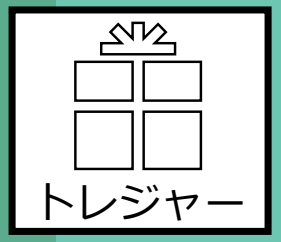
リセット Reset への過程

❶「何もしない、何も考えない」

❷「心を空っぽにする」

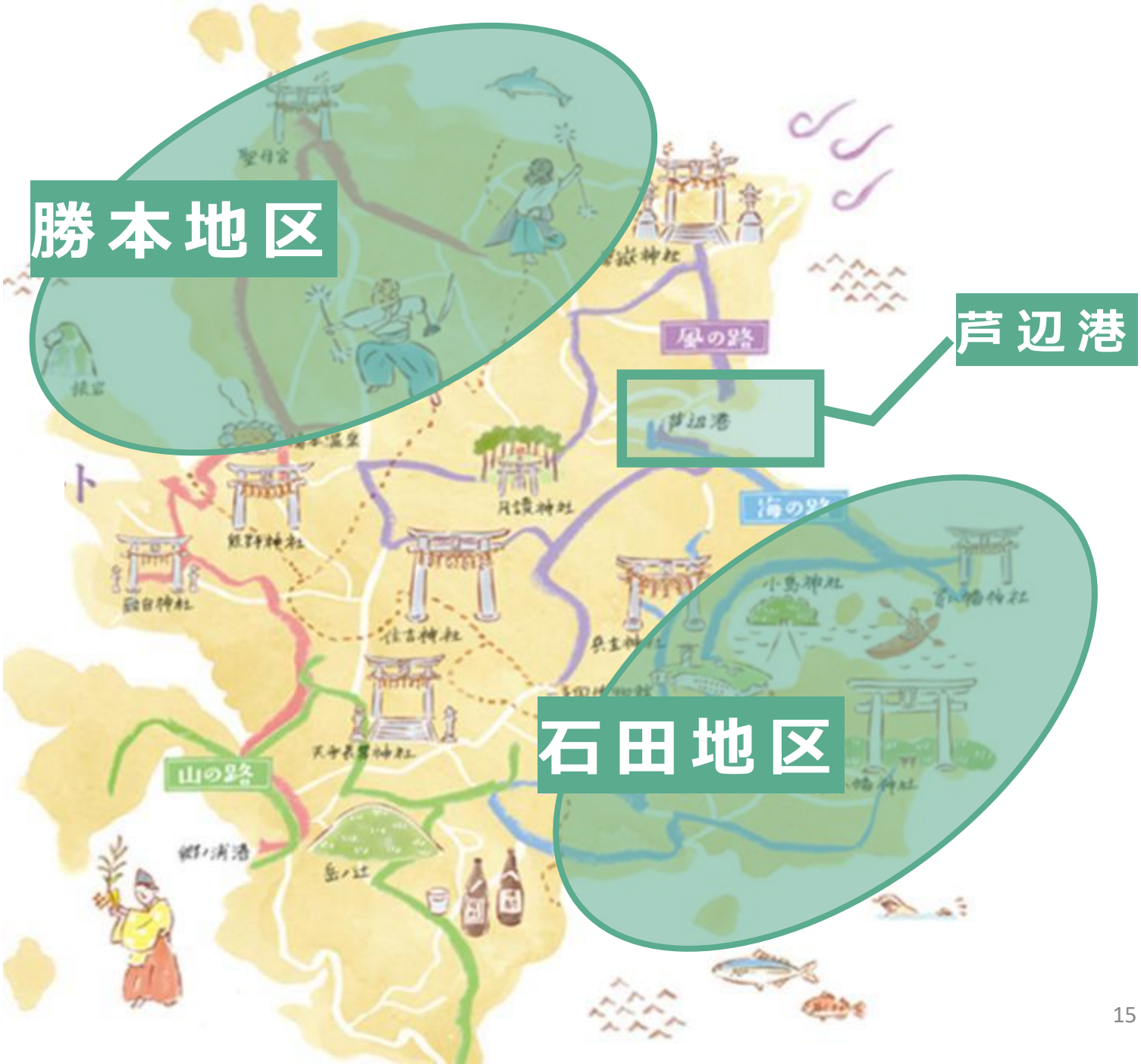
Reset
Point

❸心に”宝“を詰める



それではいよいよ出発です。
いざ、“Reset”の旅へ。

・＜福岡＞博多港→＜壱岐＞芦辺港 高速船で約1時間５分


勝本地区
芦辺港
石田地区
風の路
海の路
山の路
芦辺港
月讀神社
住吉神社
小島神社
天満宮神社
郷ノ浦港
玄ノ辻

Day１　到着

・勝本方面へバス移動

Reset
Point

１．壱岐の空気感を存分に感じる。

２．辰の島遊覧船

・勝本町　宿から徒歩圏内
・遊覧コース　約40分（¥1,500）

Reset
Point

あまりの美しさに、心が震える異世界体験。

疲れた心はきれいさっぱり浄化されるでしょう。

Day１　宿泊

・ドミトリー　1人1泊¥4,000～
・個室　1部屋（定員2名～6名）
12,000円～

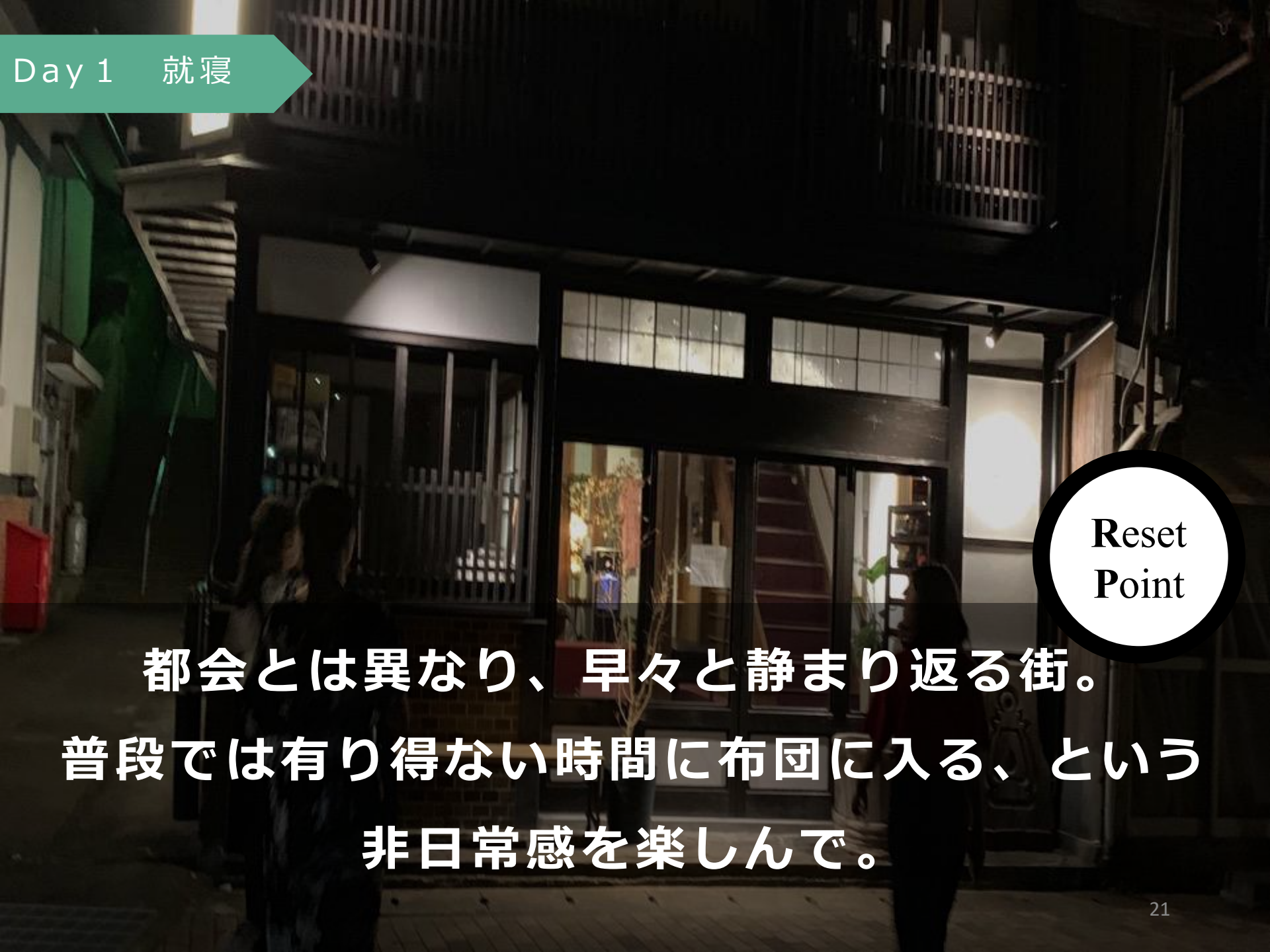
Reset
Point

２．LAMP壱岐にて身体をやすめる。

Reset Point

・勝本↔湯ノ本　路線バスあり

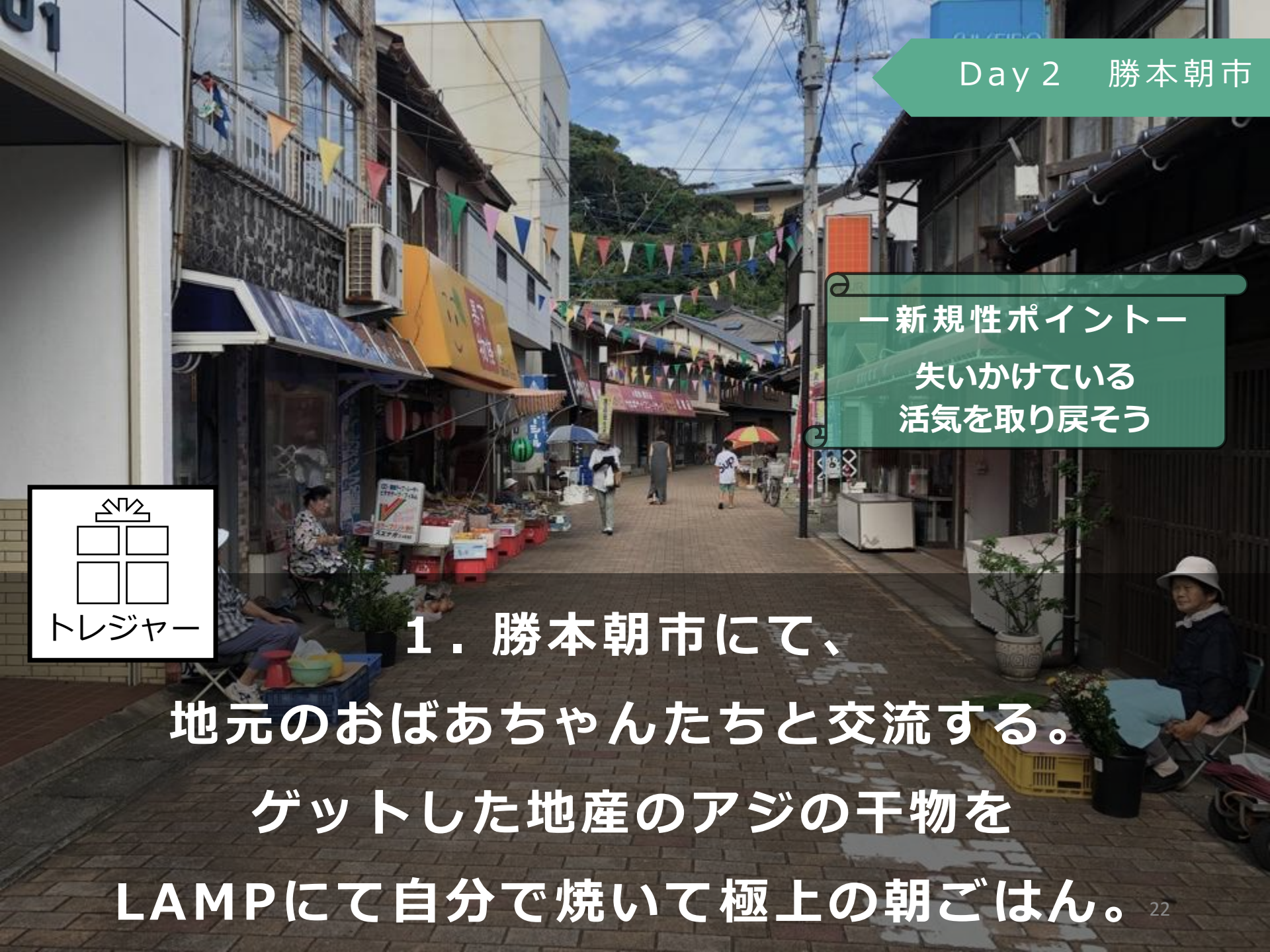
３．湯ノ本温泉でリフレッシュ。



Day１　就寝

Reset Point

都会とは異なり、早々と静まり返る街。
普段では有り得ない時間に布団に入る、という
非日常感を楽しんで。



Day２　勝本朝市

ー新規性ポイントー

失いかけている
活気を取り戻そう

トレジャー

１．勝本朝市にて、
地元のおばあちゃんたちと交流する。
ゲットした地産のアジの干物を
LAMPにて自分で焼いて極上の朝ごはん。

ー新規性ポイントー
パンフレットには載っていない
“人”との出会い

トレジャー

2．“ジャム兄”に会いに行く。
特製「Resetジャム」をいただく。

ー下條くだもの店　下條明博さまー

Day２　イルカパーク&リゾート

・イルカに触れる、学ぶ、語る
＜名物＞
挽きたてのこだわりコーヒー、
ふわふわのパンケーキ

Reset
Point

３．ハンモックに揺られてひたすらのんびり。
ぼーっと、イルカを眺める。

ー新規性ポイントー
今後、壱岐を代表する資源になること間違いなしのニューフェイス

トレジャー

４．壱岐島でしか買えない漫画カルチャー雑誌『COZIKI』をいただく。

トレジャー

４．壱岐銘菓「かす巻き」 をいただく。

Day２　休息
（LAMP）

Reset
Point

この旅の目玉①

お昼寝、する。

６．目覚めたら聖母宮まで夕暮れさんぽ。
大きな大きな貝でつくられた
とっても珍しい手水鉢で身を清める。

Reset Point

Day２　聖母宮

ー新規性ポイントー

あまり注目されていないことが

もったいない貴重な資源

７．壱岐焼酎で一杯の美味しいカクテルづくり。
リラックス効果で快眠、安眠。

Reset Point

Day２　壱岐焼酎

勝本地区

石田地区

ここまでのキロク

- ✓ 勝本の海沿いを歩きながら多種多様なリセット！
- ✓ 数々のトレジャーゲット！
- ✓ 地元の方々との交流成功！
- ✓ お昼寝、により体力回復！

これからのヨテイ

- ✓ 石田方面へバス移動
- ✓ 石田の海沿いを歩きながら多種多様なリセット！

１．目覚ましはセットせずに自由な時間に起きてゆっくり過ごす。

Reset Point

Day３　起床

・小松浜～大浜～筒城浜にかけて
をゆっくりおさんぽする
約２時間のコース

Reset
Point

２．“砂浜さんぽ”、をする。

ご協力：壱岐島砂浜会さま

ご協力：YADORI さま

Day 3　砂浜さんぽ

トレジャー

3．“幸せのさくら貝”探し。

YADORIにて、集めた貝殻等を瓶詰めして

オンリーワンの飾り物を作る。

Day 3　宴会

・美味しい壱岐料理の提供
・島民の方々にも参加を募る

トレジャー

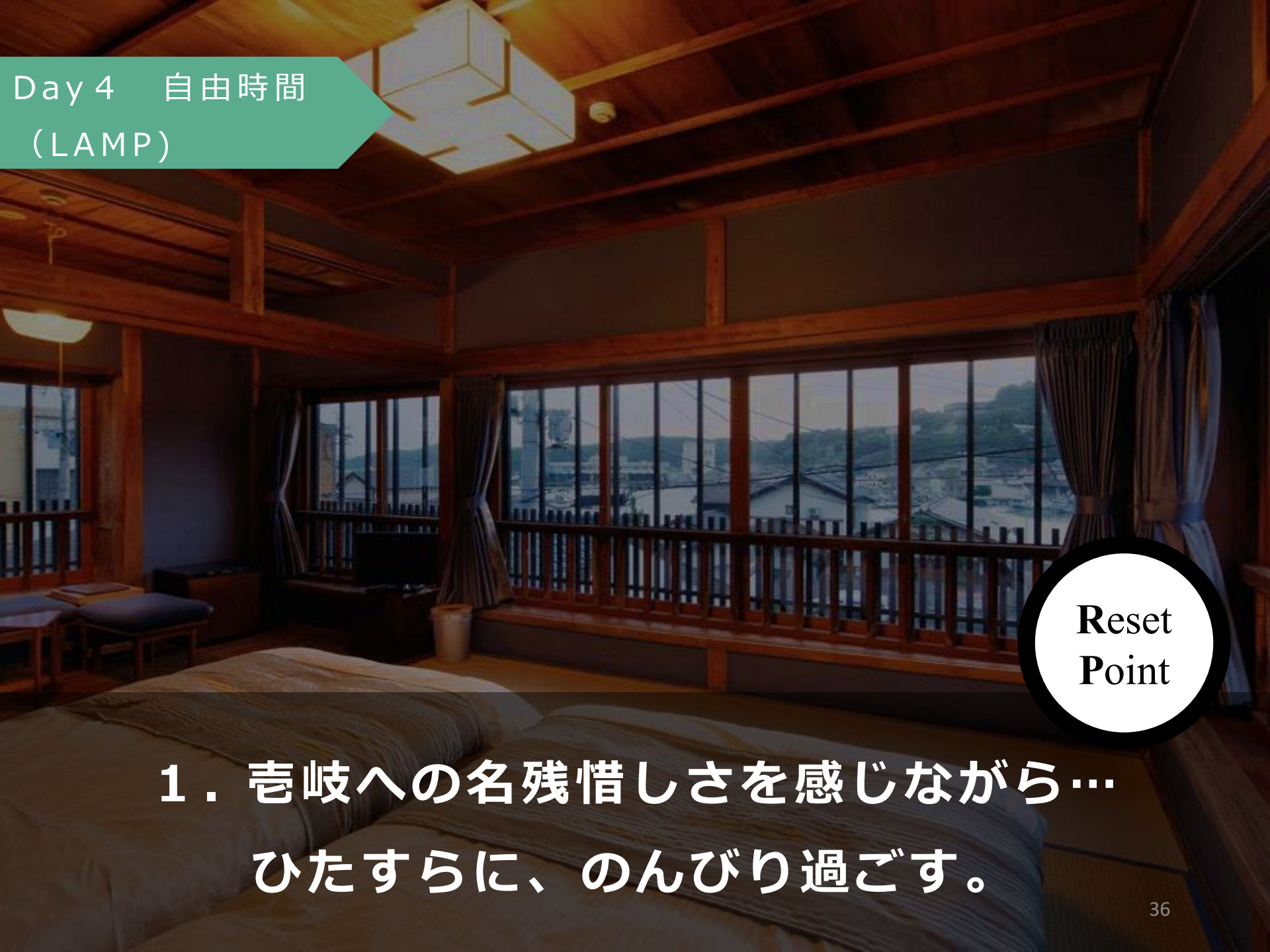
この旅の目玉②

壱岐民達との宴。

ご協力：YADORI さま

トレジャー

４．炊きたてを釜ごとテーブルへ。
壱岐の郷土料理「鯛めし」を食べる。



Day４　自由時間
（LAMP）

Reset
Point

１．壱岐への名残惜しさを感じながら…
ひたすらに、のんびり過ごす。

Day４　自由時間（港）

Reset
Point

２．漁港で海や船、遠くの景色を
ぼーっと眺めてみる。

3．リセット完了！

元気よく、帰宅。

自宅に着いて、「よし、明日からもまた頑張ろう」と思えた時がゴール。

④ プランによる効果

❶「何もしない、何も考えない」

→ 「お昼寝、のんびり、休息」

豊富な休息時間、自由時間による心身への直接的な癒し

❷「心を空っぽにする」

→ 「広大な海、絶景、大自然」

非日常的な景観、空気感

壱岐独特のそれが心をリセット

❸心に"宝"を詰める

→ 「名産品、郷土料理」

見て、触れて、

得ることのできた

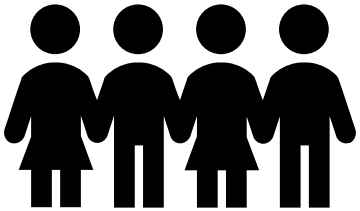
島に溢れる多様な宝の数々

④ プランによる効果

島民

・フォロワー、リピーター獲得
・インフルエンサー獲得
・活躍の場が増える

・壱岐に来れば癒されて、心をリセットできるから、
また来よう！
・こんなに素晴らしい場所を、友達にも教えよう！



都会の若者達

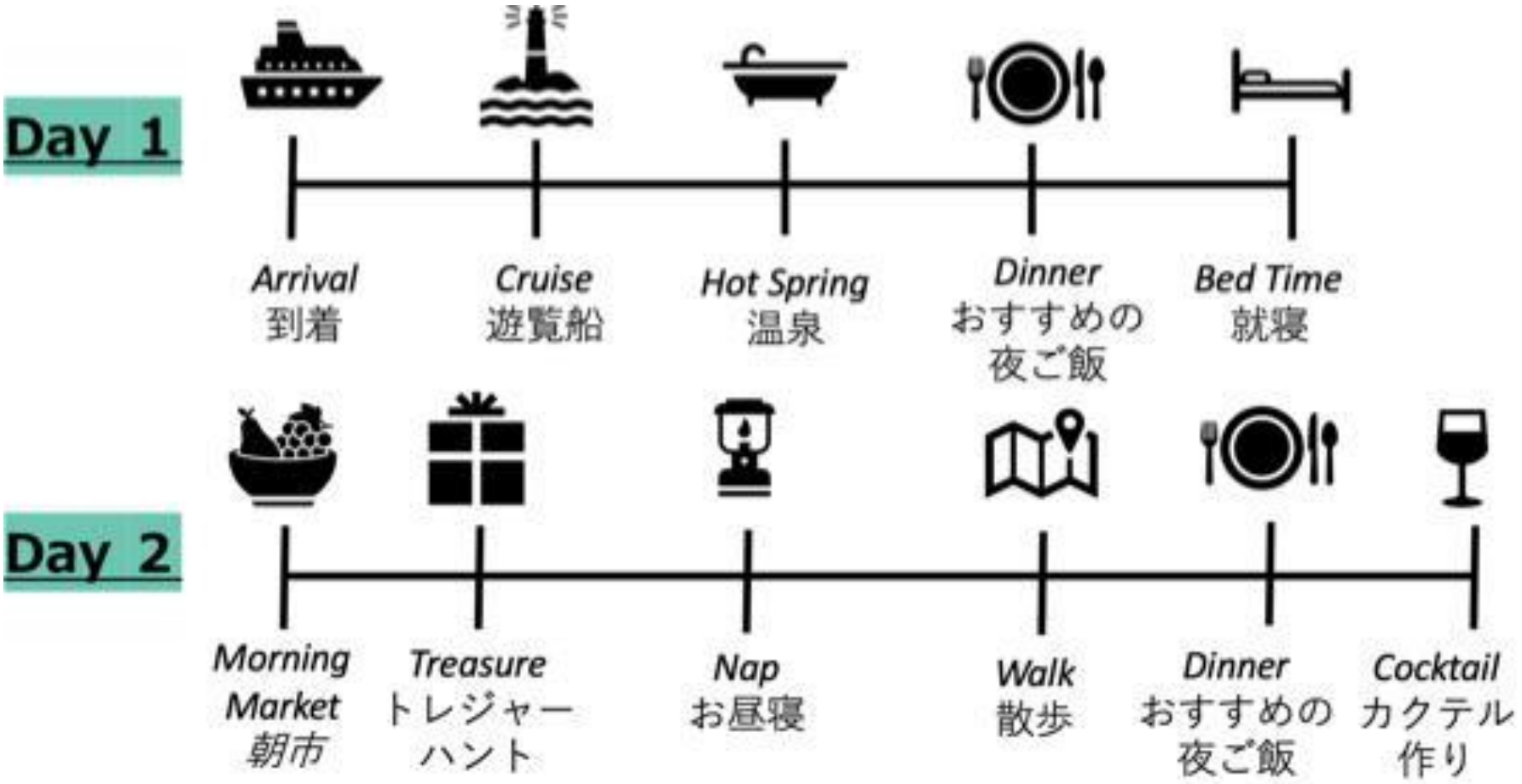
＜島全体への効果＞

・経済効果　・通年の観光が実現　・インフルエンサーによる話題性の獲得
・新たな層の観光客獲得　・リピーターから移住者確保の可能性

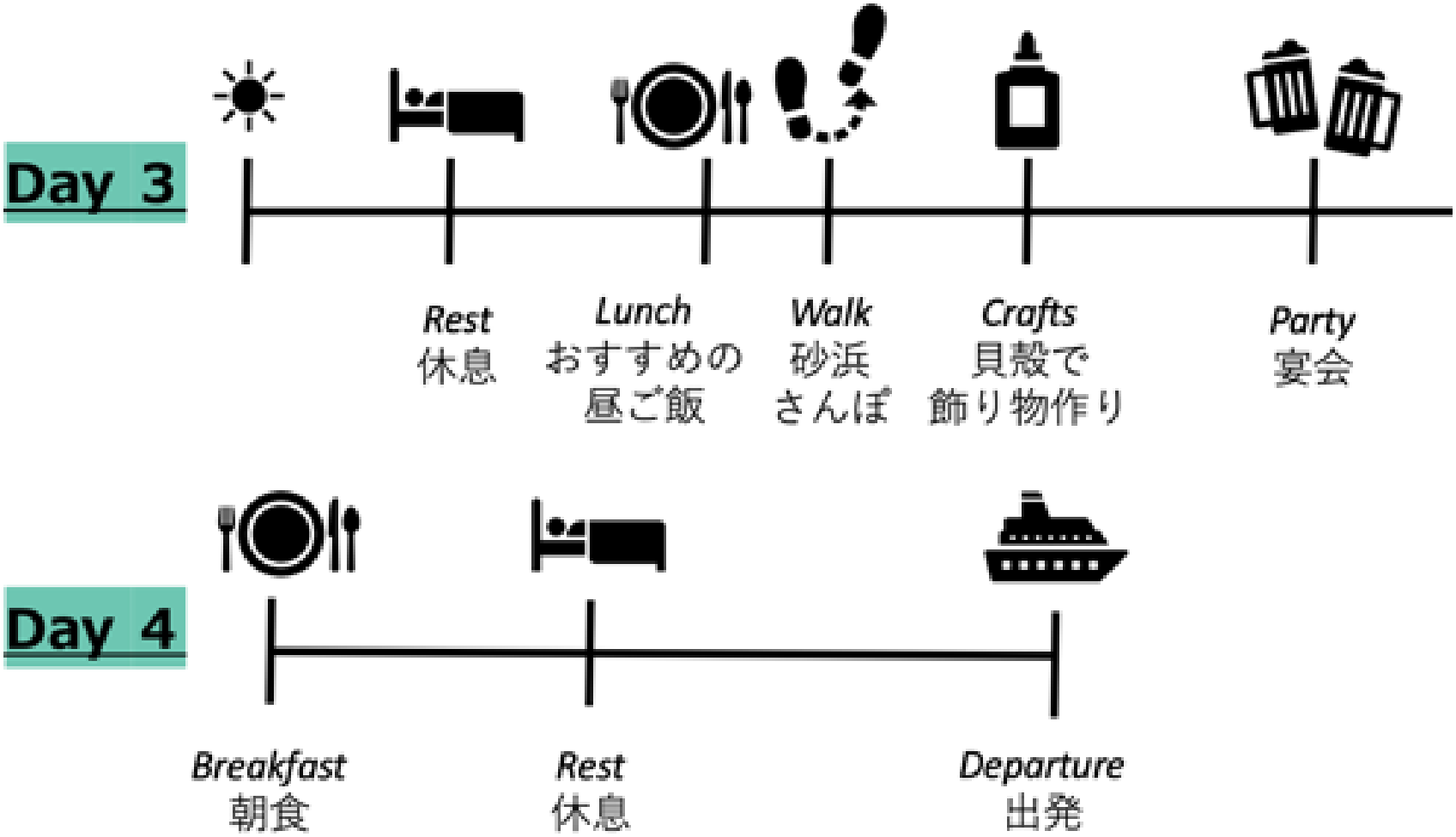
⑤ 旅 程 表

Reset in IKI

「何もしないで、何も考えないで、心を空っぽにする」旅



⑤ 旅 程 表


Day 3
Rest
休息
Lunch
おすすめの
昼ご飯
Walk
砂浜
さんぽ
Crafts
貝殻で
飾り物作り
Party
宴会
Day 4
Breakfast
朝食
Rest
休息
Departure
出発

⑥　実現へのプロセス

※博多までの交通費、プラン外の昼食・夕食費、旅行会社等への利益　は含めておりません。

	料金（1人あたり）
高速船ジェットフォイル（博多↔壱岐・芦辺）	¥4,040 × 2 = ¥8,080
路線バス（行き：芦辺→勝本、帰り：勝本→芦辺）	¥670 × 2 =¥1,340
辰の島遊覧船（40分）	¥1,500
宿泊＜LAMP壱岐＞（ドミトリー・朝食付き）	1泊¥4,000 ×3泊 ＝¥12,000
Resetジャム＜下條くだもの店＞	¥380
イルカパーク＆リゾート入場料	¥500
『COZIKI』	¥1,296
土肥製菓（お菓子詰め合わせ）	¥304
路線バス　一日フリー乗車券	¥1,000
島ハーバリウム体験＜YADORI＞（２時間）	¥2,500
宴会夕食　壱岐島海の幸コース＜YADORI＞	¥2,500
壱岐焼酎＜BISTRO LAMP＞	¥1,000
合計	**¥32,400**

⑦　おわりに

ご協力いただいた皆様

■壱岐市　観光課　観光しまづくり班　篠崎恵美　さま

■壱岐市　観光課　観光しまづくり班　中村勇貴　さま

■壱岐市　観光課　地域おこし協力隊　梅田はつみ　さま

■壱岐島砂浜会　事務局長・YADORI オーナー　松尾啓子　さま

■LAMP壱岐　支配人　勢古口　さま

■下條くだもの店　下條明博　さま

■土肥製菓　酒井太我　さま

■壱岐市田河小学校校長　松嶋真美子　さま

■九州郵船　さま

～ご協力ありがとうございました～

⑦ おわりに

疲れている若者にとって必要な、あえて、

「何もしないで、何も考えないで、心を空っぽにすること」。

簡単なようで、簡単ではないこれを可能にできるのが、壱岐。

一度、心を空っぽにしてみることが、どれほど重要か。

そこに“宝”を詰めてみたとき、その“宝”の輝きに

どれだけ心が和まされ、どれほどの感動を味わえるのか。

たくさんの方に、この感動体験を味わって頂きたいです。

壱岐で、リセット。

壱岐に魅了される人が、これからもっともっと増えていきますように。