



写真：森山雅智

E 湘南エリア/茅ヶ崎市
SKY SURF YOGA 茅ヶ崎
サンライズビーチヨガ

茅ヶ崎エリアのビーチで風や海を感じ、朝陽を浴びながら体を動かせば、心も体もリラックスできます。インストラクターが丁寧にレッスするので、未経験でも安心!

📍(集合)茅ヶ崎市東海岸南(茅ヶ崎パーク(ヘッドランドビーチ)) 🚌茅ヶ崎駅からバス約5分「ヘッドランド入口」下車徒歩約4分 📄HPで確認ください 📞(集合) 7:30 ☎skysurfyoga@gmail.com (要予約)



D 横須賀&三浦エリア/鎌倉市
東慶寺 写経

心を込めて自ら墨をすり、毛筆で般若心経を写すひととき。山門を入り会場の白蓮舎までの境内から静寂の体験が始まります。

📍鎌倉市山ノ内1367 🚌北鎌倉駅から徒歩約4分
 🕒(拝観)9:00~16:00 【写経受付】9:00~12:00(最終退室14:00) 松岡宝蔵内売店に申し出る。📄行事などでお休みの場合がございます。詳細はHPにてご確認ください。☎0467-22-1663



C 県西エリア/湯河原町
湯河原温泉

古くから万病に効く良質な温泉として知られており、明治時代には夏目漱石が保養に訪れるなど、数多くの文人に愛されました。豊かな自然も魅力のひとつです。

📍湯河原町宮上
 🚌湯河原駅からバス約10分~20分
 ☎0465-64-1234 (湯河原温泉観光協会)



カナガワの夜 朝のカナガワ

夜と朝を
一緒にすごそうカナ

夜にしか見ることができない景色がある。朝にしか感じることができない空気がある。神奈川の魅力は賑やかな街並みと、豊かな自然、そして歴史ある伝統や文化。煌めきを放つ、川崎の工場夜景に、横浜みなとみらいエリアのビル夜景など、感動的な絶景や、山の裾野一面に広がるカラフルなイルミネーション。胸が高鳴る夜もあれば、木々のざわめきや水の流れに耳を傾け心静かに体を癒やす、湯宿で過ごす夜時間も。きつと、どんな夜も大切な人と過ごせれば

笑顔がつきないのだからうけど、神奈川の旅は一緒に過ごした時間が深く心に刻まれるはず。湘南エリアをはじめ、海から昇る朝陽を見ることができるとも神奈川の魅力。普段の生活ではなかなか朝陽を見る機会はないけれど、旅の日くらいは早起きもい。朝陽を浴びながら体を整えるヨガや、静寂の中で心を静かに筆をほらせる写経体験など、朝の時間をゆつくり、しっかりと過ごすことは、きつと大切なこと。夜から朝、時間を思い出でつなく。大切な誰かと、もちろん一人でも。素敵な夜と朝が優しく出迎えてくれるはず。

Night→Morning



A 横浜&川崎エリア/川崎市
川崎工場夜景

川崎市臨海部に広がる京浜工業地帯。作業用の明かりだけでなく、プラントから吹き出す水蒸気や炎が一体となり、幻想的な風景を作り出しています。

☎044-544-8229 (川崎市観光協会)



B 県央エリア/相模原市
さがみ湖イルミオン
さがみ湖リゾート プレジャーフォレスト

広大なリゾート全体が関東最大級約600万球の電飾で彩られるさがみ湖イルミオンは、「関東三大イルミネーション」として人気。この時期しか体験できないナイトアトラクションで幻想的な世界に入り込めます。

📅11月上旬~4月上旬 📍相模原市緑区若柳1634 🚌相模湖駅からバス約8分「プレジャーフォレスト前」下車徒歩すぐ
 🕒16:00~21:00 📄不定休 ☎0570-037-353


