

【団体旅行・添乗員一部同行】

青の交響曲で行く 世界遺産の吉野山



女性限定

寺ヨガと千本桜植樹

ツアー

出発日 2019年2月9日(土)

募集人員30名 / 最少催行人員15名

オリジナル美容ランチ (食材)



お申し込みは...
近鉄駅営業所へ



寺ヨガ



竹林院むさびの湯

千本桜植樹



鬼フェスin吉野山

1月19日~2月11日開催

期間中吉野山に鬼が出現！
鬼バルチケットを手に吉野山を満喫。

宿泊ご希望の方は宿泊手配もいたします。

※ツアー解散後、鬼バルご参加の方は営業所にて鬼バルチケットを
ご購入いただけます。お1人様2,000円(通常3,000円)



行程

大阪阿部野橋駅 ++（青の交響曲） ++ 吉野駅 ==（送迎） == 10:10 11:26

- ・ 竹林院群芳園・昼食「オリジナル美容ランチ」
 - ・ 中千本公園「桜の植樹体験」
 - ・ 竹林院群芳園 / 寺ヨガ・入浴 ※寺ヨガ終了後解散となります。
- ==（送迎）== 吉野駅 ++ 大阪阿部野橋駅
- OP で宿泊も
お手配します。

オリジナル美容ランチ（食材効能）

【原木椎茸】

- ①シイタケは全体重量の約 90% が水分で、低糖質・低脂質の食材。カリウムも生 100g あたり 19kcal(※菌床栽培もの)と低いですが、ビタミン B 群を比較的多く含んでいます。またビタミン D を含むことや、β-グルカンほか食物繊維類・特徴成分とされるエリタデニンなどを含むことから免疫力アップや健康増進にも役立つ食材としても注目されています。
- ②しいたけに含まれるビタミンDやエリタデニン、βグルカン等は、骨粗鬆症や高血圧などの予防効果、免疫の活性力を高める働きなどの機能性を有すると知られている。

【片平あかね】

- ①山辺郡山添村の片平地区で古くから作られ、地元消費されてきた伝統野菜の一つとして、奈良県により「大和野菜」に認定されている。
- ②余分なナトリウムの排出を促すことで利尿効果をもたらすカリウムや、血行を促進してくれるビタミン B 郡の仲間ナイアシンなども含まれていますから、むくみの解消にも効果が期待出来るでしょう。ナイアシンはお酒を飲むほど消費されますし、二日酔い予防にも役立つと言われている成分です。

【大和きくな】

- ①きくなに含まれる主な栄養要素はβカロテン、カルシウム、ビタミン C、鉄分です。その中でβカロテンは抗酸化物質として有名でビタミン A に変化し皮膚粘膜の形成に影響し肌荒れや皮膚の乾燥の予防に役立ちます。
- ②10種類以上の芳香成分が含まれており副交感神経を高めてリラックスさせ自律神経を安定させてくれます。

【吉野葛】

葛の根からとられる良質な澱粉「吉野葛」。吉野晒しという技法で精製された葛粉は粒子が非常に細かく消化吸収に優れています。また整腸作用もあることから便秘や下痢の際には腸内環境を整えてくれます。血流促進効果があり、寒い冬には温かい葛湯などもオススメです。特有の薬効成分を持つことから漢方の材料とされており葛根を原料とした「葛根湯」が有名です。

旅行代金

大阪阿部野橋駅から

おとな（お1人様）

11,500円

おとなの女性のみ・他駅からの設定はありません。
(旅行代金には、近鉄往復運賃、片道特急料金、片道観
光列車料金、昼食代、植樹料金、ヨガ代、諸税等が
含まれています。)

【大和当帰】

- ①当帰の葉は、さまざまな栄養成分が多く含まれていますが、中でもビタミン E をとても豊富に含んでいます。その含有量は全ての野菜・果実類でなんと 1 位！日本でもさまざまな生薬の原料となる薬用植物が栽培されるようになり、長い歴史のなかで、奈良県の生薬「大和当帰」も生まれました。
- ②ビタミン E は抗酸化作用があり、色素沈着に効果があるほか、皮膚がんを防ぐ助けとなることでも知られています。ビタミン E にはアルファ、ベータ、ガンマ、デルタの 4 種類のトコフェロールと同じくアルファ、ベータ、ガンマ、デルタの 4 種類のトコリエノール、計 8 種類が存在し化粧品には必ずと言っていいほど含まれる成分になります。

【宇陀金牛蒬】

- ①宇陀市の、粘質で保水性に優れ粒子が細かい土壌と、昼夜の温度差が生み出した風土産物であるといえる。栽培される土壌には雲母が多く含まれ、掘り出したゴボウの表面に付いて、金粉をまぶしたようにきらきらと美しく輝くことから、「金ごぼう」あるいは「金粉ごぼう」と呼ばれ、特に正月の縁起物として珍重された。長いもので 130cm ほど、直径は 7cm を超えるものもある。柔らかな肉質でありながら歯ざわりがよく、ゴボウ特有の芳香と風味に優れた、非常に質の高いゴボウである。
- ②食物繊維やポリフェノールなどを豊富に含むことから「若返り」や「デトックス」効果が期待できるヘルシー食材として注目される食材です。

【MIKA 卵】

- ①奈良県鶏卵品評会最優秀賞、大阪鶏卵品評会最優秀賞。
- ②吉野の美味しい水に、「MICA 加工」という技術を加えた水を親鳥に与えています。その親鳥たちが生んだ卵、それが「MICA 卵」です。この「MICA」とは、MINIMAL CATALYST＝極小の触媒の略で、水に長時間圧力を加えて水素結合を切断し、水分子単体が活発に動くことができる活性化鉱水を作り出す技術のこと。エネルギーの高い活性化鉱水に変化させることで、くせのないまろやかな味に変化します。
- ③卵（約 60g）に含まれるたんぱく質は約 6.3g。成人女性が一日に必要とされるたんぱく質は約 50g なので、卵 1 個で必要なたんぱく質の約 13 %、卵 2 個なら約 26% が簡単に取れます。また卵に含まれるアミノ酸は非常にバランスがよく、アミノ酸はお肌の美容にかかせないコラーゲンのモトになる成分です。

お客様へのご案内（募集型企画旅行）

（詳しい旅行条件を説明した書面をお渡ししておりますので、事前にご確認の上、お申込みください。）

1. 旅行の申込み
当社所定の申込書に所定の事項を記入し、おひとりにつき下記のお申込金又は旅行代金全額を添えてお申込みいただきます。
お申込金は旅行代金、取消料又は違約料のそれぞれの一部として取り扱います。

旅行代金	5,000円未満	5,000円以上 10,000円未満	10,000円以上 15,000円未満	15,000円以上 30,000円未満	30,000円以上
お申込金	1,000円	2,000円	3,000円	6,000円	10,000円

取消料	旅行開始日の前日から起算して	前日	当日 (旅行開始前)	旅行開始後及び 無連絡不参加
取消日	10日～8日前	7日～2日前		
取消料率	20%	30%	40%	100%

お客様の都合で出発日の変更・人員減の場合も取消料をいただきます。

3. 旅行内容の変更、旅行の中止
①当社は、天災地変・暴動、宿泊機関等の旅行サービス提供の中止、官公署の命令などの事由でパンフレットの旅行日程どりの実施が不可能なときは、当該旅行の実施を中止するか、旅行日程を変更することがあります。
②最少催行人員に満たないときは、旅行を中止する場合があります。その場合旅行開始の4日前までにご連絡します。

4. 添乗員等
①添乗員同行プラン
コース名欄に添乗員同行と表示のあるものは添乗員が同行いたします。
●添乗員の業務は原則として8時から20時までとなります。
●一部コースについては、現地到着時より、現地出発まで同行する場合があります。
この場合、集合場所までおよび解散場所からの行程については添乗員は同行いたしませんので、お客様が旅行サービスの提供を受けるための手続きはお客様自身で行っていただきます。
②現地添乗員が同行しない区間及び現地係員が業務を行わない区間において、悪天候等によってサービス内容の変更を必要とする事由が生じた場合における代替サービスの手配及び必要な手続きは、お客様ご自身で行っていただきます。
5. 特別補償
当社は、当社の責任が生じるか否かを問わず、募集型企画旅行契約の特別補償規定で定めるところにより、お客様がその生命・身体又は持荷物等の上に被った一定の損害について、あらかじめ定める額の補償金及び見舞金をお支払いします。
6. その他・基準期日
この旅行条件は、2018年11月1日現在を基準としております。

大阪府知事登録旅行業第2-2728号 一般社団法人 全国旅行業協会 正会員

**旅行企画
実施** **近畿日本鉄道株式会社**

大阪市天王寺区上本町6-1-55 <http://www.kintetsu.co.jp/>

国内旅行業務取扱管理者：若林寿光

個人情報の取り扱いについて

- (1) 近畿日本鉄道株式会社(以下「当社」)は、旅行申込みの際にご提出いただいた個人情報について、お客様との連絡や運送・宿泊機関等の手配のために利用させていただくほか、必要な範囲内において当該機関等に提供いたします。
- (2) 当社は、近鉄グループ企業、販売店および当社が提携する企業が取り扱う商品、サービスに関する情報をお客様に提供させていただくことがあります。
- (3) 上記のほか、当社の個人情報の取り扱いに関する方針については、当社のホームページでご確認ください。

旅行代金のお支払い方法は振込でもOK!



【主な駅営業所】営業時間／平日 10:00～19:00／土・日・祝 9:00～18:00

近鉄難波駅営業所 TEL.06-6212-6900 京都駅営業所 TEL.075-691-1100
近鉄八尾駅営業所 TEL.072-922-3753 近鉄名古屋駅営業所 TEL.052-561-4986
近鉄大津駅営業所 TEL.0742-34-0050 近鉄四日市駅営業所 TEL.059-351-3004
近鉄藤原寺駅前駅営業所 TEL.0744-22-0411 近鉄津駅営業所 TEL.059-229-6535
近鉄名張駅営業所 TEL.0595-62-2522 近鉄宇治山田駅営業所 TEL.0596-20-6133

【近鉄阿部野橋駅営業所】営業時間／平日・土・日・祝 8:00～21:00

TEL.06-6623-6635 (但し、旅行商品の取扱いは、平日10:00～19:00・土日祝9:00～18:00となります。)

【その他の駅営業所(駅長室)】営業時間／平日 10:00～19:00／土・日・祝 9:00～18:00

鶴橋駅営業所 TEL.06-6717-3422 近鉄奈良駅営業所 TEL.0742-26-6355
近鉄布施駅営業所 TEL.06-6783-2260 大久保駅営業所 TEL.0774-41-6286
近鉄新田辺駅営業所 TEL.072-922-3753 近鉄新田辺駅営業所 TEL.0774-62-0058
大和高田駅営業所 TEL.0745-52-2414 天理駅営業所 TEL.0743-62-0024
大和八木駅営業所 TEL.0744-22-2305 王寺駅営業所 TEL.0745-72-2330
橋本駅営業所 TEL.0745-82-0021 近鉄藤井寺駅営業所 TEL.072-955-0037
東花園駅営業所 TEL.072-961-3667 近鉄古市駅営業所 TEL.072-956-7016
近鉄生駒駅営業所 TEL.0743-74-2056 高田市駅営業所 TEL.0745-53-2531

下市口駅営業所 TEL.0747-52-2422
近鉄蟹江駅営業所 TEL.0567-95-2076
桑名駅営業所 TEL.0594-22-0045
白子駅営業所 TEL.059-386-0024
伊勢中川駅営業所 TEL.0598-42-1101
鳥羽駅営業所 TEL.0599-25-2126

旅行業務取扱管理者とは、お客様の旅行を取扱う営業所での取り扱う責任者です。このご旅行の契約に關し、担当者からの説明にご不明な点がございましたら、ご遠慮なく上記各駅営業所の旅行業務取扱管理者にご質問ください。

お客様担当者(外務員)氏名：