



北欧旅行フィンツァーが贈る  
**秋の森・湖・人に出会う旅**

フィンランド・サイマー湖水地方3泊&ヘルシンキ1泊 7日間  
2024.9.19(木) ~ 25(水) 成田発着

©SaimaaLife





## ツアー日程

- 訪問する街・移動方法・宿泊先
- アクティビティ内容
- 出会う人



## DAY 2 ミツケリ

成田発の直行便で14時間、早朝に到着。  
空港からそのままチャーターバスで移動なので、楽ちん。

中間地点（2時間ほど）のミツケリで、ひと休み。  
魚を獲り、野菜を育てるところから手作りの  
サイマー湖水地方の恵みがつまったお料理が並ぶ  
モーニングビュッフェをいただきます。



こちらのマナーハウスで  
モーニングビュッフェをいただきます





湖クルーズ



近くの湖で獲れたてムイック料理



日本では買えない  
地元のデザイナーさんの作品を  
見つけるのも楽しい



現存する最北の中世の城  
ドラゴンクエスト'竜王の城'のモデル

**DAY 2 サヴォンリンナ**  
午後は、現地の在住の日本人ガイドの案内で、湖上の要塞オラヴィ城見学、湖クルーズ、買い物を楽しみます。夕食は、地元で獲れたてのムイックをいただきながら、日本人ガイドとの交流を楽しみます。



フォトジェニックな街



## DAY 2 サヴォンリナ泊

歴史あるファミリー経営のホテルは、湖を臨む好立地で、サウナは朝晩の利用できます。



  
**HOSPITZ**  
*Vieraanvaraisuutta*  
vuodesta 1933  
*Hospitality*  
since 1933

Raija Nuutinen







世界最大の木造教会ケリマキ教会



マリさんとヨントゥさん



秋は黄葉と収穫の季節



広々としたリンゴ園で  
ガーデンランチ

## DAY 3 ケリマキ

マリさんの案内で、ケリマキ教会と湖畔を散策し、  
元シェフ・ヨントゥさんのリンゴ園を見学し、ガーデンランチ



ケリマキ

©Visit Saimaa





5月にリニューアルオープン！  
Lusto森林博物館

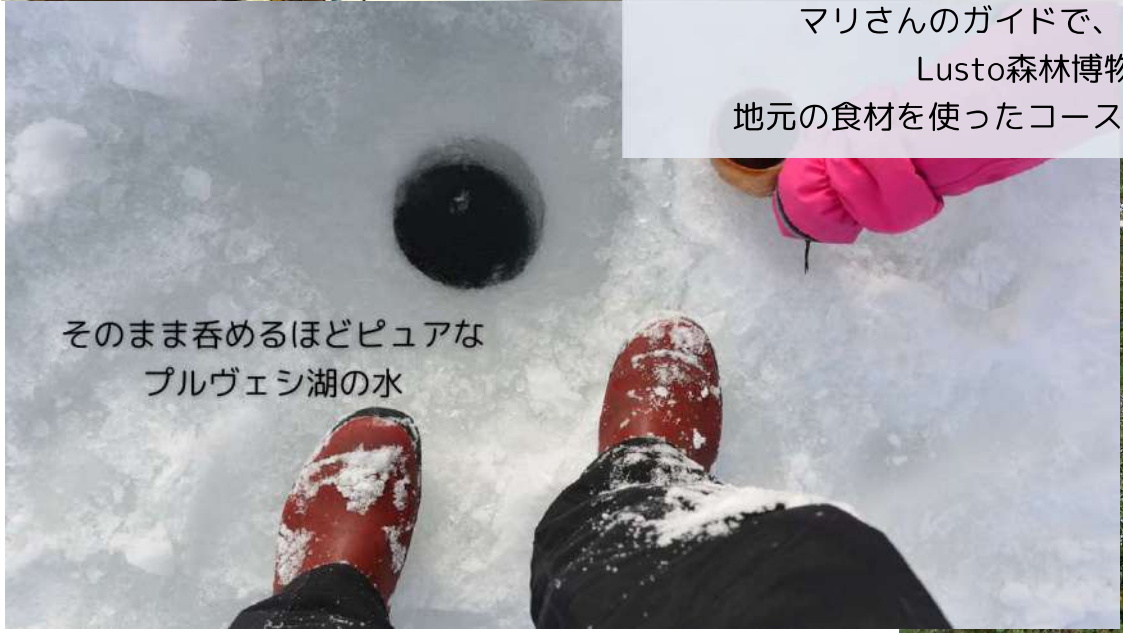


氷河期の終わりにできた  
ダイナミックな地形

©Visit Saimaa

## DAY 3 プンカハリュ

マリさんのガイドで、尾根の道を歩きます。  
Lusto森林博物館を見学し、  
地元の食材を使ったコースディナーをいただきます。



そのまま呑めるほどピュアな  
プルヴェシ湖の水



CNN'死ぬまでに訪れたい自然の神秘100撰'に  
フィンランドで唯一選ばれた 尾根の道





宿泊する  
ヴィラUrholaと周囲の自然



隣の森ではリンゴンベリーが旬

## DAY 3・4 プンカハリユ泊

Kruunupuistoの歴史ある別館ヴィラと周囲の森を貸切ります。  
サイマーの森と湖にどっぷりと身を置き、  
自然のパワーをチャージしてください。



クラシックな内装のヴィラ







## DAY 4 森と湖のアクティビティ

午前、カヤックなどで目の前の湖へ繰り出します！

午後、マリさんの森林浴プログラム・ベリー&キノコ狩り

夜、湖畔のサウナ小屋をゆっくり貸切り、サウナ+湖ドボン体験







## punkaharjuの自然保護地区

氷河期の終わりから変わらぬ自然を大切に守っている地域です。  
訪問する9月下旬は、ルスカ（黄葉）が美しく、  
リンゴンベリー、ポルチーニ茸・アンズ茸狩り、  
オーロラも期待できるかもしれません。





Parikkala駅

## DAY 5 ヘルシンキへ

ホテル棟で朝食を食べ、  
チャーターバスでVRのParikkala駅まで行くので、  
ヘルシンキへは乗り換えなし。午後はヘルシンキ時間。  
(例) 10:20発、13:40着、昼食はレストランカーで





# フィンランドの四季・気候

## 夏（6-8月）

白夜の季節、  
平均気温は15度。  
6～8月頭までが夏休み。  
湖畔のサマーコテージで  
過ごす人が多い。

**サングラスが必須**  
**薄手のウィンドブレーカーが便利**

## 秋（9-10月）

黄葉の季節、  
気温は10度で日本の冬くらい。

ベリーやキノコ狩りなど、  
森歩きのベストシーズン。  
**ジャケットや温かい帽子が必須**  
**薄手のダウンジャケット**

<8-9月の様子と注意点>

- ・ 6:14 日の出・ 20:23 日没 (2024.9.1)
- ・ 昼間も湿度が低く、過ごしやすい気候
- ・ サイマー地方はオーロラ出現率は低い。
- ・ サイマー地方は、蚊や気になる虫も少ない。
- ・ 森に入る時はマダニに注意
- ・ クマなどの野生動物の危険もほぼない

