安藤百福記念 アウトドア アクティビティセンター

2022年度 事業報告書

Asama Mountain Range
—from Mochizuki

「子どもたちの健全な心身の育成のために」

公益財団法人 安藤スポーツ･食文化振興財団

理事長　安藤 宏基

安藤スポーツ･食文化振興財団は、1983 年、日清食品創業者 安藤百福が私財で設立し、おかげ様で 40 周年を迎えることができました。この間、「食とスポーツは健康を支える両輪である」の理念のもと、子どもたちの健全な心身の育成と食文化の向上に貢献する事業に取り組んでいます。「全国小学生陸上競技交流大会」の後援、高校生世代を対象とした「U18 日清食品リーグ バスケットボール競技大会」の後援、食創会「安藤百福賞」の表彰、大阪池田と横浜の 2 つの発明記念館（愛称：カップヌードルミュージアム）の運営のほか、自然体験活動にも力を入れています。

2002 年からスタートした「トム･ソーヤースクール企画コンテスト」は、自然体験活動にとって大切な企画力の向上を図るために、全国からユニークで創造性に富んだ自然体験活動の企画案を公募して、実施支援金を贈呈し、優秀団体を表彰しています。

また、自然体験活動では「歩く」ことが基本であることから、日本ロングトレイル協会と連携し、ロングトレイルの普及・振興に取り組んでいます。昨年は、日本列島を南から北まで一本道でつなぐ、全長約 1 万 km の「JAPAN TRAIL®」提唱事業の支援をスタートしました。3 年以上続いたコロナ禍がようやく落ち着き、アウトドア活動への関心が高まるなかで、歩く山旅を普及し、国民の心身の健康回復を促し、青少年の自然体験活動の機会を増やしていくことができればと願っています。

「安藤百福記念 自然体験活動指導者養成センター」（略称：安藤百福センター）は、2010 年 5 月、長野県小諸市に設立し、アウトドア活動の普及と活性化を目的に活動してきました。そして、これからのアウトドアトレンドと人々のライフスタイルの変容を捉え、自然体験活動の指導者養成のみならず、野外における多様なニーズを予見し対応することを想定して、2023 年 4 月、名称を「安藤百福記念 アウトドア アクティビティセンター」（略称は同じ）に変更しました。つきましては、長年のご愛顧に感謝いたしますとともに、より一層皆様のお役に立てるよう努力する所存です。

今後とも当財団の活動に格別のご指導、ご理解を賜りますようお願い申し上げます。

安藤百福記念
アウトドア アクティビティセンター

2022年度 事業報告書

MOMOFUKU
ANDO
CENTER
安藤百福記念 アウトドア アクティビティセンター

2022 年度 事業報告書

CONTENTS

寄稿・講演会記録

概況と 2023 年度に向けて	中村　達	6
グレート・ヒマラヤ・トラバースへの挑戦		13
旅行会社から見たロングトレイル		26
アフターコロナの地域観光と期待されるロングトレイル		32
国立公園等の上質な利用に向けた取り組み		38
田舎の資源を活かしたインバウンド観光		45
インバウンドを引き付けるアドベンチャーツーリズムの魅力		53
山と旅をめぐるこれからのトレンド		58
Asia Trails Conference in Taiwan	小島　真一	72
コーヒー片手に山書の森へ	節田　重節	78
トレイル紹介		
京都一周トレイル®	湯浅　誠二	93
茶の道ロングトレイル	名倉　偉能	97

事業報告

事業総括	100
ロングトレイルシンポジウム	101
ロングトレイルハイカー入門講座	104
トレイル歩きのためのカラダをつくろう！	120
大人のトレイル歩き旅講座	124
子どもクライミング教室	136
ダイヤモンド浅間を見に行こう	139
パール浅間を見に行こう	141
夏休みこども講座	143
事務局スタッフ近況	145

巻末資料

マスコミ掲載 148
安藤百福センター 運営組織 153
2022 年度 主催・共催事業一覧 154
2022 年度 研修利用状況 155
編集後記 155

寄稿・講演会記録

概況と 2023 年度に向けて

中村　達（安藤百福センター センター長）

概況

コロナ禍で安藤百福センター（以下　センター）の 2022 年度の利用団体数、利用者数ともに 3 年連続して低迷した。長野県新型コロナウイルス感染症・医療アラートおよび感染警戒レベルに従って、センターの利用制限を行ったことも利用の減少につながった。

2022 年度のセンターの利用状況は、団体数で 51 団体、利用者数はおよそ 1,806 名で、昨年度の 37 団体、895 名よりは回復はしているものの、コロナ禍前のおよそ 60%の利用にとどまった。ただ、2023 年度はすでに利用予約もあり、伸長するものと見込んでいる。

しかし、センターの主催事業は感染対策を行った上での催行を可能な限り実施したが、いずれの事業も盛況で、キャンセル待ちの状況であった（後述参照）。

センターで行われている人気講座

一方、国内の社会状況はソーシャルディスタンスの必要性が叫ばれるとともに、リモートワークや働き方改革などの影響もあって、ライフスタイルの変容が見え始めている。そのため、アウトドアライフやアクティビティが注目されてきた。この国で自然発生的にアウトドアズが脚光を集めたのは、初めての経験ではないだろうか。

ネットでも活字媒体でもアウトドアズの記事や特集が多くなり、その波は日々の生活の中にも浸透してきたことがうかがえる。

衣は「アウトドアアパレル」が、その機能性とファッションの高さから日常化して、通勤着にも利用されている。食は「家（屋）食」から「野食」が、トレンドの 1 つと言ってもいいだろう。

住は、田舎暮らし、「テント生活」「キャンプ」などが大変な人気となっている。テントなどのキャンプ用品は専門店だけでなく、ホームセンター、スーパーなどのほか、ネットでも季節を問わず、年間を通して販売されている。

若い人たちの間では、「次の休みにキャンプに行こう！」は、日常的なごく普通の会話になりつつある。キャンプに行くことが、ハレの日の特別な言葉ではなくなったようだ。

これらの状況からセンターの事業内容や求められるニーズも、大きく変化すると予感させられる年度となった。

イタリアのトレイル（ドロミテ山塊）MTB も共存

スイスのトレイル（ツェルマット）

雪の八ヶ岳山麓スーパートレイル

みちのく潮風トレイル（三陸海岸に沿って）

ロングトレイルから JAPAN TRAIL へ

そんな社会的な状況が、センターの事業にも影響を与えてきている。

当センターが日本ロングトレイル協会と協働して、十数年にわたって取り組んできている「歩く」活動は、ロングトレイルの普及へとつながって、さらに日本を縦断する JAPAN TRAIL の構想実現へと発展し、2022 年度はその方向性が明確になってきた。

コンセプトとルートの検討などは JAPAN TRAIL 制作委員会で行われてきたが、ほぼ確定したことで、日本ロングトレイル協会役員の利益相反という懸念もなくなった。その結果、同協会の理事会で新たに JAPAN TRAIL 提唱委員会として、組織内に組み込むこととなった。この組織の再編と並行して行ってきた広報活動は、一部広告代理店やクリエー

ターにも依頼し、作業のスピード化を図った。

JAPAN TRAIL のルート表示はデジタルルートマップが多くの部分を占めるが、その進捗状況は、2022 年度はおよそ 60%である。本来なら完成後に発表すべきかもしれないが、コロナ禍の収束を想定して、アウトドア分野で国民にいくらかでも明るい話題を提供することも時宜にかなっている。また、人々のソーシャルディスタンスに対する意識が高まって、かつて経験したことがないキャンプブームが到来した。自然志向が間違いなくライフスタイルに組み込まれる兆しが見え始めたと言える。

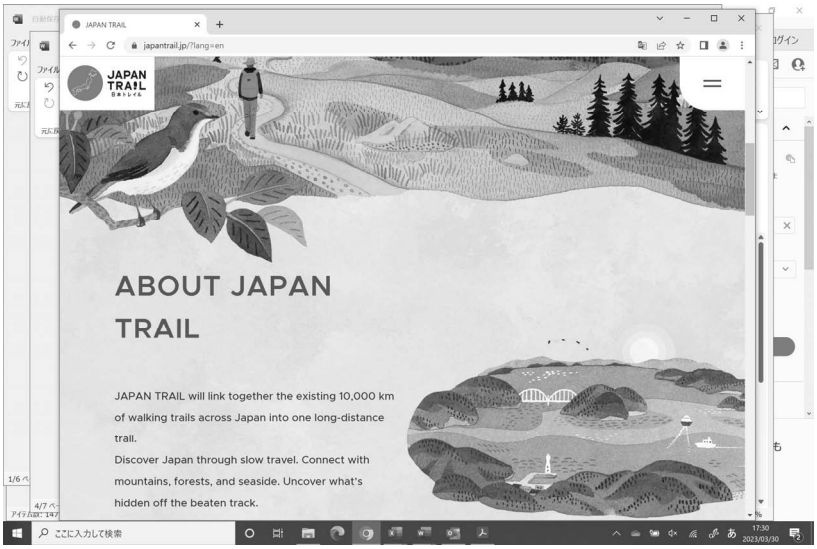
さらに、インバウンドの再興が期待されており、なかでも自然を求める外国人観光客の増加が予想されている。しかし、残念ながらこの国には観光地の案内はあっても、日本の奥深い自然、まして「歩く」「山旅」といったものの案内書やガイドブックなどは非常に少ない。

経済効果が期待されているインバウンドでも、「山旅　歩く旅　自然を旅する」などのキーワードが求められてくると予想している。

これらは JAPAN TRAIL の公開には希有なチャンスでもあり、いまこそプロジェクトとして記者発表するべきだと考えた。

まずは一歩を踏み出した JAPAN TRAIL であるが、およそ 1 万 km ものロングディスタンストレイルに「完成」という言葉は当てはまらない。日本列島を縦断する亜熱帯から亜寒帯域までの長大なトレイルであり。地理的に地震や台風などの災害に見舞われることも多く、トレイルの崩落や寸断も起こりうるであろう。そのため、常にどこかで長期間通行が不能となることも予想される。そのほか、大規模工事や土地の地権者や所有者の都合などによって、通行ができなくなる可能性もないとは言えない。常に諸事情によるルートの変更や、場合によってはセクションの見直しも予想される。これは距離が長くなるにしたがって発生する、ロングディスタンストレイルの宿命であろう。「これで完成」ということはない。

JAPAN TRAIL リーフレット



JAPAN TRAIL ホームページ（英語版）

記者発表

6 月 16 日、東京新宿で JAPAN TRAIL 構想の記者発表を行った。

今が JAPAN TRAIL の公表の機会ととらえた。この発表会には新聞、TV、専門誌、業界紙、ネット関連など約 50 社、70 名の出席があり、関心の高まりがうかがえた。その結果、出席いただいた各報道機関の媒体で、数多くの報道が行われ、現在も取材や問い合わせが続き、目的はほぼ達成できたと思われる。

記者発表の様子

ただ、メディア担当者のこの分野の経験度や体験度、さらには各人の嗜好によって報道内容には濃淡も見られた。これはある程度予見できたことではあったが、ロングトレイルというワードが、まだまだ浸透していないと実感させられた。もちろん、ある全国紙では担当者が登山を趣味としているようで、大きな紙面と核心を突いた的確な内容の報道も見られた。

報道機関やメディア担当者、さらには自治体や観光事業者にも JAPAN TRAIL の意味と期待される効果などを、より理解いただくために、本年 11 月 21 日に東京池袋のサンシャインシティで、「JAPAN TRAIL フォーラム」を開催する予定である。

2 回の開催となった「ロングトレイルシンポジウム」

本年度はロングトレイルシンポジウムを 2 回、日本ロングトレイル協会との共催で開催した。1 回目は 4 月 9 日で、前年度の開催予定をコロナ禍で延期した第 9 回ロングトレイルシンポジウムである。センターでの開催は参加人数を 50 名に制限し、ネットでの参加と併用して計 150 名の参加者があった。

プログラムは、安藤理事長、自然公園財団の鳥居専務理事、小泉小諸市長の挨拶に始まり、登山家の重廣恒夫さんらによる「グレート・ヒマラヤ・トラバースへの挑戦」を対談形式で行った。また、日本ロングトレイル協会に新規加入のスノーカントリートレイル、栗駒山麓ジオトレイル、茨城県北ロングトレイル、富士山ロングトレイルの紹介があり、これで加入トレイルは 29 団体となった。

第 9 回ロングトレイルシンポジウム

さらに、本年 2 月 25 日には第 10 回となるロングトレイルシンポジウムを開催した。

英国人の旅行代理店経営者、ポール・クリスティさんによる「田舎の資源を活かしたインバウンド観光」と題した講演。環境省の「国立公園等の上質な利用に向けた取り組み」、また、トークタイムとして、女性の編集長や山岳ライター、エッセイストらによる「山と旅をめぐるこれからのトレンド」。さらに「インバウンドを引き付けるアドベンチャーツーリズムの魅力」の講演や、新規加入の茶の道ロングトレイルと、国際的な観光トレイルとしても注目されている、京都一周トレイルの解説が行われた。

今回のシンポジウムでは、会場参加、ネット参加を併用して定員 150 名としたが、募集開始とともに満席となり、関心の高さがうかがえた。さらに、これまでのシンポジウムと大きく異なる点は、参加者の大半がトレイル関係者、自治体、メディア、観光事業者などで占められたのが特徴的であった。

第 10 回ロングトレイルシンポジウム

名称の変更

以上のような事業展開と社会的な新たなニーズの台頭から、センターの果たすべき役割と存在の意味は大きく変容すると予想している。また、地域観光の活性化はインバウンドなどとも化学反応を起こしながら、「自然」というワードがコンテンツに組み込まれると思われる。

センターはこのような社会状況を見据えて、アウトドアズを全方位的、全世代的に捉え、多様なアクティビティに対応できるプログラムを提供することが必要であろう。そこで、これまで 13 年間にわたって行ってきた自然体験活動の指導者養成を踏まえて、2023 年 4 月 1 日より、以下の通りアウトドア アクティビティの普及と振興にふさわしい名称に変更することとなった。

引き続き関係各位のご支援、ご協力を賜れば幸いである。

旧名称：安藤百福記念 自然体験活動指導者養成センター

新名称（日本語）：**安藤百福記念 アウトドア アクティビティセンター**

略称：安藤百福センター（※変更なし）

（英　語）：The Momofuku Ando Center for Outdoor Activities

略称：Momofuku Ando Center（※変更なし）

HP

日本ロングトレイル協会　longtrail.jp/

JAPAN TRAIL　japantrail.jp/

以上

中村　達（なかむら　とおる）

公益財団法人安藤スポーツ･食文化振興財団理事、特定非営利活動法人日本ロングトレイル協会代表理事、国際自然環境アウトドア専門学校顧問ほか。

生活に密着したネーチャーライフを提案している。著書に『アウトドアズ・マーケティングの歩きかた』『アウトドアビジネスへの提言』『アウトドアズがライフスタイルになる日』など。『歩く』3 部作（東映ビデオ）総監修。スワット・ヒマラヤのマナリアン初踏査、カラコルムのラトック II 峰、I 峰登攀隊参加ほか、ネパール、ニュージーランド、ヨーロッパ・アルプスなど海外登山・ハイキング多数。日本山岳会会員。

座談会
グレート・ヒマラヤ・トラバースへの挑戦

重廣 恒夫（日本山岳会 120 周年記念事業委員会委員長・GHT プロジェクトリーダー）
主な登山歴は、1973 年エベレスト[南西壁] （8848m）、1976 年日本・インド合同ナンダ・デヴィ縦走隊、1977 年 K2[南東稜]（8611m）登頂（世界第 2 登）、1979 年ラトックⅠ峰初登頂。1980 年エベレスト[北壁]初登頂。1984 年カンチェンジュンガ南峰（8491m）-中央峰（8482m）縦走。1985 年マッシャーブルム[北西壁]（7821m）初登攀。ブロード・ピーク（8047m）。1988 年エベレスト日本・中国・ネパール三国の友好登山隊エベレスト交差縦走。ナムチャ・バルワ（7782m）1990・91・92 年日本・中国合同登山隊初登頂の指揮。1992 年スポーツ功労者顕彰受賞。1995 年マカルー[東稜]（8463m）初登攀の指揮。2016 年ナンガマリⅡ峰（6209m）初登頂。1996 年日本百名山 123 日間連続踏破など。

松田 宏也（日本山岳会 理事・千葉支部長）
1982年、市川山岳会隊隊員として中国四川省のミニヤ・コンカ（7556m）を登山中に遭難。単独で19日間の下山を余儀なくされた。地元の人たちに発見され、奇跡の生還となった。両手の指の大半と、両脚とも膝下から切断されたが、リハビリテーションで厳冬期の富士山に単独登山できるまでに回復した。さらに 1995 年シシャパンマ峰（8027m）の登山で最終キャンプ（7430m）まで到達。著書に『ミニヤコンカ奇跡の生還』 『足よ手よ、僕はまた登る』など。

節田 重節（日本ロングトレイル協会 会長）
明治大学山岳部 OB、山と溪谷社を経て現在に至る。長年にわたって山岳図書の編集、出版に携わり、多くの山岳作家・ライター・山岳写真家などの育成にも貢献する。

コーディネーター　若菜 晃子（エディター）
山と溪谷社『山と溪谷』副編集長などを担当。退社後、自然や山岳のほか旅行などの雑誌の編集・執筆に携わる。主な著書に『東京近郊ミニハイク』『あなたに贈る花ことば』『あなたに贈る四季の色』『東京周辺ヒルトップ散歩』『徒歩旅行』『地元菓子』『石井桃子のことば』『東京甘味食堂』『街と山のあいだ』『旅の断片』『岩波少年文庫のあゆみ』など。

若菜　本日は、日本山岳会創立 120 周年の記念プロジェクトとして企画された「グレート・ヒマラヤ・トラバース」（GHT）について、松田さんと重廣さんに、山行の様子や、ヒマラヤをめぐるトレイルの現状について、ざっくばらんにお話しいただき

たいと思っております。

簡単に申し上げますと、重廣さんは今回のプロジェクトリーダーで、第 1 回から参加されている登山家でいらっしゃいますけど、世界第 2 の高峰・K2 の日本人初登頂者で、ヒマラヤには何度も隊長としても参加されている、私から見れば「スーパーヒマラヤニスト」でいらっしゃいます。

松田さんは、1982 年に中国のミニヤ・コンカで奇跡の生還をされた方で、その後もずっと登山を続けられ、8000m 峰のシシャパンマの最終キャンプ地点まで登られた驚異の記録の持ち主です。今回は隊員のメンバーの 1 人として「64 歳の修行の旅」と手記で書かれていますけど、40 日間の山行を歩き通されておられます。

そしてオブザーバーとして、日本ロングトレイル協会会長の節田さん。山と溪谷社にお勤めになって、ヒマラヤ・トレッキングにも大変詳しいので、本日ご登壇いただきました。

私は、残念ながらこのなかでただ 1 人、日本山岳会会員ではございませんが、節田の下でヤマケイの仕事をしておりましたので、本日コーディネーターを務めさせていただきます。どうぞよろしくお願いいたします。

それでは本編に入る前に、プロジェクトリーダーの重廣さんから、今回のプロジェクトの概要についてお話しいただきたいと思います。

グレート・ヒマラヤ・トラバースが生まれるまで

重廣　ヒマラヤは、北は中国・チベット、南はブータン、ネパール、インド、パキスタン、そしてアフガニスタンまで連なる、北極点、南極点に次ぐ「第 3 の極地」と呼ばれる所です。一番東の果てにナムチャ・バルワという山があり、それからカンチェンジュンガ、エベレスト、日本隊が登ったマナスル、さらにはインドの山々があって、最後にナンガ・パルバット、K2 と、総距離がざっと 5,000km の長大なルートであります。そのなかで世界最高峰、ご存じエベレストは世界で一番高いが故に、古くから様々な国の登山隊が登頂に挑戦してきました。

どれぐらい挑戦されたかというと、1921年、まずイギリスの第 1 次遠征隊がチベットに向けて、インドのダージリンを出発する。そして、2 次、3 次、4 次、5 次、6 次、7 次まで遠征隊を送り出すわけですけど、残念ながら頂上に立つことはできなかった。

世界には 8000m を超える高峰が 14 あるわけですが、1950年、人類が初めてアンナプルナという 8000m 峰を登って、それから漸次登られていく。皆さんご存じのとおり、日本隊も 1956

年にマナスルに登っています。

私のヒマラヤ登山歴は、1973 年から 2016 年まで、会社勤めをしながら機会を得てヒマラヤを登ってきました。1995 年にはマカルー東稜初登攀の隊長をしましたけど、それが終わった後で次の目標は何かと聞かれて、実はラウンドヒマラヤ、今まで行ったヒマラヤをぐるっと回ってみようという企画を作りましたが、残念ながらそれは果たせなかった。

ここで若干自己紹介をさせていただきますと、1947 年に山口県の片田舎に生まれ、小学 2 年のときに昆虫採集を始めた。これが私の山登りの始めであります。そして、中学 2 年のときに『処女峰アンナプルナ』というフランス隊の記録を読む機会に恵まれて、今まで自分が登ってきた山とは違う世界があることに気が付きまして、いずれはヒマラヤに行ってみたいと、トレーニングを開始します。ちょうど日本人の社会人山岳会がヨーロッパへ向かい始めたころです。

高校 1 年から本格的に町の山岳会に入って、岩登りをする。大学時代は北アルプスの西穂山荘で 5 年ほど歩荷のアルバイトをして、岡山クライマースクラブ、第 2 次 RCC という団体に所属していました。そして、国内でいろいろなトレーニングを行って、71 年に、アシックスの前身であるオニツカに入社しました。ここで本当は、もう会社に入ったから山に登るのは難しいだろうと、ヒマラヤへの夢も潰えかけたんですけど、長谷川恒男さんに声をかけてもらって、一緒に登った時期もありました。だから学生時代というのは、ヒマラヤへ行くためのトレーニングに明け暮れたときです。

そして、73 年にエベレストの南壁に挑戦。山は 1 つのルートから頂が登られると、さらに難しいルート、あるいは難しい季節に、あるいは単独でとか、どんどん右肩上がりにエスカレートしていくわけですけど、この当時エベレストに残された一番難しい南壁に向かうというチャンスに恵まれました。ただ、やはり非常に難しいルートでして、冬の季節が到来する直前に 8380m に到達、当時の世界最高到達点ではありますけど、そこで断念せざるを得ませんでした。

その後、76 年にインドの最高峰ナンダ・デヴィ、77 年には K2 の登山隊に参加しました。これは劇場映画『白き氷河の果てに』を作る登山隊でした。幸いにして頂上に到達して、79 年にはラトック I 峰へ行きます。

このころから 8000m の頂上に到達するだけではなく、さらに難しいルートから頂へということで、ヒマラヤ登山が「鉄の時代」に変わっていく。そして、ラトック I 峰南面の 1500m の岩壁を登って頂上へ到達。その翌年には日本山岳会が戦後世界で初めて、チベット側からの登山許可を取得して、チョモランマ北壁に挑みます。残念ながら 1 回目は失敗し、事故があって 1 人の隊員を失ったわけですけど、その後隊を立て直して、尾崎隆隊員とともに 8848m の頂上に到達することができました。

84 年には世界第 3 位の高峰・カンチェンジュンガ、翌年にはマッシャーブルム北

西壁の登山隊に参加し、北西壁初登攀後にブロード・ピークを継続登頂。そして 88 年には、チョモランマ山頂からの衛星生中継を目指す登山隊に参加しました。このときは日本テレビの開局 35 周年で、総経費 17 億円という、非常に膨大なお金を使ったものですけど、予定どおり 5 月 5 日こどもの日に頂上に立ち、交差縦走を成功させるとともに、8848m の絶頂から世界の茶の間にその感動を伝えることができました。

90 年には、当時世界に残された最高の未踏峰、ナムチャ・バルワの登山許可を取ることができました。地元民にとって非常に神聖な山ということで、許可の取得が難しかったわけですけど、90 年偵察、91 年ナイプン峰まで、そして 92 年になんとか頂上に到達することができましたが、その後許可が出ていませんので、いまだこのときに登った記録だけです。

95 年は、私にとって最後の大きなヒマラヤ登山となりますけど、先ほど申し上げたマカルーの東稜。頂上まで 15km ある、非常に長大な稜線でありましたが、ここもなんとか、1 人の事故者もなく、頂上に到達させることができました。

その後、ヒマラヤに一緒に行く人たちが少なくなったので、次は「日本百名山連続踏破」というプランを作り、123 日で 100 の山を登るわけです。その次は二百名山。2006 年からは「チャレンジ 4000」という、日本にある主な山 4,000 を登り始めるんですけど、同時に、ロングトレイルの先駆けになるかもしれませんが、2003 年には江若丹国境の国境縦走 150km、その後日本山岳会の 100 周年に合わせて、中央分水嶺の踏査で関西地区の 200km ほどを踏破。2005 年からは 4 年かけてラウンド琵琶湖 400km、2006 年からは四国分水嶺踏査で 460km、2009 年からは近畿分水嶺踏査で 600km、それから関西支部県境縦走ということで、2013 年から 5 年 4 ヶ月かけて 1,000km を踏破しました。

これらが素地になりまして、日本山岳会の 120 周年に何をするかというときに、昔やりたかったグレート・ヒマラヤ・トラバース（GHT）。よく「グレート・ヒマラヤ・トレイル」と混同されるんですけど、グレート・ヒマラヤ・トレイルはネパール国内だけで、約 1,700km。GHT は、ネパールの一番東の端、カンチェンジュンガから K2 まで、約 5,000km をトラバースするという試みで、始めたばかりです。コロナ禍で残念ながら中断しているのが現状ですが、これからいろいろなお話や質問を受けながら、ご説明をさせていただきたいと思います。

大自然と人に惹かれて

若菜　今、重廣さんからお教えいただきましたように、GHT はカンチェンジュンガから K2 にかけて、約 5,000km を足かけ 6 年かけ、3 期に分けて踏査するという壮大なプロジェクトです。今はコロナ禍でなかなか進まない状態にあると思いますが、2020 年にはスタート地点となる第 1 期のカンチェンジュンガ・エリアの踏査が行わ

れております。そちらに重廣さんと松田さん、それに吉井修さんがお入りになったと。その際、東ネパールの実地踏査および未踏峰パブクカンの登頂をなさろうという遠征でございました。

その遠征に参加されようと思われたのは、重廣さんが今おっしゃってくださったように、以前からの夢もあって隊長になっていらっしゃるというのはあるんですけど、松田さんから、この第 1 期に参加されようと思ったきっかけを教えていただけたらと思います。

松田　私はちょうど定年退職をして、千葉県に引っ越したんですね。それで日本山岳会の千葉支部で活動を始めました。千葉県というのは、県境の山がないんですよ。房総だけで隣の県の山がない。最高峰でも 408m で、日本一標高の低い県なんですね。

僕がミニヤ・コンカで事故に遭ったのは 82 年ですから、ちょうど 40 周年。ずっと山に登っていましたから、何かやっぱり足りないものがあるなと。95 年にシシャパンマへ行って、それからずいぶん時間が経っていましたので、もう一度ヒマラヤを自分の目で見たいな、というのがありました。そういうものがふつふつと私のなかで湧いてきまして、そこにちょうど重廣さんの壮大な計画が出ました。これはやりたいな、という所ですね。

理由は 2 つありまして、1 つは厳しい大自然のなか、それも世界 3 位のカンチェンジュンガを自分の目で見て、そういう中に自分の身を置きたいというのがあります。もう 1 つは、事故以降、山の先輩と登る機会に恵まれまして、アルプス三大北壁の冬期単独登攀に成功した長谷川恒男さんとも知り合いになりました。その後、95 年にはヒマラヤ「鉄の時代」代表、山学同志会の小西政継（まさつぐ）さんと一緒にシシャパンマに行ったんですね。そして今度、重廣さんじゃないですか。これはいいなと思いましたね。私は歩けるかどうかよく分からなかったんですけど、大自然と人に惹

かれて、今回の GHT に思い切って手を挙げたというのが実情です。

若菜　でも、義足で登られるとなると、前期だけでも 300km もあり、大変な決心でいらっしゃったと思うんですけれども、途中で何かあったらどうしようとか、心配はなかったですか？

松田　いや、もう不安だらけです。全てがリスク。一体どうなるのかなと。一番心配だったのは、万が一僕が歩けなかったときに、そのパーティに一番迷惑をかけるというんですかね。僕だけ引き返すというのもおかしな話で。それもファーストステージですから、絶対に失敗は許されない。私の責任でこれを止めることはできないなという、大きなものがありました。でも、かろうじてその不安を救ってくれたのは、スーパーヒマラヤニストの重廣さんがいるから、万が一何かあっても重廣さんがおぶって行ってくれるかなとか、そんな勝手なことばかり考えていまして。いずれにせよ大丈夫じゃないかなということで、とりあえず行ってみたんですね。

　僕は大体、とりあえずやってみるという性格ですから、妻の方からも、もう修行の旅だから一生懸命修行してきなさいと言われまして、それで腹落ちしたというんですか、行ってこよう、修行のために行ってこよう、ということで決断しました。

若菜　やはり、それだけ大きい決断をできるという所が松田さんだなと思うんですけど。サポートとしても、重廣さんが松田さんの脚のケアをなさっていたりとか、2 日目にもう水疱ができて痛くてたまらなかったみたいなことを松田さんがお書きになっていて。メンバーの方のサポートもやはり大きかったのかなと思いました。そのあたりはいかがでしたか？

松田　一番心配していたことが、歩き始めて 2 日目に起こったわけです。足の断端にでかい水疱ができまして、どうしようかなと思ったんですけど。とりあえず手当をするようなものは持って行ったんです、なかなか自分じゃできないものですから。重廣さんは器用なもので、隊長から一瞬のうちにドクターに変わりまして、一生懸命治療をしてくださって。やはり経験が長いですから、僕が持って行ったものより最新というか、一番高いものを持っているんですね。それを使わせていただいて。そういうのがありまして、それ以降も痛みを感じながら、一生懸命我慢しながらも行けたというのは、隊長のおかげですね。

若菜　実際に歩いているトレイルは、現地の人の生活道でもあると思いますので、そういった道のトレイルの状態はいかがでしたでしょうか？ 雪が多かったというふうに報告書にはありましたけど。

重廣　私は 1984 年と 2016 年にこの辺りを通過しているんですけど、そのころはトレッカーもそんなに多くなかった。ただ、ちょうど我々が 1 回目に行ったときが「ネパール観光年 2020」（Visit Nepal 2020）だったんですね。それまで年間の観光者が 130 万人ぐらいだったのを、一気に 200 万人に増やそうということで、結構な投資をしていまして、途中の道であるとか、整備が進んでいました。ところが、コロナ

の感染が広がりまして、僕らがこの辺りに来た3月13日に一切の登山許可、トレッキングの許可が中止になった。したがって、ネパール観光年 2020 も中止になりました。

若菜　ある意味、皆さんが歩いていたときは貸し切り状態という感じでしょうか？

重廣　そうなんです。あと NHK の「グレートヒマラヤトレイル」の取材班が入ってきまして、その 2 隊だけでした。ところが、我々がシェルパガオンという村を通過した後に、その村で感染疑いの人が出て、一切の通行が禁止されるんです。ただ、我々が出発した後は警察の派出所がないので、捕捉されることなく最後の村まで入ることができました。それからまた大変な目に遭うんですけど。

若菜　節田さんはよくネパールにおいでになっていらっしゃいましたが、この辺りは歩いているんですか？

節田　ヒマラヤには7回行っているんですけど、仕事柄なかなか2週間以上の休みが取れなかったもので、残念ながら行っていないですね。ジャヌー（クンバカルナ）とカンチェンジュンガを見たいというのは当然あって、憧れの地ではあるんですけど。

夕映えのジャヌー（カンバチェンにて）
Photo by Shigehiro

若菜　やはりカンチェンジュンガやジャヌーをご覧になりたいという日本人はすごく多いと思うんですけど、登山隊じゃないとなかなか見ることができないと聞いております。

危険な目に遭わないために

若菜　そんななか、松田さんが手記でお書きになっていた、ちょうどラムゼーの辺り、カンチェンジュンガの展望地で、重廣さんが84年にカンチェンジュンガを縦走したときの話をお聞きしたというくだりがあるんですけど。そこが非常に印象的でしたけど、どうでしたか？

松田　これほど贅沢な講演を聴いたことはないです。登った方の話を目の前で、ずっといろいろ話をしていただけたので。今回一番良かったのは、重廣さんからエベレストやK2、国内の登攀とか全部聞きましたのでね。今度、僕が重廣さんに代わって話をしようかなって。（笑）

今回の 1 つの目的は温故知新。昔の日本山岳会の登った足跡をしっかりと自分たちで見ながら、そういう話を聞けたということが、本当に良かったですね。

それから、こういう義足ですから、両手にストックでずっと歩くんですよね。す

ると、途中でちょっとバランス崩すとかあるんですが、必ず重廣さんが僕の真後ろにくっつきまして、この辺に必ずストックを、ぽっぽっと突きながら来るんです。万が一僕が倒れそうになったときにぱっと手が出せるぐらいの距離で。本当に夫婦みたいで、心強かったですね。

重廣　残念ながら手を貸すことはありませんでしたけど。

松田　でも重廣さん、万が一のことを考えながら歩いているから、ものすごく疲れたんじゃないかと思いますよ。

若菜　常に重廣さんは、山は危険であるから、なるべく早く危険な所を抜けるのだと前にもおっしゃっていましたけど、そういう危険な目に遭わないために、自らなさっているということでしょうか？

重廣　そうですね。1 つのパーティですから、自分も含めて、全部見守るというのは隊長の役目でしょうし、それは、日本を出てから帰ってくるまでというのが務めだろうと思います。

若菜　やはり重廣さんは、山に登って、全て生きて帰ってきたスーパーヒマラヤニストですので、本当に一言一言が、山に登る人にとっては大事な言葉だなと思います。

　そういうなかで、もう 1 つの大きな目標であった、未踏峰のパブクカン、6244m の登頂を目指され、残念ながら撤退されるんですけど、アタック隊の重廣さんから山の印象的だった部分などをお聞かせいただければと思います。

重廣　僕はいつも下見なしに山へ行っているんですけど、このときはちょっと失敗したかな、と思いますね。キャンプ 1、キャンプ 2 を設けて、それから向かうんですけど、別のルートへ行けば、ひょっとしたら登れたかもしれない。ただ「かも」ですから。稜線に出ればなんとかなるだろうと思ったんですけど、残念ながらなりませんでした。雪は深いし。

　ルートはそんなに難しくないんですけど、やさしいと思ったら懸垂氷河と岩壁が出てきまして、これでもう駄目だと。頂上までまだ大分あるんですけど、残念ながら 5920m に到達して下ることになります。

若菜　先ほど懸垂氷河が見えて駄目だとおっしゃっていましたが、重廣さんでも恐れおののくんですね。

重廣　正直者なんです。それが生き残っている 1 つの大きな要因だと思います。

若菜　よく山に登られる方は臆病な方が生きて帰られると聞きますけど。松田さんはベースキャンプがあって、下にいらっしゃったんですよね？

松田　そうです、1 週間じっとしていましたけど、全く退屈しなかったですね。

　実は、アタック隊は大丈夫だろうかと気にかかってきた日の朝、起きたら雪がばーっと降っていたんです。それで、私のテントの前に足跡があるんです、ポコポコと。それを見てコックが「松田さん、ユキヒョウです」と言うわけです。これはすごい。ユキヒョウっていったらめったに見られないし、けど襲われたら怖いかな

というのと、でも……ユキヒョウが出てくるというのは、たぶん重廣さんたちの登頂を祝うためだと。それと、この GHT の成功を祝うために出てきてくれたんだと考えたわけです。これは縁起がいいなと思ったんですが、そのうちにパッと見ましたら、黒っぽいワンちゃんがいたんです。ヤクを追う牧羊犬が上がってきていたんですね。ビックリしました。

トレッキングの醍醐味

若菜　そんなことがあったり、メンバーの吉井さんがアイゼンを途中でなくされたりというアクシデントもあったそうですけど、残念ながら撤退をされました。その後、これはちょっと脱線するんですけど、トレッキング中はお楽しみとしてトンパというお酒、発酵酒を飲みながら楽しんでいらっしゃったそうですね。これはネパールのお酒で、穀物にお水を何度も注いで薄くなったものをチューチューとストローで飲むものですが、あれをバッティごとに楽しんでいたという記述がありました。それがいわゆるトレッキング中の大きな楽しみの 1 つだったんですか？

重廣　実は 2020 年 4 月 13 日なんですが、村人が我々の泊まっているホテルでお酒を飲み始めたんですね。最初はなんだなんだと思ったんですけど、そしたらネパール暦、ビクラム暦でこの日が正月だった。正月のお祝いで、トンパであるとかビールであるとか、たくさんの酒を飲み、村人が踊り始めたんですね。それに合わせて松田さんも元気よく踊り出し、なかなか面白かったです。シェルパの人たちもみんな踊っちゃって。

若菜　そういう交流を皆さんで楽しんだんですね。でも、このお酒は割と薄くなっていく一方で、そんなに度数が強くないと思うんですけど。節田さんは、私が知る限りでは酒豪ですけど、ネパール人とそうやって飲んでいらっしゃったんですか？

節田　ひと通りあります。ロキシっていう焼酎とかですかね。
トレッキングをしていると、バッティという茶店みたいなのがあるんですけど、そこで必ず一杯引っかけながらふらふら歩くのがちょうど気持ちいいんですよね。

若菜　そうなんですか。私は山では絶対お酒は飲んだらいけないと厳しく躾けられてきたんですけど……。

節田　トレッカーの人数が多くなると、どんどん薄くなっていくんですよ、水が増えていくから。そういうのもトレッキングの楽しみじゃないですかね。村の人たちといいかげんなネパール語で話したりしながら。この GHT も究極のロングトレイルだと思いますけど、トレイルの楽しみ方の典型的なものだと思います。土地の人たちと触れ合ったりとか、異文化交流ですね、まさに。

　私が初めてネパールに行ったのが 76 年なんですけど、そのときの印象は江戸時代後期か明治初期みたいな感じ。イザベラ・バードが明治 11 年に日本を歩いていますけど、彼女が日本の東北を歩いたような感じを体験できたんじゃないかと思って。

山ももちろん良かったんですけど、そちらのカルチャーショックの方が大きかったですね。まさにトレッキングの神髄かなと思います。

若菜　日本国内ですと、どうしても山を歩いただけで、下りたら車なり電車でぱっと帰ってしまうという、そこの地元がどういうものか見ないまま、知らないまま、触れ合わないまま、ピークを目指すということだけになってしまいがちですけど、やはりこうした海外のトレッキング、特にネパール・ヒマラヤの山域であれば、まだまだそうした異文化に接する喜びがあるのかなと思います。

重廣　ところが、下りてくるとロックダウンになっていて大変でした。なんとか警察に頼んでレレップという町からタプレジュンまで車で移動し、日本大使館と連絡が取れて、所轄官庁より通行許可証を出してもらいましたが、カトマンズまでは 2 日かかるんです。その間、検問が 63 回もあり、ソーシャルディスタンスを取りながら通行許可証を見せるんですけど、ときには川の両側で検問している所もあったんです。それで、4 月 18 日にカトマンズに戻ると、いつもの喧噪が嘘のようにガラガラ。我々は当てもなく、お金もないので、エージェントの事務所に寝泊まりしながら過ごしました。それでもとりあえず楽しく、お酒だけは毎日飲んで、朝昼晩はダルバート（ネパールの定食）を食べて軟禁生活を送っていました。

ロックダウンでガラガラのカトマンズ
Photo by Shigehiro

　でも、航空便がないんですね。日本政府のチャーター便が 4 月 10 日に出たきりで。そのため 27 日間も軟禁状態でしたが、その後日本で働いていたネパール人を日本へ送り返すチャーター便に乗ることができ、やっと 5 月 15 日にカトマンズを出発しました。帰国すると 2 週間の自宅待機を強いられ、動かないことでいかに筋肉が落ちるかを体験しました。

変わりゆく環境と生活

若菜　今回の GHT では、もう 1 つ大きな目的として現地踏査があったと思うんですけど、現地の環境の変化を大きく感じられた点があったら、ぜひ報告を兼ねてお教えいただけないでしょうか？

重廣　先ほど言いましたように、温故知新と同時に、その昔、我々の先輩、あるいは我々が行った時代の現地と比べて、今どう変わっているのか。おそらく自然が大きく変化し、生活も大きく変わっているんじゃないかということで、とりあえずいろいろな調査をしました。

最近、GLOF（Glacial Lake Outburst Flood）という言葉がよく使われます。氷河湖の決壊洪水。地球温暖化によって氷河湖がたくさんでき、ヒマラヤでは大なり小なり 2 万を超えている。そのうちの 2,276 が非常に大きなもので、今にも壊れそうなのが東部に 57 もあると言われています。

2016 年に登った山、ナンガマリⅡ峰に向かう途中にナンガマ・ポカリという大きな湖があるのですが、ここが 1980 年に決壊した。なぜかというと、懸垂氷河がドンと、この湖に落ちたわけです。いっぱいになったバケツの中に大きな石を入れたのと同じで、一気に決壊し、合流する流れを堰止めてチェチェ・ポカリという湖ができた。この土石流はさらに流れて、我々が泊まったヤンマの下を通り、さらに南下して行くんですね。そしてジャリタールに非常に広大な瓦礫の広場を造りました。ここまで流れて来るんですね。それぐらい大きな影響を及ぼしている。

また、大きく変わっているのが、自動車道路ができ始めていること。1984 年には何もありませんでしたが、2016 年にタプレジュンまで道路ができて、そこからレレップまで延びています。そして今回、オランチュンゴーラまで来ると、目の前に道路が出現したんですね。なんだなんだと村に向かうと、なんと中国側から、1812 年に青木文教が経典を求めてチベットに入った峠、ティプタ・ラから自動車道が通じていたんです。各家庭の台所はまだ薪を使っていますけど、新しいガスコンロなど、多くの生活用品が中国から入ってきていた。ここは古い歴史を持った場所ですけど、近代化の波が押し寄せ、生活が大きく変わってきていました。

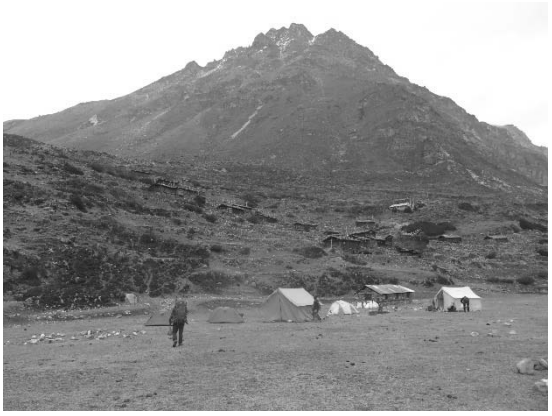
ビックリしたのは、バッティの内容も充実してきたんです。なんでもある。トレッキングで使うものは、お酒も含めて手に入るという状況になっていました。それに電気も、村によっては水力発電所があり、ない所でもソーラーで、充電やテレビを見ることもできる。そして一番大きく変わったのが、シェルパやポーターがスマホでやり取りをしていること。ネパールでは中核都市以外は、固定電話なしに突然、スマホに変わったという光景を見ることができます。

若菜　やはりこうしたことは実際に踏査をしてみないと分からないことばかりですので、長くヒマラヤを歩かれてきた方々ならではの視点ではないかと思います。山は変わらないとよく言われますけど、やはり大きく変わっていってしまう部分もあるのかな、と思いました。

もう最後になりますけど、そうしたなかでもずっと山に登り続けてきた皆様ですので、山に登り続けてきたからこそ、今回参加された 2 人だからこそ、自然の中を歩くこと、あるいは登山の魅力をご自身の言葉でお教えいただければ、と思います。併せてトレイルとしての GHT の魅力もお聞かせください。

松田　私はやはり、予想どおり、期待どおりの大自然が目の前にバッと広がっているのを見られたというのが一番の収穫でしたね。あとヤンマという村、10 戸か 20 戸ぐらいしかなかったと思うんですけど、あれだけの厳しい所でよく人間が生きているな

と。人間の生命力っていうんですかね、そこで先祖代々ずっと生活をしていること自体がすごい、と思いました。



最奥の村ヤンマ
Photo by Shigehiro

それと、なるほどなと思ったのは、そういう所に文明が入ってきて、そこの村長さんは、チベットと交易したお金で、孫をカトマンズの学校に行かせているんですね。やはり教育は、小さな村では無理ですから、カトマンズに留学させていると言うんです。そこにまた人としてのしたたかさ、生活力のたくましさを見て感動しました。非常に良かったですね、GHT は。

重廣 僕はあまり、GHT に関しては大きな感想はないんですけど、よくここまで長持ちしたなと。1 つは、おそらく家庭に恵まれたということもあるでしょうし、仕事をしながらヒマラヤへ行くことを許してくれた会社のおかげで、自分の好きなこと、やりたいことができた、あるいはできている途中だと思うんですけど。そういう意味では昔、中学 2 年のとき、いずれヒマラヤへ行くぞという気持ちを持ち続けてきたのが一番ですね。

そして、やはり肝心なのは、必要なことは口で伝えていくこと。最近は、今を切り取るというのは得意なんですが、古本屋で登山の本なんか 1 冊も売れないという現況から見ると、過去を振り返るという、温故知新はほとんどない。だから、ヒマラヤに行きたいという人もいないわけではありませんけど、ネットで見るとエベレストが手っ取り早いので、エベレストだけはよく言われる。あるいは 8000m 峰だけは人気があるんですけど、実は我々の知らない世界はたくさんある。それを 1 枚の地図から、1 枚の写真から夢を膨らませることができる。これを今まで 50 年間続けてきたので、できればもう少し続けて、いろいろな人と歩いてみたいと思っています。

節田 私もネパールに登山で 1 回、6 回はトレッキングで行っているんですけど、やはり異文化体験というか、時間軸のずれが非常に面白かったですね。我々はあまりにも恵まれた環境にいるので、ときどきはそういう所へ行って、基礎的なスキルを再確認する必要があるんじゃないかと思います。

ダイエットツアーでネパールに行ったら間違いなく痩せると思いますので、ぜひお勧めします。また行きたいんですが、そろそろ体の賞味期限が切れそうなので……。

若菜 いえいえ、まだまだこれからです。やはり過去があって今があるというお話だった

と思いますので、これからも GHT を歩きたいと思う方がたくさん出てこられるでしょうから、その際はまたいろいろと教えていただければ、と思います。

本日は長い時間ご静聴いただき、ありがとうございました。ご登壇の皆様も大変お疲れ様でした。これをもちまして座談会を終わらせていただきます。

（2022 年 4 月 9 日、第 9 回ロングトレイルシンポジウムにて）

旅行会社から見たロングトレイル

芹澤 健一（アルパインツアーサービス株式会社 代表取締役社長）

弊社アルパインツアーサービスは、1969 年の創業です。登山家の芳野満彦（1931～2012）が、65 年、マッターホルン北壁の登頂に日本人で初めて成功し、その 4 年後、当時のお客さんを連れてスイス・アルプスのハイキングを実施したのが最初でした。そして 71 年からヒマラヤ・トレッキングを、おそらく世界で最も早く商業ベースで始め、以来、世界中の山域や山麓、国立公園を舞台に、山岳ツアーや登山、トレッキング、ハイキングを行い、ロングトレイルも 90 年代半ばごろから始めました。世界中の山域や極地に商業ツアーを出すなど、パイオニアワークをずっと続けてきた会社です。

私どもは、世界中の山岳地帯で 450～460 のコースを設定していますけど、コロナの影響で大打撃を受け、今大変なことになっています。ロングトレイルは約 100 コースあるかと思います。そのなかでも代表的な所を紹介します。

海外の代表的なトレイル

ヒマラヤのトレッキングは、普段は山岳地帯に住む人たちの村から村を結ぶ生活道です。ここを外国のトレッカーたちは歩くわけですね。街道筋にはチベット仏教の経文が石に彫られているなど、文化探訪の旅でもありますし、人々の暮らしを垣間見たり、シェルパの人たちとの交流もあります。やはりロングトレイルは、景観も素晴らしいですけど、そこにある文化、人の暮らし、それから人の交流が魅力だと思います。

ヨーロッパを代表するトレイルに、ツール・ド・モンブランがあります。フランス、イタリア、スイスという 3 つの国を、モン・ブランを中心にぐるりと回るコースですね。ここも、もちろんアルプスの登山文化が楽しめますし、山小屋に泊まりながら山小屋の文化も堪能してもらえます。でも、ヨーロッパの人たちが日本の北アルプスに来ると「日本にこんなにいい山小屋があるんだ、こんなに楽しい山小屋があるんだ」と言って、うどんやカレーを食べてすごく喜んで「日本の山小屋、面白いね」ってなるんですね。だから、日本の登山文化や山小屋文化ももっと宣伝していい部分かな、と思っています。

サンティアゴ・デ・コンポステーラは、中世の時代に巡礼者たちが歩いた道です。最近たくさんのヨーロッパの若者が歩くようになって有名になりましたが、私どもが 30 年前にツアーをつくったときは「どこ？ それ」「なんで巡礼路を歩くの？ 何が面白いの？」と言われたものです。こういうコースは今ヨーロッパにたくさんでき始め、いろいろな国が、

その時代の巡礼路や交易路をもう一度つくり直して、観光素材にしています。サンティアゴ・デ・コンポステーラだけでも13コースぐらいあり、私どもはピレネーの山越えを採用しています。

国立公園の中のトレイルもたくさんあり、代表的なものにニュージーランドのミルフォード・トラックがあります。ニュージーランドにはたくさんのトレッキングコース、トレイルがありますが、ここは1日の入山者数が決まっていて、1年間のうち5ヶ月半ぐらいしかオペレーションしていない。しかも一方通行なので、逆側から歩いてくる人たちがいないので、自然保護と国立公園の管理も含めて、オーバーユースにならないスタイルを採っています。世界各国からいろいろな人たちが来て、手付かずの自然の中を、生態を学びながら歩くという楽しみがあります。

最近世界的に注目されているのが、ヨルダン・トレイルです。ヨルダンはアラビア半島とアフリカ大陸の付け根にある小さい国ですが、石油産出国ではないので、いろいろな利害関係のない永世中立国。ここはシルクロード時代から数千年にわたって人の往来、行き来があった場所です。死海のリゾートや映画『インディー・ジョーンズ』に出てきたペトラ遺跡、古くは『アラビアのロレンス』の実在の舞台になったワディラムの砂漠など、観光スポットはあるものの、ドイツやアメリカなどの外資が入ってリゾート開発されてきた歴史があったので、利益が全部外国資本に持っていかれてしまう。それでは国のためにならないということで、南北に約850kmのトレイルを制定し、トレイルを歩く人たちを世界的に誘致して、今ヨーロッパから多くの人が遊びに来ています。

国策事業としてトレイルを制定したのが2015年で、2016年にデビューしましたけど、そのときの観光大臣が今のヨルダン駐日大使、リーナ・アンナーブさんです。このトレイルを敷いたことで、これまで注目を浴びなかった地域に、いろいろな持続可能なシステムを用いて、地域にきちんと経済効果をもたらし、雇用を生み出し、ガイド業、宿泊業、レストラン、バス、タクシー、運送業など、いろいろなものが付いて回っています。やはりトレイルを歩くことで、地域、地元、人の交流、そして異文化体験といったものが多くの素材としてあると思います。

ツール・ド・モンブラン

ヨルダン・トレイル

国内のトレイル・ツアー事情

私たちアルパインツアーでは、日本ロングトレイル協会に加盟しているトレイルのうち、すでに18コースぐらいは実施しています。トレイル発足と同時にお付き合いの続いている所もあれば、新しい所もあります。

みちのく潮風トレイルは、現在日本最長のトレイルですけど、私たちは春、初夏、秋と、4 ステージを歩くコースを催行しています。今年はもう春先の分がすべて満席になっていますが、増やせばいいというものではなく、オーバーユースにすべきではない。やはり運営母体がどういう目的で、どういう理念で、どういう運営をしたいのか、旅行業者も寄り添うことが大事ではないかと思います。ここをスルーハイクで多くの人たちが歩きに来るようになるには、もうちょっと時間がかかるでしょうけど、確実に歩く人たちが増えている所です。

信越トレイルは、加藤則芳さんが日本にトレイル文化を提唱しようということで、2002年から私たちも一緒にやり始めたので、20 年前からのお付き合いになります。2021 年秋、苗場山頂までの最後のステージが完成したので、10 セクションになりました。私たちは、1・2・3、4・5・6、7・8・9 と 3 ステージごとに 4 日間で歩くコースをずっとローテーションで行っているんですけど、最後の10番目ができたので、スルーハイクで歩く人たちを少しずつ増やしていきたいと思っています。

茨城県北ロングトレイルは、6市町村を通って230kmの道をつくろうということで、水戸でアウトドアショップを経営しているナムチェバザールの和田幾久郎さんが自ら先頭に立って、茨城県と一緒に進めています。ここは地域を巻き込んで、みんなでトレイルをつくっています。誰かに任せて行政がつくるとか事業者がつくるのではなく、民が関わって地域でトレイルをつくっている所が素晴らしい。今は 80km ぐらいまで延びていますが、私たちも少しずつ歩いて応援したいと思っています。

2021年に正式オープンした富士山ロングトレイルは、私たちも完成を待ち望んでいましたので、早速 11 月、12 月とツアー・デビューしました。富士山は見たことあるし、登ったこともあるんだけど、周りを歩いたことはなかったという人たちが、このコロナ禍で歩いて、4 日間ずーっと富士山を見ながら歩けるなんて思わなかったと。コロナでいろいろなことがあったけど、生きていく力が湧いた、などといった言葉を直接いただきました。やはりトレイルを歩くということには、それだけいろいろな魅力があるんだなと思います。ただ、このトレイルクラブの理念には、歩くだけではなく、富士山麓の様々な生態や文化、歴史などをなるべく取り込んで、歩きながら解説を受けてほしいということですので、いろいろなことを行っています。

塩の道は、室町時代にさかのぼる、糸魚川から松本まで塩を運んだ道です。こういったツアーは30年前からやっていたんですけど、当時は誰もそんなに興味はなかったですね。それが今復活して、松本から糸魚川を結ぶコースもまた少しずつ歩く人たちが増えていま

す。長野は山岳県ですけど、中山道や千国(ちくに)街道、善光寺街道など、交易街道もあるし、それからいろいろな山を縦走するコースもあれば修験道もあるということで、長野こそ日本のロングトレイルの中心的な役割を果たしていくんだろうと思います。

山陰海岸ジオパークトレイルは、ジオパークのトレイルでありながら、京都、兵庫、鳥取と、全長230kmがつながっています。ここはリアス式海岸もすごいですし、日本列島が大陸から切り離されたときの地質など、非常に面白い見どころが満載です。鳥取砂丘で、あるいは京都でフィニッシュ、スタートと、いろいろな組み方ができるので、面白い所だと思います。ただ、もっと多くの人たちに歩きに来てほしいので、地域にガイドをどうやって育成したらいいか、一緒に手伝ってほしいという話もいただいています。

琵琶湖の比良比叡トレイルも、お客様が参加すると「いや、面白かったわ、私、京都も行ったし、琵琶湖も行ったけど、比叡山から比良比叡トレイルをずっと歩く、琵琶湖をずっと眺めながら歩くこの景色は想像してなかった、すごかったね」と皆さんおっしゃいます。また、ダイヤモンドトレールも、奈良・大阪の境を、葛城山から金剛山までということで、関西の人にはすごく親しみやすいのですが、歩いたことがない、と。みんな六甲山に行ってしまうので「こっちにも面白いのがあるんですよ」と言って、私たちは最近推しています。

国東(くにさき)半島は古い歴史を持っていて、修験道もありますし、いろいろなコースがあるんですけど、やはりこの土地ならではの伝統や文化があるので、地元の人たちがいかにどのように解説するかがカギです。日本の原風景みたいな景色が色濃く、そのまま残っている場所です。

歴史を感じる街道を歩く

打見山山頂から望む琵琶湖

旅行会社の役割

旅行会社にとっての役割ですが、やはり日本にも歩く旅の提唱をということで、まさに日本ロングトレイル協会の理念として掲げていることを、私どもも取り組んでいます。コロナ禍では確実な変化があって、私たちは今海外に行けず、日本でしかできないというのもありますけど、この 2 年間、感染対策と緊急事態宣言に振り回されながら「日本の山へ

出かけよう」と、やはり日本の自然、文化、地域の再発見とでも言うべきたくさんのコースをつくりましたが、そこで共通しているのは「歩く旅」でした。そして、そこには自然だけではなく、四季折々の、日本人ならではの文化には四季が育んできたものがすごく多く、そこに環境や地元の伝統や文化などもあります。そういったものを知り、学び、そしてそれらの解説を聞いて、さらにまたそこに人の交流がある、と。地域性や多様性に富んだいろいろな里山の文化が豊富に散りばめられている「歩く旅」こそが、やはり新しい時代の方向性ではないかと実感しています。

ロングトレイルには、その地域によっていろいろなものがありますけど、それを歩きに来る人たちに、何を見て、発信して、どういう体験をしてもらいたいのかが 1 つの大きなテーマになると思います。地域の経済効果を高めて、あるいは次世代へ、そしてサステナブルで持続可能な観光素材をつくり出す大きな 1 つの要因に、このロングトレイルはなると信じています。

でも、地域によって特性があるので、そこに旅行会社としてどのように寄り添うかが一番大事なことです。なぜかというと、皆さん現状いろいろな問題を抱えていると思います。事業母体がどういうふうになっているか、それから特に管理体制や運営資金、組織をどういうふうに構築するか、それに自治体や行政がどういうふうに絡んでいるか、支援しているかということもあります。だからみんな同じコンディションではないので、そこでどういう課題に直面しているのか、人材なのか、ハード面なのか、あるいは情報発信やプロモーションをもっと強化して歩く人たちを増やしたいのか。どういう課題を抱えているのかを話して、じゃあこういうふうにしましょう、こういう企画にしましょう、こういう人、こういうことをやって歩く人たちを増やしましょう、と寄り添うことが大切かな、と思っています。

そういった希望とか期待度とか、ここの利害が一致しなければならないというのは非常に重要なことで、そして、その事業者や自治体の方たちがどういう運営を目指しているかということで、そのときに旅行会社としての役割は、例えば自治体や行政の方と一緒につくっていくものもあるでしょうし、それからロングトレイルをまずイベント型でたくさんの人たちが歩くワンデーウォークのようなものから始めたいと考えている方もいらっしゃれば、いやいや、そんなにたくさん来るのではなくて、やはりスルーハイクでちゃんと歩く人たちを呼びたいという所もあります。それから、もっともっと首都圏からのお客さんを呼び込みたい、ツアーをしたいとストレートに希望される方もいるので、私たちが「やりましょう、やりましょう」と言って旅行会社が売り上げとかお金の話ばかりして、ただ売れればいいなんてことになると、これは旅行商品ではないので、やはりロングトレイルに関わるときに旅行会社は、その地域のまちづくりとか地域づくりとかまで含めて、一緒にトレイルをどのように活かすかが大事かなと思い、そういうことを心がけながらやっています。

私たちが行っているこのコースは、やはり商品化して世に出すことで告知はできるので、

紙媒体でも送りますし、それからホームページやいろいろな所でも発信できますし、もしかしたら事業者の皆さんと一緒に、同時にいろいろ発信していくこともできると思います。ただ、歩いてくれたお客さんが一番の宣伝マンで、次の人を誘ってくれるというのが結構大きいんですね。その時代、その時代、歩く人たちが継がれてくる所があって、いまだにずっと歩いている人たちがつながっていくというのは、やはりマーケットのなかで日本のロングトレイルを歩きにいく、1 回だけではなくて春に行ったら秋に行く、家族で行ったら今度は友達と行くという、時間があったらまたあそこを歩きに行こうというような、トレイル文化が生活の中に入っていくような形が一番理想かな、と思います。

でも、やはり整備とか環境保全とかいろいろなことがあるので、私たちは基本的には参加費用の中に何かしら寄付のお金、1 日 1,000 円というのもあるし、1 コース 1,000 円というのもありますが、確実にそういった整備などに充てるため、事業団体に寄付をさせてもらいます、ということも言っています。

また、これからはインバウンド向けに、各コースも準備していかなければいけない、あるいは各事業者・自治体できちんとロングトレイルを活用していきたいと明確に言っておられる方もいます。外国人対応、英語対応、特に伝統文化、歴史などを解説するインタープリターは、やはり人材が圧倒的に足りていないので、そこをどういうふうにしていくか。観光庁のこれからの事業のなかで、そういった人材をどうやって育成していくのか、現場でつくっていくようなことが一緒にできれば、と思います。

それから、トレイルごとにいろいろな成功事例が出てくると、そこではどうやっているのか、もしかしたらロングトレイル協会のなかでお互いの事業スタイル、運営スタイルを交換するような研修プログラムを行うのも、私どものような旅行業者の役割かなと考えています。やはりいいモデル事業だったり、私たちはこれがやりたいんだけど、どのスタイルが一番合っているのか分からない、でも、もしかしたらあそこのトレイルが一番似ているから少し交流したり、といったこともあるでしょう。

また皆さんと一緒にいろいろなことを考えていければ幸いです。ご清聴ありがとうございました。

（2022 年 4 月 9 日、第 9 回ロングトレイルシンポジウムにて）

アフターコロナの地域観光と期待されるロングトレイル

佐藤 司（観光庁観光地域振興部観光資源課 新コンテンツ開発推進室長）

観光庁新コンテンツ開発推進室長の佐藤です。本日の具体的な内容ですが、まずこれまでインバウンドがどれくらい伸びてきたのか、コロナの影響をどう受けているのかという現状の話と、訪日外国人旅行者のニーズ変化、そしてこれまで観光庁が自然観光系のコンテンツに対してどういった取り組みをしてきたのか、今後どういったことを行おうとしているのか、ご紹介したいと思います。

インバウンドの伸長とコロナの影響

まずインバウンドの伸長とコロナの影響ですが、これまで免税制度の拡充や出入国管理制度の充実、航空ネットワークの拡大などを行った結果、2019 年時点では訪日外国人旅行者数が 3,188 万人と非常に伸び、加えて旅行消費額についても 2012 年比で約 4.4 倍、4.8 兆円まで上がってきました。そうした実績を踏まえて観光ビジョンでは、2020 年の目標として訪日外国人旅行者数は 4,000 万人、訪日外国人旅行消費額は 8 兆円という目標を掲げてきましたが、ご承知のようにコロナウイルスによってこの目標は達成できていない状況です。

具体的に数値を見ていくと、まず訪日外国人旅行者数の推移ですが、2019 年は 3,188 万人と非常に伸びてきましたけど、2020 年は 412 万人、そして 2021 年はさらに減っているという状況です。参考までに 2019 年の旅行者の内訳を見ると、東アジアの国々からの来訪が非常に多く、続いて東南アジア、さらに北米のアメリカといった所からの来国者が多くなっています。

続いて、訪日外国人の旅行消費額について説明させていただきます。2019 年は約 4.8 兆円でしたが、2020 年には 7,446 億円、前年比 84.5%減ということで、やはりコロナウイルスの影響を受けて大幅に減っています。2019 年の内訳ですけど、先ほどの旅行者数と同じように、東アジアの国々からの貢献が大きい。加えてアメリカなどの貢献度合いも大きくなっています。

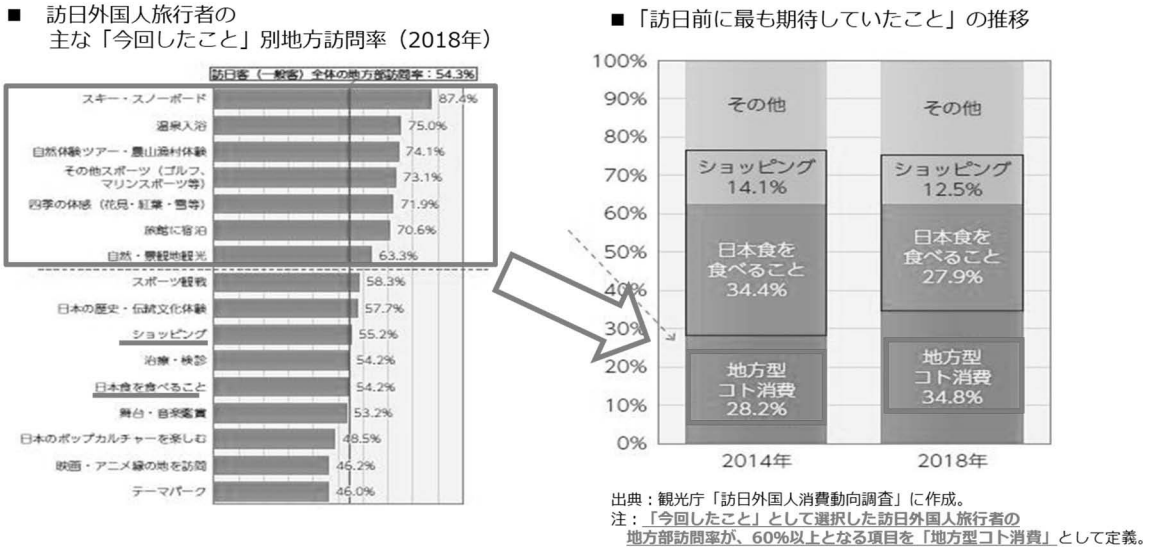
ほかの製品別輸出額と比較してみると、日本の基幹産業である自動車が約 12 兆円、化学製品が 8.7 兆円と、それに続く規模ということで、観光が及ぼす経済効果は非常に大きいと言えます。ほかの、例えば半導体やカメラ、電子計測器と比べても、観光の与える効果は大きいのです。

参考までに、国内における旅行消費を見てみると、2019 年が 27.9 兆円、2020 年が 11.0 兆円で、特に訪日外国人旅行が非常に減っているのが分かります。先ほどの 4.8 兆円が 0.7

兆円にまで減っています。

訪日外国人旅行者のニーズ変化

次に、訪日外国人旅行者のニーズについて説明させていただきます。少し古いデータではありますが、地方部へ訪問する理由は何か、観光庁でアンケート調査を行った所、やはりスキー、スノーボード、温泉入浴、自然体験ツアーといった「コト消費」のニーズが非常に高いという結果になっています。2014 年から 2018 年で、28.2%から 34.8%と、地方型のコト消費のニーズが高まっています。加えて、コト消費の性格が強い娯楽サービス費に支出した人の割合が、2012 年では 2 割ぐらいの人しか消費していなかったのが、2018 年には約 2 倍の 40%強で、コト消費をする訪日外国人旅行者の割合が非常に増えています。



国内調査にはなりますが、コロナ前と比較して今後求められる観光はどうなっていくのか、調査した結果があります。それによると、やはりコロナ禍が明けたら自然を楽しむ旅行のニーズが高まってくる、今でも高まっていますけど、それがさらに高まってくると期待されています。一方で、それ以外の地方都市圏を楽しむ旅行や帰省、大都市圏を楽しむ旅行などは、ニーズとしてはどんどん下がっていく傾向にあります。

本日も「アフターコロナはロングトレイル」という話ですけど、やはりロングトレイルをはじめ、自然系のコンテンツは今後ニーズが高まっていくと思っていて、私自身も一応トレイルランニングなどかじっているんですけど、個人的な魅力としても、渓流沿いを走るとマイナスイオンを感じたり、山独特の地形、動植物、頂上に行ったときの景色とか、トレイルは非日常感を感じられる大変貴重なコンテンツですので、今後、自然系コンテンツのなかでも、とりわけロングトレイルは伸びていくと思っています。

自然体験型観光コンテンツに関するこれまでの取り組み

観光庁としても、やはり自然系コンテンツは今後伸びていくと感じていますので、それに対する取り組みを進めている所です。

これまでの取り組みを簡単に紹介しますと、まず平成30年度は、自然体験型観光コンテンツをつくる上でどうしたらいいかということで、ナレッジ集の作成などに取り組んでいます。また、併せて平成 30 年度と令和元年度で、最先端観光コンテンツ インキュベーター事業ということで、やはりコンテンツづくりが大事だということで、これまでにないようなコンテンツをつくって外国人をもっと呼び込もうと、コンテンツ造成などにも取り組んできています。

加えて令和 2 年度は、日本の観光はどうしても日中の時間帯に限られる傾向が強かったこともあって、夜間・早朝の活用による観光地の観光時間の創出事業にも取り組んできました。また、訪日グローバルキャンペーンに対応したAT（アドベンチャーツーリズム）商品造成事業のように、30年度に続いてコンテンツの造成にも取り組んできた所です。

令和 3 年度は、自然系コンテンツのなかでも、アクティビティと自然・文化を組み合わせた旅行形態については、旅行消費額が高い、滞在日数も長い、さらに海外の富裕層、こういった本物のコト体験を期待するような富裕層に対しても受けがいいということで、アドベンチャーツーリズムについて力を入れて取り組みを進めてきました。

具体的には、まず日本全体でのアドベンチャーツーリズム推進のためのガイドラインの策定、2 番目はモデルツアーの造成、3 番目が観光コンテンツ発掘・磨き上げ、コーチング、4 番目がアドベンチャーツーリズムに必要な、例えば山小屋とか、更衣室、トイレなどの改修費や設備・備品の購入費などの補助も行いました。

3 番目の磨き上げを説明させていただきますが、これは地域の観光資源の磨き上げと、それをパッケージツアーとして昇華させるような取り組みを進めています。トレイルに近い所ですと、例えば福井県の若狭町で行った事業では、鯖街道の宿場町として栄えた熊川宿での滞在と、日本独自のハードアクティビティ「沢登り」の磨き上げ事業を行い、事業を進めてきた所です。それ以外でも、例えば南アルプスの古道を活用したマウンテンバイクツアーの造成事業にも取り組みました。

その結果については、ナレッジ集、事例集という形で公表していますので、関心があればご覧いただけると大変ありがたいです。やはり観光庁としては、日本各地でこういった成功事例をどんどん積み上げていき、横展開を図ることが必要と思っています。また、ガイドラインの策定事業もナレッジ集という形で、アドベンチャーツーリズムのツアーを造成するにはどうしたらいいかを展開していますので、ご覧いただければ幸いです。

続いて、先ほどの事業のなかで 2 番目に出てくるものですけど、実際に日本各地でモデルツアーを造成するような事業です。例えばトレイル、トレッキング関係ですと、非常にその割合が多く、やはりアドベンチャーツーリズムのなかでもトレイルの占める重要性が分かると思います。

令和３年度　アドベンチャーツーリズムのモデルツアー造成等事業

トレッキング関連事業　例

①「非動力ATモデルルート設定事業」【北海道】

②「みちのく潮風トレイル 岩手～宮城」【東北】

③「"歩く東北"をコンセプトとした地域と繋がる体験型トレイル推進事業」【東北】

④「富士山信仰から辿る日本の心」【関東】

⑤「JAPANESE ALPSを核とした広域周遊型AT商品造成事業」【北陸信越】

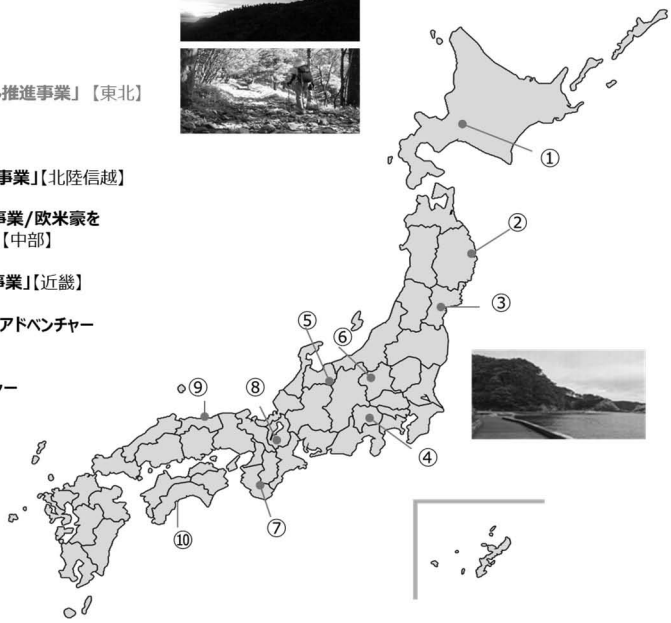
⑥「アドベンチャーツーリズムの推進に向けた広域ツアー造成事業/欧米豪をターゲットとした長期滞在・高付加価値コンテンツ造成事業」【中部】

⑦「世界遺産を活用した紀伊半島ロングトレイルツアー造成事業」【近畿】

⑧「近隣観光都市からの誘客促進のための滋賀県広域周遊アドベンチャーツーリズムモデルツアー造成等事業」【近畿】

⑨「山陰海岸ジオパークにおけるウォータートレイルアドベンチャー造成事業」【中国】

⑩「遍路文化とストーリーで繋がるアドベンチャーツーリズムのモデルツアー造成およびガイド、コーディネータ育成事業」【四国】



今日は３つほど紹介させていただきますが、１つは北海道の非動力 AT モデルルート設定事業です。これまではモデルツアーやコンテンツをつくったりしても、つくって終わりになるケースが多々ありました。この事業は、終わった後も販売していくという話で、しっかり地域にお金を落とすような形で事業を組むことができたかな、と思っています。具体的なルートを見ると、オホーツク海から太平洋に抜けるような長いルートを設定し、そこを非動力ということでサイクリングやカヤッキング、トレイルなどを組み合わせて全 202km の行程を楽しむというモデルツアーになっています。

やはりアドベンチャーツーリズムではコンセプトが大事で、単にアクティビティを楽しむだけでなく、その土地の自然や文化を体験することで、その土地の本質を理解する。これがアドベンチャーツーリズムの醍醐味だと思いますので、今回のモデルツアーの設定に当たっては、人間が本来持つ力を発揮し、道東特有の火山地形や水の恵みが織りなす大自然と人とのつながりを探る旅ということで、こういったものをツアーを通じて感じていただくよう設定しました。

次は東北の事例で、これまで長期滞在につながらず、どうしてもトレイル歩きやトレッキングするとしても日帰りで終わってしまい、ロングコースを設定できていないという課題がありました。そうしたなかで、この事業では 2 本のロングコース、それぞれ 5 泊 6 日のコースを設定し、トレッキングやウォーキングを楽しんでいただくモデルツアーを造成しました。具体的には、1 つ目が福島・宮城コースで、水とか火山帯を感じていただくコースです。尾瀬のトレッキングから始まり、最終的には宮城・蔵王までつなげるという

ことで、尾瀬の水や蔵王の火山を感じるコースとなっています。もう 1 つは宮城県・岩手県・山形県にまたがったコースで、東端から西端まで巡礼という形で楽しむツアーになっています。まず松島湾からスタートし、中尊寺散策や山寺参拝など、最終的には六十里越街道トレッキングでスピリチュアルなものを感じていただくようなコースツアーとなっています。

最後が四国の事例で、お遍路と船路をトレイルと捉え、そこを楽しんでいただくツアー設定としています。具体的には、剣山を楽しむような 1 日目、2 日目、3 日目のコースと、さらに吉野川や鳴門の海といった水を楽しむ後半のコースを設定しています。まずは大河・吉野川に注ぐ川の渓谷美を感じて、気分を高めていただく。それから剣山のハイキングで、傾斜地、これまで住民の方々がそこに住んで根付いた文化などもありますので、地元の文化なども感じながら、サイクリングを通じて吉野川とかお遍路、それに鳴門スカイラインなどを味わい、水のありがたみとか、地域が水を通してどういった生活をしているのかを感じていただき、最後には文化体験ということで、阿波人形浄瑠璃を鑑賞。こういったものを体感いただくようなツアーとなっています。

今後の観光政策の方向性

こういった形で、観光庁ではナレッジ集の作成やモデルルートの造成、ガイド育成などに取り組んでいるのですが、今後どういったことを行っていくか、特に今年度を中心に、以下の 4 つの点について取り組みを進めていきたいと思っています。

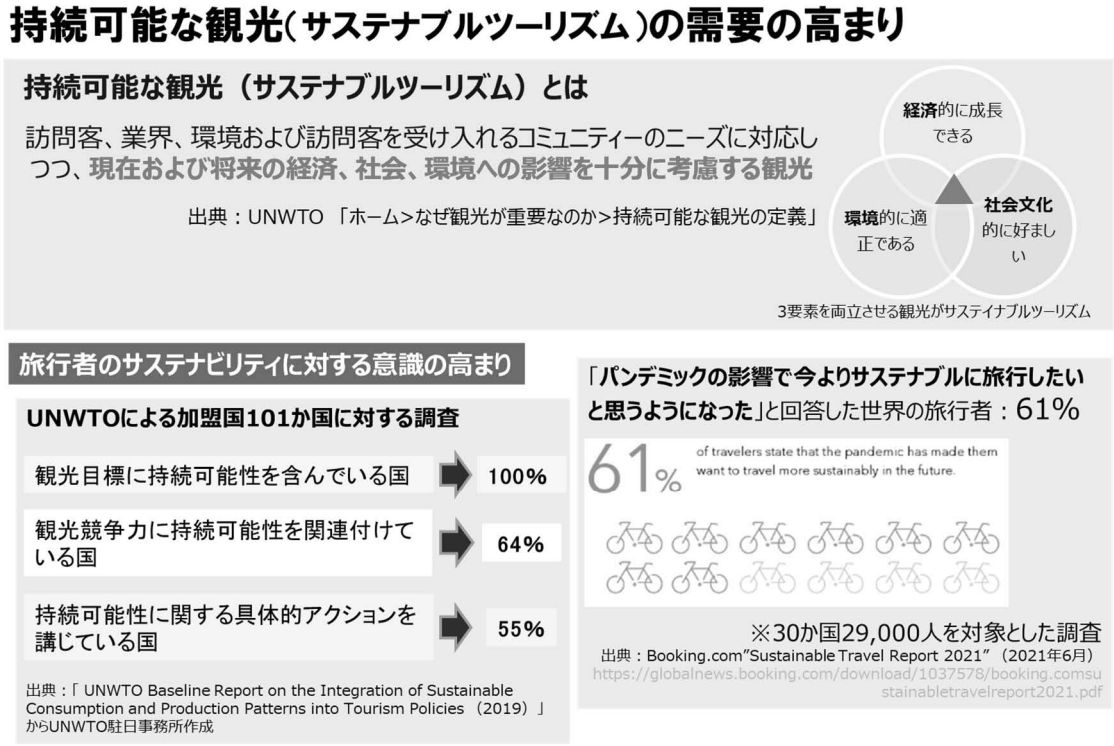
1 番目は、国内交流の回復と新たな交流市場の開拓です。やはりインバウンドの回復にはまだまだ時間がかかると思っていて、そのためにまず国内需要の回復・喚起が重要と考えています。そのため、例えば Go To トラベルや県内の旅行割の拡大といったことに取り組むとともに、新たな交流市場の開拓ということで、ワーケーションや第 2 のふるさとづくりといったことに取り組もうと考えています。

2 番目は、観光産業の変革です。観光業界は生産性が低いと言われていますが、少しでも生産性を高めるために、デジタル技術を活用した観光サービスの変革ということで、まずは顧客管理システムの導入や非接触型のチェックインシステム、また、新しいデジタルを使ったコンテンツの造成、加えて観光地の混雑回避といったことに取り組むとともに、安心・安全の確保などにも取り組んでいきたいと思っています。

3 番目は、交流拡大により豊かさを実感できる地域の実現です。観光地の再生・高付加価値化のため、宿泊施設の改修や古くなった旅館の撤去などに対して補助を出すような取り組みをしたり、地域でしっかり稼いでいくための看板商品の造成にも取り組みますし、それ以外にもオーバーツリーズムの対策などに取り組んでいきます。

4 番目は、国際交流の回復に向けた準備・質的な変革です。これまでも続けている話ですが、多言語対応や Wi-Fi、キャッシュレス決済導入、ホテル誘致の取り組みや積極的なプロモーションなどに取り組んでいきたいと考えています。

このなかでも、今回説明させていただきたいポイントとして、持続可能な観光があります。やはり海外においても、サステナブルな観光が今非常に注目を集めている所で、これまでは観光地に行って楽しんで終わりという所が多かったんですが、何か地域に貢献したいといった感情がどんどん芽生えてきていると伺っています。加えて、トレイルもそうですが、こういった自然はただで使えるわけではなく、しっかりと人の手で整備していく必要があり、そういった自然環境の維持とか、加えて地域にお金が落ちていかないと、その地域全体としても衰退してしまうということで、そういった観点も入れながらしっかり観光を盛り上げていかなければいけない。観光庁においても、今年度こういった観点を入れながら事業を進めていきたいと思っています。

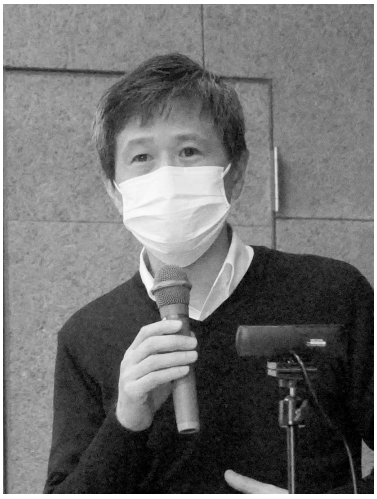


最後になりますが、やはりこれからは、自然観光コンテンツのニーズがどんどん高まってくると思っており、観光庁としても推進していきたいと考えています。ただ、今日ご説明してきた事例にもあるとおり、やはり観光庁だけではできないもので、観光事業者の方々や自治体の方々、それぞれの方々の協力があって初めてできることですので、この場をお借りし、引き続きのご協力をお願いして私の発表に代えさせていただきたいと思います。ありがとうございました。

（2022 年 4 月 9 日、第 9 回ロングトレイルシンポジウムにて）

国立公園等の上質な利用に向けた取り組み

岡野 隆宏（環境省自然環境局国立公園課 国立公園利用推進室長）



環境省の岡野と申します。所属が国立公園利用推進室とありますが、国立公園などの自然の豊かな場所を利用し、自然を体験し、感動や学びを得ていただくことを推進する部署になります。私自身、山登りや自転車など、自然のなかで遊ぶのが好きで、この自然を残して、それを多くの人に楽しんでいただこうということで環境省に入っており、今一番やりたかったポストに就いています。

今日はインバウンドが大きなテーマですので、環境省でどんな取り組みをしているかの紹介と、後半はロングトレイルの話もさせていただければ、と思っております。

国立公園満喫プロジェクト

まず、日本の国立公園です。日本は南北に長く、四季も折々で、非常に美しい風景が広がる国です。北は流氷が流れ着く知床半島の海から、南はサンゴ礁が広がる沖縄の海まであり、そこに国立公園が指定されています。全国に 34 ありますが、では、国立公園とはどういう場所か。1 つは、圧倒的に美しい自然がある所です。日本を代表する優れた自然の風景地であり、これを将来に引き継いでいくために、開発などを規制する「保護」を行っています。

そしてもう 1 つが、最高のアウトドアフィールドということです。公園は皆さんに「利用」していただくための場所です。環境省では、登山道やキャンプ場、国立公園の自然と文化を紹介するビジターセンター、標識などの整備をしています。では、なんのために利用していただくかというと、やはり最高に美しい自然を体感して、感動や学びを得ていただく。それによってまた自然を守っていこう、環境を守っていこうと思ってもらう。そして、自分自身もリフレッシュする。そういったことを目指して保護と利用に取り組んでおります。

この国立公園ですが、実は歴史が始まった当時も、インバウンド観光を目標にしていました。しかし、戦後高度経済成長のなかで、どちらかというと保護を一生懸命頑張ってきて、自然を守っていこうと取り組んできましたが、2016 年「明日の日本を支える観光ビジョン」に日本の国立公園が位置付けられて、観光政策として再び脚光を浴びるようになりました。いわゆるゴールデンルートから日本の地方に誘客をしていこうということで、各地方にある自然や文化が着目され、その自然に国立公園を取り上げていただき、取り組んでいる所です。コロナ前は海外からのお客さんが順調に増えていたんですが、ご承知の

とおり、コロナ禍でゼロになって今、復活しようという所です。

この国立公園を楽しんでいくにあたって、我々が重要視したのは、保護と利用の好循環です。豊かな自然があって初めて訪れた人は感動します。そして感動する観光で使われたお金が地域の自然を守ることに回っていく。そうした保護と利用の好循環をつくっていこうということで、自然を満喫できる上質なツーリズムの実現を目指しています。これまでが、どちらかというと団体のお客さんがバスで移動して、展望台で景色を見てきれいだったね、ホテルに泊まってお酒を飲んで、じゃあ帰ろうみたいな観光だったものから、一歩自然に入って、その自然をより深く知り、感動や学びを得ていく。そういったツーリズムを目指し、その感動や学びがその地域を守る力になっていくことを目指しています。

そうした方向性のもと、国立公園のなかで大きく 2 つの取り組みをしています。1 つは国立公園の磨き上げ、景観の改善です。国立公園の中にも、残念ながら廃屋になったホテルなどがあり、そういったものを撤去して新たな整備を行っています。また、多言語化、ビジターセンターの再整備などにも取り組んでいます。そのビジターセンターの中に民間の方が入り、カフェを導入したりして居心地の良い空間をつくっていく。自然をより深く楽しむために、自然体験コンテンツの充実ということで、野生動物観光、あるいはグランピングなどにも取り組んでいます。宿泊も、もちろんキャンプ場とか民宿とか、ホテルもありますけど、少しラグジュアリーなホテルも導入するようにして、あらゆる層の方に国立公園を楽しんでいただこうとしています。

加えて、利用者負担による保全の仕組みづくりに取り組んでいます。現在、登山道が非常に荒れていて、なかなか維持ができていないという問題があります。そういったことに対して、訪れた方、楽しんでいただいた方に協力していただいて保全する仕組みづくりを行っていくことが、やはり持続可能な観光をつくっていく上で非常に重要だと思いますので、こういった仕組みづくりにも取り組んでいます。

こうしたことをした上で、2 つ目の国内外へのプロモーションに取り組んでいます。日本政府観光局サイト内に国立公園のサイトを作り、情報発信をしています。ほかのページと比べて、国立公園のページは見ている時間が 1.5 倍長いということで、世界からも注目されていると思っております。SNS などを活用した情報発信も行っていますが、2021 年以降もこのプロジェクトを継続して、海外だけでなく、国内のお客さんにも来ていただけるよう取り組みを進めている所です。

上質なツーリズムの要素

この国立公園を PR するにあたって、改めて日本の国立公園の価値とは何か、見直しました。日本の国立公園は、アメリカの国立公園と違って、人の暮らしがあるというのが実は大きな特徴です。人の暮らしがあるということは、地域の独自の文化や歴史が、それもまた魅力になっていくということで、日本の国立公園が提供できる価値として「多様な自然風景と生活・文化・歴史が凝縮された物語を知ることで、忘れられない唯一無二の感動

や体験ができる」と定義し、ブランドメッセージを「その自然には物語がある」としてPR などをしています。

例えば、阿蘇の草原は非常に美しいですけど、これは地域の人の営みによってつくられている風景ですし、国立公園の中にも祈りや畏れの場が残っている。こういったことをしっかり伝えていくことが、日本の国立公園の魅力であろうと思っています。さらに、34ある国立公園それぞれの魅力の磨き上げも必要で、物語ということを先ほど話しましたが、これは私たちが見る風景の成り立ちや価値を言語化したものと考えています。

例えば知床半島ですが、知床半島は世界自然遺産に登録されています。世界自然遺産というのは、世界にここだけにしかない価値があるということを認められた場所ですけど、それを認めてもらうためには顕著な普遍的価値を説明しないといけない。知床は、アムール川から流れてきた流氷に栄養塩が含まれていて、それが春に溶けると植物プランクトンが発生し、それを動物プランクトンが食べて、非常に豊かな海になる。その豊かな海で育まれたサケが川を遡って、森を豊かにし、ヒグマを育んでいますよ、と。こういった流氷から始まる海と陸の生態系の豊かなつながりが典型的に見られる場所なんですよ、と説明して世界遺産になっているわけですけど、これは何を大切にして、来訪者に何を伝えるのか、改めて整理したものだと考えています。

これを 34 公園、1 つずつにつくっていくということが、国立公園の価値を伝えるのに重要だと思っています。そういった所から、国立公園で進めるべき上質なツーリズムとして、5 つの要素を掲げて取り組んでいます。

1 つ目が、今お話しした物語、ストーリーです。2 つ目がインタープリテーションですが、これは感動と学びをサポートする、説明だけではなくて問いかけであったり、体験であったり、しゃべらないことが一番伝わることだってあると聞いていますけど、相手の興味や関心に合わせてしっかり伝える、そういった場を提供する、あるいは考えてもらうことが重要になっています。これができる人材育成が非常に重要だと考えています。

3 つ目がルールで、保護と利用の好循環を生むためには、やはりルールが非常に重要になります。1 つは協力金のようなお金をいただいて保護に貢献する仕組みですけど、もう 1 つは人数制限による限定体験。ここでしか体験できないものを 1 日 5 人とか 10 人とか、そうすることによって自然環境の負荷を減らすことはもちろん、特別な体験、圧倒的な感動を提供できるのではないかということで、こういったルールづくりを各地域で取り組もうとしています。

4 つ目が体験コンテンツで、自然や文化を五感で体験できるようなコンテンツを各地域でつくっていく。そのために、国立公園のなかで自然体験をする方に参考になるような、セルフチェックができる「コンテンツガイドライン」を策定しています。

5 つ目がツアー化で、国立公園ごとの物語に沿って、複数のコンテンツ、宿泊と移動を組み合わせて価値化していくということで、富裕者層にもぜひ来ていただけるようなものをつくっていきたいと考えている所です。

国立公園のなかで、自然体験コンテンツをいろいろと造成し、整理しています。日本語では「国立公園に、行ってみよう！」というサイトで、国立公園でこんなことができますよと紹介していますので、ぜひ時間のあるときに見ていただいて、自然の中に入っていただければ、と。「人生変えちゃうかも！」と書いてありますけど、トランスフォーメーションというのはこれから大きなテーマになってくると思いますので、そういったことを提供したいと思っております。

ロングトレイルの管理運営システム

こういった国立公園の魅力を知ってもらう、物語を知ってもらうための 1 つの仕掛けとしてロングトレイルがあり、国立公園のなかでも取り組みを進めています。

1 つはこの近く、妙高戸隠連山国立公園の「あまとみトレイル」です。こちらは 86km のルートになっていますが、信越トレイルとつなげると 200km のトレイルということで、現在進めています。また北海道では、知床国立公園、阿寒摩周国立公園、釧路湿原国立公園の、3 つの特徴ある国立公園をつなぐロングトレイルを現在計画中です。これは 300km を超えるルートになりますが、非常にバラエティに富んだ風景が楽しめるトレイルになると思います。

実は日本最初のロングトレイル構想として、東海自然歩道があります。これは 1969 年、今から 50 年前に、環境省の前身の厚生省が提唱したもので、東京から大阪まで歩く長距離自然歩道を打ち出しています。ちょうど時代は高度経済成長、モータリゼーションということで、何もかもがスピードアップしていくなかで、あえて歩くことで人間性を回復しようという取り組みです。考え方としては、太平洋ベルト地帯の背中側の道を通すことによって、ベルト地帯で働く人のレクリエーションの場を提供すると同時に、開発をこれ以

上進めない、緑の防波堤の役割も果たそうという、非常に国土計画的な位置付けで始まっています。

その後、九州自然歩道から中国自然歩道と続き、現在10本のトレイルで、全国で約2万8,000kmが整備されています。これはルートを決めて、標識をつくっているんですけど、現状は利用者が少なく、施設の老朽化や、維持管理や担い手不足などによって、路線の維持管理や運営で課題に直面しています。なぜか歩いていただけていない。なぜなら、歩く情報がない、管理できていない。これが課題になっています。

そういった経緯を踏まえて、今年、ロングトレイルの維持、管理、運営システムの構築の考え方を環境省で取りまとめています。このロングトレイルの特徴として、長い距離、公益性、連続性というものがあり、これがほかにはない感動や体験を提供するわけですが、それが同時に整備や管理、運営の上では克服すべき大きな課題になっています。今回、改めてロングトレイルの意義と効果を整理した上で、これを発揮するために必要な要件を検討し、この要件を踏まえたシステム構築のプロセスを整理するということで取り組んできました。

この取り組みに大きな役割を果たしているのが、みちのく潮風トレイルです。こちらは、先ほどの長距離自然歩道の反省を踏まえて、管理運営のシステムまで踏み込んで構築したトレイルになっています。

改めて意義と効果ですが、あえて長く歩く旅とそれを支える長く歩く道に分けて整理しています。まず長く歩く旅、国民にとって長く歩く旅の意義と効果として、個々人にとってチャレンジや目標の達成の機会になるとか、心身と向き合うことになるというようなことがありますし、社会にとっては国土の環境や現状を知る機会となったり、持続可能性を考える機会になったりということを挙げています。

それを支える長く歩く道は、やはり道があると歩きやすくなるし、社会にとってもそれが場として活用しやすくなる。さらに、地域は人が歩いてくれることで地元の理解の再認識や地域活性化、幅広い経済効果につながり、経済活動への主体的な参加を促すということが生まれてくるようになっています。

それで、実際に長く歩く道が活用されると何が起こるか。みちのく潮風トレイルでは、

ハイカーが歩きに来て、それによって地域の方々との交流が始まります。歩いていると、「ハイカーさんね」「みちのく潮風トレイルね」と声を掛けられるようになる。加藤則芳さんが九州自然歩道を歩かれたときに「九州自然歩道はどこですか」と聞いたら、誰も知らないと言われた。これが悲しいと。そういうことがないようにしないといけない。このみちのく潮風トレイルで実際に地域の方が話してくださるようになっているというのは、1つの大きな成果かな、と思っています。

こういったことが起こるために、ロングトレイルが動き続けるシステムをつくっていかなければいけないということで、その要件を5つに整理しています。

1つは、長く1本に続いている道であること。2つ、歩道の管理主体が明確であること。3つ、歩道の状態を把握し、共有する仕組みがあること。4つ、利用情報を提供できる仕組みがあること。そしてこの3、4を適切に実施するために、地域も含んだ管理運営体制があること。これを5つの要件としています。

これを実現していくのに一番重要なのが、地域との協働です。協働というのは、大きな目標に向かって、それぞれが個性を活かしながら、それぞれができる役割を果たしていくことです。今回の振り返りによって、道づくりのプロセス自体が、協働を育むプロセスであったと理解することができました。

みちのく潮風トレイルでは、まず基本計画を作り、それに基づいて、地域との協働による路線設定と道づくりに取り組みました。各地域で 4 回にわたるワークショップと調査を実施し、地域の皆さんの声を聞いてルートを設定しています。これが全ルートで 200 回以上行われています。

「最初から関わることで自分の役割が分かった」と、その後のいろいろなイベントを実施していただける地域の方々がいらっしゃるということが、ワークショップを行った効果だと思います。

その後、みちのく潮風トレイルではしっかりと全線を管理するための運営計画の作成、そしてそれに先立って、このロングトレイルとは何かを伝える憲章を作成しています。地域連携による管理運営体制の構築を目指し、全区間を 6 区間に分けて管理運営体制を整え、それぞれ自治体、自然保護官事務所、そしてサテライトとなる団体が分担しています。利用者が増える前の 5 月・6 月には全線をチェックし、その情報を集め、さらにイベントの情報も横で共有して、ハイカーの方に提供しています。この中心となるのが統括本部で、現在は NPO 法人みちのくトレイルクラブの皆さんに担っていただいています。この拠点となる名取トレイルセンターを整備し、ここに情報が一元的に集約できる形にしています。歩道の状態把握のための管理台帳の作成や危機管理体制の構築、そして一元的な利用情報の集約・提供・発信に取り組んでいる所です。

さらに、利用者に歩いていただけるように、GIS データの提供、データブック、マップブックの作成・販売が行われています。NPO が作成と販売を行っており、その売り上げが運営にも活用されています。また、愛称およびシンボルマークも、東北の方々の公募に

よって選ばせていただき、ここにも地域を大切にするスタンスを示しています。このマークを道標などに貼って、共通マークとしてブランディングをしている所です。

こういった取り組みを経て、4 年前になりますが、みちのく潮風トレイルの全線開通の記念式典が行われました。4 県 28 市町村の市長が一本につながって、担当者の皆さんもつながって開通を喜んだ所です。

このロングトレイル、運営体制ができて終わりではないんですね。ずっと歩いていただいて、ずっと管理していく。これからみんなで育んでいくというのがすごく重要になってきます。

みちのく潮風トレイルは、設定自体は環境省ですが、ルートの設定から道づくり、ハイカーのサービスまで、地域主体で行っています。みんなで協働する取り組みを目指してきました。加藤則芳さんは、地域の人たちがトレイルに関わるからこそトレイルの価値が高まり、存在し続けることができると考えていました。この多様な方々が主体者となって関わっていく対等なパートナーシップ、協働を構築するということで、みんなで育むトレイルになるのではないかということで、これを続けていきたいです。

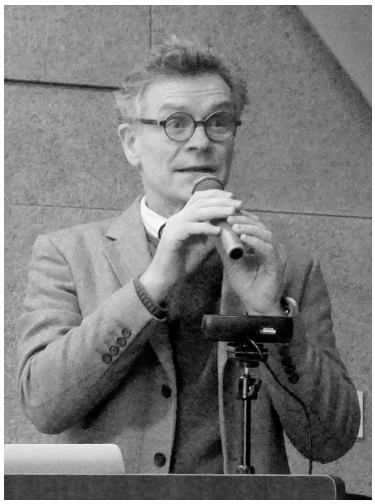
この考え方ですが、まず環境省が設定している長距離自然歩道に適応して、再活用できるよう目指していきたいと思っています。併せて国立公園を中心に進められているロングトレイルや、地域のロングトレイルの方々にもぜひ活用していただいて、このシステムを全国に広げていけたら、と思っています。

そしてその先に、日本に長く歩く旅の文化が定着して、人々の豊かな生活が実現して、持続可能な社会に貢献することを期待しております。私からの話は以上です。どうもありがとうございました。

（2023 年 2 月 25 日、第 10 回ロングトレイルシンポジウムにて）

田舎の資源を活かしたインバウンド観光
～Walk Japan　30 年の歩み～

ポール・クリスティ（Walk Japan CEO）



皆さん、こんにちは。Walk Japan のポールと申します。どうぞよろしくお願いいたします。今日は Walk Japan 30 年の歩みを速足でご紹介したいと思います。

田舎暮らしに憧れて日本へ

まず自己紹介ですが、私は Walk Japan の CEO で、日本法人 The Japan Travel Company の取締役会長でもあります。小さいときは田舎が大好きで、10 代のころから、いずれは田舎暮らしを送りたいと思っていました。日本に来たのは 1987 年、留学生として 1 年ぐらい川越で過ごし、イギリスに帰ろうかなと。結局 2 年間、非常に充実した時間を地元の人たちと過ごして、日本との縁が深くなりました。

そして 2002 年、「田舎に住むなら国東半島を見に行ってこい」と勧められて国東へ移住し、田舎暮らしを実現しました。このときまでロンドンの中心部に住んでいて、テレビ業界の仕事と、Walk Japan のガイドの仕事をやらせていただきましたが、本当にやりたいことがなかなかできず、田舎へ行って、日本に戻って、田舎暮らしを送るようになったんです。ちょうど 40 歳のときです。

なんでここに来てくれたのか、とよく聞かれるんですけど……地元の人たちは自分の地元にプライドを持っているが、第三者にとって魅力があるはずはないという感覚だったんですね。これについては後ほど触れたいと思います。

移住してからは、もちろんテレビの仕事は辞めていて、Walk Japan のツアーリーダーを継続しながら、経営者にもなりました。Walk Japan は 1992 年にできたんですが、実は香港法人なんです。なぜかと言うと、香港大学で生まれた企業だから。2 人の先生、1 人はアメリカ人、もう 1 人はイギリス人で、専門が日本の歴史と、日本地理学、社会地理学。この 2 人が自分の学生を日本に連れてきて、中山道を一緒に歩きながら、日本のことを勉強したり、研究したりしていたわけです。すると、香港大学に戻ったら、同僚の先生たちに「学生たちを日本へ連れていっているんですよね」と聞かれて、「我々も行きたいです。何か企画を作ってもらえないか」と言われたのが設立のきっかけだったんです。

私は 97 年ごろから Walk Japan と付き合い出したんですが、当時、中山道を歩く人はほぼいませんでした、我々以外は。私はいつも想像するんですけど、外国人（ほとんど西洋人）がど田舎を歩いていると、たぶん地元の農家たちは「あの外人野郎は何やってんだい」

という気持ちを抱いていて。そうすると第三者が寄ってきて「旧街道、中山道を歩いているんじゃないか」と。そして 15～20 年前に、NHK が中山道を取り上げて、そのころから日本人の間ではかなり知名度が上がってきました。そして今、2019 年には外国人観光客がいっぱいで、幸いその半分ぐらいはうちのお客様でしたけど、ものすごく大きな観光資源となり、我々の繁忙期には、ほぼ毎日弊社のツアーが通るようになっています。

ツアーを有効なものにするには

目的は、歩きながら日本を散策するのはもちろん、知られざる日本を紹介・案内・説明するという感じですね。今は前ほど日本を知らない、日本人がよく分からないという人は少なくなってきていますが、当時はまだまだ日本は未知の国で、日本人は西洋人と全然慣習が違うし、考え方も違うから、分かりにくかったんです。それを我々はちゃんと案内します。道だけではなく、日本社会のことなどなど。

こうしたツアーを有効な経験とするためには、関心（教育）、娯楽性（エンターテイメント）、効率（時間とお金）が必要です。弊社は基本的に富裕層を相手にしているので、安くはありません。だいたい 2 日間から 16 日間、平均にすると 8～10 日間がメインなんですが、1 日の相場が 5 万 5,000 円から 8 万円まで。この金額には、スタートから終わりまで、基本的にお酒以外はほぼ全部入っています。お金をいっぱい払っていただいているので、我々はその分きちんとお返ししないといけない。

ツアーは少人数、原則として 12 名限定です。日本の美しい田舎風景を歩くだけでなく、例えば中山道だと、旧街道の役割、江戸時代にはどんな人物がいたか、それに日本の地理、歴史、政治、医療、教育など、本当にいろいろな話をします。なぜなら、場合によっては医者、看護師、先生、政治家もいますし、ハリウッド俳優、イギリス王室など、いろいろな人たちが参加してくださるんですよ。もちろん、好奇心旺盛な人たちです。

行程のバランスも重要ですね。あまり激しい時間は避けて、なるべく穏やかな時間を一緒に過ごすようにしています。ごちそうに例えれば、美味しいものがいくつかあって、それが消化しやすいように企画を作っています。また西洋人に、今は東南アジアの人も多くなっていますけど、分かりやすく消化しやすい内容を提供しています。

皆さんご存じのように、いろいろなウォーキングがありますよね。散策やトレッキング、ハイキング、登山など。我々は基本的に、散策とトレッキングがメインですけど、登山の企画もあります。

歩くというのは人間にふさわしい行動で、ほとんどの人が歩ける、走れるのですが、肉体的にはやはりウォーキングが一番負担の少ない動き方だと思います。だからウォーキングツアーは、非常に多くの人たちにウケるようになっていますけど、五感もよりよく機能します。私は昔、トライアスロンをやっていましたが、そのときは目の前のことしか考えていない。場合によっては何も聞いてない。なぜなら、自分の心臓がドキドキしているから、その分、方向感覚があまり利かなくなっている気がします。歩くと 360°見渡すこと

ができますし、耳にもちゃんと音が入り、鳥の鳴き声とか、葉っぱの風によって擦れる音とか、川の音とか、いろいろありますけど、それが非常に気持ち良いというか、人間として生まれてよかったという気がしてくるのです。

また、我々は遠くから見ているのではなく、日本社会に入っていきます。こういう企画だからこそできるんですね。大型バスツアーだったら、車窓からの日本は見られますけど、車内は外国人ばかりで、外国が日本を通っていくような感覚になってしまいます。我々はなるべく日本人と一緒に時間を過ごしたい。一番楽しいのが路線バスや地方列車で、日本人は好奇心旺盛な人が多いので、必ず会話が発生します。日本はどんな国か、日本人はどんな人たちなのか、一緒に探っていきます。

これも非常に大事なことですが、我々が参加したいツアーしか提供しません。パーツ、パーツで組み合わせて、では、これでいいんじゃないかと。我々は基本的に、企画した人と現場の人は一緒です。

ツアーの 1 つの目的は、思い出づくりです。これは商売に非常に有効な方法で、リピーターを作り出す仕組みでもある。もう 1 つは、参加していたお客様が「ブランド大使」になっていくんですね。やはりいい時間を過ごし、いい経験をすると、自分の国に戻ったら自分の親戚や仕事の同僚、友達に必ず話をするんですよ。場合によっては弊社を勧めてくださるんです。そうした口コミが非常に多いです。

もう 1 つ重要なことですが、ツアーは生き物なんですね。時間が経つにつれて、企画も少しずつ変わってきます。1 つは環境が変わります。例えば大雨で橋が流されてしまった

とか、宿のおかみさんが亡くなられて閉館になったとか。あるいは、ずっと空き家だった所が新しい面白い店になった、その人たちが非常にいい話をしてくれる、とか。

お客様も変わりますね。ニーズが少しずつ、時代の変化によって、やはり必要とされるものが微妙に変わってきます。例えば、私が中山道を歩き出したときにインターネットはなかった。それがいつのころからか、みんながiPadを持ってくるようになって、やはりインターネットが必要になってきた。日本はインフラ整備が非常に優れた国なので、あっという間にインターネットが全国に普及しました。そうしたことですぐに改善・改良することが多くなっています。

様々なツアー形態

ツアーは、国東半島はもちろんのこと、「奥の細道」を追っていくものや、東北海道、伊豆半島、八重山など、カヤックやSUPも利用しています。繁忙期は春と秋なんですが、真夏や真冬の企画もあり、四季折々提供しています。熊野古道はすごい人気がありますね。大分の温泉巡りや東海道もありますし、山陰などでも開催しています。

2019 年からは、ANA と手を組んで、温泉ガストロノミーも提供しています。日本全国、温泉でだいたい 1 日の企画を展開してきたんですが、長期滞在にすればいいんじゃないかということで、大分と熊本、岐阜もありますが、2019年の終わりごろに1本ずつ実施しました。これが非常に好評で、2020 年には 1 月の段階で 10 本ぐらい予定していたんですが、コロナ禍で全部パーになってしまいました。たぶんコロナがなければ16本ぐらいできたんじゃないかと、それぐらい人気があります。

ウォーキングツアーは 25 本ぐらいあります。それにちょっと特別な企画ですが、より Mind＆Body というか、ヨガ、マッサージ、座禅、軽い散策などの企画もあります。より健康的な食事もします。修学旅行もあります。ちょうど昨日、シンガポールからインターナショナルスクールの学生が来てくださって、国東 2 本、中山道 2 本、京都の綾部 2 本を実施したばかりです。

最近はセルフガイドツアーも増えています。要するにガイドなしで、我々が全部セッティングして、資料も与えて、自分で回ってくる。これが今の所8本ぐらいあります。

また、年間2、3本ぐらい新しい企画を開発・導入しています。最近は、真冬の温泉ガストロノミーや、みちのく潮風トレイルと手を組んでツアーをつくってきました。すごく素晴らしい所です。

ツアー委託もあります。これは 1 社だけで、アメリカの大手旅行社なんですけど、NPO法人なので、利点としては利益の奪い合いがないわけです。

要のツアーリーダー

ツアーの要は、ツアーリーダーです。いくら企画が良くても、ツアーリーダー、要するにガイドがイマイチなら、やはり不発で終わります。我々も非常に重要だと意識していて、

Walk Japan と The Japan Travel Company の幹部はもともとガイドとして、ツアーリーダーとして Walk Japan に入社したんですよ。

ツアーリーダーは、資格があればできると思われるかもしれませんが、我々はそれでは不十分だと考えています。非常に優れたガイド、ツアーリーダーというのは、ある意味では目覚めた人たちでもあります。良いツアーリーダーには様々な条件がありますが、なかでも大事なのが、自分はまだ勉強しないといけない、ということ。いくら上手にできると思っていても、やはりこの先、自分の技術や技を磨いていきたいという気持ちを常に抱かなければいけないと思います。

我々はツアーリーダーを育成しています。いくら経験があっても、Walk Japan に勤めたい人たちは、当社の訓練を受けなければならない。なぜかというと、いくら本人が上手でも、Walk Japan のスタイルを把握していないわけですよ。我々はその分、かなりの時間とお金をつぎ込んで育成するわけです。

2019 年の終わりごろには 80 名ぐらいのツアーリーダーがいまして、大きなグループになっています。みんなが協力し合い、情報交換し、助け合っている。ツアーの改善・改良にも大きく貢献しているわけです。

互いにトレーニングも行っています。コロナ前には、年に 2 回、みんなで一緒に集まってカンパニー・セミナーを実施していました。1 月は東京都内に、6 月か 7 月ごろには国東に集まってもらいます。費用は会社で負担して来てもらっているので、結構なお金をつぎ込んでいます。

一緒に研修する事務サイドの人たちとの交流も図っていますし、互いに自分の苦労とか喜び、自分がどれだけ助けてもらっているか、よりよく分かってもらいます。新しい制度の導入なども担当者に説明してもらい、夜は食べたり飲んだり歌ったり踊ったり、一緒にします。

もう 1 つは後輩を育てて、ツアーリーダーとして最終確認します。なぜかというと、新人の人たちには、だいたい中山道なんですけど、日本のツアーに参加していただくんですよ、1 回目は見習いみたいな感じで。それで技術があれば、自分で担当し、ベテランのツアーリーダーが付いていく。お客様は大事ですので、ツアーの質が落ちないように努めるんですけど、問題なければ同僚として会社に迎えてほしいという連絡が入ってくるんです。ツアーリーダーたちが認可し合っているんですね。もちろん実際にツアーに参加してもらうまでは、弊社の幹部が選別するわけなんですけど。

ツアーリーダーにはいろいろな国籍の人がいます。日本人は、20 年ぐらい前にはほとんどいませんでしたが、今では 50%弱ぐらいになっています。いろいろな経験のある人たちが多く、有機農業の人や学校の先生、メディア関係者、修験者、富士山ガイド、ヨガの先生や冒険家もいます。日本酒とかワインのソムリエもいまして、本当に多様な経験者が集まっています。

お客様は、だいたい英語圏の各国に、中国、日本人も少々参加していただいています。やはり歩くことが好きな人はもちろんなんですが、それだけではなく、学ぶことを楽しむ知的好奇心の強い人が多いです。歩くというのは、田舎を堪能するためなんですけど、これは程度によりますね。企画によっては、ほとんど歩かなくても参加できるものもありますし、メインがより良い食事と温泉、日本酒、ビール、ワインということもあります。富裕層で、40 代から 70 代半ばまでの人たちが中心です。

お客様からは「期待していましたが、思った以上に良かった」「日本に戻りたい」といった言葉をいただいています。そしてリピーターになり、3 回目という方も珍しくない。あるシンガポール人の女性は 18 回も参加してくださいまして、そのたびにお友達を連れてきます。

PR は、私がもともと日本経済新聞でも仕事をしたことがあるし、テレビ局で、NHK や TBS のロンドン支局でも仕事をしてきたので、いくらかメディアのことを把握していますし、「Walk Japan」のマネジメント・ディレクター、ルー・トーマスももともとメディア関係者なんです。弊社ではかなり力を入れていまして、名門の雑誌や新聞、ラジオ局など、2019 年には月に 2～3 回ぐらい、いろいろな世界中の新聞や雑誌に載っていました。また日本国内でもいくらか知名度が上がってきて、『九州経済白書』2023 年度版でも 1 章、弊社の話になっています。1 月には NHK WORLD の「Where We Call Home？」でも放送されました。私は見ていないんですけど。

地域の活性化に挑む

The Japan Travel Company（JTC）は 2010 年に設立しまして、基本的な手配業務の仕事をしています。本社は国東のど田舎で、17 年ぐらい空き家となっていた公民館を修復し

たのですが、結構気持ち良く仕事ができるんです。エアコンがなくても風通しが良く、見晴らしも素晴らしい所です。

なぜ国東半島に本社を置いたかと言いますと、高速のインターネットが使えて、空港にも近い。特急列車もあります。そしてもう 1 つが、若者が結構多くなっていることです。私が移住したときには若い人はほとんどいませんでしたが、今は移住者と U ターンの人たちが結構増えています。

ここでコミュニティ・プロジェクトに触れたいと思います。どんなことかと言いますと、弊社は基本的に田舎を取り上げて、たいてい人が行かないような所に注目しているんですが、我々は通るたびに、なるべく地元の事業者、地元経営の宿、バス会社などを使わせていただいています。お金を落としているんですね。私は経済学部を卒業したんですが、そのとき習ったのが、1 万円落としたら、だいたい 6 倍ぐらいの経済効果があります。地元の人たちは地元で使うので、また循環するわけ。やがて税金や外資にちょっと流れていくんですけど、6 倍ぐらいと言われていました。

我々のツアーで、地方をいくらか活性化させていただいているんですね。中山道がいい例だと思うんですよ。それに会社としては、ある意味では奉仕をしないといけない。日本の、特に田舎の恵みによって商売しているので、その分を還元しなきゃいけない。日本全国ではできませんが、国東のど真ん中の大田ではできます。地元の人たちと手を組んで、地域活性の 1 つの見本として、多くの人たちに関心を持っていただきたいのです。

もう 1 つが、私は白人の顔ですので、本当に日本の心を知っているのか、信じがたいなと、多くの日本人が思っているかもしれない。実はこれ、基本的に私の個人的な活動から始まった企画なんですけど、日本への揺るがない思いを示したい。また会社としても、利

益を生み出すだけではなく、社会に対して責任がありますので、いつも還元したいという思いを持っています。

そのなかでは、やはり観光が大きな力を持っていますね。人口減と高齢化は大きな問題ですが、地方を活性化できる力があります。先ほども触れましたが、ここに住みたいかい？というのは本当によく聞かれましたが、最近は聞かなくなってきた。大勢の人が来ているので、やはり魅力があるんだと、地元の人たちも思うようになってきていると思います。我々が地方を活性化すると、多くの人、第三者にも来てもらえる。来てもらえばまた活性化するということで、また我々が力とお金をつぎ込んでいく。

では、どんな活動をしているかというと、例えば山林の整備。この辺りはクヌギ林とため池のセットが非常に評価されていて、世界農業遺産になっているんですけど、昔から自然にいい影響を与えています。そこで植林された荒れた山を購入して、いろいろな木を植えて、少しずつ豊かな山を取り戻す。また米づくりにも励んでいますし、田んぼや畑の再生にも取り組んでいます。

物件の再生も行っていて、先ほどの本社の建物や自宅など、すべて空き家だったものを安いお金で購入し、修復しています。シェアハウスや U ターンした夫婦の家として活用しているものもあります。

すると、うちのお客様ではない人も手伝いに行きたいと。こうしていろいろな人たちが来て、一石十鳥というような取り組みになっています。ご清聴ありがとうございました。

（2023 年 2 月 25 日、第 10 回ロングトレイルシンポジウムにて）

ポール・クリスティ（Paul Christie）

1961 年イギリス生まれ。1987 年に日本語の勉強のために初来日。1989 年からは日本経済新聞のアナリストとして、また、日本のテレビ番組（NHK, TBS）のフリーランスプロデューサーなどとして、東京とロンドンを行き来きし、2002 年に大分県の国東半島に移住。同年に Walk Japan の CEO に就任。同社の提供するトレッキングを中心としたツアーを通じて、訪日観光客に知られざる日本の真の姿を紹介している。「クールジャパン・アンバサダー」「日本の道 大使」「ONSEN ガストロノミー・アンバサダー」など数々任命されている。

インバウンドを引き付けるアドベンチャーツーリズムの魅力

山下 真輝（日本アドベンチャーツーリズム協議会理事、JTB 総合研究所交流戦略部長）

皆さん、こんにちは。日本アドベンチャーツーリズム協議会で、JTB 総合研究所におります山下と申します。私は今、ロングトレイルに非常に関心を持っていろいろと取り組んでおりまして、今日はアドベンチャーツーリズムにおけるロングトレイルの可能性についてお話ししたいと思います。

アドベンチャーツーリズムの必要性

日本アドベンチャーツーリズム協議会は、2019 年から本格的に活動を行っています。事務局は JTB 総合研究所内にありますが、アルパインツアーサービスの芹澤さんに多大なる協力をいただいて、理事にもなっていただいております。また、北海道が非常に先進的ですけど、長野県もかなり早い段階から取り組みをされています。

私たちは、アメリカのシアトルに本部がある Adventure Travel Trade Association（ATTA）とのパートナーシップのもとで活動を進めており、立ち上がって早々にコロナ禍となったため大がかりな活動はできませんでしたが、ようやく本格的に活動している所です。

2021 年には、日本でアドベンチャーツーリズムを推進するためには何を切り口にしていけばいいか、いろいろ考えていました。そうしたなかで、ロングトレイルに注目すべきではないかとなり、中村さんにお声がけをして、オンラインでご登壇いただきました。このときの基調講演は、芹澤さんのご尽力で、ヨルダン駐日大使のリーナ・アンナーブ閣下にお願いし、約 600km のヨルダン・トレイルが、観光の戦略のなかでどういう意味があるのかお話しいただき、ロングトレイルというものを深く勉強していきたいと思った次第です。

最近では、道東の 3 つの国立公園をつなぐロングトレイルのシンポジウムですとか、ATTA アジア地区部長のハンナ・ピアソン氏に来てもらって、東京と広島で「アドベンチャーコネクト」というセミナーも行っています。細々とした活動ではありますが、アメリカの本部と連携しながら、いろいろな情報発信をしております。

もともとの問題意識は、私も観光とまちづくりに長いこと関わってきたんですけど、地域の DMO や観光協会も、新しいターゲットをどう生み出していくか、考えると思うんですね。それから、年間の入込客数をどのように平準化していくか。どうしても観光はシーズナリティが激しく、海外でも永遠の課題として悩まされているわけです。また、どのようにして滞在時間を延ばすか。たくさんの人を集めることも大事ですけど、やはり人数を

絞ってでも 1 人当たりの単価を上げることが重要です。

そしてもう 1 つは、地域の様々な関係者に観光の意義を伝えていく。これをやらないと多くの人の賛同を得られないので、観光地におけるマーケティングの仕方、いわゆる受入体制づくりのマネジメントのあり方というのは、今までのような観光振興の視点では駄目だと、ずっと考えていたときに、このアドベンチャーツーリズムの取り組みと理念に触れて、これがこれからの日本にとって大事だと思って、取り組みを始めました。

世界が注目する市場

日本政府は間もなく新しい観光立国基本計画を出しますけど、1 人当たりの外国人の消費額を上げていきたいということで、20 万円ぐらいにしていこうという議論が出ています。もともとコロナ禍前は、1 人当たりの外国人の消費額は 15 万円ぐらいだったんですね。アメリカに来る外国人旅行者は 29 万円ぐらいですから、日本の倍です。どうやったら 1 人当たりの単価を上げられるのか、今の政府の問題意識としてあるそうです。

そのためには、どうやって長く滞在してもらい、たくさん消費していただくかを考えようということで、「質の高い観光」はもともと言われていましたけど、お題目だけで達成できるとは、私は思いません。大事なことは、保護と利用を好循環させないと、特に知的好奇心を持って高いレベルで観光を捉えているお客様を満足させることはできない、ということです。

そのなかで、世界的にアドベンチャーツーリズムの市場が注目されていました。これは、日本のインバウンド観光では考えていなかったターゲットでしたね、コロナ禍前は。

しかしながら、もうすでに取り組んでいる人たちがいたんですね、日本の国内に。気づいていたのは、実は日本人ではなく、ポール・クリスティさんだったり、利根川の上流でラフティングを行っているマイク・ハリスさんのような方だったり、そういう海外の人たちの方が先進的で分かっていたわけです。しかし、それを 1 つの観光の柱として進めていくことになっていませんでした。

アドベンチャーツーリズムという言葉から、ハードな、冒険的な旅ばかりやっているのではないかと思われるかもしれませんが、決してそんなことはなく、もっと違う視点でこのマーケットを捉えておかないと、私たちは戦略を間違うと思っています。

コロナ禍で、旅のスタイルは本当に変わってきたと痛感しています。ATTA の CEO、シャノン・ストーウェル氏は、『フォーブス』のインタビューのなかで「少人数のグループやより遠隔地への旅行は、より魅力的なものになるでしょう」と、アドベンチャートラベルがほかの旅行形態に比べてより魅力的になる、と語っています。

実際、そのような傾向は世界中にあって、日本も、例えばアウトドアギア・メーカーが好調だったり、オートキャンプ場の予約が取れなくなったり、キャンプ人口が増えてきたりと、アウトドア活動を行う方が増えていますね。

ATTA の定義では、歩くことも含めて、単にアウトドアアクティビティを楽しむだけで

はなく、その旅のなかで、まず自然と触れ合う。Interaction という英語を使っていますけど、Interaction with Nature。ただ単に自然を見るだけではなく、それと触れ合って、どういう相互作用を得るのか、ということまで考えています。

それから Cultural Exchange も重要で、そこで土地の人と会話したり、その文化に触れることを目的にしなければならない。また Physical Activities は、あくまでその土地の素晴らしさや旅の楽しみを感じるための手段である、と捉えているんですね。

もちろん、世界中でいろいろなアウトドアをするために転々としているような、純粋にアウトドアアクティビティを目的に旅する人もいるとは思いますけど、旅行市場としては、この 3 つの要素、ATTA はこのうち 2 つ以上が旅の目的になっていれば「アドベンチャートラベル」と呼ぼうと、非常にファジーに捉えています。

加えて大事なことは、企画する人たち、旅行商品をつくる人たちが地域にいかに貢献できるかということを考えている旅行会社が、この ATTA の国際ネットワークの中にいます。なるべく地元のローカルプロダクトを使って、そこにお金を落として、地域住民の経済的・社会的な意味でのサステナビリティに貢献するという意識を持って観光事業に取り組もうと。自然とか文化の保護・活性化に貢献することを会社の理念に明確に謳って、それに共感する方々がその旅行会社を利用してくれるという流れになっているんですね。

世界のアドベンチャーツーリズムの市場規模については、コロナ禍前から海外のシンクタンクがレポートを出していたんですが、1 つの例で、2018 年、当時のレートで日本円に換算したら 62 兆円だったのが、2026 年には 173 兆円ぐらいになると。今のレートで換算したら 200 兆円ぐらいになるんですけど。コロナ禍でレポートが下方修正されたものの、

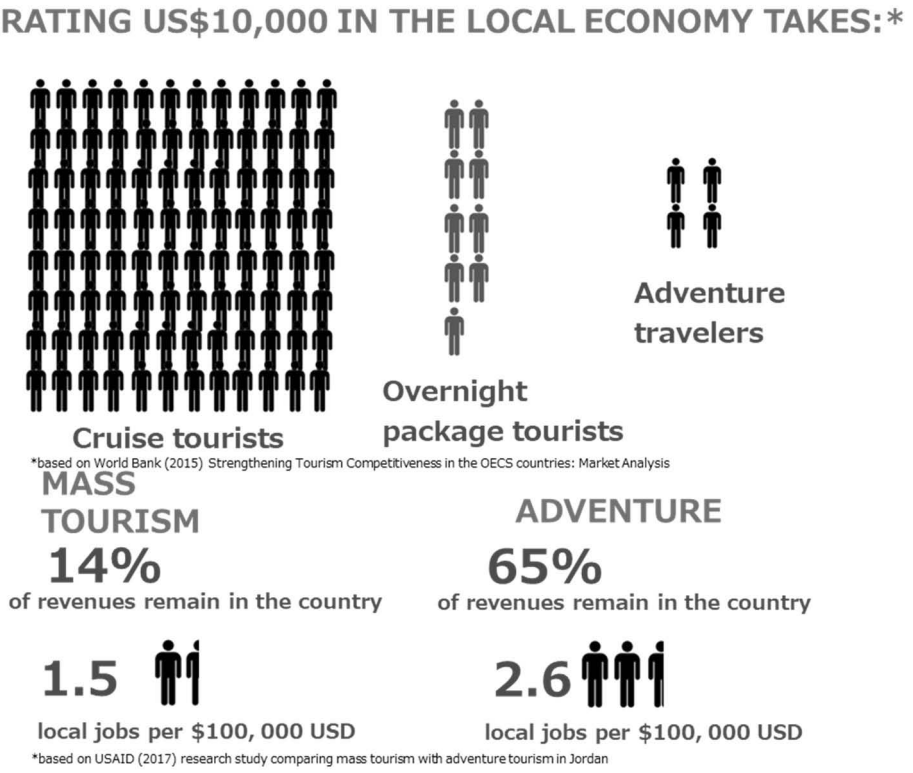
コロナ禍前はこういうことも言われていました。平均成長率も 13.3%と推測されており、ほかの旅行市場よりも高くなっています。

地域の物語を感じるような旅を

ATTA としては、これからは多くの人を集めるより、なるべく絞っていく必要があるということで、「Cruise tourists」と「Adventure travelers」の比較になりますが、1 万ドルを地域に落としてもらうのに、Cruise tourists なら 100 人ぐらい必要なんですけど、Adventure travelers なら 4 人でいい、という考え方ですね。

しかも、同じ額にしても、そのエリアに落ちていくお金は Adventure travelers の方がより大きい（下図参照）。65%というのは、地元のローカルプロダクトを使い、地元のガイドを雇っているから効果も大きい。こういう発想で、日本の観光業界も少し考え方を変えていかないといけないと思います。

ただ単に、淡々と歩くということではなく、そこにいろいろなアクティビティを組み合わせていく。1 人だとなかなか難しいので、そこに旅行会社のアレンジが加わり、その土地のこと、地元の人とのコミュニケーションが取れる関係性を持った旅行会社が、例えば野生動物との出会いだったり、農村へ行くにしても、ただ単に歩いたり自転車を漕ぐだけではなく、そこの土地の自然景観などを感じながら、農村に着いたらまたそこの文化や歴史も知って、料理もただ出されたものを食べるのではなく一緒になって作ったり、食材を取ったりということも、非常に喜ばれるわけです。



世界的に、実はアクティビティのトレンドがあって、上位に来るのはサイクリング、特に E-Bike で、いろいろな拠点に E-Bike のレンタルが増えることで、格段に行動範囲が広がっていきます。そしてハイキング、トレッキング、ウォーキングなど、歩くものも非常に人気があります。

こういったトレンドを捉えていこうということで、日本で期待されている商品としては、ハイキングツアーやバイクツアー、あとはアクティビティを組み合わせるパターンが非常に人気になっていて、特に世界的に人気のある「歩く旅」を日本の中に捉えていきたいと思っています。

海外だと、例えばトスカーナ地方には、美しい景観の中にヴィア・フランチジェナ（Via Francigena）という巡礼道があるので歩こうと。その道の整備を行っている方々との触れ合いもあるんですね。このツアーパンフレットが象徴的なんですが、単に歩く旅ではなく「トスカーナの人々の生き様を感じ、自分を取り戻す旅」と書いてあるんですね。こういうコンセプトが非常に大事で、まさに地域の物語を感じて、その土地の人の生き様を感じることが必要なんだろうと思っています。

最後に、自然や文化、アクティビティという 3 つの要素がありますけど、そのなかで 5 つの体験価値を盛り込んでいこう、それを入れたツアー商品をデザインしていこうとしています。1 つ目は、今までにないユニークな体験、どこにもない体験。2 つ目は自己変革ですね。先ほどトスカーナ人に触れて、自己変革を促されるようなコンセプトがありました。3 つ目は健康であること。4 つ目は挑戦ですね。やはりどこかに、何か達成感を感じる。これが自己変革にもなります。5 つ目はローインパクト。とにかくそこを旅することで、負の影響を最小化していく努力、これは企画側も、旅する人たちも同じ気持ちでなければいけないと思います。

この 5 つの体験価値は、旅行の本質だろうと思います。アドベンチャーツーリズムかどうかは別としても、インバウンドの人たちはこういう考え方を求めていますので、この辺りを是非、私たちも協議会として、日本の旅行会社にもしっかり啓発していきたいと思っています。

（2023 年 2 月 25 日、第 10 回ロングトレイルシンポジウムにて）

トークタイム
山と旅をめぐるこれからのトレンド

安仁屋 円香（ランドネ編集長）
アウトドアショップ店員、尾瀬の自然ガイドを経験した後、2011 年ランドネ編集部に仲間入り。登山歴 15 年。山頂を目指すだけではない山の楽しみ方を、『ランドネ』を制作するなかで知り、今では麓の町で過ごす時間を充実させた“旅要素が多めな山旅”が定番に。下山後の温泉やお土産探し、歩きながら交わす仲間との会話も、山旅に欠かせない要素。

矢部 華恵（エッセイスト・ナレーター・ラジオパーソナリティー）
1991 年生まれ。10 歳よりモデル活動を開始。12 歳で『小学生日記』を刊行以来、エッセイストの活動を広げ、著書を多数出版。「世界ふしぎ発見！」(TBS) にミステリーハンターとして出演するほか、登山関連のテレビ番組にも出演。現在「山小屋ストーリーズ」(InterFM) のパーソナリティーを務め、登山雑誌『ランドネ』で短編ストーリーを連載中。

青崎 涼子（全国通訳案内士・日本山岳ガイド協会認定登山ガイド）
アウトバウンド向け旅行会社、アドベンチャー専門旅行会社勤務を経て、フリーに。アラスカのアウトドア学校 NOLS でバックパッキングを学ぶ。北米、その後ピレネー山脈で夏を過ごす。日本では通訳案内士＆登山ガイドとして、海外からのゲストと中山道や熊野古道を歩く。思い出深い旅は、バンクーバー島のウエストコースト・トレイル 70km。

コーディネーター　小林 千穂（山岳ライター）
山好きの両親のもとで育ち、子どものころから山に親しむ。涸沢ヒュッテ従業員、山岳写真家アシスタントの経験を活かし、山岳専門誌や書籍の編集・執筆を手掛ける。主な著書は『失敗しない山登り』（講談社）、『DVD 登山ガイド穂高』（山と溪谷社）など。2022 年春、八ヶ岳山麓に引っ越し、周辺の山で家族登山を楽しんでいる。

山旅の楽しみ方

小　林　皆さん、こんにちは。山岳ライターの小林千穂です。今回は司会を仰せつかりましたが、私は子どものころから山登りが好きで、雪山もやるし、岩登りもやるし、ハイキングもやるし、町歩きも楽しんで、とにかく歩くのが大好きです。今日は歩く旅の 1 ファンとして、皆さんにお話を伺っていきたいと思います。

　まずはゲストの皆さんに、簡単に自己紹介をしていただこうと思います。自己紹介とともに、最近こんなふうに山や旅を楽しんでいるということがあれば教え

ていただきたいです。

矢　部　矢部華恵です。2 年前まで「華恵」という名前で活動していたんですが、30 歳になって、いいかげん苗字を付けようと思い、「矢部華恵」にしました。エッセイストです。山のことも、高校のころからクライミングにハマったこともあり、本や雑誌などに書いてきました。

現在、山関係の仕事としては、安仁屋さんの編集している『ランドネ』という雑誌で連載をしていて、あと InterFM という東京ローカルのラジオ局で、毎週日曜日の朝 7 時 30 分から「山小屋ストーリーズ」という番組のパーソナリティーを務めています。山小屋の方たちに話を聞く 30 分の番組で、どういうふうにして継いだのか、どんなふうに四季を過ごしているのか、山小屋の大変な所とか、魅力は何か、といったことを聞いています。

最近の山登り……まだ 1 回しか試していないんですけど、今後続けようと思っているものがあります。自分なりにいろいろな山登りをしてきたつもりなんですが、最近は誰と行くかでずいぶん楽しみ方が変わるなと思っていました。そんなとき、低山で視覚障がい者の方が白杖を持って歩いているのを見て、視覚障がい者の方たちって山へ行くのか、どういうふうに山を楽しんでいるんだろうと思って、自分で調べて、「六つ星山の会」という視覚障がい者の方と晴眼者、目の見える方と一緒に山に登っている団体があったので、そこに参加しました。

視覚障がい者の方の見え方をヒアリングしたり、その方の前に付いたり、後ろに付いたりして、どういうふうにサポートするかということも体験として面白かったんですけど、それ以上に、視覚障がい者の方が、太陽が右にちょっと傾いただけで「右頬が温かくなってきたけど、今、太陽は右にあるの？」と言ったり、お花とか、あまり景色的なものは共有できないかなと思いつつも、これ、ツバキかな、なんて私がつぶやいたら、「どこ？」と言って、手で触って、花びらの厚さとか、顔を近づけて、匂いをかいで「これはツバキじゃないわよ」とか、この花だな、あの花だなって言ったりして、視覚以外の楽しみ方を教えてくれて。今まで自分が見ているつもりで全然見えていなかった世界があるんだな、ということを年末に体験して、これから続けていきたい、それに参加する友達も増やしたいなと思っている所です。

小　林　華恵さんの話を聞いて思い出したんですけど、私も一度、全盲の方と山登りをしたことがあります。そのときは伊豆の達磨山に行ったんですが、すごいきれいな青空で、海も近いし、富士山も見えるんですけど、このきれいな景色をどうやっ

て説明したらいいのかなと、すごくドキドキして。私はふだん雑誌とか本で文章を書く仕事をしているんですけど、なんて自分は表現力がないんだろうと、もどかしい思いをしました。そのときは、例えば 10 時の方向に富士山が見えてねとか、3 時の方向には海が見えてね、というふうに伝えるようにしたんですけど、そうしたら「もう言ってくれなくても分かるよ」と。海の匂いがするから、海からどのくらいの距離で、どんな広がりがあって見えているのか想像できるよ、なんて言われて、そうなんだって逆に教えられて、こちらがすごい勉強させてもらったな、という経験を思い出しました。

安仁屋　ランドネ編集部の安仁屋円香と申します。私は、自然と旅をキーワードに、自分らしいアウトドアの楽しみ方を探す人に向けた『ランドネ』という雑誌を 2 ヶ月に 1 回出しているのと、『ランドネ』のウェブサイトや Instagram、SNS なども行っています。

『ランドネ』は2009年に創刊しまして、今は隔月刊なんですけど、私は 2011 年、No.23 から参加させてもらっています。もともと山登りが好きで『ランドネ』に入ったというのもあるんですが、入るまではやはり山登りなんだから山頂を目指さなきゃみたいな感じで、必ずピークハントをしていました。でも、そもそも『ランドネ』が、山登りをこれから始めたいよという初心者の人だったり、山歴は長いんだけどピークを目指すのではなくて、山のなかでご飯を食べるのが楽しみとか、山小屋に泊まるのが好きみたいな方もすごく多いのもあって、取り上げる企画は、特にピークを目指さずに、山のなかで何が楽しめるかみたいなことを紹介することがとても多いです。そんなこともあって、私も好きなスタイルは、山自体を目的にすることもあるんですけど、訪れたい町だったり、食べたいものとかで旅先を決めて、そこから歩ける山はあるかなと探すスタイルに変わってきていて、今はそれがもっぱら楽しいです。

　それと、やはり山に連れていってほしいと言われることも多いので、そういうときは一緒に行く人に、この人は何が楽しいのか、すごい素晴らしい景色が見たいのか、それともご飯を食べたいのか、ロープウェイに乗ってなるべく高い所に行きたいのか、みたいなことをすごくヒアリングしてから、どこの山がこの人に合うかを考えて山に行くというのを、プライベートでは結構行っています。

小　林　安仁屋さんが一緒に行く人に合わせて山選びをしたり、コース選びをしたりするとおっしゃっていましたけど、本当にそれって、私もたまにツアーとかやるんですけど、いかに喜んでもらうかがすごく難しいので、それを率先してやってい

らっしゃるということで、見習いたいと思いました。

青　崎　初めまして。英語の通訳案内士、そして日本山岳ガイド協会の登山ガイドとして自由に活動しております、青崎涼子と申します。

ざっと言いますと、旅行業界にはずっとおりまして、最初は20年前、日本の方を海外に連れていくアウトバウンドの仕事から始まりました。そんななかで自分が仕事で、添乗でアラスカに行ったときに魅せられて、涙を流して「なんだこれは？」と。そこからだんだん自然にのめり込むようになり、ついには仕事を辞めて、アメリカの方がアウトドアの世界は 2 歩も 3 歩も先に行っていたので、ひと夏をアラスカで過ごしました。

なので、最初は海外で日本の方をご案内していたんですけど、2013 年の春に友人から、ちょっとインバウンドの人手が足りないから、日本のツアーもやってよということで、ゴールデンルート、京都やら広島やら回りまして、日本を海外の人と一緒に旅するという、こういう仕事もできるのかなと思い、通訳案内士と登山ガイド資格を取りました。時流に乗ったので、そのままバランスを取りながら、夏の間はフランス、ピレネーで日本の方をご案内し、春と秋は、日本にやって来る海外の方と、私の場合は自然の中を歩くことを通してのご案内に特化した仕事をしてきております。

最近の私の流行りとしては、コロナ禍で全部の仕事が飛び、自由時間がいっぱいできましたので、今まで指をくわえて見ているだけだったいろいろな場所に出歩いています。そのなかでも去年、屋久島に 1 週間、テントだけを背負って、天気の悪い場所なので予定を決めず、自由気ままに宮之浦岳に登ったり、避難小屋に2、3 泊したりとか、流れに任せて……。ずっとスケジュール・ロジスティックをやっていくのが仕事なので、そこから外れた自由な 1 週間を過ごしたのが、最近の自分の中のヒットの旅です。

歩く旅の魅力とは

小　林　先ほど安仁屋さんから、『ランドネ』はピークハントとはちょっと違う山の楽しみを紹介しているという話があったんですけど、ちょっと伺ったら、華恵さんが目指している山の境地があるというので、その話を伺いたいな、と。

矢　部　私自身、高校のときにロッククライミングを始めて、19～20 歳のころ、やはりクライミングの延長で穂高とか槍とか、岩山が大好きだったんですが、周りで山を始める人がいると、同じように連れていってくれと言われることがあって。それ

で行くと、みんなで写真を撮り、雪があれば触り、友達同士でワイワイ楽しんでいると、全然時間が足りなくなってくるんですね。ここは、10 分で過ぎる所なのに、なんで 20 分かかっているのかなとか、1 時間で行く所を、君たち 3 時間かけているよ、というふうに、だんだん私がカリカリし始めたんです。でも「間に合わないんだったら、今日はちゃんと帰れる所で引き返そうよ」と、私の同年代の友人たちはすぐ言うので、誰も最後まで行こうとしていないときの苦労がありまして、私も愕然としたことがありました。「いや、でもさ」と言いながら、「最後までたどり着かなかったとしても、華恵よりも山を楽しんだ自信はある」と言われたときに「ちょっと目的を見失っていたな」と思ったことがあったので、ピークを目指さないだけではなく、余裕を持つという意味での予定変更はどんどんしてもいいのかな、というのが、意外とそういう山登りから入っていない人からしたら大きな一歩なんですけど、最近思った所でした。

小　林　私も華恵さんと同じで、やはり子どものころから山登りをして、それは父に山に連れていってもらっていたんですけど、大きな山に登るには、そこに向かって準備をしていかなければいけないし、途中で嫌だからやめたみたいな、そんな弱い気持ちでは登れないんだ、と育てられてきました。大人になってからは社会人山岳会に入って、わりとアルパイン志向の山登りに没頭していったので、より高く、より険しくみたいな所を目指していて、そこに登るために、自分の体力や技術、経験を積んでいくという山登りをずっとしていました。

そんな私が大きく変わったのが、2017 年です。たまたま三重県から声を掛けていただいて、熊野古道の 1 つ、伊勢路を歩いてみないかと誘っていただいたんですね。伊勢路は伊勢神宮から熊野三山に続く約 170km の、いわゆる江戸時代にお参りした参道の名残があって、今もたどることができるんですけど、その旅で私の価値観、今まで山登りしかほとんどしたことがなかったのに、新たな旅の楽しみを加えてもらいました。

歩くスピードでいろいろなものを見ながら、体験しながらというのも魅力だったんですけど、なかでも一番印象に残っているのが地元の方との触れ合いで、歩きながら、おじいちゃんとかが公園で休んでいたりして、ちょっと横に座って話を聞いたりすると、三重県はすごく暖かくて、気候が穏やかで、魚は美味しいし、ミカンとかの柑橘類もあるし、リアス式海岸で景色もいいしって、旅をしていくなかでどんどんいい印象が積み重なるんですけど、その中なかおじいちゃんが、

70 年ぐらい生きているんだけど、過去に 2 回津波に襲われたことがあるんだよって話をしてくれて。そのころ小学生だったんだけど、この学校まで逃げたんだよ、とかいう話をしてくれたり。またあるとき、途中の和菓子屋さんに立ち寄って、真新しい建物だったので、きれいですねって店番をしていたおばあちゃんに聞いたら、実は数年前に、床上浸水なんてもんじゃない、床の上 1 m ぐらい浸水しちゃって建物が駄目になって、和菓子を作る機械も駄目になって、もう諦めようと思ったんだけど、息子がもう 1 回やろうよって言ってくれてこのお店をつくったんだよ、なんて話をしてくれて。旅をして、その場で、地元の方に聞かないと分からないことを直接聞けて、やはり調べるだけでは分からない情報、思いってあるんだな、というのがすごく印象に残りまして、旅って、やはりそういうものも含めていいもんだな、と思いました。

ですので、今日は山登りも含め、ロングトレイルも含め、町歩きも含め、歩く旅全体について伺っていきたいと思っています。では、歩く旅の魅力について、安仁屋さんから伺おうかな。

安仁屋 歩くことは、そもそもすごく時間がかかることです。例えば、ここから小諸駅までタクシーに乗ればあっという間ですが、歩いたらたぶん何十分、もしかして 1 時間ぐらいかかるかもしれません。なんでも時短をしようと思ったらできる時代だし、それがとても便利なこともあるんですけど、やはり時間をかけて自分の足で歩かないと見つけられないこともたくさんあると思っていて。それに、雑誌で紹介するものって、写真とかも載せられる枚数が決まっているのもあるので、絶対ハイライトの写真を選ぶと思うんですね。このルートの一番いい写真はこれだと思ってセレクトして載せたりするんですけど、それを見て、行って見たいなと思うきっかけにはなるかなと思うんですが、実際に歩いてみてどこが良かったかというのは、やはりその一人一人で、良かったポイントは変わるんじゃないかな、と思っています。

この山何もなかったよ、なんて思う人がいても、例えば道標がかわいかったとか、落ちていた足元の落ち葉がかわいくて、それを写真に撮ったのが印象的だったみたいなことで心を動かす人もいるので、やはり自分の足で、まずは行ってみて、見てみるということが大切だと思うし、何よりも歩く旅の魅力じゃないかなと思います。

そのなかで、自分はどういう山が一番好きだなって思える所を探して、また同じような、似たような山を見つけて歩いてもいいし、全然違う魅力がありそうな山を歩いてみるのもいいし。

『ランドネ』は、実はそういう自分だけが心を動かしたとか、ここがすごく好きなんだという山を「100 楽山」という名前を付けて特集にしています。楽は楽しむの「楽」で、百名山とちょっとかけているんですけど、山好きの人 100 人に紹

介してもらうという企画を去年から始めていて、今年も考えていたりします。なので、ぜひ皆さん、歩く人一人一人が、どこに心を動かすかというのは、やはり歩いてみないと分からないので、そういう歩く旅は、やはり自分の好きなものを見つけるきっかけになるかな、と思っています。

小　林　華恵さんは、旅と山を組み合わせた楽しみ方をしているんですって。

矢　部　はい。高い山よりも、私は最近焚き火が好きなので、もはや歩いていないんですけど、焚き火を前夜にしたり、あるいは山を登ってきた夜にしたりという感じで、麓での楽しみを見つけて。山に登りたいメンバーがいて、例えばそれが海の近くであれば、市場でちょっと買い物したいという人がいた場合、もう 1 つの旅行にして、その旅行の中に、低山でもいいから山が入っているというふうにしたら、思いがけなく面白くなっています。

山登りに行くのって、結構朝早く起きて、辛いんですよね。あの朝のヨイショって気合いを入れるのがしんどかったりするのが、不思議と旅行というモチベーションで行くと、あの山行くぞ、ではなくなったので、最近は組み合わせています。そうすると、みんなの目的もバラバラにあって、自然と旅行の中にもバラエティが出てくるので。

海外のトレイル事情

小　林　ちょっと視点を変えて、日本から飛び出して、海外のトレイル事情を伺いたいんですけど。青崎さんは、海外で日本人の方を案内するお仕事をされていますよね。先ほどアラスカが出会いのきっかけになったというお話だったんですが、ガイドとして案内するフィールドはどの辺りが多いんですか？

青　崎　3 年ほど前の話になりますが、アラスカからはもう離れてしまっていて、フランスとスペインの国境沿いの、ピレネー山脈のフランス側に 10 年間、夏はもうずっといるので、地元の人たちとも仲良くなりながら、その辺りをご案内することが多かったです。

ピレネーにて

小　林　ピレネーの魅力ってどんな所ですか？

青　崎　ヨーロッパというと、最初にスイスのマッターホルンとか思い出されるし、そこは本当に氷河も山も 4000m 峰も美しいんですが、もうちょっと手が付いていない、そして羊飼いが歩いているような、自然と人の生活が両方見られるような感じですかね。

小　林　華恵さんもピレネーに行かれたことがあるんですよね？

矢　部　ヨーロッパに羊飼いって本当にいるんだと思いましたし、あまり道の記憶がないんですよ。きれいじゃなくて恐縮ですが、羊がいっぱいいて、ウンチがいっぱい転がっているから、ウンチを踏まないように、原っぱをただ抜けていくみたいなことをずっとやっていた記憶があります。

ヨーロッパに行って登山経験をしたときに印象的だったのは、山に来て、そこで誰かほかの旅人とか山小屋の方に会うと「何をしに来たの？」と聞かれたことだったんですね。山に来たんだから登りに来たんだと思っていたんですが、例えばシャモニだと、パラグライダーをする人もいるし、マウンテンバイクをする人、クライミングをする人、全部通して歩く人、一部だけ歩いて帰る人、いろいろな目的の方がいるから、あなたはどれで来たのかと聞かれて。普通に「このルートを歩いていくんですけど」とたどたどしく答えたんですが、それは山が分厚いから、日本よりもケーブルカーも通していますし、皆それぞれの楽しみができるだけの面積と体積があるという土地的、地理的な違いかなと、これまで思っていました。

ただ、ここ最近になって、登山ブームやキャンプブームのなかで「あなたは何しに山へ行くの？」というのは、私の同年代の山好きの子たちの間で分かれてきたと感じています。

日本の山は、もともと山岳信仰が強いとか、道がわりと細いから、登る以外の選択肢が少ないと私は思っていたんですが、たぶん登る側の意識とか、登る側が新しいものを開拓したいかどうかで、日本もだんだんそういうふうになってくる気がしています。

小　林　安仁屋さんは、海外のトレッキングを楽しんだことはありますか？

安仁屋　私は仕事でしか行ったことがないんです。それこそスイスのツェルマットとインドのラダック、台湾の 3 ヶ国だけなんですけど、そのなかで印象的だったのは、インドのラダックに行ったとき、空港がすでに標高 3000m を超えていて、着いた瞬間から高山病になったのもすごく印象が強いんですけど、見渡す限り全て砂、灰色の景色が広がっていて、それはそれでとても美しくて、壮大な感じだったんです。でも、やはり人の暮らしている所にはポプラの木が植えてあったり、食べるものを育てていたりして、必ず人のいる所には水が流れていて、緑がありました。

なかでも特に印象的だったのは、トレッキングで 3 時間ほど山の中を歩いていくと、10 世帯ぐらいの集落があるんですね。そこには人がいるので、川が流れていて、畑があって、緑があったんですけど、そこの人たちが生きるために使っている水は、山の上にある氷河から流れてきた水を使っていて。そのときのガイドさんが、あの氷河はきっと何年後かには温暖化でなくなってしまうんだよ、とい

う話をしてくれました。日本だとなかなかそういう状況に出会えないというか、感じられないというのもあって、1 日お世話になったこの集落が、いつかなくなってしまうのかなと考えたときに、やはり歩いて来ないと知らなかったことだし、感じられなかったことだなと、すごく印象に残っていますね。

日本の山の魅力

小　林　もう一度視点を日本に戻してきて、日本の山、トレイルの魅力はどんな所がありますか？

安仁屋　やはり日本だと、玄関を開けたら、ここだと山が見えるみたいな状況だったりとか、四季が手に取るように分かるとか、それがすごく素敵だなといつも思っています。1 つの山でも隣合っている山でも植生がちょっとずつ違ったり、歩きながら、針葉樹だったのに広葉樹に変わったとか、咲いている花が変わったよって、たぶんちょっとした環境の差とか土壌とかで変わってくるんだと思いますけど、それが日帰りハイキングするなかでも感じられるのが 1 つの魅力なのかなと思います。

矢　部　日本の山の魅力って、いろいろな所にお地蔵さんがいたり、鳥居もあって、時代を超えてここに手を合わせた人たちがいるとか、日本の歴史について、実は町よりもすごく空想で旅ができる所かなと思います。

　それは、シャモニとかから日本に帰ってきたときに特に感じたことでした。シャモニで、嘘か誠か、全然資料とか見当たらないので、ちょっと自信はないん

ですが、プランプラというコースを歩いていたときに、鉄のステップみたいなもの、足の歩幅もないぐらいのステップが岩に食い込んでいたんです。これなんですかって地元の方に聞いたら、昔、コルセットをして登っていた女性たちがいたから、彼女たちは足をガッと上げられないから、ここにステップがあるのよ、と。これ、面白いはずなのに、全然資料がないということは、私がだまされているのかもしれないんですけど「へぇ」とは思ったわけです。

山の麓の教会では、ステンドグラスの窓にスキーが描かれていたりもするので、本当にその土地らしさってあるんだと。それで日本に帰ってきて山に登ったときに、お地蔵さんって日本だけだとか、手を合わせる祠とか、あと最澄さんとか槍ヶ岳を開山した播隆さんとか、名前や痕跡が残っていて、それも楽しめるということに気づいて、初めてハッとしました。

小　林　なるほど。私もスイスやニュージーランドなど、外国のトレイルをいくつか歩いたりしたんですけど、日本の魅力というと、やはり山が身近なこと、日本の山と宗教は結び付きが深かったですし、山が私たちの暮らしにたくさんの資源を与えてくれた。例えば木の実とかもそうですし、木を切って薪にしたりとか、そういう生活の場と日本の場合はすごく近かった。

昔から利用してきた歴史があるのは日本の特徴だと思っていまして、なので町と山がすごく近い。それと、例えば東京を起点に考えると、数時間で尾瀬に行けて、大きな湿原が広がっていたり、1 時間ぐらいで奥多摩の森と水が豊かな自然が楽しめたり、新幹線に乗ればすぐ火山の浅間山が身近に感じられたりと。わりと町から近い距離でいろいろな自然の要素を楽しめるというのは、本当に日本の大きな特徴かな、と思っています。

青崎さんは外国の方を、日本の自然へガイドするお仕事もされていますよね。外国の方を案内したとき、日本のどんな所に驚かれるんですか？

青　崎　去年、カリフォルニアからいらっしゃった方をご案内して、緑だってすごいと言われました。砂漠の人たちから見れば、水がどこからでも流れているし、お風呂、温泉とかに行けば、かけ流しでジャージャー流れているし、水の豊かさに気付かされた気がします。

あとは、私からしたら当たり前の人工林のスギ林、熊野古道や吉野などを歩くと、大きなスギがばんと並んでいる。あのまっすぐな木が垂直に立って、霞の中に浮かんでいるようなあの景色は、みんながワッと写真を撮るような場所なので、視点が違うな、と思います。

小　林　外国の方を案内して、すごく反響が良かったコースってありますか？

青　崎　中山道、熊野古道といった古道はもちろんなんですけど、奈良の南の方に「山の辺の道」という、日本で一番古い道と言われるフットパスのような道があり、集落の中を通り、ちょっとした竹林の中も通るという 1 日のコースがあるんですが、

あそこは行った人が皆さん、いろいろな所を歩いた後で、あそこが一番良かったっておっしゃるんですね。

それは何故かと思ったんですけど、やはり旅なので、山をガツガツ登ってきているわけではないので、観光地ではない村の姿を見ることができたり、水田のきれいな、秋だったら黄金色に輝く水田の景色が見えたりだとか、トレイルセンターがすごいウェルカムモードで、町の人たちがよく来たねという感じで、そこでのコミュニケーション体験だったりとか、おじちゃんからカキを 1 個もらってみたりだとか、そういう何気ない時間が、最終的には残るんだと思います。

だからネットでは探せない、太陽のような時間というのが、歩く時速 3km の旅では感じられるのかな、と思います。

ネットの情報に左右されず、余裕を持って

小　林　今日のテーマにトレンドということもあるので、最近の傾向について、気付かれることがあったらお尋ねしようと思うんですけど、何かありますか？

安仁屋　情報収集の方法が変わってきていると思っていて、それこそ『ランドネ』が始まった 2009 年のころは「山ガール」のブームもあったりするので、ファッションだったり、どんな道具を山に持って行ったらいいか、みたいなことがすごく人気があったんですね、企画としても。

でも今は、ファッションは結構 SNS、特に Instagram で見ている方が多いのかなと思いますし、山のルート紹介も、すぐに調べたい、登山口はどこだろうと、なんなら画像検索で調べたりしていると思うので、『ランドネ』でも、雑誌でやることとウェブでやること、SNS でやることを少しずつ変えて発信していけたらいいな、と考えています。

小　林　情報収集に関係するかもしれないんですが、最近の傾向として、登山者が集まる山が集中しているとおっしゃっていましたよね？

安仁屋　そうなんです。これはいろいろな山に取材に行って思うことなんですけど、高尾山なんかは誰もが知っている人気の山ですが、そのほかにも北アルプスや八ヶ岳など、すごく人気の所には人がたくさん集まっていて、山頂とかもすごく混み合っている。かと思ったら、ルートを外れて隣の山に行くとすごく空いていることもあるし、同じ山域なのに全然人がまばらなエリアもあったりするのは、山を歩くたびに感じています。

それは、やはり情報がなかったりとか、取りに行きづらいという所があるのかなと思ったりもしていて。『ランドネ』は、今年の特集でも、八ヶ岳、北アルプスという取り上げるエリアはもう決まっているんですけど、みんなの知らない八ヶ岳とか、まだ誰も歩いたことがないかもしれないルートを紹介するとか、同じ山でも違ったルートだったり、違った切り口で紹介していきたい。低山でも、

実はすごくいい山なのになかなか紹介されない所もあるので、そういう所を自分たちがいち早くキャッチして、届けられるようにしていけたらいい、と思っています。

小　林　人が集まる所、集まらない所というのは、すごく興味深いです。私も去年の夏は剱岳に集中的に入って取材をしていたんですけど、そこで登山者の方に話を聞いてビックリしたのが、剱岳ってかなり上級者向けの山で、もう何年も登山経験を積んでから最後に目指す山みたいな位置付けで、私は理解していたんですけど、登山者の話を聞くと、山登り初めてだけど来ました、みたいな方が結構いて。もう今の時代、初心者が剱岳に登るんだということで、本当にビックリしました。それは何かと考えたら、やはり情報かなと。例えばSNSとか、動画もそうだと思うんですけど、剱岳とか槍ヶ岳とかってすごく視覚的に刺激が強いので、それを見て行ってみたいと行動に移す方が多いのかな、と思いました。

剱岳

先ほど、青崎さんが山の辺の道が人気だとおっしゃっていました。ああいう所は、視覚的に何が魅力なのか、丁寧に説明していかないと伝わらない部分があると思って。私たち、雑誌とか情報を発信する側にいる人間は、分かりづらい魅力も丁寧に伝えていくことが必要かな、と思っています。

青　崎　すみません。今日、1 つ言いたいことがあって……私は日本の方と海外で、海外の方と日本で、というコウモリみたいなことをしているので、両方の気持ちも分かるし、両方とも分からない所があるんですが。ピレネーには地中海から大西洋まで、GR というロングトレイルがあって、歩くのに 7 週間かかるんですよ、山小屋なり、キャンプなりしながら。

私は 2、3 泊という時間で行くんですが、そこで出会ったドイツ人は、7 週間かけて歩いていると。1 週間ごとに町へ下りて、この週は奥さんと、この週は大学時代の友達と会う、という感じで、ひと夏をかけてロングトレイルを歩いていました。

このコロナ禍の間、私は日本の登山ツアーの仕事もちょっとしていたんですが、百名山を登るのが目的のツアーだと、東京から北海道の羊蹄、ニセコまで行って、羊蹄山の頂上を触って帰ってくる。1 泊 2 日でやってしまうんですね。

日本人は本当にギュギュッと、その目的だけでやってしまう所があります。去年、環境省の仕事で、上質な国立公園でもっといろいろ楽しみ方をということで、

上高地に連泊するプログラムを行いました。日本の通訳案内士の方に連泊してくださいって、上高地を日帰りではなく、1泊でもなくて、2泊することで見えてくるものがあるから、というシリーズを担当しました。

そのときの声が、やはり夕方、皆がいなくなって穂高連峰を独り占めして、カフェで飲むビールの時間の大切さとか、サルが夕方になって静かになると出てきて、寒くなってお互いに抱き着いて寝ている姿、星空だったり、霧氷も11月になると出てくるんですが、ゆっくりするからこそ見えてくる時間というのは、日本の方もすごく納得してくださって。そういう時間をもう少し違う方に、写真を撮るだけじゃない、五感で感じるような時間を取るのがロングトレイルなのかな、と思ったので、日本全体が、みんな少し余裕を持って、1泊から2泊へ、2泊から3泊へとなっていけばいいな、と思います。

小　林　インバウンドを受け入れるためにやること、やるべきことはなんですか？

青　崎　ゆっくりするためのカフェをつくっていただきたい。ビールを飲んでもらうような場所もつくっていただきたい。また、毎日旅館でご飯を食べていると、茶わん蒸しと 1 人分の鍋と刺身、これが日本のご飯だと思われますので、ほかの食事もできるようにしたいし、時間の使い方が違う人たち、その人たちの文化を理解したインフラができてくるとやりやすくなると思います。

登山道整備のあり方を考える時代に

小　林　最後に華恵さんは、やってみたいことなどありますか？

矢　部　「山小屋ストーリーズ」は 2022 年 4 月に始まった番組で、いろいろな山小屋の方にお話を聞いています。まだ 1 年経っていないんですけど、登山道整備を登山者の方にも参加してもらう形を採っている山小屋の方たちが、今すごく多くなっているのが印象的です。

もちろん災害が毎年のように起こるから、整備が追い付かないから登山者に参加してもらうということもあるかもしれませんが、それ以上に、登山者の方がめちゃくちゃ楽しそうだとおっしゃるんですね、どの山小屋の方も。

なぜなら、石をこっちに持ってくるとか、石の組み合わせを考えるとか、その 1 つの行動がこんなに大変なんだと。そして、この登山道をつくるのに、自分も参加しているという意識になると、マナーも何も、別にそんな義務的なことを考えなくても大事にしようと思うし、また訪れるし、誰かを連れてくるという、道に対して愛着が湧くらしいんです。

私もそうなってみたいと思って、すごい想像力をかき立てられるので、登山道整備の一般参加は、これからもどんどんイベント化してほしいな、と思うぐらいです。

小　林　登山道整備について、私からも紹介させていただきたいんですけど。私は山梨県

の北杜市に住んでいて、北杜市では登山道整備を 1 つのアクティビティにしようと、今動いています。山登りと同じぐらいの楽しみとして、一般の人に登山道整備をやっていただこうと。

北杜市には、南アルプスや八ヶ岳など、大きな山がたくさんあって、市の力だけでは登山道整備が間に合わないというのが深刻な課題なんですが、ボランティアで体験ツアーを募集したら、すぐにいっぱいになるぐらい応募があるそうです。

私も 1 回参加したんですけど、やはりやってみると、本当に道ってこんなに整備する苦労があるんだとか、こういうふうに整備すると長続きするんだとか、すごく勉強になって、いい経験になりました。

これからは、私たちはトレイルを利用するだけではなく、どうすれば維持できるかを一緒に考えていく時代なのかな、と思いました。

矢　部　ここで言うべきことか分かりませんが、いろいろな旅行先で登山を、低山をついでに登って帰ろうという人、私もそうですし、増えています。高い山ではなく、人がいない所に行きたい。空いている所で、仲間内で楽しみたいときにネックになるのが、登山道が分からないんです。駐車場もどこか分からない。

それは人が少ないからこその課題だとは思うんですが。人が少ない所に若者が行きたがっているけど、そのときにネックがあるよというのは、どなた様に言えばいいのか分からず、ここで言いたいと思いました。

小　林　そうですね。日本人の私たちが迷うぐらいですから、インバウンドの方はもっと大変なのかな、と思うので、その辺の整備も充実していくといいな、と願っています。

安仁屋　『ランドネ』も今後、まだまだ自分たちでも歩いたことのないルートとか、トレイル、山、たくさんあるので、そういう所を私たちメディアは実際に歩いて、ここが良かったとか、みんなに歩いてほしいみたいな所を常に探し続けて、これから山を始めたい人とか、もうちょっと違った楽しみ方をしたいと思っている人ってすごくたくさんいるので、そういう人たちのきっかけになるように、これからも、私たちがまずは歩くことをできたらな、と思います。

小　林　もっともっとお話をしていたい所ですが、時間になってしまいました。またこういう機会があって、皆さんにお話を伺えたらいいな、と思っています。本日はありがとうございました。

（2023 年 2 月 25 日、第 10 回ロングトレイルシンポジウムにて）

Asia Trails Conference in Taiwan

小島 真一（安藤百福センター事務局）

2022 年 3 月、日本ロングトレイル協会（以下、トレイル協会）に 1 本の問い合わせメールが届いた。英語と日本語がミックスされたメールは、どうやら台湾からのようだ。12 月にアジア各国のトレイル運営団体を招いた「第 4 回 Asia Trails Conference」を台湾で開催するので、トレイル協会としても出席して欲しいという内容だった。

なるほど、海外からお声が掛かるなんてトレイル協会もグローバルになってきたなぁ、まぁ、代表か事務局長あたりが行くから関係ないか、などと悠長に構えていた。ところが、代表から「事務局で誰か行ってくれ」というお達しが下ったのである。

事務局員は 3 名。1 人は英語と中国語が堪能。彼女が最も適任のはずだったが、当時は妊娠中だったので、当然無理はさせられない。もう 1 人は世界中を歩き回った元バックパッカー。しかし、新型コロナのワクチン未接種のため渡航不可。残る 1 匹は英語ができず、ちょびっと海外旅行に行ったことがあるレベルで、外国人を前にすると喋らない置物と化す、シャイな 40 歳ミドル。

消去法の末、最も不適任な私に白羽の矢が立ってしまったのだった。台湾の滞在期間は 1 週間（うち移動が 2 日）。カンファレンスだけでなく、台湾のトレイルを歩く機会もあるようだ。指名当時はだいぶビビっていたが、業務命令だし、こうなったら腹をくくって行くしかない。英語ができなくてもなんとかなるだろう。こうして私の海外初出張の物語が幕を開けたのであった。

準備期間あれこれ

まず、大会実行委員会からはプレゼンのサマリー（概要）を送って欲しいと連絡があった。冊子にして参加者に配布するとのこと。お題はパンデミックの最中、どのようなことをしてきたのかというものだった。代表とも相談して、やはり JAPAN TRAIL を PR できる内容にしようとなった。締切は 6 月上旬という JAPAN TRAIL 記者発表会（6/16）前の猛烈に忙しいときと被ってしまったが、なんとか提出することができた。

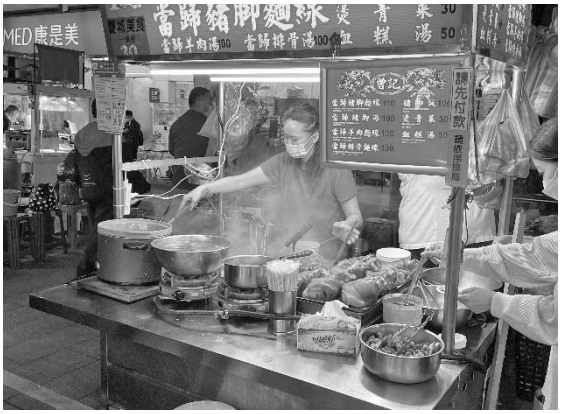
一方、言葉の壁をどうしようと悩む。プレゼンや期間中は通訳がついてくれるとのことで安心していたが、これを機に少しずつ学んでみようかな、とその気になってきたのも事実。センターの利用者との雑談で、NHK のラジオ英会話がいいよ！と勧められた。結果、4～12 月号までキレイなままのカラフルなテキストが本棚を彩ってくれることになった。高値で売れそうだ。最終的には、見かねたセンター長が通訳マシン「ポケトーク」の購入を許してくれた。実際に使用することはほとんどなかったが、お守りとして心の支えにはなってくれた。

いざ、台湾へ！

あれよという間に台湾へ向かう当日となった。成田空港からスターラックス航空で台北の桃園空港へ。フライトは 3 時間強なので、あっという間に到着した。空港では通訳の楊さんが出迎えてくれた。彼はかつて北海道でパティシエの勉強をしていたとのこと。日本語の冗談も言うおもしろ台湾人だ。期間中、彼にはお世話になりっぱなしだった。

2 人で MRT（台湾の地下鉄）に乗り、今夜のホテルへ。その後、街の夜市巡りを行いながら、彼との親交を深める。不思議なことに屋台にはビールが売っていない。理由は野外で飲む文化がないからだそうだ。かくして台湾初日は無事に過ごすことができた。

楊さん　実物はかなりでかい



熱気あふれる夜市

ウェルカムナイト

2 日目は夕方からパーティがある日だ。昼間は 1 人で台北にあるアウトドアショップや登山用品店を巡ってみた。物価は日本と同じか、少し高いように感じた。会場は劍譚アクティビティセンターという、日本でいうオリンピックセンター（東京都）のような青少年教育施設だ。そして夜が更けるころ、台湾を代表する豪華ホテル「圓山大飯店」でウェルカムパーティが行われた。12 ヶ国のトレイル運営団体や台湾の関係者が 100 名以上集まり、盛大な宴となった。なかでも台湾の副総督がゲストで訪れており、国もトレイルの普及・振興に力を注いでいることが伝わってきた。

カンファレンス会場

連日大宴会が続く

カンファレンス本番

3 日目の朝からカンファレンスが始まった。会場は関係者・参加者合わせて 300 人ほど集まっていたそうだ。プログラムは 9〜18 時までタイトなスケジュール。トレイル協会の発表は 13 時からだった。昼食を食べながら私が緊張していると、同じく登壇者である信越トレイル代表の木村さんが「どうせ何言っているか誰も分かんないよ！ あはは〜」なんて身も蓋もないことを言ってくれたが、これでだいぶ緊張が和らいだ。

司会に指名され、壇上に上がる。初めてのスポットライトを浴びながら、20 分間のプレゼンが始まった。今日の朝方、サッカーワールドカップで日本がスペインに勝ってテンション高めです、と自己紹介をしたら拍手が沸いた。もちろんプレゼンは大成功。多くの海外の方に、JAPAN TRAIL が強く印象付けられたに違いない。

4 ヶ国語同時通訳で開催

証拠写真

この日の夜もパーティがあり（ほぼ毎日行われた）、さらに次の日の午前中を終え、とても長く感じたカンファレンスが終了となった。その後の日程は主にエクスカーションで、台北の街中トレイルや東北基隆市の山間部、大雨の中、渓谷沿いのトレイルを歩いたり、炭鉱の博物館に寄るなど、スポット的に回った。とにかく連日朝から晩まで詰め込まれたプログラムで、主催者のおもてなしの精神を強く感じることができた。

テーマソングまで用意されていた

街中トレイルを行く

台湾のロングトレイル

ところで、台湾のロングトレイルについて聞いたことを記しておきたい。台湾には国が管理するナショナルトレイルが 3 つある。100 年の歴史がある淡蘭古道（約 220km）、かつて天然のクスノキ林が広がっていた樟之細路（約 400km）、海から台湾最高峰・玉山（3952m）まで延びる山海圳國家緑道（約 177km）だ。台湾千里歩道協会という NGO が中心となり、管理・運営を行っているという。この協会の設立が 2006 年なので、日本でロングトレイル協議会ができた 2011 年より少し早いスタートだったようだ。

ちなみに、台湾は九州ほどの面積しかないが、国土の 7 割が山林だ。また、3000m以上の高山が 200 座以上（日本は 23 座）あり、豊かで多様な自然景観と生態資源に恵まれているので、自然を活かした魅力のあるトレイルが多そうだった。

実際に歩いた淡蘭古道の一部

台湾一周のルートもあるとのこと

多くのスポンサーとボランティア

驚いたのが「お土産」の数々だ。受付で大会オリジナルパーカーや T シャツ、小型ザック、キャップなどが渡され、その後も行く先々でいろいろなグッズをいただいた。楊さんに誰が資金提供しているのか尋ねた所、国だけでなく数々の企業から協賛いただいているとのこと。なんでも年商が 20 億台湾ドル以上ある企業は、CSR 活動を行わなければならないそうだ。金額は言えないが、今回のカンファレンスでも莫大な費用がかかっていると聞いた。CSR 活動の種類はたくさんあるだろうに、トレイルに協賛してくれる企業がたくさんあるのは、なんともうらやましいことだ。この点、日本はこれからなのかな、と感じたのであった。

一方、大会には 100 名以上のボランティアが協力していたそうだ。通訳の楊さんもボランティアとのこと（ちなみに楊さんの本業はインテリアデザイナー）。協力の理由を尋ねたら、トレイル文化がもっと盛んになって欲しいからだそうだ。

お土産の一部

パワフルなボランティアの皆さん

帰国して

今回の出張では、日本の自然や JAPAN TRAIL について PR でき、反応も上々だった。また、2023 年 11 月に東京で行われる JAPAN TRAIL フォーラムに向けて、各国の登壇者たちとコネクションを作ることもできた。

所感だが、グローバルな環境に身を置くことで、海外トレイルの熱量を肌で感じることができたのが、大きな収穫だった。日本を歩く旅にとても興味を持っていることが分かったので、やはり今後はインバウンドを意識した取り組み（海外向けの PR や、受け入れのプラットフォーム作りなど）が必要不可欠であると強く感じた。

台湾、韓国、モンゴル、アメリカ、カナダ、オーストラリア、ブータン、モンゴル、レバノン、トルコ、香港、日本の人たち

小島　真一（こじま　しんいち）

1981 年神奈川県生まれ。安藤百福センター竣工時からの唯一のスタッフ。主に企画・広報を担当し、またトレイルを活用したカルチャー事業も展開。好きなものは酒と料理とハイキング。（公社）日本山岳ガイド協会認定登山ガイド。

コーヒー片手に山書の森へ
――文庫版で読める山の名著 10 選――

節田　重節（日本ロングトレイル協会 会長）

「大正デモクラシー」の波とともに盛り上がった第 1 次登山ブームは、昭和初期にかけて山の本の出版ブームをも巻き起こした。後年、いわゆる「山の名著」として愛読されていく書籍が陸続（りくぞく）と刊行され、本邦初の山岳専門商業雑誌が発刊されるのもこの時代である。

登山という文化的活動は、記録して報告されて初めて価値が高まると言えよう。実績のある登山家には筆の立つ人が多く、名山が名著を生んだのである。その伝統は戦後も続き、多くの山の本が登山の世界をより豊かなものにしてくれた。

大正時代～戦前の名著は、さすがに図書館以外手に取ることは難しいが、マナスル初登頂と小説『氷壁』によってもたらされた第 2 次登山ブーム以降の名著は、近年、かなりの数が文庫化されており、現代の登山者も親しむことができるようになった。

ここでは、山好きならぜひ読んでほしい山の名著を 10 冊選んでみた。膨大な数の山の本から 10 冊を選ぶのは至難の業だから、筆者の思い入れの強い本や所縁のある本をラインナップしてある。さらに、文庫化されている本に限って選んであるが、どうしてもヤマケイ文庫が多くなってしまった。身びいきと言われるそしりを免れないが、ご容赦いただきたい。

田部重治『山と渓谷』（1929〈昭和 4〉年、第一書房）

日本的な「山旅」を愛した静観派の真髄

1884（明治 17）年、富山市郊外の東長江に生まれた田部重治（たなべじゅうじ）は、「私がいくらか自然の美しさに目覚めたのは、秋から冬にかけて村から眺めた立山連峰の壮麗なのに、子供ながら気がつきはじめてからだった。」（「生い立ちの記―わが山旅五十年より」）と綴っている。

『山と渓谷』ヤマケイ文庫版書影

東京に出てからの大学時代、生涯の友となる木暮理太郎（日本山岳会第 3 代会長）と知り合ったことがきっかけで山登りに目覚める。単独で登った妙高山を皮切りに、木暮とともに東京近郊や秩父の山々を縦横に歩き回り、日本の登山史上に「秩父時代」とも言えるエポックを画している。

さらにその足跡を日本アルプスにも広げ、1913（大正 2）年夏には、上高地～槍ヶ岳～双六岳～黒部五郎岳～薬師岳～五色ヶ原～立山～剱岳という大縦走を木暮と 2 人、案内人なしで敢行している（「槍ヶ岳より日本海まで」）。そして、

これらの紀行をまとめたのが『日本アルプスと秩父巡礼』（1919〈大正 8〉年、北星社）である。同書は田部 35 歳のときの、山の本としては処女作だったが評価が高く、その後の約 10 年間に書かれた記録や随想を加えて編まれたのが第一書房版『山と溪谷』である。これによって田部の名は、さらに広く知られるようになった。

文庫本としては『新編山と溪谷』（1993 年、岩波文庫）があり、2011 年には『山と溪谷 田部重治選集』としてヤマケイ文庫から発刊されている。同書の目次を見てみると、冒頭の「生い立ちの記―わが山旅五十年より」によって田部の人となりを知ったうえで、「越中毛勝山」に始まり「山と人生」で終わる紀行や随想が味わえる構成になっている。

編者の近藤信行は「田部重治の山岳紀行文の特徴は、素直に、やさしく、あるがままの描写に終始している点である。誇張もなければ気取りもない。」と言う。特に「槍ヶ岳より日本海まで」「朝日岳より白馬岳を経て針木峠に至る」「笛吹川を遡る」「笛吹川より荒川へ」などは、英文学者らしい田部の山に対する愛情や姿勢を感じ取ることができる。なかでも「山は如何に私に影響しつつあるか」の項は必読。

「山に登るということは、絶対に山に寝ることでなければならない。山から出たばかりの水を飲むことでなければならない。なるべく山の物を喰わなければならない。山の嵐をききながら、その間に焚火（たきび）をしながら、そこに一夜を経る事でなければならない。そして山その物と自分というものの存在が根底においてしっくり融け合わなければならないと。」

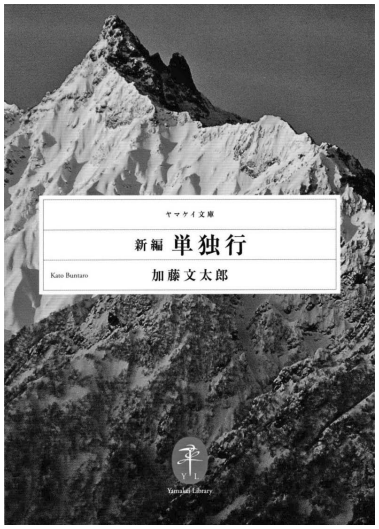
日本的漂泊観に連なる「山旅」を愛した静観派、田部の心情を見事に物語っている。

なお、余談だが、本邦初の山の専門誌創刊を決意した川崎吉蔵（山と溪谷社創業者）は、まだ早稲田大学在学中だったが、卒業を前にして新雑誌の誌名を相談するため、法政大学教授だった田部のもとを訪れている。そして、発刊したばかりの本のタイトルをお借りして誕生したのが、今日まで続く月刊誌『山と溪谷』である。

加藤文太郎『単独行』（1941〈昭和 16〉年、朋文堂）

「生まれながらの単独登山者」の遺稿集

新田次郎の小説『孤高の人』（1969〈昭和 44〉年、新潮社）を読んで、「単独行の加藤」「不死身の加藤」と呼ばれた、驚異の登山家がいたことを知った読者は多いことだろう。ただし、小説はあくまでもフィクションであり、加藤の実像を窺い知るには、遺稿集『単独行』を措いてほかにない。



『単独行』ヤマケイ文庫版書影

加藤文太郎は 1905（明治 38）年、兵庫県の日本海側、浜坂町に生まれている。1925（大正 14）年 8 月の白馬岳と富士山登山に始まり、1936（昭和 11）年 1 月、槍ヶ岳・北鎌尾根で姿を消すまで、わずか 11 年間に、まるで登山熱という病に取り憑かれたかのように膨大な数の山行を

繰り返している。しかも、そのほとんどが単独行である。

加藤の遭難後、『R・C・C 報告』や『ケルン』などに発表された彼の文章に未発表のものをいくつか加えて、1936（昭和 11）年、私家版の遺稿集『單獨行』が刊行された。その私家版をベースに再編集して市販されたのが、朋文堂版の『単独行』である。その後、何回か形を変えて出版されているが、2010 年、ヤマケイ文庫の 1 冊として、福島功夫による編集で『新編　単独行』が発刊されている。

藤木九三（元朝日新聞記者、R・C・C〈ロック・クライミング・クラブ〉の創設者）は「生まれながらの単独登山者」と題して寄せた序文の中で、「がっちり組んだ四ツ相撲――わたしはかつて加藤君の山の登り方について、そういう風のことを筆にしたことがある。実際加藤君はいつも正面から正々堂々と『山』にぶつかって行った。その勇気、沈着、用意周到な挑戦ぶりは、まったく男らしさという形容に尽きていた。」と記す。

その足跡が「第 1 章／単独行について」「第 2 章／山と私」「第 3 章／厳冬の薬師岳から烏帽子岳へ」「第 4 章／山から山へ」と克明に綴られており、最後に「加藤・吉田両君遭難事情及前後処置」と題する報告と、花子未亡人らの「後記」が載せられている。中でも「一月の思い出――剱沢のこと」と題する一文は、正直で謙虚、人付き合いが上手でなかった加藤の人物像がリアルに浮かんでくる。そして、山行のハイライトは「厳冬の薬師岳から烏帽子岳へ」と「槍から双六岳及び笠ヶ岳往復」だろう。この時代に単独で、しかも厳冬期にこれだけの山行ができるとは、まさに強靭な体力と精神力の持ち主であったことが窺われる。

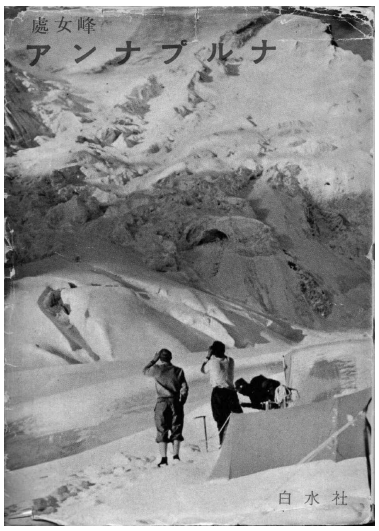
加藤の生まれ故郷の浜坂町（現・新温泉町）に「加藤文太郎記念館」がある。浜坂は兵庫県の但馬（たじま）地方に属するが、同じく但馬の国府村（現・豊岡市）からは植村直己が生まれている。2 人とも日本の登山史上に残る人物だが、正直で勤勉、慎重だがときには大胆、こまめに記録するなど共通点が多い。「但馬は人も自然も我慢、我慢の土地」と言われたことがあるが、但馬の風土が、この偉大な冒険者たちを生んだのであろうか。

モールス・エルゾーグ『処女峰アンナプルナ』（1953〈昭和 28〉年、白水社）
人類初の 8000m 峰初登頂を勝ち取った壮絶な手記

> 「あっ、手袋！」
> 体をかがめるだけの余裕もなく、手袋が手もとからすべり、さっと落ちてゆく！（中略）この手袋の動きは、手のほどこしようのない、なにかしら取りかえしのつかない決定的なものとして、ぼくの眼に刻み込まれる。どうすることもできない！

山岳書の名著、モーリス・エルゾーグの『処女峰アンナプルナ』（近藤等訳。引用はヤマケイ文庫版）の中で最も印象的なシーンである。第 2 次世界大戦後間もない時代、人類初の 8000m 峰登頂記として世界中で翻訳出版され、若者たちのヒマラヤ登山熱に火を点けたのが本書だ。

アンナプルナⅠ峰（8091m）の頂上に立ったエルゾーグとルイ・ラシュナルが、初登頂の感激を十分に味わう間もなく、悪天候に追い立てられるようにして頂上を後にした直後のアクシデント。エルゾーグが自ら予言したとおり、アンナプルナの栄光の代償として、彼は手足の指のほとんどを凍傷で失うのである。



『処女峰アンナプルナ』
白水社刊初版書影

このドラマチックな登頂記は、1950年のフランス隊の隊長を務めたエルゾーグが帰国後、病院で凍傷治療のため 8 回もの手術を受けながら凄惨な登山を回想し、6 ヶ月がかりで口述筆記して刊行された。まだ高度障害や低体温症、凍傷などへの対処法が確立していない時代。高峰登山の厳しい現実を目の当たりにした読者の間に、大きな反響を呼んだ。また、いかにもフランス隊らしく自由な雰囲気で、一騎当千のアルピニストたちが個性丸出しで行動している姿が率直に綴られており、大いに読ませた。

アンナプルナ以降、53年に世界最高峰のエヴェレスト、54年にK2と、8000m峰が次々と初制覇された。それを追ってウィルフリッド・ノイス『エヴェレスト―その人間的記録』（56 年、文藝春秋新社）、アルディート・デジオ『K2 登頂』（56 年、朋文堂）などの登頂記も次々と刊行された。

日本隊も 56 年、マナスル（8163m）の頂に日の丸を立て、「ヒマラヤ・オリンピック」の一角に名を残すことになる。隊長の槇有恒は『マナスル登頂記』（56 年、毎日新聞社）を書いた。

筆者が「アンナプルナ」と運命的な出会いを果たしたのは高校 2 年生のときだった。以降は山の世界にのめり込み、大学では山岳部に入部。卒業後は山岳書出版の山と溪谷社に入社した。そしてある年、思いがけない幸運が舞い込んできた。

モン・ブランの麓、フランス・シャモニ市長としてスキー観光の PR のため来日した、あのエルゾーグにインタビューできることになったのである。本の訳者、近藤等先生の通訳で自分の運命に大きな影響を与えた〝その人〟と対面した。

指のことを慮（おもんぱか）ってためらいがちに差し出した私の手を、彼は両手で堂々と、しかも思わぬ力強さで握ってくれた。掌（てのひら）しか残っていない彼の手を握り返したとき、〈手袋を落とした場面〉と彼らの偉業の重みが、強烈な実感となって伝わってきた。

エルゾーグは登山界以外にも活躍の場を移し、青年・スポーツ大臣や市長、国際オリンピック委員会委員などを歴任した。彼は本の最後を「人間の生活には、他のアンナプルナがある……」という一文で結んでいる。１つの山が、ひとりの人生を決定付けたのである。

ヤマケイ文庫版は 2012 年発刊。

串田孫一『山のパンセ』Ⅰ・Ⅱ・Ⅲ（1957〈昭和 32〉年～63〈同 38〉年、実業之日本社）

山における思索や随想を収録した串田文学の代表作

哲学者、詩人、小説家、エッセイスト、画家……串田孫一とはどんな人物なのであろうか。詩人の草野心平が分かりやすく紹介してくれている。

『山のパンセ』ヤマケイ文庫版書影

> 串田孫一は哲学をやり山に登り絵を描き笛を吹き望遠鏡を眺め顕微鏡にとりつき温度表をつけ、小説を書き、詩を書きその他「博物誌」からも暗示される色んなことをしているが、こういう多彩な角度を珍しく多く持っている点、ひどく独自な存在である。……それらの総てがポエジイに裏打ちされているという点にまた二重の独自性があるように思われる。（「二つの詩集」串田孫一随想集 1 栞より）

1915（大正 4）年、東京に生まれた串田は、28（昭和 3）年、私立暁星中学校に入学。その冬に吾妻山で槇有恒（第 4 代および第 7 代日本山岳会会長、マナスル登山隊隊長）から山とスキーの手ほどきを受けたことから、一気に山へ傾斜していっている。

55（昭和 30）年、それまでの登山行為と思索を織り交ぜた初めての山の本『若き日の山』（河出書房）が上梓されている。さらにその 2 年後（57 年）、2 冊目となる『山のパンセ』が実業之日本社から出版された。

なんとも洒落た書名である。「パンセはフランス語で、想い、思索、瞑想、感想などという意味があり、また三色菫（すみれ）のこともパンセという。三色菫の一種に、Pensée des Alpes（Viola calcarafa）というのがあるので、『山のパンセ』も高山植物の名にもなるわけだが、私としては、『山の想い』というようなつもりでいる。」と初版本の「後記」にある。

山の本としては今までになかった文学的な香気を漂わせる文章と、深い思索や感想は山の世界に新風を吹き込み、5 年後（62 年）に『山のパンセⅡ』が、さらに翌年（63 年）には『山のパンセⅢ』が出版された。2013 年に発刊されたヤマケイ文庫『山のパンセ』は、これら 3 巻の全 91 編を収録しており、串田文学の代表作を一気に読むことができる。

四季にわたる山行の紀行とともに、山にまつわる思索や感想などが平易な文章で綴られており、内容はバラエティに富む。91 編もあるので、気になるタイトルがあったら拾い読みするのも良かろう。「山のソナチネ」や「夏草の匂う日」「不安の夜」「霧と日光の鬼ごっこ」「私がもう一人」「雪の谷あるき」……。

> コマドリがいた。何という派手な明るさだろう。私は今日一日ここにいることに決め

たのだが、もしここを根拠地として、一日の山登りに、今この道を歩いているとしたら、このコマドリの声で、山で収穫がどんなに豊かであるかを夢みたに違いない。さばさばした気分で、朝の道をせっせと歩いて一つの山へ向う気持ちほど嬉しいものはない。(「初夏の上河内」より)

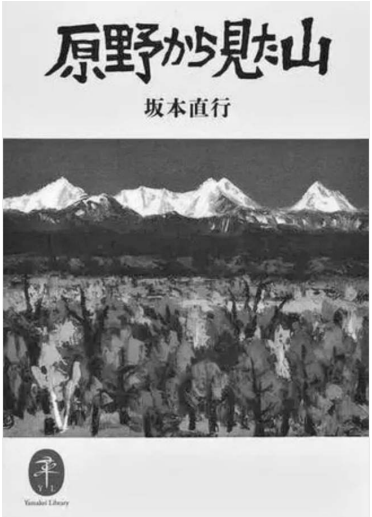
串田ワールドの魅力が横溢している一書である。なお余談だが、北海道・斜里町に「北のアルプ館」という個人美術館があり、小金井市にあった串田邸の居間がそっくり移築されており、串田の世界を実感することができる。筆者がヤマケイに入社して間もなく、『HIKER』という月刊誌に2年間連載されていた串田さんの「山の独奏曲」の原稿取りに、毎月、この居間にお邪魔した、懐かしい場所である。

坂本直行『原野から見た山』(1957〈昭和32〉年、朋文堂)

北の大地に生きた開拓農民画家の画文集

北海道を旅したことのある人なら、可愛らしい花々で彩られた「六花亭」の包装紙を目にしたことがあるだろう。「十勝六花」と言われるあの包装紙は1961(昭和36)年から使われているが、その絵を描いたのが北の農民画家・坂本直行(なおゆき)である。地元では親しみを込めて「チョッコウさん」と呼ぶ。

坂本は1906(明治39)年、北海道釧路に生まれている。祖父・直寛は幕末の土佐の志士・坂本龍馬の甥に当たるが、そのことを直行が語ることはなかった。19(大正8)年、中学校の登山遠足で羊蹄山に登り、初めて山の絵を描いている。



『原野から見た山』
ヤマケイ文庫版書影

幼い時から自然の美しさに強い魅力を感じて、もっぱら山遊びや草花いじりに熱中していた僕には、この蝦夷富士登山は僕の全生命をゆさぶるほどの印象を与えた。

それ以来僕の絵を描く時の対象は、次第に山だけになっていった。はずかしがり屋だった僕にとっては、通りすがりの他人にのぞきこまれる恐ろしさや、はずかしさについては心配無用の山岳スケッチは、いっそう好都合であったのもうれしいことの一つ。

24(大正13)年、北海道帝国大学に入学。2年後、北大山岳部の創部と同時に入部し、道内の山を精力的に歩き回る。30(昭和5)年、北大の岳友に誘われ十勝広尾村の牧場で働くが、初めて見る原野の広闊さと雄大な日高山脈の景観に心を奪われる。

丘の上の展望はまことにすばらしく印象的であった。草原と柏の樹林のべらぼうに大きな拡がりがまず僕を驚かせた。そして日高山脈はトッタベツ上流の一群をのぞいては全部の峰が、延々として北から南の端まで望見することができた。そしてその山の色は今まで見たこともない美しく澄んだものであった。太平洋は紅葉にうずまった原野の上に、これも恐ろしく澄んだ色彩を見せていた。僕は丘の上の、放牧馬どもが勝手気ままにつけたウネウネとした細道を歩き廻った。

36（昭和 11）年、広尾村字下野塚の原野に土地を取得、開墾の鍬を入れる。以後、離農するまで苛烈な開墾生活の中でも絵を描き続け、日高山脈のスケッチだけでも 1,000 枚に及ぶという。また、その間に『山・原野・牧場』（37年、竹村書房）や『開墾の記』（42年、長崎書店）、『酪農の話』（47 年、柏葉出版）などを上梓している。

60（昭和 35）年、帯広千秋庵（のちの六花亭）が児童詩誌『サイロ』を創刊し、坂本は表紙絵やカットを描く。さらに翌年、山野草の絵が包装紙に採用されたので、これを機に離農を決意、画業に専念する。本書が出版されたのは 57（昭和 32）年で、個展もこの年から札幌で毎年開かれ、病没するまで続けられた。

チョッコウさんの山の絵は肉太で力強く、明解な線で北の山々の豊かな表情を描出している。一方、草花や樹木などは、簡潔な線ながら確かな観察眼に基づいてしっかり描かれている。農民画家らしく、素朴な中に温かみのある、親しみやすい絵と言えるだろう。

文章も負けていない。いかにも北海道らしい大らかさに満ち溢れており、時計屋と農夫のコンビで登った「石狩の歌」や、「斜里岳の旅」に出てくる、寂しい独り暮らしの開拓民とのやりとりは実にユーモラスで飾り気なく、楽しく読ませてくれる。

なお、十勝管内中札内村には「六花の森」があり、「坂本直行記念館」はじめ 7 館の施設があり、チョッコウさんの世界に遊ぶことができる。

松濤　明『風雪のビバーク』（1960〈昭和 35〉年、朋文堂）

壮絶な手記を残して北鎌尾根に消えた山男の軌跡

1 月 6 日　フーセツ

全身硬ッテ力ナシ、何トカ湯俣迄ト思フモ有元ヲ捨テルニシノビズ、死ヲ決ス

オカアサン

アナタノヤサシサニ　タダカンシャ.　一アシ先ニオトウサンノ所へ行キマス.

何ノコーヨウモ出来ズ死ヌツミヲオユルシ下サイ.

ツヨク生キテ下サイ.

井上サンナドニイロイロ相談シテ

1948（昭和 23）年 12 月、槍ヶ岳・北鎌尾根から穂高岳・焼岳への冬期縦走を目指して入山した松濤（まつなみ）明と有元克己は、翌年の 1 月 4 日、北鎌尾根・天狗の腰掛から独標を越えて、北鎌平の登りかかりでビバークする。しかし、連日の悪天候のため進退窮まり、6 日、死を決し手帳に上記のような遺書をしたためている。その現物は長野県の大町山岳博物館に所蔵されているが、小さな手帳に最後の力を振り絞って書かれたであろう鉛筆の筆跡が、見る者の涙を誘う。

『新編　風雪のビヴァーク』
ヤマケイ文庫版書影

松濤は 1922（大正 11）年、仙台に生まれている。ほどなく東京麻布に転居、東京農業大学教授であった叔父の影響か、小学校 5 年生のとき奥多摩・御岳山に登って山登りの楽しさを知る。爾来、年間 20～30 回の山行を繰り返し、38（昭和 13）年、府立一中（のちの日比谷高校）5 年生で、早くも老舗社会人山岳会の徒歩溪流会に入会を許されている。

同会入会後の山歴もすさまじい。丹沢や谷川岳、八ヶ岳、南・北アルプスなど毎月のように登っている。41（昭和 16）年には東京農大に入学し、同時に山岳部に入部してその登山熱に一層拍車が掛かっている。そして、運命の 49（昭和 24）年へと加速していく。

本書はまず松濤、有元の一周忌に合わせ、50（昭和 25）年、『風雪のビヴァーク』のタイトルで私家版の小冊子として出版されており、徒歩溪流会がまとめた遭難の分析や捜索活動などが主の報告書だった。その 10 年後に出されたのが朋文堂版の『風雪のビバーク』で、徒歩溪流会の会報や年報から丹念に松濤の足跡を拾い出し、追悼文などと合わせて構成したものである。その後、何回か版を変えて出版されており、ヤマケイ文庫版は 5 冊目となるので、タイトルも『新編　風雪のビヴァーク』としている。

文庫版の構成は、松濤の主な山行が時系列に沿って「一九三八年」から「一九四八年」の章まで並び、最後に「風雪のビヴァーク」として山岳会の先輩である杉本光作の「遭難の概要」が載る。長文の手記でなかなか読ませる。

2 人が遭難した年の夏、捜索隊は千丈沢四ノ沢出合で遺体とともに小さな包みを発見する。中味はカメラと手帳だった。杉本が急いで手帳を開き、「おい！　みんな、これは松濤の手記だ。そして遺書だ。今から読んでみるからな！」と叫ぶと、みんな杉本の周りに集まってきた。

「1 月 6 日　フーセツ……」から読み進めていったが、「ユタカ、ヤスシ、タカヲヨ、スマヌ、ユルセ、ツヨクコーヨウタノム.」のあたりまで来て、杉本は後から後から出てくる涙でもうこれ以上読み続けることができず、ついに声を上げて泣き出してしまった。みんな下打ち向いて泣いていた。検視のためにここまで登ってきた巡査部長も、医師も、営林署の役人も湯俣の宮田老人も同じように涙ぐんでいたという。

私はどんな遭難でも、遭難者を英雄視したり遭難を美化することには賛成しないし、この遭難もあくまで山での敗北であり、明らかに彼らの失敗であるが、その最後の沈着さ、立派さは日本山岳遭難史上にかつて見られなかったものである。さて人間が予期しない死に直面した時、果してかくも冷静に処することが出来るであろうか。
（杉本光作「遭難の概要」より）

整然と手記を綴り、従容として死についたであろう松濤の心情を想うとき、いたたまれないほどの悲しみが湧いてくる。

有元
井上サンヨリ　２０００エンカリ　ポケットニアリ.
松濤
西糸ヤニ米代借リ、３升分、

遺書はここで終り、また涙を誘う。

深田久彌『日本百名山』（1964〈昭和 39〉年、新潮社）

中高年登山者のバイブルとなった名山紀行集

「百の頂に百の喜びあり」――奥秩父連嶺の甲州側前衛、「にせ八ヶ岳」とも呼ばれる茅（かや）ヶ岳（1704m）の麓に立てられた、深田久弥の死を悼む記念碑には、深田の自筆でそう刻まれている。深田は 1971（昭和 46）年 3 月 21 日、穏やかな春分の日の昼前、茅ヶ岳山頂直下で脳卒中のため急逝した。享年 68、惜しまれる最期だった。

『日本百名山』新潮社刊初版書影

深田は 03（明治 36）年、石川県大聖寺町（現・加賀市）に生まれ、12 歳のときに登った富士写ヶ岳が、登山に興味を持つきっかけになったと記している。34（昭和 9）年以降、文学者として作品を発表するかたわら『わが山山』や『山頂山麓』など、山の紀行や随筆もよくした。

「山の作家」としての深田の評価を不動のものにしたのが、64（昭和 39）年の『日本百名山』（新潮文庫に収録）である。これにより、この年の読売文学賞の評論・伝記賞を受賞している。

わが国の目ぼしい山にすべて登り、その中から百名山を選んでみようと思いついたのは、戦前のことであった。（中略）しかし私は山に関しては執念深いから、戦後再び志を継いで、還暦の年にそれを完成した。

と「あとがき」に記しているように、これは 59～63 年にかけて、登山の月刊誌『山と高原』（朋文堂）に毎月 2 山、50 回連載した記事を書籍化したものである。

ひと口に「百名山」と言うが、数多（あまた）ある日本の山から 100 山を選ぶのは、並大抵の苦労ではない。名山選定に当たって深田は 3 つの基準を挙げている。その第 1 は山の品格である。第 2 は山の歴史を尊重している。そして、第 3 は個性のある山であること。なお、付加的条件として 1500m以上という線引きをしている。これらの山々について一山一山、自身の山行記を核に、山名の考証や歴史、宗教、文学、民俗、登山史など様々な観点からその魅力を綴っており、単なる山岳書の枠を超えた山岳文学となっている。

今日では「中高年登山ブーム」の象徴と目され、登山を知らない人々の間でも話題になる「百名山」だが、発刊当時、それほど脚光を浴びることはなかった。時あたかも、マナスル初登頂と井上靖の小説『氷壁』の人気が相まって生まれた第 2 次登山ブームの余熱が消え去っていない時代。筆者もまさにその渦中にいたが、ブームの中心は「より高く、より困難」を求め、アグレッシブな登山を志向する若者たちだった。

改めてスポットライトを浴びたのも時代だった。75 年から 80 年ごろにかけ、日本の高齢者人口の増加が注目されるようになり、中高年からの生き甲斐論議が盛んになった。そのような背景から山でも中高年者が目立つようになったが、中高年から山を始めた人は経験が浅いので、自分で次の山を選べない。そこで指針となったのが『日本百名山』であった。日本人の札所巡り好きの感性とマッチしたこともありブームはヒートアップしていったが、登頂だけが目的化したり、有名山岳に登山者が集中したりした負の側面もある。

その後、深田は『世界百名山―絶筆 41 座―』（74 年、新潮社）を遺したが、『百名山以外の名山 50』（99 年、河出書房新社）という番外編も没後、出版された。また、関連図書も次々と刊行され、中でも田中澄江『花の百名山』（文藝春秋）が 80 年、読売文学賞の随筆・紀行賞を受賞し、放送・ビデオ化もされ人気を博した。

一方、深田が副会長を務めたこともある日本山岳会が「日本三百名山」を選定、その中から深田クラブ（深田のファンクラブ）が「日本二百名山」を選び出している。

本の発刊から半世紀余、なお燃え盛る百名山ブームを、泉下に眠る深田はどのような想いで眺めていることであろうか。

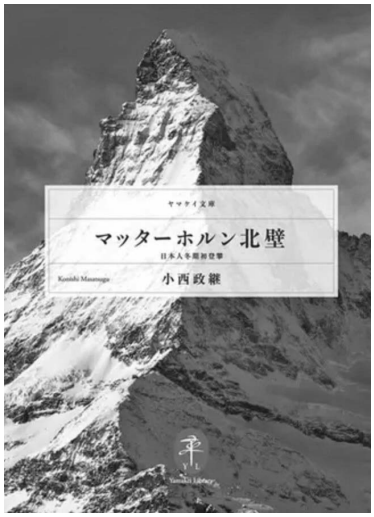
なお、深田の生誕地、加賀市大聖寺番場町には「深田久弥山の文化館」がある。

小西政継『マッターホルン北壁』（1968〈昭和 43〉年、山と溪谷社）

山と闘い、山に逝った「鉄の男」の処女作

植村直己ほど一般的な知名度はないが、昭和 40～50 年代に、日本の登山界やヒマラヤ

に「鉄の時代（より高くより困難を求める、先鋭的な登山スタイル）」を切り開いた男、小西政継（まさつぐ）の名を知る人は多いだろう。小西は、



『マッターホルン北壁』
ヤマケイ文庫版書影

> 山とは金では絶対に買うことのできない偉大な体験と、一人の筋金入りの素晴らしい人間を作るところだ。未知なる山との厳しい試練の積み重ねの中で、人間は勇気、忍耐、不屈の精神、強靭な肉体を鍛えあげてゆくのである。登山とは、ただこれだけで僕には充分である。

と、マッターホルン北壁登攀中、3 日目のハンモック・ビバークの夜に述懐している。

小西は 1938（昭和 13）年、東京飯田橋で生まれている。中学校を卒業して印刷会社に就職、58（同 33）年、18 歳で先鋭的な山岳会として知られる山学同志会に入会している。登山界はマナスル初登頂などによる第 2 次登山ブームの最盛期。しかしながら、ヒマラヤ登山の大半は大学山岳部を中心としたエリート集団による大規模な遠征登山が主だった。それらに反発したのが、いわゆる〝街の山岳会〟と言われる社会人山岳会。山学同志会はその急先鋒で、実力を着けてきた小西は、その先頭に立って、ヒマラヤを目標に先鋭的な登山を続けていく。

65（同 40）年、ネパール政府がヒマラヤ登山を全面禁止したため、目標をヨーロッパ・アルプスに変更。67（同 42）年 2 月、遠藤二郎、星野隆男とともにマッターホルン北壁の冬期第 3 登に成功する。その手記が本書で、小西の処女作である。

目次を拾っていくと、「北壁との闘い」に始まって「岩と氷と寒気との闘い」へと続き、後半は「装備と食糧について」など、登攀後の「振り返り」まできっちりまとめられている。

やはりクライマックスは北壁の登攀シーンだ。

> ついにでた！　ツムット稜へ！　太陽だ！　暗い酷寒の北壁を四日間も攀じ続けて初めて浴びる太陽だった。生命の輝きが全身を暖かくつつんでくれる。太陽の光がこれほどまでに素晴しいものだとは……。ああ、夕陽をさんさんとあび陽光の山稜にたたずむ今はなんと幸せなことか。
>
> ツムット山稜は天国と地獄をはっきりとわけるものだ。左下には陰険な氷の大絶壁が、右下のイタリア側には幸福な輝く太陽があった。
>
> 僕は最後の稜線に沿って氷の北壁を登り続けた。傾斜がぐっとおちてくる。ふと顔をあげると、眼界にイタリア側山頂の鉄の十字架が映っているではないか！　まちに

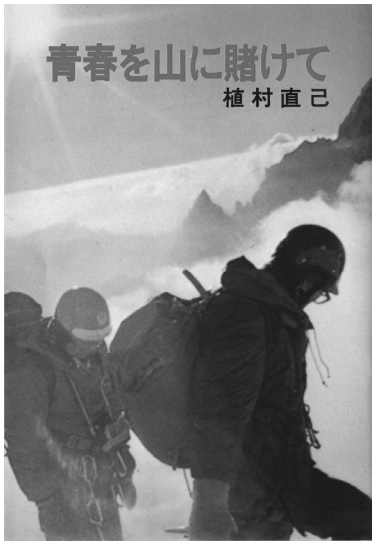
まった勝利の十字架が！

小西は「文章の表現は僕自身まったく自信はないし、人さまにおみせするようなものではないが……」と謙遜しているが、ガチガチの戦闘的クライマーというイメージとは裏腹に、一気に読ませる。また、登攀記を中心に、多くの本を読んでいることも分かる。

マッターホルン北壁以降、アルプスやヒマラヤの大岩壁に挑み続け、その後も多くの本を上梓しているが、やはり小西の真骨頂は本書に一番表れていると言えるだろう。そして96（平成8）年、筆者に向かって「節ちゃん、酸素バカバカ吸って、楽しく8000m登りに行こうよ」と言っていた「鉄の男」小西だが、マナスル登頂に成功後、再び還ってくることはなかった。

植村直己『青春を山に賭けて』（1971〈昭和46〉年、毎日新聞社）

世界的冒険家の原点となった青春海外放浪記



『青春を山に賭けて』
毎日新聞社刊初版書影

世界的な冒険家・植村直己の生まれ故郷は、兵庫県の日本海側、但馬地方に位置する豊岡盆地の中心、国府村（現・豊岡市）である。この豊岡市の主催で「植村直己冒険賞」が設けられており、1996年の第1回から毎年、地球規模の挑戦を行った冒険者たちを表彰している。2023年で第27回を数えるが、受賞者たちがよく口にするのが、「植村さんの『青春を山に賭けて』を読んで、強烈な刺激を受けました」「自分が今日あるのは、あの本のお陰です」などのコメントだ。

『青春を山に賭けて』（文春文庫に収録）は64（昭和39）年5月から68（同43）年10月まで、約4年半に及ぶ「青春海外放浪記」である。明治大学山岳部で「山」と出会った植村さんは、山漬けの4年間を送る。筆者は山岳部で植村さんの1年後輩だが、学生時代はそれほど目立った存在ではなかった。ただ、但馬を象徴するように、実に我慢強く、粘り強い人だった。そして、こうと決めたら梃子（てこ）でも動かないような、頑固さも持ち合わせていた。

一方、意外に思われるかもしれないが、雨の夜のテントの中、自分で怪談を始めておきながら、独りでトイレに立てないような怖がりでもあった。良く言えば慎重派。こうしてコツコツと山歴を重ね、ひそかに海外登山の夢を膨らませていたのである。

時はまさに高度経済成長期前夜。先の東京オリンピック開催と外貨自由化の64年に、懐にわずか＄110と3,500円を持って、移民船でロサンゼルスに上陸する。ところが、5ヶ月でアメリカから強制退去させられてフランスに渡り、スキー場でアルバイトをしながら母校のヒマラヤ登山隊に飛び入り参加し、ゴジュンバ・カンⅡ峰（7743m）に初登頂。さら

にヨーロッパ・アルプスの最高峰モン・ブランやアフリカ大陸の最高峰キリマンジャロに単独登頂した。

その後、3 年間住み慣れたフランスに別れを告げ、船でアルゼンチンへ。南米大陸の最高峰アコンカグアにも単独登頂したのち、経費節減のためアマゾン川の源流から河口まで3ヶ月間、約6,000kmを手作り筏(いかだ)で下る。最後は北米大陸に渡り、アラスカを経由して帰国している。

30 歳のときの処女作だけに初々しく、誠実な人柄がにじみ出ているような本だ。「地球上に悪人はいないと信じている。単独行は全ての人々の協力なくしては絶対に成功しない」という〝植村哲学〟で全編貫かれている。ドラマチックな展開の中にヒューマニティとユーモアがあり、若者らしい、実に爽やかな「放浪記」となっている。

その後の冒険の数々は、ここに記すまでもなかろう。大きくは、登山を中心とした「垂直の時代」から、極地で冒険を重ねた「水平の時代」へと行動変異した。そして運命の 84（昭和 59）年 2 月 12 日、くしくも自身の誕生日にマッキンリー（現・デナリ）の冬期単独初登頂に成功後、消息を絶つ。

その冒険の軌跡は『極北に駆ける』（74 年）、『北極圏一万二千キロ』（76 年）、『北極点グリーンランド単独行』（78 年）、『エベレストを越えて』（82 年）など、自身の手になる著作として残っている（いずれも文藝春秋）。

行動中はいつも詳細な日記を付けていた。それをベースにした冒険記は淡々と綴られているが、リアルな体験だけが持つ事実の重みに、読む者は圧倒されることだろう。残念ながら、最後の『マッキンリー厳冬期単独初登頂記』は活字になることはなかった。この山の近隣に住むネイティブ・アメリカンのコユコン族の言葉で「高きもの」「偉大なるもの」を意味する「デナリ」の懐に、植村さんは永遠に眠っているのである。

なお、植村さんの生誕地、兵庫県豊岡市と、数々の冒険に旅立ったときのベースとなった東京都板橋区に、それぞれ立派な冒険館がある。

高田直樹『なんで山登るねん』（1978〈昭和 53〉年、山と溪谷社）

若者たちから圧倒的な支持を得た自伝的登山論

> すこしヘンな題ですね。そう、たしかにぼくも、少々ケッタイな題だとは思っています。〈なんで山登るねん〉――これは、東京弁では、「どうして、山登りをするの」というのにあたるでしょう。

という書き出しで始まる高田直樹著『なんで山登るねん』（正編だけヤマケイ文庫に収録）は、登山の月刊誌『山と溪谷』で 75（昭和 50）～77（同 52）年の 3 年間にわたって連載され、人気を博した「わが自伝的登山論」を書籍化したもの。ケッタイなタイトルと、『ビッグコミック』の表紙イラストでおなじみの、日暮修一さんの似顔絵を使ったカバーデザイン、そして、内容も実にユニークだった。それまでの日本の山岳書には見られない

個性的な本ということで若い読者たちから圧倒的な支持を得、山の本としては珍しくベストセラーに。さらに 79 年には続編が、83 年には続々編が刊行されるほどの人気シリーズとなった。

『なんで山登るねん』
山と渓谷社刊初版書影

74（昭和49）年、筆者は高校時代から愛読していた月刊誌『山と渓谷』の編集長を命じられた。まずは強力な連載企画を立ち上げたいと考え、浮かんできたテーマが「なぜ山に登るのか」。登山者にとって永遠の命題に、若手登山家に正面から取り組んでもらいたかった。当時の登山界には現役で筆の立つ論客も多かったが、編集部に配属されて早々手にした高田さんの、自由で柔軟な思考に裏打ちされた、京都弁交じりの自然体の原稿が印象的だった。

高田さんが京都の府立高校の教師だったことも後押しした。しかもナナハン・バイクで登校し、スキーや渓流釣り、オーディオなど多くの趣味を持つ、個性的な教師だった。当時の『山と渓谷』誌の読者の平均年齢は、なんと 23 歳くらい。コアな読者層は 18 歳から 25 歳くらいで、高校生の読者も多かった。現在の読者像と比較すると、まさに隔世の感がある。

期待どおり高田さんは自由奔放に、山登りに対する持論を展開してくれた。それらは一話ごとのタイトルによく表れている。「初めてのスキー　私は鳥になった」「『軟派登山』はあかん　山は一人が最高や」「限りなくエクスタシーに近い岩登りの魅力」……。

作家の北杜夫さんは、高田さんが初めてパキスタンへ遠征したディラン（7273m）登山隊にドクターとして参加しているが、書中にも「まともな変人ドクター」として描かれている。北さんの名著『白きたおやかな峰』（1974 年、新潮社。河出文庫に収録）は、この登山隊での経験をもとに著わされたもので、高田さんも「竹屋隊員」という名前で登場している。その縁で北さんは、本書の袖に次のような推薦文を寄せてくれた。

> 本書の一つの魅力は、題名のとおり京都弁につながるものであろう。ぎすぎすせず、柔らかく、そして対象から距離をおいて、山行の厳しさ、愉しみを暖かく語っている。これは著者の人間性、豊富な体験によるものだ。

発刊から 40 年以上経つが、今読んでも新鮮に感じられる。常に時代を意識し、登山には冒険的・スポーツ的な要素のほかに、社会的あるいは文化的な側面があることを強く認識した上で、「山は食う寝る所に住む所生き抜く知恵を得る所」や「『やどかり』はあかん山登りは創造的活動なんや」「オシッコの音は消すな　山は『自由の感覚』の学校」などと、山小屋での炉端談義のように優しく綴っている。しかし、鋭い刃も含まれている。

現在は、登山も多様性の時代である。高田さんは最終話で「〈標準語〉的登山観を捨て

自分の〈なんで山登るねん〉を」と題し、登山者一人一人が自分自身の登山スタイルを確立してくれることを願っている。それは〈なんで山に登いやっとな（鹿児島)〉であり、〈なして山さ登るンだば（青森)〉の世界が生まれることである。

余談だが、本センターの中村達センター長は、高田先生の教え子である。

節田　重節（せつだ　じゅうせつ）

1943 年、新潟県佐渡市に生まれる。中学時代に見た映画『マナスルに立つ』や高校時代に手にしたモーリス・エルゾーグ著『処女峰アンナプルナ』を読んで感激、山登りに目覚める。1961 年、明治大学法学部に入学と同時に山岳部に入部、山漬けの 4 年間を送る。1966 年、山と溪谷社に入社、40 年間、登山やアウトドア、自然関係の雑誌、書籍、ビデオの出版に携わり、『山と溪谷』編集長、山岳図書編集部部長、取締役編集本部長などを歴任。取材やプライベートで国内の山々はもとより、ネパールやアルプス、アラスカなどのトレッキング、ハイキングを楽しむ。2006 年、同社退職後は公益財団法人植村記念財団理事や NPO 法人日本ロングトレイル協会会長、安藤百福センター諮問委員長など、登山・アウトドア関係のアドバイザーを務めている。

京都一周トレイル®

湯浅 誠二（京都一周トレイル会 会長）

概要

「京都一周トレイル®」は、京都の東南、伏見桃山から比叡山、大原、鞍馬を経て、高雄、嵐山、苔寺に至る全長約 83.3km の 4 コース（東山・北山東部・北山西部・西山）と、豊かな森林や清流、田園風景に恵まれた京北地域をめぐる全長約48.7kmの1コース（京北）からなり、全5コースの総延長は約130kmに及ぶ。各コースの詳細については、公式ガイドマップに掲載、販売している。

京都市をはじめ、京都府山岳連盟、京北自治振興会、京阪電気鉄道、阪急電鉄、西日本ジェイアールバス、京都大阪森林管理事務所、京都市観光協会、京都市交通局で「京都一周トレイル会」（以下、トレイル会）を構成している。全5コースの自然とともに歩んできた京都の歴史や文化を将来にわたって多くの方に楽しんでいただけるよう、公式ガイドマップの売り上げをコースの維持補修費用に充てている。

特徴

「山」と「まち」が近いというのが、京都ならではの特徴である。以下、4 つのポイントを紹介する。

1 つ目は、コースには「道標」が整備され、分かりやすく安心な点である。道迷いなどの事故を防ぐため、コース上に道標を整備し（道標の設置件数：488）、コースを間違いやすい箇所には、案内板やテープ、補助標識なども整備している。また、公式ガイドマップ（2022 年 10 月改訂）を販売し、おすすめスポットなどの観光要素、道標番号、道迷い箇所の拡大図、写真などを掲載している。マップの売り上げはコースの維持補修費に充当している。

2 つ目は、鉄道駅やバス停などを起点に、コースを区切ることができ、体力に合わせてトレイルを楽しめることである。「まち」までのアクセスが良い所が多いので、その日の日程や体調などに合わせ、予定を組むことが可能になる。

3 つ目は、山歩きの途中で、世界遺産などの多くの文化財や名所旧跡に立ち寄ることができる点である。世界遺産にふらっと立ち寄ることができるのは京都ならではの贅沢な特徴である。

4 つ目は、展望スポットから京都の街並みをいろいろな角度から望め、ひと味違った京都が楽しめることである。京都市内を一望できるスポットもある。

トレイルの成り立ち

1991 年、京都で観光客も自然を楽しめるものができないだろうかと京都一周トレイルの構想と調査が開始された。その後、1993 年にトレイルの保全と活用に両輪で取り組みエコツーリズムを推進するため、京都市のほか、山岳関係団体、地元組織、交通事業者が参画しトレイル会を設立した。コース設定に当たっては、新規に遊歩道の設置などを行うのではなく、既存の山道、古道などを活かし、コースに取り入れ、地権者、関係者などの協力を得て開設した。

定期パトロールによるコースの維持・補修

トレイル会からの委託を受け、京都府山岳連盟と京北自治振興会が年間 50 回程度、定期パトロールを行い、コースの保全・補修を実施している。また、東海自然歩道や国有林などを所管する関係行政機関への働きかけによる整備も行っている。

定期パトロールによるコースの維持・補修

様々な PR 方法

公式のウェブサイトを 2020 年 10 月にリニューアルし、利用時のマナーや各コースの紹介、イベント情報、ガイドマップ販売箇所などを掲載している。

https://ja.kyoto.travel/tourism/article/trail/

ホームページは、各コースの魅力を記事や動画で紹介し、観光スポットやグルメ情報なども併せて紹介している。また、コースの魅力や最新のコース状況、会の整備活動などを広く発信するため、公式インスタグラムを開設している。

このほか、利用者層の拡大を図るため、2020 年からフォトコンテストやデジタルスタン

プラリーを開催している。メディアへの取材協力などによる PR も積極的に行っており、テレビや新聞、雑誌などからの問い合わせも多数ある。

KYOTO_TRAIL_

開設日：R4.9.13
フォロワー：707名（R4.11.7現在）
https://www.instagram.com/kyoto_trail_/

トレイル会発足 30 年という歴史のなかで、これまでの地道な整備や広報などの努力などの積み重ねがあり、現在に至っているのだろう。2023 年 2 月には、環境省の「第 18 回エコツーリズム大賞」において、トレイル会が特別賞を受賞した。これも、今までの我々の活動や皆の気持ちが通じたものと思い、喜んでいる。

引き続き、トレイル会の構成団体が連携し、コースの維持修繕や安全確保に取り組むことはもちろん、来訪者が京都の自然を安全・安心に楽しく利用していただけるよう、トレイル会が一丸となって日々活動していきたい。

京都の自然を歩く
京都一周トレイル®

茶の道ロングトレイル

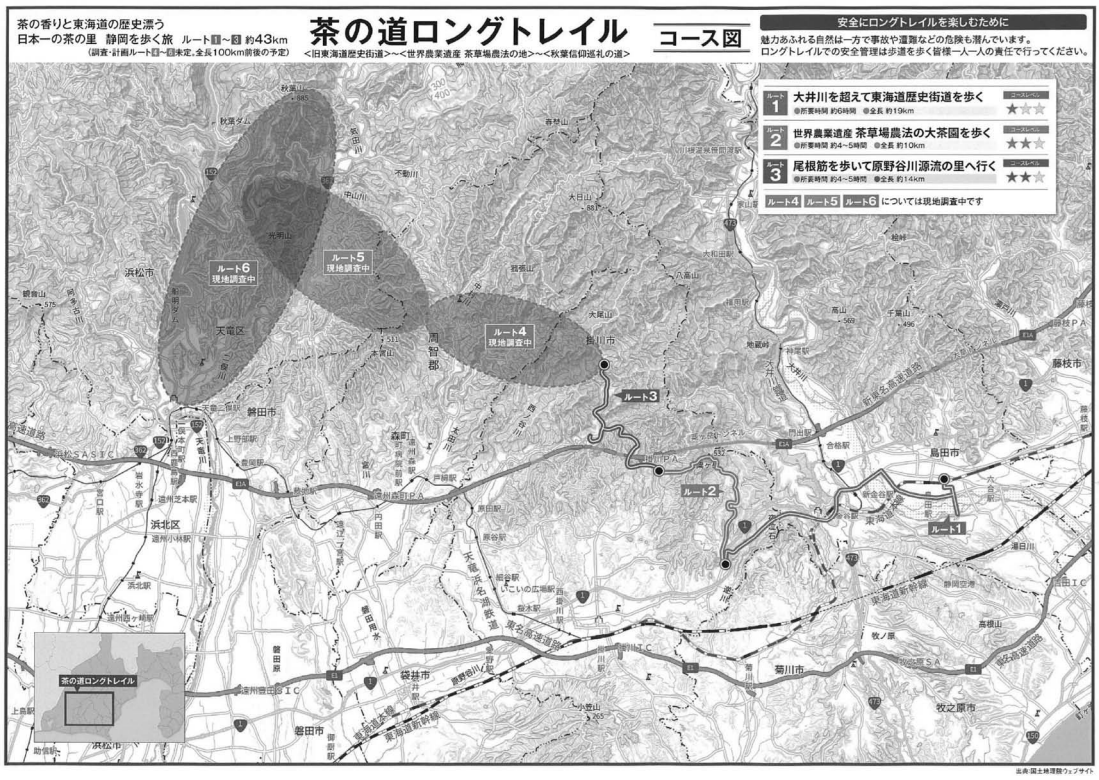
名倉 偉能（ひでのり）（茶の道ロングトレイル 代表）

茶の道ロングトレイルは、大井川と天竜川の間、静岡県の遠州地域にあり、ここで現在第 1 ルートを整備している。静岡と言えば、全国有数の茶産地と富士山というイメージがあると思うが、そのなかでも茶の生産の盛んな牧之原台地などの大茶園を含むルートである。

起点は旧東海道の島田宿。ギネスブックに登録されている世界最長の木造歩道橋、蓬莱橋などを経由して、金谷宿、日坂宿など、東海道の名所を通りながら、茶業関連の名所も通りながら進んでいくルートとなっている。

茶の道ロングトレイルをつくりたいと思ったきっかけは、この景色を次の世代にも受け継いでいきたいから。世界中の人達にも静岡の茶を知ってもらい、旧東海道の歴史や文化をつなぐロングトレイルができればという構想のもと、ルートを整備している。

目標では、島田から浜松の秋葉山までの全長 100km を結ぶトレイルをつくっていきたい。まずは前半の 58km が整備され、開通している。



出典:国土地理院ウェブサイト

掛川市のシンボルに、大きく茶という文字が書かれた粟ヶ岳があり、現在、年間 10 万人弱がハイキングに訪れている。これは地元の方々が、お茶とともに生きていくという思いを込めて、通信機器がない時代に、手旗信号で合図をしながら 1 本 1 本植えたものだが、

茶の文字はお茶の木ではなく、ヒノキ。また、この茶園風景の中には、世界農業遺産にも認定されている茶草場農法が今も受け継がれている。茶草場では、人が草を刈り取ることで、背の低い植物にも日光が当たるようになり、絶滅危惧種などの希少な動物・植物が生きている。

さらに、ルート上には茶農家や茶工場が多いので、お茶と旅をするというテーマで、お茶を補給しながら旅を楽しめる、そんなルートになればと、いろいろなお茶農家や販売店と提携している。

このルートの構想から里山の人たちと触れ合うなかで、地域の課題、日本の課題も見えてきたが、この歩きの道は、地域の課題解決になるのではないかと思っている。旅をする人が増えれば、そこに人も金も情報も下りてくるし、里山の豊かな自然と温かいおもてなしは、心も体も育てるので、次世代の子どもたちや現代人にも必要だ。四国巡礼や熊野古道、スペインの巡礼路のように、もっと世界や日本で広まるといいと考えている。

茶の道ロングトレイルには課題があり、まだルートが半分ほどしか開通していないが、日本のロングトレイルの先行者の皆さんのお力もいただいて、全線開通に向けて動いていきたい。茶草場農法で育った上質なお茶を歩きの旅のお供に、どこまでも続く大茶園が広がる茶の道へお越しください。

粟ヶ岳と茶畑

旧東海道金谷坂の石畳

事業報告

事業総括

2022 年度は、主催・共催合わせて 25 事業（延べ 43 日）を予定していたが、実施できたのは 20 事業（延べ 32 日）であった。特に上期は新型コロナの影響で中止せざるを得ないケースがあったものの、下期には状況が改善されたことで、全体では約 8 割の事業を開催することができた。

ロングトレイルシンポジウムは、第 9 回が延期されたため、今年度 2 回開催することになったが、いずれも好評を博した。会場参加者を 50 名に制限していたため、多くがオンラインでの視聴になった分、遠方からも参加が可能となり、これまで参加できなかったような方々にも見ていただくことができた。JAPAN TRAIL の認知度も上がってきており、これからトレイル文化の醸成に寄与できれば幸いである。

トレイル歩きをテーマとした「ロングトレイルハイカー入門講座」と「大人のトレイル歩き旅講座」（ともに全 6 回）は、今年度も引き続き開催した。いずれも人気の講座だが、新型コロナの影響で、ロングトレイルハイカー入門講座は 2 回オンラインへ切り替え、大人のトレイル歩き旅講座も 2 回中止となったのは残念であった。募集を始めるとあっという間に埋まってしまうので、募集方法は検討する必要があるかもしれない。また、カラダづくりの講座も、今回初めて実地でできたのは収穫であった。

「子どもクライミング教室」は、学校でチラシを配布してもらうと、非常に多くの申し込みがある。春は広報し過ぎて多数の落選者を出してしまったが、逆に秋は控え過ぎて定員に収まるなど、加減が難しい。来期に向けてホールド替えを行い、より登りやすく、バリエーションも増えたので、これまで以上に多くの子どもたちにクライミングを体験してもらいたい。

また、ダイヤモンド浅間とパール浅間も実施したが、開催から 8 年経ち、以前より反応が芳しくなくなっている。こちらは一巡した感があり、見直しが必要な状況となっている。

2023 年度は、いよいよコロナ禍も収まり、以前のような形で事業を実施できるようになると思われる。新しいセンターの名称にふさわしく、幅広くアウトドアに親しめるような事業を企画していきたい。

ロングトレイルシンポジウム

第９回「アフターコロナはロングトレイル」

コロナ禍で人々のライフスタイルの変容が進み、健康と自然へのニーズがかつてない高まりを見せている。その結果、「歩く」「山を歩く」「山を旅する」などが注目されてきた。この動きは世界的にも同様で、アフターコロナの地域観光のコンテンツとしても期待されている。そこで今回のシンポジウムでは、アフターコロナを見据えて、ロングトレイルの果たす役割と課題などについて論じる。

日　　時：2022 年 4 月 9 日（土）13 時 30 分～18 時
　　※2 月 19 日（土）開催予定だったが、新型コロナウイルス感染拡大の影響で延期
会　　場：安藤百福センター
主　　催：特定非営利活動法人 日本ロングトレイル協会
共　　催：安藤百福センター
後　　援：環境省、林野庁、観光庁、長野県、長野県教育委員会、小諸市、小諸市教育委員会
特別協賛：ミズノ株式会社
参 加 者：会場参加 48 名、オンライン参加 40 名

【プログラム】（敬称略）

１．挨　　拶　　安藤 宏基（安藤スポーツ･食文化振興財団 理事長、
　　日清食品ホールディングス株式会社 代表取締役社長・CEO、
　　日本ロングトレイル協会 名誉会長）
　　鳥居 敏男（自然公園財団 専務理事、日本ロングトレイル協会 顧問）
　　小泉 俊博（小諸市長）

２．対　　談　「グレート・ヒマラヤ・トラバースへの挑戦」
　　重廣 恒夫（日本山岳会 GHT プロジェクトリーダー）
　　松田 宏也（日本山岳会 理事・千葉支部長）
　　節田 重節（日本ロングトレイル協会 会長）
　　コーディネーター　若菜 晃子（エディター）

３．報 告 ①　「アフターコロナの地域観光と期待されるロングトレイル」
　　佐藤 司（観光庁観光地域振興部観光資源課 新コンテンツ開発推進室長）

４．解 説 ①　「JAPAN TRAIL 構想について」
中村 達（日本ロングトレイル協会 代表理事、安藤百福センター
センター長、JAPAN TRAIL 提唱委員会）

５．解 説 ②　「旅行会社から見たロングトレイル」
芹澤 健一（アルパインツアーサービス株式会社 代表取締役社長）

６．報 告 ②　(1)新規加入トレイルの活動状況について
スノーカントリートレイル
仲丸 潤（スノーカントリートレイル実行委員会事務局）
栗駒山麓ジオトレイル
長尾 準（栗駒山麓ジオパーク推進協議会 専門員）
茨城県北ロングトレイル
関町 拓也（茨城県政策企画部 県北振興局 主事）
富士山ロングトレイル
太田 安彦（マウントフジトレイルクラブ 代表理事）
(2)北海道のアウトドアの潮流とロングトレイル
木村 宏（日本ロングトレイル協会 常務理事、北海道大学大学院
国際広報メディア・観光学院観光学高等研究センター 教授）
(3)広島湾岸トレイルからの活動報告
田川 宏規（広島湾岸トレイル協議会 会長）

７．連　　絡　「日本ロングトレイル協会からのお知らせ」
村田 浩道（日本ロングトレイル協会 常務理事・事務局長）

第 10 回「迫るインバウンドの再訪に向けて」

ウィズコロナの時代へと舵を切り、社会・経済の正常化へ向かう動きが進んできた。また、インバウンドの回復が加速しているなかで、日本の深い魅力を発見できる「歩く旅」は、ますますニーズが高まると期待されている。そこで今回のシンポジウムは、インバウンドの再訪に向けてロングトレイルがどのような役割を果たせるのか、議論し深めていく機会にしたい。

日　　時：2023 年 2 月 25 日（土）13 時 30 分～
17 時 30 分
会　　場：安藤百福センター
主　　催：特定非営利活動法人 日本ロングトレイル協会

共　　催：安藤百福センター
後　　援：環境省、林野庁、観光庁、長野県、長野県教育委員会、小諸市、小諸市教育委員会
特別協賛：ミズノ株式会社
参 加 者：会場参加 75 名、オンライン参加 65 名

【プログラム】（敬称略）
1．挨　　拶　　安藤 宏基（安藤スポーツ･食文化振興財団 理事長、
日清食品ホールディングス株式会社 代表取締役社長・CEO、
日本ロングトレイル協会 名誉会長）
小泉 俊博（小諸市長）
2．講　　演　「田舎の資源を活かしたインバウンド観光 ～Walk Japan　30 年の歩み～」
ポール・クリスティ（Walk Japan CEO）
3．講　　演　「それからの JAPAN TRAIL®」
中村 達（日本ロングトレイル協会 代表理事、安藤百福センター
センター長）
4．報　　告　「国立公園等の上質な利用に向けた取り組み」
岡野 隆宏（環境省自然環境局国立公園課 国立公園利用推進室長）
5．トークタイム「山と旅をめぐるこれからのトレンド」
安仁屋 円香（ランドネ編集長）
矢部 華恵（エッセイスト、ナレーター、ラジオパーソナリティー）
青崎 涼子（全国通訳案内士、日本山岳ガイド協会認定登山ガイド）
コーディネーター　小林 千穂（山岳ライター）
6．講　　演　「インバウンドを引き付けるアドベンチャーツーリズムの魅力」
山下 真輝（日本アドベンチャーツーリズム協議会理事、
JTB 総合研究所交流戦略部部長）
7．講　　演　「京都の自然を歩く 京都一周トレイル®について」
湯浅 誠二（京都一周トレイル会会長、（一社）京都府山岳連盟会長）
8．紹　　介　「茶の道ロングトレイル」
名倉 偉能（茶の道ロングトレイル代表、
日本山岳ガイド協会認定登山ガイド）
9．案　　内　「国東半島峯道ロングトレイル」
清成 隆（国東市役所観光課長兼（一社）国東市観光協会事務局長）
10．挨　　拶　節田 重節（日本ロングトレイル協会 会長）

※シンポジウムの主要な内容は「寄稿・講演会記録」に掲載しています。

ロングトレイルハイカー入門講座

■趣旨：トレイルを歩いてみたいという初心者や、より一層のスキルアップを目指すハイカーのために、入門講座を開催しました。2016年度より始まって今年で7年目。事前の計画、装備などの準備編から、天気や読図の技術、トラブル対処などの実践編まで、トレイル歩きの基本が学べる構成となっている。

■広報

＊安藤百福センターHPなどWeb媒体を活用

＊過去参加者へのDM

＊首都圏および長野県内のアウトドア用品店（約70店舗）にチラシ発送

＊ロングトレイル協会、ヤマケイオンラインなど、アウトドア・観光関係のHPに掲載

【オンライン講座】歩き方と装備の基本を学ぼう！

（ロングトレイルハイカー入門講座第1回）

※新型コロナウイルス感染症拡大につき、佐久圏域の感染警戒レベルが5となったため、オンライン講座に切り替えて開催した。

日　時：2022年5月14日（土）13時～16時

内　容：トレイルについて、装備とパッキング方法、歩き方、装備のメンテナンス方法

講　師：杉本　晴美（日本山岳ガイド協会認定ガイド、登山・自然ガイド「山音（やまね）」主宰）

神奈川県出身。学生時代に過ごした長野の風景に魅せられ長野県信濃町に移住。田舎暮らしをしながら安全に自然を楽しむ山歩きをモットーに登山・自然ガイド、スキーガイド、自然体験活動指導などを行う。地元の妙高戸隠連山国立公園や上信越高原国立公園の山々、北アルプス、八ヶ岳を中心に、山城跡や古道なども広く案内している。

参加費：2,000円

参加者：14名（定員 30名　申込者 16名）

■参加者属性

男 女 比　　1：1（男性 7名　女性 7名）

平均年齢　　57歳

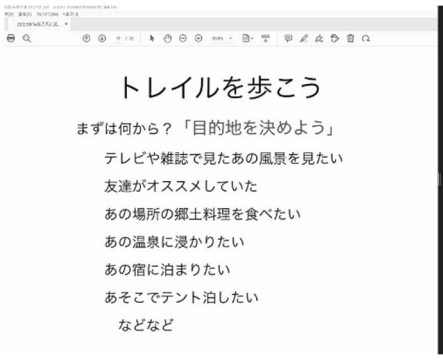
年 代 層　　20代 1名、40代 1名、50代 5名、60代 7名
居 住 地　　長野 5名、東京 2名、茨城 2名、秋田 1名、千葉 1名、神奈川 1名、栃木 1名、兵庫 1名

■内容

(1) トレイルの種類と歩き方（50分）
まず、トレイルとは何か、どんなトレイルがあるのか、トレイルの歩き方のスタイル（スルーハイク・セクションハイク）に始まり、トレイルを歩くときのマナーや注意すること、計画を立てるときに決めておくことなど、詳しく解説した。

(2) 装備を準備してパッキング（50分）
初心者でもこれだけは持っておきたい装備とプラスアルファの装備を、実物を交えて紹介した。パッキングでは、講師お手製の透明ザックが登場し、外からでもパッキングの様子がよく分かった。

(3) 歩き方の基本と歩いた後の道具のメンテナンス、質疑応答（50分）
最初にシューズを履くときのコツ、ほどけない靴紐の結び方を教わった。さらに体に負担のかからない歩き方を実演して見せてもらった。要望の多かった道具のメンテナンス方法も学び、最後に質疑応答の時間を設けて終了した。



■参加者の声（アンケートより）

＊透明なザックへのパッキングが分かりやすくて参考になりました。
＊装備のケアやメンテナンス情報は、あまりシェアされてなかったりするので勉強になりました。
＊Zoom 配信ではありましたが、とても分かりやすく、本を買って読むよりも断然理解が深まりました。

■事務局評価

早い段階で現地開催が難しいと分かっていたので、前もってオンライン講座の準備をすることができた。切り替えに伴う広報もスムーズで、現地開催とほぼ変わらない参加者を集めることができた。今回新たに登場した、講師お手製の透明なザックのおかげで、これまでなかなか伝わりにくかったパッキングに対しても、分かりやすかった、という声が多く聞かれた。2 時間半という、オンライン講座としては少々長めの講座であったが、なかなか教わる機会のない装備のメンテナンスなど、様々な内容を詰め込んで充実した講座となった。一方で、やはり歩き方などは画面越しでは分かりにくい、実際に歩いている所を見てほしいなど、対面講座への要望も多かった。

《参考（オンライン切り替え前の内容)》

第１回　歩き方と装備の基本を学ぼう

日　時：2022 年 5 月 14 日（土）13 時～15 日（日）15 時

内　容：1 日目（机上）　計画の立て方、道具・装備の選び方、歩き方ほか

　　2 日目（実習）　浅間･八ヶ岳パノラマトレイル「軽井沢コース（約 13km)」

講　師：杉本　晴美（日本山岳ガイド協会認定ガイド、登山・自然ガイド「山音（やまね）」主宰）

参加費：7,000 円

申込者：15 名（定員 16 名）

■申込者属性

男 女 比	1：1（男性 16 名　女性 15 名）
平均年齢	54 歳
年 代 層	20 代 1 名、40 代 3 名、50 代 6 名、60 代 3 名、70 代 2 名
居 住 地	東京 6 名、長野 3 名、神奈川 2 名、千葉 2 名、埼玉 1 名、群馬 1 名

第２回　地図とコンパスを使いこなそう

日　時：2022 年 6 月 4 日（土）13 時～5 日（日）15 時

内　容：1 日目（机上）　地図のいろいろ、地形図の読み方、コンパスの使い方

　　2 日目（実習）　センター周辺トレイル（約 7.5km）

講　師：松浦　慎（日本山岳ガイド協会認定ガイド、マツウラ企画主宰）

茨城県出身。「マツウラ企画」にて年間を通して山や自然のガイドを行う。八ヶ岳や奥秩父、北アルプスでの縦走登山をメインに、花をめぐる山旅などを企画実施。地図読みやテント泊などの講習登山も行っている。2021 年に東京から長野県塩尻に拠点を移し、塩尻の里山の魅力を見つけるため、時間があれば近所の山を歩き回っている。

参加費：7,000 円
参加者：15 名（定員 16 名　申込者 22 名）

■参加者属性

男 女 比	1：1（男性 8 名　女性 7 名）
平均年齢	57 歳
年 代 層	30 代 1 名、40 代 2 名、50 代 7 名、60 代 2 名、70 代 3 名
居 住 地	東京 7 名、長野 5 名、千葉 2 名、群馬 1 名

■活動レポート

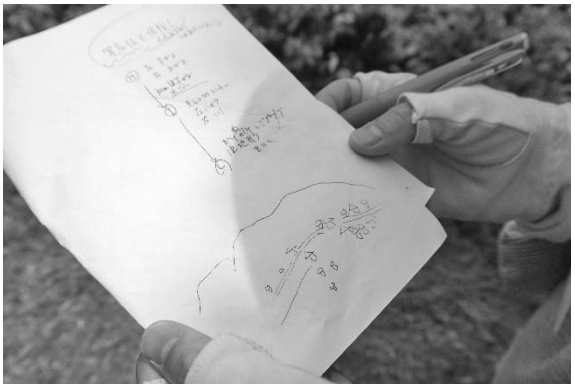
今回のテーマは「地図とコンパスを使いこなそう」。講師は日本山岳ガイド協会認定ガイドの松浦氏。まずは地図を読む目的を再確認し、いろいろな地図の種類を見せてもらう。ひと口に地形図といっても、縮尺が違えば見えてくる情報が違う。見比べると面白さも倍増だ。

実際の地形図を使用し、ピーク、コル、尾根、沢について学ぶ。これらを書き込んでいくと、コース上のアップダウンの数が分かる地図が完成した。
講師お勧めの地図印刷サービスも教わり、手軽に地形図を入手できることが分かった。

1 日目の最後はコンパスの使い方。最初のうちはまだ慣れず、逆方向を向いてしまう参加者もいるが、その都度講師から、間違いやすいポイントや対処法の説明があり、少しずつできるようになっていく。明日の実践が楽しみだ。

2 日目は午前と午後に分けてトレイル歩きの実習だ。午前中は氷集落～布引観音を歩く。常にコンパスで進行方向の確認。道迷いを防ぐには現在地を常に把握しておくことが欠かせないと身をもって知る。

天気にも恵まれ、浅間連峰を望みながら歩みを進める。
講師から名指しで「標高差は」「次の地点への角度は」など質問が飛んでくるので、ほど良い緊張感が漂いながらのトレイル歩きとなった。



午後は鴇久保集落へ。事前に、集落で見える風景を予想し絵を描いてみる。予想と風景が一致すればだいぶ地形図が読めている証拠だ。
コンパスの扱いにも慣れてきて、素早く進行方向を向けるようになってきた。

最後は、地図上では道があるものの、実際は藪でほとんど道が分からない場所を、コンパスを頼りに歩く。地形図と実際の地形を一致させ、一見それとは分からない場所で「この辺りがピークです」と講師。GPS で確認すると、まさにピークのど真ん中に立っていることが分かり、参加者は感嘆のため息を漏らした。

■参加者の声（アンケートより）

＊地図の読み方が以前と変わり、景色を感じられるようになった。

＊普段は歩かない道も、地図とコンパスを使えば歩くことができることがわかった。

＊コンパスと紙地図の活用の面白さが良く分かる講習会だった。

■事務局評価

2 日間しっかりと基礎を学んだ講座だった。特に 2 日目のトレイル歩きでは、午前中に何度もコンパスワークを練習し、午後はより実践的に地図とコンパスを使用する、という構成で段階的にステップアップできた。地図上には道があるものの、実際は藪という場所を歩くというのもいい経験となったようだ。2 日間を通して、地図読み、先読みの楽しさに目覚めた参加者が多く、終了後にはとにかく楽しかった、という声が多く聞かれた。講師の気配り、声がけもよく、アンケート結果も非常に良好で、ほとんどの人が講義の疑問を残すことなく終えることができた。

第 3 回　空を見て天気を判断しよう

日　時：2022 年 7 月 9 日（土）13 時～10 日（日）14 時 30 分

内　容：1 日目（座学）　山の天気の基本、夏山の気象リスクについて、など

2 日目（実習）　池の平口～篭ノ登山～水ノ塔山～高峰温泉（約 3.5km）

（解散後、自家用車利用者は池の平口まで歩き　※＋約 3.7km）

講　師：猪熊　隆之（株式会社ヤマテン代表取締役、気象予報士）

チョムカンリ（チベット　7048m）登頂、エベレスト南西壁左～西稜（7650m まで）、剱岳北方稜線冬季全山縦走などの登攀歴がある。中央大学山岳部前監督、国立登山研修所専門調査委員。著書に『山の天気にだまされるな』、『山岳気象大全』（山と溪谷社）、『山岳気象予報士で恩返し』（三五館）。共著に『安全登山の基礎知識』（スキージャーナル）、『登山の科学』（洋泉社）などがある。

参加費：7,000 円
参加者：16 名（定員 16 名　申込者 47 名）

■参加者属性

男 女 比	1：2（男性 5 名　女性 11 名）
平均年齢	53 歳
年 代 層	40 代 3 名、50 代 11 名、60 代 2 名
居 住 地	長野 9 名、東京 4 名、神奈川 2 名、茨城 1 名

■活動レポート

今回の講師は株式会社ヤマテンの代表取締役で、気象予報士の猪熊隆之氏。山の天気について、雲のできる仕組みや雲のできやすい場所、予測の仕方、天気図の見方などを教わる。4 時間以上にわたった講義の締めくくりは、翌日の天気の予測だ。

2 日目は池の平湿原駐車場から出発。到着時は空一面雲に覆われていたが、出発前の雲観察をしていると、少しだけ晴れ間が覗いた。この日の風向きと気を付ける雲を確認して出発。ルリビタキの鳴き声や咲き残ったイワカガミ、ハクサンシャクナゲなどが、参加者を歓迎してくれた。

東篭ノ登山に到着し、しばし雲を観察していると、一瞬雲が切れ、群馬側がよく見えた。ここで初めて風を感じる。いろいろな雲の動きを、猪熊さんの解説付きで観察。猪熊さん曰く、10 時過ぎの早さであの雲は危険かも……とのことで、先を急ぐ。

道中も雲が見えると、猪熊さんの解説が入る。水ノ塔山までの登山道では谷風を感じることのできる場所を通過し、雲が湧き上がってくる様子がよく観察できた。

天気が崩れそうだったので、水ノ塔山での昼食は後回しにして下山開始。途中、ぴたりと高さの揃った雲が見える。徐々にやる気を増してくる雲に追い立てられながらもなんとか下山。2 日間の講義は無事に終了した。

■参加者の声（アンケートより）

＊積乱雲の発達と降り始める直前の風・空気の変化とその理由を体感できた。

＊とても分かりやすく教えてもらえて良かった。天気が悪くなりそうなときに引き返すか進むかを判断する場所や、雨雲レーダーをチェックするなど教えてもらえて、自分で登山に行くときに役立てたいと思った。

＊気象を見るのに本当に必要な知識を教えてもらえ、実習でも解説してもらえて、ためになった。

■事務局評価

昨年人気だった天気の回だが、今年もキャンセル待ちが 20 名以上にも及ぶ申し込みがあった。分かりやすい座学と実習の組み合わせは、今後個人で活動する際にも役立ちそうだとアンケートでも好評だった。人の力ではどうにもならない天気だが、なんとか雨に降られず下山でき、天気に関する知識や予測はもちろん、リスクに対する心構え、準備の大切さを学ぶ 2 日間となった。

【オンライン講座】もしもの時の対応を身につけよう

（ロングトレイルハイカー入門講座第 4 回）

※新型コロナウイルス感染症拡大につき、佐久圏域の感染警戒レベルが 6 となったため、オンライン講座に切り替えて開催した。

日　時：2022 年 9 月 10 日（土）13 時～16 時

内　容：登山中の「もしも」とは、「もしもの時」に陥らないための事前準備、持っておきたい装備、「もしも」に備えた心構え、知識、事前募集した質問への回答など

講　師：松尾　雅子（信州登山案内人、中央アルプス地区山岳救助隊員）

神奈川県出身。幼少期より外遊び、冒険、キャンプ、登山が大好き。百戦練磨のアウトドア経験＆日本の屋根を闊歩。「それはカッコいいか、今楽しいか。全力で取り組んだか。練習は裏切らない」を自問自答。4 人の子育てを経た肝っ玉母ちゃんガイドとして、コミュ力、安全管理能力に定評がある。ニックネームは「アルプスのはな」

参加費：2,000 円

参加者：9 名（定員 30 名　申込者 9 名）

■参加者属性

男 女 比	1：1（男性 5 名　女性 4 名）
平均年齢	55 歳
年 代 層	30 代 1 名、40 代 1 名、50 代 5 名、60 代 1 名、70 代 1 名
居 住 地	長野 3 名、東京 2 名、愛知 1 名、岡山 1 名、栃木 1 名、兵庫 1 名

■内容

（1）登山中の「もしも」とは、もしもに陥らないための事前準備、装備（60 分）

「もしも」とはどういう状況なのか、「もしも」に対する不安を取り除くためにどういった装備が必要なのか、なぜその装備が必要なのか。講師の問い掛けるような口調に、参加者自身も考えながら講義が進んでいく。装備は持っているだけでなく、使い方を練習することが必要、と講師から具体的な練習方法が提示された。

(2)「もしもの時」に備えた心構え、知識（60 分）

「もしも」に備えるためには知識も必要。登山中に起きてしまう体調不良の原因と、救急法の基本的な考え方について学ぶ。生理学を理解することで、「もしも」に陥る前の対策はもちろん、陥ってからでも落ち着いて対処することにつながる。最後に、事前に参加者から募った「登山中の不安」に対して、講師が考える対処法を教わった。

(3) 質疑応答（30 分）

最後に質疑応答の時間を設けた。悩みがちなレインウェアを着るタイミング、悪天候時の撤退の判断の仕方、滑りやすい木道の歩き方、簡単にできる三角巾の使い方など、質問は多岐にわたった。

■参加者の声（アンケートより）

＊日頃疑問に思っていたことを事前に質問でき、また詳しくご回答いただき、ありがたく思いました。講座全般にわたり、知らなかったことばかりでしたので、今回受講できて本当に良かったと思います。先生の幅広い知識とご経験からのお話、楽しく受講ができました。

＊講師の方の実際の行動を例に出して進めてもらったので、とても分かりやすかったです。

＊自らの体験による細かなアドバイスが、とても響きました。これからも自分の足で知識を身につけていこうと思います。

■事務局評価

そもそも自分にとっての「もしも」とは何か？ という所から、持っておきたい装備品、「もしも」の不安を取り除くためにできること、具体的な練習方法などを教わった。1つ1つのトラブルに対する細かな技術を学ぶようなリスクマネジメント講座ではなかったものの、参加者たちの意識に強く響く講義となった。

《参考（オンライン切り替え前の内容)》

第4回　もしもの時の対応を身につけよう

日　時：2022年9月10日（土）13時～11日（日）15時

内　容：1 日目（机上）　「もしも」の状況に陥らないために、装備の研究、心構え、知識や工夫など

2日目（実習）　屋外実習・危険予知ハイク「布引観音コース（約5km)」

講　師：松尾　雅子

参加費：7,000円

申込者：33名（定員 16名）

■申込者属性

男 女 比	1：2（男性 11名　女性 22名）
平均年齢	55歳
年 代 層	40代 8名、50代 18名、60代 1名、70代 6名
居 住 地	長野 10名、東京 9名、神奈川 5名、千葉 3名、埼玉 2名、茨城 1名、群馬 1名、岩手 1名

第5回　ロングトレイルを縦走しよう

日　時：2022年10月22日（土）13時～23日（日）15時

内　容：1日目（実習）　安藤百福センター～みはらし交流館（約7km、テント泊）

2日目（実習）　みはらし交流館～ねんぼう岩～高峰温泉（約10km）

講　師：堀江　博幸（アサマフィールドネットワーク代表、アウトドアプランナー）

千葉県出身。2002 年、東京での銀行員の仕事に区切りをつけ、浅間山麓に移住。2006 年、プロのネイチャーガイドとして〈アサマフィールドネットワーク〉を立ち上げ、浅間山麓の魅力を存分に散りばめたネイチャーツアーを開催。独自のアウトドア感覚で楽しめるツアーは首都圏を中心に口コミで人気が広がり、リピーターが絶えない。近年はアウトドアや農業を切り口にしたコミュニティ作りを進めている。

参加費：8,000 円（ほかキャンプ場使用料やテントレンタル代など）
参加者：15 名（定員 16 名　申込者 44 名）

■参加者属性

男 女 比	2：1（男性 10 名　女性 5 名）
平均年齢	57 歳
年 代 層	40 代 2 名、50 代 9 名、60 代 3 名、70 代 1 名
居 住 地	東京 6 名、長野 5 名、埼玉 2 名、群馬 1 名、三重 1 名

■活動レポート

今回のテーマは「ロングトレイルを縦走しよう」。2 日間とも歩きがメインとなるが、所々で縦走のためのポイントを解説していく。初めはたくさんの荷物を背負うためのパッキングについてレクチャー。いかにコンパクトにまとめるかのコツを学んだ。

2 日間かけて、安藤百福センターから標高 2000m の高峰温泉まで歩く。初日のゴールは 3 時間ほど歩いた所にある「みはらし交流館」。道中は刈り取りを終えた田園風景と、浅間連峰を眺めながら歩くことができた。

みはらし交流館に到着後、基本的なテントの張り方を学ぶ。テント泊が初めての人が半分ほどいて、たくさんの質問が飛び交った。設営地は八ヶ岳連峰を望む抜群のロケーション。各々夕食を取りながら談笑する。夜は雲が取れ、星が瞬いていた。

2 日目早朝、氷点下近い寒さの下で各自目を覚ます。テント内の温度と外気の差で結露が生じ、テントはびしゃびしゃだ。結露の処理やテント収納のレクチャーを受け、初日に学んだパッキングを再度行う。

みはらし交流館から約 6 時間かけて、高峰温泉を目指す。紅葉真っ盛りのトレイルが気持ちいい。10km も距離があるが、講師のガイディングによって、自然を楽しみながら歩くことができた。

道中、ねんぼう岩という高さ約 30m の巨岩が現れた。ここで昼食を食べ、急登を上がっていく。くたくたになりながら全員でゴール。1 泊の縦走体験で、荷物が重く、体力的にもきつかったと思うが、貴重な経験になったようだ。

■参加者の声（アンケートより）

＊重い荷物を持って歩く大変さと縦走の楽しさがよく分かった。

＊紅葉の中、講師の植物や自然についての解説が丁寧で良かった。

＊テントの設営や片付け方が今後、役に立ちそうだ。

■事務局評価

2 日間、天気に恵まれ気持ち良く歩くことができた。テントにまつわるレクチャーが中心だったが、講師がかなり丁寧に解説されたので、最初は不安だったテント泊が初めての方も、だんだんと慣れていったようだ。また、夜は参加者同士、野外でコミュニケーションを取る時間もあり、それも安心感につながったようである。アンケートの結果も良好だった。強いて言えば、初日の開始時間がお昼過ぎだったため、テントを張り終えるころ

にはだいぶ薄暗くなっていた。もう少しスタートの時間を早めて、余裕を持ってテント設営まで行えるようにした方がいいと感じた。2 日間怪我もなく、無事に終了することができた。

第 6 回　スノーシューで雪のトレイルを歩こう

日　時：2023 年 2 月 4 日（土）10 時～5 日（日）15 時

内　容：1 日目　高峰マウンテンパーク～水ノ塔山（約 4.5km）

　　2 日目　高峰高原ホテル～高峰山～車坂山（約 4km）

講　師：杉山　隆（OctoberDeer 代表、ネイチャーガイド）

埼玉県出身。国際自然環境アウトドア専門学校卒業後、長野県内の自然学校で事務局員として働く。退職後フリーランスでガイドやファシリテーター、講師など自由気ままに務める。生き物が好きで特に哺乳類が好き。キノコ、山菜、ジビエなど森を食べるのも好き。クモ、ケムシ、フン、骨など、人があまり好きではないものが好きで、その魅力を伝えたいと思っている。

参加費：8,000 円

参加者：13 名（定員 15 名　申込者 35 名）

■参加者属性

男 女 比	2：3（男性 5 名　女性 8 名）
平均年齢	55 歳
年 代 層	40 代 3 名、50 代 7 名、60 代 2 名、70 代 1 名
居 住 地	長野 6 名、東京 2 名、神奈川 2 名、群馬 1 名、茨城 1 名、愛知 1 名

■活動レポート

参加者は各自のスノーシューを持ち、リフトを降りた所で講師からスノーシューの履き方や雪上の歩行方法のレクチャーを受けた。スノーシューを初めて履く方も、講師がフォローすることでスムーズに履くことができた。

勾配がきつい斜面も、参加者は雪を踏みしめながらゆっくりと、講師の後を 1 列になって登っていた。
徐々にスノーシューの歩き方にも慣れ、誰も歩いていない新雪の上に自分の足跡をつける楽しさを感じていた。スノーシューは誰かの後を歩くのではなく、雪の上を自由に歩けることが醍醐味だ。

ときおり風が強くなる場面もあったが、適度に休憩を入れながら 2 時間ほどで水ノ塔山頂に到着。雲の切れ間から小諸の街並みと雪山の景色を堪能することができた。帰りは講師による小動物の足跡の解説を聞きながら、ゆっくりと下山した。

2 日目は快晴に恵まれて、山の景色を撮る人が多くいた。スノーシューの履き方にも慣れて、自分で履くことができるようになっていた。1 日目の疲れも感じさせない笑顔だ。

雲 1 つない青空を見ながら登り始め、スノーシューにも慣れた足取りだった。日中は気温も上がり、雪質も程よく硬くなり、スノーシューの爪がよく刺さり登りやすい。八ヶ岳連峰から北アルプスなど、雪山の景観を楽しむことができた。

車坂山を散策する途中では、講師による高山植物（シャクナゲなど）の話に参加者は大変興味を持って耳を傾けていた。植物が冬をどのように越し、なぜ今この状態なのか、時間経過をイメージしやすい解説だった。

最後のお楽しみは、自然にできた巨大な雪の滑り台に挑戦。スピードに乗りながら一気に下まで滑降する楽しさは、雪山だからできる遊びだった。

■参加者の声（アンケートより）

＊動植物の知識は、友達と行っても教えてもらえない情報なので楽しかった。

＊2 日目は好天に恵まれて、雪の景色や人が入っていない新雪道も最高でした。

＊講師のお話が大変興味深く、スノーシューを楽しめました。

＊冬に自分が山にいるとは想像できなかったので、貴重な体験ができて良かった。

■事務局評価

今回は受付・レンタル対応に時間がかかり、予定していた時刻に開始できなかった。集金場所やレンタルする動線など、今後は検討が必要である。風が強く寒さを感じる天気で、雪質的にも難しいコンディションだった。参加者は雪山へ登る厳しさを感じる 1 日となった。2 日目は、気温も高く晴天に恵まれたおかげでスケジュール通りに進んだ。スノーシュー講座は天候に大きく左右されると感じた。午前中の高峰山を登り終わって、解散となる参加者が 5 名いた（体調考慮・自己都合など）。

全体を通して講師の解説がとても分かりやすく、アンケート結果からも参加者の満足度が高かった。唯一、冬のハイカー講座として来年度もスノーシューを使った雪山トレイルの楽しさを伝える講座を継続していきたい。

トレイル歩きのためのカラダをつくろう！
～動いて学ぶ！　自分のカラダ～

■趣旨：トレイルを歩くために必要な体づくりの基礎を学ぶ講座。山で使う筋肉の特性や疲れにくい歩き方を知り、ストレッチや歩いた後のケアなども含め、より快適にトレイル歩きを楽しむことを目的に開催した。

■広報
＊安藤百福センターHP など Web 媒体を活用
＊過去参加者への DM
＊首都圏および長野県内のアウトドア用品店（約 70 店舗）にチラシ発送

日　時：2023 年 3 月 4 日（土）12 時 30 分 ～ 5 日（日）12 時
内　容：1 日目（机上）　体づくりの基礎、体力測定、歩き方、ストレッチ方法ほか
　　2 日目（実習）　蓼科･八ヶ岳展望コース（約 5km）
参加費：5,000 円
参加者：19 名（定員 20 名　申込者 25 名）

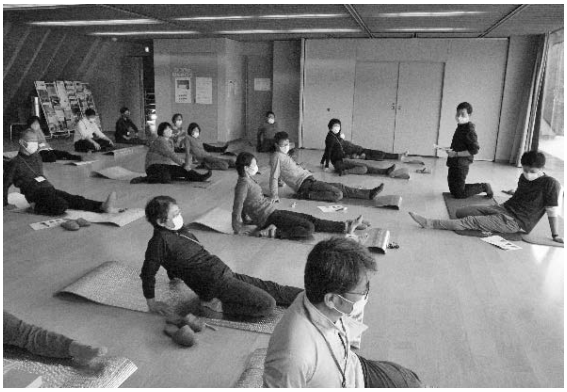
講　師：手塚　啓佑（浅間南麓こもろ医療センター 理学療法士）
長野県東御市出身 38 歳　山の知識検定 シルバーライセンス取得
好きな山は燕岳です。目標は百名山踏破で毎年登っています！

講　師：土屋　陽介（浅間南麓こもろ医療センター 理学療法士）
長野県佐久市出身 30 歳　山の知識検定 ブロンズライセンス取得
好きな山は奥穂高岳です。目標の山は槍ヶ岳です。
登った山の百名山バッジを集めています！

■参加者属性
男 女 比　1：3（男性 5 名　女性 14 名）
平均年齢　56 歳
年 代 層　40 代 4 名、50 代 8 名、60 代 5 名、70 代 2 名
居 住 地　東京 8 名、長野 5 名、神奈川 2 名、兵庫 2 名、群馬 1 名、千葉 1 名

■活動レポート

初めに体組成計を使い、自分の筋肉量や体脂肪率などを測定して今の体の状態を知った。講義では、まず体づくりの基礎として、登山に必要な筋力や疲れにくい歩き方（上り･下り）を学ぶ。登山中のトラブルを防止するために、どのような筋肉を鍛えると良いか知ることができた。



次に、マットを使って自分の筋力を知るテストを行った。講師がお手本となり、オンラインでは分かりにくい体の動作などを直接体験できた。

1 日目の最後は、屋外の坂を利用して先ほど学んだ歩き方を実践。机上で学習した動作を意識して、ゆっくりと上りや下りを繰り返した。

2 日目は、まず登山に使う筋肉のストレッチを取り入れた準備体操を行う。講師からは、歩くコースの案内と、歩き方で意識する点が伝えられた。

開始 20 分ぐらいは上り坂が続くなか、歩幅を狭くした歩き方を意識して上った。軽く息切れし始めた所で休憩を取り、登山時の心拍数を測定。自分の体の状態を知るのに役立った。

コース中盤で、登山中に行える簡単なストレッチを行った。これは途中で行うことが重要で、登山中のトラブルを予防することにつながる。屋内とは違い、外の新鮮な空気を吸いながら気持ち良く実践できた。

コース内のビューポイントでは、山々のなかでも雪の浅間山が綺麗に見えた。
講師が写真を使いながら山の位置や標高を解説。2 日間を終えて、筋肉を意識した歩き方が身に付いたはずだ。

■参加者の声（アンケートより）

＊自分の筋力、バランスなどが把握できて参考になった。
＊今の自分の体の状態が理解できた。歩き方や筋肉の使い方が分かった。
＊痛みが出るのが、筋力不足だけでないことを初めて知った。
＊不安定な場所、アスファルトの道など変化があっていいコースだと思った。
＊2 人の講師とも真面目で、質問に丁寧にきちんと答えてもらえた。

■事務局評価

過去のオンライン講座と違い、講師の動きを目の前にして体を動かすことができた点で、参加者の理解度は高まった。講義後の質問も多く、体に対する悩みが多いことが分かった。屋外実習は、上りや下りの歩き方や体の動かし方を意識できた。途中、ストレッチなどを

取り入れて講義内容を復習できたが、後方の参加者には講師の声が届きにくい部分があったので、今後改善が必要と感じた。

全体評価は、講師の解説が分かりやすく、質問に対して丁寧に回答していたので、参加者の評価は高かったと言える。その一方で山のベテランからは、基礎的な部分に物足りなさを感じる声もあった。来年度は初心者を対象にした基礎のカラダづくりとして、募集テーマを明確にしていきたい。

大人のトレイル歩き旅講座

■趣旨：ロングトレイルを活用したモデル事業の一環として行い、成果やノウハウなどの情報を発信し、歩く機会の創出に寄与することを目的とする。ロングトレイルと様々な専門テーマを組み合わせたモデル事業が普及することで、各地でトレイルを活用した新たな取り組みにつながることが期待できる。

■広報

＊安藤百福センターHP など Web 媒体を活用

＊首都圏および長野県内のアウトドア用品店（約 70 店舗）にチラシ発送

＊長野県内のマスコミにプレスリリース

＊ロングトレイル協会、ヤマケイオンラインなど、アウトドア・観光関係の HP に掲載

第 1 回「森さんぽで春の自然観察入門」

日　時：2022 年 4 月 23 日（土）13 時～24 日（日）12 時

講　師：井上　基（もとい）（ネイチャーガイド）

奈良県出身。大学では地学を学び、卒業後は、奈良県で県立高校理科教諭として 10 年勤務。在職中の教員海外派遣をきっかけに退職し、1 年間の世界の地学ポイントをめぐるバックパッカーの旅へ。帰国後長野県へ移住し、約 10 年、軽井沢で自然ガイドとして勤務。現在は、ガイドの顔とともに農薬・化学肥料を使わない野菜とお米作りの農家、竹林整備活動などを行う地域活動家でもある。

参加費：5,000 円　募集：16 名（申込者 31 名）

→新型コロナウイルス感染症拡大のため中止

第 2 回「歩いて食べて整えよう！　春の野草から始める薬膳トレイル」

日　時：2022 年 5 月 7 日（土）13 時～8 日（日）12 時

講　師：小清水　由良（国際中医薬膳師、国際医学気功師）

小諸市出身。フリーライターとして東京を拠点に雑誌、新聞などの仕事に携わるなかで薬膳と気功に出会う。学校に通い国際中医薬膳師と国際医学気功師の資格を取得。小諸に居を移し、中医学が目指す延年長寿を実践するため、「ゆらさんの『薬膳の時間』」と「トータス気功倶楽部」を開く。

講　師：森山　佐紀子（ナチュラルフードコーディネーター）

小諸市出身。東京在住を経て自然体の暮らしを求めて 2009 年に家族で U ターン。野菜料理研究家カノウユミコ氏や、小清水由良氏に師事。義父母が畑で作る大量の無農薬野菜を美味しく食べるため、2013 年、ナチュラルフードコーディネーターの資格を取得。さらには豊かな自然の中に生える薬効豊富な草達を食べることにも視野を広げる。

参加費：5,000 円　募集：16 名（申込者 36 名）

→新型コロナウイルス感染症拡大のため中止

第 3 回「いざ攻城！　兵たちの思いを巡らす山城トレイル」

日　時：2022 年 11 月 12 日（土）13 時～13 日（日）13 時

講　師：森垣　良広（中世山城ブログ「らんまる攻城戦記」管理人）

長野県出身。長野県の中世城館研究の第一人者である宮坂武男氏の著書『図解山城探訪』に衝撃を受け、2009 年から会社勤めのかたわら長野県の山城について現地を巡りブログ連載開始。現在までに 843 の記事を掲載。Twitter などの SNS も活用し希望者の現地アテンドも実施。2020 年に開催された「全国山城サミット上田・坂城大会」ではプレサミット、アフターサミットの講師を務めた。最近では上田市行政チャンネル YouTube で、現在までに 5 回にわたり地元の山城の動画配信を行い、中世山城ファンの底辺拡大を実践中。

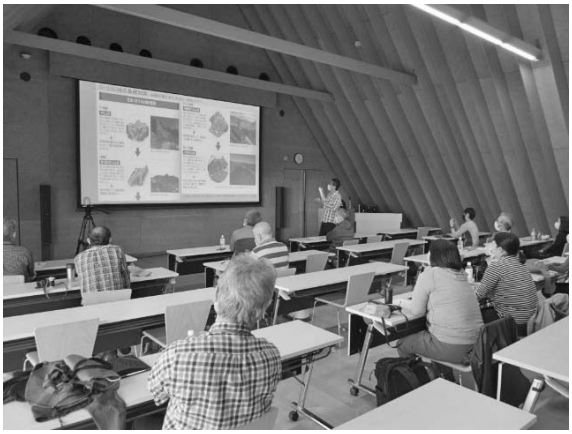
参加費：5,000 円　参加者：15 名（募集 16 名、申込者 43 名）

■参加者属性

男 女 比	1：1（男性 8 名　女性 7 名）
平均年齢	58 歳
年 代 層	40 代 4 名、50 代 3 名、60 代 6 名、70 代 2 名

居 住 地　　長野 8名、東京 5名、神奈川 1名、埼玉 1名

■活動レポート



初テーマとなる山城トレイル。まずは室内で楽しみ方の基礎講座からスタート。今は「山城ブーム」のようで、なぜ山の上に城が築かれたのか、いつごろからなのかを考え、さらに山城の優れた防御施設や構成などについて学んだ。

隣の東御市にある祢津下ノ城へ移動し、現地見学を行った。駐車場から登山口まで 20 分ほど歩き、さらに 20 分ほどで城跡に到着。堀切、土塁、郭、切岸など、山城の造りを観察。考え抜かれて造られた山城の性能に驚く。

山城歩きの魅力を高める「縄張図」を手に講師から解説を受ける。センターに戻ってからは、山城の楽しみ方や、知っていると自慢できる山城の知識、大事なリスクマネジメントまで、幅広い内容を学ぶことができた。

2 日目は小諸市内にある富士見城へ。ここは市内でも展望が良く、敵の見張りには打ってつけだということがよく分かる場所だ。ここでも縄張図を手に山城の造りを学んでいく。

現在は堀切に橋が架けられているが、当時は急坂を登らなければ攻め入ることができない。攻める側、守る側、両方の視点で山城を歩くと、一層面白味が高まる。

山城は敵から集落の住人や領土を守るための防御施設として築かれた。1 つとして同じ山城はなく、長野県の山城は人気が高く全国区だそうだ。トレイル歩きに山城要素を加えることで、ますます楽しみが広がると感じさせてくれる 2 日間となった。

■参加者の声（アンケートより）

＊山城の構造を立体的に体感できた。

＊もっと気合のいる山城へも行ってみたいと思った。

■事務局評価

初テーマの開催だったが、豊富な知識を持つ講師のトークで、往時へと想像が膨らむような時間となった。もう少し歩く時間を増やしながら、次年度も計画をしていきたいと思う。

第４回「ソロで楽しむ山歩き」

日　時：2022 年 11 月 19 日（土）13 時～20 日（日）13 時

講　師：杉本　晴美（登山・自然ガイド「山音（やまね）」主宰）

神奈川県出身。学生時代に過ごした長野の風景に魅せられ長野県信濃町に移住。田舎暮らしをしながら安全に自然を楽しむ山歩きをモットーに登山・自然ガイド、スキーガイド、自然体験活動指導などを行う。地元の妙高戸隠連山国立公園や上信越国立公園の山々、北アルプス、八ヶ岳を中心に、山城跡や古道なども広く案内している。

参加費：5,000 円

参加者：16 名（募集 16 名、申込者 40 名）

■参加者属性

男 女 比	1：2（男性 6 名　女性 10 名）
平均年齢	61 歳
年 代 層	40 代 1 名、50 代 6 名、60 代 4 名、70 代 5 名
居 住 地	長野 5 名、東京 5 名、神奈川 2 名、千葉 2 名、埼玉 1 名、茨城 1 名

■活動レポート

コロナ禍でソロ登山のニーズが高まっているなか、安全に楽しむための準備やスキルを学ぶことを目的に開催した。まずは講師の装備品を紹介し、最低限必要なもの、あると便利なものなど、自身の装備と比較した。透明なケースをザックに見立ててパッキングしたので、立体的に中身の確認ができた。

ビバークを想定して、それぞれツエルトを張る体験を行った。中に入って暖かさを確認。また、ロープワークは繰り返し練習して身に付ける必要性も学べた。

YouTube で「山岳遭難防止ソング」を視聴して（そうよ そうなの 遭難よ～♪）、遭難しないためには道迷いを防ぐことが大切だと認識。講師が制作した立体模型を参考に、地形図の見方を学んだ。

2 日は地図読みの実践で、浅間･八ヶ岳パノラマトレイルの布引観音方面に出発。地形図とにらめっこしながら、常に現在地を把握しながら進んでいく練習を行う。

参加者が順番に先頭を歩き、先読みしながらそれぞれのポイントまで移動していく。地図読みが初めての人も何人かいたが、ポイントを通過するごとにだいぶ慣れてきた様子だった。

途中コースから外れ、少し道が不明瞭な森の中も歩く。等高線だけだと分かりにくい隠れピークを予測しながら、繰り返し現在地と目標地を確認しながら進む。道迷いの危険性と予防についてたくさん学ぶことができた。

■参加者の声（アンケートより）

＊装備品のチェックをしていただき、どれが必要か、不要かがよく理解できた。

＊実際に歩きながら地図を見て、地形を見て確認していくのは面白かった。

■事務局評価

3 年目の開催となったが、パッキングは透明な袋を使用したことで、より参加者の理解が深まった。また、1 人ではなかなかできない読図のトレーニングをみっちりと行うことで、全体的な満足度が上がったように感じた。

第 5 回「野鳥の世界に触れるバード・トレッキング」

日　時：2022 年 11 月 26 日（土）13 時～27 日（日）13 時

講　師：中村　匡男（まさお）（自然写真家）

兵庫県出身。信州・戸隠を主なフィールドとして、野の花や野鳥の写真を中心に撮影している。編著書は『花のおもしろフィールド図鑑（春・夏・秋）』『草花のふしぎ世界探検』などがある。また、人と自然がやさしくつながるイベントやツアーなども行っている。

参加費：5,000 円（希望者は双眼鏡レンタル 500 円）

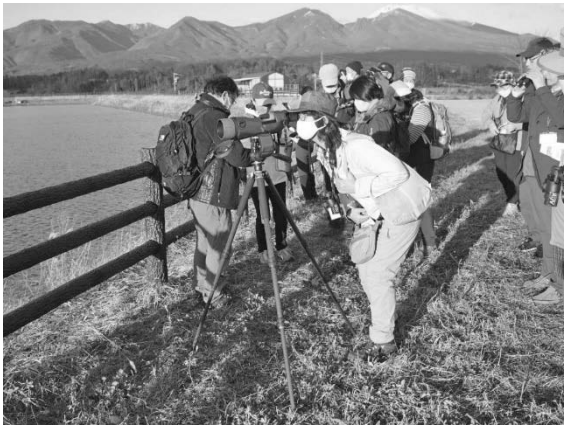
参加者：17 名（募集 16 名、申込者 34 名）

■参加者属性

男 女 比	1：1（男性 9 名　女性 8 名）
平均年齢	59 歳
年 代 層	40 代 2 名、50 代 4 名、60 代 10 名、70 代 1 名
居 住 地	長野 6 名、東京 7 名、千葉 2 名、茨城 1 名、群馬 1 名

■活動レポート

2 年目の開催。まずはバードウォッチングを楽しむために、双眼鏡の使い方をレクチャー。ピント合わせや正しい見方などを屋外で学ぶ。枝に鳥が止まったら、すぐに双眼鏡を向けるので、なかなか根気と慣れが必要な作業だ。



しばらく森のなかで目を慣らした後に、御牧大池に移動。主にカモなど水鳥の観察を行った。近くでよく見ると動きがとてもかわいいことが分かる。この日は雲 1 つない青空が広がり、野鳥だけでなく遠くの山々の景色も楽しむことができた。

室内に戻りレクチャータイム。講師お勧めの双眼鏡や図鑑、どこに鳥を見に行くのがよいのか、自宅でもできるバードウォッチング、鳴き声の覚え方など、講座が終了してからも各自で野鳥を学ぶためのノウハウを教わった。

2 日目は森の中からスタート。だいぶ野鳥を探す目に進化してきたようで、双眼鏡を覗く回数も増えてきた。ピント合わせもだいぶ慣れてきたようだ。

この日はアトリ、メジロ、シジュウカラ、アカゲラ、コガラ、トビなどなど、いろいろな種類の鳴き声や姿を見ることができた。遠くて見えにくい鳥は、図鑑を出して紹介してくれた。

信州で身近に見られる代表的な野鳥の資料を配ってくれた。簡単な特徴も書いてあり、より観察しやすくなったようだ。2 日間で多数の野鳥を見ることができて、とても充実した研修会となった。

■参加者の声（アンケートより）

＊双眼鏡の使い方から鳥の探し方まで、基本的なことが理解できた。

＊鳥たちの食生活についての話もしてくれると、より楽しむことができたと思った。

■事務局評価

2 年目の開催となった。思ったより観察ができたが、初日は午後スタートで鳥の出が少ないため、もっと座学の時間を増やすか、別ルートで検討してもよい。次回も葉が落ちて鳥が見やすくなる 11 月ごろを予定する。

第 6 回「シェフから学ぶソトゴハン」

日　時：2023 年 3 月 11 日（土）13 時～12 日（日）12 時 30 分

講　師：鴨川　知征（ともゆき）（BISTRO AOKUBI オーナーシェフ）

神奈川県出身。東京のイタリア料理店などにて勤務後、2016 年に長野県小諸市へ I ターン。小諸市地域おこし協力隊（移住担当）として 3 年間活動しつつ、出張・イベント・ケータリング料理サービスの「浅間兄弟」という名目の料理ユニット（現・代表）としても活躍。2020 年に小諸市内に自店となる BISTRO AOKUBI をオープン。小諸農業のブランディング Komoro Agri Shift への取り組みなど、小諸を発信地とする「食」を通しての地域おこしを実践中。

参加費：5,000 円

参加者：14 名（募集 16 名、申込者 40 名）

■参加者属性

男 女 比	3：4（男性 6 名　女性 8 名）
平均年齢	55 歳
年 代 層	30 代 1 名、40 代 4 名、50 代 3 名、60 代 4 名、70 代 2 名
居 住 地	長野 6 名、東京 5 名、千葉 1 名、茨城 2 名

■活動レポート

ワンバーナーとクッカーを使い、短時間で、かつ美味しく、自分好みに作った料理を味わうことを目標に開催。道具と食材の説明をひと通り行った後は、練習を兼ねて各自で 1 品作ってみる。海苔と柚子胡椒のクリームパスタで、山パスタの基本を身に付ける。

今回のテーマは「オリジナルレトルトを作ろう！」。クラシックなボロネーゼソースをシェフがデモで作る。料理の際に役立つプロならではのコツを学ぶことができた。

行動食で黒糖トレイルミックスを作った後は、夕食の時間。スパイスキーマカレーもワンバーナーでトライ。水分が少ないキーマカレーは、冷凍しておけばトレイルにも持って行ける。

朝食は手軽にできる、おにぎりリメイクの茶粥。お茶の種類を変えたり、粉末スープを使ったりと、アレンジの利くレシピだ。冷え込んだ朝にぴったりの、体が温まる料理となった。

千曲川コースの一部で、センター～氷集落～東京電力～懐古園～せせらぎの丘（約 5km）を歩く。3 月にしては暖かく、少し汗ばむ陽気となった。小腹がすいたころに、ランチタイムとなった。

ランチは、昨日仕込んだボロネーゼソースを使ったパスタだ。ちょっとリッチな食材を使って、皆で作って食べる。楽しいソトゴハンの時間となった。

■参加者の声（アンケートより）

＊ユニークなパスタのレシピが美味しく、面白かった。

＊簡単で短時間で作れるレシピだったので、次は山でやってみます。

■事務局評価

今回も参加者の満足度は高かったようだ。特に使い回しの利く食材、レシピだったので、自分なりに工夫すれば、幅広いソトゴハンに対応できることが学べたようだ。

子どもクライミング教室

■趣旨：安藤百福センターに設置されたクライミングタワーを活用し、インストラクターの指導のもとでクライミング体験を行い、アウトドアに興味を持つきっかけづくりとする。クライミングは子どもの体の鍛錬に留まらず、精神力や想像力を育む効果があるとされており、豊かな人間形成に資すると考えられる。

■広報

＊安藤百福センターHP など Web 媒体を活用

＊子ども環境教育情報紙『エコチル』長野版に掲載（佐久地域の児童に無料配布）

＊小諸市内の小学校にチラシ配布（春）

＊前回中止回の参加者、落選者などにメール送付（秋）

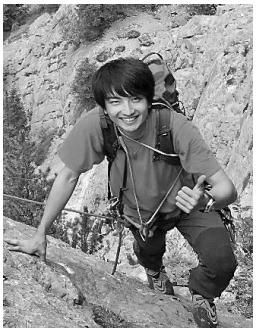
■インストラクター

船山　潔（いさぎ）

1995 年生まれ、長野県出身。

アルパインクライマー。高校生のときにクライミングを始め、20 歳のときに渡仏。ヨーロッパ・アルプスに魅了されアルパインクライミングを始める。現在は日本、海外問わず、夏は登山、フリークライミング、冬はアルパインクライミング、バックカントリースノーボードを楽しむ。

伊藤　伴（ばん）



1995 年生まれ、東京都出身。

学生時代から登山を始め、中学 3 年でヨーロッパ・アルプスの最高峰モン・ブラン、高校 3 年でヒマラヤのロブチェ・イーストを登頂。20 歳のときに当時、日本人最年少でエベレストとローツェ連続登頂を達成。公益社団法人日本山岳ガイド協会認定登山ガイド、山の日アンバサダー。

春の部

日　時：2022 年 5 月 21 日（土）→雨のため中止

5 月 22 日（日）→午前中は雨のため中止

6 月 11 日（土）→親子の回は雨のため中止

6 月 12 日（日）

①　10:00～11:30　②12:30～14:00　③14:30～16:00（各 90 分：③は親子の回）

参加費：500 円
募　集：各回 10 名　計 120 名（参加者 61 名、申込者 234 名）
※先行抽選申込制を採用した。

■参加者属性
男 女 比　　5：7（男性 25 名　女性 36 名）
平均年齢　　子ども 8 歳、親 40 歳
年 代 層　　子ども 54 名（小学生のみ）、親 7 名（30 代 3 名、40 代 3 名、50 代 1 名）
居 住 地　　長野 61 名（小諸 47 名、佐久 7 名、軽井沢 3 名、御代田 2 名、長野 1 名、佐久穂 1 名）

秋の部
日　時：2022 年 9 月 3 日（土）→新型コロナウイルス感染症拡大のため中止
9 月 4 日（日）→　　〃
10 月 1 日（土）
10 月 2 日（日）
10 月 15 日（土）
10 月 16 日（日）
②　10:00～11:30　②12:30～14:00　③14:30～16:00（各 90 分：③は親子の回）
参加費：500 円
募　集：各回 10 名　計 180 名（参加者 87 名、申込者 119 名）
※先行抽選申込制を採用した。

■参加者属性
男 女 比　　1：1（男性 45 名　女性 42 名）
平均年齢　　子ども 8 歳、親 45 歳
年 代 層　　子ども 68 名（小学生のみ）、親 19 名（30 代 3 名、40 代 11 名、50 代 5 名）
居 住 地　　長野 83 名（小諸 47 名、佐久 13 名、軽井沢 10 名、御代田 6 名、東御 3 名、上田 3 名、長野 1 名）、東京 3 名、神奈川 1 名

■参加者の声（アンケートより）
・回を追うごとに上達でき、本当に楽しかったそうです。クライミングにとても興味を持ち、また施設を探して連れて行きたいと思います。
・初めてクライミングをやったのですが、上手にはできなかったけれども、とても楽しかったようです。次回も参加してみたいと言っておりました。
・子どもに合わせて、丁寧に関わってくださり大変ありがたかったです。怖くて降りて

こられず、ご迷惑をお掛けしましたが、諦めずにやり切ることができ、達成感と自信が得られたようです。貴重な機会をありがとうございました！

・子どもの危険を第一に考えていただけていたので良かったと思います。可能であれば梅雨の時期を避けて開催できたらよいのかなぁ、と感じました。

・子どもが真剣に、そして全力で挑戦し楽しんでいた姿が見られました。先生方も子どもたちが楽しめるよう、丁寧に楽しくご指導いただきありがとうございました。

・子どもたちは怖かった！ と言っていましたが、楽しかったみたいです。ゴールに向かって挑戦し、できたときの達成感を感じ、良い経験ができたと思います。

・登っている途中で諦めるかな？ と思っていたんですが、先生方の親切な指導と声援のおかげで諦めずに最後まで登り切れたことに、親もホッコリさせてもらいました。

・怖くて泣いたので、親としてはもうやらないと言うのかと思っていましたが、まさか次もチャレンジしたのでビックリしました。自分の力で一生懸命登って、降りるときの怖さも少しずつ克服していって、子どもはすごいな、と感じました。

・子どもたちが自然と触れ合い新しいことに挑戦する、とても良い企画だと思いました。

・やりたいと思っていても、なかなかきっかけがなく、知識もないため今回の教室はとてもいい機会となりました。

■事務局評価

春の部では、受付前に『エコチル』から掲載依頼があったので様子見していたが、定員の半分ほどしか埋まらなかったため、小諸市内の小学生にもチラシを配布することにした。その結果、子どもの回で定員の約 1.5 倍、親子の回に至っては約 3 倍の申し込みがあり、ニーズの高さを改めて確認することができた。

ただ、梅雨時期の開催となったため天候に左右されることが多く、12 回中 5 回を中止せざるを得ず、実参加者が少なくなったのは残念であった。

秋の部では、春に定員を大幅に上回る申し込みがあったので、大々的な広報はせず、前回中止で参加できなかった子や落選者に案内を送る形で対応したが、想定したほどには申し込みが増えず、結果的には申込者は全員参加できる形となった。チラシ配布時の爆発的な申し込みとの差が大きいので、舵取りが難しいと言わざるを得ない。

また、新型コロナの拡大に伴い 9 月開催分は中止せざるを得なかったが、10 月は天候にも恵まれ、快適な教室となった。インストラクターの 2 人も慣れたもので、参加者の満足度は相変わらず高かった。

春に備品を増やした甲斐があり、ハーネスはおおむね付け替えをしないで済み、効率的に運営することができた（前日・当日キャンセルなどで参加者が少し減ったことも幸いしたが）。秋の部終了後には、ホールド替えを行ってコースが改善され、これまで登れなかった子でも登りやすくなり、バリエーションも増えたので、来年以降も子どもたちのクライミング体験の機会になれば、と思っている。

ダイヤモンド浅間を見に行こう

■趣旨：浅間山の新たな魅力を発掘するとともに、地元住民が地元の山に親しみ、山への感謝の機会をつくることを目的とする。浅間山の山頂に太陽が懸かり、ダイヤモンドのように輝く姿は神々しく、浅間山の魅力を堪能することができる。

■広報

＊安藤百福センターHP など Web 媒体を活用

＊小諸市などにチラシ配布

＊こもろ観光局などアウトドア・観光関係の Web に掲載

日の出編

日　時：2022 年 8 月 27 日（土）3 時 30 分～7 時 30 分

※雨天・曇天の場合は翌 28 日（日）に順延

場　所：トーミの頭（黒斑山）

行　程：車坂峠～〈中コース〉～トーミの頭～〈表コース〉～車坂峠（約 4.8km）

参加費：1,000 円

申込者：16 名（定員 20 名）

→新型コロナウイルス感染症拡大のため中止

■申込者属性

男 女 比	1：2（男性 5 名　女性 11 名）
平均年齢	51 歳
年 代 層	30 代 1 名、40 代 2 名、50 代 8 名、60 代 5 名
居 住 地	長野 9 名（東信 8 名、北信 1 名）、東京 2 名、神奈川 2 名、埼玉 1 名、群馬 1 名、愛知 1 名

日の入り編

日　時：2022 年 10 月 31 日（月）13 時～17 時

場　所：浅間牧場（天丸山など）

行　程：浅間牧場第 1 駐車場～第 2 駐車場～牛舎～天丸山～第 2 駐車場～第 1 駐車場（約 9km）

参加費：1,000 円

申込者：5 名（定員 20 名）

→最少催行人数に満たず中止

■申込者属性

男 女 比　　1：4（男性 1 名　女性 4 名）

平均年齢　　64 歳

年 代 層　　50 代 1 名、60 代 3 名、70 代 1 名

居 住 地　　長野 5 名（東信 5 名）

■事務局評価

日の出編は、新型コロナウイルス感染拡大の影響を受けて中止となり、残念であった。また日の入り編は、昨年開催した六里ヶ原で入域許可が下りず、急きょ浅間牧場に変更、しかも平日開催となったため客足が伸びず、結局中止となってしまった。どちらもひと昔前に比べると集客力に陰りが見えるので、見直しが必要になっていると言える。

パール浅間を見に行こう

■趣旨：浅間山の新たな魅力を発掘するとともに、地元住民が地元の山に親しみ、山への感謝の機会をつくることを目的とする。浅間山の山頂に満月前後の月が懸かり、パールのように淡く輝く姿は神秘的で、浅間山の魅力を堪能することができる。今回は黒斑山側からの月の出を眺める。

■広報

＊安藤百福センターHP など Web 媒体を活用

＊小諸市などにチラシ配布

＊こもろ観光局などアウトドア・観光関係の Web に掲載

日　時：2022 年 10 月 10 日（月・祝）15 時～20 時　　曇り後時々晴れ

場　所：黒斑山周辺（トーミの頭～黒斑山の中間地点付近）

行　程：車坂峠～表コース～黒斑山周辺～中コース～車坂峠（約 5.3km）

参加費：1,000 円

参加者：5 名（募集 20 名、申込者 10 名）

■参加者属性

男 女 比　　3：2（男性 3 名　女性 2 名）

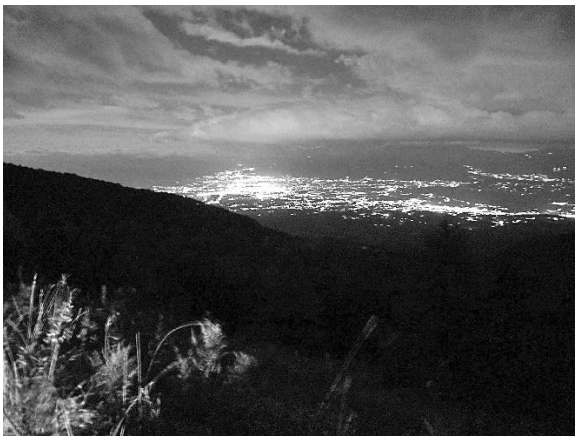
平均年齢　　54 歳

年 代 層　　40 代 2 名、50 代 2 名、60 代 1 名

居 住 地　　長野 2 名（東信 2 名）、東京 2 名、群馬 1 名

■活動レポート

天候の回復を信じて催行を決断したものの、前日・当日にキャンセルが続出し、5 名で出発。ときおり青空が覗くなか、晴天を祈って黒班山の展望地を目指す。



しかし、浅間山を取り巻く雲は一向に取れない……佐久平方面の夜景は見られたものの、肝心のパールの時間になっても雲は取れず、失意の下山となった。

■事務局評価

今回で 7 回目の開催であったが、新型コロナの第 7 波の影響で広報を自粛していたこと、また 3 連休の最終日に当たったことなどから申し込みが伸び悩み、さらに天候の厳しさを恐れてか直前のキャンセルが続出したため、寂しいツアーとなった。参加者からは次の機会を楽しみにしているとの声をいただいたが、やや飽きられつつあるようにも感じるので、見直しが必要な段階に差し掛かっているように思われる。

夏休みこども講座

主催：小諸市文化センター（教育委員会）
共催：安藤百福センター

市内の小学生を対象としたイベントとして企画。コロナ禍で思うように活動できない子どもたちに、少しでも楽しいアウトドア活動を体験してもらうことを目的に実施した。

■第１回　子どもデイキャンプ

日　時：2022 年 7 月 28 日（木）10:00～14:00
参加費：1,000 円
参加者：　25 名
講　師：杉山　隆（October Deer 代表）

内　容

・竹の切り出し&串作り　・イワナのつかみ取り
・火おこし　・ダッチオーブンでカレー作り　・デザートに焼きマシュマロ

慎重に刃物を扱う

イワナつかみにチャレンジ！

皆で協力してカレーを作る

３種類のカレーが完成！

■第 2 回　河原の石の標本をつくろう

日　時：2022 年 8 月 5 日（金）10:00～14:00

参加費：無料

参加者：24 名

講　師：竹下　欣宏（よしひろ）（信州大学教育学部准教授）、学生アシスタント 2 名

内　容

・トレイル（布引観音コース）を歩いて千曲川へ移動

・河原で石ころを観察して、気に入ったものを拾う

・安藤百福センターへ歩いて移動

・拾った石ころで標本づくり

・石ころにまつわる話（秘められた大地の成り立ち）を聞く

色や形が違う様々な種類の石を発見

暑いトレイル歩きの後は風穴でひんやり

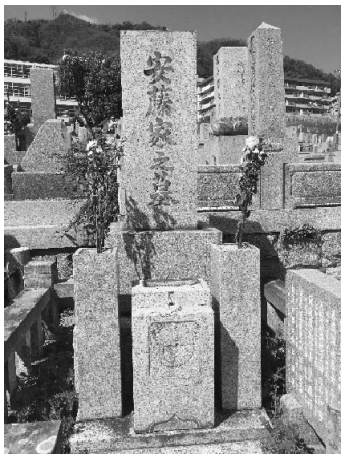
ミクロな部分まで観察

自分だけのオリジナル標本が完成

地元にいてもなかなか行く機会がない自然のなかで、子どもたちは元気に活動していた。学校も違って、初めましての関係でも、すぐに仲良くなっていたようだ。2 日間とも天気に恵まれ、夏休みのいい思い出になったに違いない。

～事務局スタッフ近況～

■安藤 伸彌（あんどう のぶや）



母の死をきっかけに、ファミリーヒストリー（家族史）を調べています。これまで自分のルーツについて無頓着であったことを恥じつつも、調査を進めると、曾祖父が脱藩志士だったり、歴史上の人物と思わぬ関わりがあったりと、なかなか面白いです。そして、明らかになる事実と深まる謎……道はまだ半ばにすら達していませんが、遠縁の方とつながりができ、昔のエピソードを聞けたりして、興味は尽きません。どこまで真相に迫れるか、とことん調べてみようと思っています。

■小島 真一（こじま しんいち）

久しぶりに会う人たちから「丸くなった（たぶん性格のことではない）」「大きく育った（おそらく社会人としてではない）」というお褒めの言葉をいただくことが多い1年でした。何かを察した私がたどり着いたのは、筋トレ系 YouTube チャンネル。腹筋していると容赦なく上に乗ってくる（しかも立ち乗り！）2 人の子どもたちを振り払い、バッキバキな体を夢見て汗を流しています。さて、今夜も筋トレ後のゴールデンタイムに、ビールを飲んで超回復！　夏までの仕上がりはいかに!?

■横堀 咲紀（よこぼり さき）【産休・育休中】

3 月上旬、待望の第 1 子を出産し、目下、育児に奔走の日々を送っています。

産休に入ってすぐに切迫早産で入院するというハプニングにも見舞われましたが、無事に出産という一大事業を終えることができました。

ドタバタな日々ですが、新米母として子に育てられつつ、この貴重な時間を楽しんでいきたいと思います。

引き続きご指導・ご鞭撻いただければ幸いです！

■堀篭 光（ほりごめ みつる）

初めまして、今年１月から安藤百福センターに新しく仲間入りしました堀篭です。私は生まれも育ちも小諸で、男３人兄弟の次男として育ち、外遊びが大好きな少年でした。

山で記憶に残っているのは、毎年の恒例行事になっていた、家族で春の高峰高原へ山菜採りに行くこと。山菜採りは、山道から脇道に入り、雑木林をかき分け、兄弟で数を競い合いながら、自生しているコゴミやタラの芽などを必死で見つけました。小さいころの私は、山に登る楽しさというよりも、どちらかと言えば山に入って山菜を採りたい気持ちの方が強かったのです。センターの近くの千曲川で、友達と川遊びや渓流釣りを楽しんだことも鮮明に覚えています。小諸の豊かな自然は、私のリラックスできる場所の１つです。

社会人になって東京で就職した後、東日本大震災 3.11 を経験しました。私は仙台で仕事をしている最中で、間一髪で津波から逃れた 1 人でした。家に帰れたのは震災の 1 週間後。水も電気もない生活が数日続き、都心で子育てすることに夫婦で不安になってしまいました。長男が生まれる時期をきっかけに、家族で長野へ U ターンしました。

長野へ帰ってきてまず感じたことは、浅間山が大きく見えて水が美味しかったこと。転職活動中、ふと山に登りたくなり、地元の友人を誘って真っ暗なうちから浅間山を目指して登山をしました。案の定、体力が落ちていたことで、登りはゼイゼイと息を切らしながら、何度も休憩しました。秋の寒い早朝にひたすら歩いて見た浅間山の日の出は、今でも忘れられない思い出です。

そして数年が経ち、偶然にも妻が見つけてくれた安藤百福センターの求人を見て、勤めていた施設管理の仕事から決死の覚悟で転職しました。今まで経験したことのない新しい仕事ということで、不安と楽しみの両方でした。センターで仕事をし始めてから、自然に触れる機会がぐっと増えて、講座を実施するたびに楽しくなってきました。

今は長野の自然と人の温かさに触れながら、3 人の子育てに奮闘している毎日です。休日は子どもと一緒に近くの山に登ったり、ボルダリングで汗を流したりしています。最近のマイブームは、庭先で焚火をしながらお酒を飲むこと。自分のペースで少しずつセンターに慣れていきたいと思いますので、よろしくお願いします。

巻末資料

マスコミ掲載（一部）

■信濃毎日新聞（2022 年 4 月 10 日）

沖縄～北海道 トレイル構想

小諸のＮＰＯ 総距離１万キロ「山旅」提唱

小諸市の安藤百福記念自然体験活動指導者養成センター内に事務局を置くＮＰＯ法人日本ロングトレイル協会は９日、沖縄～北海道を結ぶ総距離１万キロの「ジャパントレイル」構想を明らかにした。同協会加盟約30団体が設置した既存トレイルや登山道などを利用した山旅を提唱。コロナ後の外国人観光客の自然志向にも対応する考えだ。

同センターで開いた第９回ロングトレイルシンポジウムで説明した。同センターを運営する安藤スポーツ・食文化振興財団理事長の安藤宏基さん（日清食品ホールディングス社長）は取材に「10年前からの構想。コロナ下の時代、ロングトレイルは青少年育成にとって重要な役割を担うと思う」と期待した。

構想のコンセプトは「貫く」。沖縄・九州地方から四国、中国、北陸、北アルプス、南アルプス・富士山、信越、関東、東北を経て北海道へとつながる列島縦断ルートを提唱している。同協会内の委員会が既存トレイルをベースにし、自然歩道や歩道、古道、登山道、散策路などをつなげ合わせた。

第１次ルート（約５千キロ）を２月の同協会理事会で承認。詳細は６月に都内で発表する予定だ。５年ほどで第２次ルート以降の完成を目指し、総距離１万キロを想定する。

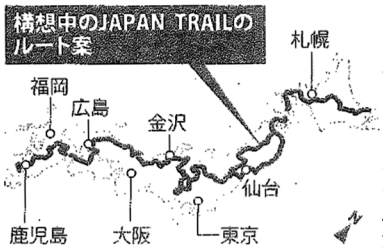
協会代表理事で同センター長の中村達さん（73）は「ロングトレイルを１時間も歩けば国土が一つにつながっていると体感できるはず。共に歩いて家族や仲間と助け合うことの大切さも育んでほしい」としている。

■産経新聞　長野版（2022 年 4 月 19 日）

列島貫く 自然歩道ルート策定

小諸の団体「JAPAN TRAIL」提唱

日本ロングトレイル協会（本部・長野県小諸市）は、加盟団体が管理・整備する山岳遊歩道や環境省の自然歩道などをほぼ一筆書きでなぞる全長約1万キロのルートを策定し、「JAPAN TRAIL」として提唱する。新型コロナウイルス禍でレジャーとしての関心が高まる中で、整備された安全な道を推奨する役割に加え、同協会に加盟する約30の団体の個々の活動を日本列島を貫く道に集約することで、利用者や関係者らが共に育てていく気持ちを醸成したい考えだ。（原田成樹）



※沖縄などの道を含める予定

■日本版シルクロード

同協会は今年2月に構想を機関決定し、4月上旬に小諸市で開催されたシンポジウムで加盟団体などにおおまかなルート案を披露した。北海道の東端から鹿児島南端までをほぼ一筆書きでなぞり、沖縄などの道も加える。

ルート案では、加盟団体のトレイルや古道、利用者が多く安全な道を中心に結んだ。

今後詳細を詰め、地震や豪雨などで崩落した場所などを除いた現状で安全な最長約5千キロ分を6月に発表、4、5年かけて約1万～1万5千キロを完成させる。

同協会の代表理事を務めるアウトドアジャーナリストの中村達さん(73)は「50年以上前、ヒマラヤのカラコルム山域を歩いているとき、現地の人が道を指差して『これがシルクロードだ』と言ったのに衝撃を受けた。立っているところから日本全体がつながっていることが意識できることが大事だ」と構想の意義を説明する。

■目印は共通ロゴ

協会では提唱にとどめ、整備などに直接は関わらないが、加盟団体が整備するトレイルでは共通ロゴのシールを道標などに貼ってもらう。

中村さんによると、世界的に有名な北米東部の全長3500キロに及ぶアパラチアントレイルは構想から定着まで70年かかったという。JAPAN TRAILも多くのルートで歴史や文化などが密接にかかわっており、長い時間をかけて追加や延長、廃道を経て熟成されていくとみる。

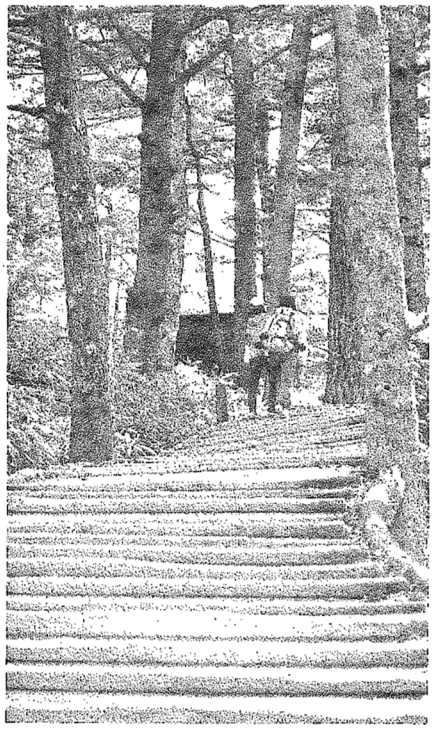
約4年前に検討を始めた頃は、関東・甲信越地方では霧ケ峰や八ケ岳を南限と想定していたが、昨年に「富士山ロングトレイル」が加盟してルートは富士山や南アルプスまで南下した。また、東北では太平洋岸を通るルートと列島中央を通るルートに二重化している。白馬岳周辺も北アルプスを縦走するルートは難度や体力度が高いため、麓のJR大糸線に沿った「塩の道」と二重化することも想定されるという。

さらに、加盟するダイヤモンドトレール（大阪、奈良、和歌山3府県）は、当初は孤立しているが、四国から紀伊半島を通るルートの一部に発展する可能性がある。

■誘致合戦や複線化も

観光的価値を見越した自治体からはルートが通るなら新規のトレイルを造りたいとの逆提案まであり、誘致合戦の激化も想定される。ルートの変遷を社会現象としてみるのも面白そうだ。

中村さんは「全ルート踏破を競うのではなく、部分的でいいのでトレイルを楽しんでほしい」と話す。それでも、都会から出かけるならば2泊3日程度のまとまった休暇が必要だ。欧米のように持続可能なレジャーとして根付くには、長期休暇などライフスタイルの変容も必要で、協会は息の長い運動になると覚悟している。



澄んだ空気や静寂、開放感を味わえる遊歩道　＝長野県内（原田成樹撮影）

「JAPAN TRAIL」のロゴ

JAPAN TRAIL
日本トレイル

■日経新聞　首都圏版など（2022 年 6 月 17 日）

トレイル1万キロ一本道整備へ構想

沖縄県から北海道まで27道府県の全長約1万キロの陸路をひとつなぎのロングトレイル（長距離自然歩道）として整備する「JAPAN TRAIL（ジャパントレイル）構想」が立ち上がった。NPO法人の日本ロングトレイル協会（長野県小諸市）が16日、構想の概要を発表した。

全国各地の自然歩道を一本道としてブランド化し、外国人観光客の誘致に生かす。既にルートの50%ほどで通行できることを確認したという。

欧米ではロングトレイルが各地にあり、ハイキング愛好者に利用されている。

■『山と渓谷』2022 年 8 月号

話題

約1万kmのロングトレイル「JAPAN TRAIL」構想が本格始動

日本を縦断する全長約1万kmのロングトレイル「JAPAN TRAIL」の構想が本格的に動きだした。

日本ロングトレイル協会が安藤スポーツ・食文化振興財団の支援を受けて進める構想。協会加盟団体が運営する各地のトレイルのほか、環境省の長距離自然歩道、既存の登山道などを結んでルートを設定。沖縄・奄美の島々から九州、四国、本州の山や海岸線をたどり、北海道の知床へ至る。ルートはウェブサイトで概念図が見られるほか、専用の地図アプリで閲覧できる。

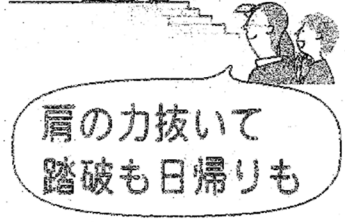
6月に東京都内で記者発表会が開かれ、日本ロングトレイル協会の中村達代表理事、節田重節会長、名誉会長を務める安藤スポーツ・食文化振興財団の安藤宏基理事長らが出席。中村代表理事は「北海道から沖縄までのつながりを実感し、道に立つと日本が見えてくるようなトレイルにしたい」、節田会長は「日本にトレイルを〝歩く文化〟を根付かせたい」と期待を込めた。

今後はルートの確認作業のほか、加盟トレイルの主要な進入路や分岐への道標設置を進める。

JAPAN TRAILの構想を発表した（左から）中村代表理事、安藤名誉会長、節田会長

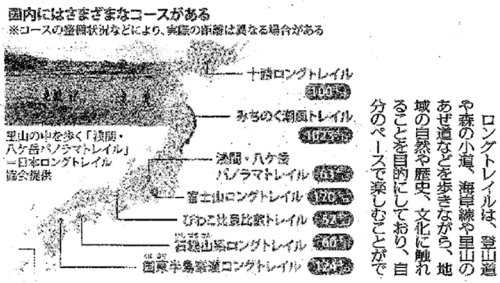
■毎日新聞（2023年1月1日）

人生100年クラブ



ロングトレイルが人気

自然の中を長距離歩く「ロングトレイル」の愛好者が、シニアにも広がっている。山の登頂やコースの踏破を必ずしも目標とせず、それぞれの体力や興味に合わせてルートを選ぶことができる。目的地までを最短距離で結ぶ旅ではなく、「歩く旅」に出かけてみては。



●自然や文化に触れる

ロングトレイルは、登山道や森の小道、海岸線や里山のあぜ道などを歩きながら、地域の自然や歴史、文化に触れることを目的にしており、自分のペースで楽しむことができる。

琵琶湖を望む「びわこ比良比叡トレイル」は、天台宗の千日回峰行の避ける道なり、深い歴史文化に触れられる。里山歩きを楽しみたいなら、ロングトレイル協会が事務局を務める「浅間・八ケ岳パノラマトレイル」がある。

●楽しみ方自由

全ルートを踏破する「スルーハイカー」を時間をかけて目指すのもいいが、楽しみ方は自由だ。途中の温泉で疲れを癒やしても、テント泊でも日帰りでもOKだ。旅先での出会いやルート整備のボランティアへの参加で、仲間が広がることもある。

日本ロングトレイル協会代表理事の中村達さん＝本人提供

ロングトレイル協会の代表理事の中村達さん(73)は「肩の力を抜いて、好きなように歩けばいい」と話し、まずは短時間からでも歩くことを提案する。

歩くからこそ見えるものもある。「普段は自然に興味がない人でも『あの山、あの花は何だろう』と、子どもから大人まで好奇心を刺激される」と中村さん。将来的には北海道から沖縄県まで総距離1万キロをつなぐ「JAPAN TRAIL構想」も描く。

トレイルを歩く上で重要なのは「無理しないこと」だと中村さんは語る。警察庁のまとめでは、2021年の山岳遭難者は前年比378人増の3075人。新型コロナウイルスの感染拡大の影響で「密」を避ける人々が増えたとみられ、例年と比べ低山や里山など、「都市近郊の山」で増加した。

低山や短距離のトレイルでも油断は禁物だ。服装や持ち物など、必要なものは基本的に登山と変わらない。当日の天候やルートの地形を確認することが重要だ。

「体力とやってみたいことに合わせ、ライフスタイルにあったトレイルを選んでほしい」と中村さん。旅の計画で相談があれば、各トレイルの事務局や、日本ロングトレイル協会（0267・24・0811）に問い合わせてほしいと話している。【寺町六花】

もっと知りたい

人生100年クラブ

■高橋源一郎さんの「人生相談」は休みました

■信濃毎日新聞（2023年3月2日）

歩く旅「リピーター多い」

小諸でロングトレイルシンポジウム

インバウンド再訪向け活動紹介

小諸市で開かれたロングトレイルシンポ

安藤百福記念自然体験活動指導者養成センター（小諸市）に事務局を置くNPO法人日本ロングトレイル協会は2月25日、「迫るインバウンドの再訪に向けて」をテーマに第10回ロングトレイルシンポジウムを小諸市で開いた。新型コロナ下で「日本の魅力を発見できる歩く旅はニーズが高まる」とし、ツアー会社役員や環境省職員、山岳雑誌編集長ら11人が、講演や報告、座談会を行った。

大分県杵築市のツアー会社CEO、クリスティ・ポールさん(61)は、自社が企画している国東半島や熊野古道など1日5キロ～以上歩くウオーキングツアーに大勢の富裕層の外国人が参加していると紹介。「よい思い出づくりを仕事としておりリピーターも多い。観光には地域を活性化させる力がある」と指摘した。

環境省国立公園利用推進室長の岡野隆宏さんは1969（昭和44）年以降、国が全国に整備した長距離自然歩道（計2万8千キロ）がほとんど利用されていないとし、東北4県28市町村をつなぐ「みちのく潮風トレイル」をモデルに再整備する方針を述べた。

日本ロングトレイル協会は、昨年提唱した沖縄～北海道を結ぶ総距離約1万キロの「ジャパントレイル」について説明した。

■小諸新聞（2023年3月3日）

日本を結ぶ「ジャパントレイル」提唱
シンポジウムに150人

小諸市大久保の安藤百福センターに事務局がある「日本ロングトレイル協会」は25日、10回目の「ロングトレイルシンポジウム」を開いた。

この日は会場とオンラインを合わせて全国から約150人が参加。日本ツアー代行業のウォークジャパンのポール・クリスティ会長が「田舎の資源を生かしたインバウンド観光」と題して話したほか、計7人が講演を行った。

同協会代表理事も務める中村達センター長は沖縄県奄美大島からスタートし、八ヶ岳や浅間山などを通って北海道の知床までをつなぐ全長約1万キロの「ジャパントレイル」について、1次ルートの確認や2次ルートの提案、提唱を行っていくことなどを話した。

同協会はロングトレイルを『歩く旅を楽しむために作られた道』と定義。小諸市は、同センターを起点とする「浅間・八ヶ岳パノラマトレイル（全長63キロ）」と、浅間山麓を中心とした「浅間ロングトレイル（全長80キロ）」の2つのロングトレイルの普及に努めている。

■産経新聞　長野版（2023年3月6日）

日本列島トレイル
難度別に格付けへ

日本列島のトレイル（自然歩道）を沖縄から北海道まで結ぶ「ジャパントレイル」を提唱している日本ロングトレイル協会（長野県小諸市）は、年内をめどに、ルート上を難度によってグレーディング（格付け）する。トレイル歩きを力量の範囲で安全に楽しんでもらうのがねらい。

ジャパントレイル構想は協会に加盟する約30カ所のトレイルに途中の道を加えてつないだ全長1万～1万5千キロのルート。「シルクロード」という言葉で壮大な大陸をイメージするように、道中のどこでも日本列島を実感できるようにしてトレイル歩きを促す目的で昨年6月に始動。スマートフォン用の地図アプリも無料で提供している。

一方、ルート上は、平地もあれば3千メートル級の山岳地帯もある。力量や経験不足にもかかわらず、全ルート制覇を目指す人などの事故を未然に防ぐのがねらい。

協会の中村達代表理事によると、グレードは上級から順にアルパイン、マウンテン、ハイキングの3段階。ヒマラヤの氷河クラスを指すアルパインはゼロになるが、ぐんま県境稜線トレイルや北アルプスエリアの一部がマウンテンに格付けされる見通しだという。

安藤百福センター 運営組織

顧問

荒牧　重雄	東京大学名誉教授、火山学者
荻原　健司	長野市長、スキーノルディック複合五輪金メダリスト
林　　貞行	元外務事務次官、元駐英特命全権大使
丸山　庄司	元全日本スキー連盟 専務理事

運営委員会

委員長	安藤　宏基	公益財団法人安藤スポーツ･食文化振興財団 理事長 日清食品ホールディングス株式会社 代表取締役社長・CEO
副委員長	安藤　徳隆	公益財団法人安藤スポーツ･食文化振興財団 副理事長 日清食品ホールディングス株式会社 代表取締役副社長・COO
委員	安藤　昭一	千葉大学 名誉教授
	小泉　俊博	小諸市長
	中村　　達	アウトドアジャーナリスト・プロデューサー 特定非営利活動法人日本ロングトレイル協会 代表理事 安藤百福センター センター長
	水野　正人	ミズノ株式会社 相談役会長

諮問委員会

委員長	節田　重節	特定非営利活動法人日本ロングトレイル協会 会長
委員	神長　幹雄	株式会社山と溪谷社 編集者
	木村　　宏	北海道大学 教授 特定非営利活動法人信越トレイルクラブ 代表理事
	橋谷　　晃	木風舎 代表
	山田　俊行	トヨタ白川郷自然學校 學校長

（50 音順、2023 年 4 月現在）

2022年度 主催・共催事業一覧

■主催

4/23～24	第1回大人のトレイル歩き旅講座「森さんぽ」 ※
5/7～8	第2回大人のトレイル歩き旅講座「薬膳」 ※
5/14	オンライン講座「歩き方と装備の基本を学ぼう」
	※第1回ロングトレイルハイカー入門講座をオンラインへ変更
5/21・22	第1回子どもクライミング教室
6/4～5	第2回ロングトレイルハイカー入門講座「地図とコンパス」
6/11・12	第2回子どもクライミング教室
7/9～10	第3回ロングトレイルハイカー入門講座「天気」
8/27	ダイヤモンド浅間を見に行こう 日の出編 ※
9/3・4	第3回子どもクライミング教室 ※
9/10	オンライン講座「もしもの時の対応を身につけよう」
	※第4回ロングトレイルハイカー入門講座をオンラインへ変更
10/1・2	第4回子どもクライミング教室
10/10	パール浅間を見に行こう
10/15・16	第5回子どもクライミング教室
10/22～23	第5回ロングトレイルハイカー入門講座「縦走」
10/31	ダイヤモンド浅間を見に行こう 日の入り編（中止）
11/12～13	第3回大人のトレイル歩き旅講座「山城」
11/19～20	第4回大人のトレイル歩き旅講座「ソロ登山」
11/26～27	第5回大人のトレイル歩き旅講座「野鳥」
2/4～5	第6回ロングトレイルハイカー入門講座「スノーシュー」
3/4～5	トレイル歩きのためのカラダをつくろう！
3/11～12	第6回大人のトレイル歩き旅講座「ソトゴハン」

※印は新型コロナウイルス感染症拡大のため中止となった事業

■共催

	小諸市文化センター
7/28	第1回夏休みこども講座「デイキャンプ」
8/5	第2回夏休みこども講座「石の標本づくり」
	特定非営利活動法人日本ロングトレイル協会
4/9	第9回ロングトレイルシンポジウム
2/25	第10回ロングトレイルシンポジウム

2022 年度 研修利用状況

団体区分	団体数
安藤百福センター主催事業	19
安藤百福センター共催事業	4
アウトドア系団体	12
青少年教育系団体	3
環境保全系団体	3
学校・市民大学団体	4
公共系団体	2
企業系	4

計 51 団体

編集後記

2022 年も新型コロナウイルス感染症に翻弄されましたが、3 年経ってようやく出口が見えてきたように感じます。まだまだ油断はできないものの、ウィズコロナのなかで、インバウンドをはじめとした旅行者は回復してきており、トレイルを歩く人も増えていくことでしょう。◆今年度最大のトピックは、これまで温めてきた「JAPAN TRAIL」のプレスリリースを行ったことです。6 月に東京都内で発表しましたが、50 社 70 名ほどのマスコミの方々にご出席いただき、大変盛況でした。その後もメディアで取り上げられる機会が増えているので、これから実際に歩いてみようというハイカーが増えることを願っています。◆今年度も、こうして無事に事業報告書を発行することができました。これもお力添えをくださった皆様のおかげです。心より御礼申し上げます。表紙は望月から望む浅間連峰の写真です。浅間山の火山活動は最近やや活発になっていますが、これまでの歴史を振り返ると、ここ 50 年ほどはとても大人しいと言えます。大きな被害が出ることなく、火山と共生していけると良いですね。◆2023 年 4 月からはセンターの名称が改まり、「アウトドア アクティビティセンター」になりました。と言っても活動内容が変わるわけではなく、最近の動向や今後のトレンドを見据え、実態に名前を合わせた形です。これからも、トレイルをはじめとしたアウトドア活動の普及・振興に取り組んでまいりますので、ご支援、ご指導のほどよろしくお願い申し上げます。(A)

安藤百福記念 アウトドア アクティビティセンター
2022 年度 事業報告書

発行日：2023 年 5 月 31 日
発行人：安藤　宏基
編集人：中村　達

安藤百福記念 アウトドア アクティビティセンター
〒384-0071　長野県小諸市大久保 1100
Tel：0267-24-0825
Fax：0267-24-0918
URL：https://momofukucenter.jp/
E-Mail：info-center@momofukucenter.jp