

絶景を堪能し、自然の中に飛び込む 夏のカナディアン・ロッキーで冒険旅

北米大陸を縦断するロッキー山脈は、北に行くほど美しくなるといわれる。
そのロッキー山脈の、カナダ部分がカナディアン・ロッキー。
バンフ、ジャスパー、ヨーホーなど、7つの自然公園からなる圏内は、
360度どこを向いても絵はがきみたいな風景ばかり。



Canada カナダ

Canadian Rocky

カナディアン・ロッキー

2017年はカナダ建国150周年
国立公園の入園料が無料に!

バンクーバー

カナディアン・
ロッキー

オタワ

MOUNTAIN

LAKE

コバルトブルーの氷河湖に 心を震わす

ロッキーの湖のほとんどは、氷河の溶け水が貯まってできた氷河湖。さわやかなコバルトブルーの湖は、思わず目を見張るほどの美しさ。



森と山。

ロッキーを代表する風景

森の中から顔を出す、急峻な山々。ロッキーにあるすべての山には名前があり、由来もさまざま。思わず納得のネーミングが楽しい。



2



1

①城のような形をしているキャッスル山。右端の麓にある緑地には、アメリカの元大統領のアイゼンハワーの名がつけられている
②山は時間により姿を変える。おすすめの時間は、ピンク色に染まる夜明け



グレーの岸壁に寄り添う、 白く輝く氷河

山肌の残雪みたいな氷河は、なんと数万年前の氷河期に形成されたもの。小さく見えるが、実際は厚さ100mを超えるというから、驚く。



3

③ルイズ湖の向こうに顔を出すのは、ビクトリア氷河。湖はこの氷河の溶け水でできたもの ④北極を除けば北半球で最大というコロンビア大氷原では、雪上車に乗って氷河の上に行ける



4



アクティビティ満載の ベースタウン

ロッキー内にはいくつかのベースタウンがあるが、最も有名なのがバンフ。山がすぐそばに迫る町には、自然を愛するナチュラルリストが集まる。



6



5

⑤ハイカーやサイクリストが行き交う、バンフのメインストリート ⑥町の中にも、エルクなどの動物が姿を見せることもしばしば

7つのコト

カナディアン・ロッキーでしたい

ロッキーでやるべきことを7つラインアップ。
絶景ウオッチやアクティビティはもちろん、
グルメやショッピングまで、楽しみいろいろ!



絶景ドライブ

カナディアン・ロッキーの名所が点在し、「ロッキーパノラマ街道」とも呼ばれるアイスフィールド・パークウェイで絶景ドライブ! 道の両側に氷河を抱いた山が連続し、次から次へと変わる風景に息つく暇もない! セルフドライブもいいが、風景に集中したいならツアー参加がおすすめ。



⑦緩やかなカーブを描くロッキーパノラマ街道 ⑧地元カナダ人やアメリカ人にはキャンピングカーが人気 ⑨氷河の下には当然氷河湖が。こちらはペイトー湖



山の上でハイキング

高山植物と動物たちの楽園であるロッキーの山へハイクアップ! 山の上では、普段は見上げていた山が同じ目線に。間近に眺める山並みは、想像以上の大迫力。無数のハイキングコースがあり、レベルや所要時間にに応じて選べるのが◎。



◎高山植物の花のシーズンは6月下旬～7月頃 ⑩とこざとろに展望スポットがあり、目の覚めるような絶景が広がる ⑫秋には紅葉が楽しめるコースも



馬に乗って、大自然の懐へ

ロッキーではさまざまなアクティビティが楽しめるが、特におすすめなのが乗馬。ひと言に乗馬といっても、ロッキーでの乗馬は緑豊かな森の中が舞台。1時間のお手軽ツアーからBBQランチ付きのツアー、山小屋に泊まるツアーまでコースもいろいろ。



初心者でも外乗乗馬が楽しめるのは、カナダならでは

🍁 こうやって体験!



まずは受け付け
バンフの町にある
かわいい小屋で受
け付け



BBQランチ
折り返し地点で、BBQランチ。
メインはステーキ

森の中をバッカバカ

馬にまたがり木々
の間を進む。こちら
はBBQ付きコース



山を見ながら帰る

帰りは見晴らしのいい道を通る。随
所で記念撮影



森の中で動物に出会う

森の中に潜む、動物たちを探してみよう! ドライブやハイキング、町歩き中だって、動物を見つけるチャンスなのだ! ただし、出会っても決して近づかないで。ロッキーの主役はあくまでも彼らで、人間はお客さんということを中心に決めて行動しよう。



エルク Elk

体重300kgにもなる、大
型の鹿。ロッキーで最
もよく見かける動物

ブラックベア Black Bear

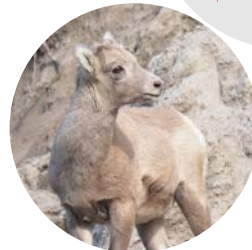
木登りが得意な、小型のク
マ。おとなしい性格だが、子
連れの際は注意



Caution!

野生動物観察の ルール

- 🍁 エサをあげない
- 🍁 絶対に触らない
- 🍁 車で見かけても降りない
- 🍁 動物との距離をとる



マウンテン・シープ Mountain Sheep

山の上に住むヒツジ。角の大きさに
より2種類のヒツジがいる



ミュールディア Mule Deer

小型の鹿で、ハイキング中によく見
かける。夏と冬で毛色が変わる



雪上車で氷河の上に立つ

人よりもおっきなタイヤの雪上車(スノーコーチ)で、コロンビア大氷原の上へ! 1万年以上前にできた氷河の上では、記念撮影をしたり、溶け水を飲んでみたりと思いきいにも過ごそう! ちなみに、氷河の上だけにとっても寒いので、防寒具を忘れずに。



⑬カナダカラーのかわいいスノーコーチ ⑭きちんと手入れされているので、クレバス落下の心配がない ⑮氷河の溶け水は、ペットボトルに入れて持って帰っても◎ ⑯そばには絶景展望台のグレイシャー・スカイウォークがある



アルバータ牛を食べる

バンフ国立公園があるアルバータ州は、ビーフが名物! アルバータ牛という名前で、カナダを代表するブランド牛肉となっている。バンフのレストランで、さまざまな部位や調理法のアルバータ牛を食べ比べてみて!

プライムリブ

最も人気がある部位、プライムリブは豪快なステーキで堪能しよう



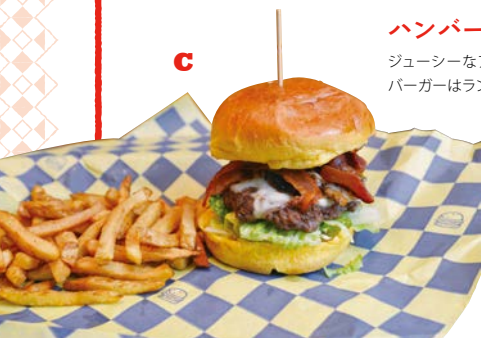
B



A

ハンバーガー

ジューシーなアルバータ牛のハンバーガーはランチに最適



C

フィレミニオン

肉のうま味をダイレクトに味わうなら、フィレミニオンをチョイスして



A

ローストビーフ

香ばしいバゲットに、たっぷりのローストビーフをオン!

🍁 ここで食べられます!

A | **メリッサ・ミスステーキ**
Melissa's Missteak

ADDRESS: 218 Lynx St.
URL: www.melissasmissteak.com

B | **バンパーズ・ザ・ビーフ・ハウス**
Bumper's the Beef House

ADDRESS: 537 Banff Ave.
URL: www.bumpersthebeefhouse.com

C | **エディ・バーガー+バー**
The Eddie Burger + Bar

ADDRESS: 6-137 Banff Ave.
URL: www.eddieburgerbar.ca

D | **コヨーテス**
Coyotes

ADDRESS: 206 Caribou St.
URL: coyotesbanff.com



かわいいおみやげを見つける

"The Omiyage"みたいなアイテムばかりだったバンフのおみやげ屋さんが、かわいく進化中! 注目は、手作り感あふれるオーナメントや、アーティストの手がけたアウトドアグッズ、カナダの自然の力を閉じこめたナチュラルソープなど。

ナチュラルソープ

ロッキーで作ったナチュラルソープ。10種類以上の香りがある



E

オーナメント

木彫りのオーナメント。右はムース、左はブラックベア



F



F

マグカップ

キャンプに欠かせないホーローマグをモダンにデザイン



F

ワッペン

カナモチーフのワッペン。洋服やバッグのアクセントに

G

キーホルダー

革でできたカヌーとピースワークのキーホルダー



ネックレス

自然をモチーフにしたペンダント。ローカルアーティスト作



F

🍁 ここで買えます!

E | **ロッキー・マウンテン・ソープ・カンパニー**
Rocky Mountain Soap Company

ADDRESS: 204 Banff Ave.
URL: www.rockymountainsoap.com

F | **ブランチ・マーケットプレイス**
Branches Marketplace

ADDRESS: 202 Wolf St.
URL: www.branchesinbanff.ca

G | **エメラルド湖カヌーハウス**

旅のヒント in カナディアン・ロッキー

アクセス

拠点となる空港は、バンフの東にあるカルガリー国際空港。空港からバンフまではシャトルバスが運行。レンタカーの場合、カルガリー国際空港で借りるのがおすすめ。

回り方

レンタカーがベストだが、日本語のガイドツアーを利用するのも便利。ミニバンの混載ツアーで、湖や氷河などおもしろいところを回ってくれる。

ベストシーズン

湖の水が完全に溶ける6月から8月までがベスト。9月下旬にはかなり気温が下がるが、黄葉が見られる。

ジェネラルインフォ in カナダ

時差：カナダ本土は6つの時間帯に分かれる。カナディアン・ロッキーは山岳部標準時間(MST)または太平洋標準時間(PST)になり、日本より16時間遅れ(MST)、17時間遅れ(PST)。サマータイム時はそれより1時間早くなる。

ビザ：観光目的で6ヵ月以内の滞在であれば不要。

入国には電子渡航許可証eTAの取得が義務づけられている。

通貨：カナダドル(2017年5月現在C\$1=83.19円)

物価：日本とほぼ同じ。山岳リゾートであるバンフは、宿泊費・食費とも割高。

4泊6日モデルルート

DAY 01 日本 ⇨ カルガリー
⇨ バンフ

DAY 02 バンフ

DAY 03 バンフ

DAY 04 バンフ

DAY 05 バンフ ⇨ カルガリー
⇨ 日本

DAY 06 日本着

Advice!

バンフ滞在1~2日目は、ツアーやセルフドライブで郊外の見どころへ。2日あれば有名見どころはたいがい回れる。

Advice!

滞在3日目はアクティビティをして過ごすのがおすすめ。乗馬のほか、ラフティングも人気。



詳細は地球の歩き方カナダ西部編、
arukoカナダへ

発行：ダイヤモンド・ビッグ社
www.arukikata.co.jp/guidebook

本体：1,600円+税(上)
本体：1,200円+税(下)

2017年6月
新創刊!

カナディアン・ロッキーのユースホステル

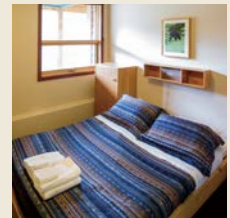
HI-Banff Alpine Centre

ADDRESS: 801 Hidden Ridge Way, Banff, T1L 1B3, Canada
TEL: 1-403-762-4123
FAX: 1-403-762-3441
URL: <https://www.hihostels.com/hostels/hi-banff-alpine-centre?linkid=980028>
E-Mail: central.res@hihostels.ca
ドミトリー：2,900円～



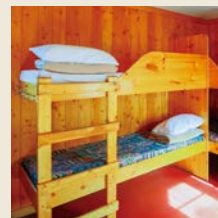
HI-Lake Louise Alpine Centre

ADDRESS: 203 Village Road, Lake Louise, T0L 1E0, Canada
TEL: 1-403-522-2201
FAX: 1-888-839-5808
URL: <https://www.hihostels.com/hostels/hi-lake-louise-alpine-centre?linkid=980028>
E-Mail: lakelouise@hihostels.ca
ドミトリー：2,800円～ ツイン：8,500円～



HI-Rampart Creek Wilderness Hostel

ADDRESS: Ice Field Parkway, Banff, T1L 1B3, Canada
TEL: 1-403-670-7580
FAX: 1-403-283-6503
URL: <https://www.hihostels.com/hostels/hi-rampart-creek-wilderness-hostel?linkid=980028>
E-Mail: central.res@hihostels.ca
ドミトリー：2,500円～







つづきをダウンロード（無料）



Hostelling Magazine vol.9
 まとめてダウンロード




トリップアドバイザー Presents P18
 耳寄り! 観光NAVI
 カナディアン・ロッキーの人気ハイキング/
 人気自然ツアー／人気乗馬ツアー




インタビュー P02
 女優／門脇麦
 旅の感動が、わたしを支える「軸」になる。



教えて! 旅GIRL P20




Youth Hostel Pick up P08
 酒都・西条で満喫する
 出会い、味わい、伝統。
 広島西条駅前ユースホステル



松島むうの晴れときどき旅びより P21



Hostelling Magazine × 地球の歩き方... P12
 絶景を堪能し、自然の中に飛び込む
 夏のカナディアン・ロッキーで冒険旅
 カナダ
 ■カナディアン・ロッキーでしたい7つのコト



Event Information P22