



H

ostelling

Magazine

巻頭インタビュー

武井 壮

「行って見るだけ」はしたくない。

どこに行っても

自分の価値を発揮できる自分でありたい。

この冊子は、宝くじの社会貢献広報事業として助成を受け作成されたものです。



MY STANDARD LUNCH PACK



FRUITY LUNCH PACK



※写真はイメージです。

それは、フルーティなジャム。
大人も愉しめる、
3つの味で好評発売中。

ぼくらのミカタ。

ランチパック



全国高校生最大級ビジネスコンテスト



キャリア甲子園2020

CAREER KOSHIEEN 2020 ★★★★★★★★

これに勝てれば、本物だ。



※ただし、昨今の情勢を鑑みて渡航の制限や変更、100万円相当額の別賞品になる可能性がございますのでご了承ください。

優勝チームには
100万円相当の
オリジナル
海外研修ツアー
を贈呈します！*

プレントリー期間

2020.7.1 ~ 2020.11.27

昨年度実績

プレントリー数：4,469名 エントリーチーム数：1,090チーム

企業テーマ

東京電力

安心して快適に暮らせる災害に強い
まちづくりを目指し、
自由な発想で新たなサービスを提案せよ

バイエル

世代や性別、そして育児や介護などの状況も
さまざまに異なる人たちが、生活環境の変化のなかで、
継続的に企業で働くことを可能にする施策を考えてください

生命保険協会

生命保険会社の強みを活かし、
人生100年時代における社会課題を解決する
新しいサービスを創出せよ

ピップ

今後大きく変わる消費者行動の
変化のなかで、スリムウォークの新しい
マーケティングプランを提案せよ

日本ユースホステル協会

afterコロナ時代を見据え、
日本の学生が旅に出くなるような
新しい旅行・宿泊施設の仕組みを提案せよ

三井住友カード

2025年、キャッシュレス決済比率が40%になった
社会において、キャッシュレスを起点にしたあなたたちの
ライフスタイル・価値観を提案してください

キャリア甲子園2020 <https://careerkoshien.mynavi.jp/>





Vision

Principle and Philosophy

Inclusivity

世界を超えて

Learning and Understanding

考えよう

Sustainability

僕らと子ども達の未来のことを

日本ユースホステル協会はユースホステルのビジョンに基づき、日本国内にユースホステルを設置・運営すると共に、国際ユースホステル連盟や各国のユースホステル協会と協調し、知見を広める「旅」を促進する活動を行っています。

Hostelling Magazine読者の皆様 発行日程変更のお詫び

平素よりHostelling Magazineをご愛読いただき、誠にありがとうございます。新型コロナウイルス感染症拡大予防のため、本誌Hostelling Magazine vol.22の発行日を変更して発行いたしました。楽しみにお持ちいただいていた皆様におかれましては大変申し訳ございませんが、なにとぞ事情をお汲み取りいただき、ご了承いただけますようお願い申し上げます。また、本年度発行の次号以降の発行日程につきまして、右記の通り予定しています。

2020年度季刊誌「Hostelling Magazine」 発行スケジュール

変更前	変更後
秋号 9月下旬	▶ 10月下旬(予定)
冬号 12月下旬	▶ 変更なし(予定)
春号 2月下旬	▶ 変更なし(予定)

※本紙の情報は2020年10月20日現在のものです。変更になる場合がありますので、お出かけの前に現地にお確かめください。
発行所 一般財団法人日本ユースホステル協会
編集・発行人 寺島 真
TEL (03) 5738-0546
〒151-0052 東京都渋谷区代々木神園町3-1
国立オリンピック記念青少年総合センター内
※本誌掲載記事の無断転載を禁じます。
制作・印刷製本/サンメッセ株式会社

Line up

インタビュー P02
武井 壮

「行って見るだけ」はしたくない。どこに行っても自分の価値を發揮できる自分でありたい。

Youth Hostel Pick up P08

「馬のまち」として歴史を紡ぐ小淵沢で、豊かな自然を間近にくつろぎの時間を。八ヶ岳ポニーユースホステル

Hostelling Magazine × 地球の歩き方... P12

最も美しいのはココ!
世界こんなところにこんな町!?

■絶壁に囲まれた「陸の孤島」

- 外洋から100km!えぐれたフィヨルド沿いの町
- 紺碧のアドリア海に囲まれた城壁とオレンジの旧市街
- 険しい岩窟城の周りに土の家々が並ぶ
- アンデスの山々に囲まれた標高3500mオーバーの盆地
- 三日月のオアシスに寄り添う仙人の不思議な住居
- ユングフラウ3山を見上げる山間の小さな村

Sustainable Tourism P18

ユースホステルはじめての一步 P20

教えて! 旅GIRL P21

松島むうの晴れときどき旅びより P22

巻頭インタビュー

「行って見るだけ」はしたくない。
どこに行っても
自分の価値を発揮できる自分でありたい。

タレント／アスリート／百獣の王

武井 壮

大学で陸上を始め、競技歴わずか2年半で十種競技の全日本チャンピオンに。

未経験で始めたゴルフは、特別支援生としてアメリカ留学。

台湾のプロ野球チームでコーチに就任すれば、

プロ選手たちの短距離走のタイムを爆上げしてしまう。

信じられないほど密度の濃い人生を経て、

39歳で芸能界デビューした武井壮さん。

「百獣の王」らしく、次々と野望を叶えてきた裏側には

明確なゴールと綿密な戦略、そしてたゆまぬ努力がありました。

頭と身体を生かし切ること、お金を稼ぐということ——。

武井さんの人生哲学を、じっくり語っていただきました。

台湾の彼女に会うために 初めて海外行きのチケットを取った

—25歳で渡米し3年間のゴルフ留学をしたあと、台湾でプロ野球チームのコーチを務めるなど、20代からグローバルな生活をされていた武井さんですが、個人的な旅としては、初めての海外旅行はどこだったのですか？

台湾ですね。大学3年生の時に一人で行きました。彼女が台湾にいて、陸上の遠征試合で、日本代表として、台湾で開催された国際大会に出たんですが、そのとき現地で通訳兼プレゼンターをしていた台湾人の女の子に一目ぼれしちゃって(笑)。ミス台湾のU-19に選ばれたという、すごくきれいで知的な女の子でした。

—すぐにアプローチしたんですか？さすが百獣の王！

「君のために優勝するから見てて!」と、いきなり彼女に向かって宣言して、実際に優勝して、花束をプレゼントしました。その夜に開催された選手団のさよならパーティで話しかけて、想いを伝えたんですが、次の日も僕は日本に帰らないといけなかった。それで、メールアドレスを伝えておいたんですけど、これがマズかった。

—武井さんの大学生当時というと、1996年ごろですね。

はい。まだ自宅にパソコンを持っている人が少ない時代です。僕はお金のない大学生で、大学のパソコン以外にメールを読む手段がなくて、しかもその時期は夏休み中で、大学は閉まっていた。登校日にメールを開いたら台湾の彼女から100通くらいメールが来ていて「どうして連絡くれないの!」と、すごく怒っていました。僕、かなり熱烈にアタックしたので、彼女も気になってくれていたみたいで。それで焦って、次の日にすぐにチケットを取って台湾に謝りに行きました。

—すごい行動力!

最初は怒っていましたが、事情を説明して謝ったら許してくれて。何日か滞在して、デートして。それが初めて自分の意志で行った海外旅行ですね。

成績トップでいることは 生きていくための必須条件だった

—特に語学を学んでいなくても、海外の人と難なくコミュニケーションができるほど、武井さんは学業優秀でいらっやいました。中高時代は常にトップだったとか？

学費を払う資金が無く、全額免除の特待生でない学校に行けないので、仕方なくというか…。両親が早くに離婚をして父に引き取られたんですが、一緒には住んでいなくて、兄と僕の二人暮らし。二人とも子どもですから、まともな生活ができず、電気・ガス・水道も頻繁に止まるような状態でした。何とかここから這い上がりたという一心で、成績優秀者は学費が免除される私立の中高一貫校に行っただけです。勉強は、生きるための義務でした。

—なんと…。過酷な少年時代を送られたんですね…。その頃からスポーツはやっていましたか？

野球は小学校6年生から少年野球、中学は野球部でやっていました。

うーん、何というのかな…。周りは遊びや部活としてスポーツをやっていましたが、僕は「スポーツで食っていくにはどうしたらいいか」という気持ちでスポーツを捉えていた。うちの家庭の状況から、何かスペシャリティを持たないと思通りの人生にはならなさそうだな…と、小学生のときに感じていて。

—小学生でそこまで具体的に将来のことを!

それで、ご近所の体育大のお兄さんに教科書をもって、スポーツ理論を勉強し始めたのが小学校の3年生の時でした。中高はとにかく勉強しなきゃいけないから「大学に入ったらこのスポーツ理論を使って、プロのスポーツかアマチュアでもオリンピックで競技があるものにチャレンジしよう!」と思っていました。そんなわけで、小中高時代は近所で走ったり、自分の体を思い通り動かすためのトレーニングばかりしていました。お金がなくてもできて、一人で力を磨くことができるトレーニングですね。

—すさまじいハングリー精神ですね。

うーん、ハングリーというほど強い反骨心はないな。“そうしないと生きていけなかった”というだけです、環境ですね。

—勉強もスポーツも生きていくための手段だったんですね。

ベビーブーム世代なのでとにかく同級生が多かった。その全員に勝って、将来幸せな暮らしを手に入れるために、まず勉強だと思って始めたのがスポーツ理論だったんです。好きとか嫌いとかということよりも、最初は義務感です。好きじゃないけど学校に行けないから勉強をしていたし、好きじゃないけど鍛えてないと勝てないからトレーニングをしていたんです。

—心が折れるようなことは、なかったですか？

私立だったので、学校の友人はいいおうちの子たちばかり。お弁当も美味しそうなのを持ってくるんです。僕はそういうものが何もなく、昼休みも寂しい思いをしていました。でも学校の先生たちがよく見てくれて、昼休みになると職員室に呼び出してパンをくれたり、弁当のおかずを分けてくれたり、すごく支えてもらいました。「お前は勉強も頑張ってる、スポーツも一生懸命やっているから、いつか必ずいいことがあるぞ!」ってたくさんの先生が言ってくれて。

—周りの励ましが、支えてくれたんですね。

葛飾区って下町でね。町の人も僕のことをよく知っていて、毎日走ってトレーニングしているのを見てくれていたんです。親代わりの目線で見守ってくれていたんでしょうね。おかげで、道を間違えないですみましたし、努力を誉めてくれる大人が周りにたくさんいました。僕の恩師ともいえる中学の先生は、試験前に電気・ガス・水道が止まって「勉強できない、助けて!」ってお願いしたら、自宅勉強をさせてくれて、ご飯を食べさせてくれたこともありました。

理論と力学。物理があれば 日本一は簡単だった

—成績トップを維持しつづけた中高時代を経て、大学でついに陸上を始めます。なぜ、陸上を選んだのですか？

たまたまです(笑)。同級生に誘われてグラウンドを見に行ったら、あれよあれよという間にジャージを買わされちゃって、しょうがなく…。でも、陸上は他のスポーツにも役立つし「体も鍛えられるのでやっておくか!」ということで始めました。

—それが、競技歴2年半で十種競技の全日本チャンピオンにまでのぼりつめてしまった。すごいことですね。

運動理論やスポーツの力学、物理…。いろんなものを小学生のころから大学生以上に勉強していたおかげですね。たぶん、当時の僕の学習量って誰にも負けていなかったと思うんです。

陸上って、質量のある自分の体を遠くに速く届けるとか、高く飛ばすとか、重いものを遠くに投げるといった作業をするものなので、物理の法則がわかっている人はトレーニング理論もシンプルに思いつくし、体に必要な能力もわかります。地面にどう力を加えたらいいのかもよくわかるので、他の選手よりクオリティの高い練習が積めていたんだと思います。

—スポーツって小さいころからその競技一本で生きてきた人がトップを取るものだと思っていました。

どの競技もやっていることは基本、同じなんですよね。頭で「こうしたい」と思ったことを、体がその通りにできるかどうか。でも、その部分のトレーニングをやっている人はあまりなくて、みんな競技に特化した技術練習ばかりしている状態だと思うんです。イメージを体で再現するという能力が備わっていない状態で、バットを振るとか走高跳などの技術練習ばかり重ねるのは、非効率です。「部活」のシステムがそうさせているところもあるとは思いますが、もったいないですね。

ゴルフも、野球も すべて芸能界へのステップに

—高度な理論と身体能力が備わった武井さんだからこそ、さまざまなスポーツに応用が利くのですね。

そうですね。大学を卒業してからも、未経験から始めたゴルフでスポンサーシップをいただき無償で渡米できましたし、野球でも台湾でコーチとしてお金をもらいながら、プロ選手と一緒にプレーできました。コーチとして雇われたのに「外国人枠で入団しないか」と誘われるオマケもついて(笑)。

—陸上、ゴルフ、野球。こんなにも畑の違う分野ですべてに実績を残しておられるとは…。そのまま続けてもトップになれる可能性はあったと思いますが、なぜ方向転換されたのでしょうか？

ゴルフと野球をどちらもやったのは、シンプルに、芸能界を意識していたからです。大学卒業が見えてきた23歳、24歳ごろに「このまま陸上をしていても経済的に行き詰まる、今の日本では大きく稼ぐことはできないな」と思ったんです。もっとお金を稼いで不安なく幸せに暮らすためには、より稼げる別のプロスポーツを極めるか、アスリートの能力と実績を活かして芸能界に入るしかないな、と。

—潔いキャリアプランですね。

芸能界を目指す最初のステップとして、テレビの番組表を見て、24時間、全部のテレビ番組で何を扱っているかをパーッと書きだしてみました。すると、スポーツに関してだけで言うと、日本のテレビ界は圧倒的に

倒的に野球とゴルフで占められていました。この先テレビで活躍するのなら、この2つは必修だなと。じゃあまずはゴルフからやってみよう!と、あるプロジェクトのスポンサーシップに応募したら、「フィジカル能力がすごい」という可能性だけで合格を頂けました(笑)。

—すごすぎる…。

ゴルフの学生チャンピオンや世界のジュニアチャンピオンに交じって、未経験の僕。アリゾナ州のギルバートという町で、僕含め5~6人の特待生たちと共同生活をしていました。住まいの隣は7番ホール、朝5時にコースに出て、夜の8時に帰ってくる生活を毎日していました。

—まさにゴルフ漬けの日々ですね!ゴルフ以外の生活はなかったのでしょうか？

ほとんどないです。ゴルフして寝て、ゴルフして寝て、最初の1年はほとんどその繰り返しでした。

憧れのレジェンド選手と スポーツで遊べるのは武井壮だけ!?

—なぜ野球へ方向転換を?

ゴルフは初めから「1年でPGAツアーの出場権を争う予選会、クオリファイング・スクールで、ファーストステージを突破する」という目標を設定していました。実現すれば非常にセンセーショナルな話題になるので、この目標が達成できれば、生業としてゴルフの道を進もうと自分の中で決めていたんです。

—すごい目標ですが…。達成はできたのでしょうか？

残念ながら10カ月間でスコアが73までしか伸びませんでした。未経験からの数字としてはすごいんですが、Qスクールはあと10くらい伸ばさないと突破できません。そこで方向転換をして、ここから先は自分の将来にゴルフを活かせるよう、技術と知識を学ぶ2年にしよう、と。

—その経験がいまのお仕事につながっているのですね。

「芸能界ナンバーワン」といわれるレベルには成長して帰ろうと思っていました。ゴルフはいま、番組や連載をやらせていただいていますし、毎年プロアマで石川遼君と回らせてもらったり、バツバ・ワトソンというマスターズを制したチャンピオンともラウンドする荣誉にあずかることもできました。もちろんギャラをいただいて…(笑)。

—最高じゃないですか!

最高ですよ!野球でも、プロの選手から三振をとったり、ヒットを打ったり。僕、ランディ・ジョンソンから2打数2安打、三浦大輔さんからも2打数2安打なんです!森友哉と吉田正尚から三振とったんですよ!すごいでしょ(笑)バラエティの企画で、ですけど。

—レジェンドと対戦できるなんて武井さんだけの特権かも。

若いころに夢みたアスリートや同世代のスーパースターと仲良くなれて、プライベートでも親交できて、一生スポーツで楽しく遊ぶことができる。しかも、それが職業になっている。子どものころ思い描いた野望に、少しずつ近づいている気がしますね。

美しい建造物に惹かれて 隙を見つけては旅をしています

— 武井さんにしか築けない地位を芸能界で手にされた今、旅行にも思う存分行けますね。

そうですね。野球を離れ、39歳で芸能界デビューをするまでの10年間は、時間があってもお金がない。デビューをしてからは、仕事に進んできたのでお金があっても時間がない。きちんとお休みを取って年に一度海外旅行ができるようになったのは、ここ数年ですね。

— ふと思いついて旅に、ということもあるのですか？

ありますあります！ 国内だったら、その日の仕事が夕方に終わって、翌日が夕方からの仕事だったりすると、だいたいどこかへ旅に出ちゃいます。例えば、大阪でのお仕事だったら、そのまま京都に行っておいしいものを食べて、翌日街並みを見て歩いたり。

— どんなどころに行かれるんですか？

僕、建造物が好きなので、建造物が魅力的な街に行くのが好きなんです。国内だと京都、神戸はよく行きますし、海外だとやっぱりヨーロッパが好きですね。

— 百獣の王も、旅はサバンナよりもヨーロッパ？

そうですね。サバンナは危険も多いでしょう？ 動物を倒すには、動物と戦わないのが一番だから(笑)。

世界をすべて見てから 人生を終えたい

— 武井さんのマイベスト建造物がありますか？

いや～。優劣なんて全然付けられない！ 一番はないですよ。世界遺産に選ばれているものはすべて素晴らしかったですし、直近ではバルセロナで見たサグラダ・ファミリアなんか、見た瞬間から本当に美しい気持ちになれました。

あんなに大きな町で芸術性が認められて、あれだけ大きな建造物を委任されて、デザインして作るという仕事のすごさですね。そして、いまだにガウディの構想した建造物を見に、地球上の人が絶えず訪れて、感動して写真を撮っていく。写真と一緒に写っていることが価値になって、そこに行ったという話も価値になるという建造物。そんな偉大なものが、世界中にゴロゴロあるんですよ。ドイツのノイシュヴァンシュタイン城とかもそうですね！ モンサンミッシェルとかも！ バチカンもすべて最高です！

— 武井さん流の建物の楽しみ方ってありますか？

まずは文化や歴史、街の成り立ちなどをしっかりと頭に入れてから街や建造物を見ます。歴史的な建造物以外にも、アジアの山の中の古い集落でもそうだけど、成り立ちを知ったり、知識を積み上げた上で俯瞰して見てみると、実に機能的で美しく人間の叡智が詰まっているものばかり。そういったものはすべて、美しいと感じますね。

— 知的好奇心を思う存分満足させているんですね。



Profile

たけい そう
武井 壮

1973年生まれ、東京都出身。

陸上競技・十種競技の元日本チャンピオン。十種競技で数々の国内タイトルを獲得し、十種競技・100mのベスト10秒54はいまも破られることのない十種競技においての日本最高記録となっている。独自の『パーフェクトボディーコントロール』理論でゴルフ・野球・ボクシング・陸上・柔道などさまざまなスポーツにチャレンジし続け、いまなお、地上最強の「百獣の王」をめざして日夜トレーニングをつづけている。アスリートチーム「EARTHLETES」代表。近著に『勝つ人 13人のアスリートたち』(文藝春秋)がある。トップアスリートやファイターらをゲストに招き、彼らの技の極意に迫るYouTubeチャンネル『武井壮 百獣の王国』も好評を博している。

芸術的な建造物は見ているだけで価値のある時間を過ごせる。自分の生きている時間を使うのにふさわしいと感じます。「ああ、こんな美しいものを、視覚で捉えて自分の脳で認識できるなんて」と、感動します。それは、スポーツでいうとホームランを打ったり、100mで自己ベスト出したりするのと同じような感動を覚えられる時間です。

見たことがない 場所があるのは 僕の損失だと思う

— 新型コロナウイルスの影響で海外旅行が難しい状況ですが、いま行ってみたいところはどこでしょう？

行ったことないところ全部！地球上すべて行きたいですね。

見たことがない場所があるというのは、僕の損失だと思っているんです。だから本当にどこでもいい。優先順位もなく、行ったことのないところ全部の中から、どこかに行きたいです。地球上どこを見ても素晴らしい地域ばかり。地球をすべて見てから人生を終えたいんです。

— その中であえて1カ所を選ぶ時はどうやって行き先を選びますか？

お誘いをいただいたり、きっかけができた場所ですね。あとは、そこにいったときに僕が価値を生めるかどうか。ただ「旅行をしに行く」ってことは、したくないから。

— 価値を生めるかどうか？

僕にはまだ世界での知名度がないので、いまは僕は日本でしか価値を生むことはできません。でも世界中で「ソウ・タケイが来た！ならば我々の誇るアスリートと仕事をしてもらいたい。建造物や文化を見てもらいたい」と、思ってもらえるような、新たな価値と収入を生める存在になりたいんです。

いまはやっと、そのチャレンジが日本では叶ったところ。旅行をするにしても、日本なら番組にしてもええですね。どこかの町にいてもあたたかく迎えてくださるので、こちらはそれ以上に価値を發揮してお返しできる自分でありたい。

— 現地の人にとっても「武井さんが来た」ってことが価値になりますもんね。

そういう風に思っただけのような場所まで何とか来れたけれど、まだ日本だけだというのがすごく悔しいですよ。イタリアで本田圭佑選手とご飯に行ったときなんか、みんな気づくんですよ、圭佑くん。パーで飲んでいても「ホンダ！ホンダ！」って。でも、僕に対しては「あいつも何かの選手なのかな？」くらい目線。それが悔しいんですよ。

— 旅って予想外のことが起こりますよね。武井さんはかなり綿密にプランを練って出かける派のように思いますが、計算外のこともけっこう起こるのですか？

楽しいことも、楽しくないこともあります。例えば、今年のお正月にパルセ



ロナで車上荒らしにあったことなんかは、楽しくなかったです(苦笑)。

— 楽しかったことは？

僕の旅は行く道中も、行った先でも、基本すべて楽しいです。ただし、行って「見るだけ」ということはしない。楽しいだけの旅は50点、収入の糧になって、僕の旅は100点になります。町の歴史も、出会いも、感じたことも、車上荒らしにあったことも(笑)、すべての経験がエピソードとしてテレビで話せて、僕の認知度やエンターテインメントの要素になるようにしたいのです。

やさしく撫でると心地いい 強く叩くと痛い 言葉だって同じだと思う

— 最近SNSで発信される武井さんのポジティブな言葉も話題にのびますね。

たくさんリツイートをしていただけてますよね！僕は誰かを責めたり、誰かを蔑んだりするマイナスの言葉は絶対に使わないようにしています。そして何より気をつけているのが、言葉を「自分にに向けて言う」ということです。誰かにああしろこうしろなんて、絶対言いません。

— 「ハッ、そんな視点もあったのか！確かにそうだ！」と武井さんの言葉に気づかされることも多いです。

もし「武井社、いいこと言うな！」ってリツイートしてくださる方がいるとしたら、それは僕の言葉というよりも、その人自身が「自分もこうしよう」と思っていたり、こうしたほうが自分の人生がよくなると考えているんだと思いますよ。決して僕の考えが素晴らしいわけじゃない。ポジティブな言葉は「武井社よ、そうあってくれ」という自分自身への願望なんです。僕の人生は、僕自身がいまよりも素敵なヒーローになるためのものなので。

— 人生は、ヒーローになるためのもの。いい言葉ですね。

ギョウツつねたり、叩いたりしたら痛いじゃないですか。「痛み」というのは、よくない行為だから感じるものです。ずっとつねっていると皮膚は壊死しちゃったり、叩き続けると傷になっちゃったり。やめてほしいから痛みを出さずです。だけど、やさしく撫でると「心地いい」と感じるわけですよね。それはなぜかという、そうしたほうが身体や脳にとっていいことから、心地よく感じるようにできているわけですよね。つねるのも、撫でるのも、同じ手なのにね。それは言葉も同じだと思うんです。だから僕は悪口や愚痴、ネガティブなことは言いません。

— 心地よさを求めて行くとポジティブになるということでしょうか？

シンプルにきれいなものを見たらキレイだなと思う。それはその時間はすでに価値があるからで、そういったものにもっと素直になっていいじゃないかなと思う。仕事だったり人生の選び方って、やりたくないけどやんないかなきゃいけないことを選ぶじゃないですか。でも僕はそこから抜け出したかった。自分が心地いいと感じて、楽しいと感じて、素敵だと思うものに向かって自分の仕事をつくりたかったんです。自分の人生の時間であるべくそういう時間を増やしてあげたいと思って、勉強もしてきたし、スポーツの能力も身体能力も高めてきたから、いまは僕が楽しいと思うものに時間を使えて、本当に楽しいことばかりになってきているんです。

でも自分が心地いいと思うものにフォーカスして行って、もしいろんな理由で諦めなければいけなくなったとき、「仕事は世の中にいっぱいあるから、頑張ろう」って、そこで人生を振り向けるのもそれは素敵なことだと思う。だけど最初からそこへ向かう必要はないんじゃないかなと僕は思っているんです。

— お話を伺っているだけでポジティブな気持ちになれます(笑)!

今は新型コロナウイルスの影響で自由に旅はできないけれども、それは僕らが手に入れる知識とか技術でいつか乗り越えられるものだと思う。また自由に旅ができるような地球になったらいいなと思うし、その時に自由に旅ができる自分でいたい。

これから旅に出る学生さんには「旅をすることだけが楽しい」っていう風に旅をしてほしくないなと思います。新しい自分を開拓したり、誰かに価値を提供できる何かを手に入れる場所に行くんだと、そういう目的のために旅をする。それにはやっぱり学ばないといけない。言語もわかんない、文化もわかんない、スポーツもできない、音楽もできない、何の能力もない自分でいくと、その場所で楽しめる幅が狭いんです。

僕の最高の目標は、明日素っ裸で地球のどこかにポトンと落とされても「やべ！次何しようかな？」って楽しめる能力を持った人間になることです。そういう意味での百獣の王です。地球上最強の生物ってのは、そういう意味だと思っています。



武井壮百獣の王国
～百獣の王 武井壮のお届けする、最強への動画たち～

武井壮
YouTube
チャンネル

豪華なゲストとの
コラボ企画も
盛りだくさん、

日々
公開中!

百獣の王国スタート!

youtube.com/
user/so1054

画像: YouTube



武井壮さんの直筆サイン入り

応募締切 2020年12月末日

著書『勝つ人 13人のアスリートたち』(文藝春秋)
抽選で3名様にプレゼント!

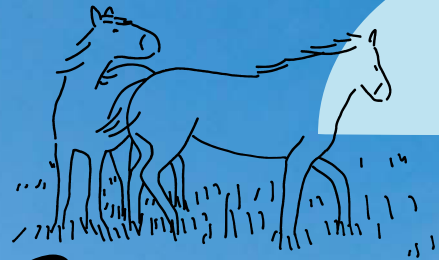
ご応募は日本ユースホステル協会ホームページの専用お申込みフォームから!
<http://www.jyh.or.jp/hm/>

※なお、当選発表は、商品の発送を以てかえさせていただきます。



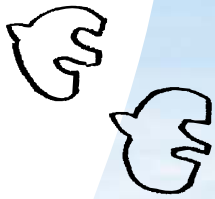


「馬のまち」として歴史を紡ぐ小淵沢で、



豊かな自然を間近に くつろぎの時間を—。

四季折々の美しい自然風景と出合える小淵沢。
観光スポットがコンパクトにまとまっているので、
短い滞在でも満喫できるのが魅力だ。
今度の休日、小淵沢に出かけませんか？



八ヶ岳ポニーユースホテル

〒408-0041
山梨県北杜市小淵沢町上菅尾3332-1911
TEL:0551-36-6401
URL: <https://sunnyday-ponyyh.ssl-lolipop.jp./facilities.html>
お問い合わせ: yatsugatake@ponyyh.sunnyday.jp

小淵沢駅より車で約2分、中央自動車道小淵沢ICから約5分という好立地に佇む。周辺には乗馬クラブや地元的新鲜野菜を使った飲食店、さまざまな作家の工房、温泉施設、道の駅、体験施設などが点在。徒歩でも散策できるが、無料で送迎も行っている。

白い外壁が印象的な建物は、周囲の木々や庭の草花が映える。小道を入った先にあるので、周囲は静かでゆっくりと過ごせる環境が整っている。



緑に映える、白い宿

前オーナーの想いとともに引き継いだ

標高1000mほどに位置する小淵沢町は、南アルプスをはじめ八ヶ岳連峰、富士山などが見える自然豊かなエリアだ。夏は比較的に涼しいことから馬を育てるのに適していると言われる、現在では多くの乗馬クラブがある。実際に散策すると、乗馬体験をしている観光客を目にする機会も多い。間近で見る馬はつややかな毛並みで、歩く姿は気品を感じる。想像よりも大きく、力強いプロポーションは、見るだけでも惚れ惚れする。

さらに歴史をたどると、武田信玄の軍が信州に攻め入る際に馬を休ませた地だったことから馬との縁は深い。そんな「馬のまち」として知られる小淵沢で「八ヶ岳ポニーユースホテル」を営んでいるのが、原沢匠マネージャーと美穂さん夫婦だ。元は別のオーナーが始めた宿だが、縁があって2005年3月に引き継ぎ、4月から宿をスタートした。

ここで気になるのが、前オーナーが考案した宿名「ポニー」の由来だ。

「このユースホテルの隣に、かつては牧場がありました。そこで飼われていたポニーのかわいさから名付けたと聞いています。馬が見えるユースホテル、という意味合いもあったみたいです」

「馬のまち」らしいこの宿名を気に入った2人は前オーナーの想いを汲み取り、そのまま引き継いだ。

ユースホテルには魅力あふれる 人との出会いがある

学生時代に金沢のユースホテルでアルバイトをしていた匠さんは、そこでさまざまな国、職業、生き方をしている人たちと出会ってきた。中でも印象に残っているのが、ほうきを持って旅をする人だった。一見普通の緑色のほうきを持ち歩くその男性が気になって尋ねてみると、氷上のチェス・カーリングで使う道具だと教えてくれた。

「40年近く前のことですが、その男性はいつか必ずオリンピック競技の種目になると話していました。その後、本当にオリンピック競技の種目になった時はおどろきました」と匠さん。ユースホテルで得た交流が後の人生にも大きく影響をもたらした。大学卒業後は日本ユースホテル協会に就職。職員としてさまざまな地のユースホテルに向かい働くようになった。

一方美穂さんは、アパレル関係の仕事に従事。しかし時代とともに洋服の生産拠点が海外に移るなど業界も変化していき、退職を決意。心機一転、立科白樺高原ユースホテルで住み込みアルバイトをしていた時に匠さんと出会った。「それまでは衣食住の衣に関する仕事をしていましたが、ユースホテルで働くうちに食や住をテーマに働きたいと思うようになりました」と美穂さん。次第に宿泊業に対する関心も高まっていた。

1泊朝食付で宿泊した方に提供している朝食。パンやコーヒーはおかわり自由。窓から差し込む朝日を浴びながら、食事の時間を楽しみたい。



八ヶ岳ポニーユースホテル
原沢 匠マネージャー・美穂さん夫妻

岐阜県出身の原沢マネージャーと神奈川県出身の美穂さん。互いの出身地ではなく小淵沢で宿を始めた理由は縁があったこと、そして「小淵沢の観光資源に惹かれたから」という。「秋は燃えるような赤い色合いの紅葉や新蕎麦を目当てに来る人も多いですよ」と美穂さん。住んでいるからこそ知っている情報を、いつでも気軽に教えてくれる夫婦が出迎えてくれる。

客室

1階は男女別のドミトリーで、18㎡の部屋に4つのベッドが備わっている。スマートフォンの充電などができるよう、ベッド脇にはそれぞれコンセントが付いている。



◀ 談話室

冬は掘りごたつになる和室タイプの談話室。自由に閲覧できる数々の漫画は、もとは宿泊客が滞在中に読むために持ってきたもの。

▼ 洗面台・トイレ

洗面台やトイレは男女別に分かれているので、気兼ねなく利用できる。大きな鏡が前面にあるので、化粧をする時やメイクを落とす時に便利だ。



▲ ダイニングルーム(食堂)

飲食スペースとして開放しているダイニングルームでは、電子レンジや電子ポットを用意し、冷蔵庫も貸し出している。お酒の持ち込みもOKだが、缶ビールやワイン、ジュースの販売もあり。

田舎に帰ってきたような空間づくり 宿の個性は出さず、

「八ヶ岳ポニーユースホステル」には、関東圏や中京圏、関西圏など幅広い地域から宿泊客が訪れる。さまざまな世代がゆっくりと過ごせるよう「個性が強い宿にしない」ことをモットーに、ふっと力が抜けてゆっくりできる別荘のような、はたまた田舎に帰ってきたような居心地の良い場づくりを心がけている。

お酒が大好きな匠さんは、お客さまと飲みニケーションをして交流を図ることも。インドアな匠さんに対してアウトドアな美穂さんは、登山に来たお客さまにルートアドバイスをしたり、日差しが強い日には日陰のある散歩ルートを教えるなど、地元目線の観光情報を提供。

「今はなんでもインターネットで検索すれば情報が出てきます。でも実際は断片化した情報しかないで、それらがつながるように伝えています」と美穂さん。

子どもが小さかった頃は常連客のお子さん達と一緒に花火をしたり、家族ぐるみの付き合いを楽しむこともあった。

「常連さんの子どもが大人になって、10年ぶりに再訪してくれた時は嬉しかったです。宿泊してくださる方たちの家族の成長や変化をともに見させてもらえる。この仕事のやりがいにも通じますね」

その時の様子をふり返って、原沢マネージャーはにこやかな表情で語った。

宿泊客の「観光の窓口」として 一人ひとりに合った旅の提案

一人ひとりに合った旅の提案

宿泊客とのコミュニケーションを楽しむには、理由がある。

「宿泊客が何を求めてこの地に来たのか。雑誌を通してニーズを知り、一人ひとりに合った旅の提案や楽しませかけを与えたいと考えています」

こうして得た情報から、新たなサービスも生まれている。例えば電車や高速バスで来た宿泊客は、移動手段が限られてしまう。駅や観光スポットが宿から数分圏内という利点を活かして、無料で送迎を行っている。ほかにも、好みの酒をじっくり楽しめるように持ち込みを自由にし、貸し出し冷蔵庫を備えた。その結果、家のように使い勝手が良いという声が届くようになっている。

「コンパクトな宿なので、自然に隣り合うような環境が生まれます。そういった中で会話をしていくと、予想外の反応もあります。旅にあまり関心がなく、時間やお金をかけなくてもインターネットを見れば十分だと話してくれた

学生がいました。でも私が考える旅の魅力は、バーチャルではないことです。田舎だと電車に乗り遅れたら1時間待たなければいけなかったりする。予定調和ではない環境で絶えず自分の頭で解決していく、それが面白い。そうやって一人ひとりとの雑談を通して、旅の入口を広げたいんです」と原沢マネージャー。

時にはインターネットで得られる簡単な探検も良いけれど、自分の五感をフルに使ってその土地を味わってほしい。そんな2人の想いが、旅の思い出づくりを支えている。

登山好きには必見!

PICK UP

登山パック

八ヶ岳ポニーユースホステルは登山客の宿泊も多い。「早朝に出発したくても公共交通機関やタクシーがない」というお客さまの声に応えた、登山口まで送迎する登山パックが人気。現在は「観音平」「尾白川溪谷・甲斐駒登山口」の2プランを用意している。



PRESENT

ペア宿泊券

抽選で **2名様** に
プレゼント!

※ご宿泊いただいた方が対象です。

ご応募は日本ユースホステル協会
ホームページの専用お申込みフォームから!

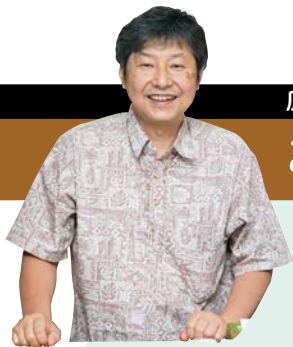
<http://www.jyh.or.jp/hm/>

応募締切 2020年12月末日

※なお、当選発表は、商品の発送を以て
かえさせていただきます。

原沢マネージャーの

おすすめスポット



A 延命の湯

無色透明でさらりとした肌触りの湯は高濃度のミネラル成分を含む。筋肉や関節のこわばりに良いと言われ、旅で歩き疲れた体をほぐすのに良い。内湯には南欧をイメージした大浴場のほかサウナ、外湯には岩風呂とパリエーションに富んでいる。

山梨県北杜市小淵沢町2968
料金:大人830円・小学生420円・6歳未満は無料
TEL:0551-36-6111
URL: <http://www.spatio.jp/hotspring/>

B スパティオ体験工房

山梨県在住の作家たちが直接教えてくれる体験施設で、ステンドグラスや押し花、陶芸、革小物など13種類の体験メニューが揃っている。所要時間は30分から、予約なしで参加できる体験が多い手軽さが人気だ。

山梨県北杜市小淵沢町2968
料金:有料(体験ごとに異なる)
TEL:0551-36-6121
URL: <https://taiken.mkobuchisawa.jp>



C ララミー牧場

1978年創業の歴史ある乗馬クラブ。雨の日でも安心して乗馬体験が楽しめる全天候型馬場を備え、乗馬経験が無い人から競技出場者まで幅広く訪れる。誰もが安心、安全に楽しめるよう有資格者が指導してくれる。

山梨県北杜市小淵沢町10106
料金:引き馬(1人5分)1500円、体験乗馬(30分)4000円など
TEL:0551-36-3298
URL: <http://www.nns.ne.jp/~laramie/>



D パスタ&ピザガーデン マジョラム

ガーデンを彩る花や野菜に欧風の建物が目を引くレストラン。人気のパスタやピザのほか、契約農家や自家菜園の野菜を使ったサラダや、肉・魚料理も人気。オープンガーデンや全天候型テラスはペット同伴での食事も可能。

山梨県北杜市小淵沢町1558-5
TEL:0551-36-4620
URL: <https://www.facebook.com/pastaandpizzagarden.marjoram>

F 身曾岐神社(みそぎじんじや)

“みそぎ”とは“きれいになること”を意味し、日本の精神を伝え、祈念する神社。天照大神(あまてらすおおみかみ)、天徳地徳(あまのりつ)身曾岐自在神(てんのとくちのとくひつぐみそぎかむながらのかみ)を祀る。池に浮かぶ能舞台では例年8月に行われる「八ヶ岳新能」をはじめ、挙式やコンサートの会場としても使用される。

山梨県北杜市小淵沢町上笹尾3401
TEL:0551-36-3000
URL: <https://www.misogiji.jp>

E 小淵沢絵本美術館

目前に牧草地が広がり、豊かな自然の中に佇む美術館。童画家の藤田三歩さんの常設展のほか、欧米の絵本作家の原画などを展示。サービスのドリンクを味わいながら、心ゆくまで絵本の世界を楽しめる。

山梨県北杜市小淵沢町上笹尾3331-441
料金:600円、幼児は無料
TEL:0551-36-5717
URL: <http://kobuchiehon.html.xdomain.jp>



Here Is
The Most
Beautiful!



最も美しいのは
ココ!

世界 こんなところに こんな町!?

断崖や海辺など、思わず目を見張る、ユニークな町を一挙紹介!

なかでも最も美しい絶景スポットを

「地球の歩き方」編集室が独自にセレクト。

今すぐは厳しくても、いつかは行きたい旅先をリストアップ!

2020年9月現在、新型コロナウイルスの世界的な広がりにより、海外への渡航がたいへん厳しい状況となっております。今後も、海外渡航をお考えの際は外務省発表の現地情報や各国の大使館発表の最新情報を必ずご確認ください。



ITALY / NORWAY / CROATIA / TURKEY / BOLIVIA / SWITZERLAND / CHINA





Civita di Bagnoregio



チヴィタ・ディ・パニョレージョ

絶壁に囲まれた「陸の孤島」

イタリア中部にあるチヴィタ・ディ・パニョレージョは、200m四方ほどの台地の上にある小さな村。今から約2500年も前にエトルリア人により造られたといわれる。かつてはもっと規模が大きかったが、風雨と地震による崩落を繰り返し、現在の姿になった。

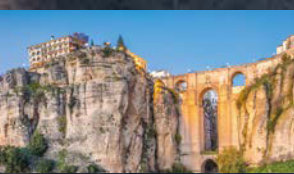
対岸から延びる1本の橋を通る以外にアクセス方法がないことから「陸の孤島」と呼ばれる。人口はわずか30人程度で、冬にはほとんど人が住まなくなってしまう。現在も風化が進み、“遺跡”ではなく町として機能するのはあとわずか。数年後には遺跡となる可能性が大きい町なのだ。



01 崖っぷち

「やっしてこんなところに町が？」と首をひねってしまいそうな、断崖の上にある町。ドラマチックな景観は感動間違いなし！

まだある！ 崖っぷちの町



Ronda ロンダ

スペイン

ロンダ山地を流れるガダレビン川の浸食によりできた100mもの断崖の上にある。旧市街と新市街を隔てる高さ約96mのヌエボ橋は、町のシンボリック的存在。橋は歩いて渡ることができる。

◀ 町を下から見上げるスポットもある



Meteora メテオラ

ギリシア

高さ500mもの奇岩地帯にある修道院群。奇岩の上は俗世との関わりを断ち修行するには最適とされ、9世紀から修道士が移り住み、14世紀には修道院が建てられた。現在6つの修道院が活動している。

◀ 奇岩は20mから高いものと600mになるものもある



Bonifacio ボニファシオ

フランス

地中海に浮かぶコルシカ島の最南端に位置する町。かつての軍事都市で、海に突き出た半島部分が旧市街になっている。対岸はイタリアのサルデーニャ島で、9世紀に海峡防衛のため建造された。

◀ 青い海に囲まれた断崖の上に町がある



Swallow's Nest Castle スワローズ・ネスト城

ウクライナ

クリミア半島の南端、黒海を見下ろす崖の上に建つ古城。オリジナルは19世紀の建造で、その後何度も改築が行われた。崖の先端にある城は、まさに「スワローズ・ネスト＝ツバメの巣」のよう。

◀ 人気上昇中の観光地

イタリアのユースホステル



Alessandro Downtown & Bar

テルミニ駅から徒歩5分で到着できるホステルです。駅からは遺跡、博物館、教会などへ簡単にアクセスできて、ローマを満喫するのに最適です。低予算で旅をするバックパッカーにも利用しやすいユースホステルです。

ADDRESS: Via Carlo Cattaneo 23, Rome, 00185, Italy

URL: <https://hihostels.com/ja/hostels/alessandro-downtown-bar>

TEL: +39-064461958

E-mail: downtown@hostelsalessandro.com

[hostelsalessandro.com](https://hihostels.com/ja/hostels/alessandro-downtown-bar)



Geiranger

ノルウェー

ガイランゲル

外洋から100km！ えぐれた フィヨルド沿いの町

ガイランゲルフィヨルドに面した町が、ガイランゲル。海岸線から100km以上も切れ込んだフィヨルドの最奥にあるため、目の前にある水面が海だとはにわかに信じがたい。しかし、水を手にとりなめてみるとほのかに塩辛く、ここが海であることが実感できるはずだ。

町はガイランゲルから出発しヘレシルトまで行くフィヨルドクルーズ船の発着地となっている。海面からは標高1000m以上の山々がそそり立ち、山と海の間のわずかな土地に町が開けている。周囲にはイーグル・ロードやダルスニッパなどの展望台があり、ガイランゲルの町とフィヨルドの風景を一望できる。



02

海まで0m

海に面して発展した町はこちら。
海とひと言に言っても、フィヨルドに干潟、
港などさまざまな景観がある。

イーグル・ロードの展望台から
ガイランゲルの町を見下ろす

まだある！海まで0mの町

ノルウェーのユースホステル



HI Oslo Haraldsheim

オスロの中心部から約4kmの場所にある、市内やオスロフィヨルドの美しい眺めが楽しめるホステルです。オスロの市内への観光や、近隣のウッドランズのトレッキングへ出かけるための出発点として適しています。

ADDRESS: Haraldsheimveien 4, Box 41,
Grefsen, Oslo, 0587, Norway
URL: [https://hihostels.com/ja/
hostels/hi-oslo-haraldsheim](https://hihostels.com/ja/hostels/hi-oslo-haraldsheim)
TEL: +47 22222965
E-mail: kontor@hihostels.no

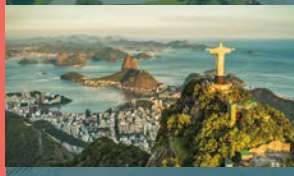


Venezia ヴェネツィア

イタリア

海洋国家、ヴェネツィア共和国の首都として築かれた。町があるのはヴェネタ潟の上で、周囲の100を超える島々も含む。海拔は約1mで、「アクア・アルタ」という高潮が起こると町のあちこちが水没してしまう。

◀町中を運河が巡っている



Rio de Janeiro リオ・デ・ジャネイロ

ブラジル

美しく湾曲した地形と、無数の島々からなる景観から「世界三大美港」のひとつに数えられるリオ・デ・ジャネイロ。キリスト像の建つコルコバードの丘から、南米の「水の都」を眺めよう。

◀町にはたくさんのビーチもある



Mont Saint-Michel モン・サン・ミッシェル

フランス

干潟に浮かぶ周囲1kmの島で、頂上には修道院が建つ。かつては湾内に砂が堆積し海に浮かぶ姿を見ることができなくなっていたが、2015年に修復工事を終え再びかつての姿が見られるようになった。

◀夕景や夜景の時間がおすすめ



大澳 Tai O

香港

香港最大の島、ランタオ島にある漁村。昔ながらの原風景が残ると言われる。中心部には「棚屋」と呼ばれる独自の水上家屋が並んでいる。アジア各地で見られる水上家屋だが、香港で見られるのはここだけ。

◀近代化で姿を消した香港の原風景がここにある

城壁の中

03
城壁に囲まれた古い町を、世界中からセレクト。軍事目的に利用された城は、時代や場所により、さまざまな形があるのがおもしろい。



Dubrovnik



ドゥブロヴニク

クロアチア

紺碧のアドリア海に 囲まれた城壁と オレンジの旧市街

アドリア海に突き出た半島部分にある城塞都市。14世紀にラグーサ共和国の首都として栄えた。周囲は全長1940mの城壁に囲まれており、城壁の上を歩くことができる。オレンジ屋根の建物が並ぶ旧市街は1667年に地震により被害を受けたが、城壁はほぼ無傷のままに残された。アドリア海の沿岸には、ほかに城塞都市が点在するが、最も有名で最も美しいとされるのがここドゥブロヴニク。リゾートとして人気で、夏になるとヨーロッパ中から観光客が押し寄せる。近年では海外TVドラマのロケ地としても使われている。



コバルトブルーの海とオレンジの旧市街のコントラストが美しい

まだある！ 城壁の中の町



Palmanova パルマノーヴァ

イタリア

イタリア東部、スロヴェニアとの国境付近にあるヴェネツィア共和国の城塞都市。見事な星形をした西洋式城塞で、16世紀後半にオスマントルコの侵略に対する防備のため建てられた。

◀ 函館の五稜郭を思わせる星形



Galle ゴール

スリランカ

スリランカの南西部にある、ヨーロッパコロニアルの城塞都市。細長い半島部分を城壁が囲んでおり、内部に並ぶ建物もすべてヨーロッパ風。ヨーロッパからの移住者も多く、まるで地中海のリゾートのよう。

◀ スリランカを代表するリゾート地



Québec City ケベック・シティ

カナダ

カナダにおける英仏戦争の舞台となった歴史的な町で、北米では唯一となる城塞都市。城は城壁の南にあるシタデル。写真にある城のような建物は、シャトー・フロントナックという老舗ホテルだ。

◀ 旧市街は城壁上のアッパー・タウンと城壁下のロウワー・タウンに分かれている



Cartagena カルタヘナ

コロンビア

ヨーロッパ大航海時代に繰り広げられた戦いにおいて活躍した要塞都市。町のシンボルは、城壁に囲まれた旧市街を見下ろす丘にあるサン・フェリペ要塞。南米で最も強固と呼ばれる堅牢な要塞だ。

◀ 近代的な新市街と隣り合っている

クロアチアのユースホステル



HI Hostel Zagreb

街のメイン広場からわずか600mの市内中心部にあり、イベントやお祭り、歴史的な名所などの街の魅力を探索するのにぴったりの場所です。ユースホステルでは駐車場、ロッカー、無料の市内地図などが提供されています。

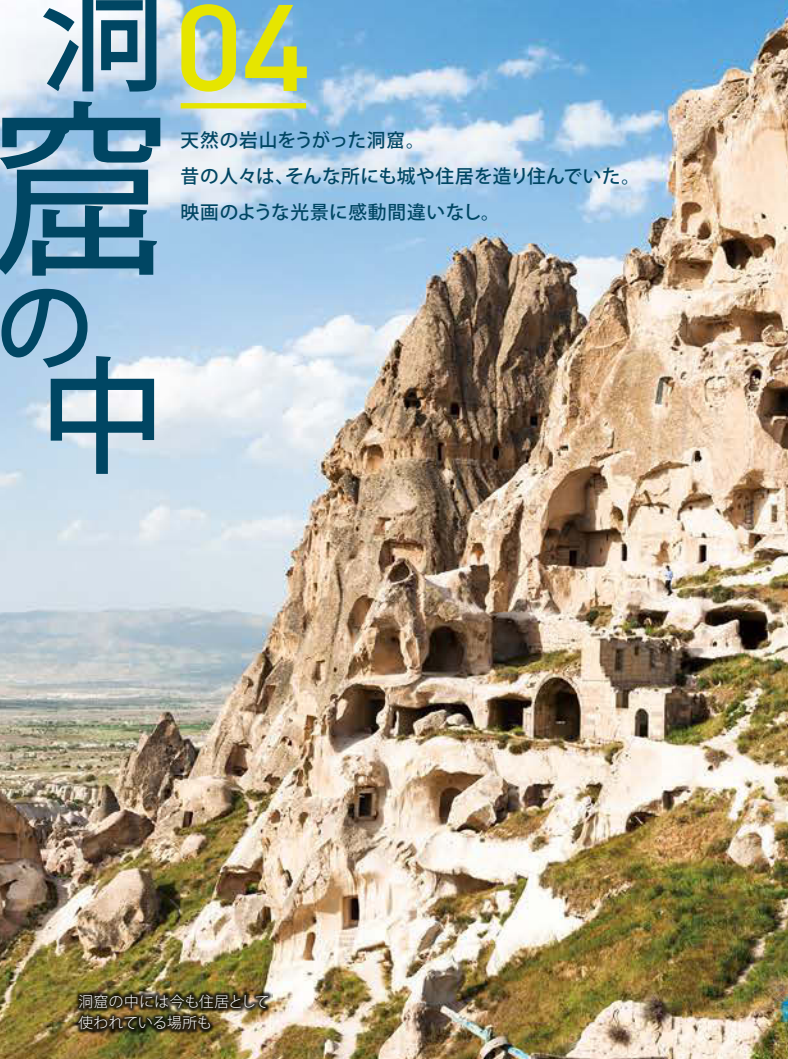
ADDRESS: Petrinjska 77, Zagreb, 10000, Croatia
URL: <https://hihostels.com/ja/hostels/hi-hostel-zagreb>
TEL: 385-1-4841261
E-mail: zagreb@hicroatia.com



洞窟の中

04

天然の岩山をうがった洞窟。
昔の人々は、そんな所にも城や住居を造り住んでいた。
映画のような光景に感動間違いなし。



洞窟の中には今も住居として使われている場所も

盆地の真ん中

05

クレーターのような盆地に開けた町。
狭い範囲に建物をギュッと並べた町は、
密集地ならではの美しさがある。



ラ・パスの夜景。万年雪をかぶった山は、標高6402mのイリマニ山

Uçhisar

ウチヒサル

トルコ

険しい岩窟城の周りに土の家々が並ぶ

奇特地帯として世界的に有名なトルコのキャパドキアにある。村の中央にそびえる岩山は、ウチヒサル城。「ウチヒサル＝尖った岩」という意味のとおり、岩山はかつて要塞として利用された。ウチヒサル城を中心に土の建物が並ぶ様子は、SF映画に出てきそうな不思議な光景。夜には岩山がライトアップされ、いっそう幻想的な雰囲気になる。

トルコのユースホステル

Istanbul - Sultan Hostel



スルタンアフメットの旧市街の中心部に位置するユースホステルです。徒歩数分で、ブルーモスク、トプカプ宮殿、アヤソフィアなどの主要な観光スポットに行くことができます。周辺にはショップやカフェもあります。

ADDRESS: Terbiyik Sok. No 3 Akbiyik Caddesi
Sultanahmet, Istanbul, 34400, Turkey
URL: <https://hihostels.com/ja/hostels/istanbul-sultan-hostel>
TEL: +90 (212) 516 9260
E-mail: enquiries@sultanhostel.com



La Paz

ラ・パス

ボリビア

アンデスの山々に囲まれた標高 3500m オーバーの盆地

標高3650m、世界で最も高い場所にある首都が、ボリビアのラ・パスだ。町はすり鉢状の盆地の底にあり、斜面一面にアドベという日干しれんがの家々が密集する様子は圧巻だ。町を眺めるベストスポットは、丘の上にあるミラドール・キリ・キリ。屋間の眺望も美しいが、おすすめは夜。盆地の底からせり上がるように続く見事な夜景が見られる。

ボリビアのユースホステル

La Paz - Hi Airport Sleepbox Onkel Inn



徒歩圏内にエル・アルト国際空港があるユースホステルです。フロントデスクは24時間対応しており、共用ラウンジ、外貨両替サービスもあります。ATM、ツアーデスク、館内全域での無料Wi-Fiの提供もしています。

ADDRESS: Airport La Paz, La Paz, Bolivia
URL: <https://hihostels.com/ja/hostels/la-paz-hi-airport-sleepbox-onkel-inn>
TEL: 591 2 2492043
E-mail: hostellingbolivia@yahoo.com



06 オアシス

砂漠の中のオアシスは、
それだけで「絵になる」絶景スポット。
中国から、とっておきの秘境をピックアップ。



砂丘の上から楼閣とオアシスを見下ろす



中国 月牙泉

中国

Crescent Lake

三日月のオアシスに寄り添う 仙人の不思議な住居

シルクロードの分岐点、敦煌の郊外にある絶景スポット。かつて仙人の住居であったと伝えられる楼閣に寄り添うのは、なんとも美しい三日月のオアシス。周囲は砂漠に囲まれており、駐車場から湖までラクダに乗って行くこともできる。見渡す限りの砂丘を進めば、シルクロードを行く行商隊の気分になれる。旅のロマンをたっぷり感じられるスポットだ。

中国のユースホステル

Beijing - Peking Youth Hostel



色鮮やかな胡同地区の中央、北京を探索するのに適した場所にあるユースホステルです。万里の長城へのツアーや空港への送迎も行っています。北京植物園が見えるテラスでアフタヌーンティーを楽しむことも。

ADDRESS: 113-2 Nan Luo gu Xiang, Dongcheng District, Beijing, 100006, China
URL: <https://hihostels.com/ja/hostels/beijing-peking-youth-hostel>
TEL: +86-10-8403 9098 / 6401 3961
E-mail: pekinghostel@vip.163.com



07 山間の町

世界に山岳リゾートは数あれど、
やっぱりスイスの美しさは格別だ。
アルプスの山々に囲まれたすてきな町へ。



人気の展望台、シルトホルンへの拠点でもある

Mürren

ミューレン

+

スイス

ユングフラウ 3 山を見上げる 山間の小さな村

スイス観光の中心であるユングフラウ地方にある山村。周囲を山々に囲まれ、360度どこを見てもパノラマの絶景が広がる。建物はスイスならではのシャレー風で、車が入れないため空気もきれい。村の中からアイガー、メンヒ、ユングフラウのユングフラウ3山の頂を見ることができる。周囲には「花の谷」と呼ばれるハイキングコースも多数ある。

スイスのユースホステル

Grindelwald Youth Hostel



世界中からグリンデルヴァルト周辺の山々を体感したい人たちが集まるユースホステルです。暖炉のある部屋とさまざまなレクリエーションルームは、この地域の民家の心地良さを感じることができる場所です。

ADDRESS: Geissstutzstrasse 12, Grindelwald, 3818, Switzerland
URL: <https://hihostels.com/ja/hostels/grindelwald-youth-hostel>
TEL: +41 33 853 10 09
E-mail: grindelwald@youthhostel.ch





Sustainable Tourism

サステイナブル(持続可能)な未来を目指して —
世界各地のユースホステルで取り組みを始めています。

「恵まれた人だけが世界を旅するのではなく、世界中の青少年みんなが世界を旅して、出会いや別れ、自然や文化との触れ合いを経験して学びあう機会を作りたい」
そんな願いを持った一人のドイツ人教師によって“ユースホステル”は始まりました。
100年以上の月日を経て世界中に広がったユースホステルは、その願いを体現する場所。
快適な施設の運営を目指すのと同じように、地域の自然環境や文化を保護し、
「世界の抱える問題に対して私たちユースホステルができることは何か」を考えた活動を実践しています。

ユースホステルを通じた Sustainable Tourism



「誰一人取り残さない」—そんな世界の実現のために国連で採択された、持続可能な開発目標 (SDGs)。

Hostelling Internationalは、国連世界観光機関のアフィリエイトメンバーとしてSDGsの達成に向け、Sustainable Tourismを10のテーマに分けてサステイナブルな運営を実現しています。Hostelling Magazineでは毎号一つのテーマに焦点をあてて紹介していきます。

05


Our Hostels

—私たちのユースホステル—

最近耳にすることも増えてきた「カーボンニュートラル」という言葉。それは、二酸化炭素の排出量と吸収量がプラスマイナスゼロになるということ。Hostelling Internationalでは、電気や水の使い方を定期的に見直し、ローカルな食材を選ぶなど、「カーボンニュートラル」なユースホステルを目指し、環境に優しい取り組みを始めています。



絶景を望むエコな ユースホステルはいかが？

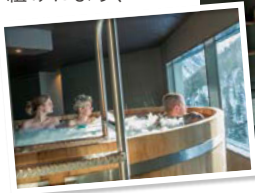
 Swiss Youth Hostels
(スイス)

SDGsへの貢献



ス イスのユースホステルでは、エコフレンドリーな建物向けの**認証ラベル「Minergie」**を取得する活動を2004年から始めています。まずは、マッターホルン山麓の町ツェルマットにあるユースホステルから始まり、標高4000mの美しい山々に囲まれ、その贅沢なスパで有名なユースホステルSaas-Fee

Wellness Hostel 4000など、合計6か所のスイスのユースホステルが「Minergie」ラベルを取得しています。この取り組みにより、合計で**エネルギー消費量を20%削減し、化石燃料の使用量を半減**させることに成功しました。



ペットボトルを減らし、 次世代にも豊かな自然を！

  YHA England & Wales
(イングランド&ウェールズ)

SDGsへの貢献



英 国のイングランドとウェールズ地方のユースホステルでは、ペットボトルを減らす取り組みを始めています。4か所のユースホステルに**ウォーターサーバー**を設置し、ゲストが各自のマイボトルを使うことで、これまでに年間**10万本のペットボトルの削減**に成功しました。今後はウォーターサーバーを13か所のユースホステルに拡大し、**年間50万本の**

ペットボトルの廃棄削減を目指しています。特に、イングランドとウェールズ地方のユースホステルは学校団体による宿泊も多いため、この取り組みを通じて、多くの子どもたちに環境問題について興味を持ってもらい、イングランドとウェールズ地方に点在する**美しい自然や国立公園の保護**にも貢献していきたいと考えています。

原産地はユースホステル！ 究極の地産地消を目指して

 FUAJ
(フランス)

SDGsへの貢献



フ ランスのLa Clusaz ユースホステルでは、**究極の地産地消**を実現するため、ユースホステルの横に**ベジタブルガーデン**を造りました！これにより、安心安全のオーガニック食品の提供だけでなく、現地の気候や風土に合った野菜を栽培し、持続可能な農業をもとに文化、人、自然が共に豊かなような関係を築く「**パーマカルチャー**」(永続性(パーマネント)、農業(アグリカルチャー)、

文化(カルチャー)を組み合わせた言葉)の実現を目指しています。このベジタブルガーデンで栽培された新鮮でおいしい野菜をメニューに取り入れることで、加工の過程で**二酸化炭素を多く排出する肉を使ったメニューを減らし**、La Clusaz ユースホステル単体で計**20トン以上**の二酸化炭素の排出を削減することが可能になります。



Take Action!



Hostelling Internationalでは、世界持続可能観光協議会に認められた品質管理システム「HI-Q&S」を採用しています。「HI-Q&S」マークを取得したユースホステルはその品質、そして社会や環境への配慮が特に優れています。是非一度、「HI-Q&S」マークの付いたユースホステルに宿泊してみよう！



“Our Hostels”に関する
Hostelling Internationalの
取り組みはこちらでも紹介しています(英語)。

● スイス

<http://blog.hihostels.com/2017/04/moving-to-our-hostels-how-travelers-and-hostels-can-reduce-co2-emissions/>



● イングランド&ウェールズ

<http://blog.hihostels.com/2019/02/vote-for-your-favourite-project-now-hisf-2019/>



● フランス

<http://blog.hihostels.com/2018/01/meet-the-2017-hisf-competition-winners/>



ユースホステル

はじめの

ホ

泊まってみたくけど、
ちょっと不安…
どんな場所か
もっと詳しく知りたい！
そんなあなたに、
ユースホステルの基本情報を
わかりやすくお伝えします！



ユースホステルの、
お部屋の種類は？

A いろいろなお部屋の種類があるのもユースホステルの魅力です。一人でも大人数でも、あなたの旅にぴったりなお部屋が見つかります。

➤ ユースホステルといえば、これ！
ユースホステル定番の男女別の相部屋です。国内外からのほかの宿泊客とも交流ができて、ひとり旅でも楽しく過ごせます。



ドミトリー

（現在は、新型コロナウイルス感染拡大防止のため、相部屋のご利用については、ご利用人数の制限や個室へご案内させていただく場合がございます。）

ツインルーム



➤ 二人で、ゆっくりとしたお時間をご夫婦や同性のお友達などで一緒に利用できるお部屋です。ユースホステルによっては、室内にトイレ、洗面所が付いています。

➤ 家族みんなで、にピッタリ！

子ども連れの方や、高齢者の方も快適に過ごせるお部屋です。グループでの利用もおススメです。

和室



Q 宿泊するユースホステルを、
どうやって探せばいいの？

A 日本ユースホステル協会公式HPでは、国内外のユースホステルがエリアごとに紹介されています。旅の目的にあったユースホステルを探すことができますよ！予約方法はオンラインや電話のみのところなど、さまざまなので確認が必要です。

まずは、ココをチェックしてみてね！
<http://www.jyh.or.jp/index.html>



ユースホステルの

個性があふれる共有スペース！

多くのユースホステルには、談話室などの共有スペースが設けられています。宿泊客同士の交流の場であり、マネージャーのこだわりが表れる場所です。宿泊の際の楽しみとして、ぜひチェックしてみてください。

新大阪ユースホステル
吉田 隆 マネージャー



Close up!



旅 教えて! GIRL



窪 咲子(くぼ さきこ)

編集、ライター。出版社を経て、世界一周の旅に出発。トラベルライターとして仕事をしながら世界中を旅する。今までに訪れた国は75カ国以上。地球の歩き方WEBサイトにて世界各国で出会っ

たイケメンのストリートスナップを掲載する「世界イケメンハンター」を執筆。帰国後は「マツコの知らない世界」や「今夜くらべてみました」などメディアにも出演。一児の母となり、子連れ旅を満喫中。著書に「GIRL'S TRAVEL」(ダイヤモンド社)、『恋する世界一周』(イカロス出版)。



oshiete

旅先で食べたもので一番おいしかったものはなんですか？
一番おいしくなかったものも知りたい(笑)



旅をする中で、ヘビの丸焼きやカエルジュースなど、日本では食べる習慣がないような変わった食べ物も口にしてきましたが、口に合わなかったのは、断トツでエチオピアの主食「インジェラ」



です。旅人の間でインジェラは、「見た目は雑巾、味はゲ〇」とまで例えられる恐怖の食べ物。イネ科のテフという植物の粉を水で溶いて、数日かけて発酵させたものをクレープのようにうすくのぼして焼き、「ワット」と呼ばれるおかずにつけて食べます。何日も発酵させているので、非常に酸味が強く、かなりクセのある味。レストランで出てくるインジェラはまだ良いのですが、村を訪れたときに歓迎の意味を込めて焼いてくれるインジェラが、クセモノ(笑)。「いったい何日発酵させたんだ!？」と思うくらい酸味が強く、ときには砂利が入っていることもあるので、非常に口当たりが悪い。村を訪れるたびにインジェラを焼いて、もてなしてくれる気持ちはとてもうれ

しいのですが、そのたびに嘔まずに飲み込んだり、笑顔をキープするのに本当に苦労しました…。2週間の滞在を終え、帰りの飛行機に乗り「ようやくインジェラから解放される!」と喜んでたのもつかの間、機内食の



ふたを開けたらインジェラが入っており、愕然としたことも今では良い思い出です(笑)。



モモ

逆においしかったものとして印象的なのは、ネパールで食べた「モモ」という餃子のような料理やポルトガルで食べたタラのグラタン「バカリヤウ・コン・ナタス」。そして、一番意外性があった



バカリヤウ・コン・ナタス

おいしかったのは、地球の反対側、南米・ペルーの料理です。日本ではあまりなじみのないペルー料理ですが、実は繊細な味付けのものが多く、旅人の間では「美食の国」としても有名。とくに好きだったのは、牛肉とフライドポテトと玉ねぎ、トマトを炒めてしょう



ロモサルタード

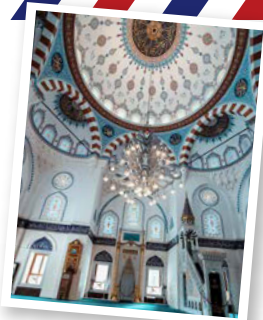
ゆで味付けた「ロモサルタード」。フライドポテトを炒め物の中に入れるという発想にとっても驚きましたが、カリッとした食感がアクセントになり、クセになるおいしさ。黄色い唐辛子とク

リームでチキンを煮込んだ料理「アヒデガジーナ」もクリームカレーのようでとてもおいしく、忘れられない味です。帰国してからもたびたびペルー料理が恋しくなり、東京にあるペルー料理店を探しては訪れるほど、今ではすっかりペルー料理の虜に。新型コロナウイルスの影響で、海外旅行にも行くことも難しい今は、食を通して旅行気分を味わい、たのしんでいます。

最近の

旅
ニュース

息を呑むほどに美しいこちらのモスク、じつは東京・代々木上原にあるものなんです。一般の人でも予約なしで気軽に見学することができる「東京ジャーミイ・トルコ文化センター」は、一歩足を踏み入ると、ここが日本だということを忘れてしまうほどの異国感。モスク内に描かれた装飾やイスラム色豊かなタイルとステンドグラスの美しさは圧巻でした。肌の露出はNGのため、スカーフやビジャブの貸し出しも。売店では、トルコの雑貨やイスラム教の「ハラルフード」が扱われており、文化を理解するのにもぴったり。週末は日本語ガイド付きの見学ツアーやトルコ料理教室なども行われ、日本に居ながらにしてトルコにいるような気分が味わえる素敵な空間でした。



旅先でも地元でも 民俗資料館(等)に 行ってみよう!!



各町に必ずある民俗資料館や歴史博物館(←名称は、各町によちがう)。以前は、サラッと流し見程度だったのだけれど、一度、展示されているものを片端からずんずん読んで見ると、そこはわくわくが止まらない発見の宝庫でした♪

松島町の 晴れの ときどき 旅びより

私は
予想外
すぎる
光景に
出合っ
てしまいましたッ!!

その関係が調べるとあり
滋賀県日野町の民俗資料館に
立ち寄ったんです

穴然ですが
私は4年ほど前から
すし切り祭り
魚すしを
舞う神事
生れ育った滋賀県日野の
民俗行事を毎月追いかけてます

こんな
アイロニーな行事が
残ってるなんて!!
すごい

資料館の
スタッフさんの
日野商人の
ハンパな!!

ちなみに
日野商人とは
近江商人のひとつ。
商人組合を作り
定宿等々
商や物流の
拠点として
手広く
活躍してました

単身赴任の
ように各地へ
行き
醸造業を営む
日野商人も多かった

日野商人が定宿や定宿所
にしてた宿の詳細がビッシリ!!

日野商人を理解するためには、最大のかなコーナー

すし屋

なぜなら
どんな小さな
ところでも
展示の隅から
隅まで
すべての説明文を
読みまくる!!

個人的には
時間がある時が
ポイントです

旅先の民俗資料館や
歴史博物館等を訪れるように

この町の
資料館は
どこかなー?

リヤキョウだ!!
日野商人の
コトなら
その土地の
民俗に
詳しい人が
作り上げてくる
空間
なんだから♡
あまかせ

くわがらと、いろいろもの
時間がある時は必ず

撮影がOKなら
すべての説明文を
撮りこめ

撮影がNGなら
ふみになったコトを
メモしまくります



*スマホの機能大活用

として
疑問に
思ったコトは
スタッフさんに
質問するので



軽く
この時間
滞在して
しまおうです



だって
新発見
だらけで
身軽すぎるん
やもんッ!!



沖縄の某歴史博物館では...



国内の民俗資料館の
最高峰的存在である
大阪の某博物館では...



情報
密集しすぎ!!

あつたぶん
あつたぶん
見終わらない気がする...

はたまた横浜にある
某国際支援も兼ねた施設では



いろんな国の家が
再現されているー
しかも中に入れる♡



ココの施設はメイン対象が
小中学生なので



この国の
小学校では
こんなコトを
学ばなきゃ
子ども目線での
各国の説明も身軽い月

たいていの人は流し見が多けれど
もったいない
コトもーッ



全然期待せずに入った
ーじんまりとしたトコロほど
スタッフさんの愛あふれる
展示が多いかも♡
(松島せ)



あなたの町の民俗資料館や
歴史博物館等にも
訪れてみてください



松島 むう
(まつり むう)

イラストエッセイスト。今までに訪れた日本の島は107島。ユースホステルやゲストハウスに100軒以上宿泊。著書に『日本てくてくゲストハウスめぐり』(ダイヤモンド社)、『島旅ひとりっぽ』(小学館)、『トカラ列島 秘境さんぽ』(西日本出版社)等。最新刊は初監修本『初めてのひとり旅』(樫出版社)。http://muu-m.com/

*施設によっては、メモNGのところもあります。

Membership

ユースホステルに泊まって世界を旅しよう!

世界各国のユースホステルをおトクに利用するなら、ユースホステル会員がオススメ!
ユースホステルの会員にはこんなメリットがあります!

国内外のユースホステルをおトクな会員価格でご利用いただけます!

一部の例外を除き、世界中のユースホステルを10%以上おトクな割引価格でご利用いただけます。

割引提携施設をユースホステル会員割引価格でご利用いただけます!

旅行用品やレンタカーなど、充実した旅をサポートするサービスの割引が満載です!
日本国内の割引提携施設情報はこちら! →<http://www.jyh.or.jp/discount/>

Digital HI Membership なら、もっとリーズナブル!

スマートフォンから簡単にご登録いただけるデジタルメンバーシップなら従来型の会員証より500円おトク! さらにデジタルメンバーだけの特典も♪

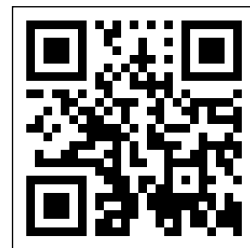
※ご入会はパソコン/スマートフォンから。郵便局からの払込み用紙を使用したお申込みは対象になりません。

すべてのカテゴリが
¥500 おトク!



カテゴリー	従来型会員証		Digital HI Membership デジタルメンバーシップ	
	新規	継続	新規	継続
少年パス 4歳 ~ 中学生	¥1,500-	¥1,000-	¥1,000-	¥500-
青年パス 中学生修了年齢 ~ 満19歳未満	¥1,500-	¥1,000-	¥1,000-	¥500-
成人パス 満19歳 ~	¥2,500-	¥2,000-	¥2,000-	¥1,500-
家族パス 会員証記載の代表者と続柄・年齢を問わず8名までの同行者	¥3,500-	¥3,000-	¥3,000-	¥2,500-
団体パス 10名以上の団体・機関の引率責任者(満18歳以上)	¥5,000-	¥4,500-	¥4,500-	¥4,000-
終身パス 満26歳以上、有効期限は登録の日から終身 ※配属者の終身パスをご希望の方に無料発行	~49歳 ¥50,000- 50~59歳 ¥35,000-	60~69歳 ¥20,000- 70歳 ~ ¥10,000-	お取り扱いはありません	

Digital HI Membership
詳細/ご登録はこちら!



ユースホステルマネージャー募集

全国の直営ユースホステルで働きたい方、ご自身でユースホステルを運営したい方を募集しています。世界的なネットワークの宿の一員としておもてなしの宿を運営していただける仲間を募集しています。

Hostelling Magazine 設置場所募集!

若者の旅を応援する日本ユースホステル協会の発行するフリーペーパー「Hostelling Magazine」の設置場所になりませんか。毎月20部以上の設置・配布にご協力頂ける施設様には送料無料で送りたいします。

※設置には審査があります。詳細は日本ユースホステル協会(somu@jyh.or.jp)までお問い合わせください。

公開中! バックナンバーも読み放題! WEB版 Hostelling Magazine

Hostelling Magazineはネットからダウンロード出来るWEB版も併せて公開しています。これまでに発行されたバックナンバーも読み放題!

詳細はこちらから!

<http://www.jyh.or.jp/hm/index.html>

ユースホステル インフォメーション ※マークは新型コロナウイルス感染拡大予防のための休館

■休館ユースホステル

東京上野ユースホステル(東京都) 2021年春まで
ユースホステルカリンパニ・ニセコ藤山(北海道) 当分の間※
戸隠高原横倉ユースホステル(長野県) 2021年3月31日まで
桃岩荘ユースホステル(北海道) 2021年5月31日まで※
昭和新山ユースホステル(北海道) 当分の間※
大沼公園ユースホステル(北海道) 当分の間
おいらせユースホステル(青森県) 当分の間
つるおかユースホステル(山形県) 当分の間
裏磐梯ユースホステル(福島県) 当分の間
ユースホステル潮来荘(茨城県) 当分の間
ひのほらユースホステル(東京都) 当分の間※
甲府ユースホステル(山梨県) 当分の間
北信州鶴山ユースホステル(長野県) 当分の間

能登漁火ユースホステル(石川県) 当分の間※
川根七曲宿ユースホステル(静岡県) 当分の間
あすけ里山ユースホステル(愛知県) 当分の間
ユースホステル太江寺(三重県) 当分の間
関空オレンジハウスユースホステル(大阪府) 当分の間※
あすかロードユースホステル(奈良県) 当分の間※
高野山ユースホステル(和歌山県) 当分の間
岩国ユースホステル(山口県) 当分の間
大洲城山郷土館ユースホステル(愛媛県) 当分の間
あしずりユースホステル(高知県) 当分の間※
長崎カトリックセンターユースホステル(長崎県) 当分の間
国東半島国見ユースホステル(大分県) 当分の間
吹上浜ユースホステル(鹿児島県) 当分の間
加計呂麻ユースホステル(鹿児島県) 当分の間※

■閉館ユースホステル

知床岩尾別ユースホステル(北海道) 2020年9月30日付
東京隅田川ユースホステル(東京都) 2020年9月30日付
新宮早玉ユースホステル(和歌山県) 2020年8月31日付
福岡ユースホステル(福岡県) 2020年8月31日付
ユースパルあきたユースホステル(秋田県) 2020年3月31日付
ユースホステル熊野市青年の家(三重県) 2020年3月31日付
青い風ガーデンユースホステル(静岡県) 2020年3月31日付
桜島ユースホステル(鹿児島県) 2020年3月31日付
松江レークサイドユースホステル(島根県) 2020年1月31日付
豊郷夢村民村ユースホステル(北海道) 2020年1月31日付
ひろさきユースホステル(青森県) 2020年1月31日付
岩手県青少年会館ユースホステル(岩手県) 2019年12月31日付
白石島・お多福ユースホステル(岡山県) 2019年12月31日付
道中庵ユースホステル(宮城県) 2019年10月31日付

発行日:2020年10月20日/発行所:一般財団法人日本ユースホステル協会(〒151-0052東京都渋谷区代々木神園町3-1国立オリンピック記念青少年総合センター内)/発行人:寺島 真(日本ユースホステル協会)/企画・構成:池田和誠(日本ユースホステル協会)/印刷・製本:サンメッセ株式会社/ディレクター:大津 聡(サンメッセ株式会社)/眞浦 弘樹(サンメッセ株式会社)/製作担当:高橋 潔(サンメッセ株式会社)/デザイン制作・協力:株式会社ノース・ヒル ■巻頭インタビュー 協力:SPECIALIST JAPAN/インタビューア:飯田 陽子(有限会社ミラクルパンチ)/撮影:小林 潤次(株式会社七彩工房) ■国内特集 協力:八ヶ岳ポニーユースホステル/インタビューア:くぼたかおり(Lantana)/撮影:長岡 竜介(長岡写真事務所) ■特別企画 コーディネーター:半田 智志(株式会社ダイヤモンド・ビッグ社)/取材・編集:田中 健作(有限会社グルーポ・ピコ) ■Sustainable Tourism 協力:田中里沙(Hostelling International) ■旅GIRL 協力:窪 咲子 ■晴れときどき旅びより 協力:松島 むろ

宝くじは、 みなさまの豊かな暮らしに 役立っています。



宝くじは、図書館や動物園、学校や公園の整備をはじめ、
 少子高齢化対策や災害に強い街づくりまで、さまざまなかたちで、
 みなさまの豊かな暮らしに役立っています。

一般財団法人 日本宝くじ協会は、宝くじに関する調査研究や
 公益法人等が行う社会に貢献する事業への助成を行っています。

一般財団法人
日本宝くじ協会
<http://jla-takarakuji.or.jp/>

