

# H<sup>OSTELLING</sup> Magazine

COVER INTERVIEW

## ガンバレルーヤ

挑戦できることがあるって、  
幸せなこと!



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。





いつでも、どこでも、  
おいしいは  
あきらめない。

おいしいね、便利だね  
**Smartランチ**  
**ランチパック**

森三中・大島美幸、ガンバレルーヤ（よしこ、まひる）によるユニット



Miyuki



yoshiko



Mahiru



マイムー

あ そ ぼ う ぜ

# MyM "ASOBOZE"

Lyric : MyM / Music : Matt Cab, MATZ, ずま / Produced by Matt Cab, MATZ

## NOW ON SALE

「心に残る」

「美味しい」

「音楽」

MyM means M = Memento, y = Yummy, M = Music.



楽曲制作の様子はYouTube「大島本気チャンネル」にて公開中

STARBASE RECORDS

日本ユースホステル協会は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 (Hostelling International) 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。

子どもはおとなに。  
おとなは子どもに、  
なれる場所。



|    |  |
|----|--|
| 02 | Cover Interview<br>ガンバレルーヤ<br>挑戦できることがあるって、<br>幸せなこと！                                    |
| 08 | Youth Hostel Pick up<br>屈斜路原野ユースゲストハウス<br>ひがし北海道の大自然に身を預け<br>心洗われる「癒しの宿」                 |
| 12 | Hostelling Magazine × 地球の歩き方<br>紅葉に彩られる<br>カナダ東部のフレンチタウン                                 |
| 16 | 鉄道写真家 櫻井 寛「列車で行こう！」  |
| 18 | 松島むうの晴れときどき旅びより  |
| 20 | YH-GUIDE ユースホステルガイド<br>福島県 / 栃木県 / 群馬県 / 千葉県 / 東京都<br>神奈川県 / 山梨県 / 新潟県 / 富山県 / 石川県 / 長野県 |

※本誌の情報は2024年9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。

挑戦できることがあるって、  
幸せなこと！

Hostelling Magazine Cover Interview

# Ganbareruya

PROFILE |

お笑いコンビ

ガンバレルーヤ

2012年結成。吉本興業所属。よしこ(左)愛知県出身。まひる(右)鳥取県出身。「世界の果てまでイッテQ!」(日本テレビ)など数多くのバラエティ番組へ出演。体を張った芸と、仲のよさが伝わるほんわかトークが老若男女から大人気。ラジオ、YouTubeにも活躍の場を広げている。2023年1月よりまひるの地元、鳥取県大山町の観光大使に就任。2024年5月、森三中大島とのコラボユニット「MyM」で楽曲リリース。デビュー曲「ASOBOZE」では作詞やラップにも挑戦するなど、バラエティ以外の才能にも注目が集まっている。



食わず嫌いはもったいない！  
海外ロケは未知の経験の連続

—世界中を飛び回っているお二人が、これまでに訪れた場所の中で特に印象に残っている場所はどこですか？

よしこ：印象深かった場所は5年ほど前に行ったオーストラリアです！先住民のアボリジニの方々の暮らしを体験するという番組のロケに伺ったときに、現地の方が木に付いている男性の中指ぐらいの大きさのイモムシを取って「これがアボリジニにとっては普通なんだよ」と、生きたまま食べていたんです。私も子どもの頃から蜂の子を食べたりしていたので、苦手ではなかったんですけど「生きたまま」というのは初めての経験で…。でも食べてみたらめっちゃおいしくて！口に入れた瞬間、中身がトロっとまるで卵の黄身のように…。生臭さや虫臭さなんて一切ない、上質な美容液を食べているような感覚なんです。バラエティ番組で昆虫を食べるときって「うえ～！食べたくない！」みたいなリアクションを期待されるんですけど、おいしすぎていい言葉しか出てきませんでした(笑)。

まひる：他にもインドネシアでミズオオトカゲっていう全長2mぐらいのトカゲを捕まえて丸焼きにして食べたり、タイではフンコロガシが転がしているフンの中にいる幼虫を茹でて食べるもしたよね。

よしこ：あれはびっくりしたよねえ。あと、タイで大きなネズミの姿焼きも食べたね！

まひる：でも、どれも食べてみたらおいしいんだよね(笑)。私たち、普通のごはんよりも「ゲテモノ」といわれるような料理のほうがスラスラと言葉が出てきて流暢な食リポができるんです(笑)。

—どんなことでも試してみるというのは大切ですね！

まひる：何事も食わず嫌いをするのはもったいないって思います！

よしこ：現地の人が食べてるってことは、それだけおいしいってことだもんね。

まひる：私はこの前行ったモンゴルが印象深いです！モンゴルにはゴビ砂漠というすごく大きい砂漠があって、そこに向かうために町から車で15時間ぐらいかけて移動していたんです。砂漠に近づくにつれて周りには何もなくなって、途中でトイレに行きたくなくてももちろんトイレなんてないから、もう大自然の中でするしかなくて…。車を降りて少しでも隠れられる場所を探したものの、そこら中に野生の馬やラクダや牛やガゼルが

いて、1人になれない…。もう仕方ないから野生の動物たちに囲まれながら、彼らと目が合った状態で用を足しました(笑)。最初は怖かったんですけど、みんな大草原の中で自由に暮らしてるからか、すごいおびおびしてて、私のことなんて全然気にしていないんですよ。それがすごく新鮮で、原始的でおいしい体験でしたね。今までで一番爽快感があって気持ち良かったです(笑)。

—どの思い出もスケールが大きい(笑)。旅の楽しみのひとつに、旅先での出会いもあるかと思うのですが、お二人の「旅先での忘れられない出会い」についてもお話を聞かせてください！

よしこ：私はイギリスで出会った「絶対に笑わない女」という人かな。「生まれて一度も笑ったことがない。子どもを産んだときも笑わなかった」という人を笑わせる企画で、その人の家に伺ったんです。

まひる：「笑いじわを作りたくないから笑わない」という、美意識が高い人だったね。

よしこ：そうそう！確かにお会いすると「きっと、一回も笑ったことないんだらうな」というようなお肌がツルツルの方だったんです。その企画では、その「絶対に笑わない女」に牛乳を含んでもらって、お笑い芸人たちが彼女を笑わせようとするんですけど、本当に全然笑わなくて…。でも、私がアンジェリーナ・ジョリーの顔まねをしたら、その人の口元からツーンって牛乳が(笑)。嬉しかったですねー！

まひる：フィンランドの現地コーディネーターさんとの出会いも忘れられない(笑)。凍った湖の上で飛び石渡りとか、クレイジーなアクティビティを開発しているマルクっていうコーディネーターがいるんです。初めてお会いしたときに、手と足を骨折した状態で「よろしく!!」って言われて(笑)。

よしこ：片腕を骨折してるから顔半分ヒゲが剃れてない状態で(笑)。

まひる：怖かったよね！「とんでもない現場に来ちゃった…」って。

お笑い芸人を目指すべきかけと  
運命の相方との出会い

—Hostelling Magazineは学生の読者の方が多いフリーペーパーなのですが、お二人はどんな学生でしたか？よしこさんは愛知出身、まひるさんは鳥取出身ですよ。

よしこ：私は通っていたとき中学校の学校一のヤンキーに恋す



Ganbareeruya

る学生時代でした(笑)。その男の子は朝登校してくるときにいつも鉄パイプを持って、それを見て「なんてカッコいいんだ！」と思ってました…。

まひる：私は小・中学校では野球部、高校ではソフトボール部に入っていたスポーツ少女でした。男の子たちの中に女の子1人混じって遊ぶような、活発な子でしたね。生まれ育ったのが鳥取県の田舎町ってこともあって、何をしても大自然の中。木登りや登山をしたり、夏には海に行ったり。水泳の授業も海でやっていました。そういう経験を子どもの頃から経験させてもらったのが、今の仕事にも活かしていると思います。

よしこ：そういう自然の中で育ってる子がいっぱいいるから、まーちゃん(まひる)の地元って純粋な子ばかりなんです。以前まーちゃんの地元でロケをしたとき、まーちゃんと同じクラスだった子に「まーちゃんの中学校のときの暴露話ってある？」って聞いたら「これ言ってるのいいのかな…？大丈夫かな…。実は、まーちゃん、放課後校舎の裏で側転してました…」って。もう、かわいすぎません(笑)?!そしたら、その子とまーちゃんが二人で「懐かしいな～」って言いながら側転しだしちゃって！な～って純粋な子たちなんだろうって思いましたね。

—アニメの世界のような、おびおびとした学生生活だったんですね！まひるさんの通っていた学校には、よしこさんが憧れるようなヤンキーはいなかったんですか？

まひる：う～ん…ガムを噛んでる子とかはいましたけど。

—かわいい(笑)。ちなみに、お二人が学生のときの旅の思い出はありますか？

まひる：私の通っていた中学校は、中学3年生の夏休みに韓国がアメリカのどちらかに行っていたんです。私たちの年代は韓国で、1週間ぐらいホームステイをしながら「韓国は食器やお箸が金属なんだ」とか「日本ではお茶碗を持って食べるけど韓国では失礼なんだ」とか、初めて文化の違いに触れて「こんなに近い国でも文化が違うんだ」とってカルチャーショックを受けた記憶があります。

よしこ：中学で海外に行ってるってすごいね！

まひる：小学生のときも夏休みには沖縄のお家にホームステイさせてもらって、逆に冬は沖縄の子が私のお家に1週間ほどホームステイをして…といういろんな体験をさせてもらえる地域だったの。

よしこ：えー、すごい学校だなあ。私は家族旅行で年に1回行ってた、北陸旅行が印象に残ってるかな。毎年同じお宿に泊まるんですけど、初めて行ったときに泊まったのが長寿双子で有名な「きんさんぎんさん」が泊まったお部屋だったんです！なんか部屋の中にすごいでかい岩があったのを覚える(笑)。ちなみに、その部屋に泊まった恩恵か、私のおじいちゃんは今

101歳なんですよ！

—お二人は、どんなきっかけでお笑い芸人という同じ道を目指すことになったんですか？

よしこ：私は小学生の頃にテレビで明石家さんまさんを見て「こんな人になりたい！」と思ったのがきっかけでした。生まれたときから極度の恥ずかしがり屋で「そんな自分を変えたい」とずっと思っていたんです。学校のクラスでも「はいはい！」って積極的に手を挙げて喋る人を見て憧れていたくらい。さんまさん

で恥ずかしがり屋の対極にいる人じゃないですか(笑)。さんまさんみたいな芸人になれば、自分を変えられるかもしれないと思って、お笑い芸人を夢見るようになりました。

まひる：私は元々『世界の果てまでイッテQ!』が大好きで、珍獣ハンターとして活躍されているイモトアヤコさんとは地元が一緒だったんです。中学校の数学の先生が、実はイモトさんを教えていた先生だったというご縁もあって。イモトさんは当時から地元鳥取県の大スターで、その先生から学生時代のイモトさんのお話を聞いているうちに、自分も『イッテQ!』に出たいという気持ちがどんどん強くなって、お笑い芸人を志すようになりました。それともうひとつ『志村けんのパカ殿様』が大好きで、この2つの番組にいつか出演したいという夢がありました！

よしこ：まーちゃんはこの2つの夢を叶えて、両方の番組に出られたんですよ！すごいですよね。

—憧れていた番組に出演するなんて、本当にすごいです！そんなお二人がコンビを結成するきっかけは何だったんでしょうか？

よしこ：大阪にある吉本興業の養成所に入るために愛知から引越したマンションが、まーちゃんとたまたま一緒だったんだよね。

まひる：そうです。私は初めての一人暮らしの緊張からか便秘で苦しくなってしまうと、マンションのエレベーターでうずくまっていたら、よっちゃん(よしこ)が乗ってきて「大丈夫ですか？」って声をかけてくれて。その後、私の部屋に便秘に効くからってきんぴらごぼうを作って持ってきてくれて。それがきっかけですごく仲良くなったんです。

よしこ：でも、きんぴらごぼうを持っていったとき、ドアをノックしたら居留守を使われました(笑)。警戒されていましたね…。でも、そこからは仲良くなって、ずっと一緒に住んでいます！

—お仕事でもプライベートでもいつも一緒だと「1人になりたい！」と思うことはないですか？

まひる：もうコンビを超えて家族みたいな感覚なんです。「一緒にいるのが当たり前」みたいな。だからお互い結婚するまでは、ずっと一緒にいるんだろうな、と思ってます。私の夢は、将来お互い結婚して、同い年の子どもを産んで、同じ幼稚園、小学校に通ってママ友でもあり、親友でもあり、家族でもあって…隣同士に家を建てて、1階をぶち抜いて廊下をつなげて…。

よしこ：壁をぶち抜かれるのは嫌だよ(笑)！同じ団地に住むぐらいの距離感だったらいいけど。

## 「挑戦できることがある幸せ」を実感するお笑い芸人としての生活

—お二人がお笑い芸人としてのキャリアを歩む中で、大変だった時期はありましたか？

まひる：上京したての頃にたまたま出演した番組のレギュラーになることができたんですけど、最初から出し切っちゃった感があって。何を武器に戦っていったらいいのか悩んだ時期がありました。私たちはボケとツッコミがはっきりしているコンビではなくて、“仲の良さ”と“顔芸”だけで勝負していたので…。でも、そのとき宮川大輔さんから「ボケとかツッコミのスペシャリストはいっぱいいるけど、2人にしか出せないこの雰囲気は唯一無二だよ」って言葉をかけてもらって、すごく楽になったんです。

よしこ：私たちは本当に周りの人に恵まれていて、たむらけんじさんやダイアンの津田さん、バスケットブラザーズのきんさんとか、いろんな先輩が温かい言葉をかけてくれるんです。

—2024年5月には森三中の大島さんと一緒に音楽ユニット「MyM(マイム)」を結成されて、配信シングル『ASOBOZE』でデビューもされましたね！

まひる：森三中さんは子どもの頃から大好きだったので、お仕事で一緒するようになった今でもふとしたときに「あれ？何で今、私の隣に森三中の大島さんがいるんだろう？？」って思うことがあります(笑)。

よしこ：以前大島さんのYouTubeチャンネルで歌わせていただいたときの動画をレコード会社の方が見てくださって、声をかけていただいたのがきっかけでした。実はこのオファーがくる前から、まーちゃんは「3人でデビューしましょうね！」って大島さんにずっと言っていたんですよ。

—夢や希望を声に出していると思慮と応援してくれる人が集まったり、サポートしてくれる人が現れたりってありますよね！

まひる：そうなんですよ！私は上京したてのとき、出る番組出る番組で「『イッテQ!』に出たいです！」って言い続けていたんです。そのときにダイアンの津田さんが「言葉ってあるから、やりたいことは言い続けなアカんで！」って言ってくださって。口に出したら夢や目標は叶うっていうのを信じて、言い続けるよ

うにしているんです。

—私もどんどん夢を声に出すようにしよう…。お二人はお仕事をしている中でどんなときに「楽しい！」と感じますか？

まひる：ありがたいことに、番組の企画で何かに挑戦させていただく機会がすごく多いんです。子どものときって、テストとか部活とか体育祭・文化祭とか、何かに向かって取り組む機会がありますけど、大人になるとそういう機会がどんどん減っていきますよね。でも、お笑い芸人のお仕事は、例えば一輪車をやってみたり、バンジージャンプに挑戦したり、いつも何かに挑戦できるんです。毎回「もう無理！」と思うけど、やり終えたときに「挑戦できることがある幸せ」を感じます。

よしこ：達成感がすごいよね！同行しているスタッフさんもずっと見守ってくれているので、達成したときはみんなで「よっしゃー！」って、喜んでくれるんです。

—最後に、これからお仕事でもプライベートでも、行きたい国、やってみたいことを教えてください！

まひる：スペインに行きたいです！行ったことのある方々が口々に「とにかく料理がおいしい！」とおっしゃっているの。それに、よっちゃんは地中海料理が一番好きなんです。だから、よっちゃんに本場のパエリアを食べさせてあげたいんです。

よしこ：私はジョージアに行ってみよう！海外でのロケの合間にジョージア料理のレストランに行っただけなんですけど、どの料理もめっちゃくちゃおいしくて！特にハチャプリという、ツチノコみたいな形のパンの中央に窪みがあって、その窪みにチーズソースがたっぷり入っている料理。パンをちぎってチーズに浸けて食べるんですけど、これがとにかくおいしくて、本場のジョージア料理を食べてみたいなあ。

—お二人を旅に駆り立てるのは「食」なんですね！「絶景を見に行きたい！」というようなことはないですか？

まひる：絶景スポットにも行きたいですけど「絶景＝バンジージャンプ」みたいなイメージがついちゃって…。景色が綺麗になればなるほどドキドキしちゃう(笑)。

よしこ：崖があれば登られるし、登ったらバンジーで飛び降りさせられるもんね(笑)。



抽選で **ガンバレルーヤさん直筆サイン入り色紙1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し込みフォームから！

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

応募〆切: 2024年12月末日

※当選者にはご応募時に登録いただいたメールアドレス宛にご連絡いたします。  
©jyh.or.jpからのメールが受信できるように設定をお願いいたします。



源泉かけ流し温泉と元板前オーナーの手料理を

## 屈斜路原野ユースゲストハウス

北海道・道東エリアの弟子屈町にあるユースゲストハウス。JR釧路本線「摩周駅」から、宿の送迎車(前日までに要連絡)で約20分。レンタカーを使えば、女満別空港から約1時間、釧路空港からは約1時間30分の道のりだ。屈斜路湖はもちろん、摩周湖や阿寒湖、釧路湿原などを日帰りで見学することができる。



割引クーポン配布中

〒088-3341 北海道川上郡弟子屈町字屈斜路原野443-1  
電話:015-484-2609 URL:<https://www.gogogenya.com/>

### Youth Hostel Pick up

# ひがし北海道の大自然に身を預け 心洗われる「癒しの宿」

## 屈斜路原野ユースゲストハウス

### 自然の宝庫・屈斜路湖を望む原野に佇む ヨーロッパ風のユースゲストハウス

「ひがし北海道」と呼ばれる道東エリアの、ほぼ中央に位置する弟子屈(てしかが)町。東京23区を超える、約775kmという広大な面積のおよそ3分の2が、阿寒摩周国立公園に含まれている。日本最大のカルデラ湖である屈斜路(くっしゃろ)湖と、そこから流れ出て釧路湿原を形成する清流・釧路川、それらを取り囲むのは藻琴山(もことやま)などの外輪山だ。さらに、国内でも有数の透明度とされる摩周湖、今なお噴煙が立ち上る活火山・硫黄山(いおうざん:別称「アトサブリ」)など、起伏に富んだ町内の自然はとにかくスケールが大きい。銀世界の広がる長い冬を経て、若葉の萌える春、生物が躍動する夏、極彩色の木々

が一面を覆う秋と、いつ訪れても異なる表情を見せてくれる。今回訪れたのは、屈斜路湖にほど近い「屈斜路原野(げんや)ユースゲストハウス」。遠くからでも一目でわかる洗練されたデザインの建物は、札幌出身の建築デザイナー・荒木毅(あらかき・たけし)氏が手がけた。中心にそびえる塔の内部は吹き抜けて、1階のダイニングと2階の客室エリアをつなぐ広々とした空間を形作っている。中世ヨーロッパの教会堂をモチーフにしたその宿で私たちを迎えてくれたのは、オーナーの山本和之(やまもと・かずゆき)さん。そして、娘でサブマネージャーの目谷日和(めや・ひより)さんと、日和さんの夫でマネージャーの和輝(かずき)さんだ。北海道に魅了された山本さんが、この地でユースゲストハウスをオープンさせるまでの歩みや、目谷さん夫婦と運営する宿の特徴、おすすめの過ごし方などについてお話を伺った。

### 17歳、ユースホテルで体験した 「真夏の冒険」がすべての始まり

オーナーの山本さんは大阪府出身。初めて北の大地に足を踏み入れたのは、高校2年、17歳の夏休みだった。「中学の頃、ボーイスカウトを通して知り合った大学生に『ユースホテルに安く泊まって、北海道を旅した』と聞きました。北海道なんて外国くらい遠いイメージだったから『いつか自分もそういう旅行をしたい』と、ずっと思っていたんです」  
自転車を駆って京都・舞鶴港へ向かい、フェリーで小樽へ。ユースホテルを渡り歩きながら函館や洞爺湖・支笏湖などを周遊した。そして、ひよんなことから1カ月間、積丹(しゃこたん)ユースホテルのヘルパーとして働くこととなる。



屈斜路カルデラの外輪山に囲まれた平原に建つ屈斜路原野ユースゲストハウス。サイロのように見える塔は吹き抜けて、客室のドアを開けるとラウンジを見下ろせる。

ユースホテルよりプライベート空間を重視したユースゲストハウスのカテゴリーに属する屈斜路原野ユースゲストハウス。ロフト付きのお部屋はファミリー利用にもピッタリ!



マネージャーの目谷和輝さん(左)とサブマネージャーの日和さん(右)ご夫妻。癒し担当の看板猫、チョコちゃん(左)とよもぎちゃん(右)も一緒にハイ、チーズ!



「道中で意気投合した同学年の自転車旅仲間と『ユースホテルを手伝ってみたいよね』という話になり、北海道に来て最初に泊まった積丹ユースホテルに電話したのがきっかけです。年上のお客さんから『仕事を辞めて旅をしてる』とか『秋になったらインドに行く』とか、高校生の自分には想像できない話を聞けてすごく視野が広がりましたね。爆発的に友達も増えて『友達100人ってこういうことなんだ』と実感しました(笑)」  
その非日常体験は山本さんに大きなインパクトを与え、翌年以降も夏になるとヘルパーとして積丹ユースホテルを訪れた。高校卒業後「北海道でユースホテルを経営したい」という思いが湧き上がり、まずは料理を身に付けようと、調理師学校を経て京都の料亭で修業。23歳で札幌に移住し、寿司店やホテルで技を磨きながら、夢への階段を一歩ずつ上がっていった。

## 7,000坪の土地に開いた念願の宿 30年の時を経て「2代目」が奮闘中

そして1993年、29歳になった山本さんは、7,000坪を数えるこの土地にめぐり合った。前出の建築デザイナー・荒木さんとは当時のパソコン通信でつながり、設計を依頼。約13mの高い天井が特徴の“デザイナーズゲストハウス”をオープンさせた。

「北海道に魅了されていたからこそ、スケールの大きな道東の自然の中で宿をやりたいかった。『宿に泊まるときくらいはおいしいものを』と、料理を売りにして、妻と大阪から呼び寄せた両親の家族4人で始めました」

それから30年以上、多くの旅人たちを迎えてきたこの宿に今、若い2人が新しい風をもたらしている。高校卒業後、宿を手伝っていた娘の日和さんと、配ぜん人や料理人を経験して札幌で働いていた和輝さんが、2019年に結婚。「2代目」として奮闘中だ。「付き合った頃に宿の話聞いて『おもしろそうだな』と思っていたんです。深夜バスに乗ってここに遊びに来たり、手伝いをするようになって、結婚後はマネージャーに。自分がアイデアを出して作った料理に『おいしかったよ』という言葉もらえたり、お客さまが喜ぶ姿を見るのが楽しいですね」

そう微笑む和輝さんに、日和さんは大きな信頼を寄せているという。

「宿の仕事は父の天職。料理に関してはプロで、接客も得意です。夫も物怖じしない人だし、そこは父と共通しているなって思っています」



若いマネージャー夫婦を支える、前マネージャーでオーナーの山本和之さん。料亭やホテルで和食を基礎から学んだ山本さんの料理を自当てに通う常連客も多い。



「SNSに載せるために始めた」という山本さんの雲海の写真はプロも唖る腕前。ホームページやSNSで日々更新されるほか、年末には銀座で個展が開催される。

## モダンな客室と天然温泉で疲れを癒し 絶品料理と数々の自然体験を楽しむ

モダンな内装で、どこかほっとする雰囲気のある屈斜路原野ユースゲストハウス。個室・ドミトリー双方を備える客室は、ロフトの付いた山小屋風の空間が広がり、大きな鏡の付いた洗面台がすべての部屋に設置されている。そしてお風呂は天然温泉かけ流しでいつでも入浴OK。血液の流れを良くするとされるナトリウム・カルシウム硫酸塩泉で、旅の疲れを癒そう。

「離島レベル」に暗くなるという夜には満天の星を仰ぎ見て、翌朝は早起きして「雲海ツアー」に参加するのがおすすめです。

「屈斜路湖に浮かぶ雲海は絶景。津別峠や美幌(びほろ)峠と、季節ごとの見え方に合わせたスポットにご案内します。最近では海外の方もツアー目当てにいらっしゃいますね」(山本さん)

そしてこの宿に来たなら、地場の食材を贅沢に使った料理を味わってほしい。ジビエなら、鹿肉のあぶり焼きにしゃぶしゃぶ、赤ワイン煮込み。シマエナガなどの野生動物をモチーフにしたパフェなど、日和さん特製のスイーツも絶品だ。ランチも対応可能なので、事前に相談してみよう。

取材の最後、宿の未来を担う2人がこう語ってくれた。「この宿を、皆さんにとっての癒しの場だと思ってほしいですね。都会の人ごみに疲れたら、屈斜路原野ユースゲストハウスに心を洗いに来てください」(和輝さん)

「天気も景色も移り変わっていくのが屈斜路湖の魅力。来るたびに新しい発見をして『エモい』気持ちになっていただきたいです」(日和さん)



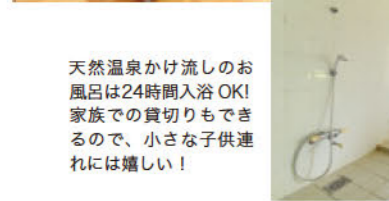
日和さんこだわりのパフェは「映え」にこだわった逸品！



臭みの少ない新鮮な鹿肉をしゃぶしゃぶで。料理自慢の同YHでも人気の逸品！



塔の窓から自然光が差し込むラウンジで語らいのひとときを。



天然温泉かけ流しのお風呂は24時間入浴OK! 家族での貸切りもできるので、小さな子供連れには嬉しい！

### A 屈斜路湖



国内最大のカルデラ湖・屈斜路湖。水源の8割を占める清らかな湧水が、豊かな生態系を支える。絶景と自然を堪能できる「和琴半島自然探勝路」(約2.5km)の散策もおすすめだ。

弟子屈屈斜路湖  
TEL:015-482-2200  
(摩周湖観光協会)

### B 川湯ビジターセンター



阿寒摩周国立公園摩周地域の自然や生物・歴史などを、多彩な展示や映像から学べる施設。カフェコーナーでは、町内で焙煎されたコーヒーを、アカエゾマツの森を眺めながら楽しめる。

弟子屈町川湯温泉2-2-6  
TEL:015-483-4100

### C 硫黄山 MOKMOKベース



活火山・アトサヌプリ(硫黄山)の麓にある観光拠点。噴煙を上げる硫黄山の雄姿を望む「MOKMOKシアター」や、硫黄山の歴史に触れる「硫黄山ミュージアム」など、見どころ満載だ。

弟子屈町川湯温泉  
1丁目52-1  
TEL:015-483-3511



### 弟子屈町ってこんなところ！

「弟子屈(てしかが)」の由来は「岩盤の上」という意味のアイヌ語。原生林が広がっていた弟子屈の開拓が始まったのは明治時代で、アトサヌプリ(硫黄山)の硫黄採掘が盛んに行われた。1897年、村の大半が当時の皇室の御料農地となり、農業で発展。1947年には町制施行により「弟子屈町」が発足し、現在は約6,500人が暮らす観光と酪農の町となっている。このページでは、屈斜路原野ユースゲストハウスからアクセスしやすい、町内のスポットを紹介する。

### 弟子屈町おすすめ SPOT

### D 摩周湖カムイテラス



神秘的湖・摩周湖の多様な表情を体感できるスポット。透明度の高い水面に空の青が鮮やかに映る「摩周ブルー」が眼下に広がる、展望テラスからの大パノラマは圧巻だ。

弟子屈町摩周湖第一展望台  
TEL:015-482-1530

### E 渡辺体験牧場



摩周山麓で約120頭の乳牛を育てる、70ヘクタールの農場。エサやり、乳しぼりのほか、アイスクリーム・バターづくり、トラクターでの草原周遊など、さまざまな体験ができる。

弟子屈町原野646-4  
TEL:015-482-5184

### ガラス工房&スイーツcafe F grand-jete' (グランジュテ)



屈斜路湖のほとりにある工房。ガラスアクセサリーの製作・販売のほか、パティシエがつくる本格スイーツも提供している。サンキャッチャーなどの製作体験(要予約)も可能。

弟子屈町屈斜路470  
TEL:080-5792-9455



抽選で **ペア宿泊券(1泊2日)1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し込みフォームから!

<http://www.jyh.or.jp/hmQ> 応募〆切:2024年12月31日

※当選者にはこの応募欄にご登録いただいたメールアドレス宛にご連絡いたします。  
@jyh.or.jpからのメールが受信できるように設定をお願いいたします。



五大湖から大西洋に注ぐセント・ローレンス川沿い。北米唯一の城塞都市として、旧市街が世界遺産に登録されているケベック・シティ。長い間フランス植民地の中心として栄えた町には、今も、フランス文化の香りが色濃く漂う。



紅葉に彩られる

# カナダ東部のフレンチタウン

Canada / Québec city

(カナダ / ケベック・シティ)

高台にあるシタデルのそばから見たアップー・タウン

ミートパイなどのケベックの伝統料理を味わいたい



ケベック州は、メープルシロップの一大産地！こちらは、氷の上にシロップを垂らし固め、へらで丸めて食べるメープルタフィー

## 紅葉シーズンについて

カナダの東部に広がる広葉樹林帯、いわゆる「メープル街道」。ケベック・シティはこの東の端にあたり、秋には町なかでもすばらしい紅葉が見られる。紅葉シーズンはその年の気象条件により多少のズレはあるが、だいたい9月中旬～10月中旬頃。



## 世界遺産の旧市街を歩く 1日モデルルート

旧市街は、城壁に囲まれたアップー・タウンと、川沿いに広がるロウワー・タウンに大きく分かれる。それほど広くないので、1日でぐるっと回るのにちょうどいい。

START!



建物の内部は町の歴史や軍隊についての博物館になっている

### 西洋式の星形要塞 シタデルを見学

AM10:00

イギリス統治下に建設された、星形の西洋式要塞。建設は1820年から始まり、完成したのは1857年。現在もカナダ陸軍が駐屯している。内部が公開されており、6月下旬～9月上旬のみ衛兵交替式も行われる。



夏のみ赤い制服に身を包んだ衛兵の交替式が見られる

徒歩20分



開放的な木のテラスを歩こう

### テラス・デュフランを歩き シャトー・フロントナックの下へ

AM11:30

シタデルから総督の散歩道という階段を下り、テラス・デュフランへ。正面にそびえるのは、町のシンボルであるホテル、フェアモント・ル・シャトー・フロントナックだ。



テラスの端にはシャンプランの像が立つ

徒歩3分



ケベックの偉人たちが眠っている

### ノートルダム大聖堂の黄金の祭壇に感動☆

PM13:00

ケベック・シティの祖であるサミュエル・ド・シャンプランにより創建され、焼失、再建を繰り返し1925年に現在の姿に。左右非対称の塔を持つバロック様式の建物で、黄金の祭壇やステンドグラスが見もの。



ガイドツアーで地下にも入れる

徒歩3分



画家たちと話すこともできる

### トレゾール通りで地元アートをチェック

PM12:30

シャトー・フロントナック前のダルム広場を通り、狭い小道へ入る。ここは「トレゾール通り」と呼ばれるアートストリート。道の両脇には画家たちの描いた絵がズラリ。

徒歩6分

1日中にぎやかな通り



手作りのスカーフを販売する店もある

徒歩8分

### 北米最古のショッピング街 プチ・シャンプランでお買い物

PM14:00

アップー・タウンから「首折り階段」を下りた先がロウワー・タウン。階段の途中、正面に広がるのがプチ・シャンプラン地区だ。北米で最も古い繁華街で、道の両脇にカフェやショップが並ぶ。



広場の中央に立つ銅像はフランス国王、ルイ14世

### ロウワー・タウンの中心 ロワイヤル広場へ

PM16:00

ラストは、ロウワー・タウンの中心であるロワイヤル広場。1608年に初めて住居が建てられた、ケベック・シティ発祥の地。広場に面して教会やかつての豪商の邸宅が並んでいる。



そばにはケベックの歴史を描いた壁画が

# ケベック・シティを もっと楽しむ 5 TOPICS

昔ながらの町並みと伝統が今も残るケベック・シティ。

グルメからクルーズ、メープルシロップにネイチャースポットまで、町をさらに楽しむ情報をお届け！

TOPICS

01

これぞ伝統の味！

## ケベック料理を味わう

ケベック・シティには「ケベック料理」と呼ばれる、フランスの食文化の影響を受けながら独自に発展した郷土料理がある。肉や豆をたっぷり使った、素朴でハイカロリーな料理が多い。

ここで食べる！

### オーザンシアン・カナディアン Aux Anciens Canadiens

伝統的なケベック料理を味わうならここへ。赤いトタン屋根の昔ながらの建物で、内装もクラシカル。アラカルトのほか

コース料理などもある。

ADDRESS: 34 Rue Saint-Louis  
TEL: (418) 692-1627  
URL: <http://www.auxancienscanadiens.qc.ca>



昔の服で給仕します



名物メニューはコレ！



ジビエ肉の盛り合わせ



野趣あふれるジビエ料理も定番。こちらはシカ肉やエルク肉、バイソンのグリル



メープルシロップパイ

デザート定番は、ケベック州産のメープルシロップをたっぷり使ったパイ

ケベック料理盛り合わせ

ミートパイやミートボール、煮込みなど肉料理の盛り合わせ。付け合わせはベイクドビーンズ



バイソンのグリル

バイソン肉のグリルのブルゴーニュ風。ワインを使ったソースが味の決め手

TOPICS

02

カナダで大流行中！

## 地元生まれのファストフード

ケベック・シティの小さなファストフード店「シェ・アシュトン」で生まれたプティンは、今やカナダを代表する B級グルメに！フライドポテトにチーズとグレービーソースをかければ完成。パブなどでも食べられる。

ここで食べる！

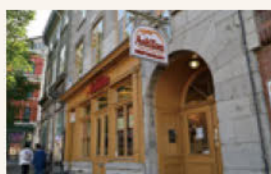
### シェ・アシュトン Chez Ashton

ローカルファストフード店。ケベック・シティとその周辺に20店舗以上を展開している。ほとんどの客の目当ては、この店生まれのプティン。

ADDRESS: 54 Côte du Palais  
TEL: (418) 692-3055  
URL: <http://www.chezashton.ca>



かなりの量だが、カナダ人は女性でも1人でペロリ



TOPICS

03

船に乗って対岸の町へ

## お手軽クルーズで町を一望！

ロウワー・タウンからセント・ローレンス川対岸のレヴィイまでは小型のフェリーが結んでいる。約10分のクルーズだが、実はこれ、穴場の絶景スポットなのだ。川とロウワー・タウン、シャトー・フロントナックが一望でき、まるで絵のような美しさ。



昼のほか夜に乘るのもおすすめ

実は種類いろいろ！

## メープルシロップをおみやげに

カナダの国旗にも使われるサトウカエデ(シュガーメープル)の樹液を煮詰めた自然甘味料が、メープルシロップ。世界のメープルシロップの約75%がカナダ産で、そのうち90%がケベック州産。シロップのほか、お菓子や紅茶まで豊富なメープル製品がある。

ここで買う！

### ラ・プチ・カバヌ・スクル・ド・ケベック

La Petite cabane à sucre de Québec

プチ・シャンプラン地区にある、メープル製品の専門店。あらゆるメープル製品を扱うほか、観光シーズンにはメープルタフィーの店頭販売も行っている。

ADDRESS: 94 Rue du Petit Champlain  
TEL: (418) 692-5875  
URL: <https://www.petitecabane.com>



さくさくのメープルクッキー。たくさん入っているのだからおみやげに最適

ほんのりメープルの香りがするメープルティー。ミルクティーにしても◎

TOPICS 04

マストバイ! な人気4選

メープルチョコレート。なめらかなメープルクリームがおいしい



メープルシロップ。実はシロップといってもさまざまな等級がある

### シロップの等級について

メープルシロップは、採取時期により風味や見た目が異なり、4つの等級に分けられる。早取れほど色が薄く、口当たりもライト。

#### ゴールド

最も早い時期に採取されたもの。砂糖代わりに使うのがおすすめ

#### アンバー

最も一般的な等級。おみやげ店などで売られているのはほとんどがこれ

#### ダーク

こってりと濃厚だがややクセがある。お菓子作りに使うのに向いている

#### ベリーダーク

メープル製品のフレーバーとして利用される。市場にはほぼ出回らない

TOPICS 05

癒やしを求めて

## 郊外のネイチャースポットへお出かけ

カナダらしいダイナミックな自然を見に、ケベック・シティの郊外へ！2カ所ともすぐ近くにあるので、合わせても日帰りで行ける。

### アトラクション満載の滝 モンモランシー滝

自然公園内にある滝。岸壁から豪快に流れ落ち、落差83mはあのナイアガラの滝よりも高い。滝の上までは487段の階段またはケーブルカーで行ける。周辺を歩けるほか、アクティビティも楽しめる。



ジップラインなどのアクティビティが人気



滝の上に橋が架けられている



秋には菜の花と紅葉のコラボが見られる

ケベックの伝統スタイルの家が残る

### 隠れた紅葉の人気スポット オルレアン島

セント・ローレンス川に浮かぶ周囲約67kmの島。のどかな田園と果樹園が続き、都会の人が週末を過ごす保養地としても人気がある。おしゃれな B&B も多いので、1泊2日で訪れるのもおすすめ。

### 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。ケベック・シティのあるケベック州は東部標準時間 (EST) で、日本より14時間遅れ。サマータイム時 (3月第2日曜~11月第1日曜) はこれより1時間早くなる。  
ビザ: 観光目的で6カ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 (2024年8月現在 CAD1=107.40円)

より詳しい情報は『地球の歩き方 カナダ編』『カナダ東部編』へ▶

物価: 日本よりも高く、1.5~2倍くらい。チップの習慣があるため、特に外食費は高額になる。  
ベストシーズン: 観光に適しているのは5~10月頃で、特に初夏 (6月) や秋 (9~10月) は涼しくて過ごしやすい。冬は氷点下10℃を下回ることもあるが、クリスマスの時期は町中がイルミネーションに照らされ美しい。  
現地ユースホステル情報: <https://hihostels.ca>



連載

鉄道写真家 櫻井 寛

# 列車で行こう!

Let's go by train!

Railway-Photographer Kan Sakurai



## 第2回「藍よしのがわトロッコ」で行こう!



**四** 国一の大河が吉野川である。坂東太郎(利根川)、筑紫次郎(筑後川)、四国三郎と称される三大暴れ川のひとつだが、吉野川の流域は江戸の昔から稲作よりも藍染めが盛んな地。そこで「藍」をテーマにした「藍よしのがわトロッコ」が誕生した。春から秋にかけて土日祝日を中心に走る観光列車で、徳島発の下りと、阿波池田発の上りの1日1往復。私は阿波池田駅14時33分発の「藍よしのがわトロッコかちどきの風」に乗車した。列車は2両編成で先頭の2号車が窓のある特急車両、2両目の1号車が窓ガラスのないトロッコ車両である。トロッコに乗車できる区間は阿波池田駅から石井駅まで。そこで、発車と同時に1号車のトロッコ車両に着席した。トロッコ車両は屋根はあるが窓ガラスはなく、吹きさらしである。吉野川はまだ見えないが、車窓を流れる風が実に気持ちがいい。

阿波池田駅を発車しておよそ10分後、辻駅を過ぎると進行方向左側の車窓に大河が寄り添ってきた。吉野川である。あたかも森の葉緑素を溶かし込んだかのような濃緑色の流れである。その水面を眺めるうちに、列車は貞光駅に停車した。藍の集散地として栄えた地である。そして、貞光駅では車内販売用の駅弁が搭載された。実は沖縄県を除く全国46都道府県の中で、唯一、駅弁のない県が徳島県だった。けれども、元々なかったわけではない。諸般の事情で数年前になくなったのだ。ところが「藍よしのがわトロッコ」の運行に合わせて見事復活した。その名は「阿波尾鶏(あわおどり)トロッコ駅弁」。徳島の地鶏、阿波尾鶏を使った鶏めし弁当だ。味は阿波弁で「おぶける(驚く)ほどうまい!」終着の徳島駅到着は17時4分。今宵の宿は白砂青松の地、大神子海岸に面した「徳島ユースホステル」で決まり!



鉄道写真家 櫻井寛

1954年長野県生まれ。鉄道員を目指し昭和鉄道高校に入学したが、在学中に鉄道写真の魅力にとりつかれ写真家に転向、日本大学芸術学部写真学科卒。出版社写真部に15年間勤務。90年にフォトジャーナリストとして独立し、今日に至る。93年、航空機を使わず陸路・海路のみで88日間世界一周。94年『鉄道世界夢紀行』で交通図書賞受賞。旅した国は95カ国、渡航回数は250回超。写真集『列車で行こう! The Railway World』(世界文化社刊)など著書多数。日本写真家協会、日本旅行作家協会会員。東京交通短期大学客員教授。



# 松島むうの 晴れときどき 方々びり

## 松島的 にっぽん食遺産 イルカすまし 編

かつては、クラゲ頭捕れたら七浦'うらう'とまで言われて、盛んだった捕鯨。その肉の調理法は様々あれど、主に肉の仕入れのよき使われ方が多い(金魚、カツ、肉汁が...etc.)。そんな中、唯一無二ともいえる食べ方を町八軒で学んだ。(※ちなみに、クラゲイルカの鱈は体長4mを越えるかどうかのみにあらず、同様に)

「食べたあんなに美味い...」  
「もっと食べたい...」  
「バター醤油...」  
「脂の味がたまにバターみたい!!」  
「バター醤油と七味をかけた味もたまに試してみよう...」  
「七味と醤油をかけてくれよ...」  
「試してみたい!!」  
「バター醤油...」  
「バター醤油...」  
「バター醤油...」

「バター醤油...」  
「バター醤油...」  
「バター醤油...」  
「バター醤油...」  
「バター醤油...」  
「バター醤油...」  
「バター醤油...」  
「バター醤油...」  
「バター醤油...」  
「バター醤油...」

「バター醤油...」  
「バター醤油...」  
「バター醤油...」  
「バター醤油...」  
「バター醤油...」  
「バター醤油...」  
「バター醤油...」  
「バター醤油...」  
「バター醤油...」  
「バター醤油...」

「バター醤油...」  
「バター醤油...」  
「バター醤油...」  
「バター醤油...」  
「バター醤油...」  
「バター醤油...」  
「バター醤油...」  
「バター醤油...」  
「バター醤油...」  
「バター醤油...」

松島むう (まつとりむう) イラストエッセイスト、滋賀県出身。今までに訪れた国内の島は133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)、「島旅ひとりつぶ」(小学館)、「トカラ列島 秘境さんぽ」(西日本出版社)、「むう風土記〜こぼれで紐解く日本の民俗・暮らし再発見録〜」(A&P) 最新刊は「鮎汁の本 はじめました」(西日本出版社)。Podcast配信〜「松島むう」で検索を。lit.link/muumatutor

「以前、捕鯨の地だった長崎は五島列島で50%...」  
「イルカすまし...」  
「静岡県蒲原...」  
「イルカすまし...」  
「蒲原は...」  
「蒲原は...」  
「蒲原は...」  
「蒲原は...」  
「蒲原は...」  
「蒲原は...」

\*イルカすましを略して「すまし」とローマ字が多めの印象

# YH-GUIDE

## ユースホステルガイド

福島県／栃木県／群馬県／千葉県／東京都  
神奈川県／山梨県／新潟県／富山県／石川県／長野県

※掲載されている情報は2024年9月20日現在のものです。  
各ユースホステルの最新情報は日本ユースホステル協会HPをご確認ください。

季節の見どころ・情報随時更新、お出かけ前にはホームページをチェック  
**ログキャビンステラポートユースホステル**

Logcabin Stellaport Youth Hostel  
〒960-2261 福島県福島市町庭坂字湯花沢2-9



1年を通じてさまざまな楽しみ方ができるユースホステルです。さくらんぼ・桃・梨・りんごなどの果物狩りや、ハイキング、スキーなどが楽しめます。近隣のスポーツ施設を使っている合宿にも適しています。スキーシーズンは、ピギナーからエキスパートまであらゆるレベルに応じたスキースクールも開催。また、ユースホステルには天文台があり、晴れた日の夜は、星空をのぞき見することもできます。



草津の湯には無料の共同浴場がたくさんあります  
**草津高原ユースホステル**

Kusatsu Kogen Youth Hostel  
〒377-1711 群馬県吾妻郡草津町草津464-1



標高1,100mの高原にあり、夏の避暑、冬のスキーに最適なエリアです。志賀・軽井沢をバックにした温泉リゾート地で、カルデラ湖の白根山ハイキングや湯めぐりが手軽に楽しめます(町内には各種クアハウスをはじめ、無料の共同浴場が18カ所あります) 4月下旬～11月上旬まで、パラグライダースクール開講。12月上旬～4月下旬まで、スキー・スノーボードスクールを行っています。



おさんが笑顔になる宿。ご家族の思い出づくりをお手伝いします  
**北軽井沢ブルーベリーユースゲストハウス**

Kitakaruzawa Blueberry YGH  
〒377-1524 群馬県吾妻郡嬭恋村大字鎌原1506-12



全館禁煙、幼児食無料。夜は星空観望会・クレーンゲーム(無料)・花火(無料)。全室バストイレ・冷暖房完備で猛暑でも安心。Wi-Fi完備。DVDソフトが1,000本。絵本が500冊、他の図書も500冊。1,000坪の庭には公園並みの遊具。愛犬コロと一緒に散歩もできます。軽井沢おもちゃ王国まで3.5km。浅間牧場・鬼押し出し園・火山博物館まで4km。コンビニまで2kmで北軽井沢で一番便利な立地にある宿。



ゆるくて安くて酒がうまいユースホステル

**会津の里ユースホステル**

Aizu no Sato Youth Hostel  
〒969-3532 福島県喜多方市塩川町小府根字畑ケ田36



当 YHのある喜多方市は蔵とラーメンの町として有名です。酒蔵見学や午前7時から営業しているラーメン店(朝ラー)、ニッコウキスが美しい雄国沼など見どころが多く、全国的に有名な日中線のしだれ桜の時期には多くの観光客が訪れます。鶴ヶ城や白虎隊で知られる飯盛山、武家屋敷など多くの観光スポットがある会津若松市へのアクセスも良好です。夏には磐梯山登山や猪苗代湖での湖水浴も楽しめます。



潮騒が聞こえるアットホームな宿ですよ!

**九十九里浜白子ユースホステル**

Kujukurihama Shirako Youth Hostel  
〒299-4203 千葉県長生郡白子町刺金2722



日本で一番長い砂浜「九十九里浜」にあるユースホステルです。海まで徒歩10分!川まで徒歩1分!海水浴にも釣りにも適した自然を感じられる所にあります。実家に帰ったような気分でのんびり過ごしてみませんか?



きみと宇宙をシェアしよう

**ユースゲストハウスアトマ**

Youth Guest House ATOMA  
〒960-2151 福島県福島市桜本船石15-2



福島盆地を見渡す広々とした風景が好きです。2021年12月にユニバーサルデザイン(自動開閉トイレ、タッチレス洗面台付き)のツインルーム、ツインベッド付きの10畳和室を新設しました。車いすユーザー、赤ちゃんのいるご家族、人工関節の方にも好評です。どちらも緑のテラスが付いており、日の出や夜景がご覧になれます。近くの直売所では果物狩りや買い物も楽しめます。



御岳山は関東有数の霊山で、四季折々の大自然を堪能できる

**御嶽ユースホステル**

Mitake Youth Hostel  
〒198-0175 東京都青梅市御岳山57



御岳山上のユースホステルです。山頂に鎮座する武蔵御嶽神社や、家族で散策できる渓流「ロックガーデン」は、野鳥や山野草が楽しめる人気のコース。また、奥多摩・檜原・五日市へ抜ける登山コースも充実しています。



四季折々の花が咲く広大な庭にある、日本唯一の武道館付きYH

**日光杉並木ユースホステル**

Nikko Suginamiki Youth Hostel  
〒321-2345 栃木県日光市木和田島2112-7



日光・鬼怒川まで車で約30分、日光駅まで2駅と至近。JR下野大沢駅や温泉までの送迎も大好評。日光ゆば料理や宇都宮餃子も別注でOK。栃木県産コシヒカリ食べ放題。長期滞在や合宿にも対応します。



絶海の孤島、世界自然遺産の地、小笠原諸島へようこそ!

**小笠原ユースホステル**

Ogasawara Youth Hostel  
〒100-2101 東京都小笠原村父島宇西町



小笠原諸島は6日以上の休日がないと行くことのできない島ですが、不便な島だからこそ、小笠原固有の自然や島の人々が醸し出す穏やかな雰囲気を守られています。そんな島の宿なので、島の自然&人との出逢いを大切にしています。お勧めは、一便見送ってその次の便で離島すること。なぜなら島を出る船への盛大なお見送りをしてほしいですし、最後に盛大に見送られる側になってほしいからです。



東京のふるさと檜原村。都心から約2時間

## ひのはらユースホステル

Hinohara Youth Hostel

〒190-0211 東京都西多摩郡檜原村7779-10



2024年9月8日より営業再開予定

東京のふるさと檜原村。都心から約2時間の檜原村は、週末に利用するのにぴったりです。近くに渓谷、奇岩、滝などあり、自然にたっぷりひたれる所です。一人でのんびり、また家族連れでも楽しめます。おいでよ、ひのはら。当面の間土曜日のみ。素泊まりでの営業となります。

ユースがあったから52年、やまなし老舗のユースホステル

## 石和温泉ユースホステル

Isawa Onsen Youth Hostel

〒406-0022 山梨県笛吹市石和町山崎106-2



甲府盆地のほぼ中央に位置する笛吹市は、四方を富士山や南アルプス、大菩薩連嶽、奥秩父山塊などに囲まれた自然豊かな環境の中にあります。昭和36年にぶどう畑から突然温泉が湧き出して以来、県内屈指の石和温泉郷に発展しました。また、武田信玄公ゆかりの地でもあります。東京から一番近い田舎「石和(いさわ)」で温泉に癒され、桃やぶどうなどの果物を満喫しにいらっしやいませんか。

駅直結！JR・地下鉄飯田橋駅西口から徒歩1分。東京の夜景を満喫

## 東京セントラルユースホステル

Tokyo Central Youth Hostel

〒162-0823 東京都新宿区神楽河岸1-1 セントラルプラザ18階



新宿、渋谷、秋葉原なども15分～20分程度の立地です。JR飯田橋駅に隣接、地下鉄はビルが直結しており、5路線が乗り入れています。眺望も抜群で、夜は都会の夜景をお楽しみいただけます。東京ドーム・武道館は徒歩圏内！

高原の街とメルヘン、ソフトクリームがおいしい

## 清里ユースホステル

Kiyosato Youth Hostel

〒407-0301 山梨県北杜市高根町清里3545



ユースホステルは清里駅からも近く、国道沿いにあり、交通の便が良いです。清里の観光スポットにも近くて便利。清里は近年は落ち着きを取り戻し、ゆっくりと過ごせます。八ヶ岳登山や飯盛山ハイキングで利用する人も多いです。

2021年新築OPEN！◆全室バストイレ付個室◆団体フロア貸切対応

## 東京上野ユースホステル

Tokyo Ueno Youth Hostel

〒110-0005 東京都台東区上野1-13-6 東京新潟県人会館4階



家族や友人グループにお勧め。上野公園、秋葉原電気街、アメ横、東京大学も徒歩圏内。成田空港直結の京成上野駅は徒歩10分、山手線御徒町駅5分、地下鉄湯島駅1分。9割以上が海外客の国際的な施設です。

心を整えたいときは、高原のリゾートでのんびりと

## 八ヶ岳ポニーユースホステル

Yatsugatake Pony Youth Hostel

〒408-0041 山梨県北杜市小淵沢町上笹尾3332-1911



JR小海線の見える所に建つ YH。JRや高速バス、中央自動車道からのアクセスも良いです。温泉巡り、美術館など、さまざまな楽しみ方ができます。乗馬はもちろん八ヶ岳登山、スキーも楽しめます。県営馬術競技場まで徒歩4分。

源泉かけ流し・大涌谷の白濁温泉を貸切で利用できる宿

## 箱根仙石原ユースホステル

Hakone Sengokuhara Youth Hostel

〒250-0631 神奈川県足柄下郡箱根町仙石原912



仙郷バス停から徒歩2分。「箱根ガラスの森美術館」やロープウェイ、海賊船、金時山など人気の観光スポットへのアクセスが抜群で、外国人にも人気の全室和室の宿です。大涌谷から引いた白濁温泉は貸切で楽しむことができ、温泉の豊富な成分は美容と健康に効果があるといわれています。自然に囲まれた静かな環境で、心身共にリフレッシュしてみませんか？個室利用も可。

ぶどう畑に囲まれた夜景のきれいなユースホステルです

## 勝沼ぶどう郷ユースホステル

Katsunuma Budokyo Youth Hostel

〒409-1302 山梨県甲州市勝沼町菱山861-2



駅のホームに降りれば、そこはもうぶどう畑。勝沼は日本一のぶどう・ワイン産地で30軒以上のワイナリーがあり、市営地下蔵では160種以上のワインが試飲可能。市営温泉「天空の湯」では露天風呂から甲府盆地の夜景が一望できます。YHは造船用材を使ったぬくもりのある宿。リビングの窓からは、沈む夕日、甲府盆地の夜景、朝焼けに染まる南アルプス、時には雲海など、さまざまな季節の美しさを見せてくれます。

昭和レトロの下宿屋風ユースホステル。\*新選組の階段\*がお出迎え

## 富士吉田ユースホステル

Fuji Yoshida Youth Hostel

〒403-0004 山梨県富士吉田市下吉田3丁目6-51



街のメインストリートから見る富士山。電線やら電柱やらごちゃごちゃしていますが、それはそれで味わいがあります。世界中で有名になった忠霊塔に歩いて行けます(30分)。街中の路地の中にあるので探るのがちょっと大変と言われる。こじんまりとした部屋で、ゆったりとした時間が流れています。

昭和の風の中で時のない時を!

## 清津峡温泉ユースホステル

Kiyotsukyo Onsen Youth Hostel

〒949-8437 新潟県十日町市西田尻辛168



近代アートの水鏡で有名な清津峡峡谷トンネルより下流4kmに位置し、夏はホテル、川遊びやアート巡り、冬は雪遊びやスキーができます。料理は地元や県内の食材を使い、山の物・海の物と混じっており好評です。お待ちしております。

佐渡のまほろば。「ゆったりと流れる時に身をまかせ」と云う人あり

## 外海府ユースホステル

Sotokaifu Youth Hostel

〒952-2201 新潟県佐渡市岩谷口131



JR新潟駅からバスで佐渡汽船行終点下車、船で2時間10分、両津港からバスで佐和田乗換岩谷口行終点下車、徒歩0分。4/1~11/30は両津~岩谷口間直通1日2本(要予約:新潟交通佐渡本社営業所、TEL0259-27-3141)。夏は海水浴、釣り、春は山野草との出会い。雪割草から始まる春の花たちは素晴らしいです。10月にはユース田のコシヒカリが食べられます。冬の佐渡は魚がおいしいです。

玄関から3歩で海とつながる漁師の宿

## 能登漁火ユースホステル

Noto Isaribi Youth Hostel

〒927-0553 石川県鳳珠郡能登町小木ヨ51-6



2024年6月1日より運営再開しました。日本一海に近いユースホステルです。マネージャーは一本釣りの漁師です。年中釣り三昧。窓の外の大パノラマの景色にのんびりと癒される、おさかなづくしの宿です。当面の間、食事提供はありません。

180°の日本海の大パノラマ、夕日、漁火、夜光虫、海水浴

## 佐渡ベルメールユースホステル

Sado Bellemer Youth Hostel

〒952-2134 新潟県佐渡市姫津369-4



名勝地・尖閣湾の中にあり、透き通った海水ではダイビングができ、釣りと海水浴はユースホステルの海で楽しめます。また、毎日夕陽が素晴らしい、季節によって漁火や夜光虫も見られます。当ユースホステルから約1時間で小木たらい舟、大佐渡スカイライン、砂金採り、外海府海岸他の名勝地まで行くこともできます。

善光寺参拝で身も精神も充実、周辺観光に便利!

## 善光寺教授院ユースホステル

Zenkoji Kyojuin Youth Hostel

〒380-0851 長野県長野市元善町479善光寺内



長野のシンボル・善光寺の宿坊のひとつで、建物は100年以上昔のものです。門前に位置する便利な立地で、長野観光の拠点にも便利。宿泊は朝食込みでの提供になり、体に良い朝食として野菜の栽培をはじめ、パンもライ麦チーズ入りスコーン等を焼いています。スープや鶏料理も手間暇かけ、ジャムも少しの砂糖で自家製のものを作っており、とても好評です。

おぢや名物、花火・闘牛・錦鯉。自慢のお米は魚沼コシヒカリ

## 小千谷ふるさとの丘ユースホステル

Ojiya Furusatonooka Youth Hostel

〒947-0211 新潟県小千谷市小栗山(寺沢)2063



春の山野草に山菜、夏は虫に花火、秋の紅葉・収穫祭、冬は豪雪・雪まつり…日本の四季を体感できる、昭和の香りの古民家 YH。築100年超の古民家をセルフビルドした建物は、豪雪地帯ならではの太い梁や柱が特徴です。YH周辺の小千谷・山古志地域の棚田と錦鯉の野池の風景は、一見の価値あり。また、海あり山ありの新潟は、おいしいものだらけ。特に新米の魚沼コシヒカリは絶品です!

お一人からご家族、団体まで、四季を通じて楽しめます

## 立科白樺高原ユースホステル

Tateshina Shirakaba Kogen Youth Hostel

〒384-2309 長野県北佐久郡立科町芦田八ヶ野1020



北八ヶ岳の高峰、蓼科山の麓に位置し、女神湖畔に近く、敷地内には手作りアスレチックやバーベキュー場。夏は標高1,500mの避暑地、春秋は高原の花や紅葉やトレッキング、冬はスキーやスノーシューに最適です。

自分を見つめ直してみませんか。四季折々の花咲く禅寺で

## ユースホステル天香寺

Youth Hostel Tenkyoji

〒939-0722 富山県下新川郡朝日町大家庄913



いつもの宿・いつもの温泉 リゾートホテルちょうどいい田舎!こんな所にこんな宿

## スワコユーペンハウスユースホステル

Suwako Youpen House Youth Hostel

〒393-0033 長野県諏訪郡下諏訪町高木8932-2



信州と真ん中、諏訪湖畔より少し高台へ。閑静な住宅地の木立の中にある、B&Bシステムの宿です。エントランスを入ると朝晩可の天然温泉、一人でもグループでも誰とでも利用可能な枕木の手作り談話室。食事・お茶・読書・物思いも…自由に使えるテラス。そして本館へ!ちょっと雰囲気を変えて、シングルからトリプルまで個室をご用意しております。

冬は真っ白の立山連峰を眺め、静かに過ごせる宿です

## 唐島荘ユースホステル

Karashimaso Youth Hostel

〒935-0004 富山県氷見市北大町8-27



2024年6月1日より営業再開しました。毎年4月17日~18日に1分間に、鐘を打ち鳴らした数を競うゴンゴン祭りがあります。10月中旬には“食都”氷見のグルメが味わえるキトキト祭りが開催されます。楽しみにお越しください。マネージャー高齢のため施設整備に手が行き届かない場合があるので、予約時にご確認ください。

自然を眺め、源泉かけ流しの温泉でリフレッシュ!

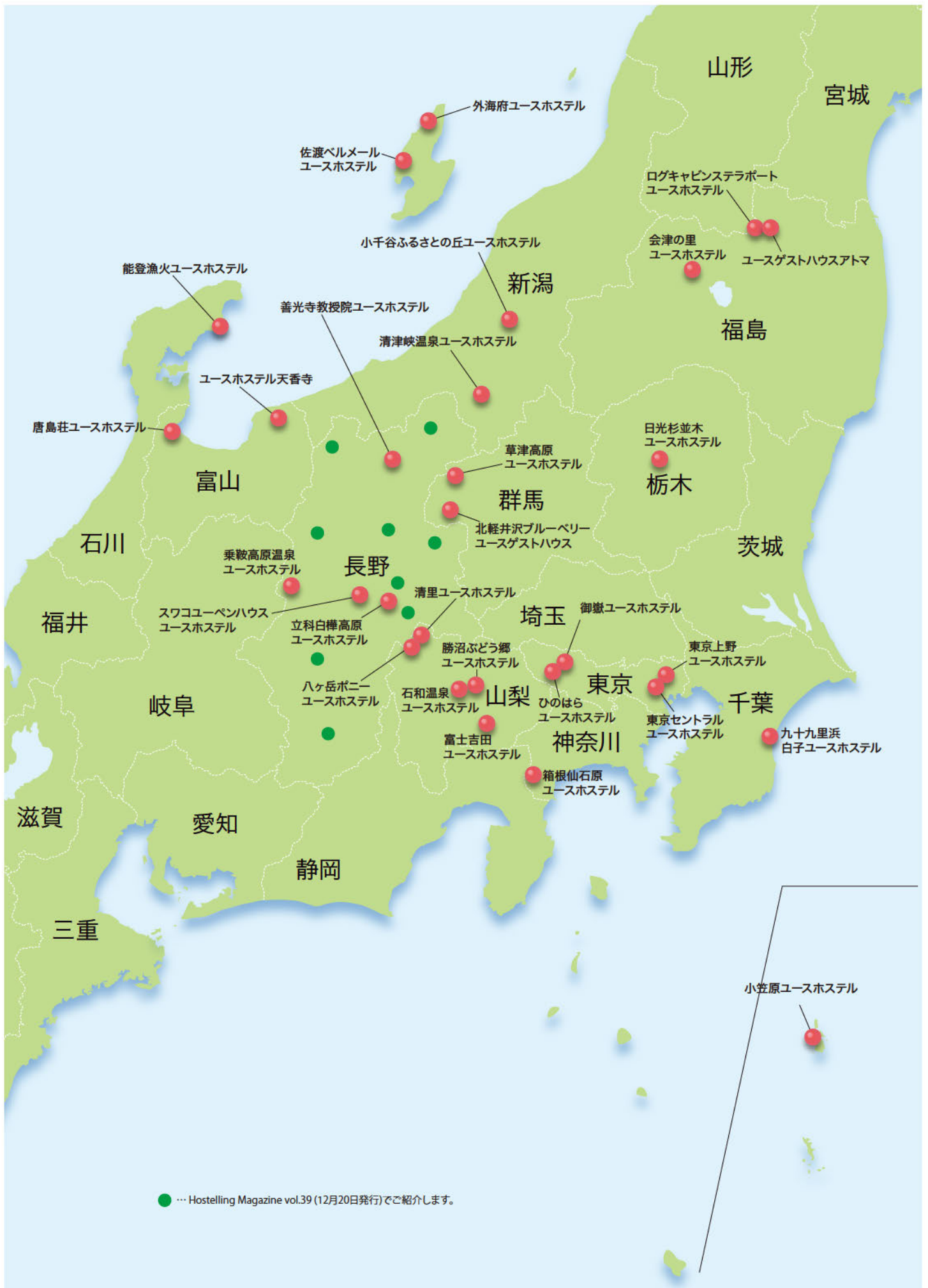
## 乗鞍高原温泉ユースホステル

Norikura Kogen Onsen Youth Hostel

〒390-1513 長野県松本市安曇鈴蘭4275



中部山岳国立公園の中にある乗鞍高原の標高1,500mにあります。高原のトレッキング・上高地・乗鞍岳・白骨温泉と、観光拠点として最適です。またYHでは唯一くノミスト低温サウナを導入しています。



## 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!

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!

※予約方法や特別割引適用の場合等、宿泊プランによっては会員割引の適用がない場合もございますので予約時によくご確認ください。

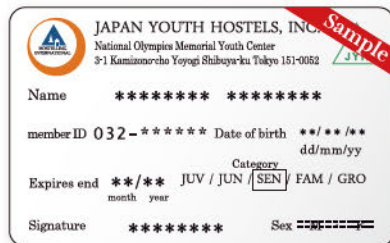
### 割引提携施設をユースホステル会員割引価格でご利用いただけます!

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/>

| カテゴリー   | 会員登録料<br>(お申込日から1年後の月末まで有効)    |                                |
|---|--------------------------------|--------------------------------|
|   | 新規                             | 継続                             |
| 少年パス 満4歳~中学生                                      | ¥1,500                         | ¥1,000                         |
| 青年パス 中学生修了年齢~満19歳未満                               | ¥1,500                         | ¥1,000                         |
| 成人パス 満19歳~  | ¥2,500                         | ¥2,000                         |
| 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                         |
| 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                         |
| 終身パス 満26歳以上、有効期限は登録の日から終身<br>※配偶者の終身パスをご希望の方に無料発行 | ~49歳 ¥50,000<br>50~59歳 ¥35,000 | 60~69歳 ¥20,000<br>70歳~ ¥10,000 |

※成人会員証(見本)



※終身会員証(見本)



詳細/ご登録はこちら!



## 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

### ■再開ユースホステル

ひのはらユースホステル(東京都) — 令和6年9月7日(当面の間 土曜日のみ営業)

### ■休館ユースホステル

- ユースホステル村田家旅館(熊本県) — 令和6年11月25日~令和7年1月10日
- 谷川岳ラズベリーユースホステル(群馬県) — 当分の間
- ユースホステル池酒家(新潟県) — 当分の間
- ひだ高山天照寺ユースホステル(岐阜県) — 当分の間
- 御前崎ユースホステル(静岡県) — 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) — 令和7年4月運営再開予定
- 森の宿うわじまユースホステル(愛媛県) — 当分の間
- ユースホステルサンフラワー宮崎(宮崎県) — 当分の間
- 豊島神宮前ユースホステル(鹿児島県) — 当分の間

### ■閉館ユースホステル

- 高千穂ユースホステル(宮城県) — 令和6年6月30日付
- 角米沢屋旅館ユースホステル(新潟県) — 令和6年3月31日付
- 白馬山麓レイクサイドユースホステル(長野県) — 令和6年3月31日付
- 夕張フォレストユースホステル(北海道) — 令和6年3月31日付
- 大雪山白樺荘ユースホステル(北海道) — 令和6年3月31日付
- カワヨグリーンユースホステル(青森県) — 令和6年3月31日付
- みさとユースホステル(福島県) — 令和6年3月31日付
- 網走流水の丘ユースホステル(北海道) — 令和6年1月1日付
- 北条水軍ユースホステル(愛媛県) — 令和5年12月31日付
- 五島三井楽サンセットユースホステル(長崎県) — 令和5年8月31日付
- 裏磐梯ユースホステル(福島県) — 令和5年3月31日付
- リフォレ横丹ユースホステル(北海道) — 令和5年3月31日付
- 大洲城山郷土館ユースホステル(愛媛県) — 令和5年1月31日付
- あしずりユースホステル(高知県) — 令和5年1月31日付
- 大沼公園ユースホステル(北海道) — 令和4年12月31日付

### 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」を設置しませんか。毎号20部以上の設置・配布にご協力いただける施設には送料無料でお送りいたします。

※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できる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!

[jyh.or.jp/hm/](http://jyh.or.jp/hm/)

発行日:2024年9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:寺島眞(日本ユースホステル協会)/制作協力:flotlo LLC/企画・構成:池田和誠(flottlo LLC)/アートディレクション&デザイン:富岡洋子/校正:西てるほ(株式会社YOSCA)/印刷・製本:サンメッセ株式会社 ■巻頭インタビュー 協力:吉本興業株式会社/インタビュー:山田安紀子(株式会社YOAKE)/撮影:小林潤次(株式会社セブ工房) ■国内特集 協力:沼斜路原野ユースゲストハウス/取材・編集:佐藤史規(株式会社YOSCA)/撮影:山形 博(matz) ■海外特集 コーディネーター:中村かれん(株式会社地球の歩き方)/取材・編集:田中健作(有限会社グルーポ・ピコ) ■連載 協力:櫻井寛(株式会社エクスプレス)/松島むろ



一輪車



宝くじ桜



子宮がん検診車

# 宝くじは、みんなの暮らしに役立っています。



救急普及啓発広報車



宝くじドリームジャンボ絵本



集会用テント



「健康手帳」(冊子)



ベンチ



リスザル展示施設

宝くじは、少子高齢化対策、災害対策、公園整備、教育及び社会福祉施設の建設改修などに使われています。



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**  
<https://jla-takarakuji.or.jp/>



一般財団法人日本ユースホステル協会



日本ユースホステル協会は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 (Hostelling International) 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。

こどもはおとなに。  
おとなはこどもに、  
なれる場所。



# Hostelling Magazine vol.38



Cover Interview  
ガンバレレーヤ  
挑戦できることがあるって、  
幸せなこと！

P.02



Youth Hostel Pick up  
屈斜路原野  
ユースゲストハウス  
ひがし北海道の大自然に身を預け  
心洗われる「癒しの宿」

P.08



Hostelling Magazine  
× 地球の歩き方  
紅葉に彩られる  
カナダ東部のフレンチタウン

P.12



鉄道写真家 櫻井 寛  
「列車で行こう！」

P.16



松島むうの  
晴れときどき旅びより

P.18



YH-GUIDE  
ユースホステルガイド  
福島県 / 栃木県 / 群馬県  
千葉県 / 東京都 / 神奈川県  
山梨県 / 新潟県 / 富山県  
石川県 / 長野県

P.20



Hostelling Magazine vol.38  
まとめてダウンロード

※本誌の情報は2024年9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。