

H^{OSTELLING} Magazine



COVER INTERVIEW

コウケンテツ

世界中の食卓を
旅した先にあったもの



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

「100年も先のことは、わからない」
なんて言うのはやめよう。
そう決めました。



サントリー
天然水の森
PROJECT.

サントリーの天然水は、森に降った雨が、
およそ20年かけて
森の大地でゆっくり濾過され、
ミネラル分を授かって
おいしくなった地下水。
健やかな森の力を借りて生まれます。
天然水を未来につなぐために、
森を元気にする。
それが私たちの大事な仕事になりました。
これからも、ずっとずっと
水と生きていけますように。



サントリー「天然水の森」は
15都府県21カ所、総面積約12,000ha。
これは、国内工場で汲み上げる地下水量の
2倍以上の水を蓄む広さです。
(2019年8月現在)

水と生きる **SUNTORY**

天然水の森

検索

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 コウケンテツ 世界中の食卓を 旅した先にあったもの |
| 08 | Youth Hostel Pick up 南飛騨 赤かぶユースホステル まじめに、がんこに、40年 何度も訪れたいくなる飛騨古民家の宿 |
| 12 | Hostelling Magazine × 地球の歩き方 遺跡を回り歴史を学ぶ エジプト古代への旅 |
| 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 長野県 / 岐阜県 / 愛知県 / 三重県 / 滋賀県 京都府 / 大阪府 / 兵庫県 / 奈良県 |

※本誌の情報は2024年12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。

A man with dark hair, wearing a dark blue long-sleeved shirt and a matching denim-style apron, stands in a bright kitchen. He is smiling and holding a slice of yellow lemon up to his face. The kitchen has white subway tile walls, a window with white curtains, and a stainless steel shelving unit with various kitchen items. In the foreground, a wooden countertop holds a tray of sliced lemons and some other kitchen items.

世界中の食卓を 旅した先にあったもの

Hostelling Magazine Cover Interview

KOH KENTETSU

PROFILE |

料理研究家

コウケンテツ

大阪出身。旬の素材を生かした手軽でおいしい家庭料理を提案し、テレビや雑誌、イベントなど多方面で活躍。30か国以上の国を旅して世界の家庭料理を学ぶ。3児の父親としての経験をもとに、男女共同参画、子育てについての講演会も精力的に行う。YouTube公式チャンネル「Koh Kentetsu Kitchen」は登録者数210万人を超える。

★YouTube公式チャンネル「Koh Kentetsu Kitchen」bit.ly/3dMrkeV

★Instagram <https://www.instagram.com/kohkentetsu/?hl=ja>

Photo: 小林潤次(七彩工房) / Stylist: 長坂磨莉 / Hair & Make up: NORI(Jari, inc.)

真夜中に浮かぶ絶景と 忘れられない野菜炒め

—世界を旅して、各地の家庭料理の魅力をさまざまなメディアで発信されているコウケンテツさん。これまでに訪れた中で、特に印象に残っている場所を教えてください！

今、パッと思い出したのは10年以上前に訪れたカンボジアですね。カンボジアの真ん中あたりにトンレサップ湖という東南アジア最大の湖があって、そこでは約100万人が水上生活をしているんです。家はもちろん学校や郵便局もあるし、水耕栽培で野菜を育てる畑まである湖で、僕はそこでワニの養殖業を営んでいるご家族のお家に数日間ホームステイさせていただきました。ある日、夜中の2時頃に「見せたいものがあるんだけど、起きられる？」と、お父さんに起こされたんです。正直、眠かったんですけど(笑)「せっかくの機会だから」と思って、お父さんに言われるまま小さなボートに乗って、湖に浮かぶ家を離れました。どれほど進んだかわからないほど、しばらくボートを走らせたところで目の前に現れたのは、美しい満月と、その満月を映した湖が広がる景色。その景色を見た瞬間、もう眠気なんて吹き飛んでしまって「お父さん！起こしてくれてありがとう！！」って(笑)。あの景色は忘れられないですね！

あと、テレビ番組のロケで訪れたフィリピンのルソン島にあるバナウエも印象に残っています。そのときは世界遺産に登録された棚田、コルディリエーラの棚田群で完全自給自足の生活をされている15人家族のお家にホームステイさせていただいたんです。そのご家族の普段の食事は、棚田で育てたお米と、自家栽培の白菜やキャベツ、ニンニクを豚のラードで炒めただけのシンプルな料理。毎日それだけなんですけど、これが最高においしいんです！滞在中ずっと「何で？何でこんなにうまいの!？」と毎食驚くほど…。

あまりにおいしかったので、帰国後に友人たちとキャンプに行ったときに「俺が海外で出会った最高の料理を作った！」と、同じ材料、同じ手順で現地の味を再現して振る舞ったんです。ところが友人からは「ただの野菜炒めじゃん！どこが最高の料理なの？」と、何とも微妙な反応で…。そのときに、気づいたんです。バナウエの日常が、あの料理を完成させていたんだって。家族として受け入れてもらって、一緒に豚の世話や田植えをしたり、雨で崩れた棚田を泥まみれになりながら修復したりして朝から晩まで働いた後に、湧き水で炊いたご飯と収穫したての野菜を使った炒め物をみんなで食べるから、おいしかったんです。見よう見まねでキャンプで再現したって、同じ味になるわけがなかったんですね。料理研究家として今後進むべき道を教えていただくことができた、すごく貴重な体験でした。

—その場所、そのときにしか食べられない料理、まさに旅の醍醐味ですね！これまでおいしいものをたくさん食べてこられたと思うのですが「これはちょっと口に合わないな…」と感じた食

べ物はあったのでしょうか？

う〜ん…「世界中どこに行っても、その土地の味が好きになる」という便利な舌を持っているので(笑)、何かを食べて「おいしくない」と感じることはないんですけど…、ウズベキスタンで食べた「石」だけは、ちょっとつらかったですね…。現地の人に聞くと、ミネラルがとても豊富で、つわりの重い妊婦さんや鉄分が不足している人が栄養補給のために食べるそうなんです…。石を口に入れてキャンディのようにずっと舐めるのですが、食べた後しばらく口の中にザラザラ感が残ってね…(笑)。あれだけはちょっと苦手でした。

—「石」は想像のはるか上を超えていました…(笑)。これから初めての海外旅行に挑戦する若い読者に「おいしいものに出会える国」を紹介するとしたら、どこがオススメですか？

初めての海外旅行だったら、全然近場でもいいんじゃないかな、と思います。僕のオススメは台湾ですね！都会だけど、リラックスできる場所もあってすごく旅行しやすいです。それと、韓国もオススメ！日本からすごく近くて、言語の文法もほとんど一緒だし、米食だし、お箸を使うし…という共通点が多いにもかかわらず、まったく文化が違うところが面白いので体感してみたいな。

—コウさんが旅先に必ず持って行くアイテムがあればぜひ教えていただきたいです！

いろいろな方によく聞かれるのですが、まったくないんですよ(笑)。プライベートで旅をするときは下着と充電器以外はほぼすべて現地調達です。持ち物を必要最低限しか持って行かない代わりに、現地で食器や調理道具、布などを買って持ち帰っています。一時期、鍋をたくさん買っていたんですけど、置く場所がなくなってしまったので(笑)、最近はフォークやスプーンといったカトラリーを買い集めることが多いですね。

旅先で気を付けたい 安全管理とマナー、エチケット

—先ほど教えていただいた「石」のように、旅先で未知の食事にチャレンジするときに、気を付けていることはありますか？

僕には「現地の方が普段食べているものを食べさせていただく」という旅のマイルールがあるので、衛生面に不安がある料理でも積極的にチャレンジします。昆虫も食べたし、中国の雲南省では豚のお刺身を食べてもしました。ただ、そういうちょっと不安なものをいただくとき前には、出発前にもすごい量の予防接種を受けて、お医者さんもビックリするほどの抗体を体に蓄えて行くんです。でも、これは料理研



KOH KENTETSU

究家として経験を積むための準備なので、読者の皆さんにはこの方法はオススメしません。

「食の安全管理」はやっぱり大切で、ガイドブックや旅関連のWebサイトなどに書かれているように、飲み水はしっかりと蓋が閉まったミネラルウォーターを買うとか、最低限気を付けたほうがいいですね。それと、海外の屋台ってどれもおいしそうに見えるんですけど、実は衛生管理が行き届いているとは言いがたい屋台も結構あるんです…。ストリートフードを体験したいという気持ちもすごくわかるので「屋台の食べ物は一切食べない！」ということではなく、屋台にも行きつつ、現地の人々が日常使いしているような手頃な価格のレストランに行ってみたり、スーパーでお惣菜を買ってみたりと、バランス良くいろいろなお食との出会いを楽しんでみてください。それだけでもリスクが減らせると思いますよ！

—とても参考になります！ユースホステルには共用のキッチンを用意しているところもたくさんあって、現地のスーパーや市場で買った食材を使って、自炊をしながら旅をする方も少なくないんです。泊まり合わせた人と一緒に料理をするのも楽しいですし、節約にもなるので、Hostelling Magazineとしては自炊もオススメしたいです！

それは最高ですね！僕は番組の企画で、現地の方々と一緒に市場へ買い物に行って、キッチンで料理をするという経験をたくさんさせてもらいましたが、本当に財産になっていると思う

んです。一緒に料理をすることで、その土地の習慣や文化、考え方とか、いろんなものが見えるんですよ！そういう体験をたくさんの人にしてもらいたいなあ。

—海外で食事をするときに気になるのが、現地の食事のマナーやエチケットだと思うんです。出発前に調べても、いろんな情報があってどれが正解かわからないことも多くて…。

たしかに、世界には行く先々で独自の食事のマナーやエチケットがあるんですね。そして、そのマナーやエチケットも時代の流れによって変化しているんです。例えば、中国や韓国では「出された料理を完食してしまうと『量が足りなかった』という意味表示になってしまうので、少し残しておいたほうがいい」というマナーがあると、皆さんも聞いたことがあるかもしれません。けれど、中国も韓国もここ数年の間でSDGsの観点から、できるだけ生ゴミを出さないようにするための取り組みを推進するようになっていて、特に韓国では生ゴミのリサイクルがすごく進んでいたりするんです。

僕のオススメは「現地の人に『今』のマナーやエチケットを聞く」という方法。現地人の言葉が話せなくても、例えばスマホの翻訳ツールなどを活用して「あなたの国の食事のマナーを教えてください」と伝えてみてください。相手も「自分たちの文化に敬意を払ってくれているんだ」と好意的に受け止めてくれるので、きっと喜んで教えてくれると思いますよ！

旅することで見えてくる 日本料理の奥深さ

一さまざまな食文化に触れることで、日本料理の見え方も変化したりするものなのでしょうか？

海外に行けば行くほど、日本料理の素晴らしさを感じますね。「四季」や「旬」を料理で表現するのは日本料理ならではの、日本には全国各地に「この時期のコレがうまい！」というのがあるじゃないですか。もちろん、海外にも季節や旬はありますが、日本ほど際立ったものはないように感じます。それに、日本料理には「シンプル」の中に究極のおいしさがありますよね。僕はこ



れまで海外でも特にアジアに行くことが多かったのですが、アジアの料理は基本的に味を「重ねていく」という文化なんです。以前、有名なタイ料理の先生から料理を教わったときに「タイ料理は甘味・塩味・酸味・辛味のすべてをしっかりとさせないとダメなんだよ」と言われて、納得した経験があります。一方で、日本では味付けの考え方が逆なんです。出汁や最小限の調味料を使って、素材の良さを引き出していく。一口目に食べたときのインパクトではなく、食事をすべていただいた後に調和が取れることを逆算して作られているんですね。日本食ってすごいな、って思います。

一コウさんは長期間日本を離れたときに、日本食が恋しくなったりすることってあるんですか？

僕は海外に行くと舌が現地仕様になるので、実は「日本食が恋しい！」と思うことはあまりなくて(笑)。旅行中は「この料理、この味をどうすれば再現できるか」をずっと考えています。味を覚えて自宅でその味を再現するのが、僕にとって一番楽しい「遊び」なんです。これは料理研究家として活動を始める前、大阪で料理の勉強をしていた頃から変わってなくて、当時はアルバイト代が入ったらおいしいごはんを食べに行き、それを自宅で作ってみるということを繰り返していました。

一料理は「食べて終わり」ではないんですね！そもそもコウさんが料理研究家を志す最初のきっかけは何だったんですか？

中学生の頃、僕は料理研究家ではなくプロテニスプレイヤーを目指していたんです。神戸にある有名なジュニアチームに入ったものの、同じチームの小学生にも全然勝てなくて…。「彼らに追いつくために食生活から変えない」と、独学で栄養や料理の勉強を始めて、自分用のお弁当を作るようになったんです。今振り返るとその経験が、料理に興味を持つきっかけだったのかもしれませんが。高校に進学してからは飲食関係のアルバイトをたくさんして、料理を作る楽しさにのめり込んでいきました。20代前半の頃、料理研究家になった母が忙しくなって、僕もアシスタントとして荷物運びや買い物といった補助的な役割で料理に携わってはいたのですが、当時はまだ自分が料理研究家になるなんてまったく思っていなかったんです。

料理研究家になる直接的なきっかけは、30歳のときに『オレンジページ』という料理雑誌の連載に大抜擢していただいたことです。当時、ほとんどの料理研究家が女性で「男性が家庭料理を紹介する」というのはスタンダードではありませんでした。ところが、当時の担当編集の方は先見の明をお持ちで「これからは男性も当たり前家庭で料理を作るようになってほしい」という想いを込めた『男が作る、コレ食べて！』という、いろんなジャンルの著名人の方々と一緒に家庭料理を紹介するリレー連載が始まったんです。そしてその連載に、当時アシスタントだった僕を「料理研究家」として抜擢してくれたんです。

一そんな経緯で料理研究家になられたんですね！料理研究家としてのお話を伺っていると、お仕事とはいえ、世界中の美味しい料理が食べられて羨ましいです！

たしかに、おいしい料理はたくさん食べてきました(笑)。料理研究家って、免許も資格も必要ない仕事で、例えばSNSで「私は料理研究家です」と名乗れば、誰でも料理研究家になれるような、とても敷居の低い職業なんです。だけど、これだけで生活ができるかというと、そう簡単ではなくて…。シェフや板前さんといった料理人の方は「最高のお料理を最高の素材と技術で提供する」ことが求められますが、料理研究家には「バリエーション」が求められるんです。例えば、生姜焼きのレシピひとつとっても、企画によっては何種類もの生姜焼きのレシピを用意しなければならない。特別な調理器具や技術を使わず、簡単においしく作れるレシピを考えるというのは、料理研究家としての腕の見せ所でもあり、産みの苦しみと締め切りとの戦いでもあるんです…。

一数種類のレシピを考え続ける日々…大変なお仕事なんですね。失礼しました。

でも実は、僕が10代の頃にテニス選手を目指した理由のひとつが「世界中を飛び回る生活がしたいから」だったんです。残念ながらテニス選手になるという夢は叶いませんでしたが、今、料理研究家として、世界を飛び回る生活を実現できている。今の生活は本当に楽しいし、ありがたいなと思っています！

「感謝」があって成り立つ家庭 支える人に寄り添っていきたい

一2020年に出版されたご著書『本当はごはんを作るのが好きなのに、しんどくなった人たちへ』の中で、世界中の家庭料理を見渡すと、日本の家庭料理は「ワールドワイドハイスペック家庭料理」で、日々の家事に悩む人に「こうしないといけない」を手放す勇気を持つこと、を提案されています。こういった発信に至った背景をぜひ教えてください。

僕自身デスクワークが本当に苦手で、でも、料理やほかの家事は得意なので、我が家では一般的に「主婦業」といわれている家事を僕が担当して、妻は僕の会社の経営をしてくれています。だから「家事があまりにも膨大でしんどくて、でもそのしんどさを誰も理解してもらえないし、評価もされない」という悩みを、自分自身が身をもって経験してきたんです。コロナ禍になって家事の比重が大きくなってくると、次女の通っている保育園の

ママたちからも「本当にしんどい」という声を聞くようになって、僕自身が今まで抱えていた想いともリンクしたんです。決定打になったのが、以前僕の講演会に参加してくださった女性の「本当に限界なんです」という悲痛な声。料理を作らなくてもできないという声を直に聞いたときに、毎日家族のために家事や料理を頑張っている方々の気持ちが少しでも軽くできれば…という想いからこの著書を出版しました。

一「今日はお惣菜を買って帰ろう」とか「今日はもう外食でいいか」が日々積み重なっていくと、自己嫌悪に陥ってしまうという方、少なくないと思います…。

そうなんですよ。もう、どうしても「一汁一菜を作るのも無理なんです」というとき、あるじゃないですか…。僕も、そんなときにスーパーでインスタントラーメンを買ったりすると、すごく罪悪感を感じていたんです。「自分は料理研究家なのに…」って。でも、いろんな地域のいろんな家庭料理をたくさん見てきて思ったのが、日本の家庭料理って「ワールドワイドハイスペック家庭料理」だということ。世界的に見ても、完璧すぎる家庭料理なんです。

海外の人が普段食べている家庭料理って、日本と比べてびっくりするぐらい質素なことが多いんです。朝食はコーヒーだけ、ランチはハムとチーズとパン、夕食は芋と魚だけなんてことも珍しくなくて、それに対して誰も文句を言わない。

日本は本当に食が豊かで、それはすごく素敵なことではあるけれど「手作りのおいしいごはんが家で毎日食べられる」ということが当たり前じゃないって知ってほしい。料理だけでなく、家庭の仕事はすべて、担当してくれている家族に対しての「労い」や「感謝」の気持ちがあって成り立つことなんですよ。家庭の仕事の地位を向上していけるように、僕はこれからも料理を作っている人の気持ちに寄り添えるような発信をし続けていきたいと思っています。

一最後に、コウさんがこれから行ってみたいところや食べてみたい料理があれば教えてください！

本当にありがたいことに、僕は今までお仕事で47都道府県を5周ぐらい周らせてもらったし、海外も30カ国以上行かせていただいて、各地の美味しいものをいただき尽くしてしまったなあと思っています(笑)。だから、これからは少しのんびりした旅がしたいなあ。例えばスコットランドに行って、日中は大好きなゴルフを楽しんで、夜は蒸したジャガイモをかじりながら、たまに羊肉なんかをいただけたら、ああ、もうそれだけで大満足です！



抽選で料理研究家コウケンテツさん直筆サイン入り書籍『コウケンテツの日本100年ゴハン紀行』を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し込みフォームから！

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

応募〆切:2025年2月末日

※当選者にはご応募時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。





囲炉裏のある宿 - 飛騨の古民家を移築改装 -
南飛騨 赤かぶユースホステル

岐阜県の飛騨地域、下呂市に位置するユースホステル。JR高山本線・上呂駅から徒歩約15分、「特急ひだ」停車駅の飛騨萩原駅からは3kmほどで、送迎も可能(要事前連絡)。車の場合は、中央道・中津川ICから約60分、長野道・松本ICから約2時間の場所にある。下呂市内の観光はもちろん、高山へも気軽に足を伸ばせる。



〒509-2518 岐阜県下呂市萩原町上呂 2141
 電話: 0576-54-1040 URL: <http://www.akakabu-wa.com/>

Youth Hostel Pick up

**まじめに、がんこに、40年
 何度も訪れたくなる飛騨古民家の宿**

南飛騨 赤かぶユースホステル



明治2年に建てられた古民家を移築改造したという「南飛騨 赤かぶユースホステル」。国道41号沿いにあり、公共交通機関だけでなく、車やバイク、自転車でのアクセスも抜群！



お話を伺ったマネージャーの尾藤政男さん(左)と女将のけさ子さん(右)ご夫婦。



**飛騨川のほとり 山々の懐に佇む
 築120年の古民家ユースホステル**

岐阜県の中東部に位置する下呂市。日本三名泉のひとつ・下呂温泉を擁し、約3万人が住むこの都市は、2004年に5つの町村が合併して発足した。

古来、この地域の政治や文化の中心となってきたのが、今回訪れた萩原町(はぎわらちょう)。1586年には萩原諏訪城が築かれ、数々の神社仏閣が立地するほか、美濃から飛騨へ至る飛騨街道の「萩原宿」としても発展し、人々や物資が行き交ってきた歴史を持つ。御前山(ごぜんやま/標高 1,646m)や川上岳(かおれだけ/標高 1,625m)などの山々に抱かれ、飛騨川の雄大な流れが南北に貫くこの街は、時の流れを忘れてしまうような、落

ち着いた雰囲気にも包まれている。そんな萩原町の上呂(じょうろ)地区、国道41号沿いにある「南飛騨 赤かぶユースホステル」。建物は明治2年、1869年に落成し、ここ飛騨川のほとりに移築された風格漂う古民家だ。お話を伺うのは、マネージャーの尾藤政男(びとう・まさお)さん。岐阜で生まれ育ち、日本中を旅して巡った尾藤さんは、各地のユースホステルなどで旅人をもてなし、この場所で自分の宿をオープンさせた。今回は、訪れる人とのコミュニケーションを大切に、実直に営んできた赤かぶユースホステルの軌跡や、この宿ならではの魅力、40年以上の長きにわたって多くのリピーターに愛され続ける理由に迫っていく。

**ユースホステルを巡る自転車旅行
 多くの大人が旅を支えてくれた**

尾藤さんが旅好きになった原点は、高校2年生のときに友人と出かけた、7泊8日の自転車旅だったという。「年会費の安い少年会員(当時)になって、ユースホステルを使って旅したんです。初めて泊まったのは、滋賀県にあった賤ヶ岳ユースホステル。その後も自転車で伊勢・志摩を訪れたり、3年生の夏には旧国鉄の「均一周遊券」で北海道へ。卒業旅行で九州を旅したのも良き思い出です」社会人になると、旅への思いは加速していった。目指すは、自転車での本州一周。給料を貯めて自転車やテントを買いそろえ、ついに20歳のときに会社を辞め、計画を実行に移した。

「旅行資金は、退職金を含めた6万円。各地の八百屋さんをコンビニ代わりにして旅をしていました。八百屋さんにはいろんなものが売っていて、豆腐で水分補給をしたり、店主から情報を得たり…。道中、飲み物をくれる人や、饅頭をくれる人もいましたね。『自分も昔は旅をした』『やりたくてもできなかった』、そんな大人が旅を支えてくれたんです」その後、調理師学校を卒業した尾藤さんは「手が足りないから」と声をかけられたことがきっかけになり、旧・浜名湖ユースホステルのサブペアレントとして働くことに。そこでヘルパーとして働いていた妻・けさ子さんと結ばれ、長野県のペンション・戸隠アスペンクラブに移り、支配人として活躍。商業高校時代に学んだマーケティングの技能を生かして辣腕を振るい、宿の業績を伸ばしていった。

利益はリフォームにつきこみ、設備を充実 快適でまた来なくなる人気宿に

いずれは岐阜県に、自分の宿を持ちたい。そんな思いを持っていた33歳の尾藤さんに、チャンスが訪れる。

「銀行員の先輩から教えてもらったのが、この物件でした。1年半で廃業した古民家旅館で、ほとんど居抜きで使える状態。事前に東海地区の旅行者の動向を調査して、宿をやるなら観光地である必要はないとわかっていたので、ここで開業することにしました。それに、貧乏旅行を何度も経験していたから、失敗は怖くありませんでした」

尾藤さんが設定した1年目の宿泊客数は1,800人。なんと誤差はわずか3人だったが、それ以降はどんどん良い方向に予想が外れていく。

「当初から意識していたのは、リピーターを大切にすること。お客さまは数年で目標の3,000人を超え、7年目には開業時の借金を返すことができました。バブル景気の時代でもあったので、周囲から値上げを勧められることもありましたが『若者の旅を助けて』という思いで始めましたし、そんな景気がいつまでも続かないこともわかっていたので、価格は維持。それでも利益は出て、すべて館内のリフォーム・設備の充実につきこみました」

お風呂は天井から水滴が落ちない「総ひのき張り」でナナメに。子どもやお年寄りも使いやすい、通常より3cm低いテーブルや、体格の大きな人でも足を出さずに眠れる2m10cmの敷布団も導入。ユニバーサルデザイン概念が定着するはるか前から、快適に過ごしてもらえる宿づくりを進めた結果、4,000人、5,000人と宿泊客は増え続けた。



訪れたらぜひ食べてほしい「飛騨なっとく豚のしゃぶしゃぶ」は要事前予約！



「ドイツをイメージした」という食堂には、飛騨高山の木工作具が並ぶ。



政男さんお得意の切り絵は子どもたちに大人気！囲炉裏を囲むひとときは一生の思い出になる。



飛騨川を眺めるテラスにはキウイのグリーンカーテンがかかる。



年に数回開催される「気まぐれ寄席」。高座のめくりにかかれた寄席文字は多才な政男さんによるもの。



爽やかなひのきの香りが疲れを癒してくれる浴室は、貸切りにすることも。※要事前問い合わせ

「なんにもなくて、いいところ」 好奇心をくすぐる宿づくりを、ひたむきに

大きな梁や囲炉裏など、古民家の温もりはそのままに、リフォームを繰り返して、常に清潔で快適な空間が保たれている赤かぶユースホステル。裏庭には、飛騨川を望む21坪のウッドデッキもある。

「お客さまに『なんにもなくて、いいところですね』と褒められたのがきっかけでつくりました。なんにもないことが、財産なんだと思いましたね。自分の住んでいる土地だからこそ、軽く見てしまいがちですが、自慢できる場所はたくさんある。隣の下呂市小坂町には210カ所もの滝があって『小坂の滝めぐり』として、県から第1号の『岐阜の宝もの』として認定されたんですよ」

まじめに、がんこに、愛される宿をつくってきた尾藤さん。宿泊者へさまざまなアクティビティの機会も提供している。長年の落語界とのつながりを生かして落語会「気まぐれ寄席」を開いたり、自ら紙切りや寄席文字を披露することも。手打ちうどんの指導や子どもたちを引率してのキャンプ開催など、まさに多芸多才だ。

「昨年妻とニュージーランドを旅したときも、着物とハサミ、筆を持って、旅行者や現地の方々と交流してきました。英語ができなくても、コミュニケーションできる材料を持っていれば、つながることはたやすい。この宿を訪れる皆さんにも、囲炉裏を囲んで積極的にコミュニケーションをして、好奇心を大切に旅をしてもらえたらと思います」

A 大安食堂



地元で愛される、昔ながらの大衆食堂。ボリュームたっぷりの多彩なメニューを味わえる。特に、オリジナルのタレに漬けた豚バラ肉を焼いた名物「鶏肉のけいちゃん」は必食だ。

下呂市萩原町上呂876
TEL:0576-54-1456

B Siegfrieda(ジークフリーダ)



趣向を凝らした魅惑のスイーツがそろうパティスリー。木々に囲まれた瀟洒な店舗には、素材を大切にした手づくりのケーキや焼き菓子が。完全予約制のカフェも併設されている。

下呂市萩原町跡津1421-5
TEL:0576-53-3020

C 緑の館



創業50年を数えるコーヒー専門店。品質と鮮度にこだわった豆を自家焙煎し、甘さや豊かな香りを引き出している。アンティークとジャズに包まれて、至高の一杯を愉しもう。

下呂市萩原町花池125-1
TEL:0576-52-3220



下呂市萩原町ってこんなところ！

飛騨街道の宿場町として江戸の昔から栄えてきた萩原町は、旧益田(ました)郡の中心的存在の街。約11,000人が暮らしている。臨濟宗妙心寺派の「十刹(じっさつ)」に数えられる禅昌寺や、飛騨国の二宮とされた久津(くづ)八幡宮など、多くの社寺が立地。2004年、近隣の小坂(おさか)町・下呂町・金山(かなやま)町、それに馬瀬(まぜ)村と合併して「下呂市」として市制を施行した。このページでは、南飛騨赤かぶユースホステルからアクセスしやすい、町内のスポットを紹介する。

下呂市萩原町おすすめ SPOT

D 飛騨川公園



約7万㎡の広さを誇る河川敷公園。せせらぎが流れる親水公園を散策したり、芝生広場でつくるぐこともできる。季節の花々が彩る園内は、桜の名所としても知られている。

下呂市萩原町上呂2250-1
TEL:0576-52-4313

E 飛騨街道 萩原宿



JR飛騨萩原駅周辺には、飛騨街道の要衝としてにぎわった宿場「萩原宿」の面影が残る。明治時代の銀行建築「十六館」や蔵通りなど、由緒ある街並みを眺めてみては。

下呂市萩原町萩原
0576-52-2880
(萩原町観光協会)

F 飛騨川温泉 しみずの湯



「四美谷(しみだに)の湯」「深谷(ふかたに)の湯」からなる天然温泉や薬草湯などをゆっくり楽しめる温浴施設。豊かな森の中で、心身ともにリフレッシュしよう。

下呂市萩原町四美1426-1
TEL:0576-56-4326



抽選で **ペア宿泊券(1泊2日)1名様にプレゼント!**

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>

応募締め切り: 2025年2月末日

※当選者にはこの募集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。



遺跡を回り歴史を学ぶ

エジプト 古代への旅



紀元前3000年頃から3000年もの間栄えた、古代エジプト。
国内に残された古代遺跡を巡る旅へ出かけてみませんか？



周辺には墳墓や小さなピラミッド、参道があり、一帯が墳墓群となっている



カフラー王のピラミッドの参道の入口を守るスフィンクス

展望ポイントから見たギザの三大ピラミッド

世界で最も有名なピラミッド

ギザの三大ピラミッド

Giza

古代エジプト時代に建てられた巨大な石の建造物、ピラミッド。エジプトには120以上のピラミッドがあり、なかでも最も有名なものがギザの三大ピラミッドだ。ピラミッドは写真左からメンカウラー王、カフラー王、クフ王で、最も高いクフ王のピラミッドは高さ137m(建造当時は146m)。平均2.5トンの石を約250万個も積み上げて造られており、今から4500年も前にこのような建造物を造るといふ労苦は、まさに想像を絶する。ピラミッドの建造目的はいまだ解明されていないものの、ファラオ(王)たちの墳墓という説が有力。

にぎやかなエジプトの首都

カイロ Cairo

1年を通して降水量が少ないエジプトでは、ほとんどの町がナイル川沿いに開けている。地中海へと注ぐ河口寄りのデルタ地帯に位置するのが、首都であるカイロだ。この町ほど「混沌」という言葉がしっくりくる町も珍しい。イスラーム寺院からの祈りの声や走り抜ける車、人々の喧騒……。すべてが渾然一体となり、カイロという町を形作っている。歴史的に見ても、古代エジプト王朝からアラブ、十字軍を経て、オスマン帝国やフランス、イギリスの支配を受けるなど幾たびも領土争いが繰り返された。町はナイル川の東に広がり、観光スポットが多いのはオールドカイロとイスラーム地区。いずれも世界遺産に登録されており、教会やモスクなど古い建物が密集する。



人口約2000万人を要する、中東を代表する大都市

イスラーム地区には古いモスクが建ち並ぶ



巨大なバザール(市場)のハーン・ハリリー。おみやげ探しにぴったり

ツタンカーメンの黄金のマスク



遺跡から出土した貴重な展示が充実

エジプト考古学博物館

The Egyptian Museum in Cairo

カイロの町の中心は、ホテルやレストラン、ショップが集中する新市街。新市街にあるエジプト考古学博物館は、エジプトを代表する見どころのひとつ。歴代ファラオの像や財宝が並び、その収蔵品は17万点以上にも及ぶ。館内は広く、展示品も多いためじっくり見るなら1日あっても足りないだろう。博物館最大の見どころは、あまりにも有名なツタンカーメンの黄金のマスクをはじめとした副葬品。かつてはファラオたちのミイラ20体も展示されていたが、2021年にグランドオープンしたエジプト文明博物館に移送された。

URL: <https://egyptianmuseumcairo.eg>

※ツタンカーメンの秘宝を含む展示物の一部は、下記の大エジプト博物館に移送される予定



1902年に開館した



ファラオたちの財宝を見に行こう

NEW

大エジプト博物館がよいよオープン!

ギザに建築されている大エジプト博物館。日本も資金・技術面の援助をしている博物館だが、幾たびもグランドオープン時期が遅れていた。しかし、2024年ついにプレオープンを迎え、一部展示を要予約で公開している。グランドオープン後はエジプト考古学博物館から移送されるツタンカーメンの秘宝がメインとなり、倉庫に眠っていた秘宝も公開される予定。
URL: <https://grandegyptianmuseum.org>



カイロから南へ ナイル川沿いの古代遺跡探訪

カイロ、ギザから、ナイル川を南下して古代エジプト時代の遺跡を巡ろう。
空路や陸路のほか、ナイル川のクルーズで回ってみるのもおすすめだ。

ファラオが眠る聖なる地

ルクソール Luxor

エジプト王朝の中王国、新王国時代に首都として繁栄したルクソール。町はナイル川を挟んで東西に広がっており、町の中心は東側で、最大の見どころはルクソール神殿と、その北にあるカルナック神殿。西側にはハトシェプスト女王葬祭殿や「王家の谷」と呼ばれる新王国時代の岩窟墓群がある。ここから1922年に発掘されたのが、ツタンカーメンの墓だ。



夜にはライトアップもされるルクソール神殿

ナイル川沿いのリゾート

アスワン Aswan

ルクソールの南約200km、ナイル川の東岸に位置する。南部ヌビア地方への玄関口となる町で、古くから交易の中心として栄えた。古代エジプト時代にはクヌム神やアヌキス女神、ナイル川の神であるハビ神の信仰が盛んで、グレコ・ローマン時代にはイシス神が信仰された。これらの神殿跡が見どころとなっている。



港にはたくさんのクルーズ船が停泊する



聖なる島、フィラエ島にあるイシス神殿

湖に面した巨大神殿

アブ・シンベル Abu Simbel

アスワンの南約280km。ナイル川を堰き止めて造られたナセル湖のほとりに位置する。人口約3000人と町は小さいものの、エジプトを代表する観光名所となっている。観光客たちのお目当ては、古代エジプトの第19王朝ラムセス2世の建設したアブ・シンベル大神殿。大神殿、第一王妃であるネフェルタリのために造られた小神殿の2つから成る。

高さ21mのラムセス2世像が4体並ぶ大神殿



ナセル湖



太古の昔にタイムスリップしたかのよう



ギザの三大ピラミッド

カイロ
ギザ



天井に女神ヌトが描かれたラムセス6世の墓

知っておきたい、エジプトのこと

信仰

エジプトは国民の約9割がイスラム教を信仰するイスラムの国。暦は西暦とイスラム暦の2つが用いられ、イスラムの習慣により土曜から1週間が始まり、金曜が祝日。町には多くのモスクがあり、1日に5回のお祈りの時間には「アザーン」という呼びかけが町中に響き渡る。



カイロのアズハル・モスク。970年に創建された

治安

2024年11月現在、エジプトのナイル川流域には外務省よりレベル1「十分注意」の危険情報が出ている(その他の地域はレベル2~3)。2019年にはカイロで大規模なデモが行われ治安が悪化した。徐々に安定には向かっている。ただし情勢は流動的なので、安全情報を確認しておくこと。



危険な目に遭ったらまずは警察へ

おみやげ

エジプトらしいエスニック雑貨が定番のおみやげ。ピラミッドなど古代エジプトをモチーフにしたものからイスラム風デザインの工芸品まで種類は豊富。古代エジプト時代から使われた、植物の繊維から作る紙の一種であるパピルスも人気。おみやげ屋さんのほか、スーク(市場)で探すのもおすすめ。ただし人混みではスリに注意すること。



ピラミッドのオブジェは色、大きさもさまざま



パピルスには偽物も多いので注意して

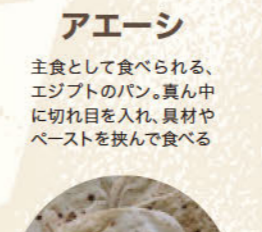
グルメ

豊富な穀物と野菜、香辛料を使った料理が味わえる。肉や魚介も食べられるが、イスラムの国らしく、豚肉を使った料理はない。



コシャリ

現地の言葉で「混ぜる」を意味するおこし、ご飯にさまざまな具材を混ぜ合わせる、エジプトの国民食



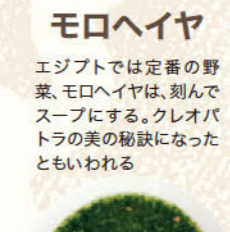
アエーシ

主食として食べられる、エジプトのパン。真ん中に切れ目を入れ、具材やペーストを挟んで食べる



ターメイヤ

つぶしたそら豆に衣を付けて揚げた、エジプト風コロッケ。衣にはゴマが入っており、サクッと香ばしい



モロヘイヤ

エジプトでは定番の野菜。モロヘイヤは、刻んでスープにする。クレオパトラの美の秘訣になったともいわれる



バクラワ

ナッツを包んだパイ生地を重ねて焼き、上からたっぷりのシロップをかけたお菓子。とっても甘〜い

ジェネラルインフォ in エジプト

時差:日本より7時間遅れ。サマータイムは一時廃止されたが、2023年4月に再導入。4月最終金曜~10月最終木曜は日本より6時間遅れになる。
ビザ:入国にはビザが必要。30日間有効の観光ビザなら、カイロ空港で簡単に取得できるため日本で手続きをする必要はない。オンラインでも取得可能。
通貨:エジプトポンド(EGP)(2024年11月現在EGP1=3.14円)
物価:日本よりも安く、1日5000円もあれば十分に

過ごすことができる。カイロなど都市部や観光地はやや割高だが、それでも安い。
ベストシーズン:暑い国というイメージがあるが、冬は寒くコートが必要になることも。観光に適しているのは冬の12~2月。6~9月は非常に暑いので、この時期に行く場合は注意して。なお1カ月のラマダンの時期もある(2025年は2月下旬~3月下旬)。
現地ユースホステル情報:<https://hihostels.com/hostels/?country=Egypt>

より詳しい情報は「地球の歩き方 エジプト」, 「arucoエジプト」へ



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3回「ユングフラウ鉄道」で行こう!



ス イス・アルプスの中でも、とりわけ人気の高いユングフラウへの旅はインターラーケン・オスト駅からスタートする。第一走者はBOB(ベルナーオーバーラント鉄道)。軌間1mの狭軌鉄道だが編成は14両と長い。しばらく走ると列車は渓谷に分け入り、リュッチーネン川に寄り添う。白濁した流れが氷河の雪解け水であることを物語っている。ツヴァイリュッチーネン駅で列車は、グリンデルワルト行きと、ラウターブルンネン行きとに7両ずつに分割される。一瞬不安になるが心配無用。ユングフラウヨッホを目指すのなら、どちら行きに乗っても最終的にはユングフラウ鉄道の起点クライネ・シャイデック駅には同時刻に到着するダイヤだ。グリンデルワルト駅にてBOBからWAB(ヴェンゲルンアルプ鉄道)に乗り換えると目前に迫りくるのが世界三大北壁で名高いアイガー(3,970m)である。ほぼ垂直に屹立する岩壁は何者をも奇

せ付けぬ迫力に満ちている。WABの登山電車を降りると、いよいよトップ・オブ・ヨーロッパへの最終ランナー、JB(ユングフラウ鉄道)の登場だ。新田次郎がこよなく愛したクライネ・シャイデックから赤い登山電車に乗り込み、進行方向右側の窓に陣取ってユングフラウ山(4,158m)を仰ぐ。その稜線にドーム型の建物が見える。その建物こそ、標高3,454mに位置するユングフラウヨッホ駅だ。あれほどの高所まで、よくぞ鉄道を敷設したものだと感じる。「そこに山があるから鉄道を建設する」という、スイス人の登山鉄道にける熱き心がひしひしと伝わってくるユングフラウ鉄道なのだ。ユングフラウ観光でお薦めの宿は「インターラーケンユースホテル」で決まり!場所はユングフラウ観光の玄関駅インターラーケン・オスト駅から徒歩1分!超便利かつクリーンでモダンなユースホテルである。



鉄道写真家 櫻井 寛

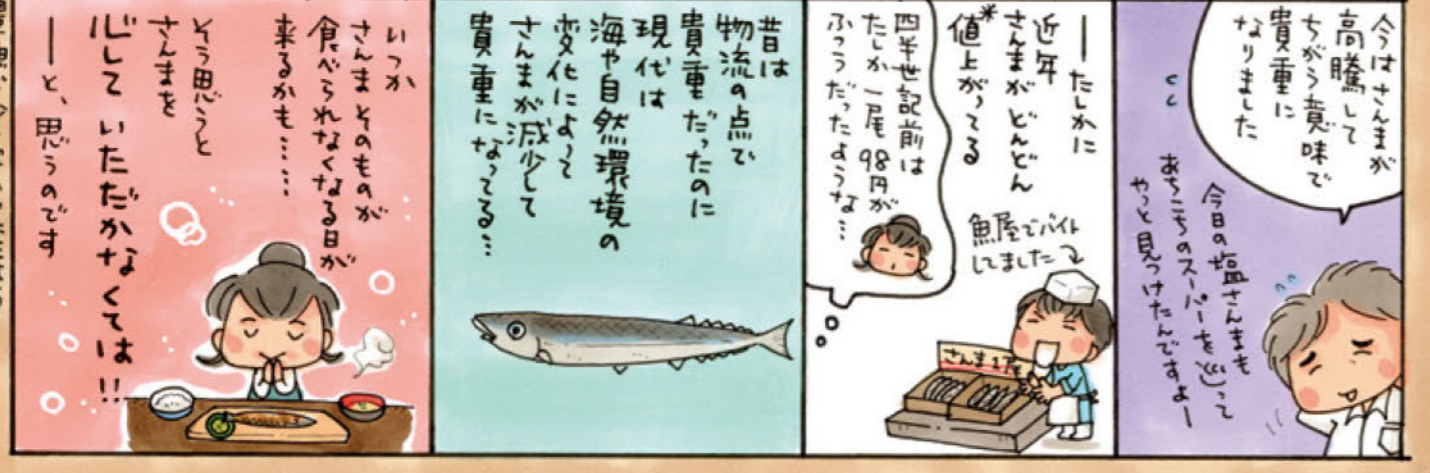
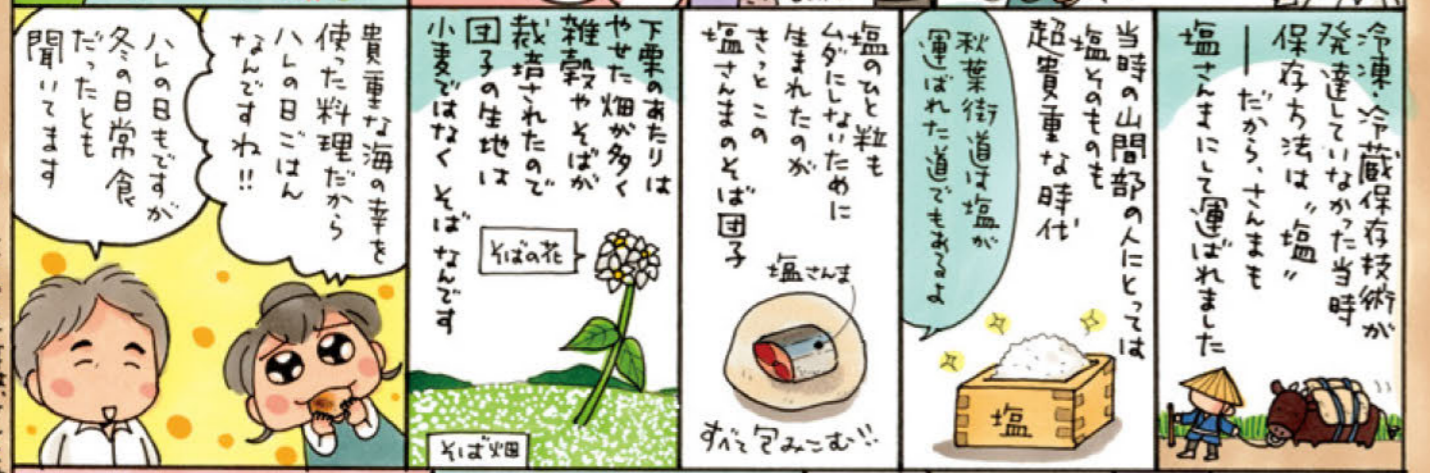
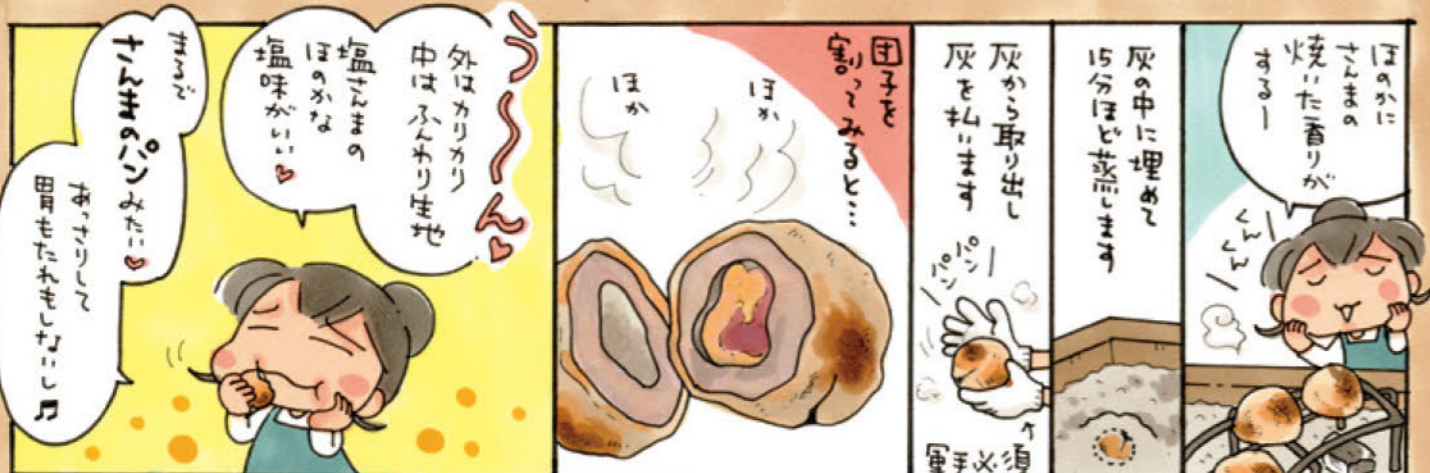
1954年長野県生まれ。鉄道員を目指し昭和鉄道高校に入学したが、在学中に鉄道写真の魅力にとりつかれ写真家に転向、日本大学芸術学部写真学科卒。出版社写真部に15年間勤務。90年にフォトジャーナリストとして独立し、今日に至る。93年、航空機を使わず陸路・海路のみで88日間世界一周。94年『鉄道世界夢紀行』で交通図書賞受賞。旅した国は95カ国、渡航回数は250回超。写真集『列車で行こう! The Railway World』(世界文化社刊)など著書多数。日本写真家協会、日本旅行作家協会会員。東京交通短期大学客員教授。



松島むうの晴れのときどき方々びより

松島むうの食遺産 塩ままのそば団子編

昔、電車が汽車を走らないうち、山奥の地域には海の幸と魚や塩は、水は水はたいてい貴重なものだった。けれど、塩のひびきからムダにせず、水は当時の食生活が、ギョウツツまた、郷土の味が、南アルプスの山間部に、まだ残っていました！



松島むう... 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140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 嶺南さんぽ」(西日本出版社)、「むう風土記〜こはんで紐解く日本の民俗・暮らし再発見録〜」(A&F) 最新刊は「鮎汁の本 はじめました」(西日本出版社)。Podcast配信中心「松島むう」で読者を、lit.link/muumatutor



※2024年は、なんでも塩まま、少しは残ったせよ！

YH-GUIDE

ユースホテルガイド

長野県／岐阜県／愛知県／三重県／滋賀県
京都府／大阪府／兵庫県／奈良県

※掲載されている情報は2024年12月20日現在のものです。
各ユースホテルの最新情報は日本ユースホテル協会HPをご確認ください。

駒ヶ岳山麓!アウトドアな気分でダッチオープン 駒ヶ根ユースホテル

Komagane Youth Hostel

〒399-4117 長野県駒ヶ根市赤穂25-1



静かで緑の中にあり、広大な景色があるだけ。一人旅、大歓迎。

下条ランドユースホテル

Shimojo Land Youth Hostel

〒399-2101 長野県下伊那郡下条村陸沢7852-98



南信州ぶらり旅、避暑、のんびりと休養したい人等に向いているユースホテルです。南アルプスがよく見え、運が良いと絶景の朝焼けや雲海が見られます。畑がありますので、農業体験したい方、歓迎いたします。



ハケ岳山麓・アウトドアの基地に最適+手作りの味をお楽しみに! 蓼科クライネユースホテル

Tateshina Kleine Youth Hostel

〒391-0301 長野県茅野市北山5890



滑る、歩く、登る、観る、感じる。あの頃の自分に帰ろう

白馬の里シェンドルフユースホテル

Hakuba no sato Schoendorf Youth Hostel

〒399-9422 長野県北安曇郡小谷村千国乙12840-1



北アルプスと美ヶ原、安曇野を見渡す高台に建つ好展望の宿

安曇野パストラルユースホテル

Azumino Pastoral Youth Hostel

〒399-8301 長野県安曇野市穂高有明8508



伸びやかな田園に囲まれ、内外装に木をふんだんに使った建物は、グレーを基調色にしたシックな雰囲気です。2、3、4名様用の部屋があり小グループは個室利用となります。管球アンプとタンノイで奏でるクラシック音楽と共に海外産のビールが飲める、雰囲気の良いバーを併設。グランドピアノもあるので、音楽合宿もできます。また、屋外にバーベキューガーデンもあります(有料)。小グループでお使いください。



滑る、歩く、登る、観る、感じる。あの頃の自分に帰ろう

白馬の里シェンドルフユースホテル

Hakuba no sato Schoendorf Youth Hostel

〒399-9422 長野県北安曇郡小谷村千国乙12840-1



夏は登山、パラグライダー、シャワークライミング等のスポーツを楽しめ、冬はスキー、スノーボード、スノーシューハイキングが充実した環境にあります。



浅間の風が「おかえりなさい」

風の人小諸ユースホテル

Kaze no hito Komoro Youth Hostel

〒384-0806 長野県小諸市塩野3876-4



浅間山麓、標高1,000mの、自然いっぱいの一軒宿です。浅間山やハケ岳などのトレッキング基地として、また城下町小諸を中心とした城巡りや宿場町巡りにも楽しめます。各種スポーツの準備高地トレーニングにも適しています。



鉄道模型と人気スキープロガー「木島平コブ滑走訓練所」の宿

高社山麓みゆきの杜ユースホテル

Kosha Sanroku Miyuki no mori Youth Hostel

〒389-2303 長野県下高井郡木島平村上木島3783-12



北信州の山里を見下ろす絶景のロケーション。信越トレイルやバイクツーリングの基地に、冬は人気スキープロガーのオーナー主宰「木島平コブ滑走訓練所」が人気。館内にはNゲージ鉄道模型ジオラマが常設され、昭和レトロな箱庭風景に思わず見入ってしまいます。併設の中村屋珈琲店では、自慢の濃厚ネルドリップ珈琲も提供中。無限のフィールド「みゆき野」で自由気ままな時間をお過ごしください。



小さな家庭的な宿、駅から近く林に囲まれた閑静な地

上田まほろばユースホテル

Ueda Mahoroba Youth Hostel

〒386-1431 長野県上田市別所温泉40-1



真田幸村で有名な上田城から電車で30分。「信州の鎌倉」といわれ、鎌倉時代の寺社が点在している地域です。特に温泉街にある八角三重塔は国宝。戦没画学生の絵を集めた無言館も近いです。ウォーキングコースも、いろいろあります。温泉街までは歩いて10分ほど。200円の共同浴場3カ所あり、湯巡りも楽しめます。一番近い大型温泉施設「あいそめの湯」は500円で休憩所・食堂付き。一日のんびりできます。



ゴンドラで行く恋人の聖地と、花の宝庫の山と、雲海の幻想的な景色

入笠山湿原ユースホテル

Nyukasayama Shitsugen Youth Hostel

〒399-0211 長野県諏訪郡富士見町富士見7870-2



ゴンドラで山頂エリアへ一気に登れる入笠山。花の百名山にも数えられるこの山は、季節ごとに貴重な花と景色を楽しめます。山頂からは富士山、ハケ岳、南・中央・北アルプスまで360度の大展望を楽しむことができます。



テレマーカーの集まる宿！人気「ガッタンゴー」への拠点！

飛騨古川ユースホステル

Hida Furukawa Youth Hostel

〒509-4272 岐阜県飛騨市古川町信包180森林公園前



里山・水郷地帯に佇む明治の館

近江八幡ユースホステル

Omihachiman Youth Hostel

〒523-0805 滋賀県近江八幡市円山町610



明治42年築の元・勤業会館(登録有形文化財)にお泊りいただけます。夕食には特別メニューの近江牛のステーキを。

恵那山の展望と中山道の旅が楽しめます

木曽路ふるさとユースホステル

Kisoji Furusato Youth Hostel

〒508-0006 岐阜県中津川市落合1921



木曽路と美濃路の中間にあり、中山道落合の石畳まで徒歩10分、馬籠までは約3kmと、歴史好きな方や中山道をのんびり旅したい方には最適です。少し足を延ばせば富士見台や付知峠、ふれあい牧場などもあり、一人旅からご家族まで楽しめます。ユースホステルは恵那山を望む南斜面に建ち、夕陽や夜景もとてもきれいです。木造の建物はどこか懐かしさを感じるつくりになっています。美しい景色とおいしい食事でおくつろぎください。

運動合宿と宿泊研修など団体利用に最適です

近江希望が丘ユースホステル

Omi Kibougaoka Youth Hostel

〒520-2321 滋賀県野洲市北桜978 文化公園前



希望が丘文化公園に隣接し、京都や大阪など関西圏からのアクセスも良好で、さまざまなスポーツ合宿のご利用に最適。マイクロバスでの送迎も可能です。施設内には多目的にご利用いただける研修室・会議室を備えており、企業研修や勉強合宿、ゼミ合宿などのご利用にも対応しています。温かいお食事と24時間ご利用可能な大浴場で、皆さまの合宿や研修をサポートします。雨天対応のバーベキュー場も好評。

明治2年の飛騨古民家を移築改造。外国人にも好評!!

南飛騨 赤かぶユースホステル

Akakabu Youth Hostel

〒509-2518 岐阜県岐阜県下呂市萩原町上呂2141



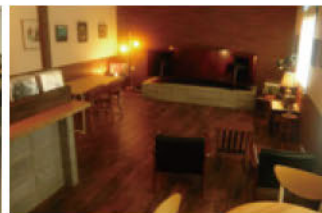
8室ある寝室は全室和室。ロングサイズの布団で長身の方も快適にお休みいただけます。ドイツ風の食堂での食事はボリューム満点!食後は紙切り芸や寄席文字の実演も。野球、テニス、サッカー等のスポーツ合宿も歓迎!!

目の前は琵琶湖!釣り・ピワイチ・BBQに最適!ジャズ喫茶併設!

ユースホステル和邇浜青年会館

Youth Hostel Wanihama Seinen Kaikan

〒520-0523 滋賀県大津市和邇南浜403



全室がトイレ付個室のホテルタイプのユースホステル。名古屋から40分

犬山国際ユースホステル

Inuyama International Youth Hostel

〒484-0091 愛知県犬山市織鹿尾字氷室162-1



国宝・犬山城をはじめ、博物館明治村、リトルワールド、モンキーパークなど周辺には見どころがたくさん。そばを流れる木曾川では鶴岡見学やラフティングも体験できます。緑に包まれた静かな環境で、スポーツ・音楽合宿、企業研修等にも最適。周辺の運動場などへも、マイクロバスで送迎可能です(要問い合わせ)。一人旅、ご家族、外国人、団体と誰でもウェルカム。あらゆるニーズに(できるだけ)応えるハイブリッドなユースホステルです。

金閣寺・嵐山エリアに近く、京都旅の拠点にオススメです

京都市宇多野ユースホステル

Utano Youth Hostel

〒616-8191 京都府京都市右京区太秦中山町29



京都市内ながら自然豊かな立地で、無料駐車場もあり、家族利用にも最適。週末の夜には焚火イベントも開催。市内観光はもとより、京都トレイルなど山歩きの出発点や京都市北西域の新しい京都を発見する旅にぜひご利用ください。

海と緑と太陽がまぶしい! 乗用ミニ鉄道の走る宿

伊勢志摩ユースホステル

Ise Shima Youth Hostel

〒517-0213 三重県志摩市磯部町穴川1219-82



志摩スペイン村へ車で5分。伊勢神宮や鳥羽水族館へは25分、伊勢志摩観光の拠点です。新鮮な海の幸の舟盛りプランや無料のBBQコーナーも好評。グループ・家族旅行、サークル活動、ゼミ旅行など、使い方はあなた次第。

股のぞきで有名な傘松公園の麓にあり、丹後半島周遊の拠点です

天橋立ユースホステル

Amano Hashidate Youth Hostel

〒629-2232 京都府宮津市中野905



一人旅・家族・グループ・団体と幅広くご利用いただける宿泊施設です。元伊勢神宮眞名井神社の真隣。自然に囲まれ、ゆったりとした時を過ごしたい方にもオススメ。京都丹後鉄道天橋立駅下車、フェリー12分一の宮下船。丹海バス伊根方面行25分、元伊勢籠神社下車、徒歩10分。天橋立駅より松並木を徒歩1時間半。ご予約、ご予約を心よりお待ちしております。

春夏秋冬、自然の恵みを受けた茅葺きの宿

美山ハイマートユースホステル

Miyama Heimat Youth Hostel

〒601-0775 京都府南丹市美山町小淵中才57



We are Performer 音楽・ダンス・演劇の練習・合宿・発表に最適

新大阪ユースホステル

Shin Osaka Youth Hostel

〒533-0033 大阪府大阪市東淀川区東中島1-13-13 ココブラザ10階



JR新大阪駅東口から徒歩5分、地下鉄御堂筋線から8分と便利。USJをはじめ大阪各地はもとより、京都・神戸・奈良へのアクセスに優れています。利用者の国籍は多彩で思わぬ出会いや国際交流に花が咲くかも。研修室・会議室・音楽研修室・230名収容の小ホール等。合宿や遠征の宿としてもご利用ください。

自然がいっぱい大阪の「てっぺん」能勢

ユースホステル玉泉寺

Youth Hostel Gyokusenji

〒563-0372 大阪府豊能郡能勢町山辺1438



大阪駅から阪急宝塚線川西能勢口乗換え、能勢電山下駅からバス山辺口下車で約1時間30分、さらに徒歩30分。大阪なのに自然がいっぱいの能勢町。ハイキングや合宿にご利用ください。車では大阪・京都・神戸まで1時間です。

関西国際空港に一番近いユースホステル！

関空オレンジハウスユースホステル

Kanku Orange House Youth Hostel

〒598-0016 大阪府泉佐野市高松西1丁目2750-1



【2025年4月より再開予定】

アクセスは難波駅発南海本線泉佐野駅下車、関空方面線路沿いに800m(徒歩10分)です。深夜到着や早朝出発の航空便をご利用の方には便利です。コンパクトでアットホームな宿で旅の疲れを癒し、英気を養ってください。

日本で唯一「ヤンマースタジアム長居」内部にあるユースホステル

大阪市立長居ユースホステル

Osaka Municipal Nagai Youth Hostel

〒546-0034 大阪府大阪市東住吉区长居公園1-1 ヤンマースタジアム長居内3階



大阪を代表する長居公園内にあり、建物が2002年日韓ワールドカップの会場にもなったヤンマースタジアムと一体化した珍しいユースホステルです。近隣には、セレッソ大阪のホームでもあるヨドコウ桜スタジアム、広大な敷地の植物園や恐竜の標本もある自然史博物館があり、来場者を飽かさません。交通の便も良く、関西の観光地へ移動しやすい立地にあります。各種団体合宿にも最適です。

夕陽色に心暖まる宿

ユースホステル諸寄荘

Youth Hostel Moroyososo

〒669-6753 兵庫県美方郡新温泉町諸寄461



ホテルイカ・松葉ガニ水揚げ日本一。変化に富んだ山陰海岸を望む海水浴場まで徒歩1分。JR諸寄駅もすぐそばで、鉄道を使った旅の中継地にも最適です。ユースホステルの自慢は食事。カニソムリエでもある女将が手廻りかけて調理した日本海の幸を、たっぷりかつリーズナブルに味わうことができます。

合宿や研修に最適な宿です

河内長野ユースホステル

Kawachi Nagano Youth Hostel

〒586-0086 大阪府河内長野市天野町1305-2



クラブ活動、企業研修などのご利用歓迎です。宿泊予約は前々日までに必ずお願いいたします。食べ物、飲み物の持ち込み可能です。宴会メニューなどもあります。

修学旅行・スポーツ合宿・企業研修に！全館貸切も可能なホステルです

奈良ユースホステル

Nara Youth Hostel

〒630-8108 奈良県奈良市法蓮佐保山4-3-2



近鉄奈良駅から北へ2km、JR奈良駅から北東へ3km。奈良市鴻ノ池運動公園内に位置し、緑豊かな環境にあります。陸上競技場、体育館、野球場を利用したスポーツ合宿や、遠征試合などに最適。また、大ホール、研修室を使つての合唱、吹奏楽、勉強合宿にも向いています。食事も各団体様に合わせて時間、内容(ボリューム重視など)とも考慮いたします。※マイクロバス導入いたしました！奈良駅・奈良公園への送迎も承っています。お気軽にご相談ください。

ファミリーから団体まで、幅広い層にご利用いただいております！

大阪国際ユースホステル

Osaka International Youth Hostel

〒592-0002 大阪府高石市羽衣公園丁



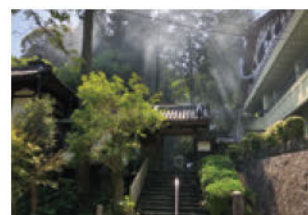
広々とした浜寺公園の中にある、日本有数の大型ユースホステルです。体育館や会議室を利用した合宿や研修に最適です！開放的な大浴場や、シェフの作るおいしい食事をぜひお楽しみください！公園は家族連れなどでにぎわい、子どもが車やゴーカートなど、ファミリーで楽しめる場所がたくさん。ユースホステルには、手軽にアウトドアを始めたい方に最適なバーベキュー場もございます★

1300年の歴史と緑と静けさの中で…

千光寺ユースホステル

Senkoji Youth Hostel

〒636-0945 奈良県生駒郡平群町鳴川1188



自然豊かな谷あい白風の時代、役小角によって開かれたお寺です。水音響く静寂に包まれ、心を癒してください。ご希望の方は座禅や写経も体験できます。

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 (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 ※配偶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 |

※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

■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(当分の間 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7年1月10日まで
 いるもて荘ユースホステル(沖縄県) —— 令和7年2月28日まで
 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
 武雄温泉ユースホステル(佐賀県) —— 当分の間
 霧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

ユースホステルサンフラワー宮崎(宮崎県) —— 令和6年10月31日付
 高千穂ユースホステル(宮崎県) —— 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
 網走流氷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人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」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様には送料無料で送りいたします。

※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/

発行日:2024年12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:fiotlo LLC/企画・構成:池田和暲(fiotlo LLC)/アートディレクション&デザイン:高岡洋子/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:株式会社 コウケンテツの事務所/スタイリスト:長坂麻莉/ヘアメイク:NORI(Jari, inc.)/インタビュー:山田安紀子(株式会社YOAKE)/撮影:小林潤次(株式会社七彩工房) ■国内特集 協力:南飛脚 赤かぶユースホステル/取材・編集:佐藤史規(株式会社YOSCA)/撮影:早川修 ■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)/スイス政府観光局/松島むす



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.39



Cover Interview
コウケンテツ
世界中の食卓を
旅した先にあったもの

P.02



Youth Hostel Pick up
南飛騨
赤かぶユースホステル
まじめに、がんこに、40年
何度も訪れたい南飛騨古民家の宿

P.08



Hostelling Magazine
× 地球の歩き方
遺跡を回り歴史を学ぶ
エジプト古代への旅

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
長野県 / 岐阜県 / 愛知県
三重県 / 滋賀県 / 京都府
大阪府 / 兵庫県 / 奈良県

P.20



Hostelling Magazine vol.39
まとめてダウンロード

※本誌の情報は 2024年12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。