

おかげさまで干支の山は12年連続催行 今年で完結致しました

ありがとう12年！感謝・感激・雨あられ 新春恒例干支の山は今年でファイナルとなりました

山旅人開設翌年、2003年から実施してきた干支の山。毎回様々なサプライズも好評で、当初から新春の定番プランでした。そして2008年は子年という事もあり、改めて正式なシリーズツアーとして始める事となり、何か面白いサービスはないものかと思いついたのが干支缶バッジ。イラストは絵画教室の講師をしいた母に頼み、毎年色紙に干支の絵を書いてもらい、それを業者さんに依頼して缶バッジに仕上げ、参加者の皆様へお渡しするサービスをスタート。12年で述べ400名以上の皆様にご参加頂きました。最後となる今年のツアーでは12回連続参加のお1人様をはじめ、これまでの参加回数に合せてサプライズプレゼントをご用意、夕食会場では大いに盛り上がりしました。しかし、毎年大変だった干支の山の選定もこれが最後。真冬なので高山はダメ、厳しい山もダメ、まわりに楽しいところが無いとダメ、いろいろ難しい条件の中、メインガイドの小林孝二さんをはじめ、担当スタッフ達も一緒になって頭を悩ませる事も毎年の恒例行事でしたが、終わってみるとなんだか寂しい気持ちに…。最近よく言われる「〇〇ロス」ってやつですかね？

干支の山ロスの添乗員 堀祐希

干支の山ご参加のお客様からアイデアを募り

山旅人の新ジャンル「歩ぶ楽(ぽぶら)」

の名称が決まりました。

山旅人開設から17年。マルチなエリアとジャンルを案内されてきた小林孝二さん。果無山脈縦走や佐渡ヶ島、登山教習等、数々のロングセラープランを手がけてこられ、山旅人を案内して頂いているガイドさん達のリーダー的存在。そんな小林孝二さんが考案した新ジャンルの歩く旅「歩ぶ楽」。ベテランガイドがこれまでの経験を活かしつつ、プランニングから現場の案内まですべてを担当し、**楽しく、楽に山を歩いて**、さらに人里や景勝地等、旅の楽しみもしっかりと満喫するこだわりのプランです。全国をかけ巡る登山ベテランの皆様でもきつとご満足頂ける事でしょう。歩ぶ楽(ぽぶら)というネーミングは今回の干支の山でお客様から公募し選定させて頂きました。ご協力頂いた皆様には心より感謝申し上げます。

これまで実施した干支の山	年	干支
子ノ泊山と烏帽子山	2008	子
讀牛岳	2009	丑
虎御前山と小谷城址散策	2010	寅
卯ノ鼻と彦岳	2011	卯
辰ノ山と嶽山 豪快！かき焼きも	2012	辰
蟻蛇森と工石山・皿鉢料理	2013	巳
倉敷馬入山と白石島	2014	午
羊群原と奇峰 香春岳	2015	未
猿掛山と真鍋島・大槌島	2016	申
烏帽子山と長崎ランタン祭り	2017	酉
犬鳴山と萩低山巡り	2018	戌
猪田山と霧島滝巡り	2019	亥



干支バッジ

歩ぶ楽 ラインナップをご紹介

1 月末発送「2019 春夏号」にて好評募集中

日帰りミステリー	4 月 3 日(水)	日帰り
瓶ヶ森と伊予富士	5 月 7 日(火)	2 泊 3 日
オサバグサ帝釈山	6 月 17 日(月)	3 泊 4 日
八方尾根五竜遠見	8 月 7 日(水)	3 泊 4 日
のんびり鏡平	10 月 6 日(日)	3 泊 4 日
塔ノ丸と巨樹巡り	11 月 5 日(火)	1 泊 2 日

詳しくは1月末に投函し、皆様へお送りした山旅人のカタログ「2019 春夏号」をご覧ください。

7 月発送予定「2019 秋春号」にて募集予定

三宅島と御蔵島	11 月 7 日(木)	3 泊 4 日
---------	-------------	---------

桜島ハイクと池田湖の菜の花・霧島神宮

2020 年 1 月中旬 3 泊 4 日の予定

↑ 新年恒例の干支の山が今年で終わりましたので新年会ツアーとして募集する事にしました。

日帰りグルメツアー四季旅人 3月のお勧め「赤穂の牡蠣づくし」

赤穂の冬の味覚といえば牡蠣。一年牡蠣とも呼ばれ、良質で栄養価の高い海と、氷ノ山から川を伝って海に流れ出た栄養分が質の高い牡蠣を育てます。赤穂の牡蠣は熱を加えてもほとんど大きさが変わらないのが特徴です。真牡蠣の旬は10～3月ですが、産卵期前の2～3月頃が栄養を最も蓄え美味しい時期と言われます。テレビなどにも多数取り上げられ全国から人が訪れる名館「銀波荘」で牡蠣づくし料理を椅子席でいただきます。午後は忠臣蔵や赤穂義士ゆかりの地を語り部さんの案内で歩きましょう。さらに旅の後にもお楽しみが… 後日、新鮮で美味しい「坂越の生牡蠣」をご自宅へお届けします。

播州赤穂の牡蠣づくし料理 赤穂義士の里散策

日 時：3月13日(水)

旅行代金：29,000円

出発場所：大阪 8:30 川西 9:10 宝塚 9:40

行 程：各地＝銀波荘(牡蠣づくし料理)＝赤穂(赤穂義士ゆかりの寺などガイドと一緒に散策)＝各地(18:00 予定)



山旅人スタッフ 今月の小話

山旅人では小林ガイドの案内で「日本百名城をめぐる旅」をシリーズで企画しておりますが、お城といえどお堀、お堀といえど私の最近のお気に入り番組・テレビ東京の「池の水ぜんぶ抜く大作戦」ですね♪同番組は月1回程度のペースで、過去16回放送されていますが、最初は外来種を駆除して在来種の生物を守ろうという感じでした。最近ではだんだん規模が大きくなってお正月3時間スペシャルでは行政からの依頼で丸亀城と萩城のお堀の水を抜いていました。お堀の悩みは藻が大量繁殖し、ヘドロが溜まって悪臭を放つなど、汚いお堀では景観が損なわれること。そこで何ヶ月もかけて水を抜き、少し水が残った状態の時にそこに生きる生物を一旦避難させ、外来種は駆除し、きれいに清掃する一連の作業を放送している番組です。家族に「なんでそんな番組見るん」と不思議がられながら、放送を見つけたら録画して楽しんでます(^^)

三木浩嗣



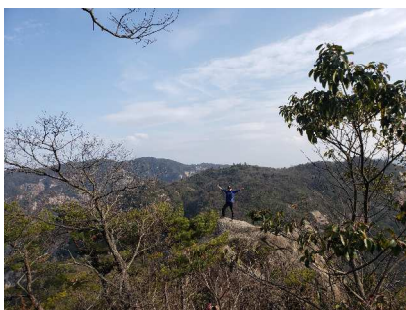
“西九条トンネル横丁”ってご存知ですか？大阪環状線の西九条駅を降りるといきなり赤いネオンの看板。その路地裏に昔懐かしい居酒屋がずらり。ずっと三木が気になっていた場所。という訳でなんの下見か分かりませんが(笑)急遽夜の下見に行ってきました。その中で「せぞん」というお店に初来店！店内はカウンターだけでお客さんは奥にはおじさんと反対の奥には地元風の女性二人だけで店はすいていました。料理は一品一品普通においしいし、めっちゃ安です！隣に座ってきた京都から来た常連のお兄ちゃんと話がはずみ、いくつかおいしいお店の情報を教えてもらいました。西九条ならここからすぐ近くに安くて新鮮な魚が食べられる「大黒」という店があると聞き、二軒目は「大黒」へ。お酒も種類も豊富でクエや白子や海鮮丼などさっきのお店



とはまた雰囲気も違い満席。雑誌に載っている超人気のお店でした。おまけに安くて新鮮！いい下見になりました。穴場のいい情報を探してま〜す。 岡本哲也

～冬は山口県の山で夏の北アルプス登山を疑似体験しよう～

山口県は語源が山の入口(入門編)かな？と思えるぐらい誰もが楽しめる山が多いステキなエリアです。皆様ご存知の通り、県内でも瀬戸内海に面した低山は、特に温暖で雪がほとんど降りません。先日、白滝山と太華山の添乗に行きましたが、1月中旬だというのに登山中は汗ばむぐらいの陽気。もちろん空気は冷たいので風が吹けば体感気温はグッと下がり、やっぱり冬だなと再認識するのですが……。この気候は、ちょうど7月や9月頃の北アルプス3,000mの稜線の気候にそっくりなので、水分補給の仕方や衣服調整のノウハウなど、夏の本格登山さながらの体験ができるのです。そしてこのエリアのもう一つの魅力は花崗岩質の岩肌がむき出しになった山が多く岩稜帯歩きの登山が楽しめること。コースを選べば、ロープや鎖の張ってある場所もあり、冬の間に忘れかけていたアルプスのザレ場や岩場歩きを思い出させてくれます。このような環境なので展望も素晴らしく、標高に関係なく満足度の高い登山を楽しむことができます。山旅人の1月～3月は山口県の山をたくさん企画しています。皆様も冬は山口の山へおいでませ～。 津森豊



《摩利支天（まりしてん）》

新年も早くも二月となりました。今年の干支は亥。京都では狛犬の代わりにイノシシが鎮座する足腰の神、護王神社が元旦から大賑わいだったようです。亥年にもう一人忘れてならないのが摩利支天。仏教の伝来とともに古代インドから日本へ伝わった密教の守護神です。実態のない陽炎(かげろう)が神格化したといわれ、幻のように捕まえることも傷つけることも害されることもないところから開運勝利の神として戦国武将にも大人気でした。この摩利支天が猪を従者としているところから亥年の守り本尊にもなっています。日本で有名な摩利支天は・徳大寺（東京上野アメ横内）、禅居庵（京都建仁寺塔頭）、宝泉寺（金沢市）。

京都の摩利支天（左：非公開）とアメ横の徳大寺（右）

徳永恵



山旅人スタッフ 今月の小話

卵かけご飯

日本全国の老若男女に知られる国民的 B 級グルメといえばご飯に卵、そして醤油の 3 つの材料だけで作れる「TKG」こと卵かけご飯と思うのは私だけでしょうか。皆さんも一度は口にすることがあるこの料理のレシピはすごく簡単。

ご飯に卵をかけて醤油をお好みでかけるだけですよね。

では作る行程を考えた事がありますか？この 3 つの材料の行程を変えるだけで、いつも食べる卵かけご飯が別の卵かけご飯になる楽しみ方をこっそり教えます。白身と黄身を分けて、ご飯と白身を先にまぜ、最後に卵黄を落として醤油や薬味をとというレシピが最近話題ですが、今回私がお教えするレシピは違います。まずは熱々のご飯に醤油を混ぜちゃいます（ここはご自身の好みで味付け）ご飯のベースができたらご飯にくぼみを作り卵をのっけて混ぜるだけで完成です。一度興味がある方は試してみてください。同じ材料なのにまた違った味わいを感じられるかなと思います。もちろん好みもありますが（笑）卵かけご飯愛好家の方で試してみた方はご感想をお待ちしております。

浮田健一

今年も早いものでもう 2 月です！

皆さんはこの身のしみる寒い季節をどう過ごされていますか？僕はパンフレット作成作業を無事終えて、3 連休を頂き名古屋の親戚に会いに行ってきました。とても楽しみにしていたのに行く途中でなんだか風邪っぽい。気のせいであってくれーと嘆きましたが、名古屋駅に近づくにつれて体調は悪くなる一方。到着する頃にはぐったり。なんとか親戚の家に着き夕食もそこそこに切り上げ、次の日の観光は絶対行くぞ！と早めに就寝しました。が…やっぱり体調は戻らずインフルエンザの疑いもあるので名古屋の病院で診察してもらいました。幸い陽性ではなかったのですがしんどいまま（涙）名古屋観光は断念し泣く泣く大阪の自宅へ帰りました。連休 3 日目には体調が戻り、次の日は元気に職場へ出勤できましたが風邪に振り回された 3 日間でした。やはり緊張の糸が切れてふっと気が抜けた瞬間を風邪は見逃さないですね。いつ何時も風邪予防対策は必要だなと感じました。皆さんもこの寒くて乾燥した時期は風邪予防の対策を徹底に！（お前が言うなと皆につっこまれています^^;）

横田和則

我が社の社員、ちょこっと自慢♪

常勤ではありませんが、山旅人の縁の下で力持ちであり影の立役者である本間誠司。皆様には四国遍路の公認先立として馴染みがあるかもしれません。在宅作業や月に数回の出勤で総務関係やデータ関連の作業を主に担当してくれているのですが、なんと阿波おどりのスペシャリストでもあるのです！先日大阪で徳島のイベントがあり、そこで異彩を放ち阿波おどりを踊っていた彼。普段からは想像がつかないその姿にびっくり。かっこいい！の一言でした。なかなか皆様とお会いする機会がない事が残念ですが、こんな社員もいますよ、とのお知らせでした♪ 久保世里子



学生の頃、友人 2 人とレンタカーを借りて時々旅行をしました。今回はウン十年前の 5 月の話をします。夕方、レンタカーを借りて石川県を目指します。学生はお金がないので一晩かけて一般道で向かいます。途中運転を交代しながら第一目的地である『千里浜なぎさドライブウェイ』に到着した頃には夜が明けていました。ここは海辺の砂浜を車で走ることができる日本唯一の場所。天気は快晴！「さあ走るぞ〜！」運転を交代しつつ、皆で走りました。調子に乗って海に片輪を入れて水柱を上げて走ったり。たっぷり楽しんだ後、車を見るとキラキラ光っている？ 潮がボディに付着して塩になり、それが宝石のように光っていました。「これはまずい」となり、最寄りのガソリンスタンドの洗車機に通して塩を洗い流しました。ついでにウォッシュ液を補充しようとボンネットを開けると・・・一面真っ白！そう、海水は当然エンジンルームにも入り、塩で真っ白になっていました。3 人共一瞬顔を見合わせ「どうしよう(汗)」。でも、次の瞬間ボタンと閉めて「見なかったことにしよう」となりました。ニッポンレンタカーさん、その節は若気の至りとはいえ、ごめんなさい。 近藤恒毅

メール会員にご登録頂ければ、山旅人かわら版をWEBで御覧頂けるようになりました。会員様には毎月新しいかわら版をアップした閲覧専用ページアドレスをお送りします。山旅人メール会員に是非ご登録下さい。詳しくは下記に記載しております。



登山者の強い味方、コモパン行動食登山のスズメ

「スズメ」は、山行者に愛用されている行動食です。その理由は何でしょうか。私たちがスズメを愛用している理由を、山行者の視点から紹介します。

まず、スズメは非常に軽量で、持ち運びが簡単です。登山時には、少しでも軽量化することが重要です。スズメは、1袋あたりわずか10g程度で、しかも、1袋で1食分が摂れます。これは、登山者のための理想的な行動食です。

また、スズメは、栄養バランスが整っています。糖質、タンパク質、脂質、ビタミン、ミネラルがバランスよく含まれています。登山時には、エネルギーを補給するために、糖質が重要です。スズメは、糖質が豊富で、エネルギーをすぐに補給できます。また、タンパク質も含まれているので、筋肉の疲労を回復するのに役立ちます。

さらに、スズメは、保存期間が長いです。常温で保存可能で、開封後も数日間大丈夫です。登山時には、食料の持ち運びが難しいので、保存期間が長い行動食は、非常に便利です。

最後に、スズメは、味が良いです。登山時には、空腹感が強くなります。スズメは、美味しく食べられるので、空腹感を満たすのに役立ちます。また、スズメは、水分を摂るのにも役立ちます。登山時には、水分の補給も重要です。スズメは、水分を摂るのに役立ちます。

山旅人かわら版

2014年

おおいさ長寿村が誇るの

イタワ伝統的食料

山で飲むコーヒーやコモパンは軽便食料。これらは山旅人の定食になるかも？（ゲンジツェエビナウ）

一所懸命
心につく
旅に響く

この度は山旅人をご利用頂きまして誠にありがとうございます。
 こちらは当社サービスのご案内です。

●ご希望の方へ「日本百名山登頂カード」と「九州百名山登頂カード」を差し上げます。
 まずは百名山登頂アンケートで（添乗員にご請求下さい）これまで登った百名山についてお答え下さい。
 登頂された山にハンコを押したカードを後日、当社からご自宅へお送りします。
 日本百名山を含むツアーへご参加の際お持ち下さい。添乗員が登頂した山にハンコを押します。
 個人山行、他社ツアーでの登頂も自己申告をして頂ければハンコを押します。

※ハンコを押すのは当社ツアー参加中に限ります。（当社事務所を含むツアー以外の場所では押せませんのでご了承下さい）
 ※百座すべてを登頂された方には当社より素敵なプレゼントを進呈させていただきます。
 ※すでに百名山をすべて登頂されたという方も希望であればカードをお渡しします。（もちろんプレゼントも差し上げます！）
 ※その他、ご不明な点はお気軽に添乗員まで・・・

●山旅人ポイントカードはお名前をご記入の上、ツアーにご参加頂いた際、添乗員へお渡し下さい。本日お渡ししたポイントカードはご参加頂いた際、添乗員がそのツアー日数分（例：日帰り1個、1泊2日2個）のハンコを押させて頂きます。6個貯まると次回以降のツアーで1000円をキャッシュバックします。

※利用はご本人のみ、キャッシュバックは1ツアー1枚限りとなります。
但しツアー日数が7日以上は2枚利用可、13日以上は3枚利用可、19日以上は4枚利用可となります。(2018年3月より)
※夜行フェリーは往復で1個となります。(片夜行の場合はポイント加算無し)
※個人プラン、買取企画等のパンフレット未掲載ツアーはポイント、キャッシュバックの対象となりません。

●山旅人メール会員登録で本日ポイント2つ追加 登録専用アドレス touroku@yamatabito.com
携帯電話・パソコン どちらでもOK! メール会員に登録するだけでポイントカードのハンコを2つサービス! 登録は下記の登録専用アドレスへメールを送るだけ。もし面倒なら登録は添乗員が代行します。(携帯電話持参の方) 情報送信は月に数回、催行状況や新規募集ツアーの情報をお知らせします。こんな時にメールが届きます・・・
「パンフレット未掲載の新企画募集を開始した時」「山旅人のツアー催行状況を更新した時」
「満席のツアーに空席が出た時」…等々

※必ず件名に「メール会員登録」本文に登録者の氏名を入力してから送信してください。
 ※年会費や入会金不要 解約はEメール・FAX・お電話でいつでも受け賜ります。
 ※お預かりしたアドレスは厳重に管理し、山旅人の旅行情報関係以外のメールは送信致しません。



●当社では添乗員スタッフの撮影したビデオ販売や写真の無料ダウンロードサービスがあります。山旅人のツアーでは、スタッフがビデオ・写真の撮影をします。撮影したビデオ・写真をご希望の方は120分DVD1本1000円（写真はCD500円・プリント7枚500円）各送料込で販売致します。120分に収まれば何コースでも1000円です。いくつかのコースをためてから注文して頂いても結構ですし、気に入ったビデオ1コースだけを注文して頂いても結構です。ご注文・お支払いは添乗員まで。後日ご自宅へお送り致します。さらにパソコンやスマートフォンで当社ブログページから添乗員の撮影した画像データを無料でダウンロードする事も出来ます。詳しくは添乗員までお問合せ下さい。

※例え 5 分のみのビデオを 1 本で注文されても 1000 円となります。※すべてのコースでビデオ撮影サービスをご提供するとは限りません。悪天候時やトラブル発生時、危険箇所が多い行程等、当社スタッフの判断でことわりなくビデオ撮影を中断・又は中止する場合もあります。その他、ビデオカメラの故障や機材不足の場合でも撮影は行いません。

●山旅人の募集スケジュール 春夏号(5月～9月)は1月発送 秋春号(10月～4月)は7月発送です。
1月発送 夏秋号…5月～9月出発の新ツアーと10月～11月出発の先行発表ツアーを掲載
7月発送 秋春号…10月～11月出発の追加設定ツアーと12月～翌年4月出発の新ツアーを掲載

決定したコースを順次お知らせ致しますので、お気に入りの企画には先行予約をお入れ下さい。