

山旅人かわら版

2020年

5月号

Vol.122

一 所懸命
心に響く
旅づくり

今年は4月と5月のツアーが出発出来なかったのて来年は予約が混み合うと予想。先行予約はお早めがお勧めです。とくに花系のコースは追加設定が出来ない事もあります。

山旅人は今、元気に楽しく明るい未来の準備をしています



皆さんと一緒に楽しむ旅の準備をしておきますね



白馬連峰の夜明け 白馬鑓と杓子岳のモルゲンロート

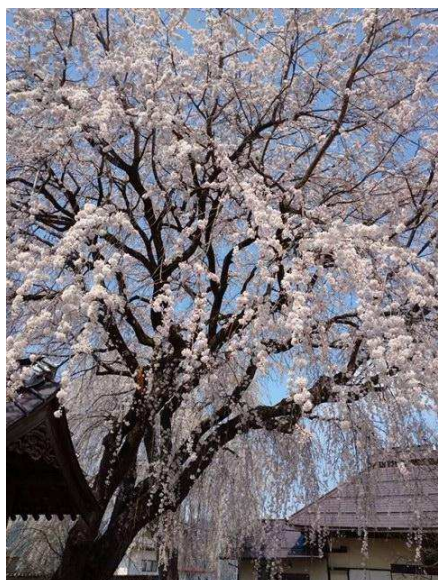
皆さんこんにちは！すっかりご無沙汰しておりますが、いかがお過ごしでしょうか。私達もツアーを催行する事が出来ず、とても残念な思いをしています。皆様もきっと同じ様なお気持ちでしょうね。いつもならこの「かわら版」は旅の道中で皆様に手渡ししておりますが、今はツアーが出発しませんので、5月号は近況報告を記事にして、郵送でお送りさせて頂く事にしました。お互いもう少しの辛抱、きっと近いうちに皆様と楽しい旅をご一緒できる日が来ますよね。明けない夜はございません。明るい未来の準備をしながら一緒に乗り切りましょう。今回も皆様に少しでも楽しんで頂きたいと思い、スタッフ皆で心を込めてつくりました。創刊10年、初めて手渡しが出来なかった「山旅人かわら版」をお楽しみ下さい。

山旅人スタッフ一同

今後、私達はいろいろな情報発信を積極的に行います

ツアー広告だけでなく「登山と旅のワンポイントアドバイス」や「スタッフ&ガイドが撮影 大自然の写真」等、皆様のお役に立てる情報や喜んで頂ける情報もどんどんと発信していく予定です。

これからはツアーの募集案内だけでなく、今もホームページで少しずつですが発信している「登山と旅のワンポイントアドバイス」をはじめ、全国のガイドさんから頂いた写真や、私達が撮影した日本全国・世界各国の大自然の画像など、皆様に喜んで頂ける情報をどんどん発信していく予定です。もしホームページをご覧になれない方でも、ご希望の方には半年に1回、ホームページで記載した内容を抜粋した情報紙（有料）を作ってお送りします。まだまだ未熟ではございますが、今後の情報発信にご期待下さい。



十王堂のしだれ桜

信州在住 豊田ガイドから素敵なお写真が届きました。

豊田ガイドより皆様へ、少しでも癒やしをお届けできればとの事です。豊田さんは今、ご自宅でストレッチや筋トレにはげみながら、皆様とご一緒出来る旅のプランを考えておられます。



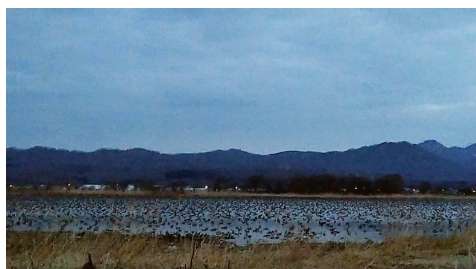
中塩のしだれ桜



紫のしだれ桜

北海道の山下ガイドから素敵なお写真が届きました

山下ガイドより皆様へ…北海道中央部美瑛市にある宮島沼は、春と秋マガンの渡りの寄留地となり、日本最北にして最大、6万羽以上のマガンが羽を休めます。日中、田畑で餌を食べたあと続々の宮島沼に戻ってくる「ねぐら入り」、早朝日の出前に6万羽が一斉に飛び立つ「ねぐら立ち(HPに動画あります)」は圧巻です。



ねぐら立ち前の宮島沼



山下ススム ガイド



ねぐら入りの景色

田中昭男さんから素敵なお写真が届きました

いつも山旅人の現場をサポートして下さる田中さん。今は外出も出来ず昔の写真を整理されているそうです。そんな中、関西の桜の名所、吉野山の写真が目にとまったとお送り頂きました。田中さんも皆さまと楽しく一緒に出来る日を心待ちにされています。



全国各地・世界各国から届く素敵なお写真

自宅待機を余儀なくされている皆様の少しでも癒やしになればと、今山旅人にはお世話になっている国内外のガイドさん達からお写真や動画が毎日届いています。今後もホームページや定期購読の冊子でいろいろ紹介させて頂く予定です。

登山と旅のワンポイントアドバイス②行動食とエネルギー

みなさんこんにちは。山旅人専属ガイドの津森豊です。今日は登山中の行動食について話をしたいと思います。皆さんは山にどんな食べ物を持っていますか？歩行中、5分～10分の少しの休憩時間で食べる食料を行動食と言います。想像すると、おにぎり、パン、チョコレートや羊かん、エネルギー入のゼリーなど色々想像できると思います。どんな栄養のものを選んだら良いかというのは、近年、登山の運動生理学の研究が進んでいて、その中では炭水化物を多く摂るのが理想とされています。炭水化物はそれ自体が身体を動かすエネルギーになりますし、身体に蓄えている脂肪分をエネルギーに変える働きをするという役割もあります。脂肪分を燃焼させる炭水化物をわかりやすくロウソクに例えると火を灯すための芯に当たるというわけです。山での行動中、重力に逆らう上りでは、息を弾ませて気持ちよく行動できる60～70%程度の負荷でゆっくりとした動きの有酸素運動をします。こういう筋肉の使い方ではこの炭水化物を使って脂肪を多く燃やしエネルギーとします。重力に従う下りでは、落下を制御するためと、落下した衝撃を受け止める時に脚筋力を使いますがこれらの瞬発的な筋肉の運動には直接炭水化物をエネルギーとして使います。つまり、上りでも下りでも炭水化物は欠かせない栄養素といえるのです。尚、行動食にはどんな炭水化物を選んだら良いか、詳しくは山旅人のHPをご覧になるかスタッフまでお問合せ下さい。



登山と旅のワンポイントアドバイス

スタッフやガイドが登山と旅に役立つワンポイントアドバイスをシリーズで情報発信しています。今後もホームページや定期購読の冊子にどんどん情報発信していきます。皆様の旅や登山のお役に立てば幸いです。

山旅人の目指すビジョンに向けて、新たなステップへ

皆様に支えられ、おかげさまで山旅人はこの春、事業開設18周年を迎えました。私達、山旅人のビジョンは「お客様とガイドが末永く楽しめる旅」を提供出来る会社になる事です。お客様も、ガイドも、私達スタッフも、山旅人を通じて出会った大切な仲間です。お互いに年齢を重ね、たとえ歩く事が不自由になったとしても、ずっと仲間として一緒に楽しく旅を続けられる旅行会社にする決意し、今日までがんばって参りました。山と自然の旅を通じ、お客様へ夢と希望を与え続けている先輩ガイドの背中から若いガイドが学び、成長し「自分も今のお客様を大切にすれば年齢に関係



なく、いつまでも必要としてもらえるガイドになれるのだ」と夢をもって仕事出来る環境づくりが私達山旅人の使命です。令和2年春、山旅人は大きな一歩を踏み出す事になりました。私にとって小林ガイドと津森ガイドが始める新たな取り組みは、ビジョン達成の為のとても意味のある大きな一歩です。皆様も応援して下さい。仲間になって下さい。私達はお客様、ガイド、スタッフが立場の垣根を越え、キラキラした未来へと一緒に歩む、そんな会社を目指し続けます。

代表 堀祐希

皆様の希望に丁寧に対応する 「旅の新しいカタチ」を目指して

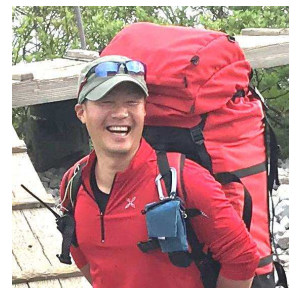
山旅人18周年と津森豊のガイドとしてのスタート等、2020年は山旅人節目の年となります。開業当初から一緒に歩んできた私としても、今年いっぱい一般募集（パンフレットに掲載しているツアー）の仕事は津森をはじめとする若いガイド達へ引き継ぎ、2021年は自由でスローペースなガイドスタイルにシフトし、今までは皆様からニーズがあってもお応え出来なかったプランにも積極的に取り組み、お世話になった皆様へ御恩返し出来るような仕事がしたいと考えました。今後は皆様のご希望をお聞かせ頂き、ひとつひとつ丁寧にお応えしていきたいと思ひます。自由で楽しく魅力いっぱいの旅を引き続き皆様とご一緒出来れば幸いです。



ガイド 小林孝二

ガイドとして新たなスタートラインへ 皆様、応援よろしくお願い致します

山旅人は1年目のアルバイトから数え、おかげさまでこの4月で勤続10年となりました。いつの頃からかプロガイドを目指しはじめ、それに対する学びもいろいろと重ねて



参りました。節目となるこの4月、私は会社員としての立場を終え、山旅人社員出身としては初の山旅人専任ガイドとなります。さらに2021年からは私にとって一番の師匠、小林ガイドから登山教習をはじめとする数々の定番ツアーを引き継ぐ事となりました。身の引き締まる思いです。この10年、山旅人でたくさんの事を学んできましたが、今後はその知識と技術を活かし、山旅人をさらにバージョンアップさせ、お世話になった皆様をはじめ、山旅人のスタッフやガイドの皆様へ御恩返しをさせて頂く決意です。これからも山旅人の仲間と共に山旅人が掲げるビジョン達成を目指します。引き続きワクワク楽しい山旅を皆様とご一緒させて下さい。

ガイド 津森豊

こばやし旅クラブ 会員募集開始（会員登録無料）

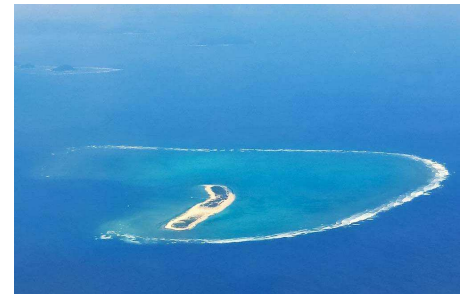
小林ガイドと旅に行きたい、小林ガイドの旅に興味あるという方ならどなたでも登録可能です。ご登録頂いた会員様には小林ガイドの考案した会員限定ツアーをご案内します。その後も皆様のご希望をお聞きしながら、会員限定の非公開ツアーを盛り上げていきたいと考えております。国内、海外、登山レベル、ジャンルや趣向を問わず、様々な旅を実施する予定です。どうぞお楽しみに♪

入会希望・お問い合わせは山旅人まで

尚、津森はコロナウイルスが落ち着き、ツアーが通常通りに催行されるまではこれまで通り、デスクワーク等、社員同様の業務を行います。宜しくお願い致します。

ベテラン添乗員 三木・岡本の沖縄本視察

まだこの様な騒ぎになる前、沖縄である勉強会があり出張する事になった三木と岡本。「せっかく沖縄まで行くのなら！」と出張の日程を延ばして本島の視察実行。これまで山旅人でもいろいろな沖縄ツアーをやってきましたが、今回は今までツアーとして実施していない素敵なスポットを探求。もちろん彼らの最も得意とする「酒と食事」の穴場スポットにも必要以上に力を入れておりました。この道30年のベテラン二人がつくる「沖縄本島こだわりの旅」にご期待下さい。詳しい視察内容はホームページにも掲載しておりますが、ご希望であれば資料を作成してお送りしますのでお気軽にお問合せ下さい。



2つのコースが完成 先行予約受付中

添乗員 三木浩嗣と行く「無人島ナガンヌ島・大石林山・ガンガラーの谷 春の沖縄海に山に大満喫の旅 3泊4日」

添乗員 岡本哲也と行く「日本百名城を巡る旅・沖縄編 首里城復興モデルコース散策と世界遺産めぐり 3泊4日」

詳しくはお気軽にお問合せ下さい！

いろいろな情報をホームページや冊子（定期購読）でどんどん情報発信します！

こちらの「かわら版 5月号」に掲載した様ないろいろな情報を今後はホームページでどんどん情報を発信していきます。もちろん無料配信です。またホームページを見ることが出来ないという方でも、ご希望であれば有料になりますが1年に2回、ホームページに掲載した記事を抜粋、冊子を作成してご自宅へお送りします。（定期購読料 年1000円）

まだまだ未熟ではございますが、今後の山旅人の情報発信にご期待下さい。がんばります！



私達 山旅人は、皆さんに元気をお届けする仕事を続けます

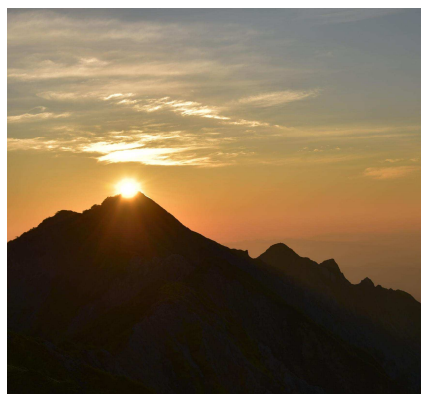
株式会社山旅人 代表 堀祐希

いつも山旅人にご愛顧賜りまして、誠にありがとうございます。

スタッフは皆、明るく元気に振る舞っておりますが、正直なところなかなかツアーを再開する事が出来ず、本当はとても悔しい思いをしています。きっと皆さんもそうでしょう。お電話でお客様と話をしていると、最近では近所の山すら行きにくい状況の様です。これまでなんとも思っていなかった普段の暮らしも、今となってはとてもありがたさを感じます。毎日の様にツアーが出発し、皆様と山に登り、皆様と会話を楽しみ、下山して皆様と登頂を祝う。そんな普通の毎日が、本当はとてもありがたい事だったのだと身にしみて思う日々。

ツアーは出せませんので、休業するのもひとつの判断だと思います。しかし私達はツアーが出来なくても、在宅勤務体制でも、今だからこそ皆様のお役に立てる事もあると考え、お仕事を続けよう判断しました。今出来る事をコツコツと実行しようと決めました。電話も止めません。私達は社員やガイドといった役割の垣根を無くし、いろいろな事に挑戦し、皆さんに元気を届け続けます。それが私の経営判断であり、チーム山旅人のコミットです。

明るく！楽しく！元気にお仕事をして、輝きに満ちた夜明けを待ちます。



大山剣ヶ峰の夜明け

株式会社 山旅人 TEL : 0798-56-1026 FAX : 0798-53-5379

〒662-0825 西宮市門戸荘 18-38 Eメール: info@yamatabito.com 観光庁長官登録旅行業第 2015 号 全国旅行業協会正会員