



名水の里 秦野盆地へ

横浜、川崎エリアから
 約1時間で到着する秦野。
 アクセスのよさにも関わらず
 都心とは明らかに違う
 広い空が広がり、
 おいしい水が湧き、
 豊かな緑にあふれている。
 夏の盛り、涼しげな水辺と
 全国に誇る名水、
 水と大地が育む地場産品を訪ね
 水の郷・秦野を巡る旅に出た。

**バランスのよいお食事を
 日替わりでお届け**

AWARD No.1 2021 JMR ORGANIZATION

シニア世代におすすめしたい
宅配食No.1

日本マーケティングリサーチ機構調べ
 調査概要：2021年8月期「ブランドのイメージ調査」
 ※首都圏エリア

●写真イメージです。

こだわり八菜

お弁当宅配サービス ベネッセのおうちごはん

献立コースは選べる**3種類**

こだわり八菜 **まいにち七菜** **まいにち七菜** ごはん付き

●1食 590円(税込) [まいにち七菜]~

■お問い合わせは今すぐお電話で **ごはん** ひとからひとに
0120-586-112
 通話料無料 受付時間/9:00~18:00(土・日・祝日含む毎日)

申込番号 FR210726 **ベネッセのおうちごはん** **検索**
<https://www.benesse-palette.co.jp>

●献立詳細、配達エリアはお問い合わせください。
 ※配達エリアのみのお届けとなります。配達エリアは弊社ホームページをご覧ください。●価格について/[1]価格には送料が含まれます。[2]商品の種類に関わらず1日2食以上のご注文をいただくと、すべて30円割引になります。但し、2食から1食に変更された場合、割引は適用されません。■ご注文単位/ご注文は、1食から受け付けます。1回のご注文で最長31日分のご注文が可能です。■代金の支払い方法・時期/[1]初回ご注文分を含む月曜から日曜までの請求金額：翌日曜日まで現金一括にてお支払いください。ご請求金額はご注文時のお電話でお伝えさせていただきます。[2]初回ご注文時の翌週以降の請求金額：[1]のご請求金額を除く1日~末日までのご利用分を翌月25日までにお支払いください。ご請求金額は、ご利用月の翌月15日までにご請求書を郵送または直接お届けいたします。お支払い方法は、現金、口座振替、郵便振込からお選びいただけます。但し、口座振替のご利用には所定の手続きが必要となり、手続き完了までのお支払いは現金または郵便振込となります。なお、郵便振込による振込手数料はお客様負担となります。■商品の引渡時期/ご利用日の前日午後6時までにご注文いただければ、翌日以降のご指定いただいた日の午前10時から午後5時までにお届けします。なお、配達可能な時間についてはエリアにより異なりますので詳しくは、お電話でお問い合わせください。■ご注文・キャンセル等の締切り/[1]電話注文の場合：ご注文、ご注文の変更・キャンセルは、直近お届け日の前日午後6時までにご連絡ください。[2]WEB注文の場合：ご注文は直近お届け日の前日午後1時までにご連絡ください。ご注文の変更・キャンセルは、直近お届け日の前日午後6時までにお電話にてご連絡ください。■ご注文の撤回又は解除及び返品について/受付締切り後の変更・キャンセルはできません。天災などやむを得ない事情によりお届けが遅れる、またはお届けできない場合があります。商品のお届けができない場合は、対象の商品について代金をいただきます。お届け後の商品交換・返品はできません。ただし、次の場合はお届け日当日に、速やかに、お客様の担当営業所までお電話でご連絡ください。商品交換・補てん等をさせていただきます。[ご注文と異なる商品をお届けしたとき、お届けした商品に不足があったとき、異物混入等の異常があったとき]なお、在庫状況等により、交換・補てん等ができない場合は、対象となる商品について代金を返金させていただきます。

ご注文・変更は、お届け日の
前日18時まで**受付!**
1日1食から
365日・土日もご利用可能

(株)ベネッセパレット 〒163-0905 東京都新宿区西新宿2-3-1
 新宿モリスビル5F



低く垂れ込めた木々が涼やかな影を作る震生湖。湖畔には所々に浜があり、湖水に近づける。

湖で、湧水で 丹沢山系の恵みにふれる



湖には遊歩道が整備され20分もあれば一周できるが、一部は木の根があらわで滑りやすくなっている箇所もあるため、歩きやすい靴をおすすめ。



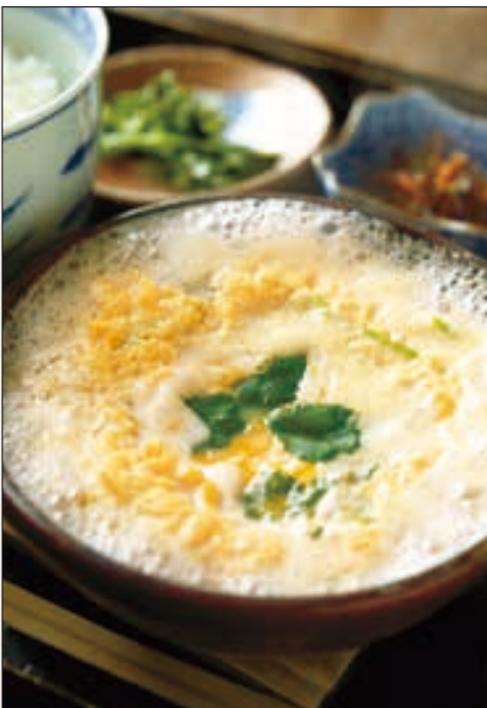
震生湖北側の高台からの眺め。秦野市街の向こうに高取山、大山、三ノ塔、塔ノ岳など表丹沢の山並みが見える。山裾で工事が進む新東名高速道路は今年度中に開通予定だ。

深緑の湖の 静かなひととき

新百合ヶ丘・たまプラーザ周辺から電車・車ともに1時間弱と、アクセスの良さが魅力の神奈川県秦野市。神奈川の屋根とも呼ばれる丹沢の雄大な山並みと、渋沢丘陵の美しい自然に囲まれた盆地には、川や湖、多くの湧水地があり、その水の豊かさを存分に感じることができる。

小田急小田原線秦野駅から南下し、のどかな里山風景の先に現れるのが、渋沢丘陵に広がる深緑の森にひっそりと横たわる湖「震生湖」。大正12年の関東大震災で山林や畑が崩落し、小川が堰き止められ、周囲から湧水した地下水がたまって誕生したのがこの湖だ。地震による地形変化の規模の大きさが注目され、昭和5年には東京帝国大学（現 東京大学）地震研究所の寺田寅彦が2度調査に訪れ、その際に詠んだ「山さけて 成しける池や 水すまし」との句碑も建つ。2023年には、湖の誕生から1000年を迎えるが、地塊運動を現在に伝える貴重な文化財として、今年3月、国の登録記念物に登録された。

周囲約1kmと小さな湖だが、夏のうっそうとした樹木が水面に映るさまは実に幻想的で、まるで別世界に降り立ったよう。野鳥のさえずりを聞きながら遊歩道を歩いていくと、所々にテーブルとベンチが設置されており、湖畔でのひと休みに最適だ。天候に恵まれれば、湖近くの高台から北方向に丹沢山地、西方面にわずかに富士山も望める。



箱根名物 **湯葉丼**
ふわり、ほっこり、湯葉丼で笑顔に。

「湯葉丼」 直吉
tel.0460-85-5148
神奈川県足柄下郡箱根町湯本696
営業時間 11:00~18:00 火曜日定休

そばを中心としたお食事をお楽しみください

食事処 一の屋鶴寿庵

秦野のお土産や特産品やお弁当など品数豊富です

おみやげ処 やまなみ

丹沢の山小屋をイメージした岩風呂 **山湯**

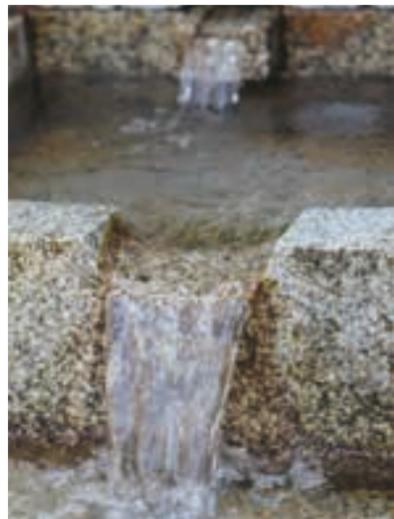
秦野市 鶴巻温泉 **弘法の里湯** (天然温泉)

- 貸切浴室 (家族又は同姓の友人同士のみ利用可) 1時間 1,000円(電話予約可)
- 貸切休憩室(団体用) 2時間 2,000円(電話予約可) ※上記をご利用の場合、別途入浴料が必要となります

料金、営業時間などは直接お問い合わせください。

小田急線 鶴巻温泉駅北口 徒歩2分 tel 0463-69-2641 秦野市鶴巻北3-1-2

東名高速厚木ICより約40分、秦野中井ICより約30分



弘法大師が錫杖を突いて開けた穴の上に臼を置くと水が湧き出た、との伝説が残る「弘法の清水」。地元では臼井戸と呼ばれ親しまれ、お茶入れや炊飯、お酒など何にでも合うという。

上流の山腹に竜の形をした岩があることにちなむ「竜神の泉」。獵師や行者が喉を潤し、ここでひと息ついたと伝わる。飲用には煮沸が必要。
※大雨による通行止めが発生しています(7/6現在)。事前に確認を

古の伝説が残る 名水を訪ねる

丹沢山地から流れる水無川、金目川の扇状地からなる秦野は、県内唯一の盆地である。その地下構造は地下水をためる天然の水がめとなっており、箱根芦ノ湖の4倍以上もの水量、約7億5千トンが推定されるというから驚きだ。町や森の中には泉や湧水地が多数あり、昭和60年には環境庁(現 環境省)から「秦野盆地湧水群」として「名水百選」に選定され、ボトリングした水は、その後、「名水百選選抜総選挙おいしさが素晴らしい名水部門」で全国一位に輝いている。

市内には、水汲みもできる湧水地が点在している。水無川の上流、途中から未舗装の林道になる、市道52号沿いに湧くのが「竜神の泉」。古くから水を司る竜神が宿ると信じられ、長く日照りが続くと村人たちが、「大雨だった、まさだった」の歌を歌い雨乞いをしたと伝わる。

秦野駅から徒歩5分、閑静な住宅街にあるのは「弘法の清水」。古くから地元の人に利用され、小さいながらも、社のような立派な佇まいから、人々に大切に守られているのがわかる。ハイカーや水汲みの人も入れ替わり立ち代わりここを訪れ、水の恵みを享受している。そばに置かれた柄杓から持参したボトルに水を移し、その場でのどを潤してみると、なるほど、軟らかでまろやか、これは確かにおいしい水、秦野はまさに「名水の町」だ。秦野駅観光案内所や秦野市役所などで入手できる「秦野名水まっぷ」を片手に、湧水巡りをするのもいいだろう。

夏のスクラッチチャレンジ

2021

2021 7/21(水) ▶ 8/8(日)

1会計500円(税込)以上
お買上でスクラッチ
カードを1枚進呈!

3つの中から
1つ選んでね!

1つこすって50円~500円が出たら、
次回「お買物券」として
ご利用いただけます。

夏・応援!

サマー&スポーツ フェスタ

2021 7/21(水) ▶ 9/5(日)

厳選サマーグッズで夏を応援!

※一部対象外ショップ・商品がございます。 ※スクラッチカードがなくなり次第、配布を終了させていただきます。
※お買物のご利用は、カード記載のご利用期限までとなります。期限が過ぎたカードはご利用いただけません。 ※つり銭は出ません。

小田原地下街
HaRuNe 小田原

神奈川県小田原市栄町1-1-7(小田原駅東口直結)
[営業時間] 10:00~20:00

※一部、店舗により営業時間が異なります。営業時間が変更になる場合もございます。

ハルネ小田原

検索

http://www.harune-odawara.com/

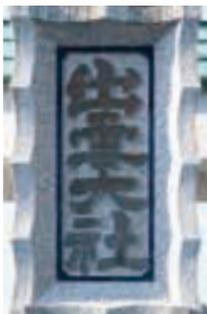


本殿と拝殿。大社造りと権現造りを組み合わせた独自の木造社殿の様式がとられている。

関東の出雲さんにお参りし 水と大地が育むお土産を探す



注連縄は本社と同じ鳥根県飯南町に依頼して制作されたもの。重さは100kg以上、太さは45cmほど(左)。青空に映える青銅を組み合わせた石鳥居中央に掲げられた社額(右)。



慶長14年より湧水していると伝わる「ゆずりの水」は境内西に広がる「千年の杜」に。



出雲大社相模分祠 TEL 0463-81-1122 秦野市平沢1221

名水が湧く 鎮守の杜に憩う

日本最古の神社、縁結びの神として知られる出雲大社は鳥根県のシンボル。そのほぼ真東に当たる秦野平沢の地に、「関東の出雲さん」として親しまれる「出雲大社相模分祠」があるのをご存じだろうか。

明治21年に市内の渋沢峠に「分院」として創建され、平成3年に最も高い格付けである「分祠」に昇格。「分祠」とは、本社（出雲大社）の祭神を分けて祀る場所を意味し、本社と同じご利益があり、本社と同じお守りを受けることもできる。8月末までは、「夏詣」として、ほおずきの図案が入った手書きの限定御朱印を頒布している。

境内の西側、シイやカシなどの照葉樹を中心とした日本古来の樹木が茂るのは、「千年の杜」。平成19年、「ふるさとの木によるふるさと森」を再興させようと、約1万2千本の木々が植えられたもので、14年の歳月を経て緑豊かな森に育った。近代金物による現代彫刻家のアートを鳥居に見立てた、オブジェのような珍しい鳥居の先を行くと、初夏にはホタルが飛び交う沢があると、初夏には鎮座する杜の守り神「龍蛇神の杜」、その正面にこんこんと湧くのが、今から約400年前に湧出したと伝わる名水、「ゆずりの水」だ。水源は地下51mにあり、自然の力でろ過された水は、ミネラル豊富でまろやかな味わい。参拝者も朝夕お水取りに訪れる。境内では持ち帰り用のボトル（150円）も売られている。

L-DINING

おいしい
エルミで
もっと笑顔に。

L-MYLORD 5F RESTAURANT FLOOR

L-MYLORD
新百合ヶ丘エルミロード

神奈川県川崎市麻生区上麻生 1-4-1
<https://www.odakyu-sc.com/l-mylord/>



甘さに驚く朝どれトウモロコシ。希少品種の白いトウモロコシもある。



秦野名産・落花生

県内一の生産量を誇る落花生は、秦野が誇る特産品。火山灰土壌の盆地に適した作物であることから、葉タバコの輪作として作られてきた歴史があり、豊かな風味と旨味が特徴だ。市内の落花生専門店や菓子店などでは落花生を使ったサブレや最中などの和洋菓子が作られ、秦野駅北口の名産センターなどでも購入できる。

丹沢ピーナッツサブレ、丹沢山麓ピーナッツ最中
アンデス橋本 TEL 0463-81-1202 秦野市栄町5-21



地元産ほうじ茶を使った羊羹、サラダやしゃぶしゃぶ、和え物など幅広く使える落花生ドレッシングも人気(上)。県内最大級の農産物直売所「はだのじばさんず」は国道246沿いに(右上)。夏野菜の代表トマト、キュウリ。秦野の水と大地が育んだ自然の恵みを味わいたい(右下)。

はだのじばさんず TEL 0463-81-7707 秦野市平沢477



黄色と緑の絨毯のような県立秦野戸川公園のひまわり。管理棟であるパークセンター周辺で見られる。



取材協力 / 秦野市観光協会

※情報は7/6現在のものです。新型コロナウイルスの感染拡大の影響や天候により、変更になる場合がございます

夏の太陽に向かって約1万本ものひまわりが咲く、「県立秦野戸川公園」にもぜひ足を延ばしてみたい。広大な公園内には涼しげな水無川が流れ、水遊びも。水と豊かな緑に癒やされる夏の散策が楽しめる。

桜の塩漬けも人気だ。

丹沢山地を源とする豊富な伏流水、降霜・降雪の少ない温暖な気候に恵まれた秦野は、野菜や果物、花きなどの栽培も盛んに行われている。朝どれ野菜や手作りの加工品、切り花など、地元生産者が直接持ち寄る特産品を目当てに、市内外からの買い物客でにぎわうのは農産物直売所「はだのじばさんず」。一つの野菜でも品種が豊富にそろっているので、料理に合わせて選ぶ楽しみがある。人気の生落花生は8月からがシーズン。「郷の香」「おおまさり」などの落花生がずらりと並び、この時期の目玉になっている。秦野はまた、小麦栽培や食用八重桜でも知られるところ。手作りパンやクッキー、ソーダ割りなどにも合う

地場産品の直売所から
圧巻のひまわり畑へ

朝どれ野菜や手作りの加工品、切り花など、地元生産者が直接持ち寄る特産品を目当てに、市内外からの買い物客でにぎわうのは農産物直売所「はだのじばさんず」。一つの野菜でも品種が豊富にそろっているので、料理に合わせて選ぶ楽しみがある。人気の生落花生は8月からがシーズン。「郷の香」「おおまさり」などの落花生がずらりと並び、この時期の目玉になっている。秦野はまた、小麦栽培や食用八重桜でも知られるところ。手作りパンやクッキー、ソーダ割りなどにも合う桜の塩漬けも人気だ。

箱根ファン必見! お家で旅気分を味わえる本ができました!

『HAKONE collector's edition vol.1』

お家でゆっくり紅茶やコーヒーを飲みながら、まるで大好きな箱根へ旅行に来たような気分になれる、そんな本ができました。約2年分のプレミアムフリーマガジン『ミスモ箱根』から選りすぐりの特集や連載を一冊にまとめました。お宿でゆっくり温泉に浸ったり自然の中を散歩したり美味しいものに会ったり…。みなさんも一緒に旅気分にはまりませんか。

ページのサンプル

ミスモ箱根・愛蔵版
A4 / 132ページ / フルカラー
2021年5月発行 / 価格 1,650円

神奈川県・東京都内の主要書店、ネット、ミスモ編集部などにて

好評発売中!

MiS-MO (ミスモ・はこね)

INCLUBE
株式会社インクルーブ

TEL 044-959-3750 / FAX 044-959-3751

〒215-0021 川崎市麻生区上麻生1-5-1 リそな新百合ヶ丘ビル5F
www.mismonet.com E-mail include@mismonet.com

一番の財産は **健康** だ

第2回 //

なにはともあれ「健康」

自分の健康に自信はあるだろうか。美味しいものを味わうにも、旅を楽しむにも、まずは元気な体がないと始まらない。健康に関する気になる情報をキーワードとともにピックアップ。日々の生活に取り入れ、健康な体を手に入れよう。

今号のキーワード

夏疲れ・夏バテ

日々の生活習慣が
夏疲れ・夏バテ予防のカギ

いよいよ夏本番。暑さが厳しくなると心配になるのが「夏疲れ・夏バテ」(以下、夏バテ)だ。そこで今回は、意外と知らない夏バテについて原因と対策を解説。今年の夏を元気に乗り切ろう。

夏バテは

自律神経の乱れが原因

Q そもそも夏バテとは何ですか。

A 夏バテは日本特有の高温多湿の環境に体が適応できないことで起こる体調不良です。近年はヒートアイランド現象で気温の上昇が著しいうえ、コロナ禍での外出自粛により暑さに体を慣らす機会が減っています。

私たちの体のなかでも、このような環境の変化に対応しているのが自律神経です。内臓の働きや血流、呼吸、消化、体温調節など体の機能を24時間休まず調整する自動システムのことです。この自律神経の乱れが夏バテを引き起こすのです。

自律神経には交換神経と副交感神経があり、両者がバランスを保つことで健康を維持しています。通常は朝日を浴びると交換神経が覚醒して体が活動モードになり、日が沈むと副交感神経が優位に働いて休息モードになりま

多岐にわたる症状に注意

Q “今どきの夏バテ”にはどのような症状がありますか。

A 自律神経は体のいろいろな機能を司るので、だるさや食欲不振、動悸など、その症状も多岐にわたります。年齢による症状の違いはあまりありませんが、50代以上は呼吸器疾患や心疾患などが隠れていることがあるので、夏場に調子が悪いからといって夏バテと決めつけず、きちんと確認することが大切です。

年齢とともに自律神経も老化します。交換神経と副交感神経の一方だけに負担をかけないよう、まずはストレッチをためない生活を心がけましょう。

生活習慣の改善で夏バテ予防

Q 夏バテにならないために気を付けることはありますか。

A 夏バテを予防・改善するには、さまざまな要因で乱れた自律神経を整えることが近道です。そのため、まずは生活習慣を見直しましょう。

お話を伺ったのは…

駒沢女子大学
看護学部看護学科准教授
奥井 良子先生

PROFILE

高度な知識と豊かな人間性を備えた看護師の育成に尽力。専門は成人看護学(慢性期)。看護師、臨床心理士、公認心理師。

駒沢女子大学 HP:
<https://www.komajo.ac.jp/uni/>



夏バテ予防に! 快適なマットレスで健やか睡眠



寝苦しい夏こそ心地いい寝具でしっかり睡眠をとりたいもの。3層構造のマットレス「ボディピロープレミアム」は、体圧を分散し身体への負担を軽減するため、疲れやすい夏場も熟睡できる。寝汗や湿気も逃がし、防カビ加工により衛生面も安心。また、羽毛診断士による「羽毛ふとんのリフォーム」では羽毛が飛び出す、何年も洗っていないなどふとんのお悩みも解消。



- ボディピローシリーズ 88,000円～
- 羽毛ふとんリフォーム 30,800円～

西川寝具専門店 SLEEP SQUARE ☎044-965-3081

川崎市麻生区上麻生1-4-1 新百合ヶ丘エルミロード4F ☎10時～20時
①エルミロード休館日 ②あり <http://www.sleepsquare.jp>





室内外の気温差は大きなストレスになります。エアコンは25〜28度に設定し緩やかな気温差に。また直に冷風に当たらないこと。扇風機で空気を循環させる工夫を。(奥井先生)

1

室内環境を整える

夏バテの予防・改善方法を知って快適な夏を

暑い夏をよりよく過ごすための方法を奥井先生に伺った。編集部が集めた夏のトピックスと併せて、夏バテ知らずの夏にしよう。

Mineko 先生が講師を務める「絶景朝ヨガ」

箱根吟遊 Instagram にて無料配信

●毎週木曜、7時〜
箱根の景色や鳥の鳴き声を楽しみながら自宅でもヨガを楽しめる。



●「英雄のポーズ」
自分の内なる強さを感じるポーズ。後ろ脚を強く意識し、両足でしっかりと大地を踏みしめるイメージで。上半身はリラックス。



下腹部に手を当て、腹部が膨らんでいることを意識する。息を吐き出す時は、ネガティブな気持ちごとく、吸うときは身体の内側に新鮮な酸素をたっぷり取り込むように。

●「ヨガ」を取り入れてリラックス！
①軽く背筋を伸ばし楽な姿勢で座る
②鼻で息を吐き出し腹部をへこませてから、鼻で吸う息で胸が持ち上がるように腹部も膨らませる
③吸い切ったらゆっくり息を吐き切る(数回繰り返す)。



「ヨガ」を取り入れてリラックス！

お話を伺ったのは…

ヨガ瞑想インストラクター Mineko さん

神奈川県西にて活動

2

深呼吸でリラックス

自律神経で唯一、自分の意志で調節可能なのが「食事」と「呼吸」。食材選びや食べる時間、呼吸の長さや深さは自分でコントロールできます。緊張すると交感神経が興奮して浅い呼吸になりやすいので、ゆっくり呼吸し副交感神経の働きを高めてリラックスを心がけましょう。(奥井先生)

やさいや金次郎

神奈川の地元篤農家から仕入れたこだわり旬野菜を「金次郎野菜」として直売。独自の配送ルートで、朝どれなどの新鮮野菜、珍しい野菜がそろう。

<https://yasaiya-kinjiro.business.site>



●おすすめレシピ「赤しそジュース」

《材料》
赤しそ…1パック(約300g)
水…1.5〜2.0L
レモン…1〜2玉
砂糖…400〜500g

《作り方》
①しその葉を枝から外し、洗う(枝ごとぶつ切りでも可)
②鍋で8〜10分煮たら、葉をこし、砂糖を入れる
③レモン汁を入れる



旬の野菜で夏バテ知らず?!

お話を伺ったのは…

やさいや金次郎 販売部門主任 桂田 宙明さん

おすすめの夏野菜ベスト3は、赤しそ、なす、オクラです。夏野菜には疲労回復や暑さで上昇した体温を下げるなど、今の季節に適した栄養素が多く含まれています。

3

規則正しい食事を

人間の体内時計は24時間より長い25時間。この1時間のズレを修正するのに重要なのが朝食です。朝起きたら日光を浴び、暴飲暴食を避け、毎食規則正しく取ることを意識しましょう。仕事や作業をしながら「ながら食べ」はNG。メリハリを大切に。(奥井先生)

5

適度な運動と水分補給

冷房の部屋にずっといると血管が縮み、体が凝ります。肩まわりや首のストレッチをし、朝夕の涼しい時間帯にじんわり汗をかく程度の散歩や早歩きを。体温調節には汗をかける体にするのが大事。マスク着用時は熱い空気を再度吸い込むため熱を放散できません。高齢になるとのどの渇きを自覚しづらく脱水の心配も。熱中症の危険もあるのでこまめな水分補給を心がけましょう。(奥井先生)

4

入浴・睡眠の質を向上させる

入眠から最初の90分にしっかり眠ると脳が休まるといわれています。入浴は就寝の1時間ほど前がおすすめです。38〜40度のぬるめの湯に15分ほど浸かると深い眠りに。スマホのブルーライトは脳を刺激するので就寝前は控えましょう。(奥井先生)

「質の良い眠り」は環境づくりから

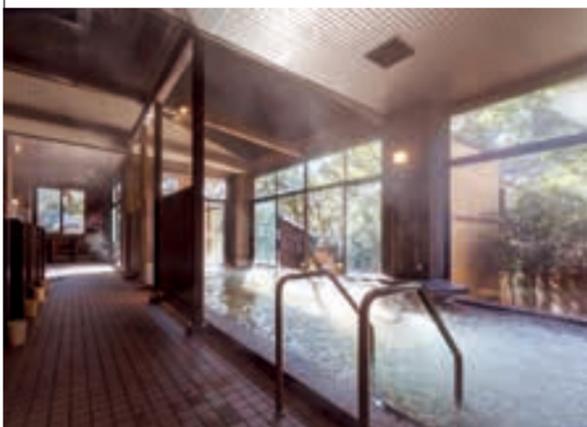
お話を伺ったのは…

西川スリープスクエア 新百合ヶ丘エルミロード店 店長 玉井 一平さん



●「寝具選びのポイント」
①寝姿のポジション
立った時の状態で寝転がることのできているかを確認
②寝返りのしやすさ
柔らかすぎると体が沈み寝返りしづらく、硬すぎると圧迫されて寝返りし過ぎてしまうため、適度な硬さ、体の力を分散させるものを

体温に近い「不感温湯」でリラックス



箱根七湯のひとつ「塔之沢温泉」が源泉のアルカリ性単純温泉が楽しめる日帰り温浴施設。9/30木まで、体温に近い36℃前後に設定された「不感温湯」が内湯で楽しめる。熱くも冷たくも感じない「不感(中立)温度帯」は、夏の暑いときにもおすすめ。無料駐車場92台完備。

入浴料
●大浴場
中学生以上 1,500円
小学生 1,000円
※小学生未満は貸切個室露天風呂のみ

箱根湯寮 ☎0460-85-8411

神奈川県足柄下郡箱根町塔之澤4 ☎10時〜20時、土・日・祝〜21時
※受付は1時間前 食事処☎11時〜20時、土・日・祝〜21時 ※L.O.は1時間前 ④無休 箱根登山鉄道箱根湯本駅無料送迎バス約3分

栄養価の高い甘酒で夏を乗り切ろう



伝統製法で仕込む甘酒を、江戸時代から400余年休むことなく造り続ける箱根の老舗「甘酒茶屋」。アルコール度ゼロ、ほんのり甘くまろやかな味わいはもちろん、発酵過程で生成されるブドウ糖やビタミン、アミノ酸が豊富に含まれるため、夏バテ防止の栄養飲料として「飲む点滴」の異名も。夏場は冷やし甘酒も人気。取り寄せも可。

●甘酒 1杯 400円
●しそジュース 400円
●ところ天 500円
●力餅 1皿2個 500円

甘酒茶屋 ☎0460-83-6418

神奈川県足柄下郡箱根町畑宿二子山395-28 ☎7時〜17時30分(L.O.17時) ④無休
箱根登山鉄道箱根湯本駅からバス26分



富士山が望めるロケーションも魅力のサンシティ神奈川。



ホテルを思わせるサンシティ町田のラウンジ。

「終の住まい」 サンシティが目指す

関東と関西で17施設を展開する、入居時自立型介護付き有料老人ホーム「サンシティ」。その魅力はどのようなところにあるのかミスモ編集部が取材。運営会社「ハーフ・センチュリー・モア」のお客様相談室で多くの入居希望者を案内してきた大和田憲彦さん、高見丞さんに話を伺った。

**いきいきとした日々のため
心と身体を積極的にサポート**

大和田 サンシティが目指すのは、皆様の老後の人生をお預かりするにふさわしい「終の住まい」。入居前の生活の延長線上に、元気で自立した生活が長く続くよう、さまざまなサービスを提供しています。

高見 多彩な共用施設が敷地の約4割を占め、入居者様の多くはそれらの利用を通し、新たなコミュニティや生きがいを得て、いきいきと輝く毎日を送っています。

大和田 サンシティの特徴の一つとなっているのが「アシストサービス課」。健常から要介護期へ移行する中間期に起こりうる心や体の衰えを積極的に支える専門部署で、健康棟にお住まいで介護が必要な方の自立支援から、介護保険申請の代行まで、さまざまな支援を行っています。慣れ親しんだお部屋で、



できるだけ長く、変わらない生活を送っていただきたいという願いから生まれた部署です。

**施設ごとの魅力を知り
生活に合わせた比較検討を**

大和田 サンシティは関東だけで11施設を有していますが、それぞれに異なる魅力があります。たとえばサンシティ神奈川は新興住宅地に位置し、徒歩圏内に生活に必要な商業施設や医療機関などがそろっています。また、丘陵地で見晴らしがよく、富士山や丹沢連峰が望めるのも大変喜ばれています。

高見 サンシティ町田は散歩やハイキングに適した自然豊かな公園が多いほか、都心へも好アクセス。すべての建物に看護師が24時間常駐し、館内の診療所のほか、病院も隣接しています。

大和田 サンシティ神奈川と町田の2施設を見学し、ぜひ、比較検討していただきたいですね。

株式会社
ハーフ・センチュリー・モア
大和田 憲彦さん(左)

株式会社
ハーフ・センチュリー・モア
高見 丞さん(右)



『送迎付』個別相談会開催

参加無料 完全予約制 ランチ付き 【期間中年中無休】

ご入居に伴う自宅売却、資金計画、身元引受、荷物整理など様々な問題へのご相談も承っております。どうぞお気軽にお問い合わせください。

日程 7/24(土)～8/15(日)

時間 一部 11:00～ 二部 14:00～

場所 現地(送迎付) ご来館方法の詳細につきましてはお問い合わせ時にご案内いたします。
※自家用車の来場可 ※電車等の公共交通機関にご不安がある場合はご相談ください

サンシティ町田
オンライン相談会
開催中

資料請求はフリーダイヤルまたは 右記特設サイトより

お手持ちのスマートフォンの二次元コード読取機能または
“サンシティの安心” 検索キーワードにてアクセス。

サンシティの安心



入居時自立 満70歳以上

介護付有料老人ホーム

サンシティ神奈川

〒257-0013 神奈川県秦野市南が丘4-4
最寄駅：小田急小田原線 秦野駅

☎ 0120-341-043

【サンシティ神奈川施設概要】■居室数/355室(38.46㎡～95.89㎡) 介護居室(一時介護室含む)60室75床(18.48㎡～58.27㎡)1～2人室 ■開設/平成8年6月 ■事業主体・運営管理/㈱ハーフ・センチュリー・モア ■類型/介護付有料老人ホーム(一般型特定施設入居者生活介護) ■居住の権利形態/利用権方式 ■利用料の支払い方式/選択方式 ■入居時の要件/入居時自立、満70歳以上の方(二人入居の場合は二人とも満70歳以上) ■介護保険/神奈川県指定介護保険特定施設、神奈川県指定介護予防特定施設 ■居室区分/全室個室(夫婦等居室含む・介護居室及び一時介護室は相部屋あり) ■介護にかかわる職員体制/1.5:1以上 ※2021年7月現在 ■広告有効期限 2021年8月末日



入居時自立 満70歳以上

介護付有料老人ホーム

サンシティ町田

〒195-0064 東京都町田市小野路町1611-2
最寄駅：小田急小田原線 鶴川駅

☎ 0120-66-2523

【サンシティ町田施設概要】■居室数/318室(42.30㎡～111.80㎡) 介護居室128室159床(23.63㎡～50.80㎡)1～2人室 ■事業主体・運営管理/㈱ハーフ・センチュリー・モア ■類型/介護付有料老人ホーム(一般型特定施設入居者生活介護) ■居住の権利形態/利用権方式 ■利用料の支払い方式/全額前払金方式 ■入居時の要件/入居時自立、満70歳以上の方(二人入居の場合二人とも満70歳以上) ■介護保険/東京都指定介護保険特定施設東京都指定介護予防特定施設 ■居室区分/定員1～2人(親族のみ対象) ■介護にかかわる職員体制/1.5:1以上 ※2021年7月現在 ■広告有効期限 2021年8月末日



70歳からの 新しいライフスタイルのご提案です

住 快適な住空間

上質なリゾートホテルのようなしつらえで、共用の大浴場や温水プールも完備。生活に彩りを与えてくれる。



食 健康に配慮した食事

高級料亭、ホテルなど一流の経歴を持つ料理人たちが専属の栄養士と連携し、健康に配慮した食事を専用ダイニングで提供。事前予約なしで2～3種類のメニューから選べる。



基 安定した経営基盤

経営は、資本金120億円、約100社が出資する「ハーフ・センチュリー・モア」。20年以上にわたる安定の運営実績と共に、開設から入居率95%以上を堅持し続けている。家賃は前払いなので、長く住むほどお得に。

介 敷地内に介護棟を併設

万が一、認知症や常時介護が必要となった場合には、追加費用の負担なく移り住みが可能。



医 充実した医療ケア

館内に診療所(別法人※1)を併設。また24時間常駐する看護スタッフが協力的医療機関※2と連携し、速やかに対応。

※1 秦野メディカルクリニック 主な診療科目：内科 協力内容：ご入居者の日常の健康管理、診察 グリーンヒルクリニック 主な診療科目：内科、整形外科 協力内容：かかりつけ医としてご入居者の健康管理、診察

※2 医療法人社団鶴川さくら会 鶴川さくら病院 主な診療科目：精神科他 協力内容：ご入居者の日常の健康管理 診察 日本医科大学多摩永山病院 主な診療科目：内科他 協力内容：高度医療を必要とする場合の入院、治療 医療法人社団幸隆会 多摩丘陵病院 主な診療科目：内科他 協力内容：高度医療を必要とする場合の入院、治療 医療法人康寧会 聖マリアンナ医科大学病院 主な診療科目：呼吸器内科他 協力内容：高度医療を必要とする場合の入院、治療

こだわり抜いた非日常の食材と空間へ



伊豆高原にある一軒家レストラン。内閣総理大臣賞受賞「遠州夢咲牛」をはじめ、自社農園の無農薬野菜や、伊東港直送の新鮮魚介など、食材にこだわり抜いた料理を堪能できる。超希少ブランド「伊豆牛」、富士山麓育ち「あしたか牛」もぜひ味わいたい。ロールスロイスなどの無料送迎あり(伊東市内のみ、前日までに要予約)。記念日や特別な人との非日常に酔いしれたい。



伊東

ステーキハウス金井 伊豆高原店

☎0557-35-9105
静岡県伊東市十足614-143
☎10時~15時/17時~21時 ㊿火曜
<https://irifuneinc.com>

Menu

- ランチ限定 伊豆鹿のパスタセット 2,380円
- ランチ限定 伊豆野菜とあしたか牛ステーキセット(要Web予約) 7,150円
- 伊豆牛厳選コース 15,180円
- 金井スペシャルコース 27,500円

神奈川のブランド牛と小田原鮮魚を味わう



「ステーキハウス金井」は、希少価値が高い神奈川県産のブランド牛「足柄牛」「相州牛」など極上の旨みのA5ランク銘柄牛を、プロが抜群の火入れで調理。素材にこだわり四季折々の自社農園直送のオーガニック野菜や、早川港直送の鮮魚など厳選食材とともに料理を堪能できる。豪華なアンティーク・インテリアに囲まれたくつろぎの空間で、親しい人と一緒に楽しみたい。



小田原

ステーキハウス金井 小田原駅前店

☎0465-22-5951
神奈川県小田原市栄町2-1-29 3F
☎11時~15時、17時~23時(L.O.22時30分) ㊿月曜
JR・小田急小田原駅から徒歩1分
<https://irifuneinc.com>

Menu

- 伊勢海老(半身)鉄板焼き 3,580円
- ジビエ料理 3,190円~
- 相州牛サーロイン200gセット 16,000円
- 相州牛炙りキャビアのせ 一貫 1,650円
- プラチナコース 22,300円
- ランチセット(相州牛) 5,980円~

名店街

日常や旅の空の下で楽しみたい
ちょっとしたぜいたく
あなたの毎日に彩りを



欧州風の個室で季節の美食を堪能

都内の名店で修行後、パリ、バルセロナで鍛錬を積んだオーナーシェフが手がける日本料理店。鮎の炭火焼き釜炊きご飯など季節により旬の素材が味わえる。ソーシャルディスタンスを保ち、個室は2名から利用可能。



あざみ野

あざみ野 割烹 SEKIDO

☎045-511-7099 横浜市青葉区新石川1-9-8 1F ㊿11時30分~13時30分(L.O.)/18時~20時(L.O.) ㊿月曜(祝日の場合は営業)
<http://www.azamino-sekido.com>



Menu

- 「葵」8品 8,500円
- 「あざみ」9品 11,000円
- ランチ 4,000円~

い草の香りに包まれリラックス

畳のことなら何でも相談できると厚い信頼がある同店。使用するのは、昔ながらの国産い草のみ。湿気の多いこの季節は部屋の換気をこまめにしつつ、畳の香りに包まれてリラックス。見積もり無料。気軽に問い合わせを。



Menu

- 一般家庭用量表(熊本産) 8,580円
- 高級量表 10,450円

新百合ヶ丘

古林畳店

☎0120-10-7834
川崎市麻生区王禅寺西3-7-15
☎7時~17時
<http://www.furu-tatami.com>



「土用の丑」には、極上うなぎを

寺家町に佇む古民家風の店で、滋養ある極上のうなぎが堪能できる。創業以来50年にわたり注ぎ足してきたタレが、肉厚なうなぎに絡み絶妙な味わい。サクサクの天ぷらやそばも、ぜひ味わいたい。感染対策にも配慮。



Menu

- 上うなぎ(松) 4,620円
- 半うなぎと天ぷらそば 3,080円
- 天せいる 1,540円

柿生

うなぎ・田舎蕎麦 寺家乃鰻寮

☎045-962-7338
横浜市青葉区寺家町414 四季の家
☎11時~20時30分(L.O.)/ランチ(L.O. 14時30分) ㊿火曜 ㊿あり <http://www.nismonet.com/navi/245/>



認知症とその家族に寄り添う

第8回

強いこだわりを解消するには？

認知症の人は、いくつかの特徴を示しますが、その1つに「こだわり」があります。ある事にこだわると、そこから抜け出せず、いつまでもこだわり続け、周りが説明したり説得したりしようとするほど、逆に強いこだわりを持ち続けるといったものです。

例えば、認知症の夫が「妻が浮気をしている」と思い込み、そのことにこだわり続けるといったことや、寒い冬の日でも薄着で過ごす、入浴しない、毎日同じものを買ってくる、夕方になると「家に帰る」といつても出かけようとするなど、こだわりはその人や時期によってそれぞれです。そうした強いこだわりにはどう対応すればよいのでしょうか。

まずは、丁寧に説明したり、説得する、「そんなことをしてはだめ」と禁止する、「こうして」と命令するなど、通常と同様の対応を試みます。その方法でうまくいく場合もありますが、説明してもすぐ忘れてしまい効果がない、説得は一切応じない、禁止すると興奮するといった反応であれば、別の方法を考える必要があります。こだわりの原因をみつけて対応する、そのままにする、第三者に登場してもらうなど、8つの基本的な対応が考えられます(表1)。いくつかご紹介しましょう。



い場合も多いのですが、原因が見つかれば、それに対して適切な手を打つことでこだわりの症状が軽くなる場合があります。

例えば、認知症の夫が妻の浮気妄想を持つようになったというケースでは、夫の物忘れが目立ってきたので妻が預金通帳を管理するようにしたことがきっかけとなりました。

最近「通帳を返せ」と強く言ってきたのですが、夫は「大事な財産を妻が勝手に使っている」浮気しているに違いない」と考え、それがこだわりの原因となつていると考

えられました。そこで、通帳を渡したところ、浮気妄想がすっかりなくなりました。

こうした対応を取る上では、ちよつとした割り切りが必要で、物忘れが目立つようになると、通帳を本人に管理させるのは不安で

なくならないと考

認知症の人のこだわりに対応する基本的な8つの方法

- ① こだわりの原因をみつけて対応する
- ② そのままにする
- ③ 第三者に登場してもらう
- ④ 場面転換をする
- ⑤ 地域の協力、理解を得る
- ⑥ 一手だけ先手を打つ
- ⑦ 本人の過去を知る
- ⑧ 長期間は続かないと割り切る

あり、こちらで管理しなくなりま

す。しかし、「通帳は紛失しても再発行すればよい」と割り切つて通帳を本人に管理させることで、

こだわりの解決することがあるの

です。

「そのままにしておいても差し支えなければそのままにしておく」のも一法です。例えば真冬でも薄着で過ごしている人には、風邪をひいたら困ると思い、厚着させようとします。しかし本人は聞き入れず、お互いにストレスとなつてしまします。しかし、認知症のある状態では、薄着でも寒さを感じず、風邪もひかない場合があります。「命に別状がなければこのままにしておいてもいい」と割り切つて対応することで、介護する側も楽になれますし、本人にとつてもストレスなく過ごせます。

ポイントには、こちらが上手に割り切つて、原因を取り除いたり、望むことをできるだけさせてあげること。そのことで認知症の人の

こだわりによる問題が少し和らぐことにつながります。



神奈川県・川崎幸クリニック院長
公益社団法人認知症の人と家族の会
副代表理事
杉山 孝博 先生

1947年愛知県生まれ。1973年東京大学医学部卒業。東京大学医学部附属病院で内科研修後、患者・家族とともにつくる地域医療に取り組もうと考え、1975年川崎幸病院に勤務。以来、内科の診療と在宅医療に取り組む。1987年川崎幸病院副院長に就任。98年に川崎幸病院の外来部門として川崎幸クリニックが設立、同院長に就任。81年から公益社団法人認知症の人と家族の会(旧:呆け老人をかかえる家族の会)の活動に参加。全国本部の副代表理事、神奈川県支部代表。公益社団法人日本認知症グループホーム協会顧問、公益社団法人さわやか福祉財団評議員ほか。認知症に関する著書も多数。

新百合ヶ丘 龍クリニック

内科・循環器内科 龍 祥之助

■ 内科・循環器内科 龍 祥之助 休診日 日曜、祝日、水・土曜午後
※8/12休～22日まで夏季休診

診療時間	月	火	水	木	金	土
8:00～12:00	○	○	○	○	○	○
15:00～18:00 ※月曜は19:00まで診察	○	○	○	○	○	○

診療予約等は
こちら

TEL044-955-7231
川崎市麻生区古沢7 Pあり

ホームページは
こちら

予約は
こちら

医療に関わる皆さま、 ありがとうございます。

医療従事者の皆さんは、私たちの身近な場所で最善の対応を考えて、治療や療養のサポートにあたってくださっています。そんな医療者の皆さんに敬意を込めて、感謝とエールをお送りします。

源 泉

夏こそ温泉、ときどき 浴

天山湯治郷
神奈川県足柄下郡箱根町湯本茶屋208

ふるたクリニック

土・日も
午前診療

百合ヶ丘駅から
徒歩2分

内科・外科・消化器科

診療時間 AM 9:30～13:00
※予約制 PM 15:30～17:00

休診日 火・土・日の午後、
金、祝

TEL:044-959-5116 P 提携駐車場(時間制限有り)
川崎市麻生区百合ヶ丘1-19-2 司生堂ビル1F

岡崎医院

内科・循環器科・小児科

生活習慣病や動脈硬化が心配の方はお気軽にご相談ください

内科・循環器科 岡崎 大武 眞壁(旧岡崎)怜子

小児科・内科 岡崎 貴美子
小児科診療は火曜日・木曜日の
午後のみとなります

糖尿病専門外来 花井 豪 (東京女子医科大学)

院 長 岡崎 大武
名誉院長 岡崎 武臣 受付は終了の30分前まで

◆ 診 療 9:00～12:00/15:00～18:00
◆ 休診日 日・祝 ※夏期休診 8/7(土)午後～15日

次号予告

RICHÉ

爽秋号は
10/16(土) 新聞折込予定

開けばよみがえる、ドラマと感動
記念日に「本」を贈りませんか。

専任スタッフが、ご予算・発行日に合わせて丁寧に
進めてまいります。
歴史と思い出を形に。ぜひ一度、ご相談ください。

サンケイ総合印刷

大手町オフィス：東京都千代田区大手町1-7-2
TEL：03-5542-1586

2021年5月より日曜・祝日以外は全て診療しています

診療時間	月	火	水	木	金	土
9:00～12:00	岡崎大武 眞壁怜子	岡崎大武	岡崎大武 眞壁怜子	眞壁怜子	岡崎大武	岡崎大武
15:00～18:00	岡崎大武	岡崎大武 岡崎貴美子	岡崎大武	眞壁怜子 岡崎貴美子	岡崎大武 花井豪	岡崎大武 (土曜日午後のみ 17時終了)

☎044-966-8881 (代表)

☎044-966-8880 (受付専用)

川崎市麻生区王禅寺東 2-13-1 王禅寺消防署近く/駐車場あり

直接来院受付可 <http://okazakiin.com/>

診療時間の
詳細はHP

アンナこんな記

8

おそるべし名梱包

荻野アンナ

私には夢がある。画家だった母、江見絹子の家を小さな美術館にする。彼女の絵は、自宅のアトリエと倉庫にぎゅう詰めになっていた。保存状態が悪かったために、中にはヒビが入り、剥落し、カビが生えたものもある。

保存環境を整えるために、アトリエと倉庫の改築を計画したのだが、気がつくとも家全体を展示スペースにするつもりになっていた。

最近、そのための一歩を踏み出した。これ以上傷まないようにと、いったん全作品を貸倉庫に移したのである。大小合わせると二百数十点。これに母の資料を加えて、トラック二台分になった。

具体的な作業を請け負ったのは、studio 仕組という会社である。知人の学芸員が紹介してくれた。職人や美術家のための「丁寧な縁の下の力持ち」を目指している。

「で、何屋さんなんですか？」
「楽器を奏する以外は何でもします」

若き社長の河内さんは芸大の大学院で映像を学んだ。社員にも美大出身者が多い。創作の現場を心得ている人たちだから、安心して絵を委ねられた。

作業は四日間に及んだ。コロナゆえ、密にならないようにと、人数は絞ってある。社員とアル

バイトが日替わりで、それでも数人が常に動いていた。

絵の搬出は初日と最終日にまとめた。その間は、アトリエに残る遺品の画材を梱包する。本棚の中身も、アルバムも、掲載誌の切り抜きが詰まった箱も、大切な資料となる。単なるガラクタと資料の区分けは、主に私の役目だが、これが予想外に大変だった。

戦争を体験した母は、ものが捨てられない。しかも完璧主義者だから、何でも完璧な状態で保存する。丁寧に紐をかけ梱包した中身が、単なる花瓶の箱だったりする。驚いたことに、私の中学と高校の教科書およびノートが、倉庫の棚に手付かずで残っていた。懐かしく開いたノートは落書きだらけだった。

取っついておいてくれたのは母の愛だが、こればかりは資料と見なすわけにはいかない。膨大な紙の量に茫然自失していると、仕組の皆さんが手際よく紐をかけて小山にしていくな。紐をまず4の字にするのがコツで、4の縦と横の上に本を置き、斜めの紐をくぐらせる。これでひっくり返さずに一度で結ぶことができる。

河内さんの手さばきは、殊に見事である。
「昔、新聞少年でしたから」
父親が刀鍛冶だった。日本の

伝統を背負っているが、子ども四人の家計は苦しかった。兄が父親の跡を継ぎ、今の自分は好きなことをしていられると微笑んだ。

そういえば仕組の仕事のひとつが日本刀の販売だった。職人のサポートにまわった経緯が、何とはなしに理解できた。

そうこうする間にも、驚くべきスピードで梱包が進む。気がつくとも、壁にかけておいた倉庫の鍵が見当たらない。

「これですか？」
差し出されたそれは、「資料」として見事に梱包されていた。完璧主義の亡き母も、あの世で破顔一笑したことだろう。

おぎの あんな

1956年、神奈川県生まれ。小説家、慶應義塾大学文学部教授。『青い水』で芥川賞(91年)、『ホラ吹きアンリの冒険』で読売文学賞(2002年)、『蟹と彼と私』で伊藤整文学賞(08年)を受賞。『ラブレで元気になる』、『殴る女』、『カシス川』ほか著書多数。最新刊は、『老婦人マリアン又鈴木部屋』(朝日新聞出版)。

玉のよこやま
安閑天皇物語

7

春日若宮おん祭の謎 (三)

— 歴史の闇に消えた王子たち

松本司

ヤマト王権の有力豪族・ワニ氏は、応神天皇以降に限っても七天皇に九人の后妃を出している。ところが不思議なことに、この氏族の王子には天皇になった者が一人もない。そもそも王女に比べて王子が極端に少ない上に、その王子の中に不審な死を遂げた者がいるのだ。

例えば応神天皇の子・菟道稚郎子(うじまろ)は天皇によって皇太子に立てられたが、父の死後、異母兄の大鷦鷯(後の仁徳天皇)に王位を譲るために自殺したという。井上満郎氏らは、この「自殺」を暗殺もしくはそれに準ずるものではないかと推察する。悲惨な事件が、『記紀』では弟が兄に王位を譲った万世一系の天皇家の美談として書き換えられたというのだ。

『書紀』などを丁寧に読むと、このような改ざんが何度も起きているらしいことに気づく。そして、それが可能だった地位に中臣氏

(藤原氏)を筆頭とするその時代の勝者の陰が蠢く。なかでも『書紀』の編纂者に名を連ねた中臣大嶋の存在が大きい。大嶋は「みずから筆を執りて」帝紀(天皇の系譜の記録)と上古諸事を筆録している(『天武紀』十年三月条)。

こうして少なからぬ王子たちが正史から消され、モガリの宮で遺体に身を寄せ鎮魂の祭儀を行った女たち(妻・母・采女)の慟哭の中にだけ生き続ける存在になる。しかし、古から靈魂の永遠が信じられてきた日本では、これで事は終わらない。女たちの涙で満たされた羊水の海に、生きながらして殺された者の靈魂が、やがて脈動し始める。

一〇〇三年、ついに藤原氏の前に若宮が出現する。春日社本殿の比売神を祭る第四殿に正体不明の物体が落下し、中から小さな蛇が這い出て第四殿に入ったという。さらに一〇四一年、六歳の子どもに神懸りが起こり、空中に浮遊してこう言う。

「今後は私、若宮に対する御供は一切受けない。大宮と同様の御供を行わないからだ」

その後、大風で一の鳥居が倒壊するなどの異変が起きる。不穏な雲行きの中、一三三五年、藤原氏は春日若宮を新殿に遷し、翌年九月十七日、初めて若宮祭を執行する。

これで事は収まったかに見えるが、一三五五年、また猿沢池に蛇頭が出現し、大火事・大風雨・落雷などが連続する。一五四〇年には皇子神が鎮まる聖山・御蓋山の山頂に大崩落が起きる。こうした中、一五七六年、若宮祭が十一月二十七日に変更される。しかし、それでも十七〜十九世紀には大地震が連続し、石灯籠の大半が倒壊する。そして、一八七七年、明治天皇が春日行幸を行い、翌年、若宮祭が十二月十七日に変更されてようやく小康状態を得ている。華やかに見える藤原氏の歴史は、王子たちの怨霊に悩み続けた歴史でもあるのだ。

それにしても、若宮の祭日はどうして何度も変更されたのだろう。各時代にどんな暦が採用されていたのかという問題があるので断言はできないが、藤原氏は相次ぎ異変が、いつを忌日とする、どの王子の怨霊によるものなのかを長く判じかねていたのではないか。では、最後に行き着いた十二月十七日とは、いったい誰の忌日なのか。

まつもと つかさ

1950年、高知県生まれ。風景写真家、歴史地理学者。元町田市立博物館副館長。著書に、『写真詩集「天上を翔る川 大雪山・石狩川幻の源流」』、『風水ウォーキング 古代遺跡謎解きの旅』など。



若宮社本殿と巫女たち。

夏の日の終着駅の思い出

ミスモリッシュ発行人 中村 和広

岡山県を東西に横断する山陽本線の和気駅に降り立ったのは、昭和58年のとても暑い夏の日の夕方だった。当時は、国鉄現J R)のホームの隣に「同和鋳業片上鉄道線」と大きな文字で書かれた看板が掲げられた古い木造の片上鉄道のホームがあり、国鉄のホームからは地下道でつながっていた。

私は片上鉄道に乗るために、その木造の古びたホームで列車を待っていると、ディーゼル機関車に牽かれた青色の古ぼけた客車がゆっくりと入ってきた。さっそく客車に乗り込み車内に入ると、薄緑色に塗られた板張りの座席がズラリと並んでおり、天井を見上げると、白熱灯のレトロな照明器具が等間隔に配置されていた。節電目的なのか、一つ置きに灯っているせいか車内はとても暗かった。私は、ボックス席に座り、まるでタイムスリップしたかのような空間に浸った。発車時間になるまでに車内は通学の学生でほぼいっぱいになったが、私のボックスには誰も近寄って来なかった。

機関車の汽笛と共に、私を乗せた客車はゆっくり動き出した。列車は大きく右に弧を描きながら山陽本線を跨ぎ、市街地の中をしばらく走ると、左手に一級河川の吉井川が近づいてきて、それから先は悠々と流れる大河に沿って北上していった。列車は小さな駅に一駅ごとに停まりながら、乗客を降ろしていくことを繰り返していた。出発時に大勢いた学生もずいぶん少なくなった。終点の一つ手前の吉ヶ原駅で乗客のほとんどが下車して車内は一層閑散とした。和気駅を出発してから50分ほどが経過し、終着駅の柵原駅に到着した。

実は、当時の私はまだ学生の身分だったのでお金が無く、宿代を節約するために寝袋を持参して、駅の待合室などで野宿しながら旅することが多かった。この日も

終着駅の柵原駅で野宿をさせてもらうつもりだった。

小さな改札口を出るとすぐに駅長らしき初老の男性を見つけて、

「今晚、この駅で野宿をさせていただきますのですがよろしいでしょうか」

と声をかけた。すると、

「いやー、それはダメだな。蚊もたくさんいるし、どこか旅館に泊まった方がいい」と言われてしまった。私はあわてて、

「蚊なら大丈夫です。ご迷惑はおかけしませんが、どうか野宿をさせてください！」と懇願したが、

「いやいや、かなわんよ。どっかに泊まってくれ」と素っ気なく言いながら駅長は事務室の中に消えてしまった。ああ、どうしよう……。私は途方に暮れて待合室の椅子に座りこんでしまった。旅館に泊まるお金など無いのである。待合室に貼られていた「旅館 呑ん気」の看板が恨めしかった。

しばらくすると、先ほどの駅長が再び事務室から現れて、

「これからどこへ行く?」

と尋ねてきた。

「明朝の始発列車で片上まで行き、それから、各駅停車を乗り継いで広島まで行こうと思つています」

と答えた。

「そうか。それなら野宿を頑張ってみるか? こっちはかまわないけどね」

と野宿することを許可してくれた。

「ありがとうございます! ご迷惑はおかけしません」

と礼を言い安堵した。駅長はそのまま事務室へ入って行って、待合室は自分一人だけになった。蚊は心配だったが、とりあえず野宿が可能になって喜んでみたものの、

時計を見るとまだ19時15分。寝るには早すぎる。しかし、田舎の終着駅の周りには何も無い。携帯電話もスマホも無い時代である。今度はやるのがないということに途方に暮れた。待合室の長椅子に横たわって煤けた天井を眺めていた。夜になったとは言え、まだまだ暑い。幸いまだ蚊はお出まではないようだ。

しばらくそうしていると、事務室から駅長が現れて、

「ボク、眠れるか?」

と言いながら私の傍に近寄って来た。すると、

「ありがとうございます! 本当にすみません」と礼を言っている間に、今度は事務室にあった冷蔵庫から缶ビールを取り出し、

「ボクはビールを飲むのか?」

と尋ねながら、駅長は自らゴクゴクと飲みだした。そして、私にも缶ビールを差ししてくれた。

「仕事を終えて飲むビールは最高だな。でも駅長さんはビールよりも酒の方が好きなんだ。冬でも夏でもやっぱり酒がいい」と言いながら、ビールをおいしそうに飲み干した。

駅長は私を相手に家族の大切さや少年の非行問題などについて熱心に話しをしてくれた。話しが一段落すると、駅長は徐に立ち上がって、

「まだ寝るには早い。ちょっとこっちに来なさい」

と言って駅長の大きな机の前に座ると、片上鉄道の古い切符や記念乗車券、輸送実績の資料などをたくさん見せながら鉄道の歴史や現状について説明してくれた。その姿にはこの鉄道を長年支えてきた鉄道マンとしての誇りが満ちていた。

「これ欲しいか?」

「えっ、いただいてよろしいんですか?」

「欲しいならやろう。息子みたいなもんだからな」

と気前よくさまざまな切符や資料を譲ってくれた。嬉しさで感極まっていると、駅長は勢いよく立ち上がり、

「よし! じゃあ、こっちに来い。まあ旅館じゃないから設備は悪いが駅の待合室よりはましだぞ」

と駅のすぐ脇に建っていた職員用の小さな木造の宿直室に連れて行ってもらった。部屋に入るや否や、

「汗かいただろう、ぱっと風呂に入つてこい」と言って、部屋の隣にあった風呂場に案内された。小さな家庭用の浴槽にはすでに温かいお湯が張られてあった。湯船に浸かっていると、思いもかけないめまぐるしい展開に夢でも見ているような気持ちになった。

風呂から出て六畳ほどの部屋に戻ると、布団が二組敷いてあった。扇風機が回り、白黒テレビがついていた。上下にどンドン流れてしまう画面のテレビを駅長がいじりながら

「このテレビも寿命だな」とつぶやいた。

「暑くてかなわんから、下着になっていいぞ。疲れただろうからゆっくり寝なさい」

と言って、駅長も早々に布団に入り、あっという間にいびきをかき始めた。

翌朝、5時15分に目が覚めると駅長はすでに起床しており、始発列車に備えて仕事を始めていた。

「よく眠れたか?」

「はい、ぐつすり眠れました!」

洗顔を済ませ、身支度をして駅のホームに向かい、自販機で買った缶ジュースを飲み終えると、駅長に改めて御礼を述べた。

「いろいろと大変お世話になりました。ありがとうございます!」

「ハハハ、ここはいいところだから、嫁さんをもらってからでもまた訪ねてきなさい」

「はい、必ずまた来ます! ありがとうございます!」

始発列車のディーゼルカーがホームに入ってきた。列車に乗り込むと、窓を開けて、ホームに立つ駅長に改めて別れの挨拶をした。

「道中、気をつけてな」

「はい。ありがとうございます。さようなら!」

ディーゼルカーがゆっくり動き出した。駅長はホームに凛々しく立哨しながら私を見送ってくれた。やがて駅長の姿が見えなくなり、開け放たれた窓から勢いよく入ってくる草いきれが私の顔を叩いて、今日も暑い一日になることを告げているようだった。私の眼には涙があふれていた。

あの夏の日から8年後の平成3年の夏、片上鉄道は68年の歴史に幕を閉じて、全線が廃止となった。





(上) 広大な敷地はすべてバリアフリー設計。墓所までマイカーで行くことができる優しい設計で、体に不安がある方も安心。また、園内の通路は乗用車同士がすれ違うことができる広さを保っているため、ストレスなく快適にお墓参りができます。

(下) 湘南森林霊園は、個別の墓所でありながら承継者や年間管理料が不要、使用期限のない「永代供養墓」を採用しています。家族型・めもと型の2タイプから選べます。



四季折々の花と、
緑豊かな
大自然に抱かれた
「森の墓地」へ

「花と森の霊園」として誕生した湘南森林霊園は、秦野渋沢丘陵の豊かな森に包まれた場所にあります。

地元の里山に生息している樹木種が植えられ、総面積20万㎡の8割は芝生に囲まれています。春は150本のさまざまな種類の桜が咲き誇り、爽やかな風が吹き抜ける園内には、小鳥たちが自然の協奏曲を奏でています。そこに広がる光景を目の前にするとも、心が天へと解き放たれるよう。

最期に帰りたい場所、永遠に眠りたい場所として選びたい、まさに自然と一体化した霊園です。

年間管理料
不要

お墓も未来も安心の永代供養墓

承継者不要

墓じまいの心配不要

初期費用のみ

期限なし

四名様まで

南向 洋型



二名様まで

南向 洋型



家族型墓所〈永代供養墓〉

永代使用料 + 永代管理料 + 墓石工事代 含む
3m² 1.5m×2.0m
全て含まれた
4体分の価格 **215.2万円**より (税込)

めもと型墓所〈永代供養墓〉

永代使用料 + 永代管理料 + 墓石工事代 含む
3m² 1.5m×2.0m
全て含まれた
2体分の価格 **175.8万円**より (税込)

新しいお墓のかたち

湘南森林霊園の永代供養墓とは？

いずれお墓のことを考えなければならぬが…「承継者や次の世代がない」「家族や残された人に負担をかけたくない」など、たとえお墓を購入したとしても「墓じまいをする」「無縁墓になる」など、将来のお墓を心配される方へ永代供養墓をお勧めしています。

湘南森林霊園では、お墓の行く末まで管理。未来もご安心いただける特別な永代供養墓です。4人までの「家族型」、2人までの「めもと型」、他にも合同墓の「青山」、「かがり野」とご用意。もちろん、初期費用のみで年間管理料などのご負担はございません。詳細は、お問い合わせを。

お車で 小田急線「渋沢駅」から約7分/小田急線「秦野駅」から約15分/JR東海道本線「二宮駅」から約22分/東名高速「秦野中井IC.」から約15分



お墓参りでもご利用できます
お電話1本!
土・日限定 予約制

「小田急 秦野駅・渋沢駅」から
「JR 二宮駅」から **無料送迎バス運行中!**

送迎バスのご予約お申込みは、ご利用日の1ヵ月前からご利用日前日まで。



秦野 渋沢 丘陵
相模メモリアルパーク
湘南森林霊園
shonan shinrin reien

お問い合わせ・
資料のご請求は

0120-231-271

開園時間
あさ8:30~夕方5:00
<水曜日定休>



(一財)神奈川県教育会館指定 / (一財)神奈川県厚生福利振興会指定 / 神奈川県市町村職員共済組合指定 / (一財)神奈川県教育福祉振興会指定

公益財団法人 相模メモリアルパーク 湘南森林霊園
〒259-1322 神奈川県秦野市渋沢3249-22

【敷地面積】199,429.05㎡ 【区画数】14,905区画 【許可年月日】平成26年10月3日
【許可番号】秦野市指令第2953号 【付帯設備】管理棟・礼拝室・会席所・エントランスホール・トイレ 他

ミスモ箱根 Vol.58 夏号 好評配布中

設置中 約100カ所以上 **無料** ご自由にお持ちください

●新百合ヶ丘駅構内 ●新百合ヶ丘エルミロード ●町田駅 ●向ヶ丘遊園駅 など
ミスモのホームページからもご覧いただけます→ <http://www.mismonet.com/pub/hakone/>



A4 サイズ 36 ページ オールカラー

特集 写真に撮りたいとっておきの一瞬

Instagram キャンペーン

温泉やグルメ、美術館など、箱根・小田原の情報を掲載している「ミスモ箱根」では Instagram (インスタグラム) を開設しました。そこで、あなたのおすすめする箱根・小田原エリアの写真を応募して、魅力を発信していただくキャンペーンを実施します。応募者の中から抽選で豪華な賞品をプレゼントいたしますので、ぜひ投稿をお願いします。

箱根・小田原
の魅力
再発見!

フォロー
おねがいします



ミスモ箱根Instagram

誌面ではお伝えできない情報いっぱい!
@mismo_hakone_magazine



キャンペーン詳細

●応募期間 **2021年9/12(日)までに投稿されたもの**

●応募方法 **Instagram のハッシュタグに「#ミスモはこね 2021」を付け、箱根・小田原周辺の写真と一言エピソードを一緒に投稿してください。**

※撮影時期は過去写真や過去投稿でも OK です ※複数の応募が可能です (1投稿につき1応募) ※必ず自分で撮影したオリジナル写真を投稿してください ※非公開アカウント・企業アカウントからのご応募は対象外となります ※日本在住の方のみのご応募に限ります ※当選写真は「ミスモ箱根」の Instagram で紹介する場合があります

●当選者の発表

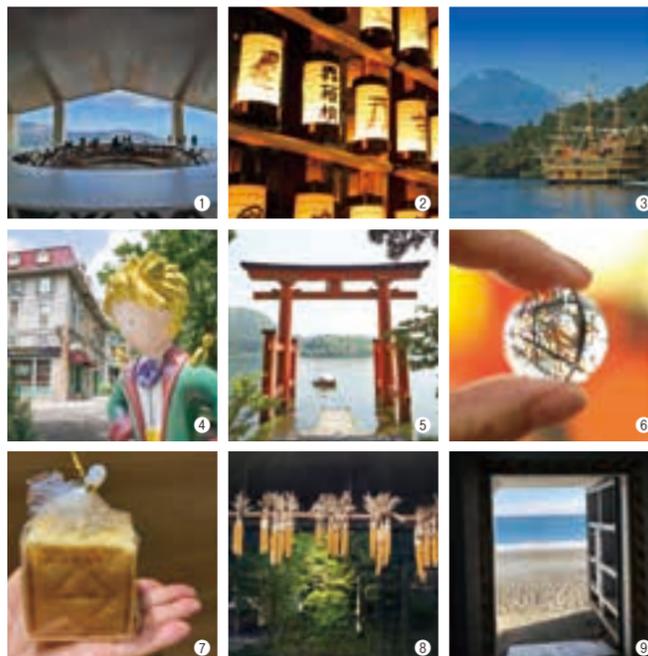
当選者には 2021年10月頃に Instagram のダイレクトメッセージでミスモ箱根編集部より個別に連絡いたします。当選のダイレクトメッセージ送信後にご連絡がつかない場合は当選無効となります。

プレゼント

応募された方の中から
抽選で箱根の宿泊券をはじめ豪華な賞品をプレゼント

 星野リゾート 界 箱根 平日宿泊券 1泊2食 1組2名	 箱根ロープウェイ 優待券 5組10名	 箱根海賊船 乗船券 5組10名
 箱根湯寮 入浴券 5組10名	 彫刻の森美術館 入館券 5組10名	 箱根ガラスの森美術館 入館券 5組10名
 星の王子さまミュージアム 入園券 5組10名	 箱根園水族館 入館券 5組10名	

たくさんのご応募
お待ちしております!



- ①cu-mo 箱根 <https://www.hakoneropeway.co.jp/cu-mo-hakone/>
- ②星野リゾート 界 箱根 <https://kai-ryokan.jp/hakone/>
- ③箱根海賊船 <https://www.hakone-kankosen.co.jp/>
- ④星の王子さまミュージアム <https://www.tbs.co.jp/l-prince/>
- ⑤箱根神社 <http://hakonejinja.or.jp/>
- ⑥彫刻の森美術館 <https://www.hakone-oam.or.jp/>
- ⑦箱根カフェ <https://www.odakyu-hotel.co.jp/hakone-cafe/>
- ⑧田舎裏茶寮 八里 <https://www.hakoneyuryo.jp/>
- ⑨小田原 御幸の浜

●主催 株式会社インクループ ミスモ箱根編集部 ●注意事項

●以下のものは審査対象外 (個人・企業・団体などを中傷したり、プライバシーを侵害するもの、第三者の著作権・商標権・肖像権などを侵害するもの、公序良俗に反するもの、本企画の趣旨に反するまたは無関係なもの、Instagram の利用規約に反するもの) ●アカウントを「非公開」にしている場合、またはアカウントを削除した場合は当選対象外です ●プレゼントの換金・交換はできません ●審査に関する問い合わせはできません ●入賞者の個人情報は、賞品発送以外には使用しません ●入賞したこと起因するいかなる損失、負債、被害、費用、そのほかの申し立てについて主催者は一切責任を負いません ●本キャンペーンは、Instagram が支援・承認・運営・関与するものではありません

役立つ情報いろいろ RICHE Square

イベント

青葉台で千住真理子演奏会



バイオリニストの千住真理子が、無伴奏の極限に挑む。イザイの無伴奏バイオリン・ソナタ全6曲を演奏。7/24(土) 13時15分開場、14時開演(約90分・休憩あり)。全席指定5,000円。

フィリアホール(横浜市青葉区民文化センター)
☎045-982-9999(チケットセンター)

横浜市青葉区青葉台2-1-1 青葉台東急スクエア South-1本館5F 受付時間/11時~18時 ⑧第3水曜 <https://www.philiahall.com>

レジャー

「リトリート」ホテル6月誕生



小田原・江の浦の眺望が見事な「凧門」は「睡眠と湯治」がコンセプトのリトリートホテル。風土と素材を大切に料理とミネラル成分の吸収に優れた特殊技術の温泉ミストが魅力。

江之浦リトリート 凧門 RIMON
☎0465-27-3711

神奈川県小田原市江之浦218-1
<https://enoura-rimon.com/>

グルメ

新宿で老舗の「ミニ懐石」を



新宿駅直結の小田急百貨店最上階にある高級日本料理店。都心の絶景と伝統の日本料理を味わえる。ランチタイムは旬のメニューを気軽に楽しめる「ミニ懐石」7,260円(サ料込)がおすすめ。

新宿 なだ万賓館
☎03-5381-0700

東京都新宿区西新宿1-1-3 小田急百貨店 新宿店 本館14F ⑧11時~16時/16時~22時30分 ⑨無休
<https://www.nadaman.co.jp/restaurant/shinjuku/>

グルメ

アーバンカフェで非日常を



青葉台駅徒歩2分。ヘルシーなコブサラダから、ボリュームミーなステーキまでそろうカフェ。都会的なアーバンカジュアルスタイルの店内で、ゆったりと非日常を味わいたい。テラス席も。

青葉台食堂george
☎045-985-2168

横浜市青葉区青葉台1-5-8 ホテル&レストラン青葉台フォーラム1F ⑧11時~23時30分 ⑨無休
<http://georgegeorge.co.jp/aobadai/>

レジャー

強羅屈指の眺望と極上の湯



強羅駅徒歩3分の好立地。目の前に明星ヶ岳が広がり、相模湾も見渡せる。ぜひとく眺望が楽しめる最上階の大浴場や全客室のバルコニーに上つらえられた露天風呂で、極上の湯浴みを。

箱根・強羅 佳ら久
☎0460-83-8860

神奈川県足柄下郡箱根町強羅1300-8
<https://www.gora-karaku.jp/>

スクール

煎茶の体験型講座を開講



お茶とお菓子とともに煎茶の作法を学べる。英語解説も。8/7(土)・21(土)、9/25(土)各12時30分~13時30分。受講料各回3,000円。講師は東阿部流家元 土居雪松。秋期講座詳細は8月下旬からHPで。

玉川大学継続学習センター
☎042-739-8895

町田市玉川学園6-1-1 受付時間/9時~17時
<https://www.tamagawa-tucl.com>

アート

「刀剣 もののふの心」開催



重要文化財 太刀 銘 □忠(名物藤丸・薄緑) 一口 鎌倉時代 13世紀 京都・大覚寺

9/15(水)~10/31(日)、サントリー美術館開館60周年記念展「刀剣 もののふの心」を開催(展示替えあり)。多くの人々を魅了してきた刀剣文化の奥深さ、美意識を感じる機会に。

サントリー美術館
☎03-3479-8600

東京都港区赤坂9-7-4 東京ミッドタウン ガレリア3F ⑧10時~18時、金・土~20時 ⑨火曜(10/26は開館) <http://suntory.jp/SMA/>

ショップ

小田原駅直結の人気店



創業70年、小田原生まれの手作り最中が自慢の和菓子店。新潟の米と北海道の小豆を使用し、上品な味わいが評判。多種多様な最中がそろい、なかでも小田原城の形をした最中が人気だ。

福来(ふくら)すずめ
☎0465-23-6508

神奈川県小田原市栄町1-1-15 ミナカ小田原3F ⑧10時~20時 ⑨無休

読者プレゼント

A 商品券(5,000円分)

江戸情緒感じる小田原駅の新スポット

グルメ、ショップ、宿泊施設など多彩な店舗が40店以上そろい、江戸情緒が漂う複合商業施設。駅直結の好立地、ひと休みしたくなったら地元人気飲食店が集まる「西湘フードスタジアム」へ。

5名様



ミナカ小田原

☎0465-22-1000 <https://www.minaka-odawara.jp/>

B シェフおすすめディナーペア券(ペア12,000円分)

一軒家レストランで味わう絶品イタリアン季節の食材を使ったシェフおすすめメニュー全7品をミスモ読者限定特別コースで。メインは肉も魚も付いてボリューム満点。広い庭園のある一軒家レストラン。落ち着いた雰囲気の中、ペアで楽しんで。

2組
4名様



レストラン アベテ
Ristorante Abete はるひ野店

☎044-981-6237 <https://www.giraud.co.jp/abete/>

C 花とみどりのギフト券(3,000円分)

全国の取扱店で使える花の商品券

全国の「花とみどりのギフト券」取扱店(花店・園芸店)で使用可能。記念日や誕生日祝いのほか、お盆のお供えなど幅広い用途で利用できる。好きな時に好きな花と交換できるため、贈りものとしても最適。

3名様



JFTD

☎03-5436-9228 <http://www.flowercard.jp>

応募方法

ハガキ・FAX・Eメールのいずれかを利用して・アンケートの回答・希望賞品・住所・氏名・年齢・職業(学年)・電話番号・Eメールアドレスを明記して、下記までご応募ください。

【アンケート】

- 1 今号で面白かった記事や関心を持った広告を4つあげてください。
- 2 今後取り上げてほしいテーマがありましたら教えてください。
- 3 本号に対するご意見、ご感想を教えてください。
- 4 コロナ禍が終息したら行ってみたいところややってみてみたいことを教えてください。
- 5 コロナ禍で新しい趣味・趣向の変化はありましたか。

【宛先】

- ハガキ
〒215-0021 川崎市麻生区上麻生1-5-1 りそな新百合ヶ丘ビル5F
ミスモ編集部「ミスモリッシュ 盛夏号プレゼント」係
- FAX 044-959-3751 ● Eメール riche@misonet.com

【締切】2021年8月20日(金) (消印有効)

当選者の発表は賞品の発送をもってかえさせていただきます。
※ミスモリッシュの読者プレゼントにご応募いただいた個人情報はプレゼントの発送および個人を特定しない統計的資料作成に利用するほか、賞品を協賛企業等から直送する場合、必要な情報を協賛企業等に開示することになりますのでご了承ください。
※プレゼントの応募は希望商品1点につき1通とさせていただきます。お一人で2点以上応募の場合は、それぞれ別々に応募してください。



最大45%OFFの地域限定優待プランで 星野リゾートの マイクロツーリズムを満喫

まだ体験したことのない心躍る体験や、近くにあるのに知らない特産・名産・伝統工芸。
見たことのない景色、触れたことのない文化、まだ出会ったことのない料理…。
家から数時間で行ける小旅行「マイクロツーリズム」で地元を再発見しませんか。

地域限定優待プラン

Web限定プランはこちら!

最大 **45%OFF** の地域限定優待プランを
ご用意いたしました。



【対象者】神奈川県・東京都・埼玉県・千葉県在住の方
【対象施設】星のや東京、星のや富士、界川治、界鬼怒川、界日光、界アンジン、
界アルプス、リゾナーレ那須、リゾナーレ八ヶ岳、OMO5東京大塚、磐梯山温泉ホテル



星のや東京

東京の中心にある、温泉旅館
青森ヒバの玄関の木扉を抜けると、畳敷きの廊下の先には季節の室礼が。都心にいることを忘れてしまう別世界へ誘われます。
東京都千代田区大手町1-9-1 <https://hoshinoya.com/tokyo/>



界川治

水車の音とせせらぎが響く里山風情の温泉旅館
伝統工芸の野州麻紙やしろうましを設えた客室で、心安らぐひとときを。石臼で挽きな粉づくりや紙漉き体験なども楽しめます。
栃木県日光市川治温泉川治22 <https://kai-ryokan.jp/kawaji/>



OMO5東京大塚

大塚の街を楽しみ尽くす都市観光ホテル
個性的な配色や斬新なデザインを用いた都市観光ホテルが、下町情緒溢れるローカル体験を謳歌する滞在を提案します。
東京都豊島区北大塚2-26-1 <https://omo-hotels.com/otsuka/>



界アルプス

北アルプスを望む
温泉郷
長野県大町市平2884-26
<https://kai-ryokan.jp/alps/>



界鬼怒川

木漏れ日あふれる湯宿で、
とちぎ民藝と名湯を堪能
栃木県日光市鬼怒川温泉滝308
<https://kai-ryokan.jp/kinugawa/>



界日光

中禅寺湖のほとりに佇む絶景の宿で
日光の雅を体験
栃木県日光市中宮祠2482-1
<https://kai-ryokan.jp/nikko/>



界アンジン

絶景と船旅気分を楽しむ
温泉旅館
静岡県伊東市渚町5-12
<https://kai-ryokan.jp/anjin/>



星のや富士

丘陵のグランピング
山梨県南都留郡富士河口湖町大石1408
<https://hoshinoya.com/fuji/>



リゾナーレ那須

童心に帰る、
高原のアグリツーリズムリゾート
栃木県那須郡那須町高久乙道下2301
<https://risonare.com/nasu/>



リゾナーレ八ヶ岳

八ヶ岳の恵みをエレガンスに
楽しむワインリゾート
山梨県北杜市小淵沢町129-1
<https://risonare.com/yatsugatake/>



磐梯山温泉ホテル

磐梯山や猪苗代湖を望む
高原リゾート
福島県耶麻郡磐梯町更科字清水平6838-68
<https://www.bandaisan.co.jp/>

