

\\ご当地マドンナとゆく\\

# 日本全国 **ゆるり** アウトドア旅

夏休みも半ば、外遊びが楽しいシーズンはまだまだ続きます。とはいえ、夏のアウトドア遊びは暑さとの戦い。そこで暑い季節でもひんやり、涼やかに自然を満喫できるアクティビティを発見！今回は富士山の麓、深く美しい森の中にある秘密の洞窟へ。謎めいた氷の神殿を目指して、ケイビングを体験します！



富士登山は経験あるけど洞窟は初めて！

## 第6回 山梨県

### 富士山麓の樹海でひんやり洞窟探検！



#### 今回の旅先は…… 富士山のお隣・鳴沢村！

キャンプ好きにはおなじみ、富士五湖にほど近い場所にある鳴沢村は、雄大な富士山をのぞむ美しい場所。今回は富士山の麓の青木ヶ原樹海を散策し、富士山の噴火によってできた天然の洞窟“風穴”を探検しちゃいます！

#### 今回の先生

季 胡姫さん

洞窟探検プロガイドチーム「CiaO！」のガイド。技術はもちろん、富士山の自然を知り尽くすナチュラルリスト。



#### 今回のマドンナ

清水絵夢さん

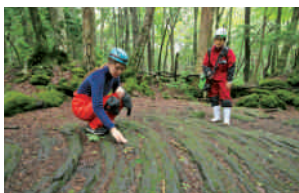
甲府市出身のモデル・タレント。山梨県在住で、雑誌やCM出演のほか地元テレビ局にて番組MCを務めるなど県内外で幅広く活躍中。

青木ヶ原樹海は怖いというイメージを持っているのは昭和生まれの私だけでしょうか。たぶん子供のころ、樹海関係のいかげわしいテレビ番組を見まくっていたせいでしょう……。しかも撮影当日は雨。ガイドの季さんが「樹海は雨のほうが綺麗」なんていうけれど、またまたガイドさんって慰めが上手いんですよね……って、ホンマやっ！（笑）。霧がかかった森は緑の濃さを増して、コケはフツカフカ。マドンナ清水さんも雨など忘れて撮影しまくっています。

青木ヶ原樹海は約1200年前、富士山の噴火によって焼き尽くされ、そこに流れ込んだ溶岩の上に再生した森。よく見ると足元には溶岩の痕跡があったりして、今も噴火の記憶を残しています。今回目指す洞窟も富士山の噴火によって生まれたもの。青木ヶ原樹海には「風穴」という大小いくつもの洞窟があり、平均気温は3度C程度。昭和初期までは氷などの貯蔵庫として使われていたというからまさに天然の冷蔵庫です。



超クリアな氷は  
富士山の  
雪解け水!



いざ、漆黒の闇へ!  
さっきまでの  
暑さがウソみたい!



ツアーの序盤は青木ヶ原樹海を散策しながら樹海の成り立ちをお勉強。あちこちに溶岩が流れた跡があってびっくり。風穴内には人の営みの痕跡も。青木ヶ原樹海の風穴への立ち入りは危険なので、必ずガイド同伴で!

夏でもひんやり涼しい  
樹海に隠された風穴へ!



## 旅の立ち寄りMEMO

### 遊ぶ



#### なるさわ富士山博物館

道の駅なるさわに併設された博物館では、富士山の成り立ちがよくわかります。①山梨県南都留郡鳴沢村字ジラゴンノ8532-64 ②9:00~18:00(冬季~17:00) 無休

### 食べる



#### 55 STEAK

旨味がハンパない熟成肉をリーズナブルに味わえるステーキ店。洞窟探検後の空腹にはありがたい! ①山梨県南都留郡富士河口湖町勝山3367-1 ②11:30~22:00 木曜休

### 泊まる



#### スパ&ホテル 桜庵

ご存じ、たかの友梨さんプロデュースのエステ&スパ。美と健康にこだわったお風呂やサウナ、岩盤浴も。①山梨県南都留郡富士河口湖町勝山3337-1 ③8:00~22:00 無休

### おみやげ 甲州ワイン



山梨といえば甲州ワイン。道の駅なるさわや、近隣のスーパーの酒コーナーでも種類豊富に揃っています。オススメは蒼龍葡萄酒のワイン。おみやげにはかわいいワンカップを。



洞窟探検ガイドチームCiao!  
<https://genkijin.jp/ciao/>  
☎0586(85)9016

驚いたのが洞窟から外に出たときの体感の変化。何がすごいって、緑のおいをビシビシ感じるんです。それはまさに生命の香り。命って素晴らしい! 驚いたことに樹海は「生」をリアルに感じられる、超ポジティブスポットだったのです。

念ずる!  
探検気分がアガってきます。そしてクライマックスが「氷の宮殿」。地表から滴る水滴が一滴ずつ凍ってできた氷柱が立ち並び、ライトの光を反射して輝いています。樹海の地中にこんなロマンチック空間が広がっていたなんて……下世話なテレビ番組ばかり見て育った自分が残念すぎる!

原生林の中に口を開けた風穴からは冷気が流れ出ていて、中は漆黒の闇。ヘルメットにライトを装着してハシゴを下っていきます(怖い)。10分ほど歩くと足元には氷が張ってスケート場のように……。途中、かつてここを冷蔵庫として使っていた人々の痕跡なども残っていて、探検気分がアガってきます。そしてクライマックスが「氷の宮殿」。地表から滴る水滴が一滴ずつ凍ってできた氷柱が立ち並び、ライトの光を反射して輝いています。樹海の地中にこんなロマンチック空間が広がっていたなんて……下世話なテレビ番組ばかり見て育った自分が残念すぎる!



風穴内が冷えるケイビングは、夏場でも温かいドリンクを携帯したい。回転式のレバーで飲み口をクローズできるタンブラーなら持ち運びも安心なうえ、さっと取り出して飲めて手軽。真空断熱構造で飲みごろ温度をキープでき、熱が外に伝わらない優れたものです。

# 洞窟探検のあとは 温かいドリンクで 冷えた体をリカバー



## 持ち運びもできる 真空断熱タンブラー

真空断熱タンブラー／ROD-001  
オープン価格

ホットにもコールドにも対応可能なモデル。結露しにくい構造で快適な使い心地。タフな見た目アウトドアユースにもピッタリというのがうれしい。バックパックのサイドポケットにも収納できそう。

使い勝手抜群の  
ワイド口径

ワイドな口径で飲み物を移し替えるときのストレスはなし。洗浄も簡単です。キャップにはティーフックが付いているので、紅茶やお茶のティーバッグも使えます。本体はステンレス製なのでおい移りが少ないのもグッド。



回転式のレバーで飲み口をクローズできるので、持ち運びしやすい。ボトム部分にかけて徐々にスリムになっていくデザインで、大容量でも持ちやすい。無骨なカラーリングも渋くていい！