

ご当地マドンナとゆく

# 日本全国

ゆるり

# アウトドア旅

第21回 山梨県

## 気分は坂東武者!? 富士山麓で 流鏑馬スクーリング

まったくの初心者でも流鏑馬にチャレンジできるスクーリングに入門。大自然のなかで馬と触れあい、最後は人馬一体となつて的を射る。流鏑馬でしか味わえない爽快感が待っていた!



©鳴沢村



### 今回の旅先は…… 富士山のお膝元、鳴沢村!

富士山の北西側、標高900から1,000mの高地に位置し、村の8割を山林が占めている緑豊かな場所。青木ヶ原樹海や鳴沢氷穴などのスポットやキャンプ場も多く、自然派にはお馴染みのエリア。

### 今回の先生



**漆澤 太さん**  
東京から山梨へ移り住み、この道ひと筋20年! 乗馬の基本から流鏑馬のコーチングまで、初心者にもわかりやすく教えてくれる。

### 今回のマドンナ



**長崎百華さん**  
ミス・グランド・ジャパン2019山梨代表。宮崎県出身で現在大学4年生。以前は走り高跳びの選手として活躍したスポーツウーマン!

流鏑馬とは、駆ける馬に乗り、弓で三つの的を射る日本の伝統武芸。神事や時代劇でしかお目にかかれない流鏑馬だが、初心者でも体験できると聞き、さっそく挑戦してみることにした! 今回流鏑馬を体験したのは、長崎百華さん。走り高跳びの選手だったという、すらりとした長身の持ち主。これは可憐な騎射姿となるであろう…適役! と想像しつつ、向かったのは山梨県鳴沢村の紅葉台木曾馬牧場。富士山を間近に見上げるこの周辺はロケーションの良さもあり乗馬を楽しめる場所が多い。同牧場は、木曾馬を中心に日本古来の和種馬がいる。和種馬は競馬で活躍するようなサラブレッドなどの洋種馬とは異なり、体が小さく比較的大人しいという。「今日乗って頂くのは、こちらのエビスです。通称エビちゃん」と、スタッフの漆澤さんに紹介された馬との対面に、一気に笑顔が溢れる百華さん。まずは、ブラシをかけてスキンシップだ。よほど気持ちが良いのか、エビちゃんの鼻がピロリンと伸びる。「は、鼻が! かわいい〜!」程よく打ち解けたところで、いよいよ騎乗。手綱を握り、歩き出しや止まれ、右へ左へと合図を送り基本動作の練習。馬場での練習の後は場外へ。スキの原っぱや樹海近くの林道など起伏に富んだ道を行く。乗馬初



スキの原っぱも  
ガシガシ進む!  
頼もしい~

馬場で練習したらさっそく外の道へ。木曾馬は足が短い分、歩幅も小さいので不整地でも揺れが少ない!

### こんな道具を使います!

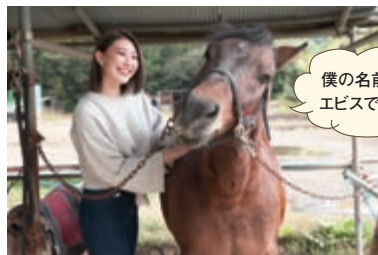


和式馬術は両足でグッと立ち込む動作があるので、鏝は足裏全体を覆う形をしている。



鏝と同様に鞍も体が立ちやすい構造になっている。今回は騎射体験のときに使用した。

## STEP1 乗馬の基本練習



僕の名前はエビスです!

百華さんに乗せるのは雄馬のエビス君。まずは触れ合ってお互いの交流を深める。



馬場で基本的な乗り方を教わる。手綱を引くと止まり、お腹をボンと蹴ると進んでくれる。

## STEP2 弓の練習



なかなか様になってきた百華さん。放った矢の軌道に一喜一憂しながら数回ですぐにコツを掴んだ。さすが!



本番さながらに矢を腰に携えて陸上での当て練習。



## STEP3 騎射体験

### 騎射体験

エビちゃんとともに、この日の総仕上げ。勢いよく放たれた矢の行方はいかに!?

## 旅のMEMO

**ほうとう 自家製味噌が旨い!**  
950円(税込)  
牧場に隣接するお食事処。人気は山梨名物の「ほうとう」。たっぷりの野菜と甘みのある自家製無添加味噌が絶妙。  
**紅葉台ドライブイン**  
☎0555(85)2356



**愛らしい木曾馬たちがリードしてくれる!**



流鏝馬スクーリング(1万5000円+弓矢レンタル1000円)や、樹海コース約90分など未経験でも野外騎乗を楽しめる。和種馬の保存や障害者乗馬にも力を入れている。  
**紅葉台木曾馬牧場**  
④山梨県南都留郡鳴沢村紅葉台  
8529-86 ☎0555(85)3138  
⑤平日10:00~ 休日9:00~



今日はありがとね♡



体験だった百華さんは、景色を楽しみつつ瞳を輝かせていた。「目線の高さが新鮮ですね!」そして、直線の道では流鏝馬の実践練習も。速足で走らせ、通過する樹木を的に見立てて弓を構える動作を繰り返したりした。牧場へ戻る途中、エビちゃんには隙あらば勝手に止まり草を食み始める。彼にとってはそこらじゅうがご馳走だらけなのだ。「ダメだよ! 行くよ!」手綱を引いてなんとか阻止する百華さん。そんな笑顔の攻防が何度も繰り返されるのだった。昼休憩を挟んで、午後は弓の練習から。弓も初めての百華さんだが、数回射るうちに矢はずぐの中心を捕らえた。おお? これは本番も期待できるかも! 迎えた本番。本番はひとつの的を周回し射る方式だ。1回目、矢は的を掠めて後方へ。「ああ!」落胆。2回目、矢は勢いよく見事、的に命中! 「やった!」大きな歓声が響き渡った。流鏝馬でしか味わえないこの爽快感。ぜひともお試しあれ!

## 外ごはんの強いミカタ! フタを開ければ心もほっこり



日に日に気温が下がり、秋から冬に向かうこの季節は温かい食事が恋しくなる。そんなときの頼もしいアイテムがスープジャー！ 夕飯のシチューや朝食の味噌汁を詰めてランチ用に持っていくもよし。いつでもどこでも食べられるホットミール、体を芯から温めよう。

ホットもコールドもOK  
好きな場所へ  
美味しさを連れだそう



真空断熱スープジャー/  
JBR-300 4,500円  
フードコンテナースプーン/  
APC-160 1,000円

魔法びんと同じ真空断熱構造で温かいもの(6時間56度C以上)も冷たいもの(6時間12度C以下)も食べごろをキープしてくれる。容量300mlは、1人分のちょうど良い量。別売りのスプーンはジャーとの相性が抜群!



スープジャーの形状に合わせて作られたスプーンは、長さはもちろん、ジャーの底にぴったりフィットして、最後まで食べやすい。



おでんやシチュー、果物などデザートまで活用の幅は広い。サーモスホームページでは、100種類以上のレシピを公開中!

外フタと内フタのパーツはひとつひとつ分かれて、とても洗いやすい。隅々まで清潔にできる。



開けやすく閉めやすいクリック構造。フタを緩めると中の圧力が逃げるので開けやすい。