

あまり一般には知られていないけれど、実は宮崎県は各地からクライマーがあつまるところ。世界的に有名なクライマーも宮崎のフィールドによく訪れるという。そんな宮崎県の体育館で本格的な人工壁を相手にレッツ・クライミング！

ご当地のマドンナが案内する最旬の外遊びガイド

日本全県アウトドア巡り



ボルダリング好きが集まる
宮崎県で人工壁に挑む！
(宮崎県・宮崎市)



とりあえず自由に登ってみな～

宮崎スポーツクライミング協会
指導委員会 委員長
— 宮紀彦さん(左) — 宮繁紀さん(右)

2代にわたって、この人工壁の管理や、クライミング指導にあたっている一宮親子。お父さんの繁紀さんは、ヒマラヤ遠征やマッターホルン北壁なども経験するクライマーだ。

まずは屋内人工壁で基本的な動きのレクチャー



この体育館には屋内にも人工壁がある。ここは特別なイベントをやっていないときは、誰でも1時間80円(子供40円)で利用することが可能でちびっ子にも人気だとか。未来のトップクライマーは宮崎から生まれるかも!?

宮崎は岩天国なのだ。県北のほうに行けば、有名な天岩戸や、岩そのものがご神体となっている場所も数多い。中でも比叡山エリアは、様々な巨岩、奇岩がゴロゴロしていて、それを目当てに各地からクライマーが集まってくる。その中には現在世界最強といわれる小山田大選手や、世界トップレベルで活躍する、15歳美少女ク

その24

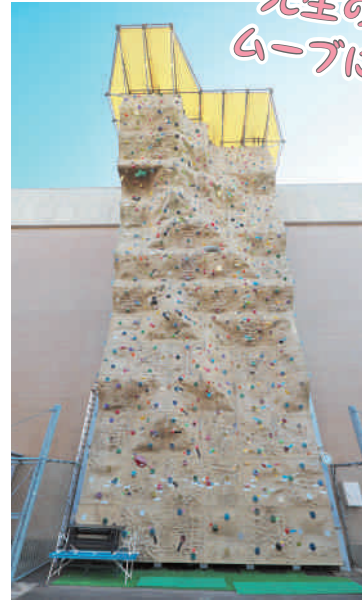
宮崎県



今月のマドンナ
みやざき観光コンベンション協会
松岡奈保子さん

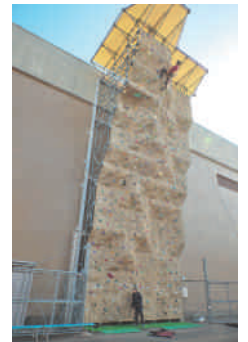
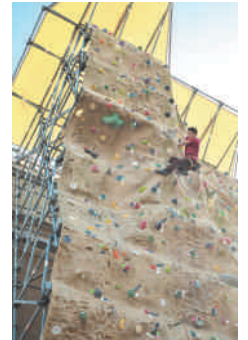
宮崎県の観光コンベンション協会ですポーツ部門を担当。学生時代にテニスで鍛えられたから、基礎体力には自信あり。ただクライミングは2回ほど体験しただけなので、ちょっと不安顔。

14mの屋外人工壁！ 先生の華麗な ムーブに拍手！



この人工壁が作られたのは17年前。先生役の一宮さんはまるでクモのようにスルスルと登る。いつかはあんなふうに登ってみたいなあ……。屋外人工壁の使用は指導員の下に行なうが、規定の講習を受けなければならない。

書いてみると結構高いぞ！
奈保子ちゃん
ガンバです！



最初は全然登れなかった奈保子さんも、先生のアドバイスのもと、何回かチャレンジするうちにグングン成長。腕の疲れとは裏腹に、「次はもう一手！」と、どんどん欲が出てハマってしまうのが、クライミングの魅力だ。



美しい海岸沿いをドライブして 野生馬の楽園・都井岬へ！



宮崎県は海的美しさも有名でダイバーやサーファーが全国から訪れる。そんな美しい海岸線をドライブした先には、日本でも数少ない野生馬と触れあえる都井岬がある。のんびりするのにピッタリの名所なのだ。

ライマー白石阿島選手といったビッグネームもいる。そんな宮崎県の県立体育館には、当然のように立派な人工壁がある。ドーンとそびえ立つその壁は高さ14m。真下から見上げると、ところどころオーバードンナ役のハンクしていて、マドンナ役の奈保子さんは「登れる気がしません……」とちよつと不安げ。「今回は初心者でも安心して登れるトップロープクライミング。先生役の一宮さんがしっかりビレイ(確保)してくれるから、大丈夫だよ」なんて声をかけつつも、自分だって登れる気はしな

宮崎県が誇る 老舗グルメ！



タルタルソースがけのチキン南蛮発祥の店「味のおぐら」や、豊富なスイーツがそろった昭和26年創業の「お菓子の日高」など、市内には味自慢のお店がたくさんある。グルメ旅をするにも宮崎県はオススメの場所だ。

でも、いざ登ってみると、本格的なクライミングは初めてだという奈保子さんも、結構スイスイ登っていく。ただ、壁の半分ほどまで進むとそこは地上から約7m。一度下を意識してしまつと、どうしても怖くなって、次の一手が出なくなる。残念ながら今回完登は無理だったけど「これ最後まで登れたら、きつとすごい達成感ですね！」と、疲れた腕をさすりながら、頂上を見上げる奈保子さん。そうなのだ。次こそは！とリベンジを誓いたくなる清々しい悔しさが、クライミングにはあるのだ。



連続で登ったら即パンプ!
クライミングは
ゆっくり休憩しながら
楽しむのだ



蓋付きの中子が付いていて味移りしにくいランチボックス。コンパクトかつ軽量なので、アウトドアにも持ち出しやすい。電子レンジや食洗機にも対応。フレッシュランチボックス/DJM-570 0.57ℓ オープン価格。

ボルダリングもロープを使ったクライミングも、連続して登ったらあつという間に筋肉の限界が来てしまう。いわゆるパンプという状態。だから、のんびりと休憩しながら楽しむのが正しいスタイルなのだ。1回登ったら、お茶でひと休み。お腹が空いたらお弁当ランチ。とはいえ、チャレンジ魂に火が付いた奈保子さんは、休憩中も壁を見上げて、登るルート選定に余念がない。これはすっかりクライミングにハマっちゃったかな?!

お茶でひと息つきながら
登る前にルートをシミュレーション

高い保温・保冷力はもちろんのこと、スリムな形状なのでパッキングもラク。半回転で開栓できる。真空断熱ケータイマグ/JNO-351 0.35ℓ 4000円。真空断熱ケータイマグ/JNO-501 0.5ℓ 5000円。

