

三重の自然を体感！満喫！

南北に長い三重県の西側に目を向けると、緩やかな稜線りょうせんを描く鈴鹿山脈、今なお秘境と呼ぶにふさわしい大杉谷、南には熊野の山並みが連続します。

一方、東側に視線を移せば、波穏やかな伊勢湾の南に、熊野灘の大海原が広がります。また、山々の頂いたadakiから幾筋もの清流が海へと向かう間には、森林・里山・田園風景などがあり、心を和ませてくれます。こうした変化に富んだ美しい三重の自然は、国内にとどまらず、海外からの訪問者をも惹きつけています。

今回は、地域の自然を活かして、さまざまな体験プランを提供している6グループを紹介します。思う存分、三重の自然を満喫してみてください。

*各施設での体験・イベントに関しては、日時・予約方法・受け入れ人数・料金などがそれぞれに異なり、変更になる場合もありますので、必ず事前にご確認ください。

取材・文…中村真由美・中村元美

末永薫

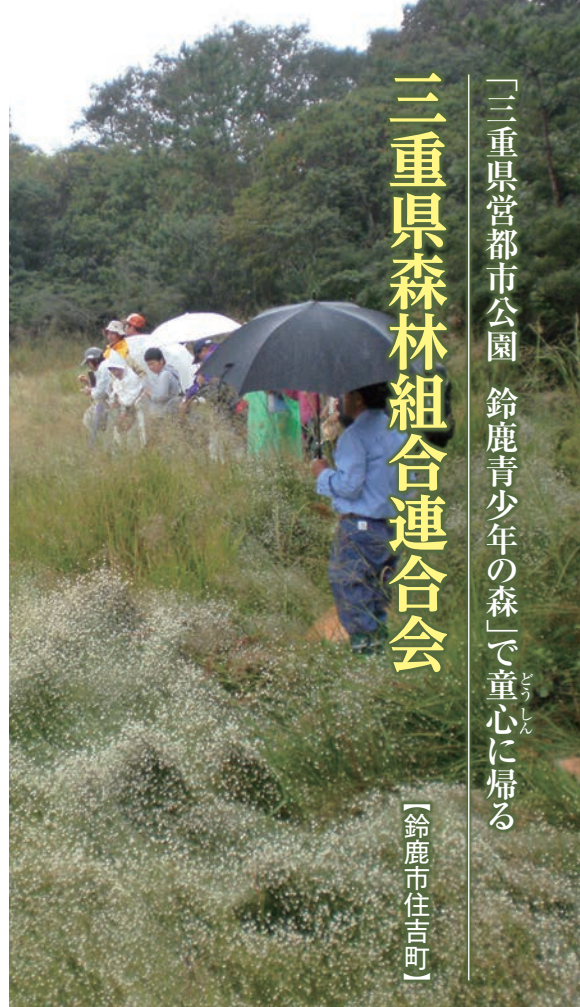
撮影……梅川紀彦・尾之内孝昭

ただし※印の写真は取材先から提供していただきました。

「三重県営都市公園 鈴鹿青少年の森」で童心に帰る

三重県森林組合連合会

【鈴鹿市住吉町】



※昨年実施された「秋の湿地帯の植物観察会」

鈴鹿市南西部、「鈴鹿サーキット」に隣接する「三重県営都市公園 鈴鹿青少年の森」の園内には、江戸時代に造成された道伯池などをめぐる遊歩道が整備されているほか、6歳以下の子どもが安



道伯池



複合遊具



「キャンプ場」内の炊事場

が可能な屋根付きの炊事場や、「鈴鹿サーキット」の「8時間耐久レース」や「F1グランプリレース」開催時にテント設営できる「キャンプ場」(要予約)も揃い、親子連れや友人同士などで存分に楽しめます。

「ここは、元々はアカマツが生い茂る森でしたと教えてくれるのは、同園所長の江藤次男さんと副所長の山本敏雅さん。お二人が所属する「三重県森林組合連合会」は、平成25(2013)年に指定管理者となつて以来、自然をできる限り残しながら、公園利用者が快適に過ごせるように、枯れ松の伐採や、伐採跡地にヤマザクラや実の生る樹木の植栽を行っています。その結果、四季折々の花々が咲き競い、30種類もの野鳥の姿を見かけるようになったといひます。



山本 敏雅さん



江藤 次男さん

また、季節に応じて体験教室・イベントを企画し、いずれも好評を博しています。たとえば本年9月には「きこの観察会」、10月には「グラウンドゴルフ大会」、11月には「キャンプのつどい」親子で野外クッキング」、「12月には「迎春」寄せ植え講座」など。内容に応じて「三重自然誌の会」「三重県レクリエーション研究会」「三重県キャンプ協会」などと連携して実施します。来年2月には、「鈴鹿青少年センター」の「センターフェスタ」と同時開催の「森の感謝祭」も予定されています。

お邪魔したこの日は、ご厚意で、毎年夏休み期間中に実施の「親子木工教室」を体験することに。挑戦したのは本立てで、中央の板がスライドするという本格的なもの。少し難しそうですが、県の間伐材を利用した材料が必要な大きさにカットされており、所長がわかりやすく手順を説明してくれたため、スムーズに進みました。側板や背板に釘を打つ際には、いつしか夢中になり、童心に帰ってしまいました。



本立て作り体験



湿地帯での観察風景



トウカイコモウセンゴケ

続いて、普段は立ち入りを制限している湿地帯を案内してもらうことに。普通の草むらのような場所ですが、足を少し踏み出すだけで、ずぶずぶと沈んでいきます。こうした湿地帯は県内でも珍しく、大変貴重な存在。そのため、「三重自然誌の会」の協力を得て、湿地帯の保全に努めています。この日は、山本さんに指導してもらいながら、赤く丸い葉が放射線状に伸びたトウカイコモウセンゴケ(モウセンゴケ科)を見学。小さな葉に生えた腺毛(せんもう)で虫を捕らえるのだと聞いて驚きます。観察会後には、「今しか見られない植物を細かく説明してくださってよかった」などの

感想が寄せられるというのも納得です。

なお、秋の観察会では、小さな白い花が星のように見えるシラタマホシクサ(ホシクサ科)などを見学できると伺いました。本年の「秋の湿地帯の植物観察会」は9月下旬ごろに開催予定です。一度、参加してみると、足元に、貴重で不思議な世界が広がっていることに気付くことでしょう。

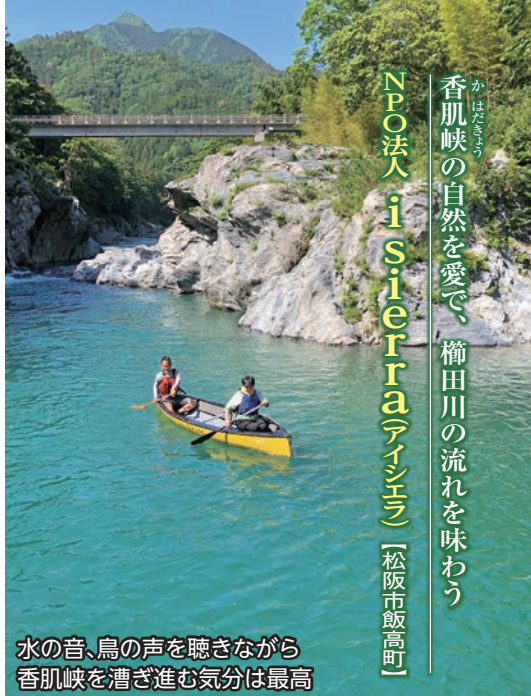
注意：原則として、観察会など以外は、湿地帯への立ち入りはできません。また、園内の植物の採取は、県都市公園条例で禁止され、違反すると罰則があります。

お問い合わせ

三重県営都市公園 鈴鹿青少年の森
TEL 059-1378-12946

かほだきょう
香肌峡の自然を愛で、櫛田川の流れを味わう

NPO法人「i s i e r r a アイシエラ」【松阪市飯高町】



水の音、鳥の声を聴きながら
香肌峡を漕ぎ進む気分は最高

澄んだ青緑色、川底まで見えるような透明度の高い櫛田川流域の香肌峡。時に深く流れの速い瀬があり、適度な変化が面白い上中流部はカヌー遊びにピッタリ。木のパドルを巧みに操りながら「飯南、飯高のこの素晴らしい自然を感じて興味を持ってもらい、地域に関わる人が増えてほしい」と語るNPO法人「i s i e r r a (アイシエラ)」理事長の太田 覚さん。キラキラと水面の光を受けて輝くその笑顔が爽やかです。

太田さんは多気町出身の元三重県職

愛するこの土地で自ら企画する仕事をした」と平成29(2017)年に退職。地域の有志らとともに「i s i e r r a (アイシエラ)」を立ち上げました。

「i s i e r r a (アイシエラ)」は松阪市飯高地域の住者や出身者が中心となり、飯高および飯南の自然を活かした地域づくりをめざし活動するNPO法人です。カヌーはじめトレッキングやサイクリングなど豊かな自然を活かした体験プログラムを中心に行っているほか、川遊びや焚き火などキャンプや自

員。大学時代からサイクリング部に所属し国内を広く旅して走り、卒業後は一年以上も南米を旅するなどアウトドアの強者。20年ほど前に馬を飼える家に住みたいと、妻とともに飯高町に引っ越ししました。そして子育てしながらこの地域の人や自然の素晴らしさに触れるうち、

然遊びのお手伝い、また暮らしの中に残っている昔ながらの知恵や工夫を体験する機会なども提供し、昨年末には都市部の親子が参加、田舎暮らし体験として餅つきやしめ縄づくりを楽しみました。



太田 覚さん



「珍布(めづらし)峠」をサイクリングする※

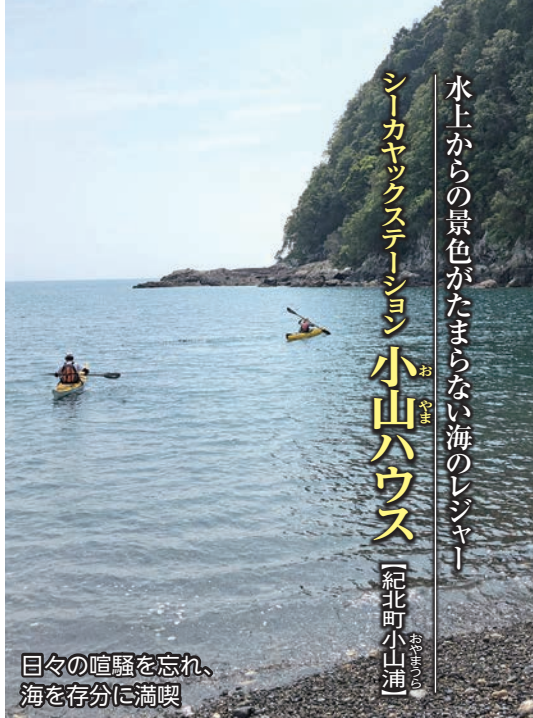
お問い合わせ

NPO法人「i s i e r r a (アイシエラ)」
TEL 080-3630-4396

※印の写真は取材先から提供していただきました

水上からの景色がたまらない海のレジャー

シーカヤクステーション 小山ハウス
【紀北町小山浦】



日々の喧騒を忘れ、
海を存分に満喫



海上での注意点や基本動作を教わる

ング、熊野古道、また南紀串本方面の遠征など、紀伊半島を舞台にニーズや技量に合わせたプログラムを展開しています。

伊勢から尾鷲まで、小学生の自転車旅をサポートした話を伺いました。「荷坂峠を越えて紀北町に入った途端、東紀州の景色を目の前にして『すごい』って言葉が出ました」と森田さん。海を見て感動を味わった子どもたちは、宿泊施設での宿直のおじいさんとのふれあいも印象に残ったとのこと。「シーカヤクや自転車は移動手段の一つであって、そこで何を感じるかが旅の目的です」と、森田さんは紀伊半島での思い出づくりをささえています。



森田 渉さん

お問い合わせ

シーカヤクステーション 小山ハウス
TEL 080-4120-0480

(森田 渉さん)

海岸からシーカヤクに乗って海へ出ると、ちゃぶちゃぶと揺れる水音が心地よく響いています。インストラクターの森田 渉さんが、「パドルの先を目で追いかけて体を動かします」と漕ぎ方を教えてくれます。潮風を受けて海上を進むシーカヤクは、水面に目線があり、自然との一体感を味わえます。また水上から眺める景観も魅力の一つ。同じ場所でも季節が変われば、違った風景に出合えます。東紀州の海岸部は主要道路から離れていることが多く、

海に出ないと見ることのできない世界が広がっています。また海と山の距離が近く、入り江が深いため、わずかに沖へ出れば、見えるのは山並み続く太古の風景だといえます。

森田さんは20歳から22歳のとき、二度に分けてシーカヤクで全長9000キロにおよぶ日本一周の旅を達成させ、平成16(2004)年に旅をコーディネートする「シーカヤクステーション 小山ハウス」を立ち上げました。シーカヤクの教室から離島キャンプツーリ

大紀町地域活性化協議会

【度会郡大紀町】



清々しい空気の中で山ヨガを体験

めてくれます。また自然豊かな場所でのヨガは、風やせせらぎの音に敏感になり、ストレス解消にも効果的です。清元さんは山ヨガのほか、「SUPヨガ」や「海ヨガ」といったプログラムも指導しています。

ヨガで気持ちよく体を動かした後は、ダイグランピングを体験。ウッドイ어나テブルにソファアなどインテリアが揃ったテントで過ごし、アウトドア気分を満喫できます。

木工体験では、ヒノキやスギを鉋で削って箸づくりにチャレンジ。焚き火用の薪割りには、子どもや女性でも簡単に試せる道具が用意されています。

野趣あふれる地元素材を使った料理も、キャンプの醍醐味。焚き火の吊り鍋で煮込むのは、鮎のアヒージョです。天然の鮎が育つ大内山川は、全国の鮎のおいしさを競う「清流めぐり利き鮎会」で二年連続準グランプリを獲得。鮎は河川環境のバロメーターといわれ、大内山川には千年以上続けられる鮎占

作から学べて、未経験者でも安心。会社などグループ旅行での利用も多く、初めてヨガを体験する男性も増えているとのこと。「ヨガは自己整体ともいわれ、自分の体を見つめ直すいい機会ですよ」と清元さん。腹式呼吸やヨガのポーズが、体の柔軟性や調整能力を高

澄んだ空気の緑の森で、背筋を伸ばして深呼吸。大内山川沿いの大滝峡キャンプ場で行う「山ヨガ」は、木漏れ日注ぐロケーションが人気の体験メニューです。ヨガ講師の清元尚美さんに合わせて、ゆっくりと体を動かして、ポーズをとります。ヨガの基本的な動

い神事も伝わっています。

爽やかな喉越しのハーブウォーターは、大紀町産のアップルミントやレモングラスで香り付け。ここでしか味わえない本物の味覚を、手軽に堪能できます。

大紀町は海・山・川の自然をはじめ、世界遺産・熊野古道のツヅラト峠など、豊富な資源に恵まれた地域。大滝峡キャンプ場など、町内に点在する体験施設をネットワーク化し、最適なプログラムをコーディネートしてくれるのが「大紀町地域活性化協議会」です。農



快適に過ごせるダイグランピング



鉋で削って、木の香漂う箸づくり



鮎をスペイン料理のアヒージョで



山添 みゆきさん(左から2番目)、清元 尚美さん(右から2番目)と大紀町地域活性化協議会の皆さん。

お問い合わせ

大紀町地域活性化協議会
TEL 0598-74-2277

添みゆきさん。夏の期間に行われる海上でのサンセットSUPヨガは、ハーブのお香スタンドや竹灯籠などのディスプレイもお手製で、抜群の雰囲気だそう。

田舎暮らしを体験できる民泊施設も充実し、地域住民との交流が外国人にも好評です。手つかずの自然と地域自慢の食材、人々のもてなしが大紀町での体験を豊かなものになっています。

新感覚の木登りでロープを使って空中散歩

ツリーイングみえ

【熊野市飛鳥町】



周囲がよく見えるため、秋から春がベストシーズン

大きな木にロープを掛け、ハーネス（安全ベルト）とヘルメット、カラビナを着着して体験する「ツリーイング」は、近ごろ注目されている森のアクティビティです。ロープを頼りに地上から数メートル離れるだけで、鳥と同じ目線で景色を眺めることができる、新感覚

の木登りです。「基本的にどんな種類の本でもツリーイングはできますが、スギやヒノキなど針葉樹しんようじゅのように真つすぐ生えている木だと、あまり面白みがないですね。枝振りのいい、どっしりとした木がおすすめです」と「ツリーイングみえ」のインストラクター・端無はなし

徹也さん。まずは安全な木かどうかを見極めて、ロープをセッティングします。熊野市の清流・大又川おまたの川原にそびえるケヤキは、端無さんがこれまでに何度も練習を重ねたという堂々たる大木です。太い根を張り、いくつもの枝を扇型に広げています。ロープを掛ける枝は二の腕の太さがあれば充分とのこと。またロープが樹木に直接触れることがないように、パイプの中を通して設置し、木に負担をかけないようにと考えられています。誰しもが安全に木登りを楽しめる秘訣は、インストラクターが施す特殊なロープワークです。「自分の体がロープを介して木とつながる感覚です。ロープワークを覚えてしまえば、こんなに素晴らしい体験ができます」と端無さん。子どもでも4歳児（身長110センチ以上）から体験可能で、登るコツさえつかめれば、力はいりません。

イギリスの造園業からはじまったとされるツリーイングは、アメリカなど

海外で盛んなアクティビティです。木と触れ合う楽しさを広めたいと、「ツリーイングみえ」では各地で仲間と交流し、体験会を開催しています。ワンダーフォーゲル部出身の50代の参加者に話を聞きました。「小さいときは危ないから木に登っては駄目と禁止されましたけど、もうそんなことも言われませんし」と、笑顔で軽々と枝をわたり、自在に遊んでいます。親子の体験会を開くと、大人の方が夢中になることも多いようです。

「ツリーイングみえ」が所属する特定

非営利活動法人「ツリーマスターライミングアカデミー」では、上達したい人のために、三段階に分けて講習を行っています。まずはロープで登り下りするための基本動作を、次にまっすぐ登るテクニクを、最後に樹上で移動するための技術を身に付けます。大切なのは安全確認を怠らないこと。

端無さんは、三年掛けて全ての技術を取得し、インストラクターの資格を取りました。その特殊な技術を活かして、里山整備のため支障木を伐採したり、災害ボランティアに出向いたり各

地で活躍しています。大樹に身も心もゆだね、空中にぶら下がったときの開放感は格別です。それに木の上から周囲の樹冠じゅかんを見下ろせば、爽快な気分が味わえます。また木の種類や硬さ、軟らかさなど、それぞれの特徴を知ることができて、体を使って楽しみながら、環境の学習にもなっています。

お問い合わせ

ツリーイングみえ

TEL 090-8658-6601

（端無徹也さん）



狙いの枝にロープを着けた重りを投げる



ロープワークは日頃の生活にも役立つ技



ロープを操って、スルスルと身軽に登る



端無 徹也さん（右から2番目）とご家族の弘子さん、さらさちゃん、月詠（つきよみ）ちゃんと「ツリーイングみえ」の仲間

「忍者の森」で森林浴しながら、忍者修行体験

赤目四十八滝エコツアーデスク

〔名張市赤目町〕



網を渡って敵の屋敷に侵入する「侵入術修行」を軽々とこなす、しゅうさん



「滝に打たれて自分を磨くECOツアー」※



「源流冒険ツアー」※



しゅうさん



「登り術修行」



「手裏剣術修行」



体験前に、カラフルな忍者装束の中から好きな色を選び、身に着けていくと、徐々に気分が高揚するのを感じます。この日、案内してくれたのは、案内人歴7年のしゅうさん。古刹・延寿院の裏山へ進むと、最初に目に留まるのが「修行の館」。館内では、壁の隠し扉を使つての逃避術修行「どんでん返し」などが体験でき、早速、忍者になった気分になります。しかし、屋外に出て、山裾に点在する各設備で修行体験を始めると、悪戦苦闘の連続。しゅうさんが

ません。板壁を登る「登り術修行」などでは、自分の手足が思い通りに動かないことを痛感。また、「手裏剣術修行」では、手裏剣が想像以上に重く、投げるのも一苦労でした。それでも、「上から振り落とすような感じで」などの確なアドバイスを受けると、次第的に当たるように。「吹き矢術修行」なども命中すると、達成感を味わえました。手裏剣や吹き矢が的に当たると、知らない同士でも拍手し合い、一体感が生まれるとのことでした。

この日は、新緑が目に見え、ウ

渓谷に沿って多彩な滝が次々と現れる「赤目四十八滝」は、快適な散策が楽しめる景勝地として知られますが、かつては修験者たちの聖地でした。修験道の租・役行者が修行中、赤目の牛に乗った不動明王が現れたという伝説が残るほか、伊賀忍者が滝で修行したという話などが、今に語り継がれています。こうした「赤目四十八滝」と周辺の豊かな自然の中で行う、各種ツアーを提供しているのが「赤目四十八滝エコツアーデスク」です。たとえば、大日滝に打たれる「滝に打たれて自分を磨くECOツアー」、源流の中をじゃぶじゃぶ歩いて進む「源流冒険ツアー」などがあり、日常生活では味わえない、冒険心をくすぐる体験が可能です。

今回は、各ツアーの中でも人気が高い「忍者修行体験」に挑戦することに。忍者の恰好をして体験ができることから、近年では、台湾・香港・アメリカ・カナダ・オーストラリアなど、海外からの参加者も増えているといいます。

グイスなどの野鳥の鳴き声も聞こえました。杉木立の間を吹き抜ける風が心地よく、満足感十分の90分でした。なお、水ぐもの浮きに乗り、水に濡れずに清流を渡る「水ぐもの術修行」(9月30日まで)など、季節限定の修行もありますが、基本的には通年体験可能で、年齢も4、5歳程度のお子さんから可能です。もし、天候に恵まれなくても、「忍者の館」内での「VR(バーチャルリアリティ)手裏剣修行」などもあり、十分楽しめます。また、忍者装束に身を包んだままで、「赤目四十八滝」への散策も可能。修行体験の後に、マイナスイオンを浴びながらの散策は、一層の爽快感を味わえることでしょう。



映像上の手裏剣をよけて身を守る「VR手裏剣修行」

お問い合わせ

「赤目四十八滝エコツアーデスク」
TEL 0595-64-2695