

Take Free

季刊 スキマル

suki

2019

mal

春号

知ってほしい、

知られざる信州。

Vol.

01

特集

新緑も雨も輝く

今
の
季
節
こ
そ
上
高
地
へ

バスを降りたらすぐそこにある、

「ヒト」「モノ」「コト」「スポット」紹介

上高地で働く人たちがお勧めする季節が、今、って本当ですか!?

(はい、本当です by 古畑さん)

BEST SEASON BY KAMIKOUCHI

空の青、
残雪の白、
岩肌の黒、
鮮やかな新緑、
透き通る水

きれいで、山には雪が残っている。天気が心配という人も多いが、経験上、梅雨入りしても長雨が数日間続くようなことはあまりないし、雨の日だからこそその良さもあります」と古畑さん。雨上がりには空気が澄み、新緑も一層鮮やかに。もやの動きをぼんやりと眺めて過ごす人もいるくらいで、人出が比較的少ないこのシーズンだからこそ、ゆったりとした時間の流れを感じられる。

上高地というと夏、というイメージがあるが、実は5〜6月がベストシーズンらしい。その噂を確かめようと、徳沢ロッヂ支配人・古畑満さんに話を聞くと、「4月下旬に開山して、ゴールデンウィーク過ぎから6月ごろが一番だと思えますよ。ポスターや雑誌などでよく目にする上高地の写真は、この時期に撮影したものが多くそう。『川も池も水が本当



ミヤマザクラ

遅咲きの桜で、葉が完全に開いた後に花が咲くのが特徴。葉の緑色と花の白色のコントラストも美しく、上高地の初夏に彩りを添えてくれる。

コナシ(ズミ)

ミヤマザクラと同様、初夏の訪れを知らせてくれる花の一つ。開花すると爽やかな甘い香りが漂う。小梨平という地名もあり、上高地では愛着を感じる人も多い。



一度は見てほしい！ ニリンソウの大群生

一面に咲くニリンソウは、この時期の上高地の風物詩。明神から徳沢への遊歩道、さらに奥へと5月中旬から6月上旬にかけて順に開花。可憐な白い花が咲く様子はまるでじゅうたんのよう。「ニリンソウは朝咲いて夕方にはしぼむ。少しピンクがかった花や、緑色の花もあるので、探してみて」



イワカガミ

緑の中にぽっと咲く桃色が目を引く。岩場や傾斜地に咲き、葉には光沢があることが名前の由来。つぼみや咲きかけのときは、また違った表情を見せてくれる。



サンカヨウ

「スケルトンフラワー」とも呼ばれる「サンカヨウ」。普段は白い花びらが、雨が降るとガラス細工のように透き通る。繊細なため、大きな雨粒に当たると散ってしまうことも。

私が
紹介します！



徳沢ロッヂ支配人 古畑 満さん

長野県木曽郡出身。松本市内のホテル勤務を経て、2011年、「徳沢ロッヂ」の支配人に就任。上高地の様子をSNSでこまめに発信。「通勤の満員電車の中で見るのが楽しみ」「今は療養中だが、写真を見てまた上高地に行こうと思って頑張っている」という声に後押しされているという。

<http://www.m-kamikouchi.jp/tokuzawalodge/>



マイヅルソウ

鶴が羽を広げて舞っているような姿に見えることから名前が付いた。線香花火が広がるように付く小さな白い花も、ツヤツヤでハート型の葉も可愛い。



ヤマシャクヤク

花が咲いているのはわずか3〜4日。毎年、つぼみが膨らんでくると1日に何度も確認して、「いつ咲くかな？」と心待ちにしている。長野県の指定希少野生動植物。



WEAR ITEM

日が暮れると冷え込むこともあるので、軽めの防寒着の準備を。河童橋より奥へ行くならトレッキングシューズで。レインコートもお忘れなく。

新宿発 松本山雅FC公認

2019 明治安田生命J1リーグ



©2011 YAMAGA

熱き声援が 勝利を呼ぶ!

POINT 1

松本山雅FC公認!山雅サポーター限定
オフィシャルツアー

松本山雅FC公認!山雅サポーター限定オフィシャルツアー。山雅サポーター限定だから、熱烈サポーターも初心者にも安心。

POINT 2

第10節 (14:00 Kick off)
5/4 (土) vs セレッソ大阪
往復バス 1名様 8,000円

新宿駅西口・都庁下大型バス駐車場＝<高速/途中休憩>＝サンプロアルウィン…試合観戦…サンプロアルウィン＝<高速/途中休憩>＝新宿駅西口周辺

※税込・大人/小人共通 ※食事なし・添乗員なし ※観戦チケットは付いておりません。お客様各自にてご用意ください。

※最少催行人員:20名/最少催行人員に満たない場合はご旅行の催行を中止する可能性もございます。予めご了承ください。 ※詳しい旅行条件をお確かめの上お申し込みください。

【お問い合わせ】アルピコツアーセンター TEL:0263-24-1180 営業時間:10:00～17:30(土日祝休業)

お申し込みはWEBで

●旅行企画・実施会社 アルピコ交通株式会社 所在地:〒390-8518 松本市井川城2-1-1
●利用バス会社/アルピコ交通東京 株式会社

サンプロアルウィン 送迎日帰りバスツアー



POINT 3

©松本山雅FC

帰りもらくらく新宿までバスで直行

目いっぱい応援しても、帰りのバスでゆったり休憩。新宿までお送りします。※ナイターの復路便は到着時間に十分ご注意ください。※到着が遅れる場合もございますので、予めご了承ください。

POINT 2

第11節 (13:00 Kick off)
5/12 (日) vs コンサドーレ札幌
往復バス 1名様 7,500円

新宿駅西口・都庁下大型バス駐車場＝<高速/途中休憩>＝サンプロアルウィン…試合観戦…サンプロアルウィン＝<高速/途中休憩>＝新宿駅西口周辺

※税込・大人/小人共通 ※食事なし・添乗員なし ※観戦チケットは付いておりません。お客様各自にてご用意ください。

※最少催行人員:20名/最少催行人員に満たない場合はご旅行の催行を中止する可能性もございます。予めご了承ください。 ※詳しい旅行条件をお確かめの上お申し込みください。

【お問い合わせ】アルピコツアーセンター TEL:0263-24-1180 営業時間:10:00～17:30(土日祝休業)

お申し込みはWEBで

●旅行企画・実施会社 アルピコ交通株式会社 所在地:〒390-8518 松本市井川城2-1-1
●利用バス会社/アルピコ交通東京 株式会社

松本駅前

DAZN Presents

松本山雅FC

7F パブリックビューイング

ALPICO PLAZA より熱い声援をお送りください!

2019 明治安田生命J1リーグ

4月28日 (日) 第9節 vs FC東京

5月26日 (日) 第13節 vs 名古屋グランパス

7月 7日 (日) 第18節 vs コンサドーレ札幌

1F コインロッカーを新設!

大型のキャリーケースもOK! 4月下旬より交通系ICカード対応予定!
年中無休 4:30～22:30 1日あたり/大:700円 中:500円 小:300円

詳しくはWEBで

ALPICO PLAZA —— 松本バスターミナル ——



IN MY TOWN

松本の街で

001

松本山雅オフィシャルカフェ 「喫茶山雅」



喫茶山雅スタッフ
阿部 琢久哉さん

2008～2012年(北信越1部→JFL→J2)。チームにDPFとして在籍。スタッフとして約6年ぶりに松本に。「選手時代は本当に息子のようになんて可愛がってもらって…いつか恩返しをしたいと思っていました!」

松本のパワースポットとしても有名な「四柱神社」の東側のエリア・緑町。松本山雅のクラブカラーと同じ名を持つこの町に、2017年2月、クラブ名の由来になった喫茶店が復活。昨年9月からスタッフとして働く元選手・阿部琢久哉さんに話を聞いた。

メニューは喫茶店の定番、「ナポリタン」(680円)や「オムライス」(780円)のほか、オリジナルの「喫茶山雅カレー」(750円)などを用意しています。選手やOBがプロデュースしたメニューも人気で、例えば「セルジオニョ家のフェジヨ」は、セルジオニョ選手の妻、モニケさんをお店に呼んでレシピを教えてもらったメニューで、「フェジヨ」とは、ブラジルの国民食とも言われている豆の煮込み料理です。評判が良くて、限定メニューからレギュラーメニューに昇格したんですよ(笑)。

夜は、一品料理やお酒も提供しています。ブランド豚「信州オレイン豚」など地元の食材を使ったものや、「山賊焼き」など名物も味わえます。コースや飲み放題にも対応しているので、ぜひ宴会にもご利用ください。

2階はイベントスペースになっていて、アウェー戦のときはパブリックビューイング、



喫茶山雅

松本市大手4-9-16
TEL 0263-75-8050
11:00～22:00 不定休
https://www.yamaga-fc.com/
JR松本駅より徒歩約15分/松本バスターミナルより信大横田循環線、または松本周遊バス(タウンズニーカー)北コース「上土町」下車

グ、オフシーズンは選手をゲストに招いたトークイベントを開催しています。実は、ヨガやフラダンス教室など、サッカー以外のこともやっています。

喫茶山雅は、クラブ創立50周年の事業としてスタートしたプロジェクトですが、緑町の活性化ということも柱に据えています。「熱心なサポーターじゃないから」「サッカー自体、あまり興味がないから」と、足が向かない人もいると聞きますが、サッカーのことを知らない人でも気軽に利用できるように店づくりをしていきたいですね。個人的には、私の現役時代に応援してくれていたサポーターで、今は少し距離を置いている人に戻ってきてほしい。今、ここで仕事をしていても、松本山雅と地域の結び付きの強さを感じることが多いです。もっとたくさんの人に来てもらって、地域に根付いた活動につなげていきたいと思っています。

CHECKPOINT

初狩PAの1km手前付近では右側車窓から「ひとめ富士」と言われる富士山を眺めることができます

初狩PA 1kmの案内標識あり



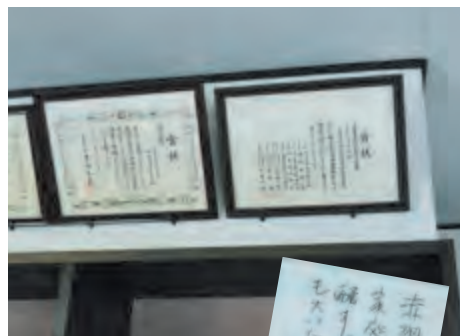
“スキマ”時間に行き先“キマル”

い状態で、昔ながらのやり方を続けている。仕込んだ後、麹が分解されてブドウ糖になり、乳酸菌が出現。すると雑菌が減り、酵母が糖分を得て発酵が進む。暖かくなるにつれ酵母の動きは活発になり、夏を過ぎると徐々に落ち着き、熟成期間に入る。できあがるまでにはほぼ一年。きちんと熟成させることで、「塩なれ」して、まろやかな味に。旨味が増して、味に奥行きが生まれる。

醸造に必要なのは寒暖差。以前は冬場、氷点下10数度まで下がることも珍しくなかったが、近年はそこまで冷え込む日が少なくなってきた。温度が変わると、そこに住む菌の種類が変わる」と赤羽さん。



目印となっているレンガ造りの煙突もなんと赤羽さん作。「作れるものは何でも作るし、人がやっていることは気になってしまう」と笑う。



店内には、数々の表彰状のほかに、赤羽さんの恩師である東京農業大学名誉教授の発酵学発酵学者・小泉武夫さんの色紙も。



吉崎さんのお気に入りには甘みを抑えた昔風の「特撰田舎みそ」。関西に帰省するときには、お土産として必ず買い求めている。

スキマに



ここもチェック！

松本民芸館

松本市里山辺1313-1
TEL 0263-33-1569
9:00~17:00
月曜・年末年始休み
入館料:大人=300円、中学生以下無料

民芸作家・丸山太郎が収集した優れた民芸品、約6800点を収蔵。手仕事の逸品や太郎の「民芸をみるたしかな目」で集めた陶器・磁器のコレクションを展示する。

旅がオススメです！

アルピコ交通株式会社
松本営業所 職長運転手

吉崎 元庸さん

新しく入社した乗務員の運転・添乗指導や研修を担当するほか、乗務員の入社の際には実技試験の試験官も務める。「お客様の命を預かる仕事。安全第一の意識を持ち、なめらかなドライブテクニクを身に付けてもらえるよう指導しています」



「信州味噌」でおなじみの長野県は、味噌の生産量全国1位を誇り、シェアも約50%を占める。味噌や醤油の醸造法を中国から日本に伝えたといわれる鎌倉時代の高僧・覚心（法燈国師）の生誕の地が松本市神林にある「福應寺」という説もあってか、市内にはいくつもの味噌蔵がある。

美ヶ原温泉の入り口近くにある里山辺。れんがの煙突が目印の「赤羽味噌醤油醸造店」は、大正2（1913）年創業というが、「それはあくまで登記に残っている年」と四代目・赤羽俊幸さん。「もうちょっと前から始めていて、実際には120年を越えるくらい。最初は醤油で、味噌は後から作

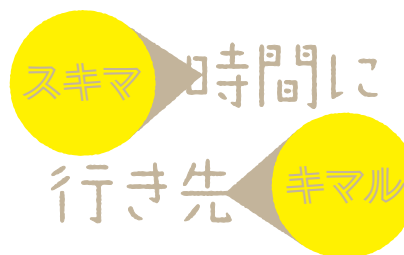
り始めたみたいだけれど、数年の違いかな」と笑顔をみせる。

隣の田んぼで育てたコシヒカリを使った味噌は現在、4種類。米をたっぷり使用した「特撰米こうじみそ」と、粒が特徴の「特撰つぶみそ」、そして米の割合を8割にした「吟醸甘口みそ」と、6割にした「特撰田舎みそ」。大豆に対して米の割合を減らすと、甘みを抑えた昔風の味噌に仕上がるという。

仕込みは例年10月〜11月ごろ。気温が下がり、空気中の雑菌が減ってくるころを見極めて始める。木桶が並ぶ蔵内は、人工的な温度管理はしない。できるだけ自然に近



木桶が並ぶ蔵内。ここで仕込んでいるのは醤油。



（名）赤羽味噌醤油醸造店

味を決めるのは微生物の力。
昔ながらの方法で伝統食品の命を育む

Bus Stop

31
系統

Transit Time

美ヶ原温泉行
「新井橋」から徒歩1分

Information

松本市里山辺1466
TEL 0263-32-3267
8:30~18:00
日曜・祝日・年末年始休み



制御盤は赤羽さんの自作。もともと理系が得意で、管の出るものが好き。生物は苦手だったが微生物には興味を持ったという。

いま入ろう

アルピコほけん「旅」のおまもり・「山」のおまもり



手続き簡単**60秒**・お手続きはこちらから ▶



●取扱代理店：2代理店によるお取り扱いとなります。幹事代理店：LINE Financial株式会社、非幹事代理店：アルピコ保険リース株式会社 ●引受保険会社：損害保険ジャパン日本興亜株式会社 ●こちらは商品の概要になります。補償内容の詳細につきましては、QRコードからLINEほけん画面を開いてご確認ください。●「LINE ほけん」は日本におけるLINE株式会社の登録商標です。