

No.24

2004年 4 月15日

いい旅

いい仲間

Peace
Green
Humanity

発行所：(株) 富士国際旅行社

編集者：「いい旅いい仲間」編集委員会

〒160-0022 東京都新宿区

新宿2丁目11-7 第33宮庭ビル4階

☎ 03-3357-3377 FAX 03-3357-3317

E-mail：gm@fits-tyo.com

URL：www.fits-tyo.com

印刷・光陽メディア(株) 発行部数・25,000部



写真提供：日本・エストニア友好協会



特集

ESTONIA

三万人の出演者、三〇万人の観客

歌う革命

ともしび歌手 清水正美

歌と踊りの祭典

外国旅行は何かワクワクします。それとちよっぴり不安と…。

外国旅行というと、「フランス」といえば「パリ」、

「凱旋門」と一定のイメージが浮かびま

す。でも「エストニア」と聞い

て何かイメージが浮かびました

か……。きつと何も浮かばない

人が多いのではないでしょう

か。イメージどころか、どこに

あるのか、も分らない方が多

いのではないでしょうか。

今回のエストニアツアーは、

「歌う革命」と呼ばれている

『歌と踊りの祭典』をぬきには

語れません。一九九一年の独立

を勝ち取る大きな力となったこ

の祭典に参加できるのです。三

万人の出演者と三〇万人の観

客、エストニア国民の三分の一

がこの祭典に集うそうです。今

年を逃すと次回はもう五年後

になつてしまいます。是非皆さん、

ご一緒しましょう。

おどろきの国!?「エストニア」

私はともしびで歌って二〇数年になります。歌を通して、よい良い世の中をつくりたい、その思いは、この間ますます強くなっています。そんな私にこのツアーは忘れられないものになるでしょう。

私は二〇〇〇年の七月「バルトツアー」で初めての海外旅行に行きました。「エストニア」の隣の「ラトビア」と「リトア

ニア」の二つの国に行つて来ま

した。それぞれ二百数十万人、

三百数十万人の人口ですが、隣

り合っているのに言葉も違う、

通貨も違うということ、お互

いに自分の民族の特色を大事に

しています。だから街の風格が

違うし、みんなが大事にしてい

るので街がきれいで、まるでおど

ろの国に行つたみたいでした。

食事もおいしいし、物価も安い

ので（但し消費税は高い）、年

の半分日本で働いて、後の半分

はこの国で暮らしたいと思つて

しました。

今回はフィンランドにも足を

延ばします。といっても、海を

ちよつと越えるだけ。この地理

感覚が私などには分からないと

ころです。美しい自然をたつぷ

り味わってきたいと思います。



ブラ・ビータ（これぞ人生）

コスタリカの朝は早い。日本の都会なら丁度朝霞の静寂に包まれる時間、コスタリカでは始発バスのガラス窓がすでににいきれて白く曇っている。朝7時には子どもたちが朝礼に並んではたらく国旗を輝く眼で見つめている。今日も元氣な1日が始まる。今日の調子はどう？「ブラ・ビータ（絶好調）！」

朝食はガジョビント。米と小豆様の豆を混ぜて香草で味付けした、文字通りの朝ご飯だ。これでないで昼までもたないんだよ、と野良着のおじさんが笑う。コスタリカと隣国ニカラガアのガジョビント発祥の地の取り合いは、いまだに未決着。なぜならガジョビントが先にあつて国境は後にできたのだから。「ブラ・ビータ（そういうことだよ）！」

モットーはよく学びよく遊べ。舞台はそのままの自然だ。かくれんぼで登って隠れた森の梢にはたくさん命が生きている。その小さな世界に触れ合った気持ちが生物学者に成長する。古タイヤに掴まって身を任せる猛スピードの溪流で、体いっばいの冒険心がカヌー選手に成長する。自然と溶け合ったまっすぐな未来。「ブラ・ビータ（ビュー・ライフ）！」

コーヒー園に囲まれたこの地には、コーヒーのインスタントなんて存在しない。コーヒークップの湯気に向こう側に相手は言う。飲み終わってからでいいよ。「ブラ・ビータ（ゆつくりどうぞ）！」

電話をかけるときは心して。

阿部眞寿美 フロワイル出身は神戸市。コスタリカで九年、ラテンアメリカに関わって十八年目。職業はホテルの営業で日西通訳も好きでやっています。

海外通信

コスタリカ



阿部眞須美（サンホセ在住）

元氣？、週末はどうだった？、家族はどうしてる？とまずは相手の人生に事細かに注意を払う。ここでは自分の要件だけをもちだすのはルール違反だ。だから、スーパで隣合せた見ず知らずのおぼさんの生活と私が突然交錯するのも当然あり。「いいわね、これ」。なら、と半分ずつ買って半分ずつ分ける。ありがとね。「ブラ・ビータ（どういたしまして）！」



平和憲法と自然保護先進国 コスタリカの旅 10日

8月12日（水）～8月21日（土）385,000円 10月13日（水）～10月22日（土）350,000円
★50年以上も非武装主義を貫いているコスタリカ。平和憲法の国コスタリカの歴史と今を知る。小学校訪問し、教師や子ども達と交流。★豊かな熱帯・熱帯雨林・熱帯乾燥と多様な自然環境をもつ国。そこに棲息する動物や植物、鳥類が自然の中で生きている姿を自然環境保護教育センターで事前学習し、太平洋岸のハコ自然保護区へ。エコガイドのご案内します。★復路、経由地アメリカ・ヒューストンでジョンソン宇宙センター内スペースセンター見学
①大阪・名古屋発✂東京発✂アメリカ・南部の都市ヒューストン経由✂コスタリカ・サンホセ着②③サンホセ市内見学と小学校訪問。教師や子ども達と交流、人権センター訪問など④⑤カララ・ハコ自然保護区へ。椰子の木が風にそよぎ、野生の鳥やワニのすむ川など。太平洋に面した白砂の浜辺で海水浴を。⑥再びサンホセへもどり、自由行動。民芸品市場でのお買い物など。⑦空路、ヒューストンへ。泊⑧ヒューストン市内とジョンソン宇宙センター見学⑨午後：空路帰国の途へ⑩✂午後：東京・成田着→大阪・名古屋・福岡着

スローフード・イタリア 第5回サローネ・デル・グスト（食の祭典）を訪ねる旅

日程 10月20日（水）～26日（火）
定員 20名（最低実施人員12名）
料金 358,000円
特色
◇食の安全を大事に、地場の食材と伝統的な料理を守ろうというスローフード運動とスローなライフスタイル。いま日本でも大変注目されています。食の祭典では、広い展示会場に様々なコーナーを設け、実際に試食・試飲することもできます。
◇あわせて、スローフード運動に参加するアグリツーリズモ（農園民宿）に宿泊し、伝統的な郷土料理と地場のワインを堪能します。
①成田空港発、空路トリノ経由でびえも手のアスティへ②③終日、スローフード協会が主催するサローネ・デル・グストに参加。味のワークショップなど④紅葉のブドウ畑の丘陵を縫って、古城とワインセラー巡り。古城でのワインテイasting⑤スローフード協会会員のアグリツーリズモで、郷土料理とワインを堪能⑥トリノ発空路帰国へ⑦成田空港着

21世紀の平和教育を考える～第2次大戦をどう語り継ぐのがバルト海沿岸の歴史と文化にふれる旅

8月11日（水）～20日（金）10日間 487,000円
デンマーク・ポーランド・リトアニア
★北欧最大の都市コペンハーゲンで、デンマークのレジスタンス運動にふれる
★オシフィエンチムの国際青年会館に宿泊し、2日間かけてじっくりアウシュビッツとビルケナウ収容所を見学。
★ボランティア青年との交流やアウシュビッツ前館長のレクチャー。非常に詳しいガイドによる案内
★バルト3国最南のリトアニアに3連泊。バルトのレジスタンスと「日本のシンドラー」杉原千畝の足跡を訪ねる



エストニアへようこそ！！

エストニアは北ヨーロッパに位置し、バルト海をはさんで対岸にはフィンランド、東隣にロシア、南隣にラトビアがあります。

5000年前、エストニア人の祖先がバルト海の海岸に定住して以来、エストニア史には言語や民族的独自性を維持してきた人々の文化が語られています。エストニア語は、フィンランド語、ハンガリー語と同じく、フィン・ウゴル語派言語です。歴史上他国からの移住者の影響を受けてきたことから、エストニアの文化は色鮮やかで興味深いものになりました。1991年に独立を回復し、ユネスコ世界遺産である旧市街やその豊かな自然が人気をよび、多くの観光客がエストニアに訪れています。

日本でエストニアといえば、作曲家のアルヴォ・ペルト、エルキ・スェン・トゥール、指揮者のネーメ・ヤルヴィといった音楽家たち、つまりエストニアの音楽関連についてよくご存じの方が多いようです。そして、2004年第26回エストニア歌の祭典へ参加される日本の方々は、その音楽のルーツにふれ、合唱のダイナミズムを体験できるのです。

エストニアの近代史について少し説明いたしますと、1860年代はエストニアの民族意識覚醒の始まりだといわれています。日本もそのとき、まさに時代は明治維新。最初の全国規模の合唱祭は1869年、タルトゥで行なわれました。第1回の合

唱祭は芸術的、また政治的イベントでもありました。さらなる民族意識覚醒、独立国家への基礎作りがされたのです。

エストニア人はしばしば“The Singing Nation”（歌う国民）と呼ばれますが、この言葉は歌うことにより国家の独立を勝ち取ったエストニア人の個性をよく表していると思います。エストニアの歴史の中で、もっとも大きな役割を果たした2回の合唱祭を紹介しましょう。1回目は1869年、独立国家の基礎を作る機会ともなった合唱祭、2回目は1988年、独立を回復するために皆が集い、ともに歌った“即興の”合唱祭です。1988年の合唱祭は、いわゆる“歌う革命”といわれる運動の始まりでした。多くの人々が歌の原に集まり、独立の回復を要求し、当時は歌うことを禁じられていたエストニアの歌を歌ったのです。

皆さん、どうぞエストニアへ行かれ、エストニアを“体験”してください。すばらしい歌い手たちが珠玉の合唱曲の数々をご披露するべく、皆様をおましています。



アルゴ・カングロ
在日エストニア共和国大使館 臨時代理大使

歌声喫茶「ともしび」ソプラノ歌手 清水正美さんとゆくエストニア 歌と踊りの祭典&フィンランド

7月2日（金）～7月9日（金） 8日間
旅行費用：395,000円 募集定員：30人（最少催行人員20人）

タリン4泊→エスポー1泊→ヘルシンキ1泊→機中1泊
●5年に1度開かれるエストニア歌と踊りの祭典、「歌う革命」とも呼ばれるこの熱気あふれる祭典を歌声喫茶「ともしび」の人気歌手・清水正美さんとともに存分に楽しめます。
●タリンとヘルシンキで地元の合唱団との交流会を予定しています。歌を通しての交流は言葉を超えて通じ合えます。
●フィンランドではヌークシオ国立公園でハイキング。初夏の北欧、花々が咲き誇る美しい森と湖をのんびり楽しめます。



①成田→コペンハーゲンへ コペンハーゲン市内見学＝人魚姫像など<コペンハーゲン泊>②午前：レジスタンス博物館見学 空路ワルシャワへ 午後：ワルシャワ市内見学＝ワルシャワ蜂起記念碑、ゲットー記念碑、旧市街など 夕刻：ショパンのピアノコンサート<ワルシャワ泊>③午前：ドキュメント映画「ワルシャワは生き残った」 空路・陸路ポーランドへ 午後：ビルケナウ収容所見学＝破壊されたガス室や焼却炉、引込み線、夕刻：国際青年会館にてボランティア青年との交流<オシフィエンチム泊>④終日：アウシュビッツ強制収容所見学＝ドキュメント映画、門、収容棟、「死の壁」、ガス室、前館長によるレクチャー 夕刻：陸路クラクフへ<クラクフ泊>⑤午前：クラクフ市内見学＝ヤギューオ大学、バベル城 午後：自由行動<クラクフ泊>⑥陸路・空路リトアニア・ヴィリニウスへ 午後：ヴィリニウス市内見学＝グリーンハウス、「血の日曜日事件」十字架、レジスタンス縁の国会議事堂<ヴィリニウス泊>⑦陸路、カウナスへ 終日：カウナス市内見学＝6000人のユダヤ人を助けた杉原千畝展示館（旧日本領事館）、独立記念碑など<ヴィリニウス泊>⑧終日：自由行動 <ヴィリニウス泊>⑨空路、ヴィリニウス→<機中泊>⑩成田

歴史教育者協議会の企画ですが、どなたでも参加可



ハノイ近郊 平和村の子どもたちと



横井久美子さん

緊急

現地レポート

「ベトナム枯葉剤被害者の会」副会長、元厚生大臣と対談

横井久美子さんによるベトナムツアーとコンサートは、当初の予定を変更し、七月に延期。鳥インフルエンザを考慮してのことでした。横井さんは三月に予定通り現地入り。七月のツアー＆コンサートへ向けての下見をされました。現地からのレポートです。

三月二五日、元厚生大臣で、今年一月に発足した「枯葉剤被害者の会」の副会長グエン・チャン・ニャン氏を訪ねました。

ニャン氏は七〇歳を過ぎて、なお現役の眼科の先生です。「枯葉剤の被害はベトナム人ばかりでなく、当時参戦していたアメ

リカ、オーストラリア、韓国、台湾の兵士たちまで広がっている」、「当時アメリカ海軍の枯葉剤作戦の責任者は息子も孫もその後遺症で無くし、弁護士である次男が現在「被害者の会」の運動に参加している」、「昨年コロンビア大学の科学者の調査で

ベトナムの枯葉剤被害者は亡くなった人も含め四八〇万人に達している」などと話され、英文の資料をたくさん頂きました。私は三〇〇万人と思っていた被害者の数が、更に推定四八〇万人と聞いて驚くと同時に、戦後三十年を経てもなお被害者を

産み出している化学兵器による戦争のむごさを思いました。ベトナム戦争の「負の遺産」に改めて目を向け、戦争をやめさせる力にしたいと思いました。なお、ここベトナムでは鳥インフル

歌手・横井久美子さんは国内をはじめ、ベトナム、南アフリカ、アイランド、ニカアグア等を訪問し、世界各地で音楽家として、「歌を必要としている人びとに歌を届ける」活動を展開し、すでに百万人近い人々の前で歌い続けてきました。二〇〇四年で歌手生活、三五周年になります。

今年、横井さんは「横井久美子三周年記念コンサート」を日本各地で展開し、夏にはベトナムのハノイ近郊にある「平和村」で枯葉剤の被害を受けた子どもたちと共に、平和のためのコンサートを開催します。



横井久美子 35周年記念コンサート

4/24	東京	富士国際旅行社 会議室（先着35名様）
5/3	東京	日比谷野外音楽堂
5/8	岐阜	岐阜市文化センター
5/9	京都	京都府民ホール アルティ
5/13・14	神奈川	横須賀市民会館
5/22	長野	うたごえロッジ「アコールド」
6/12	三重	松阪市コミュニティホール
6/23	広島	福山市 ふくやま芸術文化ホール リーデンローズ
6/27	新潟	新潟市民芸術文化会館 りゅうとびあ
7/18	東京	Risアートコート
7/24	岐阜	郡上市総合文化センター
7/27～8/3	ベトナム	ツアー・コンサート
9/5	静岡	しずぎんホール ユーフォニア
9/11	茨城	ひたちなか市文化会館
10/23	佐賀	唐津市文化体育館 文化ホール
10/24	福岡	パビヨン24ガスホール
11/13	愛知	愛知県芸術文化センター
11/21	東京	東京国際フォーラム Cホール

申込先：横井久美子事務所
電話.042-573-3465 FAX.042-577-7410

Peace
Green
Humanity

富士国際旅行社
～旅行業務スタッフ募集～

社員募集

Peace Green Humanity
平和・環境・福祉などのテーマ旅行づくりに
チャレンジしてみませんか？
職種：旅行業務全般
■2005年3月卒業見込みの方
4大新卒者 専門学校卒 年齢25歳位まで
★英語等語学、パソコンの得意な方
◆①履歴書②自己紹介・志望動機（自筆／800字）をお送り下さい。
◆応募締切：5月15日まで

パート・アルバイト募集

旅行業務（事務・PC入力・デリバリー等）
■学生の方希望 ■週4日以上勤務できる方
9：30～18：00で実働5時間以上
時給：850円～（経験による）
交通費支給（規定による）
◆お電話の上、履歴書をお送り下さい。

最寄駅

■JR新宿駅南口・中央東口より徒歩8分
■地下鉄丸ノ内線・都営新宿線新宿三丁目駅より徒歩3分

担当：柳下

電話：03-3357-3377
E-mail：yagishita@fits-tyo.com

自然がおりなす美しさを持つハロン湾と首都ハノイ
ベトナム平和と自然の旅

- 6月21日（月）～ 6月 26日（土） 195,000 円
- 7月26日（月）～ 7月 31日（土） 208,000 円
- 8月30日（月）～ 9月 4日（土） 214,000 円
- 10月18日（月）～10月 23日（土） 198,000 円

ハノイ②→ハロン湾②→ハノイ
◇世界遺産登録の「ハロン湾」の神秘的な風景や湾内に突き出た奇岩の間を船でめぐります。
◇首都ハノイでは、革命博物館や文廟、市場などを見学。夜はベトナム伝統芸能の水上人形劇を観賞します。
◇ハノイでは枯葉剤の影響で障害持った子どもたちが治療やリハビリを行っている「ハノイ平和村」を訪問して医師のお話などを聞く予定です。
◇ハロン湾では1泊は船中で。霞がかった島々を眺めながらの日没、朝日に輝く島と水面はまるで絵の世界！



世界遺産を巡る旅
フエ（王宮）とホイアン（旧日本人街）7日間

- 6月25日（水）～ 7月 1日（水） 215,000 円
- 7月30日（水）～ 8月 5日（水） 218,000 円
- 8月20日（水）～ 8月 26日（水） 224,000 円
- 10月22日（水）～10月 28日（水） 213,000 円

ホーチミン②→フエ①→ホイアン②→機中①
◇日本ともなじみの深い街ホイアン、最後の伝統王朝が花開いた都フエは2都市ともに町自体が世界遺産。雅なベトナム文化にふれます。
◇枯葉剤の被害や虐殺、アメリカ軍の武器や戦車など、ベトナム戦争の状況を告発する戦争証跡博物館を訪れます。



ベトナム南北統一30周年に向けて
枯葉剤の被害を受けた子どもたちとともに
横井久美子 四たびベトナムで歌う

- 7月27日（火）～8月1日（日）または8月3日（火）
定員 ホーチミン・ハノイ6日間コース 20名
ハロン湾追加8日間コース 20名
ハノイ・ハロン湾6日間コース 10名
料金 ホーチミン・ハノイ6日間 245,000円
ハロン湾追加8日間 259,000円
ハノイ・ハロン湾6日間 235,000円

特徴
◇「ベトナム戦争は・・・戦争被害の原点です。いまふたたびベトナムに向き合うことで、この地球から戦争をなくす大きな力に」（横井さん呼びかけ）。
◇ハノイの平和村で、枯葉剤被害の子どもたち、地域住民と一緒に平和コンサートを開催。政府関係者も出席予定。
◇大好評の横井さん同行の旅。今回は世界遺産のハロン湾も訪ね、ゆっくりと語り合う時間をお取りします。

Book Guide

書評

『スタディ・ツアーのすすめ』

市原芳夫著

777円（本体＋税）
岩波ジュニア新書

「旅」の楽しさ 奥深さを語りつくす

「ジュニア新書」と銘うたれているように、読者対象は、中・高校生（大学教養課程も含まれるか？）であろうか。第一章の『高校生、大学生のスタディ・ツアー』には、沖縄、ベトナム、四万十川の三つのケースがその参加者の感想とともに記述されている。

本書は、富士国際旅行社 代表取締役である著者が旅行業に携わって35年の経験をかたむけて著したものである。読み進むうちに、“ジュニア”を冠したものであることを忘れてしまう。本紙の読者にお勧めしたいのは、このあとの章である。

全体の構成は、これ以降、二章『旅とわたし』、三章『いい旅をしよう』、四章『スタディ・ツアーのすすめ』、五章『旅行の「主役」になろう』、六章『記録を残して次の旅につなげよう』である。

とくに二、三章がお勧めである。印象に残ったことをあげると、「スタディ・ツアーを最初に論じたのは、ルソーの『エミール』である」、「ロマンチック街道のローテンブルグは、第二次世界大戦で破壊されたのを復元したもの」1983年に訪れたが、スタディ不足で知らなかった。

巻末の資料（参考文献・検索語）も充実している。「書籍の内容をみるひとつの目安は、引用文献（参考文献）である」とは、書籍編集者になったときに教えられたことである。全体をとおして、「旅とは何か」を超えて、「人として生きるとは」を考えさせてくれる。

「旅」好きな人（「旅行」との違いについても本書にふれられている）にぜひ、目を通してほしい本である。

間島 弘
（元週刊誌・書籍編集者）

▼出版のきっかけは

最初は「旅のハウツーを」という話があったのですが、青年向けの「考える旅」、学ぶ旅Ⅱスタディ・ツアーをすすめる本ということになりました。

▼旅行業が大変なときになぜ？

二〇〇一年以後、旅行団がキャンセルになる国際的な事件や感染症などがあいつぎました。「テロや戦争に負けてたまるか」という意地と、旅行のキャンセルで経済的な打撃の大きい沖縄やベトナムへの応援の気持ちを燃え立たせてまわりました。

▼とりあげているのはどんな旅行？

二〇世紀の戦争から学ぶべき旅の素材はたくさんあります。アウシュビッツやファシズムはもとより、ベトナム戦争世代としても、次の世代に語り継ぎたい

▼青年だけが対象ですか

青年の旅での学び・世界認識・成長などをとりあげているので、親や教師にも読んでもらうことを願っています。旅で学ぼうという人みんなに役立つと思っています。

▼ピース・ツアーをとりあげていますが

二〇世紀の戦争から学ぶべき旅の素材はたくさんあります。アウシュビッツやファシズムはもとより、ベトナム戦争世代としても、次の世代に語り継ぎたい

▼お近くの書店で注文願います。★郵送をご希望の方は900円分の切手をお送り下さい。

（東京・M Iさん）



いことが多くあります。

原水爆、劣化ウラン弾、枯葉剤などの戦争の被害は世紀を越えて続いています。ベトナムをとりあげたことから、本の印税の半分は枯葉剤被害者に提供するつもりです。

▼ほかに意図したことは

第一に富士国際旅行社での私の三五年の体験をまとめ、会社が四〇年にわたる果たしてきた社会的な役割を簡略に記したつもりですが……。

次に、旅行業で働く若い世代のために、旅行業の歴史の一面、プロとしての旅行「哲学」や情報技術などを紹介しています。

「安さ」だけや、航空券やホテルなどの旅の「素材」だけが求められる、それもネット上で購入できる時代です。旅行を仕事とする専門家としての生き残りの道、その社会的な役割を再確認して後輩たちを励ましたいという思いが根底にあります。ぜひお読み下さい。

感想のお便りより

● 本書は未来を担うジュニア向きに上梓され、わかり易く、しかもこの充実した内容で、税込七七七円という廉価さが何より嬉しいことです。繙（ひもと）いてみれば、もののみかた、かんがえかたが広がります。世代を越えて、多くの人の問題意識を高め、共感をよぶことでしよう。（沼津市・MSさん）

● 全体として、親切、丁寧な記述で感心しました。国際情勢にたいする認識もその中で正確に表現されており、類書にない内容になっており、市原さんの富士国際での実践の成果が現れていると思います。中学生、高校生の旅の参考書としても最適なものです。（京都市・MTさん）

● 特に心に響いたのは、六ページなどの学校の先生にはニラまれそうだけれども、遊びであることを恐れるな、なぜなら……という主張です。この本の各所で同様のことが主張されていますが、こういう視点が学校の教員では書けない、大切なところだと思います。（東京・MIさん）

● 豊富な経験により培われた洞察とともに、旅人としての注意の数々に納得することしきりです。休暇を利用したり卒業記念として国の内外を旅する学生も多いので、是非この本を推薦いたします。（名古屋市・KKさん）

● 四万十川をこんな内容（旅とは……。学ぶとは……。年令に応じた目線で……）紹介していただいた本ははじめてです。（高知市・SKさん）

● 一気に読みました。この本を基にして若い人たちが、どんなスタディ・ツアーに出かけてくれるとよいですね。（京都府・ANさん）

● 市原さんの旅の始まりが遊佐町吹浦しかも鳥海山であるときさ嬉しい限りです。（山形県・KOさん）

● 読みやすく親しみやすく、いい本になりましたね。八一年の旅を、思い出しています。お世話になったおかげで、すっかり旅好きになり、ご本の引用図書にわれながら驚いています。ご紹介いただき、うれしいことです。（東京・KSさん）

……小グループ・家族・企画・手配旅行 安心の旅づくり……

目的や構成メンバーのご要望にそった旅づくりをお手伝いします。プロの目からみたプラン作成と手配、親切な情報提供があってこそ、安心して出発できる旅となります。テーマ（目的）にそった旅づくりを私たちはお手伝いいたします。

- こんなことができます。
- ◎格安航空券手配 訪問都市に応じて最も経済的に
- ◎ホテル手配 ご予算、立地条件、快適性など
- ◎現地ガイド、通訳、空港までの送迎、車の手配。夜おそい空港着のときなどは特に安心。
- ◎現地発の日本語観光バスご紹介
- ◎コンサートやオペラ、ミュージカルなど音楽会のチケット、イタリア サッカー試合の切符手配
- ◎鉄道バス、国別・都市別バスの手配
- ヨーロッパ、アメリカ、オセアニア、アジア……と多方面にわたって企画・手配いたします。
- ご相談にあたって下記の点をお知らせください。
- ①旅行時期と期間、できるだけ日にちを具体的に
- ②訪問国・都市、滞在希望日数
- ③旅の目的・テーマ 希望する手配
- ④ご予算

こんな旅 ① ヨーロッパ

ザルツブルグ音楽祭とミュンヘン

■オーストリア航空でウィーン経由ザルツブルグへ。

ザルツブルグ音楽祭を楽しんだあと、列車でドイツ・ミュンヘンへ。帰路は再びウィーン経由で。ウィーンで数泊してハプスブルグの遺産を集める美術史美術館や世紀末絵画の宝庫オーストリアギャラリーで名画を鑑賞して帰国するもよし。ミュンヘンからはヨーロッパで一番美しいといわれるノイシュバンシュタイン城へのバスツアーを楽しむもよし。

ザルツブルグ音楽祭（7月24日まで） プログラム（一部）

7月24日 ウィーン・フィル演奏 開演

7月27日 チェリスト マイスキー公演

7月30日、8月4、7、10、13、15、19、22、25、29日 オペラ「コシ・ファン・トゥッテ」公演

8月6、9、11、14、17、20、23、26、28日 オペラ「ローゼンカバリエール」公演

7月24、25日 8月5、7、14、15、21、22、28、29日 ウィーン・フィル演奏

8月30、31日 ベルリン・フィル演奏

こんな旅 ②

ポーランド周遊 12日間

ポーランドをじっくりと訪ねてみたい方に、充実した内容をご紹介します。

★現地主催のバスツアーを利用。ポーランド 主要都市（ワルシャワ、グダンスク、トゥルン、ヴロツワフ、クラクフ、リュブリン）を訪ね、また、アウシュビッツ強制収容所やシュトゥトホフ、マイダネック強制収容所跡を巡り、戦争と平和考える。

★6名集まれば現地日本語ガイド同行で実施。10名以上で日本から添乗員同行・現地日本語ガイドも同行。

★食事は1日2食付。

★東京・大阪発／着。ウィーン又はアムステルダム乗り換え。

7月31日～8月11日 485,000円

8月14日～8月25日 555,000円

8月28日～9月 8日 456,000円

9月18日～9月29日 450,000円

最低実施人員：6名様から

日本語ガイド・係員が現地でワルシャワ着から発まで同行します。

こんな旅 ③

最大30日間まで滞在延長可能な航空券とホテルと列車での移動を組み合わせた、自由型の旅

フランス編 南仏 フロヴァンスとバリ 8日間

■おしゃれな街・ニース、エクス・アン・フロヴァンス、アビニオン、バリを列車で移動。

■費用には最初と最後の2泊のホテル宿泊費付。その他はそれぞれの希望で滞在地をきめる、日本出発前にホテル予約支払いもできる。

154,800～314,800円

イタリア編 イタリア ハイライト 10日間

■ローマ、フィレンツェ、ベネチア、ミラノ各2泊

■フィレンツェ近郊の元修道院ホテルに泊まってみるのも変わっていておもしろい。ホテルをランクアップすることもあるし、予算にあわせて自由に組合わせができる。

159,800～254,800円

スペイン編 ハイライト 8日間

■マドリード・グラナダ・バルセロナ 各2泊。移動はスペインの誇るタルゴ号（特急列車）と飛行機で。

■かつてのお城や寺院・修道院・貴族の館などを改造してつくった快適な国営ホテルパドールに泊まるのもその国らしさがあってとてもエキゾチックな体験ができる。

159,000～279,800円

マウンテンゴリラの 受難と希望

文・写真 下村靖樹



「ゴリラ」の素顔

日本人に人気のある動物、「ゴリラ」。その素顔は意外と知られていない。「ゴリラ」とひと口にいつても、西ローランドゴリラ、東ローランドゴリラ、マウンテンゴリラの三種類に分かれている。日本の動物園で見られるのはすべて、個体数三、五万頭の西ローランドゴリラのみで、ほかの二種類は日本には一頭もない。東ローランドゴリラは個体数約一万頭で、まれに海外の動物園にいるが、マウンテンゴリラにいたってはわずかに七〇〇頭あまり生息しているだけで、世界中で一頭も飼育されていない。「本物」を見るには、その生息地域、赤道直下のアフリカ大陸、ルワンダ、ウガンダ、コンゴ民主共和国の三カ国に出かけるしかない。

遠い親戚

一九九八年、私はじめてマウンテンゴリラ取材したが、ナマのマウンテンゴリラには『キングコング』の凶暴な面影はまったくなく、逆に目と目が合った瞬間、なんとなく「意思の疎通ができたー!」と感じるほど、穏やかで知的な雰囲気を漂わせていた。何とも言えない懐かしさを感じた、彼らの瞳に宿る静かで深い優しさ。あの不思議な感覚は、他の動物とはまったく違うものだった。それもそのはず、ゴリラと人間は約七〇〇万年前まで共通の祖先を持ち、いまでも遺伝子の違いはわずかに二%だそうだ。

内戦とゴリラ

当時難民たちの生活は非常に厳しく、食糧や水の慢性的な不足、衛生環境の悪化によるコレラの大発生なども引き起こされた。その大きな要因の一つが人間の生活に欠かせない火、薪不足だった。難民キャンプでは、食事の炊きはじめ、水を飲料水にするためには、殺菌のための火が絶対に必要である。加えて、精神的な支えとしての火だ。日本とは違い、夜とは漆黒の闇を指す。住み慣れた国を離れ、不自由な生活に精神的不安を感じている難民にとって、暗闇を明るく染める火は、非常に重要な精神安定剤となる。そのため人々はキャンプ周辺の木々を急激に伐採しはじめた。キャンプ周辺の木々はすぐになくなり、人々は新たな薪を求め、森林の奥へ奥へと向かっていく。やがてその波は、マウンテンゴリラの生息域にも及んだ。その結果、もともと狭いかれらの生息域はさらに小さくなり、大きなストレスをかかえたゴリラたちは、その個体数をどんどん減らしていった。

ルワンダと現地で活躍している日本人 吉田真美さん（十一月のツアーに同行予定） 紹介

アフリカ中部の小さな国、ルワンダ。多くの湖と緑豊かな高原で、年間を通じて涼しく、芋や豆を主食にし、コーヒーや紅茶、北部ではメイズなどを産出します。西部には日本の動物園では見られない野生のマウンテンゴリラが生息し、観光客を楽しませてくれます。一九九四年、ルワンダの二つの民族、ツチ族とフツ族が巻き起こした大規模な内戦は、百万人もの人々の命を奪い、なおも内戦で使用された地雷によって手足を失い傷害を負った人々が続出しています。その惨状を目の当たりにした日本人女性、吉田真美さんは会社を辞めてアフリカに渡りました。そこで片足が不自由なルワンダ人のガテラ・ルダシングワさんと出会い、ルワンダ支援の大きなきつかけとなり日本で肢装具士の修行を積みました。その後ルワンダへ飛び、ガテラ氏と現地の人々と共に、彼女は一年余りで実に八〇本の義足を作ったのです。

しかし、ルワンダは内戦の影響で仕事がなく、手足が無いほうがお金を恵んでもらえるという理由で、患者が義足を使ってくれませんでした。その時、ガテラ氏と吉田さんは、爆弾で左足を失った青年に、水泳選手として障害者の「パラリンピック」にルワンダ初出場に挑んだのです。詳細は『プロジェクトX』三月三十日放映で紹介。

下村靖樹氏 プロフィール

ルワンダ内戦やソマリア、ウガンダをフィールドに、少年兵問題、絶滅の淵に立たされるゴリラを追い続け、その解決と保護に力を尽くすフリージャーナリスト。「アムネスティ・インターナショナル日本」発行パンフや「国際協力ジャーナル」「アエラ」「週刊金曜日」などに著作多数。

ルワンダでは、いま政情も安定し、マウンテンゴリラの保護に力を入れている。生息域を国立公園とし、規則を設けて「マウンテンゴリラと出会えるツアー」も実施している。観光収入を貴重な保護のための財源としているのだ。わずか二%の遺伝子の違いで、人間に翻弄され、絶滅の淵に立たされているマウンテンゴリラ。その同じ人間が、いま保護に懸命になってもいい。マウンテンゴリラの穏やかで、澄んだ黒い瞳は、そんな私たちの営みを静かに見つめているように思えた。

アフリカ・ケニアサファリの旅ー悠久の大地と野生の王国、国際交流に生きる人々

親子（孫）で訪ねる動物王国 ケニアサファリの旅

7月21日（水）～30日（金）
定員 5組10名限定（最少実施人員 4組8名）
料金 一般523,000円
子ども（12才未満）398,000円

- 特色**
- ▲ケニアでもっとも動物相の豊かなマサイマラ国立保護区で、野生の動物たちと感動の対面。最高の夏休みプレゼント。
 - ▲ゾウの孤児院、キリンセンターなど動物保護の施設見学と関係者による説明と勉強。
 - ▲ケニア人宅へのホームステイ、キャンプなどで、ゆったりと流れる時間を楽しみつつ親子の対話をじっくりと。
 - ▲故小倉寛太郎さん指名のガイド（永松真紀さん）同行で、安心、安全なケニアサファリの旅。



ベストシーズンに訪ねるケニアの旅

ケニア三大公園めぐりとヌーの川渡り特別コース
A.8月13日（金）～22日（日）
B.9月20日（月）～29日（水）
ヌーの川渡り特別コース
C.8月21日（土）～30日（月）
定員 各コースとも18名（最低実施人員 各12名）
料金 各コースとも552,000円

- 特色**
- ▲乾期でベストシーズンに訪ねるケニア。運が良ければ、感動的なヌーの川渡りに出会えるかも。
 - ▲キリマンジャロのアンボセリ、フラミンゴのナクル湖、もっとも動物の多いマサイマラ。3つの国立公園すべてにゆっくり滞在。最高のロッジでくつろぎながらアフリカの大地と動物に出会います。
 - ▲Bコースはヌーの川渡りを見ることを重点に、マサイマラ5泊の特別コース。
 - ▲ケニアの人たちの自立支援をするNGO関係者との交流を重視。ガイドは永松真紀さんで安心。



世界にたった700頭 マウンテンゴリラと出会い、 平和・交流を考える旅

11月 5日（金）～13日（土）
11月19日（土）～27日（日）
定員 2コースとも先着7名様限定
（ゴリラ保護の規則のため）
料金 2コースとも598,000円
（ゴリラの住む国立公園入園料を含みます）

- 特色**
- ▲ゴリラの住む国立公園のふもとの町に3連泊。2日間にわたり、ゆっくりとゴリラトレッキング、出会いの時間を大事にします。
 - ▲ルワンダの人々とともに義足をつくり、経済的自立を支援するNGO、吉田真美さん（3月30日付「プロジェクトX」で紹介）同行。ルワンダの人々との交流にも時間をとります。
 - ▲ガイドは永松真紀さん。初めての方にも安心の旅。



ラムとキューバと
ヘミングウェイ

ヘミングウェイは一九三八年から六〇年までキューバに二十二年間住んだ。釣りや、テニス、闘鶏、射撃、散策を楽しむかわら、創作に専念した。この間、世界文学史に残る傑作『誰がために鐘はなる』、『老人と海』、『海流の中の島々』などを執筆した。

何が彼を魅了したのか。二八年四月最初の訪問、三三年の訪問の時は釣りが目的だったと述

ヘミングウェイが愛した「ラム酒」
サトウキビの歴史から見るおいしい話

サトウキビのゆかいな息子

キューバ現代史研究家 新藤通弘



べている。しかし、キューバでの生活が深まるにつれて、風景、市民の生活、友人、ラム酒、食事の中で、キューバ全体を気に入って創作に励んだのであった。

ハバナでの生活では、シーフードレストラン「フロリディータ」やキューバ料理店「ボデギータ・デル・メディオ」を頻繁に訪れ、ラム酒のカクテルである「フロズン・ダイキリ」と「モヒート」をこよなく愛した。「ダイキリならフロディータ、モヒートならボデギータ・デル・メディオ」とはヘミングウェイの言葉である。『海流のなかの島々』のなかで、フロズン・ダイキリについて見事に描写している。「ハドソンは、フロズン・ダイキリをダブルで飲んでいた。バーテンのコンスタンテが作るこの酒は逸品で、アルコールの味が殺してあり、飲むほどに粉雪蹴散らしながら氷河をスキーで滑降する心地、六、七、八杯目にはザイル・パーティーも組まずに氷河を急降下する心地」（沼澤治治訳、新潮文庫）。

ラム酒の原料、サトウキビはどこからきたの？

紀元前八〇〇年頃ニューギニアで栽培されはじめたとみられている。これがフィリピン、インド、インドネシアに伝わり、紀元前四世紀にアレクサンダー大王の遠征により欧州に伝わる。すでにサトウキビから酒を作っていたと報告されるが、本格的な製糖技術は八世紀にアラブ人によって欧州にもたらされた。

一四九三年コロンブス第二回

『新大陸』への航海で、キューバにサトウキビが持ち込まれる。亜熱帯の太陽、塩分を含んだ海風、石灰質土壌といった独特の環境の中で、世界で最も品質のよいサトウキビとなった。栽培とともにラム酒の製造も盛んになる。バルバドス島に関する古文書にラムに関する記載がある「一六五一年にスプリッツが生まれた。それを西インド諸島土着民たちは、『キル・デビル（悪魔殺し）』、『ラムバリオ（Rumblion）』と呼んでいるが、これは現地語で興奮、騒動という意味がある」。一六六七年には「ラム（Rum）」という呼び方が確立し、一八世紀には航海技術の進歩と欧州各国の植民地政策によって、ラムは世界へと広まる。

良質なサトウキビから絞り汁が作られ、スペイン植民地時代に広く飲用された。絞り汁からアルコールが作られ、『新大陸』の代表的な酒となった。それを蒸留した酒が「ラム」酒である。キューバのラム酒は、良質なサトウキビと優秀な技術から一九世紀には世界でもっとも美味なラム酒として評価された。サンカルロス、バカルディなどが知られたが、革命後は工場主が海外に移住したので、「ハバナ・クラブ」、「バラデロ」など新たなブランドで輸出されている。



ラム酒のカクテル レシピ

クーバ・リブレ (cuba libre)

代表的な飲み方です。

ハイボール・グラスにラム酒を1・1/2オンス（1オンスは28グラムとなっていますが、メジャー・カップを使用すればかんたん、45cc。お好みの量を見つけてください）、さらにコーラと氷を入れます。レモン汁をちょっと加えます。

モヒート (mojito)

ヘミングウェイが好んだ飲み方のひとつ。

ハイボール・グラスに砂糖を小さじ半分、レモン半分の絞り汁を加え、ソーダを少し混ぜてかき回す。ミントの葉っぱ（キューバ産ミントの葉あり）を適当に加え、葉っぱをつぶさない様に茎を砕く。1・1/2オンスのラム酒を注ぎ、かき回す。これも各自の好みで濃さを加減するとよいでしょう。

ダイキリ (daiquiri)

これもヘミングウェイが好んだ飲み方。

彼は、レストラン「フロリディータのダイキリ、ボテギータのモヒート」と記しています。

電気ミキサーに砂糖を小さじ半分、レモン半分の絞り汁、マラスキーノを数滴（これはあればの話）、1・1/2オンスのラム酒、適当に氷を加え、十分にかき回す。雪解状になればOK。シャンパングラスに注ぎ飲む。これは、フロリディータのバーマン、コンスタンテが始めたものといわれています。





連載 24

藤 本 了 江 さん の
(ふじもと すみえ。家庭科教育
研究家。日本AALA理事)

エスニック料理

かもがわ出版「家庭でできるエスニック料理」より

キューバ

アロス・コン・ポジョ（チキンライス）



材料（6人分）

米……………1kg（6・1/4カップ）
鶏骨付きもも肉……………6本
ニンニク……………3片
玉ねぎ……………1個
ピーマン……………2個
グリーンピース……………1カップ
赤ピーマン……………適宜
酢……………大さじ2
塩……………小さじ2・1/2

サラダ油……………1/2カップ
トマトピューレ……………小1缶
ドライワイン（料理用）……………1カップ
クミンシード……………小さじ1
こしょう……………大さじ1/8
ローリエ……………1枚
ビール……………1カップ

①鶏もも肉を半分に切り、すりおろしたニンニクをすり込む。
②酢、塩、玉ねぎ1/2個の薄切りを混ぜ、鶏肉を漬け込む。
③深鍋に油を敷き、玉ねぎ1/2個のみじん切りをよく炒め、トマトピューレ1/3缶、ピーマンの角切りを加えてよく炒める。鶏肉を入れ、色がつくまで焼く。混ぜ返さない。ワイン2/3カップ、残りのピューレを加えてしばらく煮る。
④③に塩、残りのワイン、水6・1/2カップを入れ、鶏肉に火が通るまで煮る。
⑤クミンシード、こしょう、ローリエ、グリーンピース、米を加えて米が柔らかくなるまで煮る。
⑥最後にビールを加えて5分煮る。大皿に盛り、赤ピーマンの角切りを飾る。

日本アジア・アフリカ・ラテンアメリカ連帯委員会 企画
チュニジア歴史探訪と交流の旅10日間

8月16日(月)～25日(水)
415,000円
非同盟国チュニジアへ
平和、異なる文化間の共存。国会議員・地方議員の25%を女性と決め、貧困層を全人口の4.2%まで減らした非同盟の国チュニジア。カルタゴなど古代ローマ時代の遺跡めぐり、NGOとの交流など、歴史、文化、自然を訪ねる魅力いっぱいの10日間。

旅程 ①成田→チュニス②チュニス③チュニス→カイラワン④カイラワン（エルジェム）⑤カイラワン→トズール⑥トズール→ドゥーズ⑦ドゥーズ→ジェルバ島⑧ジェルバ島⑨ジェルバ島→⑩成田着
定員 25名様（最少催行人員20名様）
【国内線の割引運賃があります】



バルドー博物館 ▶

＜キューバ革命45周年 日本キューバ友好協会特別企画＞
～～～7.26大演説会～～～ キューバ友好ツアー

7月21日（水）～7月30日（金） 10日間 旅費は4月下旬発表
募集定員20人（最少催行人員15人）
旅程：ハバナ2泊→サンチャゴ・デ・クーバ3泊→サンタクララ1泊→機中1泊（往復とも中継地のカナダで1泊づつします。）

●キューバ革命45周年にキューバを訪れ、フィデル・カストロがキューバ革命の口火を切った、7.26モンカダ兵営襲撃を記念する式典に参加します。カストロの演説を間近に聞く機会です。

●ハバナでは革命広場、旧市街の散策と共に、発展著しいキューバの素顔に触れるべく、ICAP（諸国民友好協会）の協力で医科大学や有機農場などの訪問を計画しています。

●かつての首都、サンチャゴ・デ・クーバにはたっぷり3泊し、カストロ、ゲバラ、ホセ・マルティの生地やゆかりの地も訪ねます。旅の後半には、ゲバラ記念碑や廟のあるサンタクララにも足を伸ばします。

●日本キューバ友好協会の企画ですが、どなたでもご参加いただけます。

旅行にも
役立つ

やさしいスペイン語教室開講中

（初級～中級会話／文法 日本語を話すキューバ人講師）
＜問い合わせ先＞日本キューバ友好協会
5月 26期生募集中
メールアドレス japan-cuba@nifty.com または Fax03-5689-5403



スイス

結婚二〇周年記念旅行

ひよんないきさつから、夫婦二人だけでスイス旅行をする事になった。二〇〇三年八月九日、スイスエアーで成田を飛び立ち、ベルンで一泊、サースフエー（ホテルアラリン）で六泊、二人だけの気楽な旅が始まった。日本は冷夏だったがスイスは猛暑。湖ではたくさん泳いでいる人々を見かけた。ブリークでは、三五度。マイッタ！

あこがれの
ベツトマーアプへ

一度は行って見たかったベツ

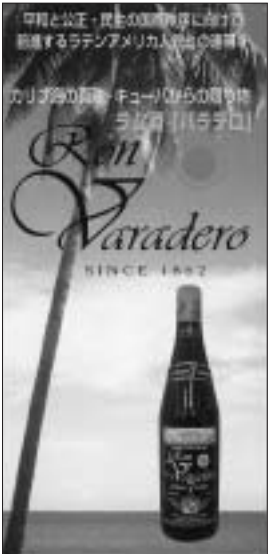
私鉄の愉快な車掌さん

ブリークからF〇鉄道に乗った時、ツーリストのようにザックを背負ってジーンズのスタイルの人が私たちの車両に入ってきた。通路の向こうの人に何かを言っている。と、その人は「エッ！」という感じ。切符を見せるように言われたらしい、「何であんたに見せなあかんねん」という表情がありあり。そこでそのジーンズ氏、身分証明証を出した。ナント！車掌さんだった。安心したのは言うまでもないが、あまりの意外さにおかしくて、おかしくて、皆笑ってしまった。そして、隣の車



カリブ海の真珠・キューバからの贈り物
ラム酒「バラデロ」

「バラデロ」はキューバの4大ラム酒生産地のひとつ、カルデナスで作られた銘酒です。熟成の度合いによって味わいも様々。3年ものはカクテルベースにぴったり。もちろんストレートでも。“キューバの太陽”色の5年ものや琥珀色の7年ものは、ストレート、オンザロック、水割りなどでお楽しみください。



価 格 （各1本の価格）

7年もの 2,000円
5年もの 1,700円
3年もの 1,400円

※12本単位でご注文の場合は送料無料です。
（各種とりまぜて12本でも結構です）

ご注文先

（株）オスパール（日本AALA直営会社）
FAX：049-254-8158
または
日本アジア・アフリカ・ラテンアメリカ連帯委員会（日本AALA）
TEL：03-5363-3470 FAX：03-3357-6255
E-mail：jaala@rio.odn.ne.jp
http：//www2u.biglobe.ne.jp/~jaala/



サースフェーの上の展望台からミシャベル山群をバックに（左が筆者）



20年前に新婚旅行で訪れたグリンデルクルトの駅前のホテルで

両から来た車掌さんも同じジーンズにザックという格好だったから、また思い出して、皆さんニッコリ。言葉は通じないけれども、表情や仕草で何となく分かるので面白かった。

シンブロン峠を越えて
イタリアへ
今度の旅ではシンブロン峠を越えてイタリアにも行った。ドモドソラでは、C〇〇Pで買

物。魚、野菜、果物など食材が豊富な事に驚いた。トイレは和式便器、駅もスロープがなく階段のみ。静かな落ち着いた町だった。サースフェーの教会でのコンサートに行ったり、いろん

な体験ができてよかった。今年もできるならまた行きたい。そして、いつの日かスイスに1年間滞在してみたいものだ、夢を描いている。（渡辺美智子）

春～初夏～盛夏 季節ごとの山の花との出会い

スイス・アルプス 花の旅

10年を越える伝統のコース。季節も山域も広がり、花との出会いも広がりました。

山里の花を訪ねて 早春の山野へ

Aコース
10日間

5月16日（日）～5月25日（火） 387,000円

- ◎湖畔の牧草地や樹林帯を歩きます。
- ◎500～1000mにも高山植物が咲きます。
- ◎ティチーノ地方は、アルプスの南側であり、町の標高が低いため春が早く谷筋や2000m以下の斜面には、どこよりも早く花が咲き、独特の高山植物も多いのです。
- ◎町や食事もイタリアン、山村の風景も一味違ったスイスを楽しめます。

▲ルツェルン①～ロカルノ③（展望台ガルダダ、珍種の高山植物の宝庫マジリア谷）～グリンデルワルト②（パノラマ特急、グリンデルワルトの牧草地のフラワートレッキング）～レマン湖畔②（「花咲く道」、ナルシスの花咲く丘）



雪解け直後のアルプに春の花を訪ねる

Bコース
10日間

6月9日（水）～6月18日（金） 386,000円

- ◎6月上旬、雪融け直後の花は、強い生命力と輝きで微笑みかけます。
- ◎レッチェンタールやミューレンからのフラワーハイキングでは一面にお花畑にご案内します。
- ▲カンダーシュテーク②（エッシネン湖）～レッチェンタール②（ラウヒヤーンアルプ、ファフラーアルプなど）～ミューレン④（ノースフェイストレイル・花の谷、ロープホルンヒュッテなど）

初夏の花を訪ねて 百花咲き乱れるアルプへ

Cコース
10日間

7月13日（火）～7月22日（木） 416,000円

- ◎静かな村に滞在し、観光化されていない、花も眺めも抜群の山域を歩きます。
- ▲カンダーシュテーク②（エッシネン湖）～グリメンツ③（モアリ湖畔のフラワー・ハイク、ペラトーラ小屋）～サースフェー③（展望台ミッテルアラリンと高山植物プロムナード）

高山の花を訪ねて 真夏のアルプへ

Dコース
12日間

7月31日（土）～8月11日（水） 534,000円

- ◎エーデルワイスなど高山の花がほころぶ夏
- ◎建国記念日のお祝いを楽しみ、山小屋や山荘にも宿泊する特別コース
- ▲ベルン①～ミューレン③（シルトホルン、花の谷、ユングフラウヨッホ、メンリッペン）～ヒュッテ①～ツェルマット②（クロイツ・ボーデン、ゴルナーグラード）～ヒュッテ①～カンダーシュテーク②（エッシネン湖）



