

東京のアウトドアフィールドをもっと楽しもう!

# TOKYO MOUNTAIN LIFE

FREE  
Magazine

ご自由  
にお持ちください。

[ トーキョー・マウンテン・ライフ ]

特集

自然観察&ピクニック  
親子で楽しむ  
ご近所アウトドア



豪華アウトドアグッズ7点を1名様に!

達人のプレゼントお買い物ツアー



MORIPARK  
OutdoorVillage

Enjoy  
Nature Watching  
& Picnic.



身近なアウトドア  
楽しみにやってきました

安藤ファミリー



今回参加してくださった安藤さん、めぐみさん、あいりちゃん一家

# 親子の自然観察 & ピクニック

スゴイ！がたくさん見つかる！



アウトドアを楽しむなら、郊外の奥深い山や森へ！  
……と、決まりはないのが幅広い遊び方ができるアウトドアの魅力。  
今回はMOVからすぐ近くにある東京・昭島市/立川市の「国営昭和記念公園」で  
春のご近所アウトドアを満喫してまいりました！

写真◎宮田幸司 Photo by Koji Miyata スタイリング◎平 健一 Styling by Kenichi Taira  
編集・文◎福龍智子 Edit & Text by Tomoko Fukutaki

TOKYO  
MOUNTAIN  
LIFE

[トーキョー・マウンテン・ライフ]

モリパークアウトドアヴィレッジ通信

2016 Spring  
vol.05

Cover & Contents Photo  
by Koji Miyata

What's "TOKYO  
MOUNTAIN LIFE"?

自然豊かな公園から、実際のフィールドまで。東京は、アウトドアを楽しむ場としてじつは大きなポテンシャルを秘めた街。小誌「トーキョー・マウンテン・ライフ」では、そんな東京を拠点に登山やキャンプ、トレイルランニング、野外フェスなど、“山”を中心としたアウトドアの楽しみ方をご紹介します。日本のすばらしい四季を通じ、アウトドアがライフスタイルに自然と寄り添うような、厳選情報をお届けします！

発行・問い合わせ  
モリパークアウトドアヴィレッジ  
TEL.042-541-0700

※本誌掲載の写真・図版・記事等の無断掲載、複製、転載を禁じます。

※本誌掲載の価格でとくに注記のないものは、すべて税抜き価格となります。

※文中のMOVはすべて「モリパークアウトドアヴィレッジ」を指しています。

問い合わせ先リスト

- A: エイアンドエフカントリー  
TEL.042-519-6380
- B: キャラバン  
TEL.042-519-5365
- C: コロンビア  
TEL.042-546-5454
- D: コールマン  
TEL.042-500-6177
- E: ザ・ノース・フェイス  
TEL.042-519-1980
- F: ジャックウルフスキストア  
TEL.042-519-7471
- G: スノーピーク  
TEL.042-519-7686
- H: スワンズストア  
TEL.042-519-7809
- I: ソラ  
TEL.042-519-6780
- J: モンベル  
TEL.042-549-0535

※上記は全てモリパークアウトドアヴィレッジ内のショップの電話番号です

## CONTENTS

### 03 【特集】

身近な場所にも驚きがたくさん！

# 親子で楽しむ ご近所アウトドア

03\_親子の自然観察&ピクニック

08\_この春欲しい ギア&ウェアカタログ

10\_奥多摩おすすめフィールド&イベント

12 モリパークアウトドアヴィレッジ伝言板

14 達人が行く! お買い物ツアー

15 西多摩の森 定点観測



日常の景色が  
ワンダーランドに

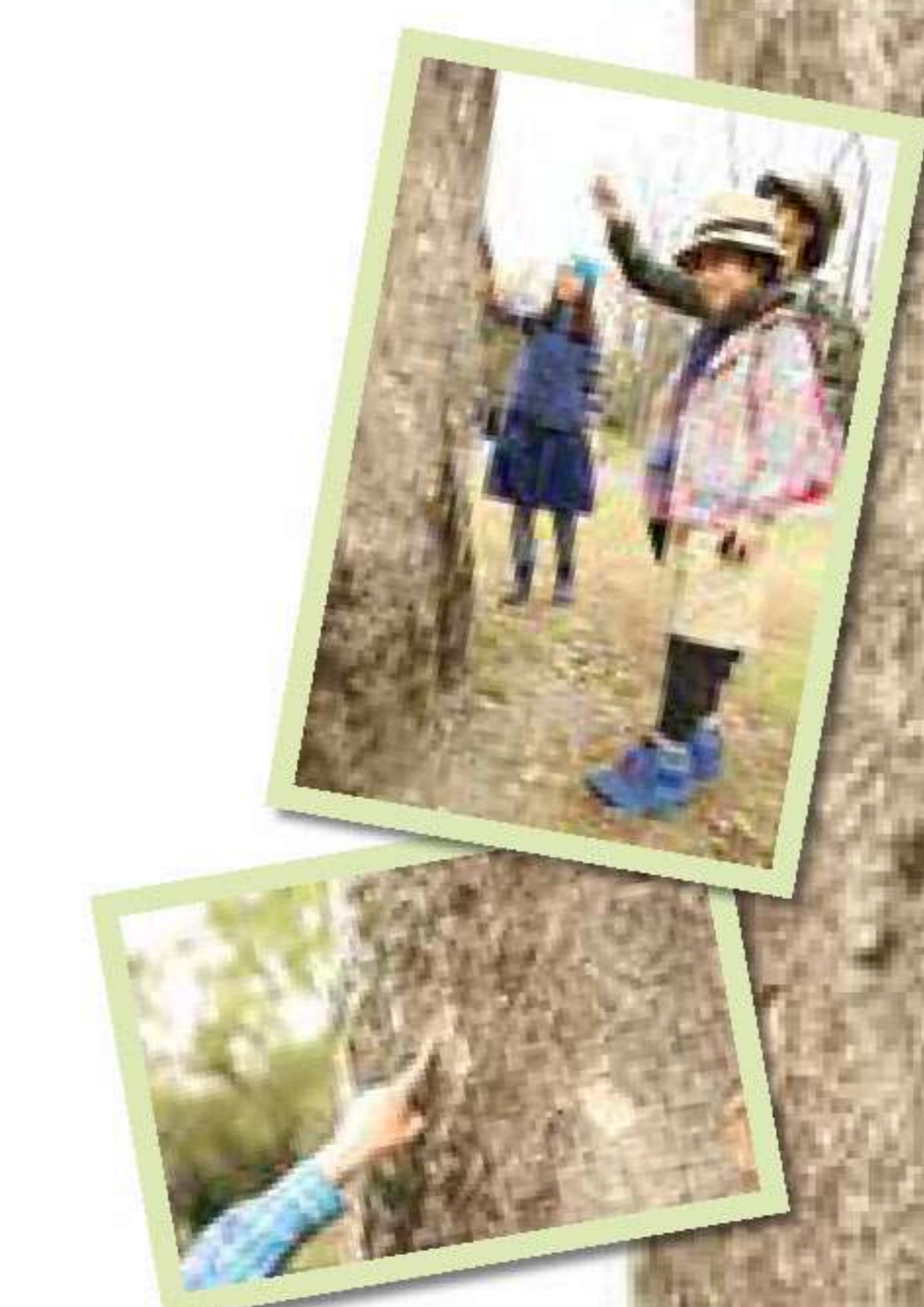
「ほら、これ見てごらん！木の皮がポロポロと落ちて周りにパズルのように散らばっているでしょ？どこから落ちてきたか探してみようか！」

ここは東京都・立川市。春を迎えた国営昭和記念公園での「自然観察」のひとコマだ。講師・佐々木洋先生の掛け声にそるってかみこみ、熱心に足元の樹皮を探すのは東京都品川区在住の安藤ファミリー。

「ここだ！」  
ひとり娘のあいりちゃんが真っ先に樹皮の形がピタリと合

触れ、聞き、見る  
五感で自然観察

私たちの生活のまわりに  
無数に散らばっている  
自然のサプライズ



Nature  
Watching

身近な場所にも驚きがたくさん！  
周囲や足元など、普段見過ごしがちな  
自然の生き生きとした姿を観察します。

パズルの木

「パズルの木」と先生が指したのはケヤキの木。「木の周りに散らばっている樹皮がどこから落ちたものか探してみよう。簡単そうで意外と難しく、ピタリ合えば大人も盛り上がります。木も新陳代謝していることがわかりますね！」

一緒に野山を  
歩きましょう！

講師  
佐々木 洋さん

国内で数少ないプロ・ナチュラリスト（自然案内人）。自然観察の講師のほか、テレビやラジオ番組への出演など活動は多岐。365日生き物のうんちくをつぶやくtwitter (@tweetCaroline\_) も話題！  
<http://hiroshisasaki.com>



佐々木先生の  
自然観察7つ道具

（左上から）虫眼鏡、スケッチブック、アクリル製観察ケース、パンダナ、ミニ図鑑、チョコレート的小箱。小箱は観察用に採集するものを一時的に入れておく。スケッチブックは絵を書いたりするほか、「春のパレット」でも活躍

Column

作ってみよう！春のパレット

一斉に道端の雑草が花を咲かせる春。「数枚の花びらをスケッチブックに押し付け、その色を集める遊びを「春のパレット」と呼んでいます。春の土手にはさまざまな花があちこちに咲くので、パレットの作り甲斐があるほど色が集まるんです」



緑はノビル、紫はカラスノエンドウ、黄色はタンポポ。茶色はなんと土。発想豊かに楽しんでみよう

※「春のパレット」作りは公園の外で行ないました

う場所を木の幹に見つけ、うれしそうに「パズル」をクリア。今回は「自然の達人」の案内で、普段見過ごしがちの身近な動植物の生き生きとした姿を楽しみに行ってきたのだ。

「単に見るだけではなく、触ったり、匂いをかいだり、音を聞いてみることも自然観察。ほら、植物の茎は丸いとは限らないんだよ！」

小さなピンクの花を咲かせるヒメオドリコソウの茎をつまみ、その形におどろく3人。枯葉を破いて鼻先に寄せ、意外な匂い目を丸くする。

「ホントだ、スーッとする！」  
モグラの動いた形跡を囲んで熱心に佐々木先生の話に耳を傾

けるオトナ聡さん、めぐみさんもすっかり童心に返り子どもよう。自分たちが暮らす土地の下に動物が力強く生きること、木々の芽がこんなにも愛らしいこと、鮮やかなインクのように花々が色を蓄えること……。私たちの生活のまわりにも、そんな自然のサプライズが無数に散らばっているのだ。

「自然観察によって、モノクロがカラーになるように、日常の景色がワンダーランドになるんです。自然は毎日眺めていても違う発見があり、五感を使って24時間365日いつでも楽しむことができます。僕は自然観察の観の字は、「感」にすべきだと思っんですよね！」

冬芽がきれい

ドウダンツツジの初春の芽はクリスマスケーキのロウソクのように。「冬芽がやがて花になり、白い花が星空のように咲き乱れるので、漢字では「満点星」と表記するんです」



茎が四角！

「外来種のシソ科のヒメオドリコソウは、言うなれば外国人ダンサーですね（笑）。茎に触れてみると丸いと思いがちな茎が四角い！お刺し身に添えられるシソも同様だそう



モグラチャーハン

「モグラが下から足で土を押し上げた跡で、チャーハンが目立ち始めると春の訪れを感じます。東日本に生息するモグラの多くはスマホほどのサイズ。学校の校庭下にもいます」

茎のカタチが  
違うなんて！



葉っぱに香り

「映画『となりのトトロ』でトトロが留まっているのがクスノキ。枯葉を破くとハーブのような香りがして、鼻がよく通ります。花粉症の人でもこれで2秒はラクになります」



リズムにのって  
音楽家のように!

めずかしい  
ママとサッカー  
するなんて!

ここはパパとの  
秘密基地なんだ!

木の皿：クビルカ14 プレートSY2,000 (クビルカ/I)、木のまな板：カッティングボードY2,800 (アルテレニョ /I)、赤と青のカップ：XショットY800 (シートウサミット/B)、その他スタイリスト私物

モデル着用ウェア：聡さん/リトルホッピングバスベストY12,000 (コロンビア/C)、デイスカバード3/4ティーツY5,000、ダイナモナスデニムクライミングパンツY13,000、ノベルティラフィアハットY7,400 (すべてザ・ノース・フェイス/E)、バスウェイサンダースY12,000 (スワズ/H)、スシサックY3,800 (ジュライナイン/I)、スニーカースタイリスト私物 めぐみさん/ピンテージコンフォートゼファーベストY20,000、ロングスリーブコーディーシャツY12,000、ジャーニースカートY16,000 (すべてザ・ノース・フェイス/E)、スクリップスランチャイメンズタイツY5,500、スコティアノビスビニーY2,900 (ともにコロンビア/C)、スリムバックブルオングローY14,000 (ソレル/C) あいりちゃん/ヘイゼンユースパターンジャケットY7,900、カシュマンユースショーツY4,900、ユースカラサワ2WP Y7,400 (すべてコロンビア/C)、スウェットロゴフルジップY7,000、ウォームトラウザーズY2,800、キッズコンフォートトレッキングボダーY1,200、キッズハイクハットY4,800 (すべてザ・ノース・フェイス/E)、ハウリングウルフトY2,800、キッズスクールバックY5,800 (ともにジャックウルフスキん/F)

緑あふれる都会のオアシス  
**国営昭和記念公園**

東京ドーム約39個分という敷地内では四季ごとにお花が咲き乱れ、川や原っぱ、池などが点在。プールやBBQサイトなどもあり、まさに身近な自然遊びが満喫できる。写真はシンボルの大ケヤキがある園内中央の「みんなの原っぱ」



【DATA】  
東京都立川市緑町3173  
TEL.042-528-1751  
入場料：大人Y410、  
小人Y80、シルバーY210  
開園時間：9:30～17:00 (3月1日～10月31日) 9:30～18:00 (4月1日～9月30日の土日祝) 9:30～16:30 (11月1日～2月末日)  
休園日：年末年始、  
2月第4月曜とその翌日  
URL：http://www.showakinen-koen.jp/

**Picnic**

おいしいごはんとコーヒーと  
少しの快適な道具たち。  
それだけでピクニックは十分なのです!

シンプルな道具と  
穏やかな時間

自然観察のあと安藤ファミリーが足を伸ばしたのは公園内の快適な芝生エリア。愛犬を散歩させる人、バドミントンをする人……など、自由に園内の時間を楽しむ人たちに混ざり、3人は午後の居場所を調えた。  
改めて調べてみると「ピクニック」とは「屋外にでかけ、飲食したり遊んだりすること。心穏やかに過ごせる小さなアウトドアスペースと、おいしいごはんとコーヒー、お気に入りの道具がほんの少しあれば十分。それだけでたつぷりとお釣りが来るほど、家族に暖かなアウトドアでのひと時がやってくる。



おいしい、楽しい、気持ちいい! “好き”がたくさんピクニック

ポップアップシェードY7,980、ナチュラルモザイクミニテーブルプラスY2,980 (ともにコールマン/D)、左の椅子：スウィベルチェアY16,000、右の椅子：グランドチェアY12,000 (ともにヘリノックス/I)、中央の椅子：ヘリノックスホームチェアY11,000 (ヘリノックスホームデコ&ピーチ/A)、テーブル上のタオル：オーバースイズジャガードタオルY8,400 (ペンドルトン/

A)、黄色クーラーボックス：20qtクーラートートY9,000 (シアトルスポーツ/A)、赤と青のカップ：XショットY800 (シートウサミット/B)、テーブル下のマット：ミドーマットY5,500、バケットクーラーY9,000 (ともにエアライト/E)、木の皿：クビルカ14 プレートS Y2,000 (クビルカ/I)、木のまな板：カッティングボードY2,800 (アルテレニョ /I)、その他スタイリスト私物



今日のごはんは  
パパの出番ね!

- 6. コロンビア  
ユリマIIユース  
コンバーチブル  
パンツ  
¥6,600  
茂みに入るときはロ  
ング丈に、水際遊び  
はショートに。ジッ  
パーで切り替えでき  
る便利なパンツ。水  
や汚れもガード。C
- 5. シートウサミット  
ドライライトタオル  
¥1,300(XS)、  
¥1,800(S)、  
¥2,300(M)  
水際観察や手洗いに  
はタオルを用意。自  
重の約4倍の水を吸  
い、吊るしておけば  
すぐに乾くスグレモ  
ノ。抗菌加工。B
- 4. ザ・ノース・フェイス  
オールアバウト  
ジャケット  
¥22,000  
気軽に羽織れる軽量  
な防水シェルが大人  
は便利。肌面側は立  
体的なドット柄がプ  
リントされ、肌への  
張り付きも軽減。E
- 3. アイガーツール  
マイクロスコープ  
¥1,200  
虫眼鏡に加え、楽し  
さ広がるのが顕微鏡。  
キーホルダー型の極  
小モデルで対象物を  
15×倍率に拡大。大  
人もハマる！ A
- 2. ジャックウルフスキン  
レイニーデイズ  
テキサポール  
ジャケットボーイ  
¥11,000  
雨天時だけでなく、  
茂みなどの自然観察  
でも子ども用シェル  
は必須。裏地は速乾  
性に優れたメッシュ  
地で着心地◎！ F
- 1. スワンズ  
KG1-0005 PBK  
子供用サングラス  
¥5,800  
子どもの眼は大人以上  
に紫外線の影響が大。  
サイズは小さくもレ  
ンズ性能にこだわり、  
遊んでもズレにくい  
フィット感も。H

- 12. ライトインザレイン  
4×6ノートブック  
¥1,200  
特殊処理を施し、水  
を弾く紙を用いたノ  
ート。どんな天候下  
でも書くことができ、  
濡れた手での扱いも  
ラクちん。A
- 11. モンベル  
キッズフィールド  
バック13  
¥4,600  
観察時は両手フリー  
が鉄則。子どもの体  
に合わせた構造で、  
荷物の出し入れも簡  
単。ハイキングや遠  
足にも。容量13ℓ。J
- 10. キーン  
ニューポートH2  
¥6,000  
サンダルとしてだけ  
でなく、ソックスを  
履けば履き心地のい  
いスニーカーに！  
水陸両用ベストセラ  
ーのキッズモデル。I
- 9. キーン  
ユニークスライス  
フェード  
¥12,000  
2本のヒモと1枚の  
ソールから作られた  
ユニークな新作。足  
の動きに合わせてア  
ッパーが変形し、驚  
きのフィット感！ I
- 8. モンベル  
パンタナルブーツ  
Women's  
¥7,600  
女性は足元を気にせ  
ず自然観察を楽しめ  
るブーツが快適。し  
なやかな素材で歩き  
やすく、美脚のスリ  
ムデザイン。J
- 7. マックパック  
1973ゼロー  
¥18,000  
使い込むほどに風合  
いが増す素材Aztec  
採用モデル。使いや  
すいデザインで、前  
部の大ポケットが便  
利。容量30ℓ。E



Goods 2  
カラダを保護し動きやすく  
自然観察

# “遊ぶ”がもっと楽しくなる！ この春欲しい 自然観察&ピクニックGoods

公園でゆっくりと時間を過ごすピクニックにはリラックスできるアイテムを。  
アクティブに動き、動植物を観察するなら動きやすく安心なものを。  
新製品から定番まで、オススメをご紹介します！

写真◎後藤武久 Photo by Takehisa Goto 文◎福瀧智子 Text by Tomoko Fukutaki



Goods 1  
“リラックス”がポイント  
ピクニック

- 5. ヘリノックス  
コンフォートチェア  
¥13,800  
言わずと知れた超軽量の  
折り畳みチェア。座面が  
吊り下げられているので  
座り心地のよさに驚くは  
ず！ 自宅使いにも。A
- 4. クリーンカンティーン  
インスレートグロウラー  
¥9,800(64oz)  
¥7,000(32oz)  
「グロウラー」とは計り  
売りビールを買うための  
瓶の意。二重構造で保冷  
はもちろん保温力も◎。  
日常のジャグにも。A
- 3. コールマン  
ホイールクーラー  
28QT  
¥7,000  
重量のある荷物は転がす  
に限る！ 容量約26ℓ、  
数人のドリンクが十分に  
入る手ごろサイズの小型  
ホイールクーラー。D
- 2. ザ・ノース・フェイス  
BCダッフルM  
¥18,000  
徒歩のピクニックには背  
負える大容量バッグが重  
宝。荷物の出し入れが簡  
単なU字型の開口部を供  
えた定番ダッフル。E
- 1. エーライト  
ミドーレスト  
¥11,000  
キャンプ場やビーチで寝  
イスのように使えるリラ  
ックスアイテム。裏面は  
防水処理され、湿度の高  
い場所でも快適だ。E
- 10. ベンドルトン  
ロールアップ  
サーフマット  
¥12,000  
ブランケットで有名なブ  
ランド発のロールマット。  
裏面は防水処理され、ネ  
イティブアメリカン柄は  
表面に健在！ A
- 9. スノーピーク  
マグカップ(ダブル)  
¥3,130(220ml)、  
¥3,430(300ml)  
ドリンクの温度が長持ち  
する中空二重構造のチタ  
ンカップ。手や口を添え  
ても熱くなく、つい自宅  
でも使ってしまう。G
- 8. コールマン  
ナチュラルモザイク  
ミニテーブルプラス  
¥2,980  
持ち運びサイズ、適度な  
天板の高さ、カラフルな  
デザイン……と、ピクニ  
ックの定番に。数人で  
囲んでどうぞ。D
- 7. エコソウライフ  
キャンパーセット  
メインプレート  
¥3,000  
竹繊維やコーンスターチ  
を主成分にした天然素材  
のテーブルウェア。使い  
やすい器やお皿、カトラ  
リーのセットは重宝！ I
- 6. ヘリノックス  
チェアホームミニ  
¥11,000  
新発売となった5のミニ  
サイズ版。子どもはもち  
ろん、耐荷重80kgで大  
人も使用可。トート型ケ  
ースもかわいい。A

参加者募集中!!

## 06 野草や野花を親子で観察 さぬきと三ノ木戸山 自然観察登山

JR奥多摩駅の西側に位置する標高1,177mの三ノ木戸山を登って野草や野花を観察。知る人ぞ知る、奥の深い三ノ木戸山を学ぼう!



**[ DATA ]**  
開催日：2016年6月25日  
(締め切りは6月10日必着)  
募集：小学3年生以上  
(小学生は保護者同伴)  
参加費：¥400 (大人)、  
¥200 (小学生)  
所要時間：約7時間

## 07 湖畔を散策しながら自然生物に触れ合う

### 奥多摩湖いこいの路ウォーキング “野鳥や生物との触合い”

奥多摩湖の湖畔に沿って伸びる12kmの散策路を歩きながら、水源林をすみかとする野鳥や生物を観察したり、触れ合うことのできるイベント。



**[ DATA ]**  
開催日：2016年5月29日  
(締め切りは5月10日必着)  
募集：小学3年生以上  
(小学生は保護者同伴)  
参加費：¥1,400 (大人)、  
¥700 (小学生)  
所要時間：約7時間

#### イベントの応募方法

イベント名を明記のうえ、参加希望者全員の名前・性別・年齢・住所・連絡先電話番号を記入し、往復はがきで申込み。応募者多数の場合は抽選となる。

#### 【宛先・問い合わせ】

東京都西多摩郡  
奥多摩町氷川171-1  
奥多摩ビジターセンター  
TEL. 0428-83-2037  
<http://www.okutama-vc.com/>

※雨天の場合は中止

新緑が心地よい季節は、親子での自然観察もピクニックもとても楽しいもの。都心から近い奥多摩には、そんな魅力的なフィールドがたくさん。おすすめのイベントも併せて紹介します!

文◎金澤玄昭 Text by Haruaki Kanazawa  
イラスト◎高橋未来 Illustration by Miki Takahashi



# 新緑のシーズンこそでかけたい! 奥多摩おすすめ フィールド&イベント

## 01 一度で3倍楽しめる縦走が魅力

### 高水三山

高水三山は、岩茸石山・高水山・惣岳山の総称。都心からアクセスしやすく、3つの山をつないで楽しめるため、登山初心者からベテランまで人気が高い。最盛期には野草ファンも多く訪れる。



#### [ DATA ]

登山口へのアクセス：JR青梅線・車畑駅下車  
三山縦走コースタイム：約4時間

## 02 並んででも食べたい名店の味

### 手打ちそば 玉川屋

大正4年に創業し、明治時代の民家を活かした茅葺き屋根が特徴の老舗そば屋「玉川屋」。奥多摩の名水で主人が心を込めて打ったそばは、御岳山や高水三山などの帰りにぜひ食したい逸品!



#### [ DATA ]

東京都青梅市御岳本町360  
TEL. 0428-78-8345  
営業時間：11:00～18:00  
定休日：月曜(祝日の場合は翌日)  
アクセス：JR青梅線・御嶽駅下車、徒歩3分  
<http://www.tamagawa-ya.com/>

## 10 遊びの仕上げは温泉で

### 秋川渓谷 瀬音の湯

地下1,500mから湧出する温泉は、やわらかな湯ざわりで美肌効果があると評判の「瀬音の湯」。秋川渓谷で遊んだあとに立ち寄り。無料の足湯も◎。



#### [ DATA ]

東京都あきる野市乙津565  
TEL. 042-595-2614  
営業時間：10:00～22:00  
(受付は21:00まで)  
定休日：3、6、9、12月の第2水曜日  
アクセス：JR五日市線・武蔵五日市駅下車、バスで「瀬音の湯経由上糞沢行き」約17分  
<http://www.seotonoyu.jp/>

## 09 約20kmにわたる清流

### 秋川渓谷

多摩川の支流のなかでも最大といわれる秋川。あきる野市から檜原村におよぶ約20kmが秋川渓谷と呼ばれている。緑豊かな自然のなかで川沿い散策から溪流釣り、周辺でのトレッキングなど遊び方を幅広く選べる!



#### [ DATA ]

アクセス：JR五日市線・武蔵五日市駅下車

## 08 道具はレンタル&そのまま返却でBBQを!

### 秋川橋河川公園 バーベキューランド

秋川渓谷の河川敷でBBQをセルフサービスにて楽しめるスポット。河川での道具類の洗浄を防止するため、道具類はすべてレンタル品の利用となる。



#### [ DATA ]

東京都あきる野市留原813  
TEL. 042-596-5122  
営業時間：8:30～16:00  
(受付は12:30まで)  
定休日：火曜(祝日の場合は翌日)  
アクセス：JR五日市線・武蔵五日市駅下車、徒歩5分  
<http://www.akirunokanko.com/?p=307>

## 05 大きな木に囲まれて泊まる

### 氷川キャンプ場

樹齢数百年の巨木の森に包まれた、多摩川屈指の規模。150名収容のバーベキューハウスのほか、奥多摩産材を使用したログハウスやキャビンも点在している。



#### [ DATA ]

東京都西多摩郡奥多摩町氷川702  
TEL. 0428-83-2134  
営業時間：8:30～17:00  
(最終来場受付)  
定休日：年末年始  
アクセス：JR青梅線・奥多摩駅下車、徒歩7分  
<http://www.okutamas.co.jp/hikawa/>

## 04 奥多摩で遊んだあとのリフレッシュに!

### 奥多摩温泉 もえぎの湯

奥多摩駅より徒歩10分の好立地にある「もえぎの湯」。奥多摩の地下深く、日本最古の地層といわれる古生層より湧き出る源泉100%の湯に癒されよう。



#### [ DATA ]

東京都西多摩郡奥多摩町氷川119-1  
TEL. 0428-82-7770  
営業時間：9:30～20:00  
(受付は19:30まで)  
定休日：月曜(祝日の場合は翌日)  
アクセス：JR青梅線・奥多摩駅下車、徒歩10分  
<http://www.okutamas.co.jp/moegi/>

## 03 パワースポットと清流に癒やされよう

### みたけ御岳山

古くから霊山と崇められた御岳山は、野鳥や昆虫、植物の宝庫で自然散策に最適。ケーブルカーでアクセスでき、登山初心者にもおすすめ。清流の近くを歩くロックガーデン周遊コース(約2時間30分)など複数のコースがある。



#### [ DATA ]

登山口へのアクセス：JR青梅線・御嶽駅下車、西東京バスでケーブル下(滝本駅)行きで約10分、終点下車。滝本駅からケーブルカーで御岳山駅下車

No. **4** 東京の山で楽しみ覚える  
「おくたま登山学校」開校!

MOVと東京都山岳連盟がタッグを組み、登山イベントやセミナーを開催する「おくたま登山学校」が開校! 対象は初心者。奥多摩の登りやすい山々を会場に安全管理や読図、気象、自然保護、救急など登山に必要なさまざまな知識などを学ぶことができる。また机上講習はMOVで開催。下記の開催情報のごく一部で、以降のスケジュールや詳細は「おくたま登山学校」公式ホームページにて!

**実地講習(予定)**

- 第1回 5月14日 御前山 (春の花観察、安全行動)
- 第2回 6月18日 三頭山 (縦走行動、読図とGPS)
- 第3回 7月30日 越沢溪谷~御岳山 (気象、溪谷と尾根)
- 第4回 8月11日 川苔山 (装備計画、進行管理)

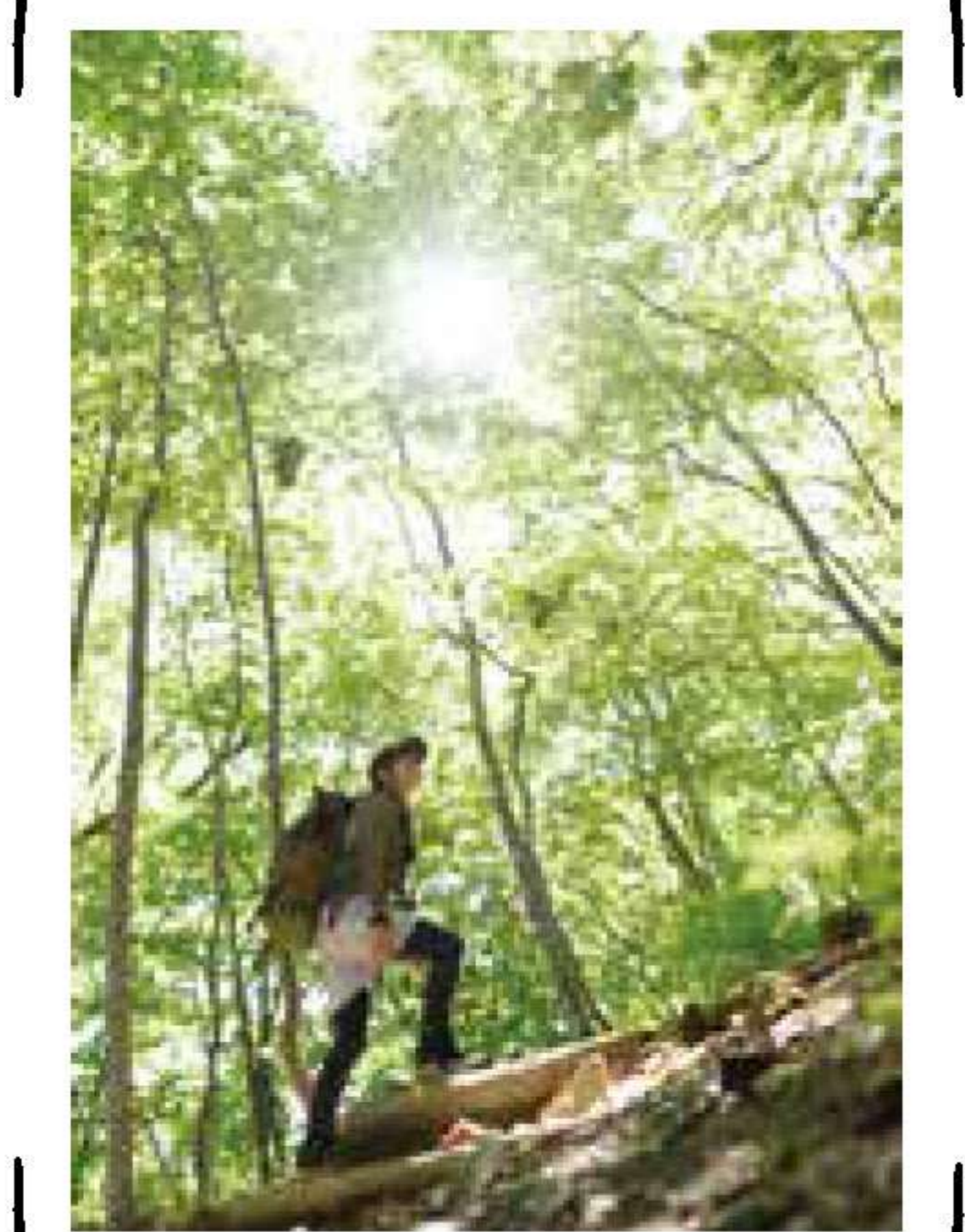
**机上講習 7月、10月、1月に実施**

7月 大切な山の自然、環境について学ぶ

**おくたま登山学校**

TEL.03-3526-2550 (東京都山岳連盟) ※13:00~17:00  
http://www.togakuren.com/koshu/index/cat527/index.html#001217

photo by T.Goto



No. **3** ゴールウィークは  
PLAYでクライミングデビュー

都内最大級のボルダリングエリアと、屋外の巨大クライミングウォールが設置されるジム「PLAY」が、ゴールデンウィークに小学生から参加できる“入門者向け”の体験会を実施! またボルダリングエリアには新しい課題も導入され、常連の人もさらに熱心に通いたくなるはず!



Photo by J.Tomita

**5月3日~5日 入門者向け体験プログラム**

- KIDSボルダリング体験**  
1日3回 定員各回6名 小学生対象 (事前受付あり)  
トップロープトライアル  
1日3回 定員各回12名 小学生~ (当日受付)

**今年度新たに巨大ホールド導入! 課題のリニューアルに加えマンスリー課題も続々登場。チャレンジしよう!**

SMOOTHIE PLAY×VITAMIX  
全¥700 PLAYオリジナルスムージーは「バイタミクス」社のミキサーを使用。スポーツ前後のさまざまな効果にあわせて体に優しいメニューだ



**PLAY**

TEL.042-541-3223  
営業時間: 平日9:00~22:00、土日祝9:00~21:00  
定休日: 水曜日

No. **5** 登山帰りは昭島の  
本格中華で打ち上げ!

奥多摩登山からの帰路の途中にある昭島駅では、下山後の打ち上げに最適なプランが待つ「フォレスト・イン昭和館」がオススメだ。「中国料理 花林」は本格中華のコース料理に飲み放題がついておひとり¥6,000。大浴場 (入浴料ひとり¥2,000) で疲れたカラダをじっくりとほぐしてから、山仲間と夜の時間を楽しみたい。

**フォレスト・イン 昭和館 中国料理 花林**

東京都昭島市昭和の森 TEL.042-542-7300  
営業時間: 11:30~14:30、17:30~21:00 (L.O.)  
(土日祝 11:30~21:00)  
http://www.showakan.co.jp/restaurant/rt\_kalin/



**Present information**

**豪華アウトドアグッズ7点が1名様に当たる!**

14ページ「アウトドアの達人が行く MOVお買い物ツアー」で紹介された全7点のアウトドアグッズを1名様にプレゼントいたします。ふるって応募ください!

**応募方法**

住所、氏名、年齢を明記のうえ、下記アドレスまでご応募ください。  
アドレス:  
info@outdoorvillage.tokyo  
締め切り: 6月30日  
※当選者には後日ご連絡を差し上げます。当選のお問い合わせには回答できません。

# MESSAGE BOARD

## モリパークアウトドアヴィレッジ伝言板

2年目を迎えたMOVは、今年も話題が盛りだくさん!  
新店舗誕生、イベント開催など多彩です。

No. **1** ドイツ発アウトドアブランド「ショッフェル」が昭島にオープン!



**ショッフェル  
昭島アウトドアヴィレッジ店**

TEL.042-546-8588  
営業時間: 11:00~20:00  
(土日祝 10:00~20:00)

「Ich bin raus. (外に出よう、自分の中へ)」をブランドモットーに掲げた「Schöffel」は、ドイツ南部で200年以上前に誕生したアウトドアブランド。ショッフェルが手がける製品は設立当初のニット関連から、今やヨーロッパアルプスの120以上のスキースクールのサポート、ドイツ警察のオフィシャルウェアに採用されるなど、アウトドア&スキーウェアブランドに成長し、ドイツ有数の企業として認知されるように。昨年日本に上陸を果たし、直営店は東京・日比谷、名古屋、大阪に続き昭島店で4店舗目。同じくドイツ発のドイター (バックパック)、ローパー (登山靴) も店舗でラインナップされており、日本ではショッフェルショップでしか買えないアイテムも揃う。



No. **2** Snow Peak Eat この春メニューを一新!



世界的なアウトドアブランドへと成長を続ける新潟県・三条市発の「スノーピーク」。日本の“おいしいもの”を積極的に用いてキャンプ料理の魅力提案するのが、ショップに併設されるレストラン「Snow Peak Eat」だ。このレストランがこの春メニューを一新! 食べごたえある「国産牛のリブロースステーキ」や

コロダッチで煮込む「グツグツハンバーグ」、「熟成生地のピッツァ」、約1kgの「豪快! Tポーンステーキ」(要予約) など、利用者の胃袋をつかむどれもおいしそうなラインナップ! “食べる”もアウトドアに欠かせないことであり、モリパークアウトドアヴィレッジへ足を運ぶ大きな理由になりそうだ。

**Menu(一例)**

- ランチ**  
日替わりランチ ¥1,000前後  
国産牛リブロースステーキ ¥1,800  
ヘルシーボリュームサラダランチ ¥980
- ディナー**  
豪快! Tポーンステーキ ¥12,000 (要予約)  
しっとりポークステーキとグリル野菜 ¥2,000  
タンドリーローストチキン ¥3,000 (ホールサイズ)

**Snow Peak Eat**

TEL.042-519-7686  
営業時間: 11:00~22:00 定休日: 水曜日



# 東京チェーンソーズ便り

## 西多摩の森 定点観測 vol.1

“本土唯一の東京の村”である東京都・檜原村。村を拠点に林業を生業とする「東京チェーンソーズ」が西多摩の山々の“いま”をお届けします！

文◎飯塚潤子 Text by Junko Iizuka

これから新緑シーズンを迎える檜原村。山が彩を取り戻す季節だ

春から夏にかけては一年で一番気持ちのよい時期で、昼寝や作業の合間の休憩のたびに、「山仕事っていいなあ」とつくづく思える幸せな季節でもあります。この時期、林業では「植栽」という作業を行います。苗畑で種から3年ほど育てた苗木を一本一本ツルハシ(私たちは「トング」と呼びます)で穴を開けて、丁寧に植えていきます。植

### 次世代へつながら森を育てるそれが「林業」



東京チェーンソーズは現在全11名！50年後、100年後に木々がどう育っているかをイメージし作業をする

雑な仕事はできません。「50年後、この山はどうなっているかな」と想像しながらコツコツと植えています。そのほかに「雪起こし」という作業を行うこともあります。今年は2月に湿り気が多く重たい雪が降りました。その雪に押されて小さな苗木が曲がってしまったのです。一本ずつ苗木の枝に

ヒモをくりつけ、木が真っすぐになるように結んでいきます。その後、夏いっぱいかけて行なうのが「下刈り」。夏は雑草も大いに成長し、苗木を覆うほどに伸びることも。そうなる前に苗木は生育に必要な日光を十分得ることができず枯れてしまうことがあります。そうなる前に、周りの草を「刈払い機」という機械で刈り取ります。

植栽や下刈りは、その日やった分だけ、目に見えてその進歩がわかります。序盤は「まだまだ残っている……」という重たい気持ちになることもありますが、大勢で一気に進めた日にはとても達成感を感じます。このように、林業は「自分の仕事で成果としてすぐに見える」という意味で、やりがいを感じることができ

似てしまったのはご愛嬌。音楽があつて、よく冷えたビールがあつて、友人たちとの語りがある。日常では感じにくくなつてしまった自由が、野外フェスには存在している。音楽、自然、人……。野外フェスは新しい出会いをもたらしてくれる。今年のフェス時間をMOVのアイテムが彩ってくれるのは間違いない。この夏はどんなすばらしい体験が待っているのだろうか？

### 東京チェーンソーズ

DATA  
東京都西多摩郡  
檜原村3840-2  
TEL.042-588-5613  
http://tokyo-chainsaws.jp/

### 飯塚潤子

1984年生まれ、茨城県出身。イペント会社勤務などを経て、2013年株式会社東京チェーンソーズへ入社。2015年秋に結婚、現在第一子を妊娠中のため、山仕事はお休み中

## 1名様にプレゼント! / アウトドアの達人が行くお買い物ツアー

### #1 野外フェスティバル編

毎回アウトドアの様々な分野の達人がMOVでお買い物。すべてを1名様に差し上げる“超太っ腹”企画です!

文◎菊地 崇 Text by Takashi Kikuchi 写真◎清水 紘子 Photo by Hiroko Shimizu

今年も野外フェスシーズンがやってきた。フェスの人気は定着し、日本中の至るところで四季を通して開催されるようになったけれど、やはり今の時季に胸がときめいてしまうのは、自然の中でのキャンプイン・フェスが近づいているからだ。今年はどうなフェスに行こうか。考えているだけでワクワクしてしまう。

スだからこそ、そこにいる時間をさらに充実させるには、居心地のいい自分のキャンプサイトを作ることが大切になってくる。ライブを見ているよりも、自分のサイトで過ごす時間の方が長いことだって少なくない。定番から最新のギア、フェスで活躍するであろうファッショニアアイテムまで、モリパークアウトドアヴィレッジには、フェスが必要だと思えるアイテム

も過言ではない。それぞれのショップが個性的だから、見て歩いているのも楽しい。いろんなものに目移りしながら、悩みながら、キャンプサイトでのリラックスタイムをテーマにセレクトしたのが、今回の7つのアイテム。パーキングからキャンプサイトまで手運びすることも考え、軽くてコンパクトであり、遊び心がチャラツと感ぜられ、そ

似てしまったのはご愛嬌。音楽があつて、よく冷えたビールがあつて、友人たちとの語りがある。日常では感じにくくなつてしまった自由が、野外フェスには存在している。音楽、自然、人……。野外フェスは新しい出会いをもたらしてくれる。今年のフェス時間をMOVのアイテムが彩ってくれるのは間違いない。この夏はどんなすばらしい体験が待っているのだろうか？

今回の目利き!



菊地 崇さん

[Switch]、フリーマガジン [balance] [88] [Lj] など先駆的カルチャー誌で編集者として活動。世界のフェスにも通じ、フェスおじさんという愛称で親しまれている。著書に「自由って何だ?」

5万円分儲けました!

### PRESENT スペシャル 菊地セット

- ①LEDランタン (ソーラーパフ¥3,400/I)
- ②Bluetooth防水スピーカー (アウトドアテック¥8,000/I)
- ③LEDスティックライト (コールマン¥500/D)
- ④デニムパンツ Men's Mサイズ (グラミチ¥10,000/I)
- ⑤チェア (コールマン¥7,000/D)
- ⑥ソフトクーラー (コールマン¥3,480/D)
- ⑦防水シューズ26cm (コロムビア¥13,500/C) ※表示価格すべて税抜き



プレゼントの応募方法は13ページのインフォメーションにて! 多数のご応募お待ちしております!



「プレゼント企画と分かっているけど、つい自分用に選んでしまう!」と、苦しそうに各店を熱心にまわる菊地氏



# 会員限定の特典いっぱい! アウトドアヴィレッジ ポイントカード



入会費&  
年会費ゼロ。  
なのにこんなに  
おトク!

## 特典 1

### 貯まったポイントで ステキな景品と交換

アウトドアヴィレッジでお買い物をすると¥200ごとに1ポイントずつカードに加算されます。そのポイントは500、1,000、2,000、3,000ごとに景品と交換が可能。なかにはダッチオープンやBBQグリル、デイパックなども。詳細は公式サイトでチェックを!



小物からキャンプ道具、クライミングジム&ヨガスタジアム「PLAY」の体験チケットなど全20種類の品揃え

## 特典 2

### 会員限定のセールも案内

定期的に行われるカード会員限定のセール情報をハガキ等でご案内します

## 特典 3

### 駐車場がさらに1時間サービス

基本サービスとしてアウトドアヴィレッジは駐車が1時間無料。カード会員様はもう1時間がサービスされ、ゆっくりとお買い物をお楽しみいただけます。

## 特典 4

### 会員限定のサービスが充実

近隣の入浴施設や映画館、奥多摩でのアクティビティ体験も割引に。

## 温泉

「昭島温泉 湯楽の里」で会員カードを提示すると、以下のいずれかのサービスが受けられます。

- レンタルタオルセット無料
  - お食事処のソフトドリンク1杯無料
- また、「檜原温泉センター 数馬の湯」で会員カードを提示すると、おとな1名の入館料が¥100引きに。いずれもカード1枚につき1名様まで。

## アクティビティ

あきる野ICからほど近い「東京サマーランド」。4月1日に新しく誕生した施設「オートキャンプフィールド」(<http://www.wnv.tokyo>)の利用料がカード会員様は10%オフ! 丘の上のオートキャンプサイト、ドッグラン付きサイトなど充実しています!

※現地お支払い時、会員カード提示で割引となります

## 映画

「MOVIX昭島」の鑑賞料金が、会員カードの提示で通常¥1,800の一般料金を¥1,500にディスカウント。

※レディースデイ、レイトショー、大高生料金、子供料金などのサービス料金との併用不可

## 営業時間

営業時間: 平日 11:00~20:00、土・日・祝 10:00~20:00

定休日: 水曜日(祝日の場合は翌日)

※飲食店舗、クライミングジムは別途お問い合わせください。

イベント情報、ショップからの最新ニュースはこちらから

<http://outdoorvillage.tokyo>

English、中文簡体字、中文繁体字、한국어  
・Menu → Other Languages



[www.facebook.com/outdoorvillage](https://www.facebook.com/outdoorvillage)

<https://twitter.com/moutdoorvillage>

## アクセス

### 車の場合

- ・中央自動車道「八王子I.C.」より約20分
- ・圏央道「あきる野I.C.」より約25分
- ※その他、国道16号、五日市街道など幹線道路利用でもアクセスは便利です。

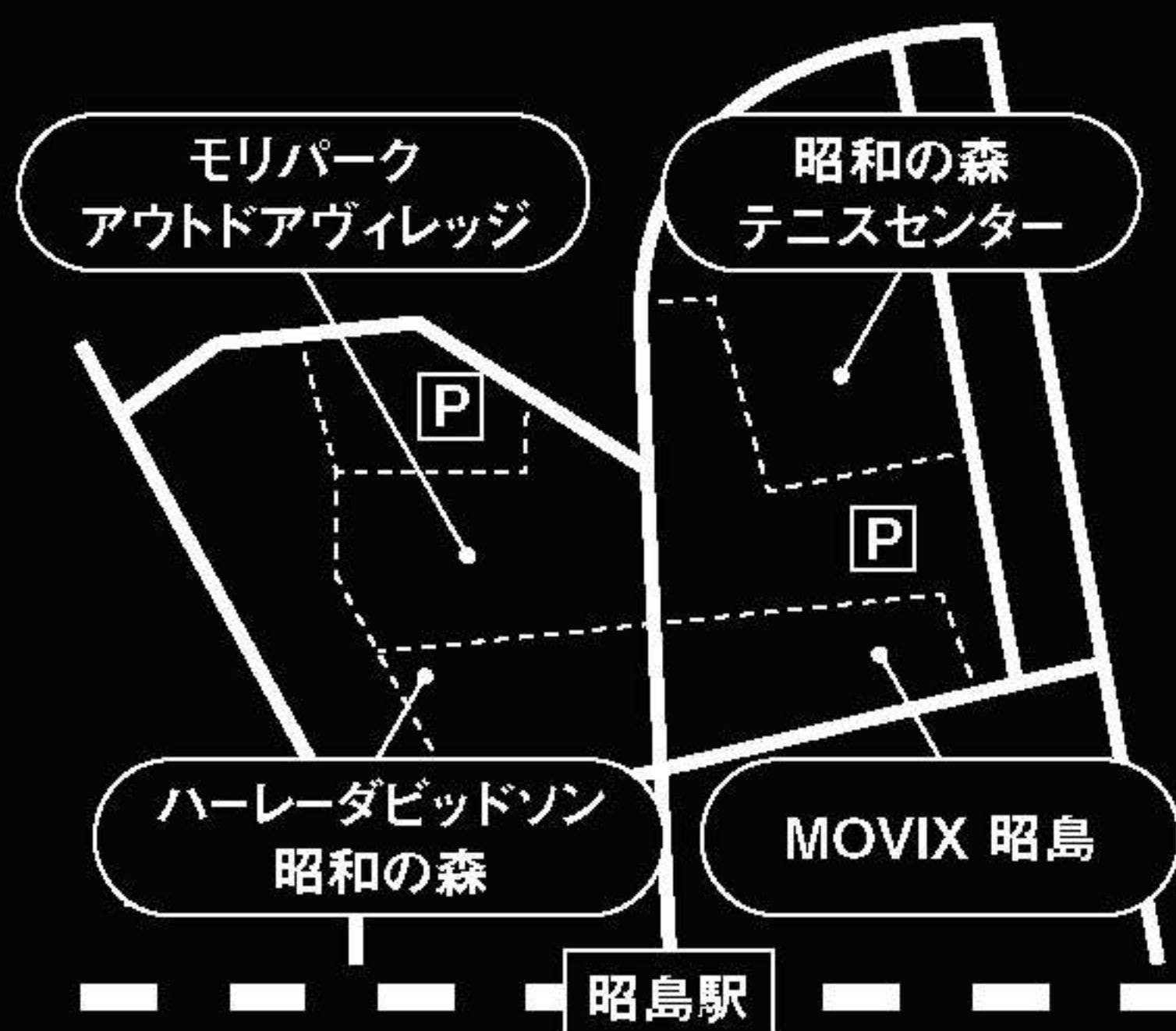
### 電車の場合

- ・JR東京駅より中央線・青梅線の特別快速利用で約1時間
- ・JR新宿駅より中央線・青梅線の特別快速利用で約40分
- ※JR青梅線「昭島駅」北口より徒歩3分

### 所在地

〒196-8533 東京都昭島市田中町610-4  
TEL. 042-541-0700

## 駐車場



利用時間: 8:30~22:30  
台数: 330台(敷地内118台、隔地212台)  
※基本1時間無料。さらにお買い上げに応じて延長のサービスあり。  
※駐車場には左折にて入庫ください。

