

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]



MORIPARK
Outdoor Village

特集

暑い夏は、涼しく遊ぶ! 親子で奥多摩ラフティング

初体験
ウェルカム!

豪華アウトドアグッズ8点を1名様に!

達人のMOVプレゼントお買い物ツアー

★ Playing in the water

暑い夏は、涼しく遊ぶ!

親子でラフティング初体験

誰もが思わずアウトドアに出かけたくなる季節、暑い暑い夏がやってきた。
猛暑が予想される今年の夏は、涼しい川遊びに出かけてみるなんてどうでしょう?

写真◎山田真人 Photo by Makoto Yamada スタイルング◎平 健一 Styling by Kenichi Taira
文◎池田圭 Text by Kei Ikeda 編集◎福瀧智子 Edit by Tomoko Fukutaki

奥多摩
エリアとは...



都心から一番近い
ラフティングスポットです

今回のフィールドは東京都の西端に位置する奥多摩エリア。圏央道・日の出ICから車で約20分



暑い季節は涼しく遊ばいのだ
車窓を流れる景色は、ビルが林立していた都心のそれから、色濃い緑の深い森へと変わっていき、透き通った川の流れに、おいしい空気。今回、訪れた奥多摩エリアは、都心からわずか1時間ほど。初めて来ると、身近な場所にこれほど自然豊かなアウトドアフィールドがあることに驚かされるだろう。
一年を通じて、山登りや自転車ツーリング、釣りの愛好家で賑わうエリアだが、ここではラフティングも人気を集めるアクティビティのひとつ。多摩川上流部は、都心からもっとも近場でラフティングが楽しめるフィールドとして知られている。
ラフティングとは、ゴムボートに乗って川を下る遊びのこと。湧き出て間もない冷たく澄んだ水と戯れば、夏の暑さなど忘れてしまうに違いない。
「でもラフティングって激流を下るハードな遊びでしょ? 子連れだと難しいんじゃない?」
そんな疑問を持つみなさんの代表として、今回は大曾根さん一家に挑戦してもらった。さて、初体験でもラフティングは楽しめるかな?

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 Summer
vol.06

Cover & Contents Photo
by Makoto Yamada

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、山や自然を中心としたアウトドアの楽しみ方をご紹介します。日本の素晴らしい四季を通じ、アウトドアがライフスタイルに寄り添うような、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: サロモン TEL.042-519-7424
- G: ショップフェル TEL.042-546-8588
- H: スワンズ 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】

暑い夏は、涼しく遊ぶ!

親子でラフティング初体験

08_ まだまだあります! 奥多摩川遊びガイド

10_ 川遊びウエア&アクセサリカタログ

12_ モリパークアウトドアヴィレッジ伝言板

14_ 全8点をプレゼント!
達人が行く! お買い物ツアー

15_ 西多摩の森 定点観測
森の演出家・土屋一昭さん



Playing in the water

Preparation

05

練習終え、あとは流れに身を任せるのみ!



いざ、川下りへ出発!

練習がひと通り終わったら、いよいよお待ちかねの川下りへ出発だ。流れに乗ると一気にスピードが上がり、ボートは新たな世界へと滑り出していく。初めてのラフティングにみんなドキドキ。パドルを掲げ、大きい声で不安を吹き飛ばそう!



最初は不安げだった子どもたちも河原に出て練習を始めると徐々に笑顔が見えてきた

Preparation

04

練習してから出発するので安心です

着替え終わったら、ガイドさんの車で河原に移動。まずは陸上でレクチャーを受ける。パドルの持ち方から川に落ちたときの対処法まで、しっかり教えてくれるので初めてでも心配ご無用。出発前には、浅瀬でパドルの使い方も練習する。さあ、漕いで、漕いで!

参加メンバー



大曾根さんファミリー

江戸川区からやってきた大曾根さんファミリー。お父さんの智さん、お母さんの利息さん、長女のゆうなちゃん、長男のあつひろくん、次女のりまちゃん。全員ラフティングは初体験だそうで、ちょっと緊張気味?

モデル着用ウエア お父さん:ヤングストリートロングスリーブクルー ¥6,500、リーブザリワーズシューズ ¥7,300(ともにコロンビア/C)、シンセティックキャップ ¥4,500(カブー/A)、キャニオンサンダル ¥4,200(モンベル/J)、お母さん:ロングスリーブT:フリーウッドムーブメントウィメンズT シャツ ¥5,300、ヒドゥンレイクスウィメンズシューズ ¥6,600、ウィメンズドレインメーカー ¥10,000(すべてコロンビア/C) 長女:WIC、ポーター ロングスリーブT Kid's 130-160 ¥2,381、ストレッチO.D.シューズ Kid's 130-160 ¥3,600、キャニオンサンダル ¥3,500(すべてモンベル/J) 長男:ロングスリーブT:WIC、ロングスリーブT Kid's キャンプ 130-160 ¥1,900、キャニオンサンダル ¥3,500(ともにモンベル/J)、カシュマンユースパターンドシューズ ¥5,900(コロンビア/C) 次女:WIC、ロングスリーブT Kid's キャンプ 100-120 ¥1,900、ストレッチO.D.シューズ ¥3,200(ともにモンベル/J)、ユースドレインメーカー ¥6,500(コロンビア/C)



Preparation

03

持ち物は水着とタオルだけでOK

持ち物ってたくさん用意しなきゃならないの? いえいえ、水着とバスタオルがあれば大丈夫。ヘルメット、ライフジャケット、ウエットスーツ、ウォーターシューズはレンタルできる。照り返しが強いので、日焼けが気になるなら長袖シャツと帽子、日焼け止めも持っていこう。



WHAT IS RAFTING?
?

ラフティングってどんな遊び?



ラフトボートと呼ばれる専用のゴムボートで川を下るスポーツで、発祥地はアメリカ唯一の激流コロラド川。「ラフト」とは「いかだ」を意味し、最初は木製のボートが使われていた。ガイド付きのツアーに参加すれば、激流を下るスリルを安全で手軽に体験できる。



\\ さあ! /
準備編

スタート前にどのような準備が必要なのか、順に見ていきましょう。

Preparation

01



まずはウェブで予約をとりましょう

ラフティングのシーズンは4~10月。7~9月のハイシーズンは予約が必須だ。ウェブで空き状況を確認し、予約を入れてから出かけよう。コースもいろいろ選べるが、初めてなら半日コースがおすすめ。駅からの送迎もあるので、電車でもアクセスできる。

私たちは小中学生だから問題ないね!



Preparation

02

参加の目安は小学生から

ガイド会社やコースによって多少異なるが、安全性を考慮してツアーの参加条件は小学生になってからが目安となる。ひとりで参加することもできるが、ツアーの最少催行人数は2名からで、ほかの参加者と相乗りになることも。家族や友達を集めて参加すれば、仲間だけでボートを貸し切ることができる。

SHOP INFO

初体験でお邪魔したのは

フォレスト&ウォーター奥多摩ベース



今回のガイド 寺澤和真さん

ラフティング専門会社としては、日本最古の歴史を持つ老舗。ボートには独自の安全装備を設けており、初めてでも安心して参加することができる。今年は紅葉時期の12月までツアーを行なう予定だそう!

※お問い合わせ先などは9ページへ

★ Playing in the water



飛び込みや天然ブランコができる場所も!

Playing 04 川下り以外も楽しんじゃおう

純粹に川下りだけを楽しむものから、プラスαのオプションまで、ツアー内容はガイド会社やコースで異なる。せっかくなら、値段だけで比較せず、内容まで吟味して参加ツアーを選びたい。ガイドさんは川遊びのプロ。ぜひ、この機会にいろいろ教えてもらって、夏と奥多摩の大自然を思いっきり満喫しよう。



初めてでも僕らガイドが楽しませますよ

GOURMET INFO 帰りに寄りたい 奥多摩グルメ

ランチタイムは行列必至



ナビが必要なほど山奥にあるのに人で溢れる釜飯の名店。旬の食材を使った釜飯がおすすめ。各種定食もボリュームがあって美味!

なかい
東京都西多摩郡奥多摩町大丹波175
TEL. 0428-85-1345
11:00 ~ 18:00 (L.O.) 木曜、第2水曜定休

蒸し立て、ホカホカ!



ご近所さんへのお土産は、上品な甘さの青梅名物へそまんじゅうで決まり。ひとつから購入でき、蒸し立てのホカホカを味わえる。

へそまんじゅう本舗
東京都青梅市日向和向3-863
TEL. 0428-24-6064
9:00 ~ 18:30 無休

家からも近いし、次は1日コースにも挑戦したい!

家族全員のこの笑顔を見れば、ラフティングの楽しさについて余計な説明はいらないだろう。「すごく近いのに、緑が一杯で気持ちよかった。自然の中で家族揃って楽しめる遊びっていいですね。子どもたちは早くもまた行きたがってます!」



モデル着用ウェア お父さん:ショートスリーブリネンポーター—¥6,900、ベントメッシュシューズ¥11,000、ファイバパネルキャップ¥4,200(以上ザ・ノース・フェイス/E)、キャニオンサンダル¥4,200(モンベル/J) お母さん:グッドホープバインズウィメンズハーフスリーブ¥5,900、カシュマンウィメンズパターンドショーツ¥7,900、ウィメンズドレインメーカー—3¥10,000(すべてコロンビア/C) 長女:WIC、ドライタッチ シャツワンピースKid's 130-160¥3,900、キャニオンサンダル¥3,500(ともにモンベル/J)、シッカモアジュニアブリーザー帽子¥3,900(コロンビア/C) 長男:コットンT Kid's コジカ130-150¥1,750、キャニオンサンダル¥3,500、REV.バードビルキャップKid's¥1,600(すべてモンベル/J)、その他スタイリスト私物 次女:コットンT Kid'sテントウムシ100-120 ¥1,750、H2.ODシューズKid's100-120¥2,572(ともにモンベル/J)、ユースドレインメーカー—3¥6,500(コロンビア/C)

Playing 01

いざ! 実践編

準備をしっかり整えて、川へと漕ぎ出そう。ここからが本番です!



コースどりはメンバーの力量次第

流れのどこを通るか次第で、ラフティングの難易度は変わる。緩やかな部分を通るのか、はたまた急な流芯を選ぶのか。ときにはわざと岩にぶつかっても。舵取りはガイドさんの腕の見せ所。川のコンディションや参加者のレベルを見極めて、絶妙なコースを選んでくれるぞ。

泳げなくても心配いりません

ライフジャケットを着ていれば、水に落ちてもごらんの通り。プカプカ浮くので、泳げない人でも問題なし。「フォレスト&ウォーター」で使っているライフジャケットは、なんと体重130kgの人でも浮くそう! 安全な場所を選べば、冷たい川に浮かんでみるのも気持ちがいい。



ラッコ状態……ひんやりして気持ちいい〜

Playing 03

基本動作は前漕ぎ、後ろ漕ぎ、つかまるのみ

「前漕ぎ!」「後ろ漕ぎ!」「つかまって!」。ガイドさんの指示に従って行なうボート上での基本動作は、この3つだけ。あとは、ガイドさんがうしろからボートをコントロールしてくれる。簡単でしょ。乗ってみると、ボートは見た目以上に安定感があって、転覆の心配はほとんどない。だんだんと周りの風景を楽しむ余裕も出てきたかな?



この先はどんな難関があるのかな……

極上の体験を完全バックアップしてくれる Water Sports Guide Company

奥多摩エリアの川や湖を熟知したガイドが在籍する、
おすすめガイドカンパニー15社をリストアップ。
おすすめのファミリー/キッズプランは各社にお問い合わせを!

01 カヤックの「上達したい」をお手伝い

グラビティ
TEL.0428-76-0981

リバーカヤック

青梅市柚木町3-787-9 / 白丸駅(徒歩8分)
☒garavitykayak@biglobe.jp
gravity-jp.com

02 元・世界一COYOの演技に興奮

ウィズネイチャーカヌースクール
TEL.0428-76-2603

リバーカヤック

青梅市梅郷5-984-31 / 日向和田駅
(徒歩7分) ☒info@wiz-nature.com
www.wiz-nature.com

03 全国のアスリート系パドラーを支援中

River Base Halau
TEL.0428-74-9266

リバーカヤック SUP

青梅市御岳本町266 / 御嶽駅(徒歩2分)
☒halau.kayak.sup@gmail.com
www.riverbase-halau.com

04 「自分で漕ぐ、仲間と漕ぐ」がモットー

みたけレースラフティングクラブ
TEL.0428-74-9453

ラフティング ダッキー

青梅市御岳本町359 / 御嶽駅(徒歩1分)
☒mail@mitakerc.jp
mitakerc.jp

05 ラフティングの老舗による楽しいツアー

フォレスト&ウォーター
TEL.0428-74-9470

ラフティング ハイドロスピード

青梅市和田町2-597 / 日向和田駅
(送迎あり) ☒okutama@fw-jp.com
www.fw-raft.com/okutama

06 ランチバックやツアー後のBBQも人気

グランデックス御岳ベース
TEL.0428-74-9061

ラフティング キャンピオニング

西多摩郡奥多摩町川井156-1 / 川井駅
(徒歩3分) ☒river@gdexr.com
www.gdexr.com/mitake

07 地元出身リーダーガイドの濃厚ツアー

クルーソー
TEL.0428-74-9386

ラフティング

青梅市柚木町3-536-9 / 日向和田駅
(徒歩5分)
crusoe-raft.com

08 驚きと発見をあなたに!

スプラッシュ東京
TEL.0278-21-1337

ラフティング キャンピオニング

西多摩郡奥多摩町小丹波803 / 古里駅
(送迎あり) ☒info@splashtokyo.com
splashtokyo.com

09 楽しい輪が広がるアットホームさが自慢

奥多摩ラフティング
TEL.0428-74-9007

ラフティング

青梅市小曾木3-1676-2 / 青梅駅
(送迎あり) ☒enjoy@okutama-rafting.jp
www.okutama-rafting.jp

10 Refresh your Mind, Body & Soul.

キャニオンズ
TEL.0278-72-2811

キャンピオニング

西多摩郡奥多摩町川井54-1 / 御嶽駅
(徒歩20分・送迎あり)
☒info@canyons.jp canyons.jp

11 家族、友人、カップルで最高の笑顔に!

ビックスマイル
TEL.0771-29-5370

ラフティング

青梅市御岳1-178-1 / 御嶽駅(徒歩5分)
☒bigsmile@gekiryu.com
www.gekiryu.com/

12 全レベルのカヤックライフをサポート

フェリーグライド
TEL.080-8900-2434

リバーカヤック

青梅市御岳本町266-1-102号 / 御嶽駅
(徒歩3分) ☒suntarapanio@gmail.com
ferryglide.jp

13 参加者にはツアーの写真をプレゼント

多摩川ラフティングwinds
TEL.0428-85-9210

ラフティング ダッキー キャンピオニング

青梅市柚木町2-411-1 / 二俣尾駅(徒歩15分
・送迎あり) ☒info@winds-rafting.jp
winds-rafting.jp

14 豊富な実績と高いノウハウを誇る老舗

コンセプト
TEL.0428-79-7227

ラフティング リバーカヤック SUP

青梅市御岳本町265 / 御嶽駅(徒歩3分)
☒info@canoobar.jp
www.canoobar.jp

15 世界公認ガイドの安心&安全ツアー

ビッグウェーブ青梅店
TEL.0428-74-9100

ラフティング キャンピオニング ハイドロスピード

青梅市富岡3-1161 / 青梅駅(送迎あり)
☒raft@bigwave-okutama.com
www.bigwave-okutama.com

[JR青梅線 路線Map]



SUP

スタンドアップパドルボード

人気上昇中の水上散歩

浮力のあるサーフィンのような大きなボードの上に立ち、パドルを使って漕ぎ進めるSUPは、水上を散歩しているような感覚を得られるのが魅力。リバーカヤックやダッキーに比べるとバランスをとるのが難しく、落水してしまう可能性も高いけれど、すぐにボード上に戻れるのも特徴だ。子ども同士で遊んだり、水上ヨガをしたり、楽しみ方はさまざま!

おすすめ対象年齢：小学校高学年～

Column

MOVにはSUPもある!

サーフィンやスノーボードなど横乗り好きな人からも注目を集めているSUP。MOVの各店舗でも取り扱いがあるのでハマった人はチェックを!



RIVER KAYAK

リバーカヤック



自分で操作する面白さ

自分でボートをコントロールする楽しさ、流れに合わせて川を下る自由さを味わえるリバーカヤック。基本的にはひとりでボートに乗り込むため、何でもトライしたいアクティブな子ども向き。川にはさまざまな障害物があるので、シーカヤックよりも安定性と回転性を兼ね備えているが、いきなり急流に挑むのではなく、湖や川の穏やかなスポットで練習してからが基本。

おすすめ対象年齢：小学校高学年～

HYDRO SPEED

ハイドロスピード



川の流れと一体化できる!

大きなピート板のようなボートにつかまり、ライフジャケットやヘルメット、さらに足ヒレを装着して川を下るハイドロスピード。視界が水面に近く、また水の流れをダイレクトに感じるため、川と一体化して遊べるのが最大の魅力だ。急流を攻めてみたい、まったりと川を下ってみたいなど、レベルに合わせてガイドがスポットを選んでくれる。

おすすめ対象年齢：中学生～

Playing in the water

ファミリーでアクティブに楽しみたい! 奥多摩でできる川遊び

奥多摩エリアで楽しめるウォータースポーツはラフティングだけじゃない! ……ということで、ここでは奥多摩で体験できる注目のアクティビティを一挙紹介。

文◎金澤玄昭 Text by Haruaki Kanazawa
協力◎柴田大吾(多摩川川下り事業者組合 事務局長)

DUCKY

ダッキー

親子で一緒に楽しめる

複数人で乗って湖上を漕ぎ進めたり、川の流れを楽しめるのがダッキー。ボートは空気で膨らませるゴムタイプ。リバーカヤックよりもサイズが大きくて安定性も高いので、子どもでもウォータースポーツを体験できる。とくに親子で同じボートに乗り込み、会話を楽しみながら奥多摩の清流を満喫したいファミリーにおすすめ! ガイドがレベルに応じて流れの緩急をセレクトしてくれる。

おすすめ対象年齢：小学校低学年～



CANYONING

キャンピオニング



大自然を冒険したいなら!

天然のウォータースライダーを楽しんだり、滝壺に飛び込んだり……と、徒歩で渓谷を移動し、身体ひとつで自然の川を最大限に味わえるのがキャンピオニング。滑りやすい場所や高さのあるポイントを移動することも多いので、参加者の危機管理が欠かせないが、アドベンチャー要素が強いため、このドキドキ感にはまりヤミツキになる人も続出している。

おすすめ対象年齢：中学生～



11

速乾タオルはアウトドアの定番中の定番



10



16



12



13



14



15



03



02



01



05



04



06

★ Playing in the water

水辺の時間をグンと快適に

川遊びウエア&アクセサリーカタログ

ラフティングをはじめとする川遊びの道具は「安全」と「速乾」がキーワード。かならず装備したいものから、便利なアクセサリーまでファミリー向けの最新アイテムを厳選しました。

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

Column

ひとつあると安心「PFD」

「PFD」とはパーソナル・フローティング・デバイスの略で、個人用の浮力体のこと。プライベートで行く川や湖遊びでは、万が一に備え用意しておきたい重要アイテムだ。

コールマン
ウォーター
スポーツクラシック
ユース用
¥3,980

7~11歳を対象としたフローティングベスト。トラブル時保護者が瞬時につかみやすい取っ手付き。D



16: ベンドルトン
ジャガード
フーデッドタオル
¥8,600

目の詰まった上質なフード付きタオルにブランケットブランドらしい伝統柄をオン。キッズ用。A

15: キーン(右)
ニューボート
H2xDEAD DYD
¥13,000

かかとからつま先までしっかりカバーし水中の行動に最適。しっかり歩けるサンダルとして人気。I



13: シートウサミット
TPU
アクセサリーケース
¥1,700(S)

デジタルツールは必ず防水ケースに入れて。スマホやデジタルカメラに合わせ3サイズをラインナップ。B

14: チコバッグ
オリジナル
¥800

いまや定番のエコバッグ。本モデルは最大11.3kgまで耐える丈夫さを備える。濡れ物、温泉に。A

15: サロモン(左)
クロスアンフィパン
¥13,000

トレランシューズをベースに濡れても快適な水陸両用モデルをリリース！足元の安定度を確保。F

11: EK
3WAY
シンパレル
フロートキャット
¥1,048

水遊びで紛失がもっとも多いのがサングラス。ストラップはひとり1本水没防止の浮き付きを！J

12: スワンズ
エアレスビーンズ
SABE-0051 BK(左)
¥13,000

野外では目のケアも重要だ。左は紫外線を吸収するレンズ色が変わる調光タイプ。右は街使いにも重宝。H

大人も子どもも
足元の装備
怠るべからず

09: カブー
トレイルランナー
¥4,500

トレラン用だが、水抜けのよさは見た目どおり。真夏の登山やキャンプにも使いたいモデル。A

10: シートウサミット
ドライライトタオル
(抗菌加工)
¥1,800(S)、¥2,300(M)

その薄さとは裏腹に自重の約4倍もの水を吸う速乾タオル。川遊びから温泉まで終日活躍する。B

07: ヘリーハンセン
ビキニトップス
¥6,900
MTビキニショーツ
¥6,900

マリブランドらしいデザイン。上下ともUPF30-50+、紫外線カット90%以上の頼もしい存在。E

08: ゴートゥーブ
2.00Z(3PCS)
¥2,800

日帰り入浴には繰り返し使える容器を。詰め替えやすい大きな口を備えたシリコン製チューブ。J



09

濡れても快適
スムーズな
水抜けモデル

06: モンベル
キャニオン
ショーツ
¥5,100

その名のとおり渓谷から山までカバー。腰部分に空気抜きがあり、入水時もラク。メンズ用。J

05: ヘリーハンセン
キッズヨットプリント
ウォーターショーツ
¥4,900

ヨット柄を全面に配した楽しげなキッズパンツ。速乾性に優れたウエストはゴムタイプで着心地。E

04: ヘリーハンセン
アンヒビアショーツ
¥7,900

水遊びからハイキングまで。女性用の水陸両用パンツ。丈夫で柔らかな肌触りのピーチ加工済み。E



08

03: ショップフェル
メンズDS
ジャーマンTシャツ
¥5,200

吸汗速乾やUVカットのほか抗菌防臭も。登山などにも使えるコットンライクなメンズTシャツ。G

02: モンベル
WIC.T
Kid'sモンタ
ペアフェイス
¥1,800

普通のキッズTシャツと思えば、紫外線遮へい率90%の高機能タイプ。速乾性や通気性も高い。J



07

01: マウンテン
ハードウェア
グラフィックロング
スリーブT LO2
¥4,900

素早く乾くメッシュ素材の女性向けロンT。1枚あれば便利で、さわやかなカラーが夏空に染える！C

No. **5** 新しい祝日「山の日」記念フェア
8月11日～16日開催!

新しい国民の祝日として来る8月11日に施行される「山の日」。その祝日を記念し、11日から6日間MOVでは7つのイベントを開催!

1 森の演出家 ツッチーの「バードコール」作り

森の演出家ツッチーこと土屋一昭さんがクラフト体験を実施。土屋さんは幼いころより奥多摩の豊かな自然に囲まれて育ち、2011年「森の演出家」の事業をスタート。今回開催するのは奥多摩の産材を使って鳥を呼び寄せる「バードコール」作り。当日受付で参加できる。土屋さんの詳細は15ページへ!



開催日時: 8月11日(祝) 13:00～17:00
参加費: ¥800 (ミサンガ¥500) 数量: 120個限定

2 ビギナーも安心! 火起こしワークショップ

話題のアウトドアファッション誌『GO OUT』とMOVがコラボし、「薪を使った火起こし」のワークショップを開催! 20名限定の予約制。右記の宛先へ名前、電話番号、年齢とともに応募を。

開催日時: 8月13日(土)
14:00～17:00(予定)
参加費: ¥4,000
(講習費、スターターキット含む)
講師: プッシュクラフト代表 相馬拓也
申し込み:
info@outdoorvillage.tokyo

3 ウッドクラフト・ワークショップ

多摩の木材をもちいてウッドストラップを作るワークショップ。作業行程はとても簡単! 親子参加も可能だ。



開催時間:
各日 13:00～17:00
参加料: ¥500
協力: NPO法人
自然環境アカデミー

6 真夏にうれしい「クールグッズ」
先着1,000名様にプレゼント

「山の日」当日、その施行を記念しMOVから来場者1,000名様へ、水に浸けて首に巻くだけで涼しい「クールバンド」をプレゼント!



配布開始時間:
8月11日(木)
10:00～
配布場所: 屋内広場

4 こどもクライミング

MOV施設内にあるクライミングウォールを使って、子ども向けのクライミング体験を実施! 専門インストラクターが分かりやすく指導してくれ、将来のプロクライマーの卵が誕生するかも!?

開催時間: 各日 12:00～17:00(予定)
参加費: 無料
参加年齢: 小学生以上

7 GO TO LOCAL MARKET

西東京で育ったさまざまな農産物を農家さんから買うことができるマルシェがMOVに登場! 直接生産者とコミュニケーションを持つことによって、出荷まで農作物の流れについてや、自然との触れ合い、豊かな食文化を知るチャンス!

開催日時: 8月13日(土)、
14日(日) 各10:00～14:00
※販売野菜がなくなり次第終了

5 カヌー・カヤック・SUP体験

記念フェアの6日間、屋内広場に25m長の大型プールを設置! カヌーやカヤックのほか、いま話題沸騰中のSUP(スタンドアップパドルボード)の体験会も行なわれる。

開催時間: 各日 12:00～17:00
参加費: 有料



No. **4** 10月23日はMOVで
世界レベルを目撃せよ!

高さ16.5mという国際規格のクラミングウォールでスポーツクライミングの大会が行なわれる。種目は「トップロープ」「リード」「スピード」の三部門。熱い戦いを誰でも自由に観戦することができる。

スポーツクライミング
アウトドアヴィレッジカップ

開催日: 10月23日(日) 時間: 午前予選、午後決勝



MESSAGE BOARD

モリパークアウトドアヴィレッジ伝言板

本格的な夏の到来とともに、MOVのニュース数も上昇中。
8月には「山の日」関連のイベントも開催されます!

No. **1** ハーベステラス
夏のスイーツ新登場

「ハーベステラス」はアウトドアブランド「モンベル」がプロデュースするMOVのナチュラル・ダイニングカフェ。この夏新しいスイーツが加わった。ラインナップは全4種。ベリーの酸味とカスタードの甘さが絶妙な「クリームブリュレ」、環境に配慮したレインフォレスト・アライアンス認証のコーヒー豆を使った「アフogaート」、そして「スノーアイス」2種。スノーアイスはふわふわのバニラ風味のスノーアイスの上にフルーツの果肉やポップコーンのほか、果汁が封じ込められたつぶつぶが口の中で弾ける「コーティングジュース」も載り、不思議な食感が口のなかで混ざり合う。ショッピングの間には新しいメニューでひと息入れてみてはいかがだろうか?



Photo/H.Shimizu

右) 濃厚な「クリームブリュレ」(奥・¥400)、大人のスイーツ「アフogaート」(右・¥500) ※「アフogaート抹茶味」(手前)は発売調整中。左)「スノーアイス」はマンゴー味とストロベリー味の2種(各¥650)

ハーベステラス
昭島アウトドア
ヴィレッジ店

TEL.042-549-0546
営業時間:
11:00～20:30
(L.O.20:00)
定休日: 水曜日

No. **3** 山もショッピングもお帰りは
解放感いっぱいビアガーデンへ

夏の風物詩「ビアガーデン」がMOVのおとなりで開催されるのをご存知だろうか? フォレスト・イン昭和館の庭園で9月30日まで楽しめるビアガーデンは、今年はバイクスタイル。7～8月は「ハワイアングルメフェア」と題し、ワイルドなグリル料理をはじめ、南国の香り漂うハワイのメニューがずらり。8月にはオアフ島を代表する高級リゾートホテル「ザ・カハラ・ホテル&リゾート」のレシピによるアヒポキやロミサーモン、カルアポークも並ぶ予定だ。エビス2種のほか、ソムリエセレクトのワイン6種などフリードリンクも豊富なラインナップ。MOVでのショッピングはもちろん、奥多摩登山の打ち上げにもおすすめ。

フォレスト・イン 昭和館 レストラン「セントロ」ビアガーデン

東京都昭島市昭和の森 TEL.042-542-7300
期間: 9月30日(金)まで 時間: 17:30～21:00
料金: 平日¥5,500、土日祝¥6,300 フリードリンク2時間込み



No. **2** 「PLAY」夏のキャンペーン中
入会月の会費が0円!

東京都内で最大級の規模を誇るボルダリングエリアがあるMOVのジム「PLAY」が、この夏スペシャルなキャンペーンを実施! 期間限定の「SUMMER START-UP CAMPAIGN」では、8月30日(火)までに新規で月額会員となった人は、入会月の会費(¥8,970)がなんと「無料」になるというもの。スタジオで行なうヨガと専用ウォールでのボルダリングが自由に楽しめる。平日は夜22時までオープンしているので仕事帰りの立ち寄りも楽しい。

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

PLAYの
SUMMER START-UP
CAMPAIGN
キャンペーン期間:
8月30日(火)まで
月会費: 無料(通常¥8,970)





森の演出家が行なう独自の「五感セラピー」は人と自然との対話だ

“森の演出家”から 西多摩の森 定点観測 vol.2

御嶽渓谷周辺の深く雄大な森を舞台に
さまざまなコンテンツを生み出す“森の演出家”。
土屋一昭さんの活動を伺いました。

文◎土屋一昭 Text by Kazuaki Tsuchiya

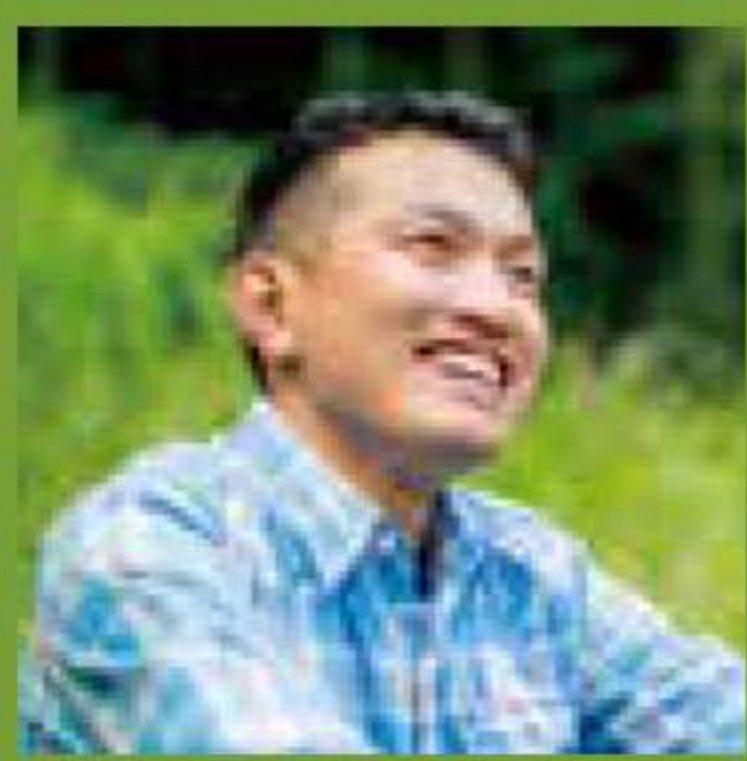
五感セラピー 森の演出家って なんだろう？

かさ”を体感していただくサー
ビスを提供しています。
そのサービスは3つの理念に
基づいています。
ひとつ目は「森育」。風に枝
を揺らす豊かな木々、山から湧
き出る清らかな水、大地に転がる
石たち……。そんな森のリア
ルな表情に触れ、いまこの瞬間
も静かに生き続ける森と話をす
る時間を作ります。



右) 人は日常から食を通じて自然とつながっている。中) 自然は子どもたちの最高の
プレイグラウンドだ。左) 日々の“チカラ”を抜き、心身を休める時間を持つ

「子どもたちも最後は裸足で駆
け回り、食事もおどろくほどの
食欲で食べてくれました。命に
ついて改めて考える機会を得
て、また新鮮な気持ちで子ども
と向き合える気がします」



森の演出家
代表
土屋一昭

都内勤務、釣りガ
イドなどを経て、嶽
生まれ故郷の古民
家を拠点に「森の
演出家」の事業を
スタート。古きよ
き日本文化や自然体験を行
なうサービスを多くの人へ提供し、またTV
や雑誌等のメディアや日本各地の講演会など
でも活躍している。

www.tokyoumountain.jp/morigoya

1名様に全8点をプレゼント! アウトドアの達人が行く お買い物ツアー

#2 夏の登山編

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!

写真◎清水紘子 Photo by Hiroko Shimizu 文◎山畑理絵 Text by Rie Yamahata



山畑 理絵さん

春夏秋冬、日本の美しい景色を求
めて山をさまようフリーランスラ
イター。過去にアウトドアショッ
プの販売員経験があり、今回「お
釣りは出さない!」を目標に意気
揚々と参戦。その結果はにかに?



PRESENT
5万円相当
山畑セット

- ①キャップ (マウンテンハードウェア ¥4,300/C)
- ②チュニックWomen's Mサイズ (ヘリーハンセン¥8,800/E)
- ③UVアームカバー (ザ・ノース・フェイスイス¥3,900/E)
- ④サコッシュ (マックパック¥4,000/E)
- ⑤ショーツ Women's Mサイズ (マウンテンハードウェア¥7,900/C)
- ⑥カップ (ダイネックス¥700/E)
- ⑦ソックス (ザ・ノース・フェイスイス¥1,700/E)
- ⑧ブーツ Women's 23.5cm (キャラバン¥14,800/B)

プレゼントの応募方法は16ページ (裏表紙) に掲載しています。
多数のご応募お待ちしております!

みなさんは8月11日が何の日かご存じだろうか? そう、「山の日」だ。
今年から国民の祝日としていよいよ施行されることとなり、今から心待ちにしている人もきっと多いだろう。かくいう私もそのひとり、これを機に海好きの友達を山へ引っ張り出そうという計画を企てている。新しいことを始めるなら、まずは何事もカタチから、である。
そこで、山の先輩として友達

に自信をもっておすすめてくれる山ウエアを選ぶべく、「モリパークアウトドアヴィレッジ (以下MOV)」へ行ってきた!
今回のコーディネートテーマは、ズバリ「山マリン」。
本来のマリンカラーといえは、紺・白・赤の3色だけれど、あえてここは鮮やかな黄色を挿し色に。初夏の高地散策や、霧ヶ峰辺りの避暑地トレッキング、あるいは高尾山や奥多摩の「低山ハイク」を想定して

コーディネートを組んでみた。最近の山ウエアは、スタイリッシュなデザインが豊富で、「ザ・山着」といったスポーティーさに抵抗がある人でも普段着感覚で取り入れやすい。くわえて、MOVにはファッショ性の高いウイメンズアイテムが幅広く揃っている。街中をあちこち移動しなくても、緑に囲まれた敷地内のショップを回遊しながら、手早くお気に入りアイテムに出会うことができる。

。買い物で悩んだら、併設のカフェで甘いスイーツをいただきながら一息つくのもいい。
予算の都合上、バックパックやレインウエア等は含められなかったが、これをベースにして、行きたい山に必要なスペックのアイテムを買い足せば、さまざまな山を楽しむことができると思う。
山に親しみ、山の恩恵に感謝する。山の日、ともだちを誘って山を歩きに出かけよう!



予算ピッタリをめざして悩み抜いた結果、お買い物総額は税込みで¥49,788! 我ながらじつにいい買い物をしたと思う

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!

ポイントの有効期限迫る!

2015年3月～2016年3月31日までの積立ポイントは9月30日までに「特典1」のアウトドアヴィレッジオリジナル景品と交換を!

景品との交換方法

- STEP 1** MOV屋内広場に設置された「発券機」で現在の交換可能ポイントを確認。
- STEP 2** 「PLAY」カフェおよびMOV公式サイトにて景品を確認のうえ、交換に必要な「ポイント引換券」を発券（500ポイント毎の発券が可能）。
- STEP 3** 「PLAYカフェ レジカウンター」にて引換券と景品を交換！（2,000および3,000ポイントの景品は後日発送）

ポイントカードに関するお問い合わせ
TEL.042-541-0700

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へ加算されます。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、ケラ
イミングジム&ヨガスタ
「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 極楽の里」や「檜原温泉センター 数馬の湯」ではレンタルタオルやソフトドリンクの無料、入館料が¥100引きなどのサービス実施!

アクティビティ

「東京サマーランド」に今年誕生した「オートキャンプフィールド」の利用料10%オフ。

映画

映画館「MOVIX昭島」一般鑑賞料金を¥1,500にディスカウント。

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>

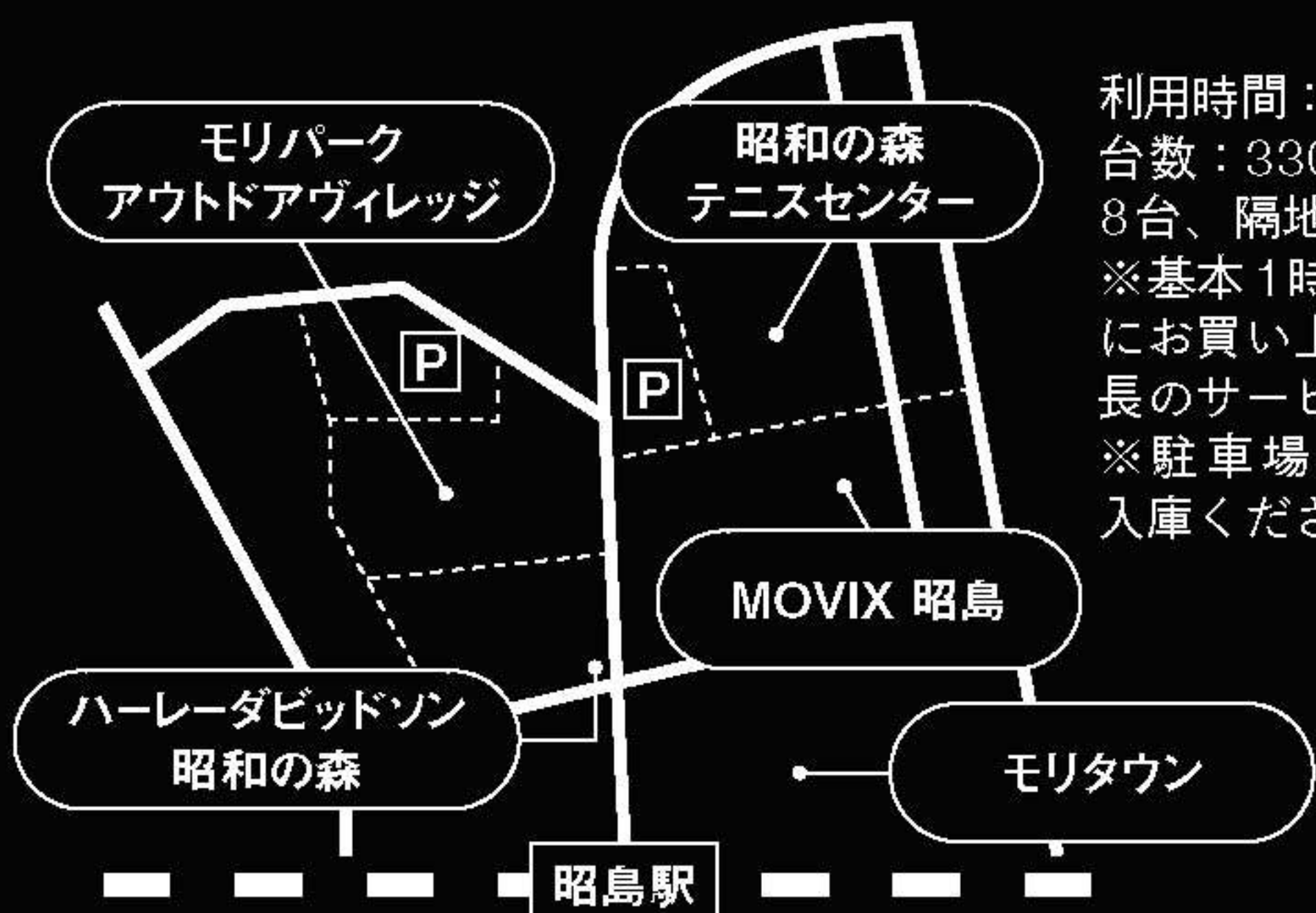
English、中文簡体字、中文繁体字、한국어
・Menu → Other Languages



www.facebook.com/outdoorvillage

<https://twitter.com/moutdoorvillage>

駐車場のご案内



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。

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



Present information

豪華アウトドアグッズ8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8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。ふるってご応募ください!

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：9月5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。