

NEXCO 中日本 中央道マガジン

CHU-TRIP

Vol. 4

TAKE FREE

December, 2019
2019年12月発行



八ヶ岳

WINTER
PHOTOGENIC
YATSUGATAKE

中央道
シーズン
MAP付

2019-20・冬

天空のリゾート野辺山で星空観賞

幻想的な夜のメリーゴーラウンド／フォト映えミュージアム

美しき雪と氷の芸術たち／冬の新しいアクティビティ体験／五感で感じる温かさと美味しさを求めて

NEXCO 中日本 中央道マガジン

CHU-TRIP

Vol. 4

TAKE FREE

December, 2019
2019年12月発行

中央道
シーズン
MAP付
2019-20・冬

WINTER
PHOTOGENIC
YATSUGATAKE

八ヶ岳

天空のリゾート野辺山で星空観賞

幻想的な夜のメリーゴーラウンド／フォト映えミュージアム

美しき雪と氷の芸術たち／冬の新しいアクティビティ体験／五感で感じる温かさと美味しさを求めて

八ヶ岳

WINTER
PHOTOGENIC
YATSUGATAKE

8つのフォトジェニックを求め、冬の八ヶ岳へ

八ヶ岳総論

「八ヶ岳」とは、長野県の諏訪地域と佐久地域、そして山梨県の北杜市間に位置する山塊(さんかい)のこと。なので「八ヶ岳」という山はない。これが八ヶ岳総論。

最高峰の赤岳(2,899m)や横岳、権現岳、阿弥陀岳など2,000m級の山々が南八ヶ岳と北八ヶ岳で20以上も連なる巨大な山塊は日本屈指の山岳・高原リゾート。春から秋にかけての登山家や山ガールのみならず、観光者、都会の喧騒から逃れて来た者、そのまま住み着いてしまった移住者などが集まる人気のエリアである。

季節は冬。都心から僅か2時間ばかりの山岳・高原リゾート「八ヶ岳」には崇高なまでに美しい冬の景観と、心温まる空間と、快適な時間が待っている。今号はそんな写真映えるシーンが満載。8つのフォトジェニックを求め、冬の八ヶ岳へ。

NEXCO中日本 中央道マガジン
CHU-TRIP. Vol. 4

2019年12月発行



【表紙A】 osteria agiato
の鶏のロースト(日替わりラ
ンチコースより/ P.10)
写真=弘瀬秀樹

【表紙B】 野辺山高原の星
空 写真提供=八ヶ岳グ
レイズホテル・矢崎裕彦さん
写真=弘瀬秀樹

CONTENTS

特集 八ヶ岳 ②

8つのフォトジェニックを求め、冬の八ヶ岳へ

- #1 天空のリゾート野辺山で星空観賞
- #2 幻想的な夜のメリーゴーラウンド
- #3 フォト映えミュージアム
- #4 美しき雪と水の芸術たち
- #5 冬の新しいアクティビティ体験
- #6-8 五感で感じる温かさと美味しさを求めて

わたしの人生中央道 ⑫

温泉ソムリエ選・中日本の湯

富士見高原 広原温泉 ⑭

NEXCO・中の人 ⑮

次世代へつなぐ 安全への取り組み ⑳

中央道シーズンMAP ㉒

◎発行=中日本高速道路株式会社 八王子支社
◎制作=株式会社 東急エージェンシー
◎企画・印刷=株式会社 千修
◎企画・取材編集=正村英樹(Office「麦」)
◎アートディレクション・デザイン=株式会社 Meta Maniera
◎本文写真=弘瀬秀樹、ほか
◎イラスト=すぎやまみこ(P.22)、アボット奥谷(P.14-15)
◎協力=松本大学

※本誌に掲載の内容は2019年12月現在のものです。イベントや価格、掲載内容などは予告なしに変更となる場合があります。掲載の価格は特に表記がない場合、税込価格です。掲載の距離・時間などは概算のものです。ドライブは計画的に、無理のない安全運転を心がけてください。



冬の星空は1等星がよりはっきりと見えるのが特徴。冬の星座の代名詞といえる「オリオン座」や「冬の大三角」は肉眼でも見つけやすい。



[上] ハケ岳グレイスホテルは全客室からハケ岳を一望できる。星ソムリエの小塩智也さん(左)と河本玲子さん(右)が案内する星空観賞会は毎晩20:00から隣接するグラウンドで開催(宿泊者無料)。[中] JR鉄道最高地点(標高1,375m)としても有名な野辺山高原。[下] 2019年12月7日~2020年2月29日の毎週土曜日には「スターラウンドハケ岳 ウィンターシーズン」も開催される。詳細は ><https://star-yatsugatake.com/>



星ソムリエに導かれて #1 天空のリゾート野辺山で星空観賞

スターラウンドハケ岳

ハケ岳を取り囲むエリア(山梨県北杜市・長野県南牧村/原村/富士見町など)における、星を見上げる時間・空間の総称。自治体や企業などの垣根を越え、ハケ岳の星空とそれを観賞するための各エリア、施設、ナビゲーターなどを広く世界にアピールすることを目的として活動。



本誌カメラマンによる「星空」スマホ撮影アドバイス

難しい星空撮影をやってみよう!

できれば一眼レフをオススメしますが、スマホの場合は星空撮影用のアプリを利用して撮影してみよう! 三脚の用意も忘れずに。

※スマホの機種やアプリ、天候などによって条件は異なります。

このホテルには「星ソムリエ」の資格を持つ星空案内人が2名在籍。「星座」の中央の3つの星がオリオン座の腰のあたりで、その周りを囲む4つの星がオリオンの体です。東側の赤い1等星をベテルギウスといい、「おいぬ座」のシリウス、「こいぬ座」のプロキオンと「冬の大三角」を形づくります。毎晩開催される星空観賞会では、こんなふうに星空や宇宙の楽しみ方を丁寧に教えてくれる。冬の野辺山は氷点下の寒さ。防寒対策を万全にして臨みたい。「よろしければデジカメでの星空撮影ポイントもお教えしますよ」。星好き人間はあくまでも優しい。

(注)日本三選星名所/天文学者が選ぶ「日本で一番綺麗な星空ベスト3」:長野県南牧村(野辺山)/沖縄県石垣市/岡山県井原市の2市1村。

冬のハケ岳で、まず注目したいフोटジェニックなシーンは、天空のリゾートならではの満天の星。ここハケ岳グレイスホテルには、全国から年間2万人以上の星好きが集まる。きっかけは2011年、天文学者が選ぶ「日本で一番綺麗な星空ベスト3」(注)に長野県南牧村(野辺山)が選ばれたこと。標高1375メートルの野辺山高原は、水蒸気の少ない気候が大きな特徴。電波の観測に適していることから、国立天文台の宇宙電波観測所も建てられている。また、周囲が山に囲まれていて、市街地からの光が入ってこない環境であることから、光害が少なく星空の観測に最適。通年で晴天率が高く、特に冬は空気が澄んで星がはっきりと見えやすい。

冬の星空だから息を潜めてそっと観たい

ハケ岳グレイスホテル

MAP 1 (P.22) 70台
須玉ICより約23.1km

[住所] 〒384-1305 長野県南佐久郡南牧村野辺山217-1
[電話] 0267-91-9515
><https://www.y-grace.com/>

星空観賞会

[料金] 無料(宿泊者のみ)
[時間・場所] 20:00にフロント前に集合後、ホテル専用グラウンドへ。混雑時は20:00、20:30の開催
※曇り、雨天の場合は室内ライブプラネタリウムを実施



All Keith Haring Artwork © The Keith Haring Foundation
Courtesy of Nakamura Keith Haring Collection

#3

クールに決めるもよし、作品のエネルギーに呼応するもよし。他の鑑賞者へのマナーやルールを守ったうえで、いろいろなアングルや撮り方を試してみよう。(モデル協力=中村キース・ヘリング美術館)
※展示物への接触は固く禁止されています。衣装や機材の持ち込みはご注意ください



キース・ヘリングの魂とメッセージを心から楽しめる フォト映像ミュージアム

本誌カメラマンによる
「ポップアート」スマホ撮影アドバイス

自分もアーティスト気分で!

スマホを斜めに構えたり、ドッグアイ(犬の目線)やキッズアイ(子供の目線)など、いつもと違う視点で構図を意識してみましょう!



美術館で自ら写真を撮るとどうなる?

ハケ岳はアートの宝庫だ。中でもオスメなのは「中村キース・ヘリング美術館」。よくぞこの地にニューヨークの1980年代のエネルギーを吹き込んでくれたと思う。
入り口からスロープを下る。突き当りの「闇の展示室」と、続く「グロリーングの間」は撮影禁止だけど、それ以外は撮影可(自撮り棒や三脚はNG)。キースのパワフルなアートの前で、彼の魂とメッセージに触れることのできるフォトジェニックを超越したシーンが待っている。キースの作品は魂を解き放ち、想像力を掻き立ててくれるから、この美術館では自分も一人のアーティストになり得る。そんな不思議な感覚でスマホを構えてみよう。

中村キース・ヘリング美術館

MAP ② (P.22) ②20台
小淵沢ICより約2.4km

〔住所〕〒408-0044 山梨県北杜市小淵沢町10249-7
〔電話〕0551-36-8712
〔開館時間〕9:00~17:00 【休館日】不定休 ※2020年1月14日(火)~2020年2月21日(金)は冬季休館(ホテルキーフォレスト北杜に宿泊のゲストのみ日程により特別入館予約可)
〔入館料〕一般1,500円、障がい者600円、16歳以上の学生600円、小人(15歳以下)無料
※展示内容については、下記webまたは施設までお問い合わせください ※広告媒体などのロケーション利用については要相談
▷http://www.nakamura-haring.com/



#2

森の中で遭遇する 幻想的な夜のメリーゴーラウンド

日没とともにライトアップされるメリーゴーラウンド。日中はファミリー層にも人気。

本誌カメラマンによる
「夜の不思議」スマホ撮影アドバイス

神秘の世界に飛び込んで 動画を撮影してみよう!

手はブレないようにしっかり固定しよう。肘をテーブルについてもOK。カメラは横位置で撮影しておくとう汎用性が高い。またSNSへの投稿も踏まえて、撮影時間は15秒以内にしておくとかと便利!



萌木の村の奥深くに 光り輝くメリーゴーラウンド

萌木の村 森のメリーゴーラウンド

MAP ② (P.22) ②230台
須玉ICより約19.2km

〔住所〕〒407-0301 山梨県北杜市高根町清里3545
〔電話〕0551-48-3522
〔開園時間〕10:00~17:00(12月~4月)
〔定休日〕年中無休
▷http://www.moeginomura.co.jp/

2019年11月~2020年3月は日没とともにライトアップ。写真撮影OK。日没後は、受付のスタッフが不在になることがあるので、メリーゴーラウンドを動かしたい方はレストランROCKのスタッフまでお声掛けください。



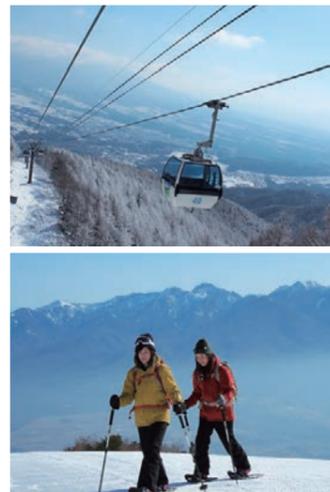
#5

人気沸騰中のスノートレッキングで 冬の新しいアクティビティ体験

人気のスノートレッキングを体験してみよう！

スノートレッキングとは、専用の靴（スノーシュー）をはいて雪山を歩く雪上トレッキングのこと。スキー、スノーボードに続いて近年日本でも人気沸騰中のアクティビティだ。スノートレッキングの醍醐味といえば、なんといっても白銀に輝く雪山を真近に見る絶景体験！ 八ヶ岳の山々や、八ヶ岳ブルーと呼ばれる真っ青な空、雪原に残された小動物の足跡など、カメラやスマホで撮影したくなる美しい光景が待っている。

スノートレッキング入門編の山として、本誌は富士見パノラマリゾートの入笠山をオススメ。初心者向けガイドツアー（要予約）があったり、スノーシューやウェアなど、用具はすべてレンタル可能なので、手ぶらでも気軽にスノートレッキングが楽しめる。



富士見パノラマリゾート 入笠山スノートレッキング

MAP ④ (P.22) ● 2,000台
諏訪南ICより約5.9km

〔住所〕〒399-0211 長野県諏訪郡富士見町
富士見6666-703 〔電話〕0266-62-5666
※スノートレッキングおよび用具レンタル、ゴンドラの料金、営業時間、プランなどは、下記webまたは施設までお問い合わせください。

▷ <https://www.fujimipanorama.com/>

速旅 ETC 限定
普通車・軽自動車等

“スキー・スノーボードをお得に！”
富士見パノラマリゾート スキードライブプラン

高速道路の割引料金と
スキーリフト1日券がセットになった
お得な商品はコチラ！

本誌カメラマンによる
「銀世界」スマホ撮影アドバイス

フラッシュをONにしてみよう！

雪が降っていたり舞っていたりしたら、昼間でもフラッシュを使って撮影してみよう。雪に光が反射してより美しく撮れますよ！



本誌カメラマンによる
「樹氷」スマホ撮影アドバイス

自然に溶け込んで 構図を決めよう！

キラキラを撮りたいときは、逆光か半逆光で撮ってみよう。接写してみるのも世界観が変化して楽しいですよ！

真っ白に輝く冬の八ヶ岳と真っ青な空のコントラストを目に焼き付け、北八ヶ岳、南八ヶ岳双方の大パノラマを眺めての空中散歩は迫力満点！ 冬山が初めてでも、このロープウェイに乗れば、冬の八ヶ岳を存分に満喫できる。北八ヶ岳は関東甲信エリアでは樹氷を見ることが出来るほぼ唯一の場所。ロープウェイから見下ろす樹氷群はとても繊細で美しく、寒さを忘れて見とれてしまう。

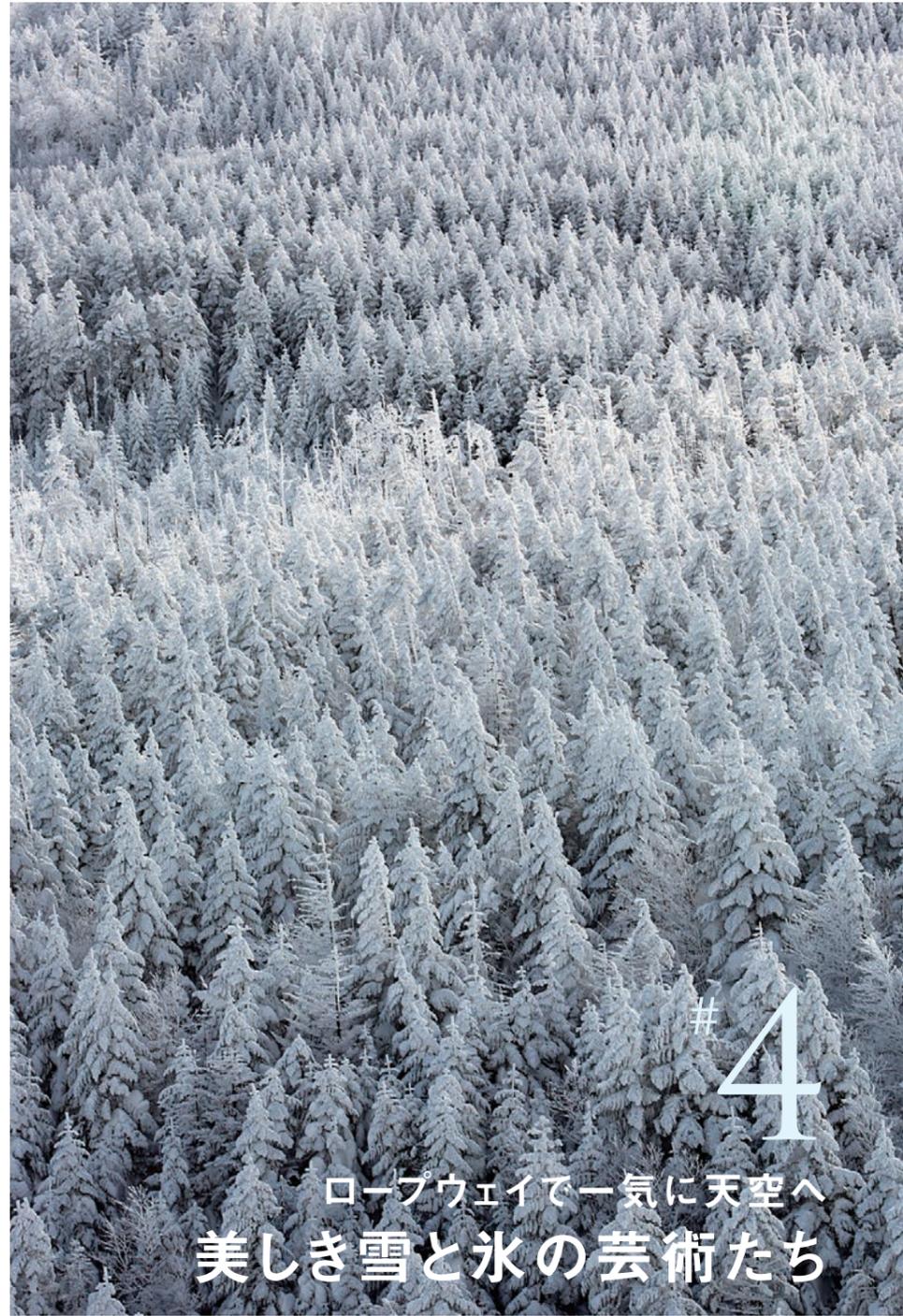
標高2237メートル
初めての樹氷を目に焼き付ける！

北八ヶ岳ロープウェイは、八ヶ岳の北端に位置する北横岳と縞枯山の間に架かり、山麓駅（標高1771メートル）から坪庭駅（標高2237メートル）までの高低差466メートルを約7分で駆け上がる1000人乗りの大型ロープウェイだ。

北八ヶ岳ロープウェイ

MAP ④ (P.22) ● 600台
諏訪ICより約23.6km、諏訪南ICより約26.1km

〔住所〕〒391-0301 長野県茅野市北山4035-2541
〔電話〕0266-67-2009 〔運転時間〕9:00～16:00 (冬季)
※シーズン・曜日によって運行時間の変動あり ※2019年11月5日(火)～12月13日(金)は整備点検のため運休
〔往復運賃〕大人(中学生以上)1,900円、小人(小学生)950円、(小学生未満)保護者同伴1名につき2名まで無料
▷ <https://www.kitayatu.jp/>



#4

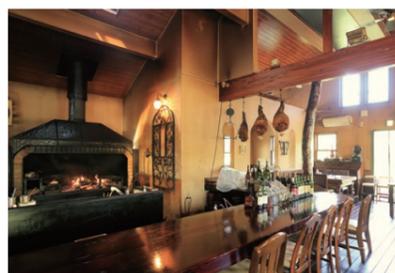
ロープウェイで一気に天空へ 美しき雪と氷の芸術たち



osteria agiato (オステリア・アジアート)

MAP (P.22) 約5台
諏訪南ICより約4.9km

【住所】〒399-0214 長野県諏訪郡富士見町落合9942-1
【電話】0266-62-7040
【営業時間】11:30~14:00、17:30~21:00 ※ディナータイムは前日までの予約営業のみ [定休日] 毎週日曜
▷ http://www.7b.biglobe.ne.jp/~osteria_agiato/
※季節や日によって料理内容が異なります。



暖炉レストラン ターシャ

MAP (P.22) 約30台
須玉ICより約5.4km、葦崎ICより約8.4km

【住所】〒408-0204 山梨県北杜市明野町上手11588
【電話】0551-25-4129 【営業時間】11:00~15:00、17:00~21:00 ※水曜、木曜のディナーは予約制。前営業日のお昼までに要予約 [定休日] 月曜(不定休)、火曜
▷ <http://piccolo-fiore.jp/>



Bar Perch (バー・パーチ)

MAP (P.22) 萌木の村の駐車場を利用可
須玉ICより約19.2km

【住所】〒407-0301 山梨県北杜市高根町清里3545
萌木の村 ホテル ハット・ウォールデン2F
【電話】0551-48-2131
【営業時間】17:00~25:00 [定休日] 不定休
▷ <https://barperch.com/>



Bar Perch

#8

淡い光と弾ける薪の音が極上の時間を作り出す
暖炉・バー



萌木の村 ホテル ハット・ウォールデン内にある「Bar Perch」。入手困難な希少ウイスキーを求めて全国からマニアが集まる。バーテンダーの久保田 勇さんはウイスキー文化研究所認定ウイスキープロフェッショナルであり、日本ラム協会認定ラム・コンシェルジュでもある。



本誌カメラマンによる「暖炉の暖かさ」スマホ撮影アドバイス

炎に焦点を合わせてみよう!

点火したばかりの薪は火の勢いが強く、画像が白く飛んでしまうので、安定するまで待ってから撮影を! 炎を美しく撮るには画面をタップして炎に焦点を合わせると、部屋と炎の明るさのバランスが良くなりますよ!

冬は暖炉や薪ストーブがなければ始まりません。
そして、シェフやオーナーが口々に言うのは、寒い冬の八ヶ岳だからこそ味わって欲しいものがたくさんあるということ。なるほど温かいおもてなしで旅人を迎える態勢は万全である。



#7

香りとともに逸品を味わう
暖炉・レストラン



暖炉レストラン ターシャ

「暖炉レストラン ターシャ」。日本最大級の暖炉を使い10時間じっくりロースする特選和牛のローストビーフは絶品! 暖炉前が似合うシェフの志田好伸さんは「一度来て、食べていただければ、それでいい」と絶対の自信をみせる。

冬休業する店が多い中、本誌が選んだこの3軒は、暖炉や薪ストーブで旅人を温かくもてなしてくれる優しいお店。暖炉のあるレストランは暖炉を調理器具としても使う。シチューを温めたり、ローストビーフを焼いたり。ホテルのバーでは、暖炉の薪の弾ける音を聴いてもらうために、BGMは音量を少し下げるといふ。八ヶ岳の

#6

冬の古民家を肌で感じる
薪ストーブ・レストラン



osteria agiato



築80年以上の古い別荘をリノベーションした「osteria agiato」。オーナーシェフの岡本 歩さんはこの町の出身。地元の食材にとことんこだわり、この八ヶ岳山麓が生み出す味や、生産者の想いを伝えることをとても大切にしている。

五感で感じる温かさと
美味しさを求めて
今年も冬の八ヶ岳へ

温かく優しく迎えてくれる
フォトジェニックなお店

エアコンを冷房から暖房に切り替える前に、フィルターを掃除する。毎年



右が初代醸造長の山田一巳さん。



中央道は僕にとって、縁起の良い「ビクトリー・ロード」なんです。



地域の人、道とわたし
～このエリアで生きていく喜び～

わたしの人生中央道

この連載では中央道・長野道沿線の地域に根ざした活動をされている魅力的な方たちをご紹介します。
第4回はビール醸造に青春をかけた、ハケ岳ブルワリーのヘッドブルワー松岡風人(まつおか・かざと)さんです。

ブルワリー：クラフトビール醸造所

大学3年のときに決めた
クラフトビール醸造の世界

僕はもともと東京農業大学の醸造学
科で発酵学や、微生物学を専攻してい
ました。3年生になってビールや他
のお酒を醸造する実験をしたとき、参
考にしたのがここハケ岳ブルワリー
の初代醸造長・山田一巳(注)が書いた「ビ
ール職人、美味しいビールを語る」で
した。「クラフトビールをつくるって面白
いぞ!」ぜひ山田醸造長の下でビール
づくりがしたい!という思いが募り、
当時求人募集はしていなかったのが
が、直談判して入社しました。大手の
ビール会社ではできない、ビールづく
りのすべての工程に自分で携わること
ができる面白さがここにはあります。

(注)山田一巳、キリンビール在職中に醸造開発責任
者として「一番搾り」や「ハートランド」の開発に携わ
る。1996年に定年退職後、清里に拠点を置き、
ハケ岳ブルワリーの初代醸造長に就任。理想のビ
ールづくりを求め「ハケ岳ビール・タッチダウン」をつ
くる。無濾過、非加熱処理にこだわった生ビールは、
WBAはじめ世界の名だたるビアアワードを受賞。

初代醸造長の夢を受け継ぎ、
「感動した!」と言ってもらえる
ビールづくりがしたいんです

山田一巳がいつも言う「10人が飲ん
で10人が『そこそこ美味しいね』と思
うビールではなく、10人のうち3人が
『感動した!』と言ってくれるビール」
を目標にブルワリーを続けています。そ
のためにモルト(麦芽)の風味を前面に

出した飲みごたえのあるビールづくり
をいつも心がけています。

大手メーカーでは醸造工程において
AIを使った自動濾過化が進んでい
ますが、うちは大量生産ではないので、
1本1本手作りに近い感覚でビール醸
造に向き合い、山田の夢が詰まった
「ハケ岳ビール・タッチダウン」に最
大級の愛情を注いでいます。

毎年須五ーCから中央道に乗り
横浜でのビールコンテストに参加

最近クラフトビールが全国的に広
まり日本中に醸造所ができました。そ
ういう中で、毎年1月に横浜で開催さ
れるジャパン・ブルワーズ・カップは、
全国40社超のブルワリーから300
種以上のクラフトビールが出品され、
ブルワリーのブランド・テイスティン
グによるビール審査会が行われます。
ビール醸造家によって本当に美味し
いビールが選ばれるこのコンテストに参
加するのが新年の恒例行事になってい
て、毎年楽しみにしています。中央
道・須五ーCから横浜まで、今年は受
賞するかな?他社の傾向はどうなん
だろう?とワクワク、ドキドキしなが
ら車を運転します。大切なビールを車
の荷台に乗せ、清里から横浜まで1年
分の願いを込めてドライブします。お
かげさまでうちのビルスナーは8年連
続で入賞しました!安全で揺れの少
ない中央道は、僕にとって良い思い出
のたくさん残る縁起の良い道なんです。

八ヶ岳エリア
ICからすぐの日帰り温泉

せっかく来た八ヶ岳だから
帰りもすぐ中央道に乗ることができる
2つの名湯に行ってみませんか？



須玉ICからすぐの本格温泉

須玉温泉 若神楼

MAP 11 (P.22) 200台
須玉ICより約1.1km

大浴場 露天風呂

森と水環境に恵まれた標高500mの七里ヶ岩高台に位置し、疲れを取り体調の正常化や健康条件を強めてくれる温泉。

●泉質：ナトリウム炭酸水素塩化物泉 ●源泉温：28.0℃ ●湧出量：1,080t/日 ●効能：神経痛、筋肉痛、関節痛、五十肩、運動麻痺、関節のこわばり、うちみ、くじき、慢性消化器病、痔疾、冷え性、病後回復期、疲労回復、健康増進など

【住所】〒408-0112 山梨県北杜市須玉町若神子5250
【電話】0551-42-3378 【料金】大人1,000円、小人500円
【営業時間】平日15:00～21:00、土日祝11:00～21:00（最終受付20:00）【定休日】不定休 【ご利用可能な浴室】男女大浴場（冬季は露天風呂は使えません）▷http://www.wakamiro.co.jp/

1,500mの地底から湧出



スパティオ小淵沢 延命の湯

MAP 12 (P.22) 120台
小淵沢ICより約1.6km

大浴場 露天風呂

日本列島の基盤の裂目に長い歳月をかけて蓄積された温泉。高濃度のミネラル成分を含み、心身をリフレッシュする効能を備えています。

●泉質：ナトリウム・マグネシウム・炭酸水素塩・硫酸塩泉（低張性中性温泉） ●源泉温：34.5℃ ●湧出量：140L/分 ●効能：神経痛、筋肉痛、関節痛、五十肩、運動麻痺における筋肉のこわばり、関節のこわばり、腰痛症、打撲、捻挫、疲労回復、健康増進など

【住所】〒408-0044 山梨県北杜市小淵沢町2968-1
【電話】0551-36-6111 【料金】大人830円、小学生420円、6歳未満無料 【営業時間】10:00～23:00（最終受付22:30）【定休日】不定休▷http://www.spatio.jp/hotspring/

ホテル八峯苑 鹿の湯
みどり
神秘の源泉・翠の湯

露天風呂は毎日17:00に源泉の足し湯をし、奥深い翠色に変わります。大浴場（内湯）では、1日3回「翠の湯」を楽しむことができます。（毎日10:00、16:00、18:00）



フォッサ・マグナって何？

フォッサ・マグナ (Fossa Magna) はラテン語で「大きな溝」という意味です。東北日本と西南日本の境目となる大きな亀裂帯で、古い時代（おもに中生代・古生代）の岩石でできた南北方向の溝の中に、新しい時代（新生代）の岩石がもつた地質学的な溝のこと。フォッサ・マグナに沿って南北方向に火山列があり、八ヶ岳はその中心部に位置します。



3種類の薬石を使った「薬石高温サウナ」「薬石気浴」では心も体も癒やされます。

内風呂も翠色に

毎日定刻色が変わる！



富士見高原リゾート

ホテル八峯苑 鹿の湯

大浴場 露天風呂

MAP 10 (P.22) 200台
小淵沢ICより約6.4km、諏訪南ICより約12.4km

【住所】〒399-0101 長野県諏訪郡富士見町境12067
【電話】0266-66-2131 【休業日】不定休▷https://happoen.jp/



●源泉温：39.8℃ ●湧出量：35.5L/分 ●泉質：硫酸塩泉
●効能：神経痛、筋肉痛、関節痛、冷え性、疲労回復、健康増進、動脈硬化症、切り傷、やけど、慢性皮膚病
※効能には個人差があります

日帰り入浴 【料金】大人（中学生以上）700円、小人（3歳～小学生）500円、3歳未満 無料
【入浴時間】10:00～21:45（受付終了21:00）

冬の露天風呂の入り方



屋外へ出る前に、まず内湯でゆっくりと体を温めましょう。八ヶ岳の冬の外気温はマイナスになるので、内風呂から露天風呂への移動には注意してください。お湯に浸したタオルで肩を保温しながら移動するのがオススメです。露天風呂に入るときは、掛け湯で風呂の温度に体を慣らしてから湯船へ。あとは自然の「頭寒足熱」状態でゆっくり浸かりましょう。温泉から出るときもゆっくり出るのが立ちくらみを防ぐコツ。
冬の露天風呂は家族や友達と一緒に。万が一の場合に備え、1人で入らないことがとても大切です。

温泉ソムリエ選

中日本の湯

Vol.4
富士見高原 広原温泉

八ヶ岳の裾野、標高1200メートル
高原の天空を愛でて寛ぐ
源泉100%の温泉

小淵沢ICからも諏訪南ICからも気軽に立ち寄れる富士見高原 広原温泉。そんな好アクセスの立地に、フォッサ・マグナ大地裂帯温泉郷があります。1日に数回変わる「翠の湯」で八ヶ岳の大地の神秘に触れてみませんか？

地下で生まれたフォッサ・マグナの温泉



温泉ソムリエ・りえ先生

日本全国の温泉と美味しいものに目がない永遠の25歳。名湯・秘湯や宿巡りをして、その効能や特徴・魅力を広めることが生きがい。

時間を確認して神秘的な「翠の湯」を楽しむ

太平洋・フィリピン海・ユーラシア・北アメリカの4つのプレートがひしめき合う「フォッサ・マグナ」の中央部に位置する富士見高原温泉「鹿の湯」は、地下深くの古期岩体の中で、何万年という時の流れとともに育まれてきた類まれな名湯です。本来の源泉は茶褐色ですが、泉質が強力なため、通常は濃過ぎてほぼ透明な湯を提供しています。露天風呂では毎日1回、内湯では1日に3回、本来の源泉を直接供給することで、茶褐色の源泉が空気に触れて変色し、翠色の湯に。地元のお客さまはこの時間を狙って入浴に来るそうです。肌に優しく、特に湯冷めしにくいこの湯は、冬の温泉を楽しむのに最適。ポッカポカになりますよ。
温泉に満足したら、お部屋から南アルプスの雄大な景色を眺め、心も体もリフレッシュしましょう！

SA・PAのトイレ清掃キャスト

地元の大学生にエリアキャストを密着取材してもらいました

トイレル密着取材



→長野道・梓川SA(下り)。休日の店舗利用者は1日約9,000人、便器数は男子トイレ(小15・和式1・洋式6)、女子トイレ(和式2・洋式23)、多機能トイレ1。
↓取材当日はNEXCO中日本八王子支社のスタッフも研修視察。左端・伊藤有紀(松本保全・サービスセンター-工務課)、右端・村田萌衣子(保全・サービス事業部 料金課)。



トイレ美化に誇り・意欲・責任感を持っています！

NEXCO 中の人

INSIDE NEXCO-NAKANIHON

わたしたちがインタビューしました！

松本大学 総合経営学部 観光ホスピタリティ学科4年生。2人ともマイカー持ちでSA・PAのトイレをよく利用するそう。



わたしたちがお答えしました！



中日本ハイウェイ・メンテナンス中央松本事業所 清掃キャストの尾澤とみ子(左)、塩澤由美子(右)。強烈なプロ意識を持ったトイレ清掃の達人。

トイレ休憩や、喉が渴いたとき、お腹が空いたとき、何気なく使っているサービスエリア・パーキングエリア。清掃がとてもしっかりしていますね。今回はその秘密を徹底解剖すべく、地元大学生が高速道路の「中の人」たちを直撃インタビュー！

「きれい・清潔・臭わない」
お客さまが気持ちよく使える
トイレ清掃の誇り

はじめまして。いつもSA(サービスエリア)やPA(パーキングエリア)を使っていて、本場にゴミが落ちていないし、特にトイレとか、すっごくきれいで驚いています。キャストの方は何名ぐらいいらっしゃるのですか？
例えば、ここ梓川SA(下り)は大きな施設となるため、1日に5〜6名のキャストが働いています。トイレ清掃、歩道・園地清掃、駐車場清掃、ゴミ回収および分別をそれぞれが担当しています。

たくさんの方がいるSA・PAのトイレ清掃って大変そうですね。
お客さまが常に快適に使っていただける清潔な状態を保つためには、チームワークが大切です。トイレ清掃はわたしたちの誇りでもあります。まず、毎日1回の「基本清掃」があり、個室トイレ・小便器・洗面台周り・床などの清掃、ペーパー類の補充を行います。「巡回清掃」ではSA・PA内を何度も歩き回り、汚れた箇所を清掃したり、ゴミの回収をします。

トイレ清掃の仕事でやりがいを感じるのとはどんなときですか？
お客さまからお褒めの言葉をもらったときは本当にうれしいです！この間も「急いでいるのに長居したくなるほど清潔でこのトイレは気持ちいい」と

言っていたかったです。

清掃は「まごころ」と「思いやり」の気持ちが大変なんです！

トイレ清掃だけじゃない
SA・PA内の清掃力！

わたしたちが解説します！



キャストの宮澤一夫(左)、太田和民(右)。
トイレ以外のSA全体の美化に努める清掃のプロ。

ゴミ回収



危険物や割れ物には特に注意を払っています。
ゴミ回収専用カートを使って、効率よく回収。回収後は紙くず、ペットボトル、缶、ビンなどの分別をします。

駐車場清掃



安全確保のために必ず2人体制で行い、1人は通行車両の監視をし、もう1人がゴミ回収を担当します。ヘルメット、安全服を着用し、監視役は黄旗を掲げます。

トイレ清掃 わたしたちのこだわり

大切なマニュアルと
もっと大切なまごころや思いやり



きれい・清潔・臭わない
KSNの手引き

全4章・約80ページにも及ぶマニュアルに基づいて、毎日清掃業務をやっています。KSNについて、ゴミ回収と分別、清掃作業、その他資料、基本的なこととプロとしての重要事項が満載！

使用場所に合わせて
色分け

タオル(クロス)やスポンジは、便器用・洗面所用・手すり用など使用場所によって色分けし、混用しないように使い分けています。



短時間で
清掃するためのコツ

清掃道具を前もってすべて揃えてから作業に取り掛かります。お客さまにご迷惑をかけず短時間で終わらせるようにいつも心がけています。

親しみやすさと
笑顔を忘れずに

お客さまが足を滑らせないようにご案内する足元注意のサインは、かわいバナナ型キャラクターのものを採用。小さなお子さまにも人気です。



水垢で濁った洗面台も…



こんなにピカピカに！ ※写真は一切の加工をしません。

学校のトイレを
ピカピカにしました！



大学のトイレをきれいにし、達成感でいっぱいの2人。

プロに学ぶ 清掃体験



梓川SAから大学へ場所を移して、プロから学生へ実際にトイレ清掃のノウハウを伝授。便器のフチの見えないところまで、手鏡を使って確認しながら、しっかり清掃。

清掃はおもてなしの
基本です



中日本ハイウェイ・メンテナンス中央株式会社 KSN推進部長・横江俊勝が松本大学でトイレ清掃のおもてなしについて特別講義。熱心に学生たちも真剣な面持ちで受講してくれました。

わたしも同じです！ ある子連れのお母さんが「子どもがこのトイレじゃなきゃ嫌って泣くもんで、わざわざこちらまで来ました！」って言って、うちのSAを選んでくれたんです。トイレの清掃をやっている、こんなにうれしかったことはなかったわ。

家でやるようにブラシを使って便器を磨くと思っていたら、直接タオルで磨いていたので驚きました。

悪臭の元を断つために、しっかり力を入れて磨けるタオル(クロス)を使っています。床清掃でも、まず大きなブラシが高速で回転する床面洗浄機を使い、そのあと汚れと臭いの元になる水気をモップで入念に拭き取ります。

KⅡきれい、SⅡ清潔、NⅡ臭わない。この3つをKSNとって、汚れを蓄積させない、その日の汚れはその日のうちに絶対取る！というポリシーでやっています。

夏や冬の観光シーズンはゴミも多そうなんです。

そうなんです。行楽シーズンはたくさんのお客さまがこのSAを利用してくださりますが、大きなゴミ箱がすぐに満杯になるので、担当キャストがゴミ回収専用カートを使って何度も回収します。駐車場の清掃はとても危険なので必ず2人1組でやります。

洗面台の周りにいつも花が飾ってあって、いいなあと思います。

あれは生花なんです。自然や花がたくさんある信州だから、たまに家の近所の花を摘んで持って来ることもあるんですよ。

「信州まごころトイレ」認定について教えてください。

観光県長野にあって、すべての旅行者が快適に利用できるトイレを目指するというプロジェクトです。長野県内にあるNEXCO中日本のすべてのトイレが認定を受けています。キャスト全員で頑張ってきた甲斐がありました。みなさん、いつも清潔にしてくれてありがとうございます。僕たちももっと清潔に使用するように心がけます！



信州まごころトイレ

洋式化やバリアフリー化など一定の基準を満たし、きれいなトイレを維持していく取り組みが行われている観光地の公衆トイレを認定する長野県の制度。

NEXCO中日本のおもてなしトイレプロジェクトについて、詳しくは下記のサイト「美化ピカトイレのヒミツ」をご覧ください。

>>> <https://www.c-nexco.co.jp/special/toilet/>



基本的な点検は地道な人力作業

●点検の基本 「目視点検」と「打音点検」

橋やトンネルなどの道路構造物の点検は人力による地道な作業が基本です。目で見て変状を把握する近接目視点検と、ハンマーで叩いたときの音の変化で損傷状況を確認する打音点検によって、確実に安全点検をおこなっています。



山梨県内にある全国でも珍しい高速道路の廃道。かつて中央道だった橋を教材にして、コンクリート構造物の健全度を調べる研修がおこなわれている。

昨今では、新規道路の開通や構造物老朽化の進行などの理由から点検の業務量が増え、その中で、より高度で効率的な点検をおこなうため、新技術の導入や開発も推進されています。すべての人が安心して利用できる高速道路を維持し、さらなる安全性の向上のため、社員一人一人が安全意識を高め、積極的に取り組んでいます。

高速道路構造物の点検方法は、近接目視点検と打音点検が基本となります。コンクリートのひびや金属の錆びを見分け、目視では異状がない箇所でも、ハンマーで叩き、コンクリートの音を聞き分け、健全度を調べています。また、地上から数十メートルの高さの橋脚を調べる際には、高所からロープでぶら下がるロープアクセスという技術も駆使しています。

24時間365日、たくさんの方が往來する高速道路は、常に安全でなくてはなりません。そのために、NEXCO中日本では、日々徹底した点検と修繕をおこなっています。その根底には、人材の育成が重要であるとの考えがあり、技術系社員・事務系社員の区別なく、将来の道路管理を担う若手社員が点検業務のイロハをベテラン社員から学び、安全に対する意識の向上に努めています。

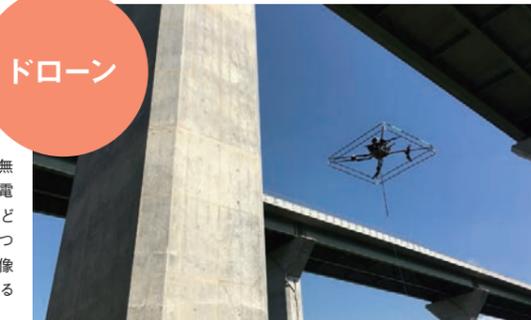
確実な安全のために
NEXCO中日本ができること

人力を補完する最新技術でさらなる安全を

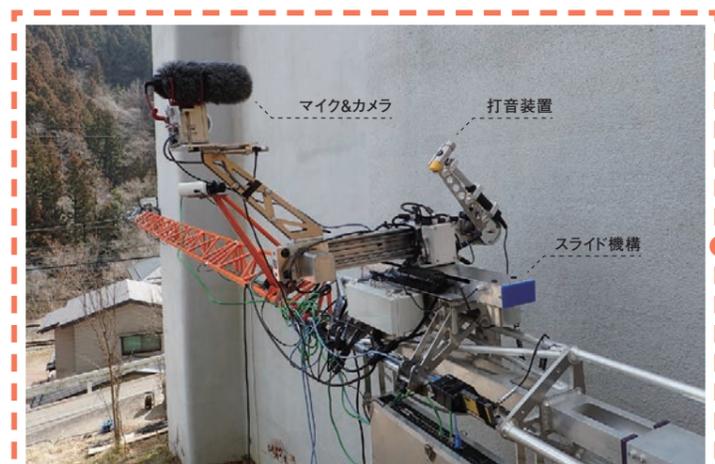
●点検の効率化 高所など点検困難箇所での業務補助

直接見ることができない箇所や高所作業車を使わずには点検ができない箇所などの業務をサポートするため、橋脚点検ロボットやドローンなどの最新技術の開発を進め、より安全で効率的な点検方法の導入を目指しています。

遠隔操作の有線マルチコプター。一般的な無線のドローンと異なり、電波が不安定な橋の下などでの飛行を可能とし、かつ大容量・高解像度の画像をリアルタイムで確認することができます。



ドローン



高い橋脚をモーターの力で昇降するロボット。高性能カメラやマイク、打音装置（ハンマー）が搭載されており、記録した精密なデータによって橋脚の健全度をチェックする。



橋脚点検
ロボット

安全のためにできる、すべてのことを。

次世代へつなぐ 安全への取り組み

高速道路の安心と安全は、徹底した点検によって守られています。さらに最新技術の開発や人材*育成によって、効率的で継続可能な安全点検を実現しています。



●点検の重要性 安全管理体制の確立と 安全を支える人材の育成

社員育成の現場では、高速道路で過去に使用していた設備や撤去された橋などを活用した実践的な環境で、熟練した技術者の指導の下、知識や技術を学ぶ研修をおこなっています。

安全点検のベテランから 若手社員へ安全意識の徹底

あらゆる業務が安全に直結するため、職種の垣根を越え、社員全員が安全を最優先として、自ら考え行動できる人材育成に取り組んでいます。

お客様の安全を第一に

先輩の経験や知識をしっかりと受け継ぎ活かしていくために、日々の業務から、道路構造物が安全であるか、お客様が安心できるかを常に意識することが大切だと感じています。また、社内で共有されている安全性向上に関する情報を欠かさず確認し、安全に関する知識をさらに深めていきたいと考えています。



環境・技術管理部 環境・技術課
高木健太郎 / 入社2年目



環境・技術管理部 品質管理課
関根信哉 / 入社38年目

安全を最優先とする意識の徹底

点検の基本は人力です。技術者による確かな業務が高速道路の安全を守っていると考えます。私たちが培ってきた経験や知識は、技術として身に付き、点検現場での想像につながります。若い世代の技術者には、自覚を持って業務に取り組み、経験を積んで、物事に対する想像力を磨いてほしいと思います。



NEXCO中日本の安全への取り組みについて、詳しくは下記のサイトをご覧ください。

>>> <https://www.c-nexco.co.jp/corporate/safety/torikumi/>

*NEXCO中日本では、社員は会社にとって最大の「財(たから)」であると考えています。そのため本稿では「人材」と表記します。

CHU-TRIP LETTERS

2019年1月に
新しく発刊した本誌
「CHU-TRIP」。
vol.2の巻末ハガキで
寄せられた
読者の声の一部を
ご紹介します。



2019年4月発行



vol.2では
「安曇野」を特集

みなさまからのご感想

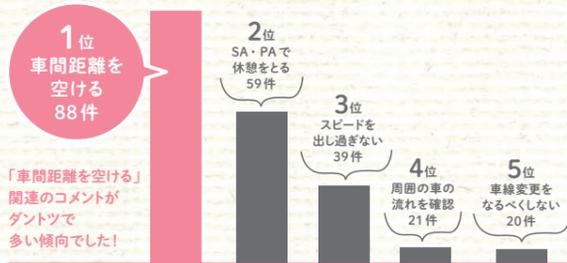
- フリーペーパーだとグルメや観光情報がメインになっているイメージですが、**CHU-TRIPは地域の自然や人、文化の良さを伝える内容**になっていて、その地でしか体験できないものを多く知ることができました。表紙の写真も美しく魅力を十分伝えていると感じました。(長野県・女性)
- 松本・安曇野観光を終えて帰路につこうとしているときに見つけて拝見しました。**安曇野には1日いましたがまだまだ行ききれないスポットがあることを実感した記事ばかりでした。**今回は雨で楽しめなかったサイクリングなど、次回また観光するときは、晴れの日に来て楽しもうと思います！(東京都・女性)
- 料金所大解剖は勉強になりました。**今まであまり考えなかった大変さや苦労に頭が下がります。これからも日本のみんなの安全のためよろしく願います。(静岡県・男性)
- 長野県出身ですが、知らなかった安曇野の魅力がたくさんあり、ぜひ訪れたいと思いました。**写真やイラストMAPがきれいで分かりやすくGOOD**です。(愛知県・男性)

- 八寿恵荘のオーナーのお話を読んでとても興味を持ちました。旅行が好きで色々な場所を訪れたいのですが、**旅先だと普段気を使っている食事や生活が乱れることが多くて不安でためらうことが多いのですが、ピオホテルという存在を知り、こんなすてきなホテルなら安心して旅ができますね。**(三重県・女性)
- 安曇野の特集を読んで久しぶりに行ってみたいになりました。**速旅も初めて知りました。**工事のCMも必要ですが、これはもっとPRして欲しいです。(東京都・女性)
- 実家が安曇野です。北アルプスの写真が**実家の近くから見える風景と同じだったので感動しました。**切り取って部屋に飾りました。(神奈川県・女性)
- 安曇野の魅力がいっぱい楽しく読ませていただきました。**マップは見やすく分かりやすく楽しいイラストですぐにでも行きたくなりました。**これからもたくさん楽しませてください。期待しています。(静岡県・男性)

高速道路でヒヤリとした体験や、安全のために心がけていることは？

- 感情的な運転はしないようにしています。**横入りされたり、無理な運転をするドライバーがありますが、謙虚な気持ちを持って争わないで、安全を心がけて運転しています。(三重県・女性)
- 走行中、ものすごい勢いで追い越し車線を走ってきた車の**タイヤが目**の前でいきなり**パンク・スピンしながら目の前に迫ってきたときは心臓が止まるかと思ったヒヤリとした経験です。**(千葉県・女性)
- 今のところヒヤリ体験はありませんが、最近の高齢者による事故、他人ごとではないと思っています。**私のモットーは、とにかく、こまめに休む**です。最近のSA・PAはすてきて、個性があります。休むと心が癒されます。(富山県・男性)
- 私は助手席に乗っていますが、**いつも何げなく優しく話しかけます。**例えば「後ろからバイク来てるね」「前の車、スピード遅くなっているみたい」「ゆっくり走ろうよ」「後ろからスピード出して来ている車がいる」。運転手の気持ちをゆったりとさせているつもりです。無理しないで安全にドライブしています。(千葉県・女性)
- 高速道路は仕事上、毎日のように利用しますが、車線変更には特に気を遣います。死角がありますので、**ミラーの確認だけではなく必ず振り向くように**しています。(長野県・男性)

- 自分のためより相手のために**夕方早めのライトオンを心がけています。**暗い色の車はすぐに夕闇に溶け込んでしまうので。(静岡県・女性)
- 中央道を走っているとき、**大きな鹿の死体？が横たわっていた。夜間だったので余計にヒヤリとしました。**動物の毛って保護色なんですよ。近付いて初めて分かりました。(山梨県・女性)
- 車の車線変更時に速度の調整で後ろの車に迷惑をかけないように教わったので常に注意しています。他の**運転手さんにストレスをかけないように気を付けます。**やはり、道を間違えそうになったときはヒヤリとしますね。(神奈川県・女性)



バックナンバーが閲覧できます。
<https://www.c-nexco.co.jp/activity/chu-trip/>



CHU-TRIP次号(vol.5)は2020年春の発行予定です。

NEXCO
日本から

第2号にもたくさんのお便りを頂戴し、ありがとうございました!! 掲載施設にぜひ行ってみたいとか、次はこんな記事が読みたいといったご意見が、編集部一同の励みになります。読者の皆さんのヒヤリ体験も、膝を叩くものばかり。全部載せられないのは残念ですが、高速道路の管理の現場で参考にさせていただきます。

みなさまのご意見・ご感想を右のハガキでお寄せください!

中央道 シーズンMAP 2019-2020冬・八ヶ岳編

本誌掲載スポットのほか、スキー場などスノー・アクティビティ情報を掲載。積雪情報をチェックして、スタッドレス・タイヤやチェーンなどの滑り止め対策を忘れずに。安心安全なドライブで冬の八ヶ岳を楽しもう。

イラストMAP=すぎやまみこ