

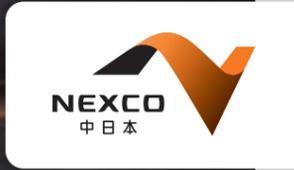
NEXCO 中日本 中央道マガジン

CHU-TRIP

Vol. 5

TAKE FREE

April, 2020
2020年4月発行



深し!
まつもとびとに学ぶ8か条

松本

8 profound lessons from
the people of MATSUMOTO

二つの国宝・松本城と旧開智学校校舎

セイジ・オザワ 松本フェスティバル／草間彌生の現在と原点
懐かしくて新しい“用の美”／行列のできる美味しさの秘密／バーの街・松本
井戸の“そば”のそば／山賊焼／移住者座談会／白骨温泉

中央道・長野道
シーズン
MAP付
2020・春

NEXCO 中日本 中央道マガジン

CHU-TRIP

Vol. 5

TAKE FREE

April, 2020
2020年4月発行



深し!
まつもとびとに学ぶ8か条

松本

8 profound lessons from
the people of MATSUMOTO

二つの国宝・松本城と旧開智学校校舎

セイジ・オザワ 松本フェスティバル／草間彌生の現在と原点
懐かしくて新しい“用の美”／行列のできる美味しさの秘密／バーの街・松本
井戸の“そば”のそば／山賊焼／移住者座談会／白骨温泉

中央道・長野道
シーズン
MAP付
2020・春

まつもとびとに学ぶ



旧開智学校校舎

MAP ① (P.22) 約20分
松本ICより約4.2km

【住所】〒390-0876 長野県松本市開智2-4-12
【電話】0263-32-5725 【開館時間】9:00~17:00
【最終入場】16:30 【休館日】3~11月の第3月曜、12~2月の月曜(祝日の場合は翌日)
▷ <http://matsu-haku.com/kaichi/>

昨年9月、国宝に指定された旧開智学校校舎。地元の大工棟梁・立石清重が設計した洋風とも和風ともとれる不思議な様式の擬洋風建築。文明開化時代の小学校建築を代表する建物がこの地にあること自体が素敵だ。

その向かいにある現・開智小学校から週に2~3回、児童たちが掃除にやってくる。「僕たちの宝物は僕たちが磨く!!」と国宝の掃除を受け持っている。「観光客から質問されると、掃除の手を止めて誇らしげに答えてるんです」と担任の先生がうれしそうに話してくれた。こんなところに「まつもとびと」の学びの原点があるのだろう。

まつもとびとに学ぶ8か条

特集 深し!
松本

8 profound lessons from the people of MATSUMOTO

松本、そして「まつもとびと」。
本州、および長野県のほぼ中央に位置し、
「楽都、岳都、学都」の三つの顔を持つ城下町。
老若男女、真っ直ぐ前を向いている。
はるか向こうの山のさらに向こうを眺めている。
まつもとびとはまつすぐびと。
語って語って語り通す
学んで学んで学び通す
楽しんで楽しんで楽しみ通す
深くて深く、だから心に沁みる。
深し! 松本。今日もあつぱれ。
この地を識るにはまつもとびとに聞くがいい。



2020年4月発行



【表紙A】珈琲まるも (P.9)
の「ハニートースト」
写真=弘瀬秀樹



【表紙B】国宝の旧開智学校校舎 (P.3)
写真=PIXTA (ピクスタ)

CONTENTS

特集 深し! 松本 ②
まつもとびとに学ぶ8か条

- #1 国宝・松本城の魅力と真価
- #2 セイジ・オザワ 松本フェスティバル
- #3 草間彌生の現在と原点
- #4 懐かしくて新しい“用の美”
- #5 行列のできる美味しさの秘密
- #6 松本オーセンティックバー物語
- #7 水が美味けりやそばも美味しい
- #8 松本のソウルフード山賊焼

新・まつもとびとに聞く 松本の魅力 ⑫

わたしの人生中央道 ⑭

NEXCO・中の人 ⑯

令和元年台風第19号の被災現場
通行止め解除までの7日間 ⑳

中央道・長野道シーズンMAP ㉒

温泉ソムリエ選・中日本の湯
白骨温泉 ㉔

◎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「妻」)
◎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 他
◎イラスト=すぎやまえみこ (P.9、22-23)、アボット奥谷 (P.25)
◎協力=松本大学

※本誌に掲載の内容は2020年3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。

車を置いて城下を散歩する 三つの通り巡り

城下町ならではの味わい深い雰囲気と、歴史を感じさせる通りがいくつもあるのが、さすが「深し！松本」。それぞれの特徴を感じながら、ぶらり街歩きをしてみたい。



■ 中町通り

城下を流れる女鳥羽川に沿って続く、なまこ壁と呼ばれる土蔵造りの建造物が立ち並ぶ風情豊かな通り。江戸時代は造り酒屋や呉服店が並び通りだった。蔵の数に圧倒される。



■ 縄手通り

女鳥羽川を挟んだ対岸にある縄手通りは、明治以降の城下町整備でできた懐かしい雰囲気が残る商店街。古民具店、骨董品店が軒を連ねる歩行者天国の観光ストリート。



■ 上土通り

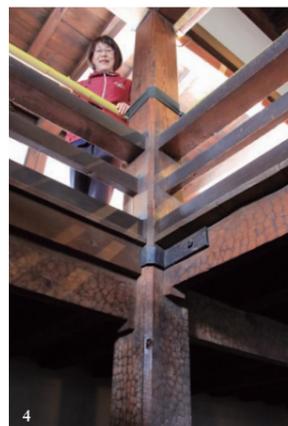
かつては映画館や劇場が立ち並び、松本庶民文化の先端を行くハイカラな街として栄えた。現在は「大正ロマンの街」として、魅力的な店舗や宿泊施設が集まる注目のエリア。



上土通りエリアの活性化や情報発信に取り組む松本大学の白戸ゼミ、畑井ゼミのみなさんと地域の人々。



大正時代の看板建築の店舗をリフォームした「古本喫茶 想雲堂」。信州をはじめ世界中の郷土史・民族誌などの古書が多く並ぶ。



- [1] 北アルプスを背景にする佇まいが美しい五重の天守。天守5棟が国宝に指定。
- [2] 展示品の鎧。外国人は映画「スター・ウォーズ」のダース・ベイダーをイメージするそうだ。
- [3] 偶然居合わせた外国人親子にも優しい中田さん。
- [4] 2階分突き抜けている通し柱は天守の重さを支えるための建築方法。
- [5] 徳川第三代将軍・家光を迎えるために増築されたといわれる月見櫓。
- [6] 大天守4階から5階の最も急勾配な階段は通行に注意が必要。



#1 訪日外国人専門ガイドに学ぶ 国宝・松本城の魅力と真価

松本城

インバウンド時代の城巡り

戦国時代に築かれた大天守など3棟と、江戸時代に増築された月見櫓など計5棟で構成されている日本唯一の複合天守群を持つ国宝・松本城。松本観光の中核をなすこの名所には、海外特に欧米からの観光客が引きも切らない。ALSA（アルプス善意通訳協会）は、松本城を中心に外国人向けのガイドをおこなうボランティアグループ。対応言語は英語を中心にフランス語、スペイン語、イタリア語、ポルトガル語、中国語など。年間1万人近い外国人観光客を無料でガイドしている。ALSA理事長の**中田和子**さんは、「欧米からのお客さまは日本のお城のことや歴史を事前に勉強していることが多いです。城内が狭く薄暗いこと、階段が急なことまで熟知していて、日本人観光客よりも詳しいくらいですよ。ゆっくり城内を見て回るために団体ツアーではなく、個人やグループで来城され、ガイドのわたしが話すことを熱心に聞き取り、分からないことは積極的に質問してくれます。ボランティアガイドとしてはそれが一番うれしいですね」と話す。

国宝・松本城の本当の魅力とは？

中田さんのガイドでは、松本城を時代とともに巡る。城内の展示品や、戦のために建てられたとは思えぬ柱一本一本に遺る手斧削りの美しさ、鉄砲や弓を放つための狭間という小さな窓など武装を重んじる戦国時代の造り、大天守での景観はもちろん、見逃しがちな天井に祀られている守り神も鑑賞する。その後、急な階段を降りると雰囲気が一変。戦のない江戸時代に築造された月見櫓の優雅で開放的な造りを観て、二つの時代をまたぐ松本城の国宝たる所以を堪能する…。ここに本当の魅力があるのだ。せっかく国宝を訪れるなら、外国人観光客に負けず、しっかりとその真価を堪能してほしい。

松本城

MAP (P.22) 市営駐車場をご利用ください
松本ICより約3.5km

〔住所〕〒390-0873 長野県松本市丸の内4-1
〔電話〕0263-32-2902 〔開場時間〕8:30～17:00 (最終入場16:30) ※時期により変動あり 〔休館日〕年末(12月29日～31日)を除き無休 ▶ <https://www.matsumoto-castle.jp/>

ALSA (アルプス善意通訳協会)

松本城を中心に、海外の方々に外国語(英語を中心にフランス語、スペイン語、中国語など)でのガイドサービスを提供するボランティアグループ。スタッフが松本城入り口に常駐し、外国人観光客に同行対応。

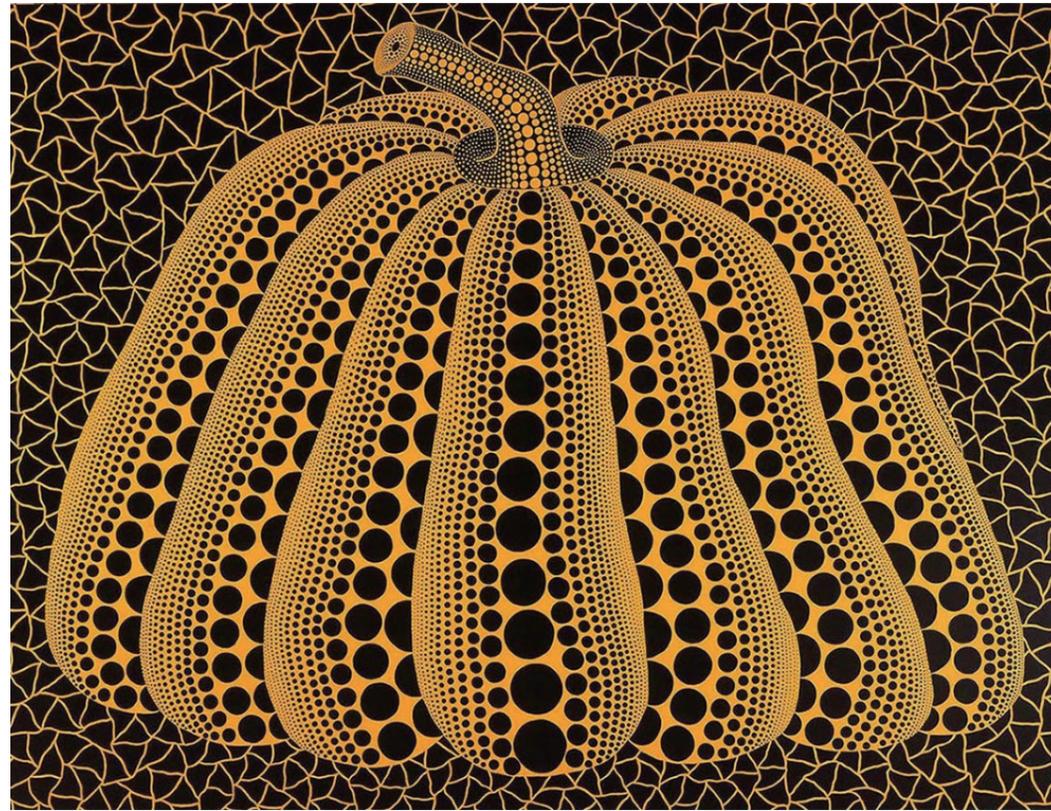
芸術

深し！松本 — まつもとびとに学ぶ8か条

8 profound lessons from the people of MATSUMOTO

#3

生まれ故郷でなければ体験できない
草間彌生の現在と原点



《かぼちゃ》1999年

【右】屋外に展示されている《幻の華》2002年
【中央】圧倒的な特集展示室 ※期間により展示作品は異なる。
【左】収蔵作品の前で話してくれた波田見彰さん。



© YAYOI KUSAMA

「草間彌生の魂はいつれ松本に帰ってくるでしょう」と語ってくれたのは、草間彌生の初期作品から最新シリーズまでを数多く収蔵する松本市美術館学芸員の波田見彰さん。

松本市出身の草間彌生は、90歳を過ぎてなお精力的に制作を続けながら世界を舞台に活躍している。その魂は確かに松本、いや、日本にはないのかもしれない。担当学芸員として彼女に近い彼の言葉は非常に興味深い。

「種苗問屋に生まれ裕福な幼少期を過ごすも、幻聴と幻覚に悩まされ、それらを描きとめたのが、草間作品の代名詞となった水玉や網目模様モチーフの原型の一つです」と波田見さんは語る。ここに草間彌生の創作の原点を垣間見たような気がする。彼女の代表作の一つである《かぼちゃ》(1999年)やその立体作品は圧巻である。松本での幼少期からテーマにしてきた植物と、水玉模様が見事に融合している。

世界的な前衛芸術家・草間彌生の現在と原点を、その生まれ故郷でぜひ体感してほしい。

草間彌生の魂はどこにある？



くさま やよい
草間彌生 (1929-)

長野県松本市生まれ。1957年単身渡米、前衛芸術家としての地位を築く。表現方法は、平面、立体、環境芸術、映像、小説、詩など多岐にわたる。2016年文化勲章受章。

松本市美術館

MAP ④ (P.22) ①67台
松本ICより約3.7km

【住所】〒390-0811 長野県松本市中央4-2-22 【電話】0263-39-7400
【開館時間】9:00~17:00(最終入場16:30) 【休館日】月曜(祝日の場合は翌日)、年末年始
※改修工事のため2021年に休館予定 【収蔵数】約2,500点(うち草間彌生作品は約400点)
▷<http://matsumoto-artmuse.jp/>



【右/上】2019 セイジ・オザワ 松本フェスティバル「ふれあいコンサートI」◎大窪道治/◎山田毅
【中央】同「オーケストラコンサート」◎山田毅
【下】2005年、小澤征爾の指揮による松本城での「合同演奏会」◎ほそがや博信



音楽 #2

今夏もオーケストラがやって来る！
セイジ・オザワ 松本フェスティバル



コントラバス奏者の池松 宏さん。

楽都・松本の忘れられない夏

松本で毎年開催され、まつもとびとから愛される「セイジ・オザワ 松本フェスティバル」(旧称「サイトウ・キネン・フェスティバル松本」)を設立。2015年に改称後の現在まで総監督を務める世界的指揮者。

他では感じることでできない小澤マエストロのオーラを全身に浴び、世界の一流プレイヤーと演奏するステージは、池松さんの中でも特別なものだという。今夏もサイトウ・キネン・オーケストラの一員としてコンサート・プログラムに参加予定。出演するのを楽しみにしているそう。

フェスティバル開催中は市内のホテルに1か月近く滞在し、小澤ワールドにどっぷり浸りながら、空き時間には市内から1時間くらい車を走らせ大好きな溪流釣りを楽しみ、自然と文化が融合した松本を満喫。東京都内から中央道・長野道を運転し、松本に入るときに目に飛び込んでくる山々の圧倒的な美しさも彼の音楽活動を支えている。

季節のイベント

2020 セイジ・オザワ 松本フェスティバル

8月下旬~ 開催予定

【会場】キッセイ文化ホール MAP ④ (P.22) 他
【お問い合わせ】セイジ・オザワ 松本フェスティバル実行委員会 (【電話】0263-39-0001)
詳細は公式HPをご確認ください。
▷<https://www.ozawa-festival.com/>

民芸

松本に根付く民芸・工芸の精神
手しごとの良さに触れる



松本民芸館

MAP ⑤ (P.22) ④約30台
松本ICより約6.3km

中町通りの「ちきりや工芸店」の初代オーナーの故・丸山太郎氏が、柳宗悦の民芸運動に共鳴して集めた日本や世界の民芸コレクション約6,800点を収蔵した民芸館。企画展や体験講座も随時開催。

〔住所〕〒390-0221 長野県松本市里山辺1313-1
〔電話〕0263-33-1569 〔開館時間〕9:00～17:00 (最終入場16:30) 〔休館日〕月曜(祝日の場合は翌日)、年末年始(12月29日～1月3日)
▷<http://matsu-haku.com/mingei/>

季節のイベント



工芸の五月

4月29日(祝)～5月31日(日) 開催予定

2007年より、毎年5月を「工芸月間」とし、松本市を中心に美術館、博物館、ギャラリーなど、70の会場で工芸の企画展が開かれています。詳細は市内各施設・店舗などで発売されるオフィシャルガイドブック、または公式HPで。

▷<http://matsumoto-crafts-month.com/>

「松本には、柳宗悦の唱えた民芸運動に共感した人々によって、さまざまな工芸品製作が活発におこなわれてきた礎があります。1か月通して工芸に触れられるこの時期に、ぜひ松本に足を運んでみてください」



(都市計画室/松本クラフト推進協会 事務局・倉澤 聡さん)

まるも旅館・珈琲まるも

MAP ⑥ (P.22) ④近隣のコインパーキングを利用
松本ICより約2.8km

〔住所〕〒390-0811 長野県松本市中央3-3-10
〔電話〕0263-32-0115
珈琲まるも〔営業時間〕9:00～16:00 〔定休日〕年末年始
▷<http://www.avis.ne.jp/~marumo/index-j.html>



〔1〕1868年創業のまるも旅館。現在の建物は1887年松本の大火後に建築された蔵造りで旧開智学校校舎と同じ立石清重が設計。〔2〕名物の朝食には人間国宝作の器が普通に使われる。〔3・4〕館内はほっとする雰囲気。〔5〕1956年創業の珈琲まるもの店内は全て松本民芸家具。〔6〕ハチミツとクルミの「ハニートースト」。〔7〕4代目代表・三浦史博さん。



古いまま変わらないという価値を守り続けること
先代からこの旅館と喫茶店を引き継いだ頃、不安だった三浦さんは新しい何かを取り入れようとして試行錯誤したこともあったが、喫茶店を利用するお客さまの中に、いつも同じ椅子に座り、その椅子を撫でている方がたくさんいるのを見て、「何も変えない」勇気を得たという。今は温故知新の精神でこの旅館と喫茶店を続けている。

松本民芸家具の魅力は、年数を重ねるほどに柔らかく優しくて何か懐かしい風合いになっていくこと、いつまでも飽きないこと。つまりこの松本の地と同じなのだ。

「うちに来たお客さまは、初めての方でも懐かしがつくついでくれます。若い方は「おばあちゃんのうちに来たみたい」とも言ってくれます」。

「まるも旅館」と「珈琲まるも」の4代目代表・三浦史博さんが商うこの2軒には松本民芸家具が置かれている。創業以来使っている椅子や、テーブル、筆筒、戸棚などは、傷が付いたりガタがきたら家具職人さんに丁寧に直してもらおう。そしてまた使う。この繰り返しが初代からもう100年以上続けている。

「うちに来たお客さまは、初めての方でも懐かしがつくついでくれます。若い方は「おばあちゃんのうちに来たみたい」とも言ってくれます」。

初めてなのに懐かしい古いの新しい

#4

文化都市・松本に根付く民芸の心
懐かしくて新しい“用の美”

世界中からファンが訪れる松本民芸の代名詞

民芸もしくは民芸品とは、民衆生活の中から生まれた日常的に使うことを目的とした美術品や工芸品の考え方、もしくは日常的に使われる地域独特の手工芸品のことをいう。そして、「用の美」を大切にするのが民芸精神。大正時代に民芸運動が日本各地で起こるが、松本は古くから和家具の一大産地で、この職人たちが高度な技術を駆使し、和家具にイギリスのビンテージ家具の良さを取り入れて生まれた和風洋家具が松本民芸家具である。実用的で欧米風のデザインの松本民芸家具は、使うほどにその味わいを増し、現代にまで引き継がれている。

美食文化

深し！松本 — まつもとびとに学ぶ8か条
8 profound lessons from the people of MATSUMOTO

#5

80年以上続く老舗店のオーナーが教えてくれた
行列のできる美味しさの秘密

時代遅れの洋食屋とは？

16年前「洋食屋おきな堂」を当時33歳の木内伸光さんが継いだときは、まだお客さまもまばらな店内であった。しかし、このレトロな外観も内装も、洋食というジャンルもこの街にはびつたりだと信じ、保守本流の洋食作りを徹底した。駅周辺には新しい形態のレストランやカフェが次々とオープンする。しかし愚直にシンブルな洋食を提供し

続けた。もともと創業当時は旧制松本高等学校の学生がコーヒーを飲んだり、ライスカレーを食べに寄った当時のモダンな文化を作った店である。現代のお客さまに通じぬはずはないと信じた。そして県内外のメディアや、口コミから火がついてここ数年行列のできるお店になった。店名の「時代遅れの洋食屋おきな堂」は決して時代に取り残された店という意味ではなく、自らそのモダンイズムを誇示しているのである。



上土通りの菓子店「翁堂」から、1933年（昭和8年）に「翁堂喫茶部」として独立。定番のオムライスをはじめ、昔懐かしい洋食メニューが揃う。

時代遅れの洋食屋 おきな堂

MAP 7 (P.22) 近隣に提携駐車場あり
松本ICより約3.1km

〔住所〕〒390-0811 長野県松本市中央2-4-10
〔電話〕0263-32-0975 〔営業時間〕平日・土曜・祝日
11:00～15:30(L.O.15:00)、17:30～21:00(L.O.20:30、
コースL.O.20:00)、日曜:11:00～18:30(L.O.18:00)
〔定休日〕第2・4水曜、12月29～31日 ▶<https://okinado1933.com/>



#6

日本を代表するバーテンダーに聞く
松本オーセンティックバー物語

正統派バーの定義

松本は全国でも有数のバーの聖地。全国から大人の社交場を愛するお酒好きたちが集まってくるもう一つの夜の顔を持っている。その中でも別格の人氣と評価を得ているのが「MAIN BAR COAT」だ。そのオーナーであり、全国バーテンダー技能競技大会において総合優勝を果たしている林幸一さんが語る正統

派のバーとは、バーテンダーのおもてなしがなによりも基本。お酒の知識を熟知し、お客さまに合わせて、そのときに最も相応しいお酒を提供できるこそが、オーセンティックバーの最低条件だという。「バーテンダーのテンダーとは、人に対して思いやりがあつて優しいこと。なるほど、松本のバー文化には「オーセンティック・バーテンダー」ともいふべき存在が欠かせないのだ。



バーの街・松本のバー文化の顔である林さんは、「松本ブルワリー」の代表でもあり、「クラフトビールフェスティバル in 松本」の総合企画を担当。松本のクラフトビール文化をも牽引している。

MAIN BAR COAT

MAP 8 (P.22) なし
松本ICより約3.0km

〔住所〕〒390-0811 長野県松本市中央2-3-5 ミワビル2F
〔電話〕0263-34-7133 〔営業時間〕18:00～24:00
※終日禁煙 〔定休日〕日曜(日曜・月曜連休の場合は月曜)
▶<http://mainbarcoat.com/>



#7

松本市内最大の井戸のすぐ隣
水が美味けりやそばも美味しい

年中冷たいおそばを食べて

松本城下町には市民の喉を潤す湧き水が多数点在し「まつもと城下町湧水群」として知られている。中でも「源智の井戸」はその代表。そしてそのすぐ隣にあるのが「源智のそば」。

店主の関洋一郎さんは信州大学理学部を卒業後、そば好きが昂じて戸隠神社の宿坊に籠りそば打ち修行。3年後、学生時代を過ごした松本に戻り、

偶然見つけた源智の井戸の隣の物件でそば屋を始めた。

そばを捏ねるときに用いる水や出汁には、この源智の井戸の湧き水をたっぷりと使用。毎朝10時開店。朝打ちの二八そばは香りが良くコシも強い。松本には数多くのそば屋があるが、ここではねぎやわさびなどの薬味を使わずに、荳胡麻だけをそばつゆに入れて食べてみよう。そばをひと口すすった後の清涼感が新鮮。



戸隠でそば打ち修行をした店主の打つそばは、お店のすぐ隣にある源智の井戸の水を使用。荳胡麻や季節野菜の天ぷらなどもお好みで。

源智のそば

MAP 9 (P.22) 約3台
松本ICより約3.7km

〔住所〕〒390-0811 長野県松本市中央3-7-8
〔電話〕0263-33-6340
〔営業時間〕10:00～18:00、日曜10:00～15:00
※売り切れ次第終了 〔定休日〕木曜 ▶HPなし



#8

子どもから大人まで地元で愛される
松本のソウルフード山賊焼

松本名物・山賊焼誕生秘話

「食堂組合の若手が集まって新たに松本の名物料理を作ろうと盛り上がったのがもう15年前。当時10軒ほどで始めた山賊焼は、現在では他の飲食施設や旅館など80軒以上で提供されています。8年前に結成した松本山賊焼応援団では、団長として旗振りをしてますよ。「居酒屋一步」の店主・志賀文師さんはこう過去を語る。まずは地元の子



鶏の一枚肉をにんにく、しょうがなどが入ったたれに漬け込み、揚げる「松本山賊焼」。名前の由来は「山賊は物を取り上げる＝鶏揚げ」という説も。

居酒屋 一步

MAP 10 (P.22) なし
松本ICより約3.7km

〔住所〕〒390-0874 長野県松本市大手4-10-17
〔電話〕0263-36-8484 〔営業時間〕11:30～14:00、
17:30～深夜 〔定休日〕日曜
▶<https://www.matsumoto-ippo.com/>



もたちに山賊焼を愛してほしいという思いから、学校給食に加えてもらいに市内の小中学校へ頼みに行ったり、コンビニへ山賊焼弁当を売り込みました。地元愛だけで動き回ったそうである。志賀団長が作る山賊焼は、大きな鶏もも肉を一枚使い、味噌だれに漬け込んでサクサクの衣で揚げたジュシーな逸品。観光客はもちろん、地元の子どもたちも大好きな「松本のソウルフード」がようやく完成した。



畑作業の合間のお茶タイムが楽しみ
川口恵美さん

松本は移住したくなるくらいステキな街!

それぞれ目的は異なるが
この大自然は共通の憧れ

みなさん、松本への移住歴は
さまざまですが、この街はいかがですか？

ここからの眺めが
お気に入り
山本香織さん



冬も気になりません。

す！冬は寒いけれど、この寒暖の差が美味しいフルーツを作るのだと思うと寒い

中平さん わたしは長野市からの移住です。主人は松本の人間。元々長野と松本は仲が悪いってみんな思っているようですが、来てみて全くそんなことがなく(笑)、1年4か月このカフェをやっていますが、常連さんも少しずつ増えて軌道に乗り始めました。長野市では見られない北アルプスの常念岳つねのねをお店の前の通りから眺めては毎日感動しています。
服部さん プロのスノーボーダーになる夢を掲げている中学2年生と小学5年生の娘たちと1年に40〜50日は長野県のスキー場に来ていたので、いっそ引越そう！と、奮起し移住しました。今シーズン娘たちは思う存分練習しています！こちらに来てまだ日が浅いのですが、市内のスポーツショップに知り合いがいたり、スノーボード仲間たちなど相談相手もたくさんいて、不安なく暮らしています。

地元民と移住者のギャップが生み出している
松本の「ちょうど良さ」を

山本さん 地元の方々からは、なんで松本を選んだの？とよく聞かれます。わたしたち移住者はとても満足しているけれど、不思議がられることも多いですね。

川口さん わたしも奈良から来たと言いつつ、なんであんな良いところから来たの？と不思議がられたことがあります。
服部さん 何も無い、寒いところだよーって言われました。わたしたちはその寒さと雪



娘たちがイキイキ
しています
服部理恵さん

を求めてやって来たんです！
中平さん わたしは信州人なので、地元の人って意外に松本の良さを分かっているな、と思いましたが。客観的に見られる移住者の方が松本の魅力に気がやすいのかも。

気が付いたらすっかりまつもとびとになっていました



夕方の
旧開智学校校舎は
とてもキレイ!
中平梨恵さん

—みなさん、ご自身で大切にしている松本の好きなスポットや習慣を
ご紹介していただけますか？
山本さん まつもと市民芸術館の屋上にある芝生の広場が、眺めも良くてお気に入りです。東京や大阪から友人が来ると必ず案内しちゃいます。
服部さん 観光スポットではありませんが、冬季以外は娘2人がスケートボードをするために松本市総合体育館へ通っています。

川口さん 畑作業のおやつタイムに地元の方が用意してくれる漬物が美味しくて、お茶ととも合うのですっかりハマりました。最近、そば打ちも始めたのですがなかなか奥が深いですね。

中平さん 夕方、中央図書館から眺める旧開智学校校舎のシルエットが素敵すぎて涙が出そうになります。

[まつもと暮らし応援課]について

首都圏をはじめとする県外などから松本市へ移住を考える方の総合相談窓口。住居や就職、生活環境など、移住に関する各種相談を受け付けている。東京・名古屋・大阪などの都市部で、松本の暮らしを紹介する移住セミナーも開催。



お問い合わせ

松本市政策部 まつもと暮らし応援課
〒390-8620 長野県松本市丸の内3番7号(本庁舎1階)
電話:0263-34-3193 FAX:0263-34-3493



松本にぜひ遊びに来てほしいね!



松本移住者座談会
@ CAFE YUKI.RI
2020.1.28

Matsumoto

新・まつもとびとに聞く松本の魅力

Moved to Matsumoto

人気の移住先ランキングで3年連続1位(ふるさと帰郷支援センター発表)の長野県。中でも特に人気の松本市に移住した女性4人にこの街について本音で語ってもらいました。

司会進行: 松本市政策部 まつもと暮らし応援課 課長 武井厚志さん

今回の参加メンバー



服部理恵さん

三重県桑名市から
松本市浅間温泉へ移住して4か月
お仕事: パートタイマー



中平梨恵さん

長野県長野市から
松本市城西へ移住して3年
お仕事: カフェ経営



山本香織さん

愛知県名古屋市から
松本市深志へ移住して8年
お仕事: イラストレーター



川口恵美さん

奈良県生駒市から
松本市今井へ移住して13年
お仕事: 農業(ぶどう、りんご作り)

地域の人、道とわたし

わたしの人生中央道

このエリアで生きていく喜び



My Life, My Way



[1] 松本市郊外の奈川に移住して早や27年。2人とも車の運転が大好きで、荘六さんの愛車はボルシェ、雅子さんはフォルクスワーゲンで街へ買い物に出かける。[2] 朝食やティータイムは白樺林を眺めながら、必ず2人で過ごす。[3] 自然を愛してやまない2人の共通の趣味の一つが登山。[4] 2019年に荘六さんは85歳でアフリカ・タンザニアのキリマンジャロ(5,895m)登頂に成功！ [5] ワインが美味しいことも信州に移住先に決めた理由の一つ。[6] ご自宅の地下室にはワインセラー。特に温度調整をせず、自然の冷気でちょうどいいのだとか。



[1] 柳澤さんが応援する松本山雅フットボールクラブは1965年に結成された母体企業を持たない市民クラブ。[2] ホームスタジアムであるサンプロアルウィン(長野県松本平広域公園総合球技場)の年間シートを購入。もちろん毎試合マイシートで観戦する。[3] 今季のホームユニホームは選手のサイン入り。"12番目の選手"といわれるほど、サポーターは大きな存在。[4] サポーター同士が一体となり気合を入れて応援。[5] 柳澤さんがサポーターを始めた2007年、北信越フットボールリーグ1部時代のユニホームの前で。[6] 応援バスではいつも大盛り上がり。

この連載では中央道・長野道沿線の地域に根差した活動や暮らしをされている魅力的な方たちをご紹介します。
第5回は、松本山雅FCのサポーター柳澤意久男さんと、元JALのパイロットとCAの夫婦で野麦峠をこよなく愛する八木荘六さん・雅子さんの登場です。

Profile

八木荘六さん／雅子さん

元JALパイロット／キャビン・アテンダント

年齢:86歳／66歳

出身地:福井県／東京都

現在のお住まい:松本市奈川

毎日、絵ハガキの中で暮らしているようなお2人。八木ご夫妻の周りでは時間がゆっくり進み、自然が優しく語りかけてくる。

全線開通の長野道で人生の“居場所”を見つけました

現役の頃からパイロット引退後の「居場所」を探していた八木荘六さん。「大好きな登山、スキー、山小屋造りができて、農作物が穫れて、風景画が描けて、大きな音でクラシック音楽が聴けて、温泉が近くにあり、そして東京から離れすぎないところ…。東北や北信濃、伊豆なども回ってみました。そしてついにはたどり着いたのが野麦峠にほど近い松本郊外のこの地でした。長野道・岡谷ICと松本ICの開通が1988年、更埴JCTまでの全線開通が1993年で、くしくも八木さん引退と同じ年だったのです。

山暮らしの必需品はやはり車。「今はインターネットで何でも手に入る時代ですが、たまに家内と2人で長野道・中央道を走って都心で買い物したり、コンサートに行くのも良いものですよ」と穏やかに話してくれました。

Profile

柳澤意久男さん

松本山雅フットボールクラブのサポーター

年齢:64歳

出身地:長野県長野市

サポーター歴:13年

本業は1級建築士、設計事務所所長。背番号はサポーターナンバーの12番、好きな色はもろんグリーン。

日本全国どこにでも応援に勝つても負けても楽しいんです

昨年、サッカーJ1リーグの残留を賭けた一戦で負けてしまい、J2に降格した松本山雅FC。そのサポーターの代表的存在である柳澤さん。「昨季はホーム＆アウェイ34試合全て応援に駆け付けました。関東で試合のときは応援バスで松本を出発して談合坂SAで全員で記念撮影したりします。行きのバスでは勝利した試合のビデオを流して気持ちを高揚させ、負けた試合の日も、次の試合をどう応援するかで盛り上がりっぱなし。僕らサポーターにとって長野道・中央道は非日常を楽しむための道なんです。」

J2になっても応援する気持ちは変わりません。逆に勝率が上がるので楽しいそう。勝った試合の帰りのバスで飲むビールは最高！今季は何十杯も飲める気がする、とあくまでポジティブに話してくれました。

中央道集中工事プランナー

2020年4月NEXCO中日本に入社した

新入社員たちがインタビュー

に密着取材



橋のつなぎ目の交換



↑集中工事は時間との闘いだ。渋滞の発生を最小限に抑え、かつ沿道住民の生活にも配慮して少しでも効率の良い作業スケジュールを組むのがプランナーの重大な任務。
→入社間近の新人たちも他人事ではない！集中工事のレクチャーに真剣に取り組む。



舗装補修は集中工事期間中に一気に仕上げる



お客さまのために、渋滞の最小化を目指しています

- ① 傷んだ舗装面の補修
- ② 舗装の下のコクリート床の補修
- ③ 橋のつなぎ目（伸縮装置）の交換

安全で安心な高速道路のために、主に次のような工事を実施します。

具体的には、どんな工事を集中しておこなっているのですか？

事をおこなうという意味です。

工事によつては作業時間や騒音の関係で交通量の減る深夜帯だけでは補修ができません、どうしても混雑している夕方から始めなくてはいけないものもあります。そのたびに交通規制をしていたのでは一年中道路が渋滞してしまうので、同一の規制内で施工できるものを厳選するなどして、短期集中でまとめて工事をおこなうという意味です。

集中工事の「集中」とはどういう意味ですか？

みなさんは中央道で集中工事の看板や横断幕を見たことはありませんか？僕はよく中央道をドライブするので、見たことがあります。でも、なぜいつも高井戸〜八王子間なのですか？

この区間は開通から50年以上が経過し、定期的な点検・補修が必要です。一方で、1日の交通量は上下線で約9万台もあって、2車線の高速道路の中ではとても多く、渋滞が発生させずに工事ができる時間帯は深夜に限られます。そのため、この区間では時間の要する補修を実施するために集中工事が必要となります。

みなさんは中央道で集中工事の看板や横断幕を見たことはありませんか？僕はよく中央道をドライブするので、見たことがあります。でも、なぜいつも高井戸〜八王子間なのですか？

わたしたちがインタビューしました！

一橋大学 社会学部 浦川那由他さん（左）、中央大学 商学部 松井舞子さん（中）、文学部 田島七彩さん（右）3人はNEXCO中日本に今春入社フレッシュヤーズ。

※取材日：2020年1月24日



わたしたちがお答えしました！



八王子支社 八王子保全・サービスセンター 工務課 内藤智大（左）、八王子支社 保全・サービス事業部 保全課 岡島雅史（右）

NEXCO 中の人

INSIDE NEXCO-NAKANIHON

ゴールデンウィークが明けると東京都内の中央道で集中工事が始まる。毎年お決まりの大工事に「何が集中なの？」と疑問を抱いた方も多いはず。そんな読者のみなさまを代表して、中央道沿線の大学生が「中の人」たちに直撃インタビュー！

2020年春の
中央道集中工事
の予定*

5/11月 → 29金
高井戸IC 上下線 八王子IC

平日18時～翌6時
車線規制・IC閉鎖のため、国道20号や東名への迂回をお願いします。
(*工事は変更となる場合がございます)



画面は昨年の工事のものです。



集中工事中はもちろん、普段から役立つ情報を公開しています！



中央道集中工事専用WEBサイト
<https://chuo-info.com/s>

中央道や東名など、通常時間と比較した所要時間をリアルタイムで見られて便利！



NEXCO中日本八王子支社
公式ツイッター
https://twitter.com/c_nexco_hachi



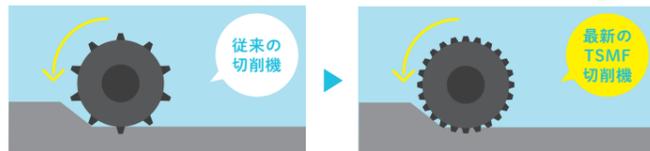
フォローしておけば工事当日の急な雨天中止や工事以外の通行止め情報などもお知らせしてくれるのね！

知らないところで
いろいろな工夫が
あるんですね



POINT
3

最新工法で騒音を小さくします！



TSファイン・ミリング工法を採用

(T) = Thin 薄く (S) = Silent 静かに (F) = Fine 細かく (M) = Milling 削る

古い舗装を削り取るときに大きな音が発生し、沿道にお住まいの方々にご迷惑をおかけします。中央道集中工事では、刃の間隔が細かい切削機を使用することで、従来工法に比べて騒音を約10デシベル低減させています。

*イラストはイメージです。

POINT
4

広報活動を強化しています！



画面は昨年の工事のものです。

集中工事の認知率向上

中央道の集中工事は影響範囲が広いので、工事の3か月前から広報を始めています。より多くのお客さまの目と耳に留まり認知していただけるよう、さまざまな広報媒体を活用して丁寧にお知らせしていきます。



集中工事計画の

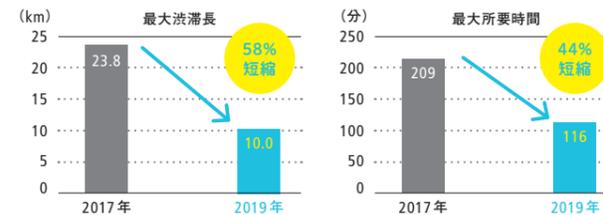
ご迷惑を最小限にするための取り組みって？

POINT
1

交通量の多い日中は工事をおこないません！

車線規制の区間と時間を短縮

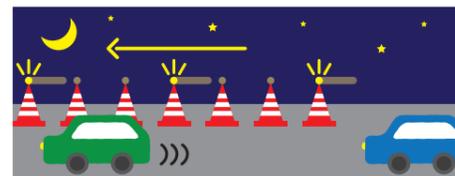
かつては短時間でより多くの工事をこなすため昼夜連続で車線規制を実施していましたが、渋滞による社会的影響が深刻な問題でした。そのため、2018年からは交通量の少ない深夜帯のみで作業が可能な小規模の点検・補修を集中工事から除外したり、施工効率を向上させる工夫をしたりして、車線規制の区間と時間の最小化を図りました。今年度は夕方18時～翌朝6時に工事をさせていただきます。



2017: 工事期間: 5/15~26 規制時間: 昼夜連続
2019: 工事期間: 5/13~31 規制時間: 夜間(17時~翌6時)
所要時間は八王子JCT~西新宿JCT(首都高速4号線)

POINT
2

渋滞対策と精度の高い所要時間情報の提供に取り組んでいます！



*イラストはイメージです。

流れる光で走行速度をコントロール

渋滞の先頭で道路脇のLEDランプを流れるように発光させます。ドライバーが光を追うように運転することで速度回復を促し、渋滞の緩和につながるという仕組みです。



Bluetooth®通信で
所要時間を計算

カーナビやスマートフォンなどの電子端末の個体識別IDをBluetooth通信で通行車両から収集し、所要時間を計算。最新の計算結果を情報板やWEBサイトでリアルタイムに提供します。迂回路(東名、国道20号)の選択にご活用ください。



抜本的な見直しをおこないました！

あの横断幕がバッグに大変身!!



使用済みの横断幕をリサイクルし、リサイクルバッグに作り変えました。頑丈で水を弾くので、NEXCO中日本社内で利用しています。



3月からお客さまのために頑張ります！



規制計画や広報活動について、今後も試行錯誤しながら、少しでも社会への影響を減らせるよう、努力し続けることが大切と考えています。お客さまや近隣にお住まいの方へのご迷惑を最小限にするため、さまざまな取り組みを計画することはとてもやりがいがあります。集中工事の期間は、迂回や出発時間の変更を多くのお客さまにご検討いただき、ストレスなく中央道をご利用いただきたいと願っています。集中工事の必要性や先輩方のお仕事がよく分かりました。わたしたちも4



この仕事で心がけていることや、やりがいを見せてください。



いろいろな安全・安心のためとはいえ、渋滞を伴う工事を実施させていただくので、



広報活動はお客さまに役立つ情報をお知らせする大事な取り組みです。CM以外では定番のポスターやチラシ、立て看板などに加え、インターネット広告の活用も増えてきました。このインタビュー記事も、一人でも多くのお客さまに年に1度の集中工事を認知していただくための取り組みの一環なんです。



CMを観たことがありますか？



社会への影響をできるだけ減らす工夫



集中工事は24時間施工が通例でしたが、迂回路となる一般道も含めて日中に渋滞させないよう、一昨年から夜間工事のみに切り替えました。近隣にお住まいの方々にできるだけご迷惑をおかけしないよう騒音の低減が可能な最新の工法を採用しています。



雨以降るとその日の工事は中止になります。お盆や年末年始などの混雑期を避け、かつ天候が安定して他の高速道路の大規模な工事との重なりを考慮すると、GW明けがベストになります!!



どうしてGW明けのこの時期に工事をおこなうのですか？

安全のためにできる、すべてのことを。

令和元年台風第19号の被災現場 通行止め解除までの7日間

2019年10月12日、東日本を襲った台風19号は記録的な大雨を降らせ各地に甚大な被害をもたらした。中央道などでは人的被害はゼロだったが、土砂崩落のため通行止めが長時間にわたった。そのとき、現場では何が起こっていたのか。NEXCO中日本の危機管理体制についてレポートする。

不眠不休の応急復旧工事

災害復旧工事は、被災状況の調査から始まります。夜明けとともにドローンの専門部隊が空撮を開始し、地上からも社員が現場にアクセス。対策本部に次々と届けられる写真と報告をもとに、応急復旧工事の方針が決まってきました。道路わきの斜面が崩れた場所では、高速道路本線に堆積した土砂の除去作業と並行して、斜面から再び土砂が流入するのを防ぐ目的で大型土のうを多数並べました。また、崩落規模が大きかった場所には、鋼鉄製の杭と木の板で高い土留め壁も急いで設置。次の降雨に備えてブルーシートで斜面を覆いました。

こうした状況下では、作業員の安全が何よりも優先されます。二次災害の発生に警戒しつつ、急な要請に応じていただいた建設会社各社の全面協力のもと工事は昼夜を分かたず続けられ、7日後に通行止めが解除となりました。なお、通行止めの解除にあたっては当社と高速道路交通警察隊の双方で安全確認をおこなっています。

完全復旧に向けて

4月現在も被災現場は応急復旧の状態、斜面に地盤伸縮計というセンサーを設置して監視を継続しています。今後、地盤工学の専門家のアドバイスを受けながら、完全復旧に向けて地質調査や工事を着実に進めていきます。



ブルーシート養生

2019年11月1日撮影
ブルーシートで水を染み込ませないよう養生。更なる土砂崩れと再流入を防ぎました。



土留め壁の設置

2019年10月17日撮影
鋼鉄製の杭と横矢板による土留め壁を設置。更なる土砂崩れと再流入を防ぎました。



大型土のうの設置

2019年10月17日撮影
土砂撤出作業終了後、再流入を防ぐために大型土のうを設置。この土のうは直径1m、1個あたり1tの重さ。重機で一つ一つ設置しました。

【復旧作業】

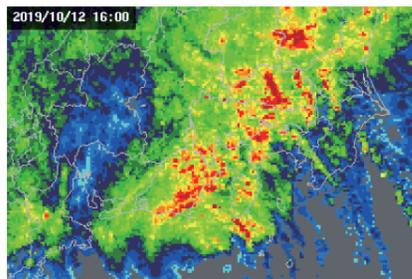
スピーディーな復旧作業

1日も早い開通もさることながら、現場の作業員の安全を何よりも優先。応急復旧工事に全力を尽くしました。

【安全基準】

雨量基準に基づく早期通行止めの実施

通行止めを実施することは、中央道を利用するお客さまに対して大変なご迷惑をおかけしてしまいます。しかしお客さまの安全が最優先です。未曾有の大雨を伴う台風19号でしたが、事前の準備と当日の状況監視を確実におこない、先手を打って通行止めを実施しました。



株式会社ウェザーニューズ提供

【点検・安全確認】

ドローンを活用して早期現状把握

NEXCO中日本では、災害発生後に速やかに被害状況を調べたり、工事現場のようすを記録したりするために、ドローンの専門チームを組織しています。日頃から操縦訓練を重ね、技術を磨いています。台風翌日はヘリコプターより早く現場上空を飛び、機動力を発揮しました。



2 小仏トンネル付近



3 八王子西IC付近



4 高尾山IC付近



1 相模湖東IC～相模湖IC間

①～④ 2019年10月13日撮影

主な被災現場

<p>1 中央道 相模湖東IC～相模湖IC間</p> <p>道路わきの斜面が崩落 崩落規模は幅約50m×高さ約40m 土砂量は約4,500m³ 中央分離帯や防音壁が破壊された</p>	<p>2 中央道 小仏トンネル付近</p> <p>トンネル付近の沢の堆積物が異常降雨により流入 雨水および堆積物約800m³が本線へ流入 写真ではトンネルの中が川のように見えるようすがわかる</p>	<p>3 圏央道 八王子西IC付近</p> <p>道路わきの斜面が崩落 崩落規模は幅約30m×高さ約40m 土砂量は約4,000m³ 外回り入口の料金所施設が倒壊</p>	<p>4 圏央道 高尾山IC付近</p> <p>付近の河川が氾濫し料金所の地下通路が水没 料金所の機械が故障</p>
--	--	--	--

【情報発信】

Twitterで最新情報発信



応急復旧工事の進捗状況を迅速にお伝えするためにNEXCO中日本八王子支社では、Twitterを活用しました。多くの方々にフォローをいただくとともに、たくさん温かいリプライを頂戴し、社員と建設会社の方々にとって大変励みになりました。

未曾有の大型台風直撃も人的被害はゼロ



回答者
NEXCO中日本
八王子支社
保全・サービス事業部
企画統括課長/防災士
小葉洋昭

本誌読者からの声
「昨年の台風の際にどのような土砂災害から復旧をおこなったのか教えてください」

10月12日10時に八王子IC～一宮御坂IC間で通行止めを開始したのを皮切りに、最終的に八王子支社の担当路線約300キロメートルが全面通行止めになりました。台風の大原因でここまでの規模になったのは初めての経験です。数か所で土砂崩落や浸水などの災害が発生したにもかかわらず、人的被害がゼロだったのは幸いでした。地震と違い、台風は気象予測に基づき事前の備えができます。当社では高速道路の各所に気象観測局を設置して降水量、風速などのデータを収集しています。区間ごとに土砂災害の発生可能性が高くなる基準降水量を設定されており、基準値を超えそうな区間は、災害発生に先んじて、予防的に通行止めの措置を講じています。

お客さまへのお願い

お出かけ前は 気象予報と道路交通情報を確認

災害が起こりうる状況下では無理に外出されないようお願いいたします。台風時は視界を遮る大雨も危険ですが、暴風が最も危険で転倒事故が起こりやすくなります。また、高速道路上の安全についてNEXCO中日本は最善を尽くしていますが、お客さまにおかれましても気象予報・道路交通情報をご確認のうえ、決して無理をなさらないようお願い申し上げます。



NEXCO中日本の道路交通情報について、詳しくは下記「i-highway」をご覧ください。
>>> <https://www.c-ihighway.jp/>

CHU-TRIP LETTERS

おかげさまで
vol.5を発刊する
ことができました。
vol.3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。



vol.3では
「甲州」を特集



2019年8月発行

みなさまからのご感想

- 初めての山梨旅行でほとんど情報がない状況の中、休憩で立ち寄ったSAで本誌を読み、掲載スポットへ行き、楽しい思い出をつくることができました。(東京都・女性)
- 駒ヶ根高原の早太郎温泉からの帰途、立ち寄る場所は決めていませんでしたが、桃の表紙が目にとまり、手にとったところ「桃のパフェ」の美味しそうな写真が!!これは行くべし!!少し並びましたが桃1個は食べごたえがあり、クリームもふわふわ。桃の皮まで美味しい。大満足のパフェに出会えました。パフェのあとは炎暑猛暑も涼しく感じましたよ。また美味しい情報をお願いします。(神奈川県・男性)
- 桃やぶどうの写真が本当に美味しそう思わず桃狩りに行ってしまいました。次号も楽しみにしています。(神奈川県・男性)
- たまに交通規制している場面を見かけますが、どうやってそれを始めるのだろう…みんなスピードを出しているのが危ないと思っていたので、その方法を知ることができて良かったです。いつもありがとうございます!(山梨県・女性)

- 高速道路沿線の観光情報と高速道路やNEXCO中日本に関する話題が織り混ざっていて構成として良いなと思いました。(愛知県・男性)
- 「ハイウェイ・バトロールに密着取材」はとても興味深かったです!以前、道路緊急ダイヤル#9910に落下物の報告をしたことがあります。そのときは番号を調べたのでもっとすぐに思い出せるようにしたいと思いました。(神奈川県・女性)
- 「みんなでできる渋滞の減らし方」の特集が大変興味深く参考になりました。小6、中3の子どもたちが「渋滞の先頭ってどこだろうね」と話していたので、この特集を読ませました!!(愛知県・女性)
- 美味しそうな桃の表紙につられてこの冊子を手に取りました。それまで中央道マガジンの存在を知らなかったので、インパクトのある表紙は大事だと思いました。(神奈川県・女性)
- 初めて手に取りましたが、とても良い冊子だと思います。観光のことだけでなく、働く人にもスポットを当てている点が素晴らしいと思います。前号も欲しいくらいです。次号も楽しみにしています。(長野県・女性)

同乗者の言葉やしぐさで救われた、またはイラッとした思い出

- イライラしたことがあり運転しながらブツブツ文句を言ったり、落ちこんだ顔をしたりしていたら、助手席の息子が「ママ、良いお顔して」とニコツとしてくれたのがとてもうれしく、また反省し笑顔で運転しようと思いました。(長野県・女性)
- 長旅で疲れているにもかかわらず、助手席のわたしに「疲れたら寝ても大丈夫だよ」など気遣いの言葉をかけてくれたこと。むしろ運転者が安全に運転できるよう、私が気遣うべきところ優しさに救われました。(神奈川県・女性)
- ちょっと急いでいるときに信号や渋滞にひっかかってイラッとしていたら、娘(当時小学生)に、「事故が起きたらもっと時間かかるからね」と言われ、命を乗せているとハッとしました。(神奈川県・女性)
- 横から車がわたしたちの前に入ったときにバックウィッカーをチカチカさせてありがとうという気持ちを見せてくれてうれしかったです♡(東京都・男性)
- 一人で渋滞の中、運転していたとき、寝起きの同乗者の「意外と早く着いたね」の一言にイラッとしたことがあります。(東京都・女性)
- 同乗者が居眠りすると、窓を全開にします。冬は効果大です。(東京都・男性)

- 中央道を走行中、途中のPAでわたしから夫へ運転をバトンタッチ。夫の運転で出発した瞬間「ハア〜!やっぱりお父さんの運転は安心する」と言った息子の一言にイラッ!わたしだって十分安全運転してますけど!(埼玉県・女性)
- 夫は運転を代わったとたんに助手席で足を投げ出してスマホ、もしくはイビキをかいて寝るのでかなりイラッとします。(愛知県・女性)
- 初めは緊張して運転していたが、助手席に乗っていた母がうとうと居眠りしたとき、安全運転ができるようになったのかなあとホッとした。(神奈川県・女性)
- 眠いときに子どもと「しりとり」をしたことで眠気がさめて安全運転できた。(神奈川県・男性)
- 運転は主に夫です。5~6時間運転していても文句も言わず安全運転で出かけています。横でウトウトするわたしですが「大丈夫」という一言に甘えて運転はお任せしています。「大丈夫」と言われると安心するので、お互いに声をかけあいいたいものです。(愛知県・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.6)は2020年夏の発行予定です。

NEXCO
中日本から

第3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!!パートナーの居眠りに寛容な人とイラッとする人。話しかけてほしい人と、気が散るから黙ってほしい人…。感じ方は人それぞれあって、相手の性格に合わせる事が大事なのですね。心穏やかに、「車内平和」で安全運転をお心がけください。

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!

市内拡大MAP



中央道・長野道 シーズンMAP 2020春・松本編

本誌掲載スポットのほか、市内に点在する湧き水や井戸を掲載。市街地までは松本ICから車で約10分。車を置いて縄手通りや中町通りなど古い街並みをお散歩したり、カフェや雑貨屋さんを巡る大人の旅はいかがですか?

湧き水・井戸

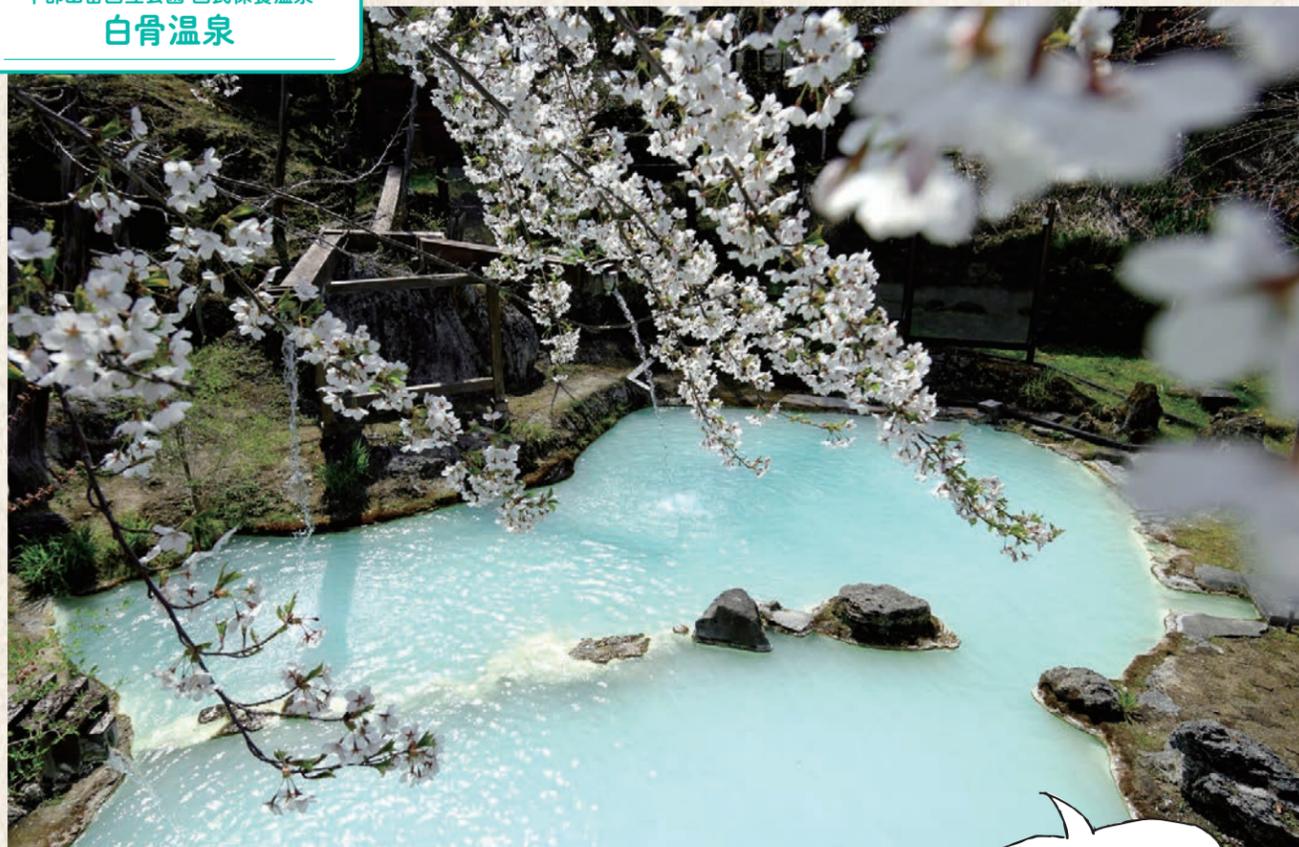
広域MAP





Vol.5
中部山岳国立公園 国民保養温泉
白骨温泉

美しい自然と歴史を持つ溪谷の出で湯 家族で入れる 乳白色の混浴野天風呂



遅めの春には山桜が咲き乱れ、初夏には深い緑に包まれる大野天風呂。ゆったり流れる時季の流れに包まれたい。

白骨温泉を代表する
大野天風呂



野天風呂で
時季のうつろいを感じましょう

信州・白骨の名湯
泡の湯

野天風呂 大浴場 掛け流し

MAP 11 (P.22) 約50台
松本ICより約38.7km

〔住所〕〒390-1515 長野県松本市安曇4181
〔電話〕0263-93-2101 〔定休日〕不定休
▷http://www.awanoyu-ryokan.com/



温泉ソムリエ・リエ先生

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。

●源泉温:37.3℃ ●湧出量:1,730L/分 ●泉質:含硫黄-カルシウム・マグネシウム-炭酸水素塩温泉(硫化水素型) ●効能:きりぎりす、やけど、慢性皮膚病、慢性婦人病、糖尿病、高血圧症、動脈硬化症、うちみ、くじき、痔疾、慢性消化器病、冷え症、病後回復、疲労回復、健康増進、神経痛、筋肉痛、関節痛、五十肩、運動麻痺、関節のこわばり ※効能には個人差があります

松本ICから車で約1時間、トンネルを抜けた溪谷の片隅に白骨温泉があります。この温泉を象徴するにぎり湯の大野天風呂と木造檜造りの昔ながらの湯治場を感じさせる内湯を持つ旅館「泡の湯」。温泉ファンならずとも、一度は入浴したい名湯です。

一度入ったら忘れられない 乳白色の神秘の湯

信州の秘湯、白骨温泉 泡の湯。この乳白色の混浴野天風呂は、信州の美しい自然に囲まれ、春は桜、夏は緑萌ゆる山々、秋は紅葉、冬は雪。と四季を通してその風情を楽しめます。見るからに神秘的な乳白色のお湯は、お肌に優しい弱酸性。普通、乳白色の温泉は強酸性なのでピリピリしますが、ここのお湯はしっとりしていて、美肌の湯としても人気の温泉です。また、このお湯には硫黄と、「泡の湯」の名の由来にもなっている炭酸成分が多く含まれ、これが血管を広げ、体をポカポカとあたためてくれます。

乳白色で知られる泡の湯の混浴野天風呂ではありますが、意外なことに生まれたての姿は透明。お湯の成分が空気中の酸素に触れて酸化することにより、この特有の乳白色になるのです。さらに太陽光線や湯の温度など、自然の条件によって表情を変え、時にはエメラルドグリーンにキラキラ光って見えることもあります。本当にいつ行ってもすてきな温泉です。

秘湯中の秘湯 名に恥じない旅館作り

「泡の湯は創業104年でこの辺りの宿では古い方ではありません。でも創業100年の節目に、この宿を女将として切り盛りしたのはうれしい事実で、自分史に記したいことです」と女将の小日向真紀子さんは語っていただきました。秘湯ブームの先駆けとなり、マスコミに多々取り上げられ、イメージばかりが先行してしまった時代も長く続いたそうです。お湯の色が違う、ぬるい、遠い…。たくさんのクレームがあった時代も女将は女手一つで試行錯誤し、それを乗り越えて、今の泡の湯があるそうです。平成～令和版「細うで繁盛記」ですね!



男女別の内湯には「ぬる湯」「あつ湯」「内湯野天風呂」があり、一晩中入浴可能(清掃時間は除く)。

泡の湯ならではの
おもてなし



泡の湯 代表取締役・女将
小日向 真紀子さん

当館は「野天風呂」でございます

地方によって呼び方が異なりますが、当館は露天風呂ではなく野天風呂と呼んでおります。昭和後半からの露天風呂ブームでどこもかしこも屋外にお風呂を造り、あずまや風の屋根を付けたのが流行しましたが、あれは露天風呂。当館の野天風呂はもっと野趣に富んでいて、本当に自然の中で温泉を満喫していただけます。脱衣所、入り口も男女別々、女性はバスタオル巻き、湯あみ着の着用も可能です。ぜひご家族でこの温泉をお楽しみください。



名物温泉粥

温泉宿での朝食は旅の楽しみの一つ。お米を温泉水でグツグツと1時間ほど炊いた泡の湯名物の温泉粥は、胃に優しいまろやかな味わい。

松本市内/ICから小ドライブ! 春を感じる温泉宿

松本市内ながら自然を満喫できる
温泉宿をご紹介します

梓川溪谷沿いの
一軒宿



坂巻温泉旅館

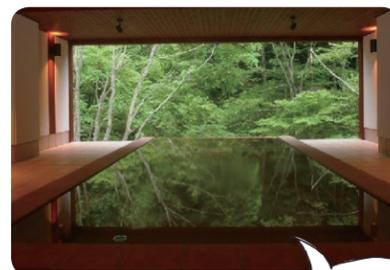
MAP 12 (P.22) 約30台
松本ICより約37.9km

露天風呂 日帰り

北アルプス槍ヶ岳の麓より流れる梓川沿い、標高1,220mの溪谷に佇む温泉宿。露天風呂から眺める大きな岩の絶壁と豊かな緑はまさに絶景。湯量豊富な自家源泉による硫黄泉の温泉は「子宝の湯」としても知られている。

●泉質:ナトリウム・カルシウム-炭酸水素塩-硫酸塩-塩化物泉(低張性中性高温泉) ●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、疲労回復、健康増進、きりぎりす、やけど、慢性皮膚病、虚弱児童、慢性婦人病など

〔住所〕〒390-1516 長野県松本市安曇上高地
〔電話〕0263-95-2453 (受付 9:00~21:00)
▷http://sakamaki.yumori.jp/



立ち湯で
自然と一体に

扉温泉 明神館

MAP 13 (P.22) 約30台
松本ICより約17.9km

露天風呂 大浴場

一説によると天の岩戸をかついだ天手力男命がここを訪れ、温泉に入りゆったりとした気分になって岩戸を忘れていったことから扉温泉となった。神さまも入っていたかもしれない湯につかり、扉のパワーをお持ち帰り!

●泉質:アルカリ性単純泉 ●効能:慢性消化器病、神経痛、リウマチ、病後回復、外傷後遺症、慢性便秘、婦人病

〔住所〕〒390-0222 長野県松本市入山辺8967
〔電話〕0263-31-2301 ※入浴は宿泊者のみ
▷http://www.tobira-group.com/myojinkan/