

翼の王国

ANA Inspiration of JAPAN

A STAR ALLIANCE MEMBER

5

May 2026
No.683

ANA グループ機内誌
The Inflight Magazine
of ANA Group

フィリピン
胎動する美食の新章

高知
海と川に、ごちそうさま

翼の流儀
No.1 グランドスタッフの
“魔法の笑顔”



Web「翼の王国」はこちらから

TSUBASA GLOBAL WINGS
click here! 点击这里!



ご自由にお持ち帰りください。



#空旅にしかない ハイな気分があるんだ

#空港につくの早すぎた

#パスポートあるかな

#搭乗チケットあるかな

#ネックピロー持ったかな

#てかパスポートあるかな

#何回確認してるんだ俺

#スタッフさんの安心感は異常

#パイロットさん安全運航で何卒

#機内のスープうますぎる

#心も空飛びます

#ワクワクが止まらないんだが



写真/松園多聞(フィリピン:マニラ)



写真/Bourbon(高知:仁淀川)



写真/五味茂雄(徳島:阿南)

5 翼の王国

2026
MAY

CONTENTS



表紙/フィリピン:マニラ(写真/松園多聞)

フィリピンの郷土料理や土着文化を美食へ高めた「トーヨーイーターリー」(P19)。鮮やかな料理が本物のバナナの皮に並べられ、洗練された味わいを伝統的な手食の形式で楽しめる。

- 004 ごあいさつ
- 006 社員が見つけた! Local Premium通信
- 008 旅の出会い フランス:トゥールーズ/今井恭司
- 010 まだ答えのない絵はがき 祝日/松丸亮吾
- 特集**
014 **フィリピン**
胎動する美食の新章
The New Epicurean Destination
- 030 特別インタビュー デーブ・ロバーツ監督
2026年も勝ち続けるわがチームの“メソッド”
- 036 花、旅、人 ミニカトレア/赤井勝
- 038 快適な空だけの旅 富士山静岡空港/パラダイス山元
- 特集**
040 **高知**
海と川に、ごちそうさま
GIFTS of SEA and RIVER
- 055 湯気地図Special 高知/笹野美紀恵
- 058 今月のニッポン推し 岡山×愛媛・高知

- 060 **翼の流儀** A New Ambitious Story
No.1グランドスタッフの“魔法の笑顔”
- 066 **ニッポン47妖怪さんぽ**
徳島:化け猫 どこを見ても招き猫/森井ユカ
- 070 旅するお取り寄せ 宮崎/ふじきみつ彦
- 073 今月のオリチャ“精霊”占い
- 074 おべんとうの時間
佐賀:道の駅鹿島
むつかけインストラクター/阿部了・阿部直美
- 078 ライト、フライト 私の成分の話/平松洋子
- 082 郵便飛行
- 083 アンケートご協力をお願い
バックナンバー販売のお知らせ
- 084 ANA GROUP INFORMATION
- 096 ANA STORE@SKY案内
- 098 機内オーディオ/ビデオ番組案内
- 100 ANAグループ航路図

『翼の王国』の舞台裏へ潜入!
ANA公式YouTubeはこちら



翼の王国 No.683 2026年5月1日 発行:ANA『翼の王国』編集部 〒105-7140 東京都港区東新橋1-5-2 発行人:全日本空輸株式会社 制作:株式会社 光文社
編集統括:田邊浩司 編集人:川原田朝雄 スーパーバイザー:山下マヌー 編集:中野桜子、山下美咲、仲本剛、服部広子、小嶋美樹、高田真莉絵、齊藤素子、宮崎沙織、富岡幸子
デザイン:カメガイデザインオフィス/松沢順一郎、石川直美 スタジオギフ/山本雅一、野崎二郎、近藤礼彦
トリムデザイン/塚原敬史 attik/橋田浩志 横山希
編集協力:株式会社キャストネット/川元賢司、所裕子 翻訳:KPS 印刷:共同印刷株式会社
【記事に関するお問い合わせ】株式会社 光文社 tel 03-5395-8225 tsubasa@kobunsha.com
【広告に関するお問い合わせ】ANA X株式会社 ライフサービス事業推進部 ml_notice_anamedia@ana-x.co.jp
©All Nippon Airways/Kobunsha2026 本誌掲載の写真・記事の無断転載および複写を禁じます。本誌に記載されている価格はすべて税込み価格です。

●毎月1日以降に表紙や各ページのQRコードからリンク先への遷移が可能になります。

平澤寿一

全日本空輸株式会社
代表取締役社長



写真：宮澤正明

新緑の風と、あんしんの翼

新緑が鮮やかさを増し、空の旅がいつそう心地よく感じられる季節になりました。本日もANA便にご搭乗いただきまして、誠にありがとうございます。社長就任の発表以来、多くのお客様や関係者の皆さまから温かいお言葉を頂戴しました。長

くANAをご利用くださっている方々からのメッセージも多く、私たちの歩みが皆さまの旅ともにあることを改めて感じています。たくさんのお声を励みに、ご期待にしっかりとお応えできるよう努めてまいります。

私の原点は、入社して最初に配属された伊丹空港のランブコーディネーターという現場にあります。先輩から教わったのは、「小さなゴミ一つも見逃さないこと」。一見些細に見えるものでも、エンジンに吸い込まれれば大きな事故につながりかねません。安全は、現場の一人ひとりの手のひらの上にある——あの場所です。

その教えは、今も私の中で大切な指針となっています。仲間

お見送りは世界の航空会社に広がりました(写真：藤村憲司／アフロ)





1970年代前半、沖縄・那覇空港勤務のANAの整備士が始めたといわれる「グッバイ・ウェイブ」。お客様の旅の楽しみと安全を願うこの

と力を合わせながら、皆さまに安全とあんしんをお届けできるよう、足元の取り組みを丁寧に積みあげてまいります。

そして、今日も世界中の空港や機内で、社員たちは同じ想いを胸に、それぞれの持ち場に向き合っています。技術が進化しても、最後に安全を守り抜くのは、人の力です。整備士の確かな手、パイロットの判断、客室乗務員の温かな気づかい。そしてそれらを支える多くの社員の想い。その一つひとつを重ね合わせて、皆さまの「あんしん」をこれからも確かな形にしていきたいと考えています。

皆さまが目的地で大切な方と笑顔で語り合える、その当たり前でかけがえない瞬間を、私たちはこれからも「あんしんの翼」で守り続けます。

この先の空の旅も、どうぞごゆっくりお楽しみください。



北島 利紗／きたじま りさ 国内線と国際線を兼任する客室乗務員。趣味は舞台鑑賞と神社巡り。

一本マングローブの夕景と 濃厚なパイナップルジュース

○ 沖縄・石垣島

名蔵湾にある「一本マングローブ」の夕景が絶景です。一本マングローブとは、特異な自然景観で、ヒルギの木が一本だけ生えている絶景スポット。潮の満ち引きや時間帯によって見え方が変わり、私が訪れた時には、幻想的な夕景を見ることができました。石垣空港から車で30分ほどの場所にある、絶景を楽しめるカフェ『のばれ岬観光農園』のパイナップルジュースもおすすめです。広大な海を眺めながら、濃厚な絶景ジュースをぜひ飲んでみてください。



青柳 健二／あおやなぎ けんじ 羽田空港の格納庫で働く整備士たちをオフィスでバックアップする業務を担う。趣味は旅行とサーフィン。



社員が見つけた！ Local Premium

通信 vol.43

絶品フードに美食レストラン、
隠れた絶景から伝統を受け継ぐ逸品まで……。
世界各国・日本各地を飛び回る ANAグループ社員が
“ちょっと特別”な口コミ情報をお届けします。

朱塗りの美しい橋は 神秘的なパワースポット

○ 栃木・日光市

日光にある、世界遺産に認定されている寺社などから構成される「日光の社寺」。その入り口ともいわれる神秘的なパワースポット「神橋」が大好きです。日光二荒山神社の建造物である木造朱塗りの美しい橋で、その上を歩けば、心身が浄化されるような心地がします。穏やかな川の流れと緑に囲まれ、神秘的な感覚を味わうことのできるパワースポット。また四季折々の風景と調和し、日本らしい風情を感じることができるのも神橋の魅力のひとつです。



地元食材を生かした手料理と 地酒で感じる高知の味

○ 高知・高知市

高知市にある居酒屋『地酒&手料理 風』は、旬の食材を生かした高知の恵みと地酒を存分に堪能できるおすすめの一軒です。香ばしいカツオの塩たたきや脂ののったブリの刺身など、どれも鮮度抜群。初めて訪れた際にはその美味しさに衝撃を受けたほどです。名産品の四万十ポークの酢豚もイチオシ。柔らかくジューシーな肉と優しい酸味の味付けが絶妙で、絶対に食べてほしい一皿です。カウンターとテーブル2卓のみのお店なのでぜひ予約の上、足を運んでみてください。



藤田 梨花／ふじた りりか 客室乗務員。趣味はジムでトレーニングをすること。ステイ先のスターバックスに寄ってご当地マグカップを集めることも楽しみ。

一枚岩とともに
堪能したい圧倒的な星空
○ オーストラリア・ノーザンテリトリー

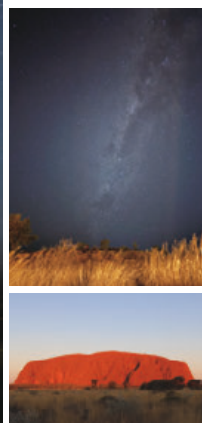
一枚岩とともに
堪能したい圧倒的な星空

「エアーズロック」の名で知られる世界最大級の一枚岩。その圧倒的な美しさは言うまでもありませんが、そこで目にした夜空に広がる無数の星が忘れられません。荒涼とした砂漠に立ち、肉眼でも天の川がくっきりとわかるほどの圧倒的な星空を目にしたときの感動は、言葉では言い表せないほどでした。夜空を眺めながら世界中の旅人と語り合ったことも忘れられない思い出です。現地の冬は非常に過ごしやすく、空も澄み渡ります。日本では夏にあたる時期こそ、この絶景に出会うチャンスです。



榎本 伊吹／えのもと いぶき ANA Mallなどのシステム開発や運用を行う部署に所属。世界一周旅行をしたことをきっかけに、今も休みのたびにさまざまな国を巡っている。

社員が見つけた！
Local Premium 通信 vol.43



水田 笙子／みづた しょうこ 福岡空港で旅客サービス業務を担うグランドスタッフ。旅に出ることだけでなく、旅行系の動画を観ることも大好き。

キヌアソースといただく
名物のアルパカ料理

○ ペルー・クスコ

ペルーといえば、アンデス山脈にある15世紀のインカ帝国の遺跡「マチュピチュ」観光が定番ですが、マチュピチュ観光の前後におすすめしたいのが、アルパカ料理です。ペルーでは昔からアルパカが食用としても重宝されており、ふわふわな外見に反し、鶏胸肉に似たしっかりとした食感が特徴。アルパカ肉のグリルをペルー名物「キヌアのソース」にからめていただければ、遺跡観光で疲れた体にその美味しさが染みわたります。伝統的な文化と意外な美食体験が、きっと旅の素敵な思い出になるはずです。

グルメと文化を満喫できる
地元っ子おすすめコース

○ 台湾・新竹

新竹を訪れたら、中心部にあるレストラン『廟口鴨香飯（ミャオコウヤーシャンファン）』を訪れてみてください。名物は、香ばしい鴨肉ご飯。芳醇な香りのスモークダックに秘伝のタレとコショウが相まって、ご飯が進む味わいです。追加で目玉焼きのトッピングを頼むのもおすすめ。とろけ出す卵黄をご飯にからめて食べれば、濃厚な美味しさが広がります。お腹を満たした後は、隣接する「城隍廟（ジウウコウビョウ）」で台湾の文化や芸術に触れ、最後はサクふわ食感の台湾風ベビーカステラを食べるコースが、地元っ子のおすすめです。



LIU YUN CHIEN 台北松山空港で旅客サービスを担当する、新竹出身のグランドスタッフ。趣味は旅行とカフェ巡り。日本が大好きで47都道府県のすべてを訪れるのが目標。



旅の出会い フランス・トゥールーズ

Vol.26 写真・案内人
今井恭司

才人が旅先で出会った
忘れえぬ光景を綴る。
今回は写真家として唯一、日本サッカー殿堂
入りを果たしている、その道の第一人者

この写真は1998年、サッカー日本代表が初めて出場したFIFAワールドカップのフランス大会初戦（アルゼンチン戦）を捉えたもの。それはまさに、私にとっても「悲願」の瞬間でした。

私は1972年、ペレが在籍するブラジルのクラブチーム、サントスFC対全日本の試合から、サッカーの撮影を始めました。最近、サッカーファンになった人は不思議に思いかもしませんが、「日本代表」ではなく「全日本」という呼称が一般的だった黎明期、日本が各国代表と試合をするのは、稀で、欧州や南米のクラブチームを招聘、対戦することが普通でした。相手チームにスーパースターのペレがいて、日本にも釜本邦茂選手ら銅メダルを獲得した「メキシ



コ組」も多数いたこの試合、国立競技場には大勢の観客が詰めかけていました。

ですが、そんな多くの観客の前で日本が試合をすることは、その後はほぼ皆無に。ワールドカップの予選敗退を繰り返し、スタンドには空席が目立つ、そんな時代が長く続いたのです。

いっぽうで、私は1982年のスペイン大会から、日本代表のいないワールドカップを撮り続けてきました。世界最高峰の試合を目の当たりにしながら思っていたのは、アマチュアリズム全盛だった日本とは別次元の夢舞台、いや、もっと遥か遠くにあるもの、それがワールドカップでした。

ですから、トゥールーズのスタジアム、そのピッチに日本代表の面々が並び立ち、斉唱する「君が代」を聴いたときは、胸が熱くなりました。この瞬間をフィルムに収める日が、まさか本当に来るとはと。

あれから28年。連続出場を続ける日本代表は、いまではワールドカップ優勝を目標とするまでに進化しました。いつの日か、トロフィーを高々と掲げる彼らの姿を撮影する——それは半世紀以上、日本サッカーを追い続けてきた、私の夢でもあるのです。



Profile

新潟県生まれ。東京写真大学(現・東京工芸大学)卒業後、広告写真を経て1972年から、サッカーを中心にスポーツを撮り始める。サッカーは国内外で日本リーグ、Jリーグ、ワールドカップ、オリンピック、欧州選手権、さらには少年サッカーまで取材、撮影を続ける。2017年には写真家として初めて、日本サッカー殿堂の掲額者に。

まだ答えのない 絵はがき

こんにちは、それともこんばんは、かな。久しぶり、私だよ。

日本の5月といえばゴールデンウィーク。日本の国民の祝日は16日なんだけど、
実は世界の中では多いほうなんだって。ちなみに、日本の祝日は自然や、感謝を
告げるための日が多いんだけど、海外だと宗教にちなんだ日が祝日になることが
多いんだって。さて、今日は世界のいろいろな国の祝日について、あなたにちょっとした
問題を出してみるよ。次に私からの絵はがきが届くまで、考えてくれると嬉しいな。

1問目

「労働祭」として祝日になっている5月1日、
イタリアのローマでは大型音楽フェスが開催される。
その特徴とはどんなものだろう？

難易度：★★★★☆

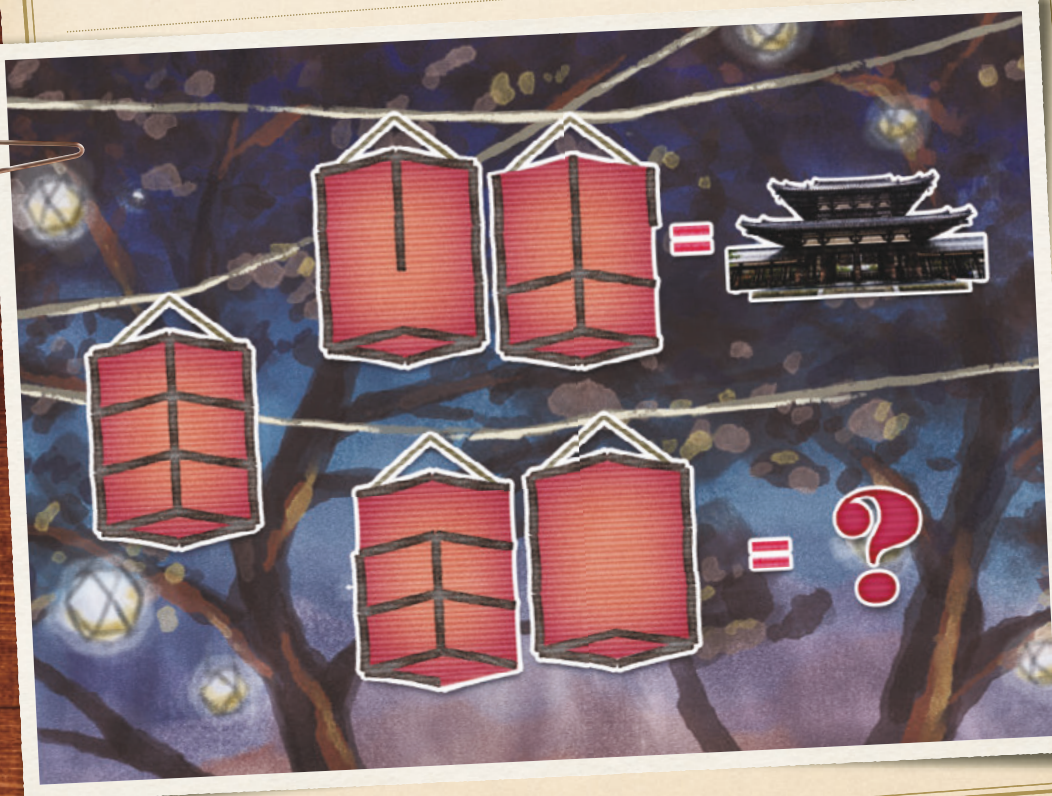


ヒント1 イラストの上の部分は「空」を表しているよ。ヒント2 丸で囲まれた部分だけに注目しよう。カタカナが見えてこないかな？

2 問目

スリランカではあるものによって決まる祝日があるんだ。
それは何か、謎を解いて答えよう。

難易度：★★★★☆



ヒント1 イラストの上の部分は「寺」を表しているよ。
ヒント2 左にある完成しているランタンを参考に、中央にあるランタンで足りない部分を補ってみよう。



松丸亮吾
(謎解きクリエイター)

さまざまな分野で一大ブームを巻き起こしている「ナゾトキ」の仕掛け人。監修の書籍『東大ナゾトレ』シリーズは累計190万部(2024年12月時点)に。2019年3月に謎解きクリエイターの仲間たちとともにRIDDLER株式会社を立ち上げ、代表取締役としてあらゆるメディアに謎解きを仕掛けている。

松丸亮吾 塾長のひらめき学習塾 リドラボ 開校中!

リドラボは、これからの時代に必要な「地頭力」を育てることに特化した、小学生のための“ひらめき学習塾”です。東京大学・藤本徹教授による監修のもと、謎解きを応用して開発した“ひらめき学習プログラム”を中心に設計しています。謎解きのように夢中で楽しむうちに考えること自体が好きになり、自然と地頭力も育っていく、そんな学びを大切にする教室です。「考えることって楽しい!」と心から感じてもらえるようなカリキュラムを用意して、皆さんをお待ちしています。



リドラボの詳細・体験予約は

🔍 リドラボ



※「まだ答えのない絵はがき」は今号で最終回となります。お読みいただきありがとうございました。



帆布の軽快

滋賀の伝統素材がポップに生まれ変わる



生産者:かばんやえいえもん
山内麻衣さん

琵琶湖のほとりにある高島市の特産品・高島帆布を使った小物を展開するファクトリーブランドのショルダーバッグ。デザイナーの山内さんは、紡績工場をはじめ、裁断や縫製の職人さんたちと直接やり取りしながら、故郷の伝統生地をモダンな商品に作り上げる。こちらのバッグは帆布なのに軽いのが特徴。「雲」をモチーフにしたジッパーの引き手や、丸みを帯びたバッグのフォルムなど、全体的なデザインからも軽快感が漂う。



ANA FINDSの
かばんやえいえもん 雲ショルダー

500mlのペットボトルもしっかり収まり、旅先でもアクティブに過ごせる。

前ポケットかぶせ部分の波打つ曲線こそ職人技の見どころ。

左:カーキ、中:マスタード、右:ネイビー。各¥19,800



江戸時代に琵琶湖を行き交う船の帆のために作られた生地がルーツ

インタビュー全文はこちら!

#生産者が語る
by ANA FINDS



カリブ神話の“精霊”が導く5月の幸せヒント

精霊 オリチャ占い



歌姫・ビヨンセが蘇らせた

精霊「オリチャ」たちの声



フリカに起源を持ちキューバで生き延びてきた精霊「オリチャ」が、ポップカルチャーの世界で新たな輝きを放っているのをご存じでしょうか。その象徴的な存在が、あの歌姫・ビヨンセです。彼女はさまざまなシーンで、愛の女神「オチュン」を象徴する黄金の衣装を身にまとい、その聖なる「女性性」を表現すると同時に、競争や効率を重視する現代社会で失われがちな「自然との繋がり」の回復を強く訴えています。

オリチャ同様、アフリカをルーツとする彼女は、精霊たちを現代に蘇らせることで、困難な歴史を歩んできた先祖たちの誇りを取り戻そうとしているのかもしれない。いずれにしても、個性豊かなオリチャたちの織り成す世界観は、歌姫・ビヨンセの声を借りて、今も世界中の人々を魅了し続けているのです。



詳しい占いはWeb『翼の王国』で

「翼の王国」の楽しみ方のご案内

「翼の王国」では、お客様のシーンに合わせた様々な楽しみ方をご用意しております。

ご搭乗前

〈ANAアプリ〉からデジタル版を楽しむ！

ご自身のデジタル端末の「ANA公式モバイルアプリ」から「翼の王国」をダウンロードして、ご搭乗前でも「翼の王国」をお楽しみいただけます。

※冊子形式で最新号やバックナンバーを閲覧いただけます

「ANA」アプリのダウンロードはこちらから



機内

〈冊子〉を楽しむ！

機内で紙の冊子を読みながら、ゆっくりとした時間をお過ごしください。持ち帰って旅先のお土産としてもお楽しみいただけます。

※冊子をご希望の方は、機内の客室乗務員にお知らせください



〈個人用シートモニター〉や〈機内Wi-Fi・エンターテインメント〉からデジタル版を楽しむ！

個人用シートモニター搭載機や、機内Wi-Fi・エンターテインメント対応機では、機内でもデジタル版をお楽しみいただけます。



ご搭乗後／日常

〈Web版〉を楽しむ！

2022年10月よりWeb版も開始しています。最新号やバックナンバーをご覧いただけるほか、Web版だけのお楽しみもご用意しております。ANA便にご搭乗のない月でもお楽しみいただけます。



1

「翼の王国」取材の裏側や、Web限定のオリジナル記事を楽しむ



2

旅特集の動画を楽しむ



3

好きなワードやタグで過去の記事も検索して楽しむ



4

記事に掲載された気になるお店や観光地情報をチェックして、次の旅の参考にする



Web「翼の王国」はこちらから
<https://tsubasa.ana.co.jp/>



翼の王国舞台裏潜入！
ANA公式YouTubeはこちらから



フィリピンの 胎動する 美食の 新章

豊かな海と大地、そして多種多様な文化の交差が育んだフィリピンの味覚が、今、鮮烈な進化を遂げている。食体験を磨きあげてきたのは、歴史の中に埋もれていた固有の味わいを見出す作業と、誇り高きルーツの再解釈。ミシュラン上陸を追い風に世界的美食シーンへと躍り出た、新たな潮流の最前線に迫る。

写真：松園多聞 文：江藤詩文(Shifumy) 編集協力：フィリピン観光省 編集：山下美咲

The New Epicurean Destination



25年10月、フィリピンで長年の悲願だった「ミシュランガイド」がついに上陸した。ライブ配信された授賞式の模様を、国内だけでなく、出稼ぎのために海外に滞在中の多くのフィリピン人も固唾^{かたず}をのんで見守った。会場は熱狂と興奮、笑顔と涙と抱擁に満ち、ポルテージは最高潮に達した。それは世界のガストロノミー先進国といわれ市場が成熟した日本では、もはや見ることもできない光景だ。

自国の文化に誇りを持つ そこから変革が始まった

フィリピンの美食事情は、ここ十数年で大きく様変わりした。国際レベルのファインダイニング文化を最初にフィリピンに伝えたのが、『ギララーバイチェレ』（一つ星）を率いるスペイン出身のチェレ・ゴンザレス。料理人として素晴らしい経歴を重ね、惜しまれながらも、フィリピンの可能性に惹かれて移住した。当時は、少量多皿

のコース料理や、数時間をレストランで過ごすといったファインダイニング文化がまだ浸透していなかった。また「あの頃のお客様は、地元の食材より輸入食材を喜ぶ傾向がありました」と彼は言う。それでも食という「日常茶飯事」に過ぎなかったものを外部の視点から美しく解釈し、時にフィリピン人のノスタルジーさえ呼び覚ました技術力と表現力は評判を呼び、美食への意識を変えていった。

いわば黒船来航。この洗礼を受けて国民的スターが誕生する。『トーヨーイーターリー』（二つ星）のジョルディ・ナヴァラだ。北欧など世界最先端のガストロノミー界で頭角を現した彼は、それまで定石^{ていせき}とされていた国外での出店ではなく、母国での出店を決意した。郷土料理や伝統料理を丁寧^{ていねい}にひもとくとき、優れた国際感覚で現代的に再構築した料理は、フィリピン人には誇りとなり、外国人には鮮烈な驚きをもたらした。「フィリピン料理を、世界で評価される舞台にのせたい」と、各種

フィリピン美食界に 夜明けを告げた先駆者たち

レストラン賞など国際交流の場にも積極的に参加。フィリピンの美食シーンのシンボルとして、親善大使のような役割を長年にわたり無償で務めてきた。アジアの手食文化^{てしきくわ}をガストロノミーに高めた「カマヤン」は、他ではできない体験として旅行者にも人気だ。

ジョルディらとともに黎明期を率いてきたのが、唯一の二つ星に輝いた『ヘルム』のジョシユ・ボートウッド。イギリス人とフィリピン人を両親に持ち、スペインで育った彼は「半分フィリピン、半分グローバルな自分らしい視点」から生まれる独創性が持ち味。映画のワンシーンやストリートカルチャーから得たインスピレーションを料理で表現するなど、フィリピンのフードシーンの幅を広げ、国際競争力を高めてきた。彼ならではの美意識と教養の高さが相まって、店舗デザイン、メニューブック、カラーチャートとリンクしたソースの色遣いなど、その料理は単なるおいしさを超越。食体験を、五感を刺激するアートとして提供している。



オープンキッチン、バー、ダイニング、ラボ、個室、テラスを備える。チェレは毎年、カカオやココナッツといった特産品を「テーマ食材」として選び、フィリピン人ヘッドシェフのカルロス・ヴィリャフロアと共に生産者を訪問。家庭料理や郷土料理を学び、研究を重ねてメニューを組み立てる。現在のテーマ食材は日本人にもなじみ深い「ライス」。唯一のミシュラングリーンスターで、テラスにはハーブや野菜などを栽培する自家菜園を備え、ゲストが周遊するスタイルをフィリピンで最初に採用。



Gallery By Chele

5th Floor, Clipp Center, 11th Ave corner 39th St,
Bonifacio Global City, Taguig, Metro Manila
<https://gallerybychele.com>





独特のデザインの食卓が点々と配されたさまは、さながら美術館のよう。シェフが各テーブルを回り目の前で料理の仕上げを行うため、どのテーブルでもライブ感のある演出を楽しめる。輸入食材とフィリピンの食材を組み合わせた料理はエンターテインメント性も高い。ガストロノミー界では「何料理より誰料理」、つまりフランス料理や和食といったカテゴリーよりシェフは誰なのかが重視されるようになって久しいが、ジョシュはまさにその第一人者だ。



精緻なる工夫が叶える
想像を超えた洗練

Helm

3rd Floor, Ayala Triangle Gardens, Makati Ave,
Makati City, Metro Manila
<https://www.joshboutwood.net/restaurants/helm>





Toyo Eatery

2316 The Alley at Karrivin, Karrivin Plaza,
Chino Roces Ave Ext, Makati City, Metro Manila
<https://toyoeatery.com>

郷土料理や伝統食を再構築したコースと、手食を上質な料理で楽しむ「カマヤン」の2本立て。ジョルディのコースの構成は国際標準の洗練されたものだが、米を主食とするフィリピンらしく、パンを出さず、締めにご飯とおかずの定食スタイルで登場する。アジア各国で親善活動に取り組むなか、とりわけ日本の料理人と親交を深め、日本のかき氷とフィリピンのハロハロ（かき氷に似たデザート）を融合したデザートカフェ『アズキ トーヨー』も手がけている。



新世代の感性が生む、

鮮烈な表現



Hapag

7th Floor, The Balmori Suites,
Hidalgo Drive,
Rockwell Center, Makati City,
Metro Manila
<https://www.hapagmnl.com>



なぜ今、フィリピンのガスト
ロノミーは急速に開花したのだ
ろうか。

地理的に見ると、7641の
島で構成されたフィリピンは、
エリアごとに違う言葉話すほ
ど地方色が強い。各地域に興味
深い郷土料理や産物があり、前
出のシェフたちがそれらを見出
し、光を当てた。国としては、
全国で共通する言語としてフィ
リピン語と英語を公用語に定め、
英語教育を推進。それが、フィ
リピン人が料理修業などで欧
米に渡ったとき、英語が流暢
なため世界最先端のレストラン
でも受け入れられやすいという
強みにつながった。さらに英語
力と親和性の高いSNS時代が
到来。たとえば日本語のみで情
報を収集する日本人シェフと比
べると、フィリピン人シェフが
得られる情報量は桁違いに多く、
世界と時差がない。さらにフィ



Celera

3rd Floor, 238 Pablo Ocampo Sr. Ext, Comuna,
Makati City, Metro Manila
<https://restaurantcelera.com>

リピン観光省は、食を目的に旅をする「ガストロノミーツーリズム」を、現在の世界的なブームに先駆け、10年以上にわたって長期的に推し進めてきた。とりわけ日本での活動はめざましく、日本とフィリピンのトップシェフによる食の交流が継続的に行われ、2026年に国交正常化70周年を迎える日比間の友好関係を強めてきた。

歴史的には、フィリピンはスペインに植民地化されたアジアで唯一の国だ。その後、アメリカ、日本に支配されたことで、本来の食文化とそれぞれの国の食文化が入り混じり、独自のもののへと発展した。また、かつて世界を席巻したモダンスパニッシュの流行や、現在もつとも勢いのある南米ブームも、スペイン文化への素地と新しいものに敏感な国民性に支えられ、積極的に受け入れられている。



Flow

Green Sun Hotel,
2285 Chino Rocas Ave,
Makati City, Metro Manila
<https://www.restaurantflow.ph>



若き才能の勢いを映した ダイナミックな革新性

そして現在、先駆者の成功に
勇気づけられ、将来に夢を抱い
た次世代が、次々と新しい挑戦
を始めている。

各地を旅して、消えゆく寸前
の食材や料理を守り継承してき
た『トヨローイターリー』（P.
19）の文化人類学的アプロー
チをより強めたのが『ハパグ』
（二つ星）。ひとつの地方に特化
して深く掘り下げたコースを構
成し、料理だけでなく食材や手
工芸品もあわせて紹介するなど、
研究成果の発表の場といった趣
さである。

一方、「フィリピン」という
縛りを強く設けず、アジアの食
文化を交差させながら遊び心の
ある演出で楽しませるのが『セ
レーラ』（二つ星）。「アジアの
いいものをフィリピン人マイン
ドでハロハロ」（フィリピン
語で混ぜる、の意味）する「こ
とで、今っぽくリアルなフィリ



Liyab

Roof Deck, W High Street Building,
11th Ave 28th St, Taguig, Metro Manila
<https://liyabrestaurant.com>

ピンの味を表現した。その軽やかさは、「世界の食材の素晴らしさを地元のお客様に知ってもらうことで価値が認識され、生産者への敬意が高まり、次世代への教育と支援につながる」という『ヘルム』（P.18）の哲学の現代版にも見える。

勢いに乗り新店ラッシュに沸く現在、いま最も注目すべきなのが『フロア』。ペルー・リマで「世界一のレストラン」の称号を持ち、飲食店の存在意義を変えたとされる超有名店『セントラル』で研鑽を積んだシェフが、その哲学を地産の食材で表現している。その他、世界的な薪火ブームを踏まえ、確かな技術とエンターテインメントを融合した独自の世界観が評判の『リヤブ』の今後も楽しみだ。

フィリピンのレストランシーンは、まさに百花繚乱の時代を迎えている。



Pedro Farms

616 Hukay Road, Brgy. Munting Ilog, Silang, Cavite

<https://www.pedrofarms.com>

フィリピンでは、美食を支える生産者の意識も徐々に変化。アジア各国で、感度の高いシェフの要望に合わせて欧州固有種の野菜やハーブづくりに挑戦する農家が増えているが、マニラ郊外のタガイタイ周辺にも高い志を持つ生産者がいる。その先駆者が『ペドロファーム』だ。

高原リゾートとしても人気のタガイタイにチェレ（P. 16）がオープンしたスペイン料理店の『アサドールアルフォンソ』（二つ星）は、広大な敷地にヤギを飼育する牧場や自家菜園を備えたデステイネーションダイニング（旅の目的となるレストラン）。ここでは『ペドロファーム』の技術支援を受けながら、エグゼクティブシェフのロドリゴ・オーソリオが自身の手で野菜づくりを試みるなど、料理人と生産者の新しい関係づくりが進んでいる。

Asador Alfonso

Lot-3308 Barangay road, Esperanza Ilaya,
Alfonso, Cavite
<https://www.asadoralfonso.com>

大地とテーブルを結ぶ、 生産者とシェフの共創





土地本来の恵みを
極上の味へと生かす



Linamnam

31 Greenvale 2, Parañaque, Metro Manila
<https://linamnamnl.cococart.co>

日本が高度経済成長期を迎えた当時、発展途上国だったフィリピンには、今でも農業が使われたことのない未開発の土地が多くある。それを活用し、オーガニックや、持続性に配慮したパーマカルチャーと呼ばれる高度な農業も徐々に普及。その一例が、野草などあるがままの自然環境を生かしながら多彩な植物を混栽する『デン＆ジーンズ ナチュラルファーム』。ミシュランガイドで一つ星とヤング賞をダブル受賞した『リナムナム』のドン・バルドサノは、見た目より味や栄養価を重視し、市場に出回らない在来種の野菜や果実を定期的に仕入れ、農園の活動をサポートしている。

スターシェフと次世代、生産者が一丸となって躍進するフィリピンの飲食業界。眩しいほどの光と熱に満ちたこの国の味覚を、ぜひ体験していただきたい。

Den & Jean's Natural Farm

Brgy. Bambang, Calaca, Batangas

<https://denandjeans.com>





美食の精神を街へ伝える 注目スポット



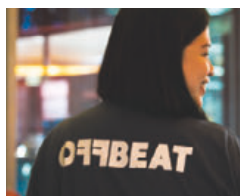
Papakape Fort Santiago

Fort Santiago, Intramuros, Metro Manila

<https://papakape.com>

コーヒーやカカオの取り引きで課題となっているフェアトレード。フィリピンでは生産者と協力し、自国産のコーヒーを製品化する活動が進んでいる。ここではローカルなコーヒー豆を使い、フィリピン伝統の料理やデザートに着想を得たドリンクを提供している。





Offbeat

2nd Floor, Ayala Triangle Gardens, Makati Ave, Makati City, Metro Manila
<https://www.instagram.com/offbeatbistroph>

著名なフードジャーナリスト兼シェフのアンジェロ・コムスティとヤング賞のドン（P.27）が手がけるビストロ。70～80年代のアメリカの影響が色濃かった時代からある郷土料理を現代的に復活させ、当時を知らない若い世代にレトロブームを起こしている。



Manam At The Triangle

Restaurant Arcade, Ayala Triangle Walkways, Makati City, Metro Manila
<https://www.instagram.com/manam.triangle>

コンフォートフードと呼ばれる家庭料理の延長のようなメニューを、洗練されたかたちで提供する名店。フィリピン人に人気で行列が絶えないが、フィリピン版味噌汁の「シニガン」や肉じゃが「アドボ」などがひと通り揃っているの、旅行者が最初に訪れるのにも最適。



◀「フィリピン特集」はWeb『翼の王国』でもお楽しみいただけます。本誌未掲載のWeb限定記事もぜひご覧ください。

Manila
 Ninoy Aquino
 International Airport



フィリピンへの翼

ANA 直行便で羽田国際空港（HND）からマニラのニノイ・アキノ国際空港（MNL）まで約4時間45分。空港から市内中心部へは車で30～60分にてアクセスできる。土壌の豊かさで知られる高原地域のタガイタイ周辺へはマニラから車で1時間30分～2時間程度。

生まれ故郷の沖縄、日本人の価値観がもたらしてくれたもの…
それが、私たちをさらに強くしてくれた——

Get Ready for Another Championship Season

撮影／上野立樹 取材・文／仲本剛

「もう一度、ワールドチャンピオンになること、それが2026年のシーズンで私たちのチームが定める最大の目標ゴールです」

ニッコリと満面の笑みを浮かべながら、デーブ・ロバーツ監督(53)はキッパリとこう言い切った。メジャーリーグでは1998〜2000年のニューヨークのライバルチームが成し遂げて以来、21世紀になってからは初の、3連覇を堂々と宣言してみせたのだ。

2024年から、ロサンゼルスの人たちに愛されているこのチームと、パートナーシップ契約を結んでいるANA。そこで今回、『翼の王国』はリーグ屈指の名将を彼の地に訪ねた。今季の目標や自身の沖縄というルーツが与えた影響、さらに、日本の文化がクラブハウスにもたらしたものまでを聞いた。

A full-page photograph of David Ray Roberts, a middle-aged man with short grey hair, smiling and standing on a baseball field. He is wearing a light blue polo shirt with a small logo on the chest and dark trousers. His hands are in his pockets. In the background, the stadium seating and a large scoreboard are visible under a clear blue sky.

David Ray Roberts

1972年、在沖縄米軍下士官の父と沖縄出身の母との間に、那覇市に生まれる。1歳のとき、家族でアメリカ合衆国カリフォルニア州に移住。カリフォルニア大ロサンゼルス校を経て94年、ドラフト28巡目指名でプロ入り、99年にメジャーデビュー。俊足の外野手として5球団で活躍し、09年に現役を引退。16年、ドジャースの監督に就任。20年、24年、25年と3度、チームをワールドチャンピオンに導く。

Discipline, Humility, Respect

2026年も勝ち続ける わがチームの“メソッド”

—— 春、日本では多くの人が期待と不安を胸に新しいスタートを切ります。そこで質問ですが監督ご自身、どんな心持ちで毎年の開幕を迎えていますか？ 新しいシーズンを、どんなマインドセットで臨むのでしょうか？

私は楽観的な人間です。ですから、基本的には「今シーズンはどんなことが起こるだろう？」と、ワクワクした気持ちで始めることが多いですね。そして、開幕に当たってはまず、ゴールを設定します。私にとって2026年は、やはりワールドチャンピオン、これがいちばん大きな目標、ゴールです。この目標を最初に立てておいて「では、その目標を達成するために一日、一日をどう過ごすべきか」と、ググッとズームインするようにして考えるんです。中長期的なゴールとあわせて、目の前の一日、一日をどう積み重ねていくか、そちらにフォーカスを当てていくのです。

——ご自分の生き方、考え方のなかに、ルーツである沖縄や日本の影響を感じることはありますか？

エブリーダー（笑）。それはもう、毎日感じています。そこには三つのキーワードがあります。自分をいつも戒め、規律を求める「Discipline」、自分の立場をわきまえ謙虚、謙遜の気持ち忘れな「Humility」、そしてもう一つは自分以外の人への敬意を持つ「Respect」。これらの考え方は、幼いころに沖縄で生まれた母から教わったバリューです。この沖縄の、日本のバリューについては、もう、毎日のように考えて実践しようと努めています。

——あなたのチームにはスーパースターが大勢いますが、多くのスター選手を一つのチームにまとめるための秘訣はなんですか？

二つのステップがあります。一つ目は、先ほども言いましたがチームとしてのゴール、具体的に言え

ば今年はワールドチャンピオン

シップ、これを皆にしっかり認識してもらうこと。二つ目は、選手一人ひとりを見たときに、彼らがどういうマインドで、何をしなければならぬのか、これをクリアにしてコミュニケーションすることです。その過程において、コーチなと私以外の多くのスタッフたちとさらに次の三つの質問を共有しています。「選手一人ひとりが自分たちのことを信頼してくれていいますか」「選手のことを人として気遣っていますか」、そして、たとえどんな選手であっても皆、改善を目指している、どう改善したらいいかを皆が日々、自問自答していますから「そのヘルプができますか」。どれほど優れた選手であっても、選手というのは皆が自身の成長を意識しています。「もっと上手になりたい」「もっとよいプレーをしたい」と。それを手助けするのが私の仕事からです。

——チーム内で信頼関係を築くためのコツはありますか？

現在は野球だけでなく、あらゆる局面で以前と比べると信頼関係を築くことが難しい時代になったように感じています。そうしたなかで私は、伝えたいメッセージをクリアにすること、そしてそれに基づいて行動を示すことが大切だと思っています。スタッフ、選手、リーダー、どのような立場にあっても、頼れる存在であること、一貫性がなければいけません。そして最後に、正直でいること。相手にとってそれがいいメッセージでも、たとえ悪いメッセージだったとしても、どんなときも正直に伝えなければ、本当の意味での信頼

関係というのは築けません。

——日本の文化はクラブハウスに良い影響を与えたと思いますか？

もちろんあります。過去にMVPを獲得したこともある主力選手はこう話していました。「2025年、Discipline（日々自らに訓練を課すこと）、Attention to Detail（細部にまで注意を払い、正確さを追求する姿勢）がなければ我々は優勝できなかった」と。つまり、そうした日本の価値観が選手たちを成長させたのだらうと、その選手は言っているのです。それは私もまったくの同感ですし、私の心の奥にある沖縄生まれの母の教えとも完全に一致するものと思っています。そういう考え方、カル



チャーがチーム内の共通言語として根付いているところが、我々の強さの秘密でもあるのです。

——ここで、少しANAのことに触れさせてください。ANAは今年、国際線就航40周年を迎えま



たが、ロバーツ監督はANAについてどんな印象をお持ちですか？

私は日本で生まれた日系アメリカ人であることに誇りを感じています。ANAが世界と日本の架け橋であるように、私もそのような

存在でありたいと思っています。

また、ANAはとても「joyful」な企業という認識があります。国際線を運航させている40年もの間、多くの搭乗客から愛され、社員の多くがとても長く働いているとも聞いています。それはやはり、常に誠実に、よりよいサービスを提供する企業であろうと挑戦を続けている証であると思うからです。

——ありがとうございます。たしかにANAは努力と挑戦を大切にする企業文化を持っています。そこで質問ですが、監督自身はキャリアの過程で壁に当たったとき、めげることなく挑戦するために、どんな努力をしましたか？

新しい環境に飛び込むときと同様、準備を万全にしておくことが肝要です。それを前提としても、高い壁を前にすれば誰もが不安や不満、疑問などを持つと思います。私はネガティブな思考で「問題点」について考えるよりも、よ

りポジティブに「答え」にフォー

カスするようにしています。壁に当たったからこそ、その答え、Solutionはなんだろうかと集中するんです。答えを見つめる作業というのは必ずしも楽しいことばかりではありませんし、ときにはつらいこともあります。私は自分自身で「これはポジティブに向かっているんだ」とマインドセットします。それが、チャレンジをワクワクに変えていく、私のやり方です。

——なかには失敗を恐れ、壁に立ち向かえない人もいます。そういう人に対して、監督はどんな言葉をかけますか？

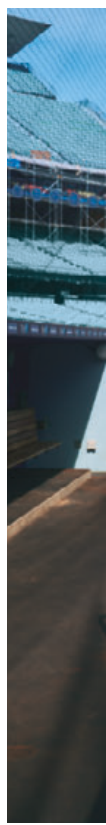
私自身は失敗について考えることは好きではありません。そこにフォーカスしないよう心がけています。ですが、現実には失敗というものはつきもので……つまり、失敗というのは誰もが当たり前にすることなんです。そこに固執し、

思い悩むよりも、大切なのはその次だと考えます。そこに、その人の人格が表れると思っています。つらい状況に陥ってしまったとき、どう対処するか、次の一歩をどう踏み出すか、どんなResponseをするかが大事なことです。そして、私は「その壁にぶつかったときの気持ちにも慣れなさい」と言いたいですね。そんなことはいくらでも

あること、慣れてしまえばいいんです。特別視する必要はありません。それに、すべてのことが思いどおりに進んでいては、人は成長もありませんし、自分のポテンシャルに気づくこともないと思います。失敗ではなく、試練と捉えて前に進むべきなのです。

——全米で現在、最も熱いチームの監督というのは、ストレスも多い仕事だと思いますが、監督は心身を整えるために意識的にしていることはありますか？

私自身は、チームの皆やファン、



人生に試練はつきもの 大事なのは“Response”、 どんな次の一步を踏み出すか

メディアなど周囲の人の思いにも配慮しつつ、平常心を保つよう努めています。それが私の考える理想のリーダー像だからです。平常心を保つために心がけているのは、初心に立ち戻ること。「このチームの目指すゴールは？」と自問す

るんです。周りでどんなことが起ころうとも、このゴールだけは変わりません。常にそこを見据えて行動することを自分に課すようにしています。ただ……これは正直、簡単なことではありません。そのために私もさまざまなトライアル

を続け、心身のバランスを保つようにしてきました。それは例えばしっかりと睡眠時間をとることであったり、信仰を持つことも心の安定につながると思います。また、私の場合はゴルフもそう。そして何より、家族の存在です。最愛の家族と過ごす時間を持つこともとても重要です。監督というのは、放っておくと常にチームを改善するために何が必要かを考え続けてしまう仕事です。ですから、ときには意識的にその思考を切ることにスイッチをオフにして、一度リセットするのも大切です。

—— 広大な北米を巡って野球をするということ、飛行機での移動も多いと思います。機内での時間というのもリセットになる？

おっしゃるとおりです。たとえば19時に試合開始の日、私は13時には球場に入ります。そして試合が終わり球場を離れるのは23時ぐらい。つまり10時間ずっと野球について考えを巡らせて、他のコーチたちと意見を交わし、選手たちにアドバイスも送り続けているのです。ですから、試合後の移動時間というのは疲労困憊、機内では眠って過ごすことがほとんどです。そのようにして強制的に思考をオフにすることも大切なのです。ですから、ご指摘のとおり、私にとって飛行機での移動時間は、重要なリセットのための時間なのです。

—— 最後に、日本のファンに向けてメッセージをお願いします。

日本のファンの方々は、私たちチームに喜びやエキサイトメントをもたらしてくれています。そのことを私はもちろん、選手たちも皆、とても感謝しています。そして最後に……2026年、今シーズンも私たちは勝ちます。日本の皆さんも心の準備をして、勝利の瞬間を待っていてください。

Get Ready for Another Championship Season.



創業 享保三年(1718年)

白竹堂





赤井勝

装花・文

ミニカトレア / Mini Cattleya vol.26

個人的見解ですが昨今、静謐な空気に包まれている寿司店が増えたように思います。それも予約が取れない、レストランガイドの星付きといった少々格式の高い店であればあるほど、その印象は濃くなります。来店した客に「どうも」と小さく会釈をした板前さんが、「どうぞ、こちらに」と厳かにカウンター席を指し示す、といった具合です。

ですが、私が最近通う東京・南青山の『鮨 龍次郎』は違います。けっっこうな人気店なのに、入口の扉を開けた瞬間、大将が「いらっしゃいー」「まいどー」と店の外にまで響き渡るような大声で迎えてくれる。昭和の寿司店には当たり前にあった威勢のよさで、私などは「一周回って、逆に新鮮や」と感じ入り、その「王道」と「斬新」が同居するさまに「やられた」と眩しくなります。

基本的には「おまかせ」で握ってもらいますが、そこは令和の人气店、こだわりの握りは何れも洗練されていて、文句のつけようがありません。最後だけ、私は決まっていた巻きと干瓢巻きを注文。このかっぱ巻きは少し斬新で、極細の千切りがとろろの束を、ほんの数ミ

Masaru Akai

65年、大阪府生まれ。花を通じ心を伝える自らを「花人」と称し、自身の飾る花を「装花」と呼ぶ。08年、北海道洞爺湖サミット会場を花で飾り、13年、伊勢神宮式年遷宮では献花を奉納。昨年、大阪府堺市に「Akai Masaru Art Museum」をオープン。

パラダイス山元の

快適な空だけの旅

Vol.44

人生富士山



イラストレーション／ソリマチアキラ

日本人はもちろんのこと、外国から訪れる観光客も、みんな大好き富士山。富士山なんて大嫌い！という人には、これまでお目にかかったことがない。

富士山に人一倍思い入れがあり、人生の節目ごとに様々な「富士」と関わってきた私。小学5年生の時、父親と一緒に札幌から鉄路で函館、連絡船に乗って津軽海峡を渡り、青森から上野までは常磐線経由、東京駅からひかり号で京都へ向かう途中、車窓から雲の合間に残雪の筋がくつきりと美しい富士山を見たのが最初だった。蝦夷富士と呼ばれている羊蹄山ようていざんしか見たことがなかった私は、ホンモノの富士山に大興奮。36枚撮りのフィルムカメラのシャッターボタンを何度も押しまくっていると「同じような写真はかり撮るのは勿体ない！」と父からピシヤリ。ケチなことを言う父親だと思いかもしれないが、当時の写真一枚のコス



トは今とは比較にならないほど高価であったので、納得して撮影終了。旅が終わった後、ネガフィルムを現像、サービス判のプリントで仕上がってきた写真のほとんどは、車窓のガラス汚れにピントが合ってしまったボケボケなカットばかり。残念な富士山のファーストショットになってしまった。

上京後、遠くに富士山を望むことができた江古田の日大芸術学部の上は、晴れてさえいればタダで見られる癒しスポットだった。大学卒業後は、富士が冠につく自動車会社のカーデザイナーとして採用された。社名がその後、星座の名前に変わってしまったが、直訳すると「遺産」という車名の初代スタイリングの他、鉄道車両などいい仕事に就かせてもらった。

自動車会社退職後はミュージシャンに転向、ついに「フジロック」に出演する機会にも恵まれた。その後、フジロックに便乗して「フ

ジマンボ」というナイトクラブイベントを立ち上げ、河田町からお台場へ移転する頃のフジが冠についたテレビ局で、「ラテン専科」「科学マンボ隊ラテンジャー」という深夜番組の司会を担当。最近では富士山を間近に見上げる富士市の商店街でマンボライブを敢行した。

そんなに大好きな富士山なのに登頂経験は未だにない。多分、今後もないと思う。富士山は、飛行機の窓から見てなんぼのもの。機窓から見下ろす富士山を見飽きることはない。富士山静岡空港へ着陸、そしてまた同じ飛行機に乗って離陸。まるで浮世絵のような構図の富士山を、今度こそしっかりとオートフォーカス機能が備わった携帯でパシャパシャと無限に撮影。羽田↓那覇↓静岡↓新千歳↓羽田と乗り継いで、日帰りもできてしまうANAならではのルートを楽しむなら、今のうちだ。

つづく

パラダイス山元の空港巡礼

【富士山静岡空港】FSZ

「世界一富士山に近い空港」。海拔132m、展望デッキからは、富士山と駿河湾が見渡せる。夕暮れ時は逆光の富士山が美しい。全ての便を網羅した離発着時刻表の案内板が親切。空港内には飲食店6店舗、物販店4店舗が揃い、食事から買い物まで充実！物販店では、静岡茶、わさび、桜エビ、焼きそばなどの名産品に加え、『ちびまる子ちゃん』『コジコジ』の作者で知られるさくらももこさんの作品のグッズも豊富に取り揃える。なかでも、静岡産の青島みかん100%の「蛇口みかんジュース」が人気だ。「Runway Shop FSZ」は、富士山がデザインされた空港オリジナルトートバッグや、空港限定ランウェイトオルや定規、ステッカーなど、航空マニアも納得のラインナップ。飲食店には静岡の有名店が多数出店。FSZ+機影+富士山+♡のラテアートが美しい「This Is Cafe」の「富士山空港ラテ」がパラダイス山元の推し。



パラダイス山元: プロ搭乗客。ANAミリオンマイラー。ラテン音楽家。餃子レストラン「荻窪餃子 葛飯苑」オーナーシェフ。グリーンランド国際サンタクロース協会公認サンタクロース。著書に『読む餃子』、英語版・仏語版餃子レシピ本『GYOZA』、『パラダイス山元の飛行機の乗り方』『なぜデキる男とモテる女は飛行機に乗るのか?』など。出演イベントの詳細は X(旧 Twitter)で発信中。@mambon



高知龍馬空港

高知への翼

東京(羽田)などからANA便で高知龍馬空港へ。

※運航情報は変更になる可能性があります。
最新の情報はANAウェブサイトをご確認ください。



「高知特集」はWeb「翼の王国」
でもお楽しみいただけます。
本誌未掲載のWeb限定記事も
ぜひご覧ください。

仁淀川最上流域、仁淀ブルーが最も綺麗な安居溪谷からの水が流れ込む場所でクリスタルカヤックの体験ができる。SUPも人気で、コタツを載せた数人乗りのSUPはレアな体験！

仁淀川アウトドアセンター

高知県吾川郡仁淀川町長屋6

☎0889-20-9619 <https://niyodo.jp/>
Instagram @niyodogawa_outdoor_center



GIFTS *of* SEA *and* RIVER

高知

海と川に、ごちそうさま

黒潮の海と、山あいを流れる清流。その風土の中で人が手を動かしてきた。海へ出て、川と暮らす……道具や食材作りに向き合う職人や作り手、そして土地の恵みを皿に映す料理人。自然の贈り物は、誰かの手を渡りながら、この土地ならではのカタチへと変わっていく。

豪快であり、どこか繊細。実直で、あたたかい。そんな土佐人の気質は、海と川の風景の中で育まれてきた。高知に息づく、人と自然の物語へ。

撮影／Bourbon 取材・文・編集／中野桜子

「高知の台所」と呼ばれる須崎^{すさき}市。須崎漁港には、高知を代表する鮮魚が揚がる。穏やかな入江である浦ノ内湾を横目に車を走らせていると、海に家が浮かぶ光景に思わず目を疑った。実はこれ、「船」として建築された海上レストラン。キャプテンは徳弘誠さん。非日常的な光景だが、昭和時代から50年余り、この湾には最盛期で6軒もの海上レストランが浮かんでいたという。土佐の先人は「竜宮城」で酒を飲み交わしたことだろう。しかし時代の流れとともに姿を消し、残ったのは「浮橋」のみ。店主の高齢化で一度幕を閉じたが、徳弘さんが再起させ、歴史は守られたのだ。中に設えた生^{いけ}簀^すから提供される伊勢海老に長太郎貝。目の前は360度の海。生まれて初めての体験と本物の味が、体に刻み込まれる。県内外、海外からも客が絶えない。

Sea Gifts

海の上に浮かぶ家。
昭和から愛される
大人の隠れ家

海の上食堂 浮橋

高知県須崎市浦ノ内東分鳴無3715

☎0889-49-0240 <https://ukihashi.com>

Instagram @ukihashi.kochi

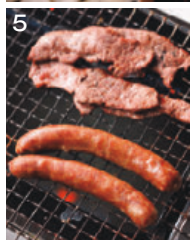
太平洋の内湾であり、風。まるで「海のゆりかご」のよう。ゆったりとした海面にぶかぶかと浮かぶ家の入り口へ向かって橋を渡る瞬間は、わくわくが止まらない。



伊勢海老のお造り。驚くほど甘くふり
ふりとした歯応えは幸せの極み。肝や
味噌の濃厚さには顔がついほころぶ。



3



1 オレンジ、黄色、紫の美しい「長太郎貝」。通称ヒオウギ貝と呼ばれ、身はホタテのよう。温かい海域で育つため、ホタテより濃厚で甘い。2 店内奥には生簀が。活きのいい貝がピョンピョンと潮水を噴射する。釣り糸を垂らして釣りもできるという夢のような環境。3 流れ子（トコブシ）、長太郎貝、サザエ、海老、ハマグリなど。卓上で浜焼きか、貝鍋を堪能できる。4・5 猪肉と猪ソーセージ。なんと猪が海を泳いで渡るという。「獣害対策で処分される猪をなんとか活用できないか」と血抜き2時間以内に食用として加工・販売するのは近所にある「ジビエ浦ノ内企業組合」。



須崎の海はカツオ、マグロ、伊勢海老やドロメ（シラス）など魚種が豊富。この湾に「海人」といわれる漁師がいる。森本嘉征さんはドロメ漁と魚突き（スピアフィッシング）の二刀流。夜明けの土佐湾でドロメの群れを見つけ、船を走らせること5時間、最後はタモ網で一気に何籠も揚げる。一方この海域は、一本釣り、手釣り、素潜りなど「魚と一對」で向き合う漁も多い。なかでも魚突きは、潜水能力と魚の習性理解、海況判断が必要とされ、魚と同じ水深20mの世界で素潜りする原始的な漁だ。嘉征さんと目が合った魚は最後、百発百中で痛快にヒット。見事に身を傷つけない。嘉征さんは卒業後様々な職を経験したが、特技を仕事に漁師に行き着いた。「昔から泳ぎだけは誰にも負けなかった」。天性の技量を今日も海で揮う。



Sea Gifts

泳ぎは得意だった。
おのずと海に
呼ばれていました



息を止めた一騎打ちはまさに命と隣り合わせ。30キロのクエを揚げることも。魚突きは売り物にするには技術が必要で、大漁に釣り上げないぶん大物が狙える。高知の漁師たちはこう言う、「海は人間の取り分を決めちゃう」。つまり獲りすぎない漁がいい漁という考え。海中ですぐに脳締め、血抜きされた魚は味が格別。



須崎魚市場のセリ。毎日朝9時頃から威勢のいいかけ声が響く。水揚げされたての魚を求めて市内外の卸業者が買い付けに来る。



須崎うみんちゅ 嘉征

得意のスピアフィッシングとドロメ漁をメインに、高知県須崎市で漁師をする。

YouTube 〈須崎うみんちゅ 嘉征〉

Instagram @yoshi_7478

県内の飲食店では生でドロメを食べられる。釜揚げと生シラスの丼。



活魚 漁ま

高知県高知市南久保1-2

☎088-856-5037

<https://ten-g.co.jp/>



黒潮の流れを受け温かな海水が流れ込む土佐湾では、季節ごとに多種多様な海産物が水揚げされる。全国一のカツオが有名。また、ウツボも漁獲量一位。「海のギャング」と称される見た目だが、味わいは白身魚や鰹のような食べやすさ。たたきや唐揚げとして、高知中の居酒屋で食べられる。



ドロメは、土佐の方言でカタクチイワシの稚魚(シラス)のこと。11〜4月頃が漁の最盛期。生で食べられるのは地元の特権！

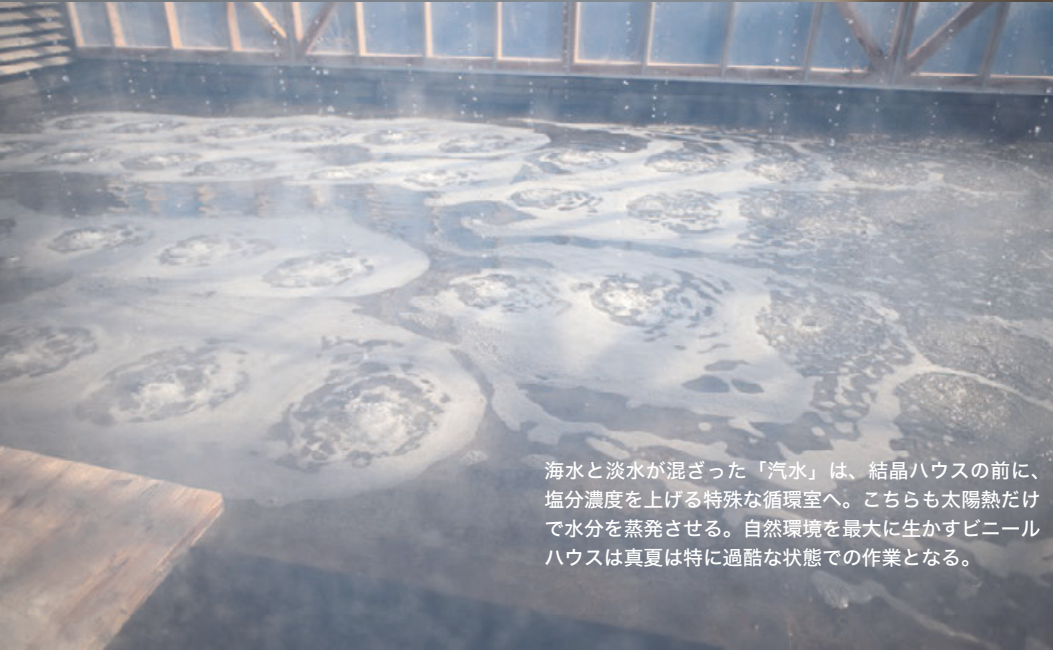
田のやぎんどう
田野屋銀象さんが白銀の世界で対話する相手は「塩」。この「結晶ハウス」に並ぶ木箱の塩は、それぞれ状態が違う。全国の料理人からオーダーが寄せられるのだ。「気温や日照時間、同じ条件の日もなければ、目指すゴールも違うので、毎日自分の目で世話をする必要がある」と言う。田野屋塩二郎氏に師事し、2021年、26歳で独立。銀象ソルトに欠かせないのが、場所選びだった。ここは地下海水に仁淀川の水が混ざり合った奇跡の場所といえる。ミネラルが豊富で繊細な味を引き出せるが、塩分濃度が低いぶん時間も手間もかかる。石油やガスを使わず、太陽の力だけで結晶化させる「完全天日塩」だ。職人だけがわかる「塩の声」を聞き、味わいや舌触り、口溶けを設計する。海水、太陽、そして職人の感性が、ゼロから無数の味を生む。



塩作りとの出会いは、高校時代。パンクバンドに没頭し、壊してしまったギターを新調しようとアルバイトを始めたのがきっかけ。田野屋塩二郎さんの塩作りに惚れ込み、何度も門を叩いて弟子入りした。

Sea & River Gifts

気候や塩の状態を見極め、結晶と対話する。
手塩にかけて、365日



海水と淡水が混ざった「汽水」は、結晶ハウスの前に、塩分濃度を上げる特殊な循環室へ。こちら太陽熱だけで水分を蒸発させる。自然環境を最大に生かすビニールハウスは真夏は特に過酷な状態での作業となる。



塩杜氏 田野屋銀象
高知県土佐市新居129-1
<https://www.ginzo-salt.com/>
Instagram @ginzo_salt

代表的な塩は4種類。その口溶けを味わえば、魚、肉、野菜、下味、それぞれに合う塩が違うのがわかる。オンラインまたは高知空港で購入できる。



仁淀川は水質が日本で、その川の色は神秘的な青色に見える。「仁淀ブルー」と呼ばれ、いくつかの人気スポットが存在する。ここ「にこ淵」は、もともと水神様である大蛇が棲む場所として地元住民は立ち入らなかったが、現在は人気スポットに。



River Gifts

森を守り、川を守る。
土佐の文化は、山から川を下りて台所に届く

カンカンカンカン……山里深い一軒から鉾物を打ち付ける音が小気味よく鳴り響く。高知には古くから鍛冶屋の文化が根づいている。林業が盛んな土佐で、山仕事に欠かせない鉾^{なだ}や鎌を造る鍛冶職人が各地に生まれ、やがて鋼を叩いて鍛える「土佐打刃物」の技が育まれた。

その刃を受け止めるのがまな板。清流・四万十川^{しよんと}の流域に育つヒノキは、水に強く刃当たりが柔らかい。「土佐龍」では、植林された樹齢70〜80年の四万十ヒノキを間伐や除伐する。手入れをすることは、森を

軽く鋭く実用本位の刃物、そして四万十ヒノキの上質なまな板は、いま世界の料理人の手仕事を支え、高く評価される。

製材所で製材された木材は十分な時間をかけてゆっくりと天然乾燥されたあと、人工乾燥を施す。

一枚板のまな板は、樹齢を重ねた太い丸太から採取される上等品。使えばその心地に感動する。



健康に守ること。つまり、生き物の生態系を守り、地球温暖化を防ぎ、保水力を高めて山崩れなどの災害から守ることに繋がる。山に降る雨は川となり、森を育て、木がまたまな板となる。川から始まる道具文化は、土佐が世界に誇る知恵と文化だ。

「迫田刃物」は400年の土佐打刃物の伝統技法を受け継ぎ、初代・迫田春義氏が昭和48年に創業。昔ながらの鍛造技法に勤しみ、片刃、両刃、すべて自家鍛造を行う。また、二代目・剛さんは包丁が優れていても砥ぎが不十分では本当によい刃物として継続しないと、日本有数の鍛冶師・砥ぎ師たちに師事。「砥ぎ」の完成度を希求し、砥石の使い方、手入れを広めることに努める。迫田刃物の製品は永久保証だ。

土佐龍

高知県須崎市浦ノ内2830
☎0889-49-0111
tosaryu.com

さこだ 迫田刃物

高知県須崎市神田781
☎0889-43-1907
<https://sakodahamono.com/>

通常は破棄される葉っぱも集め、精油（エッセンシャルオイル）として抽出する研究が進められている。また、ヒノキ風呂を楽しめる入浴剤も人気。



Sea&River Gifts

高知が胸を張れるすべてを。
自分の料理で、
料理の世界を
好きになつてもらいたい



将人

高知県高知市廿四町2-8

☎088-824-1308

<https://masahito-izariya.com/>

Instagram @masahito_izariya

完全予約営業制。

2階「座屋本店」は通常営業。

1

カツオは噛んでこそうまい。肉厚な身を噛み締め、その贅沢な咀嚼と酒に時を忘れる。岡添将人さんの店「将人」は、完全予約制。料理人の想いを独り占めできる。高知の一級品を揃え、ほぼ独学で磨き上げた料理を皿に込める。「自分の料理で、料理の世界を好きになつてもらいたい。なんでも最初の出会って大事ですよ」高知から世界に目を向け、道を切り拓く。一方、川あいに佇む「うを兼」も完全予約制でその客のためだけに仕込まれる。百余年続く鮮魚店の家に生まれた岡崎さんが、店を畳み、本格割烹を開店。魚の命を料理へと昇華させる。「自宅で食事しているつもりで、非日常」を味わってほしい。その想いだけ。和食のすべてはSDGsなんです。魚で言えば骨、皮、わたまでがごちそう」高知の恵みは職人の覚悟によって磨かれる。

1 カツオの薫焼きの塩たたき。2 ウツボの白和え。ふんわりと仕立てられたウツボはまるで鰻のような食感。四万十の鰻で作られることも。白和えとの相性に目を見開くおいしさ。3 金目鯛のゆうあん焼き。金柑、ゆずおろしの香りがたまらない。4 岡添さんは居酒屋で料理に触れながら独立。「座屋」から始まった岡添さんの店は開店から瞬く間に人気店となった。現在、スペインにも店を構える。ヨーロッパを歩く中で、高知と同じ空気を感じた場所だという。今後も展望が止まらない。



岡添将人（おかそえまさひと）
高知で研鑽を積んだのち、2002年に29歳で「座屋」を開業。以降、神戸、銀座へと店舗展開し、スペイン・マドリッドに進出。同国で複数店運営しながら、高知本店のカウンターにて「将人」を営業。繊細かつ独創的な料理で全国から食通を惹きつける。



4



3



2

1 すっぽんともちのお椀。 四万十のすっぽんのうまみが五臓六腑に染み渡る。 2 鰻はタレも絶品だが白焼きもまた香りよくおいしい。 3 蕪蒸し。 岡崎さんの和食は京都での修業が滲み出る、奥深くやさしい味わい。 4・5 仁淀川の鮎は、高知でも珍重すべき逸材。 岡崎さんは鮎漁師でもあり、仁淀川漁業協同組合の理事も務める。 初めて食べる鮎の刺身にも感動。



岡崎裕也（おかざきひろや）

大正初期創業の魚屋「魚兼」の三代目。京都で割烹の修業を積む。夫婦で魚屋を切り盛りし、週1日つまみと定食を提供。その後、2021年「割烹うを兼」として開店。



1



4



2



3



5

魚兼 うを兼

高知県吾川郡いの町1184-7

088-892-0216

instagram @sakanaya_uokane

River Gifts

明治26年、
四万十の山から恵まれた、
栗の焼酎造り

高知では人が集まり、杯を酌み交わす席を「おきやく」と呼ぶ。魚をつまみ、酒を回す。その賑やかな時間までもが、土佐ではごちそうなのである。

高知ならではの酒に「栗焼酎」がある。四万十の栗焼酎「ダバダ火振」は、昭和60年ごろ、規格外で廃棄される栗を活用しようとして、町長からの相談で誕生した。また、銘酒「酔鯨」は芳醇辛口な味わいが長く愛される。近年は多くの人に届くよう、運転手や子どもも楽しめるスイーツも。どの蔵も仕込み水は高知の豊富な水と大地に支えられている。

もてもか
無手無冠

高知県高岡郡四万十町大正 452

☎0120-400-108

<https://mutemuka.com/>

Instagram @mutemuka.official

右から、「ダバダ火振」、限定蔵出「四万十ミステリアスリザーブボトル」、イタリアの栗を使い、栗の木の樽で熟成させた「ダバダイタリアーノ」。

栗を 50% 使用し、口に含むとほのかな香りが広がる。早朝から3トンもの栗を蒸して皮を剥く。工場は芳醇な香りと湯気に包まれる。皮は有機肥料に有効利用する。

酔鯨の「土佐蔵」には限定酒の試飲や販売、ノンアルコールスイーツのコーナーも。手造り甘酒のソフトクリームやドリンクが人気。

SUIGEI SAKE LAB CAFE

高知県土佐市甲原2001番地1

(SUIGEI STORE 土佐蔵内)

☎088-856-8888

<https://suipei.co.jp/>

Instagram @suipei_sake

海を眺める、
私だけの湯気時間

湯気 Special 地図

YUGE MAP

vol.5 高知

案内人 笹野美紀恵



RESORT VILLA COTEAU

高知県香南市夜須町手結1468-41 ☎088-854-4660
<https://enishi-kochi.com/store-all/resortvilla-coteau/>
Instagram @resortvilla_coteau

バレルサウナ 水風呂 檜風呂 宿泊 一棟貸し



RESORT VILLA COTEAU は小高い丘に位置し、海を望むことができる贅沢な一棟貸切ヴィラ。ガラス張りでオーシャンビューのリビングやダイニング、3室の寝室を設え、5名の宿泊が可能。なんといっても魅力は、海を眺めることができるバレルサウナ。自分の好きなタイミングで心ゆくまでプライベート海サウナを堪能できる。

サウナ×高知の風土が 人の心を突き動かす

意外にも、サウナを好きになっただきっかけに「アウトドアサウナ」を挙げる人は少なくない。私自身は物心ついたときからサウナに親しんできたが、川原でサウナに入り、川へ飛び込む日が来ようとは思ってもみなかった。きつと、近年広がるアウトドアサウナで「初めてのサウナ」を体験する衝撃はもつと大きいだろう。普段サウナに入らない人でも、高知の清流をダイレクトに感じる方法として川テントサウナを試してみるのもいい。

ROSHのオーナー北添義幸さんは、自身が川サウナに魅せられ、東京から高知へ戻ってサウナ付き宿泊施設を始めた。彼がここで一から築いたのが、白い巨塔のようなアースバッグサウナ。印象的な外観に加え、室内に広がるやわらかな輻射熱ふくしゃねつも魅力だ。川と風、そして熱。その体験は、必ずや体に深く刻まれよう。



「アースバッグサウナ」とは、土を詰めた袋を積み上げて造る「アースバッグ工法」によるサウナ。厚い土壁と形状が熱をゆっくり蓄え、やわらかな輻射熱で室内を包む。施工できる人が少なく、日本ではまだ珍しい。建築とサウナが融合したアート性の高い施設として注目される。建物の上で風を感じるのには実に爽快。



ROSH 高知県南国市物部401
<https://rosh-kochi.jp/> Instagram @rosh_kochi

アースバッグサウナ 宿泊 一棟貸し 川サウナ (オプション)



オプションでテントサウナの貸し出しも行っている。スタッフが設営まで補助してくれるので気軽に高知の川サウナを体験できる。

SAUNA グリンピア 高知県高知市南川添18-30 ☎088-802-5895
saunagrempia.com Instagram @saunagrempia

日帰りサウナ(セルフウリュ) 水風呂
プライベートサウナ(2室) シャワー

ぶらり
街サウナ



吉永幸平

「サウナリージャパン株式会社」「SAUNA グリンピア」代表。ハルビアサウナディーラーを高知で営む。建築業の経験を生かしてサウナ施設を手造りし運営。全国のホテルサウナの構想から設計まで行う。ROSHのアースバッグサウナ監修を務める。

“サウナシュラン”にも選出された、高知を代表するサウナ。倉庫をモダンに改装した、本格フィンランド式サウナ室。

岡山県真庭市・たおやかな自然が魅せる蒜山高原

今月の「ニッポン推し」

地域密着ANAあきんどプレゼンツ

ANAあきんどは、全国33支店を拠点に地域創生に取り組んでいます。



[1] 360度視界を遮るものがなく、標高も高いため、満天の星が楽しめる。[2] 休暇村蒜山高原から山乗溪谷まで車で約30分。「涼水亭」のそうめん流しは、自分で流すセルフプレーン席とスタッフが流す席がある。[3] 牧歌的な風景が広がる蒜山高原。[4] 看板銘柄「三座」シリーズのワインと、ジャージー牛乳で作る特産チーズを堪能できる「ひるぜんワイナリー」。[5] 森の奥の山乗溪谷不動滝。澄んだ水しぶぎと涼気に包まれる癒しの避暑地。

多彩な観光スポットが集結する五感で楽しむ高原リゾート

岡山県北部、蒜山三座とその南麓に広がる蒜山エリアは、雄大な自然と多彩な観光スポットが魅力の高原リゾートです。のどかな放牧風景と濃厚ソフトクリームを満喫できる「ひるぜんジャージーランド」や「ひるぜんワイナリー」などの施設はもちろん、涼を求めて山乗溪谷へ足を延ばすのもおすすめ。不動滝のすぐ側にある「涼水亭」では、地下水を利用したそうめん流しやお米と海苔にこだわったおにぎりなどを楽しめます。

そして夜は、休暇村蒜山高原宿泊者限定の「星空観賞会」へ！星が見える夜に開催している体験プログラムです。スタッフによる星空情報レクチャーを受けた後、ホテルから約300mの白樺の丘へ移動し、ゆったりした空間で星を眺めることができます。

この夏、極上の「涼」と「星」に出会いに行きませんか。



岡山支店

森岡 健晃(もりおか たけあき)
2025年4月、岡山支店へ。県内を巡り、地域の隠れた魅力を発掘・発信しています。遊び心と情熱を原動力に、地域課題を「ワクワクする価値」へと変えるべく活動中です！

最新の観光・宿泊情報は「真庭観光WEB」におまかせ。旅の計画に役立つ情報が満載です。



詳しくはこちら



東京(羽田)から岡山空港まで約80分。

愛媛県と高知県・ 稜線を彩る白い岩肌と風が織りなす四国カルスト

【星空と大地が誘う フォトジェニックな避暑地】



1



4



3

©久万高原町観光協会



2

[1] 天狗高原は、四国カルストのなかでも標高がいちばん高く、特に「天空」に近い場所としてきれいな星空を見られる。[2] 白い岩肌の石灰岩が点在する大草原をレンタサイクルでゆったりと満喫。放牧された牛が草を食む姿はまさに「日本のスイス」と呼ばれる所以。[3] カルストとは、雨水や地下水に溶けやすい石灰岩が侵食・溶食されてできた、独特な奇岩や窪地が並ぶ地形のこと。四国カルストは日本三大カルストの一つ。[4] 濃厚なソフトクリームは、四国カルストを代表する高原スイーツ。

天空を駆ける
絶景ドライブと
星空が彩る非日常体験

愛媛と高知の県境、標高約1400mに広がる四国カルスト。尾根を走る「四国カルスト公園縦断線」は別名「天空の道」と呼ばれ、白い石灰岩が点在する大草原とどこまでも続く青い空が広がり、その名のとおり天空を走り抜けているかのような爽快なドライブを楽しむことができます。西側から大野ヶ原、姫鶴平、五段高原、天狗高原の4つで構成され、フォトジェニックなスポットも盛りだくさん。レンタサイクルで走るのもおすすめです。

なかでも天狗高原は日本屈指の星空観察スポット！ 夜空に広がる星の多さに驚かされます。日本三大カルストのなかで最も高いこの場所は、まさに空にいちばん近い台地。降り注ぐ星々が、旅の夜を幻想的に彩ります。満天の星を心ゆくまで堪能してみませんか。

松山空港



久万高原町

内子町

津野町

西予市

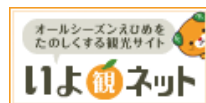
梶原町

高知龍馬空港



東京（羽田）から松山空港まで約90分。
東京（羽田）から高知龍馬空港まで約80分。

高山植物やハイキングは初夏がおすすめ！
紹介しきれなかった多様な楽しみ方については「いよ観ネット」の四国カルスト完全ガイドをご覧ください。



詳しくはこちら



松山支店

北 綴子（きた ひろこ）

2025年4月、松山支店へ。海も山も温泉も空港も近い！ 松山の生活を楽しんでいます。着任してうれしかったのは、愛媛県のイメージアップキャラクター・みきゃんに会えたこと。

「笑顔には、なにかを変える力がある」

約8000人の頂点に立った フランクフルト空港勤務のグランドスタッフの素顔

空港のデジタル化が進み、チェックインや手荷物預けの多くが自動化される時代。それでもなお、旅の最前線では人しかできない役割がある。昨年12月に開催されたANA「第18回空港カスタマーサービススキルコンテスト」で、国内外およそ8000名のグランドスタッフの頂点に立ったのは、ドイツ支店フランクフルト空港所の Bakut Buse だった。笑顔と先を読む力を武器に、多様な旅客ニーズに向き合う新時代のグランドスタッフ。その流儀を追った。



「グランプリが決まった瞬間は、まるでオスカーを獲ったような、そんな気分でした」

ANAのグランドスタッフの制服に身を包んだ女性は、栄光の瞬間を笑顔でこう振り返った。

昨年12月1日。羽田空港にほど近い「コングレスクエア羽田」で、ANAの「第18回空港カスターマーサービススキルコンテスト」実技審査が開催され、国内外68の空港が参加。およそ8千名のグランドスタッフのなかから、予選を勝ち抜いた国内空港9名、海外空港3名の12名が出場した。

2008年から続く伝統あるコンテストは今回、審査基準が抜本的に見直された。これまで以上に「スキル」「知識」「思考力」を重視。また、オンラインチェックインや自動手荷物預け機などの「セルフサービス」が浸透するなか、第18回大会のテーマはズバリ「私たちはなぜここに

いるのか？デジタル時代のサービスを考える」。自動化が進む空港で、あえて「人がそこにいる意味」を問い直すものに。

そんな、新たに生まれ変わったコンテストで、栄えあるグランプリに輝いたのが冒頭のコメントの主、ANAドイツ支店フランクフルト空港所の Baykut Buse（以下、ブセ）だ。

今回の「翼の流儀」の「舞台」はヨーロッパの巨大ハブ空港。ここで、旅客業務に粉骨砕身している新時代のグランドスタッフ、その「鑑」と呼ばれる存在になった女性が語る、多様化する旅客ニーズに対応する接遇スキルとは――。

トルコ出身で「日本の文化に感銘を受けていた」

現在、フランクフルト空港所に所属するブセはトルコ出身だ。「私はイスタンブールで生まれ

ました。イスタンブールの大学でドイツ語の勉強をしながら、パートタイムでイスタンブール空港のグランドハンドリングの会社で働き始めたのが、2015年です。仕事の内容は主にチェックイン業務。その仕事がとても気に入ったので、大学を出てからも続けたい、そう思うようになりました」

当初から接遇の才、その片鱗を発揮していたブセ。2017年、パートタイムからフルタイムで働くようになり、その後すぐにチーフのポジションまで上りつめた。

「フルタイムで働くようになったしはらくしたころ『日本の航空会社として初めてANAがイスタンブールに就航する』という話を耳にしました。就航が実現して、私が働けるポジションがあるのなら、ぜひ挑戦してみたい、そう考えました」

親日国として知られるトルコ。幼き日のブセも「日本の文化に感銘を受けていた」という。

「トルコでは学校で、よく日本が題材になるんです。『このシーン、日本ならきつとこうします』と、すごくポジティブな意味で紹介される。そういう環境で育ちましたから、日本という国をすごく身近に感じていたんです」

こうして、2020年――。ブセは日本の航空会社として後にイスタンブールに初就航するANAに、キャリア入社を果たした。

そして、2022年。現在の職場であるフランクフルト空港所に異動に。

「高校時代からずっとドイツ語を学んできましたから、ドイツで暮らすこと、働くことにも興味がありました。まだ、コロナ禍が明けてはいませんが、ヨーロッパ内の「社内求人」の



スーパーバイザーとしてブリーフィングを重ねる。「搭乗開始前は特別な配慮が必要なお客様の情報などをCAと共有。出発後はチェックインやゲート業務を行ってきたスタッフと業務の振り返りも」

告知があつて。『この機会に行つてみよう』と応募しました」

日本企業に入つて気づいた
他の航空会社との違い

元来、航空業界で働いていたブセ。だが、ANAへの転職当初は「違い」を痛感したという。「小さなことへの気つき、そこに大きな違いを感じました。他の航空会社であれば、お客様の反応を見てから、私たちスタッフは何らかの策を講じ、動くというのがほとんどです。でも、

ANAでは、そこを予測するんです。お客様がどんな反応を見せるか、あらかじめ考えて動くことが求められる。日本企業ですから、そういったこともあるだろうとは思っていましたが、『ここまで徹底しているのか』と、最初は驚きました」

現在、「スーパーバイザー」を務めるブセは、巨大な空港ターミナルで日々、文字通り奔走している。到着客の出迎え、返却手荷物の確認、荷物の破損など不測の事態が発生すれば、スーパーバイザーとしてその都度、判断が求められる。到着便の業務が一段落つくと、今度はすぐ出発便の対応。搭乗客のチェックイン、CAとのブリーフィング、ゲートでの見送り、さらには機内清掃や機内食のケータリングを担う現地の協力企業との確認作業まで。そんな、目の回るほど多忙な

毎日で、どんなところに気を配っているかを尋ねると「もつとも配慮するのは、もちろん安全運航」と前置きしながら、ブセはこう続けた。

「そして、常に心がけていること、それは笑顔です。私たち地上係員というのは、空港でお客様が最初にコンタクトをとる接点。その印象はとても重要です。笑顔というのは、なにかを変える力があると信じているんです。お困りごとを抱えていらしたとしても、少しでも安心していただけるよう、それぞれのお客様に笑顔で寄り添いたいと思っています」

「笑顔」を大切にして、
難しい場面も乗り越えた

実際、笑顔が力を発揮した例はいくつもあった。
「ある日、泣きながらチェックインカウンターに来たオースト

リア人の女性がいました。ヨーロッパの別の街からフランクフルト経由で東京、さらにはその先、シドニーへという旅程だったのですが、他社便が遅延したため、東京行きのフライトに乗り継げなかった。私はとても心配になり、まずは彼女の事情を詳しく聞くことにしました」

そのときも、ブセの顔にはいつもと同じ、柔らかな笑顔がたたえられていた。

「彼女の心配を少しでも和らげてあげたい一心でした。私が笑顔でいれば、彼女ももう泣かなくていいと分かってくれると思ったからです。やがて、彼女は落ち着きを取り戻し、私たち





「フランクフルトは乗り継ぎのお客様が多い空港です。ゲートでは乗り継ぎのお客様からのお問い合わせへの対応も重要な仕事です」

が用意した別のフライトで無事、旅行を続けることができました。後日、たくさんのお礼の言葉が綴られたお手紙が届きました」

フランクフルト空港の勤務を始めて、まだ4年ほど。だが、上長の八内直博が「あんなことは、彼女にしか成し得なかったのでは」と振り返る「逸話」も、すでにブセは残している。

それは2023年の春。使用する飛行機の不具合から、多くのビジネスクラスの座席が案内できなくなったときだった。ブ



セ本人は次のように述べた。

「14人のビジネスクラスのお客様に、クラス変更を伴う座席調整への協力をお願いしなければならなかった。それも、限られた時間内に。というのも、フランクフルト空港には離着陸時間の「門限」があるんです。それを一分でも過ぎてしまうと、200名ものお客様が乗られた便が大幅に遅延し翌日の出発になってしまう。私は焦る気持ちを抑えながら、ビジネスクラスのお客様一人ひとりに誠実に交渉を重ねて、なんとか14人全員に、時間内に座席の変更をご納得いただけました。今でも、あの時のお客様にはご無理をお願いしたことを申し訳なく思っています」

前出の八内が言葉を継いだ。

「このエピソードは、いまでも社内ですぐに。フランクフルト空港所が誇る逸材です」

その逸材が、満を持して臨んだのが、昨年末のカスタマーズキルコンテストだった。

新機軸を打ち出したコンテスト。実技審査では従来の一対一の接遇ではなく、複数人の客に同時に囲まれるというシナリオを採用。重圧のかかるシーンでも的確で高いスキルが求められるなか、ブセはいつもどおり、笑顔で接遇にあたった。

「イレギュラーな状況はフランクフルトで何度も経験していますから、比較的リラックスして対応できました。また、これもいつも通りのことですが、お客様から聞かれる前に予測し、先回りして対応することを心がけました。そういったことがグランプリ獲得の勝因かもしれません」



入社後に培った予測する動き、そして持ち前の笑顔が、ここでも彼女の力になったのだ。

ANAの国内外およそ8千名のグランドスタッフの頂点に立ったブセ。最後に、これからの目標を尋ねると、もう一度、につこりと微笑んでこう答えた。

「今後も自分のスキルを磨き続けていきたい。そのうえで、できるなら羽田空港や成田空港で働いてみたいんです」

近い将来、この笑顔に日本で出会える日が来るのかもしれない。

「優勝できて、フランクフルトの同僚はもちろん、イスタンブール時代の上司たちまで喜んでくれたのが嬉しかった」



本記事の動画版はANA公式YouTubeでもご覧いただけます。

ANA ふるさと紀行

ANA FURUSATO TRAVELOGUE

vol.8

ANAのふるさと納税のおすすめ返礼品を通して、全国の魅力あふれる地域と、生産者さんの想いをお届けいたします。

沖縄県 竹富町

Access

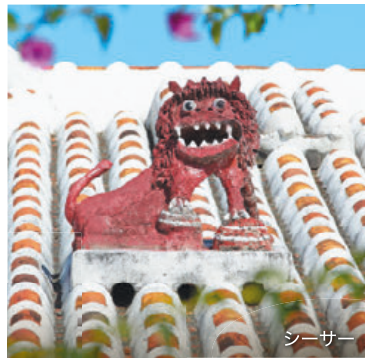
竹富町へは、石垣空港から港へ約30分。そこから各離島へ船で約15～80分。



コンドイ浜(竹富島)



水牛車



シーサー



9つの島を巡る
アイランド旅も
おすすめ!

竹富町 その他の返礼品



車エビ



アップル
マンゴー



ピーチパイ

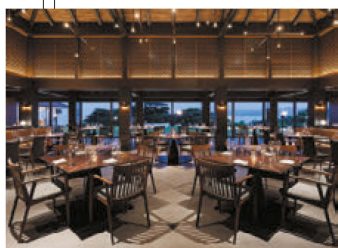


詳しくはこちら!

ANAあきんど株式会社
ANAふるさと納税部
道地 幸香

豊かな自然と人情に溢れ、伝統と文化が色濃く残る温かいまち竹富町。各島への観光はもちろん、パイナップルやマンゴー、もずくや車エビなど、竹富町ならではの食材も魅力です。

沖縄県竹富町 はいむるぶし



※2026年7月15日(水)に、
「オーシャンフロント・プールヴィラ」
8室オープンします。



大自然に包まれる、
心満たされる贅沢な島時間

小浜島の西表石垣国立公園内に
佇む「はいむるぶし」は、国内最大
級のサンゴ礁と美しい星空に囲ま
れた特別なリゾートです。「何をし
ても幸せ、何もなくても幸せ」を
コンセプトに、日常を離れた先に
ある安らぎに満ちた滞在を提供し
ています。ふるさと納税の返礼品
として、ご宿泊や八重山食材を活
かした食事、幻の島へのツアーな
どに使えるクーポンをご用意して
います。客室の窓から広がる雄大
な自然を眺めながら、海や星空と
調和するひとときを心ゆくまでお
楽しみく
ださい。

日本初の星空保
護区に認定された
竹富町は、手つか
ずの自然と原風景
が魅力です。私た
ちは、島民の皆様
が守り続けてきた
景観と温かなコ
ミュニティに深い感謝と敬意を払
い、地域とともに歩んできました。
八重山の恵みを活かした地産地消
の推進や、公民館と連携した海岸
清掃、伝統行事「結願祭」の応援な
ども行っています。今後も地域と
手を取り合い、島の方々に「はいむ
るぶしがあつて良かった」と思つて
いただける存在であり続けること
を目指します。



株式会社はいむるぶし
販売企画部 販売課
マネージャー
浜田 誠一

旅行チケット
クーポン券
はいむるぶし限定



竹富町紹介



竹富町役場
商工観光課
大底 鈴奈

竹富町は船でしか行けない9つの有
人島と7つの無人島から構成され、
各島で固有の文化などが今も色濃く
残る魅力あふれる町です。ふるさと
納税は地域活性化の柱として、寄付
金は自然保全や教育、福祉などに
活用してきました。返礼品は事業者
の販路拡大にもつながり、地域全
体の意欲向上にも寄与しています。

竹富町マスコットキャラクター
「ピカリャー」



ANA あきんどとは以前からの
ご縁があり、竹富町の地域活
性化に向けて共に歩んでまいり
ました。事業者一人ひとりに真摯に
向き合う姿勢に、深い信頼を寄せて
います。今後は「旅先納税」の普及
や首都圏でのPRなどで連携を深め、
竹富町の魅力をより多くの方へ発信
していきたいですね。



47妖怪
ニッポン
さんぽ
JAPAN
YOUNG

数千もの伝承の中から、都道府県ごとに一匹の妖怪を選び、造形作家森井ユカの独自の解釈で創造しました。妖怪に誘われるがまま旅すると、美味しいもの、きれいな景色に必ず出会える!? ようこそ、空飛ぶ百鬼夜行へ。

取材・文・造形
森井ユカ

撮影 五味茂雄
編集 中野桜子

44



徳島県

化け猫

心願成就

正義を貫いたままこの世を去ったお松。その飼い猫の魂が仇を討つという、江戸時代の伝承。ミケという名前の通り三毛猫であり、徳島のお松大権現には三毛猫の招き猫が多数祀られている。

三毛猫のお松への思い、
今も生きる



どこを見ても招き猫
お松の魂は三毛猫と共に

日本全国に多数の伝説がある化け猫。現代も多様な姿で漫画、アニメ、そして立体物などで繰り返し制作されている。猫好きな筆者としては念願の化け猫制作になった。情念が体に湧き立つ三毛猫の姿で造形した。

江戸時代のこと。村の窮状を救うため、土地を担保に富豪から金を借りた庄屋の惣兵衛が、その富豪から土地を横領された末に病死する。妻のお松が決死の思いでお上に直訴するも、処刑されてしまう。そのお松を悼み建立されたのが、徳島の神社





境内の至る所に猫の石像がありリアル猫たちが闊歩する。筆者がお祓いを受けている間も、じつと側にいてくれた



境内に所狭しと奉納されている招き猫。大きさごとに整列されているが、各地から集まっているため表情はバラエティに富んでいる。本物の猫よりずっと大きいものも



お松大権現では巨大な招き猫が出迎える

「お松大権現」。お松の愛猫の三毛猫ミケの魂が、化け猫となってお松の敵討ちを見事に果たすという顛末から、願いが叶うとして、受験、スポーツ、商売などの必勝願いで訪れる人が引きも切らない。ここでは三毛猫ミケにちなんで、1万体を優に超える三毛の招き猫が奉納され、リアルな猫たちも悠々と歩き回る。

庄屋の惣兵衛に関する古文書の実物は境内で展示されており、その物語は県立図書館の郷土史コーナーでもいくつか見られる。昭和初期には芝居として県下各地で上演もされていたとのことだ。

ここで招き猫を1体借り受けた者は、翌年2体にしてお返しするという習わしがある。来年また訪れるときに願いが叶っていることを祈りつつ、1体を選び大切に家の棚に祀らせていただく。

妖怪さんぽスポット

→【お松大権現】徳島県阿南市加茂町不け63
☎0884-25-0556 <https://www.nekogami.jp/>

→【居酒屋 酒猫】徳島県徳島市両国本町2-20-1
☎080-2986-0022 @sakaneko_222

→【支那そば 名東軒】徳島県徳島市名東町1-81-18 ☎088-631-0698
@myodoken_since1970

→【活魚料理 びんび家】徳島県鳴門市北灘町栗田ハシカ谷20-2 ☎088-682-0023
<https://binbi-ya.com/> @binbi_ya

→【うずしお観潮船】徳島県鳴門市鳴門町土佐泊浦大毛264-1 ☎088-687-0101
<https://www.uzusio.com/>



[1]2014年オープン、店の看板には酔い潰れた猫が [2]猫好き悶絶、ぶ厚い「ねこ形フィッシュカツ」と徳島食材の「阿波尾鶏の香草揚げ」 [3]猫を発見しながら飲むのが楽しい（酒猫）



「4」醤油ベースの徳島ラーメンは、見た目よりも軽やかで、生卵に絡めて食べるのが特徴的。「支那そば 名東軒」では歯応えのよい筍も記憶に残る味の一つ

[5][6] 昭和45年創業の味を守り続ける「支那そば 名東軒」三代目店主の武田俊二氏。背後には大きなかまどがどっしりと構えている





[7]煮付けや唐揚げなど、日替わりの一品料理も魅力 [8]大賑わいの店内 [9][10]大人気の「びんび定食」は、刺盛・天ぷら・酢物に伊勢えび汁と大ボリューム。ハマチのサクサクとした食感
は忘れ難いおいしさ (びんび家)

猫になつて食べ歩く徳島 渦に再訪を誓う

猫で満たされた徳島「お松大権現」への旅は、猫好きなら足を止めずにはいられない「酒猫」

に続く。店内を見渡すと次々と目に入る猫の絵やオブジェ……箸袋にまで直筆の猫のイラストを発見し恐れ入る。が、それだけではない。日本酒が豊富で、盛り付け

**GOOD DESIGN
AWARD 2025**
「ニッポン47妖怪さんぽ」が
2025年度グッドデザイン賞を
受賞いたしました!



のセンスが映えるこだわりの料理にも魅了される。

1971年創業、常連さんから観光客まで幅広い支持を集める「支那そば 名東軒」のラーメンは、醤油ベースのスー

プに甘辛の豚バラ肉、そしてポトリと落とされる生卵。これが徳島ラーメンか! と心の中でこだまする。細めの麺がスープによく絡み、気がつくくと完食。通いとなる名店だった。

徳島の友人から、魚をたらふく食べるならここに行けとすすめられたのが「びんび家」。海岸沿いに建つ店に入れば、その広さと時間を問わずの盛

況ぶりに圧倒される。盛りだくさんの定食から釜飯、一品料理、そしてカレーまで、何度来ても飽きることのないバリエーションだ。猫になりきって魚に食らいつく。

最後に訪れたのは徳島名物「鳴門の渦潮」。いつも壮大な渦潮が見られるわけではなく、月による潮の満ち引きに左右されるデリケートな存在。この日も残念ながら小ぶりではあったが、観覧船の船頭さんが素早く見つけては方向を指し示してくれた。招き猫を奉納しに来年訪れたときに、もう一度観に行ってみよう。



現れては消えていく鳴門の渦潮。ラッキーな日は大きな渦を見ることができる

vol. o32



食いしん坊の方々が出合った、とっておきのお取り寄せを教えてください連載。

暮らしを幸せにしてくれるあの味を求めに、旅をしたくなることでしょう。

撮影：江原隆司 取材・文：高田真莉絵

こんなことあるんだ、と驚いた。 肉料理の可能性を広げてくれた。

たれは焼肉屋さんで味わうものだと、諦めていたんですが、これを口にしたときに『こんなことがあるんだ』と驚きました」『永野万能焼肉のたれ』は、遺伝子組み換えをしていない大豆を原料にしたしょうゆをベースに、野菜や果物をふんだんに使った深みのある味の特徴。

「初めて家で食べたときは、シンプルに焼いた肉にそのままつけてみたんですが、驚くほどおいしくて。甘辛くて、家族みんなが好きな味。炒めた豚肉にからめたら、生姜^{しょうが}焼きのような一皿にもなって、子どもも大喜びでした。家でも気軽に焼肉が楽しめるようになって、食卓の選

択肢がぐっと広がったのがうれしいですね。今まで、塩こしょうばかりだったので。また、テントや道具一式をすべて用意してくれるキャンプ名人の友人と遊ぶときにも、持参しようと思います。アウトドアごはんがより盛り上がるはず。毎年、夏と冬には家族で旅に出るのが恒例で、これまで北海道や沖縄をはじめ、さまざまな土地を訪れてきました。娘がハマっているきのこを観察しに足を運んだことも。ただ、不思議と宮崎にはまだ足を運べていない。『ばけばけ』でヒロインを演じた高石あかりさんの出身地でもあることを思うと、次に向かう場所は宮崎かもしれない、そんな気がしています。宮崎では、スーパードアにも立ち寄って、このたれの他に、地元の人に愛されている調味料ともか試してみたいです」



『永野』の 『永野万能焼肉のたれ』

宮崎県内でスーパーマーケット『ナガノヤ』を展開する『永野』が開発した焼肉のたれ。添加物を使わず、野菜や果物を組み合わせたやさしい甘みと奥行きのある味わいが、肉のおいしさを引き立てる。「九州の味」もあり。190ml 408円（編集部調べ）。各通販サイトから購入可能。

Profile

ふじきみつ彦

脚本家、劇作家。早稲田大学卒業後、広告代理店を経て、30歳で作家活動を開始。Eテレ『みいつけた!』では、キャラクター開発や作詞、脚本を手がける。NHK連続テレビ小説『ばけばけ』の脚本を担当。



日本在住外国人有識者たちが選んだ

春におすすめの

逸品

おもてなしセレクションは、日本の優れた“おもてなし心”あふれる商品・サービスを発掘し、世界に広めることを目的に、2015年に創設されたアワードです。海外目線での商品を目利きできる有識者の方に「日本ならではの魅力にあふれている」と認められた対象を、おもてなしセレクション受賞商品・サービスとして認定しています。



国内製造シリーズ ミシュワンドッグフード

株式会社ミシュワン / 東京都

大切な家族だからこそ、毎日の食事にも安心できる選択を。国内の専門工場、人間の食品と同等の基準で製造されたミシュワンドッグフードは、厳選した国産素材を使用しています。健やかな毎日を支える関節の健康維持に配慮したサプリメント成分を配合し、小型犬やシニア犬にも配慮した粒設計。「ずっ」と寄り添うフードで「20歳を目指す」という想いのもと製造・開発しています。

【春におすすめの理由】新生活が始まる春に、定期初回50%OFFでお試し可能

ご購入はこちら

https://mishone.jp/lp?u=1990sd_pr_ana



芸術が 動き出す。

Art comes into motion.



だれもが知っているあの芸術作品が、figmaになって動き出す、それがテーブル美術館です。



フィグマ
figma
とは？

(株)マックスファクトリーが企画・開発、(株)グッドスマイルカンパニーが販売している可動アクションフィギュアシリーズで、PVCスタチュア(彫像)の美しさと可動フィギュアならではの動きを完全両立させた新感覚フィギュアです。



受賞



▼ 商品の詳細は下記サイトをご覧ください。

figmaテーブル美術館
購入&特設サイトはコチラから!!
<https://special.goodsmile.info/tablemuseum/>



発売元 株式会社FREEing

〒231-0862 神奈川県横浜市中区山手町281-4
<https://www.freeing.co.jp/>



守護オリチャの割り出し方

①あなたの「精霊数」は、生年月日の各桁の数字の合計を8で割ったあまりの数。②守護オリチャが決まり、あなたはその「オリチャの子」となります。

- 精霊数「0」▶ オバタラの子
精霊数「1」▶ エレグアの子
精霊数「2」▶ オグンの子
精霊数「3」▶ オチョシの子
精霊数「4」▶ イェマヤーの子
精霊数「5」▶ オチュンの子
精霊数「6」▶ チャンゴーの子
精霊数「7」▶ ババルアイェの子

精霊 オリチャ占い

5月の運勢

Web『翼の王国』で
無料占い中!



例
1974年9月26日生まれの場合
→ $1+9+7+4+9+2+6=38$
 $38 \div 8 = 4$ あまり6...精霊数「6」でチャンゴーの子

金運など詳しい占いはこちら→
Web『翼の王国』で



キューバのアフロ信仰「サンテリア」には運勢を導く精霊（オリチャ）が存在しています。最高司祭ロベルト・コッシーが、占いの神の示す近未来と開運のヒントをお伝えします。



精霊数0 | オバタラの子

未知の場所への「移動」で運気を爆上げ!

一年のうちで一番運気が上がる月。運気を最大限に引き上げる具体的な開運アクションは「移動」です。「旅」や「移動」をつかさどるエレグアの加護が期待できるでしょう。

仕事運: ★★★★★ 外部の勉強会への積極的な参加が◎。

恋愛運: ★★★★★ 予定外の寄り道に出会いがある。

健康運: ★★★ 腰痛、腹痛などに注意。



精霊数1 | エレグアの子

迷った時は「周囲の声」に耳を傾けて

珍しく判断に迷い、足元が不安定に感じる時期ですが、海辺や川辺を散歩して心を清めることで迷いはおさまり、あなたらしい冷静な判断力を取り戻すことができるでしょう。

仕事運: ★★ 知り合いや同僚の「裏切り」に注意。

恋愛運: ★★★★★ 素敵なパートナーをくれぐれも大切に。

健康運: ★★★ ストレスをため込むと生活習慣病に。



精霊数2 | オグンの子

どんな時も「自分の色」を見失わないで

比較的に運気に恵まれるでしょう。ただし、オグンの子の長所である「圧倒的な行動力」も、今月だけは自分のキャパシティを超えてしまわないよう、ほどほどを心がけて。

仕事運: ★★★★★ 「緑と黒」の装いで成功をゲット。

恋愛運: ★★★★★ 第三者の助けで恋愛が成就する。

健康運: ★★★ 内臓のどこかに不調の影が差す。



精霊数3 | オチョシの子

手放すことが「素晴らしい金運」を呼ぶ

素晴らしい金運が訪れる月になりそうですが、目の前の小さな利益に執着してしまうと、その先にある「より大きな獲物」を逃がしてしまうことになるので注意すること。

仕事運: ★★★ 自分の力で実現できない提案はNG。

恋愛運: ★★★ ゴールドの小物が魅力を高めてくれる。

健康運: ★★★ 呼吸器系の不調あり。乾燥に気を付けて。



精霊数4 | イェマヤーの子

職場での「慈愛」が評価を不動のものに

全体的に運気が上がり、とりわけ仕事運が最高潮に達します。ただし、まだ起きてもない事態をむやみに不安がってしまうと、周囲に混乱をもたらすかもしれません。

仕事運: ★★★★★ 同僚のミスは包容力でカバー。

恋愛運: ★★★★★ 自信をもって相手に接すること。

健康運: ★★★ ねんざや骨折などの怪我に用心。



精霊数5 | オチュンの子

「自分は自分」という割り切りの時期

全体的に運気が停滞し、特に健康面での不安が出やすい時期。他人と比べて無理をすると思わぬ厄災に見舞われるので、「自分は自分」という割り切りを大切にしてください。

仕事運: ★★★ 紫色の文房具でトラブル回避。

恋愛運: ★★★★★ 落ち着いて行動すればいい結果が出る。

健康運: ★★ 公私を問わず無理は厳禁。



精霊数6 | チャンゴーの子

最高の運気に達する「黄金期」の到来!

運気が最高潮に達する、まさに黄金期の1か月となりそうです。チャンゴーの子ならではのカリスマ性が発揮され、これまで温めてきた願いが次々と現実になるでしょう。

仕事運: ★★★★★ 「赤と白」の小物が成功を呼ぶ。

恋愛運: ★★★★★ 言葉にだけ頼っているのはダメ。

健康運: ★★★ 胃と腎臓が弱りぎみに。



精霊数7 | ババルアイェの子

迷いは不要! 自分の「直感」を信じて

今年前半で最も運気が高まり、予期せぬ報酬や利益が手に入ることでしょう。長期的な投資の検討にも最適な時期なので、迷わず自分の「直感」を信じてみてください。

仕事運: ★★★★★ 絶対調の時ほど、謙虚さを忘れずに。

恋愛運: ★★★★★ 「紫」のアイテムが恋愛成就のカギ。

健康運: ★★★★★ 無理をせず、暴飲暴食を避けること。



おべんとう の時間

第230回

佐賀県鹿島市 道の駅鹿島
干潟体験係
むっかけインストラクター

なる み
中町也実さん

写真：阿部了
文：阿部直美





最近、ほぼ毎日このおつき
いおにぎりを持ってきていま
す。私は朝が弱くてぎりぎりま
で寝ていたので、家族が作っ
てくれます。具はウインナー2
本とレタスと卵焼き。前の晩の
おかずが唐揚げだったらそれが
入ることもあるけど、私はこの
組み合わせが一番好きです。レ
タスにちよこつとマヨネーズが
付いてて、卵焼きはチーズ入り。
いつも、どつから食べようかな
と悩むんです。最後は卵焼き

で終わるか、ウインナーで終
わるか。毎日食べていても、毎
日おいしいです。

ここ「道の駅鹿島」では4月
から10月の間、有明海の干潟体
験ができるんです。泥んこに
なつて遊べます。今年で42回目
の「鹿島ガタリンピック」が行
われるのもこの場所です。あの
泥んこ競技を気軽に体験できる
ように、道の駅で始めたのが「ミ
ニガタリンピック」なんです。
潟上綱引き^{がたじょう}、ガタスキー、ガ
タフライの3種目を、毎年たく
さんの修学旅行生が体験してい
くんですよ。それこそ、泥だら
けになって。一番盛り上がるの
は、綱引きかな。ガタスキーは、
ムツゴロウ漁で使う木のスキー
に腹ばいになって滑ります。ガ
タフライは、ガタの中をバタフ
ライやクロールで泳いで、それ
こそガタまみれに。あ、私たち
は干潟や泥のことを「ガタ」つ

て呼ぶんです。泥だらけになつ
た後は、かなりの水圧の放水
シャワーでガタを落とすので、
きゅーって大騒ぎになります
ね。家族連れもたくさん来て、
自由に干潟で遊んでいきます。

実は、ここで「むつかけ」体
験もできるんです。むつかけ
は、干潟にいるムツゴロウを伝
統的な漁法で捕るやり方です。
5メートルの竿の先に同じく5
メートルの糸と掛け針を付けて
おいて、ムツゴロウに狙いを定
めて針を落とすんです。ブラン
コとか、振り子の要領で。10メー
トル先にいるムツゴロウの、斜
め前くらい的位置に針を落とし
て、ひゅんって竿を引き寄せた
時にムツゴロウを引っ掛けま
す。5つの針にはかえしがない
ので、遠心力で捕る感じですよ。
うちには、岡本忠好^{ただよし}さんつて
いうむつかけ名人がいるんです
けど、あまりの早業^{はやわざ}で目で追え

ないくらいです。干潟の移動は、
ガタスキーで。片足の膝をつい
て乗って、もう片方の足でガタ
をかきながら進むんですけど、
慣れていないとスキーが沈んで
動けなくなるんです。さらに足
がずぶつとはまります。その点、
岡本さんは、足もスキーもキレ
イなまななんですよ。

干潟体験の部署に配属になつ
たおとしの10月、私も初めて
むつかけに挑戦しました。やつ
てみたら、捕れちゃったんです。
11匹だったかな。周りのスタッ
フに「すごいよ」つて言っても
らえて、面白くなっちゃったん
ですよ。ただ、ある日体験に
やつてきた若い男の人が30匹く
らい釣ったんです。それを見た
ら、なんか悔しくなつて対抗心
が芽生えちゃつて。そつからで
す。時間があるとお客さんと一
緒にむつかけをやらせてもらつ
て、陸でもムツゴロウ人形を置

お べ ん と う の 時 間



いて引っ掛ける練習をし始めたんです。師匠の岡本さんからは、「砂に立てた割りばしに針を当てる練習をしろ」と言われて、それもやりました。

「100匹釣れたらプロだよ。

免許皆伝をあげるよ」って師匠に言われて頑張った結果、去年いただいたんですよ。一度に100匹は無理で、89匹でしたけど。師匠曰く、私はムツゴロウと波長が合うらしいんです。ムツゴロウってとにかく敏感ですぐに逃げてしまうんですけど、私の近くには寄ってくるらしくて。これまで30年いろんな人に教えてきて、弟子と認めただけは私だけらしいです。岡本さんが漁師だった若い頃は、むっつけ師がいっぱいいて、「それで子どもを大学まで行かせられた」って話を聞いたことがあるんですけど、今この伝統漁法をやっている人はほんの数人で

す。私のことを後継者って言うてくれるんですけど、できればもう一人くらいやつてくれる人が現れないかなと思ってます。

私、大学進学で東京に出て、都内の小学校で美術の教師をしていたこともあるんです。でも自分が何をしたいのかわからなくなつて、コロナをきっかけに地元に戻ってきました。もともと、野生児だったんですよ。太良町の実家はすぐ裏に山があつて、海も徒歩圏内。小さい頃はガタで足が汚れないように岩の上を踏みながら、魚を捕まえて遊んだこともあります。あの時はムツゴロウと思っていたんだけど、トビハゼだったんですよ。ぴやつて捕まえて、ぴやつと放すのが面白くて。川遊びも好きでした。洋服のまま川に入つて涼んだら、びしょびしょのまま歩いて帰るうちに何となく乾いてるって感じで。

いつもワンコのチャーミーを連れて、どこまでも歩いていつてましたから。怖い物知らずだったんじゃないかな。

ムツゴロウは、可愛いです。

干潟の上でごによごによ体をこすり付けていたり、求愛のジャンプをしたり。大口を開けて喧嘩しているのを見れば、カニを追いかけているのもいて。あれだけジャンプするので、骨が立派なんです。塩焼きにして食

師匠曰く、 私はムツゴロウと 波長が合うらしいんです

べたら、骨が硬くて可食部がほとんどなかったんですよ。串に刺して、そのまんまグリルに入れて焼きました。唐揚げも試しましたよ。鰻みたいなヌルヌルして捌けないから丸揚げで。2度揚げたら、骨までいけました。淡泊な味でおいしかった。ただ実家の母には「もう持つてこないでね」って言われちゃいました。可愛いから調理したくないって。



ときどき買う、親指ほどの大きさの「棒天」十個入り四百円。素朴な味のさつま揚げで、軽く焙^{あぶ}つて生姜^{しょうが}醤油を垂らしたり、そのまま煮ものに加えたり、薄切りにして野菜炒めに入れたり、なにかと使い勝手がいいので、久しぶりに寄った食料品店で見つけて手を伸ばした。

その夜。冷蔵庫にしまうとき、何気なく袋を裏返して、あらためてじっくり読む。

「名称 さつまあげ 原材料名 魚肉（輸入または国産）、豆腐（大豆を含む…分別生産流通管理済み）、糖分（砂糖、ブドウ糖）、でん粉、清酒、食塩、酵母エキス、揚げ油（なたね油）」

二度繰り返し返して読んだ。「（輸入または国産）」の意味がいまひとつ不明だったが、仕入れ状況によつてどちらもありなんだろう。糖分は砂糖だけでもいいんですけど、と勝手につぶやく。とはいえ、カタカナの羅列がやたらと多い「原材料名」が圧倒的に多いのだから、この短さは

ライト、フライト

（第43回）

書き手

平松 洋子



私の成分の話

うれしい。記載の中身は、短ければ短いほど大歓迎^{だいけんぎん}が私の生活と意見である。読むのに時間がかかる長編（たいてい加工食品）は遠巻きにしている。長編小説は大好きだけれど、いや、いま書くとしてるのは食品添加物のことではない。夜中に「棒天」の袋の裏側を読みながら、ぼんやりと思い浮かべた二文字についての話だ。

それは「成分」。

内訳、あるいは構成要素のこと。

例えば、この小さな茶色い棒は「さつま揚げ」とひと括^{くく}りにして呼んでいるけれど、なるほど、おもに魚肉と豆腐という成分からできているんだなと認識し直すと、輪郭がくつきりしてくる。試しに封を切って一本^{かじ}齧ると、いつもより熱心に魚肉（輸入か国産かわからないが）や豆腐の気配を探したりするのだった。

赤ワインをちびちび飲みながら思考を飛ばすと、次の展開が訪れた。気になる。

自分の成分はなんだろう。

筋肉とか脂肪とか水分とか骨とか、身体の構成要素（これはこれで気になるから、毎朝体組成計に乗って数字を測っている）ではなく、ココロの領域のほう。もちろん簡単に整理できるわけでもないし、小石みたいにこつこつした成分から消えかかっている泡まで複雑に混ざって自分という人間ができているのだから、考えても埒が明かないはず。でも、扉のすきまから覗いてみたい気がする。遊園地のメリーゴーラウンドがひょっこり脳裏に登場したので、え、と動揺した。メリーゴーラウンドが私の成分？

記憶のブーメランが手もとに戻ってきた。馬の耳をつかんでステップに足を掛け、冷んやりと硬い台座にまたがってから、すぐ後ろの馬に妹がちやんと乗っているのを確認して自分の体勢を整えると、軽快な音楽が鳴り始める。一周したら、奇妙な感じがし始めた。回転しているのは自分なのに、まわりのほうが通り過ぎてゆく。動いているのに静止して



いる感じ。不思議な感覚にうっとりしかけたら急に音楽が鳴り止み、メリーゴーラウンドも停止する。すぐごと円形舞台から降りながら、やたら後ろ髪を引かれた。あの名残惜しさは、どうやら私の成分になっているらしい。

歳月が経たなければ腑に落ちないことがたくさんある。例えば、いろんなざらつきを連れてくるのは小学校時代のプールだ。

まず、校舎の脇にできたプールの入口に、三十センチほど水を溜めた広い足洗い場があった。塩素の強烈な匂いがつーんと鼻腔を刺激する。「水が目に入らないよう気をつけなさい」と注意され、内心びくつきながら、プールまでの関所を歩き進んだ。二十五メートルのコースが六本のプール。まわりを囲むコンクリートの平場に体育座りをして、泳ぐ順番を待つ。じりじりと肩を焼く夏の日差し。いったん水を含んだスクール水着はどんより重い。先生のホイッスルがピツと鳴るたび、飛び

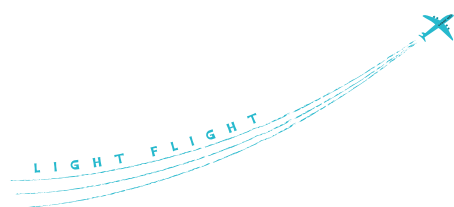
込み台に立った六人がいつせいに台を蹴って水中に入ってゆく様子を見ていると、うつすらと落ち着かない。なかよしのSさんは、唇が震えるくらい飛び込み台が怖くて、水泳の時間は見学するようになった。二十五メートルを泳ぎ切れず、べそをかきながら歩きたす子もいた。泳ぐのが好きだったけれど、それぞれの子には説明のつかない感情があることを、プールの時間に教わったように思う。楽しいことはいっぱいあったのに、「成分」のフィルターを小学校時代にあてがうと、ほろ苦い記憶ばかりが蘇^{よみがえ}ってくるのは、現在の私がそれらを「養分」と捉えているからなのだろう。息苦しかった黒板の横の時間割表。運動会が近くなると始まる行進の練習。給食の時間に机を合わせてグループで食べる決まり。口に出して言えなかった規則や集団にたいするひっそりとした違和感は、自意識の芽生えなのだった。

時計の針を大学時代に進めると、一転わくわくしてくるのは、解放感

PROFILE

Yoko Hiramatsu

作家、エッセイスト。食文化と文芸を執筆の大きなテーマに掲げ、ウィットに富んだチャーミングな表現のあいだに、読む者をハッとさせる気づきを忍ばせ、光らせる。近刊の『本は誰かを連れてくる』（毎日新聞出版）では、“書物を読むことはその著者に出会うこと”と捉え、書評を人間論へと昇華した。



の成分がプスプスと発酵し続けているからだろう。

授業が終わって構内を出ると、まっさきに向かったのは名画座だった。七〇年代から八〇年代にかけては名画座の黄金時代で、都内のあちこちで世界中の映画が百花繚乱^{ひゃっかきりょうらん}。情報誌『ぴあ』を読み込んで自分だけの映画スケジュール表をつくり、火曜日は池袋の文芸坐、水曜日は早稲田松竹、土曜日は飯田橋のギンレイホール……なんてやっていた。最初のころ、岩波ホールで観た映画は諦^{あきら}んじて言える。『大いなる幻影』『惑星ソラリス』『家族の肖像』『木靴の樹』『旅芸人の記録』『ルートヴィヒ』……観るたびに衝撃が走り、映画館の暗闇で新しい世界が開く刺激に酔いしれた。もちろん、いくら名画座でも週に何度も通えば映画代はばかりにならないから、自分で稼がなくてはならない。定期的に続けていた幼児のための英語教室のアルバイト代は、そのほとんどが映画代（と喫茶店代）に消えた。

名画座で観た忘れられない映画のひとつが『ひまわり』である。監督ヴィットリオ・デ・シーカ、主役はソフィア・ローレンとマルチェロ・マストロヤンニ。イタリア、フランス、ソ連（当時）、アメリカの合作映画で、一九七〇年公開。戦争によって引き裂かれたイタリア人夫婦の哀切を描く屈指の名画だ。たしか四、五回観たと思うのだが、ラストシーンのひまわり畑を観るたび、ハタチそこそこの小娘は目をまっ赤にして泣き腫^はらした。こんな残酷な人生があつていいものか。つらい。つらすぎる映画だ。私は『ひまわり』を観ることを封印した。

ところが、三十年ほど経って、たまたま『ひまわり』を観る機会があつたとき、奇妙なことが起こった。あのころは画面いっぱい咲く黄色いひまわり畑を観て身も世もなく泣いたのに、涙が出てこない。あれ？と首をひねりながら、映画館を出てから思いいたったのである。この何十年ものあいだ、自分自身もそれな



りに喪失の痛みに出会ってきた。若いときには知らなかった人生の残酷さを噛み締めながら浮かんだのは、涙ではなく、むしろしみじみと深い共感なのだった。だから、私にとって映画『ひまわり』は、とても大切な成分だ。

脈絡のない感情をすこし持て余しながら、グラスの残りの赤ワインを飲み干して思った。最初に『ひまわり』を観たころは、私がタイやベトナムや中国などのアジアの成分をどんどん吸収していく前夜だったんだな。

ひとひとりの「原材料名」は、考えるのも読むのにもたつぷり時間がかかるようだ。

イラスト…ソレイユ・イグナチオ
編集…山下美咲

本連載「ライト、フライト」は今月号で最終回となります。これまで空の旅のおともにお読みいただいた皆さまに、心より感謝申し上げます。次号からの企画にも、どうぞご期待ください。

60年の時を超えて、 笑顔溢れる 旧友との再会

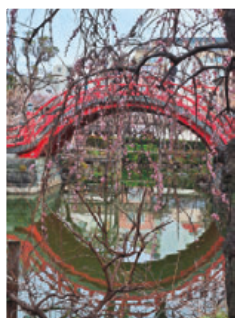
菅家 みちよ



中学の同級生が還暦を迎え、二泊三日の東京旅行を企画しました。旧友である機長の操縦する便に乗り、東京で同窓会を開くためです。新千歳から羽田へ。機体がふわりと着陸し、私たちは顔を見合わせて微笑みました。浅草寺の仲見世を歩き、世田谷のボロ市をのぞき、新宿の寄席で笑い合う。夜は杯を重ね、60年の歳月も縮まり沢山の思い出を語りました。最終日に渋谷スカイで仰いだ清々しい青空も、楽しく温かい思い出とともに忘れられない大切な景色となりました。

街のパワーに、 季節の彩りに、 英気を養う旅

大城 隆史



田舎暮らしの自分を鼓舞するため、定期的に東京へ足を運んでいる。新宿や渋谷など大都会の喧騒に身を委ねるだ

この季節は梅ですね。羽根木公園、池上梅園、亀戸天神社、小石川後楽園、湯島天神へ出かけました。曇り空でしたが、凛々しく咲いている梅に癒されました。

で、「ヨシ、やつたるぞー」とアグレッシブな自分を取り戻している。そして、花の名所めぐりで清新の気が満ちるので、実に有り難い。

郵便飛行

yubinbiko

一緒にいる時間も、 一人の時間も、 両親に寄り添える喜び

春藤 優太

昨年から体調を崩した母と二人で暮らす父を支えるため、札幌から徳島へ。リモートワークをしながら母の入院の見舞いや料理、洗濯などの家事に励んだが、10日ほど帰省してくれた妹の助けもあり両親をしつかりサポートできた。

新千歳空港から羽田を経由する帰省は一苦労だが、この一人で過ごす空白の時間が、離れて暮らす両親を想う大切なひとときになっている。今は羽田発NH65便の機内。次は妻を連れ、家族みんなで夏の阿波おどりを見に行こうと心に決めた。



☒ お便り募集

郵便飛行では、皆様の旅の思い出をお待ちしています。原稿は250字程度、スナップ写真を添えて電子メールでお寄せください。お名前(フリガナ)、ご住所、電話番号の明記もお忘れなく。採用させていただいた方には、Amazonギフト券3,000円分をお贈りします。

※掲載者の発表につきましては本誌での発表をもってかえさせていただきます。文字数が多い場合は、掲載の際に編集する可能性があります。ご了承ください。掲載されたお便りは『翼の王国』朗読版でもご紹介させていただきます。 ※主催：『翼の王国』編集部 ※AmazonはAmazon.com, Inc. またはその関連会社の商標です。

こちらから
応募



3,000円分
プレゼント!



電子メール ml_prj_tsubasayubinbiko@ana.co.jp

QRコードもしくはメールアドレス直接入力でも応募できます。件名に「郵便飛行お便り募集係」とご記入ください。

ANAグループ機内誌『翼の王国』アンケートご協力をお願い

ANAでは、今後のよりよい誌面づくりに向け、アンケートを実施しています。ご協力いただいた方の中から抽選でご当選された方に賞品をお送りし

ます。QRコードよりアンケートフォームへお進みいただき、お答えください。10分ほどで完了する内容です。ぜひご協力をお願いします。

賞品

色やサイズなどはお選びいただけません。



A賞 (10名様)

長崎ひのきの アロマサシェ&入浴剤

希少な長崎ひのきの香りで森林浴のようなバスタイムを。天然素材100%で人に優しい多用途設計の匂い袋。



B賞 (10名様)

Doctors Oil ドクターズオイル

樹齢100年の原生種ココナッツを熟成発酵させて抽出した生バージンオイル。赤ちゃんや家族の肌を優しく包み整えます。



C賞 (5名様)

コツカンエアロダクト THE ロング

旅先の洗濯物が、最短10分でシワなく乾く優れもの。わずか170gの軽さで、荷物を減らして身軽な旅を。

応募締切：毎月月末

詳しくは
アンケートフォームをご覧ください。



当選者の発表は賞品の発送をもって代えさせていただきます。
アンケートでは、お名前・ご住所・電話番号をお伺いします。
ご応募はひと月あたりお一人様1回限りでお願いします。

『翼の王国』バックナンバーのお知らせ

紙版(冊子)は、オンライン書店よりご購入いただけます。
単品購読は1冊545円(消費税・送料込み)。定期購読は1年(12冊)5,995円(消費税・送料込み)。



2026年4月号
海外特集/メキシコ
国内特集/宮崎



2026年3月号
海外特集/オーストラリア
国内特集/沖縄



2026年2月号
海外特集/バンコク
国内特集/函館

購入ページはこちら



2026年1月号
海外特集/モロッコ
国内特集/足利



2025年12月号
海外特集/カウアイ島
国内特集/横浜



2025年11月号
海外特集/フィンランド
国内特集/新潟

～海外旅行をもっと身近にするお手伝いをします～ 「ANAで旅する」海外現地日本語ガイド同行/ 添乗員同行ツアー好評発売中



フェアモント・シャトー・フロンテナック
(外観/イメージ)



ドウロ川クルーズ(イメージ)
©CroisiEurope

- 設定期間：2026年～2027年出発
- 設定方面：北米、中南米、ヨーロッパ、アジア、オセアニア

※上記以外に、「航空券+ホテル」がセットになったANAトラベラーズダイナミックパッケージも発売中です。
詳しくは、ANA SKY WEBをご覧ください(QRコード遷移先とは異なります)。

● 詳しくはQRコードのウェブサイトをご覧ください。

「ANAで旅する」多彩な秋のラインナップをご用意しています。山々を鮮やかに染め上げるカナダのメープル街道や、澄み渡る夜空に舞うアラスカの神秘的なオーロラ、ワインの里ドウロ川クルーズ(ポルトガル)など。今、最も輝く季節を迎えるコースが好評発売中！現地日本語ガイドや添乗員が旅の始まりから終わりまでしっかりサポート。海外旅行をより身近に、そして安心して楽しみたいだけあります。楽しい感動を体験しませんか？



春の旅行・予約サービス特集



出張や旅行先でのホテル、レンタカー、アクティビティなどの予約前にANAマイレージモールを経由すると、いつもご利用しているオンラインサイトでマイルが貯まります。さらに、マイルだけでなく提携ショップのポイントもダブルで獲得できるのでとてもおトク！今なら対象ショップでマイルアップキャンペーンも実施中。この機会にマイルを貯めてみませんか。

※ANAマイレージモールは全日本空輸株式会社が運営するアフィリエイトサイトです。
※2026年3月25日時点の情報です。
※提携ショップ毎にマイル積算条件が異なりますのでショップに関する注意事項をご確認ください。



● 詳しくはQRコードのウェブサイトをご覧ください。

いつものお買い物はANA Payで！ タッチ決済でお支払いをもっとスムーズに！



ANA Payは皆様に支えられ、2026年5月23日に3周年を迎えます！ これからも皆様の生活に寄り添った「スマートフォン決済サービス」として

進化していきます。引き続きどうぞよろしくお願いいたします。

ANA Payは全国のスーパーやコンビニ、ドラッグストアでお使いいただけることはご存じでしょうか。お支払い時に「iDで」もしくは「Visaのタッチ決済で」と伝えてお店の端末にスマホをかざすだけなので、とってもカンタン！ お支払い金額200円につき1マイル貯まるので、日常のお買い物からマイルを貯められます。

ANA Payのオトクなキャンペーン情報はANA Payの公式ページよりご確認ください！

※ANA Payのご利用にはANAマイレージクラブアプリのインストールが必要です。
※開催中のキャンペーン内容は、予告なく変更となる場合があります。

● 詳しくはQRコードのウェブサイトをご覧ください。



モバイル通信サービス「ANA モバイル」開始！

ANA モバイルの主な特徴をご紹介します！



※月額料金とは、基本プラン料金、通話定額オプション、データチャージ代を指し、通話料金その他の有料オプション料金は含みません。
※月額料金1円あたりを1マイル相当で算出した場合。

● 月額料金[※]の20%分のマイルが貯まる！

「音声 + SMS + データプラン30GB」と「無制限かけ放題」の組み合わせで年間10,000マイル以上の獲得が可能！

新規契約時にはさらに500マイルプレゼント！

● 基本プランは1GB 750円～&全20プラン！

豊富なプランの中から、ライフスタイルに合ったデータ容量を選べます。

● 今の端末・電話番号がそのまま使える

使い慣れた端末と電話番号はそのまま、スムーズに乗り換え可能（一部対象外の端末がございます）！

毎月の通信料金でマイルを貯めて、次の旅行へおトクに出かけませんか？

● 詳しくはQRコードからウェブサイトをご覧ください。



〈ANA グループ社員が厳選〉 お土産におすすめのお菓子ランキング TOP10!



旅のプロである「ANAグループ社員」へのアンケートをもとに、日本各地の空港で手に入る「イチオシ10品」を選出しました。各地の名産を知り尽くした社員が自信を持っておすすめする逸品を、空港売店【ANA FESTA】の新入社員による試食レポートを交えて詳しくご紹介します。旅のプロ視点と新入社員の率直な意見が詰まった本企画は、定番から地域色豊かな銘菓まで、贈る相手やシーンに合わせたお土産が見つかること間違いなし！ 選び抜かれた味とともに、大切な方へ旅の思い出を届けてみませんか？ 旅の締めくくりとなるお土産選びは、ANAのマイルが貯まるANA FESTAで！

● 詳しくはQRコードのウェブサイトをご覧ください。



ANAの空港スタッフが地元愛をお届け



「ANA ふるさと Blue Ambassador」をはじめとするANAの社員が、ふるさと納税を通じて、地域の魅力をもっと多くの方に知っていただきたい。そんな思いを込めて、厳選した返礼品を紹介しています。

今回は伊丹・中部・松山の3空港を特集。日頃から地域とともに歩むスタッフだからこそ知る、ストーリーの詰まった逸品ばかりを揃えました。

旅の合間にぜひ「ANAのふるさと納税」サイトを覗いて、あなたの「推しの地域」を見つけてみませんか。

● 詳しくはQRコードのウェブサイトをご覧ください。



次の海外旅行に向けておすすめの一枚！ ANA マイレージクラブ / Sony Bank WALLET の ご紹介



ANA マイレージクラブ / Sony Bank WALLET は、年会費無料で11通貨対応のデビットカードです。本カード保有者限定の「ANA マイル付き外貨定期預金」は、満期時に利息に加えてマイルがもらえます。貯めたマイルはANA 特典航空券へと交換し、満期を迎えた外貨は外貨普通預金へ入金しておけば、海外でのショッピングやATMでの現地通貨引き出しに直接利用が可能！両替の手間や手数料を抑えられます。賢くマイルと外貨を貯めて、次の海外旅行に向け準備をしませんか。

・ANA X株式会社(以下、ANA X)は、ソニー銀行を所属銀行とする銀行代理業者です。ANA Xでは、円普通預金口座開設、円普通預金、円定期預金、積み立て定期預金、外貨普通預金、外貨定期預金、ANA マイル付き外貨定期預金、住宅ローン、ANA マイレージクラブ / Sony Bank WALLET、おまかせ入金サービスのお申し込みの媒介ができます。・お取引の際は、必ず外貨預金の重要事項をご確認ください。

● 詳しくはQRコードのウェブサイトをご覧ください。



最大100,000マイルが貯まる「ANA の住まい」 住宅購入・売却・リフォーム等でマイルが貯まります！



住まい探しに「旅」のワクワクをプラスしてみませんか？「ANA の住まい」なら、住宅購入や売却、リフォーム等で「最大100,000マイル」が貯まります。全国80社以上の不動産会社から、気になる物件や業者をお探しいただき、「住まいるチケット」を発行のうえ、ご成約いただくと、購入金額や工事金額に応じてマイルが貯まります。発行された「住まいるチケット」は、モデルルームや住宅展示場、または提携会社の店舗にお持ちいただき、ご提示ください。

※既に不動産会社と「住まいるチケット」以外の方法でご連絡を取られている場合、マイル積算の対象外となります。
※「ANA の住まい」に掲載のある物件・不動産会社が対象となります。

■提携企業例：三菱地所レジデンス／大和ハウス工業／長谷工コーポレーション／明和地所／住友不動産／積水ハウス／一建設／住友林業／三菱地所ホーム／ミサワホーム／三井不動産リアルティ／マリOTT・バケーション・クラブ 等

● 詳しくはQRコードのウェブサイトをご覧ください。

詳細・住まいるチケット発行はこちら



新生活のお買い物もANAカード決済で おトクにマイルを貯めよう！



「ANAカードマイルプラス」は、対象加盟店にてANAカードでお支払いいただくと、クレジットカード会社のポイントとは別に、さらに100円または200円(税込み)につき1マイルが貯まるサービスです。

おトクなお知らせ

ホテル×移動でボーナスマイルがもらえるキャンペーンや、ヤマダデンキグループでのお買い物でのおトクなキャンペーンなど、続々開催！

身近な対象加盟店はまだあります。
右下のQRコードからチェック！



詳しくはQRコードのウェブサイトをご覧ください。

7月東京、大阪で開催！ 研修プログラム説明会 〈参加無料〉



新任管理職や育成担当者のマネジメント力強化に最適な3つの研修プログラムをご紹介します。本説明会では講師による特長の説明に加え、演習の一部を実際にご体験いただくことで、研修実施のイメージを深めることができます。「ANAグループの研修」を通じて、部下の成長を促し、強固な信頼関係を築くための具体的なプロセスを貴組織に浸透させませんか。組織の未来を担う人材育成のヒントを、ぜひ会場でご体感ください！



2025年 オリコン顧客満足度®調査
企業研修 若手・一般社員向け公開講座 講師
第1位

■開催日程：●東京 7月23日（木）●大阪 7月30日（木）



詳しくはQRコードのウェブサイトをご覧ください。

ANA グループは生物多様性保全に積極的に取り組んでいます



ANAは2018年3月に野生動物の違法取引撲滅を目的とした「バッキンガム宮殿宣言」に、日本の航空会社として初めて署名しました。航空業界としてこの課題への理解を深め、撲滅に向けた取り組みを強化するために「違法な野生生物の輸送撲滅セミナー」を毎年開催しています。8回目として今年3月に開催したセミナーには、国内外の空港職員や航空関係者が多数参加しました。



詳しくはQRコードのウェブサイトをご覧ください。

ANAグループにおける生物多様性保全



【ANAトラベラーズ】 海外添乗員付きツアーご予約後の お客様とのコミュニケーションを強化しました

【お客様の声】

予約をしてから出発までの期間に、ANAとのやり取りがあれば、旅の準備もよりワクワクすると思います。

これまで、ANAトラベラーズ海外添乗員付きツアーご予約後は自動配信でのご連絡が中心でしたが、これからはご予約後1週間以内にお礼のご連絡を差し上げるほか、催行未定時にはご要望に応じた定期的な状況のご案内を行います。さらに、出発前には事前アンケートによるご希望の把握な

どを実施することで、お客様一人ひとりの旅への期待に一層寄り添います。これからもANAトラベラーズでは、お客様からのお声を大切に、ご満足いただける商品・サービスの提供に取り組んでまいります。

詳しくはこちらをご確認ください。



ご意見・ご要望デスク 携帯電話をご利用の場合
☎ 0120-029-787 ☎ 0570-029-787 (全国一律料金)
国際電話をご利用の場合など
☎ 03-6735-7922 (有料) 受付時間 9:00 ~ 17:00 (年中無休)

ANAのサービスについてのご意見・ご要望をお寄せください。
※機内にはご意見をご記入いただける用紙「お客様の声」を
搭載しています。客室乗務員にお声をおかけください。

ご意見・ご要望



詳しくはQRコードのウェブサイトをご覧ください。

ご搭乗に際してのお願い

航空法に基づく保安検査の義務化について

凶器や危険物の航空機内への持ち込みは航空法により禁止されています。また、航空法改正に伴い2022年3月10日から、航空機搭乗前の保安検査の受検が義務化されます。保安検査を受けずに保安検査場より先に進

んだ場合、航空法違反となり、1年以下の懲役または50万円以下の罰金が科せられる場合があります。ご搭乗の際は、保安検査員や関係職員の指示に従い、保安検査を受検いただきますよう、お願い申し上げます。

機内安全のため、持ち込み手荷物削減にご協力をお願いいたします

機内持ち込み手荷物について (お1人様1個まで)

機内で安全かつ快適にお過ごしいただくために、機内へ持ち込めるお手荷物は、身の回り品(ハンドバッグ、カメラ、傘など)のほか、下記の条件のお手荷物1個となります。なお、下記のサイズ以内のお手荷物の場合でも、客室内に収納できない場合にはお預かりの手荷物として貨物室に搭載させていただく場合がございますので、ご了承ください。下記サイズを超えるお手荷物(キャリーバッグ、ベビーカー、麻袋など)はお預けください。

※3辺の合計には付属品(ハンドル・車輪など)を含みます。



お持ち込みお手荷物のサイズ

	3辺の合計	H(高さ)	W(幅)	D(奥行)	重量
ANA (下記を除く) エア・ドゥ、ソラシド エア(SNA)、 スターフライヤー	115cm 以内	55cm	40cm	25cm	10kg まで
ANA (機種 Q4A) IBEX エアラインズ、 オリエンタルエアブリッジ	100cm 以内	45cm	35cm	20cm	10kg まで

機内でのお願い

安全かつ快適にお過ごしいただくため、お手荷物は座席上の共用収納棚、または前の座席の下に収納してください。通路・非常口付近など、非常時に脱出の妨げになる場所へお手荷物を放置することは、法令で禁止されています。前に座席のない席(スクリーン前・隔壁前)は、足元にお手荷物は置けません。お客様の安全のため、収納状況が適切でない場合には客室乗務員が声をかけさせていただきますので、指示に従ってください。

●ギターなど楽器類

機内持ち込みサイズを超える楽器(ギターなど)は、あらかじめお客様にて梱包のうえ、カウンターにてお預けください。機内に持ち込む場合には、別途料金が必要となる場合がございますので、ご予約の際にお問い合わせください。国内線では、ギター、小型楽器(90cm以内)、コントラバス専用の輸送ケースもご用意しております。詳しくは、予約センターまでお問い合わせください(ただし、使用状況によりご用意できない場合もあります)。

●キャリーバックにご注意ください

機内の収納スペースには限りがあるため規定サイズ内でも持ち込みできない場合があります。

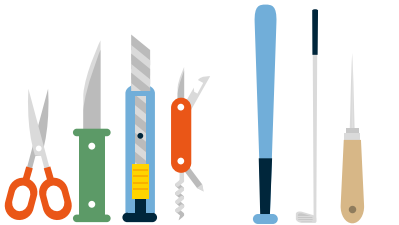
●ライターは1人1個まで

喫煙用のライターはお1人様1個に限り、持ち込みができます。オイルタンク式、葉巻用ライター、プリミキシングライター(ターボライター、ジェットライター、ブルーフレイムライター等)、不測の作動防止機能のないリチウム電池で駆動するライターは持ち込みできません。ライターの置き忘れにご注意ください。

機内持ち込み制限品の取り扱いについて

ハサミ・ナイフ類、その他凶器となり得る物品をお持ちの場合は、手荷物カウンターでお預けいただくか、「放棄品箱」へ廃棄願います。保安検査強化にご理解とご協力をお願いいたします。また、引火性物質等の危険物は航空機内への持ち込み、およびお預かり手荷物としての取り扱いはできません。危険物を所持している場合は、出発保安検査場に設置されている「放棄品箱」に廃棄願います。

- 刃物類の機内への持ち込みは航空法違反となり、2年以下の懲役または100万円以下の罰金が科せられる場合があります。



ナイフ/ハサミ類 先の尖った物/バット類

※モデルガン等の凶器類似品等も機内持ち込み禁止です。

国土交通省：
航空機搭乗前の保安検査を受けるにあたっての注意事項について



詳細

【国際線】TOPICS

機内持ち込み手荷物の制限

- ① 1容器あたり100mℓを超える液体物・ジェル・エアゾール類を機内にお持ち込みいただくことはできません。
 - ② 1容器あたり100mℓ以下の液体物・ジェル・エアゾール類は個数にかかわらず機内持ち込み可能です。ただし、保安検査および搭乗の際に1ℓ以下の再封可能なジッパー付保存袋1枚に入れ、機内持ち込み手荷物とは別に検査を受ける必要があります。容器の大きさが100mℓを超えるものは、中身の液体の量が100mℓ以下でも持ち込みは不可となります。
 - ③ 保安検査後の免税店等で購入した液体類は機内持ち込みが可能です。ただし、海外で乗り継ぎをする場合には、没収などの可能性がありますので、当該国のルールに従う必要があります。
- ※日本で乗り継ぎがある場合、機内で購入された免税品であっても上記①②のルールが適用となり100mℓ以上のものは没収となります。詳細はANA SKY WEBをご覧ください。

ライターの制限(海外空港発便)

中国(香港を除く)、インド、フィリピン、ミャンマーを発発する全便において、航空機へのマッチ・ライターの持ち込みは禁止されています。お預けになる手荷物の中に入れることも禁止されていますのでご注意ください。

お客様のご理解とご協力をお願いいたします。

ANA おからだの不自由な方の相談デスク

ANA おからだの不自由な方の相談デスクでは、病気やけが・障がいによりおからだの不自由なお客様に、安心して快適な空の旅をお楽しみいただけますよう、航空機のご利用に関するご相談やご希望を伺っております。

以下のお客様は必ず事前にお知らせください。

- ▶ 機内で医療用酸素ボンベや酸素濃縮器(POC)を使用されるお客様(医師の搭乗許可・診断書が必要です)
- ▶ その他の医療機器を使用されるお客様
- ▶ ストレッチャー(簡易ベッド)を使用されるお客様
- ▶ 保育器を使用されるお客様
- ▶ その他機内で特別な医療行為を必要とされるお客様
- ▶ お手伝いが必要な方が10名以上いらっしゃる団体のお客様

TEL 0120-029-377
0570-029-377
(全国一律料金)
03-6741-8900

FAX 0120-029-366 (年中無休 9:00~17:00)

※携帯電話からはフリーダイヤルをご利用いただけません。



ANAでは、耳や言葉が不自由で電話ができないお客様へ、TV電話での手話やチャットなどを使い、リアルタイムでANAオペレーターとやりとりができる「ANA専用代理電話サービス」をご提供しております。

詳細



機内で安全かつ快適にお過ごしいただくために

ご搭乗の皆様にご協力いただく事項がございます。

Tips for a Safe and Comfortable Flight

We ask for your cooperation on the following matters.

Consejos para un Vuelo Seguro y Cómodo

Le pedimos su cooperación en lo siguiente.

深部静脈血栓症 / 肺塞栓症（いわゆるエコノミークラス症候群）の予防

To Reduce the Risk of Deep Vein Thrombosis / Pulmonary Embolism (So-called Economy-class Syndrome)

Para Reducir el Riesgo de Trombosis Venosa Profunda o Embolia Pulmonar (el denominado Síndrome de la Clase Económica)

長時間同じ姿勢で座っていると、足の静脈にうっ滞が起こり、血のかたまり（深部静脈血栓）が生じることがあります。この血のかたまりの一部が血流に乗り、肺に流れて肺の血管を閉塞してしまうと（肺塞栓）、胸痛や息切れが起こり、最悪の場合には死に至ることもあります。深部静脈血栓症を予防するために適度の水分を摂り、アルコールは飲みすぎず、足の運動をこまめに行いましょう。

Sitting cramped for long periods may interfere with blood flow, and consequently, a blood clot develops in the deep leg veins (Deep Vein Thrombosis; DVT). A blood clot may travel to the blood vessel of the lungs causing a blockage. This is called a pulmonary embolism, which cause a chest pain, difficulty of breathing and may be fatal. In order to prevent DVT, drink sufficient water, moderate your intake of alcohol, and stretch your legs frequently.

Sentarse en un espacio estrecho por largos periodos podría interferir con el flujo sanguíneo, ocasionando la formación de un coágulo sanguíneo en las venas profundas de las piernas (Trombosis Venosa Profunda; TVP). Un coágulo sanguíneo podría viajar hasta los vasos sanguíneos de los pulmones y causar una obstrucción. Esto se denomina embolia pulmonar, lo que causa dolor en el pecho y dificultad para respirar, pudiendo en algunos casos ser fatal. Con el fin de prevenir la TVP, tome suficiente agua, modere su consumo de alcohol, y estire las piernas con frecuencia.



- 1 足先を十分に伸ばしたり、曲げたりする。
Bend and flex your feet.
Doble y flexione sus pies.



- 2 足全体をゆっくりと大きな円を描くように回す。
Move your feet in a slow circular motion.
Mueva sus pies lentamente describiendo un movimiento circular.



- 3 ふくらはぎ全体をこぶしでトントンと軽く叩く。
Use your fist to gently tap your calves.
Use su puño para golpear suavemente sus pantorrillas.



- 4 足を上下につま先立ちする。
Lift your ankles up and down, bending your feet at your toes.
Levante y baje sus tobillos, doblando sus pies a nivel de los dedos.



- 5 足の指でじゃんけんのグーをつくる。
Curl your toes.
Arquee sus dedos.



- 6 足の指でじゃんけんのパーをつくる。
Point your toes.
Extienda sus dedos.

幼児連れのお客様へ For Passengers with Small Children

座席列の酸素マスクには個数制限があるため、複数の幼児は同じ座席列にご着席いただけません（座席を確保する場合を除く）。機内では座席の移動はお客様にお願いいたします。また、機内には飛行機特有の設備がございます。「ひじ掛け」や「収納式テーブル」などにお子様の指をはさまないようお気をつけください。

Due to the number of oxygen masks per seat row, more than one small child may not be seated in the same row (excluding seat reservation). Please refrain from changing your seats. Also, there is aircraft-specific equipment on board the plane. Please be careful not to let your children catch their fingers in places such as the armrest or retractable table.



ひじ掛け
Armrest



収納式テーブル
Table



座席ベルトの金具
Seatbelt Buckle



化粧室の扉・ゴミ箱のふた
Lavatory Door Trash Box Lid

その他のお願い Other requests

無断で他のお客様や社員を撮影・録音する行為は、周囲のお客様のご迷惑や安全・業務の妨げとなる場合がありますのでご遠慮ください。

ANA Group requests all passengers to refrain from photographing, shooting or recording other passengers and staff/crew without their consent, as it may cause inconvenience to other passengers or may interfere with safety/duties.

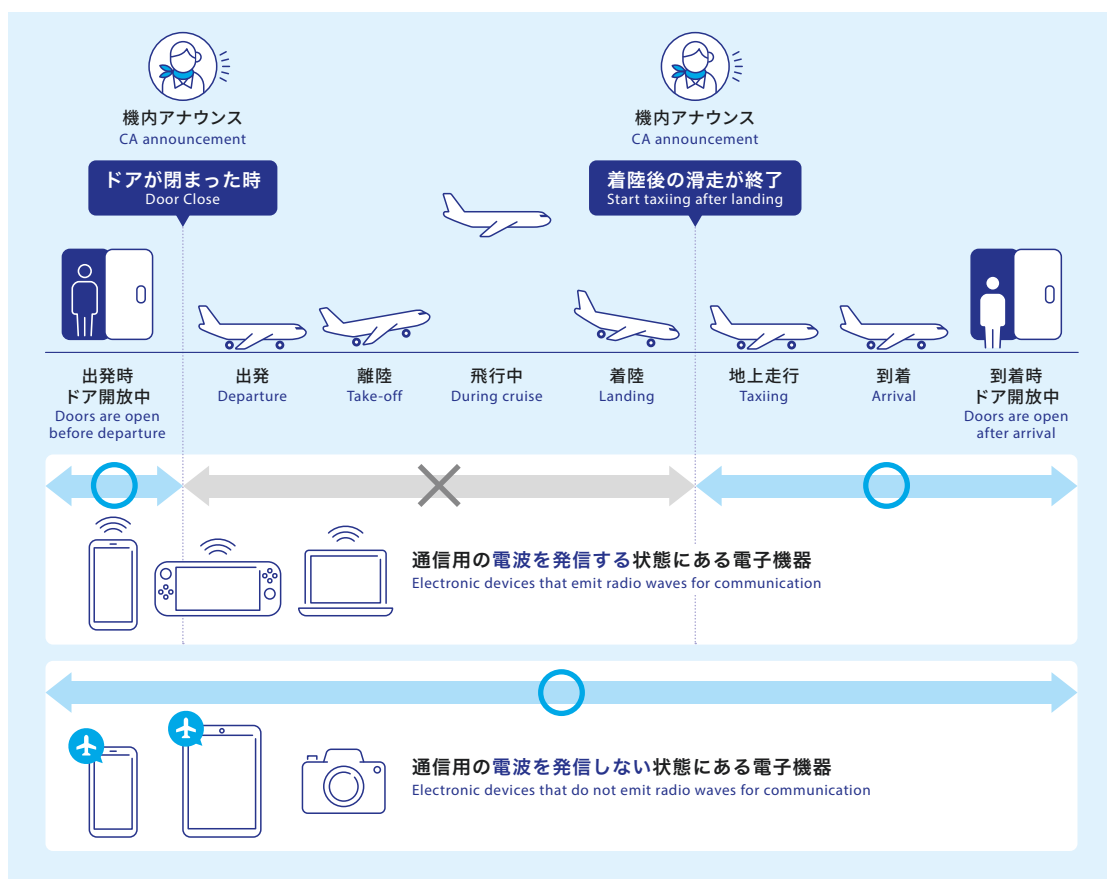
機内での電子機器の使用制限について

Restrictions on Use of Electronic Devices on Board

国土交通省が告示で「航空機の運航の安全に支障を及ぼすおそれのあるもの」について、以下のとおり定めています。出発時「飛行機のドアが閉まった時」から「着陸後の滑走が終了する時」まで、下記の電子機器の使用が制限されています。

The devices listed below have been stipulated by Japan's Ministry of Land, Infrastructure, Transport and Tourism (MLIT) as having the potential to affect the safety of flight operations as follows.

From when the doors are closed for departure until the aircraft starts taxiing after landing, use of electronic devices listed in below is restricted.



作動時に通信用の電波を発信する状態にある以下の電子機器はご使用になれません。(出力100ミリワット以下のものを除く)
機内モード等の電波を発信しない状態(設定)にするか、電源をお切りください。

(注) 客室乗務員がアナウンスにてお知らせいたします。

航空機外の設備と無線通信を行う状態にある携帯電話(スマートフォン含む)、パーソナルコンピューター、携帯情報端末、電子ゲーム機、携帯型データ通信端末、トランシーバー、無線操縦玩具、ワイヤレスマイク

(注) 機器同士のBluetooth接続(ワイヤレスヘッドホン、医療機器等)やWi-Fi接続(電子ゲーム機等)は常時ご使用になれます。

作動時に通信用の電波を発信しない状態*にある電子機器については、すべての飛行機において基本的に常時ご使用になれます。

携帯電話(スマートフォン含む)、パーソナルコンピューター、医療機器、DVDプレーヤー、デジタルカメラ、電子機器等

*通信用の電波を発信しない状態(設定)とは、電源をON(入)にしても通話やメールの送受信、インターネット機能がOFF(切)になっている状態を指します。

Electronic devices that emit radio waves, as follows, cannot be used. (This excludes any of the devices listed below that have an output power of 100 mW or less.) Please set such devices to not emit radio waves or turn them off.

(Note) Cabin attendants will be making an announcement.

Cell phones (including Smartphones), Personal computers, Personal digital assistants, Electronic games and Mobile routers that communicate by radio waves to facilities outside the aircraft, Transceivers, Radio-controlled toys, Wireless microphones

(Note) Bluetooth connection between devices (such as wireless headphones and medical equipments) and Wi-Fi connection (for electronic games) can be used at any time.

Electronic devices that do not emit radio waves for communication* can generally be used at any time.

Examples: Cell phones (including Smartphones), Personal computers, Medical equipments, DVD players, Digital cameras, e-book readers, etc.

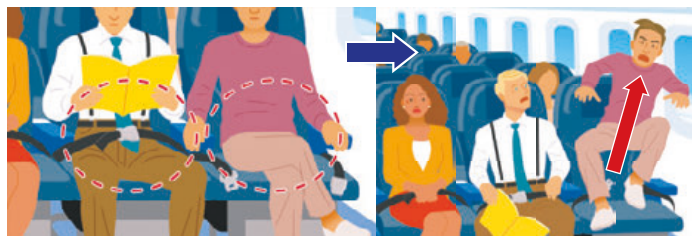
*Means the sending/receiving of phones/emails and the internet function is set to OFF even when the power is turned ON. Cell phones functions should be set to "flight", "self", "radio wave off", "offline" or "personal" modes (names differ according to company).

- 携帯電話での通話は周囲のお客様のご迷惑になりますのでお控えください。
- 機長が安全運航に支障があると判断した場合、使用可能な時期であってもご使用をお控えいただく場合がございます。ご了承ください。
- 右ページ記載の出力100ミリワット以下の電子機器であっても、その電子機器の使用により他のお客様に不快感を与えたり、迷惑または危険を及ぼしたりするおそれがある場合はご使用をお控えいただきます。
- 記載のある電子機器以外でも別途当社の定めにより使用を制限している機器がありますので、電子機器の使用状況について客室乗務員が声をおかけする場合がございます。またペースメーカー等、医療機器をご使用のお客様が近くにいらっしゃる場合、電子機器のご使用をお控えいただくこともありますので協力をお願いいたします。
- 出発時の非常用設備に関するご案内（VTR 上映／客室乗務員のデモンストレーション）にご注目ください。また安全に関する客室乗務員からのご案内にご注意ください。
- 緊急時脱出の妨げとなるような電子機器類は、前の座席の下または座席の上の物入れにご収納ください。また、電子機器が座席の間に挟まって破損する場合がありますので、保管にはご注意ください。
- 携帯電話（スマートフォン含む）、電子ゲーム、DVD プレーヤーなどをご使用の際は、周りのお客様へのご配慮をお願いいたします。

- Please be considerate of other passengers and refrain from making phone calls.
- The use of electronic devices may still be prohibited at any time for safety reasons if the pilot determines that their usage will interfere with flight operations. Your kind understanding will be appreciated.
- Even if your electronic devices listed on the page to the right and has an output power of 100 mW or less, you may be asked to refrain from using it if there is a risk that it will cause discomfort or inconvenience to or endanger other passengers.
- ANA may restrict the use of electronic devices other than those listed and cabin attendants may ask for your cooperation. If passengers using medical equipment such as pacemakers are seated nearby, you may be asked to refrain from using electronic devices.
- Please be sure to check the safety information provided by the cabin attendants or the safety video. Also, please pay attention to other safety-related instructions by the cabin attendants.
- Please store your electronic devices under the seat in front of you or in the overhead compartment so that they will not obstruct evacuation in the event of an emergency. Please also take care not to damage your electronic devices by storing them (and getting them stuck) between the seats.
- Please use your cell phones, electronic games and DVD players, etc., with consideration for other passengers on board.

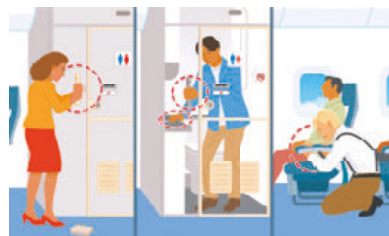
飛行中の揺れに備えて Prepare for in-flight turbulence

飛行中は予測できない突然な揺れに遭遇することがあります。 During the flight, we may experience unexpected turbulence.



お座りの間は、常にシートベルトを腰の低い位置で緩みのないようお締めください。

Please keep your seat belt fastened tight and low whenever you are seated.



揺れを感じた場合には、すぐに手の届く場所におつかまりください。

In the event of sudden turbulence, hold on to something immediately.

機内の安全を阻害する行為について Unruly Behaviors on Board Comportamientos Indisciplinados a Bordo

航空機の安全を害する行為のほか、機内の人や財産に危害を及ぼす行為、機内の秩序を乱す行為、機内の規律に違反する行為は「航空法第73条の3」で禁じられています。特に国土交通省が定めた以下の行為については、機長の命令に背き行為を中止しなかった場合、50万円以下の罰金が科せられます。安全運航のためにご協力をお願いいたします。

- 乗降口または非常口の扉の開閉装置を操作すること
- 化粧室で喫煙すること（喫煙には、電子タバコや加熱式タバコ等、蒸気を発生させるものも含む）
- 乗務員の職務を妨害し、安全の保持等に支障を及ぼすおそれがある行為をすること
- 告示により禁止された電子機器を使用すること
- 指示に従わず座席ベルトを着用しないこと
- 離着陸時において、座席の背、テーブル、フットレスト（レッグレスト）を所定の位置に戻さないこと
- 非常脱出の妨げになる場所へ手荷物を放置すること
- 告示により定められた消火器、非常用警報装置、救命胴衣等を操作または移動すること

Acts jeopardizing the safety of the aircraft, harming the passengers or their properties on board, disrupting the order in the cabin, or disturbing the discipline in the cabin are prohibited by the "Civil Aeronautics Law of Japan, Article 73-3". For the following specific behaviors stipulated by the MLIT, if you do not stop such acts despite the Captain's order, you will be subject to a fine up to 500,000 JPY. We ask for your cooperation for a safe flight.

- Operating the handle or other mechanisms of a cabin door or an emergency exit
- Smoking in the lavatory. This includes the use of smoking devices that generate vapor.
- Interfering with crew duties, which may hinder the safety of the aircraft
- Using electronic devices prohibited by the MLIT ministerial notice
- Not following the instruction to fasten the seat belt
- Not returning the seat back, table, or footrest (legrest) to its original position during takeoff or landing
- Leaving baggage in a place hindering the emergency evacuation
- Using, operating, or moving of fire extinguishers, evacuation signal system, life vests, etc. stipulated in the MLIT ministerial notice

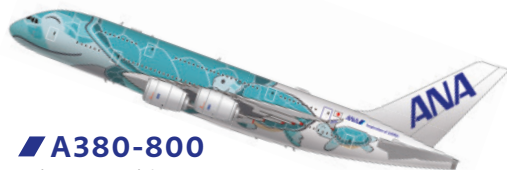
Las acciones que pongan en peligro la seguridad de la aeronave, infligjan daño a los pasajeros o a sus propiedades a bordo, alteren o perturben el orden en la cabina, o perturben la disciplina en la cabina, están prohibidas según el "Artículo 73-3 de la Ley de Aeronáutica Civil de Japón". En el caso específico de los siguientes comportamientos estipulados por el MLIT, si usted no se detiene a pesar de recibir la orden del capitán, estará sujeto a una multa de hasta 500,000 yenes. Le pedimos su cooperación para un vuelo seguro.

- Manipular la manija u otros mecanismos de una puerta de la cabina o de una salida de emergencia
- Fumar en los baños (incluyendo también los dispositivos para fumar y los productos que generan vapor)
- Interferir con las tareas de la tripulación, lo cual podría comprometer la seguridad de la aeronave
- Utilizar dispositivos electrónicos prohibidos por la notificación ministerial del MLIT
- No seguir la instrucción de abrochar el cinturón de seguridad
- No regresar el respaldo del asiento, la mesa o el reposapiés a su posición original durante el despegue o aterrizaje
- Dejar su equipaje en un lugar que dificultaría la evacuación de emergencia
- Utilizar, manipular o mover de lugar los extintores, el sistema de señales de evacuación, los chalecos salvavidas, etc., estipulados en la notificación ministerial del MLIT

ANA グループ航空機のご案内

ANA 航空集团航班客机指南

ANA
GROUP
FLEET INFORMATION



■ A380-800

- 全長 Length 全長 / 72.7 m
- 標準座席数 Standard number of seats
標準座位数 / INT:520



■ B777-300

- 全長 Length 全長 / 73.9 m
- 標準座席数 Standard number of seats
標準座位数 / 514 (-300 ER: 212)



■ B787-10

- 全長 Length 全長 / 68.3 m
- 標準座席数 Standard number of seats
標準座位数 / 429 (INT:294)



■ B777-200

- 全長 Length 全長 / 63.7 m
- 標準座席数 Standard number of seats
標準座位数 / 392; 405



■ B787-9

- 全長 Length 全長 / 62.8 m
- 標準座席数 Standard number of seats
標準座位数 / 375; 395 (INT: 215; 246)



■ B777F / B767-300F-300BCF

- 貨物専用機 freighter 货运专机
- 全長 Length 全長 / 63.7 m (54.9m)



■ B767-300

- 全長 Length 全長 / 54.9 m
- 標準座席数 Standard number of seats
標準座位数 / 270 (INT: 202)



■ B787-8

- 全長 Length 全長 / 56.7 m
- 標準座席数 Standard number of seats
標準座位数 / 335 (INT: 184; 240)



■ A321

- 全長 Length 全長 / 44.5 m
- 標準座席数 Standard number of seats
標準座位数 / 194



■ A320

- 全長 Length 全長 / 37.6 m
- 標準座席数 Standard number of seats
標準座位数 / INT:146



■ B737-800

- 全長 Length 全長 / 39.5 m
- 標準座席数 Standard number of seats
標準座位数 / 166



■ DHC-8-400

- 全長 Length 全長 / 32.8 m
- 標準座席数 Standard number of seats
標準座位数 / 74



国内線
シートマップ



国際線
シートマップ

ANA の航空機とシートマップを機種別にご覧いただけます。



空港ガイド
国内線



空港ガイド
国際線

就航都市に関する空港情報や基本情報をご案内いたします。

まだ答えのない絵はがき【解答ページ】

1 問題解説

赤い丸に囲まれた部分だけに注目してカタカナとして読んでみよう。

すると確かに上の楽譜では「ソラ」と読むことができる。

下の楽譜でも同じように丸の中だけに注目しよう。正解は「タダ」だ。

→ 答え **タダ**

豆知識

イタリアのメーデーを祝うために開かれる「コンチェルト・デル・プリモ・マッジョ」は、イタリアの労働組合が主催しているんだ。7時間を超えるライブは、その大部分がテレビやラジオで生放送されるんだって。

2 問題解説

左側にあるランタンになるように、それぞれのランタンで足りないパーツを補っていこう。

そうして補った部分だけに注目すると、それぞれカタカナとして読むことができる。

正解は「ツキ(月)」だ。

→ 答え **月(ツキ)**

豆知識

スリランカでは、毎月満月の日は「ホヤデー(満月祭)」という仏教にとって大切な祝日になるんだ。特に5月頃のホヤデーは「ウェサック祭」といって、ブッダの誕生や涅槃を祝う盛大なお祭りになるんだよ。



国内線 機内販売は オンラインへ!

ANA STORE@SKY ご利用ガイド

ANA STORE@SKY User Guide

機内販売『ANA STORE@SKY』3つのメリット

Benefits of ANA STORE@SKY

1 **マイルが
使える! 貯まる!**
Use your miles! Earn miles!

2 **ANAカード決済で
10%OFF!**
10% off with ANA Card payment

3 **降機後2日間*1
お買い物が可能**
Shop up to 2 days*1 after disembarking

機内でのアクセス方法

How to access ANA STORE@SKY on board your flight

使い方は簡単。ANA機内専用Wi-Fiへアクセスし、専用サイトを開くとお買い物を楽しめます。

事前にANAアプリのダウンロードがおすすめです*2。Recommend downloading the official ANA mobile app before boarding*2.

機内Wi-Fiに
アクセスする
ために...1 飛行機
「機内モード」
をON
ON2 Wi-Fi
「Wi-Fi」
をON
ON3 ANA-WiFi-Service
ワイヤレスネットワークSSID
「ANA-WiFi-Service」を選択

4 「WiFi 国内」をタップ

Tap on "WiFi DOM"



5 接続ボタンをタップ

Tap on the Connect button

6 Wi-Fi ポータルサイト
「ANA STORE@SKY」をタップ

Tap on ANA STORE@SKY on the Wi-Fi portal site



※ 機材によりポータル画面のデザインが異なります。

ブラウザから
ご利用の場合

Accessing from a browser

「Wi-Fi (無線LAN)」をオンにし、ワイヤレスネットワークSSID「ANA-WiFi-Service」を選択し、接続。
ブラウザを開くと自動的にANA Wi-Fi Serviceポータルサイトが表示されます。

Turn on your Wi-Fi (wireless LAN) and select the wireless network (SSID) "ANA-WiFi-Service" to connect. Open your browser and the ANA Wi-Fi Service portal site will open automatically.

※ 表示されない場合には、URL欄にwww.ana-inflight-wifi.comを入力するか、上記二次元コードを読み込み、アクセスしてください。左記URL、上記二次元コードは、機内Wi-Fiに接続した状態でないと当該ページへはアクセスできません。※ If the site does not open, enter www.ana-inflight-wifi.com in the URL field or scan the 2D code above to access the site. The webpage cannot be accessed from the left URL or the 2D code above unless your device is connected to in-flight Wi-Fi.

降機後2日間、地上でのお買い物を可能にするには...

To shop on land up to 2 days
after disembarking...

① サイトTOPページ上部にあるボタンから設定が必要です。

Requires setup by tapping on the upper button on the home page of the site.

2+
DAY

降機後のご利用設定はここから

最新情報は
こちら▶

*1 機内で設定を行った場合。降機2日後の23:59まで。*1 If you completed the setup in-flight, you can shop until 11:59 p.m. of the second day after disembarking.

*2 搭乗前にANAアプリをダウンロード済みの場合、離陸の約5分後から着陸の約5分前までご利用いただけます。*2 The ANA app, if downloaded before boarding, can be used from about 5 minutes after takeoff until about 5 minutes before landing.

※ お届けは日本国内のみとさせていただきます。一部商品を除き別途送料がかかります。※ Delivery is only available within Japan. Some products have free delivery.

※ 機内であつながらなかった場合や、DHC8-Q400など一部の機内Wi-Fiインターネットサービスをご利用いただけない機材にご搭乗の場合は下記お客様サポートデスクまでお問い合わせください。お電話でのご注文は承っておりませんのでご了承ください。

※ 掲載商品の在庫数には限りがございますので、売り切れの際はご容赦ください。また、販売・お届け時期については記載のものから変更になる場合がございます。

※ 国際線機内販売とは商品ラインアップが異なります。

お問い合わせ先 (A-styleお客様サポートデスク) : ☎ 0120-257-150

受付時間: 月~金 9:00~18:00 土・日・祝・12/30~12/31 9:00~17:00 (年始1/1~1/3 休) ※ 左記営業時間は日本時間となります。

※ このサービスは無線LAN技術を使用しています。そのため公衆アクセスが可能な他の無線LANスポットの仕様と同様に、本サービスのアクセスには通信傍受や不正アクセスの可能性がります。本サービスの利用に際しては、お客様の責任において利用端末のファイアウォール、ウイルス対策ソフト等のセキュリティ対策を講じることを、強くお勧めします。

※ 画像はすべてイメージです。

→目次に戻る

今号の *Must Buy Items!*

バイヤーイチオシのANAオリジナルグッズ

詳細は
こちら! /



Audire

プロフェッショナルの毎日に、
凛とした軽やかさと美しさを。



ポケット付き

ANAオリジナル
ANA meets Audire
Shirring shirt dress
(Navy)

¥25,300 (税込)

FEILER

ハワイ気分たっぷりのHONUデザイン。
ハワイ旅行を楽しむリーベ&リリアが
楽しそう!



箱付き



ANAオリジナル
FEILER for ANA
HONU
ハンカチ2枚セット

¥5,500 (税込)



FRUIT OF THE LOOM.

好評の春夏セットアップが、
さらっと心地よいワッフル生地で登場。



畳める



FRUIT OF THE LOOM×Begin×ANA
ワッフル地 セットアップルームウェア
(エコバッグ付き)

¥7,980 (税込)



旅にも日常にも映える、
ANAとAquascutumのコラボ。



付属ポーチに
収納可能



キャリーオンベルト

ANAオリジナル
Aquascutum for ANA
クラブチェックレインパッカブル
ポストンバッグ

¥8,800 (税込)



ストラップで
留めずにそのまま
収納可能な
ワイド仕様

ANAオリジナル
Aquascutum for ANA
総柄プリント折り畳み傘(晴雨兼用)

¥8,800 (税込)

機内サービス／Inflight Service／WiFi

インターネット接続方法 How to connect to ANA WiFi



こちらの接続ガイドはパーソナルモニターでもご確認いただけます。
For more details, please check personal monitor.

<https://www.ana.co.jp/ja/jp/guide/inflight/service/international/wifi/>



インターネット接続における注意点 Notes



衛星通信の受信状態により、通信が途切れたり、一時的にご利用になれない場合があります。

The service may be unstable or subject to disconnection due to reception from satellite communication.



動画コンテンツの視聴、オンラインゲームなどのご利用においては、お客様が想定する通信状況を実現できない場合があります。

The communication environment may be different from what is expected when streaming video content, playing online games, etc.



ロシア・ウクライナ情勢の影響により、ヨーロッパ便においては、北極上空の衛星の接続範囲外を通過するため、一時的にご利用いただけない場合があります。

Due to the current situation in Russia and Ukraine, service may be temporarily disconnected on flights to Europe when passing over the Arctic airspace.

機内サービス / Inflight Service / WiFi

インターネット接続方法 How to connect to ANA WiFi



オーディオ番組はワイヤレス
エンターテインメントでお楽しみください。
You can enjoy audio programs
with In-flight Wi-Fi Entertainment.

https://www.ana.co.jp/ja/jp/guide/
flight_service_info/dom-service/y/wifi/



エンターテインメントガイド
Entertainment Guide

ANA STORE @SKY

お食事 (プレミアムクラス)
Dining (PremiumClass)

お飲み物 (普通席)
Drink (EconomyClass)

前方スクリーン番組 3ch 音声は3チャンネルでお楽しみください。

Please select channel 4 for English when viewing programs. (Only available in Japanese on some aircraft.)

下記に掲載の番組は、座席に装備されたイヤホンジャック (1口タイプ) にイヤホンを差し込み、コントロールBOXでチャンネルを選択しお楽しみいただけます。

奇数便 上映番組 Odd-numbered flights Screened program



Healing Japan 日本工場夜景

Healing Japan Night Views of Factories

闇に浮かび上がる工場群は金属の光沢が映え、近未来SFのように幻想的です。四日市、室蘭、北九州。人工の美に魅せられます。
Step into a world where factories emerge like futuristic dreams, their metallic glow casting an enchanting spell. From Yokkaichi to Muroran to Kitakyushu, immerse yourself in the mesmerizing allure of human-made beauty.

字幕

日本語、英語

SUBTITLES

Japanese, English

偶数便 上映番組 Even-numbered flights Screened program



Travel Salad

Travel Salad

今回の「ゲストの旅」は宮崎県。モデル、女優として活躍する元・乃木坂46の松村沙友理が縁結びや安産のご利益があると言われる青島神社をめぐり、翌日には完熟マンゴーの収穫体験、オリジナル焼酎作りなどを満喫します。

Sayuri Matsumura (ex-Nogizaka46 member) explores Miyazaki Prefecture, where she visits the sacred Aoshima Shrine, picks ripe mangoes, and tries local food experiences.

音声

日本語

AUDIO TRACKS

Japanese

字幕

英語

SUBTITLES

English

※番組は予告なく変更させていただく場合がございます。

※エンターテインメントプログラムは一部機材で放送がない場合がございます。 ※お客様ご自身のイヤホンをご利用いただけます。イヤホンをお持ちでない方は、客室乗務員にお申し付けください。

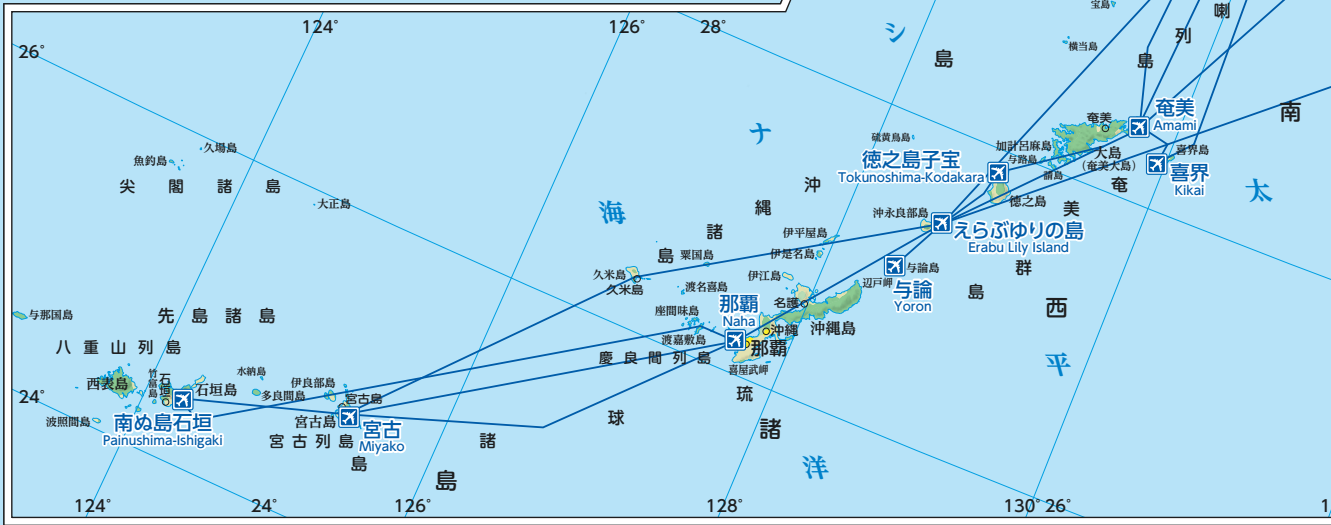
※一部機材では月初は前月の、月末は翌月のプログラムとなる場合がございます。 ※作品によっては、フライト時間内に視聴を終了できない可能性があります。あらかじめご了承ください。

ANA グループ国内線航路図

ANA GROUP DOMESTIC ROUTE MAP

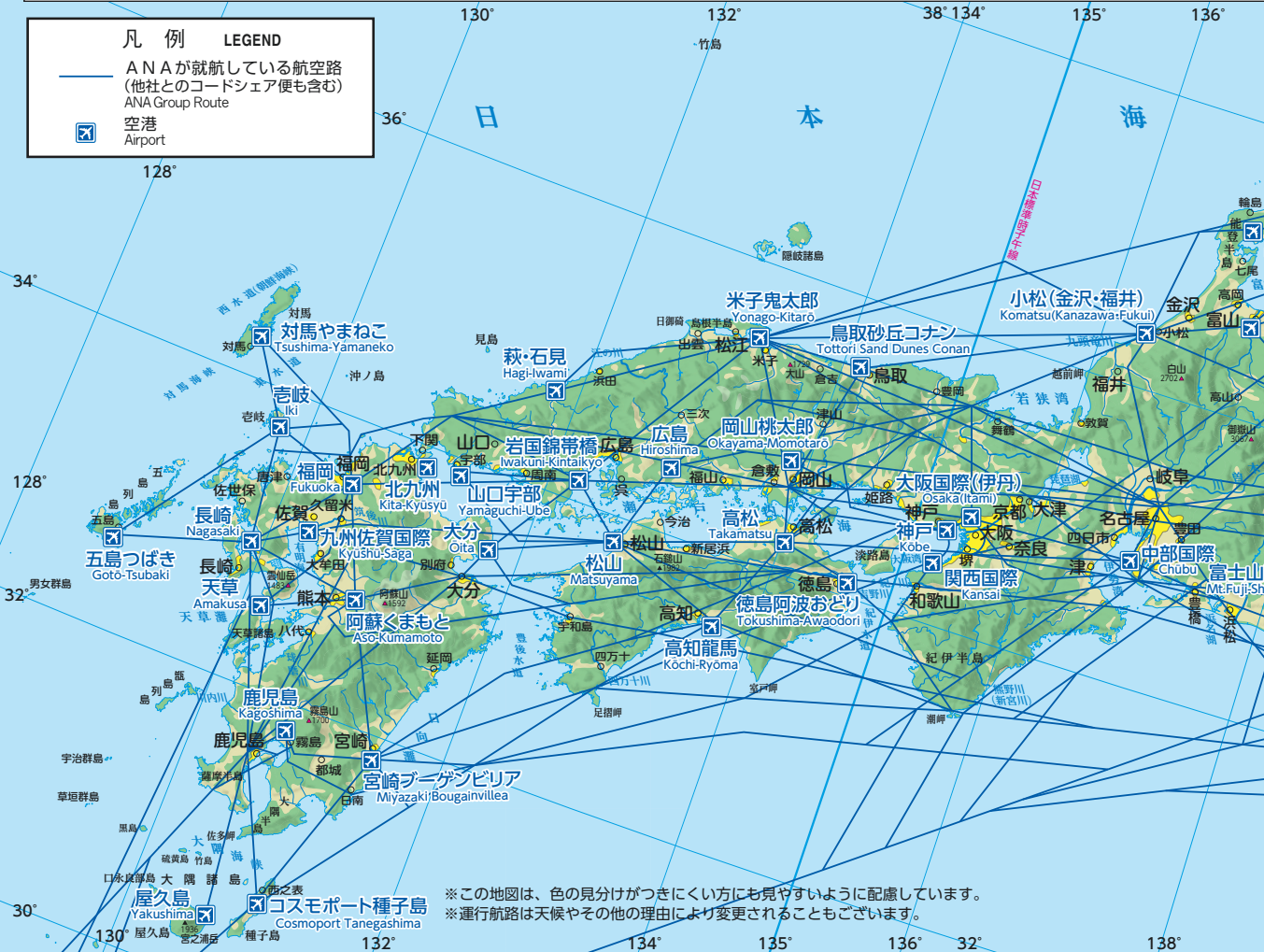


時刻表は ANA ウェブサイト
をご確認ください。



凡 例 LEGEND

- ANA が就航している航空路
(他社とのコードシェア便も含む)
ANA Group Route
- 空港
Airport



※この地図は、色の見分けがつきにくい方にも見やすいように配慮しています。
※運行航路は天候やその他の理由により変更されることもございます。



A N A グループ国際線航路図

ANA GROUP INTERNATIONAL ROUTE MAP



時刻表は ANA ウェブサイト
をご確認ください。



※ 運航経路・コードシェア便就航都市は、天候やその他の理由により変更されることもございます。
Flight routes and codeshare destinations are subject to change due to weather conditions or other reasons.
© 日本特殊地図編集所

2024.12

One of Buse's roles as a supervisor is to conduct briefings. "Before boarding, I share information about passengers requiring special attention with the cabin attendants. After departure, I review operations with the staff who handled check-in and managed the gates."

作为一名主管，她反复进行简报沟通。“在开始登机前，会与空乘人员（CA）共享需要特别关照的旅客信息。航班起飞后，还会与负责值机和登机口业务的工作人员一起进行工作复盘。”



出身于土耳其“对日本文化深受感动”

目前在法兰克福机场任职的Buse出身于土耳其。
“我出生在伊斯坦布尔。2015年，我一边在伊斯坦布尔的大学学习德语，一边开始在伊斯坦布尔机场的一家地勤公司做兼职。工作内容主要是值机业务。因为我非常喜欢这份工作，所以毕业之后也想继续从事这一行。”

Buse从一开始就展现出了这方面的才华与潜质。2017年，她从兼职转为全工作，并很快一路晋升至主管职位。

“在我开始全工作不久后，听说了‘全日空作为第一家开通伊斯坦布尔航线的日本航空公司’的消息。如果航线真的开通，而且我有可以从事的岗位的话，我想一定要去挑战。”

土耳其作为亲日国家而闻名。Buse表示自己从小“就对日本文化深受感动”。

“在土耳其，经常会有学校将日本作为题材。比如说‘这种情况下，如果是日本人一定会这样做’，以非常正面的形象来介绍。正因为这样的环境中长大，我一直对日本这个国家非常亲近。”

就这样到了2020年，Buse成功以社招的方式，加入了首家开通伊斯坦布尔航线的日本航空公司——全日空。

而在2022年，她被调任至现在的工作地点——法兰克福机场。

“从高中时期开始我就一直学习德语，所以对在德国生活和工作也很感兴趣。虽然当时疫情还没有结束，但公司在欧洲内部发布了内部招聘的通知。我就想趁这个机会去试试，于是提交了申请。”

加入日本企业才发现与其他航空公司的不同之处

原本就在航空业工作的Buse表示，刚转职进入全日空就深切感受到其中的“不同”。

“我深刻感受到，在对细微之处的‘察觉力’存在很大的不同。换作其他航空公司，大多是先观察乘客的反应，然后我们工作人员再采取对策、开始行动。但在全日空，是要提前进行预判的。需要事先思考乘客可能会有什么样的反应，并据此采取行动。虽然我也预料到日本企业可能会有这样的特点，但一开始还是惊讶于‘竟然能做到如此彻底’。”

目前担任主管的Buse，每天都在这座巨大的机场航站楼中奔波。她要负责迎接到达乘客、确认行李返还情况，一旦发生行李损坏等突发状况，也需要以主管身份当场作出判断和处理。当到达航班的工作告一段落后，紧接着又要投入到出发航班的应对中，为乘客办理值机、与CA进行简报沟通、在登机口送行，以及与负责机舱清洁和机上餐食配餐的当地合作公司进行各项确认工作。

当被问及在这样忙得不可开交的日常工作中最注重哪些方面时，Buse先表示“当然最重要的是确保航班的安全运行”，随后这样说道：“此外，我始终放在心上的一件事，就是笑容。我们地勤人员，是旅客在机场最先接触到的窗口，这第一印象非常重要。我相信笑容具有带来改变的力量。如果乘客面临困扰，我希望能用笑容陪伴在他们身边，哪怕只是绵薄之力，也要让他们能感到安心。”

珍视“笑容”，跨越艰难时刻

事实上，笑容发挥作用的例子有很多。

“有一天，一位澳大利亚女性一边哭一边来到值机柜台。她原本的

行程是从欧洲另一座城市，经由法兰克福前往东京，再转机去悉尼，但由于搭乘的其他航空公司航班延误，没能赶上飞往东京的航班。我非常担心，于是详细了解了她的情况。”

那时，Buse的脸上依然挂着一如既往温柔而温暖笑容。

“我一心只想尽量缓解她的不安。我觉得，只要我保持笑容，她就能明白不需要哭泣。渐渐地，她恢复了平静，并顺利改乘我们安排的其他航班继续旅程。后来，她还寄来了一封写满感谢话语的信。”

在法兰克福机场工作至今不过约4年，但她已经留下了一段连上司八内直博都感叹“那样的事或许只有她才能做到”的佳话。

那是在2023年春天。由于所使用的飞机出现故障，导致大量商务舱座位无法使用。当时，Buse本人这样回忆道：“必须在有限的时间里，请求14位商务舱旅客配合进行包含舱位变更的座位调整。之所以如此紧迫，是因为法兰克福机场对航班的起降时间有“宵禁”限制。一旦哪怕超出1分钟，这架载有约200名乘客的航班就会大幅延误，甚至被迫改到第二天起飞。我一边压抑着内心的焦虑，一边诚恳地与商务舱乘客逐一沟通，反复协商，最终在规定时间内成功让14位乘客全部同意了座位变更。直到现在，我仍然对当时向那些乘客提出这样勉强的请求感到抱歉。”

前文提到的八内接过话茬：“这段经历至今仍在公司内部被津津乐道。她是法兰克福机场所引以为傲的人才。”

这位备受瞩目的人才，终于在去年年底迎来了那场乘客服务技能大赛。作为一项全新推出的比赛，实操评审不再是以往的一对一接待，而是采用了同时被多名旅客围绕的情境设定。在这种充满压力的场面中，要求选手依然能够展现出精准而高水平的服务能力，而Buse则一如既往地以微笑从容应对对每一位乘客。

“因为在法兰克福经历过很多突发情况，所以这次我能够比较从容地应对。另外，这也是我一直以来的做法——在乘客开口之前就进行预判，提前采取行动。我想，这或许就是我夺冠的原因。”

入职后培养出的预判能力，以及她与生俱来的笑容在此也成为了她的力量。

在全日空国内外约8000名地勤人员中登上顶点的Buse最后被问及今后的目标时，再次露出笑容并这样回答道：“今后我也想不断提升自己的技能。在此基础上，如果可以的话，我希望有一天能在羽田机场或成田机场工作。”

在不久的将来，或许能在日本遇见这份笑容。



"I was really happy that winning the contest brought joy not only to my colleagues in Frankfurt but also to my former superiors in Istanbul."

“不光是法兰克福的同事们，连我在伊斯坦布尔时期的上司们也为我能获得冠军而感到开心，这让我非常高兴。”





"Many passengers come to Frankfurt Airport's ground staff for connecting flights. Responding to inquiries from those passengers at the gates is also an important part of our job."

"法兰克福是一个中转乘客非常多的机场。在登机口，应对中转乘客的咨询也是一项重要工作。"

counter in tears. She was supposed to travel from another European city to Tokyo via Frankfurt, before transferring to Sydney. However, her connecting flight with another airline was delayed, so she missed her flight to Tokyo. I was very concerned about her situation, so I first tried to listen to her attentively.

Buse still had a gentle, warm smile on her face.

Buse: I only wanted to ease her worries as much as I could, so I kept smiling, hoping that it would make her stop crying. She eventually calmed down and could continue her journey on another flight we arranged. I later received a thank-you letter.

Buse has only been working at Frankfurt Airport for four years but already has an anecdote that her superior, Naohiro Yauchi, later reflected on, saying, "I don't think anyone else but her could have done it."

In the spring of 2023, many business class seats couldn't be used on an aircraft due to a malfunction. Buse recounts the events.

Buse: I had to ask 14 business class passengers to change classes. This had to be done in a limited time frame, as Frankfurt Airport has specific hours for takeoff and landing. Exceeding that time by even a minute would mean delaying the flight for the 200 passengers and having to depart the next day. I tried not to panic and negotiated with each business class passenger. All 14 of them somehow ended up agreeing to change seats within the limited time frame. Even today, I feel sorry for having made such an unreasonable request to those passengers.

Naohiro: This story is still a topic of conversation among the staff. We at the Frankfurt Airport branch are proud to have such an outstanding member working with us.

The talented employee was finally rewarded at the customer service skill contest held at the end of last year. The revised contest introduced a new scenario. Originally a one-on-one situation, last year's practical exam involved a situation with multiple customers surrounding the



A New Ambitious Story

contestant at once. Buse handled the stressful scenario, where precision and exceptional skills were required, as she always does, with a smile on her face.

Buse: I've had to deal with many unexpected situations in Frankfurt, so I managed to stay rather calm. I also made sure to anticipate customers' reactions and take action before they even ask me anything, as I always do. That might be what made me win the Grand Prix.

What made her win was also her ability to anticipate situations, a skill she developed after joining the company, and her natural smile.

Buse has reached the top of ANA's approximately 8,000 domestic and international airport staff members. When asked about her goals for the future, she smiles once more before giving her answer.

Buse: I would like to keep honing my skills. I would also like to work at Haneda or Narita Airport if I have the opportunity.

In the near future, we might have the chance to see Buse's bright smile in Japan.



"大奖揭晓的那一刻，感觉就像获得了奥斯卡一样。"

身着全日空地勤制服的这位女士面带笑容回顾着荣耀时刻。

去年12月1日，在羽田机场附近的“Congres Square羽田”举行了全日空“第18届机场乘客服务技能大赛”的实操评审。来自国内外68个机场的选手参赛，从约8000名地勤人员中脱颖而出的12人进入决赛，其中包括日本国内机场的9人、海外机场的3人。

这项自2008年持续举办的传统赛事此次对评审标准进行了彻底调整。相比以往，更加重视“技能”“知识”和“思考能力”。此外，在线值机和自助行李托运等“自助服务”日益普及的背景下，第18届大赛的主题直指核心“我们为什么在这里——思考数字时代的服务”。在自动化不断深入的机场环境中，重新审视“人存在于此的意义”。

在这样焕然一新的比赛中，荣获最高荣誉大奖的，正是本文开头那段发言的主人——全日空德国分店法兰克福机场的Baykut Buse（以下简称“Buse”）。

本次《翼之流仪》的“舞台”在欧洲的一座大型枢纽机场。在这里，有一位全力以赴投身旅客服务、堪称新时代地勤人员“典范”的女性。她所讲述的，是如何以高水平的服务能力应对日益多样化的旅客需求。

“Winning the Grand Prix was like winning an Oscar for me.”

In her uniform, the ANA airport staff member looks back on that moment of glory with a smile.

On December 1, 2025, ANA's 18th Airport Customer Service Skill Contest, in which practical skills are demonstrated, was held at Congrès Square Haneda, near Haneda Airport. Sixty-eight airports from Japan and overseas participated in the contest. Among approximately 8,000 airport staff members, nine contestants from domestic airports and three from overseas airports were selected in the preliminary round.

The contest is a tradition that has continued since 2008. In the last edition, the judging criteria were completely revised, placing greater emphasis on skills, knowledge, and critical thinking. The theme for the 18th contest was “Why I am here ~Thinking of what we can do in the digital era~” to reflect the current era where self-service, such as online check-in and automatic baggage drop machines, is becoming more common. The theme was meant to reconsider the role of people in increasingly automated airports.

The winner of the prestigious Grand Prix in this revised contest was Baykut Buse, whose words begin this article. Buse currently works at ANA's Frankfurt Airport Office.

For this edition of Wings Style, we are in a major European hub airport. We discuss the customer service skills needed to meet the needs of diverse travelers with a staff member who has become a role model for the new generation of airport staff dedicated to passenger services.

Originally from Turkey, she was “deeply impressed by Japanese culture”

Buse was born in Turkey and now works at the Frankfurt Airport Office.

Buse: I was born in Istanbul. In 2015, while I was studying German at a university in my hometown, I started working part-time at an airport ground handling company at Istanbul Airport. I mainly handled tasks related to check-in. I enjoyed working there so much that I decided to continue even after graduating.

Buse showed glimpses of her talent for customer service immediately after she started working at the airport, which led her to become a full-time worker in 2017, quickly rising to a chief position.

Buse: I hadn't been working full-time for a long time when I heard that ANA would be the first Japanese airline to open a route to Istanbul. I wanted to try joining as soon as it was established, if there was a position available.

Turkey is known as a country that has forged a strong friendship with Japan. As a child, Buse says she was “deeply impressed by Japanese culture.”

Buse: We often learn about Japan at school in Turkey, and the country is always introduced in a very positive light. Our teachers would say things like, “In this situation, this is surely how Japan would react.” Growing up in that environment made me feel very close to Japan.

In 2020, Buse joined ANA, which launched its inaugural route to Istanbul, a first for a Japanese airline.

Then, in 2022, she was transferred to her current workplace at Frankfurt Airport.

Buse: Since I had been studying German since high school, I was interested in living and working in Germany. The COVID-19 pandemic was still at its peak, but I saw an internal job posting for a position in Europe. I decided to take this opportunity and applied.

How was a Japanese company different from other airlines?

When she first joined ANA, Buse mentions she really felt the differences with other companies, despite having worked in the aviation industry before.

Buse: The main difference was the awareness of the smallest details. At other airlines, we usually wait for the customer's reaction before taking the next step. However, at ANA, we are expected to anticipate the customer's reaction and act accordingly. I assumed that this would be the case, as it is a Japanese company, but I was still surprised when I realized how thorough everything was there.

Buse currently works as a supervisor and has to run around the large airport terminal every day to welcome arriving passengers and check returned baggage. When unexpected situations arise, such as damaged luggage, her role as a supervisor is to make the right decisions. After taking care of the arriving flights, she immediately moves to handle the departing flights, including passenger check-in, briefings with cabin attendants, seeing passengers off at the gate, and working with local partner companies responsible for cleaning and catering on the aircraft.

When asked about what she pays attention to in her extremely busy days, Buse says that ensuring safe operations is at the top of her list. She continues.

Buse: I also always try to smile. We, the airport staff, are the first people customers interact with when they come to the airport. This is why the first impression is very important. I believe that smiling has the power to make a difference. I want customers to feel reassured, even when facing difficulties, and support them with a smile.

Overcoming difficult situations with a smile

In many situations, smiling really made a difference.

Buse: One day, an Australian woman came to the check-in

“Smiling Has the Power to Make a Difference”

Frankfurt Airport’s ground staff member who reached the top among 8,000 contestants

Now that the digital era is increasingly reaching airports, where the check-in and baggage drop-off process has been greatly automated, some roles on the frontlines of travel can still only be fulfilled by humans. At ANA’s 18th Airport Customer Service Skill Contest held last December, Baykut Buse, who works at Frankfurt Airport in Germany, won among approximately 8,000 airport staff members from Japan and overseas. Using her smile and ability to anticipate customers’ reactions as her secret weapons, she represents a new generation of airport staff who know how to address the needs of diverse passengers. In this article, we introduce her approach.

“笑容具有带来改变的力量”

立于约8000人的顶点，
法兰克福机场地勤人员的真实一面

在机场数字化不断推进、值机和行李托运大多实现自动化的时代，旅途最前线依然存在着只有“人”才能胜任的角色。去年12月举行的全日空“第18届机场乘客服务技能大赛”中，在来自国内外约8000名地勤人员中脱颖而出的是任职于德国法兰克福机场的 Baykut Buse。她以微笑与前瞻性的判断力为武器，面对多样化的旅客需求，展现出新时代地勤人员的风采。本文将介绍她的工作之道。





1



2

统风格的舟盛一端上桌，气氛便立刻热烈起来。邻桌似乎是从外地来出差的上班族，上去攀谈一番，才得知对方是因为满意至极，已连续两天光顾。看来只要来过一次，便很难不成为他们家的忠实粉丝。

最后一站，是若不去恐怕会后悔的“五味之市”。在备前市日生町被养殖一年的“日生牡蛎”在此直销。因是产地直售，价格实惠且极为新鲜。对面还有可工具齐全的BBQ区域，可以直接把买到的牡蛎带过去炭烤。个中乐趣远超想象。虽也备有调味料，但仅凭海鲜自带的鲜香本味便已能令人心满意足。一吃起来，不知不觉间天色渐暗。不过西日本白昼较长，而冈山又素以晴天居多，要想在这里遇见“缠腿小妖”大概并不容易。不妨到冈山天气转阴的事后，再期待这番邂逅吧。



**GOOD DESIGN
AWARD 2025**

Walk with 47 Japanese folk monsters has won the 2025 Good Design Award!

《日本47妖怪散步》荣获
2025年度 GOOD DESIGN AWARD!



[1] The classic boat-shaped platter features a colorful assortment of fish, including salmon, tuna, mantis shrimp, and yellowtail. [2,3] The BBQ area across from Gomi Market, where up to five people can gather around a single table with a grill, creating a rare opportunity for lively conversation.

[1] 传统风格的舟盛汇集了三文鱼、金枪鱼、虾蛄、鲷鱼等多种鱼类，色彩缤纷，华丽非常。[2,3] 在“五味之市”对面的BBQ区域，一张桌子最多可供5人围炉而坐，气氛自然比平日更加热烈，谈笑也随之高涨。



3

After having lunch in an elegant garden, get your gloves and tongs ready to enjoy a BBQ

The Gangukan (Japanese Folk Toy Museum) was built in a renovated storehouse near the Kurashiki River, visited by many tourists for the river boat tours. While the waterway is short, the tours are a great opportunity to understand the town's origins and history in greater depth. Cherry blossom season is said to be the best time to visit, but winter also has its own charm.

Another spot to stop by in Kurashiki is Takenoya Bettei, a Japanese restaurant housed in a 150-year-old renovated folk house, where you can enjoy the Garden Afternoon Tea. The varied dishes feature many local ingredients and are rich in flavor. The creative and lively presentation was delightful and reflected Kurashiki's history as a town that flourished through trade with various regions.

On the way back to Okayama Airport, I stopped at Hamayu, a seafood restaurant known for its exceptionally fresh seafood, thanks to its fresh fish shop on the lower floor. When their classic boat-shaped platter was served, it instantly livened up

the atmosphere. The office workers at the next table, likely on a business trip from outside the prefecture, mentioned that they had liked the food so much that it had made them visit two days in a row. This restaurant is apparently the kind of place you will become addicted to once you've been there once.

I knew I would regret not ending my trip with a stop at Gomi Market, so I visited it last. There, one-year-old Hinase oysters, cultivated in Hinase, Bizen, are sold directly, meaning that they are very cheap and fresh. You will also find a BBQ area across the street, which you can use without bringing your own tools and equipment. I grilled the oysters I had bought, and it was a lot more fun than I had expected. Condiments were available, but the natural salty flavor of the oysters was more than enough. I devoured the seafood until the sky turned dark, but the days are typically long in Western Japan, and Okayama is particularly sunny, so catching the Sunekosuri does not seem very easy. I will look forward to my next visit to Okayama when the weather is cloudier.



As soon as the Garden Afternoon Tea is served at Takenoya Bettei, camera shutters can be heard from every table. Enjoy a satisfying lunch with creative seasonal mini cakes, fried dishes, and temari sushi.

当“武野屋别邸”的“庭园下午茶”摆上桌时，几乎每一桌都会响起此起彼伏的快门声。匠心独运的时令迷你蛋糕、酥香的炸物、精巧的手鞠寿司等，不仅赏心悦目，也是一顿让人大快朵颐的午餐。

优雅庭园午餐之后 戴上厚手套用铁夹来一场炭火烧烤

日本乡土玩具馆由一座建在热门观光项目“仓敷川舟游”河畔的仓库改建而成。水道虽短，但亲身体验一次舟行水上，便能理解这座城镇的掌故与历史，从而对仓敷产生更为深刻的认识。据说最佳的造访时节是樱花盛开的春天，不过冬季也自有冬季的独有风情。

而在仓敷，还有一家由拥有150年历史的古民家改造而成的和食餐厅“武野屋别邸”，在这里可以享受到“庭园下午茶”。料理多使用当地食材，品类丰富，滋味浓郁；摆盘自由奔放且绚丽，正如同昔日因商贸往来而繁盛的仓敷一般，令人心情雀跃。

在前往冈山机场的归途中，我造访了鱼料理店“hamayuu”。因楼下便是鲜鱼店，所以可以品尝到格外新鲜的海味。传

References: Kurashiki Animal Yokai Exhibition at the Museum of Natural History (Kurashiki Museum of Natural History)/Okayama Bunko 290: Okayama Yokai Encyclopedia - Yokai Edition by Hiroshi Kinoshita (Nihon Bunkyo Shuppan)/Okayama Bunko 323: The World of Naturalist Kiyooki Sato Appendix: Current Japanese Yokai Encyclopedia by Kiyooki Sato Materials Preservation Society (Nihon Bunkyo Shuppan)/Kunio Yanagita Collection - Standard Edition, Volume 4 by Kunio Yanagita (Chikumashobo)

参考资料：《仓敷动物妖怪展 at 自然史博物馆》（仓敷市立自然史博物馆）/《冈山文库 290 冈山妖怪事典——妖怪篇》木下浩（日本文教出版）/《冈山文库 323 博物学者佐藤清明的世界 附录〈现行全国妖怪事典〉》佐藤清明资料保存会（日本文教出版）/《定本 柳田国男集 第四卷》柳田国男（筑摩书房）



Do not go out on rainy nights,
or a yokai will cling to your legs
and rub against your shins

雨夜莫出门妖怪缠住腿
蹭蹭不放开



[1] The Kurashiki River Boat Tours offer a relaxing stroll along the water. Experience the Edo-period merchant town of Kurashiki firsthand. [2 to 4] The Gangan (Japanese Folk Toy Museum) features horses, this year's Chinese zodiac sign, and has an extensive collection that frequently changes. The renovated old folk house makes use of the high ceilings to create an exhibition space that includes spectacular collections of kites and masks.

[1] 可在水上悠然漫游的“仓敷川舟流”。可亲身体验江户时代商人街风貌的 [2-4] “日本乡土玩具馆”内展出有不少今年的生肖“马”的相关展品。馆藏丰富，展品不定期更换。由古民居改建而成的高耸展厅中，风筝与日式传统面具的收藏蔚为壮观。

去邂逅在人们世代祈愿中 存续的妖怪与乡土玩具

井原铁道井原站一带被认为是传说之地，而井原铁道则贯穿冈山东西，是备受人们所喜爱的地方铁路。据说在连小巷灯火都昏暗不明的古老年代，此妖怪曾在这里出没。无论哪本文献，都只记述称其“像狗一样”，并没有明确描绘出它的具体模样。然而在雨夜，尤其在人们匆忙赶路时，它便会突然现身，缠住人的双腿，并在小腿上磨蹭，由此而得名。这一传说一直流传到明治中期，而那正好是街道开始普遍安装电灯的时期。也许随着光明降临，妖怪也逐渐失去了登场的机会。笔者这次将它塑造成比较像猫咪，且看上去敏捷灵动的样子。听说正因为有这妖怪，许多人在雨夜都会减少外出。说来也是，风雨交加之夜，本就不该贸然出门。

妖怪其实是映照人心的一面镜子，也承担着把道德观念与警示传递给后世的职责。冈山县内，我无论如何都想造访的，是位于井原站与冈山站正中间的仓敷的日本乡土玩具馆。这座博物馆创立于1967年，收藏有从江户时代到昭和时期、日本各地形形色色的乡土玩具，综述约有一万件。其中也包含许多虚构的生物与妖怪，极具观赏价值。这些作品凝聚着制作者的愿望与信念，某种意义上可说是一种“护身符”，因此每一件都令人爱不释手。我是追逐妖怪的人，也是以双手塑形的人，于我而言，这里无疑是不可错过的。

Places to walk among Japanese spirits

Gangan (Japanese Folk Toy Museum):

1-4-16 Chuo, Kurashiki, Okayama Prefecture TEL: 086-422-8058 <https://gangan.shopinfo.jp/>

Kurashiki River Boat Tours: 1-4-8 Chuo, Kurashiki, Okayama Prefecture TEL: 086-422-0542

<https://kankou-kurashiki.jp/special/kawafune/>

Takenoya Bettei: 3-18-18 Achi, Kurashiki, Okayama Prefecture TEL: 086-422-5335

<https://bettei.takenoyakurashiki.com/> @takenoyakurashiki

Hamayu: 16-20 Kuwada, Kita Ward, Okayama, Okayama Prefecture TEL: 086-232-5115

Gomi Market: 801-8 Hinase, Hinase, Bizen, Okayama Prefecture TEL: 0869-72-3655 <https://www.hinase.net/gominoiti/>

妖怪散步景点

【日本乡土玩具馆】冈山县仓敷市中央 1-4-16 ☎086-422-8058 <https://gangan.shopinfo.jp/>

【仓敷川舟流】冈山县仓敷市中央 1-4-8 ☎086-422-0542 <https://kankou-kurashiki.jp/special/kawafune/>

【武野屋别邸】冈山县仓敷市阿知 3-18-18 ☎086-422-5335 <https://bettei.takenoyakurashiki.com/> @takenoyakurashiki

【hamayu】冈山县冈山市北区桑田町 16-20 ☎086-232-5115

【五味之市】冈山县备前市日生町日生 801-8 ☎0869-72-3655 <https://www.hinase.net/gominoiti/>

Exploring 47 Japanese Folk Monsters

日本47妖怪散步

Interviewer/writer/clay artist: Yuka Morii

Photographs by Hidetoshi Hara

Editing by Sakurako Nakano

采访、撰稿、美工 森井由佳

摄影 原秀俊

编辑 中野樱子



Sunekosuri

Okayama Prefecture

This *yokai* resembles a dog and appears on rainy nights, rubbing its body between the legs of the people walking by. It only makes it difficult for them to walk but does not otherwise cause any harm. However, due to its eerie appearance, many avoid going out late at night when it rains.

Safe Journey

缠腿小妖 冈山县

外形似犬，会在雨夜现身，贴着行人的腿在其双腿之间穿行。虽不作恶，只是妨碍通行，但因为令人毛骨悚然，所以每到雨夜深更时分，许多人会因此减少外出。

一路平安



Out of thousands of folk monsters from legends, one was chosen for each prefecture and created using sculptor Yuka Morii's unique interpretation. You're sure to encounter delicious food and beautiful sights if you travel with the folk monster! Welcome to the Flying Parade of One Hundred Demons!

相传日本全国各地共有数千只妖怪，从各都道府县分别选出一只妖怪，经过独到的诠释制作成实物。欢迎您接受妖怪的邀请，踏上飞天百鬼夜行之旅。



Searching for yokai and traditional folk toys that live on by fulfilling people's wishes

The area around Ibara Station on the Ibara Line, a beloved local line running east to west through Okayama, is considered the place where this yokai originates. It is said to have appeared long ago, when lights on the roads were scarce. No document provides a clear description of the yokai, other than his "dog-like" appearance. It is called Sunekosuri (meaning "to rub against shins") because it comes out on rainy nights, especially when people are in a hurry, clinging to their legs and rubbing against their shins. It was passed down until the mid-Meiji period, when streetlights became more and more common, likely making its story slowly fade away. The Sunekosuri I sculpted is closer to a cat to show its agility. This yokai apparently made many people avoid going out on rainy nights, and I agree that it is best to stay inside on such nights.

Yokai serve as mirrors that reflect humanity and pass on morals and warnings to future generations. One place I absolutely wanted to visit in Okayama Prefecture was the Gangukan (Japanese Folk Toy Museum) in Kurashiki, located halfway between Ibara Station and Okayama Station. It opened in 1967 and houses about 10,000 folk toys from all over Japan, from the Edo period to the Showa era. You cannot miss the impressive collection, which includes many imaginary creatures and yokai. Each item is treasured as a kind of amulet, embodying its creator's wishes and beliefs. It was an important place for me to visit, as someone who pursues and sculpts yokai by hand.

Yuka Morii is a 3D sculptor and character designer. Her work includes illustration for the Pokémon Trading Card Game, designs for Koneko Cup and Nego, and directions for the clay play set Nen do! She has also published many books.

森井由佳：立体美工家 / 角色设计师。设计过宝可梦卡牌游戏的卡图、“Koneko Cup”和“Nego”，指导过粘土游戏套件“Nen Do!”的制作。出版过多本著作。

Amazing "Local Premium" finds by ANA employees!

员工的发现!各地精品推介

Overseas edition
海外篇

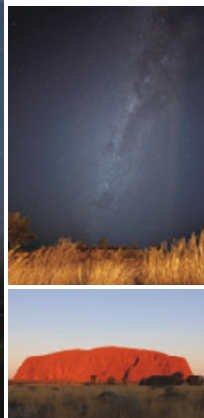
Enjoy the vast starry sky over a monolith

与巨岩相伴,感受令人惊叹的满天星空。

Northern Territory, Australia
澳大利亚北领地

Australia is home to one of the world's largest monoliths, known as Ayers Rock. The rock itself is overwhelmingly beautiful, but the night sky full of stars I witnessed when I went there made the view even more unforgettable. I was moved beyond words when I stood in the desolate desert under the immense starry sky, where the Milky Way was clearly visible to the naked eye. I also had conversations with fellow travelers from overseas while gazing at the night sky, which was another unforgettable memory. The winter there is very comfortable, and the sky is crystal clear. When it is summer in Japan is the perfect chance to witness this breathtaking view.

名为“艾尔斯岩”的世界最大规模巨岩。它那震撼人心的壮丽之美不必说,但让我至今难忘的,是在那里看到的夜空中铺满的无数繁星。站在荒凉的沙漠之中,抬头望去,肉眼便能清晰看到银河。当那片压倒性的星空映入眼帘时,内心的震撼几乎难以用言语形容。在星空下与来自世界各地的旅行者一边仰望夜空一边交谈的时光,也成为我难以忘怀的回忆。当地的冬季气候十分舒适,天空也格外澄澈。正值日本夏季的那段时间,其实正是邂逅这一绝景的最佳时机。



Ibuki Enomoto / Ibuki works in a department that develops and operates ANA Mall and other systems. He traveled around the world and now continues to visit various countries on his days off.

横本伊吹 / 在负责ANA Mall等系统开发与运维的部门工作。自从体验过一次环游世界后,如今每逢休假仍会前往不同国家旅行。

Itinerary recommended by locals to enjoy both food and culture

当地人推荐的美食与文化深度体验路线

Hsinchu, Taiwan
台湾新竹市

If you ever visit Hsinchu, you should stop by the restaurant Miao Kou Ya Xiang Fan in the city center. Their specialty is fragrant duck rice. The rich smoked duck is topped with a secret sauce and black pepper, creating a perfect balance of flavors that go well with rice. I also recommend adding a fried egg to enjoy as a topping. Mixing the runny yolk into the rice elevates the flavor even more. After enjoying a filling meal, it's time to enjoy the city like a local. Go explore the City God Temple nearby to experience Taiwanese culture and art before savoring a Taiwanese-style baby castella cake with a light, fluffy texture.

如果来到新竹,不妨去市中心的餐厅《庙口鸭香饭》试一试。这里的招牌是香气四溢的鸭肉饭。烟熏鸭肉散发着醇厚香味,再配上秘制酱汁和胡椒,十分下饭。也很推荐另外加一份煎蛋作为配菜,把流心蛋黄拌进饭里一起吃,浓郁的美味会在口中慢慢扩散。吃饱之后,可以到旁边的城隍庙逛逛,感受台湾的文化与艺术氛围。最后再来一份外酥内软、口感松软的台湾迷你鸡蛋糕,这就是当地人推荐的美食文化路线。



Liu Yun Chien / Liu Yun Chien is a ground staff member originally from Hsinchu, Taiwan. She works in passenger services at Taipei Songshan Airport. Her hobbies include traveling and going to cafés. She also loves Japan and wishes to visit all 47 prefectures.

LIU YUN CHIEN / 在台北松山机场从事旅客服务工作的地勤人员,来自新竹。爱好是旅行和探访咖啡馆。非常喜欢日本,目标是走遍日本47个都道府县。



Cusco, Peru
秘鲁库斯科

Alpaca served with quinoa sauce

搭配藜麦酱享用特色美食 羊驼料理

You cannot go to Peru without visiting Machu Picchu, the Inca Empire ruins in the Andes Mountains, dating back to the 15th century. What I recommend doing before or after your trip to Machu Picchu is trying alpaca cuisine. Peruvians have long consumed alpaca meat. The animal may have a fluffy appearance, but its meat has a firm texture similar to chicken breast. You can try it grilled and drizzled with quinoa sauce, Peru's specialty. This delicious dish will be exactly what your exhausted body needs after exploring the ruins. The traditional culture and unexpected culinary experience will surely become wonderful memories of your trip.

说到秘鲁,人们通常会想到位于安第斯山脉的15世纪印加帝国遗迹“马丘比丘”。不过,在游览马丘比丘前后,我想推荐一下当地的羊驼料理。在秘鲁,羊驼自古以来不仅用于毛纺,也被作为食材利用。虽然外表毛茸茸、十分可爱,但其肉质却与鸡胸肉相似,口感紧实而富有嚼劲。将烤制的羊驼肉搭配秘鲁特色的藜麦酱一起享用,浓郁的风味会让人在遗迹观光后的疲惫中重新恢复活力。传统文化与意想不到的美食体验交织在一起,一定会成为旅途中难忘的美好回忆。



Shoko Mizuta / Shoko is a ground staff member in charge of passenger services at Fukuoka Airport. She loves traveling and watching travel-related videos.

水田望子 / 在福岡机场从事旅客服务工作的地勤人员。除了喜欢外出旅行,也非常喜欢看旅行类的视频。

Amazing “Local Premium” finds by ANA employees! vol.43 员工的发现!各地精品推介

Everything from exquisite food to outstanding restaurants, secret scenic views and traditional delicacies – ANA Group employees from within Japan and around the world share their special local reviews.

从佳看到顶级餐厅，从秘境到传统美食。
来自全球的全日空航空公司集团员工，带来最真实的各地精品推介。



● Nikko, Tochigi
栃木县日光市

A beautiful vermilion-lacquered bridge in a mysterious spiritual place 朱红色的美丽桥梁是 神秘的能量景点

Nikko City boasts a UNESCO World Heritage site, the Shrines and Temples of Nikko. I especially love Shinkyo Bridge, a mysterious spiritual spot said to be the gateway to this area. Walking across this beautiful wooden, vermilion-lacquered bridge, which belongs to Nikko Futarasan-jinja Shrine, makes me feel completely refreshed. It's a sacred place where you can soak in the mysterious atmosphere while being surrounded by the gently flowing river and lush greenery. No matter which season you visit the Shinkyo Bridge, it will blend perfectly into the scenery, allowing you to experience a typical Japanese ambience.

位于日光市、由被列为世界遗产的寺院与神社群组成的“日光的社寺”。其中我最喜欢的是被称为入口的神秘能量景点“神桥”。神桥是日光二荒山神社的建筑之一，是一座朱红色的木造桥梁，外观优美。走在桥上时，会产生仿佛身心被净化般的感觉。这里被宁静流淌的河水与郁郁葱葱的绿色环绕，是一处能够感受到神秘氛围的能量景点。同时，神桥与四季不同的自然景色相互映衬，也让人能够深切体会到充满日本风情的独特魅力。



Risa Kitajima / Risa is a cabin attendant working on both domestic and international routes. Her hobbies include going to the theater and visiting shrines.

北岛利纱 / 兼任日本国内线与国际线的客舱乘务员。爱好看舞台演出与巡访各地神社。



Domestic edition
国内篇

● Kochi, Kochi
高知县高知市

Have a taste of Kochi in homemade dishes, featuring local ingredients and sake

活用当地食材的家常菜搭配当地清酒 品味高知的风味

Nagi is an izakaya pub in Kochi City serving local sake and homemade dishes. I highly recommend this place to those wishing to savor Kochi's rich seasonal ingredients and sake. The menu includes aromatic seared bonito with salt, fatty yellowtail sashimi, and many other delicious dishes, each fresher than the last. The first time I tried their cuisine, I couldn't believe how delicious it was. I especially recommend the sweet and sour pork made with Shimanto pork, a local specialty. With its tender, juicy meat and sweet and tangy sauce, this is a dish you definitely need to try. It is a good idea to make a reservation before visiting, as there are only counter seats and two tables available.

推荐高知市的一家居酒屋《地酒&手料理 凪》。在此可尽情品味高知时令食材与当地清酒的餐馆。这里的料理充分发挥当季食材的魅力，例如香气四溢的盐烤鲭鱼、脂香浓郁的鲷鱼刺身等，每一道都新鲜十足。第一次到访时，我就被这里的美味所震撼。另外也非常推荐当地名产“四万十糖醋猪肉”。肉质柔软多汁，搭配温和清爽的酸味调味，风味恰到好处，是不容错过尝的一道菜。店内只有吧台和两张餐桌，座位不多，建议提前预约后再前往。



Ririka Fujita / Ririka is a cabin attendant. Her hobbies include going to the gym, and she enjoys collecting different mugs from local Starbucks Coffee shops on her layovers.

藤田梨里花 / 客舱乘务员。爱好在健身房锻炼身体。也喜欢在航班停留期间去当地的星巴克收集限定的马克杯。

A lone mangrove in the sunset and rich pineapple juice

一株红树林的夕阳美景 与浓郁的菠萝果汁相伴

The lone mangrove in Nagura Bay against the sunset is a breathtaking view. This scenic spot is a unique natural landscape that shows different sides with the ebb and flow of the tide, depending on the time of day. When I visited, I had the chance to witness a magical sunset view. I also recommend visiting the Nobare Misaki Kanko Noen café, located about a 30-minute drive from Ishigaki Airport, and trying their rich pineapple juice while admiring the stunning ocean view.

位于名藏湾的“一株红树林”的夕景非常壮观。所谓“一株红树林”，是一种独特的自然景观——只有一棵红树植物独自生长在那里，因此成为一处绝美的观景地点。随着潮汐变化和时间不同，景色也会呈现出不同的样貌。我到访时，正好看到了梦幻般的夕阳景色。此外，从石垣机场开车约30分钟即可到达的观景咖啡店“NOBARE岬观光农园”的菠萝汁也非常推荐。请一定要试试一边眺望辽阔的大海，一边品尝浓郁香甜的果汁。



Kenji Aoyanagi / Kenji is an office staff member who supports mechanics working in the Haneda Airport hangars. His hobbies include traveling and surfing.

青柳健二 / 在办公室从事支援工作，为在羽田机场机库工作的维修技师提供后方支持。爱好是旅行和冲浪。



我找到一种不得了的温泉。带着仿佛油一般的醇厚香气，泉水浓稠顺滑，轻柔地贴附在肌肤上——这种泉质被称为“油汤”。走遍各地名汤的我，也第一次体验到这样的感觉。

眼前是日本海，而在更远处，则是此刻仿佛属于自己的“立山连峰”。在这里分享的幸福，并不仅仅是绝景与温泉。

“民宿Aomasa”曾在新冠疫情期间一度面临停业的危机，但第三代经营者青木荣美子接手了这家旅馆。继承家业从来不是一件容易的事。原本作为播音员活跃的她通过社交媒体宣传、改进餐食与温浴设施，把自己“现在能做到的一切”都付诸行动。再加上丈夫辻井隆雄凭借热情与品味新建的桑拿，也为旅馆吸引了新的客人。然而就在这过程中，2024年元旦的能登半岛地震又雪上加霜。她第一时间奔走筹备赈灾炊事，为灾区复兴尽力。这份专注而真挚的爱与行动，温暖了这家旅馆、这座城镇，也温暖了每一位到访者的心。旅行的记忆，始终寄宿在人与人的相遇之中。

Aomasa

3203-1 Kubo, Himi, Toyama

Tel: 0766-91-5157

<https://aomasa.jp/>

Instagram: @aomasa.himi

Abura-yu (indoor)/Sauna (self-service löyly)
Cold baths (Groundwater)/Warm abura-yu/
Accommodation/Meals

民宿 Aomasa

富山县冰见市窪 3203-1 TEL:0766-91-5157

<https://aomasa.jp/>

Instagram @aomasa.himi

油汤（室内浴池）/ 桑拿（自助式）/
冷水浴（地下水）/ 油汤微温温泉 / 住宿 / 餐饮



Himi, the perfect spot overlooking the Sea of Japan
and the Tateyama Mountain Range.
Relish fresh seafood at an inn
with the finest “*abura-yu*” baths and sauna.



眺望日本海与立山连峰
位于冰见的特等席
极品“油汤”温泉与桑拿
沉浸于海之珍味的旅馆

TOYAMA

Mikie Sasano Sauna Shikiji, known as the “Holy Land of Saunas” in Shizuoka, is Mikie’s family home. In addition to producing hot bath facilities for hotels, she is working with medical institutions to codevelop original herbal bath salts and utilize saunas for illness prevention.

笹野美纪惠 其老家静岡的“桑拿 Shikiji”作为“桑拿圣地”广为人知。除了酒店的温浴设施的策划外，还与医疗机构合作共同开发原创药草沐浴露，将桑拿用于预防疾病的相关项目。

AOMASA

YUGE MAP 湯気 地図

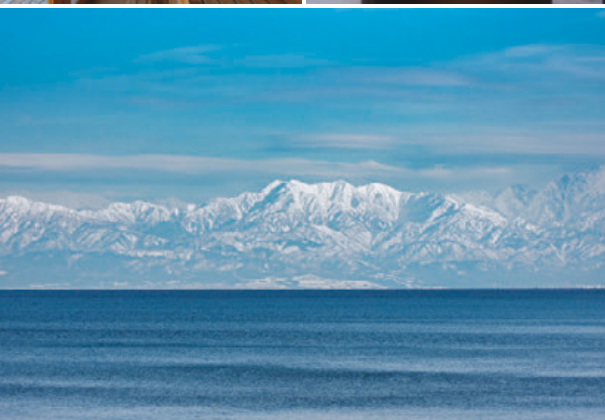
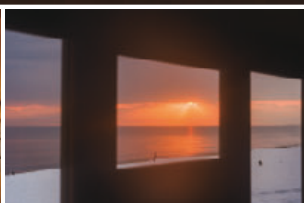
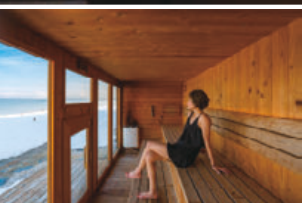
vol.4 Toyama 富山

Author: Mikie Sasano
Photographer: Tom Kaneko
Editor/Interviewer: Sakurako Nakano

向导: 笹野美纪惠
摄影: 金子斗梦
编辑、采访: 中野樱子

I've stumbled upon an incredible hot spring called "abura-yu" (oil spring). Its name comes from its aroma reminiscent of oil and its rich texture that clings to the skin. I have visited many famous hot springs before, but this was definitely a new experience. Facing the Sea of Japan, it feels like having my own private Tateyama Mountain Range.

This happiness I'm sharing with you isn't only about the breathtaking views and hot springs. Let me introduce Aomasa, a guest house that nearly closed due to the COVID-19 pandemic but was taken over by third-generation owner Emiko Aoki. Inheriting the family business was not easy. Emiko, who used to work as a TV presenter, immediately decided to handle everything that could be done right away. She shared information on social media and improved the meals and hot baths. What attracted new guests was the sauna built by her husband, Takao Tsujii, reflecting his passion and good taste. Then, the 2024 Noto Peninsula Earthquake hit on New Year's Day. Emiko rushed to provide hot meals to the victims and committed herself to disaster recovery. Her devotion and actions warm the guest house, the town, and the hearts of visitors. Travel memories are always filled with encounters with others.



After letting the indoor abura-yu warm me up from the core, I head out to the outdoor sauna. Outside are two cold baths filled with groundwater, as well as the abura-yu source. The warm water from the source is the perfect temperature to soak in after a cold bath. The meals provided at the guest house are like a treasure chest filled with the finest Himi delicacies. Takao, who wished to learn everything from scratch himself, reached out to the local community to learn about how to stock up on ingredients and properly use a knife. The guest house was founded in 1972 and flourished again from 2023 through the joint efforts of owner and former TV presenter Emiko and former police officer Takao. The day I visited the guest house, I was very lucky to witness the radiant sunrise. The unique location of the sauna offers a wonderful scenery overlooking the mountain range and the sea, visible through the glass walls. The balance between the humidity and temperature inside the sauna is also just right.

在室内浴池的“油汤”里让身体彻底暖和起来之后，便走向户外的桑拿。外面并排着两个浴池，一个是采用地下水的冷水浴，另一个则是作为油汤源泉的微温温泉。在冷水浴之后再泡微温温泉，感觉更是绝妙。提供的餐食则仿佛是冰见海味的宝盒。凭着隆雄的人脉，从当地人那里一点一滴地习得食材采购和刀工料理的知识。这家创立于1972年的旅馆，在2023年由原播音员的女老板美子与曾任警察的隆雄二人携手重新振兴。那天我也十分幸运，正好看到了清晨耀眼的日出。这里的桑拿拥有独一无二的位置。透过玻璃墙，可以一览连绵山脉与大海的景色。湿度与温度的平衡也恰到好处。

ANA's Wildlife Promise



Did you know ANA is serious about protecting wildlife? Back in March 2018, we were the first Japanese airline to sign the Buckingham Palace Declaration to help put an end to illegal wildlife trading. To help everyone in the travel industry understand this better and fight it together, we hold a special seminar about the illegal wildlife trade every year. This March marks our eighth seminar, and it was great to see so many Japanese and international airport staff and airline professionals in attendance!



Scan the code to the right to learn more online.

Biodiversity conservation with the ANA Group



ANA Traveler's: Communication with customers after booking overseas guided tours

Customer feedback

I think that maintaining communication with ANA after booking would make preparing for the trip even more exciting.

Until now, communication after booking an ANA Traveler's overseas guided tour* has been limited to automatic emails. Moving forward, we will send customers thank-you messages within one week of booking. For those whose schedule has not yet been confirmed, we will share the latest tour information based on their requirements. Additionally, we will

conduct surveys before departure to understand each customer's preferences, ensuring we stay even closer to their individual travel expectations. ANA Traveler's will continue to value feedback and strive to offer products and services that meet passengers' satisfaction.

*This tour is only available for residents of Japan.

Feedback and suggestions

☎ 0120-029-787
(toll-free in Japan)

From a mobile phone

☎ 0570-029-787
(same rate nationwide)

For international calls

☎ 03-6735-7922
(relevant charges apply)

Operation hours
9:00-17:00 (year round)

Please send us your comments and suggestions regarding ANA's services.

*Customer feedback forms are also available onboard our flights. Please inquire with one of our flight attendants.

Scan the code to the right to learn more online.

Feedback and suggestions



Life is full of challenges.
What matters is how you respond to them,
and what step you will take next.

人生总会伴随着考验
重要的是“Response (回应)”，
踏出怎样的下一步

就像是进入一个全新环境时，重要的是要把准备工作做到万全。即使做到这样的前提，面对高墙时，人们也依旧会产生不安、不满、疑问等情绪。但比起用消极思维去思考“问题点”，我更倾向于用积极的方式，把注意力放在“答案”上。正因为遇到了阻碍，我才会去思考真正的答案、也就是Solution (对策) 究竟是什么，并专注于寻找它。寻找答案的过程并不一定是愉快的，有时甚至会很痛苦，但我会内在给自己设定一种心态——告诉自己“这是在朝着积极的方向前进”。这就是我把挑战转化为期待与雀跃的方式。

——也有人因为害怕失败，而无法鼓起勇气去面对眼前的高墙。对于这样的人，主教练会对他们说些什么呢？

我自己其实不太喜欢去思考“失败”这件事，也会刻意提醒自己不要把焦点放在那里。不过现实是，失败本来就是不可避免的。……也就是说，失败是每个人都会经历、再正常不过的事情。与其执着于失败、为此苦恼，更重要的是之后该怎么做。我认为，一个人的人格正是在这个时候体现出来的。当陷入艰难处境时，如何应对、如何迈出下一步、会做出怎样的Response (回应)，这些才是关键。而且，我想对大家说的是：“也要学会习惯碰壁的感受。”这种情况其实会发生很多次，习惯了就好，没有必要把它看得特别严重。而且，如果一切事情都完全按自己的想法顺利进行，人也就不会成长，也很难意识到自己的潜力。所以，比起把它当作失败，更应该把它看作是一种考验，然后继续向前迈进。

——我认为，作为全美最炙手可热的队伍的主教练，是一份压力很大的工作。请问你有没有为了调节身心状态，刻意在做的一些事情呢？

我自己会在顾及球队成员、球迷以及媒体等周围人感受的同时，努力保持一颗平常心。在我看来，这才是理想中的领导者形象。为了保持平常心，我会刻意让自己回到初心，不断自问：“这支球队追求的目标是什么？”不管周围发生什么，这个目标始终不会改变。我要求自己始终牢牢锁定这一目标，并据此行动。不过……说实话，这并不是一件容易的事。正因为如此，我也一直在做各种尝试，去维持身心的平衡。比如，确保充足的睡眠时间；我也认为拥有信仰能让内心更加稳定。另外，对我来说，打高尔夫也是一种方式。而最重要的，是家人的存在。能和最爱的家人共度时光非常重要。作为一名主教练，如果不刻意控制，就会忍不住一直思考如何让球队变得更好。因此，有时候必须有意识地切断这种思考，把开关关掉，让自己重新调整状态，这也是非常重要的。

——在巡回广阔的北美进行棒球比赛的时候，应该会经常坐飞机。在机舱里的时间，对你来说也算是一种放松的时间吗？

说得没错。比如比赛在19点开始的那一天，我会在13点进入球场。而比赛结束、离开球场，大概已经是23点左右。也就是说，我有整整10个小时都在围绕棒球思考，不断和其他教练交换意见，也持续给球员们提出建议。因此，赛后的移动时间往往已经精疲力尽，在机舱里大多数时间都会用来睡觉。像这样强制让大脑停止思考也是很重要的。所以，正如你说，对我而言，乘坐飞机的移动时间是重要的放松时间。

——最后，请向日本的球迷们传达一段寄语。

日本的球迷们为我们这支球队带来了喜悦与激动。对此，不仅是我，包括所有球员在内，大家都怀着非常感激的心情。

最后，在2026年，本赛季我们也会取胜。也请日本的各位做好心理准备，等待胜利时刻的到来。

准备迎接下一个冠军赛季。





— I imagine being the manager of the most talked-about team in the US right now must be a very stressful job. Is there anything you do to stay healthy both physically and mentally?

Understanding what's around me is very important. The fans have an expectation, the media has an expectation, the players have an expectation. To understand their emotions that come with it is important. I feel that the best leaders have a consistent demeanor and mindset while constantly trying to achieve a goal. I must admit, though, this isn't easy. I've tried various things to maintain balance between my mental and physical health. Sleep is important because that's when the whole world is shut off. I have my faith, I play golf. And, I have my family. These things allow me to have some balance in my life. It can be hard when you're trying to lead an organization. There's always something on my mind that I feel I can help the organization with. Overall, I've learned to disconnect a little bit more than I did in the past, for my mental health and well-being.

— I'm sure your team spends a lot of time on airplanes to travel all over North America. Do you also use this time on the plane to reset?

Absolutely. For example, if a game starts at 7 p.m., I show up at the stadium at 1 p.m. After the game ends, I leave the stadium around 11 p.m. That means I've been thinking about baseball for ten hours straight while communicating with coaches and players. There are a lot of conversations that need to happen. So, when I'm on the plane after a game, I'm exhausted, I have to shut my mind off. I have to be able to recharge my battery so I can continue to do my job well.

— Finally, do you have a message for your Japanese fans?

I am grateful for Japanese fans supporting and bringing a lot of joy and excitement to our team. The players and I would like to express our gratitude. And, finally...Get ready for another championship season!

Get Ready for Another Championship Season.

——在日本，春天有很多人都会怀着期待与不安迈出新的开始。那么我想请问，作为主教练，你每年是以怎样的心情迎接新的开幕？又是以怎样的心态去面对全新赛季呢？

我是个乐观的人。所以，基本上我都会带着“这个赛季会发生什么？”的期待和兴奋心情来迎接新赛季。

迎接开幕首先要做的是设定目标。对我来说，2026年最大的目标当然是成为世界冠军。这是最重要的终极目标。在最开始确立这个目标之后，我会进一步去思考：“那么，为了实现这个目标，每一天应该如何度过？”就像把视角拉近一样去思考。配合着中长期目标，我会把焦点真正放在如何一天一天扎实地累积。

——在你的人生观和思维方式中，会感受到出身地冲绳及日本的影响吗？

每天（笑）。这是真的每天都会感受到。其中有三个关键词。一个是时刻警醒自己，并要求纪律“Discipline（自律）”；一个是认清自己的位置，不忘谦逊之心的“Humility（谦逊）”；还有一个，是对自己以外的人怀有敬意的“Respect（尊重）”。

这些理念，是我在小时候从冲绳出生长大的母亲那里学到的价值观。关于这种属于日本、也属于冲绳的价值观，我几乎每天都会思考，并努力在日常生活中去实践。

——你的球队里有很多超级明星。那么，把这么多明星选手凝聚成一支团队的秘诀是什么呢？

有两点。第一点，正如刚才也提到的，要先明确团队的目标。具体来说，今年的目标是赢得世界大赛，必须让所有人都清楚地认识到这一点。第二点，是在面对每一位球员时，要弄清楚他们应该以什么样的心态去面对，以及他们需要做些什么，并把这些清晰地传达给他们。在这个过程中，我也会和包括教练在内的许多工作人员一起，扪心自问三个问题——“每一位球员是否信任我们？”“我们是否在关心球员？”以及“怎样才能变得更好？”即便已经是优秀的球员，每个人仍然在思考自己的成长，“想变得更强”，“想打出更好的表现”。而帮助他们做到这一点，就是我的工作。

——在球队内部建立信任关系，有什么诀窍吗？

如今，不只是棒球领域，在各种场合下，与过去相比，似乎都变成了一个更难建立信任关系的时代。在这样的环境中，我认为最重要的是，把自己想传达的信息表达得足够清晰，并且要用实际行动去证明这一点。无论是工作人员、球员，还是领导者，不管处在什么立场，都必须成为值得依靠的人，保持一致性。最后一点，就是要保持诚实。无论对方来说是好消息，还是坏消息，如果不能在任何时候都坦诚相告，就无法建立真正意义上的信任关系。

——日本文化有为球队带来积极的影响吗？

当然有。曾经获得过MVP的主力球员这样说过：“如果没Discipline（自律）并Attention to Detail（关注细节），我们就无法夺冠。”也就是说，日本的价值观为选手们带来了成长。如果没有这种文化，上赛季我们就无法夺冠。那位球员是这么说的，而我也完全认同。而且，这也与我内心深处从出身于冲绳的母亲那里学到的教导完全一致。这种理念和文化已经作为球队内部的“共同语言”扎根下来，这也是我们强大的秘密之一。

——接下来想稍微谈一下全日空的话题。全日空今年迎来了国际航线开通40周年，请问罗伯茨主教练对全日空有什么样的印象？

我为自己是出生在日本的日裔美国人而感到自豪。就像全日空是连接世界与日本的桥梁一样，我也希望自己能成为那样的存在。另外，我认为全日空是一家非常Loyal（忠诚）的企业。国际航线运营长达40年，一直深受众多乘客喜爱，而且我也听说有很多员工在公司长期任职。我认为，这正是因为公司始终坚持诚信，并不断挑战自我，致力于提供更优质服务的证明。

——谢谢。的确，全日空拥有重视努力与挑战的企业文化。那么我想请问，主教练本人在职业生涯中遇到瓶颈或困难时，为了不气馁、继续挑战，通常会付出怎样的努力呢？

— Your team has a lot of superstars. What's the key to bringing so many star players together as a team?

The first step is to be clear on what the goal is for the team. Then, make them individually understand and believe that our goals are the same. The next step is to treat each one of these players individually to get the best out of their talent. In the process, there are three questions I ask myself and our coaches and make sure that we are able to answer: "Do the players trust you?", "Do we care about them?" and "Can we make them better?" Everyone wants to get better. It does not matter who you are, you should always strive to get better. It's my job as a coach to help them achieve that.

— Do you have any tips on how to establish a trusting relationship within a team?

I think the world we live in today is not as trusting as it used to be, not just in baseball, but in life in general. This is why I believe it's important to provide a clear message

and be able to follow through on the message. Whether you're a staff member, a player, or a leader, you need to be dependable and consistent. And finally, you have to be honest.

— Do you think the Japanese culture has positively influenced the Clubhouse?

Absolutely. One of our key players, once named an MVP, told me the team wouldn't have won in 2025 without discipline and attention to detail. Those Japanese values made them better. I agree with what he said and it also aligns with what my mother taught me. I feel like we—the players and I—speak the same language and that makes us a powerful team.

— Now, let's briefly shift our focus to ANA. This year, the company is celebrating the 40th anniversary of its international operations. What is your impression of ANA?

I love and I'm proud of the fact that I was born in Japan. ANA has been on a mission to be a vehicle for the world to come visit Japan and that's how I would like to think of myself, too. I believe ANA is very loyal. I understand that many employees have been with the company for decades. ANA believes in treating people with respect, whether that's their employees or customers. ANA's vision is always evolving, you have been striving to be the best in class for the past 40 years.

— Thank you. It's true that ANA's company culture values hard work and challenges. I would like to know how you get over obstacles in your career and how you keep challenging yourself without getting discouraged.

It's essential to be always prepared when you're throwing yourself into a new environment. Even with preparation, it's completely normal to feel anxious, frustrated, or have doubts when faced with obstacles. I'm a person who is all about solutions, I immediately look for solutions, answers. When you have a plan to resolve, that keeps your mind positive. It's not always easy, it's not always fun to look for a solution, but I do think that having a plan in place and executing it can be exciting.

— What would you say to those who are afraid of failure and struggle to face obstacles?

Failure is a word that isn't really in my vocabulary. There are trials, but failure is something I really don't think of. It is a part of life, though, it's going to happen. People are going to fail at times in their lives and not be successful. But I think the character really shows in how you respond to those adversities. I would like to encourage people to take chances and to be comfortable with being uncomfortable because you never know what your potential is unless you put yourself out there.





“Our team’s number one goal for 2026 is to win the world championship once again.”

Manager Dave Roberts (53) affirmed his goal, a broad smile on his face. He also proudly announced that the team would become world champions for the third year in a row, the first time in Major League in the 21st century since their New York rival team achieved this feat from 1998 to 2000.

ANA has been partners with the team beloved by the people of Los Angeles since 2024. For this issue, TSUBASA-GLOBAL WINGS- visited one of the league’s most prominent managers at his home base. We heard about his goals for this season, the impact of his Okinawan roots and how the Japanese culture has shaped the Clubhouse.

“我们队伍最大的目标是在2026年的赛季再次成为冠军。”面带灿烂笑容，戴夫·罗伯茨主教练（53岁）斩钉截铁地如此说道。在美国职业棒球大联盟历史上，自1998~2000年纽约那支劲敌球队完成三连霸以来，这将是进入21世纪后的首次——他放出豪言要实现世界大赛三连冠。

自2024年起，全日空与被洛杉矶民众所热爱的这支队伍建立合作伙伴关系。此次，《翼之王国》前往当地采访了这位联盟屈指可数的名帅。围绕本赛季的目标、他出身地——冲绳文化对人生带来的影响，以及日本文化如何塑造了球队等话题进行了交流。

— In Japan, spring is the season when many people embark on new beginnings with both anticipation and apprehension. I would like to hear about your mindset when beginning a new year and as you approach the new season.

Each year, I start with optimism. I think what gets me excited about every year is that you start new, it's unpredictable, and you have an opportunity to build and create great things. I think the number one thing I try to do is to try be clear on what my goals are. The goal for the team in 2026 is to win the world championship. Once I'm clear on my goal, then I get more micro in my mind to focus on the day-to-day. So, there's the long-term goal – that's the hardest part, and the fun part is

the short term, each day, I try to reach my goal.

— Do you feel the influence of your roots, of Okinawa and Japan, in your life or mentality?

Yes, every day. (laughs) Of course, I feel it in my everyday life. To me, there are three keywords: discipline, humility, and respect. I always make sure to have self-discipline and improve myself. I try to be aware of my own position and stay humble. Finally, I have respect for others.

I learned these values from my mother, who was born in Okinawa, when I was a kid, so I try to incorporate these Okinawan and Japanese values into my everyday life.

David Ray Roberts

Born in Naha in 1972 to a U.S. Marine non-commissioned officer father stationed in Okinawa and a mother from Okinawa, his family moved to California, US, when he was one year old. He enrolled at UCLA and later became a professional player, drafted in the 28th round in 1994. He made his Major League debut in 1999. He played for five teams as a fast outfielder before retiring in 2009. In 2016, he became the manager of the Los Angeles Dodgers and has led the team to three world championships in 2020, 2024, and 2025.

戴夫·罗伯茨

1972年，他出生于那霸市。父亲是驻冲绳美军下士官，母亲为冲绳出身。1岁时，全家移居到美国加利福尼亚州。毕业于加州大学洛杉矶分校后，1994年在选秀第28轮被指名，进入职业棒球界，于1999年完成大联盟首秀。作为以速度见长的外野手，曾效力于5支球队，2009年退役。2015赛季中途在奥克兰运动家担任代理主教练，次年2016年，担任道奇队的主教练。在2020年、2024年和2025年三度率队夺得世界冠军。

Discipline, Humility, Respect Our Team's Method To Keep Winning in 2026

My birthplace, Okinawa, and the contributions of Japanese values have made our team even stronger.

Get Ready for Another Championship Season

Photographer: Rikki Ueno, Interviewer/Writer: Takeshi Nakamoto

自律、谦逊、尊重

2026年也会继续取胜 我们球队的“制胜之道”

我的故乡冲绳与日本的价值观带来的影响让我们的队伍更加强大——

准备迎接下一个冠军赛季

摄影：上野立树 采访、撰稿：仲本刚

Aoshima, the border between the forest and sea

森林与海的境界线——青岛

Standing between the forest and the sea, you can feel the air unique to that land softly touch your skin. The faint sweetness mixed into the morning sea breeze, the gentle shape of cedar leaves fluttering down, and the damp warmth of the sand... all of these components gently unfasten the sensations of visitors, slowing down the passage of time ever so slightly.

When you walk in Aoshima, there are moments when the past and present suddenly overlap. The warmth that remains on the bark of trees and the flickers of light that rise up from the sea awaken a presence that feels like a memory from long ago. At this place, where the forest, sea, and people's actions interweave, time passes calmly as if the scenery itself is speaking to us. If we let ourselves be embraced by this atmosphere, perhaps we will also find a small light within ourselves that is yet to take shape.

当站在森林与海之间，这片土地独有的气息便会缓缓触及肌肤。清晨海风中夹杂的一丝微甜，穿过杉树枝叶洒落的柔和树影，带着湿意的沙子的温度——这一切都悄然放松来访者的感官，让时间的流动仿佛慢了几分。

行走在青岛时，偶尔会有过去与现在忽然重叠的瞬间。木纹间残留的温度，海面升起的光影摇曳，会唤起仿佛来自遥远记忆般的气息。在这片森林、海与人类生活交织的地方，仿佛连风景本身也在轻声诉说，柔和的时间在此流淌。当触及这份气息时，我们或许也会在自己内心深处发现一束尚未成形的微小光芒。



Miyazaki
Bougainvillea Airport
宮崎叶子花机场

Wings to Miyazaki

One way to reach Miyazaki is by taking an ANA flight from Tokyo (Haneda) to Miyazaki Bougainvillea Airport. It's a roughly 15-minute drive to the Aoshima area from the airport.

*Flight information is subject to change. Please check the ANA website for the latest information.

前往宫崎的航班

从东京（羽田）等机场搭乘全日空航班前往宫崎叶子花机场。乘车从机场到青岛区域约需15分钟。

※ 航班信息可能有所变动。
请登录全日空网站了解最新信息。





ANA Aoshima Factory

Kaeda, Miyazaki, Miyazaki

<https://www.anawf.co.jp/sp/original38.html>

*Products can be purchased at ANA Holiday Inn Resort Miyazaki and other locations.

<https://www.anahirmiyazaki.com/>

ANA 青岛 factory

宫崎县宫崎市加江田

<https://www.anawf.co.jp/sp/original38.html>

※ 商品可在“宫崎全日空假日度假酒店”等地购买

<https://www.anahirmiyazaki.com/>

The handicrafts made at the ANA Aoshima Factory pass on the memories of the materials. The paper-making technique, which reuses Miyazaki shochu cartons, gives birth to the Aoshima Shrine stamp booklets and postcards, imbuing them with the energy of local water. Obi cedar is transformed into bowls and small works of art, while the sawdust from the scrap wood is given a new life as it's turned into aromatic oils infused with fragrance. Each of these crafts breathes the air of the land, continuing Aoshima's dialogue between trees and water to the present day.

在“ANA 青岛 factory”诞生的手工技艺，承载并传递着素材的记忆。该工艺以宫崎产烧酒的纸盒为原料制作再生纸浆。再生纸浆被运用于青岛神社的御朱印帐和明信片，仿佛蕴含着水的轻柔摇曳。诹肥杉则化身为器皿与小巧的工艺品，而从废材中削磨出的木粉，也被封存香气，成为焕发新生命的香薰精油。每一件作品都带着这片土地的呼吸，将青岛“木与水的对话”延续到今天。





Obidaraly

4-2-28 Obi, Nichinan, Miyazaki
<https://www.facebook.com/Obidaraly/>

OBI-DARA-RY

宫崎县日南市沃肥 4 丁目 2-28
<https://www.facebook.com/Obidaraly/>

Obi cedar, which is easy to process, has new life breathed into it. The carefully carved bark is reborn as furniture, which marks the passage of time. Obidaraly, in the town of Obi, is a base for industrial arts operated by the Minaminaka Forest Owner's Association. It's also a place where Obi cedar is recreated into small tools to breathe on in people's lives.

易于加工的沃肥杉，被不断赋予新的生命。经过细致削制而显露出的木纹肌理，重新化作记录时间的器物。位于沃肥町的“OBI-DARA-RY”，是由南那珂森林组合运营的工艺据点，同时也是将沃肥杉化为各种小型生活器具、重新连接到日常生活的地方。



The memory of the trees and water lives on today

延续至今，木与水的记忆

The memories of the interaction between the sea and the forest still live on in Aoshima, even while their forms have changed. The gentle aroma of the Obi cedar, the slight flow of the island's water that dwells on paper... Aoshima's light and humidity transform wood into bowls and paper with the help of people's hands, getting passed on as small works of art.

Wood chips polished by water and wind, the scent of the moist tide, and the shadows of leaves that flutter in the wind all speak to vestiges of a distant time. Each one of these fragments is collected by people's hands and transformed into tools for daily life.

Obi cedar scrap wood is carved into bowls and small tools, carrying over the cedar's lightness and fragrance, while the Japanese washi paper that's soaked up the land's water calmly breathes new life as travelers' letters and stamp booklets. The atmosphere between the sea and forest takes shape, turning into fragrances and things that can be touched, living in the livelihoods of the region.

海与森林相互交汇的记忆，虽不断改变形态，却至今仍在青岛延续。沃肥杉柔和的香气、岛上的水在纸中留下的微微摇曳——在青岛所感受到的光与湿度，经由人的双手，化为器物与纸制品的形态，作为小小的工艺品被传承下来。

被水与风打磨的木片、带着湿意的海潮气息、在风中摇曳的叶影，都在轻声诉说着遥远岁月的痕迹。这些片段被人们一一拾起，再由双手赋予新的形态，化为日常生活中的器物。

沃肥杉的边角木料，保留着原有的轻盈与香气，被削制成器皿与小物品；以当地的水制作的和纸，则在旅人的书信与御朱印帐中静静重获生命。栖息于海与森林之间的那份气息，化作形状，化作香味，成为可以触摸的存在，悄然融入并延续在这片土地的日常生活之中。





The sea and forest, meeting to form an entrance to mythology

海与森林交汇的神话入口

"Aoshima is an island that was formed by the seafloor stratum rising over time and was then carved by the waves," explains the chief priest of the Aoshima Shrine. However, simply explaining the origin of the island doesn't explain its essence. The chief priest says that it is not a mere coincidence that the warm breeze of the Kuroshio Current engulfs the island and that it's the only place in Miyazaki with subtropical plant life. He believes it is proof that the gods chose this land.

Long ago, legends of Yamasachi-hiko and Umisachi-hiko lived on, along with tales connecting to the imperial lineage that have been passed down on the island. According to the chief priest, the shrine was positioned at the boundary where the sea and forest meet because it was fitting as an entrance for nature and myth to intersect.

"Aoshima is not simply an island. It's a gateway for the gods to come and go, a place that was chosen by them. The island has components which cannot be explained by science, such as how fresh water surges out of the island well, despite being surrounded by the sea," explains Yasutaka Nagatomo, the chief priest of Aoshima Shrine.

"青岛并不仅仅是一座岛屿。它是神明往来之‘境’，也是被神选中的地方。明明被大海环绕，却能从井中涌出淡水——在这座岛上，确实存在着连科学也难以完全解释的余白。”青岛神社的宫司长友安隆如是说道。

Science explains the island's shape, while mythology illuminates its meaning. Aoshima continues to welcome many visitors today as a place where both overlap.

青岛的形成，据青岛神社的宫司介绍，是海底地层在漫长岁月中隆起，并在海浪不断的侵蚀与雕琢下逐渐塑造而成的一座岛屿。然而，仅仅用这样的成因来解释，并不足以触及这座岛所散发出的那种“气息”。由黑潮带来的温暖海风包裹着整座岛屿，使得在宫崎境内唯有这里扎根着亚热带植物。对此，宫司也认为这并不只是自然的偶然，“更像是神明选择了这片土地的证明。”

自古以来，这里便流传着山幸彦与海幸彦的传说，并延伸出与天皇系谱有关的故事，围绕着这座岛屿被一代代传颂下来。宫司表示，神社之所以建在海与森林交汇的边界，也是因为这里正适合作为自然与神话交织的“入口”。科学解释了岛屿的形态，而神话则阐明了它的意义。青岛作为两者交汇的场所，至今依然迎接来自各方的人们。





Aoshima Shrine

2-13-1 Aoshima,
Miyazaki, Miyazaki
<https://aoshima-jinja.jp>

青島神社
宮崎県宮崎市青島2丁目13-1
<https://aoshima-jinja.jp>

An aerial photograph of a coastal landscape. On the left, a dense green forest covers a hillside. At the base of the forest, a small settlement with several buildings, including one with a prominent blue roof, is visible. A sandy path or road runs along the edge of the forest and the settlement. To the right, the land meets a rocky coastline characterized by numerous horizontal, layered rock formations. The ocean is a deep greenish-blue, with white, foamy waves crashing against the rocks. The text "woven by the sea and wind" is superimposed over the middle of the image, centered horizontally and slightly above the vertical center.

woven by the sea and wind

An aerial photograph showing a coastline. On the left, the deep blue ocean meets a rocky shore with white foam from breaking waves. To the right of the rocks is a large, dense forest of green trees. A small, white, modern-looking building is visible within the forest. The overall scene is a mix of natural elements: water, rock, and forest.

The stage for mythology,

海与风搭建的神话舞台

The silence filling the Obi forest passes through the town and unravels into the sea. When this flow touches the light and bare rock of Aoshima, the deep memories of this land silently float to the surface on the seashore.

饥饿森林中弥漫的静谧，穿过城镇，缓缓向大海延展。当这股流动触及青岛的岩岸与光影时，这片土地深处的记忆也在海边悄然浮现出来。



清澈的水渠中传来细微的水声在石垣与街巷的静谧之间轻轻回荡。石垣古老的肌理与街道的宁静映映在水面上，小京都——伏见的时光仿佛悄然呼吸。随着光影的摇曳，景色渐渐深沉，家家户户的影子也变得柔和，风景的层次与深度缓缓铺展开来。



The sound of water can faintly be heard from the clear waterway, echoing softly throughout the quiet stone-walled townscape. The stone walls' ancient surfaces and the townscape's silence are reflected on the water's surface as time softly breathes on in Obi, Little Kyoto. The scenery deepens as if guided by the flickering light, softening the shadows of houses, and the depth of the scenery gently unfolds.



Memories of life swaying on the water's surface

摇荡在水面的生活记忆

The Obi cedar has been nurtured by this land's humidity and light, quietly carrying memories from the forest to the town and from the town to the sea.

Rain is common in the Obi forest, making it often shrouded in mist. The Obi cedar grown in this climate stands upright, has few knots, and is remarkably light. Due to its anti-rotting properties and high moisture resistance, it's been treasured as a material for making ships. The Obi Castle rests at the base of the forest, which was once ruled by the Hyuga Province, while you can still feel the forest engulfing the castle town. The water that flows throughout the town is astonishingly clear. Pure water flows from the mountains between the stone walls, and light flickers across the water as the silhouettes of carp flow peacefully.

While the Obi cedar stands in the forest, it's also been close to the lives of those in the castle town. Upon touching the pillars or lattice doors, you can faintly feel the remanence of light and humidity that soaked up water. In the Edo period, the Obi Domain grew this cedar as a strategic resource, using it to support the domain's public financing. As Obi cedar is optimal for ships due to its lightness and durability, the wood cut down here was carried to the port through the waterways, from the Hyuga Sea to the Seto Inland Sea, and then onward to Edo.

It's said that even within water transportation, the wood from Obi was able to be transported with little damage because of the short distance from the mountain to the port and the fast flow of the water through the valley. As such, the geography unique to this land further elevated the value of the Obi cedar.

At last, the water flowing through the village turns into a river and flows to Aoshima while carrying with it the presence of the forest. Not only did that water once carry cedar, but it also supported the livelihood of those in the castle town and supported fishing in seaside villages. While the Obi forest and the Aoshima sea may seem far, they're actually connected as one

climate through water.

The rocky coast known as the "Devil's Washboard," which stretches throughout the Aoshima area, is a terrain carved by the sea over many ages. The water of the river flows in and mixes into the ocean while carrying the light and humidity from the forest, and at last ebbs and flows with the tide until it stretches out into the Aoshima sea.

The water born from the forest reaches the sea, which returns to the forest as wind. Within this land, rather than the forest and sea being directly connected, water and wind gradually circulate, forming the climate.



饥饿杉在这片土地的湿度与光线中生长，从森林到城镇，再从城镇到大海，静静地承载并传递着记忆。

饥饿的森林多雨，常常被雾气笼罩。在这样的环境中成长的饥饿杉笔直挺拔、节疤很少，而且出乎意料地轻。它耐湿、不易腐朽的特性，也正是用作造船材料的重要原因。森林脚下，曾矗立着统治日向国的饥饿城，如今的城下町依然带着森林的气息。流经城中的水清澈得令人惊讶，来自山中的清流穿过石垣之间，水面上光影摇曳，锦鲤的影子静静游动。

饥饿杉虽然生长在森林中，却始终与城下町的生活相伴。触摸那些柱子或格子门时，仿佛仍能感觉到木材曾吸纳的湿气与光线，至今仍微微留存。到了江户时代，饥饿藩将这种杉木作为“战略物资”培育，用以支撑藩的财政。轻巧而坚韧的饥饿杉非常适合作为船材，在这里砍伐的木材通过水路被运往港口，从

日向滩进入瀬户内海，最终远渡至江户。

虽然同样属于“水运”，但饥饿杉从山到港的距离很短，穿过山谷的水流又十分迅速，因此木材能够在几乎不受损的情况下被运送去。正是这种独特的地形，使饥饿杉的价值更加凸显。

穿过城镇的水流最终汇成河川，带着森林的气息流向青岛。流经饥饿的河水不仅曾经运送杉木，也曾是城下町的生活用水，同时还滋养着海边聚落的渔业。饥饿的森林与青岛的海，看似相隔，却实际上通过水相连，构成同一片风土。

青岛周围延展的波状岩层被称为“鬼之洗衣板”，那是海浪在漫长岁月中侵蚀形成的地貌。流入其中的河水带着在森林中孕育的湿润与光线，与海水交融，并随着潮汐的涨落，逐渐扩散到青岛的海域。

在这里，从森林诞生的水流向大海，而大海又化作海风回到森林——与其说森林与海洋是“直接相连”，不如说水与风在缓慢循环之中共同塑造着这片风土。

An aerial photograph of a lush green forest. The trees are densely packed, creating a textured canopy. A distinct circular area in the upper right quadrant is marked out, likely for scientific study. The lighting is bright, casting soft shadows and highlighting the vibrant green of the foliage.

and breath of the forest

伫立在肥沃的森林里，仿佛能听见树木积累的记忆如静静的呼吸般传来。插枝培育的独特方法、用于探测林木密度的圆形试验林，都是这片土地上人与树长久相互守望的证明。在湿润与光影滋养下成长的肥沃杉，被用来造船、支撑房屋，悄然融入人们的生活。森林至今仍在默默刻写着这样的生活与传承。



Memories of the trees

木之记忆 森之呼吸



Upon standing in the Obi forest, you can feel the accumulation of the trees' memories like a silent breath. This land's long-standing relationship between trees and people can be proven by the unique method of growing trees by planting branches and the circular test plots to measure tree density. The Obi cedar, nurtured through humidity and light, is rooted deeply in people's lives, as it has been used for building ships and supporting homes. Today, the forest continues to carve out such work.

An aerial photograph of a lush green forest meeting a dark blue sea. The forest is dense with various shades of green. A rocky shoreline is visible, with a large, light-colored skull resting on a rock in the lower right. The water is calm, reflecting the sky and the surrounding greenery. The overall mood is serene and mysterious.

Miyazaki Memories Between the Obi Forest and the Sea of Aoshima

In the south of Miyazaki, there are two places where the forest meets the sea. The damp scent of the forest and the light particles that flutter in the sea breeze gently intertwine in this borderland. The Obi forest gradually marks the passage of time, while the sea of Aoshima carries hints of mythology mixed with the tide's scent. The scenery, layered with silence and richness, cannot be fully captured by the term "tropical," as it gently guides travelers' senses to a deeper place. The memory of the land quietly breathes on within the scenery submerged in this inbetween space. Set out on a journey at an intersection where the activity of the sea, trees, and people intertwine.

Photographer: Ken Shimizu, Interviewer/Writer: Manoue Yamashita, Editor: Miki Kojima, Coordinator: Hiroyuki Tsuneyoshi



宫崎—— 在肥沃的森林与 青岛的海之间 沉淀的记忆

在宫崎市以南，有两处仿佛森林与大海相对而立的地方。那是一片边界之地——带着湿润气息的森林香气，与海风送来的光之微粒，在此缓缓交融。肥沃的森林静静刻画着树木的时间；青岛的海则把神话的气息融入潮水的气味中，随风传开。那不是单凭“南国”二字就能概括的风景——静谧与浓密层层叠合，引导旅人的感官悄然沉入更深之处。在两者之间沉静下来的风景里，土地的记忆无声地生息着。树木、海洋与人们的生活彼此交织。追寻着那交织的断面，踏上旅程。

摄影：清水健 采访、撰稿：山下manoue 编辑：小嶋美树 协调：恒吉浩之



The "Goodbye Wave," a gesture used to wish passengers a safe and enjoyable journey, is said to have been started by ANA mechanics working at Naha Airport in Okinawa in the early 1970s. The tradition has since spread to airlines around the world. (Photo: Kenji Fujimura/AFLO) 据说“Goodbye Wave (挥手送别)”起源于20世纪70年代前半，是冲绳那霸机场的全日空维修员所兴起的。这种祝福乘客旅途愉快与安全的送别方式，后来传播到了世界各地的航空公司。(照片：藤村宪司/AFLO)

With our “wings of peace of mind,” we will continue to ensure that you can reach your destination safely and enjoy moments that may seem ordinary but are truly precious, like joyful conversations with your loved ones.

I sincerely hope that you will continue to enjoy your flights with us.

新绿愈发鲜亮的季节已经到来，也让空中旅途变得更加舒适惬意。衷心感谢您今天搭乘全日空的航班。

自从宣布就任社长以来，我收到了来自众多客户以及相关人士的温暖寄语。其中也有许多长期支持全日空的旅客留言，让我再次深刻感受到，我们一路走来的历程始终与大家的旅途相伴相随。今后也将以这些鼓励为动力，努力不负各位的期待。

我的起点是入职后、最初被分配到伊丹机场担任机坪协调员的现场工作。前辈教给我的，是“连

一小片垃圾也不能忽视”。看似微不足道的东西，一旦被吸入发动机，就可能引发重大事故。安全掌握在现场每一位工作人员的手中——这是我在那个岗位上切身体会到的。

那份教诲至今仍是我心中重要的指引。今后我也将与伙伴们齐心协力，踏实地一步步推进各项工作，努力为大家带来安全与安心。

而在今天，世界各地的机场与机舱内，员工也怀着同样的信念，坚守在各自的岗位上。即便技术不断进步，最终守护安全的，仍然是“人的力量”。维修人员可靠的双手、飞行员的判断、乘务员温暖细致的关怀，以及支撑这一切的众多员工的心意。我们希望通过这一切，把各位的“安心”化为看得见摸得着的东西。

我们今后也将以“安心之翼”持续守护理所应当同时也无可替代的瞬间——让各位在目的地与重要的人相视而笑、畅谈交流。

接下来的空中旅程，也请尽情放松享受。

President & CEO, ANA
全日空航空公司代表取締役社長

Juichi Hirasawa

平泽寿一



Photo: Masaaki Miyazawa 照片: 宫泽正明

Greetings from President & CEO, Juichi Hirasawa

The Breeze Through the New Leaves and the Wings of Peace of Mind

新绿之风与安心之翼

We have entered the season where the green of the leaves has become more vibrant, and traveling by plane has become more pleasant. Thank you for choosing to fly with ANA today.

Since my appointment as President, I have received many kind words from customers, colleagues, and partners. I have also received many messages from people who have been flying with ANA for many years, which was a reminder that we all share one journey. Keeping these words close to my heart, I will strive to meet your expectations.

I originally worked on the front lines. I was assigned to Osaka Itami Airport to work as a ramp coordinator after joining the company. There, I was taught by my senior colleagues to always be on the lookout, even for the smallest debris. Something that might seem insignificant at first could

potentially get sucked into the engine and lead to a major accident. What I learned the hard way while working there was that every single person present on site is responsible for safety.

To this day, that lesson remains a core value for me. I will work hard together with my colleagues to make consistent efforts and bring you all safety and peace of mind.

Today, our employees at global airports and on aircraft work with this sentiment in mind. No matter how far technology advances, it will always be the “strength of people” that ensures safety. This includes the skilled hands of our mechanics, the good judgment of our pilots, and the thoughtfulness of our cabin attendants. I also cannot forget the many employees supporting them behind the scenes. All of us aim to always achieve peace of mind for our customers.





Welcome Aboard
Greetings from President & CEO

004 游目骋怀 社长致辞

Miyazaki Memories Between the Obi Forest and the Sea of Aoshima

006 宫崎——在沃肥的森林与青岛的海之间沉淀的记忆

Special Interview
David Ray Roberts
Our Team's Method To Keep Winning in 2026

020 特别采访 2026年也会继续取胜我们球队的“制胜之道”

ANA Group Information

025 全日空 最新消息

Toyama
The finest “abura-yu”
baths and sauna

026 富山 极品“油汤”温泉与桑拿

Amazing “Local Premium” Finds
by ANA Employees!

028 员工的发现!各地精品推介

Exploring 47 Japanese folk monsters
Okayama: Sunekosuri

030 日本47妖怪散步 冈山县:缠腿小妖

Wings Style
The No. 1 Ground Staff
Member's Magical Smile

034 翼之流仪 No.1地勤人员的“魔法笑容”

Photo / Tom Kaneko (Toyama: Himi)

Publisher: All Nippon Airways Co., Ltd. Editorial: Kobunsha Co., Ltd.
Managing editor: Koji Tanabe Editor: Asao Kawarada Supervisor: Manoue Yamashita
Editors: Sakurako Nakano, Misaki Yamashita, Takeshi Nakamoto,
Miki Kojima, Hiroko Hattori, Marie Takada, Motoko Saito, Saya Miyazaki, Sachiko Tomioka
Designers: Junichiro Matsuzawa, Naomi Ishikawa (Kamegai Design Office),
Masakazu Yamamoto, Jiro Nozaki, Ayahiko Kondo (Studio Give), Takashi Tsukahara (Trimdesign),
Nozomi Yokoyama, Hiroshi Kitta (attik)
Editorial assistance: Kenji Kawamoto, Yuko Tokoro (Castnet Co., Ltd.)
Translation: KPS Products Corp. Printing: Kyodo Printing Co., Ltd.
Editorial inquiries: Kobunsha Co., Ltd. / TEL: 03-5395-8150 tsubasa@kobunsha.com
Advertising inquiries: ANA X Inc., Daily Life Business Department / E-mail: ml_notice_anamedia@ana-x.co.jp
Copyright © All Nippon Airways/Kobunsha 2026
Unauthorized reproduction or reprinting of the photos and articles in publication is prohibited.
All prices that appear in this publication are tax inclusive.



Sophistication,
in the Heart of Ginza

5% Discount

*for Non-Japanese
Passport Holders*

Valid until May 31st

MATSUYA GINZA

MATSUYA GINZA : 3-6-1 GINZA, CHUO-KU, TOKYO 104-8130 PHONE 03-3567-1211 www.matsuyaginza.com

TSUBASA

GLOBAL WINGS

ANA

Inspiration of JAPAN

A STAR ALLIANCE MEMBER

5

May 2026

No.683

The Inflight Magazine
of ANA Group

Miyazaki

Memories Between the Obi Forest and the Sea of Aoshima

Wings Style:

The No. 1 Ground Staff
Member's Magical Smile

宫崎——
在肥沃的森林与
青岛的海之间沉淀的记忆

翼之流仪
No.1地勤人员的“魔法笑容”



翼の王国
日本語版は
こちら

Take me home!