

翼の王国

ANA Inspiration of JAPAN

STAR ALLIANCE

9

September 2026
No.687

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

ベルギー

世界の物語が
受け継がれてきた場所

豊平川
札幌の鼓動を刻む“母なる川”

翼の流儀
“鹿児島之宝”に、スポットライトを



Web「翼の王国」はこちら

TSUBASA GLOBAL WINGS
click here! 点击这里!



と自由にお持ち帰りください。

多様な通知方法で、本人確認までをワンストップで実現、
国内・国際 SMS に対応。



不正アクセスを防ぐ。その通知体験まで設計できる。



オムニチャネルを簡単に実装 より良いCXで、お客様とつながる

自社システムへのAPI連携で、顧客対応のオムニチャネル化を簡単に実装できるコミュニケーションAPIサービスです。

具体的には、不正アクセスを防ぐ安心安全なアプリ利用の体験において、メール / SMS / ボイスを活用し、ユーザーに最適なタイミング、通知メディア、メッセージで届ける仕組みを構築できます。

これにより、コミュニケーション手段の分断を解消し、ユーザーの手間を省きながらセキュリティと利便性を両立させる先進的なCXが実現できます。

**NTTドコモビジネスX(エックス)は、信頼の伴走者として、
"DX"と"CX"の実現をご支援します。**

60日間無料トライアル実施中



公式サイト (<https://www.nttcpaas.com/>) はこちら

9.24^{THU}
9.27^{SUN}

進化する旅のカタチ

進化する旅のカタチ

TOURISM EXPO JAPAN





写真/Dice.M.P.(ベルギー:ワロン地方・古都ディナン)



写真/吉川麻子(札幌:南7条大橋・左岸)



写真/原ヒデシ(島根:出雲・日御碕)

9 翼の王国

2026
SEPTEMBER

C O N T E N T S

表紙/ベルギー:メゾン・アノン(写真/Dice.M.P.)

ベルギーで花開き、世界へ広がったアール・ヌーヴォー。その時代を象徴するメゾン・アノンは、オルタ建築と並び、この国が育んだ自由な美意識を今に伝える。

006 ごあいさつ

008 旅の出会い サウジアラビア:アルウラ/ZEN

011 社員が見つけた! Local Premium通信

特集
018

ベルギー 世界の物語が 受け継がれてきた場所

036 花、旅、人 グリーンカラーリリー/赤井勝

038 快適な空だけの旅 ウィーン国際空港/パラダイス山元

特集
044

豊平川 札幌の鼓動を刻む“母なる川”

058 旅するお取り寄せ 愛媛:宇和島/麻生要一郎

060 湯気地図 千葉「SATOYAMA TERRACE」/笹野美紀恵

064 Echoes of SHINDO 神奈川:箱根神社/竹下雄真

068 翼の流儀 A New Ambitious Story
“鹿児島島の宝”に、スポットライトを

074 ニッポン47妖怪さんぽ
島根:ヤマタノオロチ
千三百年にわたる神話の世界/森井ユカ

078 今月のニッポン推し
岐阜:高山市×福岡:太宰府市

080 おべんとうの時間
東京:金融アナリスト/阿部了・阿部直美

085 今月のオリチャ“精霊”占い

086 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

087 郵便飛行

088 ANA GROUP INFORMATION

096 ANA STORE@SKY案内

098 機内サービス/インターネット接続方法

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.687 2026年9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:カメガキデザインオフィス/松沢順一郎、石川直美 スタジオギブ/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 蓮尾真沙子
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



パートナーとともに、 新しい空の旅

皆さま、今月もANAをご利用いただき、誠にありがとうございます。

私たちは、お客様に最高のフ

ライトをお届けできるよう、国内外の様々なパートナーとの対話を大切にしています。

社長に就任して以降も、多くの海外企業トップとの貴重な交流の機会に恵まれました。なかでも、今年6月にブラジルで開催されたIATA（国際航空運送協会）の総会は、世界の

290以上の加盟航空会社を牽引するリーダーが一堂に会します。大変な熱気に包まれる中、これからの業界の発展に向けて大きな可能性を感じました。

コロナ禍という未曾有の試練を乗り越えた世界のエアラインは今、最新機材の導入、デ

ジタルトランスフォーメーションの推進、持続可能な航空燃料（SAF）の活用など、未来への投資を積極的に進めています。私たちANAグループもこの世界的な動きを捉え、世界トップクラスのサービス品質の実現に向けた、変革をさらに加速させてまいります。

今回の総会では、これまでのANAとルフトハンザグループによる日欧ジョイントベンチャー（共同事業）に、IATAエアウェイズが参画することを3社間で調印いたしました。このパートナーシップの深化により、イタリアをはじめとする欧州各地、そして北アフリカへの旅の選択肢が格段に広がります。皆さまには世界の空が今まで以上に心地よくスムーズにながっていくことを体感していただけたら幸いです。



写真：アフロ



“天と地を抱く祝福の丘”コルコバードに立つキリスト像。グアナバラ湾とボン・デ・アスーカル（右）を見渡すリオデジャネイロ随一の絶景

そして、そのブラジルには、私たちが新たな「翼のパートナー」として選んだエンブラエル社の本社があります。私たちは同社の最新鋭機「E190・E2」を2028年度に導入予定です。その製造現場は、大規模ではないものの、選り抜かれた技術者たちが確かな技で、実直に安全を形作っている、まさに「モノづくりの原点」と呼ぶにふさわしい場所です。

実際にこの機体に搭乗してみると、小型機であることを感じさせない開放的な空間設計に驚かされます。高い天井と十分な容量の手荷物収納棚を備えたこの飛行機が、日本の空を飛び回り、皆さまの新しい空の旅のお供となる日を、どうぞ楽しみにお待ちしております。

それでは、今日も皆さまの一日が素晴らしいものとなりますように。

旅の出会い

サウジアラビア/アルウラ

Vol.30 写真・案内人

ZEN

才人が旅先で出会った
忘れえぬ光景を綴る。
今回はパルクールの実践者であり、
日本初のプロパルクール選手

この写真は2023年、初めて訪問したサウジアラビアのアルウラで撮影した1枚です。

僕は10代のころからずっと海外を回り、さまざまな刺激を体感しながらパルクールの活動を続けてきました。ですから、渡航が制限された新型コロナのパンデミック中は、とてもフランス・トレイションが溜まりました。やがて、コロナ禍が明け、沸々とした気持ちのまま海外に飛び出した、その旅先の一つがサウジアラビアでした。

フランス発祥のトレイニング文化であり、競技であり、身体表現でもあるパルクール。人が本来持つ身体能力を最大限引き出し、恐怖心をコントロールしながら障害物を乗り越えていくものです。そのコミュニティは主に各国の大都市にあって、僕も従来は欧米の都市を中心に旅をしていました。でも、新たな

Profile

東京都出身。15歳でパルクールと出会い、単身ロサンゼルスへ渡り哲学や技術を学ぶ。帰国後、テレビや映画を通じてパルクール文化を広め、日本初のプロ選手として全米・世界チャンピオンを獲得。現在も、プレイヤーとして第一線で活躍し、世界各地で挑戦の魅力と新たな視点の発信や作品制作も行っている。

刺激に飢えていたこのときは「せっかくなら、訪れたことのない国へ」、そう考えたのです。果たして、初めての砂漠の国は期待以上に多くの刺激に満ちていました。

都市の、規則的な形状の人工物と対峙することに慣れた自分にとって、乗り越える対象が自然物となるだけで、理屈がまるで違ってきました。障害物の形状も不規則で、着地面の硬さも予測が難しい。この「先が読めない」感覚こそが、得難いインプットでした。

現地の人との交流も含め、この旅で得た経験と新しい感覚が、その後の僕の成長に、大いに繋がっています。そう、僕にとってパルクールは旅、そして人生そのものでもあるのです。



#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

ANA

ANAグループ社員たちが、日本各地・世界各国の旅先で見つけた“ちょっと特別”な口コミ情報を紹介します。



柴田 峻平／しばた しゅんぺい

(1) 国内旅客サービス担当のグランドスタッフ (2) 担当便を定刻で出発させられたとき (3) 相撲部屋の YouTube を見ながら晩酌すること (4) 現地の名物料理やお酒を楽しみ、温泉につかってゆっくり過ごすことがこの上ない幸せです

全国のネコ好きが集まる 城下町の宿

伊予大洲藩の城下町として栄え、歴史的な町並みが残る大洲市の中心地に位置し、観光にも便利な立地の『松榮旅館』。ここはネコ好きには有名な宿で、館内には愛くるしいネコたちが10匹ほどおり、ときには宿泊する部屋にまで入ってきてくれます。自由にネコが出入りできる小窓が付いている部屋もあり、そこを予約して泊まるのがおすすめです。素泊まりながら一泊3,000円台とリーズナブルに宿泊できるのも人気の理由。ネコ好きの方が愛媛を訪れた際にはぜひ宿泊し、可愛らしいネコたちとの触れ合いを楽しんでみてください。



愛媛・大洲市



長崎・長崎市

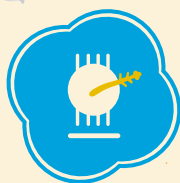
本場の雰囲気なかでいただく 香り高き中国茶

長崎新地中華街にある、中国茶カフェ『茶房 泰安洋行』が大好きです。暖簾をくぐるとそこはまるで中国の茶館。本場さながらの雰囲気なかで、ジャスミン茶やプーアル茶、ブレンド茶などの中国茶だけでなく、薬膳粥やせいろ蒸しなど、体に優しい料理をいただくことができます。日替わりのランチもお気に入りです。「今日はどんなメニューかな?」と訪れる度の楽しみに。初めての方は中国茶の淹れ方を教えていただけるので、安心です。癒しの空間で香り豊かなお茶をいただきながら、ゆったりと過ごすことができます。



植田 星菜／うえだ せいな

(1) 国内線の予約や変更、運航状況などに関する電話対応業務 (2) 台風などのイレギュラー対応や世界一周のご相談を承った際にお客様から「ありがとう」のお言葉をいただいたとき (3) カフェ巡り (4) 街を散策したりご当地グルメを堪能したりして過ごすこと



ANA Aha Mele

ANA 'AHA MELE CONCERT
WITH NOBUYUKI TSUJII

ハワイと繋がる音楽会

「Aha Mele」はハワイ語で“音楽会”を意味します。
2019年のスタート以来、
ハワイと日本をつなぐ交流の場として親しまれ、
音楽を通じた交流は今年で6回目を迎えました。
今年は「Blue Note Hawaii」にて初の二部制で開催！
ホノルルの夜にふさわしい、
心ほどける特別なステージをお届けします。
皆さまのご参加を心よりお待ちしております。

♪ 世界を魅了する、2人のゲスト ♪



辻井伸行



三浦文彰

ピアニスト・辻井伸行氏、ヴァイオリニスト・三浦文彰氏の世界を魅了する二人のアーティストが、Blue Note Hawaiiのステージで共演。ホノルルの夜に、特別な音楽体験をお届けします。



Blue Note
HAWAII

2026 11.25 Wed 開催

開場：Blue Note Hawaii

第一部 ANA 'Aha Mele Evening Concert

16:00開場 / 17:00開演 / 18:30終演(予定)

第二部 ANA 'Aha Mele Moonlight Concert

19:30開場 / 20:30開演 / 22:00終演(予定)



チケット 好評発売中

※英語表記のページとなります

曲目

ドビュッシー / 月の光
フランク / ヴァイオリン・ソナタ 他

AIRBUS

Halekulani
On the Beachfront

MITSUI FUDOSAN

OUTRIGGER
RESORTS & HOTELS

PRINCE
HOTELS & RESORTS

THE RITZ-CARLTON
RESIDENCES
HAWAII

SAFRAN

詳しくは右の2次元バーコード、以下のキーワードから
ANA 'Aha Mele公式ホームページをご確認ください。

ANA 'Aha Mele



海外編

片山さんのヨーロッパ・グルメ特集



片山 愛乃/かたやま まの

(1) 客室乗務員 (2) お客様の笑顔や「ありがとう」の言葉をいただいたとき (3) ゴルフと旅行 (4) その土地ならではのグルメを堪能すること

ソーセージスタンドでいただく
地元の名物料理

ウィーン市中心部、アルベルティーナ美術館の近くにあるソーセージスタンド『Bitzinger』は、可愛らしい屋台風のお店ながら、いつ行っても行列ができて人気店。ここでいただく、外の皮はパリッと、中身は肉汁たっぷりのソーセージがおすすめです。パンに挟んだホットドッグ風のものやカレーソースがかかったものなど種類も豊富ですが、なかでも私のイチオシは、ウィンナーにチーズが詰まったウィーンの名物料理、チーズがとろける「ケーゼクライナー」。ウィーンの街歩きの際に、気軽な食べ歩きグルメとして試してみてください。



オーストリア・ウィーン



フランス・パリ

一皿ごとに胸がときめく
美しい盛り付けのビストロランチ

パリの街の一角にあるビストロ『Baillotte』で会った、彩り豊かな美しい盛り付けの料理が忘れられません。思わず見とれてしまうほど美しいうえに、どのお料理も絶品。一皿ごとにワクワクする見た目と味わいに胸が高鳴ります。「前菜とメイン」、もしくは「メインとデザート」のランチコースは、30ユーロ前後でフレンチの本格的な味が楽しめることも魅力のひとつです。『Baillotte』は日本人シェフが手掛けるお店なのですが、同じパリ市内にある系列店の『Narro』や『Calice』も舌の肥えた地元のグルメ好きたちから注目を集めています。

復興の笹かまぼこ



保存料不使用で長期常温保存可能



生産者 及善商店
及川 善弥さん(右)

南三陸町で創業146年の老舗かまぼこメーカーは、東日本大震災によって店舗、工場、倉庫、自宅のすべてが流失される。地道に再建を重ねていく中で、6代目の及川さんの心に残ったのは、避難所で食が進まない子どもたちに「こんなとき」だからこそ、少しでもおいしいものを食べさせてあげたい」という思い。そこから1年半かけ前例のなかった常温保存に挑み、完成させたのが独自の加熱技術。お土産にも喜ばれる日持ちという価値を得て、笹かまぼこの可能性は広がった。

ANA FINDSの 笹かまぼこ

製造日から約180日間の常温保存が可能。1袋の中にプレーン、牛タン、チーズの3種類がそれぞれ個別にパッケージされている。常温でも笹かまぼこならではのプリっとした食感はそのまま。

〈ANA FINDS〉笹かまぼこ ¥820

震災を乗り越え、宮城から世界、さらには宇宙へ……?

インタビュー全文はこちら!

#生産者が語る
by ANA FINDS



低速で走ると、知っていたようで知らなかったハワイの景色に出会えます。何度も通ったはずのハイウェイに、いつの間にか出現していた店。住宅地のカーブを曲がった先に見つけた狭小ビーチ。そしてその奥に潜む極上ビーチ(写真)。乾いた道をゆつくり進んだ丘の上から見下ろす、ハワイアンヒストリーの名残……。

これらの景色がどこにあり、そしてなぜ気づけなかったのか?

その答えを知るには……低速ハワイを実践する。もしくは、Web版「低速ハワイ」の中に。

低速は、島の「見え方」を変えてくれます。リピーターには新しい発見を、ビギナーにはハワイの奥行きを。

島の風景を読み替える、新しいオアフの旅。

Web限定連載

「山下マヌーの低速ハワイ」 見方を変えれば新しいワクワクが

山下マヌー

編集者を経て旅行文筆家、コラムニストに。渡航回数は400回超。ハワイをはじめとするビーチリゾートからフランスのスノーリゾート、アジアや欧米の都市部まで、幅広く「ならでは」の視点で旅の提案・発信を続けている。

ハワイの風を
こちらから→



「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





ANA Open
2026 GOLF TOURNAMENT

第52回 ANAオープン ゴルフトーナメント

札幌ゴルフ倶楽部輪厚コース

2026 **9.17** Thu - **20** Sun

主催：全日本空輸株式会社
主管：一般社団法人日本ゴルフツアー機構
後援：公益財団法人日本ゴルフ協会／北海道
ゴルフ連盟／北海道／北広島市／一般社団法人
札幌ゴルフ倶楽部／札幌テレビ放送株式会社
／株式会社北海道新聞社／一般社団法人日本
ゴルフトーナメント振興協会
協力：株式会社ファイタース スポーツ&エンター
テインメント

詳しくは、ANAオープンゴルフ
トーナメントのホームページを
ご確認ください。

ANAオープン 検索

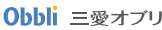
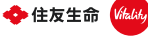
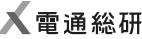
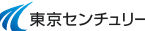


【テレビ協賛】



【協賛】※50音順



 100年をつくる会社 in 鹿島	 Key Management Solutions	 Canon キヤノンマーケティングジャパン株式会社	 空港施設株式会社 AIRPORT FACILITIES CO., LTD.	 Spark Your Journey KDDI	 COSMO
 KOMATSU Creating value together	 SAFRAN	 Obbli 三愛オプリ	 BOEING	 JCB	 SHIMIZU CORPORATION 清水建設
 SINFONIA シンフォニア エンジニアリング 株式会社	 住友商事 Enriching lives and the world	 住友生命 Vitality	 salesforce	 GE Aerospace	 sojitz New way. New value
 SEIBU SOGO	 SoftBank	 第一生命 Daiichi Life Group	 大成建設 TAISEI	 Takashimaya	 TAKENAKA 思いをかたちに 未来へつなぐ
 DXC	 TLD	 Digital Garage	 DH CANADA DE HAVILLAND AIRCRAFT OF CANADA LIMITED	 電通総研	 東京海上日動
 東京センチュリー	 TOSHIBA	 TOPPAN	 transcosmos	 NS Solutions	 NIPPON Rent-A-Car
 IBM	 NISSAY	 NEX NIPPON EXPRESS	 NEC	 NOMURA 野村證券	 NOMURA 野村ハブcockアンドブrawn
 HANAOKA HANAOKASHARYO CO.,LTD TOKYO,JAPAN	 Panasonic CONNECT	 pwc	 BBAM AIRCRAFT LEASING & MANAGEMENT	 HITACHI	 BIPROGY
 FUYO LEASE GROUP	 Benefit one Daiichi Life Group	 Marubeni	 MIZUHO みずほ証券	 SMBC 三井住友カード	 MS&AD 三井住友海上
 Diners Club INTERNATIONAL	 SMF 三井住友ファイナンス&リース	 MITSUI & CO.	 さあ、街から未来をかえよう 三井不動産 MITSUI FUDOSAN	 三菱地所	 MITSUBISHI ELECTRIC Changes for the Better 三菱電機デジタルイノベーション
 ミネベアミツミ	 明治安田	 ヤマト運輸	 LINEヤフー	 RAVE AEROSPACE	 RECARO
 Red Hat	 ROLLS ROYCE	 ANA 全日空商事株式会社 ALL NIPPON AIRWAYS TRADING CO.,LTD.	 ANA FESTA	※7月17日現在	
					 ANA Inspiration of JAPAN



ヨーロッパの大国が行き交うたびに、ベルギーにはひとつずつ“痕跡”が置かれていった。ローマの石、ブルゴーニュの栄華、スペインの影、フランスの光、オランダの技。それらは時代ごとに押し寄せ、本来なら上書きされて消えていくはずのものだった。しかしこの小さな国は、奪われたのではなく、吸収した。支配されたのではなく、静かに積み重ねた。そうして生まれた幾重もの層（レイヤー）が、九州ほどの国土に2000年分の時間を沈殿させている。通過点であり続けた国だからこそ、その風景は未来の旅人にも静かに語りかける。

写真：Dice.M.P. 取材・文：山下マヌー 編集：小嶋美樹 コーディネーション：水科沙奈恵 撮影協力：Hello Belgium

世界の物語が
受け継がれてきた場所
BELGIAN IN LAYERS







中世に港町として栄えた世界遺産・ブルーージュからアントヘンと続く水路（前ページ写真）は、中世の商人が富を運び、修道士が祈りを運び、大国が支配の痕跡を残した道でもあった。その沿岸にはロマネスク、ゴシック、バロックが世紀を超えて並び立ち、異なる時代が隣り合う風景をつくり出している。重なるアントヘンの3塔（右ページ写真）もまた、フランドール地方が受け継いできた時間の深さを静かに映し出している。だが、この土地の時間は横に積み重なるだけではない。聖パーフ大聖堂（上写真）に足を踏み入れると、12世紀から続く石柱は天窓の光へと伸び、外で見た時代の重なりは、内部では祈りの時間として立ち上がる。石の冷たさの奥には、幾世紀もの祈りの温もりが今も静かに息づいている。



ベルギーは、ヨーロッパでもっとも小さな国のひとつでありながら、もっとも多くの歴史が通り過ぎた土地でもある。ローマ帝国、ブルゴーニュ公国、スペイン、フランス、オランダ——幾度も大国の往来にさらされながら、この国は外から来たものを失うことなく、自らの中へ静かに積み重ねてきた。

その記憶は、街を歩くと少しずつ姿を現す。中世の港町として栄えたブルージュやゲントでは、中世から近代までの建築が違和感なく並び、異なる時代が同じ風景の中で呼吸を続けている。ブイヨン城が谷を見下ろすアルデンヌでは、森や谷が人々の暮らしを隔てる一方で、言葉や文化は境界を越えながらゆるやかに溶け合ってきた。首都ブリュッセルには、多言語、多文化、多様な価値観が折り重なり、一つの都市を形づくっている。



森は、地図よりもずっと前から境界を知っていた。アルデンヌを流れるセモワ川（上写真）は、国境を一本の線として分けるのではなく、谷や森の起伏に溶け込ませ、人や文化をゆるやかに行き来させてきた。谷を見下ろすブイヨン城（右写真）もまた、境界を守るだけでなく、幾世紀にもわたり人々の往来を見つめてきた証人である。ブイヨン城をはじめ、ベルギー南部のワロン地方にあるアルデンヌには、中世から続く石造りの村々が今も点在し、その暮らしの中で異なる文化は少しずつ重なり合ってきた。この一帯では、森に抱かれた集落が今も穏やかな時間を受け継ぎ、異なる文化は暮らしの中で少しずつ溶け合ってきた。森は人を隔てるものではなく、人々が出会い、互いの違いを受け入れてきた時間までも静かに包み込んできた。ベルギーでは、境界とは隔てるものではない。人と文化が出会い、新しい時間を育んできた場所なのである。



この国の発展を支えてきたムーズ川とスヘルデ川は、人や富だけでなく、信仰や思想までも運び、世界の入口として栄えてきた。アントワープは、その流れを受け止めながら新しい時代を迎え入れてきた。

この国では、歴史は過去へ遠ざかるものではない。石畳に落ちる朝の光にも、教会を満たす静寂にも、森を渡る風にも、それぞれ異なる時代が薄く重なり、今という時間を形づくっているのだ。

ベルギーを旅することは、美しい街並みを巡ることではなく、風景の奥に積み重なった時間を読み、その土地が受け継いできた記憶に耳を澄ませること。そして、この国を訪れた旅人もまた、この地を通り過ぎることでも新たな一つの時間をその上に静かに重ねていく。



ブリュッセルの中央広場Grand Place（右写真）は、美しい広場である前に、市民が自由を取り戻した記憶の場所だ。1695年、フランス軍の砲撃で街の大半が焼け落ちると、商人や職人たちのギルドは、それぞれの誇りを紋章や彫刻に刻み直した。ブリュッセルはその後も支配者が変わるたびに言葉を重ね、フランス語、オランダ語、そして世界各地から集まった人々の言語が、一つの都市を形づくってきた。市庁舎の壁に残るフランス語とオランダ語の記念プレート（下写真）は、多様な声を受け入れてきたこの街の歴史を今も静かに語り続けている。異なる言葉が共存することは、この街では特別なことではない。違いを重ねることこそが、ブリュッセルという都市の強さになってきたのである。世界遺産Grand Placeでは2年に一度、広場いっばいに花を敷き詰める「フラワーカーペット」が開催。2026年は日本がゲスト国となり、葛飾北斎の作品をモチーフにしたデザインが披露された。







ベルギーを代表する建築家ヴィクトール・オルタは、建築に曲線という自由を取り戻した。19世紀末、直線と左右対称が美の規範だった時代、彼は植物のしなやかな線を鉄やガラスに宿し、建物そのものを生命ある空間へと変えていった。オルタ美術館（右ページ写真）に差し込む自然光は、階段や手すりをゆるやかに巡り、建築が呼吸しているかのような印象を与える。オルタ設計の旧百貨店を活用した美術館であるコミックアート・ミュージアム（上写真）は、鉄とガラスが織りなす開放的な空間にも、アール・ヌーヴォーの思想が息づく。建築は機能や装飾ではなく、その土地の美意識を映し出すものだった。ベルギーが外から訪れた文化を受け止め、自らの感性へと変えてきた歴史は、この曲線の中にも静かに息づいている。



この国では、川をたどることは歴史をたどること。ムーズ川は、富を、祈りを、時に争いを運んできた。豊かな水脈はヨーロッパを結ぶ大動脈となり、強国の視線を集めてきた。ディナンの断崖（左ページ写真）の城塞は、その記憶を今も静かに見下ろす。しかし、この国は外からもたらされたものを奪われた歴史として終わらせなかった。ムーズ川の支流・セモワ川の息吹を感じるガウム地方に佇むオルヴァル修道院（右上写真）では、富が生んだ罪の意識さえも祈りと労働によって文化へと昇華。12世紀から受け継がれる修道院のチーズとビールづくりは、フランス軍の焼き討ちによる壊滅を経て、1931年の再建後も同じ製法で受け継がれている。川は異なるものを運んだのではない。異なる文化や価値観を出会わせたのだ。その積み重ねが、この国の豊かな多様性を育んできた。





ベルギーは、世界が通り過ぎる国ではない。世界が立ち止まり、姿を変えていく国である。スヘルデ川（下写真）が海へと開くアントワープは、何世紀にもわたり、人と物、思想が変わる玄関口だった。16世紀にはヨーロッパ中の商人が集い、近代経済の礎を築き、やがて鉄道、港、空港へと世界との接点は姿を変えながら受け継がれていく。1531年に建設された世界初の商品取引所（左ページ写真）は、世界中の商人や文化が交わり、この街が「世界の入口」として栄えた時代を今に伝えている。1905年開業のアントワープ中央駅（左上写真）もまた、ヨーロッパ各都市へと続く新たな玄関口となり、その役割を受け継いできた。この街は、流れを受け入れてきたのではなく、世界から届いた文化や価値観を自らの感性で編み直し、新しい価値へと育ててきたのだ。ベルギーは、世界の入口であると同時に、世界を受け止め、新しい価値へと変えていく場所なのである。









夜明けの光が、ブリュッセル
王宮前の広場をゆつくりと照ら
していく。1866年、日本と
ベルギーのあいだに修好通商条
約が結ばれ、その数年後には岩
倉使節団がこの国を訪れた。あ
れから160年。国と国を結ぶ
往来は途切れることなく続き、
人も文化も、互に行き交いな
がら新しい関係を育んできた。

街は変わり、港は広がり、人
や文化はさらに自由に行き交う
ようになった。それでも、この
国のあり方は変わらない。外か
ら訪れるものを拒まず、自分た
ちの暮らしや文化の中へ静かに
取り込み、新しい価値へと育て
ていく。石畳にも、川にも、港
にも、その歩みは今も息づいて
いる。世界は、今日も動き続け
る。そしてベルギーは、その動
きとともに、新しい時代を迎え
入れ、静かに次の物語を書き始
めている。



旅は、国を知るためにあるのではない。
自分の世界の見え方を少しでも変えるためにある。



◀「ベルギー特集」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。

ベルギーへの翼

成田国際空港 (NRT) からベルギーのブリュッセル空港 (BRU) までANA直行便 (毎週月・水・土曜運航) で約14時間。本特集のルートなら、空港から鉄道でアントヘンへ約1時間、アントワープへ約1時間30分。そこからナミュール、ディナンへ約2時間。ブイヨン (セモワ溪谷) へはさらに約1時間30分が目安。





赤井 勝

装花・文

グリーンカラーリリー／Green Calla Lily vol.30

今回は、私の地元・大阪の人氣寿司店「鮮ぎすな」のことを書きたいと思います。
京橋駅から歩いて10分ほど、繁華街から少し外れた住宅街のなかにある完全予約制のお店で、私は縁あって6、7年前から通っています。
営業開始の18時にならないとシャッターは開けてはもらえません。毎度、店の前には予約客がズラッと並んでいます。ありますよね、「時間前に来たって、入れられんよ」的な、繁盛店ならではのスタイル。ある意味、当然と言えば当然なのですが、夏は暑いし冬は寒いしで……。ボヤキな私は「早う開けてえや」

と心のなかでブツブツ言いつつも、いつも期待値を高めながら待つんです。
そして、18時。シャッターがガラガラガラッと開いて、満を持して入店です。見れば開店と同時に12、13席あるカウンターが予約客でびっしりです。
最初に訪問したとき、ここで私は少々不安になりました。というのも私、お寿司はお弟子さんやなしに、店の大将に握ってもらいたい派だから。10人以上の客を相手にして大丈夫なんかな、と。ところが、この店の大将、仕事は丁寧なのに、手が早いです。しかも、お任せコースのみですが、お造りなどの料

理、そして握り、しめの挽ものまで全部で30品ほどが、トントントンとテンポよく供されるんです。そして、大将の足元には、いまだき珍しい板前用の高下駄がカランコロンと鳴っています。
ここで私は気づいたのです。「ガラガラガラッ」「トントントン」「カランコロン」、リズムカールな音が、味覚に彩りを添えていることに。客はおいしい料理はもちろん、このリズム感にも酔いしれ「やられたー」となるのだと。
今月はグリーンカラーリリーをメインに、私もさまざまな花材をリズムよくボンボンボンと。

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。24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.48

ニッポン大好き!



イラストレーション／ソリマチアキラ

元々日本最^び大だったノルウェー人が、初来日後、さらに日本にハマってしまったというお話。

オスロから乗り継いだANAのストックホルム→羽田のきめ細かなサービスに、これまでの人生で乗ってきた飛行機とは一体なんだったのか! と、ノルウェーから初来日したサンタ仲間が、到着口で開ロ一番熱く語り始めた。これまで乗ってきた飛行機の中でどれだけぞんざいな扱いを受け続けてきたの? と笑ってしまったのだが、ANAの機内サービスののおかげで、日本のファーストインプレッションは到着前に既に満点だったようで、私もひとまず安心した。「20年近くもANAダイヤモンドサービスメンバー(DIA)のステイタスを継続している私の気持ちを理解できるか?」と言うと「もちろんだ、僕も可能ならなりたい!」と。「じゃあ、これから毎月ANAに乗って日本に来なさ



い」と背中を押した。

そもそも、日本に来たくなかった動機は「ホンモノのゲイシャに会いたい」からだと言う。奥さんと一緒に来ていて、この人は何を言うのかと思ったのだが、奥さんも会いたいのだそうだ(笑)。ドラマや映画などで刷り込まれた日本のイメージとの答え合わせを滞在中にしたいのだという。

真っ先に日光江戸村か、京都の太秦映画村にでも連れていこうかと頭に浮かんだものの、2週間の滞在中、ずっと一緒にいて過剰にも程がある親切なガイドを買って出るのもよいかと思ったが、べつたり付き添うより、この二人は自らあれこれ探索した方が楽しめる判断。到着した初日だけ浅草寺と仲見世、激安の殿堂ドン・キホーテ、食べ放題焼き肉店と一緒に回った後、解放してあげたのだが、着物、忍者の装束、手裏剣、模造刀、そして抹茶パウダーと、目に

入るものを次から次へと大量に購入しそうになるのを、まだ初日なんだからと諭して阻止するのが大変だった。

そんなのどこでやってるの? というインバウンド観光客向けの「花魁ショー」とか、伊賀の忍者の里、長野の宿場町、佐渡の金山など、私ですら行ったことのないスポットを、随分と効率よく回ったようだ。そして日本食の虜になった。ノルウェーにも寿司店、ラーメン店、日本食レストランがたくさんあるのだが、日本で日本人がつくる日本食は本当に美味しいらしい。そして安いと。めでたいことだ。

帰国後、愛用の日本製カメラ、自家用車、バイク、家電製品の写真と共に、来年元日のフライト予約のコピーが送られてきた。さらに2月も長崎の軍艦島を中心に観光しに来るという。これはDIA修業の兆候なのか(笑)。

くつづく

パラダイス山元の空港巡礼

【ウィーン国際空港】VIE

オーストリア航空の拠点で、ヨーロッパ屈指のコンパクトで乗り継ぎがスムーズなハブ空港。羽田発ウィーン行きのANA直行便NH205便は、週3便(月・木・土)運航中。接続時間は最短25分から40分。ヨーロッパの主要都市、東欧各国のゲートウェイとして利便性は高い。最新型のセキュリティチェックシステムが導入され、液体、パソコン等を鞆から出さずに済む。免税店では、ウィーンの老舗菓子メーカー、マンナーのウエハースと球体チョコレート「モーツァルトクーゲル」が人気。スターアライアンスゴールドメンバーが利用可能なオーストリア航空のラウンジでは、地元名物の肉料理のほか、ウィーンを代表する「アプフェルシュトゥルーデル」が堪能できる。搭乗口Fゲート内のキッズコーナーには立体迷路のほか、透明カバー付きのテーブルサッカーゲームもあり、大人でも夢中になって遊べる。見知らぬ搭乗客同士でゲームを楽しむのが、パラダイス山元の推し。

オスロ

オスロ 18:05 ブリュッセル 20:05
SN2284 32N

チューリッヒ

チューリッヒ 10:50 オスロ 13:15
LX1210 223

ウィーン

ウィーン 8:25 チューリッヒ 9:45
OS133 32N

ストックホルム

ストックホルム 10:30 羽田 7:15 + 1
NH222 788 wif

ブリュッセル

ブリュッセル 20:55 スtockホルム 23:10
SN2297 319

羽田

羽田 22:45 ウィーン 6:20 + 1
NH205 789 wif

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 蔓餃苑」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』、ソリマチアキラとの共著・絵本『サンタさんみっけ!』など。出演イベントの詳細などはX(旧Twitter)で発信中。@mambon

日本・ベルギー友好
160周年 「翼がつなぐ、その未来へ」



©War Heritage Institute,N° Inv WHI : 201871636b

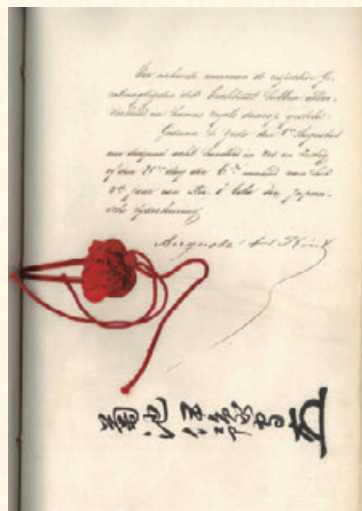
War
Heritage
Institute

1905



ベルギーのリエージュで行われた万博に
日本パビリオン出展。

1866



日白修好通商航海条約締結。

1921

第一次世界大戦の時に、日本はベルギーに対して資金と物資の両面で支援を行った。写真は、ルーヴレン大学図書館の焼け跡を視察する皇太子裕仁親王（後の昭和天皇）。



両国の結びつきを語る上で欠かせないのが、皇室と王室の親密な関係。1921年、昭和天皇が皇太子時代に欧州各国を歴訪された際、ベルギーでアルベール1世国王陛下とご家族から厚い歓待を受けて以来、その友情は今日まで続く。

第一次世界大戦時、戦地となったベルギーの避難民に対して日本は支援を行い、戦火で焼失したルーヴレン大学の図書館には多くの書籍を寄贈した。一方、関東大震災の際には、ベルギーから多額の義援金が寄せられた。近年でも、東日本大震災時にベルギーの大使

館や企業が宮城県の気仙沼市立本吉病院の再建を支援したほか、能登半島地震においても、輪島市町野町へ義援金が送られた。

困難な状況下で助け合ってきた歴史は両国の絆を象徴している。

揺るぎない友好関係は、経済面での活発な交流にも表れている。

現在、241社の日本企業がベルギーへ、一方で、約80社のベルギー企業も日本へそれぞれ進出。

2015年、ANAは成田とブリュッセルを結んだ。その翼は、人や文化、想いを運びながら、160年の歩みを今日へ、そして未来へつなぐ。

2026

写真：AP/アフロ



両陛下がベルギーを訪問。フィリップ国王、マチルド王妃とともに五重塔（通称「日本の塔」Tour japonaise）がそびえ立つラーケン宮を散策する。

ANA ふるさと紀行

ANA FURUSATO TRAVELOGUE

vol.12

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。

岩手県 花巻市

花巻市

Access

花巻市へは仙台駅から
新幹線で約1時間。

東京から新幹線で約2時間半、岩手県の中央に位置する花巻市。アクセスに恵まれ、多くの人が訪れやすい街です。郊外には花巻温泉郷が広がり、家族向けホテルや大人がくつろげる宿が魅力。メジャーリーグの菊池雄星選手、大谷翔平選手の母校・花巻東高校に隣接する日居城野運動公園内にあるモニュメントも人気の観光スポットです。文学界に名を刻んだ宮沢賢治のふるさととして知られ、街中には賢治ゆかりのスポットが点在。また、ぶどう栽培が盛んな花巻市北東部の大迫町（おおはさままち）は国内屈指の「ワインのまち」でもあります。地元ワインは飲食店で楽しめるほか、お土産としても人気です。

肌に優しく、飲泉ができるほど
上質な温泉を満喫！
新鉛温泉 結びの宿 愛隣館！

乳がん手術後の方でも安心して宿泊できる
ピンクリボンのお宿ネットワーク
PinkRibbon no Oshuku Network

花巻市内のピンクリボンのお宿

- 新鉛温泉 結びの宿 愛隣館
- 志戸平温泉 湯の杜 ホテル志戸平
- 花巻温泉 佳松園、ホテル紅葉館
- 大沢温泉 山水閣



詳しくは
こちら！



リボンお宿ネットワーク



地元で愛される
花巻にとっておきの
味を食卓へ！

ハコショウ食品工業株式会社



花巻から世界へ！

花巻ゆかりのメジャーリーグ
記念モニュメント



みちのくコカ・コーラボトリング株式会社
花巻工場

花巻のおいしい水から
生まれる製品を全国へ！

……（花巻市 その他の返礼品）……

詳しくはこちら！



観光中に
すぐ使える
電子商品券
はなまき
星めぐりコイン



地域公認キャラクター
「フラワーロールちゃん」

Check!
ふるさと納税を通じて
花巻市へ足を運んで
みませんか？

全日本空輸株式会社 仙台支店
加藤 恵美

ANAのふるさと納税では、今回ご紹介している「エーデルワイン」のほか、花巻市が誇る肉や野菜、フルーツ、加工食品などが勢揃い！また、観光中にその場で寄付してすぐに使える電子商品券「はなまき星めぐりコイン」など多様な返礼品をご用意しています。



岩手県 花巻市 株式会社エーデルワイン



岩手県産ぶどう100%の こだわりワイン

花巻市では、1949年に台風被害からの復興を目的とした本格的なぶどう栽培が始まりました。栽培面積や出荷量の拡大に伴い、弊社は1962年に規格外のぶどうを利用したワインづくりを開始。寒暖差が大きく、降雨量が少ない岩手県はぶどう栽培に適しており、県内には17社ほどのワイナリーがあります。ワインイベントも頻繁に開催され、例年9月下旬には「おはさまワインまつり」が開催されます。ふるさと納税の返礼品は、岩手県産ぶどう100%にこだわったワインをご用意しています。地域の恵みを詰め込んだ味わいを、ぜひお試しください。



エーデル
ワイン



エーデル
ワインは
こちら

株式会社エーデルワイン
販売部 部長
伊藤 剛



花巻のランドマーク 地域に愛され続ける 昔ながらの大食堂

マルカンビル大食堂は1973年に開業したマルカン百貨店の跡地にあります。2016年に建物の耐震面などを理由に百貨店は閉館。しかし、高校生の署名活動を機に県内外から食堂の存続を望む声が集まり、2017年に再オープンしました。お箸で食べる「10段巻きソフトクリーム」をはじめ、どこか懐かしさを感じるメニューは今なお多くのお客様に愛され続けています。



マルカンビルIF店長
広報責任者
高中 瑞保

花巻市紹介



花巻市
地域振興部定住推進課
主事
高橋 彩乃

花巻市では2008年より開始した「ふるさと納税制度」を活用し、2024年には全国から84億円ものご寄附をいただきました。ANAのふるさと納税の導入は、2024年6月。これからも、ふるさと納税を通じて、花巻市を訪れる人を増やし、将来的な移住・定住の促進につなげていきたいです。また、2017年より、花巻市を愛する「市民ライター」が、自

ら取材・発信するWEBサイト「まきまき花巻」の運用を開始しました。花巻市の温かさやリアルがそのまま掲載された等身大のWEBサイト、ぜひご覧ください! これからも、全国に花巻市のファンを増やせるように、多方面からPRしてまいります。

花巻市
プロモーション
サイト



市民ライターが
花巻の魅力を
発信中!

ANAのふるさと納税で
地域を応援しよう



ANAのふるさと納税

<https://furusato.ana.co.jp/>





「なんも、

なんも、

豊平川」

River, Wild River.



札幌の鼓動を刻む“母なる川” Mother

かつて原野が広がっていた場所には豊平川が作った扇状地が広がり、強固な地盤で水はけも良く、都市開発には有利だった。しかし、一方でこの川は、幾度となく大洪水を引き起こし、人々を悩ませてきた。そもそも「とよひら」の語源はアイヌ語の「トイエ・ピラ（崩れた崖）」。

そんな暴れ川を治水することで、街を整えてきた札幌。北海道弁で「大丈夫」「問題ない」を意味する【なんも、なんも】。今ではすっかり“豊かで平穏な川”となり、まるで「なんも、なんも」と微笑むように人々の暮らしを支えている。

撮影／吉川麻子 (cocoon photographs) 取材・文・編集／川原田朝雄

奥に見える山々から流れてきて、札幌市内を貫き、左ページ中ほどへと下ってくるのが豊平川。左の先には石狩川との合流地点がある。U字型の沼の中にあるのは、モエレ沼公園。全体の設計を彫刻家のイサム・ノグチが手がけ、公園内には不燃ごみと残土によって造成されたモエレ山や、ガラスのピラミッドといった施設がある。そもそもこのモエレ沼は、豊平川が蛇行することで作られた河跡湖とも言われており、現在でも川の水位が上昇した時に備えた遊水地として機能している。

下流域

先祖たちが日本で初めて栽培したタマネギは
僕らが作っていないと無くなっちゃう

日本でのタマネギ栽培は明治4年に札幌で始まった。馴染みのない野菜だけに、初めは内地に出荷しても散々だったという。

だが、少しずつ消費量は増え、海外にも輸出されるようになった。その中で安定した収量を確保すべく、病気に強く、形が揃っていて、保存性の高いものへと品種が改良されていく。

だが、この農園では、あえてルーツに立ち返り、最初に栽培された品種「札幌黄」にこだわっている。在来種なので農協や種苗業者では扱っていない。つまり出荷用のタマネギと同時に、タネを自家採取するためのタマネギを別に作らなければならない。それだけでも大変なのだが、原

種に近い「札幌黄」は本当に厄介だ。個体差が激しくて発芽が揃わず、病害にも弱い。

現在、1 ha以上の規模でこの品種を栽培している農家は数軒だけで、市内での流通量も全タマネギのうち3%にすぎない。猛暑や干ばつの影響で、去年は数軒が引退を決意した。それでも「札幌黄」を作り続けるのはなぜか。

「肉厚で柔らかくて圧倒的な味の良さがあるんです。直売所で『やっぱりすぐ美味しいうね!』といった声を聞くと嬉しいし、やんなきゃならない。先祖から受け継いだこのタマネギを次世代に繋がなくちゃね(笑)」



1. 豊平川下流域にあたる農園の土壌は、川が運んできた堆積物によって作られてきた。表層は砂質で水はけが良いので写真のようにひび割れて見えるが、下層部は粘土質で保水力がある。これが絶妙のバランス。2. 4. 一方、ハウスではタネの自家採取のための栽培をしている。ポンポンと花を咲かせる“タマネギ坊主”がかわいい。3. 「札幌黄」の収穫は9月後半から。大手の流通には対応できず、直売所や生協での販売が中心。しかも普通のタマネギと違って日持ちしない。その代わり、味が濃くて肉厚で柔らかく、加熱するとぐっと甘くなる。

伝統品種「札幌黄」の栽培農家

湯浅農園 湯浅富夫さん

先祖は明治23年に開拓民としてこの地に入植した。富夫さんは建設会社勤務を経て、17年前に農家を継ぎ、現在は妻と2人だけで5ha 弱のタマネギ畑を手がける。「子どもの頃、昭和56年の8月には『五六水害』と呼ばれる豊平川水系の氾濫があり、収穫間際のタマネギがすべて流されてしまいました」。それを機に大規模な河川改修が行われ、畑の環境も整えられたという。



中流域

和人が来る前から

行ってきた

サケ迎えの儀式を復活させ、
毎年守り続けてきました





アシリチェフノミ実行委員会 副委員長
札幌ウポボ保存会 会長

種田シマンノ系14代 藤岡良子さん

「100年ぶりに復活した時には、道内各地のコタン（集落）から170人のアイヌが集結しました」。今は複数のコタンで開催され、アイヌ同士の交流の場にもなっている。札幌ウポボ保存会の会長も務める藤岡さんは、アイヌ古式舞踊やアイヌ文様刺繍、アイヌ料理などの伝承活動にも取り組んでいる。



「アシリチェフノミ」はサケの豊漁だけでなく、人々の安全、そして熊やキツネといった山の動物の分も祈る、いわばアイヌの世界観が支配する儀式。復活した昭和57年以降、毎年秋に行っている（今年は9月13日に開催）。祭壇にサケやイナウと呼ばれる祭具などを捧げて神に祈り、また、料理や果物を供えて先祖供養を行う。左の2枚は過去に行われた時の様子（提供／アシリチェフノミ実行委員会）。

豊平川に限らず、アイヌ民族は北海道の至るところで川でサケを獲りながら暮らしてきた。ところが、開拓使の入植後、川のサケを国が管理し、独占するために全河川でのサケ・マス漁が禁漁となる。それはアイヌの伝統を否定し、和人への同化を強いるものだった。しかし結局都市化と水質汚染のせいで昭和28年に豊平川のサケは絶滅する。アイヌにとって、サケは「カムイチェブ（神の魚）」。単なる食料ではない。そこで、途絶えていた儀式「アシリチェフノミ（新しい鮭を迎える儀式）」の復活を目指し、禁漁から100年後の昭和57年に実現させた。「伝統文化の継承だけではなく、この儀式にはアイヌの復権という意味があります。そして、アイヌがアイヌであることを誇りにするための時間なのです」川はアイヌにとって、アイデントイティを取り戻す場だ。



「アシリチェフノミ」の復活と同じ頃、札幌では「カムバックサーモン」を叫ぶ市民運動が巻き起こり、昭和56年に豊平川にサケが戻ってきた。川近くの施設では、サケ科やさまざまな水生生物を展示すると同時に、豊平川生まれの野生サケを保全する札幌ワイルドサーモンプロジェクトに取り組む。

札幌市豊平川さけ科学館

札幌市南区真駒内公園2-1

<https://salmon-museum.jp/> 入館料無料！

1. 大本堂の地下にある光明殿のお砂踏み巡拝霊場。足元で光る蓮華の下には四国八十八か所霊場の砂が埋められており、お遍路体験ができるようになっている。2. すすきのの夜に浮かび上がる新栄寺。付近には他にも5軒のお寺があり、賑やかな街に余韻をもたらしている。



1



2

3. 札幌で生まれ育った民衆史研究家・石川圭子さん。「鴨々川ノスタルジア」代表。地域の各寺院と連携し、埋もれた民衆の歴史を掘り起こし、その魅力を発信している。



3



成田山札幌別院 新栄寺
主監 谷 照幸さん

成田山札幌別院新栄寺は、明治18年に成田山新勝寺から御分霊を勧請して創建され、不動明王を御本尊としてお祀りしている。主監の谷さんは、本山での修行を経て札幌別院に赴任。成田山伝統の真言密教の秘法である護摩祈祷を毎日修行する。「昔はお寺が住民の身元を把握する役割だったから」。左は、近くの料亭へ向かう芸者衆（さっぽろ名妓連）のまさ美姐さん。

大歓楽街・すすきのを縫うように流れる鴨々川は、豊平川流域から自然に流れを変えていった分流だが、この周りには古刹が集まる。木立に囲まれたお寺ではなく、街のネオンを浴びながら静かに威厳を放っている。

「かつて、すすきののは日本各地から集まってきた開拓民のための場所でした。土木労働者を慰安する歓楽街として整備され、賑わってゆく一方で、定住農民にとっては故郷と同じ生活環境が必要でした。お寺もないような土地では安心して暮らせない——その不安を和らげ、定住を促すために寺町が作られていったのです」

そして、川は当初から生活用水や物資の運搬に欠かせないものであり、穏やかで澄んだ水面は人々の心を静めてくれた。お寺と川は、すすきのに暮らす人々を今も見守っている。

分流「鴨々川」

今も昔もすすきのに集まる人々には
川とお寺が心の安らぎなんです

鴨々川に架かる藻山橋^{もやまばし}。右に進めば地下鉄すすきの駅、左には中島公園駅。この川には錦鯉も暮らしている。



精進河畔公園にて。かつては都市化に伴う水質汚染やコンクリート護岸化によって生態系が損なわれた精進川。しかし、平成4年の再改修を経て生態系が復元され、現在のような自然に近い豊かな姿を取り戻した。



精進河畔公園から約4km。豊平川の激しさを彷彿とさせる滝の先に「花魁淵」と呼ばれる淀みが静かに広がる。かつて、数奇な運命に翻弄された花魁が奥の山の上50mの断崖から身を投げたと伝えられる。



「道外の古い町と違って、札幌には幕末以降160年分の記録が残っています。だからこそ、『なぜこうなったのだろう?』という土地の歴史の謎が、単なる言い伝えで終わらず、事実としてクリアになる面白さがあります」

支流「精進川」

川のほとりを歩けば札幌の街づくりの歴史が見えてくる

「豊平川は札幌の母なる川です」と語る和田さんには、住宅街を静かに流れる豊平川の支流・精進川を案内してもらった。

「こちらの右岸の先は急な崖になっていきますね。これが平岸面です。反対側が札幌面」

豊平川が作った札幌扇状地には氷河期時代に作られた平岸面とその後に形成された札幌面の2つの層があり、その境界にあ

たるのがこの川だという。ちなみに、「平岸」のルーツはアイヌ語の「ピラ（崖）・ケシ（端）」。

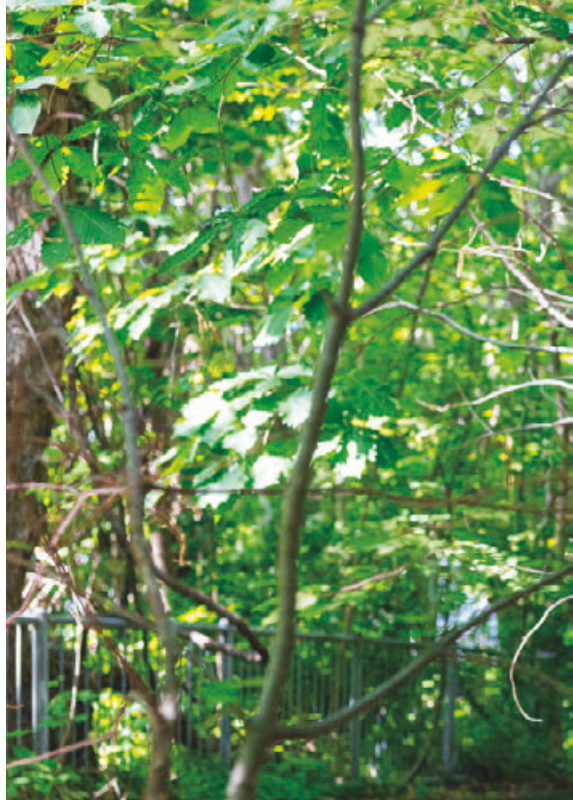
かつて、この川の下流部は豊平川から分流し、再び豊平川へと合流していた。その中州にある部分が中の島という地名になった。

その後、昭和の治水工事の中で、分流部分は切り離され、今では支流として機能している。

「精進川のように、昔の札幌に

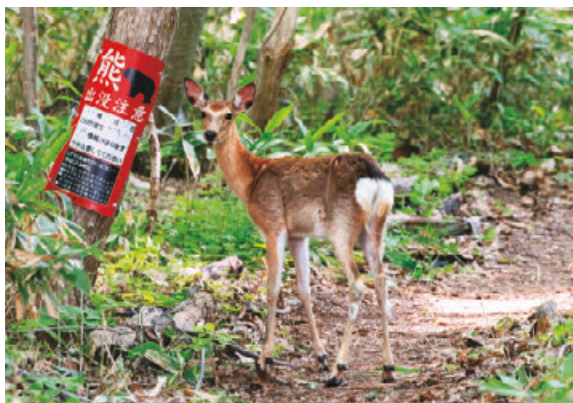
は小さい川がたくさんありました。それが本来の自然の姿なのですが、やっぱり札幌は豊平川の氾濫に悩まされてきた。川を制御して、堤防を作って、川筋を1本に整えなければならなかったんです」

原生林が茂る河畔の道は、人々の日常的な通勤・通学路でありながら、毎年サケが遡上するほど豊かな自然が息づいている。



北海道科学大学 工学部
都市環境学科 客員教授
街歩き研究家 和田 哲 さん

昭和47年、札幌生まれ。東京での広告代理店勤務後、札幌に戻り、地元情報誌の編集者に。平成27年放送のNHK「プラタモリ 札幌編」では案内人として出演。令和4年に独立し、現在はTV、新聞、ラジオ、SNSなどで活躍する。著書に『古地図と歩く札幌圏』シリーズ（あるた出版）など。愛称は「urasatoru」。@burasatoru



花魁が身を投じた崖の上へ向かうと、ひょっこりとエゾシカの子どもが出迎えてくれた。周辺はエゾリスやキタキツネ、シマエナガ、クマゲラなど、野生動物の宝庫。ただし、ヒグマも出るので要注意。



スパイシーでフルーティな
ビール造りを
支えるのは水です

permanent 代表

木村亮太 さん

コロナ禍を経て東京からUターンし、2年間の修業を経て、令和6年に札幌・藤野にて開業。「原料の道内生産と6次産業化による地域活性化」を未来の目標に掲げ、現在はその足がかりとして、近郊農家が生産するフルーツや野菜を副原料（主発酵後）に活かした、奥深い味わいのクラフトビールを手がけている。

@permanentbrewing

日本初の本格的なビール造りが始まった街・札幌で、ベルギー系スタイルの「瓶内二次発酵」に特化した新鋭ブルワリーが誕生。豊平川上流がもたらす白川水系の軟水を使用することで、素材の風味を優しく包み込み、複雑でフルーティなアロマを表現する。コンセプトは「ワインのように、自宅で気軽に味わえるクラフトビール」。20坪というマイクロブルワリーのため現在の生産量はわずかだが、グラスの先には大きな夢と可能性が広がる。

清らかな水と大地のもとで育まれる食の恵み



豊平川がもたらした札幌扇状地の上部に位置する札幌市南区。水はけの良い傾斜地を活かし、昔からサクランボやブルーベリー、桃などの果樹栽培が栄えてきた地域だ。近年は新規就農者も増え、小規模ながらも多種多様な作物が栽培されるようになり、春から秋にかけて、地域の直売所やスーパーには色彩豊かな野菜やフルーツが並び、

土と水が冬に蓄えた力を
野菜やフルーツが
最大限に発揮してくれる

八剣山ワイナリー

札幌市南区砥山194-1

<https://hakkenzanwine.com/>

岩山もブドウ畑も
川が削り出した
テロワール



豊平川が削り残した八剣山の麓に位置するこの地は、ミネラル豊富な河岸段丘。美しい景観と豊かな自然環境を活かし、地域おこしの一環として平成23年よりブドウ栽培を開始。現在は地元農産物を

扱うマルシェやレストラン、キャンプ場も運営し、地域の新たな拠点となっている。左端の赤ワイン「蒼ノキョク」は、豊平川の治水のために作られた豊平峡 ダムのトンネル内で熟成されたワイン。

上流域

きれいな豚にとって
この地の
水は欠かせません

飼料の6～7割に北海道産のコーンや小麦を使用し、将来的には道産飼料100%を目指す。物価高騰で飼料代の負担は増しているが、「お肉が『甘くて美味しい』と喜んでくださるお客様のためにも価格は上げたくないですね」と語る。



古川農場 代表取締役 古川貴朗さん

豊平川を挟んで八剣山の向かい側にある、札幌で唯一の養豚場。昭和50年代には100軒以上あった市内の養豚の火を、今は両親と妻の家族4人で守り続け、週に約40頭の三元豚を出荷する。効率的な人工授精ではなく、自然交配にこだわり、薬の使用も極力避けて肥育されたこだわりの豚肉は、ブランド豚「古川ポーク」として確かな品質を届けている。@furukawapork

豚熱をはじめとする感染症の対策を徹底しているので、今回の取材時もカメラマンが豚舎に入ることはできなかった。写真は古川さん自身が撮影し、Instagramに投稿したもの。

定山溪

原生林が繁る溪谷に対峙しながら
温泉が湧き出る川に癒やされる



札幌の奥座敷・定山溪は、江戸末期にアイヌの人々に案内された修験僧・美泉定山により開湯した歴史ある温泉地。人工的なボーリングや加温に頼らず、豊平川の川岸や岩盤の亀裂から絶え間なく湧き出る「自然湧出」の湯を今も堪能することができる。現在でこそ穏やかな表情を見せるこの地だが、大正12年には豊平川の氾濫でホテルの大浴場が土砂に埋まるなど、かつては水害に悩まされてきた。そもそも豊平川は、人口200万人規模の都市を流れる河川としては世界屈指の急流。この「暴れ川」を鎮め、札幌の街に平穏をもたらしたのが、定山溪のさらに上流に建設された豊平峡ダム（昭和47年完成）と定山溪ダム（平成元年完成）だった。水流が削り出した荒々しい断崖はかつての猛威を物語るが、現在は静かな水面と美しいコントラストを描き、定山溪ならではの独特の景観を生み出す。川面ではカヌーやSUPを楽しむ人々の姿が……。上質な温泉の魅力はもちろん、清らかに澄んだ水面を見つめ、心地よいせせらぎに耳を傾けるだけでも、この場所は私たちに深い癒やしを与えてくれる。

撮影協力／アミューズメント北海道
<https://amuse-sports.com/>



札幌への翼

東京（羽田）などからANA便で新千歳空港へ。空港から豊平川エリアまでは車で約60分。

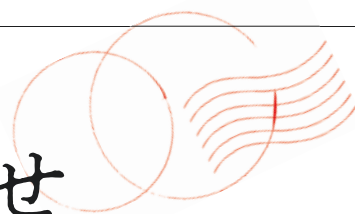
※運航情報は変更になる可能性があります。
 最新の情報はANAウェブサイトをご確認ください。



「豊平川特集」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。

旅するお取り寄せ

vol. 036



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

生産者さんのお人柄が伝わってくる 素朴で潔い味と佇まいに惹かれます。

いと思わせてくれる味なんです。一口飲むと目の前に農園の景色が広がってくるような気がします。スーパーや百貨店に並ぶ品から選ぶのももちろん楽しいですが、このジュースの素朴で潔い佇まいに、とても惹かれました。気取ったところがなく、無理につくり込んでいないよう

な雰囲気も、好きな理由かもしれません」
絶景の地としても知られる宇和島市の三浦半島で育った柑橘を使用し、清見やいよかん、ポンカンなど季節ごとに異なる品種の味わいを楽しめる。麻生さんは、6本入りのおすすめセツトを注文することが多いそう。

「旬の味を楽しめるのがうれしくて、いつもおすすめでお願いしています。ホームページも、みかんを育てる後藤さんのお人柄が伝わってくるようなつくりで、そこも魅力です。届いた箱を開けると、宇和島の空気まで一緒に届けてくださったように感じられます。何でも揃う東京に暮らしながら、あえて取り寄せる喜びは、そんなところにあるのかもしれませんが。自分で飲む時は朝食にいただくことが多いのですが、友人が遊びに来た時には一緒に味わうだけでなく、帰り際に『これ、ぜひ飲んでみて』と渡すことも。ビタミンが豊富でほどよい酸味もあるので、忙しい人に贈りたくなるんです。また、友人の子どもが遊びに来た時に出すと、喜ばれます。素材の味が力強く伝わってくる、世代を問わず愛されるジュースだと思います」



『後藤農園』の 『オリジナルみかんジュース』

愛媛の宇和島で丁寧^{ていねい}に育てられた柑橘を使った、素材本来の味わいを楽しめるジュース。季節によって、みかんや手作りジャムの発売もあり。720ml 6本入り 4,200円（送料別）。3本入りも購入可能。<https://gotoh.ocnk.net> こちらからお取り寄せ可能。

はっと心がほどけるような料理で人気の料理家・文筆家の麻生要一郎さん。自身が歩んできた道のりや、大切な人たちとの記憶を綴った初の自伝エッセイ『酸いも、甘いも。』も評判を呼んでいる。そんな麻生さんがおすすめてくれたお取り寄せは、愛媛県宇和島市でみかんを

育てる『後藤農園』の『オリジナルみかんジュース』だ。
「地元出身の方からお土産でいただいたのが、最初の出合いです。自然な味わいが気に入りました。以来、お取り寄せするようになりました。みかんが丁寧^{ていねい}に育てられていることが伝わってきて、いつか農園を訪ねてみた

Profile

麻生要一郎

料理家・文筆家。飾らないレシピが人気。新島で宿を始めたことを機に料理の道へ。著書に『僕の献立 本日もお疲れ様でした』（光文社）や、『酸いも、甘いも。あの人がいた食卓 1977-2025』（オレンジページ）がある。

都会から1時間余り。
水と風の
おしゃべりが聞こえる
里山の癒し

湯気 YUGE MAP

地図

vol.9
千葉

案内人 笹野美紀恵

撮影／金子斗夢
取材・編集／中野桜子



笹野美紀恵（ささの・みきえ） 実家は、「サウナの聖地」として知られる静岡「サウナしきじ」。ホテルの温浴施設をプロデュースするほか、医療機関とオリジナルの薬草入浴剤を共同開発するなど、未病予防にサウナを活用する取り組みも行っている。



SATOYAMA TERRACE

千葉県富津市田原898

TEL 0439-29-7319

<https://satoyama-terrace.com/>

Instagram @satoyama_terrace

サウナ(2室) ロウリュ 水風呂(2つ)

外気浴 食事 宿泊

柱のない大屋根は、この土地の風向きや風速といったデータをもとに設計されたもの。2種の冷水浴は、地元の銘水を贅沢に使用。一つは季節に合わせて夏はシングルの冷浴、冬は温浴としても温度の違いを楽しめる。「山サウナ」(右下写真)は、暖炉に燃える焚き火を眺めながら、2機のサウナストーブで体を芯から温める。野草と薪の香りに包まれながら、その潤沢な湿度の高さには感動。



サウナの醍醐味は、熱や冷たさだけではない。サウナ室や水風呂の設えはもちろん大切だが、ときに何よりの「ごちそう」となるのは、一陣の風だったりする。都心では、外気浴そのものが贅沢。ここは都心から車で1時間余り。それだけで、里山の時間がゆっくりと流れ始める。ふだんキャンプとは縁遠い私でも、肩肘張らずに自然の懐へ入り込めるのがうれしい。ここでは、土地の恵みを最大限に生かす建築と、自然の再生への取り組みが共存する。身を置くと、私たちもまた自然の外側ではなく、その循環のなかに生かされる一つの生物なのだと気づかされる。自然に「お邪魔します」と小さく頭を下げるようなひととき。自然と距離のある人にとっても、無理なく里山と出会える。そんな入口になってくれるサウナは貴重な存在だ。



SATOYAMA TERRACE

「滝サウナ」(左下写真)は、自然石で作られた滝に富津の天然水が流れる、他に例を見ないサウナ。たっぷりの湿度と緩やかな温度は、時を忘れそうに。足元に張られた心地よい水温の天然水もクセになる。サウナ前のドリンクは発汗を促す「ストロングジンジャー」、サウナの途中には「房総 塩オロポ」やレモンとトマトで作られた「房総 キレトマ」がおいしい。サウナ後は「海井」「山井」を。



ANA Blue Base Tourで、いっしょに空の仕事を学ぼう！

ANA

見学ツアー
開催中!!

集まれ!ミライのCA!

現役CAがリアルな体験談を交えながら、
実際の訓練施設をご案内。
機内で見えるCAとは違う一面を見に行きませんか?
皆様からの質問にもお答えします。

見学ツアー“集まれ!ミライのCA!”に
参加ご希望の方はこちらから!



※見学ツアー“集まれ!ミライのCA!”の予約につきましては、毎月10日に翌月開催分を販売いたします。(10日が休日の場合、翌平日)

ANA Blue Base Tour とは?

ANA Blue Baseは、日本最大級の訓練施設。ここでは、グランドスタッフ、客室乗務員、貨物スタッフ、グランドハンドリングスタッフ、整備士、運航乗務員(パイロット)など、ANAグループの各職種の訓練エリアを見ることができます。ANAグループ現役社員がご案内します。

サイトはこちら!



ANA Blue Base Tour

\ ANAグループの訓練の裏側、覗いてみませんか？ /

DEPARTURES

現役社員がANAグループの教育・訓練施設をご案内します！

ANA Blue Base Tour



対象年齢

- 小学生以上
未就学児は入館できません。
小学生は18歳以上の大人の同行が必要です。

開催日・予約方法

- 月・火・水・木・金曜日
※不定期にて土日祝日にも開催中です！
詳しくはHPをご確認ください。
- 完全事前予約制
QRコードを読み取り、
ご希望のツアーをご予約ください。



料金

- 一般見学ツアー
大人(18歳以上)：2,000円(土日祝2,500円)
高校生・中学生・小学生：1,500円(土日祝2,000円)
※その他各種ツアー料金はHPをご確認ください。

アクセス

- ANA Blue Base
144-0042 東京都大田区羽田旭町10-8 ANA Blue Base 1階
京浜急行電鉄空港線/穴守稲荷駅から徒歩約10分
東京モノレール/整備場駅から徒歩約10分(青宙橋経由)

ANA Blue Base Tourとは？

日本最大級の教育訓練施設を、ANAグループの現役社員の解説とともに巡る国内唯一の見学ツアーです。

パイロット、客室乗務員、整備士、グランドスタッフ、貨物スタッフ、グランドハンドリングスタッフの訓練エリアを網羅した充実の内容です。

日時によっては実際の訓練が行われている臨場感あふれるシーンもご覧になれます！



ANA Blue Base Tour



Echoes of SHINDO

かみさまのころをきく

箱根

龍神の森で心を整える

vol.4 HAKONE

深く息を吸い、祈りを捧げ、森の静けさに身を委ねる時間は、自律神経を整え、心と体を本来のリズムへと導いてくれる——。ウエルネスのスペシャリストが神社を巡り、日本古来の祈りと「よりよく生きること」のヒントを探る本連載。
雄大な自然と歴史が調和する箱根で、
「何もない時間」がもたらす豊かさに触れた。

SHINDO —

神社でひらく、 心と体のウェルネス

SHINDOとは、「心・体・神」を一つにつなぎ、「今」に意識を向けて生きるための日本発のウェルネス。「心 (Mind) の道・身 (Body) の道・神 (Spirit) の道」の意味を内包し、日本の古 (いにしえ) より続く「今この瞬間を生きる」という思想「中今 (なかいま)」を軸に据える。その土地の自然音や神社にまつわる音に身をゆだね、神々をイメージした神楽 (かぐら) のような動きと呼吸を重ねることで、心が静まり、意識は自然とこの瞬間へと向かう。本連載では、この SHINDO の考え方をもとに神社を巡り、心と体がひらかれていく「意識」をひもといていく。

■ 芦ノ湖畔に鎮座する箱根神社 20年ぶりの献茶式で祈りを捧げる

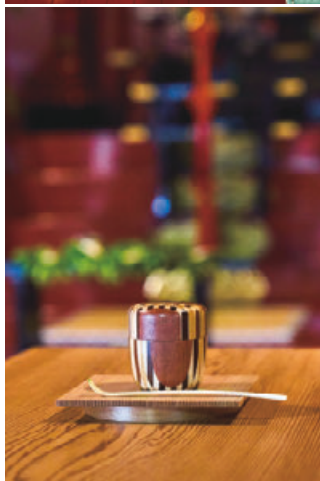
7月11日、箱根神社の御本殿にて、「禅茶 仙狹會」を主宰する山崎仙狹先生の奉仕による献茶式が執り行われた。箱根神社での献茶式は、2007年の御鎮座1250年記念大祭以来、約20年ぶりとなる。前回に続いて奉仕者を務めた山崎先生は、御祭神への感謝と祈りを込め、一服の茶を奉納した。

空港からのアクセス：
箱根へは羽田空港から車で約90分

箱根神社で執り行われた献茶式。神前に茶を供える静かな儀式は、一つひとつの所作に無駄がなく、張り詰めた空気の中にもどこか穏やかな時間が流れていた。式を執り行った茶道家の山崎仙狹先生は、「献茶は神様にお茶を差し上げるだけではありません。自分や、一緒にいる皆さんの心を整えることでもあるのです」と語る。さらに、「神様の前で手を合わせたり、お辞儀をしたりする

瞬間、人はいつさいの執着や雑念を手放している。その一瞬の無が大切なのです」と続けた。実は、箱根神社は私が最も足を運んでいる神社の一つだ。参拝だけでは終わらない。ここを訪れるたびに辿るお気に入りのルートがある。

まずは箱根神社を参拝し、そのまま九頭龍神社（本宮）が鎮座する「箱根九頭龍の森」へ。「セラピーロード」と呼ばれる遊歩道



禅茶・茶道研究家、華道家として活動する山崎先生。日本文化の原点である「禅茶」の普及に力を注ぐ。20年ぶりに箱根神社で献茶式を奉仕し、「神様の導きで再びこの場に立てました」と感慨を語った。

神社名：箱根神社

御由緒：奈良時代の757年に創建。源頼朝や徳川家康ら武将の信仰を集め、樹齢600年を超える杉並木や芦ノ湖畔の自然に包まれた箱根を代表する神社。

住所：神奈川県足柄下郡箱根町元箱根80-1

九頭龍神社は、奈良時代の僧・万巻上人（まんがんしょうにん）が村人を苦しめた毒龍を調伏し、龍神へと導いた伝説が伝わる。開運や金運、商売繁盛、縁結びの神として広く信仰を集める。



Mindful Steps
今日は
10,052 歩



Echoes of SHINDO



とちのものをいただく ——甘酒



江戸時代初期に創業し、茅葺き屋根や囲炉裏など昔ながらの風情を残す茶屋。「甘酒は、ビタミン B 群やアミノ酸などを豊富に含み、『飲む点滴』とも呼ばれる発酵食品。砂糖なしのやさしい甘みで箱根散策の後にうれしい一杯です」と竹下さん。

Shop Information

店名: 甘酒茶屋

住所: 神奈川県足柄下郡箱根町畑宿二子山395-28

とちのこえをきく ——芦ノ湖

豊かな森に抱かれた芦ノ湖。湖面を渡る風や鳥のさえずりが日常の緊張をゆっくりとほぐしてくれる。箱根の自然が紡ぐ音の世界をお楽しみください。



には木漏れ日が差し、鳥のさえずりや風に揺れる木々の音だけが聞こえる。歩を進めるうちに頭の中を占めていた考え事がいつの間にか薄れ、ただ森の静寂に包まれていく。山崎先生が話していた「瞬間の無」とは、こういう感覚なのかもしれない。

私は昔から龍という存在に強く惹かれてきた。毎朝の瞑想では、龍が自分の体をすつと通り抜けていく姿を思い描いている。そのせいだろうか、森を歩いていると龍の道を歩いているような感覚になり、この土地に息づく龍の物語が心に浮かぶ。目に見えないものを想像することもまた、その場所を深く味わうための大切な時間なのである。

九頭龍神社で手を合わせた後は、『龍宮殿』の目帰温泉で体を休める。神社で心を整え、森を歩き、温泉で体を癒やす。この一連の流れが、私にとっての箱根のウェルネスルートだ。「何もない時間」。箱根は、その時間の豊かさを静かに思い出させてくれる場所だ。

鹿児島県の宝に、 スポットライトを



ANA鹿児島支店長が語る、
地域の魅力を見つけ、広く伝える仕事

鹿児島県が誇るブランド米「あきほなみ」の味にほれ込み、ANA国際線ファーストクラスへの搭載を実現——客室乗務員としてキャリアを始め、さまざまな現場を経験し、現在はANA鹿児島支店長を務める山本眞由美。自らを「鹿児島PRプロデューサー」と称する山本が語る、地域の魅力を最大限に引き出す流儀とは——。

「あ、足が抜けない！ 田んぼの泥ってこんなに重たいの！ 明日は絶対、筋肉痛（笑）」

たつぷりと水を湛えた稲田に悪戦苦闘しながら、女性は初の田植え体験に声を弾ませていた。

ここは鹿児島県の本土最北端、県内屈指の米どころとして知られる伊佐市。訪れたのは、ちょうど田植えのシーズンが佳境を迎えようとしたころだった。

栽培されていたのは鹿児島県が長い歳月をかけ開発したオリジナルブランド米「あきほなみ」。なかでも、いま目の前の水田に移し植えられているのは、さらに厳選された特別な米「吟地米」の苗だ。こちらは今月から、ANAの国際線ファーストクラスの食事で提供されている。

「昨年初、初めていただきましたが、驚くほどお米の一粒、一粒が大きく、ツヤツヤで。ふくら炊き上がったお米を口に入

れると、強い粘りけと深い甘みを感じられる。他県の人気銘柄米にも決して負けない、おいしいお米だと確信したんです」

ANA鹿児島支店の支店長・山本真由美は田から上がると、こう力を込めた。

ANAの国内33支店は、国内・国際線の航空セールのほか、地域創生事業も担う。エアライン独自のネットワークやリソースを活かし、自治体や地域事業者とともに特産品を開発することや、観光誘客なども業務の一環だ。

そんなANAの鹿児島支店に、昨年春に着任した山本。わずかな赴任期間で、魅力あふれる食材や工芸品を次々に見つけ出すことができたのは、彼女の目の確かさか、はたまた鹿児島という地域が持つ力ゆえか。とにかくにも、山本の働きかけが奏功し、あきほなみ・吟地米は国際線ファーストクラスで提供さ

れるに至ったのだ。

今回は、いまでは「鹿児島PRプロデューサー」を自認する山本が語る、地域の魅力を最大限発信する、その流儀――。

「ANAブランドをもっと広めたい」

「そもそも、鹿児島には縁もゆかりもなかったんです」

こう微笑んだ山本は大阪府出身。〝超就職氷河期〟と呼ばれる世代の一人だった。

「就活中、ANAの採用パンフレットに『出会いの創造』と書かれているのを見つけて。『すごくいい言葉だな』と思った。

さまざまな出会いを私も創り出してみたい、この会社に入りた

いと。そしてはじめは、フロントラインの役割から機内のお客様をおもてなしする客室乗務員（以下、CA）として1998年、狭き門であったANAに入社したんです」

山本には学生時代から、得意としていたことがあった。

「私、新しいお店などの情報を誰かに伝えるということが、すごく好きだった。友人から『女子4人のランチにいいお店ない？』と聞かれて『こんなお店あるよ』と教えてあげたり。後日『あのお店、すごくよかった』



上はCA時代の山本。07年にはチーフパーサーの資格も取得した。下は編集長を務めた「ANA Latte」。「当時のターゲティングなどの経験が、いま生きていると思います」



インタビューは茶畑のなかにある「ヘンタ製茶 (<https://www.henta.co.jp>)」のティーテラス「霧茶床」で、爽やかな風に吹かれながら

なんて言ってもらえることに、喜びを感じていたんです」

それは、CAになっても変わらなかった。感度の高い同僚たちとの情報交換が楽しみの一つだった。やがて、山本はこの得意分野を仕事へと昇華させる。

「旅行情報サイトの編集長募集」という社内公募があつて。

私、迷わず手をあげました(笑)」

山本は2004年、当時はまだ少なかった女性向けに特化した旅行サイト「ANA Latte」の編集長に就任。

「世の女性が求めているものをキャッチして企画を組んだり、女子が喜びそうなおしゃれな神戸のお店とタイアップしたスイーツツアーを作ったり。いまでは当たり前になりましたが、ホテルの部屋に加湿器を用意することや、CA厳選のアメニティを置いてもらうこともおこないました」

2007年、山本は地上勤務から、機内での乗務をメインとする勤務形態に復帰した。

「改めて乗務してみると、お客様の見え方が変わりました。『こ

のお客様は、ここにいるのが当たり前ではない。営業担当者の懸命な仕事の結果、お客様は旅をしたいと思ってくれた、ANAに乗りうと思ってくくださったんだ』と」

山本の思いはその後、さらに強くなっていく。

「乗ってくださるお客様を、CAとして待っているだけというのが、だんだんともどかしくなつたんです。より多くの方に『ANAに乗りたい、旅をしたい』と思っていただく、そんな役割を担いたい。そう、やっぱり私は『出会いの創造』をしたい、そういう気持ちで、抑えきれなくなっていきました」

こうして山本は2009年、もともと志望していた総合職への転換を果たす。

東京空港支店で羽田空港国際線ターミナル(現第3ターミナル)開業やボーイング787導

入に従事したのち、グループ会社への出向などを経験し、管理職へと昇進した山本は、さらにマーケティング事業を担う新会社(現ANAX)設立に参画。その後再び羽田空港に戻って旅客業務にもついた。

「そんなふうに多くの部署で働いてみて、私たちが提供できる価値の高さを実感し、そして思つたんです。『ANAブランドをもっと広めたい、それこそが私のやりたいことなんだ』と」

鹿児島島の「宝」を

多くの人に伝えていく

山本は沖縄空港支店での3年を経て、昨年春から現職に。

「真つ先にやったのは、鹿児島県内をくまなく回ったこと。23カ所ある道の駅、それから、離島にも足を運びました」

各地を回って、山本には気づいたことがあつた。



錦江湾に面し雄大な桜島の眺望も素晴らしい「仙巖園 (<https://www.senganen.jp>)」で、地域の“宝”の一つ、「薩摩切子」を視察

「県のPRキャッチコピーは『南の宝箱』です。それが何を指しているかというところ、和牛も黒豚もブリもカンパチもお茶も焼酎も『全部おいしいです』というところ。でも、誰に何を伝えたいのか、何がどうおいしいのか、素晴らしいのが伝えきれないと思った。贅沢な悩みだとは思いますが、そこを整理して、伝えるべき相手に伝わるようにアピールしないと。宝の持ち腐れにしてはならないと思ったんです」

そうしたなか、山本の目に留

まったのが「あきはなみ」だ。

「国際線ファーストクラスに搭載するお米を推薦する機会があると聞いて。鹿児島は水も土壌も素晴らしいから、いいお米もあるに違いないと調べたら、特Aランクのお米があったんです。試食してみたら、これが本当にいいしかった」

山本は早速動いた。推薦書を用意したあと、サンプルと見積もり（米価格）を提出しなければならぬ。だが、この見積もりが難題だった。担当者からは、なかなか色よい返答がこなかった。

「当時は『悪い話じゃないはずなのになぜ?』と思ってました。でも、後になって『米の見積もりというのは金相場を予想するくらい難しい』と教えられる」

言われてみれば、令和の米騒動で米価格が乱高下した矢先の話だった。誰に話せば解決するのか。鹿児島支店マネージャーの持増が伝手を頼ってようやくたどり着いたJA（農業協同組合）に「情報をいただいても最終的には選べない可能性もあります」と正直に打ち明け、頭を下げた。

「すると、その方は言ってく下さいました。『わかりました。鹿児島島の米にスポットライトを当てようとしてくれた、そのお気持ちに、ちゃんと応えたい』と、見積もりを出してくださいました」

その過程で「いろんなことを学ばせてもらった」と山本は言う。

「その方は、こうもおっしゃってました。『別に損得ではない、お米を作っている農家の誇りを理解してほしい』と。それを聞いて、なおさら私たち鹿児島支店としては、ファーストクラスのお客様に食べていただくだけではなく、これを機に多くの人に鹿児島のお米のいいしさを知ってもらいたい、農業産出額全国2位である食料供給地域であることや、そのほかの素晴らしい県産品のことを伝えていきたい、そういう思いを強くしたんです」

取材の最後、山本は笑顔でこう打ち明けた。

「ここはお料理も焼酎も、本当になんでもおいしい。だから私、鹿児島に来て5キロも太ったんですよ」

彼女の浮かべた満面の笑みこそが、ここがわつぜよかとこの、証拠じゃつど（ここが素晴らしいところ、その証に違いない）。



創造の翼。

中村恵理、世界で活躍。

新国立劇場から、
若き芸術家たちが
世界に羽ばたいています。

舞台写真：新国立劇場オペラ『椿姫』ヴィオレッタ © 堀田力丸

オペラスタジオ(オペラ研修所)

グローバルに活躍するプロのオペラ歌手を目指して

新国立劇場オペラスタジオ(オペラ研修所)はグローバルに活躍するプロのオペラ歌手を目指す者の研修機関として1998年に開設され、高倍率の選考試験を突破した才能豊かな歌手たちが研修に励んでいます。2016年度には、全日本空輸株式会社(ANA)と共に次代を担う若手芸術家支援制度「ANA スカラシップ」を創設、イタリア・ドイツ等での海外研修を中心に総合的なサポートを図っています。修了者は新国立劇場への出演はもちろん、海外歌劇場へのデビューを果たし、国内外のオペラ・カンパニーなどで広く活躍をしています。

新国立劇場オペラスタジオ(オペラ研修所)「冬のリサイタル 2026」

2026年12月13日(日)14:00 中劇場

協賛：全日本空輸株式会社



ウェブサイト



新国立劇場 オペラ研修所



中村 恵理 オペラ歌手(ソプラノ)

大阪音楽大学、同大学院修了。新国立劇場研修所第5期修了。2008年英国ロイヤルオペラにデビュー、10～16年ドイツ・バイエルン州立歌劇場専属歌手。ウィーン国立歌劇場、ベルリン・ドイツ・オペラ、ザルツブルグ州立歌劇場、新国立劇場ほか国内外で活躍。新国立劇場では21年『蝶々夫人』タイトルロール、22・24年『椿姫』ヴィオレッタ役など多数出演。27年3月『道化師』ネッダ役で出演予定。



新国立劇場

2030年へのカウントダウン —SDG5 “ジェンダー平等”達成へ、今こそ確かな「行動」を—



SDGs (持続可能な開発目標) 目標5
「ジェンダーの平等を達成し、すべての女性と女児のエンパワメントを図る」

持続的な開発目標(SDGs)が目指す2030年の達成期限まで、残り5年を切りました。UN Women (国連女性機関) は、ジェンダー平等と女性のエンパワメントの実現に向けて、構造的な障壁を取り除くための具体的な「行動」を世界に呼びかけています。

SDGsは目標5で「ジェンダー平等の実現」を掲げ、暴力の排除や女性の参画、平等な権利の保障を達成するよう定めています。近年では、妊産婦死亡率や学校修了率においては飛躍的な改善を果たしたものの、今でも約6億7600万人もの女性と少女たちが紛争地のそばで暮らし、女性は男性が持つ法的権利のわずか64%しか有していません。世界経済フォーラムの報告書によると、現在のペースでは、完全なジェンダー平等にはあと123年かかるとされています。



ポートスーダンの Alazhri 避難所で緊急支援物資の配布が行われ、UN Women のチームメンバーが女性たちの話を聞いている。写真: UN Women/ Ekram Hamad Fadlalla

世界が直面するこの深刻な停滞を打開するために、UN Women は「女性のリーダーシップと政治参画」、「経済的エンパワメント」、「女性に対する暴力の撤廃」、そして「平和・安全保障と人道支援への女性の関与」という4つの優先領域において、グローバルな支援の拡充と規範作りを進めています。しかし現在、開発途上国におけるジェンダー平等の達成には依然として年間約4200億米ドルもの資金が不足しており、これが持続可能な開発を進めるうえでの大きな壁となっています。国際社会や各国政府、民間セクターが連携し、支援を拡充することが重要です。

UN Women はアジアで唯一のリエゾン・オフィスを東京に設置し、日本政府や多様なパートナーと連携し、政策対話や広報活動に従事しています。民間企業とも協働し、あらゆるジェンダーの人々がともに責任をもってジェンダー平等を推進する「HeForShe」や、メディアや広告から有害な固定観念を撤廃しポジティブな変革を目指す「アンステレオタイプ・アライアンス」、さらに組織内での女性活躍を推進する「女性のエンパワメント原則 (WEPs)」の普及を通じて、男女共同参画を推進しています。

ジェンダー平等は、あらゆる人が自分らしく輝き、社会全体の繁栄と平和を築くための最も確かな基盤です。SDGs が掲げる2030年が目前に迫る今、確かな「行動」を起こす時が来ています。



UN Women
日本事務所所長
焼家直絵

ジェンダー平等を担う国連の中核機関として、UN Women は、法律、制度、社会的慣習および支援のあり方を変革することで、ジェンダー格差の是正を図り、すべての女性と少女にとって平等な世界の実現を目指しています。



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 原ヒデトシ
編集 中野桜子

雲州平田駅
松江駅
● 出雲市駅
● 雲南吉田 IC

SHIMANE

VOL.

48

島根県

ヤマタノオロチ

八つの頭と八つの尾を持つ。
谷を八つ、尾根を八つ渡るほど大きく、体には苔や樹木が生えている。その眼は赤く、腹には血が滲む。島根県を流れる斐伊川の化身だともいわれている。

オロチが生きる雲南市は
1300年にわたる神話の世界

奈良時代に完成した神話「古事記」に記されたやまたのおろちの物語とその姿は、現代日本の漫画、映画、ゲームなど様々な媒体に関わるクリエイターたちに今も多大な影響を与え続けている。実際に八つの頭に八つの尾を持つ大蛇の造形をしていると、えもいえぬ畏敬の念が湧き上がり、心が高揚する。目の前で動き出すのではないかとさえ感じてしまう。これはある意味「今も生きている」ということではないだろうか。

森井ユカ：立体造形家／キャラクターデザイナー
ポケモンカードゲームのイラストレーション、「コネコカップ」「ネゴ」のデザイン、粘土遊びセット『ねんDo!』のディレクションなど。著書多数。



2



3



八つの頭と尾。
人喰う巨大な妖怪は、
その名もヤマタノオロチ

1 雲南市でヤマタノオロチゆかりの地ツアー。斐伊川の上流にあり、オロチが棲んでいたとされる「天が淵」では川面を守るように植物が生い茂る。2 スサノオがオロチを退治し八つの頭を埋めると「八本杉」が生えた（実際は明治6年に植樹）。住宅地の中とは予想外……。3 大きな石が向かい合う「釜石」で、スサノオがオロチに飲ませて弱らせるための酒を造った。

実際は地域の地理や産業の話も織り込まれながら伝承されている。雲南市の斐伊川周辺に散らばる、オロチにまつわる名所を訪ねるうちに、この土地が大切に行き、じんわりと染みてくる。

アシナヅチとテナヅチの8人の娘を、毎年一人ずつ食べに来ていたヤマタノオロチ。8年目にスサノオが退治に乗り出し、オロチに強い酒を飲ませ弱ったところで首を切った。オロチからは後に三種の神器のひとつといわれる劔がこぼれ出て、これをスサノオは姉のアマテラスに贈り、残されたクシナダヒメを妻に迎える。



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！





9



1



4



3



2

1 李白酒造の特別純米酒「やまのおろち」は、季節ものも含め常時いくつかの種類が揃う。珍しいパウチタイプ（左後ろ）は行楽向き。2 おろち以外にも多数のブランドが醸造される。実は料理用のみりんも絶品。3・4 タイミングがよければ、販売所の店頭で会えるかもしれない現社長・田中裕一郎氏。軽妙な日本酒語りに、思わず引き込まれる。



8



5

5 イカの香りに誘われた「お食事処 柿谷」。潮風を感じながらのんびり食事ができる。6 2尾が豪華な、ノドグロの煮付けの定食。具だくさんのあら汁も嬉しい。7 漁師井には、ヒラマサ、タイ、ネギトロ、サケ、エビ、アオリイカなどが所狭しとのっている。奥に見えるのは丸く小ぶりなお重が特徴の出雲そば。8 観光客が目指すのは真っ白な出雲日御碕灯台。



7



12



13



14



10



11



酒と海鮮と猪鍋に昇天 オロチを追う島根の旅

酒を飲まされ最後を迎えたという伝説に基づいた地酒「やまたのおろち」に惹かれ、蔵元の「李白酒造」へ。島根県産の五百万石が原料米の、オロチの持つ力強さをイメージした特別純米・辛口で、40年近い歴史を持つそうだ。ここでは常時10種類以上を試飲の上、買うことができる。

日本海の海の幸を訪ねたく、李白酒造から海沿いを西に、日本一高い石造りの白垂の灯台「出雲日御碕灯台」を目指す。するとイカを焼くいい香りが……。『お食事処 柿谷』は開業して60年ほど。山陰の海の幸と、赤いお重の出雲

9・10 雲州平田の「料理 以久満」で念願の猪のぼたん鍋。最後に残る濃厚な煮汁に投入するのは、そば。
11 鍋の前にアズキハタ、メネギ、トビウオ、イカなどどびきり新鮮な寿司を。12 四代目店主・生間太一氏の繊細でスピーディーな手元に見惚れる。13 表面がカリッと焼かれたうなぎは、主には宍道湖産のもの。14 泳ぎ出しそうな、益田市高津川の鮎。

そばが気軽に楽しめる。

島根の最後は、雲州平田へ。百年以上の歴史を持つ「料理 以久満」で鮎、うなぎ、そして猪を堪能する。猪の鍋は、しばし会話が止まるほどのどびきり濃厚な味わい。べのそばにこの汁がよく馴染む。平田では以前、オロチを退治する大きなスサノオの巨大な造形を見に来たことがある。雲南から平田までの道中には、ヤマタノオロチの名を冠した道の駅や個人の商店も多く、見つけるのはなんとも楽しかった。オロチの物語は、島根県の各地に息づいている。

妖怪さんぽスポット

天が淵

島根県雲南市木次町湯村

八本杉

島根県雲南市木次町里方507-5

李白酒造

島根県松江市石橋町335 HP: <https://rihaku.co.jp/>

お食事処 柿谷

島根県出雲市大社町日御碕1089-29

☎0853-54-5106

料理 以久満

島根県出雲市平田町2236-8

☎0853-62-2248 @youriikuma

岐阜県高山市。 世界が認めた伝統の屋台行事！秋の高山祭

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。



名古屋支店

土生田 将伍 (はがた しょうご)

趣味のドライブで訪れた高山市の新穂高ロープウェイから見た絶景が忘れられません。一目惚れした高山市に岐阜県担当として関わることができ、特別なご縁を感じています！



[1] ユネスコ無形文化遺産に登録された高山祭。夕暮れには約100個もの提灯を灯した屋台が並ぶ。[2] 36条もの糸で人形を操って、まるで生きているかのように魅せる布袋台のからくり奉納。[3] 獅子舞がお囃子の強弱に合わせて生き生きと舞い、祭行列の先頭を進む。[4] 11台の屋台が曳き揃えられ、その壮大な風景は見る者すべてを圧倒する。[5] カンカコカンと地域の子どもたちが奏でる鉦の音。

画像提供：[2]～[5] © 高山市

飛騨を彩る幽玄の美！
匠の技が息づく八幡祭

春の「山王祭」と秋の「八幡祭」の総称である「高山祭」。日本三大美祭の一つに数えられるこのお祭りは、飛騨匠の技が光る絢爛豪華な「屋台」が最大の主役であり、昼と夜でがらりと異なる表情を楽しめるのが醍醐味です！

昼は、櫻山八幡宮の表参道に屋台が立ち並び、八幡祭でしか見られない「曳き廻し」や、布袋台による精巧な「からくり奉納」が観客を魅了します。まるで生きているかのように美しく、複雑に動く人形の演技には思わず息を呑むこと間違いなし！

一転して夕方から始まる「宵祭り」では、各屋台に約100個の提灯が灯り、夜の町並みを巡行。灯火に浮かび上がる幽玄な美しさが、昼のにぎわいとは違う幻想的な空間を創り出します。

飛騨高山が誇る伝統の熱気と風情を、ぜひ肌で感じに来てみてください。



東京(羽田)から
富山空港まで約60分。
東京(羽田)から
中部国際空港まで約60分。

【秋の高山祭(八幡祭)】

開催期間：2026年10月9日(金)～10日(土)
天候により祭行事が変更・中止になることがあります。日程の順延はありません。



←公式 HPはこちら

福岡県太宰府市。 受験生が大集合！太宰府天満宮「特別受験合格祈願大祭」

第12回

【色彩が美しい秋のお祭り】



5

[1] 楼門の柱は急流を登り切つて龍へと変貌する鯉が表現され、受験生へのエールが込められている。[2] 大祭期間限定で授与される、受験生の熱い思いと願いが込められた青い絵馬。[3] 大祭期間中には多くの受験生が参拝。[4] 受験生の皆様の努力が実り、見事合格されますように。[5] 難関突破の願いをのせ、力強く闇を照らす「飛龍天神ねぶた」。



4



2



3

菅原道真公の
聖地に躍る飛龍！
受験生の成功を願う太宰府天満宮では、10月に「特別受験合格祈願大祭」が斎行されます。これは「学問の神様」として仰がれる菅原道真公が、33歳の若さで学者として最高位の文章博士になったことになんだ特別なお祭りです。

大祭期間中、登龍門伝説になぞらえた鮮やかな「飛龍天神ねぶた」が楼門を彩ります。これには、受験生が難関を突破できるようにという願いが込められています。また、受験合格のご祈願を受けると登龍門伝説にちなんだ特別なお札やお守り、絵馬、掛け袴が授与されます。

2027年は、道真公のご逝去から1125年の節目の年。「1125年式年大祭」に向けて行われた124年ぶりの御本殿大改修が完了し、いよいよ9月中旬から公開されます。

生まれ変わった御本殿にて執り行われる初の特別受験合格祈願大祭。「学業成就」を願う伝統の心は、受験生にそっと寄り添ってくれることでしょう。



福岡空港



太宰府市

東京(羽田)から
福岡空港まで約110分。

【特別受験合格祈願大祭】

特別受験合格祈願期間：2026年10月1日(木)～31日(土)
特別受験合格祈願大祭：2026年10月18日(日)



全国天満宮総本宮

太宰府天満宮



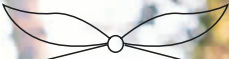
↑公式HPIはこちら



福岡支店

武藤 裕紀子 (むとう ゆきこ)

絶景と美食を求める旅が趣味です。福岡出身者として、歴史ある空間と自然に包まれた太宰府天満宮をおすすめします！食と自然、歴史文化が楽しめる福岡へぜひお越しください。



おべんとう の時間

第234回



東京都国立市
金融アナリスト

カエンバ・ブライアンさん

写真：阿部了
文：阿部直美





日本に来て4年目になります。日本食で一番好きなのは、カレーライス。うどんも好きです。うどんと一緒に食べる天ぷらは美味しいけど、ちくわ天を口にした時には「おお、フィッシュ」ってすぐにわかった。魚はダメです。お腹が痛くなっちゃう。寿司はまだ食べたことがあります。おにぎりは一度だけ。これくらいなら大丈夫かな、って妻がちりめんじゃこを入れたんです。ダメだった。それから、おにぎりのイメージが悪くて食べてません。

私はアフリカのウガンダ出身です。日本人の妻とは、来日後に英語を教えたのが縁で結婚しました。彼女と出会うまで、日本食はほとんど食べられなかったんです。トライするのが不安で。メニューの写真を見ていいなと思っても、実際に出てくると「あれ？ 違う」って。今も、

ひとりではほとんど外食しません。その点、弁当は安心。私の好きなものを妻が入れてくれる。今日みたいに、野菜や鶏肉を炒めたものが好きです。ご飯の上に全部おかずをのせるのがいい。

今年に入って在宅勤務になったので、昼は自分で作って食べることもあれば、妻の弁当を持つて公園に行くこともあります。去年は別の仕事をしていて、毎日妻が弁当を持たせてくれました。ただ夏の間は暑さで弁当が傷むから、何か買うか外食するように言われたんです。でもひとりで店に入るのは好きじゃない。家に帰ってから食べようと思っても何も食べずに働いて、ひと夏で6kgも痩せてしまいました。それから、私の体重が増えるように妻が弁当の中身を考えてくれているみたいです。土曜日の夜は、私がウガンダの料理を作ります。牛肉の煮込

みとか、すごく美味しいよ。ウガンダでは、どんな料理にも生のトマトを入れるんです。ヤギ、牛、豚、鶏。なんでも食べます。肉ではヤギが一番好き。牛は多くの家庭で飼われているから、安いです。結婚する時、男性は女性に牛をプレゼントするんです。10頭とか15頭。女性はミルクのために2頭用意します。私は2年前に結婚したけど、妻にはプレゼントしてません。だって、どこで飼う？

土曜日の夜は、 私がウガンダの料理を 作ります

私が育ったのは首都のカンパラです。父はイギリスの大学を出て、ウガンダの農業大臣をやっていたんだけど、33歳で亡くなりました。私が3カ月の赤ん坊の時です。その後、母が一生懸命働いて大学まで通わせてくれました。当時の母は本や文具を売る店をやっていたんです。うちは兄と姉が寄宿学校に入っていたので、末っ子の私が家のこ





とをひとりですてました。私の国では、掃除や皿洗みたいな家事は子どもの仕事です。午前5時に起きて家のことをやってから、6時に路線バスに乗って学校に通っていました。朝は渋滞で時間がかかるから。

授業が始まるのは7時。10時に最初の休憩があって、朝食を食べます。いつも母が作ってくれたチャパティを持っていきました。小麦粉に水を入れて、刻んだ玉葱や人参を混ぜて焼くの

がチャパティ。フライパンの中の生地を手でくるくる回しながら焼く、簡単に最強の食事です。昼ご飯は学校が用意してくれました。ビーンズとポシヨ。ビーンズは豆の煮込み。ポシヨはトウモロコシ粉をお湯で混ぜて練ったもの。毎日これだったけど、週に一度のお祈りの日は、ポシヨの代わりに米とゆで卵が出ました。米は高価だから、買えない家もあったんです。中学と高校が合わさった私立のセカンドリースクールの授業は、朝7時から午後5時までです。長時間？ 勉強する教科がいっぱいあったから。でも音楽や体育の授業はありません。あれは習うものじゃなくて持って生まれた才能、神からのギフトだから。私の子どもの頃の夢は、船のキャプテン。ウガンダにはヴィクトリア湖はあっても、海がないでしょ。世界各地を旅したかつ

たんです。10代はサッカーに夢中になりました。かなり活躍していたんです。でも母に止められてやめました。「勉強に集中するように」って。自分でも、成長するにつれ将来のために何が一番大切かわかってくるでしょ。スポーツで成功できなくても、教育があれば自分の身を助けてくれる。キャンボゴ大学で経営を勉強して学位を取れば、他の分野よりも成功に近づくんじゃないかと思ったんです。

私の国では高い給料をもらえる仕事はないです。コネを使うのも嫌だった。大学を出て、ドバイへ行きました。なんと、着いて5日目にコカ・コーラに就職が決まったんです。200人以上の応募の中から3人採用で、私が選ばれた。9年近く働きました。その後、日本へ。言葉は全然わからなくても、心配はなかったです。チャンスは自分の

手で掴み取らなくちゃ。

今年、アメリカの企業に転職しました。基本的には東京の自宅で仕事をして、月に数日は米軍基地のある山口県の岩国や海外に出張する働き方になりました。最近ね、イギリスの大学のコースをオンラインで受講しているんです。いつだって将来に備えなくちゃ。朝5時に起きて、2時間勉強してから仕事です。日替わりで日本語も勉強していますよ。仲良しになった70代の中村先生が、週末にボランティアで日本語を教えてくれるんです。彼からは、毎日難しい宿題も送られてくるんですよ。

ウガンダの母の料理が恋しいです。一番はマトケ。いつだってマトケが恋しい。青いバナナを蒸してつぶしたもので、マッシュポテトみたいな食感かな。来年には、妻と彼女の高校生の息子連れて国に帰りたいです。

世界をつなぐ、あたらしい空へ。



Inspiration of JAPAN

A STAR ALLIANCE MEMBER



www.ana.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



オリチャ占い

9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÷8=4 あまり6…精霊数「6」でチャンゴーの子

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今月の旅のヒントをお伝えします。

金運など詳しい占いはこちら→
Web『翼の王国』で



精霊数0 | オバタラの子

大音量の音楽に身をゆだねるフェスへ

先月に引き続き運氣が力強く上昇します。強い「攻めの運氣」の中では想定外の強い向かい風もあるかもしれませんが、それは成功を掴むための試練だと捉えてください。

仕事運: ★★★★★ 同僚への愚痴は控えて。沈黙は「金」。

恋愛運: ★★★★★ 感情が暴走すると関係が壊れる。

健康運: ★★★ 空气清新機を使って質の高い睡眠を。



精霊数1 | エレグアの子

盆踊りで心地よい一体感を堪能して

残念ながら運氣は少し下がり気味。持ち前の「独創性」や「類まれな行動力」が、周囲からは「独りよがり」だと見られてしまうリスクがあるので、今月は万事を控えめに。

仕事運: ★★★ 業務の進捗管理は念入りにチェック。

恋愛運: ★★★ 感謝や配慮の気持ちは言葉で伝えて。

健康運: ★★★★★ 疲労から注意力が散漫になりがち。



精霊数2 | オグンの子

家族や恋人が行きたいと望む旅先が◎

何事に対しても今ひとつ満足感が得られにくく、とりわけ仕事面では無理をしても成果が出ません。いっそ、これまでの偏ったワークライフバランスを見直す時期にしてみてください。

仕事運: ★★★ 既存の業務の「穴」を埋めること。

恋愛運: ★★★ 隠し事やごまかしは信頼を損なう。

健康運: ★★★ 食中毒に気をつけた食生活を。



精霊数3 | オチョシの子

山深い秘湯で心身を整えるひと時を

運氣は下がり気味で、放った矢が的を外れるような「もどかしさ」を感じるかもしれません。この時期に必要なのは、無理して高く飛ぶことではなく、足元の土台を固めることです。

仕事運: ★★★ 基本的なルールと手順の「確認」を。

恋愛運: ★★★ 嫉妬心を抑え、冷静な対話を大切に。

健康運: ★★★ ウォーキング中のつまずきに注意。



精霊数4 | イェマヤーの子

言葉の通じない遠くの国への一人旅

海の女神・イェマヤーの子としてのパワーが全開になる輝かしい時期です。大事な案件ほど、周囲からの嫉妬を買わないよう、水面下で淡々と準備を進めていきましょう。

仕事運: ★★★★★ 批判よりも提案。和を重んじて◎。

恋愛運: ★★★★★ あえて「知らないふり」をすること。

健康運: ★★★★★ 白い帽子が頭部の不調を防いでくれる。



精霊数5 | オチュンの子

厳かなご来光を拝みに山小屋に投宿

先月に続き、運氣が力強く上昇します。持ち前の「華やかさ」に加え、「不屈の精神」が宿る時期なので、たとえ未知の分野への挑戦であっても、必ず道を切り拓けるはずですよ。

仕事運: ★★★★★ 「裏方の仕事」にこそ勝機あり。

恋愛運: ★★★★★ 静かに寄り添うだけで絆が深まる。

健康運: ★★★★★ 睡眠不足が直感を鈍らせる。



精霊数6 | チャンゴーの子

名刺で心静かに座禅や写経に没頭

月の後半に進むにつれて運氣が力強く上昇していきます。魅力的なチャンスが目の前に現れますが、すぐに飛びつかず、隠された「穴」や「罠」がないか、必ず確認することが大切です。

仕事運: ★★★★★ 有利な商談ほど細かい条件に注意。

恋愛運: ★★★★★ 関係の性急な進展を求めてはダメ。

健康運: ★★★ 目の疲れが神経の昂ぶりを招く。



精霊数7 | ババルアイェの子

訪れたことのない、なるべく遠い街へ

運氣が力強く上昇中です。重要なキーワードは「移動」で、旅に出る、活動拠点を移す、引っ越すなど、動的なアクションのすべてが素晴らしい幸運を呼び込む呼び水となります。

仕事運: ★★★★★ 予定の変更がかえって好機につながる。

恋愛運: ★★★★★ 相手をコントロールしようとしない。

健康運: ★★★ ストレスが肌トラブルを引き起こす。

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



A 賞 (10名様)

MON AROME CHERI candle お米 Candle

米ぬかを有効活用したアロマキャンドル。お米由来の優しい灯りと抹茶の香りが、心安らぐ時間を演出します。



B 賞 (5名様)

LASANTE 着圧5本指ハイソックス

心地よい着圧と5本指の構造で足元をすっきり爽やかに。さらりとした履き心地で長時間の移動も快適です。

※Sサイズ(22~24cm)のブラックを送付します。



C 賞 (10名様)

47YOKAI シール4種セット

本誌にて連載中の森井ユカさんの「47 YOKAI MONSTERS」の立体シール4種セット。日本全国の可愛い妖怪たちが大集合。手帳や小物のデコにもぴったり。※仕様やデザインは一部変更となる場合があります。

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回限りをお願いします。

『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8月号
海外特集/パリ
国内特集/近江



2026年7月号
海外特集/モンタナ
国内特集/対馬



2026年6月号
海外特集/スロバキア
国内特集/広島



2026年5月号
海外特集/フィリピン
国内特集/高知



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

購入ページはこちら



変わらない景色に 焼き付けた 娘の成長

能登谷 明日香



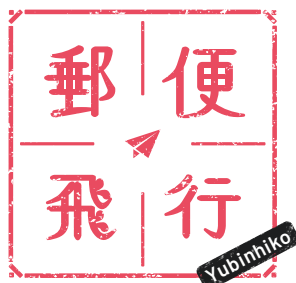
今年7歳になった娘と再び訪れたオアフ島。まだ娘が赤ちゃんだったときに家族写真撮影してくれたハワイのフォトグラファーTommyさんに依頼し、当時と同じロケーション、同じポーズで撮影してもらいました。7年前と変わらぬ雄大なダイヤモンドヘッドを背景に、大きく成長した娘と幸せそうなパパの笑顔。とてもアロハな時間でした！次回訪れるときは、もう高い高いのポーズは難しいかもしれないけれど、また青い翼に乗って、家族である場所に戻りたいと思います。

ウェルカム ウェルカム

重松 千佳



故郷金沢に向け飛び立つ。昨年父を亡くし機内で寂しい気持ちになる。「今度、金沢に帰るよ」と送信すると、父は決まっ「ウェルカムウェルカム」と返してくれた。あの返信はもう届かない。涙がにじむ。機長によると到着地の天候は曇り。高度を下げ、見慣れた町並みが見えてくる。田植え前の田んぼは用水が満ち、風で水面が揺れている。父の作ったお米を今年も食べたかった。曇天の小松空港に到着しラップを降りると、急に太陽が顔を出した。とびきり晴れ男だった父が「ウェルカムウェルカム」と迎えてくれたようで嬉しくなった。お父さんだいま！笑顔で空を見上げた。



息子がきっかけをくれた、 憧れの地での大冒険

末吉 正明

ニューヨークに留学したい……。思いもよらぬ子どもの言葉に、首を縦に振らないことはなかった。真夏の日本を旅立ち、子どもにも数日遅れてのニューヨーク入り。人生で一度マンハッタンを歩みたいと思い、57年間頑張ってきた自分への褒美としても興奮は抑えられなかった。しかし、アメリカのネイティブの発音は聞き取れない。孤独感に苛まれるなか、ANAKルーからJFK到着時に声をかけられた一言で、勇気付けられた。



エンジョイ……楽しんでください。お陰様でボディランゲージで1週間、夢のようなニューヨーク旅行を楽しむことができました。そしてこれからすでに3度目のニューヨーク旅行を終えています。これからもANAの翼で世界を旅したいと考えています。

✉ 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。文字数が多い場合等は、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_tsubasayubinhiko@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のマイルで「私らしい旅」を



ANAのマイルは、航空券へ交換するほか、座席のアップグレードや旅行先のホテル、アクティビティの予約など、おトクだけじゃない「私らしい旅」を叶える魅力が盛りだくさん。旅行の予約や日常でのお買い物、決済、ANAの幅広いサービスで無理なく自然に貯まります。次の旅が始まる頃には今までにない特別な体験が選択肢に。今日からANAでマイルを貯めてみませんか？

● 詳しくはQRコードのウェブサイトをご覧ください。



日々のお支払いでマイルが貯まり、次の旅に繋がる！



日々のお買い物でマイルが貯まる「ANA Pay」をご存じですか？ スーパーやコンビニ、ドラッグストアなど、小さなお買い物でも、200円ごとに1マイルが貯まります。ANA Payをスマートフォンのウォレットに登録しておけばお財布不要で簡単にお支払いが完了します。さらにANAカードからチャージをすると、チャージとお支払い時の両方でマイルが貯まっておトク！ また、マイルが貯まるだけでなく、1マイルからチャージしてお支払いにご利用いただけるため、有効期限が切れそうな少額のマイルも無駄なく活用できます。いつものお買物をANA Payに変えるだけで、マイルが貯まり次の旅へ近づきます。ぜひ今日からANA Payを使ってみましょう！

※ 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。

● 詳しくはQRコードのウェブサイトをご覧ください。



空港売店「ANA FESTA」で使える 最大1,500円OFFクーポン掲載中！



ANAマイレージクラブ アプリ限定で、ANA FESTAで使える最大1,500円OFFクーポンを掲載中！ ANA FESTAでは、オリジナル商品やご当地ならではの名産品などを取りそろえています。

クーポンの表示方法や知っておくと便利な裏ワザについて、詳しくは下記QRコードからご確認ください。空港でのお土産探しは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。



今年のシルバーウィークは ANAのふるさと納税で旅に出よう



シルバーウィークの旅行計画は立てていますか？ ANAのふるさと納税では、ダイナミックパッケージクーポンやトラベラーズホテルクーポンを返礼品としてご用意しており、これらは航空券やホテルの予約時にご利用いただけます！ 全国各地のクーポンを取りそろえているため、あなたのまだ知らない「新たな地域」に出会えるチャンスです。今年のシルバーウィークは、ANAのふるさと納税で記憶に残る旅の思い出をつくりませんか？

※ ANAのふるさと納税のご利用には、会員登録が必要です。

● 詳しくはQRコードのウェブサイトをご覧ください。



新規入会で豪華マイルプレゼント！ 対象加盟店での利用で、さらにおトクにマイルが貯まる！



新規入会でおトク！

ANAカードの新規入会でボーナスマイルが貯まります。また、入会・利用でマイルやクレジットカード会社のポイントがもらえるキャンペーンも実施中です。

キャンペーン情報やANAカードマイルプラス対象加盟店は右下の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。

ANAカードのお支払いでさらにおトク！

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、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「ANAカードマイルプラス」をご利用いただけます。ANAカードの活用でおトクにマイルを貯めませんか？

ANAカードマイルプラス加盟店（一例）

マツモトキヨシ／ココカラファイン／ヤマダデンキ／
ベスト電器／IDC OTSUKA／apollostation (出光)／
スターバックス／高島屋／大丸・松坂屋／
阪急百貨店／阪神百貨店など

※2026年7月現在



旅CUBE 3周年記念！ マイルが3倍キャンペーン



便利な「旅CUBE」のポイント📍

出発地から空港や目的地までの経路検索はもちろん、対象となる「バス・鉄道」の予約・購入まで旅CUBEで完結。ご搭乗便に合わせたスムーズな移動をサポートします。ご旅行や帰省のご準備に、ぜひご活用ください！

※参加登録には、旅CUBEの会員登録(無料)が必要です。
※期間中であれば、ご利用後の参加登録も対象になります。

＼おかげさまで3周年／

旅CUBEを利用して、空港アクセスをもっとおトクにしませんか？ 期間中、キャンペーンに参加登録のうえ対象商品をご購入・ご利用いただくと、もれなく3倍のマイルをプレゼント！

■対象期間：2026年6月16日(火)～9月30日(水)

■対象商品：バス・鉄道
(東京モノレール、東京空港交通リムジンバスなど)

詳しくはQRコードからウェブサイトをご覧ください。



航空機を利用した人身取引の防止



世界を結ぶANAグループは、航空サービスが意図せず人身取引という重大な人権侵害に利用されるリスクを認識し、その抑止を重要な人権テーマに位置づけています。

このテーマのもと、ANAグループは官民連携による抑止力向上施策を推進しています。今年度は成田、羽田、中部の各空港におけるデジタルサイネージでの啓発活動や、関係各社との合同研修などを通じて従業員の意識向上を図っています。

今後もすべての人々の尊厳が守られる安心な社会の実現に向け、真摯に取り組んでまいります。



詳しくはQRコードのウェブサイトをご覧ください。

ムーバ「MoVA」羽田空港での実証実験を開始！



【お客様の声】
空港で借りた車いすを、
そのまま現地の目的地まで継続して利用でき、
返却場所もある程度選択できるようなサービスがあると大変ありがたいです。

ANAホールディングス株式会社は、空港で車いすやベビーカーの近距離モビリティをレンタルし、ターミナル内からその先の目的地までシームレスにご利用いただけるサービス「MoVA」の実証実験を、2026年6月15日より羽田空港で開始しました。羽田空港でのサービス開始に合わせ、関空・

成田・羽田の3拠点間をまたいでレンタル・返却ができる「乗り捨て」検証も新たに実施します。今後も多様なお客様のニーズに寄り添い、年齢やお体の状態にかかわらず、誰もが自由に旅を楽しめるシームレスな移動体験の創出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。

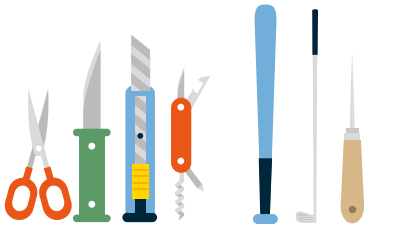
●ライターは1人1個まで

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控えください。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にご注意ください。

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.

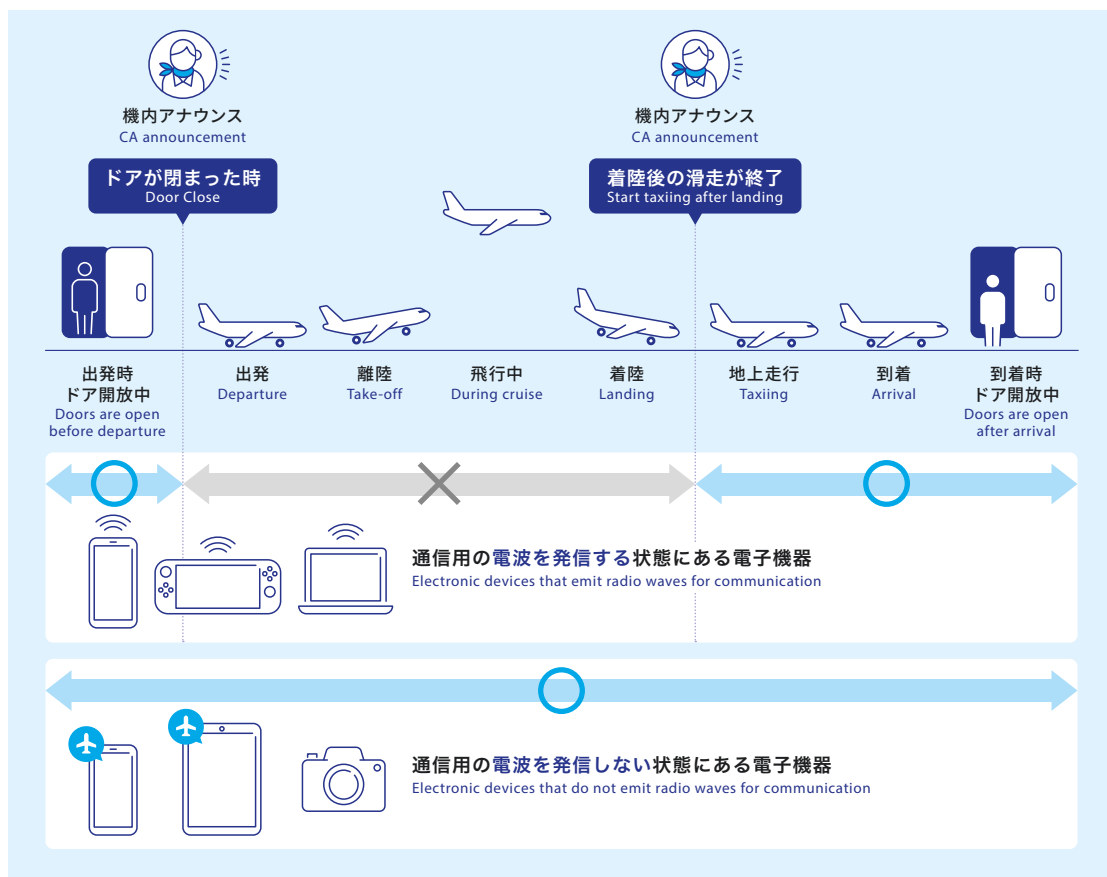
機内での電子機器の使用制限について

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.

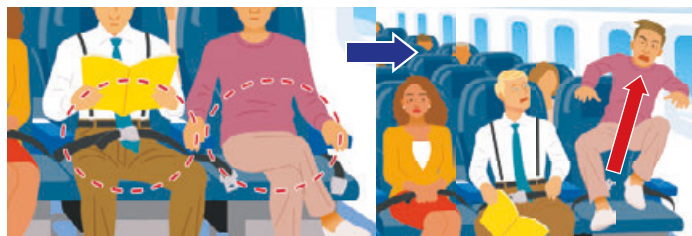
*Means the sending/receiving of phones/emails and the internet function is set to OFF even when the power is turned ON. Cell phones functions should be set to "flight", "self", "radio wave off", "offline" or "personal" modes (names differ according to company).

- 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.

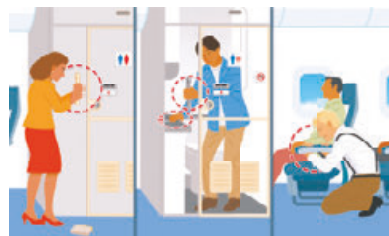
飛行中の揺れに備えて Prepare for in-flight turbulence

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

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3日間*1
お買い物が可能**
Shop up to 3 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 **「機内モード」
をON**
ON

2 **「Wi-Fi」
をON**
ON

3 **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3日間、地上でのお買い物を可能にするには...

To shop on land up to 3 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.

3+
DAYS

降機後のご利用設定はこちらから

最新情報は
こちら▶



*1 機内で設定を行った場合。降機3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 third 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ございます。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。

今月号の *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!



旅のプロ、CAがプロデュースした便利アイテム! 日常使いにもおすすめです。

企画に携わったCAイチオシ!



ANA ウイングス
坪井さん 加納さん



裾は絞ることができる
2way仕様



ラグジュアリーな雰囲気
のサテン
収納巾着付
き

ダークネイビー



キャメル

ANAオリジナル
CAのアイデアが詰まった
“そのまま出かけられる”リラックスウェア
ダークネイビー/キャメル

¥12,000 (税込)



収納イメージ(拡張時)



ペットボトルや折り畳み傘
を収納できるメッシュホル
ダー付き



ブラック

ネイビー

ANAオリジナル
CAのアイデアが詰まった 拡張できる
薄型セキュリティショルダーバッグ ネイビー/ブラック

¥5,500 (税込)



キャリアオン



180度開き、吊り
下げて使える



ネイビー(外装)
サックス(内装)



ブラック(外装)
カーキ(内装)

ANAオリジナル
CAのアイデアが詰まった180度開く!
吊り下げ圧縮リュック ネイビー/ブラック/アイボリー

¥9,900 (税込)



国際線就航40周年を彩る、ANA限定デザイン。
空を駆けた名機へのオマージュ。



左モデル身長:169cm
着用サイズLサイズ
右モデル身長:170cm
着用サイズLサイズ

ANAオリジナル Champion for ANA
国際線就航40周年デザイン
クルーネックスウェットシャツ

¥7,980 (税込)

Pillowdy 旅する人のための、快眠パーカー。



胸ポケットに隠された
チューブから息を吹き
込むと、約3秒であっ
という間にネックピロー
が出現



膨らませる前



膨らませた状態

ANAオリジナル
Pillowdy x ANA
Original Hoodie ネイビー

¥19,800 (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、一時的にご使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



©NHK

Healing Japan 日本水族館紀行

Healing Japan A Journey through Japan's Aquariums

青白い光を浴びて、ゆらゆらと水中を漂うクラゲ。屋外のプールでは、ペンギンやアザラシが遊びます。日本各地の水族館から届いた映像に癒されてください。

Jellyfish drift softly beneath pale blue light. Penguins and seals play in outdoor pools. Unwind with soothing footage from aquariums all across Japan.

字幕

日本語、英語

SUBTITLES

Japanese, English

偶数便 上映番組 Even-numbered flights Screened program



©ABCテレビ

Travel Salad

Travel Salad

早見あかりが夏の鹿児島を巡る旅へ。最初に訪れたのは、鹿児島と宮崎の県境に広がる霧島山の麓。この場所にある、パワースポットとして名高い霧島神宮を訪れる。その他、大自然に囲まれてととのうことができるサウナやサ飯、「砂むし温泉」を体験。

Akari Hayami travels to Kagoshima in summer, visiting Kirishima Shrine, a relaxing sauna, and natural sand baths.

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。

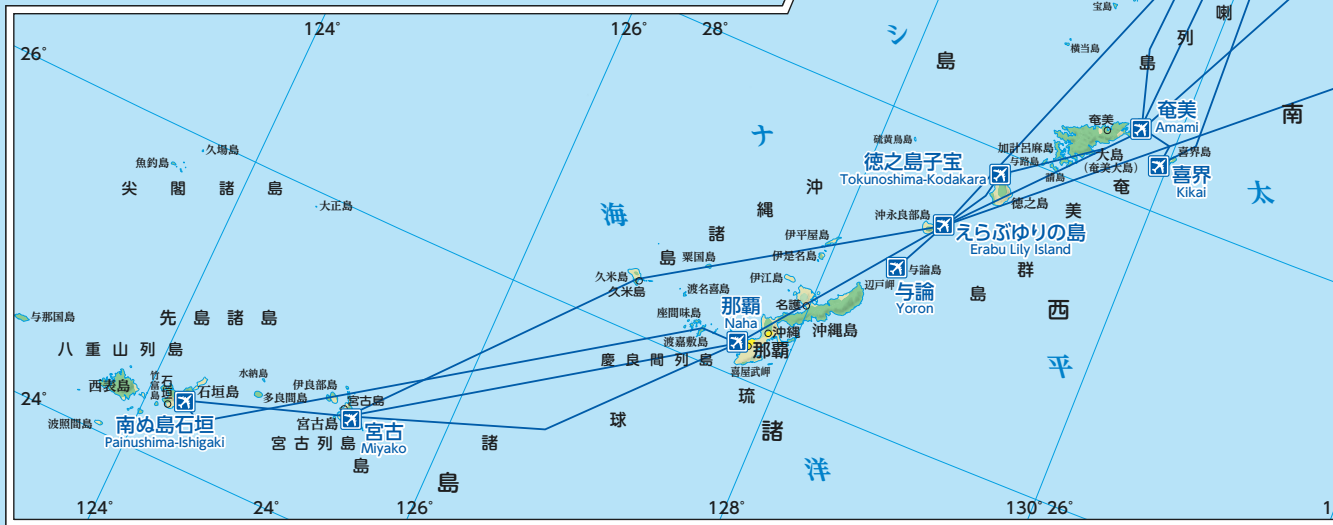
※一部機材では月初は前月の、月末は翌月のプログラムとなる場合がございます。 ※作品によっては、フライト時間内に視聴を終了できない可能性があります。あらかじめご了承ください。

ANA グループ国内線航路図

ANA GROUP DOMESTIC ROUTE MAP

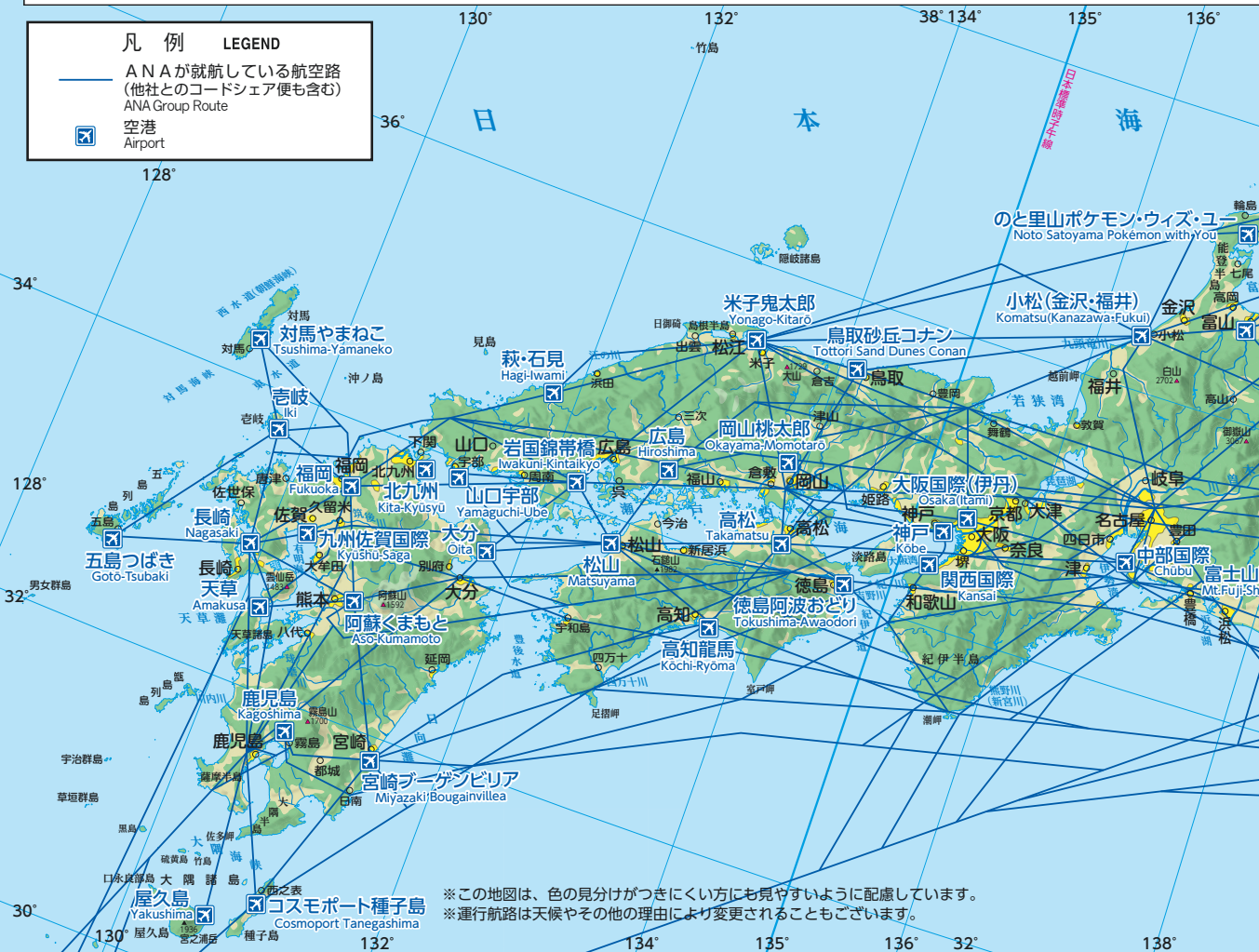


時刻表は ANA ウェブサイト
をご確認ください。



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あります。



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.

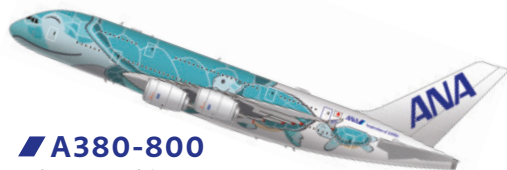
© 日本特殊地図編集所

2024.12

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。

Prevention of the Use of Airplanes in Human Trafficking



As a global airline, the ANA Group recognizes the risk that its services could inadvertently be used for serious human rights violations, such as human trafficking, and considers the prevention of such acts a "Priority Human Rights Theme."

To enhance deterrence, we are actively promoting measures through public-private partnerships. This fiscal year, we are widely promoting public awareness by displaying campaign visuals on digital signage at Narita, Haneda, and Chubu airports. Concurrently, we are focusing on internal education by conducting joint training sessions with related companies to ensure our employees are thoroughly equipped to recognize and address this issue.

Moving forward, we remain dedicated to strengthening our framework and working diligently toward a safe society where the dignity of all people is protected.

Scan the code to the right to learn more online.



MoVA begins field testing at Haneda Airport!



Customer feedback

It would be extremely helpful if there were wheelchair rental services at airports that allowed usage up to your destination with designated return locations.

On June 15, 2026, ANA HOLDINGS INC began a pilot program at Haneda Airport for MoVA, a service that allows users to rent wheelchairs and strollers for short-distance travel and use them seamlessly from within the terminal to their destination. In conjunction with the launch at Haneda Airport, ANA HOLDINGS INC will also conduct a new "one-way rental" trial, allowing rentals and returns across

three locations: Kansai, Narita, and Haneda. Moving forward, ANA HOLDINGS INC will continue to work towards creating a seamless travel experience that allows everyone, regardless of age or physical condition, to enjoy traveling, while catering to the diverse needs of its customers.



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.

Feedback and suggestions



Scan the code to the right to learn more online.

A New Ambitious Story

米都大得令人惊讶，晶莹饱满、光泽十足。煮熟后的米饭蓬松饱满，入口便能感受到浓郁的黏性和醇厚的甘甜。我当时就确信，这是一款丝毫不逊色于其他县知名品牌米的优质好米。”走出稻田后，全日空鹿儿岛分店的店长山本真由美语气坚定地说道。

全日空在日本国内设有33个分店，除负责国内、国际航线的航空营销业务外，还承担着区域振兴事业。依托航空公司独有的航线网络和资源优势，与地方政府及当地企业合作开发特色产品、吸引游客等，也都是其业务的组成部分。

去年春天赴任全日空鹿儿岛分店的山本，在短短任期内便接连发掘出许多魅力十足的当地食材与工艺品。这究竟得益于她独具慧眼，还是鹿儿岛本就拥有取之不尽的地域魅力？答案或许兼而有之。无论如何，在山本的推动下，秋穗波品牌中的秋穗波·吟地米最终成功供应全日空国际航线头等舱。

这一次，我们将听如今自诩为“鹿儿岛PR推广人”的山本分享她将鹿儿岛的地域魅力最大限度展现给世人的独到流议。

“希望进一步打响全日空品牌”

“说起来，我原本和鹿儿岛没有任何渊源”说完这句话，山本微微一笑。她出生于大阪府，是所谓“超级社会冰河期”世代的一员。

“求职期间，我在全日空的招聘宣传册上看到‘创造相遇’。当时我就觉得这是一句很美好的话。我也希望能够创造各种各样的相遇，因此萌生了想加入这家公司的念头。于是，我选择从直接面对旅客的一线岗位做起，以在机舱内为旅客提供服务的空乘人员（以下简称CA）的身份，于1998年加入了当时竞争极其激烈、录取门槛颇高的全日空。”

山本从学生时代起就有一项的特长。

“我一直很喜欢把新开的店或者各种新鲜资讯分享给别人。比如朋友问我‘四个女生一起吃午餐，有没有什么不错的餐厅推荐？’我就会告诉她‘有啊，这家就很不错。’后来听到她们跟我说‘那家店真的很好！’的时候，我会觉得特别开心、很有成就感。”

成为CA后，山本依旧保持着这份热情。与一群对新鲜事物格外敏感的同事交流资讯，是她工作中的一大乐趣。后来，她把这份兴趣发展成自己的事业。“当时公司内部公开招聘旅游资讯网站主编，我连想都没想就立刻报名了（笑）。 ”

2004年，山本出任旅游资讯网站“ANA Latte”的主编。该网站在当时尚属少见，专门面向女性读者打造。

“我们会捕捉女性消费者真正想要的东西，并据此策划各种专题；也会与神户那些深受女性喜爱的时尚餐厅合作，推出甜点主题旅行路线。如今看来这些都已经司空见惯了，在当时，我们还率先提出在酒店客房配备加湿器，并提供由CA精心挑选的便捷用品。”

2007年，山本结束了地面岗位的工作，回归到以机上乘务为主的工作。

“重新回到机上执勤后，我看待旅客的角度发生了变化。我开始意识到每一位坐在这里的旅客，都不是理所当然会出现在这里的。正是负责营业的同事不懈努力，才让他们萌生了出行的想法，并选择搭乘全日空的航班。”

此后，山本更加坚定了自己的想法。

“渐渐地，我开始觉得，自己只是作为一名CA在机上等待旅客登机，已经有些不足了。我希望承担起另一种角色，让更多的人萌生‘想搭乘全日空’、‘想去旅行’的想法。说到底，我真正想做的还是‘创造相遇’。这种心情越来越强烈，最后已经到了无法抑制的地步。”

于是，山本在2009年成功转为原本就一直希望从事的综合职岗位。

在东京机场分店期间，山本参与了羽田机场国际航站楼（现第3航站楼）的启用以及波音787机型的导入工作。此后，又经历了被派驻集团公司等工作历练，并晋升为管理层，随后还参与负责市场营销业务的新公司（现ANA X）的创立。之后，再次回到羽田机场，从事旅客服务相关工作。

“在这么多不同的部门工作过之后，我亲身体会到我们所能提供的价值有多么高，也因此更加坚定了自己的想法——要让更多人认识并喜爱全日空这个品牌。”

让更多人了解鹿儿岛的“瑰宝”

山本在冲绳机场分店工作三年后，于去年春天调任现职。

“我上任后做的第一件事，就是跑遍鹿儿岛县各地。县内23处道之



The interview took place at Kirichadoko, the tea terrace of Henta Tea Co. located in the middle of a tea plantation, while enjoying the refreshing breeze. (<https://www.henta.co.jp>)

采访在茶园中的“Henta 制茶 (<https://www.henta.co.jp>)”茶露田“雾茶床”进行，在随着拂面的清风中展开

驿我都走访了一遍，还专程前往了各个离岛。”

走访了各地之后，山本有了新发现。

“鹿儿岛县的宣传标语是‘南方的宝箱’。所谓‘宝箱’，指的是这里的和牛、黑猪肉、鲷鱼、勤八鱼、茶叶、烧酒等等，样样都是精品美味。可是，我觉得我们并没有真正传达清楚到底想把什么介绍给谁，这些产品究竟好在哪里、优秀在哪里。这或许算是一种幸福的烦恼，但正因为拥有这么多值得骄傲的宝藏，更需要把它们梳理清楚，并针对真正应该传达的对象进行宣传推广。不能让这些宝藏白白埋没、得不到应有的价值。”

在此过程中，“秋穗波”映入了山本的眼帘。

“我听说有机会推荐国际航线头等舱所使用的大米。当时我就想，鹿儿岛的水质和土壤条件都这么好，一定也有品质出众的大米。于是调查了一番，发现这里竟然有一种获得特A级评价的大米。试吃之后，真的非常好吃。”

山本立即行动起来。提交推荐书后，还必须提供样品和报价（米价）。然而，这份报价却成了一道难题。负责人迟迟没有给出令人满意的答复。

“当时我一直在想，这本来应该是件双赢的好事，为什么对方迟迟不给答复呢？后来才了解到，原来给米报价，就跟预测黄金价格走势一样困难。”

现在回想起来，那正是“令和米骚动”导致米价剧烈波动之后不久。当时究竟该找谁才能解决这个问题呢？鹿儿岛分店经理持增四处托人打听、寻找门路，好不容易联系上了当地的JA（日本农业协同组合）。我们坦率地表示“即便了解到相关信息，也未必会被选中”，并郑重地向对方低头请求协助。

“结果，那位负责人这样对我们说：‘我明白了。你们是真心想让鹿儿岛的大米受到更多关注、站上更大的舞台。我们也希望认真回应这份心意。’随后，他便为我们提供了报价。”

在此过程中，山本表示“学到了很多”。

“那位负责人还对我说‘这并不是单纯的利益得失问题，我希望你们能够理解种植大米的农户所怀抱的自豪与尊严’。听到这番话后，我们的信念更加坚定了。我们的目标不仅仅是让国际航线头等舱的旅客品尝到鹿儿岛的大米，更希望借此机会，让更多人认识到鹿儿岛大米的美味，也让大家知道，鹿儿岛是全国农业总产值排名第二的重要粮食供应基地，并进一步了解鹿儿岛其他同样优秀的县农产品。这份想法，也因此变得愈发坚定。”

采访接近尾声时，山本面带笑容，坦率地说道：“这里无论是料理还是烧酒，真的样样都好吃。结果我来到鹿儿岛后，不知不觉就胖了五公斤。”

她脸上洋溢着的灿烂笑容无疑是“鹿儿岛是个好地方”的最佳证明。



We visited Sengan-en Garden, which faces Kinko Bay and offers magnificent views of the majestic Sakurajima volcano, to inspect Satsuma Kiriko, one of the region's treasures (<https://www.senganen.jp>).

在面向锦江湾、坐拥雄伟樱岛绝景的“仙严园” (<https://www.senganen.jp>)，参观当地“瑰宝”之一的“萨摩切子”

any longer.

Thus, in 2009, Mayumi achieved her original goal of switching to a general position.

At the Tokyo Airport Branch, she was involved in the opening of the Haneda Airport International Terminal (now Terminal 3) and the introduction of the Boeing 787. She gained experience through secondments to ANA group companies, and was eventually promoted to a management position. She then participated in the establishment of a new company (now ANAX) that handled marketing. After that, she returned to Haneda Airport and also took on passenger service duties.

Mayumi: After working in so many different departments, I realized the high value we can offer, and thought, “What I really want to do is spread the ANA brand even further.”

Sharing Kagoshima's treasures with the world

Mayumi spent three years at the Okinawa Airport Branch before taking up her current position last spring.

Mayumi: The first thing I did was travel all over Kagoshima. I visited all 23 roadside rest areas, and also went to the remote islands.

After all that travel, Mayumi noticed something.

Mayumi: The prefecture's PR slogan is “Treasure Chest of the South.” What that means is that everything—wagyu beef, Kagoshima Berkshire pork, yellowtail, amberjack, tea, and shochu—is delicious. But I felt that we lacked focus on whom we wanted to reach, what we wanted to communicate, and we weren't fully conveying what made everything so delicious and wonderful. I know it's a nice problem to have, but we needed to clarify that and appeal

to the right people. We couldn't let this treasure go to waste.

Amidst all of this, what caught Mayumi's eye was Akihonomi.

Mayumi: I heard about the opportunity to recommend rice to be served in first class on international flights. Kagoshima has great water and soil, so I figured there must be some good rice here, and when I looked into it, I found rice that was ranked as Special A. When I tasted it, it was truly delicious.

Mayumi took immediate action. After preparing the letter of recommendation, she had to submit samples and a price quote. However, this quote proved to be a challenge. She wasn't getting a favorable response from the person in charge.

Mayumi: At the time, I thought, “This is a good deal for them, so why?” But later I was told that “estimating the price of rice is about as difficult as predicting the price of gold.”

This happened right after the recent rice shortages and price fluctuations, when rice prices were fluctuating wildly. Who could she speak with to resolve this? Kagoshima Branch Manager Mochimasu finally managed to reach the JA (Agricultural Cooperative) through his connections, and honestly confessed, “Even if you provide the information, there's a possibility that it won't ultimately be selected,” and apologized.

Mayumi: Then that person said, “I understand. I want to properly respond to your intention to shine a spotlight on Kagoshima's rice,” and then they gave me a quote.

Mayumi says that she “learned many things” during that process.

Mayumi: That person also said, “It's not about profit or loss. I just want people to understand the pride the farmers take in growing this rice.” Hearing that, we at the Kagoshima branch became even more determined not only to serve it to our first-class customers, but also to use this opportunity to show people how delicious Kagoshima rice is, to tell them about Kagoshima's position as the second-largest food-supplying region in Japan, and about other wonderful products from the prefecture.

At the end of the interview, Mayumi confided with a smile:

“Everything here—from the cuisine to the local shochu—is simply delicious. In fact, I've gained five kilograms since moving to Kagoshima.”

The big smile on her face is surely proof of what makes this place so wonderful.

“啊，脚拔不出来！稻田里的泥巴居然这么重！明天绝对会肌肉酸痛（笑）”面对蓄满水的稻田，虽然苦战连连，她却仍兴奋地分享自己第一次插秧的体验。

这里是位于鹿儿岛县最北端的伊佐市，以县内屈指可数的优质稻米产地而闻名。我们到访时，正值插秧季即将进入最繁忙、最热闹的时期。

田里栽种的是鹿儿岛县经过多年潜心研发培育的原创品牌大米“秋穗波”。其中，此刻正在眼前这片水田中插秧的，是经过进一步筛选的高端品种——“吟地米”的秧苗。这款大米已于本月起登上全日空国际航线头等舱。

“去年秋天，我第一次品尝到这种米时，就留下了深刻印象。每一粒

"Oh, my foot is stuck! Is rice paddy mud really this heavy?! I'm definitely going to be sore tomorrow (laughs)."

Struggling through the waterlogged rice paddy, the woman's voice is filled with excitement at her first rice planting experience.

We are in Isa, located at the northernmost tip of Kagoshima. It's known as one of the prefecture's leading rice-producing areas. We visited just as the rice planting season was reaching its peak.

Here, they grow Akihonami rice, an original brand developed by Kagoshima over many years. The seedlings being transplanted to the paddy field in front of us now are those of an even more carefully selected, special rice called Ginjimai. This rice will be served in ANA's international first class starting this month.

"I tried it for the first time last fall, and I was surprised by how large and shiny each grain of rice was. When you put the fluffy, cooked rice in your mouth, you can feel its strong stickiness and taste its deep sweetness. It was delicious, and I was certain that it could compete with popular brands of rice from other prefectures."

Mayumi Yamamoto, General Manager of ANA's Kagoshima branch, told us with conviction as she emerged from the rice paddy.

ANA's 33 domestic branches handle not only domestic and international airfare sales but also regional revitalization projects. Leveraging the airline's unique network and resources, their work includes developing local specialty products in collaboration with local governments and businesses, as well as attracting tourists.

Mayumi was assigned to ANA's Kagoshima branch last spring. In her short tenure, she was able to discover one fascinating food product and craft after another. Was it due to her keen eye, or the inherent strength of the Kagoshima region? Whichever the case, Mayumi's efforts paid off, and the Ginjimai variety of the Akihonami rice brand was eventually served in international first-class flights.

In this issue, we hear from Mayumi, who now considers herself a "Kagoshima PR Producer," about her methods for showcasing the region's charm to the fullest.

"I want to further spread the ANA brand"

Mayumi: To begin with, I had absolutely no connection to Kagoshima.

Mayumi laughs — she hails from Osaka herself. She was one of the people affected by the "Super Employment Ice Age" of the 90s.

Mayumi: During my job search, I saw the phrase "Creating Encounters" in ANA's recruitment brochure. It deeply resonated with me. I wanted to create various encounters myself, and that drove me to pursuing this company. And so, in 1998, I joined ANA through its highly competitive selection process, initially working on the front lines as a cabin crew member providing hospitality to passengers on board.

Mayumi had something she was good at since her student days.

Mayumi: I really enjoyed sharing information about new restaurants and other places with others. For example, a friend would ask me if I knew any good restaurants for lunch for four girls. I'd recommend a place I knew, and it made me so happy when she'd later tell me how great it was.

That didn't change even after she became a cabin attendant. Exchanging information with her highly perceptive colleagues was one of her joys. Eventually, Mayumi turned this area of expertise into a career. "There was an internal job posting for editor-in-chief of a travel information website. I raised my hand without hesitation (laughs)."

In 2004, Mayumi became the editor-in-chief of ANA Latte, a travel website specializing in women's travel, which was still rare at the time.

Mayumi: We would identify what women were looking for and plan accordingly. For example, we created sweets tours in collaboration with stylish Kobe restaurants that women would love. Now it's commonplace, but we also did things like providing humidifiers in hotel rooms and having amenities carefully selected by cabin attendants.

In 2007, Mayumi returned to a work schedule that primarily involved cabin attendant duties, rather than ground-based work.

Mayumi: When I started flying again, my perspective on passengers had changed. I realized, "I can't take their presence for granted. It's the result of the hard work of the sales representatives that this customer wanted to travel and decided to fly with ANA."

Her feelings only grew stronger after that.

Mayumi: As a cabin attendant, simply waiting to welcome passengers onboard started to feel a bit limiting. I felt a growing desire to play an active role in making people think, "I want to fly with ANA!" Yes, I realized I really wanted to "create encounters," and I couldn't suppress that feeling



Top: Mayumi during her CA years. In 2007, she also obtained her Chief Purser qualification. Bottom: Mayumi served as editor-in-chief of ANALatte. "I think the experience I gained back then is proving useful now, especially in relation to targeting."

上图为担任CA时期的山本。2007年，她还取得了乘务长的资格。下图是她担任主编的《ANA Latte》。她表示：“我认为，当时在目标受众定位等方面积累的经验如今依然发挥着作用。”

Shining a Light on Kagoshima's Hidden Gems

The General Manager of ANA Kagoshima Branch tells us about her job of discovering and showcasing the charm of the region.

Meet self-proclaimed “Kagoshima’s PR Producer,” Mayumi Yamamoto. After falling in love with Akihonomi, one of Kagoshima’s premium rice brands, she introduced it in meals served in ANA’s international first class. She began her career as a cabin attendant, gained experience in various fields, and now serves as the manager of ANA’s Kagoshima branch. Today she shares her techniques for bringing out the best in the region.

让鹿儿岛的瑰宝成为焦点

全日空鹿儿岛分店长讲述
发掘地方魅力，将其广泛传播的工作

因深深着迷于鹿儿岛县引以为豪的品牌大米“秋穗波”的美味，便促成其登上全日空国际航线头等舱餐食。山本真由美以空乘人员开启职业生涯，历经多个岗位的历练，如今担任全日空鹿儿岛分店长。自称“鹿儿岛宣传制作人”的山本，将分享她如何最大限度地发掘并展现地方魅力。



Tsukioka-tei

402-77 Tsukioka Onsen, Shibata, Niigata TEL 090-7951-3778
<https://tsukiokatei.com/> Instagram @tsukiokatei

Sauna / Self-service Löyly / Natural Water Cold Bath /
 Outdoor Relaxation / Accommodation /
 Meals (Reservations required by phone)

月岡邸

日本新潟县新发田市月冈温泉402-77
 TEL 090-7951-3778

<https://tsukiokatei.com/> Instagram @tsukiokatei

桑拿 / 自助浇水蒸汽 (Self Löyly) / 天然冷水 /
 露天外气浴 / 住宿 / 餐饮 (需电话预约)



Tsukioka-tei possesses a Finnish-style sauna using locally sourced salvaged wood as firewood. Guests can also experience a gentle herb Aufguss, led by Kaori Oka. The inn, a renovated blacksmith's residence built over 30 years ago, is located on a small hill in the hot spring town, offering a peaceful and quiet environment free from noise. Another attraction is the opportunity to enjoy freshly poured craft beer at the facility run by Tenji Shinbo and his brother Kazushige, brewers of Tsukioka Brewery, one of the famous establishments in the hot spring town. While meals require consultation with the inn, once a week, Tokiwa Sushi from Shibata, Niigata, serves sushi at the counter. Tokiwa Sushi was selected for the "Destination Restaurants List 2023" and won the Grand Prix at the "Niigata Gastronomy Award 2026." The luxury of enjoying authentic sushi in a relaxed state of mind and body, while wearing casual clothes, is a rare treat.

月冈邸的桑拿采用芬兰式柴火桑拿，以当地废弃木材作为燃料。游客还能体验由冈香织带来的温和草本奥夫古斯 (Aufguss) 服务，在蒸汽中融入香草的芬芳，让身心得到更深层次的放松。由拥有三十多年历史的锻冶匠人旧居改建而成的旅馆，坐落于温泉街稍高处，远离喧嚣，在一片静谧之中，让人沉淀心绪、悠然放松。这里由月冈温泉街名店月冈啤酒厂的酿酒师新保典司与弟弟新保和茂共同经营。能够在此品尝到现打现饮的精酿啤酒也是一大魅力。餐饮需事先与店家协商安排，每周有一天，新潟县新发田市名店“登喜和寿司”的主厨会亲临现场握寿司。登喜和寿司曾入选“Destination Restaurants List 2023”，并荣获“2026 新潟 Gastronomy Awards”大奖。在身心彻底放松、穿着轻松便服的状态下，悠然享用正宗寿司，这样奢侈而惬意的体验，可谓难得一遇。

YUGE MAP 湯気 地図

vol.8 Niigata 新潟

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

The charm felt on the veranda.
The blissful atmosphere flowing through
the hot spring town.
Niigata's finest delicacies paired with a sauna.

与桑拿相伴，品味新潟精选的美味，
感受温泉街洋溢着幸福氛围。
在缘廊感受日式风情。

There's something exciting about hot spring towns. Strolling through the Tsukioka Onsen district in a yukata, the scent of sake, *onsen manju*, and a strong sulfurous aroma gently envelops the entire town. It's a utopia created by people from an ancient time that exists to this day. Perhaps the hot spring town is a symbol of that.

Tsukioka Onsen is a power spot for beautiful skin and matchmaking. Its natural emerald green spring water boasts one of the highest sulfur content levels in the country, leaving your skin smooth and slick after bathing. And now, in this famous hot spring town, a full-fledged sauna has opened. After visiting footbaths and public baths, you can surrender yourself to the wood-fired sauna and natural water at Tsukioka-tei. With your body still warm, you can relax on the veranda, feeling the breeze, while a freshly poured beer from Tsukioka Brewery quenches your thirst. Furthermore, there's the exquisite sushi from Niigata's renowned restaurant Tokiwa. A continuous stream of pure bliss. This paradise can be found in an old house in a hot spring town, far from the hustle and bustle.

温泉街，总让人莫名地心生雀跃。披上浴衣，漫步在月冈温泉街，清酒、温泉馒头，以及浓郁的硫黄香气轻轻地笼罩着整座小镇。温泉街或许正是人们自古以来构筑出的“乌托邦”的象征。月冈温泉是一处兼具美肤与姻缘祈福功效的人气景点。这里拥有日本屈指可数的高硫黄含量，天然呈祖母绿般色泽的温泉泉质，当肌肤浸入汤中时，泉水会滑润地贴附在皮肤上，令人感受到细腻柔滑的触感。就在这样一座名汤之乡，如今诞生了一座专业级桑拿设施。沿途巡游足汤和公共浴场，再来到“月冈邸”，尽情享受柴火桑拿与自然冷泉带来的舒畅体验。当被桑拿蒸得暖洋洋的身体，在缘廊迎着微风放松时，一杯刚从酒龙头现打的月冈啤酒厂（Tsukioka Brewery）精酿啤酒，恰到好处地滋润着喉咙。随后，还有新潟名店“登喜和”奉上的极品寿司。一场接一场的极乐享受。远离尘世喧嚣的桃花源，原来就藏在这座温泉街的古老民宅之中。

Mikie Sasano Her family runs Sauna Shikiji in Shizuoka, known for being the holy land of saunas. In addition to producing hotel bathing facilities, she is also involved in initiatives to utilize saunas for disease prevention, such as jointly developing original herbal bath additives with medical institutions.

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。

Tsukioka-tei

Mano's favorite finds in Europe 片山的欧洲美食特辑



Mano Katayama / (1) Cabin attendant (2) When passengers smile and say thank you (3) Golf and travel (4) Enjoying local specialties

片山爱乃 / (1)客舱乘务员(2)看到旅客的笑容以及收到“谢谢”的时候(3)高尔夫和旅行(4)享受当地特色美食

Local treats
served at a sausage stand
在香肠摊品尝当地特色美食

Located in the heart of Vienna, near the Albertina Museum, Bitzinger is a charming, street-stall-style sausage stand that's always in demand. I highly recommend their sausages, with their crispy skin and juicy filling. They offer a variety of options, including hot dog-style sausages and those topped with curry sauce, but my personal favorite is the Viennese specialty “Käsekrainer,” - a sausage stuffed with melted cheese. It's a great snack to try while strolling through Vienna.

位于维也纳市中心、靠近阿尔贝蒂娜美术馆的香肠摊“Bitzinger”是一家精致的街头摊位风格小店，却无论什么时候去都大排长龙，是当地热门店。这里最推荐的是现烤香肠，外皮香脆、内里肉汁饱满，十分美味。除了夹在面包里的热狗风香肠、淋上咖喱酱的香肠等丰富种类之外，我最推荐的是维也纳的特色美食“Käsekrainer”。这是一种在维也纳香肠中填满了奶酪的特色香肠，咬开后浓郁的奶酪会缓缓流出，令人回味无穷。到维也纳漫步游览时，不妨把它当作轻松方便的街头小吃，亲自品尝看看。



Vienna, Austria
奥地利维也纳



Paris, France
法国巴黎

A bistro lunch with beautiful dishes
that set your heart aflutter

每一道菜都令人怦然心动精致法式小酒馆午餐

The beautifully presented, colorful dishes I encountered at the bistro Baillotte in a corner of Paris are still vivid in my mind. I was enchanted by their gorgeous appearance, and every dish was exquisite. Each dish was pleasing both to the eyes and the palate. The lunch course, which includes an appetizer and main course, or a main course and dessert, offers an authentic French dining experience for around 30 euros, making it one of the restaurant's attractions. In fact, Baillotte is run by a Japanese chef, and its sister restaurants in Paris, Narro and Calice, run by the same team, are also attracting attention from discerning local foodies.

在巴黎街头一角的法式小酒馆“Baillotte”，我邂逅了令人难以忘怀、色彩缤纷且摆盘精美的料理。不仅美得让人忍不住驻足欣赏，每一道菜更是美味绝伦。无论是视觉还是味觉，都让人随着每一道菜的上桌而充满期待、心动不已。这里的午餐套餐可选择“前菜与主菜”或“主菜与甜点”的组合。约30欧元即可品尝到正宗的法式料理，这也是它的一大魅力。让人能够轻松享受高品质的法式料理。其实“Baillotte”是由一位日本主厨主理；同一团队在巴黎市区经营的姐妹店“Narro”和“Calice”，也凭借出色的料理水准，受到许多口味挑剔的当地美食爱好者关注。

员工的发现！各地精品推介

ANA Group employees share their special trip reviews after traveling across Japan and around the world.
全日空集团员工们介绍在日本各地、世界各国旅行时“略带特别”的见闻。



Shunpei Shibata / (1) Ground staff in charge of domestic passenger services (2) When I can get my assigned flight to depart on time (3) Having a drink in the evening while watching sumo stable YouTube videos (4) Enjoying local specialties and drinks, and relaxing in hot springs is my greatest joy

柴田峻平 / (1) 负责日本国内航线旅客服务的机场地勤工作 (2) 当自己负责的航班能够按时起飞时 (3) 一边看相扑房间的YouTube一边晚间小时的 (4) 享受当地的美食和美酒，再泡泡温泉，悠闲地度过时光是无比幸福的事

A castle town inn attracting cat lovers from all over Japan

全国爱猫人士齐聚的城下町旅馆

Shoraku Ryokan is conveniently located in the heart of Ozu, a town that flourished as the castle town of the Iyo-Ozu Domain and retains its historical streetscape, making it ideal for sightseeing. This inn is famous among cat lovers, as it is home to around 10 adorable cats that sometimes even visit guests' rooms. Some rooms have small windows that allow the cats to freely come and go, so booking one of these rooms is highly recommended. The reasonable price of around 3,000 yen per night for a room (without meals) is another reason for its popularity. If you are a cat lover visiting Ehime, consider staying here for a chance to interact with these adorable felines.

“松乐旅馆”位于爱媛县大洲市中心。大洲市曾作为伊予大洲藩的城下町而繁荣，至今仍保留着充满历史韵味的街景，而旅馆地理位置优越，前往各大观光景点都十分方便。这家旅馆在爱猫人士间十分有名。馆内生活着约10只惹人怜爱的猫咪，它们有时还会主动跑进客人的房间与人作伴。部分客房还设有供猫咪自由进出的专用小窗，推荐预订这样的房型入住，更有机会与猫咪近距离互动。此外，旅馆虽然仅提供纯住宿（不含餐食），但每晚住宿费仅需3000多日元，价格十分实惠，这也是它深受欢迎的原因之一。如果你是爱猫人士，到爱媛旅行时，不妨入住这里，与可爱的猫咪们亲密互动。



Ozu, Ehime
爱媛大洲市



Nagasaki, Nagasaki
长崎长崎市

Savor fragrant Chinese tea in an authentic setting

在充满地道风情的氛围中品尝香气馥郁的中国茶

I'm a big fan of the Chinese tea cafe Tea House Taian Yoko in Nagasaki Shinchi Chinatown. Stepping through the *noren* curtain feels like entering a traditional Chinese tea house. In this authentic setting, you can enjoy not only Chinese jasmine tea, *pu-erh* tea, and blended teas, but also health foods such as medicinal congee and steamed dishes. I also enjoy the daily lunch specials, and I look forward to seeing what's on the menu each time I visit. First-time visitors are taught how to brew Chinese tea, so no experience is necessary. You can relax and enjoy fragrant tea in a soothing environment.

我非常喜欢位于长崎新地中华街的中国茶咖啡馆“茶房 泰安洋行”。掀开暖帘走进，仿佛瞬间来到中国的茶馆。在充满地道风情的氛围中，不仅可以品尝茉莉花茶、普洱茶、调配茶等各种中国茶，还能享用药膳粥、蒸笼料理等对身体温和的健康美食。我尤其喜欢这里每日更换菜单的午餐，每次来都会期待着“今天会有什么菜品”对于第一次来的人，店家还会细心教导中国茶的冲泡方法，因此即使没有经验也能放心体验。在这处疗愈身心的空间里，一边品味香气馥郁的中国茶，一边悠闲地度过惬意时光。



Seina Ueda / (1) Answering phone calls regarding domestic flight reservations, changes, and flight status (2) When customers say "thank you" after we handle irregular situations such as typhoons or provide advice on round-the-world trips (3) Visiting cafes (4) Spending time strolling around town and enjoying local cuisine

植田星菜 / (1) 负责日本国内航班的预订、改签以及航班动态等电话客服工作 (2) 在应对台风等突发状况，或协助客户规划环球旅行时，得到客户“谢谢”的时刻 (3) 逛咖啡馆 (4) 喜欢在街上悠闲散步，享受当地美食

看着琵琶湖长大

“外祖父喜欢钓鱼，经常带我去琵琶湖玩。”

对于滋贺县出身的西川贵教而言，琵琶湖从孩提时代就近在咫尺。钓来的鲫鱼会在家处理成鲫鱼寿司。食用着湖水的馈赠，还在湖边玩耍，这样的生活就是日常。

“小学附近有一座被称为‘近江富士’的三上山，山麓就在眼前，山上会出现野猪和猴子。社团活动结束之后去河里或池塘游泳是再平常不过的事情，那个时候与大自然的距离真的很近。”当时还没觉得那是片特别的环境。然而长大成人后，在走访日本各地以及海外的过程中，才意识到了那份丰饶。

“拧开水龙头就能流出可以安心饮用的水。这样的环境在世界上绝对不是理所当然。”

在滋贺县的学校教育中，有学习琵琶湖环境以及生态系统的机会，那段经历也延续到现在的活动中。他个人主办的“INAZUMA ROCK FES”（现在的“FEST.INAZUMA”）多年来一直致力于琵琶湖的环境保护。将慈善活动的收入用于鲫鱼鱼苗的放流，以及为外来鱼回收箱捐赠车辆等，都是其中的一环。

“我认为最重要的是，我们自己要清醒认识到‘现在拥有的一切并非理所当然’。思考‘如何将其传承给下一代’，不也是我们的职责吗？”

在环游近江的旅途中邂逅的风景以及人们的生活，大多都是由水联结在一起的。为了将与水共生的生活传承给未来。

Takanori Nishikawa

Born in Shiga Prefecture in 1970. In 2008, he was elected as a local tourism ambassador of Shiga and has strived to promote his hometown's charms through efforts such as holding the music festival, FEST. INAZUMA with the theme of environmental conservation and local rejuvenation for Lake Biwa. FEST. INAZUMA 2026 will be held in Kusatsu, Shiga, and Karasuma Peninsula Lawn Plaza on September 19-21.

西川贵教

1970年出生于滋贺县。2008年就任滋贺故乡观光大使，致力于宣传故乡·滋贺的魅力，主办了以保护琵琶湖水质和地区振兴为主题的音乐节“FEST.INAZUMA”等活动。“FEST.INAZUMA 2026”预定于9月19～21日在滋贺县草津市·乌丸半岛芝生广场举办。



Wings to Shiga

Take an ANA flight to Osaka Itami Airport from Tokyo (Haneda). From the airport, it is about a 90-minute drive to the Shiga/Takashima area.

*Flight details may change. Please check current information on the ANA website.

前往滋贺的航班

从东京（羽田）等地乘坐全日空航班到伊丹机场。从机场到滋贺·高岛地区约90分钟车程。

※ 航班信息可能有所变动。请登录全日空网站了解最新信息。

Raised gazing at Lake Biwa

"My maternal grandfather loved fishing and would often take me to Lake Biwa." Since he was a child, Lake Biwa has always been a special place to Takanori Nishikawa, who hails from Shiga Prefecture. His family would bring the crucian carp they caught home, prepare it, and make funazushi. He'd eat the blessings of the lake and play alongside it—this way of living was the norm for him.

"Mt. Mikami, also known as Omi Fuji, is close to the elementary school I went to. We could see the foot of the mountain right before our eyes, and wild boars and monkeys would even show up. I swam in the rivers and ponds after school club activities every day, so I really lived close to nature."

At the time, he didn't feel like that environment was special. However, when he grew up and visited various areas around Japan and abroad, he realized how rich it was.

"You can drink the water that comes out of the faucet

at ease. This kind of environment isn't a given in much of the world."

In Shiga Prefecture, there are opportunities to learn about the environment and ecosystem of Lake Biwa in school. This experience is tied to his current activities as well. Through running FEST. INAZUMA, he has promoted environmental conservation of Lake Biwa for many years. Within these efforts, charity funds are being used to release young crucian carp fries into the lake and donated vehicles are used to retrieve collection boxes for invasive fish.

"I think it's vital for us all to keep in mind that we shouldn't take what we currently have for granted. I believe our role is to think about how we can pass things on to the next generation."

Throughout our journey in Omi, we came across scenery and people's hard work, much of which were intertwined with the water. To pass on the way of life alongside the water to the future...





Lake Yogo is also known as “Kyoko” (the mirror lake), because of how the water’s surface reflects the surrounding mountains like a mirror. It’s located at the northernmost tip of Lake Biwa and is home to the legend of Hagoromo. In 1583, Mt. Shizugatake served as the site of the battle between Hideyoshi Hashiba and Katsue Shibata, and there are traces of historic Sengoku period battlefields throughout the region.



余吴湖因为湖面像镜子一样映照着周围的群山，因此也被称为“镜湖”。余吴湖位于琵琶湖的最北端，当地流传着羽衣传说。1583年，这里成为羽柴秀吉与柴田胜家交战的贱岳之战的战场，周边仍保留着刻有战国记忆的古战场遗址。



The path of water formed history

水道创造了历史

Shirahige Shrine, known to be the oldest shrine in Omi. The grand torii gate which stands in Lake Biwa is a view emblematic of Takashima. It boasts a history of 2000 years since it was built, with the current main hall having been built by Toyotomi Hideyoshi's son, Hideyori, as per his last wishes. The shrine's god is widely worshiped for longevity and as a guide who paves the way.

白须神社是近江最古老的神社。它矗立在琵琶湖的大鸟居，是高岛象征性的景观之一。白须神社拥有约2000年的历史，现在的神殿是丰臣秀吉的后代秀赖遵照他的遗命建造。作为延命长寿、指引开运之神而广受信仰。

The Saba Kaido trade route carried mackerel and marine products from Wakasa to Kyoto. Kutsuki, in Takashima, flourished as a post town where people, goods and culture came and went. The scenery of the past is engraved into the path which runs parallel to the Adogawa River, with historic townscapes and restaurants serving mackerel sushi remaining along it.

鲭街道是将从若狭湾捕捞的鲭鱼和海产品运至京都的道路。作为人、物以及文化交汇的驿站城镇，高岛市朽木非常繁华。安曇川沿岸的街道至今仍保留有历史味道的街区和经营鲭鱼寿司的店铺，清晰地留存着往昔的风貌。





From Shiga to the world: a flavor brewed by water

水酿造的味道
正从滋贺走向全世界

"The water of Takashima is similar to the water found in Speyside, Scotland, the holy land of whisky." While preserving tradition and striving for innovation, he aims for the world from Takashima through both Japanese sake and whisky.

"高岛的水，与威士忌圣地——斯佩塞的水也有相通之处。"秉持着在守护传统中锐意革新的信念，以日本酒与威士忌为双轮驱动，从高岛向全世界迈进。

Since its founding in 1865, the Kawashima Shuzo Brewery has continued to use the spring water flowing from the same spot. While placing importance on their gratitude for the blessings of nature, they brewed their representative brand "Matsu no Hana" with this water of life. In recent years, they have also been taking on the challenge of whisky brewing, and this autumn they plan to launch their own whisky distilled in-house into the market.

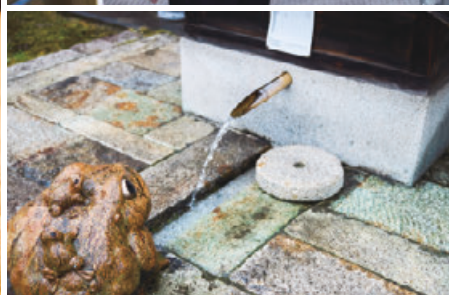
自1865年创业以来，川岛酒庄一直使用同一个地方涌出的伏流水。它珍视着对自然恩惠的感激之情，用那“生命之水”酿造出了代表品牌“松之花”。近年来，川岛酒庄也在挑战威士忌酿造，自家蒸馏的威士忌预计在今年秋季上市。

Kawashima Shuzo Brewery

83 Asahi, Shin-Asahi, Takashima, Shiga
<https://www.sake-kawashima.co.jp>

川岛酒造

滋贺县高岛市新旭町旭83
<https://www.sake-kawashima.co.jp>





Tokuyamazushi

1408 Kawanami, Yogo-cho, Nagahama, Shiga
<https://tokuyamazushi.com>

徳山軒

滋賀县长滨市余呉町川井1408
<https://tokuyamazushi.com>



Tokuyamazushi stands on the edge of Lake Yogo in Nagahama. The restaurant embodies the essence of Omi through serving cuisine like locally caught fish and mountain vegetables, as well as wild game. The photo pictures lactic fermented mackerel sushi (narezushi) served with cheese. Tokuyamazushi is operated as an auberge with guest rooms overlooking the lake and outdoor baths.

徳山軒位于长滨市余呉湖畔。它以鯔鱼寿司为特色菜，均使用当地捕获的湖鱼、山珍以及野味制作料理，以表现近江的风土人情。照片展现的是乳酸发酵的鲱鱼熟寿司搭配芝士的菜品。该店以坐拥湖景客房和露天温泉的小旅馆的形式经营。

After completing training in Kyoto, Hiroaki Tokuyama returned to his hometown of Yogo. He was captivated by the words of fermentation expert Takeo Koizumi, that "the 21st century is the age of fermentation." He continues to spread the charm of Omi's fermentation culture through his cuisine.

徳山浩明在京都完成学业后回到故乡余呉。他受到发酵学者小泉武夫“21世纪是发酵的时代”这句话的指引，坚持通过料理传递近江发酵文化的魅力。



水孕育的风景

places importance on conveying the essence of this region's features through cuisine.

"I want to cook with ingredients that were grown with the same water."

The lake's fish, the blessings of the mountains, and sake and rice all share one origin—Omi's water.

Harie was once a region where people came and went following Lake Biwa's water transportation and the Saba Kaido trade route. Many ingredients and cultures passed through this land, leading to the development of fermentation culture as wisdom of preservation. This flow lives on unchanged in Omi's nature.

流经针江的水滋润田地、酿造美酒、孕育了发酵文化。在高岛市延续了161年酿酒历史的川岛酒庄受到了这股水源的恩惠。这针江水不仅用于酿酒，还作为近年来生产威士忌的勾兑用水。

“对我们品牌来说，这是生命之水。”

说这句话的是川岛达郎。比良山系柔和的付流水塑造了酒的风味。

川岛进一步说道，酿酒的本质在于发酵。

“发酵会让人心潮澎湃。”

任何人亲眼看到酒钵静静冒泡的样子都会露出笑容吧。发酵的英文“Fermentation”，也有使人心情激动的意思。

位于余吴湖畔的德山鲆，传承着近江代表性的发酵食品——鲆鲆，即鲫鱼寿司。这种传统食品常因其强烈的发酵气味常被人敬而远之，但德山浩明不断钻研创新，努力向更多人传达它的魅力。“要传承发酵文化，首先得让人能吃得下去。”

抱有这种想法的德山所重视的，正是用料理来传达这片土地的风土人情。

“我只是想用一方水土养育出的食材来制作料理。”

大山的馈赠、湖里游的鱼、以及酒和米，追溯它们的源头，最终都将归于近江水。

曾经的近江，得益于琵琶湖的水运以及鲭街道，也是一处人来人往、物资流通的场所。由于众多食材和文化途径此地，发酵文化作为保存的智慧，也得以发展。这股潮流至今仍在近江的风土人情中生生不息。



A landscape shaped by water

The water that flows through Harie enriches the fields, is used to brew sake, and has cultivated a fermentation culture. The Kawashima Shuzo Brewery, which has brewed sake in Takashima for 161 years, has also benefited from these blessings. Aside from being used for brewing in recent years, the brewery has used Harie's water to distill the whisky they've begun producing.

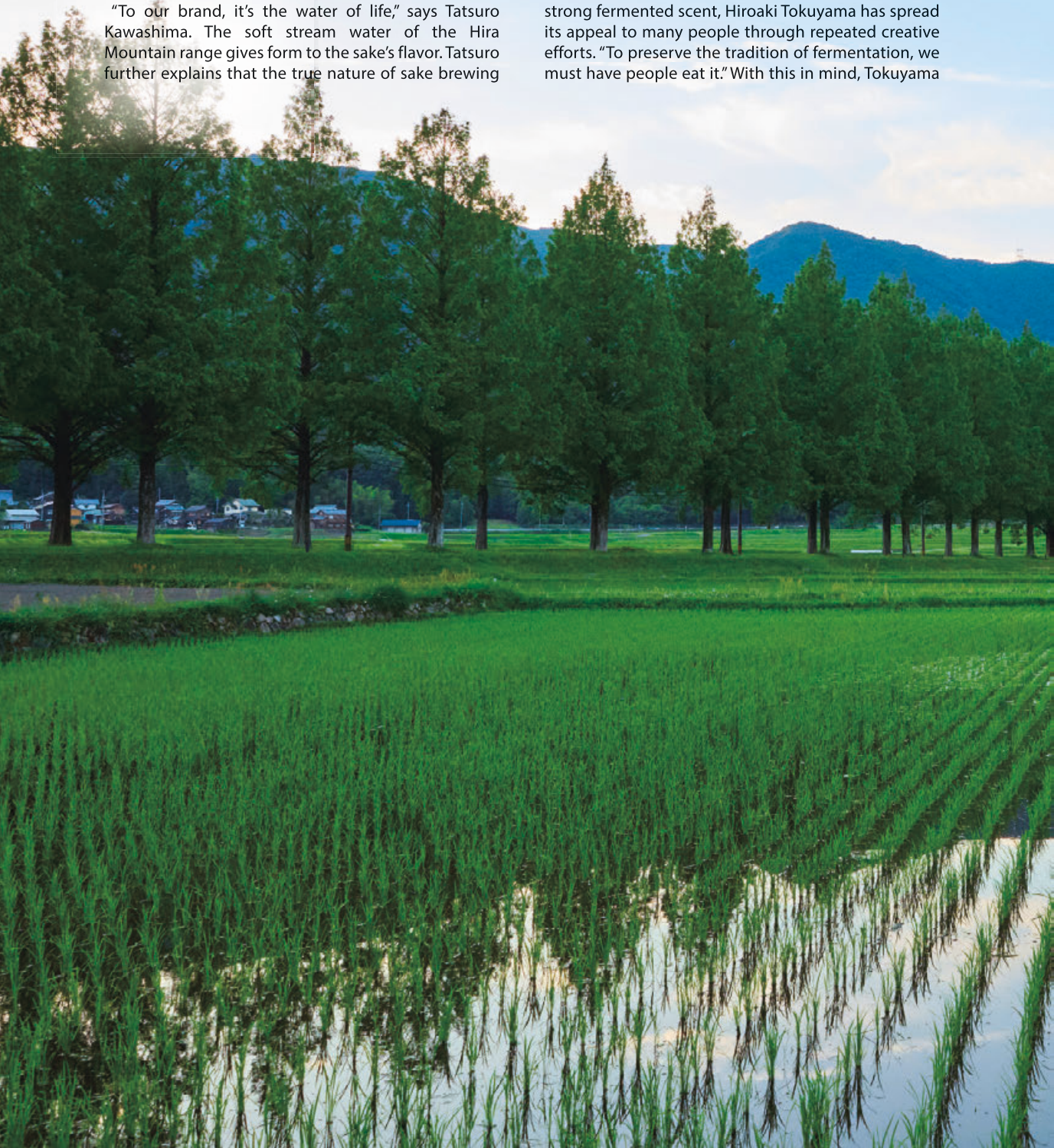
"To our brand, it's the water of life," says Tatsuro Kawashima. The soft stream water of the Hira Mountain range gives form to the sake's flavor. Tatsuro further explains that the true nature of sake brewing

lies in fermentation.

"Fermentation is exciting."

He says that if people look at the silently bubbling ferment mash, they're sure to smile.

Tokuyamazushi, which is situated on the shore of Lake Yogo, carries on the tradition of funazushi, a fermented dish that represents Omi. Although the traditional dish is sometimes avoided due to its strong fermented scent, Hiroaki Tokuyama has spread its appeal to many people through repeated creative efforts. "To preserve the tradition of fermentation, we must have people eat it." With this in mind, Tokuyama



Wisdom of those who live alongside water

与水共生的智慧



The kabata is made up of three ponds, Motoike, Tsuboike, and Hataike. The underground water that springs up flows through them in order, and in Hataike, carp purify the water by eating rice grains and other leftovers left on the dishes. "It's convenient since we can just leave the utensils there when we're done with them," says Keiko. Even now, the kabata continues to serve as a kitchen.

川端由元池、壺池、端池 3 个池塘构成。从地下涌出的水依次流经这三个池塘并被加以利用，端池中的鲤鱼会吃掉餐具上残留的饭粒等，从而净化水质。“在水边干完活之后，用过的工具可以直接放在那里，很方便”，前田说道。川端至今仍然发挥着厨房的作用。

The water that springs up from 20-24 meters underground is about 14 degrees Celsius and supports daily life year-round. It's used to chill watermelon and vegetables in the summer and provides warm water during the winter. The residents of Harie clean Okawa River four times per year to maintain an environment where it's easy for the water to flow and for fish to swim upstream.



从地下 20~24 米涌出的生水全年保持约 14 度的温度。夏天可以用来冰镇西瓜和蔬菜，冬天则作为温水支撑日常生活。为了营造水流通畅，便于鱼类溯洄的环境，针江周边的居民每年进行 4 次大川大扫除。



Harie Fresh Water Village

<https://harie-syozu.jp>

Guided tours only.

Tours limited to kabata with prior expressed permission.

- Guided Tour: 10 AM, 2 PM (each tour roughly one hour)
- Tour cost: 1,000 yen for adults, 500 yen for elementary-high school students

针江 生水之乡

<https://harie-syozu.jp>

现场参观必须有导游陪同。

参观地点仅限于已获得户主同意的川端。

- 导游团：10点～/14点～（每次约1小时）
- 参观费用：成人1000日元，小学生～高中生500日元





Water that flows through daily life

As you walk through the village, water springs out from the bottom of the canals, swaying the water crowfoot as fish swim through the clear stream. It is said that 70% of the water flowing through the Harie-Okawa River originates from this region. The water flowing beneath the eaves of houses through the waterway system known as *kabata*, accumulates here and eventually flows into Lake Biwa, roughly two kilometers away.

"Water is a treasure," says Keiko Maeda, as she guides us through the freshwater village. While at a glance, it appears to be a traditional way of life, Keiko laughs, saying "we use the water because it's convenient." To this day, the spring water is used as drinking water, to chill ingredients, and supports livelihoods.

This water was once a path for life. People set out to the rice fields and carried baggage by boat. Life in the village went hand in hand with the waterway. Even now, children play in the river during summer with their laughter echoing out as they ride on rafts. Among others, fish and birds also live within the blessings of this water.

"Those who live upstream are considerate of the fact that people downstream will use the water. The people from downstream can rest in ease that those upstream won't dirty the water. In a sense, it also connects people through consideration and peace of mind."

People don't throw their vegetable waste into the *kabata*, or wash their clothes in it. Because the water is used in the kitchen, there's an unspoken promise that's being kept. Once every two months, the oil used to fry tempura is gathered and turned into powder soap to be used in the *kabata*. It's also referred to as "Welcome Back Soap," and functions as an extension of people treasuring the water they use.

The water that flows through Harie enters Lake Biwa and goes on to support the lives of people in Kyoto and Osaka. At last, it flows into the ocean and evaporates, turning into rain and returning to the mountains. The traditional scenery is not all this area has left. It carries the wisdom of those who live alongside water.



水在生活中流淌

在村落中漫步，就能看到从水路底部汩汩涌出的水源，还有梅花藻随波摇曳，鱼儿在清澈的水中往来穿梭。流向针江大川的水有七成是这一带涌出的水。从家家户户屋檐下设置的“川端”流出的水汇聚在一起，最终在流入约两公里外的琵琶湖。

“水可是宝藏啊”

说出这句话的，是生水之乡的导游前田启子。一眼看上去只是比较传统的日常生活文化，但前田笑着说：“用了它能让生活更方便”。这里的涌水至今仍用来饮用，冰镇食材，支撑着日常生活。

以前，这水也是生活的通道。人们乘船前往田地、运送货物，村落的日常生活和水路密不可分。如今每到夏天，孩子们仍在河里玩耍。乘着竹筏，沿途的欢声笑语在耳边回荡。水的恩惠，赋予鱼儿、鸟儿以及其他生命勃勃生机。

“在上游生活会体谅下游的人用水，下游的人则信任上游的人不会污染水源。川端的水正是由体谅和信任连接而成的。”

正是因为这是做饭用的水，所以无需他人提醒，人们都不约而同地遵守着“不冲菜渣，不洗衣服”的约定。每隔两个月，当地都会回收做过天妇罗的油，用来制成粉状肥皂，在川端使用。这种被称为“欢迎回来肥皂”的循环利用，也是日常生活中珍惜用水体现的延伸。

流经针江的水汇入琵琶湖后，也支撑着京都和大阪人们的日常生活。最后流入大海、升上天空，再次化为雨水回归山间。留在这里的，不仅仅是往昔的风景，更是与水共生的智慧本身。



与水共生的近江 在“川端”的生活

比良山系降下的雨雪渗入地下，经过漫长时间，最终形成伏流水，涌现在近江的大地上。在滋贺县高岛市针江，人们将这股涌水成为“生水”，在日常生活中用来饮用、洗菜、冰镇水果等，至今仍在好好利用。水不仅仅是资源，更是人们的日常生活本身。这丰沛的水滋润田地、酿造美酒、孕育发酵文化，最终流入琵琶湖。然后，湖泊又成为人、物以及文化的运输通道，支撑起近江的历史。生活、饮食、风景、历史，皆与水同在。循着水的轨迹，就能看到“水之国·近江”的故事。

摄影：木内和美 采访、文稿、编辑：服部广子





Coexisting with Water, “Kabata” Life in Omi

The rain and snow that fall on the Hira Mountain Range slowly seep into the ground, before finally becoming subterranean rivers and breaking the surface of the earth in Omi. In the village of Harie, Takashima, Shiga Prefecture, this spring water is referred to as *shozu* (living water), and is cherished by locals for its daily use in washing vegetables, chilling fruits, and drinking. Water is not simply a resource—it's an inextricable part of life. This abundant water enriches the fields, brews sake, gives rise to fermentation culture, and finally pours into Lake Biwa. The lake then becomes a path to carry people, goods, and culture, supporting the history of Omi. Lifestyles, food, scenery and history all exist alongside water. If you follow the water, you will find the tale of “Omi, the water country.”

Photographer: Kazumi Kiuchi
Interviewer/Writer/Editor: Hiroko Hattori



The Christ the Redeemer statue stands on Corcovado, the "Hill of Blessing Embracing Heaven and Earth." It offers one of Rio de Janeiro's most spectacular views, overlooking Guanabara Bay and Sugarloaf Mountain (right). Photo: Aflo “拥抱天地的祝福之丘”——矗立于科尔科瓦多山顶的基督像。从这里可将瓜纳巴拉湾和面包山(右)尽收眼底,是里约热内卢首屈一指的绝景。/摄影:Aflo

exceptional skill.

Once you board this aircraft, you'll be surprised by its open and spacious design, which belies its small size. With its high ceilings and ample overhead baggage compartments, we hope you look forward to the day when this plane takes to the skies of Japan and becomes your new companion on your air travels.

As always, thank you for flying with us, and wishing you a pleasant and memorable journey today.

衷心感谢各位本月依旧选择搭乘全日空。

我们十分重视与国内外各类合作伙伴的沟通交流,致力于为旅客提供最优质的飞行体验。

自担任社长以来,我也有幸获得了许多与海外企业高层深入交流的宝贵机会。其中,今年6月在巴西举行的IATA(国际航空运输协会)给我留下了尤为深刻的印象。来自全球290多家加盟航空公司的领导者齐聚一堂,会场洋溢着热烈的氛围,也让我切身感受到航空业未来发展的巨大潜力。

经历了新冠疫情这一前所未有的严峻考验后,全球航空业如今正积极推进面向未来的各项投资,包括引进

最新机型、数字化转型,以及推广可持续航空燃料(SAF)等。全日空集团也将顺应这一全球发展趋势,进一步加快改革步伐,朝着实现世界一流服务品质的目标不断迈进。

在此次全体大会上,我们正式签署了三方协议,宣布ITA航空加入全日空与汉莎航空集团长期开展的日欧联合经营(共同事业)合作。随着这一合作伙伴关系的进一步深化,旅客前往意大利以及欧洲各地、乃至北非地区的出行选择将得到大幅拓展。我们也期待大家能够切身感受到,未来全球航空网络将比以往更加紧密相连,出行体验更加便捷、顺畅。

此外,在巴西还坐落着我们新选定的“机翼合作伙伴”——巴西航空工业公司(Embraer)的总部。我们计划于2028财年引进该公司的最新机型E190-E2。我也参观了其生产现场。虽然规模并不庞大,却汇聚了一批精挑细选的技术人员,他们凭借扎实精湛的技艺,脚踏实地地将安全落实到每一个制造环节。那无疑是一处堪称“制造业原点”的地方。

实际乘坐这款飞机后,最令人惊讶的是,它丝毫不会让人觉得是一架小型客机。机舱采用了宽敞开阔的空间设计,拥有更高的天花板和容量充足的行李舱,为旅客带来更加舒适的乘坐体验。这些飞机将在日本的天空中翱翔,成为大家全新空中旅程的伙伴。敬请期待正式投入运营的那一天。

最后,祝愿大家今天也能度过美好而充实的一天。

President & CEO, ANA
全日空航空公司代表取締役社長

Juichi Hirasawa

平泽寿一



Greetings from President & CEO, Juichi Hirasawa

Co-creating New Journeys in the Sky with Our Partners

和伙伴共创新的天空之旅

Thank you for choosing ANA.

We value our dialogue with various domestic and international partners to ensure that our customers receive the best possible flight experience.

Since becoming president, I have been fortunate to have many valuable opportunities to interact with global business leaders. Just recently, the IATA (International Air Transport Association) Annual General Meeting held in Brazil this past June brought together leaders from more than 290 member airlines worldwide. Amidst this tremendous energy, I felt a great sense of potential for the future development of the industry.

Having overcome the unprecedented challenge of the COVID-19 pandemic, airlines around the world are now actively investing in the future, introducing the latest aircraft, promoting digital transformation, and advancing the adoption of sustainable aviation fuel (SAF). The ANA Group



is also embracing this global trend and will further accelerate its transformation to achieve world-class service quality.

At the general meeting, we signed an agreement for ITA Airways to join the existing Japan-Europe joint venture between ANA and the Lufthansa Group. This deepening partnership will significantly expand travel options to Italy and other parts of Europe, as well as North Africa. We hope that you will experience the world's skies becoming more comfortable and seamlessly connected than ever before.

Brazil is also home to the headquarters of Embraer, the company we have chosen as our new “wing partner.” We plan to introduce their state-of-the-art aircraft, the E190-E2, in fiscal year 2028. Although the manufacturing site is not large in scale, it is a place truly worthy of being called “the true essence of craftsmanship,” where carefully selected engineers meticulously build safety through their

TSUBASA

GLOBAL WINGS

9

2026
SEPTEMBER

C O N T E N T S

Cover photo / Kazumi Kiuchi (Shiga|Tokuyamazushi|)

Welcome Aboard
Greetings from President & CEO

004 游目骋怀 社长致辞

Coexisting with Water, “Kabata” Life in Omi

006 与水共生的近江 在“川端”的生活

Amazing “Local Premium” Finds
by ANA Employees!

020 员工的发现!各地精品推介

YUGE MAP
Niigata's Finest Delicacies Paired With a Sauna

022 汤汽地图 与桑拿相伴,品味新潟精选的美味,

Wings Style
A Spotlight On The Treasures Of Kagoshima

024 翼之流仪 让鹿儿岛的瑰宝成为瞩目的焦点

ANA Group Information

028 全日空 最新消息

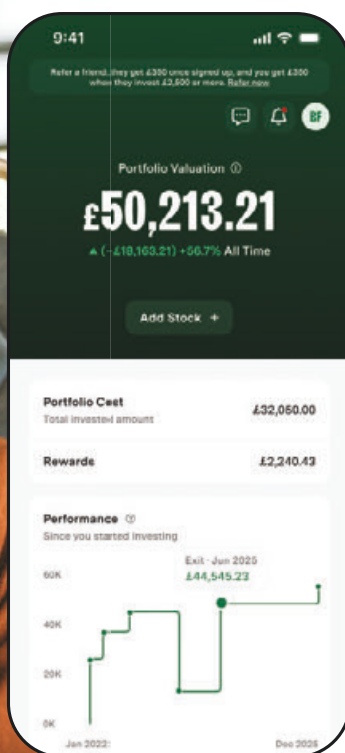
Photo / Kazumi Kiuchi (Shiga:Harie'Shozu no Sato)

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), Masako Hasuo
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.

DECANT INDEX

Macallan. Dalmore. Highland Park.

Now in your portfolio.



**A CASK OF SCOTCH
DOESN'T CARE WHAT THE
MARKET DID THIS WEEK.
IT JUST MATURES.**

As rare whisky ages, supply shrinks and scarcity increases. Decant Index gives private investors direct ownership of casks from the world's most sought-after distilleries. Full legal title. Stored under bond in Scotland. A digital platform with every trade on the record.

CGT FREE

Wasting asset under UK tax rules

BONDED

Title-held, insured, HMRC warehouse

PHYSICAL

A real asset you can touch and see

4.8 out of 5



Trustpilot

decantindex.com



Asset values can go down as well as up. Whisky casks are illiquid investments and resale is not guaranteed. We recommend seeking financial advice before investing. Past performance does not guarantee future returns. Returns figures are based on historical transaction data on the Decant Index platform. Please ensure that you fully understand the content and make any investment decisions based on your own judgment and responsibility.

TSUBASA

GLOBAL WINGS

ANA Inspiration of JAPAN

STAR ALLIANCE

9 September 2026
No.687
The Inflight Magazine
of ANA Group

Coexisting with Water, “Kabata” Life in Omi

Wings Style:
A Spotlight On The
Treasures Of Kagoshima

与水共生的近江
在“川端”的生活

翼之流仪
让鹿儿岛的瑰宝成为瞩目的焦点

翼の王国
日本語版は
こちら



Take me home!