

翼の王国

ANA Inspiration of JAPAN | A STAR ALLIANCE MEMBER

8

August 2025
No.674

ANAグループ内誌
The Inflight Magazine
of ANA Group

釜山
アートな食都で
笑顔をいただく

あきた白神
水巡る、ブナの森に守られて

翼の流儀
外国籍CAの「おもてなしの流儀」



Web「翼の王国」はこちらから

TSUBASA GLOBAL WINGS
click here! 点击这里!

ご自由にお持ち帰りください。



東京2025デフリンピック



きこえない・きこえにくいアスリートたちの世界大会

開催日程

2025

11.15 (土)
～ 26 (水)

デフリンピックとは

デフリンピック (Deaflympics) デフリンピックとは、デフ+オリンピックのこと。デフ (Deaf) とは、英語で「耳がきこえない」という意味です。デフリンピックは国際的な「きこえない・きこえにくい人のためのオリンピック」なのです。

デフリンピックは国際ろう者スポーツ委員会 (ICSD) が主催し、オリンピックと同じように4年に1度、夏季大会と冬季大会をそれぞれ開催します。

東京2025デフリンピックは、**日本初開催**またデフリンピックが開催されてから**100周年**となる、歴史に残る大会となります。

大会概要

大会名称

第25回夏季デフリンピック競技大会 東京2025
(略称) 東京2025デフリンピック

参加国

70～80か国・地域

選手数

約3,000人

競技数

21競技

競技会場

東京都内会場 (東京体育館、駒沢オリンピック公園総合運動場ほか)、福島県、静岡県



第23回夏季デフリンピック競技大会 サムスン2017 (トルコ)

大会エンブレム

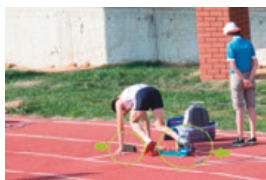
人々の繋がりを意味する「輪」をテーマに、デフコミュニティの代表的なシンボルである「手」を表している。デフリンピックを通して「輪」が繋がった先には、新たな未来の花が咲いていくことを表現。



デフリンピックの特徴

- 競技中は補聴器などを外して、全員が公平にきこえない立場となって競技を実施します。
- 「耳」がきこえなくても「目」で見えて分かる工夫 (視覚的保障) がされています。
- 世界各国から集まる参加者が国際手話をはじめとした様々な方法でコミュニケーションを展開しています。

視覚的保障



スタートの合図がわかるようにランプが点滅



注審判の合図の声をランプの点滅で知らせます

大会ビジョン

“誰もが個性を活かし
力を発揮できる”
共生社会の実現

デフスポーツの
魅力や価値を伝え
人々や社会とつなぐ

世界に、
そして未来に
つながる大会へ

「デフリンピック」の手話言語表現



両手2指で輪をつくり、輪を向かい合わせるようにして交互に2回つける

【大会について詳しくはこちら】

● 東京2025デフリンピック 大会特設サイト

URL: <https://deaflympics2025-games.jp>

● SNS ((一財)全日本ろうあ連盟デフリンピック運営委員会))

X @2025deaflympics

@deaflympics2025

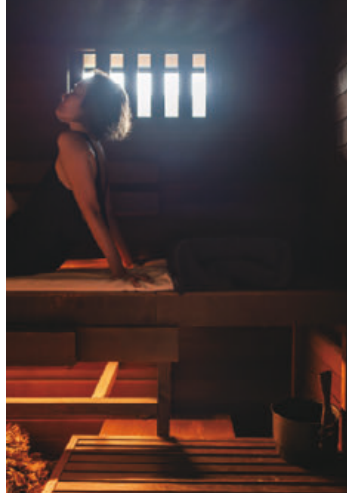




写真／金子斗夢(韓国:釜山・影島)



写真／秋倉康介(秋田:三種町)



写真／中井由紀(京都:京丹後)

8 翼の王国

2025
AUGUST

C O N T E N T S



表紙／釜山:ミンラッフェタウン(写真／金子斗夢)

- 005 ごあいさつ
- 006 社員が見つけた! Local Premium通信
- 008 旅の出会い 北海道長沼町／斎藤佑樹
- 010 松丸亮吾の謎解きde世界一周 マレーシア
- 012 オーランドの空の下で／国枝慎吾
- 特集**
016 **釜山 BUSAN**
アートな食都で
笑顔をいただく
- 032 花、旅、人 芍薬／赤井勝
- 034 快適な空だけの旅 仙台空港／パラダイス山元
- 特集**
036 **あきた白神**
水巡る、ブナの森に守られて
- 050 旅で潤う 京丹後:ぬかたとゆげ／笹野美紀恵
- 052 旅するお取り寄せ 大阪／小西利行

- 054 **翼の流儀** A New Ambitious Story
外国籍CAの「おもてなしの流儀」
- 060 ニッポン47妖怪さんぽ
宮崎:ガモジン 鬼を巡る旅／森井ユカ
- 064 翼ニッポン探訪
- 066 おべんとうの時間
長崎:五島市 NOICHI GYM／阿部了・阿部直美
- 070 ライト、フライト
マドリド or 伊豆 or マリド／内田紅甘
- 074 郵便飛行
- 075 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
- 076 ANA GROUP INFORMATION
- 088 ANA STORE@SKY案内
国際線機内販売 商品ラインアップ
- 096 機内オーディオ/ビデオ番組案内
- 098 ANAグループ航路図

『翼の王国』の舞台裏へ潜入!
ANA公式YouTubeはこちらから



翼の王国 No.674 2025年8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:中野敏子、山下美咲、仲本剛、服部広子、小嶋美樹、高田真莉絵、富岡幸子
デザイン:カメカデザインオフィス/松澤順一郎、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 エスデザイン/鈴木マサユキ
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
【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 mNotice_anamedia@ana-x.co.jp
©All Nippon Airways / Kobunsha2025 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。

世界をつなぐ、あたらしい空へ。



Inspiration of JAPAN

A STAR ALLIANCE MEMBER



www.ana.co.jp

／ごあいさつ

全日本空輸株式会社
代表取締役社長

井上 慎一

安全への誓い



盛夏の候、夜空を次々と彩る鮮やかな花火に、水辺を渡る風が肌に心地よい季節となりました。皆さま、いかがお過ごしでしょうか。

A N Aグループでは毎年7月を「航空安全推進・航空保安強化月間」と定め、社員一人ひとりが「安全」の意義を深く胸に刻む、極めて重要な期間としています。

お客様が私たちに最も求めて

いるもの、それは愚直なまでの安全への取り組みに尽きる、そう考えています。自らを振り返るとともに、昨今、世界で起きている事故等からも真摯に学びながら、全社員が率直に語り合う「TALKSAFE」を毎年この期間に実施しています。新入社員から、経験を積んだベテラ

ン社員、そして役員である私自身も、誰もが均しく「安全」というテーマに向き合う場です。今

年、私は「いかなる場面でも自分のこととして考え、行動することが何よりも大切である」と伝えました。

近年、航空分野の技術は目覚ましく進化し、デジタルの活用で安全性は飛躍的に向上しました。しかし、お客様に心からの安心をお届けするためには、どれほど技術が進歩しても、それを臨機応変に最大限活かすことのできる「人の力」が不可欠です。

日ごろの点検や訓練を万全に行い、一便一便、どんな小さなことにも細心の注意を払い、「かもしれない」と常にリスクを予測して行動する。互いに声をかけ合いチームとして支え合う。そんな人づくり・組織づくりをこれからも強く推し進めてまいります。そして、「人の力」と「デジタルの力」のシナジーによって、安全をさらに確かなものとしてま

いります。

「安全は経営の基盤であり社会への責務である」。この言葉は、A N Aグループが企業活動を行う上で最も大切に行っている考えであり、私たちの使命です。皆さまでに心から安心して当社の翼をご利用いただくために、社員一人ひとりが責任感と誠意をもって、一切の妥協を許さずに安全を追求し続けてまいります。

夏休みシーズンを迎え、機内で響くお子様たちの元気な笑い声やひまわりのように輝く笑顔に、私も胸が躍ります。皆さまの大切な旅が、かけがえのない人生のひとつが、最高の思い出となるよう、A N Aグループ社員一同、万全の備えでお迎えをさせていただきます。

引き続き、変わらぬご愛顧を賜りますよう、お願い申し上げます。



佐藤 歩美/さとう あゆみ ANA沖縄空港株式会社で社員の福利厚生、労災関連などを担当。趣味は「メダルが欲しい」との理由から始めたマラソンで、レースにも参加している。

お一人様でも入りやすい すべてが美味しい居酒屋

○兵庫・神戸市

カウンター 16席のみ、1~3名様向けの居酒屋『食堂丸山』が大好きです。おしゃれで落ち着いた店内は女性一人でも気軽に入ることができ、何を食べても絶品です。なかでも私のお気に入り、注文してから炊いてくださる種類豊富な釜飯やお刺身の盛り合わせ、店主こだわりのお出汁がきいた小芋にあんかけ。どのメニューもリーズナブルで、いつもつついっ頼みすぎてしまいます。事前予約をした上でぜひ立ち寄ってみてください。



木村 理恵/きむら りえ 大阪国際（伊丹）空港、関西国際空港を拠点に国内線と国際線を担当する客室乗務員。趣味は旅行と韓国ドラマ観賞。ポーセラーツで可愛い食器を作ることも好き。

社員が見つけた!

Local Premium

通信 vol.34

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

雰囲気抜群なカフェの テラス席でのんびり

○北海道・紋別市

紋別市にある『Namisa cafe』は毎年、紋別の寒さが和らぐ4月から11月頃までの期間に営業している、オーナーの自宅横に併設されたカフェ。セルフビルドの内装がステキな店内が癒しの空間になっています。北海道産の小麦をブレンドした優しい味のワッフルやパニーニ、数量限定のプレートランチがありテイクアウトも可能。お庭もあるので、自然の中でのんびりできるテラス席がおすすめです。運がよければ季節の野菜などを購入することもできます。

絶景を眺めながら 戦国武将気分で弓矢体験

○鹿児島・鹿児島市

1658年に島津家 19代光久によって築かれた薩摩藩主の別邸・庭園である「仙巖園」^{せんがんえん}。桜島と錦江湾を一望できる庭園の素晴らしさから、鹿児島県を代表する景勝地のひとつとされ、2015年に世界文化遺産にも登録されました。薩摩焼付けや切子かけら細工などの伝統文化も体験できるのですが、私のおすすめは弓矢体験。やり方を丁寧に教えていただけるので、子どもからお年寄りまで、初めてでも簡単に楽しめます。甲冑^{かつちゆう}の装着も体験できるので、戦国武将気分を味わうこともできます。



小濱 貴子/こはま たかこ 空港サポート室に所属し、国内39カ所の空港の経理をサポートする業務を担当。趣味はウォーキング。歩きながらペーカリーなどをチェックするのも楽しみ。



海鮮ベースで優しい味わいの 絶品カルグクス

● 韓国・大邱

韓国は美味しいグルメであふれていますが、なかでも私のイチオシは、大邱に本店を構える、韓国の手打ち麺のカルグクス専門店『ジョジョカルグクス』です。ここのカルグクスには貝がたっぷり入っており、海鮮ベースの出汁は辛みもなく優しい味わい。韓国定番のお酒、ソジュやマッコリとも相性抜群なのでぜひ一緒に楽しんでみてください。エビやイカなどがたっぷり入った具だくさんのチヂミもおすすめ。こちらは熱々の焼きたてをいただくことができます。

社員が見つけた! Local Premium 通信 vol.34



瀧澤 明穂／たきざわ あきほ フランクフルトとジャカルタ便を担当する客室乗務員。趣味は韓国ドラマ観賞と海外旅行。旅先で美味しいものを食べることも大好き。

人気イタリアンの シーフードペスカトーレ

● アメリカ・オアフ島

ワイキキのビーチウォークにあるイタリアンレストラン『Taormina Sicilian Cuisine』が大好きです。日本人シェフ、三村浩之氏が手がける料理はどれも感動の一皿なのですが、私のお気に入りメニューはシーフードペスカトーレ。味だけでなくスタッフの皆さんのホスピタリティも最高で、風が吹き抜ける心地のよいテラス席も人気です。「FLYING HONU（フライングホヌ）」に乗ってハワイを訪れた際には、ぜひ素晴らしい一皿を味わってみてください。



北川 智佳／きたがわ ともか 伊丹空港でVIPサービス部に所属。趣味はフラダンスとクラシックバレエ。休日は旅行や美味しいものを食べてリフレッシュしている。



● ベルギー・ブリュッセル

こだわりが詰まった 種類豊富な本場のチョコレート

チョコレート大国のベルギーで、ユニークかつ美味しいチョコレートをお探しの方におすすめのショップが『Benoit Nihant（ブノワ・ニアン）』です。ショコラティエのBenoit氏こだわりの厳選されたカカオを使ったチョコレートは、芳醇な香りが口いっぱいに広がる上品な美味しさ。日本国内にも店舗はありますが、シンプルな板チョコやフルーツを使ったボンボンショコラ、トリュフチョコレートなど種類豊富なのはベルギー店ならではの、お気に入りの一品を見つけてみてください。



寺内 萌／てらうち もえ ベルギーのブリュッセル空港にて旅客サービス業務に従事するグランドスタッフ。休日にはヨーロッパ内を旅しておすすめのグルメを探すのが好き。



旅の出会い

北海道長沼町

Vol.17 写真・案内人

齋藤佑樹

才人が旅先で出会った
忘れえぬ光景を綴る。

今回は19年前の夏、
甲子園を沸かせた「ハンカチ王子」

昨年の春からかれこれもう
50回以上、僕は北海道長沼町に
通っています。それは、少年少
女専用の野球場をつくるため
の旅です。

現役を退くころからずっと
「僕は野球界にどんな恩返しが
できるだろう?」と考えていま
した。そのとき、胸に去来した
のが「子どもたちのための野球

場をつくりたい」という思いで
した。

アメリカには少年少女専用
の、少しコンパクトな野球場が
多々あって、リトルリーグの世
界大会も開催されています。で
も、日本にはそのような野球場
はほとんどありません。子ども
のころの僕も、大人が使う広い
野球場や学校のグラウンドで

試合をしました。少年野球で
は、ホームラン＝ランニング
ホームランというのがお決ま
りです。だから、思ったんです。
「子どもたちにフェンスオー
バーのホームランを打たせて
あげたい、それができる野球場
をつくってあげたい」と。いや、
それだけではありません。僕自
身、引退後に夢中になれるもの
を見つけたかった。野球の解説
や指導に携わるような関わり
方も考えられたなか、いちばん
ワクワクしたのが野球場づく
りでした。「子どもたちのため」
と一言いつつ、これは僕の夢でも
あるのです。

でも、ワクワクの実現には苦労
も伴いました。場所選び一つと
ても、日本全国の候補地を100
箇所以上回り、「これは!」と思う
土地が見つかったても許可が下り
ず諦めたり。そうやって、やっと
たどり着いたのが、ここ長沼町で
した。北海道らしい広々とした、



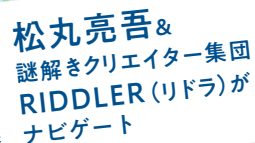
Profile

’06年、早稲田実業高のエースとして夏の甲子園に出場し全国制覇。「ハンカチ王子」フィーバーを巻き起こした。早稲田大学を経て10年、ドラフト1位で北海道日本ハムファイターズに。1年目に6勝をマーク、2年目の12年には開幕投手を務めるなど活躍。しかし、たび重なるケガに悩まされ21年、現役引退。現在は「株式会社斎藤佑樹」代表として「野球未来づくり」をビジョンに掲げ、精力的に活動中。

自然豊かな場所。高台に登るとファイターズの本拠地「エスコンフィールドHOKKAIDO」も見える。僕は運命的なものを感じ、ここに「夢の球場」をつくらう——、そう決めたのです。

今年の「こどもの日」。プレーオープンに漕ぎ着けた「はらっぼスタジアム」で、僕も試みに投球しました。マウンドからホームベースまでの距離は、通常の18・44メートルよりも少し短い16メートル。でも、これまで僕が投げてきたどの野球場にも引けを取らない、最高に素晴らしいマウンドでした。

35



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

マレーシアは東南アジアに位置する国だ。タイの南、マレー半島の部分である「半島マレーシア」と、ボルネオ島の北部に位置する「東マレーシア」という海を挟んだ国土を持っているよ。ちなみに、

さて、ここではそんなマレーシアをテーマにした問題を2問出題しよう。謎解きの旅に出発だ！

1 問題

マレーシアの公共施設で
持ち込み禁止とされているものはなんだろう？

ドーナツ禁止



禁止



「4枚の形が組み合わさって見た見なしみて。こ。こ。」



✦ 解答は87ページに掲載しています

オーランドの空の下で

moved from Jan.2024

VOL.14

写真・文 国枝慎吾



海外生活が長くなると、生まれ育った国の良さに改めて気がついたり、懐かしく思ったりする人も少なくないと思います。かく言う私も、オーランドに暮らし始めて1年8ヶ月。ときおり日本が、無性に恋しくなることがあります。

まずは、やっぱり食事です。こちらで同僚たちと「ランチに行こう」という場合。オーランドのレストランも、決してまずくはありません。いや、おいしいです。おいしいのですが……、メニューは決まってハンバーガーかサンドイッチ、フライドチキンかメキシカンフード、もう、ほぼほぼこれだけなんです(苦笑)。日本のように、多種多様な店のなかからチョイスするということができない。「今日もハンバーガーか」と、小さくため息をつきながら「たまにはお蕎麦やラーメン、井物や定食が食べたい!」と切に思ってしまうのです。先日、一時帰国したときも真っ先に、ラーメン店に駆け込んでしまいました(笑)。



恋しく思うのはコンビニエンスストアも。離れてみてその便利さを、実感しています。なにか欲しいものがあつたとき、時間を選ばず大概のものが手に入る。コーヒーもホットスナックも、もちろんおにぎりもすごくおいしい——。なぜ、ここオランダにコンビニがないんだろうかと、恨めしくすら思う毎日です。

また、こちらでクルマを運転していると、日本の道路事情が懐かしく思い返されてしかたありません。フロリダでは、ウインカーを出さずに交差点を曲がる人や、高速道路で左に右に縫うように車線変更を繰り返して、猛スピードで私を追い抜いていく、そんなドライバーが、少なからずいます。運転中、ヒヤリとさせられるたびに、日本のドライバーの運転マナーの素晴らしさを思い返すのです。

帰国した際、家族で近場の温泉旅館に宿泊する機会に恵まれました。「これもアメリカにはないよな」と呟きつつ、日本の露天風呂を堪能した次第です。

なんだか、日本のいいところ＝アメリカのダメなところばかりを綴^{つづ}ってしまいましたが、帰国して日本に何日か滞在していると、今度は無性にフロリダに戻りたくなるのです。理由は空。いまや、オランダの青くて広い空と、^{さんさん}燦々と輝く太陽は、私の精神衛生上、欠かすことのできないものになったようです。

国枝慎吾

PROFILE

脊髄腫瘍のため9歳から車いす生活となり、11歳で車いすテニスと出会う。四大大会とパラリンピックを制覇する「生涯ゴールデンラム」を達成。23年1月、世界ランキング1位のまま引退。





ブルーの漆器

お碗の中に、能登の空や海を思わせる鮮やかなブルーが広がる

ANA FINDSの
田谷漆器店「輪島塗ぼかし」



①<ANA FINDS> 田谷漆器店
輪島塗 ぼかしカップ／青
¥55,000 ②<ANA FINDS>
田谷漆器店 輪島塗 ぼかし碗
／青 ¥55,000 ③<ANA
FINDS> 田谷漆器店 輪島塗
ぼかし箸／青 ¥27,500

輪島塗は使ってこそ本領を発揮する

生産者:田谷漆器店
田谷昂大さん
たや たくひろ



124もの工程を経て作られる国の重要無形文化財、輪島塗。その伝統の中で、木地や塗り、蒔絵といった高度な技術を持つ職人による分業を統括し、商品の企画・生産・販売を手がけるのが塗師屋の仕事。首相官邸からバイデン前大統領へ贈られたコーヒーカップを制作した塗師屋の老舗が輪島塗の「これから」を語る……。

パールブルーのグラデーションに
込めた想い。挑戦を続ける
田谷漆器店の「輪島塗ぼかし」

インタビュー全文はこちら!

#生産者が語る
by ANA FINDS



「旅で解放する」の記事はこちら!

WEBオリジナル連載

想像を超える旅が、創造を生む
経営者が語る旅の効用とリアルな休息術

「旅にはやはり非日常を求めています。思いもよらぬ驚きや、ドキドキわくわくする瞬間に出会えることが旅の醍醐味だと思います」。そう語るのは、ユニバーサルミュージック合同会社の社長・藤倉尚さん。パーソナルトレーニングジム「デポルターレクラブ」代表・竹下雄真さんが各界のトップ

ランナーをゲストに招き、仕事術や旅の楽しみ方を深掘りする対談シリーズ「旅で解放する」に登場した。音楽ビジネスの舞台裏に加え、創造性を高めるための旅の活用法や心身のコンディションを保つための習慣について語った。経営者としての視点から紐解かれる「旅」と「仕事」の哲学に注目!

「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

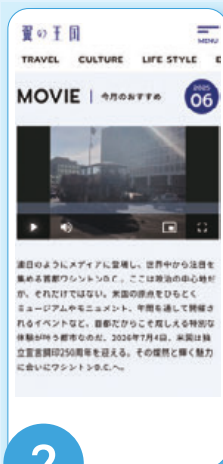
〈Web版〉を楽しむ！

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



歴史と現代文化が交差する港町・釜山^{プサン}は「韓国の台所」。海の気配に包まれるこの街では、食とアートが人々の日常と溶け合っている。ソウルとはまた違う時間が流れるこの場所では、港町らしい活気ある市場文化や、廃工場から生まれたアート空間が華やぐ。その背景には、釜山を栄えさせた戦後の人々の努力とエネルギーが、ずっしりと根を張っていた。

取材・文・編集／中野桜子 写真／金子斗夢 通訳・コーディネーター／ウォン・ガビン コーディネーター／前園亜耶
Special thanks／Milano

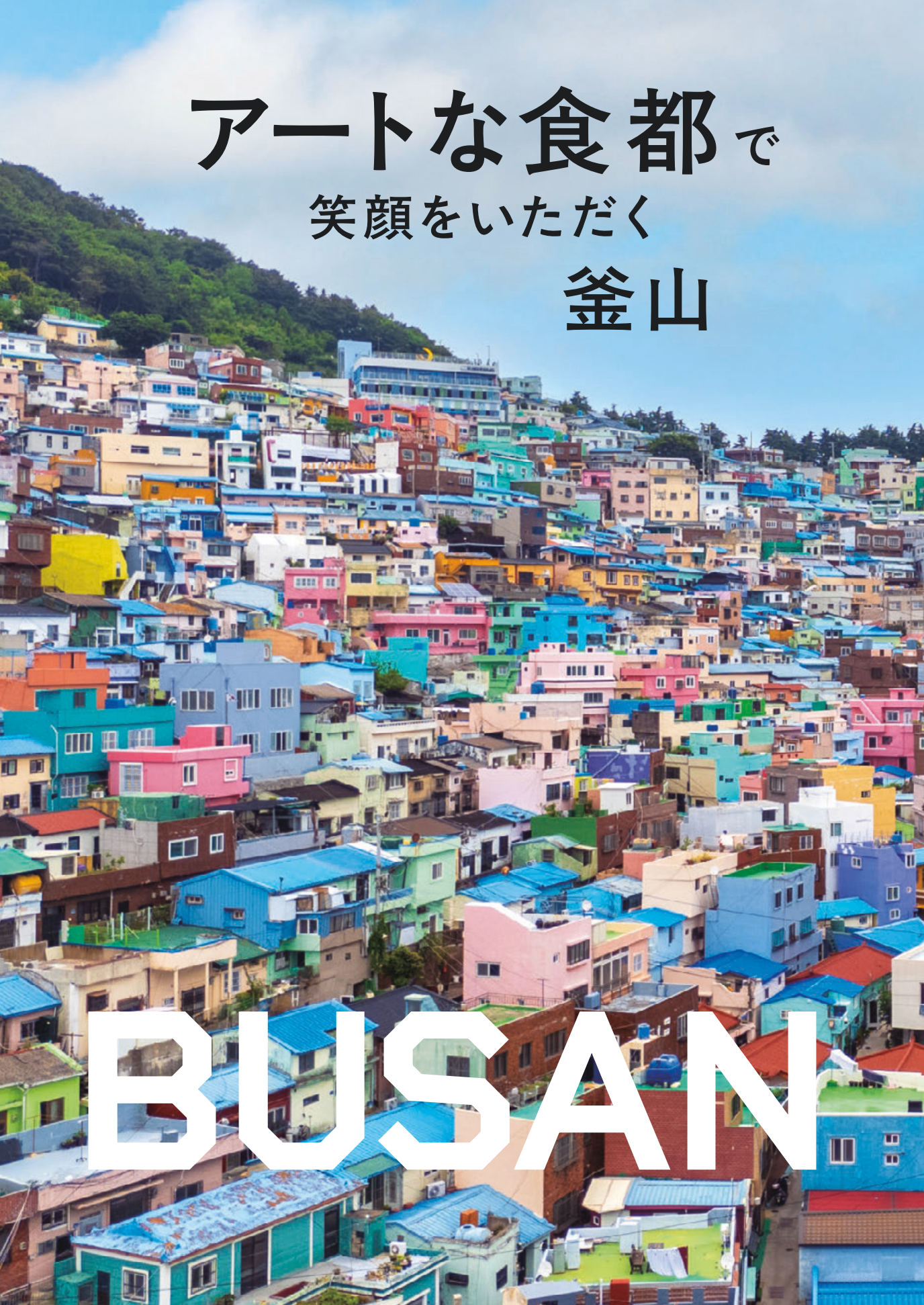


アートな食都で

笑顔をいただく

釜山

BUSAN



釜山市街のビーチの賑わいも楽しいが、陸続きの島・影島へ足を延ばすと絶景の「太宗台」がある。展望台から断崖絶壁を見下ろすと、遥か下にカラフルなパラソルとテントが。息を切らして降りると、海女のアジユンマたちが笑顔で迎えてくれた。新鮮な貝や魚がずらりと並ぶ。海の音と日差しに包まれゴザに寝転べば、まさにユートピア。「崖で働くのは大変じゃないの？」と尋ねると「毎日降り、登る生活だけど、楽しいよ。みんな仲良くここで暮らせることがとても幸せ。戦後に始めて約70年。代々続けられたのも家族のような仲間がいるから。自然の中での仕事は大変なときもあるけれど、それを感じながら生きることも楽しいと思ってる」と笑う海女の顔には、曇り一つない。迷いない幸福感が心に刺さり、笑顔のお裾分けをいただく。

戦後70年続く海女のもてなし





海女の営む刺身店「チャガルマダン(자갈마당)」への行き方は、自然公園である「太宗台」の入口から循環バス「タヌビ」に乗り、灯台(등대)で下車。灯台下の海岸まで長い階段を下っていく。この日並んでいたのはアワビ、サザエ、タコ、ホヤ、ナマコ、ヒラメ。獲れたての生きた海産物をその場で捌いてくれる。釜山の焼酎“デソン”がよく合う。明るい海女たちは小さい頃からここで育ったから、家族のような関係だという。



【太宗台(テジョンデ)展望台】

257 Jeonmang-ro, Yeongdo-gu, Busan



戦後のエネルギーが作った、 オモニたちの絶品文化



ディープなコプチャン通り。韓国特有“同じメニュー、同じ値段”の1〜12番の店が並ぶ。上質な国産牛を炭火で。今回訪れた1番の店のタレと、名物の焼きうどんは絶品！3代目キム・シウンさんと娘さん（4代目）、息子さん（5代目）。

【ベックアヤンコプチャン〈백화양곱창〉】

6 Jagaichi-ro 23beon-gil, Jung-gu, Busan

営業：12:00〜24:00



釜山は海鮮だけではない。「ヤンコプチャン」に「デジクッパ」。そのあまりのおいしさに悶絶だが、背景の歴史に目を背けずにはいられない。ホルモン焼きのルーツは、日本による植民地時代に在日コリアンが捨てられた牛の内臓を工夫したのが始まりとされ、それが戦後韓国の都市部に広まり現在のコプチャン料理が根付いたという見方がある。

オモニたちが代々守る味には、日韓の歴史に根ざした経緯も関連することを忘れてはならない。デジクッパは豚の骨を長時間煮込んだ北朝鮮由来の料理で、朝鮮戦争の避難民が釜山に広めた。肉が手に入らなかったときに豚の骨を使った料理だが、五臓六腑に沁みるおいしさ。苦難を生き抜いた人々の知恵と強さが釜山の料理に息づいていた。

クフドン
【極東デジクッパ 本店<극동돼지국밥>】
948-7 Jung-dong, Haeundae-gu, Busan
営業：8:00～21:00



骨さえもご馳走。 釜山3大グルメの極上スープ

釜山3大料理の一つ。「極東デジクッパ」は、今はなき極東ホテルのシェフがその場所を買い、創業した名店。茹で豚肉料理「スユク」も大人気メニュー。





北朝鮮から来た冷麺と 釜山発祥の「ミルミョン」 で100年栄える

【ネホネンミョン〈내호냉면〉】
17, Uambeonyeong-ro 26beon-gil,
Nam-gu, Busan
営業：10:30～19:00



4代目ユ・ジェウ氏。先代の味を大切に、店の新たな挑戦にも積極的。冷麺とミルミョンはどちらも同じくらい人気で多い日は1000食を下らないという。ミルミョンの麺はモチッとした弾力も感じられ、これまででないおいしさ！



店名は「百日」「素晴らしい」という意味を持つ「^{ベギル}伯逸」とした。今や「ミシュランガイド釜山」にも掲載される名店。

釜山で「ミルミョン」という料理の名を耳にする。「ミル」は小麦という意味で、小麦粉で作った冷麺のようだ。朝鮮戦争時、北から避難した人が冷麺を広めた。ところが釜山では材料が揃わない。1919年北朝鮮にて創業した冷麺店の店主は援助物資だった小麦粉を代用。「ネホネンミョン」で誕生したミルミョンは100年以上たった今も愛され続ける。

一方で歴史ある平壤冷麺に魅せられた若き料理人の店がある。クアクドンフンさんは店を出すのが、万人の評価を気にするがゆえ納得の味が出せず、一度は閉店。再挑戦し2023年「100日限定」の店を開く。これが大反響を得て、100日の命だった店は2024年に正式に開店。雑味を取り除いた透き通るスープには、料理人のこだわりと特別な歴史が^{にじ}しみ出る。

「100日限定」から始まった ミシュラン冷麺

【佰逸冷麺（ベギルネンミョン）〈백일냉면〉】

1st Floor, 29, Namcheonhae-ro 10beon-gil, Suyeong-gu, Busan

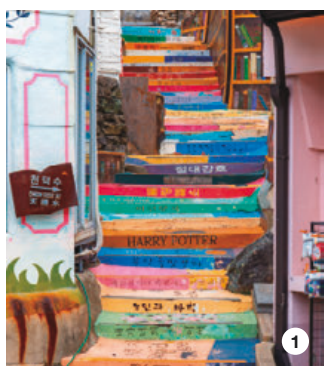
営業：11:00～15:30／17:30～21:00

目の前に広がるのは、カラフルな家々が寄り添う、物語の世界のような風景。昨今のSNS映えや韓流アイドル人気が市民権を得た時代にも注目される甘川文化村だが、その美しさの奥には、釜山の人々の記憶と祈りが息づいている。

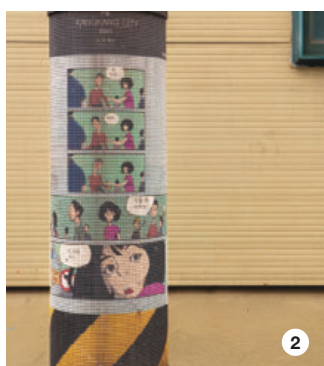
歴史は1950年代に遡る。さかのぼ

朝鮮戦争によりソウルが没落後、釜山が避難首都となり、中心部に暮らせなかった人々が山の斜面に身を寄せ合うように家建てた。それがこの村の原型だ。時を経て2009年、村の活性化を目的として「釜山のマチュピチュを夢見る」プロジェクトが始動。政府と地元の芸術家の手で、壁画や彫刻、アートがちりばめられ、光に包まれた。再生と未来への願いを込めて塗られた色。歴史と哀歓が息づく姿に、色鮮やかにアートを纏まとった街並みが今も物語るのだ。





1



2



3



4

①“本のアート”。②他、釜山にはアートな町が多数。「造船所村」で知られる「カンカンイ芸術村」の電柱アート。③海雲台ビーチはカラフルなSUPやパラソル、オブジェが今らしい。④海雲台で出会った女子たちのバケーション。



鮮やかさの背景に。
避難民の
「保存と再生」の
願い



朝6時、港に威勢のいい掛け声が響く。ノドグロやフグ、金目鯛などの高級魚が、男たちの素早い手捌きにより競り落とされ、次々とトラックに詰められて捌ける。夜にも競りは行われ、魚は港に揚がるやいなや勝負の場へと送られる。釜山港は、1876年の日朝修好条規で開かれた韓国初の国際港。以来、釜山は韓国最大の貿易都市として発展。そんな中、朝鮮戦争後に人々が生きるために「魚」を売り始めたのが、チャガルチ市場の原型だという。

その背景で始めた一軒の鯖(さば)の店が残る。1974年創業、メニューは焼き鯖とケランマリ(卵焼き)のみ。現在は母娘2代で店に立つ。娘さんは幼い頃から店を手伝い、母には継がなくていいと言われたが、どんな不況のときも50年店を守れたのは「母の力」だと幸せそうに語った。



韓国で消費される鯖のほとんどが釜山の港に揚がるものだろう。「ゴカルビハルメチブ」のある路地は、昔は焼き鯖通りで有名だったが今は1軒のみ。常連客のお目当ては、パリッと肉厚な焼き鯖と、そして母娘との会話だろう。「戦後は売れるものは何でも売った、運よくここで店を開けたのは父のおかげ」とも娘のパクヒスクさんは語る。釜山の人の“働くエネルギー”は、こうした戦後の生きる力を見せた親世代の背中にあるのではないだろうか。

5歳から母の背を見て。 焼き鯖通り、最愛の一軒

【ゴカルビハルメチブ<고갈비 할매집>】
22, Gwangbok-ro 67beon-gil, Jung-gu, Busan
営業：15:30～23:00





眠らぬ街。 働くプサンアジマ



ミンラッフェタウンで深夜まで刺身を売るアジマと、早朝のチャガルチ市場の様子。チャガルチ市場は鮮魚店が多いが、野菜や豆腐、乾物など幅広い食材が手に入る。

【民衆刺身タウン(ミンラッフェタウン)】
181-84, Millak-dong, Suyeong-gu, Busan
営業：10:00～翌2:00

【チャガルチ市場】
52 Jagalchihaean-ro, Jung-gu, Busan
営業：5:00～22:00(店舗による)





ミンラッフェタウンでは魚や貝をその場で捌いてくれ、持ち帰るか、2階の食堂で食べることができる。2階の食堂で調理してくれたタコとヒラメの刺身。特製の酢みそかわさび醤油で。

前述した通り、釜山に来て驚くのは皆とても働き者だということ。朝は早く、夜は遅くまでミンラッフェタウンのアジマ（おばちゃん＝アジュンマを釜山ではアジマとも言う）たちの団結力は強い。20年、30年、40年魚を売り、捌く。その包丁捌きは実にお見事。この敷地内の店は皆平等に客が行くように分配され、値段も一緒の設定、営業時間は深夜2時まで。それぞれ店を持ちながら、ひとつのコミュニティに生きている。団結して支え合う韓国の人の生きる知恵・文化の一つなのだろう。

「フエ」とは、新鮮な魚を薄切りにして盛り合わせた料理。つまり日本の「刺身盛り」。生食を好むのは日本人ばかりではない。朝鮮半島でも古くから魚を生食する習慣がある。釜山は韓国でもフエの本場で、フエ目当てに、多くの観光客が訪れる。

釜山には海鮮の専門店がたくさん。常に満員御礼の「ミボジブ」の海鮮の醤油漬け盛り。醤油は“ヘルジャン”という、3年以上熟成させた果物酵素でつくったもの。高級米で作る、アワビやタコの釜飯も名物。



【ミボジブ海雲台本店 <미포집 해운대본점>】

3 Dalmaji-gil 62beon-gil, Haeundae-gu, Busan

営業：11:00～15:00／17:00～21:00



料理も心に残るおいしさ。伝統的なジョンやフェ、麺料理を独自のアレンジで。マッコリを飲む陶器にもこだわる。

若き才能がいざなう クラフトマッコリの世界へ

【GGULGGEOK HOUSE (クルッコクハウス)】
 184-1 Gwangnam-ro, Suyeong-gu 2/f, Busan
 火曜定休
 @ggulggeok.house

필책-
 두면가를 읽겠다는 것은 단숨에 붓아지른
 무리가 술을 정형하는 시작점에 있습니다.
 - 그 순간에 술이란 영혼을 전달하기 위해
 지역에서 난 별개 재료들을 이용해
 다양한 경계를 넘나들며 무리들을 빚습니다.

釜山の美食は伝統だけにとどまらない。韓国の伝統酒といえる「マッコリ」を唯一無二の感性で生む人がある。醸造所を設えた店内で、キムさんがマッコリの常識を覆す酒造りに打ち込む。誰もが知る味が、一口目でその初めての味わいに驚き、記

憶に刻まれる。またその世界観を伝えるのが、ボトルを彩るアーティストの絵。海やハーブ、柑橘といった複雑な味を表現する。アトリエのような醸造所で生まれるクラフトマッコリは世界へ羽ばたく可能性を秘める。一方、港の倉庫を改装した「モ

スコビー」では、釜山の空気感をそのままに、こだわりの焙煎と抽出による一杯が提供され、ローカルのコーヒーの学びと交流の場としても活気にあふれる。ワールドチャンピオンのバリスタを輩出した環境は新しい釜山の文化を担う。



造船場や倉庫もアートに。 洗練された釜山

釜山に4店舗あり、どの店舗もコンセプトをガラッと変えている。港を眺め、潮風とともにここだけの味を。



【Momos Coffee 影島店】

160 Bongnaenaru-ro, Yeongdo-gu, Busan

営業：8:00～18:00

HP：https://momos.co.kr/



釜山への翼

釜山へは、東京(羽田空港)などからANA便でソウル(金浦空港)へ。ソウルからKTX(韓国高速鉄道)または韓国国内線飛行機で釜山へ。福岡空港から直行便飛行機や船便も出ているので、その際は福岡空港までANA便をご利用ください。



◀「釜山特集」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。





赤井勝

装花・文――

芍薬 / P e o n y vol.17

私はおいしいものに目がありません。そして、このうえなくおいしいものを口にしたとき、心のなかでつぶやくのです。「やられた!」と。

数年前。私は京都・祇園の和菓子店「あのおん」で、少し変わった最中^{もなか}をいただきました。

皮と粒あんが別々に供されます。あんとは別に、マスカルポーネチーズから作ったクリームも。あんとクリームを、客が自ら皮に詰めていただくスタイル。店主曰く「最中の皮の香ばしさ、パリツと食感を保つため」とのことでした。昨今、定番の味がさまざまに変化しています。たとえば、た

こ焼き。最近はソースではなく、胡椒^{こしよ}やボン酢でいただくものも登場。どれもおいしいです。ですが、私は食に関しては王道派[〃]で「やっぱりソース」と思うのです。祇園でその最中に

出合ったときも、最初は懐疑的でした。「マスカルポーネ? ティラミス食べたらええんちゃう?」と。しかも、私は大雑把なところもあって、あん&クリームを満遍なく綺麗に詰めることができません。少し残念に思いながら、私はまばらに中身が詰まった最中を口に運びました。果たして……これが、おいしいんです。一口目はマスカルポーネを強く感じ、あとから

小豆^{あずき}の甘みが。二口目は逆で、粒あんの柔らかな甘みが前面に……。 「おー!」「ん!?」「あー!」と一つの最中をいただきながら、次々と「おいしい」が変化するんです。

聞けばこのお店、元来は長い歴史を誇るあんなこの専門店だとか。長年、小豆^{あずき}を炊き続けてきた店が奇^{てら}を銜うのではなく、王道を歩みつつ進化した姿、それがこの最中「あんぽーね」でした。食後、私はやっぱりこうつぶやきました。また、やられた……。

今月の花は芍薬^{しやくやく}。「和芍薬」と「西洋芍薬」を取り交ぜた装花を贈らせていただきます。

Masaru Akai

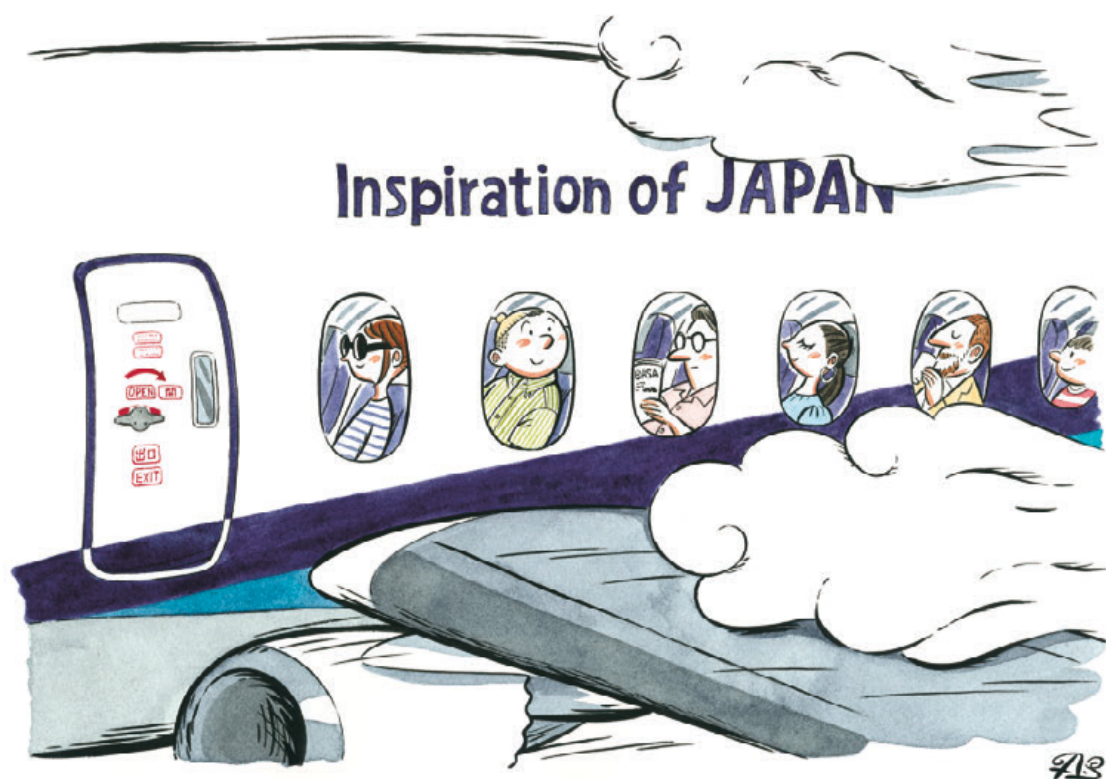
65年、大阪府生まれ。花を通じ心を伝える自らを「花人」と称し、自身の飾る花を「装花」と呼ぶ。08年、北海道洞爺湖サミット会場を花で飾り、13年、伊勢神宮式年遷宮では献花を奉納。昨年、大阪府堺市に「Akai Masaru Art Museum」をオープン。

パラダイス山元の

快適な空だけの旅

Vol.35

空の上で献杯



イラストレーション／ソリマチアキラ

夏休みの天気が全国的に晴れ予報で仕事も一段落、それなら「世界一周」はさすがに無理でも、「日本一周」くらいなら、思い立ったらANAのネットワークで難なく1日で可能である。

沖縄から北海道まで、たっぷり1日かけてゆっくり空の旅を楽しむ贅沢。時にはそんなゆとりが必要だ。ゆつくりとは言っても、機内、空港内でのんびり過ごすのであって、間違っても空港からバスやレンタカーで観光地へと繰り出したりはしない。純粹に飛行機に乗り続け、空だけの旅を楽しみ尽くすのが正解。「飛行機に乗っているだけで、グルメも観光もしなくて、なにがそんなに楽しいの?」と、周囲からも身内からも問われ続けてきたのだが、これは一度経験してみないとまったく理解してもらえない行為なので、返答はいつもテキストにはぐらかしている。マイルや上級会員ステイタス維持のために搭乗していたことも過去にはあったものの、その辺りのこと



は最早どうでもいいと思えるほど搭乗回数を重ね続けると、空だけの旅という行為が如何に自分にとって必要不可欠、食事、睡眠などと同列のことであると実感するに至る。地上でじっとしているより仕事のアイデアはポンポン湧き出るし、読書をしていても内容が頭にサツと吸い込まれていく。そして、この『翼の王国』の原稿も連載当初から執筆しているのはANAの機内だ。

自身にとっては神事でもある。ひと足先に天国へ旅立ってしまった友人や肉親に、高度1万3千メートル上空を航行中、少しばかり寄り添えた気分になるのも、機内である。ちよつと離れたお墓にお参りに行くより故人の魂に近づけた気分になるものだ。以前、テレビのワイドショーやバラエティ番組に引つ張りだこだった、ぼつちやり体形で舌つたらず、マシニングトークが売りの、流通ジャーナリストの金子哲雄さん。私に会った際に、「地方での講演会などへの移動はANA

「ばつかりなんですよ〜」とよく話されていた。SNS上でコメントを返してくださったのがきつかけで、直後に奥様と一緒に私の餃子を食べに来られてから楽しいお付き合いを続けさせていだいた。二人でANAブルーハングーツアーに申し込んだこともあった。格納庫で、間近に飛行機を見て「今度この最新型787のビジネスクラスで、ニューヨークへ一緒にしましょう!」と約束した。病氣のことなど知る由もない私は「過激なダイエツトは体に毒ですよ!」などと平気で言い放っていた。病氣のことを聞かされてから、ご自宅へお見舞いがてら、餃子を作りに行くと、「これが787のフルフラットシートだったら最高に楽しいんだけだなあ〜」とベッドの上でつぶやいていた。

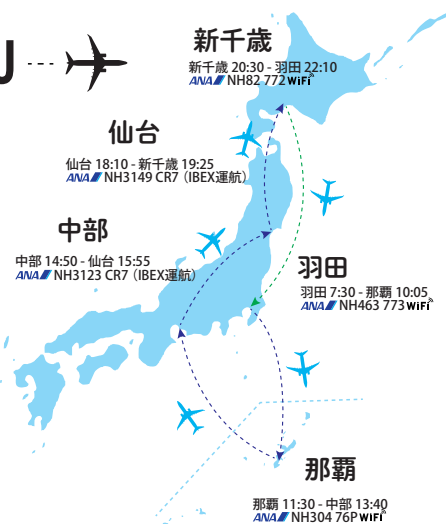
お盆期間中、機内でドリンクサービスが始まるタイミングで窓から上を眺めながら故人に「献杯」することになっている。

〜つづく〜

パラダイス山元の 空港巡礼

【仙台空港】SDJ

ANAグループには、東北の玄関口となる仙台空港から新千歳、名古屋、伊丹、関西、広島、福岡、那覇への航路がある。空港からは、仙台空港アクセス線の利用で、JR仙台駅まで約 25分と便利。仙台名物のずんだ、牛タン関連商品のお土産や、レストランでの牛タンシチュー、蕎麦など空港グルメが充実している。仙台空港エアポートミュージアムには、B767-300の模型のほか、訓練用のコックピット、機内カート、難易度が初級・中級・上級から選択できるフライトシミュレータなどがある。8月末まで七夕飾りが施されたホール中央の傍には、自家用機として愛用されたあと、航空整備士を目指す学生の教材機として活躍したFA-200エアロスバル、また鳴子、遠刈田に代表される郷土玩具の伝統こけしの展示がある。屋上の無料展望デッキ「スマイルテラス」では、松島から遠く牡鹿半島の先端までを一望することができる。2階「EFU-TO」の、松川だるま、白河だるま、張り子人形がパラダイス山元の推し。



パラダイス山元：プロ搭乗客。ANAミリオンマイラー。音楽家。招待制餃子レストラン「荻窪餃子 蔓餃苑」のオーナーシェフ。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ある暮らし』『パラダイス山元の飛行機の乗り方』『なぜデキる男とモテる女は飛行機に乗るのか?』など。餃子イベント、音楽イベントなどの情報は、X(旧 Twitter) @mambon

あきた白神

秋田県の北西部に位置する

八峰町、はつほうちやう 藤里町、ふじりちやう 三種町、みねちやう 能代市のしろしからなる、あきた白神エリア。

ここは、世界最大級のブナの森を有する

白神山地の南麓に位置する地域だ。

白神山地のブナに育まれた清らかな水は、

約8000年前から、

この地に暮らすあらゆる命に

豊かな恵みを与えてきた。

同時にここは、厳しい自然と共に生きてきた

人々の歴史を刻んだ場所でもある。

圧倒的な自然と対峙し、

見守られながら、

長きにわたり続いてきた水と森、

恵みの幸の物語をひもといていく。

写真／秋倉康介

取材・文・編集／小嶋美樹

協力／三浦基英

ブナの森に守られて



水巡る、

藤里町にある素波里湖^{すなはりこ}は、粕毛川^{なかげがわ}の中流部にある人工湖で、白神山地の世界自然遺産登録地域の核心地域にあたる森からの湧き水が源泉。湖の水はバイプラインや水路を通り八峰町や三種町、能代市などへも供給。晴れた日には湖畔越しに藤里駒ヶ岳を一望できるが、保水力の高いブナの木々から放出された水蒸気による雲や霧が多いのもこの地域の特徴だ。

※白神山地の世界自然遺産登録地域は「核心地域」と「緩衝地域」に区分され、核心地域への入山は自然保護の観点から厳しく制限されている。

森と水の

永遠を願って

秋田県と青森県にまたがる約13万ヘクタールに及ぶ白神山地には、ブナを主とした落葉広葉樹林が広がる。その中核部の約1万7000ヘクタールの森は、世界自然遺産に登録されている。氷河期が終わった約8000年前に誕生したブナの森は、もともとは日本全国に広く分布していた。しかしあらゆる森に開拓の手が入り、木々の伐採が進む。一方で白神山地の中核部に広がる森は、起伏が激しい地形ゆえに人の侵入を拒んできた。人為の影響を受けぬまま数千年もの時が流れたブナの森は、その希少性の高さから1993年、世界自然遺産に登録されたのだった。

白神山地に残る貴重な森は、動植物にさまざまな恩恵をもたらしてきた。ブナの森の特徴の一つが「緑のダム」とも称される他に類を見ない高い保水力だ。ブナの葉



はその形状から雨粒を受け止め、枝から幹を伝って根に集まり、地中深くに水を蓄える。また、うっそうと茂るブナの落ち葉は分厚い層となり、保水力と栄養価の高い腐葉土を育む。白神山地の水は日本でも有数の軟水として名高いが、その理由もこの腐葉土だ。層の厚い腐葉土が水の不純物を取り除くフィルターとなるのだ。時間をかけてろ過された水は、栄養豊富で清らかな湧き水となって地上に現れる。やがて川となり日本海に注ぐと、蒸発した海水は雲となり、森に雨をもたらすのだ。

数千年の間、変わらず繰り返されてきたこの水の循環は、多くの恵みをもたらしてきた。と同時に、水の枯渇や度重なる土砂災害の歴史もこの森には刻まれている。しかし、自然の厳しさを知っているからこそ、この地の人々は畏怖の念を忘れない。自然があるがままを受け入れ、共に生きてきた人々は、この森がこの先の未来にも続くことを切に願っているのだ。



八峰町にある^{とめやま}留山は樹齢約350年のブナの巨木が残る里山。江戸時代、木を伐採したことで近隣の水脈が枯渇。「森と水は繋がっている」と感じた人々が水源を守るため伐採をやめ、木を山に「^{とめ}留めた」出来事が名の由来だ。1～2時間で周遊できる遊歩道が整備されているが、設置の際にも森の木は一本も切られなかったそう。歩道脇には10センチほどの小さなブナの稚樹の姿も（左下写真）。※留山散策にはガイドの同伴が必須。



藤里町の森で問う 「自然と人間は、 どう共存して いくべきか」



白神山地 森のえき

秋田県山本郡藤里町藤里栗38-2

<https://morinoeki.fun>

ガイドの斎藤栄作美さん（左）

高瀬由里子さん（右）



1 素波里湖畔一面に自生するわらび。豊かな土と水がある証拠だが、湖は水の枯渇にあえいだ過去も。1982年着工の白神山地を横断する林道開発の際、木々の伐採が進んだことで水量が激減。地元住民から建設反対の運動が起こった。「水がなければ木は育たない。同様に木がなければ水も集まりません。自然からの学びを忘れず、感謝をし続けること。そのためにまず、自然をその身で感じてほしい」と斎藤さん、「藤里町は秋田県で唯一、白神山地の世界遺産地域を有する町です。素波里湖から車で1時間半ほど行くと、世界遺産地帯の緩衝地域にある小岳への登山口もあります」と高瀬さん。白神山地を訪れる際にはガイドの同行がおすすめ。2 白神山地から流れ出る湧き水。暖かな地中でろ過された水は一年を通して9度前後の水温を保つため冬でも凍らない。3 藤里駒ヶ岳と粕毛川を見渡す春日野展望デッキからの眺め。4 岩をくり貫いたような形状が美しい銚子の滝。





1 八峰町にあるチゴキ埼灯台からの夕景。近辺の海岸沿いには、海底が隆起して現れた階段状の地形「海成段丘」が見られる。白山山地は海底の隆起によってできた土地で、海底火山の火山岩などの堆積で形成。ゆえにもろく、起伏も激しいため、土砂崩れや地滑りが多い。「でも地滑りのおかげでブナの生育により平らな土地が山中にできたり、土がかく拌されることで土壌が豊かになったりと、自然界にとっては悪いことばかりではないんです」と鈴木さん。 2 白瀑神社にある白瀑。毎年8月1日には神輿が滝つぼに入る珍しい神事も。3 大切に守られてきた留山のブナの木。「毎年10月にはブナの植樹イベントを開催。地元の小学生親子にこの地の自然環境を知ってもらい催しも行われます。豊かな自然を100年先にも残していきたいんです」と山崎さん。

3

2



八峰白神ジオパーク

秋田県山本郡八峰町八森字中浜196-1

<https://geopark.town.happo.lg.jp>

ガイドの鈴木和人さん(左)

山崎典康さん(右)

八峰町の誓い「森を、水を、海を守る」

清らかな水が育むじゅんさいの恵みを、手摘みで収穫

水草の一種であるじゅんさいは、プルプルと揺れるゼリー状の膜に包まれた不思議な食べ物。味わいはたんばくだが、つるりと喉ごしがよいので、食欲の落ちる夏に重宝される。古くは「ぬなわ」と呼ばれ、夏の季語として万葉集にも詠まれてきた歴史を持つ植物でもある。

かつては日本中の淡水沼や池に自生していたが、生育環境である水辺の消滅や水質環境の悪化により減少。そんな中、じゅんさいの生産地として名高い三種町では、水田だった農地を転作したものも含め今も200近くの沼で栽培が続けられている。この規模は、おそらく日本最大級。5月から8月にかけての収穫時期には、沼に小舟を浮かべた摘み手たちが、一つ一つ

手摘みをする光景が広がる。小舟の前方に乗り込んだ摘み手は、もう片方の手に持った木の棒で器用に艀を取りながら、水中に生えるじゅんさいの新芽を摘み取っていく。小さな舟は少しの風にも流されやすい。さらに、沼をのぞき込む姿勢が続くので、これが見た目以上に重労働なのだ。

成分の9割以上が水分で、生育には清らかな水が不可欠なじゅんさい。三種町の沼の水源はさまざまで、近くの湧水や川の水を引いているところもある。ば、藤里町の素波里湖から全長約30キロものパイプラインを通してくる白神山地の水源を使用する沼もある。今や貴重なじゅんさいは、この地の豊かな水の恵み、そのものなのだ。

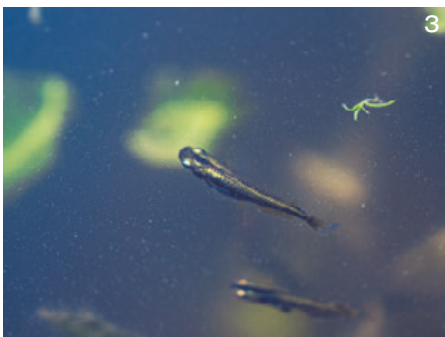




1



2



3

1 ゼリー状の粘質物に包まれるじゅんさいの新芽。日にかざすとキラキラと輝き、水中に芽吹く「食べるエメラルド」とも称される美しさを放つ。2, 3 沼にはトンボやメダカ、カエルやタニシなどさまざまな生物の姿が。「じゅんさいは豊かな土壌と清らかな水がないと育ちません。環境のよさにあらゆる生き物たちが集まってくるんです」と、じゅんさい農家の志戸田園オーナー・志戸田義友さん（左下写真）。毎年5～8月にかけてじゅんさいの摘み取り体験も開催し、観光客から近隣住民まで人気に。三種町では、この他にも6軒の農家が摘み取り体験を行っている。4 摘み手の石川洋子さん。じゅんさい沼はもともとは田んぼだったため、水深は60センチ前後と浅い。



里山・志戸田園

秋田県山本郡三種町豊岡金田字豊岡84-1

※じゅんさい摘み取り体験は5月から8月中旬頃まで。



4

料理上手な民宿オーナーが作る 絶品じゅんさい料理

「しばたん家」は、オーナーの

柴田千津子さんが手がける地元食材を使った田舎料理が評判の農家民宿。もともとはJA（農業協同組合）の職員だった柴田さん。あと一年で定年退職を迎えようとしていた2013年、地元のグリーンツーリズムを盛り上げるために「やってみたいか」と県から声がかかると、料理好きがこうじて自宅で民宿を

営むようになった。

宿では四季折々の伝統料理をいただくことができるだけでなく、希望をすれば、絵巻き寿司などの料理作りや農業体験をして過ごすこともできる。摘み取り体験で収穫してきたじゅんさいを調理してもらうことも可能だ。今回は特別に、柴田さんオリジナルの絶品じゅんさい料理の数々を作っていたいた。



地元では料理上手として一目置かれる柴田さん。この笑顔と美味しい手料理を目当てに民宿に通う常連客も多い。



農家民宿
しばたん家
秋田県山本郡三種町
鹿渡字町後419-2



1

1 比内地鶏のじゅんさい鍋。このあたりでは冬だけでなく一年を通して鍋物を食べる習慣があるそう。じゅんさいのシーズン中は「しばたん家」名物のしゃも鍋にじゅんさいが入り提供される。2 三杯酢の酢の物はじゅんさいの最もスタンダードな食べ方。3 じゅんさい入り稲庭そうめん。つるりとした食感で喉ごし爽やか。4 じゅんさいのかき揚げは他ではなかなか食べられない一品。揚げたてをいただくのがポイント。5 ベーコンとかき玉が入ったコンソメスープ。じゅんさいは洋風のアレンジにもよく合う。じゅんさい収穫時期の宿泊客には、夕飯時にじゅんさい料理2〜3品と鍋や煮物などの郷土料理が提供される。



5



4



3



2

白神山水仕込みの 日本酒に酔いしれる 宿とカフェ



リビングに配置されたソファに腰掛けると、日本海の絶景と静寂が押し寄せる。ここは人気の日本酒「山本」を手がける酒蔵、山本酒造店が営む宿。センスのよい調度品が並ぶ室内にはスピーカーも置かれ、プライバシーを重視した空間で、酒や音楽に酔いしれる時間を過ごすことのできる宿だ。

1901年創業の山本酒造店の6代目として生まれた山本文さん。家業を継いだのは2002年、32歳のときで、以前は東京の音楽事務所でアーティストのマネジメントを担っていた異色の経歴を持つ。それだけでなく杜氏制の廃止や女性の積極雇用、酒造りの担当をローテーション制にするなど、手がけた改革も異例づくめ。酒蔵内に配置したスピーカーで各自が好きな音楽をかけながら、楽しく作業することもよしとしている。

酒造りに使用する水は、すべて白神山地から直接引いた湧き水を使う。地元の水や米にはこだわっています。特別なことは何もし



6代目の山本文文さん（上写真中央）。山本酒造店で働く正社員の5割が女性、9割が20〜30代。地元の若者の雇用確保の場にもなっている。酒蔵の隣にはカフェ併設の日本酒のラボが。ラボには小さな醸造所があり、オリジナルの日本酒が常時1〜2種仕込まれる。カフェではその日本酒はもちろん、軽食やスイーツも提供。山本酒造店の酒粕を使った「ピエール・エルメ・パリ」オリジナルマカロンも人気だ。洗練された店内では白神山地の里山を再現した庭を眺めながらくつろぐことができる。



LABO and CAFE YAMAMOTO

秋田県山本郡八峰町八森字八森13-1

<https://laboandcafe.yamamoto-brewery.com>

[yamamoto-brewery.com](https://laboandcafe.yamamoto-brewery.com)



天然の秋田杉がふんだんに使われた古民家の一棟貸し。上質な造りに惚れ込んだ山本さんが、取り壊し予定だった昭和初期の平屋を買い取りリノベーションした古民家の宿だ。



宿には日本酒サーバーを設置。日本酒5種、焼酎1種から山本酒造店の酒を1人1泊あたりコイン10枚分までいただける。夕飯を付けることも可能で、地元の海と山の幸を詰め込んだケータリングが届く。宿泊者限定の酒蔵見学も行う。

お宿 山本

秋田県山本郡八峰町八森字ノケソリ26-1

<https://oyadoyamamoto.net>



ていいんです。僕以上に酒造りの上手い先輩が山ほどこいる中、どうやったら自分らしい酒造りができるか。そう考えたとき「美味しさの先にある楽しさ」を伝えることが、僕らしい形なんじゃないかと思ったんです」。山本の酒を愛するファンだけでなく、社員や地元の人、皆が心から笑顔になれる拠点が、酒蔵であり、宿やラボ＆カフェでもあるのだろう。

化粧品会社が造り、町が販売する赤ワイン

藤里駒ヶ岳の麓、粕毛川や水田を望む高台にあるのが高級化粧品メーカー、アルビオンの白神研究所だ。化粧品作りに欠かせない名水を求め行きついたこの地で、2010年から化粧品の原料となるハーブなどの植物を栽培・研究している。「当社は化粧品の原料としてぶどう栽培を行っていたのですが、発酵技術研究のためにワイナリーを新設。2021年からは栽培からワイン醸造までを所内で行っています」と研究所所長の小平努さん（左下写真右）。

1998年、地域活性化の一環としてぶどう栽培が始まったことで誕生した白神山地ワインだったが、長年、醸造は別の地域で行われていた。「栽培から醸造まですべてを藤里町内で担う夢を叶えてくれたのがアルビオンさんでした」と藤里町商工観光課の佐々木吉昭さん（左下写真左）。官民がタッグを組み造る赤ワインは、秋田の発酵食に合う一杯として、この地を訪れる人々の舌を楽しませている。

1 白神山地ワインの原料となるぶどう「ヤマ・ソービニオン」を研究所内で栽培。普段は見学不可だが、昨年秋には収穫体験イベントが開催された。2 ワインの発酵タンク。3 ヤマ・ソービニオンの種子から抽出されたエキスを配合した化粧液「フローラドリップス」。化粧品原料の開発をする中、地域の特産品を復活させたことで「あきたSDGsアワード2022」を受賞。



2



1



3



アルビオン白神研究所

<https://www.shirakami.albion.co.jp>

藤里町商工観光課

<https://www.town.fujisato.akita.jp>

※白神山地ワインは藤里町内の酒販店、ホテル、「白神山地 森のえき」などで購入可能。上記ウェブサイトでは購入不可。



2



3



どはち

秋田県能代市二ツ井町

小繋字泉51

(道の駅ふたつ)

https://www.instagram.com/syokudou_dohach

syokudou_dohach

若手漁師の希望をのせた養殖サーモン



1

- 1 普段は各自の船で漁業をしている若手漁師たちが協力体制を組み新事業に着手するのは、全国的にも珍しい取り組みだ。
2 丸々太った輝サーモンは今や地元で人気のブランド魚。3 脂のりがよいのにしつこさがなく、旨みと甘みたっぷりの肉厚な切り身。生の刺身とあぶりの両方が楽しめる「輝サーモン丼」は「どはち」で販売。4月下旬～8月頃までの数量限定。

秋田県の県魚で、冬の特産品として名高いハタハタ。しかしここ数年、漁獲高の大幅減少が深刻な問題になっている。「このままでは漁師たちが困窮するばかり」と、八峰町の若手漁師たちが集まり、岩館漁港でトラウトサーモンの養殖を始めたのが2021年。4季目の今年は、質も評判も過去一だ。「^{かがみ}輝サーモン」と名づけられたサーモンは、青森県で育った稚魚を買い取り、毎年冬に八峰町の海上に造られたいけすに放流。4月5月に水揚げされると、その時期限定で地元スーパーや飲食店に出回る。「海水温が上がりすぎるとサーモンにはよくない。その点、白神山地からの雪解け水が流れ込むこの地での養殖は向いていたんです」と話すのは、事業を手がける「八水」代表の菊地陽一さん(写真1右端)。今後、地元の泊川水域に稚魚の養殖施設も完成する予定だ。八峰町の清らかな水で生まれ育ったサーモンが、地元漁業の希望の輝きとなる未来も近そうだ。



「あきた白神特集」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。



あきた白神への翼

東京(羽田)からANA便で大館能代空港へ。

藤里町へは車で約30分、八峰町へは約50分、三種町へは約50分、能代市街地へは約45分。

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



旅で潤う

vol.34_京丹後

案内人：笹野美紀恵



発酵する米ぬかとともに 京丹後で深まる発汗

風にそよぐ稲の葉が、やさしく道案内してくれる。京都の北、京丹後の田んぼ道を抜け、海の気配が近づいてきたころ、「ぬかどゆげ」にたどり着いた。自然に抱かれるように佇むこの施設では、地元の米ぬかを使った酵素風呂と、フィンランド式のサウナを体験できる。発酵する米ぬかの自然な熱に包まれ、体の芯からじんわり温まっていく。ぬかのやわらかな重みは、まるでやさしくマッサージされているよう。さらに、白樺の葉の香りとリズムに身をゆだねるウィスキングでは、心地よい刺激が全身をめぐる、頭の中までほどけていくような感覚に。

少し足をのばせば、松並木が続く天橋立や、夜光虫がきらめく伊根湾の舟屋へ。「海の京都」と呼ばれるこの地に息づく、穏やかで美しい暮らしの風景に触れ、身も心もほぐされていく——そんな時間が、ここにはある。



Information

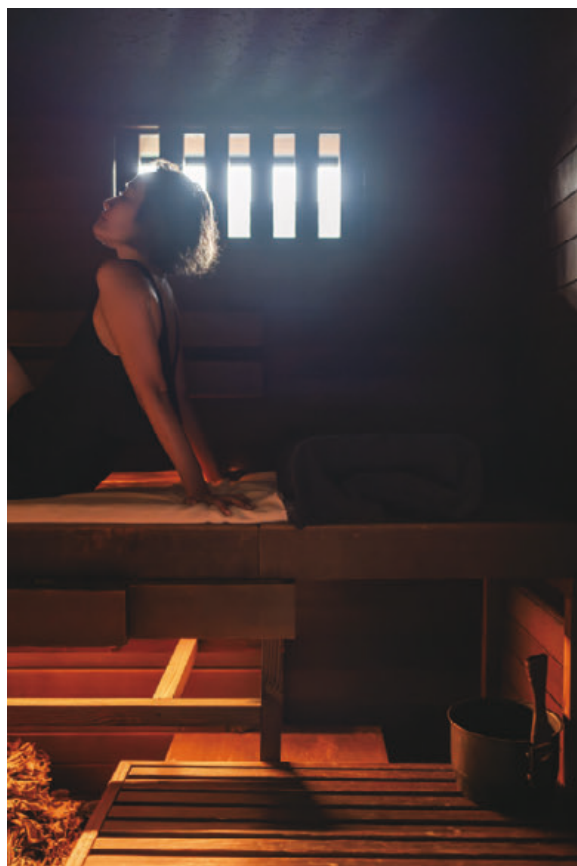
ぬかとゆげ

地域医療とスポーツ医療に従事する整形外科専門医が運営する温浴施設。酵素風呂とウィスキングを一度に味わうプランなど、ここでしか体験できない温活がサウナ愛好家に注目されている。サウナシュラン2023受賞。

住所：京都府京丹後市峰山町杉谷941-1
電話：0772-66-3988
<https://nuka-yuge.com>

Profile

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。



酵素風呂は、地元京丹後産米ぬかを100%使用。電気やガスを使わず、発酵の熱エネルギーだけで60～65度まで上昇する。コンセプトが異なるサウナは5種類。車椅子でも入れるバリアフリーサウナも完備されている。水風呂は地下水を利用。サウナやウィスキングの後は、地元産の素材を活かしたドライフルーツなどをいただき、内側からもリフレッシュ。丹後ちりめんのサウナハットなど、郷土の名産や技術を取り入れた施設になっている。

旅するお取り寄せ

vol. 023



食いしん坊の方々が出合った、とっておきのお取り寄せて教えてもらう連載。

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

どんな料理にもかけたくなる 関西ではお馴染みのソース。

「伊右衛門」や「Play Station」など、これまで手がけたCMや広告作品は1000を超え、業界を牽引し続けてきたトップクリエイターの小西利行さん。話題のハンバーグ店「挽肉と米」では、オーナー兼クリエイティブ・ディレクターとしてもその手腕を発揮している。

老舗ホテルの料理長だった父親の背中を見て育ち、自身もかつては料理人を目指していたという小西さんが、取り寄せをして今、自宅で愛用しているのが『ハリマ食品』の『ワンダフルソース』だ。

『ワンダフルソース』は、阪神甲子園球場で販売されている焼

きそばにも使用されていたことで知られ、関西の人々にとってはお馴染みの味。小豆島^{しうどしま}から運び入れた木樽で丁寧に熟成させる製法を、昭和39年の創業以来ずっと守り続けている。

「大阪に行った際には必ず立ち寄る『パセミヤ』というお好み焼き店があるんです。ナチュラ

ルワインの聖地としても知られ、何を頼んでも本当においしい。ここのお好み焼きはとても軽やかで、お腹いっぱいでもぺろりと食べられるんですよ。その秘密が気になって、店主に聞いてみたら、『ワンダフルソースを使っている』とのこと、我が家でも愛用し始めたんです。

このソースの最大の魅力は、守備範囲が広いところでしょう。数種類のスパイスがふわつと香り、味に深みを出してくれます。朝食の目玉焼きやハムエッグにかけたり、野菜炒めにかけたりして味わっています。シチューやカレーなどの煮込み料理に少し加えると、コクが出るうえ、味が安定するんです。豚まん、からしの代わりに付けるのもおすすめです。たまに、大阪名物の串カツ気分で、薄くサクサクに揚げた豚肉にかけて食べることも。色々試してみたいから、我が家では常備するようになっています。

あと、パッケージが可愛いですよね。インパクトのある男の子のイラストに、カタカナ英語みたいにローマ字で『WAND AFURU』と書いてあるのを初めて見たときの衝撃は今でも忘れられません（笑）

Profile

小西利行

POOL inc. Founder、コピーライター、クリエイティブ・ディレクター。博報堂を経て、2006年POOL inc.設立。京都「GOOD NATURE STATION」などのプロデュースも手がける。著書に『すごい思考ツール』（文藝春秋）がある。



『ハリマ食品』の 『ワンダフルソース ウスターソース』

保存料、添加物を使わずに木樽で仕込む、本格ウスターソース。9種のスパイスをブレンドして熟成させたスパイシーでまろやかな味は、1964年の創業以来、関西で愛され続けている。あまがさき観光案内所やインターネットなどで取り寄せ可能。500ml 470円

「またANAに乗りたい」と
思ってもらうために
上海をベースとして活躍する
外国籍CAが語る「おもてなし」の流儀

ANAでは、グローバルなネットワークの拡大にともない、世界各地の拠点で活躍する外国籍の客室乗務員（CA）たちの存在が欠かせないものとなっている。そのなかで、2003年に入社し、20年以上にわたり中国路線を中心に乗務してきたのが、Chen Hong Xia（チェン・ホンシャ）だ。昨年、ANAの外国籍CAとしてアジア圏初となるセクション・マネージャーに昇格。今回は、CAとしての歩み、文化を超えた接遇の工夫、そして管理職としての新たな挑戦について話を聞いた。

「乗務でいちばん大切に考えて

いるのは、もちろん安全のこと。

そして、やっぱり『今日はいいフライトだったな、またANAに乗りたくない』とお客様に思っていただきたい、そういった気持ち但至少でも伝わるよう心がけながら、いつも乗務しています」

上海虹橋国際空港。ターミナルビルの一角でこう話していたのは、ANAの客室センター・グローバル推進部海外乗務課に所属するChen Hong Xia(チェン・ホンシャ)。インタビュに

答える彼女の顔からは、フライト中と変わらぬ柔らかな笑みが、決して絶えることはなかった。

ANAには現在、およそ8000名の客室乗務員(以下・CA)が在籍している。そのなかにはイギリス・ロンドンやタイ・バンコクなど、主に海外の空港を拠点に日々のフライトに従事している、約250名の外

国籍のCAもいる。

今回の主役、チェンもその一人だ。中国籍の彼女は、中国・上海をベースに、20年以上、中国路線を中心に乗務してきた。昨年末には、アジア圏の外国籍CAとして初めて、「Section Manager(セクション・マネージャー)」という管理職に就いた。

今回は、ANAのホスピタリティをグローバルに展開するうえで不可欠な存在である外国籍CAに聞いた、おもてなしの流儀――。

CAを志したきっかけは
日本のドラマだった

「出身は上海です。大学卒業後は1年ほど不動産関連の企業に勤めて、カスタマーサービスの仕事をしていました」

チェンは「幼いころは、そこまで強くCAや航空業界に憧れていたわけではなかった」と話す。そんな彼女の心を動かした

のは、ある日本のドラマだった。

「前の会社で働いていたころ、『GOOD LUCK!!』という、木村拓哉さん主演のドラマが放送されていたんです。それを見て『CAという職業は素晴らしい仕事だな』と気がついたんです」かねてから、ドラマなどエンタメ作品に感化され、CAを志した人は少なくない。

CAをやってみたい、と転職を考え始めたちょうどそのころ、ANAの求人があった。

「もちろん中国にも、航空会社はあります。でも、外国の航空会社のほうが、いろんな路線を飛ぶことができる、いろんなところに行けると考えたんです。それに、中国以外の国の文化に触れてみたい、学んでみたい、そんな気持ちも強かったんです。また、中国でANAは『サービスが素晴らしい』と人気の航空会社でした」

2003年、晴れてANAに入社を果たすと、「触れてみたい、学んでみたい」と思っていた日本の文化や、日中の違いに直面することになった。

「最初の訓練のときからそうだったんですが、日本の方はとても静かだな、と思いました。私たち中国人は、面識がなくても積極的におしゃべりする人が多いんです。その点、日本の方たちは少しシャイなのかもしれません」

3カ月ほどの訓練を経て現場に。最初のフライトは成田―北京だったという。

「最初はやはり大変でした。覚えなければならぬこともたくさんありますし、不慣れな路線では、さまざまな課題や疑問も出てきます。何度かフライトの経験を重ねたあとも、緊張感には常に保つように努めました。今日の乗務が終わっても、明日はまた違うフライトがある。その



上海虹橋国際空港の出発ロビーにて。上海を拠点とする同僚のCAたちと、乗務に向かう。「私たちの仕事において、笑顔は大切だと思います。お客様はきっと、私たちの笑顔を見て、機内でリラックスしてくださっていると思うからです」

ための準備に毎日追われて、入社当初は、自分の時間をあまり持てなかった記憶があります」
入社後に、日本語のスキルを磨いていったというチェン。そのため、当初は乗務中に「言葉の壁」も。精一杯、接遇する彼女だったが、日本人の搭乗客から「もういいですよ」と言われてしまったときなどは「とても気持ち落ち込みましたし、悩

みました」と打ち明ける。それでも、苦勞を上回る喜びが空の上にはある。チェンはもう一度、笑顔で語った。

「乗務するのは主に中国路線ですから、中国のお客様も多く搭乗されます。中国のお客様に対しては、同じ中国人である私にお手伝いできることがたくさんあると思っています。ときには、お客様から『あなたは中国人?』と聞かれ、『はい、そうです』と伝えると、嬉しそうにされて。きつと、お客様も同胞のCAがそばにいるとわかって、安心感を持たれるんだと思います。お客様が喜んでくださっている、そのことを実感できたときは、私もとても嬉しく思います」
また、同じ搭乗客でも「やはり国民性の違いもあるように感じる」と、チェンは微笑んだ。
「機内を歩きながら、お客様の困りごとを事前に察知するの

も、私たちCAの大切な仕事です。ですが、中国路線では、それは主に日本のお客様の場合です。中国のお客様からは、私たちが気づく前に、困りごとはもちろん、ご要望をストレートに、どんどんリクエストされること

「蓄積してきた経験を」

周りの人のために使いたい」

「やらなければならぬことは、とてもたくさんあります」

冒頭で「いちばん大切に考えている」と語った安全について、チェンはこう切り出した。

「まず、マニュアルに記載されていることは、確実に行わなければなりません。また、機内で何かが起こったとしても、臨機応変に対応するための準備とリスクマネジメントもとても重要ですし、同じ便に乗務するクルー間で、気づいたことを共有

「長く仕事を続けていると同僚や会社から多くのサポートをいただいていることを実感します。お客様からのお褒めの言葉も大きなモチベーションにつながります」



し合い、チームで、業務ミスがないように、不安全な事象が起きないように未然の防止に努めることが大事です」

乗客が搭乗する前から、客室にも徹底的に目を配るというチェン。

「たとえば、お子様が乗られるときは、お子様の座席の周りに、なにか危ないものがないか、いつも以上に事前にチェックして、安全な環境を提供できるような心がけています。また、ご年配のお客様や、おからだの不自由なお客様がご搭乗される場合は、私たちがどのぐらいのタイミングで、どのようにアプロー



乗務前のブリーフィング。「安心・安全なフライトと、質の高いおもてなしの実現のため、私自身のこれまでの経験を惜しみなくシェアしていきたいと思っています」

A New Ambitious Story

チしたらいかなど、事前にクルー間で詳細に確認しています。私たちの仕事は、チームワーク、コミュニケーションがとても重要なんです」

さまざまな経験を重ねながら、パーサー、スーパーバイザーを経て、チェンは昨年12月にセクション・マネージャーにキャリアアップした。

「2003年の入社以来、ずっとANAで働いてきて、CAと

しての経験や知識が、自分のなかで蓄積できたと感じていたんです。この蓄えたものを生かして、新人CAと一緒に働く仲間のために貢献したい、そんなふうに思っただけで、そんなに管理職と面接を受けたんです」

こうしてチェンは、アジア圏の外国籍CAとして初の管理職になった。以前にも増して大きくなった責任を痛感し「最初は不安もありました」と前置きしつつ、こう決意を語る。

「上海を拠点とするCAのパフォーマンスの向上のため、これまでの私の経験を仲間や組織に還元できるように頑張っていきたい」

現在は評価や教育といった後進CAの育成、業務管理の傍ら、1カ月に数便とはいえ、自身も乗務をこなすなど、多忙な日々を送っている。

「これまではフライトごとに自分なりに目標を立て、それをクリアできることに喜びを感じてきましたし、それがこの仕事のやりがいでした。そして、いま振り返ると、ANAに入社して以来、私自身、すごく成長できたことを実感しています。入社からは22年が経ちましたが、いまも毎日、一人のCAとして、セクション・マネージャーとして、学ぶことがたくさんあります。日々、成長できていると自負しています」

プライベートでは結婚を経て、2010年、女の子を授かった。「最初は子育てと仕事のバランスを取ることに、とても苦労しました。でも、私の仕事は乗務スケジュールが事前にわかります。私の両親、それに夫と私とで、シフトを決めるようにして、子どもの面倒を見る日程をアレンジして。完璧ではなかったと思いますが、95%ぐらいは上手に両立できたんじゃないかな。それでも、乗務中も子どもが気がななつて、降機後に携帯電話のメッセージをすぐチェックしたりはしてましたけど（笑）。両親、夫、それにANAのサポートのおかげで、仕事と育児を両立することができたんだと思います」

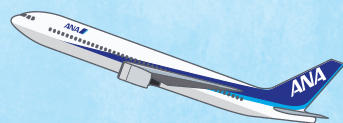
そして今年、頑張る母の背中を見て成長した愛娘は、15歳に。「娘はCAに？ いまは職業も多様です。『ペットショップを営みたい』と言っています（笑）。もし、気持ちが変わって、CAを目指したいと言ってくれたら、心から応援します。『やりがいのある、すごくいい仕事だよ、魅力いっぱいだよ』と言ってあげたいと思います」



本記事の動画版はANA公式YouTubeでもご覧いただけます。

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のリアルな舞台裏、覗いてみませんか？/

現役社員が訓練施設を生解説！

ANA Blue Base Tour

見学ツアー開催中



対象年齢

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

ツアー催行日・予約方法

- 平日開催（催行のない日もございますので、HPをご確認ください。）
- HPからの事前予約制
以下のQRコードより、ご希望のツアーのご予約サイトにアクセス後、開催日程のご確認・ご予約が可能です。



料金

大人(18歳以上)：1,500円
小、中、高校生：1,100円
※上記は見学ツアーの料金となり、ツアーによって料金が異なる場合がございます。

催行場所

- ANA Blue Base
144-0042 東京都大田区羽田旭町10-8 ANA Blue Base
＜見学ツアー受付までのアクセス＞
京急空港線 穴守稻荷駅より 徒歩約7分
東京モノレール 羽田空港線 整備場駅より 徒歩約9分

ANA Blue Base Tourとは？

ANA Blue Baseは、日本最大級の教育訓練施設。
ANA現役グループ社員の案内のもと、グランドスタッフ、客室乗務員、貨物スタッフ、整備士、運航乗務員(パイロット)が実際に訓練をしている様子を見学できる※日本初のツアーです。（※日時によって実施のない場合がございます。）



ANA Blue Base Tour

Walk with 47 妖怪 ニッポン さんぽ monsters y / o j

歴史が作る豪快な風景
鬼を巡る宮崎の旅

「悪いことをすると〇〇がくるぞ」と言われた経験は誰にでもあるのではないだろうか。ガモジンはそんなときに都合よく引き合いに出される、宮崎市内、西都市内を伝承地とする鬼だ。誰もその姿を見たことがないため、筆者の想像で造形してみたが、「家にガモジンの木彫りのお面があつて怖かった」という県立図書館の司書さんによれば、ちよっと迫力不足のようではある。

外にもその名が轟く天下の名勝といえば「鬼の洗濯板」（写真下）だろう。宮崎空港から車で15分ほど、正式名称は「青島の隆起海床と奇形波蝕痕」で、約700万年前の砂岩と泥岩の層が傾いたもの。約8kmにわたる眺めは壮観この上ない。

洗濯板の散策後にクールダウンするなら、2019年開店の「宮崎水果店 青島店」でかき氷を。ご家族を看病した経験から、誰もが安心して食べられるものを目指したオーナーの三宅垂矢さんは、地元食材を使い、全て手作りの無添加にこだわった。胸が高鳴るような、愛らしくも

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

35



宮崎県

ガモジン

家内安全

宮崎市内、西都市内などに伝わる鬼の様相をした妖怪。子どもが言うことを聞かないときに「ガモジンがくるぞ」と怖からせ驚かすための存在であり、明確な姿は描かれていない。

子どもたちが恐れる、
こわ〜い鬼の妖怪。
悪さをしたら
やってくる !!



MIYAZAKI

宮崎市・
宮崎空港
青島神社・

[1] 宮崎氷果店 青島店には遠いところから目指してやってくる人も多い。右から「青島季節のフルーツ金時」「宮崎完熟マンゴー」「みやざき特選抹茶」[2] 宮崎に来た実感が湧く、おぐら瀬頭店のチキン南蛮。

迫力のある佇まい、食べ進めると違った食感が楽しめる構成など、エンターテインメント性もたっぷりだ。
気分爽快になったら宮崎名物チキン南蛮を求めて市内の中心地へ。1960年代に宮崎中に広まったとされる、今や全国区のご当地料理。目指すは地元の人たちが詰めかける「おぐら瀬頭店」。揚げたチキンは柔らかく、タレは甘じょっぱく味わい深い。豪快にのせられた濃厚なタルタルが食欲を喚起して、鬼の洗濯板で消耗した体力がみるみる蘇る。



1



2

鬼が先導してくれる
彩り豊かな宮崎の食

満腹になったところで

宮崎市内から北へ車で40分ほど、国内有数の古墳群、西都原古墳群へ。古くは3世紀後半、新しいものでも7世紀という、気が遠くなるほどの歴史が目の前に広がる。その中で唯一の横穴式石室を持つものが、通称「鬼の窟古墳」と呼ばれている円墳だ。とある娘を見初めた鬼が求婚のためにこの窟を作ったものの、娘の父で



2

「1」西都原古墳群の中にある「鬼の窟古墳」。腰を屈めながら石室の中に入れるのは貴重な体験 「2」不揃いで手強い、登り口で鬼が番をする東霧島神社の「鬼磐階段」



あるオオヤマツミノカミが完成を妨害し、それが叶うことはなかった……というちよつと悲しい伝承を持つ。

さらに約1時間のドライブで、都城市の東霧島神社へ。ここにも鬼に関する逸話がある。あるとき神が、悪行を繰り返す鬼たち（豪族）に「麓から神殿まで、一夜にして1千個の石を積み上げれば願いを叶える、できなければ去れ」と申し伝えた。あと1個で成し遂げてしまおうというそのときに、やや、このままでは困ると思つた神が空を明るくし、鬼たちは仕方なく退散したという。ここを「鬼磐階段」といい、振り向かず

に願いを唱えてつべんまで登ればそれが成就するといわれている。

宮崎市内に戻り、最後に訪れたのは、2022年に開店した、今注目すべき宮崎フレンチ「saint M」^{サンテム}。天井が高くシックなデザインの落ち着ける店内に、活き活きと風味の良い地元の素材が、彩りよく繊細に盛り付けられている。ヘッドシェフの川崎誠さんは大阪・東京・パリを経



1

妖怪さんぽスポット

→【鬼の洗濯板】宮崎県宮崎市青島

→【宮崎氷果店 青島店】宮崎県宮崎市青島2-8-1

☎0985-82-6367 HP <https://chillchillkitchen.com/>

→【おぐら 瀬頭店】宮崎県宮崎市瀬頭2-2-23

☎0985-23-5301 HP <https://www.ogurachain.com/>

→【西都原古墳群】宮崎県西都三宅

→【東霧島神社】宮崎県都城市高崎町東霧島1560

→【saint M (サンテム)】宮崎県宮崎市橋通東3-7-6 中馬ビル2F
HP <https://www.saintm-miyazaki.com/> @saint_m_miyazaki



2

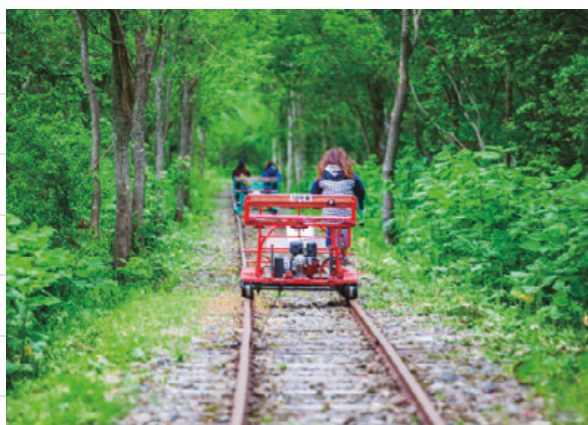


[1] 宮崎の甘長シシトウの上にキハダマグロ、スナップエンドウとそら豆をのせて [2] 伝統野菜・佐土原ナスとアオリイカ [3] ヘッドシェフ川崎さん [4] 宮崎のモッツアレラチーズ、カプレーゼ仕立て (saint M)

参考：『県内の妖怪について』小山博（宮崎県総合博物館研究紀要）／『日向神話』青島神社・日向神話館／『西都原古墳群探訪ガイド』宮崎県立西都原考古博物館／西都市観光協会 www.saito-kankou.jp/tourisms/ 鬼の窟／東霧島神社公式リーフレット／『うちの郷土料理』www.maff.go.jp/j/keikaku/syokubunka/k_youri/index.html



3



営業は10月下旬まで(予定)

北海道 > 体験アクティビティ



樹木のトンネルをくぐり、清流のせせらぎを聴く 往復10kmの旅「トロッコ王国美深」

北海道中川郡美深町にある「トロッコ王国美深」。昭和60年に廃止された旧国鉄路線の跡をそのまま使用し、本物のレールの上を走行ができるテーマパークです。白樺などの木々のトンネルをくぐったり、風を切って渓谷や野原を走ったりする、エンジン付きのトロッコは想像以上に爽快！トロッコを自分で運転して往復10km(約40分)を走るアクティビティは、北海道旅行での特別な一日を演出します。とても素敵で貴重な体験ができる、トロッコ王国美深にぜひ足を運んでみてください。

美深町観光協会
tel:01656-9-2470



新潟 > イベント



世界有数の高度な技術集積地で 年に一度のイベント「燕三条 工場の祭典」

ものづくりのまち「燕三条」。江戸時代、信濃川の洪水による不作を機に、農民が副業で始めた和釘づくり。それはやがて農機具・刃物・金物・洋食器の製造に広がり、燕三条地域のものづくりの技は世界へ羽ばたきました。年に一度開催されるイベント「燕三条 工場の祭典」の4日間は、地域の130以上の工場や施設を一斉開放。見学の他にも体験や買い物、食事などを満喫することができます。工場の数だけ「ものづくり」のストーリーがある。そんな燕三条を訪れて工場を巡り、五感で魅せるものづくりに触れてみませんか。

工場の祭典実行委員会 事務局
tel:080-1186-0484



職人がものづくりへの熱い想いを伝える
開催日:10月2日(木)～5日(日)



神秘の光・海ホタル！生態を学び、「海ホタルすくい」などを体験するプログラム
実施日:7月15日(火)～9月27日(土)
AWAJI 島博 2025 開催期間:3月20日(木)～10月13日(月)

兵庫 > イベント



国生みの島、淡路島ならではの“本物体験”プラン 「AWAJI 島博 2025」開催中！

徳島阿波おどり空港から約30分、神戸空港から約45分、そして伊丹空港から約50分、さらに関西国際空港から約1時間30分とアクセス抜群の淡路島。ここにしかない感動体験に出会えます。世界初の海ホタルショー、香りの町の歴史を紡ぐお香づくり体験、現役座員が案内する淡路人形浄瑠璃ツアー、伝統工芸の鬼瓦づくり、名物ガイドと巡るパワースポットなど、きっと特別なひとときを過ごせるはず。淡路島の人気観光施設を1日(または2日間)定額で周遊できる、お得で便利な「淡路島観光スマートパスポート」もおすすめです。

AWAJI 島博実行委員会
tel:0799-22-0742





岡山 イベント

音声AIキャラクター「梵そよぎ」と岡山を巡るデジタルスタンプラリー

ANA 公式アプリ「ANA Pocket」で岡山県内を巡るスタンプラリー第1弾を開催中！ 人気声優・梶裕貴さんがプロデュースした音声 AI キャラクター「梵そよぎ」が、あなたの旅を楽しむナビゲートします。スタンプラリーの条件を達成すると、会期ごとに抽選で岡山県の特産品が当たる！（第1弾：7月19日～8月31日、第2弾：9月1日～30日、第3弾：10月1日～31日）「梵そよぎ」と一緒に、倉敷美観地区、瀬戸内国際芸術祭会場の犬島や宇野港エリア、美作三湯など、岡山県の魅力的なスポットに出かけてみませんか？

[詳しくはこちら](#)

徳島 イベント

聖地・徳島がぞめきの音色と熱気に包まれる5日間「2025阿波おどり」

阿波おどりは400年以上の歴史があり、徳島が世界に誇る伝統芸能です。徳島市で開催される阿波おどりに国内外から100万人を超える観光客が訪れ、有名連・企業連・学生連など、延べ約600もの連の踊り手がお囃子である“ぞめき”の音色に合わせて次々と踊り込み、街全体が熱気に包まれます。いまや全国各地で開催される阿波おどり。踊る人も観る人も心の底から阿呆になれる「本場阿波おどり」を、聖地・徳島でぜひ体感してみてください。



開催日：8月11日(月)～15日(金) 写真：阿波おどりカメラマン 野村社一
ANAグループは8月14日(木)に「ANA 連」として参加

阿波おどり未来へつなぐ実行委員会事務局
tel:088-678-5181



荘厳な雰囲気と豊かな自然が調和する宇佐神宮。本年5月に西大門補修工事が完了し、色鮮やかな姿を見ることができるとともに、大分県内を巡って温泉・自然・グルメも一緒に楽しんでみてはいかがでしょうか？

大分 観光

宇佐神宮御鎮座1300年！今年の旅行はぜひ大分県へ！

大分県を代表する観光地である「宇佐神宮」は、全国に約4万ある八幡社の総本宮であり、神仏習合発祥の地としても知られています。八幡大神が御鎮座されてから1300年を迎えた今年は、多くの関連行事が予定されています。特に、10月上旬には10年に一度、天皇の使者である勅使が差遣されお供え物が献上される臨時奉幣祭(勅祭)に併せて、流鏑馬神事、奉祝花火などレアな行事が予定されています。この機会に宇佐神宮にお越しいただくとともに、大分県内を巡って温泉・自然・グルメも一緒に楽しんでみてはいかがでしょうか？

宇佐神宮御鎮座1300年
特別専用サイト



大分県観光情報
公式サイト



おべんとう の時間

第221回



長崎県五島市

NOICHI GYM

クラシックフィジーカー

の いち たか やす

乃一貴保さん

写真：阿部了

文：阿部直美





「昨年おとしの冬に、妻の実家がある五島の福江島に来ました。ただ、家とジムの往復しかしてないんで、島のこと全然知らないんです。大阪から母親が遊びに来た時、妻が車で島内を案内してくれたんやけど、「へえ、こんなところあるんやー」って僕も発見ばかりで。海で泳いだこともないですね。一度、遊びに来た甥おひつ子にせがまれて入っただけ。ボディビルやってる人間にしては珍しいのかもしれないけど、人前で服を脱ぎたくないし、ステージ以外では目立ちたくないんですよ。基本、移動はチャリなんで「ムキムキの男が自転車に乗ってた」って島で噂うわさになってるらしいです。うちでパーソナルトレーニングを受ける人が、教えてくれました。

島に来るまでは、ずっと大阪です。3歳から空手、中学生になると母親にボクシングを勧められて地元おとしのジムに入りました。「お前はプロ向きだ」ってトレーナーに言われて、プロボクサーになったのが17歳の時。朝5km走ってから高校に通ってました。あの頃は、母親が作ってくれたものを何も考えずに食べてましたね。弁当もから揚げ、卵焼き、ウインナーっていうめっちゃ普通の弁当。今思えば、人を殴るのは好きじゃないし、僕って緊張きんじやうしいんですよ。メンタル的に、ボクシングは向いてなかったんちゃうかな。20歳の時に目を怪我けがして、プロボクサーの生活は終わりです。今も右目はほとんど見えてないんです。

当時から、筋トレは好きでした。他のボクサーと同じ練習をしとるのに、僕だけムキムキになつていくんですよ。両親は、めっちゃ普通です。父親は役所勤務。ただ、若い時は力が強かったみたいで、僕の母親を背中に

減量期を終えたばかりで泣きそうくらいに弁当が美味しいです



乗せて片手で腕立て伏せとかやってたみたい。母は今、ラーメン屋と不動産関係の仕事が忙しいのに、なぜか毎日10km走ってます。「走らなあかんって決めたから」言うて。僕はそっちな、と思います。

22歳の時、ボディビルに転向しました。日本チャンピオンが出ているテレビ番組を見て、オレやったら勝てるわ、思つて。実際に始めてみたら、チャンピオンオンのの凄さがわかるんですけど。ただ、ボディビルで食べていくと決めた目から、プロを目指してきました。賞金やスポンサー契約で収入を得られるようになりたい。ボディビルと言つとるけど、正確には「クラシックフィジーク」というカテゴリーの競技に出ています。身長に対しての体重制限があつて、168cmの僕は82・6kg以内でいかにバランスよく筋肉をつけ



られるか。肩幅があつて腹がきゅつと細くて腿が太い、エックス体型が理想とされてます。今食べるものはすべて筋肉のため、と思つてるので、妻と僕の食事は別々なんです。自分の分は自分で作る。食事の時間も5時、8時、11時、16時、20時と決めてます。だから妻は、同じ敷地内にある実家で義母と一緒に夕飯を食べてるんです。

弁当は、トレーニング後の16

時。ご飯と鶏の胸肉のミンチ、舞茸、アーモンド10粒がほぼ毎日ですね。鶏の胸肉はフードプロセッサーでミンチにするとパサパサにならずに食べられるんです。味付けは、市販の塩だれ。今日は茹でた舞茸やけど、野菜の日もあります。少し前までは、新玉葱ばかり食べてました。義母が作る玉葱が、倉庫の軒下に吊るしてあるんで。アーモンドは、最後までとっておいてデザートがわりです。長い減量期を終えたばかりなんで、泣きそうなくらいに弁当が美味しいです。美味しくて美味しくて、たまらない。一日中お腹が空いてるので、食べ物がありがたさをしみじみ感じるんです。一日5食、食べる内容はほぼ同じで、朝だけ全卵3個と卵白3個で卵焼きを作ってます。

ボクシングをやってたから言えるけど、ボディビルの方が何

倍も減量がきついですね。今僕は半年くらいかけて、体重を増やします。この時期にトレーニングで筋肉をつけます。食事はやっぱり米や鶏肉で、量を増やすだけ。その後の半年が減量期。食べる量を減らして脂肪だけを落とす。筋肉まで落ちないように、トレーニングをしつかり続けられないといけないんです。脂肪を少しでも残したらダメ。絞って絞って極限までいくと、皮膚が透過して筋肉の繊維が見えるんです。人体模型のあれですね。正直、フラフラになります。妻は僕に遠慮して甘い物なんかを隠れて食べているんですけど、「目の前で食べて」って言います。匂いを嗅ぐだけで、自分も食べた気分です。満足できるんで。

甘い物、大好きなんですよ。特にクレープ。実は1週間前に大会があつて、それを目指してこの1年頑張ってきました。優

勝した人だけがプロになれる厳しい世界です。今回はダメやつたけど、競技の後だけは好きなもんを食べました。生クリームとチョコのクレープを2つ、もらったお菓子とハンバーグ2皿。減量で胃が弱つていたので、めちやくちやお腹が痛くなりました。次の日も、買った弁当やチョコを食べて、お腹は痛いし気分が悪い。そうやって好きなもんを食べまくって自分を苦しめると、「明日からはいつものご飯や」って思えて、すんなり元の食事に戻せるんですよ。

今は、食べたいより勝ちたい。時間は限られているんで、今やることは全部やろうと思つてます。人生、ここまでのものを見つけたただけでもありがたいです。順位でいったら、妻、ボディビル、僕の命なんです。自分の命よりも大切なものが2つもあるって、幸せやと思う。

スペインに行くかもしれない。
今月末から来月頭まで、マドリードへ。今は月の中旬だが、まだどうなるかわからない。オーディションの結果待ちなのだ。向こうで撮影の仕事で、受かったらすぐに準備をして飛ぶことになる。まだスーツケースも用意できていないのに、ほんとうに大丈夫なんだろうか。

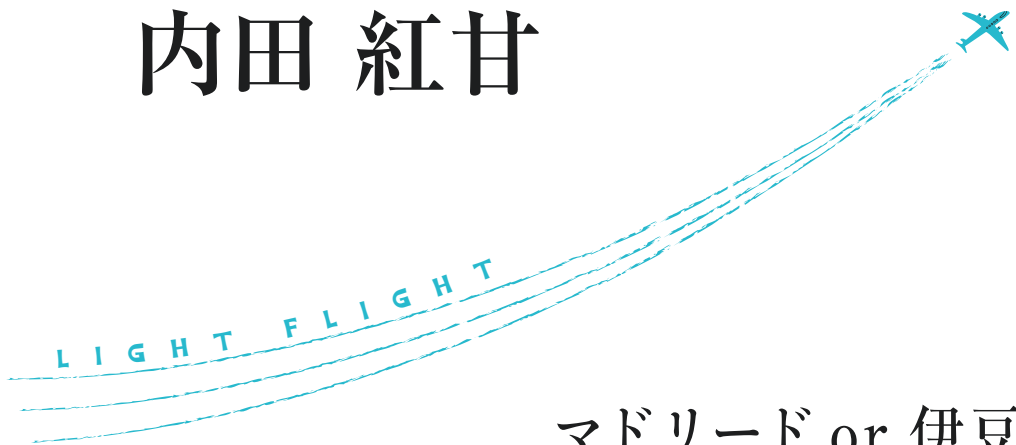
でもわくわくしている。飛行機なんて久々だ。6年前に熊本へ行くに乗ったのが最後で、国際線となると20年ぶりとかだろうか。子どものとき以来だ。ちょっとこわいけれど、きつと楽しい。マドリードってどんなところだろう。調べてみてびっくり、マドリードはまるでおとぎ話にでてくる王国だった。たぶんものすごく古い石造りの城のような建築がそのまんなに残っていて、建物と建物の間をなぞる道がレンガや土でなく、今どきの黒い道路なのに妙な感じがするほどだ。行き交う車もチー

ライト、フライト

(第34回)

書き手

内田 紅甘



マドリード or 伊豆
or マリード

プな子ども用のおもちゃにしか見えない。航空写真だからというのではなくて、建物があまりに重厚すぎて。

写真をまじまじ見ていても、こんな場所が実在するとは、どうも信じられない。ほんとうにあるんだろうか。おすすめのお店をまとめたサイトなどを見ても、ふうんという感じでまったく現実的に捉えられず、そこへ寄るプランを構想したりもできない。

もしもオーディションに落ちたら、伊豆へ行く。落選のショックを癒すためではなく、もともと恋人と温泉旅行の計画を立てていて、旅館の予約も取ってあるのだ。1週間前までなら日程の変更が可能なので、オーディションに受かったら延期するつもりでいる。

マドリードとちがって、伊豆は何度か行ったことがある。それぞれの思い出も残っているし、だいたいこんなところだとイメージで

きるけれど、それでもなんだか、
やっぱりほんとうにその場所があ
るのか疑わしい。伊豆、という言
葉で連想される記憶の一場面をよ
くよく見つめてみると、その海
はこのあいだ見た千葉の海だつた
りするし、これはたしかに伊豆の
風景だと思つても、わさびソフト
を食べて「思いのほかちゃんとわ
さび」と言っている友だちの歪ゆがん
だ表情だつたり、どこにでもある
ような山道の青々とした緑だつた
り、爬虫類館の砂っぽい亀の甲
羅だつたりして、私がこれから行
く伊豆とはどうもちがう気がする。
恋人に旅行プランを説明されても
せいぜい食べ物のことくらいしか
イメージできない。

私は、お金と時間と将来のこと
を考えるのがとてつもなく苦手だ
(得意なひと、いるのかな)。そし
て旅行の計画というのは、その苦
手なことすべてがふくまれてい
る。行き当たりばったりで知らな



い場所に飛び込むのなら得意なの
だけれど、綿密に計画を練ろうと
すると、普段はむしろ活発すぎる
くらいの頭の動きが急に鈍くなつ
て寝てしまう。以前、ランチの約
束をしたひとに「明日なに食べた
い?」と聞かれ、「明日にならな
きゃわからない」と答えて困らせ
たことがある。冗談を言うつもり
はなく、むしろ向こうが冗談で聞
いていると思つたのだ。明日の気
分なんて今日の私にわかるはずな
いのにと。

でももう大人なんだし、先のこ
とも考えられるようにならなく
ちゃ。どうにか想像してみよう。
オーディションに受かったら、私
はマドリッドでパエリアを食べて
いる。風はぬるく、潮の匂いとか
しそう。本場のパエリアは、いつ
たいどんな味だろう。ムール貝や
エビがこちらのものよりも大きい
のかしら。ほかになにが食べられ
るのかなと調べたが、スペイン

料理^リで検索してもサイズや色味やエビの配置^がが異なるだけのパエリアの写真ばかりが出てくる。スペイン語で注文、できるかな。本屋で旅行用のフレーズ集を買っておいたほうがいいのかな。

一方オーディションに落ちたら、私は沼津港で宝石井を食べている。奇しくも海鮮つながりである。宝石井は沼津の名物らしく、どんぶりの上に溢^{あふ}れんばかりに刺身がのっけていて、そのてっぺんから鮮やかな朱色のいくらが雪崩^{なだれ}を起こして艶^{つや}めいている、らしい。おいしそう。朝早くに車を走らせて伊豆半島を突っ切り、朝ごはんはこれを食べるプランを、恋人が立ててくれた。ありがとう。なんて贅沢なのだろう。

受かったら、私はおとぎ話の王国みたいな石造りの街中^{まちなか}で「Hola」と手を振り、「Gracias」の巻^{まき}き舌に苦戦している。スペイン語は今のところそのふたつしか

PROFILE

Guama Uchida

俳優、文筆家。母に漫画家の内田春菊、父に俳優の貴山侑哉を持ち、8歳の頃から子役として映画などで活躍する。2024年には自らの綴る文章と独自の感性で切り取った写真を組み合わせた展覧会を2度開催。意欲的に活動の幅を広げている。



知らない。英語もBaby Englishなので、なかなか不安である。というか石造りの建築って、どうやって造るのだろうか。石を持ってきたて削^くってくっつけるといふこと? どこから持ってきた、どうやって削^くって、なにでくっつけるのか、なんにも想像できない。木造建築だったらばつとイメージできるのに。そういえばスペインって、チップとかは要らないのかな。彼らの文化のこと、私なんにも知らないな。洋服屋さんはあんまりないと聞いたけれど、スペインの陶器が好きだから、なにか記念になる小物はどこかで手に入れたい。なにか、どこかで。

落ちたら、私は伊豆最南端の神社で二礼二拍手一礼をしている。崖^{がけ}つぶちにあるとは聞いていたけれど、今はじめて写真を見てみたら思ったよりはるかに崖つぶちだった。こわいかも。本殿はさすがに手前にあるが、崖の先つちよ

まで通路があつて行けるようになっていいる。海風もあるのに、こんなところになにかを建てようと思つたのがすごい。木造建築でも、この立地に建てているイメージは全然できない。思えば厳島^{いつくしま}なんかの海の中の鳥居も、どうして倒れないのか謎である。浜に埋まつて、その下がものすごく長いってこと? いったい、どこまで?

うん。やっぱり私にはプランを立てる才能がない。ついあつちこつちに思考が飛んでしまつてぜんぜん前に進めないし、なにかとつ決められない。スペインと伊豆、どちらに行くのかもまだわからないのだし、行つた先でなにが待ち構えているのかなど、わかりようがない。いろいろ調べてみても、知っておきたいという気持ちと、なんにも知りたくないという気持ちの両方が胸の中に湧き起こつてきて葛藤する。ひとりで行つてその場所で働かなきゃなら



ない、とかだったら私も一生懸命
わかるうとするのだろう。ない頭
をひねって計画を立てたり、あち
こちひとに聞いてまわったりする
だろう。するだろうが、それでも
やっぱり行ってみなければわから
ないのだろう。

ところで、恋人とは来月結婚す
る約束をしている。日付も決めて、
なんとなく手続きの準備も進めて
いるが、ほんとうにするんだろう
かとまだ疑っている。彼を疑って
いるわけではなくて、結婚という
のがなんなのかも、私にはよくわ
かっていないからだ。なぜなら
ば、したことがないから。だいた
い、今月末にスペインにいるか伊
豆にいるかもわからないのに、そ
のさらに向こうで自分が結婚して
いるかどうかなんて、こんな私に
わかるはずがない。明日の食べた
もののすらわからない私に。

イラスト…ソレイユ・イグナチオ
編集…山下美咲

沖縄県産の スイカを食べ比べ スイカ三味の旅

秋葉 文子



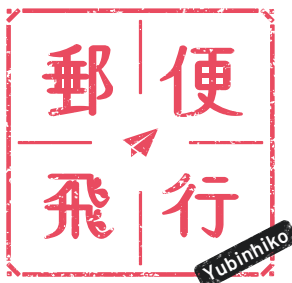
「スイカ好きだよな?」 4月下旬に沖縄でスイカ祭りがあるけど一緒に参加しない?」と友人に誘われ、スイカ大好き! 沖縄大好き! のわたしは即決、すぐに飛行機のチケットを購入した。

当日は20品種を超えるスイカの試食ができ、味や食感の違いがはつきりわかった。沖縄県でスイカの生産が盛んなことも初めて知った。

今年は害虫被害により出荷に至るまで困難を極めたそう。スイカを美味しく安定的に生産することの難しさを生産者さんから聞き、いっそう沖縄へ馳せる気持ちが高まり、沖縄県産のスイカを応援したいと思う旅となった。

息子との特別な イベント「男旅'25」

鳥羽 直



息子(小4)と、例年GW期間に男同士で国内を旅行する「男旅」は、二人の時間を埋める特別なイベントです。

昨年までは、伊丹便での関西方面の旅行をしてきましたが、「男旅'25」では、松山発のANAジュニアパイロットでの一人フライト、私は欧州から移動し、羽田での待ち合わせに初挑戦しました。今回は東京観光です。

少し緊張顔でピースサインをしながら羽田便に搭乗する写真を送ってもらい、それを見つつ到着口で息子を待ちました。「ANAアプリがなかったからちよつとつまらなかったけど、葉加瀬(太郎)さんの曲を聴くとさあ、旅行気分が高まるんだよね!」と、なんだか大人びたことを言いながら息子が到着、少し会わないうちに少し背も伸びたなあと成長を感じた瞬間でした。

パリの街が教えてくれた、娘の成長

阿部 清子

高校生の娘とパリを旅しました。独身の頃あちこち海外を旅した私がこころはリードしなければと張り切っていました。着いてみるとパリの街をスイスイと歩いていたのは娘のほうでした。出入国の顔認証設定に始まり、美術館やオペラ座の予約に道案内とスマホを使いこなし、現地の人とのやりとりもオンライン英会話レッスンの成果を発揮し私が出る幕はありませんでした。



今回の旅で、幼い娘の手を引いていた頃から、もうずいぶん時が経ったことをパリの街が私に教えてくれたような気がします。

☑ 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。

宛先

電子メール

ml_prj_tsubasayubinhiko@ana.co.jp

(件名に「郵便飛行お便り募集係」と明記してください)

3,000円分
プレゼント!



ANAグループ機内誌『翼の王国』アンケートご協力をお願い

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

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

賞品

色やサイズなどはお選びいただけません。



A 賞 (6名様)

メタモンカップ

ポケモン「メタモン」のシルエットを無限に作れるカップ。ゼリーやプリン、砂や雪、いろいろなものがメタモンに「へんしん」。

©Pokémon.
©Nintendo/Creatures Inc./GAME FREAK inc.



B 賞 (7名様)

もずくパック

国内生産量1位の沖縄発、もずくの新感覚パック。粘りやとろみが肌に潤いを与える。



C 賞 (10名様)

やまと木綿空ごこち

毛細管現象を利用した技術で、一般的なタオルと比較し最大約10倍の吸水力。軽量で速乾性に優れ、全身に使える。



D 賞 (10名様)

saunality スキンケアシリーズ

漢方発想+プラセンタ配合の薬用スキンケア。お風呂上がりに。化粧水・乳液・クリームの3点セットをお届け。

応募締切：毎月月末

詳しくは
アンケートフォームをご覧ください。



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

『翼の王国』バックナンバーのお知らせ

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



2025年7月号
海外特集/ミュンヘン
国内特集/鹿児島



2025年6月号
海外特集/ワシントンD.C.
国内特集/沖縄・八重山諸島



2025年5月号
海外特集/マルタ
国内特集/大分

購入ページはこちら



2025年4月号
海外特集/ハワイ
国内特集/岡山



2025年3月号
海外特集/バリ島
国内特集/熊本



2025年2月号
海外特集/カナダ
国内特集/西三河・知多

羽田空港第2ターミナル 本館とサテライトが 接続しました



2025年3月19日(水)より、羽田空港第2ターミナル本館と、これまで専用バスにてアクセスが必要だったサテライト(別棟)が接続され、保安検査場通過後から機内への搭乗がよりスムーズになりました。また、羽田空港到着後も到着口ビーに直接進むことができるようになり、お客様の快適性・利便性が今まで以上に向上しました。さらに、本館とサテライトを繋ぐ接続部には5カ所の搭乗口が新設されました。今後ご利用のお客様にとってより快適なサービスを目指してまいります。

詳しくはQRコードのウェブサイトをご覧ください。



SKYTRAX社「World Airline Awards」 3部門でNo.1を受賞しました！

ANAは、英国エアライン格付け会社「SKYTRAX」が実施する「World Airline Awards」において、以下の3部門で最も優秀な航空会社に選ばれました。



- ・ **World's Best Airport Services**
空港サービス全般で最も評価の高い航空会社に贈られるアワードです。
- ・ **Best Airline Staff Service in Asia**
アジアを拠点とする航空会社の中から、空港スタッフと客室乗務員によるお客様へのサービス品質が最も優れている航空会社に贈られるアワードです。
- ・ **Best Cabin Crew in Japan**
日本を拠点とする航空会社の中から、客室乗務員によるお客様へのサービス品質が最も優れている航空会社に贈られるアワードです。

ANAグループはSKYTRAX社の世界最高評価である「5スター」に2013年から12年連続で認定された航空会社として、今後も安全を第一に高品質な空の旅をお届けしてまいります。

詳しくはQRコードのウェブサイトをご覧ください。



「第51回 ANA オープンゴルフトーナメント」 9月18日(木)～21日(日)札幌にて今年も開催!



ANAオープンとはANA主催の男子ゴルフトーナメントです。毎年、北海道北広島市に位置する、名門「札幌ゴルフ倶楽部 輪厚コース」で開催され、トップゴルファーたちが優勝を目指して熱い戦いを繰り広げます。会場では北海道ならではのグルメや大人も子どもも楽しめる様々な企画が充実しています。皆さんも、興奮と感動があふれるこのトーナメントに足を運び、一流プレーヤーたちのパフォーマンスを間近で楽しんでみてはいかがでしょうか。

- 大会日程: 予選ラウンド 9月18日(木)、19日(金) 決勝ラウンド 9月20日(土)、21日(日)
- チケット: 前売券 平日 2,700円 休日 4,400円
当日券 平日 3,000円 休日 5,000円
- 開催地: 札幌ゴルフ倶楽部 輪厚コース ※新千歳空港から車で30分 ※北広島駅から送迎バスあり

詳しくはQRコード先をご覧ください。

大会情報/
チケット購入はこちらから→



国内線特典航空券「今週のトクたびマイル」



※写真はイメージです。

- 対象路線発表日時: 毎週火曜日12:00頃
- 予約発券期間: 毎週水曜日0:00～翌週火曜日23:59
- 搭乗期間: 毎週木曜日から1週間

「特典航空券」とは、ANAマイレージクラブに入会して貯めたマイルで交換できる航空券のことです。ANAの国内線と国際線のほか、提携航空会社の航空券にも交換できます。なかでも「今週のトクたびマイル」は、通常よりも少ないマイルでANA国内線特典航空券をご利用いただけるおトクなサービスです。週替わりで発表になる対象路線の中から好きな旅先を選び、片道3,000マイルからご利用が可能です。ご搭乗日前日までご予約いただけます。

詳しくはQRコードのウェブサイトをご覧ください。



公共交通機関の移動は ANA Pay の Visa のタッチ決済を使おう！



※ ANA Payのご利用にはANAマイレージクラブへのご登録が必要です。
※詳細はキャンペーンページからご覧ください。

夏は旅行シーズン！ 空港までの公共交通機関で、ANA PayのVisaのタッチ決済がご利用いただけることをご存じですか？ 改札でスマホをかざすだけでスムーズに乗車できます！ さらに行きの飛行機のご搭乗で貯まったマイルを1マイルからANA Payにチャージできるので、帰りの電車やバスでムダなく使えます！ 電車やバスでの移動のほかにも旅先でのお買い物、お土産の購入もANA Payならスマホ一つで簡単、便利！ 今なら、対象空港までの一部公共交通機関でのANA Payのご利用でキャッシュバックキャンペーン実施中！ ぜひ、この機会にご利用ください。



● 詳しくはQRコードのウェブサイトをご覧ください。

空港売店 ANA FESTAで使える 最大500円OFFクーポン ANAマイレージクラブアプリに掲載中！



ANAマイレージクラブアプリに、ANA FESTAでのお買い物で使えるおトクなクーポンを掲載中です。ANA FESTAがある空港を訪れた際、位置情報をONにしてアプリのホーム画面に表示されるANA FESTAクーポン案内のアイコンをタップ。あとはクーポンのバーコードをレジで提示するだけ。この機会にANAマイレージクラブアプリをダウンロードしてANA FESTAでのお買い物にご利用ください。

※クーポンには利用条件がございます。
アプリ内クーポン画面の注意書きをご確認ください。
※位置情報がOFFの場合はサービス一覧画面からご利用ください。



● 詳しくはQRコードのウェブサイトをご覧ください。

国内線搭乗者限定! ANA Mall 新規利用登録 & メールマガジン登録 200 マイルキャンペーン



ANAグループが運営するオンラインショッピングモール「ANA Mall」は、商品数220万点以上を保有する幅広いラインナップが魅力! ご購入商品100円(税込み)につき1マイルが貯まり、1マイル=1円相当として1マイルから利用可能です。今なら、国内線にご搭乗いただくお客様限定で条件を達成すると、200マイルのボーナスマイルを積算いたします! ぜひこの機会にANA Mallでお買い物を楽しみませんか?

※2025年6月24日(火)時点の情報です。

※ANA Mallの利用登録には、ANAマイレージクラブへの登録が必要です。

■キャンペーン期間: 2025年1月15日(水) 00:00 ~ 2025年8月31日(日) 23:59 新規利用登録分まで (日本時間)

● 詳しくはQRコードのウェブサイトをご覧ください。



ANA マイレージモールの楽しみ方



ANA マイレージモールを経由して普段のお買い物やホテル予約などのサービスを利用するだけでマイルが貯まります。さらに提携ショップのポイントも貯まるのでとてもおトク! 出店ショップは楽天市場やExpedia、ビックカメラ.com、グローバルWiFiなど約300ショップと幅広いラインナップです。今なら対象ショップでマイルアップキャンペーンを実施中。出張や旅行先での宿泊予約や日用品、家電などのお買い物の前にANA マイレージモールを経由しておトクにマイルを貯めてみませんか?

※ANA マイレージモールは全日本空輸株式会社が運営するアフィリエイトサイトです。

※提携ショップごとにマイル積算条件が異なりますのでショップに関する注意事項をご確認ください。

● 詳しくはQRコードのウェブサイトをご覧ください。



【ANAのふるさと納税】 ANA独自の「旅」にまつわる返礼品



ANAのふるさと納税では、ANA航空券+宿泊セットプランや、宿泊に利用できるANAトラベラーズホテルクーポンなど「ANA限定の返礼品」を多数ご用意しています。「旅の返礼品」に寄付していただくとマイルが通常の2倍、さらにANAカード決済で寄付していただくと寄付金額200円につき1マイルが貯まります。今なら10周年を記念した楽しいキャンペーンも開催中です!! ANAのふるさと納税を利用して、大切な地域を応援しませんか? 「旅」にまつわる返礼品や、キャンペーンの詳細はANAのふるさと納税サイトをご覧ください。

詳しくはQRコードのウェブサイトをご覧ください。



日本各地の“まだ知らない感動”に出会える 動画配信サービス「penguin」



秋田の魅力を伝える番組もラインナップ!

- 「ぼなべてい。～召し上げれ!秋田のおかしたち～」〈ABS秋田放送〉
東京出身の新人デザイナーが、秋田で地元のお菓みに癒されながら成長していく物語。
- 「ぶちくら。」〈ABS秋田放送〉
毎回登場する「さけガール」が秋田の酒蔵を訪ねて、お酒の魅力や地元のスポットをゆるっと紹介する日本酒バラエティ。

「penguin (ペンギン)」は、全国の地域の魅力に出会える動画配信サービス。

食、旅、文化——各地のまだ知られていない魅力を、あなたのもとへ

心あたまるローカルドラマや現地の空気を感じ

られる観光コンテンツ、学びや発見に繋がるオンライン講座も充実。

さらに、ANAマイルが貯まる・使える!

スマホ・PCから、まだ知らない日本に出かけよう。

「penguin」でああなたの旅が始まります。

詳しくはQRコードのウェブサイトをご覧ください。



あなたの考えるエコなことわざ大募集！



エコ・ファースト推進協議会は全国の小・中学生を対象とした、第16回「エコとわざ」コンクール(後援：環境省)を開催しています。ぜひご応募ください。ANAはエコ・ファースト推進協議会加盟企業です。

- 募集期間：2025年6月20日(金)～9月5日(金)
- テーマ：地球の未来をつくるのはキミたちだ！
～2050年どんな地球にしたいかな～
- 各賞：環境大臣賞、
「エコ・ファースト推進協議会」優秀賞、
日本ことわざ文化学会賞、
加盟企業賞(ANA賞など)ほか
- 第15回の「ANA賞」受賞作品：
未来につなぐ 澄んだ空 青い海

● 詳しくはQRコードのウェブサイトをご覧ください。



手話バッジのデザインをリニューアルしました

【お客様の声】
手話バッジをもっとわかりやすく
見やすいデザインにしてほしいです。



ANAは、「すべてのひとに優しい空」の実現を目指し、手話バッジをよりユニバーサルなデザインにリニューアルしました。視認性を高めることにもこだわり、手話での対応を必要とする方に、より安心してコミュニケーションをとっていただけるよう工夫しました。手話バッジ着用対象者は、

手話技能検定4級、または全国手話検定4級以上の客室乗務員・空港係員です。ANAは、すべてのお客様が快適に過ごせる環境づくりを推進し、今後のお客様に寄り添ったサービスを提供してまいります。

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。

● 詳しくはQRコードのウェブサイトをご覧ください。

ご意見・
ご要望



ご搭乗に際してのお願い

航空法に基づく保安検査の義務化について

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

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

機内安全のため、持ち込み手荷物削減にご協力をお願いいたします

機内持ち込み手荷物について (お1人様1個まで)

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

※3辺の合計には付属品(ハンドル・車輪など)を含みます。



お持ち込みお手荷物のサイズ

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

機内でのお願い

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

●ギターなど楽器類

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

●キャリーバックにご注意ください

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

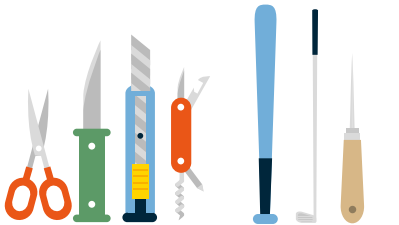
●ライターは1人1個まで

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

機内持ち込み制限品の取り扱いについて

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

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



ナイフ/ハサミ類

先の尖った物/バット類

※モデルガン等の凶器類似品等も機内持ち込み禁止です。

国土交通省：
航空機搭乗前の保安検査を受けるに
あたっての注意事項について



詳細

【国際線】TOPICS

機内持ち込み手荷物の制限

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

ライターの制限(海外空港発便)

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

お客様のご理解とご協力をお願いいたします。

ANA おからだの不自由な方の相談デスク

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

以下のお客様は必ず事前にお知らせください。

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

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

FAX 0120-029-366 (年中無休 9:00~17:00)

※携帯電話からはフリーダイヤルをご利用いただけません。



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

詳細



機内で安全かつ快適にお過ごしいただくために

ご搭乗の皆様にご協力いただく事項がございます。

Tips for a Safe and Comfortable Flight

We ask for your cooperation on the following matters.

Consejos para un Vuelo Seguro y Cómodo

Le pedimos su cooperación en lo siguiente.

深部静脈血栓症 / 肺塞栓症（いわゆるエコノミークラス症候群）の予防

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

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

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

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

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



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



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



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



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



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



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

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

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

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.

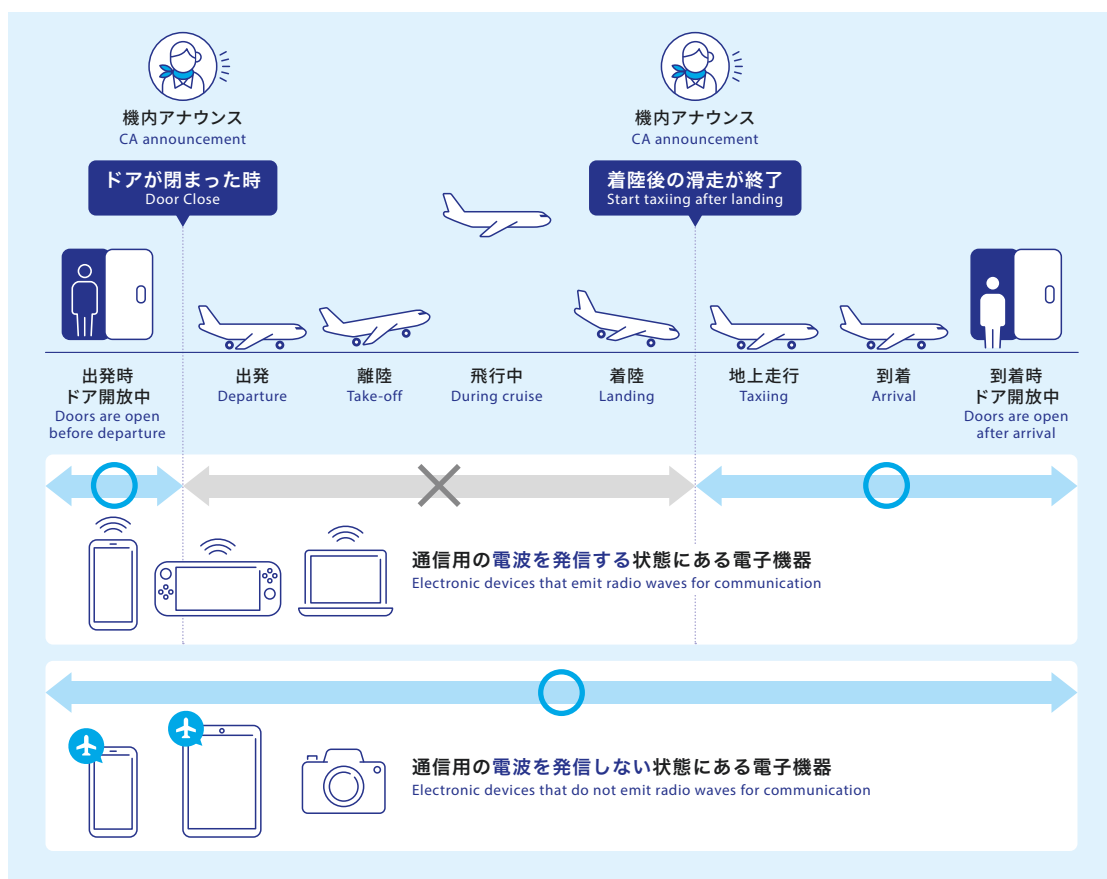
機内での電子機器の使用制限について

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、無線縦横玩具、ワイヤレスマイク

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

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

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

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

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

(Note) Cabin attendants will be making an announcement.

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

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

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

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

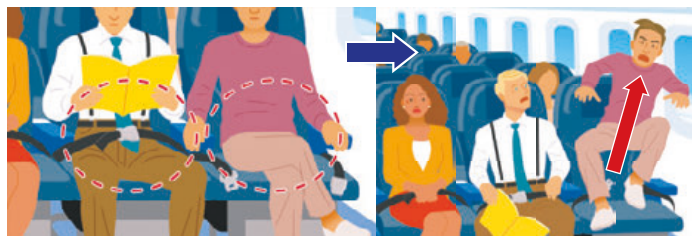
*Means the sending/receiving of phones/emails and the internet function is set to OFF even when the power is turned ON. Cell phones functions should be set to "flight", "self", "radio wave off", "offline" or "personal" modes (names differ according to company).

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

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

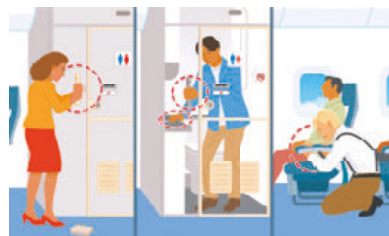
飛行中の揺れに備えて Prepare for in-flight turbulence

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



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

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



揺れを感じた場合には、すぐに手の届く場所におつかまりください。

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

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

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

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

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

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

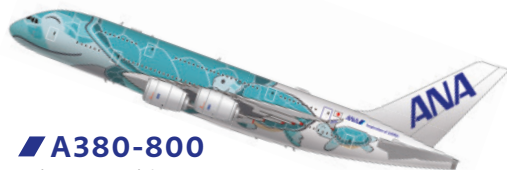
Las acciones que pongan en peligro la seguridad de la aeronave, infligjan daño a los pasajeros o a sus propiedades a bordo, alteren o perturben el orden en la cabina, o perturben la disciplina en la cabina, están prohibidas según el "Artículo 73-3 de la Ley de Aeronáutica Civil de Japón". En el caso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

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

ANA グループ航空機のご案内

ANA 航空集团航班客机指南

ANA
GROUP
FLEET INFORMATION



■ A380-800

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



■ B777-300

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



■ B787-10

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



■ B777-200

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



■ B787-9

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



■ B777F / B767-300F・300BCF

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



■ B767-300

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



■ B787-8

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



■ A321

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



■ A320

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



■ B737-800

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



■ DHC-8-400

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



国内線
シートマップ



国際線
シートマップ

ANA の航空機とシートマップを機種別にご覧いただけます。



空港ガイド
国内線



空港ガイド
国際線

就航都市に関する空港情報や基本情報をご案内いたします。

1 問目 答え

ドリアン



解説

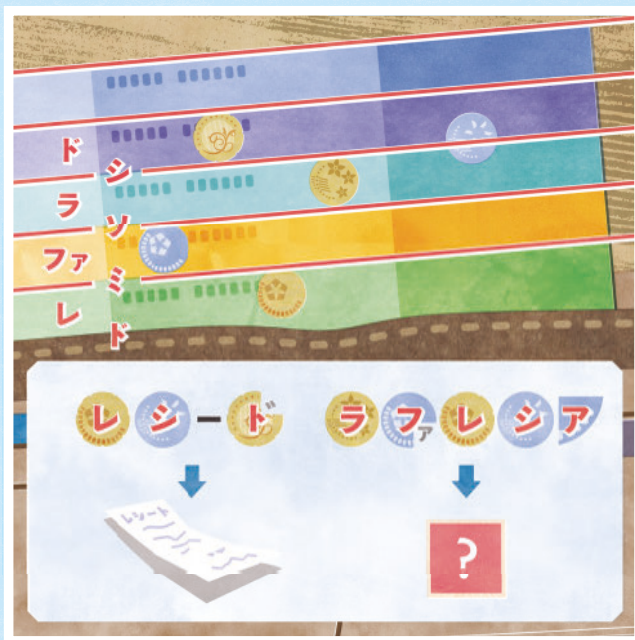
それぞれの禁止図形を「4枚の扇形が組み合わさった図形」と見なし、それぞれの扇形に描かれたアイテムの名前を1文字ずつ、矢印の方向に当てはめていこう。すると図形と文字の対応がわかるね。あとは同じ図形の文字を読んでいくんだ。正解は「ドリアン」だよ。

豆知識

マレーシアはドリアンの産地として有名で、世界4位の生産国でもあるんだ。マーケットで気軽に買うことができる一方で、その強烈なおいから、電車やホテルなどでは持ち込みが禁止されている場所もあるんだ。

2 問目 答え

ラフレシア



解説

紙幣のフチの5本の線を五線譜に見立てよう。すると、コインの位置で音階を表すことができる。「レシート」をもとにどの段がどの音かを当てはめていこう。そうして文字を拾っていくと「ラフレシア」と読むことができる。正解は「ラフレシア」だ。

豆知識

マレーシアの通貨は「リンギット」。ラフレシアが描かれているのは10リンギット紙幣の裏面だ。ちなみに表面は全紙幣に共通で、トゥアंक・アブドゥル・ラーマン初代マレーシア国王が描かれているよ。

国内線 機内販売は **オンラインへ!**

ANA STORE@SKY ご利用ガイド

ANA STORE@SKY User Guide

機内販売『ANA STORE@SKY』3つのメリット Benefits of ANA STORE@SKY

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

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

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

機内でのアクセス方法 How to access ANA STORE@SKY on board your flight

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

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
- 2 Wi-Fiを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



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.

*1 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。

*2 If the site does not open, enter www.ana-inflight-wifi.com in the URL field or scan the 2D code above to access the site. The webpage cannot be accessed from the left URL or the 2D code above unless your device is connected to in-flight Wi-Fi.

降機後2日間、地上でのお買い物を可能にするには... To shop on land up to 2 days after disembarking...

① サイトTOPページ上部にあるボタンから設定が必要です。

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

2+ DAYE 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2日後の23:59まで。*1 If you completed the setup in-flight, you can shop until 11:59 p.m. of the second day after disembarking.

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

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

※ 機内で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あります。本サービスの利用に際しては、お客様の責任において利用端末のファイアウォール、ウイルス対策ソフト等のセキュリティ対策を講じることが、強くお勧めします。

※ 画像はすべてイメージです。

今号の *Must Buy Items!*

ここでしか買えない ANA オリジナルグッズ

詳細は
こちら!



CAプロデュース

CAプロデュース第2弾 旅を彩る便利なアイテムを開発!



すべての商品に
ANA STORE@SKY
購入特典の
タオルハンカチ付き

CAの体験から、アイデアを詰め込みました!



ANA
上野さん



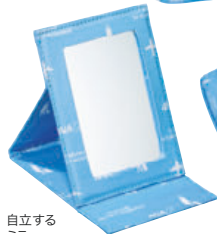
ANA
東さん



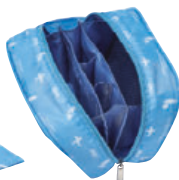
ANA ウイングス
原田さん



ミラー



自立する
ミラー



収納ポケット多数

<ANAオリジナル>
CAのアイデアが詰まったコスメポーチ
(ハンカチ付き)

¥4,500 (税込)

13インチのノートPCが入るサイズ感
(※衝撃を吸収するクッションは
内蔵しておりません)



両サイドに収納があり、
使用前・使用後の衣類を
分けることが可能



イメージ

背面ポケットの底部
ファスナーを開くと
キャリーのハンドル
通になる



<ANAオリジナル>
CAのアイデアが詰まった圧縮バッグ
(ハンカチ付き)

¥5,000 (税込)



使用イメージ



使用後はひっくり返して
床に触れたダークネイビー
の面を内側へ



コンパクトに
収納可能



<ANAオリジナル>
CAのアイデアが詰まった
手荷物カバーになる
リバーシブルバッグ (ハンカチ付き)

¥3,000 (税込)



機内の紙コップ風マグにホノルル便バージョンが登場!



マグ3個&コースター
3枚セット

ANAオリジナル
機内紙コップデザイン
陶器マグ3個セット

¥8,500 (税込)

※こちらの紙コップデザインは
現在機内では使われておりません。

機内販売ご利用ガイド & 商品ラインアップ

International Route In-Flight Shopping User Guide & Product Lineup

空の上の免税店! 国際線『ANA SKY SHOP』3つのメリット

A duty-free shop in the sky! Three merits of ANA SKY SHOP for international routes

MERIT

1

免税価格で
買える

Shopping at duty-free prices

MERIT

2

ご購入で
マイルが貯まる

Get miles for your purchases

MERIT

3

ANAカード決済で
10% オフ

10% off with an ANA Card payment

商品の詳細については、パーソナルモニターまたはANAアプリ内のデジタルブックをご覧ください。

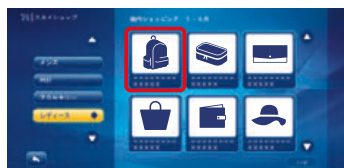
Product details can be viewed on the personal monitor and the digital book available on the ANA app.

注文方法
How to orderご注文は **パーソナルモニター** から!Orders are accepted from **personal monitors**!1 パーソナルモニターで
「スカイショップ」
または「ショッピング」を
お選びください。Please select "SKY SHOP" or
"Shopping" on your personal
monitor.2 パーソナルモニターの
タッチパネルから、ご希望の商品
をお選びいただき、決まりましたら
ご注文にお進みください。Use the personal monitor touch panel to
select your desired product(s). Once you
are done, proceed to the order process.

※機種によって、画面に表示されている内容が異なります。

※ The content displayed on the screen may vary
depending on the aircraft.3 商品はCA(客室乗務員)が
お座席までお持ちいたします*1。
商品の代金をお支払いいただき*2、
商品をお受け取りください。A cabin attendant will bring the
product(s) to your seat*1. Please pay for
the product(s)*2 and collect them.※ A320機、A380機、その他システム不具
合時は、パーソナルモニターからのご注文
ができません。ご注文の際はCA(客室
乗務員)にお声がけください。※ Orders cannot be placed from personal
monitors on the A320/A380 aircraft and
during system malfunction. Please ask a
cabin attendant to place an order.

※ 画像はイメージです。 ※ Example only.



*1 お食事サービス中のご注文は、サービス終了後にお持ちいたします。

*1 Product(s) ordered during the meal service will be brought to you after the service.

*2 お支払いは、クレジットカード、ANAギフトカード、ANA旅行券、ANA「ダイヤモンドサービス」機内・空港お買い物クーポンのみご利用いただけます。

現金、デビットカード、プリペイドカード、ANA発行のデジタルクーポン、キャッシュレス/バーコード決済でのお支払いはできません。(ANAマイレージクラブ Financial Pass Visaデビットカード、ANAマイレージクラブ/Sony Bank WALLEET、ANAプリペイドカード含む) また、署名ならびに署名欄のないクレジットカードはご利用いただけません。

*2 Only the following payment forms are accepted: credit cards, ANA gift cards/ANA travel vouchers/ANA Diamond Service In-flight/Airport shopping coupons. Payment cannot be made by cash, debit card, prepaid card, digital coupons issued by ANA, or cashless/barcode systems. (including the ANA Mileage Club Financial Pass Visa Debit Card, ANA Mileage Club / Sony Bank WALLEET, and ANA Prepaid Card). Only the following payment forms are accepted: credit cards, ANA gift cards/ANA travel vouchers/ANA Diamond Service In-flight/Airport shopping coupons. Payment cannot be made by cash, debit card, prepaid card, digital coupons issued by ANA, or cashless/barcode systems (including the ANA Mileage Club Financial Pass Visa Debit Card, ANA Mileage Club / Sony Bank WALLEET, and ANA Prepaid Card). Credit cards without a signature or a signature field are not accepted.



日本語



ENGLISH

*The sought-after whisky brand
THE AKKESHI is now available in
the Pre-Order Service!*

备受瞩目的威士忌品牌“厚岸”
将在预订服务中登场！

注目のウイスキーブランド 『厚岸』がプリアオーダーサービスに登場！

プリアオーダーサービスの詳細は上記QRコードからご確認ください。

Please scan the QR code above for details about the Pre-Order Service. 有关预订服务的详细信息，请扫描上方二维码查看。



春が終わり若葉が芽吹く情景を
若葉色で表現した「翠嶺」

ピーティーかつフルーティな
五感を深く刺激する味わいが魅力

SUIREI, inspired by the season
of fresh greenery, features a distinctly
peaty and fruity flavor

“翠嶺”以新叶季节为灵感，
呈现出烟熏与果香并存的独特风味

厚岸
シングルモルト
ジャパニーズウイスキー 翠嶺

THE AKKESHI
SINGLE MALT JAPANESE WHISKY SUIREI

厚岸 日本単一麦芽威士忌 翠嶺

¥34,000



3つの「厚岸」シリーズを
葛飾北斎の浮世絵をモチーフにした
特別デザインパッケージで3号にわたり販売！

Three editions of THE AKKESHI series will be released
over three issues in specially designed packages showcasing
the ukiyo-e artwork of Katsushika Hokusai!

以葛饰北斋浮世绘为灵感的特别设计包装，
将连续3期推出3款“厚岸”系列产品！

2025年 7-8月 国際線 商品ラインアップ

Jul. - Aug. 2025 International Route Product Lineup

※ 国内線 機内販売の『ANA STORE@SKY』の商品ラインアップとは異なります。

※ The product lineup is different from that of ANA STORE@SKY in-flight shopping for domestic routes.

商品番号横のマーク ◆ ★ について

About the ◆ ★ symbols next to the product No.

◆ 課税済みのため、免税品としての申告対象外です。
日本入国の際は課税済み商品とお申し出ください。

This product has already been taxed, so it is not subject to declaration as a duty-free item. Upon entering Japan, please treat it as a previously taxed product.

★ 100mLを超えるため、乗り継ぎがある場合、乗り継ぎ便の機内へ持ち込むことはできません。

This product exceeds 100 ml, so it cannot be carried on board a connecting flight if making a transfer.

No.SL000 ◆ ★

ANA
オリジナル ストール
ANA ORIGINAL STOLE
¥00,000

機内でご注文いただける商品について

Products available for order on board

羽田・成田路線の機内では、すべての商品をご注文いただけます。

Customers on Haneda and Narita flights can order all products.

関西路線の機内では、背景が赤い商品をご注文いただけます。

Customers on Kansai flights can order products with a red background.

※ プリオーダーサービスをご利用いただく、すべての商品を予約注文いただけます。
(一部サービス対象外路線・便がございます。)

※ When using our Pre-Order Service, you can order all products in advance.
(Some routes and flights are ineligible for the service.)

No.SL000

ANA
オリジナル ストール
ANA ORIGINAL STOLE
¥00,000

ネクタイ Neckties

No.SL501 ◆

ポール・スチュアート
ネクタイ ネイビー
Paul Stuart TIE NAVY

¥16,000



ショール&ストール Shawls & Stoles

No.SL002

エトロ
ショール ブルー
ETRO SHAWL BLUE

¥50,000



バッグ & 革小物 Bags & Leather Accessories

No.SL004 ◆

フェラガモ
レディースウォレット
FERRAGAMO LADIES' WALLET

¥60,000



No.SL810 ◆

ジャンニ キアリーニ
アリアム
エミリアチェーン付き
GIANNI CHIARINI ALIFA M WITH EMILIA CHAIN

¥39,200



No.SL809 ◆

ゲラルディーニ
ハンドバッグ
GHERARDINI HANDBAG

¥28,000



No.SL808 ◆

フジタカ
フィノ 2WAY
レザー バッグ
FUJITAKA FINO 2-WAY LEATHER BAG

¥27,000



時計 Watches

No.SL818 ◆

mofusand
ANAオリジナル
保温冷ポーチ付きトートバッグ
mofusand ANA ORIGINAL TOTE BAG WITH INSULATED POUCH

¥5,500

©mofusand



No.SL005 ◆

セイコー
クォーツクロノグラフ
ANAモデル
SEIKO QUARTZ CHRONOGRAPH ANA ORIGINAL

¥45,000



アクセサリ Accessories

No.SL202 ◆

フェラガモ
ガンダーニ
ネックレス
FERRAGAMO GANDINI NECKLACE

¥32,000



No.SL203 ◆

オッコ真珠
紅サンゴ
ダイヤモンド
ペンダント
(バルーン)
OKKO PEARL CORAL DIAMOND PENDANT(BALLOON)

¥39,000



No.SL201 ◆

コンプレックス ビズ
クリップ & ポーチセット
(サクラ)
COMPLEX BIZ CLIP & POUCH SET (SAKURA)

¥24,500



No.SL206

スワロフスキー
インフィニティ ネックレス
SWAROVSKI INFINITY NECKLACE

¥20,000



No.SL205 ◆

ボンテヴェキオ
ANAオリジナル ダイヤモンド
ネックレス
PONTE VECCHIO ANA ORIGINAL DIAMOND NECKLACE

¥39,000



No.SL007 ◆

ヴァンドーム青山
ANAオリジナル
ダイヤモンド
ネックレス
VENDOME AOYAMA ANA ORIGINAL DIAMOND NECKLACE

¥50,000



No.SL003 ◆

エリスヴェリーナ
アコヤパール
ペンダントネックレス
ERIS VELINA AKOYA PEARL PENDANT NECKLACE

¥49,000



No.SL204 ◆

オッコ真珠
あこや真珠
ホワイトトパーズ ピアス
OKKO PEARL AKOYA PEARL WHITE TOPAZ PIERCED EARRINGS

¥25,000



化粧品 Cosmetics

No.SL413 ◆

コスメデコルテ
リボソーム アドバンス
トリアセラム
DECORTE LIPOSOME ADVANCED REPAIR SERUM TIME RELEASED MULTILAMELLAR LIPOSOMES

¥18,500



No.SL412 ◆

コスメデコルテ
リボソーム アドバンス
トリアセラム
DECORTE LIPOSOME ADVANCED REPAIR EYE SERUM

¥8,000



No.SL411 ◆

コスメデコルテ
リボソーム アドバンス
トリアセラム
DECORTE LIPOSOME ADVANCED REPAIR CREAM

¥10,500



No.SL439 ◆ ★

SK-II
フェイスシャル
トリートメント
エッセンス
SK-II FACIAL TREATMENT ESSENCE

¥26,400



No.SL438 ◆

SK-II
スキンパワー アドバンス
クリーム
SK-II SKINPOWER ADVANCED CREAM

¥26,100



No.SL440 ◆

SK-II
フェイスシャル トリートメント
マスク
SK-II FACIAL TREATMENT MASK

¥16,800



No.SL414 ◆ ★

コスメデコルテ
AQ アブソリュート
エマルジョン
マイクログラフィアンス II
DECORTE AQ ABSOLUTE TREATMENT MICRO-RADIANCE EMULSION II

¥10,500



No.SL403 ◆ ★

アルビオン
スキンコンディショナー
エッセンシャル N デュオ キット
ALBION SKIN CONDITIONER ESSENTIAL N DUO KIT

¥17,000



化粧品 Cosmetics

No.SL437 ◆

SHISEIDO
アルティミューン™
パワライジング
セラム
100mL
SHISEIDO ULTIMUNE
POWER INFUSING
SERUM 100ML
¥20,200



No.SL418 ◆

ザ・ギンザ
ハイブリッド
ジェルオイル n
THE GINZA
HYBRID GEL OIL
¥27,000



No.SL406 ◆

クレド・ボー ボーテ
ウォール
コレクチュール n
CLÉ DE PEAU BEAUTÉ
CORRECTING
CREAM VEIL
¥7,500



No.SL407 ◆

クレド・ボー ボーテ
ル・セラム II
CLÉ DE PEAU BEAUTÉ
THE SERUM II
¥18,000



No.SL408 ◆

クレド・ボー ボーテ
アルティメート デイリー
エマルシオン・アトラベルセット N
CLÉ DE PEAU BEAUTÉ
ULTIMATE DAILY EMULSION
CARE TRAVEL SET
¥13,000



No.SL427

ランコム
ジェニフィック
アルティメ セラム
100ml
LANCÔME
GENIFIQUE
ULTIMATE SERUM
100ML
¥23,500



No.SL425 ★

キールズ
クリーム UFC
KIEHL'S
ULTRA FACIAL CREAM
¥7,900



No.SL405

クラランス
ダブル セラム
ADC
CLARINS
DOUBLE SERUM
COMPLETE
AGE-DEFYING
CONCENTRATE
¥13,500



No.SL404

バイオエフェク
セラム
BIOEFFECT
ECF SERUM
¥16,400



No.SL424 ◆★

カネボウ
コソフォート ストレッチ
ウォッシュ II デュオ
KANEBO
COMFORT
STRETCH
WASH II DUO
¥9,900



No.SL423 ◆★

カネボウ
スキン ハーモナイザー
KANEBO
SKIN HARMONIZER
¥5,000



No.SL409 ◆

雅楽ビューティ
雅楽フェイシャルマスク
DASSAI BEAUTY
DASSAI FACIAL
TREATMENT MASK
¥6,000



No.SL429

ロクシタン
薬用 メディカル
アンチヘアロスセラム デュオ
(販売名:ロクシタン
アドバンスト
スカルプケア)
L'OCITANE
ANTI-HAIR LOSS
ADVANCED SCALP
TREATMENT DUO
¥8,800



No.SL428

ロクシタン
チェリー・ブロッサム &
ネロリオーキデ
ハンドクリーム セット
L'OCITANE
CHERRY BLOSSOM & NÉROLI &
ORCHIDÉE
HAND CREAM SET
¥6,200



No.SL430

ロクシタン
ベスト オブ プロヴァンス
ハンドクリーム コレクション
L'OCITANE
BEST OF PROVENCE
HAND CREAM COLLECTION
¥7,300



No.SL301

ディプティック
ヘアフレグランスDo Son (ドソン)
ビードフルDo Son (ドソン)
のコフレ
DIPTYQUE PARIS
SET WITH Do Son HAIR MIST
AND Do Son
EAU DE TOILETTE
¥16,200



No.SL433 ◆

ポール & ジョー
リップスティック トリオ
PAUL & JOE LIPSTICK TRIO
¥5,900



No.SL434 ◆

ポール & ジョー
プロテクティング
プライマー デュオ
PAUL & JOE
PROTECTING FOUNDATION
PRIMER N DUO
¥6,000



No.SL421 ◆

ジルスチュアート
リップブロッサム グロウ トリオ
JILL STUART
LIP BLOSSOM
GLOW TRIO
¥8,400



No.SL422 ◆

ジルスチュアート
クリスタルブルーム
リップブロー
セラム デュオ
JILL STUART
CRYSTAL BLOOM
LIP BOUQUET
SERUM DUO
¥6,000



No.SL426

ラネージュ
リップグロウバーム
トリオ セット
LANEIGE
LIP GLOW Balm TRIO SET
¥4,200



No.SL415

エリザベス アーデン
エイトアワー
リッププロテクタント
スティック トリオ
ELIZABETH ARDEN
EIGHT HOUR
CREAM®
LIP PROTECTANT
STICK SPF 15 TRIO
¥4,900



No.SL417 ◆

エレガンス
モデリング カラーアップ
ベース UV
ELEGANCE
MODELING
COLOR UP
BASE UV
¥4,500



No.SL416 ◆

エレガンス
ラ プードル
オートニュアンス I
ELEGANCE
LA POUDRE HAUTE NUANCE I
¥12,000
※ お一人様
1点まで
※ Up to 1
per customer



No.SL432 ◆

NARS
ライトリフレクティング
セッティングパウダー
プレスト N
NARS
OVERSIZED LIGHT REFLECTING™
SETTING POWDER - PRESSED
¥7,500



No.SL410 ◆

コスメデコルテ
ルース パウダー
DECORTE
LOOSE POWDER
¥5,700



No.SL402 ◆

アディクション
ザ リップバーム
グロウティント デュオ
ADDITION
ADDITION TOKYO
THE LIP BALM
GLOW TINT DUO
¥6,000



No.SL401 ◆

アディクション
ザ アイシャドウパレット +
ADDITION
ADDITION TOKYO
THE EYESHADOW
PALETTE +
¥5,600



No.SL435 ◆

SENSAI
ラッシュングスナー
38°C デュオ
SENSAI
LASH LENGTHENER
38°C DUO
¥7,200



No.SL431 ◆

ルナソール
アイカラーレーション
スペシャルエディション EX02
LUNASOL
EYE COLORATION SPECIAL
EDITION EX02
¥9,000



雑貨 Miscellaneous

No.SL419

ジバンシイ
ル・ヌフ・ジバンシイ No.15
GIVENCHY LE 9 DE GIVENCHY
No.15
¥7,100



No.SL441 ◆

ヴァロン
ヴァロン
マスターズブレンド
40mL
MARON MASTER'S
BLEND / 40mL
¥3,600



No.SL436 ◆★

SHISEIDO メン
ベーシックケア セット
SHISEIDO MEN
BASIC CARE SET
¥9,800



No.SL826 ◆

UCHINO
クレージュ ガーゼ
ストライプ
ワイズ
UCHINO
CREPE GAUZE
STRIPED DRESS
¥18,000



No.SL807

フェイラー
ANAオリジナル
タオル & ポーチセット
"ローズガーデン"
FEILER ANA ORIGINAL
TOWEL & POCKET SET
"ROSE GARDEN"
¥8,000



No.SL815 ◆

メイソンピアソン
ポケットブリッスル
MASON PEARSON
POCKET BRISTLE
¥16,800



雑貨 Miscellaneous

No.SL824 ◆

ステラボーテ
ビューティフェイル
スティック 2.0
STELLA BEAUTE
BEAUTY FACE STICK 2.0

¥34,500



No.SL827 ◆

ヤーマン
トゥキョウ ジャパン
ヘアボリュームー
YA-MAN
TOKYO JAPAN
HAIR VOLUMER

¥16,000



No.SL828 ◆

ヤーマン トウキョウ ジャパン
リフトロジー
YA-MAN
TOKYO JAPAN
LIFTLOGY

¥36,000



No.SL821 ◆

リファ
リファビューテック
ドライヤースマート
ダブル
ReFa BEAUTECH
DRYER SMART W

¥36,400



No.SL822 ◆

リファ
リファマーキス ウィズ
ReFa MARQUISE WITH

¥4,200



No.SL823 ◆

リファ
リファイオンケアブラシ
プレミアム
ReFa ION CARE BRUSH
PREMIUM

¥7,800



No.SL825 ◆

ユナイテッドアローズ
(ANAオリジナル)
パスポートケース
UNITED ARROWS
(ANA ORIGINAL)
PASSPORT CASE

¥13,000



No.SL006 ◆

トム フォード
サングラス
TOM FORD
SUNGLASSES

¥56,000



No.SL814 ◆

マッキントッシュフィロソフィー
Barbrella® サンプロテクト
MACKINTOSH PHILOSOPHY
Barbrella® SUNPROTECT

¥9,000



No.SL801 ◆

トゥエルブサウス
エアフライ プロ
TWELVE SOUTH
AIRFLY PRO

¥7,600



No.SL817 ◆

mofusand
ANAオリジナル
ステンレスボトル
mofusand
ANA ORIGINAL
STAINLESS STEEL
BOTTLE

¥4,500



No.SL813 ◆

ANA
ANAオリジナル 四季彩 彩葉
富士山ロックグラス
ANA
ANA ORIGINAL
COLORED LEAVES
FUJISAN
ROCKS GLASS

¥9,800



No.SL803 ◆

加波次吉漆器店
<ANAオリジナル>
箸島つるし箸
Kaba Jikichi Wajima Nuri
<ANA ORIGINAL>
WAJIMA LACQUERED
CHOPSTICKS

¥9,500



No.SL804 ◆

ANA
オリジナル扇子 竹林
ANA ORIGINAL FAN
BAMBOO FOREST

¥3,700



No.SL820 ◆

ポケモン
ANA B787-9
PIKACHU JET NH
Pokémon
ANA B787-9
PIKACHU JET NH

¥8,800



No.SL819 ◆

ポケモン
ANA B777-300
EEVEE JET NH
Pokémon
ANA B777-300
EEVEE JET NH

¥8,800



No.SL811 ◆

ANA
HONU
マスコットセット
ANA
HONU
MASCOT SET

¥4,800



No.SL816 ◆

福寿園
宇治抹茶詰合せ
FUKUJUN
ASSORTMENT OF TWO TYPES
OF UJI MATCHA

¥5,000



酒 Liquor

No.SL812 ◆

博多まっかな専
博多まっかな専のランドシヤ
16枚入×2個セット
HAKATA MAKKANA ICHIGO
HAKATA MAKKANA
ICHIGO LANGUAGE DE CHAT
16 PIECE X2 BOX SET

¥3,100



No.SL603 ◆★

笹の川酒造
山桜シングルモルト
ジャパニーズウイスキー
安納
ASA LIMITED
EDITION

¥16,000



No.SL602 ◆★

サントリー
サントリー梅酒
(山崎蒸溜所貯蔵梅酒)
ウイスキーブレンド
SUNTORY
SUNTORY Plum Liqueur
Barrel-aged plum liqueur
from Yamazaki Distillery
WHISKY BLEND

¥3,500



No.SL001 ★

バラントイン
30年
BALLANTINE'S
30 YEARS OLD
SCOTCH WHISKY

¥60,700



No.SL601 ◆★

菊姫合資会社
加州郡
KIKUHIME CO., LTD.
KASHIUSURUGI

¥4,800



No.H802 ◆

ANA
HONU めいぐるみ (ラニ)
ANA
HONU SOFT TOY(LANI)

¥3,300



No.H805 ◆

ANA
HONU めいぐるみ (カイ)
ANA
HONU SOFT TOY(KAI)

¥3,300



No.H806 ◆

ANA
HONU めいぐるみ (ラー)
ANA
HONU SOFT TOY(LA)

¥3,300



No.905 ◆

ANA
<ANAオリジナル>
HONUレジャーシートバッグ
ANA <ANA ORIGINAL>
HONU
LEISURE SHEET BAG

¥4,000



No.904 ◆

ファイヤーキング
スタッキングマグ
ANA HONU (ラニ)
FIRE-KING STACKING MUG
ANA HONU(LANI)

¥5,400



No.901 ◆

ANA
AIRBUS A380
FLYING HONUモデル (1号機)
ANA AIRBUS A380
FLYING HONU MODEL
(UNIT 1)

¥4,500



No.902 ◆

ANA
AIRBUS A380
FLYING HONUモデル (2号機)
ANA AIRBUS A380
FLYING HONU MODEL
(UNIT 2)

¥4,500



No.903 ◆

ANA
AIRBUS A380
FLYING HONUモデル (3号機)
ANA AIRBUS A380
FLYING HONU MODEL
(UNIT 3)

¥4,500



2024年5月1日よりすべてのたばこ
商品はプリオーダーサービスでのみの
販売となりました。詳細はプリオー
ダーサイトにてご確認ください。

Beginning May 1, 2024, all tobacco products
are sold only through the Pre-Order Service.
Please see the Pre-Order Service website for
details.

20歳未満の方の飲酒・喫煙は法律で禁止されているため、
20歳未満の方の酒類・たばこの予約・購入はお断りします。

※ 20歳未満の方が予約された場合、購入者が20歳以上であっても販売をお断りします。
年齢確認をさせていただく場合がありますので、ご了承ください。

Alcohol consumption and smoking by persons under 20 years of age are
prohibited by law. We will refuse the reservation and sale of alcoholic
beverages and tobacco products to persons under 20 years of age.

※ If an order is placed by a person under 20 years of age, the sale will be refused even if
the purchaser is 20 years of age or older. Please note that we may ask for age verification.

事前に予約&機内で受け取り!

便利なプリアオーダーサービス

The convenient Pre-Order Service has many merits!

詳細はこちら! /



日本語

ENGLISH

プリアオーダーサービスって?

What is **Pre-Order Service**?

航空券をご予約・ご購入後、機内販売商品を事前に予約注文できる便利なサービスです。
日本時間のご搭乗3日前までご予約*1が可能です。

The Pre-Order Service is a convenient service. After reserving and purchasing your flight ticket, pre-order items sold on board before your flight. Items may be pre-ordered up to 3 days before the date of departure Japan Standard Time*1.

*1 日本時間のご搭乗の前月22日~3日前(日本時間午後11時59分お申し込み完了分まで)。一部の海外発便では申し込み締め切りが一日早くなる場合がございます。

*1 From the 22nd of the previous month to 3 days before the date of departure JST(for orders placed by 11:59 p.m. JST).

In some cases, the application deadline may be one day sooner for some flights departing from overseas.

MERIT

1

『ANA SKY SHOP』には
掲載していない商品が満載!

It has many items not listed
in ANA SKY SHOP!

MERIT

2

欲しい商品や人気商品を
お取り置きできるので安心*2

You can have your desired item or
a popular item set aside*2.

プリアオーダーサービス ご利用方法

Pre-Order Service How to order

1 プリアオーダーサービス画面へアクセス

ANAアプリから

- ① ANAアプリTOP画面より、
事前予約ご希望のフライトをタップ。
「ご搭乗のガイド」を開く。

From the ANA app's home screen, tap on
the flight you wish to pre-order for.
"Boarding Guide" will open.

- ② 「ご搭乗のガイド」下部「予約詳細・
各種変更」をタップ。その後、画面に
従って商品の予約を進める。

Tap on "Reservation Details and Changes"
at the bottom of "Boarding Guide." Follow
the instructions on the screen to pre-order
products.

※画像はANAアプリ画面イメージです。

※The images are illustrations of ANA
app screens.



ANA WEBサイトから

- ① ANA WEBサイトより予約情報を入力し、
予約確認画面を開く。

Enter your reservation information on
the ANA website to open the reservation
confirmation page.

- ② 予約確認画面のサービスメニューより
「機内免税品プリアオーダーサービス」の
「申し込む」をタップ。

From the service menu on the reservation
confirmation page, tap on "Order" under
"In-Flight Duty-Free Pre-Order Service."

- ③ フライト一覧のご希望のフライトから、
その後、画面に従って商品の予約を進める。

Select the relevant flight from the list of
flights, and follow the instructions on the
page to pre-order products.

2 申し込み完了後、登録したメール アドレス宛に「受付完了」メールが届き、 その後「お取り置き結果のご案内」メールにて お取り置き可否のお知らせ*2が届く。

After placing your order, an "Order Received" e-mail
will be sent to your registered e-mail address,
followed by "Your Order Status" e-mail to notify
whether the item can be set aside*2.

*2 在庫状況によりお取り置きできない場合がございます。 *2 Please note that we may be unable to set aside an item depending on stock availability.

3 ご搭乗後、CA(客室乗務員)にプリアオーダー サービスにてご予約の旨を伝える。2のプリアオーダー 番号が記載された「お取り置き結果のご案内」 メールを見せ、お支払い後に商品を受け取る。

After boarding, inform a cabin attendant that you
have placed an order through the Pre-Order Service.
Show "Your Order Status" e-mail with the pre-order
number from 2 Pay and then receive your item.

操作方法に関するお問い合わせは、ANA国際線予約・案内センターまで
[受付時間] 午前8時~午後7時、午後10時~翌午前8時 / 年中無休
0570-029-333(全国一律料金) 03-6741-6685(有料電話)

Operation inquiries: ANA International Route Reservation
and Information Center [Hours] 8:00 a.m. - 7:00 p.m.,
10:00 p.m. - 8:00 a.m. (following day) / 365 days/year
+81-3-6741-6685(payment)

機内サービス / Inflight Service / WiFi

インターネット接続方法 How to use



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。
You can also find this connection guide on your personal monitor.

エンターテインメントガイド
Entertainment Guide



機内免税品販売
Duty Free Shopping



お食事／お飲み物
Dining/Drink

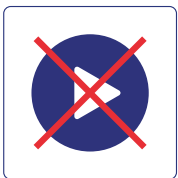


インターネット接続における注意点 Notes



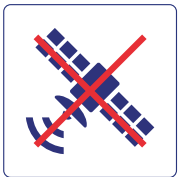
衛星通信の受信状態により、通信が途切れたり、一時的にご使用になれない場合があります。

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 use



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.

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

3
CH

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



ANA OPEN 2024大会ダイジェスト ANA OPEN 2024 digest

名匠・井上誠一が設計した札幌ゴルフ倶楽部輪厚コースを舞台に繰り広げられた激闘を、ダイジェストでお伝えします。

A recap of the hot competition at Sapporo Golf Club's Watsu Course, designed by Japan's leading golf course designer, Seiichi Inoue.

音声	日本語	AUDIO TRACKS	Japanese
字幕	英語	SUBTITLES	English

偶数便 上映番組

Even-numbered flights Screened program



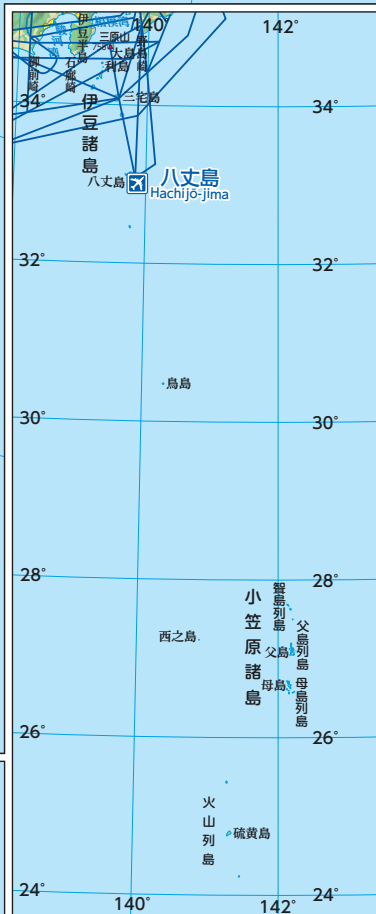
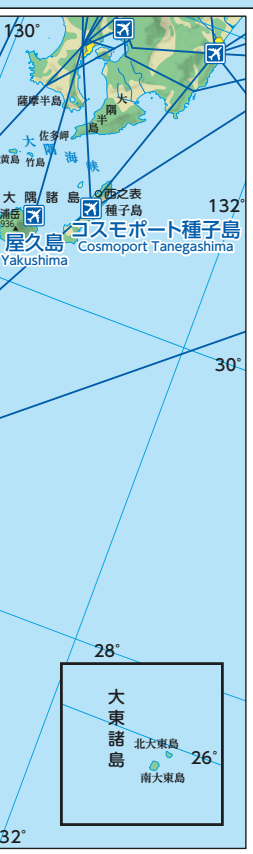
Japan Seasonal Journey 夏と初秋のひとつき Japan Seasonal Journey A Glimpse of Japan's Summer and Early Autumn

大自然が描く絶景、日本の伝統、そして地域の旬の味。夏から初秋にかけて彩られる日本の各地の美しい情景を映像でご紹介します。旅のひとつきに、心やすらぐ四季の風を感じてみませんか。

Experience Japan's stunning nature, rich traditions, and seasonal flavors from summer to early autumn. Let the gentle breeze of the season soothe your journey.

字幕	日本語、英語	SUBTITLES	Japanese, English
----	--------	-----------	-------------------

※番組は予告なく変更させていただく場合がございます。
※エンターテインメントプログラムは一部機材で放送がない場合がございます。 ※お客様ご自身のイヤホンをご利用いただけます。イヤホンをお持ちでない方は、客室乗務員にお申し付けください。
※一部機材では月初は前月の、月末は翌月のプログラムとなる場合がございます。 ※作品によっては、フライト時間内に視聴を終了できない可能性があります。あらかじめご了承ください。

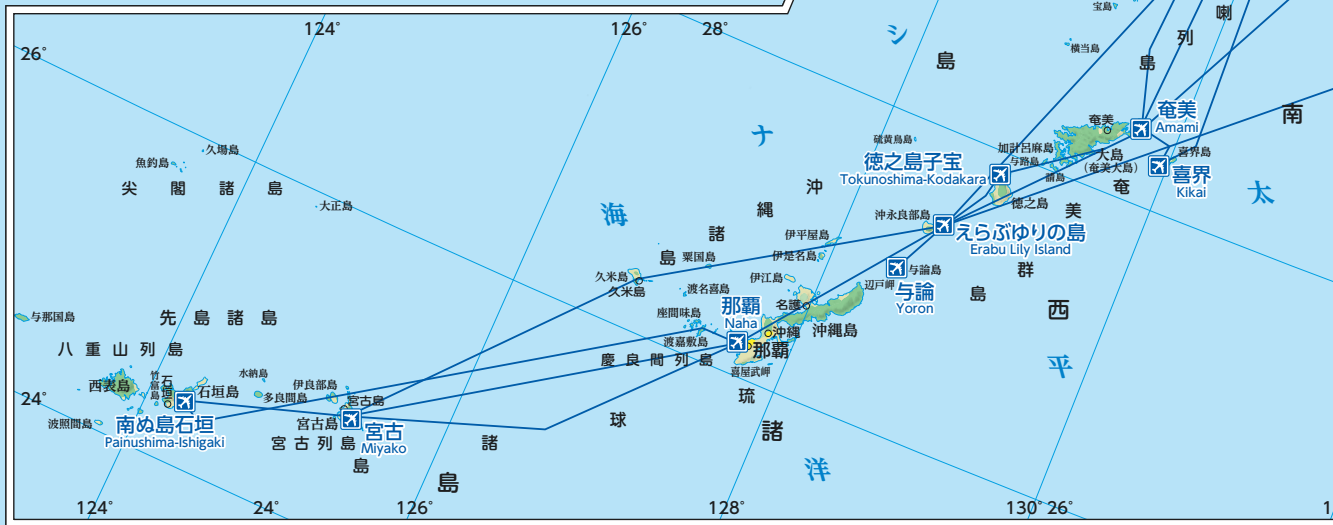


ANA グループ国内線航路図

ANA GROUP DOMESTIC ROUTE MAP

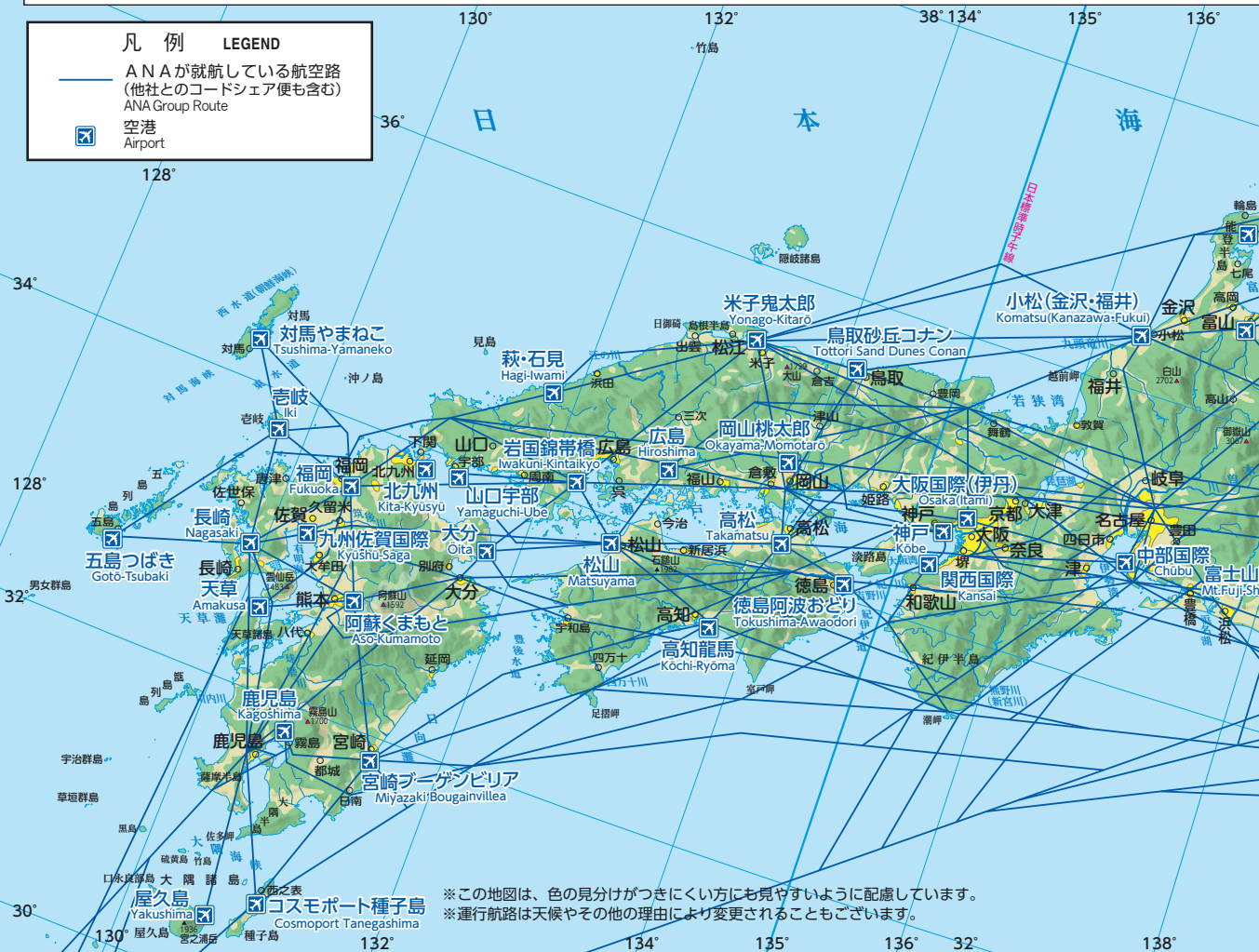


時刻表は ANA ウェブサイト
をご確認ください。



凡例 LEGEND

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



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



A N A グループ国際線航路図

ANA GROUP INTERNATIONAL ROUTE MAP



時刻表は ANA ウェブサイト
をご確認ください。



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

2024.12

ANA Domestic Flight Awards “Weekly TOKU-TABI Mile”



■ Available routes:

Announced every Tuesday around 12:00 noon (JST)

■ Reservation and ticketing period:

From every Wednesday at 12:00 AM
to the following Tuesday at 11:59 PM(JST)

■ Departure period:

Any date between Thursday and the following Wednesday

Flight awards are flight tickets that you can redeem with the miles you earn after joining the ANA Mileage Club. In addition to ANA Japan domestic and international flight tickets, you can also redeem your miles for partner airline flight tickets. We also offer “Weekly TOKU-TABI Mile,” a service that allows you

to use ANA domestic flight awards with fewer miles than usual. Choose your destination from a selection of eligible routes announced weekly, starting at 3,000 miles one-way. Reservations can be made up to one day prior to the flight date.

Scan the code to the right to learn more online.



We have redesigned our sign language badges

Customer feedback

I would like the sign language badges to be easier to recognize and more visible.



ANA has redesigned its sign language badges, reaffirming its dedication to creating “A Sky Welcoming Everyone.” The new badges were designed with a focus on visibility, making it easier for those who require sign language support to feel more comfortable initiating communication. Those eligible to wear these badges are cabin attendants

and airport staff who have achieved at least level 4 certification in either the Japanese Sign Language Proficiency Test or the Japanese National Sign Language Certification. ANA remains committed to fostering inclusive services for all our 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.

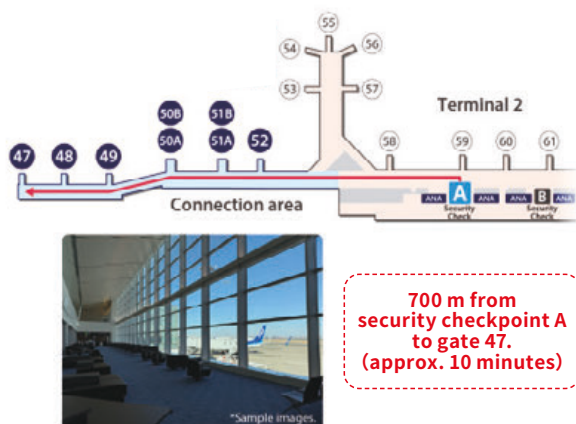
*Customer feedback forms are also available onboard our flights. Please inquire with one of our flight attendants.

Scan the code to the right to learn more online.

Feedback and suggestions



Haneda Airport Terminal 2 Main Terminal and Satellite Terminal connected



From March 19, 2025, the previously separated Satellite Terminal was directly connected to the main terminal at Haneda Airport Terminal 2. Access to the Satellite Terminal previously required the use of a dedicated bus. Now that they are directly connected, terminal access and boarding are smoother than before once through the security checkpoint. Now, customers landing at Haneda Airport can proceed directly to the arrival lobby, providing more comfort and convenience than ever. In addition to this, five new boarding gates have also been constructed where the main terminal and Satellite terminal meet. We will continue aiming to provide more comfortable service for our customers.

Scan the code to the right to learn more online.



ANA rated #1 in three categories at the SKYTRAX World Airline Awards

ANA was selected as No.1 in the following three categories at the 2025 World Airline Awards, presented by SKYTRAX, a London-based airline rating and certification organization.



World's Best Airport Services

This award goes to the airline rated highest for its airport services.

Best Airline Staff Service in Asia

This award goes to the Asia-based airline rated highest for customer service provided by airport staff and cabin crew.

Best Cabin Crew in Japan

This award goes to the Japan-based airline rated highest for customer service provided by cabin attendant.

ANA has been certified as a 5-Star Airline — the highest rating — by SKYTRAX for 12 consecutive years since 2013. Building on this momentum, the ANA Group will continue to offer the highest quality air travel while prioritizing safety above all else.

Scan the code to the right to learn more online.



A New Ambitious Story

“作为乘务工作的首要任务，当然是保障飞行安全。同时，我也希望让乘客觉得：‘今天的飞行体验很棒，下次还想乘坐全日空’。我始终怀着这份心情投入工作，并将这份心意传递给乘客。”

在上海虹桥国际机场的航站楼一角，隶属于全日空客舱中心全球推进部海外乘务科的陈红霞如此说道。接受采访时，她脸上始终洋溢着与执飞中如出一辙的柔和笑容，从未消失。

目前，全日空拥有约8000名空乘人员（以下简称CA）。其中，有约250名外籍CA，主要以英国伦敦、泰国曼谷等海外机场为基地，日复一日地执行航班任务。

此次采访的主角陈红霞也是其中一员。以中国上海为基地，20余年来专注于中国航线的乘务服务。去年年底，她成为全日空首位由外籍CA晋升的亚洲区域“部门经理（Section Manager）”。

这次，我们采访了在全日空全球化推进中不可或缺的外籍CA，请教“待客之道”上的独特见解——

立志成为CA的契机 是一部日本电视剧

“我来自上海。大学毕业后，在一家从事房地产相关业务的企业工作，担任客服岗位，工作了大约一年。”

陈红霞坦言：“小时候并没有特别向往成为CA或进入航空业。”真正改变她想法的，是一部日本电视剧。

“在前一家公司工作的时候，电视上播出了由木村拓哉主演的《GOOD LUCK!!》。看完后我深受感动，我意识到CA是一份非常了不起的职业。”

就在她萌生出“想尝试成为CA”的念头时，刚好看到了全日空的招聘信息。

“当然，中国也有许多优秀的航空公司。但我认为外资航空公司航线更广，有更多机会前往不同国家与地区。此外，我也很希望能学习和接触其他国家的文化。而且，全日空在中国是一家以‘优质服务’而备受好评的航空公司。”

2003年，陈红霞如愿加入全日空后，开始接触她一直想了解和学习的日本文化，同时也直面了中日文化的差异。

“在最初的培训我就感觉到，日本人非常安静。我们中国人即使彼此不认识，也有很多人会主动聊天。而相比之下，日本人可能有点害羞吧。”

经过约三个月的培训后，陈红霞正式上岗。她的第一次执飞任务，是从成田飞往北京的航班。

“起初确实很辛苦，需要记住的事项非常多。在不熟悉的航线上，会面临各种挑战和疑问。尽管后来逐渐积累了飞行经验，我依然努力保持紧张感。每一次飞行任务结束后，第二天又会面对全新的航班，为了做好准备，每天都非常忙碌。刚入职那段时间，我几乎没有属于自己的时间。”

入职后，陈红霞不断提升自己的日语能力。然而，在刚开始执行乘务任务时，她也曾遭遇语言方面的障碍。尽管她已经尽力为乘客提供服务，仍有日本乘客对她说出“已经够了”这样的话。她坦言：“当时非常沮丧，也很困扰。”尽管如此，在高空之上，她也体验到了克服这些困难的喜悦。陈红霞再次微笑着说道：“我主要负责中国航线，因此也有很多中国乘客乘坐航班。我认为，作为一名中国人，能够为同胞提供力所能及的帮助。有时，乘客会问我‘你是中国人吗？’当我回答‘是的’时，他们会露出开心的表情。我想，乘客知道有来自自己国家的乘务员在身边，内心会更安心。当我看到乘客因为我的服务而感到高兴时，我自己也会感到由衷的欣慰。”

此外，即便同为乘客，她也感受到不同国籍旅客之间的差异。

“在机舱内走动时，能够预先察觉旅客的困难也是我们CA的重要工作。不过，在中国航线上，这主要针对日本旅客的情况。如果是中国旅客，他们往往在我们还没察觉之前，就已经直接且迅速地表达了自己的困难或需求。”

想用积累的经验 造福身边的人

“必须要做的事情有很多。”



At a pre-flight briefing. “I wish to openly share my personal experiences to ensure safe, reliable flights and high-quality hospitality.”

在执行任务前的飞行简报中，陈红霞表示：“为了实现安全、让乘客安心的飞行体验，以及提供高品质的服务，我希望毫无保留地分享自己至今累积的经验。”

陈红霞在文章开头提到过“首要考虑的”安全问题。

“首先，必须确保执行手册上规定的事项。此外，即便机舱内有突发状况，也要随时做好灵活应对的准备与风险管理。同班机组成员之间也要及时交流彼此的发现，团队共同努力防止任何工作中的失误发生，将安全隐患防范于未然十分重要。”

从乘客登机前开始，陈红霞就对客舱进行彻底的审视。

“例如，当有孩子乘坐时，我们会比平时更加仔细地检查孩子座位周围是否有任何危险物品，以确保提供安全的环境。此外，如果有年长的乘客或行动不便的乘客登机，我们事先与其他机组成员仔细确认，寻找最佳的时机和方式进行服务。我们的工作中，团队协作和沟通非常重要。”

通过积累各种经验，并担任过乘务长和督导的职务后，陈红霞于去年12月晋升为部门经理。

“自2003年入职以来，我一直在全日空工作。我觉得自己作为CA的经验和知识已经积累了不少。我想用积累的经验造福新入CA和一起工作的同伴们。抱着这样的想法，我主动申请并参加了管理职务的考试和面试。”

于是，陈红霞成为了首位由外籍CA晋升的亚洲区域的管理人员。她表示深刻感受到比以往更大的责任，尽管一开始也有些不安，但依旧坚定了自己的决心。

“为了提升以上海为据点CA团队的整体表现，我想把自己至今为止的经验反哺给组织与同伴们。”

目前，她一方面负责评估考核和培训等培养新CA的工作、业务管理，同时也维持着每月执飞数趟航班，负责乘务的繁忙日子。

“至今我仍会为每次执飞设定自己的目标，并为实现这些目标感到喜悦，这也是这份工作的意义所在。而现在回顾过去，我深刻体会到，自从加入全日空以来，自己得到了极大的成长。从入职到现在已经22年了，但每天作为一名CA以及部门经理，依然有很多需要学习的东西。我为自己每天都在不断成长而感到自豪。”

在个人生活中，她经过婚姻，并于2010年迎来了女儿的出生。

“一开始，我在平衡育儿和工作方面遇到了很大的困难。不过，由于我的工作日程是事先可以知道的，我的父母、丈夫和我一起制定了轮班计划，安排谁在什么时间照顾孩子。虽然做得可能不够完美，但我觉得大概有95%是成功兼顾了的。即便如此，在执飞期间我还是会担心孩子，下机后总是第一时间查看手机信息（笑）。能够实现工作与育儿的平衡，多亏了父母、丈夫以及全日空的支持。”

今年，这位在努力工作的母亲背影下成长的爱女已经15岁了。

“我女儿想不想当CA？现在职业选择多种多样。她说‘想开宠物店’（笑）。不过，如果她改变主意，想成为CA的话，我会由衷地支持她，告诉她：‘这是一个充满魅力、很有意义也非常棒的工作。’”

"First and foremost, we must strictly follow what is written in the manual. Preparation and risk management are also crucial, ensuring that if anything were to happen on board, we could respond promptly and flexibly. It is important for crew members working on the same flight to share any observations and work as a team to avoid mistakes and prevent hazardous events."

Hong Xia explains that before passengers board each flight, she thoroughly inspects the cabin.

"If there are children on board, for example, we check around their seats even more carefully to make sure there are no dangerous objects in order to provide them with a safe environment. When we have elderly or disabled passengers, we go over the details with the crew beforehand to determine the appropriate approach and timing. Teamwork and communication are essential in our work."

Hong Xia has accumulated a lot of experience working as a purser and supervisor before advancing to the position of section manager last December.

"I had been working with ANA since joining in 2003, and I felt I had accumulated a lot of experience and knowledge as a CA. I wanted to contribute by supporting new CAs and the people I work with while making use of this expertise, so I put myself forward to take the management exam and interview."

That is how Hong Xia became the first non-Japanese CA from Asia to hold a management position. Well aware of the greater responsibility this entailed, she says that although she initially felt anxious, she remained determined.

"I hope to give back to my colleagues and the company by sharing my own experience and help improve the performance of our Shanghai-based CAs."

In addition to evaluating and training her junior CAs and managing administrative tasks, Hong Xia is also busy with her own responsibilities as a CA, even if she only has a few flights each month.

"Until now, I have set my own goals for each flight and have found joy in meeting them, which is what makes this job so rewarding. Looking back, I realize that I have grown significantly since joining ANA 22 years ago, yet I still continue to learn every day both as a CA and as a section manager. I am proud to say that I am growing each day."

She got married and, in 2010, gave birth to a baby girl.

"At first, I had a very hard time balancing parenting and work, but at my job, I can know the crew schedule



At the departure lobby of Shanghai Hongqiao International Airport, Hong Xia is on her way to board a flight with her fellow Shanghai-based CAs. "I always ensure I have a smile on my face while working because I believe that passengers on board feel more at ease when they see us cheerful."

在上海虹桥国际机场的出发大厅，陈红霞与驻沪同事一同准备登机，执行当日航班任务。她表示：“在工作中，我非常重视微笑。我始终认为，乘客看到我们的笑容时会感到安心，也能在机舱内更好地放松身心。”

in advance. My parents, husband, and I would try to coordinate shifts around a schedule to take care of our daughter. While we weren't able to do it perfectly, I would say we were able to juggle both 95% of the time. I still worried about my child during flights, so I would check my phone for messages as soon as I got off the plane. [laughs] Thanks to the support of my parents, husband, and ANA, I have been able to balance work and childcare effectively."

This year, her beloved daughter, who grew up watching her mother work hard, turned 15.

"Will my daughter become a CA? There are so many career options nowadays. She's been talking about wanting to run a pet store. [laughs] If she changes her mind and decides she wants to become a CA, I will support her wholeheartedly and tell her that it's a very rewarding and exciting profession."



"Having worked here for so long, I am aware of all the support I receive from my colleagues and the company. Compliments from our customers are also a great source of motivation for me."

“在长期工作中，我深切感受到来自同事和公司的各方面支持。乘客们的赞赏与鼓励，也始终是我前进的重要动力。”

"As a cabin attendant, what I value most is, of course, ensuring safety. I also want passengers to have an enjoyable flight so that they will choose to fly with ANA again in the future. I always strive to convey this feeling to the passengers."

These are the words of Chen Hong Xia, spoken in a corner of the terminal building of Shanghai Hongqiao International Airport. She is a crew member working in the Overseas Section of the Global Promotion Division at the ANA Cabin Center. As she answered our questions for this interview, her kind smile remained as genuine as it was during the flight.

Currently, there are approximately 8,000 cabin attendants (CAs) at ANA. About 250 of them are foreigners involved in daily flights and primarily based at overseas airports, such as London, England, and Bangkok, Thailand.

Hong Xia, our interviewee for this issue, is one of them. She is a Chinese CA based in Shanghai, China, and has been flying mainly on China routes for over 20 years. At the end of last year, she became the first non-Japanese CA from Asia, to receive the management position.

In this issue, we ask a foreign CA, an indispensable figure in expanding ANA's hospitality globally, about her approach to *omotenashi*, Japanese-style hospitality.

A career change inspired by a Japanese drama

"I am from Shanghai. After graduating from university, I worked at a real estate company for about a year, where I worked in customer service."

Hong Xia says, "When I was a child, I didn't particularly want to become a CA or work in the airline industry." However, one day, she was captivated by a certain Japanese drama.

"While working at my previous company, I watched the drama *Good Luck!!* starring Takuya Kimura. It made me realize how wonderful working as a CA could be."

Just as she was starting to consider changing careers to become a CA, she found a job posting from ANA.

"Of course, there are airlines in China too, but I thought that a foreign airline would give me the opportunity to fly on more routes to a greater variety of destinations. I also wanted to learn about the culture of a country other than my own first-hand. ANA was a popular airline in China at the time because of its excellent service."

When Hong Xia finally joined ANA in 2003, she was able to immerse herself in the Japanese culture she had been

interested in and learn about the differences between Japan and China.

"Since my first training, I thought that Japanese people were very reserved. In China, many people are very straightforward and talkative, even with people they don't know. In this regard, I guess you could say Japanese people are a bit shy."

After three months of training, Hong Xia started working in the field. Her first flight was on the Narita-Beijing route.

"It was quite difficult at first, as there are many things to learn, and challenges and problems often arise on unfamiliar routes. Even after several flights, I tried to stay constantly alert. After today's flight, there will be another one tomorrow. When I first joined the company, I remember being so busy preparing every day that I didn't have much time for myself."

Hong Xia worked on improving her Japanese language skills after joining the company. Because of this, she experienced a language barrier during her first flights. She tried to provide passengers with the best service possible, but she admits feeling very down and stressed when Japanese passengers would dismiss her. Still, Hong Xia says, her smile still not dimming, that the joys of flying greatly outweigh the hardships.

"Since I mainly fly on China routes, I meet a lot of Chinese passengers on board. I believe there are many things I, as a Chinese person, can do to help Chinese passengers. When they ask me if I am Chinese and I answer that I am, they look very happy. I am sure that passengers feel more comfortable when they realize that a CA from the same country as them is nearby. Making passengers happy makes me very happy in return."

Hong Xia smiles as she says that even among passengers, she can still "feel that there are differences in the national character."

"Walking around the cabin to identify any potential customer issues before they occur is also a key part of our job as CAs. However, on China routes, this is particularly true with Japanese passengers. Chinese passengers often not only inform us of possible problems but also directly address any requests they may have before we even notice anything."

"We want to use the experience we've gained for the benefit of those around us."

"There are so many things to do."

Hong Xia touches on what she said at the beginning about safety being the most important thing to her as a CA.

Inspiring Passengers to Choose ANA Again

让乘客想要再次选择全日空

A foreign CA based in Shanghai talks about her approach to hospitality

扎根上海的外籍空乘人员畅谈待客之道

As ANA expands its global network, foreign cabin attendants (CAs) working at bases around the world are becoming indispensable. Among them, Chen Hong Xia, who joined the company in 2003, has been flying mainly on China routes for more than 20 years. Last year, she became ANA's first non-Japanese CA in Asia to be promoted to section manager. In this interview, we spoke with her about her experience as a CA, her efforts in providing hospitality across different cultures, and her new challenges as a manager.

随着全日空全球网络的不断拓展,在世界各地据点活跃的外籍乘务员(CA)发挥着越来越重要的作用。陈红霞(Chen Hong Xia)于2003年加入全日空,在过去20余年间主要负责中国航线的乘务工作。去年,她成为全日空首位由外籍乘务员晋升的亚洲区域部门经理。此次,我们采访了她,了解她作为乘务员的职业历程、跨文化服务的技巧,以及担任管理职务后面临的新挑战。



Information

Nuka to Yuge 糠与蒸汽

A hot spring facility managed by an orthopedic surgeon, engaging in community healthcare and sports medicine. The facility has gained attention among sauna enthusiasts for the warm activities that can be enjoyed here, including the enzyme bath and whisking. It was also the recipient of the 2023 Saunachelin Sauna of the Year award.

由专注于地区医疗和运动医疗的整形外科医生指导运营的温浴设施。这里提供酵素浴与“Whisking”项目，这种独一无二的服务吸引了众多桑拿爱好者的关注。该设施还荣获了“Saunachelin 2023”奖项。

Address: 941-1 Sugitani, Mineyamacho, Kyotango, Kyoto

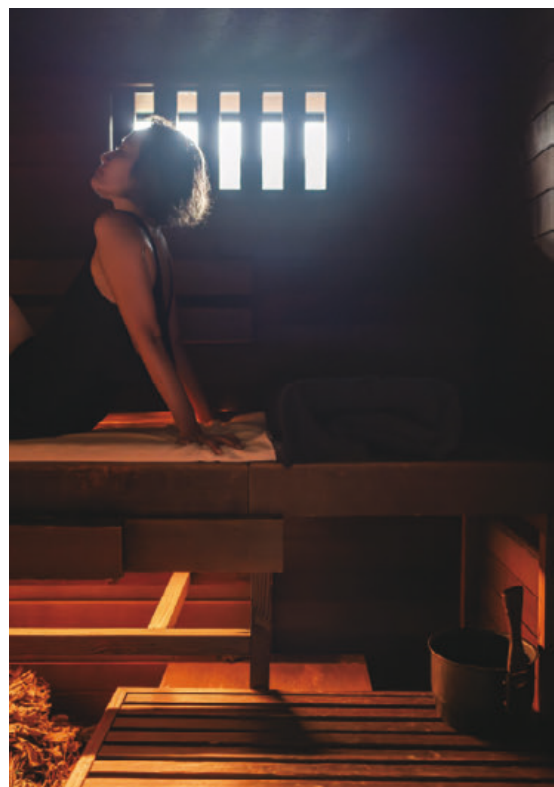
地址：京都府京丹后市峰山町杉谷 941-1

TEL: 0772-66-3988 <https://nuka-yuge.com>

Profile

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

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浴盐球，将桑拿用于预防疾病的相关项目。



The enzyme bath uses 100% Kyotango rice bran, and the 60-65°C of generated heat is achieved solely through the thermal energy created through its fermentation. The facility has five saunas, each with its own concept, as well as a barrier-free sauna that allows for wheelchair access. The cold bath uses groundwater. After a relaxing sauna or whisking session, refuel your body with some dried fruits or other snacks from Kyotango. Aspects of the local areas can be found in the facility, including local specialty items and crafts, such as the Tango Chirimen crepe fabric sauna hats.

酵素浴采用 100% 京丹后本地地产的米糠，不使用电力或燃气，仅依靠发酵的热能使温度升至 60 ~ 65 度。设施内配备 5 种不同概念的桑拿，其中包括照顾到轮椅使用者的无障碍桑拿以及使用地下水的水浴。体验完桑拿和“Whisking”之后，可享用以本地食材制成的干果等，由内而外让人体重焕发活力。设施还提供由丹后绉绸制作的桑拿帽等，展现了地方特产与技术相结合的独特魅力。

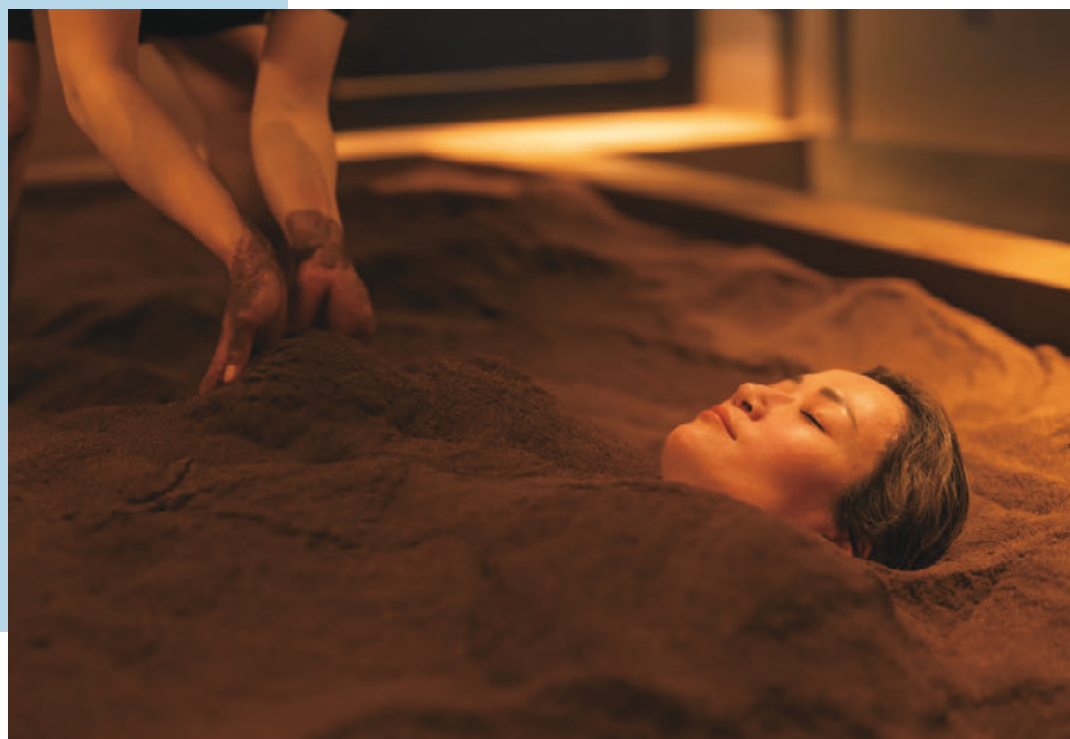
Sky Trip to Heal the Senses

vol.34 —— Kyotango 京丹后

Author 向导:

Mikie Sasano, comprehensive sauna producer

桑拿综合制作人 笹野美纪惠



Sweat it out with fermenting rice bran in Kyotango

与发酵的米糠一起 在京都丹后体验深度排汗

The rice leaves swaying in the gentle breeze guided us through rice paddy fields in the city of Kyotango in Northern Kyoto, toward the oncoming sea and to our destination, a sauna called Nuka to Yuge. Hidden away in nature's embrace, this facility offers an enzyme bath with local rice bran and a Finnish sauna. Feel your body warm from the inside out using nothing but the natural heat from fermenting rice bran. In addition to the gentle body massage provided by the soft weight of the bran, the scent of birch leaf whisks will stimulate your body and free your mind.

Carrying on a bit further will bring you to an area known as Kyoto by the Sea. Here you'll find attractions like Ine Bay, known for its illumination from

bioluminescent life, the funaya boathouses, and the sandbar Amanohashidate, which is lined with thousands of pine trees. Allow your body and mind to surrender to the beautiful scenery and tranquility of Kyoto by the Sea.

被微风吹拂的稻叶，仿佛在温柔地为人指引方向。当穿过京都北部、京丹后的田间小道，海的气息渐渐靠近时，便来到了“糠与蒸汽”。这座仿佛融入自然的设施，提供使用当地米糠的酵素浴和芬兰式桑拿体验。浸泡在发酵米糠的天然热度中，从身体深处慢慢感受到温暖。柔软的米糠重量，就像在接受一场温柔的按摩。再加上在白桦叶香气与节奏的包围中进行的“Whisking”，全身感受到舒适的刺激，甚至连思绪都仿佛被解放了一般，获得彻底的放松。

稍微走远一点，就可以到达天桥立，那里的松树林绵延不绝；也可以前往伊根湾，欣赏闪烁着夜光虫光芒的舟屋。在这个被称为“海之京都”的地方，可以感受到宁静而美丽的生活景致。这片土地上流淌的悠然气息，能够舒缓身心，带来完全放松的时光——这样的体验，就在这里等待着你。

Amazing “Local Premium” finds by ANA employees! vol.34 员工的发现!各地精品推介

A gentle seafood-based kalguksu noodle soup.

以海鲜为基底 口感清爽温和的极品韩式刀削面

Daegu, South Korea
韩国大邱

There is a lot of delicious gourmet food in Korea, but my go-to is the Jojo Kalguksu main store in Daegu, a restaurant specializing in kalguksu handcut noodles. The kalguksu served here has generous shellfish portions, and the gentle seafood-based broth isn't spicy. The dish pairs well with classic Korean drinks such as soju and *makgeolli*, so give those a try as well. I recommend the pancake-like *chijimi* stuffed with shrimp, squid and other ingredients. Try it while it's still hot and freshly baked.

韩国美食丰富多样,我最推荐的是位于大邱的韩式刀削面专门店——Jojo Kalguksu。这家店的韩式刀削面里放了满满的贝类,海鲜高汤为底,不带辣味,清淡温和。搭配一杯韩国经典酒品——烧酒或马格利酒,更是绝配,强烈推荐试试看。店里的韩式煎饼搭配着满满的虾、鱿鱼等海鲜,也是必点菜单之一。热腾腾现煎出锅,外酥里嫩,口感绝佳!

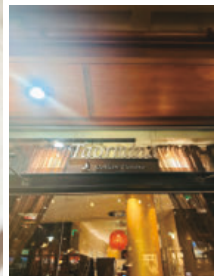
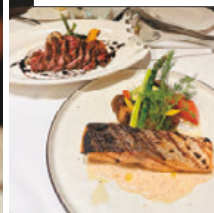


Akiho Takizawa / Akiho is a cabin attendant working the Frankfurt and Jakarta routes. Her hobbies are watching Korean dramas and traveling abroad. She also enjoys fine dining on her travels.

泷泽 明穗 / 负责法兰克福与雅加达航线的空乘人员。爱好是韩剧和海外旅行。喜欢在旅途中尝遍各地美食。



Overseas edition
海外篇



Seafood pescatore at a popular Italian restaurant

人气意大利餐厅 海鲜意面

O'ahu, Hawaii, USA
美国瓦胡岛

I love Taormina Sicilian Cuisine, an Italian restaurant on the Waikiki Beach Walk. All of the dishes prepared by the Japanese chef Hiroyuki Mimura are amazing, but his seafood pescatore is my favorite. Not only is the food top-tier, but so is the staff hospitality. The terrace seats where the breeze blows through your hair are popular among guests. If you get the chance to visit Hawaii on board the FLYING HONU, don't miss out on this wonderful dish!

我非常喜欢位于威基基海滩步行街的意大利餐厅“Taormina Sicilian Cuisine”。由日本主厨三村浩之掌厨,每一道料理都令人感动。其中我最推荐的菜单是海鲜意面。不仅味道出众,餐厅员工的服务也贴心周到。这里还有微风拂面的露天座位,深受食客欢迎。如果有机会搭乘“FLYING HONU”飞往夏威夷,千万不要错过这家美味餐厅。



Tomoka Kitagawa / Tomoka is a member of the VIP service department at Itami Airport. Her hobbies are hula and classical ballet. She reenergizes herself on her off days with travel and delicious food.

北川 智佳 / 隶属于伊丹机场的VIP服务部门。爱好是草裙舞和古典芭蕾。休假时喜欢通过旅行和美食放松身心。

A variety of authentic chocolates made with care

满载匠心 种类丰富的地道巧克力

Brussels, Belgium
比利时布鲁塞尔

If unique and delicious chocolate is on your list, the chocolate powerhouse Benoit Nihant is the shop to visit. Chocolatier Benoit Nihant carefully selects the cacao that goes into his chocolates, ensuring they fill your mouth with a rich aroma and elegant taste. While there are locations in Japan, the Belgian store offers a wider variety of chocolates from simple tablets and bars, to fruit-filled bonbons and chocolate truffles. Find a favorite for yourself.

如果想在巧克力大国——比利时寻找既独特又美味的巧克力,我强烈推荐店铺是“Benoit Nihant”。这里的巧克力由匠人巧克力师Benoit先生亲自挑选的优质可可豆制作而成,香气浓郁,入口即化,展现出高雅细腻的美味。虽然在日本也有分店,但像是简约的巧克力砖、加入水果风味的夹心巧克力,还有松露巧克力等丰富多样的款式,只有在比利时本店才能见。欢迎亲自走进店里,找到目中最爱的那款巧克力。



Moe Terauchi / Moe is a ground staff member at Brussels Airport in Belgium. On her off days, she enjoys traveling Europe searching for gourmet cuisine to recommend to others.

寺内 萌 / 在比利时布鲁塞尔机场从事旅客服务工作的地勤人员。休假时,喜欢在欧洲各地旅行,探寻值得推荐的美食。



Amazing “Local Premium” finds by ANA employees! vol.34 员工的发现!各地精品推介

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

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

Relaxing terrace seats in a café with great vibes

在氛围绝佳的咖啡馆露天座位 悠闲放松

Namisa Cafe in Mombetsu City is open from mid-April, when the cold weather starts to subside, until November. The café is located next to the owner's house, who hand-built the lovely cozy interior. The gentle-tasting waffles and paninis served are made from a blend of Hokkaido-grown wheat, and a limited number of daily lunches can also be ordered for take-out. Terrace seats are available in the garden, allowing you to relax outdoors, and if you're lucky, you may even be able to purchase seasonal products like vegetables.

位于纹别市的“Namisa cafe”是一家在每年寒意渐渐缓和的4月下旬到11月左右营业的咖啡馆,附设在店主自己家旁边。店内采用自助建造的内装,营造出舒适治愈的空间。这里提供使用北海道产小麦调配而成,口感温和的华夫饼和帕尼尼,还有限量午餐,支持打包外带。店旁有一个小庭院,推荐在露天座位上,一边感受自然,一边悠闲放松。运气好的话,还有机会买到当季的蔬菜等产品。



Ayumi Sato / Ayumi handles employee welfare and occupational hazard concerns at ANA Okinawa Airport Co., LTD. Her hobby is often running marathons, born from her desire to win a medal, and she also takes part in other races.

佐藤 步美 / 在全日空绳机场株式会社负责员工福利、工伤相关业务。兴趣是马拉松,因为“想要奖牌”而开始跑步,也会参加比赛。



Mombetsu, Hokkaido
北海道纹别市



Domestic edition
国内篇

A pub with delicious selections even for solo patrons

一个人也不孤单 每道菜都让人回味的居酒屋

Kobe, Hyogo
兵库神户市

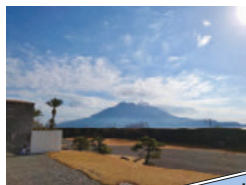
I love Shokudo Maruyama, a pub with only 16 counter seats and suited for parties of up to three. The interior is stylish and cozy, making it a comfortable place even for women to visit alone, and everything on the menu tastes great. Among the things on the menu, my favorites are the variety of made-to-order *kamameshi* kettle rice, assorted sashimi platters, and the crab and small taro dish with a thick sauce made from the owner's special *dashi* broth. Everything is reasonably priced and I often end up ordering more than I can eat. If you're in the area, be sure to stop by but don't forget to make a reservation in advance.

我非常喜欢一家叫“食堂丸山”的居酒屋。店里只有16个吧台座位,是面向1到3人的小规模来客的小店。店内环境时尚又安静,即使是女生一个人也可以毫无压力地进店用餐。这里的料理全都令人惊艳。我个人偏爱的是现点现煮、种类丰富的釜饭、新鲜美味的刺身拼盘以及店主精心熬制高汤做出的蟹肉芋头浓汁盖浇。价格也非常亲民,让人不知不觉多点很多菜。建议提前预约,一探这家温暖又美味的小店!



Rie Kimura / Rie is a cabin attendant in charge of domestic and international flights based at Osaka International Airport (Itami) and Kansai International Airport. Her hobbies include traveling, watching Korean dramas and making cute porcelain tableware.

木村 理恵 / 以大阪国际(伊丹)机场、关西国际机场为据点,负责国际航线以及日本国内航线的空乘人员。爱好是旅行和韩剧。另外也喜欢参与瓷艺亲手制作可爱的餐具。



Kagoshima, Kagoshima
鹿児島鹿儿岛市

Admire the magnificent scenery and try archery as a warlord from Japan's Sengoku period

眺望壮丽景色 化身战国武将体验弓箭

Built in 1658 by Mitsuhsa, the 19th head of the Shimadzu clan, Sengan-en served as a garden and villa for the feudal lord of Satsuma at the time. The splendid view of Mt. Sakurajima and Kagoshima Bay from the garden makes this one of the most scenic places in Kagoshima, and it was also declared a World Heritage Site in 2015. You can try traditional crafts such as Satsuma-ware painting and *kiriko* glass cutting, but I personally recommend the archery experience. The archery experience is easy for first-timers regardless of age thanks to being instructed properly. You can also try on some armor, allowing you to feel like a warlord from those times.

“仙严园”是由岛津家第19代当主光久于1658年所建的萨摩藩主别邸与庭园。从园可以一览樱岛与锦江湾的壮丽景色,因此被誉为鹿儿岛县代表性的风景名胜之一,并于2015年被列入世界文化遗产。在此还能亲身体验萨摩烧绘付、玻璃切子工艺等传统文化。其中,我最推荐的就是弓箭项目。有专人细心指导,无论是小朋友还是长辈,初次尝试也能轻松上手。此外,还有机会试穿盔甲,真正化身战国武将,感受穿越时空的乐趣。



Takako Kohama / Takako works in the Airport Support office, doing accounting for 39 airports in Japan. Her hobbies are going on walks and checking out bakeries while out on those walks.

小滨 贵子 / 隶属于机场支援部门,负责支援日本全国39个机场的财务会计工作。爱好是散步。喜欢一边散步一边探索烘焙坊等店。



Wings to Kagoshima

One way to reach Kagoshima is by taking an ANA flight from Tokyo (Haneda) to Kagoshima Airport.

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

前往鹿児岛的航班

从东京（羽田）等地搭乘全日空航班前往鹿児島机场。

※ 航班信息可能有所变动。
请登录全日空网站了解最新信息。

An incredibly rich and profound taste. The symphony of flavor born from the commitment to local ingredients.

"I believe this dish lets you directly taste the deliciousness of the dashi, and that most importantly, nothing is wasted," says Nako Umekita, a representative of Umeya, a *shabushabu* hotpot restaurant in Kagoshima City.

As a specialty of Kagoshima Prefecture, every restaurant's life source lies in the composition of its dashi. In addition to using katsuobushi from Yamakichi Kunisawa Hyakuma Shoten, Umeya's dashi is layered with smoked mackerel flakes and kelp, giving it a powerful flavor that makes your

taste buds give in. You should try the dashi by itself before eating the meat. The flavor will blow you away, making you want to drink it down to the very last drop, which will make you understand why Nako says nothing is wasted. The restaurant is particular about using local ingredients, so not only are the components of their dashi locally sourced in Kagoshima, but the meat served is as well. Here, you can experience cuisine that captures the feelings of those behind the ingredients who made it possible.

妙不可言的多层次醇厚风味。
对产地极致的坚持，催生出鲜美共鸣

鹿児島市涮涮鍋店「梅屋」の店主梅北奈鼓表示：“这里能让客人直接品尝高汤的鲜美，最重要的是还能避免食材浪费。”正因为是鹿児島特色料理，每家店的高汤配方就变得至关重要。梅屋的高汤以山吉国洋百马商店的鲣鱼干为主料，再佐以干鲭鱼和昆布，鲜美且层次丰富，拥有直击味蕾的力量。在涮肉前，一定要单独品尝一下高汤。这令人拜服的醇厚鲜美，令人恨不能饮尽最后一滴。而此举恰与梅北女士杜绝食材浪费的理念相契，令人折服。店家恪守本土食材之道，除高汤外，肉品亦选自鹿児島。生产者的心意得以精心呈现在料理中，让人感受至深。



The restaurant's concept is "shabushabu and dashi alone." When the restaurant was first established, there were initially some complaints about not having the familiar *ponzu* dipping sauce. However, after taking a sip of the dashi, they were then convinced they didn't need it after all. You should first savor the dashi as is before adding in a mountain of green onions, meat, and vegetables. The meat served is locally sourced within the prefecture, and includes black pork, black beef, and Satsuma free-range chicken. You can also enjoy the unique sweet potato shochu and whiskey, local to Kagoshima, which pairs perfectly with the shabushabu dashi.

本店理念是“仅凭高汤就能享用的涮涮锅”。创业初期常有客人质疑“不搭配柚子醋吗？”，但后来也都认可了其美味。首先品尝汤头高汤，然后放入大量葱段与肉同涮食用。随着葱、肉、蔬菜的依次加入，鲜美也会渐次变化。肉类坚持选用鹿児島县产黑猪、黑牛和萨摩土鸡。推荐与适配涮涮锅高汤的珍贵县产芋烧酎和威士忌一同享用。



Shabushabu Umeya

Cherry Building 2F, 27-1 Shinyashiki, Kagoshima, Kagoshima
TEL 099-227-7488

<https://kagoshima-umeya.com/>
Instagram @shabu.umeya.kagoshima

涮涮鍋 梅屋

鹿児島県鹿児島市新屋敷町 27-1 櫻桃 Building 2F
TEL 099-227-7488 <https://kagoshima-umeya.com/>
Instagram @shabu.umeya.kagoshima

Honkarebushi and *dashi*—Japan's broth culture.

A flavor derived from fresh bonito cultivated by people and time.

A smoky aroma fills the factory. Katsuobushi can be considered an irreplaceable staple in Japanese diets. Among different types is the high-grade honkarebushi, known for its deeper flavor achieved through fermentation with mold. Even though there aren't many honkarebushi producing factories in Kagoshima, the Yamakawa district of Ibusuki City is the top producer of honkarebushi in Japan, making the prefecture the biggest producer, accounting for about 70% of all domestic production.

The Yamakichi Kunisawa Hyakuma Shoten conducts its production right at the source, in the Yamagawa Port of Ibusuki City, where bonito can be fished from local waters. Bonito are specifically caught through pole-and-line fishing, now a rare practice, before they are carefully treated by hand by craftsmen.

The parts and type of cuts on the bonito determine its shape. The first cut on a bonito, called *nama-kiri*, varies greatly depending on the skill of the craftsman. After each catch has been assessed for its quality and size, starting in the morning, two to three thousand are cut and sliced into katsuobushi by hand daily. The bonito cuts reflect the skill of the craftsman so much that it's said it's possible to tell who cut it just by looking. The general manager does the final *nama-kiri* of the day, showing impressive skill through an unwavering blade.

Aside from the cuts, the attention to detail, such as the

flavor, shape, and even how they're arranged, also adds to the value of the produced honkarebushi. The process takes days, submitting it through mold and fermentation to be dried in a battle against humidity, and repeated over and over. This tradition, which Japan is proud to call its own, can be passed down through the sharp insight and fine handiwork of the craftsmen.

支撑日本高汤文化的鹿儿岛“本枯节”。
成就风味的，是新鲜鲣鱼、匠人技艺，还有时间

熏制的烟熏香气弥漫整个工厂。鲣鱼干这种重要食材，堪称日本人的饮食根基。其中“本枯节”通过发酵来覆菌，使得鲜味更为醇厚。采用本枯节工艺制作的鲣鱼干产量最高的县是鹿儿岛县。县内制作本枯节的鲣鱼干工厂虽并不多，但指宿市山川地区的本枯节产量却位居日本第一，约占全国总产量的七成。山吉国泽百货商店就位于指宿市山川港，距离近海单钓鲣鱼这一原料的产地最为接近。他们坚持使用如今已属稀有的单钓法捕获鲣鱼，再经匠人之手精心加工。

鲣鱼干的形状取决于鲣鱼部位和切割方式。首先进行的工序叫做“生切”，全凭匠人的手艺来完成。从清晨开始，先判断鲣鱼的品质与大小，然后一天内将两千至三千条鲣鱼全部手工分割。切口是匠人功力的体现，相传甚至只需一眼便可知出自谁手。负责最后生切工序的专务，那干脆利落的刀法，堪称绝技。

除了切割手法，摆放方式也需一丝不苟。细致的坚持会左右鲣鱼的风味、形态和价格，从而提升本枯节的价值。而在长达数日的工序之中，覆菌、发酵、干燥以及湿度的拉锯都会反复进行多次。只有具备敏锐眼力和细腻手法，这份日本引以为傲的传统才得以继承。





Yamakichi Kunisawa Hyakuma Shoten
 TEL 0993-34-2490
Online store <https://hyakuma.co.jp/>
山吉国泽百马商店
 TEL 0993-34-2490
线上商店 <https://hyakuma.co.jp/>

为百余年记忆，增添现代之美。 重富岛津家别邸诉说武家风骨

自“殿之间”眺望中庭。宅邸磨砂玻璃外，澄澈空气徐徐吹拂，晴空、樱岛与精心修葺的庭园交相辉映，令人目眩。此处“Manor House 岛津重富庄”，曾作为萨摩藩主分家“重富岛津家”培养了岛津久光，后又成为久光的第三子珍彦居住的宅邸。其江户时代特有的武家宅邸构造充满厚重风貌，诉说着170年的历史。置身于震撼人心的建筑、琳琅满目的陈设与艺术品之中，正闭目遐想岛津家昔日盛景，精致料理却已然呈上。这是考究的法式料理。主厨宫元伸一郎先生严选鹿儿岛县产当季食材，倾力探索能最大程度挖掘每种食材魅力的烹饪之道。在别邸初尝的每一口珍馐，都仿佛穿越时空，将过去与未来尽数品味，堪称至臻享受。



4



5



[1] A view of the courtyard from the Tono-no-ma. [2] Appetizers taking the stage with vegetables in the leading roles. Enjoy the prosciutto made from grass-fed beef raised stress-free on a pasture. The condensed, rich flavors bring out the deliciousness of the vegetables. [3] Gaze upon Mt. Sakurajima as you feel the seasons change around you in the 13,200 m² courtyard. The main building and stone wall have been designated as a National Tangible Cultural Property by the Agency of Cultural Affairs. [4] Enjoy the scale-grilled tilefish with saffron sauce. The light seafood dish brings out the flavors of the seasonal vegetables. [5] The corridor of the elegant building. The copper-red walls were thought to ward off bad spirits and bugs, and were painted with the blood of Okinawan Ryukyu pigs. The sliding door's handle is made of *Shiro-Satsuma*, a type of precious Satsuma porcelain. At the time, it was believed that only the Shimadzu family was allowed to own *Shiro-Satsuma*.

[1] 自“殿之间”眺望中庭。[2] 蔬菜为正餐前菜。生火腿采用仅以无压力环境中用牧草饲养的草饲牛肉制成。凝萃鲜美，更衬蔬菜美味。[3] 占地四千坪的庭园四季分明，远眺可见樱岛。主屋与石墙已被日本文化厅选为国家认证物质文化遗产。[4] 带鳞烧烤的甘鲷佐以藏红花酱汁。一道能让人品尝到时令蔬菜美味的清爽鱼料理。[5] 充满意境的建筑走廊。红褐色墙壁曾使用琉球猪血着色，既为驱邪避祟，亦有防虫之效。隔扇拉手则采用珍贵的萨摩烧白萨摩。相传彼时白萨摩仅岛津家才可拥有。

Garnishing century-old memories with the beauty of modern times. The dignity of the samurai class as expressed by the Shigetomi Shimadzu villa.

The dazzling view of the meticulously maintained courtyard engulfed by the clean air and clear skies on the backdrop of Mt. Sakurajima as seen through the mansion's polished glass from the *Tono-no-ma*, the room used by Hisamitsu Shimadzu's third son, Uzuhiko. The Manor House Shimadzu Shigetomi was originally the residence of Hisamitsu, a branch of the Shigetomi Shimadzu family, and later became the residence of his third son, Uzuhiko. The history of this residence spans 170 years, and its awe-striking appearance of a samurai residence characteristic of the Edo period lives on to tell the tale.

Beautiful dishes are brought out to you while you're immersing yourself in the overwhelming architecture, furnishings, and art of the manor, trying to imagine the life of the Shimadzu clan at the time. The dishes served are refined French cuisine prepared by the head chef, Shinichiro Miyamoto. He carefully selects from Kagoshima's seasonal ingredients and is on a constant quest to draw out the full appeal of each one. You'll feel like you're slipping further and further back in time with every bite of one of his dishes served at the villa, giving you the sense of experiencing the past and future all at once.

Manor House Shigetomisoh
(Former Shigetomi Shimadzu Family Villa)
French Restaurant Automne
31-7 Shimizu, Kagoshima, Kagoshima
TEL 099-247-3122
<https://www.s-shigetomisoh.biz>

Manor House 島津重富庄 (原重富島津家別邸)
法式餐厅 Automne
鹿児島県鹿児島市清水町 31-7
TEL 099-247-3122
<https://www.s-shigetomisoh.biz>

1

2

3

Resurrected from the flames of war. Satsuma's traditional crafts live on, passing from one person to another.

In the world of *kiriko* glass cutting, Satsuma Kiriko is especially known for its fine and delicate cuts, along with its *bokashi*, the soft gradation making for its distinctly beautiful colors. It was born in the kilns of the Shimadzu clan at the end of the Edo period, but production ceased just over 20 years after its birth, following the turbulent times after the death of the feudal lord Nariakira Shimadzu, and the art disappeared into nothingness.

However, it was miraculously revived by the hands of the Shimadzu family in the 1980s, after 110 years

of silence. Even now, the craftsmen pour their hearts into their craft at the same location as its founding. Satsuma Kiriko production is composed of two parts: material production, which refers to glass blowing, and processing, which refers to glass cutting. The craftsmen on each side fully devote themselves to their respective roles. Both sides are rigorous and delicate, and it takes at least a decade to acquire the skills of a master. Seeing craftsmen at work who have devoted 40 years to Satsuma Kiriko since its revival is nothing short of overwhelming.

跨越战火，涅槃重生。 萨摩传统工艺，手手相传，生生不息

萨摩切子的特点，在于其傲视切子工艺的精细切割及“晕染”技法呈现出的美丽色彩。这一工艺始诞生于江户时代末期，由岛津藩经营的窑炉负责烧造。然而，随着藩主岛津齐彬的离世与时代的剧烈动荡，萨摩切子的制作仅延续二十余年便戛然而止，化作传说。终于，在历经约110年的沉寂之后，1980年代，萨摩切子在岛津家族手中奇迹重生。时至今日，匠人们仍在同一片土地上倾注心血，坚持制作。在萨摩切子的制造中，匠人们需分别在两大工序上专注作业——制作玻璃基底的“坯料制作（吹制玻璃）”与“加工（切割玻璃）”。两项工作都既严苛又精细，要独当一面至少需要十年光阴。当目睹萨摩切子复兴以来一直坚持此道四十年的资深工匠时，自会感到由衷叹服。

Iso Kogeikan

9688-24 Yoshino, Kagoshima, Kagoshima
TEL 099-247-8490
<https://www.senganen.jp/>

研工艺馆

鹿児島県鹿児島市吉野町 9688-24
TEL 099-247-8490
<https://www.senganen.jp/>



1



2



3

[1] Kiriko Glassware and Sake Vessel Bar Suke, located inside the Tenmonkan shopping district in Kagoshima City. Kiriko from all around Japan (Satsuma Kiriko, Edo Kiriko, Tenma Kiriko) are beautifully displayed at the counter. Customers can also drink from cups made from Portuguese vidro glass, ceramic, and metal. [2] Your favorite drinks are always better when served in a glass of your liking. Have a fun evening trying to find the best matching glass for your next drink. [3] Since opening in 2019, the bar has gained popularity and now has plans to open a branch in Fukuoka.

[1] 位于鹿児島市天文館の「赏玩切子与酒器 Bar Suke」。陈列日本全国切子（萨摩切子、江戸切子、天满切子）的精美柜台。另有玻璃器、陶瓷及金属酒器同展。[2] 自选心仪酒器搭配钟爱美酒，其滋味尤为独特。不断发现想尝试的新组合，夜晚则更添欢愉。[3] 2019年开业后立刻大受欢迎，福岡也计划开设分店。



Kiriko Glassware and Sake Vessel Bar Suke

Yuzuki Building 2F, 7-16 Yamanokuchi, Kagoshima, Kagoshima
TEL 090-3648-9921
*Reservation by phone
<https://suke-andmania.com/>
Instagram @bar_suke

赏玩切子与酒器 Bar Suke

鹿児島県鹿児島市山之口町 7-16
柚木 Building 2F
TEL : 090-3648-9921 * 电话预约制
<https://suke-andmania.com/>
Instagram : @bar_suke



[1] Glass-cutting in progress on the treated side. The soft gradation peculiar to Satsuma Kiriko is the craftsman's skill referred to as "Bokashi." [2] The material production side of the workshop. The glass-blowing rod is heavy, and the process is a battle against heat and time. It requires a high level of skill to master.

[1] 加工处的切割工序。萨摩切子特有的柔美渐变称为“晕染”，正是由工匠技艺打造而成。
[2] 坯料制作处的工坊。吹制玻璃的吹管沉重，作业堪称与高温和时间的战斗。唯有娴熟技艺方能驾驭。



历经挑战与挫折，终成满意佳酿。 将正宗烧酎，推向世界

在小牧酿造这家烧酎酒坊，小牧伊势吉专注威士忌酿造。经过五年的反复试错，他终于酿造出了令人满意的威士忌。那些整齐排列的屋久杉木桶中，倾注了他巨量的时间、精力和资金。而他投身威士忌酿造的初衷，正是“想让世界了解烧酎”的信念。通过将正宗烧酎的酿造工艺，特别是蒸馏技术运用到广受全世界欢迎的威士忌之中，除了提升威士忌品质，更希望的是以此为契机引发人们对烧酎的关注。小牧蒸馏所历经多次灾难和新冠疫情，一路走来步伐始终稳健。凭借考究风味的产品系列与全新品牌设计，其在薯烧酎主产区的鹿儿岛也备受瞩目。在继承父母坚守的烧酎酿造技艺和精神的同时，他也在探索适应时代的全新酒坊模式。并以这份执着和品味，持续践行温故知新的品牌理念。



Komaki Distillery

12 Tokiyoshi, Satsuma Town, Satsuma, Kagoshima
<https://komakijozo.co.jp> <https://www.komakiwhisky.com>
Instagram @komaki.official

小牧蒸馏所

鹿儿岛县萨摩郡萨摩町时吉 12
<https://komakijozo.co.jp> <https://www.komakiwhisky.com>
Instagram @komaki.official



[1] Whiskey barrels lined up in rows. This carefully detailed venture began with making the barrels from Japanese cedar. It was unimaginably difficult to gather enough precious Japanese cedar to use for the barrels from fallen trees. [2] The distillery is located in the town of Satsuma, alongside the Sendai River in the northern region of the Satsuma peninsula. Since its founding in 1909, authentic shochu has continued to be made in earthenware. [3] Custom-made stills imported for whiskey. [4] Shochu is made with the traditional earthenware style, using natural groundwater from the Shibi Mountain Range, and prefecturally-grown sweet potatoes. [5] Pictured beside the whiskey (on the left), are the newly branded shochu released in 2011, Issho Bronze and Beni Komaki. The new logo design pays homage to the family crest. [6] Isekichi Komaki is the 3rd-generation brewer, inheriting the title of chief brewer from his father and his grandfather before him. He runs the distillery together with his older brother Kazunori.

[1] 整齐排列的威士忌酒桶。从制作极致考究的屋久杉酒桶算起，光是寻找适合制桶的珍贵屋久杉木片，其难度就远超想象。[2] 自 1909 年创业起，坚持使用传统陶罐酿造本格烧酎。酒坊坐落于萨摩半岛北部的萨摩町，川内川从旁流过。[3] 用于威士忌的蒸馏器为定制进口。[4] 酿造用水采用紫尾山系的天然伏流水，配合鹿儿岛县产的萨摩芋，酿造传统陶罐烧酎。[5] 威士忌（图左）旁陈列的是 2011 年上市的新款烧酎“一尚 Bronze”与“红小牧”。其新 logo 的设计致敬了家纹。[6] 第三代传人小牧伊势吉先生。继承了从祖父传至父亲的酿酒大师的名号，与兄长一德共同经营小牧蒸馏所。

Pushing through repeating challenges and setbacks to create satisfaction.

Spreading authentic shochu to the world.

At a shochu brewery called Komaki Distillery, Isekichi Komaki is trying his hand at whiskey. After five years of trial and error, he is finally satisfied with the whiskey he has achieved. Isekichi has invested an enormous amount of time, effort, and money into the rows of whiskey casks made from Japanese cedar. His main motivation for getting into whiskey production was his desire to spread shochu to the world. He hopes that by using authentic shochu production and distillation techniques to make whiskey, a world-popular spirit, people will also become interested in shochu.

The Komaki Distillery has made a lot of progress while overcoming repeated disasters and the COVID-19 pandemic. They have made their sophisticated flavor into their trademark and renewed their brand design, attracting fame even in Kagoshima, the holy land of sweet potato shochu. His goal is to be a shochu brewery that's in touch with the current generation, while treasuring and carrying on the traditional shochu brewing and mentality inherited from his parents. With this devotion and sense, the brewery's branding of innovation while cherishing traditional knowledge continues to push forward.



诞生“黑醋”的老字号。 唯有匠人数十年的经验， 方能甄别其香、声、色

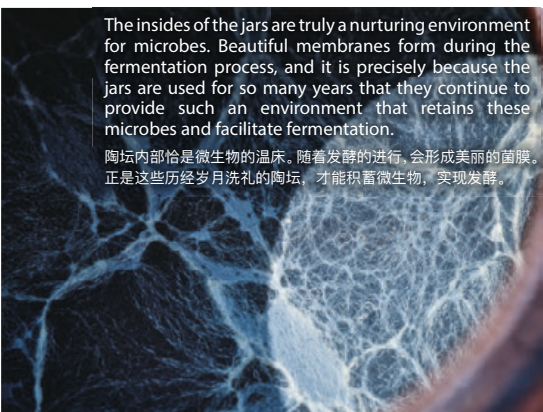
以樱岛为背景，陶坛铺展的田野一望无际。匠人静静地侧耳倾听，感受着坛中微生物发出的声响。福山町从江戸后期开始便采用坛器酿制米醋，坛元酿造因醋液随熟成渐呈深浓色，由此得名“黑醋”。单单一坛之中完成糖化、乳酸发酵、酒精发酵与醋酸发酵的全过程，如此工艺举世罕见。仅以蒸米、米麴、地下水为原料，借助太阳与微生物之力，历经长达的十年光阴发酵熟成。相传他乡也曾尝试，终难复刻同等风味。

而在促进发酵的要素之中，最重要的当属匠人淬炼至臻的五感技艺。每坛黑醋的蜕变轨迹各异，需通过香气、声响、触感与色泽来判断状态，才能成就如一滋味。这是AI永远无法达成的技艺。要成为独当一面的酿造技师，至少需十年与陶坛朝夕相对。在传承的技术和风味背后，蕴藏着始终如一的努力和热爱。



Enjoy the grand view of the field of jars from the Kurozu Garden's terrace! The endless jars alongside the ocean and Mt. Sakurajima can't escape your view. The Sakamoto Brewery has a total of 52,000 jars!

从黑醋花园的露台俯瞰，陶坛田野蔚为壮观！向远方铺展开来的陶坛，连同碧海、樱岛，一下子就映入眼帘。坂元酿造所拥有的陶坛竟达五万两千之数！



The insides of the jars are truly a nurturing environment for microbes. Beautiful membranes form during the fermentation process, and it is precisely because the jars are used for so many years that they continue to provide such an environment that retains these microbes and facilitates fermentation.

陶坛内部恰是微生物的温床。随着发酵的进行，会形成美丽的菌膜。正是这些历经岁月洗礼的陶坛，才能积蓄微生物，实现发酵。



Understanding the “sound” and “feel” of kurozu fermentation, and preserving the flavor of each jar regardless of the environment and weather, are things only a master brewer with 40 years of experience can do.



Sakamoto Kurozu Garden
Tsubobatake SHOP&RESTAURANT
3075 Fukuyama, Fukuyama Town,
Kirishima, Kagoshima
TEL 0995-54-7200
<https://www.kurozu.co.jp>
Instagram @sakamoto_kurozu
坂元酿造 黑醋花园陶坛田野
商店 & 餐厅
鹿児島県霧島市福山町福山 3075
TEL 0995-54-7200
<https://www.kurozu.co.jp>
Instagram @sakamoto_kurozu

惟有四十年坚持此道的酿造师，才能通晓发酵的声响与触感。无论环境和气候如何变迁，个体差异多大，都能坚守这份滋味。

As the vinegar ages, it darkens and takes on a bolder taste and mild acidity. Aging coloration from left to right: 1, 5, and 10 years.

随着熟成的进行，黑醋逐渐变得醇厚浓郁，酸味柔和。左起分别为1年、5年、10年的产品。



The long-established shop that birthed black vinegar. Aromas, sounds, and colors that only craftsmen with decades of experience understand.



A field of jars stretches as far as the eye can see against the backdrop of Mt. Sakurajima. Here, a craftsman presses his ear to a jar, listening to the conversations taking place in the microscopic world inside. Here in Fukuyama Town, rice vinegar production in jars has been taking place since the late Edo period. The Sakamoto Brewery calls this type of rice vinegar *kurozu*, for the beautiful darkened color it becomes as it matures. The production of *kurozu* is unique to this part of the world as the conversion into sugar and the fermentation of lactic acid, alcohol, and acetic acid all occur in one jar. The entire fermentation process and aging can take up to 10 years and uses only steamed rice, rice koji, groundwater,

the sun, and the work of microbes. In the past, there were attempts to make the vinegar in different locations, but none could produce the same quality as the vinegar produced here.

The most necessary aid, however, comes in the form of the honed and seasoned five senses of the craftsmen. Each jar ages differently, meaning the ability to smell, hear, feel, and see the black vinegar as it matures is vital to ensure taste consistency—a judgment that even AI cannot make. It takes at least 10 years of working with these jars before one can be considered a full-fledged brewing master, and passion and dedication are necessary to inherit both the technique and flavor.

You can also enjoy healthy Chinese food at a restaurant in the Kurozu Garden. The hot and sour noodle soup, which draws out the full potential of black vinegar, is especially exquisite! The black vinegar sweet and sour pork and spicy *tantanmen* noodles are also popular choices.



黑醋花园内另设有餐厅，可供人享用养生中华料理。此处的酸辣汤面将黑醋风味发挥到了极致，堪称一绝！黑醋咕咾肉、担担面等也备受青睐。



Genichiro Kawachi. While he devoted his life to the study of koji, in his later years, he also began research on monosodium glutamate (MSG) purification through fermentation. However, due to a lack of records from the war, the research was shelved since he was the only one who carried the method in his head.

河内源一郎先生将人生奉献于麹菌研究。其晚年进行的研究是通过发酵法精制谷氨酸钠。但因正值战争时期，相关记录尽失，这套仅存于他脑海中的精制工艺，最终未能传世。

Kawachi Genichiro Shoten

876-15 Fumoto, Mizobe Town, Kirishima, Kagoshima
TEL 0995-58-4341
<https://www.kawauchi.co.jp>

河内菌本舗

鹿児島県霧島市沟辺町麓 876-15
TEL 0995-58-4341
<https://www.kawauchi.co.jp>



The ever-popular *amazake*, a sweet and lower-alcohol content version of sake. At the Kawachi Genichiro Shoten, they make and sell shochu, beer, amazake, makgeolli, seasonings, and supplements. It's close to Kagoshima Airport and the adjoined Koji Hakkou Hotel and restaurant are also popular destinations.

图为一款人气甘酒。“河内源一郎商店”负责烧酎、啤酒、酒酿、马格利酒、调味料及保健食品等的生产与销售。店铺距鹿児島机场仅咫尺之遥，毗邻的“麹・发酵酒店”及餐厅同样备受追捧。



Bunsei Yamamoto, formerly a surgeon, is the head of the fourth generation who now safeguards the century-old koji starter brand. Inheriting the will of his ancestor Genichiro Kawachi, he uses his knowledge to continue research on koji mold.

作为守护百年种麹品牌的第四代传人，山元文晴原本就拥有外科医生的职业背景。他秉承先祖河内源一郎先生的遗志，如今正运用其专业知识潜心钻研麹菌。



Fermentation begins here. The world of *koji*—the delicate and powerful starter spores nurturing Japan.

“When I heard the air raid alarms go off, I stuffed the test tubes with koji spore samples down my shirt before fleeing to safety.” Those were the words of Genichiro Kawachi—words that convey just how devoted he was to the study of fermentation. The warmth of the human body provides a perfect nurturing environment for koji mold, to the extent that even on days when he was ill, he would keep the samples warm against his body.

When Kawachi began his research with koji mold in 1909, shochu in Kagoshima was often prone to spoiling. After discovering this was due to the use of yellow koji mold, which isn't suited for warmer climates, he brought back black koji mold from Okinawa. He spent three years cultivating it into his own Kawachi Black Koji Mold (*Aspergillus awamori* var. *kawachi*), which eventually laid the foundation for shochu culture. The Kawachi Genichiro Shoten, originally founded in 1931, continues to follow its traditional way of creating koji starter spores, even four generations later. The century of dedication and devotion to koji starter spores, which have taken root in the shochu industry, can be seen today in 80% of Japanese-produced authentic shochu as well as in much of Korea's *makgeolli* rice wine.

一切发酵，由此开始……

支撑发酵大国日本的“种麹”——精妙而强大的世界



“空袭警报响起时，他会将麹菌试管塞入怀中的布夹层逃生”——这位名叫河内源一郎的男子，为了麹菌，竟如此这般地倾尽一生。温暖的腹部环境最适宜保存麹菌。即便病倒卧床，他也贴身携带着麹种。在其开启研究的1909年，鹿儿岛烧酎仍以不好喝、易腐坏著称。他发现，症结就在于酿造时使用了不适合炎热土地的黄麹菌，遂从冲绳引进黑麹菌，历时三年培育出了“河内黑麹菌”（学名*Aspergillus awamori* var. *kawachi*）。这一成就奠定了烧酎文化的基础，其1931年创立的河内源一郎商店，至今已传承四代，持续守护着种麹工艺。如今，八成的日本本格烧酎采用河内菌，韩国马格利酒也多以该菌种生产。烧酎作坊的背后，静静扎根着百年的努力与执着。

From top to bottom: White koji, yellow koji, black koji. The black koji that Kawachi began working with was already being used as a starter for *awamori*, a distilled spirit peculiar to Okinawa. Yellow koji is mostly used as a starter for sake, miso, and soy sauce. Although white koji was also discovered at the time, its use was not implemented until 23 years after black koji started being used.

自上而下分别是白麹、黄麹、黑麹。作为河内菌起源的黑麹菌，原本是泡盛酒的种麹。黄麹菌则主要是日本酒、味噌及酱油的种麹。白麹菌在培育黑麹菌后才得以成功研发，但当时并未受到重视，直至23年后才迎来高光。



Satsuma 萨摩酿造



Brewed by The Gift of Time and Craftsmanship

The blessings of nature and craftsmanship are deeply rooted in Kagoshima. The city's unique geological landscape is symbolized by Mt. Sakurajima, which has continued drawing breath for ages. Satsuma's fermentation culture of black vinegar, shochu, and *katsuobushi* (bonito flakes) transcends time and generations and is a testament to the dedication people put into their craft. Come along and allow your five senses to experience the fermented blessings carefully crafted and continuously perfected over time.

Photographer: Kan Kanbayashi, Interviewer/Writer/Editor: Sakurako Nakano

时光与匠人的恩赐

在鹿儿岛，深植着自然与匠人共同孕育的馈赠。历经漫长岁月依然生生不息的樱岛，是这片独特地形的象征。黑醋、烧酎、鰹节（鰹鱼干）等发酵文化，镌刻时光与岁月的深厚韵味。而支撑这一切的，一直都是匠人手中的技艺。经过众位匠人的不懈观察与反复试错，微生物得到精心培育。愿您用五感来品味其所带来的恩惠。

摄影：神林环 采访、撰稿、编辑：中野樱子

K A G O S H I M A 鹿儿岛

Yamakichi Kunisawa Hyakuma Shoten, a *katsuobushi* factory located in the Yamagawa district of Ibusuki City, boasts the largest production of high-grade *katsuobushi* called *honkarebushi*, in Japan. The bonito is prepared and boiled before being smoked. The final aroma and flavor are greatly determined by its freshness, Ibusuki's climate, the fermentation time, and the craftsmen's technique.

指宿市的鰹鱼干工厂。位于指宿市山川地区的山吉国洋百马商店，“本枯节”产量高居日本首位。将鰹鱼剖开、煮熟，其后进入熏制工序。鰹鱼的鲜度、指宿的风土、发酵时间与匠人技艺都会极大地影响香气和滋味。

Welcome Aboard 致辞

President & CEO, ANA
全日空航空公司代表取締役社長

Shinichi Inoue
井上慎一

Greetings from President & CEO, Shinichi Inoue

A Vow of Safety

航空安全的承诺



I hope you're doing well, as we move into the height of summer, anticipating the pleasant evening breeze over the water's edge upon our skin as vibrant fireworks light up the night skies.

At the ANA Group, we designate every July as "Aviation Safety and Security Month." It's a critical time for each and every one of us to reflect deeply on the meaning of "safety."

I believe that what our customers want from us, more than anything, is a firm and unwavering commitment to safety. With that in mind, we held our annual "TALK SAFE" sessions—open discussions about safety that involve everyone in the company. These sessions enable us to reflect on ourselves and learn from recent global incidents. From new hires to seasoned veterans, and including myself as an executive, we all come together to discuss safety. This year, I once again emphasized the importance of treating safety as our responsibility and acting accordingly.

Although safety levels have been boosted by remarkable progress in aviation technology and digital innovation over the years, a genuine sense of safety that brings peace of mind can only be delivered by people who can use that technology efficiently. That is why we communicate, support one another, and work as a team. We will continue to conduct thorough inspections and training, paying close

attention to even the most minor details, and always consider what might happen, acting with foresight before each flight. That is the kind of culture and organization we're determined to build and strengthen. By combining the strengths of people and technology, we'll continue to reaffirm our commitment to safety.

"Safety is our promise to the public and is the foundation of our business." These words are at the very heart of our operation at ANA; it's our mission. To ensure you can fly with us with complete peace of mind, each of our employees will continue to strive to perform their duties with care, sincerity, and zero compromise when it comes to safety.

As we progress further into summer, I can already picture the joyful laughter of children echoing through the cabin, and the bright, sunflower-like smiles all around. The entire ANA Group is fully prepared to welcome you and make sure your special journey becomes a cherished memory.

Thank you, as always, for your continued trust and support.

盛夏时节，夜空中绚丽的烟花接连绽放，穿越水边的风轻拂肌肤，带来一丝惬意。在这美好的季节里，大家过得还好吗？

全日空集团将每年7月定为“航空安全推广与航空安保强化月”，这是一个极其重要的时期，旨在让每一位员工深刻铭记“安全”的意义。

客户对我们的最大期望，无疑是对安全的不懈追求。在反思自身的同时，我们也从近年来世界范围内发生的事故中认真汲取教训。每年，我们都会在这一时期组织“安全对话”（TALK SAFE）活动，全体员工坦率交流。从新入职的员工到经验丰富的资深员工，以及包括我自己在内的高管，所有人都平等地围绕“安全”这一主题展开讨论。今年，我传达了这样的信息：“在任何情况下，将问题视为与自己息息相关，并以行动回应，这才是最重要的。”

近年来，航空领域的技术取得了显著进步，通过数字化的运用，安全性得到了飞跃性的提升。然而，为了真正让乘客感到安心，无论技术如何先进，都离不开能够随机应变，将其最大限度发挥的“人的力量”。日常的检查和训练都确保万无一失，我们在每一班航行中，对每一个细节都保持高度警惕，时刻预测可能存在的风险，并采取行动。通过彼此提醒、团队协作来相互支撑。我们将一如既往地大力推动这样的人才培养和组织建设，并通过“人的力量”与“数字力量”的协同作用，进一步确保安全性。

“安全是经营的基石，也是对社会的责任。”这句话是全日空集团在开展企业活动时最为重视的理念，也是我们的使命。为了让每一位乘客能够安心地选择我们的航班，所有员工都将怀着强烈的责任感和诚意，始终追求安全，绝不妥协。

随着暑假季节的到来，机舱内充满了孩子们欢快的笑声和如向日葵般灿烂的笑容，也让我感到心潮澎湃。为了每一位乘客的珍贵旅程和人生中难忘的美好时刻，全日空集团的全体员工将以万全的准备迎接乘客们的到来。

衷心希望能够继续得到各位的支持与厚爱。

Japanese Hospitality Wherever You Fly



Inspiration of JAPAN

A STAR ALLIANCE MEMBER



www.anaskyweb.com



Welcome Aboard
Greetings from President & CEO

游目骋怀 社长致辞 005

KAGOSHIMA

The Gift of Time and Craftsmanship Brewed by Satsuma

鹿児島 萨摩酿造时光与匠人的恩赐 006

Amazing “Local Premium” Finds
by ANA Employees!

员工的发现!各地精品推介 022

Kyotango: A relaxing getaway in Kyoto by the Sea

“海之京都”京丹后 借助酵素浴&桑拿疗愈身心 024

Wings Style

A foreign CA's approach to hospitality

翼之流仪

外籍CA的“待客之道的流仪” 026

ANA Group Information

全日空 最新消息 030

Photo / Kan Kobayashi (Kagoshima:Sakamoto Kurozu Garden)

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, 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), Masayuki Suzuki (S design inc.)
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
Advertising inquiries: ANA X Inc., Daily Life Business Department / E-mail: ml_notice_anamedia@ana-x.co.jp
Copyright © All Nippon Airways/Kobunsha 2024
Unauthorized reproduction or reprinting of the photos and articles in publication is prohibited.
All prices that appear in this publication are tax inclusive.



Your 5-star companion. Every journey, every step.

ANA has been given a 5-star rating for 12 years in a row.



World's Best Airport Services

We've been recognized for providing the world's best airport services.



Best Airline Staff in Asia

Our ground staff and cabin assistants have been recognized for providing the best service in Asia.

TSUBASA

GLOBAL WINGS



Inspiration of JAPAN

A STAR ALLIANCE MEMBER



8

August 2025
No. 674

The Inflight Magazine
of ANA Group

KAGOSHIMA

The Gift of Time and Craftsmanship
Brewed by Satsuma

Kyotango:

A relaxing getaway in Kyoto by the Sea

Wings Style:

A foreign CA's approach to hospitality

鹿児島

萨摩酿造时光与匠人的恩赐

“海之京都”京丹后 借助酵素浴&桑拿疗愈身心

翼之流仪

外籍CA的“待客之道的流仪”



翼の王国
日本語版は
こちら

Take me home!