

山梨県で、遊ぶ、楽しむ、生活する

やまなしStyle

Vol. **08**
2026
Summer



山梨県

令和8年6月1日 山梨県広聴広報グループ発行
〒400-8501 山梨県甲府市丸の内1-6-1
TEL 055-223-1338 FAX 055-223-1525



「**緑**」との悠々時間
気分爽快！
—特集—

“山梨グルメ”の誘惑

～「森のレストラン」で美味を味わう

- Discover やまなし ～南アルプスの山懐に抱かれる、奥山梨・早川町を巡る
- Wonderful Town Yamanashi ～どんどん変わる、山梨県の“今”を知ろう
- さあ、Y's Life に ～「やまなし移住計画」指南手帳
- ようこそ、山梨へ ～移住を成功させる準備のA to Z

この夏は、涼やかな森林の中で
リラクゼーション&バケーションを

気分爽快！ “緑”との悠々時間

いよいよ夏が到来しますが、今年も「猛暑」が予想されています。ただ、山梨県は、森林率が約78%と、全国トップクラスの「緑の都」。森の中で、涼やかに過ごせるステキな環境がそろうています。親子で施設に遊びに行くのもよし、ゆったりと自然と触れ合うのもよし、アクティビティに挑戦するのもよし。山梨県ならではの、楽しいひとときが待っています。今回は、そんなYamanashiをご紹介します。



『やまなしStyle』は、電子書籍アプリ『Catalog Pocket』でも無料でご覧いただけます。10ヵ国語への翻訳や読み上げ機能にも対応しています。

01 特集 / Research local resources

この夏は、涼やかな森林の中で リラクゼーション&バケーションを 気分爽快！ “緑”との悠々時間

- 02 ▶ 観る、聞く、触る。ヒーリングの森が広がる「清里・小淵沢エリア」へ
- 04 ▶ 心が洗われる神秘の景観、「西沢渓谷」と「尾白川渓谷」を歩く
- 06 ▶ 「青木ヶ原樹海」のガイドツアーで、時を忘れてしまう没頭体験を
- 08 ▶ 住みたい村No.1の「丹波山村」で、山間での田舎暮らしを満喫
- 10 ▶ 木々と戯れ、大自然と遊ぶ。親子で楽しむアクティビティ施設ガイド

14 “山梨グルメ”の誘惑～「森のレストラン」で美味を味わう

18 Discover やまなし

～南アルプスの山懐に抱かれる、奥山梨・早川町を巡る

20 Wonderful Town Yamanashi

どんどん変わる、山梨県の“今”を知ろう
おいしさと魅力を語る、「桃ソムリエ」とは？

22 Harvest hub

子どもも大人も夢中になる、“桃狩り”スポット案内

23 Hot journal

世界から熱視線を浴びる、「カーボンフリー農業」とは？

24 さあ、Y's Lifeに

～「やまなし移住計画」指南手帳

——「AIM Brew LAB.」店主／「株式会社エイム」代表 西村純一さん

25 ようこそ、山梨へ

～移住を成功させる準備のA to Z 01

——「やまなし暮らし支援センター」移住相談員 中川恵美さん

アンケートに答えて、 山梨の特産品を当てよう！

本誌に関するアンケートにご回答いただいた方の中から、抽選で10名様に「C³（シーキューブ）「フルッティーモ、富士サンボ（樹上完熟ピーチ 山梨県産）」6個入」をプレゼント！



応募締切：2026年7月17日（金）

ご応募は2次元コードから

※いただいた個人情報はプレゼント送付以外の目的には利用しません。

※当選者の発表は、プレゼントの発送をもって代えさせていただきます。



【「やまなしStyle」とは？】

山梨県外にお住まいの方々に、“やまなし”の魅力をお伝えるメディアです。観光で訪れるのもよし、住むのもよし、そんな山梨県の素晴らしさをご堪能ください。

【発行】山梨県広聴広報グループ 〒400-8501 山梨県甲府市丸の内1-6-1
TEL 055-223-1338 FAX 055-223-1525

- 編集 株式会社プレジデント社
- アートディレクション キトミズデザイン
- 校正校閲 株式会社ヴェリタ
- 印刷・製本 共立印刷株式会社

表紙写真提供：カナディアンキャンプ乗馬クラブ八ヶ岳

※本誌に掲載されている画像、文章などの無断転用・無断転載はお断りいたします。

※掲載画像の一部はAdobe StockおよびShutterstockのライセンスにより使用しております。



観る、聞く、触る。ヒーリングの森が広がる「清里・小淵沢エリア」へ

「自然の楽しみ方」を探すガイドウォークや、牧場での体験など、子どもの笑顔があふれ、高原で過ごす、とびっきりの時間を紹介します。

文●新田ミキ／撮影●飯貝拓司

たのは、センターから車で3分ほどのレストラン「清泉寮ファームショップ」。地元の食材や牧場の恵みを生かしたメニューが並ぶ中、選んだのは「ジャージーミルクのカレーライス」です。牛乳をふんだんに使った、白い一皿はまろやかで、素材の旨味とやさしい甘さが印象的。
食後はソフトクリームを片手にひと休み。すぐ近くでのんびり過ごすジャージー牛を見つけ、子どもたちは大はしゃぎです。ツリーハウスやブランコなどで遊び、家族みんなで思いきり体を動かしました。
宿泊は清泉寮のコテージへ。木立の中には静かな夜の空気が漂います。翌朝は鳥の声で目覚め、やわらかな光が差し込む中で朝の散歩に。歩くうちに心も体も軽くなるようでした。
旅の締めくくりはJR小淵沢駅へ。駅1階のショップ「MASAICHI本店」には、山梨ならではの菓子や特産品がずらりと並びます。駅屋上の展望デッキに上れば、八ヶ岳や富士山、南アルプスの山並みが一望でき、爽やかな風が吹き抜けていきました。
五感でたっぷり楽しんだ山梨の自然は、旅の記憶にとどまらず、ここでの暮らしをそっと想像させてくれるものでした。



8&9. ナチュラル志向の料理が楽しめるレストラン「清泉寮ファームショップ」の人気メニュー「ジャージーミルクのカレーライス」(1,500円)。

山梨県立八ヶ岳自然ふれあいセンター

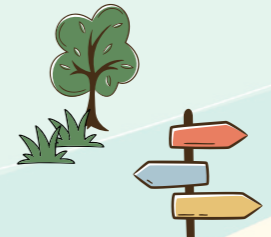
- 山梨県北杜市大泉町西井出石堂8240-1
- 0551-48-2900
- 火曜
- 入館無料。土日祝のみ開催の「ガイドウォーク」は開催日の2日前までに予約を
- 中央自動車道「長坂IC」から車で約20分

森の息吹を探す小さな冒険へ。高原の風に包まれ、笑顔が弾ける。



鳥のさえずりが、聞こえる！

1. レンジャーから「周囲の音に、集中してみましょう」との説明を受けて、耳を澄ますと、遠くから野鳥の鳴き声が聞こえてきた！ 2. 野山の動植物について解説してくれるレンジャーのウッディ（柳弘之さん）。 3. 「リスが食べて、松ぼっくりがこんなに小さくなっている！」



4. 地図を片手にチャレンジできる「森のクイズラリー」も用意されている。



11&12. JR小淵沢駅舎の1階にあるショップが「MASAICHI本店」。駅弁や山梨のご当地土産が充実しているだけでなく、店内奥では県産のワインも数多く用意されている。「シャインマスカットチョコレート」(710円)など、旅の思い出にぜひ。 8:00～19:30



5. 近隣には湧き水がたまった水辺も点在。春にはヤマアマガエルなどの卵が見つかり、初夏はヤゴが活発に動くなど、四季折々の生物を観察できる(長靴の貸し出しあり)。6. レンジャーが手づくりした木琴など、館内には展示物が多数ならぶ(時期により展示内容は入れ替え)。7. タヌキやキツネなど、センサーカメラで撮影した夜の森の動物のムービーを見ることがもできる。

出会いを楽しむ、森歩き

レンジャーの案内で森に入ると、シカの足跡や、動物が草を食べた跡など、自然の「サイン」が次々に見つかります。「ここには、どんな動物が来るでしょう?」という声かけに、子どもたちの目は真剣そのもの。鳥のさえずりに耳を澄ませ、全身で森を感じるひとときとなりました。
森の中を1時間歩いた後に向かっ

「高原の自然を家族で感じたい!」そんな気持ちで、今回、一家4人で向かったのは、緑の郷「清里と小淵沢」。車が清里へ近づくにつれ標高が上がり、到着した瞬間の涼やかな空気に、子どもたちは「気持ちいい」と満面の笑みを見せました。
最初に訪れたのは「山梨県立八ヶ岳自然ふれあいセンター」。八ヶ岳南麓一帯の環境を保全しながら、自然とのふれあいを通じてその仕組みを理解し、知識を深めることができる施設です。館内には八ヶ岳の自然について触れながら学べる展示があり、親子で楽しみながら知識を深めることができます。館内をひと通り見学したら、いよいよガイドウォークに参加(事前予約制)。



深い緑色を帯びた水に魅了される千ヶ淵。



尾白川渓谷

- 山梨県北杜市白州町白須
- 0551-42-1351 (北杜市役所観光課)
- 中央自動車道「須玉IC」から車で約30分、JR中央本線「長坂駅」「小淵沢駅」「日野春駅」からタクシーで約30分
- ※ 渓谷道は例年12月中旬～4月下旬まで冬季閉鎖



つくなく、休憩場所も複数設けられています。後半は、かつて山の木々を搬出したトロツコの軌道跡を行くゆるやかな下り坂なので、滝の記憶の余韻にひたりながらのんびりと……。短時間で自然美を堪能するなら、甲斐駒ヶ岳の麓、北杜市の「尾白川渓谷」にぜひ。散策の始まりは、300年近い歴史がある「甲斐竹手駒ヶ岳神社」から。鳥居をくぐり、空を目指

してまっすぐに伸びる木々の下で思いきり深呼吸すれば、すっきり気分一新です。神社の先にある吊り橋ではまず、「日本名水百選」に選ばれた尾白川が音をたてて勢いよく流れる様子に目を奪われます。涼やかな空気のなか河原に降り、淡い色の花崗岩を踏みしめながら少々歩けば、その奥には翡翠色にきらめく「千ヶ淵」。最寄り

の駐車場からここまで、わずかに約15分とは思えないほどの別世界に、感慨のため息がこぼれるのは確実です。西沢渓谷、尾白川渓谷の千ヶ淵ともに、家族連れが楽しむ姿も見られるエリアですが、森と溪流の合わせ技による癒やしの効果や爽快感は抜群。夏の青空の下、山梨の宝物である大自然の懐に抱かれながら、とびきり心地良い一日を満喫してください。



日常の喧騒を離れ、新緑に囲まれた別世界へ

- 清流の水音が全身を包み込む、大小の花崗岩に覆われた河原。
- 尾白川を見下ろす、高さ約10メートルの吊り橋からの眺めはまさに圧巻。
- 尾白川渓谷のほとりにある、甲斐駒ヶ岳神社。幽玄なる神木に抱かれた境内には静謐な空気が流れている。



心が洗われる神秘の景観、「西沢渓谷」と「尾白川渓谷」を歩く

麗しき森と水の都・山梨には、息をのむほどに清らかな渓谷が各地に。涼やかな滝音に身を委ね、五感が澄み渡る散策へ出かけてみませんか。

文●山内史子(紀行作家) / 撮影●野瀬勝一(p5)



西沢渓谷

- 山梨県山梨市三富川浦
- 0553-22-1111 (山梨市観光協会)
- 中央自動車道「勝沼IC」から車で約10分、JR中央本線「山梨市駅」「塩山駅」からバスで約60分
- ※ 渓谷内は12月1日～4月28日まで冬季閉鎖

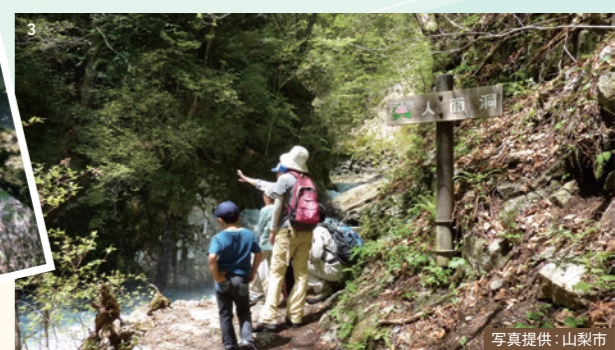


写真提供: 山梨市

- ルートの序盤は、木々のトンネルを進みながらウオームアップ。
- ルートの前半、展望台から見た「三重の滝」。
- 専門家の指南で森のリラックス効果を体感する、森林セラピー*も開催されている。



写真提供: 山梨市



写真提供: 山梨市

雄大な絶景に思わず感激！この夏は、家族で山歩き



写真提供: 山梨市

景色の主役である七つ釜五段の滝は「日本の滝百選」の一つ。

森と清流が織りなす癒やし

美しい山々と豊かな水に恵まれた山梨県内には、森の緑を清流が彩る渓谷が数多く点在しています。いずれもまさしく、心洗われる景色です。

そのなかでも山梨市の西沢渓谷は、「水源の森百選」森林浴の森100選など景勝地として高い評価を受けている県内屈指の名所の一つです。木漏れ日のなかを行く1周約10キロ3時間30分ほどのルートの見どころは、次から次へと姿を現す9つの滝。葉が生い茂る木々を背景に水しぶきをあげて落ちる水流の眺めは清々しく、思わず立ち止まってしまふことでしょうか。とりわけ大きな感動にひたれるのは、花崗岩の岩場がダイナミックな絵を描く「七ツ釜五段の滝」。滝つぼの水は、吸い込まれそうなほどに澄んだエメラルドグリーン。ザアザアと響く水音に包まれ、しばし時間を忘れます。

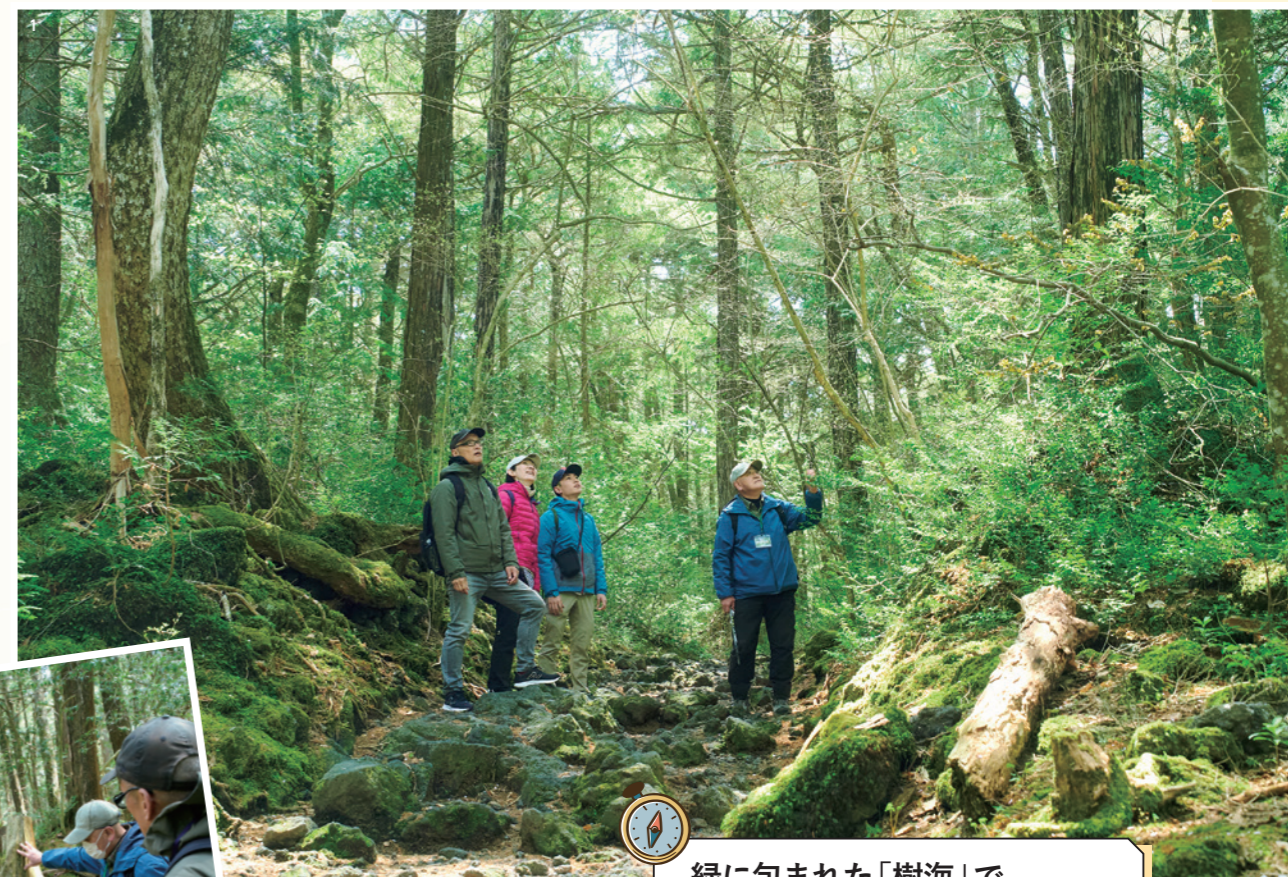
訪れるなら地形の成り立ちを学んだり、奥ゆかしく咲く山野草を見つけたりと、楽しみが増すガイドツアーに参加するのもおすすめ。登り道は途中、岩場や狭い道が続くものの、整備された道の傾斜はさほどき



「青木ヶ原樹海」のガイドツアーで、 時を忘れてしまう没頭体験を

富士山の溶岩流が生んだ深い森と洞窟へ。解説を聞きながら巡ることで、
驚きと発見に満ちた特別な時間がさらに大きく広がるでしょう。

文●山田清機(ノンフィクション作家) / 撮影●神出 暁



1&2. 青木ヶ原樹海や風穴・氷穴を案内してくれたのは、ガイドの阿部高明さん。元教師である阿部さんの解説は明快で、溶岩の成り立ちや樹海の植生といった自然の営みを深く学ぶことができた。知的好奇心旺盛な子どもにとっても、忘れられない一日になるだろう。

緑に包まれた「樹海」で 神秘的に満ちた原生林に触れる

樹海近隣には、「アウトバック・アドベンチャーツアーズ」、「富士エコツアー・サービス」などガイドツアーを主催する事業者が数多くあるので、所用時間やコースを参考に、ガイドを探してみよう。

★今回、ガイドツアーに参加したのは
ネイチャーガイドツアー(富士観光興業)

青木ヶ原樹海と富士風穴、鳴沢氷穴を巡るガイドツアーは、手軽な未知との遭遇だ。ネイチャーガイド歴25年の阿部高明さんは元学校の先生だけに、お話がうまい。

「青木ヶ原樹海は864年の貞観噴火で流れ出した玄武岩の溶岩の上に来た森なんだけど、玄武岩って何かわかるかな？」

さっそく、中学生の息子に質問だ。「火成岩、かな……」

「そう火成岩の一種だけど、安山岩に比べるとガラス質が少なく粘り気がなく流れやすい。それが青木ヶ原樹海特有の地形を生んだんです」

阿部さんが遊歩道脇のヒノキを手の甲で叩くと、コンと音が響いた。「樹海はヒノキとツガが中心の森ですが、土がないから植物はコケの上に生えます。栄養状態が悪いので幹が空洞になって、高さ25mになると根本から倒れてしまう。だから樹海の木の高さはそろっているんです」

足元に、エビフライのようなものが無数に落ちている場所がある。「ニホンリスがヒメコマツの松ぼっくりの種を食べたあと、食痕です」

樹海の中には、牧野富太郎が愛したバイカオウレンや、葉緑素を持たないギンリョウソウなど、珍しい植

物も自生している。「ツガは梅と書きますが、ほら、樹液が白いでしょう。お母さんのお乳のようだから梅と書くんですね」

溶岩の割れ目にコウモリがいますよ」ライトで照らすと、ハムスターほどのコウモリが溶岩にしがみついている。耳がかわいい。

樹海に広がる地下の迷宮へ
溶岩流がつくった風穴や氷穴がたくさんあるのも樹海の特徴だ。富士風穴は全長201mの横穴。入ってすぐの水柱には、思わず家族全員、オーッと歓声を上げてしまった。

一方、縦穴の鳴沢氷穴は、地上から一気に21m降りたところに広がる地下世界だ。天井が低く、立つて歩けない場所もあって、地底探検の気分を満喫できる。年間通して0〜4度という天然の冷蔵庫は、猛暑の夏こそ訪れたい、まさに「穴場」だ。地形、気候、動植物、歴史。ガイドなしでは決して知ることのできない知識をたくさんもらって、青木ヶ原樹海がぐっと身近になった。



3. 樹海では、朽ちた倒木を土台に新芽が育つ。倒木が朽ちると、木の根本に空洞ができる。4. 白い部分は、菌類と藻類が共生している「地衣類」と呼ばれるもの。土のない溶岩でも自力で生きることができる。5. 樹海を形成する玄武岩には磁鉄鉱が含まれており、岩の近くでコンパスが狂う可能性がある。これは特定の場所のみであり、樹海全体でコンパスが機能しなくなるわけではない。



樹海近隣には数多くのガイドツアーの拠点があるが、この「西湖ネイチャーセンター」もその一つ。センターから徒歩5分ほどの洞窟「西湖コウモリ穴」の受付もこちらで行う。
●山梨県南都留郡富士河口湖町西湖2068

かつての噴火が残した溶岩の森へ。 深い緑と氷が織りなす未知の旅



6&7. 「富士風穴」は富士山の溶岩流が生み出した青木ヶ原樹海にある数多い溶岩洞穴で、最も巨大な自然洞穴の一つ。総延長201m、高さ8.7mの横穴で、約15分で歩くことができる。洞窟内は夏でも涼しく平均気温は3度。水柱の見どころは1月上旬から5月下旬。段差が少なく、比較的歩きやすい。
●山梨県南都留郡富士河口湖町西湖青木ヶ原2068-1



8&9. 「鳴沢氷穴」は地中深く潜る全長153mの縦穴式洞窟。見学可能な最深处は入り口から21mも地下にあり、100段ほどの階段を上り下りする。中には年間を通して氷柱がある。内部が環状となっているため通路を引き返すのではなく、一周する形で階段を上り、出口に向かう。
●山梨県南都留郡鳴沢村鳴沢8533



住みたい村No.1の「丹波山村」で、山間での田舎暮らしを満喫

ここは山梨県の北東部に位置する、関東エリアで最も人口の少ない村。雲取山や飛龍山などの名峰に囲まれるロケーションだからこそ、緑と人のぬくもりが味わえる。

文●三浦愛美／撮影●丹波山村役場



雲取山や飛龍山など、深い緑の山々に囲まれた丹波山村全景。

迫りくるような濃密な緑とオープンな村民マイルドが魅力



写真提供：丹波山倶楽部

丹波渓谷で楽しめるシャワークライミングの様子。シャワークライミングとは、渓谷の沢を源流に向かって登っていくリバースポーツのこと。

- 開催期間 ……7月中旬～8月
 - 参加資格 ……10歳以上
 - 申込人数 ……4人～
 - 料金 ……1人8800円
- 問い合わせ：丹波山倶楽部HP



写真提供：丹波山温泉のめこい湯

丹波山温泉のめこい湯

野趣あふれる露天風呂があり、その湯は肌がしっとりつるつるすと評判。

- 山梨県北都留郡丹波山村778-2
- 0428-88-0026
- 10:00～19:00(最終受付18:00)



道の駅たばやま

地場野菜、ジビエ用の食材など特産品が豊富に並び、食堂も併設されている。

- 山梨県北都留郡丹波山村2901
- 0428-88-0411
- 9:00～17:00



丹波山村

面積：101.30km²
 人口：497人(2026年5月1日現在)
 ● 圏央道青梅ICから車で約90分、JR「奥多摩駅」から西東京バス「丹波山村役場行き」で約55分

アウトドアもグルメも充実

この「秘境の村」には、シャワークライミングができる渓谷や村営釣り場、地場野菜やジビエ商品などを販売する「道の駅たばやま」、人気の温泉「のめこい湯」などがギュッと凝縮。知る人ぞ知る人気スポットなのですから、村を囲む雲取山や飛龍山へのトレッキングも楽しめます。夏には村の中心を流れる丹波川の鮎や香り豊かなワサビ、秋には名産品の原木舞茸やジビエが味わえ、食いしん坊の胃袋をわしづかみ。ショートトリップにぴったりです。そんな丹波山村に惹かれて移住してくる人も絶えません。実はこの村、

急峻な山々に抱かれた丹波山村に到着すると、思わず「うわあ」と声が漏れます。眼前に迫る深い緑、清涼な空気……。ここは山梨県北東部に位置する山間の村。東は東京都奥多摩町、北は埼玉県秩父市に接するが、それもそのはず、村の97%を森林が占めており、村はずっぽり秩父多摩甲斐国立公園内に位置しています。都心を潤す多摩川の源流域でもあり、緑と水の豊かさは別格です。

ある雑誌の「住みたい田舎ベストランキング」特集で、「5000人未満のまち」部門のトップに選ばれたことも。その理由の一つが、1992年にはじまった「親子山村留学」。応募者続出の大人気の移住制度です。初田登さん・薫くん親子もそのうちの1組。3年前に横浜からこの制度を活用して、引っ越してきました。「山村留学制度がある自治体はほかにもありますが、30年以上の歴史がある丹波山村は、移住者を受け入れるのに慣れていて、最初から村の皆さんがとても気さくに接してくれました。疎外感を感じずにすつとなじめたのはそんなオープンな雰囲気のおかげかな。自然の豊かさと、子育て環境の良さは期待以上でした」

横浜時代は習い事さんまいったという薫くんも、「今はのんびり過ごせて楽しい」とにっこり。小学校では種から育てた大豆で味噌をつくったり、村の名産品である原木舞茸を栽培をしたりと、大自然ならではの学びを全身で吸収しているとか。

「コンビニはなくても人びとが温かく、家族でのんびり過ごせる。これ以上のぜいたくはありませんね」

奥多摩のさらに奥へ。あふれる緑と人のぬくもりが待っています。



1. 丹波山村に移住してきた初田登さん、薫くん(写真撮影：神出 暁)。村では山村留学の見学会を毎年開催(実施日は移住情報サイト「たばやまで暮らそう!」参照)。2. 「原木舞茸」とは、山に自生する天然の舞茸の生育環境を、林や畑で再現して栽培するもの。



3



3. 4. 丹波小学校では自然体験のほか、ICT教育にも力を入れている。5. 夏の新緑、秋の紅葉、冬の白銀。そんな四季の変化をたっぷり楽しめるのも、山間にある丹波山村の魅力。

5

information

食×謎解きの新たなエンタメ、イマーシブレストランとは？

「TABA CAFE」自慢の鹿肉ローストと季節野菜のソテー。このコミュニティカフェでは、丹波山産の野菜、平飼卵、庭で育てたハーブや梅など、おいしくて安心な食材を使った、体に優しい料理とスイーツなどを提供。来村した人々と村民が交流できる拠点でもある。



写真提供：イマーシブ・ラボ



「狼ノ宴」の登場人物リスト。資料を読み解くのも、謎解きの醍醐味だ。

丹波山村の北東、雲取山に鎮座する「七ツ石神社」。その狛犬は犬ではなく、じつは「狼」。そのため、昔の猟師たちは狼を山神の使いとして崇めていたという。そんな狼伝承の残る丹波山村では、エンターテインメントを利用した村の活性化に取り組んでいる。その一つが、料理と物語体験が融合した「イマーシブレストラン“狼ノ宴”」だ。参加者は物語の登場人物として、村内にある古民家カフェ「TABA CAFE」(山梨県北都留郡丹波山村2582)を訪れ、提供されるジビエ料理やイベント演出を通じて、謎解きに挑戦する。2026年度後半は、秋以降に開催予定。丹波山村ならではの食と物語が交差する、唯一無二の謎解き体験である。

問い合わせ：丹波山村イマーシブレストラン「狼ノ宴」HP



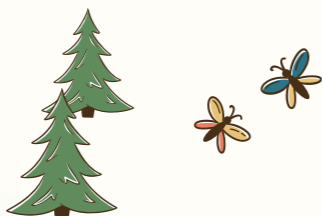
せせらぎに包まれながら
溪流釣りの時間を満喫

釣り好きも一目置くエリアで「溪流釣り」の奥深さに触れる

溪流釣りファンから人気を集めている県内各地の釣り場情報は「山梨県漁業協同組合連合会」のサイトで確認できる。



★今回、溪流釣りを取材したのは
真木川(桂川水系・大月市)



1. 遊漁券は近隣のコンビニや店舗などで購入可能。2&3. 小林さんはポイントによってしかけを変える。エサはヒラタ(ヒラタカゲロウの幼虫)をメインとしている。4. 写真は真木川で釣れた2匹のヤマメ。ヤマメは警戒心が強く、釣れないこともある。



四季を彩る溪流には常に新しい感動が眠っている。溪流のせせらぎに身を置き、愛用の竿を振るだけで、釣りの面白さが満喫できる。



四季の溪流で釣り三昧

首都圏からアクセスしやすい山梨県は、近年、溪流釣りの人気エリアとして注目を集めています。県内各地の溪流には美しいイワナやヤマメ、アマゴが生息しており、魚を追いながら山あいを歩き巡る「溪流釣り」の醍醐味を味わえるのが魅力です。県内の溪流釣りは、多くの地域で3月から9月末まで解禁とされています。解禁後、3月初旬の水温10度以下の時期、4月〜7月・8月にかけて水温が上昇する時期、9月に

入って朝夕の冷え込みが厳しくなると産卵を控える時期、それぞれ魚が釣れる条件やポイントは刻々と変化していくため、地元の釣具店や詳しい人などから情報収集してみるといいかもしれません。今回訪れた大月市の真木川では、桂川漁協大月支部の小林利男さんが案内役を務めてくれました。半世紀以上の釣り歴を持つ小林さんは、ヒラタカゲロウの幼虫を使ったエサ釣りでヤマメを狙う名手です。「県内には魅力的な溪流が数多くあるので、ぜひ訪れてみてください」そう穏やかな笑顔で語ってくれました。



木々と戯れ、大自然を満喫。親子で楽しむアクティビティ施設ガイド

馬に揺られながらの森の散策や、溪流でのヤマメ釣りなど、山梨県の大自然の中で、家族の思い出を育むスポットを厳選して紹介します。

文●旗智優子(P10)、編集部(P11~13)／撮影●飯貝拓司(P10~11)



初めての乗馬でも大丈夫。インストラクターの先導で、光に包まれた森の中をのんびり。



3. 乗馬用ヘルメットとともに、衝撃が加わると膨らむエアバッグ構造のベスト貸し出しもある。4. 「ご家族と一緒に、馬で森に行ってみませんか」と、インストラクターの萩原璃奈さん。

優しい馬がエスコート。木漏れ日の森をゆったりと



1. 馬の背からの眺めは忘れられない夏の思い出になるはず。2. 3歳までの子どもが保護者とともに乗馬できる「親子引き馬」というプランもある。

八ヶ岳の絶景を背に「馬のまち」小淵沢で乗馬を体験

小淵沢には乗馬クラブが10カ所ほどある。右記の「馬のまち小淵沢」を参照しよう(ホームページ制作:高鳥勉)。



★今回、乗馬を体験したのは
カナディアンキャンプ乗馬クラブ八ヶ岳

馬に揺られ、八ヶ岳の森へ

木漏れ日が降り注ぐ深い緑に包まれた八ヶ岳の森を、馬で散策。そんなひと時を過ごせる北杜市小淵沢町乗馬クラブが多くそろい、リゾートエリアなどには、馬の専用道路も整備される「馬のまち」です。

その中で、今回訪れたのは、JR小淵沢駅にほど近い「カナディアンキャンプ乗馬クラブ八ヶ岳」。騎乗する前に説明を受けた後、乗馬用ヘルメットを着用したら、いよいよ馬と「ご対面」。この日選んだコースは、常歩(入)が歩く程度の速さで外乗を体験できる、小学1年生から参加可能な初心者用プラン。出発や停止の合図を教わったら、インストラクターの先導で近くの森へ。

爽やかな風を受け、馬に揺られて進むうち、心が穏やかに。同クラブが飼育するのは元競走馬ではなく、初めから乗馬用に調教された従順な馬がほとんど。子連れのファミリーも、八ヶ岳の森で楽しく馬と触れ合うことができます。乗馬の魅力に目覚めたら、次回はより長く外乗するプランに挑戦して、人馬一体の魅力を味わってみてはいかがでしょうか。

南アルプス邑野鳥公園



1. 夏鳥の代表格・オオルリ。澄んだ声を響かせるのが特徴だ。2. 観察ルームなら暑さや寒さを気にすることなく野鳥をじっくり探せる。3. ネイチャーガイドツアーは毎日開催。月ごとにテーマが変わる。
(写真提供: 南アルプス邑野鳥公園)

鳴き声に耳を傾けながら、野鳥との出会いの瞬間を待つ

南 アルプスユネスコエコパーク登録地である早川町。なかでも鳥獣保護区内につくられたこの公園では、町の鳥であるヤマセミヤ、絶滅危惧種のクマタカなど、100種類近くの野鳥や動植物が観察可能です。管理棟には専門スタッフが常駐しており、気軽に解説を聞けます。公園内を歩きながら季節ごとの自然を満喫できるネイチャーガイドツアーは学びが多く魅力的。双眼鏡をのぞけば、珍しい鳥に出会えるかも。

- 📍 山梨県南巨摩郡早川町黒桂 745
- ☎ 0556-48-2288
- 🗓 毎週火曜日
(祝日・GW・夏季・年末年始期間を除く)
- 💰 入園料: 大人400円(高校生以上)、小人200円
- 🚗 中部横断自動車道「下部温泉早川IC」から車で約35分

フォレストアドベンチャー・フジ



1. 「ジップスライド」は大人や子どもも大満足。2. 身長110cmから遊べる「トレックコース」は11のレベル別サイトを選べ、時間内なら何度でもチャレンジ可能。3. キャンプ場の星空は圧巻だ。
(写真提供: フォレストアドベンチャー・フジ)

大樹の合間を駆け巡る冒険。忘れられない思い出づくりを！

口 ープ1本で木から滑り降りる「ジップスライド」や、細い渡り木を伝う空中散歩など計91のアクティビティを備えるアウトドアパーク。メインの「トレックコース」は高さや難度別の11レベルに分かれ、上級サイトは地上約10mの高さにも挑みます。より安全に配慮し、目の届く低いところで行う小さな子ども向けコースもあり、全世代が一緒に遊べる施設です。併設するキャンプ場はレンタル品が充実しており、手ぶらでOK。

- 📍 山梨県南都留郡富士河口湖町船津6662-1
- ☎ 090-3345-0970
- 🗓 冬季休業あり
(12月中旬～3月下旬/天候状況による)
- 💰 トレックコース: 大人・小人一律3,500円～/人など
- 🚗 中央自動車道「河口湖IC」から車で約10分

6 つの森からなるこの公園には、300種以上の植物や小動物など数多くの生き物が暮らしています。その一つ、「どんぐりの森」には森林セラピーロードがあり、リフレッシュに最適。湧き出る泉に心が涼みます。ほかにも昆虫観察施設のある「かぶとむしの森」、四季折々の花を楽しめる「さくらの森」など、個性豊かなエリアが広がる公園です。街の喧騒を離れ、木漏れ日に癒やされる。そんな時間の過ごし方はいかがですか。

多様な生き物が暮らす緑の中で身も心ものんびりと

金川の森



1. 森はクヌギなど広葉樹が主体。散策路を歩けば森林浴を満喫できる。2. 「どんぐりの森」には、ニシキゴイの泳ぐ展望池がある。3. 夏の「かぶとむしの森」は昆虫観察に訪れる子どもたちも多い。
(写真提供: 金川の森)

- 📍 山梨県笛吹市一宮町国分1162-1
- ☎ 0553-47-2805
- 🗓 4～10月: 無休、11～3月: 毎週月曜日および年末年始
- 💰 無料
- 🚗 中央自動車道「一宮御坂IC」から車で約3分

「家」 族で楽しむ遊び場をコンセプトに、地形を活かしたアトラクションを提供しています。なかでもツリーハウスやクライミングウォールで構成される自然体験基地は子どもに大人気。ほかにも地上5mを滑空するロールライダーや50mの斜面を下る「ジャンボすべり台」、本格的なバギーなど、思い切り体を動かす体験がそろっています。4つのドッグランが完備され、愛犬と遊べるのもうれしいポイントです。

子どもの笑顔弾ける秘密基地。充実の「非日常」がここに

富士すばるランド



1. 吊り橋で結ばれたツリーハウスでは、子どもがターザンロープや綱渡りにチャレンジできる。2. バギーのコースはオフロード。親子二人乗りで楽しめる。3. ゆったりとしたS森林鉄道は、犬の同伴も可能。
(写真提供: 富士すばるランド)

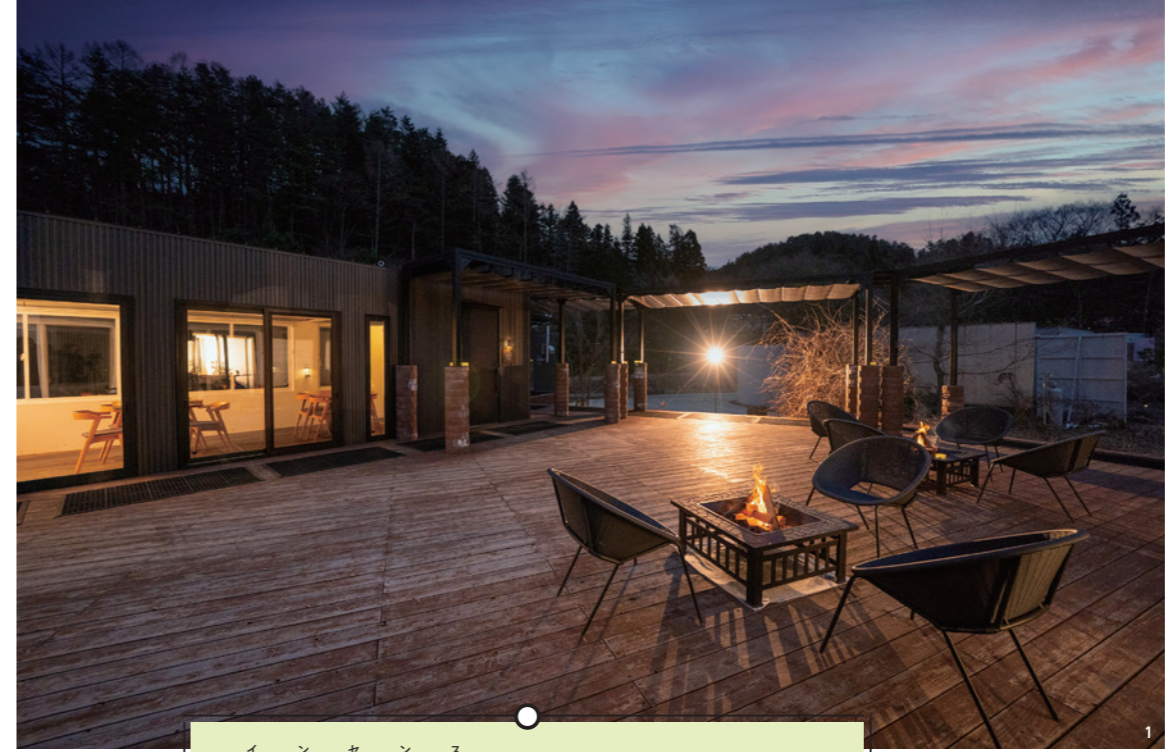
- 📍 山梨県南都留郡富士河口湖町船津字剣丸尾6663-1
- ☎ 0555-72-2239
- 🗓 毎週水曜日・木曜日(祝日の場合は除く)
- 💰 入園料: 大人・小人一律2,000円/人
- 🚗 中央自動車道「河口湖IC」から車で約5分

「山梨グルメ」の誘惑

「森のレストラン」で美味を味わう

キラキラなグリーンに囲まれて食す一皿は格別。心ほどける至福の3軒をご案内します。

文●上島寿子 / フォトジャーナリスト / 撮影●野瀬勝一



Incense 薪火料理とワイン



1. レストランはトレーラーハウスを活用。客席は「リバー」と「フォレスト」の2棟に分かれ、中央には広々としたテラスが設けられている。たき火の炎が揺らぎ、周囲の自然と相まって幻想的な雰囲気が醸し出される。2. ディナーコースは全5品で11,000円。季節ごとに料理は変更となる。前菜の甲斐サーモンのコンフィは色鮮やかなピーズのドレッシングを添えた軽やかな味わい。途中でライムを搾ると爽やかさがアップする。3. こぢんまりとした客席はプライベートレストランのよう。写真はリバー棟。



大自然を満喫できる眺望のもとで地の恵みが詰まったコースを



4. メインディッシュの鹿肉のロースト。富士河口湖町産の鹿肉はクセがまるでなく、マデラ酒とフォン・ド・ヴォーを煮詰めた芳醇なソースがピュアな旨味とよく合う。付け合わせは春菊のキッシュなど。メインはプラス料金(2,000円)で甲州牛に変更もできる。5. スモアセット1,000円は食後の余興に絶好。マシュマロをこんがり焼いた後に、ビスケットとチョコレートで挟む。6. 山梨県産ワインのペアリング4,400円も。左から、赤の「ヤマナシドグレイス」、白の「くらむぼん 甲州」、スパークリングの「重畳」。7. まろやかなトマトソースが絡むのは小粒でつると食感のリゾーニ。自家製ベーコンと黒胡椒が食欲に弾みをつける。



あ ふれる緑に癒やされながら絶品料理に舌鼓を打つ。そんな贅沢なひと時をもたらすのが森のレストランです。自然に囲まればリラックス度が高まり、おいしさは倍増。気軽なリトリートになるでしょう。

富士吉田市にある「Incense」は森の時間を満喫できる1軒です。店舗はトレーラーハウスを活用したヴィラ型ホテル「BLANC FUJI」に併設され、ディナーは宿泊客以外も利用可能。店をぐるりと囲む森の緑とともにテラスから富士山を一望でき、敷地横には富士山の伏流水を水源とする桂川の清流が。涼やかな水音はヒーリングに絶好です。

メニューはコースのみで、前菜からデザートまで全5品。内容は季節で替わり、四季折々の地元食材が盛り込まれます。取材日の前菜は甲斐サーモンのコンフィ。低温でレアに火を入れたサーモンはとろりとなまめかしく、ピーズのドレッシングが

繊細な旨味を引き立てます。パスタは米粒に似た形のリゾーニをトマトソースで。甲州富士桜ポークを薪火で焼いた自家製ベーコンがトッピングされ、燻香と脂の甘みがアクセントに絶妙です。メインは富士山麓で捕れた鹿肉のロースト。しっとり柔らかくかむ度に澄んだ旨味が広がります。甘みのあるソースがよく合います。山梨県産の赤ワインをお供にすれば味わいが一層深まります。総支配人の佐藤恒平さんに伺うと夏はアユなどの川魚がコースに加わり、敷地内で育てたハーブの出番も増えるというから季節ごとに通いたくなります。そんな美味の後は楽しみがもう一つ。テラスのたき火でマシュマロを焼いてビスケットなどで挟む「スモア」がオプションとして用意されているのです。家族や友達とワイワイにぎやかに炎を囲めば、夏の思い出がまた一つ増えるでしょう。

総支配人の佐藤恒平さん



山梨県富士吉田市上吉田東9-6-25
0555-28-6299
18:30~20:00 (L.O.)
※3日前までに要予約
無休



乙女湖のほとりでお会い
カリッと香ばしい自家製ピザ

BOAT HOUSE cafe

3. ミックスピザ1,500円。自家製ピザソースにサラミやオリーブなどをトッピングして、ピザ専用の電気窯で焼き上げる。サクッと軽く、1枚はペロリだ。4. カレーライス1,280円はあめ色に炒めたタマネギが味の決め手。写真のポークのほか、ビーヤラムが登場する日も。サラダMサイズ550円もうれしい。5. オージーミートパイ1,000円は香ばしいパイ生地にビーフシチューのようなフィリングがたっぷり。ルートビア550円と合わせれば後味がすっきり爽快に。



1. 森に溶け込む建物は、崇さんの構想をもとに大工さんや仲間と建築。店名はヨットマンの崇さんが命名。湖でウォータースポーツを楽しむ人の拠点になっている。
2. 木の温もりを活かした店内には崇さんのアメリカンなコレクションが並んで見飽きない。



奏樹 Planetary Health & Beauty Dining

三方から森の緑を眺められる客席は開放感満点。スペースも広く家族連れにも最適だ。一角ではお土産に向く県産ワインや植物性素材の焼き菓子なども販売。



1. “奏樹 旬菜プレート”3,000円。メイン料理は写真の「お野菜」のほか「お魚」も選べる。春菊のジェノベーゼ風ソースなど工夫満載だ。2. “お野菜だしの坦々麺”2,800円。野菜だしに胡麻だれを合わせたスープは香ばしくふくよか。大豆ミートなどでつくった坦々味噌が力強いアクセントに。麺はグルテンフリーのきび麺を使用。3. “奏樹オリジナルティラミス”800円は14時~のカフェメニュー。豆乳ベースのクリームはなめらかでココも豊かだ。フレーバーは3種類あり、この日はいちごが登場。

※9月~4月中旬は水曜、木曜休み。冬季休業あり(1月~3月中旬)



八ヶ岳の素材を活かした、心と体に優しい野菜プレート

代表の大沼崇さん(写真右)と妻の亜子さん。



● 山梨県山梨市牧丘町柳平16-1
● 080-3242-6095
● 10:30~16:30 (L.O.)
● 不定休
※休業日はインスタグラムで確認を

店内からも湖を一望できますが、特等席はテラス。山の自然を浴びながら特別な時間を過ごせるでしょう。

乙女湖の名で親しまれる琴川ダムが位置するのは標高1464mの山中。「BOAT HOUSE cafe」はその湖畔にたまたま、料理が評判のカフェです。腕を振るうのは大沼崇さんと妻の亜子さん。元々は横浜に住んでいた夫妻ですが、崇さんが経営する天体望遠鏡メーカーの星空観望会で何度も訪れるうちにこの地に魅了されて移住。2024年に念願のカフェを開きました。

内村圭吾シェフ



● 山梨県北杜市小淵沢町1578 アルソア 女神の森シンフォニアガーデン内
● 0551-36-5002
● ランチ11:00~14:00 (L.O.)、
カフェ14:00~16:00 (L.O.)
● 水曜

「奏樹」があるのは八ヶ岳南麓の高原エリア。ガラス張りの店内はどこからも木立の緑を見渡せ、森に浮かんでいるかのようです。ランチメニューは野菜尽くし。一番人気の「奏樹旬菜プレート」には、自社農園を中心に八ヶ岳のオーガニック野菜が多彩な調理法で盛り込まれます。この日のメインは春キャベツの甘みと新じゃがいもの瑞々しさを活かしたコロッケ。もう一品の、車麩のアーモンド揚げは、もっちりとした食感が肉のように。単品メニューもあり、濃厚でココのある坦々麺はスープから具材までオールベジタブル仕様。カフェタイムのスイーツも動物性食品不使用と徹底しています。「アレルギーを持つ方も同じ食事を楽しめるので喜んでいただけます」と内村圭吾シェフ。緑が彩る空間と体に優しい料理は、心身をリフレッシュするのにぴったりです。

Discover
やまなし

南アルプスの山懐に抱かれる。 奥山梨「早川町」を巡る

古の宿場の面影と、地元食材の味覚に出会える、山里の「小さな旅」へご案内。



写真提供：早川町観光協会



写真提供：早川町観光協会

急斜面に立ち並ぶ講中宿（信仰グループを指す「講」が、定宿とした旅籠）の家並みと石畳が残る赤沢宿は、国指定の重要伝統的建造物群保存地区。石畳の坂道をゆっくり散策したい。

赤沢宿



宿の駅 清水屋



1. 大正時代建造の宿を改装した休憩所兼カフェ。2. 名物は大豆やくるみを混ぜ込んだ豆餅（3個500円）と自家製しそジュース（300円）。3. 笑顔で迎えてくれるのはスタッフの望月眞智子さん・和枝さん。

山梨県南巨摩郡早川町赤沢193
0556-45-3232

早川町までのアクセス



甲府方面から県西部の早川町に向かうには、国道52号を利用し、静岡県方面に南下していき、身延町の飯富交差点を右折する。中部横断自動車道を利用する場合は、下部温泉早川ICが最寄りのインターチェンジとなる。

古民家カフェ 鍵屋



1. 江戸時代中頃に建造されたと推定される古民家を、2015年にリノベーションしてオープン。2. 一番人気の「鹿肉のトマト煮」（1600円・パン付き）。鹿肉はほろりと柔らか。3. クリームチーズの濃厚な風味と、えごまの食感を楽しめる「えごまのチーズケーキと雨畑紅茶のセット」（900円）。

山梨県南巨摩郡早川町奈良田1064-43
0556-20-5556

早川ジビエ



猟師でもある店主が「早川町内で捕獲した鹿肉の味わいを知ってほしい」とオープン。低温調理した鹿肉たっぷりの「鹿肉のロースト丼」（2,475円）は、しっとりとした肉質でジビエ初心者にも好評。

山梨県南巨摩郡早川町草塩503
0556-48-8086

雨畑硯の里 硯匠庵

中国の硯の名品・端溪にも匹敵する硯として江戸時代の文人墨客に愛された「雨畑硯」の歴史や製造工程を学ぶことができる施設。硯の「仕上げ彫り」と「磨き」を体験できるプログラム（所要時間90分・4,000円）は、老若男女に人気。

山梨県南巨摩郡早川町雨畑709-1
0556-45-2210



写真提供：雨畑硯の里 硯匠庵

伝統工芸品づくりも体験

続いて訪れたのは、「雨畑硯の里 硯匠庵」。雨畑硯は鎌倉時代から続く伝統工芸品ですが、ここでは硯彫り体験も楽しめます。

さらに足を延ばした先は、孝謙天皇の遷居伝承が残る奈良田集落にたずむ「古民家カフェ 鍵屋」。地元食材の料理と甘味を味わえば、山あいの食文化の豊かさを実感できます。ゆったり流れる時間の中で、知る人ぞ知る山梨の奥深さが印象に残った旅となりました。

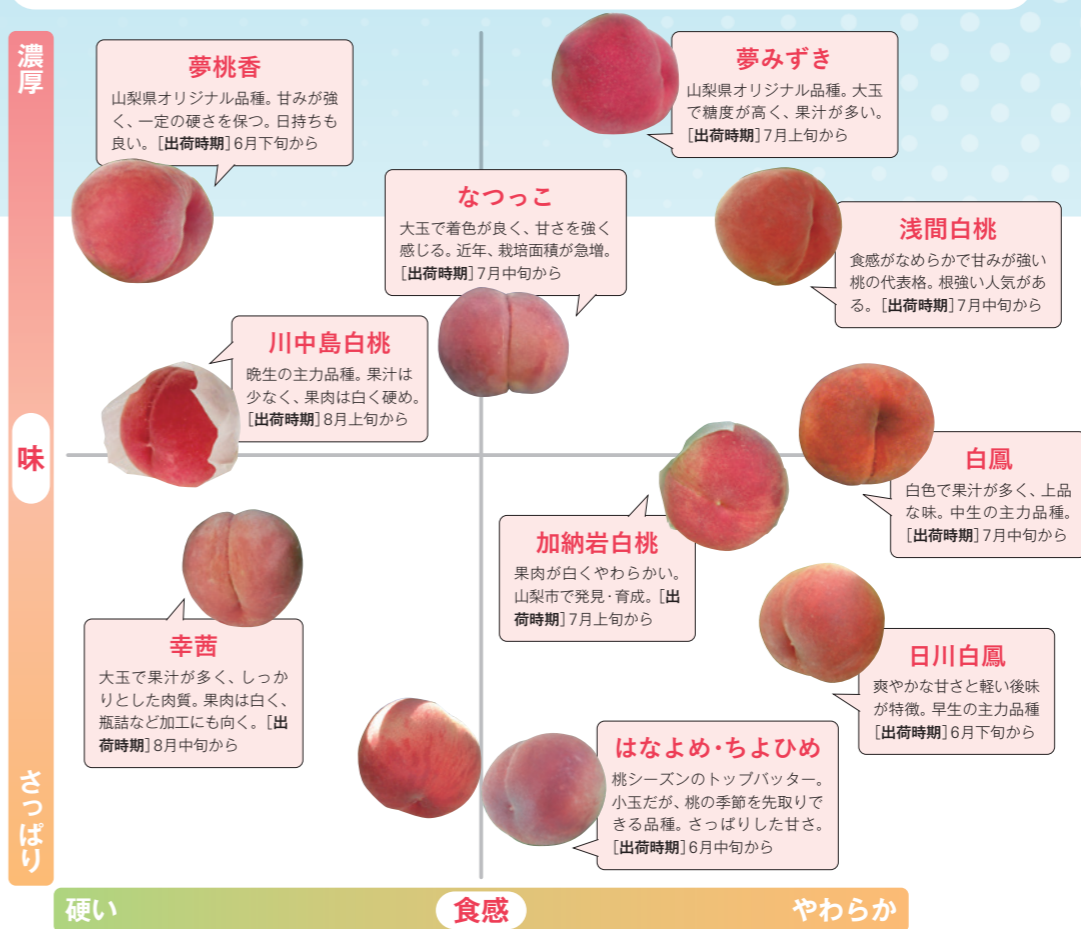
山梨県の南西部に位置する早川町は、「奥山梨」とも呼ばれる、歴史と伝統に彩られた静かな山里です。夏を間近に控えた週末、町内の見どころをのんびりと巡ってみました。

最初の目的地は、日蓮宗の総本山・身延山と霊場七面山を結ぶ参道の宿場町、赤沢宿です。ここは、集落の建造物、近隣の森林や畑を含めた一帯が、1993年に国の重要伝統的建造物群保存地区として認定され

おいしさと魅力を語る、「桃ソムリエ」とは？

多彩な桃の品種を持つ食感や甘さについて、「名誉桃ソムリエ」の2人が産地の強みとともに紹介します。

山梨県産の代表的な桃の味わいチャート



このチャートの味、食感の目安は、旬の時期に感じる個人の味覚の平均を参考にしています。

「桃はどれも同じ」というイメージを持つ人も少なくありません。「桃ソムリエ」制度で県産桃の魅力を広める

そこで山梨県は、桃の品種ごとの特性や魅力を分かりやすく伝えるため、今年「桃ソムリエ」制度を開始しました。桃のブランド力向上や、販路拡大にもつなげる狙いがあります。今年の秋以降に桃に関する認定試験を実施し、合格した人を県が「桃ソムリエ」として認定します。試験は、桃の品種ごとの特性のみならず、栽培方法、桃に関する歴史や文化など幅広い知識が問われる内容です。認定後は、それぞれのSNSでの自主的な情報発信や、飲食店での料理・スイーツの提供などを通じた魅力発信に期待が寄せられています。

また、桃ソムリエの認定に先行して、高度な知識や技術、発信力を持った有識者やシェフ、パティシエ、インフルエンサーなどを制度を象徴



フルーツコンサルタント
加藤恵美子さん
山梨県初の「野菜ソムリエ」の資格を取得し、現在は全国でも数少ない最高峰の資格「野菜ソムリエ上級プロ」を持つ。山梨県産果実の販売やイベントをはじめ、テレビ・ラジオへの出演など、フルーツ消費拡大のため活動を行っている。

でなく、口どけや香りも楽しんでいただきたいですね」と語ります。おすすめの食べ方について、2人は「旬の桃をそのまま味わうこと」と口をそろえます。食べる1時間前に冷やすと、甘みを感じやすくなるそうです。また金子さんは、生ハムやチーズと合わせたり、冷製パスタに使ったりする食べ方も提案します。「桃は甘い料理だけでなく、塩味や酸味ともよく合います」

健康面でも魅力があります。加藤さんは「桃は水分が多く、ほかの果物より低カロリー。食物繊維やカリウムも豊富」と説明。「甘いから太ると思われがちですが、体にも良い果物です」と話します。

新たな「桃ソムリエ」制度が、山梨の桃の魅力をもっと広げてくれることを期待しています。

桃ソムリエ制度について詳しい情報は



どんどん変わる、山梨県の“今”を知ろう



銀座ウエスト青山ガーデンシェフ
金子博文さん
国内外で研さんを積み、素材の持ち味を生かしたスイーツづくりに定評がある。山梨県立博物館内のカフェ「Museum café Sweets lab 葡萄屋kofu」(笛吹市)のグランシェフを務めるほか、やまなし大使としても活動している。

「名誉桃ソムリエ」に就任した金子さんと加藤さんに、山梨県の桃の強みを聞きました。全国の産地を回ってきた金子さんは、山梨の土や自然環境の良さを挙げます。「四方を山に囲まれた盆地特有の気候に加え、昼夜の寒暖差も大きい。その環境が良質な農作物の生産につながっています」と話します。

加藤さんも「水はけの良い土地、盆地特有の気候、全国トップの日照時間」が、桃のおいしさの理由だと説明します。「晴れの日が多く、太陽の光ときれいな水が、圧倒的な甘さを生み出しています」

極早生から極晩生まで 山梨県の桃は品種も多様

「存在として」名誉桃ソムリエに委嘱。桃の魅力発信のほか、制度そのものの周知も担います。

ら9月上旬まで、時期ごとに品種が変わります。早生種として知られる「日川白鳳」は、ジュシーで柔らかく、手で皮をむけるのが特徴。「甘みも強く、贈答用としても人気ですね」と金子さん。

2020年に商標登録された山梨県オリジナル品種「夢桃香」は、糖度が高い上に、果肉の色が乳白で薄くピンクがかかっていて、日持ちが良いこともあり、やや硬めの桃が好きな人に好まれているようです。「なつっこ」は、リンゴのような硬めの食感が特徴です。「硬い桃は未熟と思われがちですが、『なつっこ』は硬いままで甘い」と加藤さん。品種ごとの違いを知ること、楽しみ方も広がります。

晩生種の代表格「川中島白桃」や「幸茜」は、大玉で甘みが濃厚。長い日照時間の中で育ち、豊かな味わいになります。金子さんは「糖度だけ

子どもも大人も夢中になる、桃狩りスポット案内

6月から8月にかけて、いよいよ桃の季節の到来です。桃の生産量日本一を誇る山梨県では、極早生から晩生まで多彩な品種がそろい、それぞれ異なる味わいや食感を楽しめます。この夏は、ひととき甘くてジューシーな桃を味わえる「桃狩り」に出かけてみてはいかがでしょうか。

桃狩りは、農園ごとに多彩なプログラムが用意されているのも魅力です。

す。時間無制限で桃狩りを楽しめます。採れたての桃を使ったスイーツを堪能できたりする施設もあります。例えば、笛吹市の「御坂農園グレイプハウス」のもぎとり体験付きのコースでは、スタッフが丁寧に収穫のコツを教えてください、初心者でも安心です。桃狩りの後に、時間無制限で「桃食べ放題」を楽しめるプランが用意されており、何度も訪れるリピーターも多いそうです。

山肌の傾斜地に畑を構える山梨市の「萩原フルーツ農園」は、一つひとつの工程を丁寧に行う栽培方法によって、濃厚な甘みと香りの桃を育てています。採ったばかりの桃は、みずみずしく格別の味わい。甲府盆地や富士山を望む農園直営の「やまきやカフェ」では、季節のフルーツを使用したスイーツも楽しめます。

南アルプス市の「中込農園」は、11ヘクタールという県内で最大級の広大な敷地に、JAオリジナル品種の「アルプス美人」や、甘みが強い黄肉

の「つきあかり」など、約40品種・約400本が植えられています。こちらでは「時間・個数の制限なく、自ら木から採って食べ放題」も人気。多い日には1000人以上が来園するため、早めの予約がおすすめです。

やカフェで、自家収穫の桃を使ったジュースやジェラートを楽しめるのも、うれしいポイントです。今回紹介した施設以外にも、山梨県内には個性豊かな農園が数多くあります。桃狩りの施設を探すなら、やまなし観光推進機構のウェブサイト「富士の国やまなし」もおすすです。この夏は、山梨の風物詩「桃狩り」で、家族みんなの心がときめくひとときを過ごしてみませんか。



6月下旬ころから多くの農園で桃狩りが始まる。たわわに実ったもぎたての旬を味わえるのは、この時期の醍醐味だ。



採れたての桃は、甘くみずみずしい！ジェラートなどを楽しみ訪れる人も大満足。



「富士の国やまなし」はこちらから

世界から熱視線を浴びる、「カーボンフリー農業」とは？

ビニールハウス内に一歩足を踏み入れると、そこには人気のブドウ「シャインマスカット」の葉が元気にいっぱい茂っていました。案内してくれたのは山梨県果樹試験場研究員の塩谷諭史さん(当時)。ここでは、山梨県が誇る果樹の品種改良や、栽培技術向上のための研究、実証実験が日夜繰り返されています。

そんな山梨県が、世界から注目さ

れるのは「カーボンフリー農業」で、環境負荷を減らす未来の形です。

「農業は一見エコに見えますが、実は多くのエネルギーを必要とします。ビニールハウスの暖房やさまざまな農機、収穫物の輸送など。これまで化石燃料を使ってきたエネルギー源を、将来的に『グリーン水素』に転換しよう」と挑戦しているんです。

「グリーン水素」とは、太陽光などの再生可能エネルギーでつくられ、製造時にCO₂を出さない水素のこと。太陽の放射量が日本トップレベルの山梨県ならではの取り組みです。

10年後の農業のためにここ山梨で研究が進む

「カーボンフリー農業」の実現には、3つの挑戦があります。第1の挑戦は、充電式の除草機など「脱炭素農機」の導入によってCO₂排出量を減らしていくこと。第2の挑戦では、次世代型「有機薄膜太陽電池」を導入して、農作物を育てな



左上/白いボックスにグリーン水素が充填され、「水素暖房機」を通じてビニールハウス全体に温風が送風される。右下/タブレットには温度や湿度、土壌温度、CO₂濃度から土壌水分量まで、栽培に必要なデータが詳細に記録されている。



山梨県果樹試験場・研究員(当時) 塩谷諭史さん

がら畑で発電していくこと。これは2025年より実証実験がはじまり、山梨県オリジナルの最高級品種ブドウ「サンシャインレッド」をさらに赤く美しく輝かすために、日中に発電・蓄電した電力で、夜間を通してLEDライトを照射。結果は上々だということだ。

そして第3の挑戦が、2026年2月からの「水素加温ハウス」でのシャインマスカットの栽培実証。ビニールハウスを、「グリーン水素」で加温するのです。

こういった「カーボンフリー農業」が普及すれば、農地耕作から果樹野

菜育成、収穫まで、環境に負荷をかけずに行うことができる。世界が注目。ただ社会実装するには「安全性」「運用性」「経済性」の実現が必要と塩谷さん。

「いまはまだ一般農家さんが使うのは難しいですが、誰もが適正価格で安全に使えることを目指して、私たち研究員と大学、メーカーが日夜研究をしています。昨今は世界情勢で燃料価格も左右されがちですが、いざれ化石燃料は枯渇していきます。いまからエネルギーの地産地消を目指すことで、日本の農業の未来は明るいものになると信じています」



実証実験で育てられている「シャインマスカット」のブドウ棚。国内初のグリーン水素を燃料とした暖房機による加温で栽培されている。

「やまなし暮らし支援センター」へ 知りたい情報を得るための第一歩、



「やまなし暮らし支援センター」は、東京・有楽町の東京交通会館8階、「ふるさと回帰支援センター」東京内にあり。電話は080-1600-5730。相談や情報収集は、予約をしてから訪問をするといい。

山 梨県への移住に興味湧いたら、東京・有楽町駅前にある「やまなし暮らし支援センター」を訪ねてみてください。ここでは、さまざまな相談を受け付けています。

「実は私自身も、県外から山梨に移り住んだ経験があります。だからこそ“外からの目線”で、不安や疑問に寄り添えると思います」と話すのは、移住相談員の中川恵美さん。

コロナ禍以降、地方移住や二拠点生活への関心は高まりましたが、具体的なイメージを持てる人ばかりではありません。

「山梨県は、地域ごとに環境が多様です。富士山を望む街や宿場町の風情が残る土地、さわやかな高原地帯、交通の便が良い駅近も。山梨県には、自然や気候風土の異なる6つのエリアがあるので、お話を聞きながら移住候補地を絞っていきます」

ただ、移住を成功させるには、大切な7つのステップがあるといいます。まずは「①移住目的」を考え、「②家族やパートナーと相談」し、「③条件をリストアップ」して「④市町村に相談」。そして「⑤現地に足を運び」「⑥仕事や学校を探し」「⑦住まいを見つける」という過程です。多くの人は住まいや仕事に不安を抱きますが、「実は一番大切なのは、『なぜ移住したいか』という①の“目的”なんです」と中川さんは強調します。

「若い方は趣味や自己実現のために。30代は子育てや起業、40代はテレワーク環境や就

農へのチャレンジ、50～60代は第二の人生の拠点として山梨を選ばれることも多いですね。とはいえ、何も決まっていなくても大丈夫。いま、どんなライフステージにいて、どんな暮らしを望んでいるのか。そこから一緒に考えると、自然と方向性が見えてきます」

具体的に移住プランを進めたい人には、市町村や就学・就労相談窓口につなぎ、現地見学の調整までサポートしてくれるといいます。

改めて山梨県の魅力を探ると「青空が広がり、地震が少なく、空気もきれい。温泉もあり、食べ物もおいしい。なにより人が温かい。それが一番の魅力ですよ!」と中川さん。

「移住相談」は、ほんの少し“人生の棚卸し”に似ています。自分は何が好きで、どんな暮らしを望むのか。一人では見えにくい輪郭も、対話の中で少しずつ浮かび上がってきます。まずは第一歩を有楽町から始めてみませんか。



「やまなし暮らし支援センター」移住相談員の中川恵美さん。

ふるさと回帰支援センター・東京
東京都千代田区有楽町2-10-1
東京交通会館8階

「AIM Brew LAB.」店主 /
「株式会社エイム」代表
西村純一さん



WEB制作とビール醸造。 地域に貢献する新しい働き方



西湖周辺を拠点とする地域事業者のWEB制作を多く担い、そのための写真や動画撮影は自ら行う(左)。重さ約500kgの醸造用タンクは、地元の仲間の協力を得て運び込んだ(中)。できたてのビールを提供するタップルームはソフトドリンクやスイーツなどのカフェメニューも充実。幅広い世代に愛される(右・山梨県南都留郡富士河口湖町西湖19)。

東京でWEB制作会社を営んでいた西村純一さん。競合他社との価格競争に追われる日々の中、「もっとお客さまに寄り添った仕事がしたい」との思いが強まりました。その頃、懇意にしていた方が富士河口湖町出身だったことから、山梨との縁が芽生えます。そこで、違う場所で仕事や生き方を見直すべく、会社の移転と自身の移住を決意したそうです。

西湖のほとりを新天地に選んだ理由として、「観光地として完成された場所ではなかったから」と話します。

「自分が関わっていきける“余白”があることに魅力を感じました」

一 移住先への恩返しのため、醸造所立ち上げを決意

地元の方からは当初、「何の仕事をしているかわからない人」として不思議がられた西村さん。ならば自ら飛び込もうと、物件探しの際役場に紹介された西湖・河口湖で移住希望者支援を行う「富士山暮らし応援隊」へ加入し、地域とのつながりを築いていきます。そこからチラシやWEB制作の仕事を得ることで、地元事業者との関係が生まれ、山梨でのビジネスも軌道に乗っていきました。

大きな転機はコロナ禍に訪れます。

仕事仲間である西湖周辺の観光事業者が打撃を受ける中、「これまでの恩返しをしたい」と、新たな集客の場をつくるべく、長年の夢だったクラフトビール事業に乗り出したのです。ゼロから醸造を学び、2024年に「AIM Brew LAB.」を開業。富士山の伏流水で仕込むビールを、湖の美しい景色や空気とともに味わってもらおうと、店舗は古民家を丹念に改装しました。今や観光客だけでなく地域住民も集う場となり、「怪しい人」と思われた過去は笑い話になったそうです。

現在は観光事業者へのWEB制作・販促支援と、クラフトビールの醸造・飲食業を両立。「いかなればどちらも体験をつくることです。これらは意外なほど似通っています。今後はこの2つを通じて、西湖の魅力発信に注力していきたいですね」

山梨に居を移した当時は振り返り、西村さんは「準備をしてから行動するのではなく、動きながら生活をつかっていくのも一手」と言います。

「場所に縛られない働き方が広がる今、『ここで暮らしたいか』を起点に人生を考えてもいいと思うのです」

住む場所を選ぶことの本质は自由であると、西村さんは自身の働き方を通じて示しています。

現在利用できる
オススメ制度

単身者 **60**万円
世帯 **100**万円

子育て世帯
加算 最大
100万円



詳細は山梨県の
ホームページを
ご覧ください。

-----| Profile |-----

にしむら・じゅんいち ▶ 1977年生まれ、兵庫県出身。株式会社エイム代表取締役。2015年に東京でWEBを中心とした広告制作業を創業。2017年に山梨県へ移住し、地域事業者の販促支援に携わる。2024年、西湖の古民家を改装したクラフトビール醸造所「AIM Brew LAB.」を開業。