

THE EARTH

ISHII SPORTS GEAR CATALOGUE

「歩く」から始まる

2025
VOL.49

Selected Gear CATALOGUE

MOUNTAINEERING
CAMPING
RUNNING
FITNESS
TENNIS

登山
キャンプ
ランニング
フィットネス
テニス



FIND YOUR BEST®



無限

ソーラー充電搭載
稼働時間無制限*

* Dual Power モデルのみ（使用条件による）

頑丈

MIL-STD-810 準拠
タフネス設計

INSTINCT 3



GARMIN



BOOK THEME
「歩く」
THE
EARTH
ISHII SPORTS GEAR CATALOGUE

VOL.49

SPECIAL CONTENTS

- 010-013 THE EARTH INTERVIEW 01
野外活動家・大木ハカセさん 時速6キロで500km 東海道リヤカー旅という冒険
- 014-017 THE EARTH INTERVIEW 02
鳥瞰図絵師・温井一郎さん 山を歩き、空を飛ぶ、鳥の目線で絵を描く。

「歩く」に備える

- 018-021 健康管理から始めるアスリートウォッチのススメ

「歩く」楽しみ方

- 022-027 ジオパーク認定ガイドと南伊豆のジオサイトを歩く
- 030-033 永田 弘太郎さん(日本山岳会副会長)×仲川 希良さん(モデル・フィールドナビゲーター) 古道を歩く
- 034-037 山登り大好き芸人 桜花さん×石井スポーツアドベンチャーズ対談 ガイドツアーのここがいい
- 038-041 スタッフおすすめ 日帰り登山&立ち寄りスポット

石井スポーツスタッフに聞く

- 008-009 「外遊びの達人」に聞くロングトレイルの魅力
- 042-047 女性のお悩み、私たちが解決します!
- 050-051 「脱フッ素」アウトドアの新常識!
- 056-059 スポーツシューフィッターに聞く正しい靴の選び方

Selected Gears

- 064-065 山を歩く
基本の山道具を揃えて快適に歩こう
- 072-074 山を登る
いざという時にも対応する道具選び
- 086-089 山に泊る
基本装備に宿泊道具をプラス

CAMP

- 092-095 電車&バスでもっと楽しむ「徒歩キャンプ」のススメ
- 099-100 軽くてコンパクトがキーワード!／キャンプの便利アイテム
- 104-107 ソロ・デュオ・グループで! 癒しと健康のキャンプごはん

CAMERA

- 108-109 アクティビティをさらに楽しむアクションカメラ
- 110-111 ミラーレス一眼カメラ／コンデジ／双眼鏡／アクセサリ

RUNNING

- 116-120 「歩く」から始めるトレイルランニング入門
- 128-139 スタッフの「歩く×走る」と愛用アイテム

TENNIS

- 140-141 充実のサービスでテニスライフをサポートします
- 142 山やランニングのウエアを活用し自分らしさを!!
- 143-144 あなたのお悩み コンシェルジュが解決

FIND YOUR BEST.



石井スポーツ
ISHII SPORTS



ART SPORTS

CONTENTS

石井スポーツ・アートの商品が
「ヨドバシ ショッピングアプリ」で、ご購入いただけます。

THE EARTH掲載のバーコードを読み取って、どこでも簡単にお買い物！



ヨドバシ
ショッピングアプリ

【キーワード検索】

キーワード検索機能を使って、商品名の一部を入力すれば、お探しの商品がすぐに探せます。

www.yodobashi.com

石井スポーツ

石井スポーツ ランニング

石井スポーツ スキー

石井スポーツ ノースフェイス

石井スポーツ モンベル

石井スポーツ スキーブーツ



【バーコード検索】

カタログ内のバーコードを読み取ると商品ページにアクセスできます。

スマホでお買い物

8 032696 800420

**ご自宅でも店頭でも
外出先でも！**

カタログからその場で検索し、注文することができます。

トップ>アウトドア・スポーツ用品>スポーツウェア・シューズ>メンズシューズ>ハイキング

アク AKU ロケット DFS GTX ROCKET DFS GTX 72 6ISG 108 Black-Orange UKB(27cm) [ハイキングシューズ メンズ]

¥ 46,500

4,650 ゴールドポイント

在庫あり

明日までにヨドバシエクストリームサービスがお届け

石井スポーツのお取り扱い商品です。

★★★★★ 1件

カートに入れる

便利な機能が満載。
在庫のある店舗がわかります！

- ・アプリからそのまま購入できます。
- ・ポイント残高確認・利用ができます。
- ・ご登録配達先へのお届け日時の照会ができます(最短当日配達！)。

App Store・Google Play ストアより
アプリをダウンロードしてください。



App Store



Google Play ストア

※カタログ内にバーコード表示がない商品は店頭でのみの取り扱いとなります。※掲載価格は4月17日時点の価格となります。予告なく価格が変更となる場合がございます。最新の価格は店頭またはヨドバシ・ドット・コムでご確認ください。商品によっては発売前やヨドバシ・ドット・コムに未掲載の場合がございます。

ネットでも店舗でもゴールドポイントカードが使えます！

ネット購入分のゴールドポイントはゴールドポイントカードアプリと共通化していただくことで、店舗でも貯めたり・使ったりできます。

ポイント共通化の
ご案内はこちら



10万点以上の品揃え！THE EARTH未掲載の商品も簡単にお買い物！

www.yodobashi.com



ストア



ストア



選べる配達会社

ご注文商品の配達会社を有料(一部無料)にて指定することができます。

※弊社指定商品に限り、メール便も可能。

ネットで注文→店舗受取

ヨドバシカメラ全店および石井スポーツ各店(一部店舗除く)で商品を受け取ることもできます。

※ヨドバシアウトレット京急川崎を除く。

お支払い方法

・クレジットカード ・ゴールドポイント
・コンビニエンスストア、銀行、ペイジーでのお振込

メンバーズカードのご案内

～ヨドバシカメラグループの一員となり会員カードが新しくなりました～



入会金
年会費
無料

10%ポイント還元

ヨドバシゴールドポイントカードのご利用でお買物金額の

特価品
も含む

※お支払い種別によりポイント還元率が8%になる場合がございます。※商品やブランドによりポイント還元率が異なります。※石井スポーツ・アートスポーツメンバーズカードをお持ちの方は忘れずに持参ください。ゴールドポイントカードと統合させていただきます。

選べる3つのポイントカード

ポイントカードの種類	① ポイントカードの元祖!	② スマホで利用可能!	③ 一番ポイントが貯まるカード!
	ゴールドポイントカード	ゴールドポイントカードアプリ	GOLD POINT CARD +
カード機能	ヨドバシカメラ・石井スポーツ・アートスポーツのポイントが貯まるカードです。	ヨドバシカメラ・石井スポーツ・アートスポーツのポイントが貯まるスマートフォン用のアプリです。	ヨドバシカメラ・石井スポーツ・アートスポーツのポイントが貯まるカードです。クレジット決済(VISA)機能付きます。
入会金 年会費	入会金・年会費 無料	入会金・年会費 無料	入会金・年会費 無料
お買物 プロテクション	対象外	破損・盗難・水没・火災などによる損害を補償!! 90日間 (一部商品180日間) ご購入1品の事故につき自己負担額(免責)7,000円となります。	破損・盗難・水没・火災などによる損害を補償!! 90日間 (一部商品180日間) ご購入1品の事故につき自己負担額(免責)3,000円となります。
石井スポーツ アートスポーツ ヨドバシカメラで 現金でのお買物 (10%ポイント還元の場合)	10% ポイント還元	10% ポイント還元	10% ポイント還元
石井スポーツ アートスポーツ ヨドバシカメラで クレジットカードでのお買物 (10%ポイント還元の場合)	8% ポイント還元	10% ポイント還元	11% ポイント還元
石井スポーツ アートスポーツ ヨドバシカメラ以外の Visa加盟店での お買物	制度なし	制度なし	1% ポイント還元
ポイント補償	制度なし	制度なし	万一の時に 最大10万ポイント 不正使用分を補償! ※4
ヨドバシ・ ドット・コム でのお買物	共通化の手続きをすることにより、ヨドバシ・ドット・コムでポイントをご利用いただけます。	お店で貯まったポイントをそのままお使いいただけます。	共通化の手続きをすることにより、ヨドバシ・ドット・コムでポイントをご利用いただけます。

アップ
グレード!!

アップ
グレード!!

加えて

プレミアムな
特典が満載



ヨドバシ・プレミアム

ゴールドポイントカード・プラスをさらにお得にご利用いただけるアップグレードサービスです。

年会費
3,900円(税込)

ガッチリ補償!!
365日間
※2

※5
プレミアム会員様限定
セール・キャンペーン

※5
商品引取修理
回収配達料金:通常一律3,000円が年3回まで無料

※5
出張修理
面倒なメーカー修理の手配をサポート

※5
コンシェルジュ優先予約

商品ご注文ダイヤル

ETCカード年会費
ずっと無料
通常初年度無料 / 2年目以降550円(税込)のETCカード年会費が無料



スマートフォンがポイントカードになります!

さらにお得なアプリを
事前にご登録ください

登録手順や特典など
詳しくはP6をご確認ください。

※1:ici club神田など一部店舗を除く。 ※2:携帯電話、スマートフォンなどごく一部対象外の商品がございます。スポーツ用品のスポーツ中の破損は対象外となります。

※3:ゴールドポイントカード・プラスでクレジット決済の場合、+1%分は購入日の翌月末までに還元されます。 ※4:3,000ポイントは自己負担(免責)となります。 ※5:ヨドバシカメラ取り扱い商品に限ります。

ゴールドポイントカード・プラスはヨドバシカメラ各店舗及びインターネットでお申込みいただけます。クレジットカード機能付きのため入会には審査がございます。



iPhone・Android対応
ゴールドポイントカードアプリ

登録手順

入会金・年会費 無料

ダウンロードは
こちらから



iPhone 用



Android 用

いつも持ち歩くスマートフォンがポイントカードに！

便利
1

通常のポイントカードと同様にポイント
を貯めたり・使ったりできます。

便利
2

ポイント残高や有効期限、ポイント
利用履歴を確認できます。

便利
3

更にクーポン機能も
ついています。

アプリのインストール

※ポイント共通化手続き、またはヨドバシ・ドット・コム会員登録が必要です。

※Android OS:4.3.0以上 iOS:11以上のiPhone5S以降、iPod touch第6世代以降、iPadAir以降、iPad mini2以降

STEP
1 ダウンロード
サービスを起動



iPhone



Android

STEP
2 アプリを
ダウンロード！



iPhone



Android

STEP
3 登録手続きを
します



iPhone



Android

STEP
4 IDとパスワード
を入力して完了



iPhone



Android

iPhoneのAppStore、もしくは
AndroidのPlayストアアプリを
起動して「ヨドバシカメラ」で検索。

ヨドバシゴールドポイントカード
アプリをダウンロードします。

アプリを起動してポイントカードの
登録手続きへ。

ヨドバシ・ドット・コムの会員ID(メール
アドレス)とパスワード(8~16文字の
英数字)を入力し、登録完了。

ゴールドポイントカードアプリにはお得な特典いっぱい 会員アプリはヨドバシカメラと共通で利用でき
ポイントも共通利用できます。

アプリ
登録特典
1

クレジットカード
ご利用でも



通常8%のところ
10%ポイント還元！

ゴールドポイントカード・プラスで
お支払いいただくと、さらにお得な **11%ポイント還元！**

※10%ポイント還元の商品の場合、※プラス1%ポイントはクレジットお支払い月の月末までに付与されます。

アプリ
登録特典
2

万が一の事故もしっかり補償します

ご購入
商品の

盗難 破損 水没 火災

**90日間ガッチリ
補償！**

※一部商品は、180日間補償です。※ご購入一品の事故につき自己負担額(免責)7,000円となります。 ※携帯電話、スマートフォンなど一部対象外となる商品があります。 ※スポーツ用品のスポーツ中の破損は対象外となります。

石井スポーツ・アートの厳選
OUTDOOR GEAR & FEILD

登山・キャンプ・ランニング・フィットネス・テニス

歩く

すべての行動は「歩く」から始まる

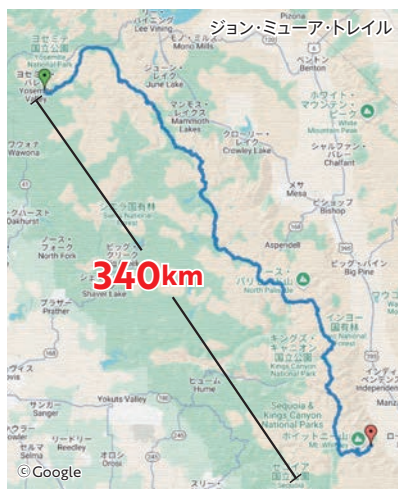
歩きながらさまざまな景色を楽しめば、
新しい発見や出会いが、きっとある

さあ、新たな世界へ

FIND YOUR BEST.

自然のなかを「歩く」旅に出かけよう。 風が吹き、葉が揺れ、木々がこすれ、 鳥のさえずりが聞こえる。

山に登るのではなく自然の中を歩く、ハイキング。スイスアルプスやドロミテ、カナディアンロッキー、ヨセミテなど、ヨーロッパやアメリカでは、ハイキングの文化が根付いていると言えます。近年日本でも、自然や文化に触れる数多くの道が整備され、何日もかけて歩くことができるようになってきました。ニュージーランドやカナダ、アメリカのトレイルを歩いてきた石井スポーツ名古屋店スタッフ、平林真希に、「歩く」旅(ロングトレイル)の魅力を聞いてきました。



歩きはじめよう

低山の景色は、北アルプスやハヶ岳などで見られる景色と比べると、かすんで見えてしまうかもしれません。しかし、3,000m級の山にはない低山ならではの魅力があります。

まず体力的な心配が少ないこと。山、森、自然の中を歩くのは、都会を歩くのとはまったく違います。友人との話しも違う話題になることでしょう。何時までピークを踏んで、何時までに帰ってこなければならない、そのような時間の制約も少なく、途中、体力が回復するまで



石井スポーツスタッフ「外遊びの達人」に聞く ロングトレイルの魅力



休憩しながら、森の音に耳を傾けることもできます。

大事なのは、歩きはじめること。一歩前に足を進めれば、そこにはまだ見ぬ世界が広がっていることでしょう。

……そう話してくれたのは、石井スポーツ名古屋店のスタッフ、平林真希。

平林は、2015年、ワーキングホリデーで滞在していたニュージーランドのミルフォード・トラック、ルートバーン・トラックを歩き、ハイキングの魅力を知り、ネパールのアンナプルナでは、ヒマラヤのベースキャンプへ。カナダではトレッキング三昧の日々を送りました。アメリカでは、ロングトレイル、ジョン・ミューア・トレイル、340kmを堪能してきました。

気軽に出かけよう

自然に触れ、人との出会いが待っている

「海外のピークハントは、氷河やロープを使わなければならない場所もあります。体力や技術、装備が要求されますが、トレイルを歩くのは横移動、それほどハードルが高くないのがよいですね。アップダウンもありますが、奥深い谷を歩いたり、森のなかを歩いたり。朝早くから歩き出して、夕方までに決められたところに行くというよりは、のんびり、暖かくなっ

てから歩いて、満足したら、そこでキャンプするという感じ。ラフでしたね。もちろんゴールはあるのですが、道や景色を楽しんだり、歩くこと自体を楽しむのです。『ここから先は辛そうだったから迂回してきた』とか。いい意味で肩の力が抜けています。ハイキングという文化が根付いているのも感じました。途中、現地の人の車に同乗させてもらったり、人との出会いも楽しいですね」と平林。

デジタルデトックスのチャンス

「携帯電話が使えるれば、天候やルートのチェックができるのですが、僕は携帯のSIMカードをはずして歩くこともあります。情報は、持っている人に聞けばいいわけですから」

あえて不便を楽しみながら歩く。そんな楽しみができるのも、肩に力を入れないハ

イキングの魅力のひとつと言えるでしょう。

日本のトレイルを歩く

近年は、日本でもトレイルの整備が進み、1983年からジャパントレイル構想がスタート。2023年には南の起終点道標が沖縄に設置され、事実上、日本を縦断する1万kmにおよぶジャパントレイルを歩けるようになりました。もちろん、全行程を一気に踏破するのもよいですが、少しずつ、区切って歩き「いつの日か、ジャパントレイルを制覇する」という目標を持つのも楽しいでしょう。

海外のトレイルを歩いてきた平林も、「日本国内でも東海自然歩道は愛知エリアを日帰りや1泊で歩いたことがあります。自然と文化が感じられる素晴らしいトレイルでした。今は、信越トレイルを歩きたいと思っています」と話してくれました。



平林 真希
石井スポーツ 名古屋店

2015年にニュージーランドのミルフォード・トラック、ルートバーン・トラックを歩き、カナダ、ネパールのトレイルも経験。2024年にはアメリカのロングトレイル、ジョン・ミューア・トレイルも踏破。

時速6キロで500km 東海道リヤカー旅という冒険

写真提供 / 大木ハカセ

江戸時代、東海道は、江戸と京都を結ぶ街道として重要な役割を担っていました。今でこそ、東海道新幹線「のぞみ」を使えば、東京から約2時間10分で京都に着くことができますが、あえてこの道を歩いている人たちがいます。4名の中学生と大人ひとりが、リヤカーに荷物をのせ、夏の暑い日差しを浴びながら、雨風の日も、何日もかけて歩いています。



野外活動家
大木ハカセ(おおき・はかせ)

野外活動家として、国内外での遠征やアウトドア活動を行う。そのスタイルも徒歩、乗馬、自転車、カヤックでの川下りなど様々。毎年夏には自身の経験をもとに、中学生を対象にした東海道五十三次(500km)を行くリヤカー旅や、小学生を対象にした島旅、大人を対象にした冒険ツアーなども実施。アウトドア文化の波及推進を目的とした活動は多岐にわたる。

「なんで歩かないのかと思うのです。
陸が続く限りどこまでも歩いて行けるのに」

自由を求める旅

「子どものころから外遊びが好きでした。毎年、夏休みには親がキャンプや海に連れていってくれましたし、小学生のころからアウトドアが身近な存在でした。椎名誠さんや野田知佑さん、開高健さんにあこがれている少年でした」という大木ハカセさん。

「かつてバックパッカーやヒッチハイクの旅が流行したこともありましたが、そ

ういう流行を追うのが好きではなかったですね。僕にとって旅は、人と共有する思い出づくりではなく、『自由』を感じる手段なんです。例えば、誰もいない大草原にひとりだけ。ここで死んでも誰にも気づかれない。空と大地があるだけ。そんな状況でも生きようとするわけです。自分で『生きる』を決める。何か外因を受け入れるのではなく、選択肢から選ばされるわけでもなく、自ら生きようとする。これって果てしなく『自由』な行為だと思



う。僕にとってのアウトドアとは、この『自由』を満喫する行為なのです。山に登ることもある。カヤックで川を下ることもある。モンゴルの大平原で馬にテントなどの装備一式をのせて何日もゆく。いつもはそんな旅をしています。

子どもたちと歩く冒険旅

「2011年、仲間の冒険家と二人で、小学生をターゲットにした冒険旅を企画し始めました。それまでも、子供たちを連れたキャンプ企画や登山企画は手掛けていましたが、今回の企画はあくまで『冒険』。主役は僕らではなく、小学生冒険家でなくてははいけない。10日以上の間、親元を離れた小学6年生がどこまで頑張れて、どこまで楽しめるのか、僕らの中では、全く新しい未知数の挑戦でした。2012年、小学6年生を対象にした冒険旅企画がようやくスタート。オホーツク海から太平洋を目指す目標を掲げ、北海道、網走から釧路まで歩く旅。弟子屈、標茶の酪農地帯、釧路湿原を抜けて港町、釧路まで

歩く。小学6年生、3名が参加した13日間の旅。雨の日が多かったのですが、やってみたらとてもおもしろかった。大赤字でしたが、それを越える感動を得ることができました。仲間と二人して、即決で翌年もやろう、と。大赤字ですけど(笑)。二人で日本地図を穴が開くほど睨みながら、コースをどうしよう……って。大人の目線ではなく、あくまで主役の子供たちが直感的に理解しやすいルートである必要がありました。結果、日本の中心地・東京駅から日本の最高峰・富士山頂を目指すコースにしたのです。東京あたりで雲の間に浮かぶ富士山を見ながら、その頂を目指すって、おもしろいですよね」。

その後も毎年小学生と旅を重ね、現在も毎年夏休みに、株式会社ビクセンとの共同主催で「Vixen Island Journey」を実施。小学4年生から6年生までを対象に、行き先のわからない船に乗りこみ、下船した島で一週間、島を歩き、海に潜り、山に登り、キャンプをし、星を見ながら語り尽くす、そんな冒険旅を実施しています。

子ども4名、大人1名の共同作業

「小学生との旅を繰り返すうちに、この子たちが中学生になっても一緒にできる冒険旅がないだろうか、と考えるようになりました。親元を離れて長期間、自分の荷物を背負って毎日決められたキャンプ地まで歩く。これは小学生にしてみれば大冒険です。ただ、それを経験した中学生は、もうすでに自分ではできる事を知っているのですから、ただ距離を伸ばしたところで冒険にはなりません。もっと違う何かを共に経験できないものか。そんなある日、とぼとぼと夜道を歩いていると、リヤカーを引いているおじさんを見かけたのです。おじさんを捕まえて『ちょっと引かせてくれないですか?』ってお願いして。引いてみたら大変……。ですが、瞬間的にピンッときました。これだ!これに全員分の装備を載せて、24時間共同作業をしながら長距離歩いたらおもしろいのではないかと!」

翌日、早速、リヤカーを作っている町工場に電話をかけて相談に行きました。

「リヤカーはそういう目的で作ってないから、何百キロとか長距離は無理かもしれないよ」との返事。そこから工場の社長さんと二人三脚でオリジナルのリヤカーを制作しました。中学生が4隅を押して引いて、僕が真ん中でハンドルを握る、世界で1台のリヤカー。これを参加者みんなで引っ張って歩く旅をしよう！わかりやすい目標も設定したい。東京から京都へ。東海道を歩くリヤカーの旅だ！小学生には無理であっても、中学生だったらできる！24時間体制での団結と協力が強いられる、500kmを超えるリヤカー旅の誕生でした。

2015年夏。日本橋。鉄製リヤカーと4名の中学生、そして大木さんは、初日、保土ヶ谷まで歩く予定を立てて、いざ出発。

「リヤカーは軽車両だから道路を引いてもいいのはわかっているのですが、なぜか気がひけるのです。おずおずと進みながら、保土ヶ谷駅から丸見えの公園にテントを張ったのです。『ハカセ、ここにテント張ってもいいの？』と子供に聞かれながらも、『ここで寝なかったら、どこで休むんだよ』って言いながら公園で一夜を過ごしました。決め事は、来た時よ

りもきれいにして出ていくということです。それだけ」。

2日目、平塚。3日目は箱根を越えて芦ノ湖へ。

「最初の年、芦ノ湖に着いたのは夜中12時ぐらいでした。電気を点灯させて山道に行く。辛かった！」

リヤカーの左右にロープをくくりつけ、前で2名が引っ張り、リヤカーの後ろのバーを2人が押し、大木さんは、真ん中でリヤカーを引っ張って進んでいきました。

「リヤカーには、ブレーキがついていないから、上り坂も下りも大変。みんなでリヤカーを引きますから、右前の子が疲れてきたとか、左後ろの子が遅れ気味だけど大丈夫かなとか、わかるわけです。これまで10年やってきましたが、通りがかるところ、どこでも、これまで参加した子どもたち全員の顔、声、しぐさを思い出します。ひとりとして忘れた子はいません」と大木さん。

**初めての年
17日間で京都に着けるのか……**

この初回の旅では、名古屋に着いた

あたりで決められた日数で京都にたどり着くのは難しいだろうことが容易に想像できました。

「初めての年は、ツアーを17日間としたのです。名古屋あたりで、今日は1日10km歩いた。明日、気温が下がれば20kmは歩けるか。次の日、50kmは流石に無理だ、と。そうすると17日間で京都には着けない……。報告を入れていた親御さんたちからは、1日伸ばしてでも達成してほしいという意見ももらっていたのですが、はたしてここで成功体験は必要なのか……。子供たちがゴールするまで日程を延ばすことは簡単だ。ただ、社会に出たら、これをやったらお金持ちになれるとか、社長になれるとか、成功が確約されることは一つもない。確約のない目標を達成するために試行錯誤をするのだ。勿論ダメな時もある。そうしてまた試行錯誤を繰り返す。数日悩んだあげく、東京の仲間に連絡を取り、ハイエースを飛ばして、名古屋まで来てもらいました。全部、車に乗せてワープ。亀山(三重県)あたりまで行って、数日で京都に着いたわけです」。

この最終的な決断は大木さんがした

ものの、道中の決め事、朝ご飯の時間や翌日の行程など、すべて中学生たちが話し合って決めていました。数少ないルールは、挨拶、返事、お礼、お詫びの声掛けを必ずする、そして、来た時よりもきれいにして出ていくこと、このふたつです。

「声を掛け合うって、それほど努力しなくてもできる。声を掛けてもらったら元気が出る。元気が出れば、みんなが、ぐんぐん前に進める。ほかのことはみんなで決める。決め事を作って良いのであれば、旅の進行上こんなに楽なことはありません。が、子供は主体性を失い、思考を停止し、大人に頼ってしまいます。自ら試行錯誤し、考え、悩み、笑い、歩く。それが大切なんです。サポートスタッフも入れず、最小限の参加人数にかぎっているのは、ひとつの机を囲んで一つの話話を話し合い決定することができる人数に拘っているからです」。

翌年は、全く同じメンバーが参加し、見事、京都にたどり着きました。

「成長」するのではなく「認識」するのです

「このツアーは、下見とかをしていませ

ん。もちろん、どんな危険があるかもしれない旅ですから、できる限り危険は回避しないといけませんが、下見したり、もっと多くのスタッフを配置して、ツアー本隊より先行するという方法もあります。あえてそれをしていません。中学生たちに委ねる。そうすると彼らも不安になりますよね。この不安こそが大事なのだと思っています。僕は同行しますが、引率者ではなく、歩く旅をする同じ仲間なのです」と、大木さんは言います。

「最初のころ、この体験を通して、参加した中学生たちは『成長』したのだと思っていました。ツアーの前後で違って見えますからね。旅の最初のころ、親のことだったり、自分の街のことだったり身近なことを話しながら、人間関係を探り合っています。歩いていても、同年代の子どもたちとすれ違うと恥ずかし気でもあるわけです。それが箱根を越えて、日焼けが目に見えるようになってくると、みんなが一丸となってリアカーを押し始める。それまで非日常だったリアカー旅が日常になってくるわけです。日常と非日常が逆転しはじめて、自分たちにも『できる』ということがわかってくるようでした。こ

れは単なる『成長』なのではなく、『自分の力を認識する』ってということなのだと感じました。もともとできているはずなのですが、子どもの頃から親の世話のもと、子どもとして扱われてきたから、自分たちも子どもだと思っていたのだけれども、本当はもう十分成長していたのです」。

歩き続けるということ

「リヤカーの旅は、『歩く』ことです。リヤカーを押しながら、右足を出して、左足を出す。それを続けるだけのことで、ほかに難しいこと、特殊技能は必要ありません。体力は必要ですけどもね。ただあるのは歩きながら、つねに『不安』がつきまわっているということだけ。『不安』を感じながら、危険に備えながら歩いていくわけです」。

これこそ大木さんが言っていた「生きる」選択をするということで、これこそが「自由な旅」なのでしょう。

大木さんは、今年も、リアカー旅を企画しています。

※2025年、「リヤカー東海道五十三次」は現在企画中！詳細が決定した時点で情報がリリースされますので、ご興味のある方は、Facebook「大木ハカセ」で検索してみてください。



ITEM

FIND YOUR BEST.

いつもリヤカー旅で履いているのがTevaのHURRICANE XLT2です。足のホールド位置を自在に変えられるので、足の形が変形するような長期徒歩旅にはうってつけです。

Teva
ハリケーン エクセルティアー2
HURRICANE XLT2 M 1019234 OLIVE
¥10,780 (税込)
10%で1,078円ポイント還元
スマホで買い物
0 196565 919786

山を歩き、空を飛ぶ、 鳥の目線で絵を描く。

「絵に描くことで、
大切な記憶に
なるんです」



山梨市牧丘町西保中5番地付近に設置された、
「庄巻の大作『牧丘町案内図』」



温井さんの山歩きスケッチ。通過タイムや見たものなどが詳しく書き込まれている



山登りだけでなく、地方へ旅行に行く際なども欠かさずにスケッチブックと絵筆を持ち歩く温井さん。寺社仏閣を巡る際も持ち歩き、ときにそれは御朱印帳代わりに。ただ、絵があまりに綺麗だったため、お寺の社務所でこのスケッチブックに御朱印をお願いしたところ「こんな素敵な絵の横に、とても書けません」と、最初は断られてしまったというエピソードも。風景画の横に御朱印が記されたスケッチブックは旅の大切な思い出となっているそうです



温井一郎(めくいいちろう)

山梨県牧丘町出身。1981年より旧牧丘町役場に勤務し、測量、林道の設計などの土木業務に従事。2002年に観光課に異動。これまでの経験を活かし、観光施設を移設するプロジェクトなどにも参画。普段は「温絵文(めくえもん)」のペンネームで活動しており、カレンダーなども精力的に制作している。

山梨県を拠点に、20年以上にわたり鳥瞰図を描き続ける温井一郎さん。登山口などの要所に設置される鳥瞰図にはどこか温かみがあり、山的全貌や危険なポイント、これから登るルートがひと目で把握できると県内外から広く注目を集めています。そんな温井さんに、今ある鳥瞰図はどのように作られてきたのか。その秘訣に迫りました。

仕事で培われた、とある“クセ”とは？

「鳥瞰図を描くときは、空から山を見下ろす気持ちになって、その山を歩いた時の記憶と感覚をもとに描くんです」と温井さん。空を飛ぶ鳥のように、上空から見下ろす視点で地形を描く「鳥瞰図」。温井さんはどのようにしてそんな鳥瞰図を描くようになったのか。「鳥瞰図を描く理由」や「山を歩くことの意味」についてお聞きしました。

じつは温井さんには、20年以上にわ

たり土木関係の仕事に携わってきた経歴があります。町の役場に勤め、道路や橋の設計、林道の工事などをおこなってきたのだそう。

「山に新しく林道を整備するときはね、道なき道をヤブ漕ぎしながら、斜面にへばりつくようにして測量をしていくんです。この斜面は傾斜角が何度だとか、あの地点までは標高差が何mあるとかを、すべて記録しながら歩いていくんですね。そうやって測量をしながら山を歩き続けるうちに、「地形を立体的に把握するクセ」

がついてしまったといいます。

趣味のスケッチがいつしか
鳥瞰図スタイルに

一方、プライベートでは、幼少の頃から「絵を描くこと」が趣味だったという。そんな温井さんはいつしか、山を歩くときは必ず絵の道具を持ち、スケッチしながら歩くように。ただ、そのスケッチの仕方は少し特殊です。

一般的に山のスケッチは展望台などで

描くことが多いと思いますが、温井さんは地形を立体的に把握することがクセになっているため、周囲の風景を見て描くのではなく、いま自分がいる場所を俯瞰でイメージして立体的に描くことができるというのです。そうして描くスケッチは、自然と鳥瞰図スタイルになっていったそう。さらに驚きなのがその描き方。なんと山を歩きながら、足を止めることなく絵を描き続けていきます。

「林道をつくるときの測量に比べたらね、整備された山道を歩きながら絵を描くなんて、私には朝飯前なんですよ!」と笑い飛ばす。山岳地図と等高線を見てあ

らかじめ山のカタチを頭に入れておき、あとは実際に山を歩きながらディテールを描き足していくのだそう。

「山のカタチは前もって頭に入ってますから、『今日はスケッチブックのこの辺から描き始めようかな』と、登り始める前に大体の構図を考えるんです。その準備ができたら登りながら山影を描いて、同時進行で色も塗っていく。歩きながらその場で描かないと、そのときの山の色っていうのは表現できないんですね。写真を見ながらあとで家で描くというものできるかもしれないけど、やっぱりそれじゃあダメなんです」。

そうやって登りながら描くため、温井さんの山の絵はなんと山頂に着く頃には完成するそうです。さらに驚くことに、あとから山岳地図と照らし合わせてみても、実際の地形とほとんど誤差がないのだといいます。

「写真は“記録”にはなるけど、“記憶”には残らない。でも、スケッチをしながら山に登ると、その山の記憶が大切な思い出になるんです。スケッチをするときは、山の一点一点をよく見て描いている。だから記憶に深く残るんだと思います」。



小さなスケッチブックとパレット、絵描き道具はこれだけ。柄の部分に水が入る絵筆をサコッシュに入れて持ち歩いている。ボールペンで線画を描くと、サラサラと色をつけていく



スケッチが災害復旧に役立ち、本格的に鳥瞰図の道へ

趣味として山のスケッチを描き続けていた温井さん。そんな趣味があるとき仕事に役立ち、その経験が鳥瞰図を描き続けるひとつの転機になったといいます。

「台風や大雨で山の斜面が崩れると、災害復旧工事というのをするんですね。工事をするにあたり、山のどこが崩れたかを県や国に報告しないといけないんですが、写真だけだと山のどのエリアが、どれくらいの規模で崩れたというのが分からないんです。そしたらあるとき、国交省の担当者から『被害の全貌が分かる

よう、鳥瞰図形式で描いてくれませんか』と役場に依頼があったんです。そんなこと誰もやったことはありませんから、『じゃあ俺が描くよ』ということで描いたのですが、それが本格的な鳥瞰図制作のはじまりだったかもしれません」。

その鳥瞰図が評判を呼び、各所から制作の依頼が入り、以来本の挿絵や市内に設置する看板など、数多くの鳥瞰図を制作することになっていったそうです。

山での遭難事故を一件でも減らしたい

温井さんが描く鳥瞰図はその精密さ

から、地元の山岳救助隊や消防、警察などの活動にも役立てられています。

「私も山岳救助隊のメンバーなのですが、山ではしょっちゅう怪我や滑落、遭難事故が起こるんですね。消防や警察のなかには山地図を読めない人もいますから、地図だけだと事故の発生現場が正しく共有できないんです。その点、鳥瞰図なら誰でも感覚的に地形を把握できますから、事故現場の伝達がしやすくなるわけです。そうすると発見や救助も早くなる。微力ながら、人命救助のお役に立っているのではないかと思います」と温井さん。

「遭難事故は、山への認識の甘さから起こります。山に入る前に登山口などで



鳥瞰図には、目標となるポイントや区間ごとの所要時間が細かく記載されている



温井さんの鳥瞰図は道路情報の案内板などにも活用されている

私の鳥瞰図を見てもらうと、その甘さや認識のズレに気が付くことがあると思います。たとえば『いまの私の装備や経験、今日の天気ではこのルートは難しいかな』と撤退する判断をしてもらって、一件でも多く山での事故が減ればうれしいですね」。

人それぞれの歩き方

「山梨にも百名山がありますが、山は制覇したり征服するものではないですよ。登らせてもらうもの。」

『より多くの頂上に立ちたい』、『より早く山を走破したい』という気持ちも分か

りますが、その山の思い出がその人のなに残るか、ということが一番大事なんだと思います。それがきっと、その人を豊かにしてくれる。私の場合、絵を描きながら歩くことでその山が大切な思い出になっていますが、それは必ずしも絵でなくていい。写真でもいいし、植物や苔の観察でもいいし、沢歩きでもいい。その人それぞれの楽しみ方を見つけるのが大切ではないかなと思います」。

山を歩くことの意味とは

普段、温井さんは出勤前に一時間ほどかけて山を歩いているといいます。歩く

ことで気分がリフレッシュされ、全身の感覚が研ぎ澄まされていくのだそう。今年(2025年)で66歳になる温井さんですが、山を歩く足取りは驚くほど早く、年齢を感じさせないその健脚ぶりは目を見張るものがありました。

3,000m級のアルプスをピークハントしていく楽しみもありますが、身近な低山にも、まだまだ隠された魅力があります。自分なりの歩き方を見つけ、その魅力を自分の思い出にしていってみてください。きっと人生を豊かにしてくれるでしょう。



温井さんの描く鳥瞰図には、シカやキツネなど、動物のイラストも多く登場する



鳥瞰図だけでなく、ルートを示す道標も数多く制作されている



これまで制作した作品が飾られる温井さんのご自宅。小さな道標も含めると、これまで制作した作品は700点以上にもなる

健康管理から始める アスリートウォッチのススメ

運動習慣がほとんどないという人や、多機能すぎて使いこなせないという人へ、
アスリートウォッチを普段使いするメリットをヘビーユーザーのスタッフが教えます！



教えてくれたのは……

橋 風海

アートスポーツ 本店

ランニング歴は10年でフルマラソン経験も豊富。気になる最新ギアは使って試す派で、コンディション管理にアスリートウォッチを使いこなす。

健康管理に
必要なデータを
自動で
教えてくれる

アスリートのため
"だけ"ではもったいない！

登山やランニングなど、日頃からスポーツする人にとっては欠かせないアイテムとなっているアスリートウォッチ。"アスリート"と付く名称から、少し敷居が高いものだと感じている人も少なくないでしょう。しかしながら、それは大きな勘違い。スポーツをしている時のデータ計測以外にもさまざまな使い方があり、より身近な健康管理にも大いに活用することができます。

そう言い切れる最も大きな理由は、複雑な操作が必要ないから。はじめに身長、体

歩数や心拍数で活動レベルを計測

アスリートウォッチの歩数計や心拍計は、ただ計測するだけではありません。それを個人データとして蓄積し、その人の現在の最適な活動レベルを導き出します。したがって基本的には着けているだけでOKです。



目標運動量やカロリー消費量を算出

歩数計や心拍計で蓄積したデータをベースに、適正な活動量を算出。1日、あるいは週間の目標とすべき運動量や消費カロリーを教えてください。モデルによって達成度のアラート設定も可能です。



健康状態をフィードバック

当然ながら、体調は日々変化するものなので、適正運動量も微妙に変化していきます。アスリートウォッチは、その日の健康状態や疲労度も教えてくれるので、無理のない範囲で運動を続けることができます。



重、年齢といった基本的な個人データを登録しておけば、あとは自動的に時計がデータ化してくれるのです。

使い始めると、歩数や心拍数など、ユーザーの習慣的な活動データが蓄積されていきます。アスリートウォッチが、その人が普段どれくらい体を動かしているのか、活動データをどんどん学習していくわけです。その結果、歩数や階段の昇降数、心拍数などの平均が数値化され、日々の活動目標が自動的に設定されます。

例えば、歩数の平均が1日に1万歩なら、その数値が"ノルマ"として設定され、その日の達成度を確認することができます。単純な話、ノルマを越えていれば「頑張った」ということになるし、届かなければ「運動不足」ということ。もちろん、心拍数のデータをベースに、その日のコンディションを加味して判断してくれます。これまで感覚的に行っていたことを、データを元に教えてくれ

るわけです。もし、ダイエット目的で運動しているのなら、消費カロリーの平均値もデータ化されるので、適正な活動量の管理ができると同時に、毎日体を動かす上でのモチベーションにもつながることができます。

アスリートウォッチは基本的に、"着けているだけ"でいいのです。毎日着用していれば、基本的な活動データは自動的に更新されていきます。いざ運動を始めようというときも、それまでに蓄積されたデータをベースに適切な運動量をアドバイスしてくれるので、無理をせず継続的に行えるということもポイントです。

メーカーごとに多少の差異はあるにせよ、こうした基本的な機能は、ほとんどのアスリートウォッチに備わっています。そこから派生して、登山やランニングといったそれぞれのスポーツに特化したモデルにアップデートしていくことをおすすめします。



健康管理 ランニング 登山 レース

目的で選ぶおすすめアスリートウォッチ

健康管理、ランニング、登山、レースなど、さまざまな目的で使えるおすすめのアスリートウォッチを紹介します。

8選



健康管理

スマホいらずで楽しく運動

日常生活からフィットネスまで、体のコンディションを管理・サポートする機能が充実。時計内に音楽を保存することもでき、スマホなしで手軽に体を動かせる。

GARMIN
VENU 3
¥60,800 (税込)
10%で6,080円分 ポイント還元
スマホでお買い物



ランニング

歩くから始めたいランナーに!

ウォーキングからランニングデビューまで、楽しく運動したい人にぴったりなアスリートウォッチ。健康管理とトレーニングのための機能がバランスよく搭載されている。

GARMIN
FORERUNNER 165
¥39,800 (税込)
10%で3,980円分 ポイント還元
スマホでお買い物



登山

山でも使えるトレーニングの相棒
レースやトレーニングに最適な機能を備えた薄型ボディのアスリートウォッチ。オフラインマップ機能を搭載。オフライン地図をダウンロードすることで、スマホなしでも位置を検索できる。

SUUNTO
RACE S
¥64,900 (税込)
10%で6,490円分 ポイント還元
スマホでお買い物



登山

場所や用途を選ばないタフさが魅力
使用環境を問わないタフネスさがウリのアスリートウォッチ。GPSやコンパスでアウトドアを楽しんだり、健康管理機能で日常をスマートに過ごすことも可能。ソーラー充電による超寿命バッテリーも魅力。

GARMIN
INSTINCT 3 DUAL POWER 50mm
¥79,800 (税込)
10%で7,980円分 ポイント還元
スマホでお買い物



レース

日々の健康管理からマラソンまで
色鮮やかなAMOLEDタッチディスプレイによる操作性の高さが特徴のアスリートウォッチ。効果的なトレーニングメニューや、日々の健康を管理するための機能を備えたランナーの相棒。

GARMIN
FORERUNNER 265
¥62,800 (税込)
10%で6,280円分 ポイント還元
スマホでお買い物

レース

スマートなボディにルートマップを内蔵
コンパクトなボディに、豊富な機能を詰めこんだ実力派モデルで、トレーニングの邪魔にならないサイズ感と、53gという軽量性が魅力。内蔵地図によるルートナビ機能も優秀だ。

POLAR
VANTAGE M3
¥69,300 (税込)
10%で6,930円分 ポイント還元
スマホでお買い物



レース

ランナー向けの機能が充実

超軽量 & 高精度が魅力の、ランナーのためのアスリートウォッチ。独自のトレーニングソフトウェアを搭載し、トレーニングとリカバリーの両面からトレーニングとモニタリングができる。

COROS
PACE 3
¥33,000 (税込)
1%で330円分 ポイント還元
スマホでお買い物



「HAVE FUN CHALLENGE」で気軽にアスリートウォッチ体験!

アートスポーツでは、アスリートウォッチを使ってウォーキング、ランニング、登山を楽しみながら、自分のペースで健康維持にチャレンジできるイベントを開催中。実施店舗は、アートスポーツ 本店、ヨドバシさいたま新都心駅前店、ヨドバシ千葉店、ヨドバシ横浜店、ヨドバシ博多店の5店舗。目標達成者にはノベルティもご用意しています。

詳細は下記HPへ!
https://www.ishii-sports.com/art_sports/contents/digi_challenge



ジオパーク認定ガイドと 南伊豆のジオサイトを歩く



ジオガイドについて
詳しくはこちらを
ご覧ください。

日本に10ヶ所しかないユネスコ世界ジオパーク。そのひとつに数えられる伊豆半島ジオパークは、活発な火山活動の痕跡や美しく折り重なる地層など、地質学的な魅力に出会うことができます。世界的にも価値のあるそんな伊豆半島ジオパークを、認定ガイドさんと一緒に歩きました。

ユネスコ世界ジオパークとは？

「ジオパーク」とは、大地（ジオ）と公園（パーク）を組み合わせた造語で、地質的な特徴を活かし、自然や文化を守りながら「観光」や「学び」といった要素も取り入れ、地域を盛り上げていこうというプログラムのこと。分かりやすく一言でいうと、「火山や温泉、地層から地球の息づかいを肌で感じながら、その土地の文化や歴史、グルメもまとめて楽しもう!」というもの。

2004年にヨーロッパを中心に世界ジオ

パークネットワークが設立され、2015年には「世界遺産」で知られるユネスコの正式プログラムとして採択されました。

国内でも「日本ジオパーク委員会」が組織され、2025年1月時点で48の地域が「日本ジオパーク」に認定されています。そのなかで、「ユネスコ世界ジオパーク」にも認定されているのはわずか10エリア。ユネスコによる厳しい審査を受け、世界的に価値があると認められたエリアだけが、世界ジオパークを名乗ることができるのです。北海道のアポイ岳、洞爺湖有珠山、新潟

県の糸魚川、熊本県の阿蘇エリア、高知県の室戸、石川県の白山手取川などが挙げられますが、今回訪れた伊豆半島ジオパークもそのうちのひとつです。



伊豆半島の歴史と成り立ち

今からおよそ2,000万年前、伊豆半島は南洋の海底火山や火山島の集まりでした。それが長い年月をかけフィリピン海プレートとともに徐々に北上。やがて日本の本州に衝突し、約60万年前には現在の伊豆半島の形ができあがったといわれています。その後もプレート移動に伴う地殻変動、火山活動が活発に続いた伊豆半島。複雑に折り重なる断層や地層は、海岸部の美しい景観や温泉など、長い年月をかけて独特な自然環境を生み出してきました。

ちなみに神奈川県丹沢山は、伊豆半島が本州に衝突した際の隆起によってできたそうです。そんな伊豆半島の最南端に位置する石廊崎からは、海底火山が作り出した荒々しく雄大な景色を一望することができます。



ジオガイドの関本さんと池野さん

私たちジオガイドが
ご案内します。

増淵 洋子
石井スポーツ 製靴工場
製靴工場で日々登山靴を修理するかた
わら、得意のイラストで山の思い出やお
役立ち情報を発信。

認定ジオガイドと南伊豆を歩く

「ほら、ここを見てごらん。岩がバリバリに細かく裂けているでしょ？ これは『水冷破碎岩』といって、溶岩が海底から海中に噴出したときに急激に冷やされて、溶岩が細かく割れたもの。このことから、ここが昔には海底だったことが分かるんです」と教えてくれたのは、ベテランのジオガイド関本宗一さんと池野玉枝さん。

「南伊豆ジオパークビジターセンター」に常駐するジオガイドは、この地域のことを知り尽くしたエキスパート。解説を聞き、ガイドマップを見ながら歩いていると、普段は見落としがちな地層や溶岩などに出会えます。そしてこの地球もまるで生き物のように動き続けているということを実感することができます。

地質学のことだけでなく、土地の歴史や植生のこと、名産品のことまで、あらゆることをガイドさんは教えてくれるので、



地質学にはあまり興味がない……という方もきっと楽しめるはず。

大迫力の千畳敷までトレッキング

次に訪れたのは、大迫力の絶景が人気の「千畳敷」。南伊豆の秘境ともいわれる「千畳敷」には、海底に降り積もった火山灰や礫（れき）、軽石からなる地層の美しい景観が広がります。

片道約60分の「千畳敷」へと続くトレイルでは、海岸沿いならではのダイナミックな風景のなかを歩くことができます。山歩きとは一味異なる景観を眺めながら、アクティブに歩く。カメラや双眼鏡、虫眼鏡なども持参して、とことん観察、記録しながら歩くのも面白いでしょう。それだけでも貴重な体験になるのですが、ジオガイドと歩くことで、新たな気づきが得られるのがツアーの魅力。南伊豆を歩く際は、ぜひガイドツアーに参加してみたいはいかがでしょうか！



次のページで
ジオパークの歩き方を
イラストで解説します！

南伊豆ジオパークビジターセンターで 認定ガイドさんと歩くツアーに参加！

「石廊崎オーシャンパーク」内にある「南伊豆ジオパークビジターセンター」では、伊豆半島の歴史や地質学的な特徴、各ジオサイトを解説するパネルなどが展示されています。また、ジオサイトのことを知り尽くした認定ガイドがセンターに常駐。ジオパークのみどころを紹介してくれたり、ジオサイトを歩いて巡るツアー（有料）を受け付けています。ガイドツアーでは、一般観光客は立ち入ることができない日和山などを歩くツアー限定の絶景コース

（約60分）や、足元が悪い日でも楽しめる石廊崎灯台～石室神社を巡る歴史スタディコース（約60分）が用意されています。石廊崎エリアのガイドツアーは予約なしでも飛び込みで参加申込が可能なので、ぜひ活用してみてください！（※ツアー敢行中はガイドが不在の場合もあり）

石廊崎オーシャンパーク
住所／静岡県賀茂郡南伊豆町石廊崎546-5
ツアー申込受付時間：10:00～14:00
定休日：火曜日（火曜が祝日の場合は次の平日）
電話番号／0558-65-1600



伊豆半島ジオパークで もっと「歩く」を楽しむ旅

「トレッキング」や「ハイキング」と聞くと山をイメージしがちですが、歩くためのトレイルが整備されているのは山間部だけではなくありません。ということで今回、「歩く」ことの魅力を深掘りするため、「伊豆半島ジオパーク」を訪ねました。

ジオパークとは、地質学的に貴重なエリアを持続的に開発するため、環境教育やエコツーリズムに活用するプログラムのこと。

今回訪問したのは、伊豆半島ジオパークのなかでもとくにトレッキングやツアーに力を入れている南伊豆エリア。地元で暮らす、ベテランのジオパーク認定ガイドさんと共に歩きました。



南伊豆に
行ってきました

世界遺産とは
何が違うの？

伊豆にはハイキングやキャンプで訪れたことはありませんが、その豊かな自然やゴッゴツした海岸線や温泉がどうやってつくられたのか知りませんでした。

南伊豆ジオパーク
ビジットセンター

営業時間 9:00~16:00



石廊崎オーシャンパーク内のビジットセンターにはジオガイドさんが常駐されています。様々なコースを歩きながら、たのしくジオパークについて学ぶことができます。自前予約がおすすめです。

まずはみんな準備運動
いっしょに——さーしー
さあ 出発だ！

ジオパーク認定
ジオガイドのおふたりに
南伊豆を案内して
いただきました

10年以上のベテラン
ジオガイド歴
関本さん

伊豆生まれ
伊豆育ち
池野さん



みなみ いず
南伊豆マップ
SOUTH IZU MAP

伊豆半島では各所で様々な大地の活動を見ることができます。

あわせてたのしめる
アクリビティもいろいろ♪



この日の装備は
こんなかんじ

取材当日(3月中旬)は風が少し冷たかった

ハイキングシューズ
＜AKU＞ ロケットミッドDFS GTX
超軽量！ 約130g
足元軽いのに耐水厚50.000mm
透湿性は60.000g/m²/24h

スニーカーはズバリやさいのぞ！
防水のハイキングシューズがおすすめ

ウールのついた
＜ダン97＞ 中厚手

あとと便利
山道ボトル
折りたたみカサ

速乾性のもの

アウターレイン
ミレー ティフォンファントムファストジャケット
たまたま手のひらサイズ！

バックパック
＜リトル・リトル＞
容量は15~25L
軽いがおすすめ

サングラスや
ネックウォーマーもあると便利

ひまわりやま
日和山

江戸時代、伊豆沖は帆船の通り道でした。日和山は各地にあり、天候を見るための場所でした。



海だ！
透明度が
高い！

まずはビジットセンター！
近くの日和山と猪鼻岩へ

ここはガイドさんの案内がないと入れない場所です

あーこの崖が層によって色が違うのにはなぜですか？

あーこれは一番下の黒い部分は海底火山の落石でー！

ジオガイドさんは地質以外にも、伊豆の歴史や植物にも詳しい

ゴツゴツした海岩の
岩肌と入り組んだ
海岸線が連なる。
伊豆半島の最南端。

石廊崎

先端まで遊歩道が整備されており、
石廊崎 オートキャンプ場から歩いて
10分ほど。
また、遊覧船から岬をながめることも
できます。



伊豆大島や
新島・神津島も
見える！

地球の丸が
わかるでしょう？

かつて航海の難所だった
伊豆半島沖を照らし
見守っていた

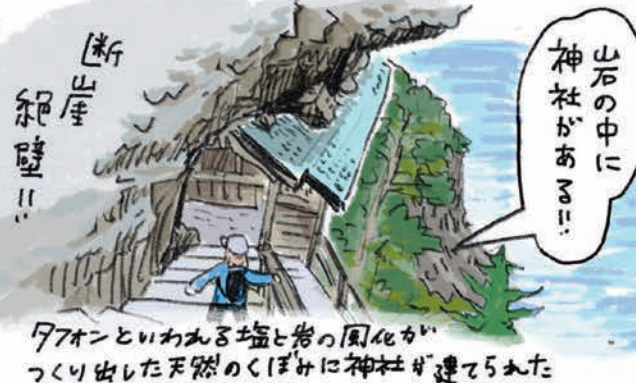


伊豆半島最南端
石廊崎灯台
※灯台は「埼」の漢字を
あてて作られています
ずんぐりとして
かわいい灯台



伊豆は
風が強い！
伊豆の年間平均風速は
6メートル
レインウェアは
風が強いときにも有効です
必ず
持ち歩きましょう

石室神社
断崖にそびえるお社は
海上の舟乗りたちへの
よきごきようでした

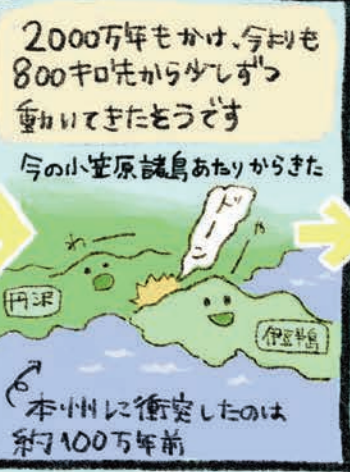


山の中に
神社がある！！
断崖
紀伊
タアオンといわれる塩と岩の風化が
つくり出した天然のくぼみに神社が建てられた

ジオパークって おもしろい！



石廊崎
ビジターセンター内
かつて伊豆半島は
海底火山でした



2000万年もかけ、今よりも
800キロ先から少しずつ
動いてきたそうです
今の小笠原諸島あたりから
本州に衝突したのは
約100万年前



そのスピードは
年間約4cm！！
この日100回くらい
「ヘー」と言いました
ちなみに富士山ができたのは
約10万年前だとか
新参考資料



知れば「知れば」と
おもしろい！！
ぜひジオガイドさんに
いろいろ質問してみよう！
本買った

入間千畳敷

海産に降り積もった火山灰や
軽石が作る美しい縞模様の
地層が広がります。
かつてここでは伊豆石
(軟石)の採石も行われ、
その跡を見ることが出来ます。

トレッキングの注意点
遊歩道は一部、崖の近くや狭い道を
歩く箇所があります。
また雨が降ったあとは滑りやすい
ので、ハイキング装備で歩きましょう。
千畳敷を見ただけでも迫力満点ですが
ジオガイドさんに教わりながら歩くと
伊豆の歴史がよくわかるのでオススメです。



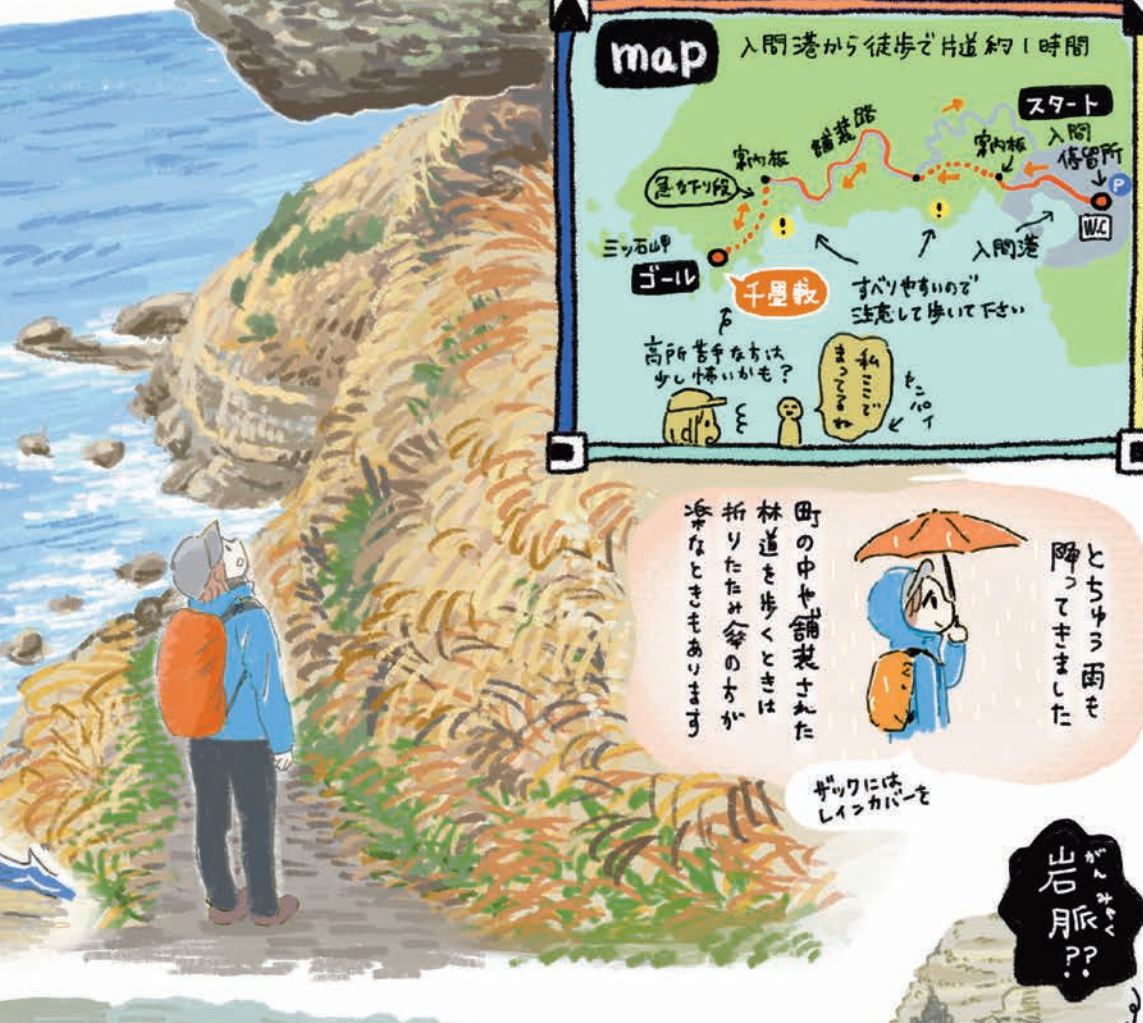
現代アートのような
巨岩がゴロゴロ転がっている



地層のちがいが
よくわかる岩



高圧の電線があるので
海打ち際には近づかないように
高圧の電線があるので
海打ち際には近づかないように



とちゅう雨も
降ってきました
雨の中や舗装された
林道を歩くときは
折りたたみ傘の音が
静かなときもあります
ザワザワは
レインカバー

岩脈??

私の歩く旅



自分のペースで歩くことで太陽のあたたかさや
風の強さを感じたり草木のにおいを嗅いだり、
時には雨に打たれたり...五感を思い出しながら
趣味のおくま道で、立ち止まって、また道へ。
今回の旅では、景色を楽しみながら伊豆の、そして
地球の歴史を知ることができました。
ただ目的地へ移動するだけじゃなく、その土地の
レオツを学べる魅力が歩く旅にはあると思います。



あめは
カメのぼり
地元の子供たちが
あつめたの
火山灰や土せき流の
地層を、上昇してきた
マグマが断ち切ったあと

山のできごとや
お役立ち情報を
イラストで紹介しています

登山やトレッキングをメインに、近頃の低山から冬のアルプスまで、
年間を通してアウトドアを楽しんでいます。山で学んだことや面白い発見も
得意のイラストにまとめて、石井スポーツのホームページや都内の一部
店舗で掲示しています。
現在は石井スポーツ製靴工場に職人として修業の日々を送って
います。イラストの感想、靴のご相談 お待ちしております。



MILLET®

TYPHON

発売から早10年。ミレーの定番レインウェア「ティフォン」は、50,000g/m²/24hという卓越した透湿性を携え、発売当初から瞬く間にシェアを広げてきた。そこに今年、「ファントム」と名付けられた超軽量モデルが新たに登場。ティフォンが生まれたきっかけ、さらに最新モデルの特長について、担当者へのインタビューから紐解いていく。



耐水性：30,000mm
透湿性：50,000g/m²/24h
重 量：300g (M's M) / 260g (W's S)

ティフォン ストレッチ ジャケット

¥36,300(税込)
サイズ：XS~XL (M's) / XS~L (W's)
カラー：M's、W'sともに計5色(写真はM's)

ティフォンシリーズのベンチマークであり、発売当初から評価の高いロングセラー。生地にはまるでソフトシェルのような伸縮性としなやかさ、さらにコンシもあり、安心感をまとうて雨天の中を行動できる。



暴雨から身を守る
柔らかな安心感

時代を切り開くハイテクノロジー防水ウェア

ミレーが誇るティフォンは、理想の性能をもつ防水透湿素材の開発から挑戦の連続だった。しかし、この挑戦には続きがある。既存の品質に満足せず、防水ウェアに求められるそれぞれの性能の限界に挑み、技術の粋を尽くして生まれた防水ウェアが、今年リリースされた「ティフォン ファントム」だ。

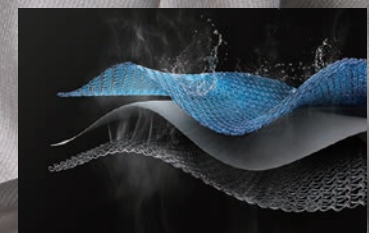
商品名が表すとおり、実体のない亡霊(=ファントム/phantom)のような内側が透ける見た目には一抹の不安を感じるが、ティフォン ファントムは50,000mmもの耐水压と60,000g/m²/24hの透湿性を備え、共に従来

のティフォンを上回るスペックを誇っている。これは、防水透湿メンブレンこそ既存のティフォンと同じものの、表地と裏地に7デニールの極薄の生地を新たに採用した結果であり、極薄ながら高密度に編み込まれた表地を使うことで防水性が高まり、3層構造の防水透湿素材の厚みが全体的に薄くなったことで一回り上の透湿性を得ることに成功した。

極薄の防水透湿素材の開発と同様に、軽さへの挑戦はシームテープにも見ることができる。1gを削る戦いの末にたどり着いたのは、通常のテープよりも細い9mm幅のシームテープ。ミリ単位のズレが許されない職人の高度な接着技術を駆使し、圧倒的な軽量性を実現

させている。さらに、表地にはこれまでのティフォンと同様に伸縮性をもつナイロン100%の生地を使い動きやすさを確保。定評のある着心地の良さはサラリとする裏地の肌触りによって継承されている。

従来よりも幅の狭いシームテープの接着をはじめ、3層構造とは思えないほど薄い防水透湿素材の製造においても、ハイレベルな技術力が欠かせない。ティフォン ファントムは、ミレーが長年の歴史のなかで培ってきた製造現場との信頼関係とテクノロジーを結集させた、同ブランドが自信をもってリリースする防水ウェアの最高傑作である。



耐水性：50,000mm
透湿性：60,000g/m²/24h
重 量：132g (UNISEX M)

ティフォン ファントム ファスト ジャケット

¥42,900(税込)
サイズ：XXS~XL (UNISEX)
カラー：スモークドパールなど、計2色

目を疑う薄さと軽さで作られる3層構造の超軽量レインジャケット。ウェアに包まれる安心感よりも、着ていることを忘れるほどの軽やかさ、一段と高い透湿性を求めるアクティブユーザーに特におすすめ。



高出力に対応する
軽やかな着心地

命を守る高透湿防水ウェアをユーザーへ

いまから遡ること十数年前、2009年に北海道のトムラウシ山で、2012年には長野県の白馬岳で複数の尊い命が犠牲になる山岳遭難が発生した。死因はいずれも低体温症。これらの事故を境に業界内では低体温症に対する警鐘が叫ばれ、同時にアウターレイヤーの重要性もしきりに発信されるようになる。

当時、ミレーの社内でもアウターレイヤーの性能が見直され、このとき立ち上がったのが、これまでにない高い透湿性をもつ防水ウェア

を作るというプロジェクトだ。その根底にあったのは“すべての登山者が安全に山に登り、安全に家に帰ってこれらの製品をユーザーに届ける”という、アウトドアギアメーカーの使命ともいべき強い意志である。

それから数年後、ブランドの想いが結実した防水ウェアがついに完成する。強い雨に打ち勝つという意味を込めた「ティフォン」(typhon=台風のフランス語表記)は、高透湿性、着心地の良さ、優れた伸縮性をもつ高性

能レインウェアとしてリリースされた。耐水压30,000mm、透湿性50,000g/m²/24hという理想を形にした素材は、防水透湿メンブレンと表生地の糸、それらの接着方法の組み合わせを何万通りも試した努力の賜物。さらに、肌面の素材を15デニールの非常に目の細かい丸編みのニット構造にすることで、しなやかな生地感と肌触りの良さが生まれ、糸の段階で特殊な加工を施すことで、ナイロン100%とは思えない優れた伸縮性を備えている。

PHANTOM

ミレーはヨドバシ・ドット・コムでもお求めいただけます▶



故きを温ねて新しきを知る 古道を歩く喜びとは。

永田 弘太郎さん(日本山岳会副会長)

仲川 希良さん (モデル・フィールドナビゲーター)

永田 弘太郎(ながた・こうたろう)

1951年生まれ、日本山岳会副会長。「日本山岳会が選ぶ日本の山岳古道120選」のプロデューサーとして、各地の古道を訪ね歩き、その魅力を広く伝える

仲川 希良(なかがわ・きら)

1984年生まれ。ファッションモデルであるとともに、国内外の自然を広くたずね、その魅力をみずみずしい感性で伝えるフィールドナビゲーター。お気に入りの山は冬の北八ヶ岳

登山の魅力は山頂にいたることだけではない——。
そんな側面を知る山好きの間で、密かに注目を浴びているのが、古道めぐり。
その多くが車道や鉄道に取って代われ、草叢に還ろうとするなか、
往時の歴史や文化を色濃く残すいにしへの道をたどることで、見える世界とは。

協力/ミレー・マウンテン・グループ・ジャパン株式会社

中山道、最大の難所を訪ね歩く

長野県の軽井沢と下諏訪を結ぶ国道142号線。ハイウェイのような国道を一本離れた旧道には、格子戸をもつ出桁造りの家々が軒を連ねた美しい街並みが。往時を偲ばせる趣ある通りには、雪解けの沢音が響いています。

ここは中山道28番目の宿場町・和田宿(長野県小県郡長和町和田)。かつて、江戸と京都を結ぶ街道には海沿いをゆく東海道と、現在の群馬、長野、岐阜、滋賀県の山中を縫って京へといたる中山道がありました。比較的平坦な東海道に比べ、山あいの中山道は難所が多く、総距離も

長い。けれども、大井川など橋が架かっていない河川がいくつもあり、ひとたび大雨が降ると足止めを食らう東海道よりも、険しいながらも確実に時間の読める中山道は東西を結ぶ生命線だったそうです。そんな中山道だけでなく、五街道(東海道、甲州街道、日光街道、奥州街道)の最高地点(1,570m)であり、最難所である和田峠を控える宿場町が、ここ和田宿でした。

「それに加えて、次の宿場である下諏訪宿まで5里8町(約22km)もあるため、和田宿は、信濃26宿のなかでは長久保宿に並ぶ規模を誇っていたようです」

そう教えてくださるのは、日本山岳会副会長の永田弘太郎さん。日本山岳会は、

古道を歩くことでより広く、さらに深い山の魅力を伝えるプロジェクト「日本の山岳古道120選」を展開しており、永田さんはその仕掛け人のひとり。全国の古道に赴き、調査を繰り返し広げています。

「現在、古道はどのような形で残されているのでしょうか」

そんな永田さんにたずねるのは、モデルであり、フィールドナビゲーターの仲川希良さん。あえてピークを目指さない山歩きも好きという彼女は、自然が見せる機微や変化を楽しんでいるそうです。

「古代や中世の道の多くは、敵や野生動物に対して見通しが効き、日照時間の長い尾根につけられていました。しかし、橋

やトンネル建設技術の進化とともに、道は麓へ、平地へと移っていったんです」

そうして国内の約75%を占める山地に幾重にも刻まれた古道は、かつての記憶とともに消え入ろうとしています。

消えゆく道を探りながら

「月山や鳥海山のような信仰の道は、登山者も利用するため、比較的整備されています。ところが物資を運び、往来するための生活道は、国道や鉄道の発達とともに廃れていく。また、日本は雨が多いため崩壊も多いし、そこを歩く人が少ないとすぐに藪に埋もれていくんですね」

訪れる人のない道は草叢に還るばかりでなく、その縁を知る人もいなくなります。そんな現状にあり、永田さんたちは各地の古老や研究家をたずねては現地を歩き、その記憶や情報を手がかりに、いにしへの道に光をあてています。

書物や資料をあたり、道の成り立ちと存亡を知る。そうして現地に赴き、地形図を睨みな



風情漂う和田宿の街並み。本陣がひとつ、脇本陣がふたつ、28の旅籠が居並ぶ中山道きっての宿場町。街並みには、その風情が静かに漂っています





美しい森に続くいしえの道。中山道には和田峠、笠取峠、碓氷峠の難所があるが、もっとも標高が高いのが和田峠。古道めぐりの子供は道の駅和田宿ステーションで販売している「峠の力餅」



がら先人たちの消えゆく足跡をたどってゆく。古道歩きのおもしろさは、謎解きのようであり、山をめぐる歴史や文化、つまり、自然と人が織りなしてきた物語にあると言います。

そんな話をうかがいながら男女倉口へ。ここからは、唐松と樅の森を縫うように古道が続いています。山鳥が飛び立つ音に驚きながら歩を進めると、右手には三十三体観音の姿が。これはかつて熊野権現社前にあったという千手観音、如意輪観音、馬頭観音など29体を発掘し、1973年にここに並べたものだとか。そうして歩いてゆくと、山道は雪に埋もれていきます。永田さんは苦笑い、希良さんは動物の足跡の多さに喜んでいます。「雪の森はいいですね。真っ白なこの

世界に、春の芽吹きから夏を経て秋の色付きまで、四季の変化や生命力が秘められている……そんなふうに、見えないものに気持ちを向けることが好きなんです」と希良さん。

雪を踏みしめながらゆくと、梢の向こうに藁葺き屋根が現れました。

古の想いを、歩くことで感じる

「永代人馬施行所です。文政11年(1828年)に設置され、11月から3月の間はここを往く旅人に粥と焚き火、牛馬には通年、桶一杯の煮麦が施されたそうです」
永田さんがそう言うと、「お粥と焚き火って、今いちばん欲しいものかも」と希良さんが笑う。かつての旅人には、防水性の

高い登山靴を履いている現代の私たちには計り知れない苦労があり、そしてまた、そんな彼らを支える温かい気持ちがある……そんなことに思いを馳せる。

古道はやがて緩やかな登り坂へとさしかかります。この近辺はガレ場が多く、旅人にとって難所のひとつであったそう。

「だからでしょうか、ここには石畳が敷かれているのです」

その言葉を聞き、足もとの雪を掘る希良さん。残念ながらかつての縁は見当たりません。やがて左手に、こんもりとした小さな雪の丘が見えてきました。

「江戸から52里を示す、広原一里塚です」この一里塚が比較的多く残されているのも中山道の特徴だとか。そこからすぐの右手に苔むした石垣が。これは和田峠



古道はしだいに雪に包まれ……。記録を見ると、和田峠の古道は厳冬期にも歩かれています



雪のない和田峠の様子



永田さんに見せていただいた、無雪期の和田峠。長坂には当時の石畳が残り、和田峠からは諏訪盆地が見渡せます(写真提供＝永田弘太郎)



に4つあったという茶屋処のひとつ、東餅屋茶屋跡です。ここには5軒の茶屋があり、寛永年間より一軒に一人扶持(一日玄米5合)が与えられ、大名行列事の人足や旅人の救済にあたったそうです。

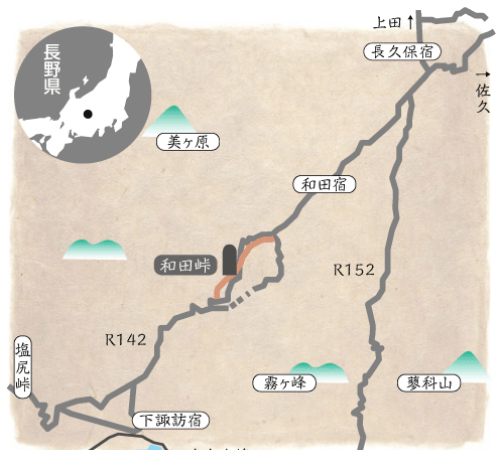
古道を歩き「道」を考える

「和宮さまが江戸へと旅立たれた道行きも、東海道ではなくこの中山道でした。こんな山道ですが、やはりここは日本の大動脈だったわけです」

各地の古道や神社を訪れるなかで永田さんが気づいたことのひとつが、昔の道の石段は一步一步が高くてきているということ。かつての日本人は今よりも小柄だったというのに、石段が高いのはなぜでしょう。

「私たちにとって道とは人が歩くもの……今では車が通るためのものかもしれませんが、かつては修行のためのものであり、牛や馬に荷を背負わせ運ばせるためのものでした。そのため、幕府は坂道には石を組むようお触れまで出している。かつての道は現代の私たちにとっては歩きにくいものですが、先人、そして牛馬にとってはぬかるんだ野の道よりもはるかに歩きやすかったはず……山登りでは気づきえなかったそんなことを知るのが、古道めぐりの魅力、そのひとつですよね」

汗を拭いながら、永田さんはにっこり。夕闇の迫る白い森には、鹿たちの鳴き交わす声が響きわたります。「甲斐と駿河を結ぶ御坂山塊の中道往還を調査していたとき、石畳を掘り起こす



地図提供＝日本山岳会「日本山岳会が選ぶ日本の山岳古道120選」より。https://kodo.jacl.or.jp



仲川 希良さん着用モデル:ジャケット GRX 17 ¥19,800
シャツ IB CHECK STAND SHIRT LS W ¥15,400
Tシャツ UBIC WOOL CREW LS W ¥12,100
パンツ BIONNASSAY PT W ¥15,400
(すべてミレー・マウンテン・グループ・ジャパン株式会社)
靴 AKU ロケット DFS GTX W's ¥25,850

作業現場に行き当たったことがあります」
残念ながらそのときは作業をしておらず、気になった永田さんらは古道をモチーフとした手ぬぐいとともに置き手紙を残すことに。すると、すぐに連絡があり、件の中道往還を保全する会の若者の案内で現地を歩いたといいます。

「こうした出会いも魅力ですし、若い世代が古道を通して地元と深く結びつく姿を見ることも喜びです。南アルプスを横断する伊那街道など、調査したい古道もまだまだあります。これからも、歴史や文化に触れながら山道をたどるおもしろさを、広く伝えたいと思います」
古道には、山歩きとは違った楽しみ、喜び、ダイナミズムがありました。

出会いと発見！ガイドツアーのここがいい

石井スポーツ アドベンチャーズ 平林 高志

日本山岳ガイド協会認定登山ガイド
ステージII。歴史好きが高じて山城
にハマリ、いつの間にか山にもどっ
ぷりハマる。中学生からテントを持
ち徘徊し始め、高校生から競技登山
の道へ、登山全般をこなす。

山登り大好き芸人

桜花さん

×

石井スポーツ アドベンチャーズ

平林高志

山登り大好き芸人

桜花(おうか)さん

ホリプロコム所属、ダジャレクリエイ
ター。富士登山で山登りに開眼し、日
本各地の山に登り始める。尾瀬の山
小屋と富士山8合目の山小屋勤務経
験あり。山の日アンバサダーとしても
活躍。

昨年、石井スポーツアドベンチャーズの3つのツアーに参加した桜花さん。さまざまな出会いと発見があったとか。伊豆大島・三原山のツアーに同行した平林ガイドと共に思い出を振り返りつつ、ガイドツアーや歩き旅の魅力を語っていただきました。

一桜花さんは昨年、石井スポーツアドベンチャーズのツアーに参加されたそうですが、いかがでしたか。

桜 伊豆大島(三原山)、三宅島(雄山)、神津島(天上山)の3つに参加しました。どれも盛りだくさんで楽しかったです！

平 僕はそのうちの伊豆大島(三原山)の1泊2日のツアーに同行しました。ツアーで滞在した2日間のうち、1日は島内を歩いて巡って島の歴史や港に行き、もう1日は三原山登山に行きました。

桜 そうそう資料館とかも行きました。島の地元ガイドさんも同行してくれて。あ、地元で有名だっというコロッケ屋さんに連れて行ってもらったんです！みんなで食べました！

平 あれ、おいしかったですよね。地元に住むガイドさんならではの案内でした。地

元の方にメインのガイドをお願いしましたが、土地に関する知識がとても豊富なこともあって、僕自身も勉強になりました。

一登山以外はどんな場所へ行けましたか。

平 大島はジオパーク※になっているので、島の成り立ちを改めて案内してもらい、お話を聞いて、感慨深いものがありました。

桜 「バームクーヘン地層」には圧倒されましたね！スケールがものすごくて。

平 迫力があって、きれいな縞模様でしたよね。道路の横にどんと現れて、自然のダイナミックさを感じます。噴火の後に森が再生していく様子などを感じられるところが随所にあって、火山島ツアーにはそうした発見がありましたね。三原山のジオパークトレッキングではオオシマツツジも見頃でした。

一見所満載ですね。桜花さんはツアーではどんなことが印象に残っていますか。

桜 どのツアーも素晴らしい景色を見ましたが、ご一緒させていただいた方々からたくさんの刺激を受けました！伊豆大島のツアーでは、海外の山にもたくさん登られているとってもパワフルなご婦人がいらして、ものすごく刺激を受けたんです。「これからいろんな山を歩くんだよ～」とお話されていたのがとても印象的で。私もあんなふうに歳を重ねても、ずっとずっと山歩きを続けていきたいなあって思いました。

平 人一倍お元気な方でしたよね。

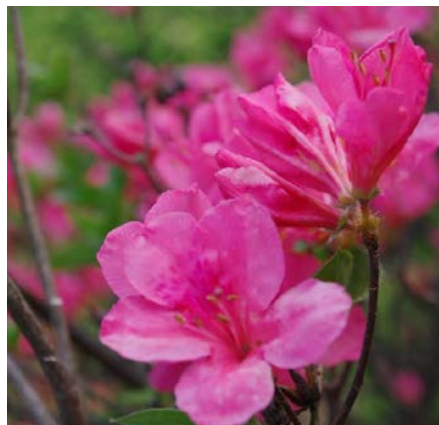
桜 三宅島のツアーでは、島好きの勉強熱心な参加者の方とご一緒したんですが、ガイドさんにいろいろな質問をされていたんです。その方がいろんなことを聞いてくださるので、私も知らなかった話が聞けて、



昨年5月に開催したツアー「伊豆大島・三原山 オオシマツツジとジオパークトレッキング2日間」。



大島の南西部にある地層切断面。高さ約24メートル、長さ630メートルのダイナミックな大きさ。



ツアー中に三原山で見頃を迎えていたオオシマツツジ。溶岩の隙間から鮮やかに芽吹き姿は独特の風景。

またそこでも刺激をもらいました。他の人がワクワクしていることは、巡り巡って自分自身のワクワクにもなるんだな～と。楽しさが倍増しました。あと、三宅島では雄山の火口周辺を歩きました。ガイドさんがいないと、立ち入れないところだったんですが、いざという時のためにガスマスクを携行して歩いたのがなんとも思い出深かったです。

一ひとりでは行けないところへ行けたり、他の参加者と出会えたりすることもまたガイドツアーの魅力でもありますね。

平 山のツアーの多くは高い山や山頂を目指すものが主体なため、伊豆大島では島の面白さを再発見しました。

桜 大島の時のような、登山にプラスして食文化やその土地の魅力を感じられるガイドツアーはいいなと思いました。より深



「山を歩くことは、もう人生の一部です」



伊豆大島ではさまざまな場所を散策。カキハラ磯火山豆石もマグマの痕跡で悠久の時を感じます。



三原山山頂にて記念写真。賑やかな「旅の仲間」の皆さんと一緒に旅のハイライトを無事に迎えました。

く知ることができるので。山へは友人と行くことも多いですが、時々ガイドツアーにも参加します。ついこの前も硫黄岳のツアーに参加しました。ガイドさんが一緒だと、いろいろと質問ができたり、また、山についてさまざまなことを教えてもらえるので、個人山行とは違った利点や魅力がありますね。あと、ツアーでたまたま一緒になった方同士が仲良くなって、今度はこの山と一緒に歩きに行こうよとか話している場面を見るので、めちゃめちゃいいな～と思っています。

一ツアーで友達ができるかもしれませんね。ツアーを催行する側のガイドさんは、ご自身の推しの場所なども反映されたりするんでしょうか。

平 近々行く予定をしているのは八ヶ岳の

雪山ツアーで、北八ヶ岳ロープウェイで上がって、縞枯山へ歩き茶臼山に登って、白駒荘に宿泊。翌日にはゆうを経て稲子湯の温泉に入って帰ってくるという行程です。

桜 わ～いいですね～、温泉。大島の温泉も最高でした。その土地のお湯に入ると、そのパワーをもらえるっていいですね。山の後は最高ですし！

桜 なんか、趣向を凝らした魅力が満載ですね！そんな山奥深いところ、私はガイ



昨年10月に開催したツアー「三宅島・雄山カルデラ火口縁周辺見学と大自然探訪3日間」。



昨年の島ツアー3つ目となる神津島では山頂から絶景を堪能。星空も楽しむことができました。



昨年12月に開催したツアー「神津島・天上山トレッキングと星空観察3日間」。

ドツアーじゃないととても行けない気がします。個人山行ではやっぱり「これでいいのかな」とか「歩けるかな」とか不安になったり。その点、ガイドさんがいると安心感があります。あと、自分のレベルや経験値がいまいちわからなくて、見合った山を選べないっていう方も少なくないのかなあと、思います。

一ツアーでは参加する際の基準のようなものはあるんでしょうか。

平 例えば「中級」と謳っているものだと、1日8時間をコースタイム通りに歩けるかどうかが大体の目安になっていますね。まだ経験の少ない方でしたら、これまでに登った山などをヒアリングして、そのくらい歩けているなら大丈夫ですよ、などお話しさせていただくこともあります。ただ、「私でも歩けますか」といった質問はなかなか返答が難しいです(笑)。

桜 確かに。でも、そうやって相談できるのがツアーのいいところです! 個人ではわからなくて判断できないこともツアーだ

とガイドさんが教えてくれたりとか、聞けるからいいんです。

平 そうですね、確かに。参加者の中にはシューズが足に合っていない方も結構いらっしゃるんです。ひと昔前は靴下を重ねて履いて靴に足を合わせる、なんていうやり方もあったようですが、今は足に合った靴をしっかりと選ぶことが大事です。正しい靴選びができていなくて、ツアーの途中で足にトラブルが起きてしまうことがあります。

一シューズは歩きに直結しますから、かなり重要ですよ。

平 その点、石井スポーツアドベンチャーズで言うと、ガイドでありながら全員がシューズのフィッティングができること、その他装備の知識も豊富という点は大きいですね。あとはザックも色々機能がついているけど、使いこなせていない方も多く見かけます。

桜 さすが、知識もザックザク、教えてくれますからね。それは安心!

平 そう、ザックリと背負っている方が本

当に多いですからね。

一ようやく場が温まってきたでしょうか(笑)。最後に質問です。お二人にとって「歩く」とはどんなことでしょうか。

桜 歩く……。山を歩くことは、もう人生の一部ですかね。島の旅も歩いて巡って刺激をたくさん受けました。また、歩くことがきっかけで自分自身のことを考えるようになっていと思います。うまくまとまらないですが、私にとって歩くことはとても大切です!

平 「歩く」は出会いですかね。人だったり、物だったり。さまざまに出会えることがある。僕は歩くのが大好きなので、山だけでなく、東海道や中山道といった街道も歩きました。歩いて街並みを見たり。そんな歩き旅で人と仲良くなって「泊まってけ!」だとか「これ持っていけ」だとか、そういう出会いがあるの、歩くことはとっても楽しいですね。

ガイドツアーに
参加してみよう!

石井スポーツアドベンチャーズ おすすめツアー



桜花のいってきマウンテン! ひょうきんライブ付登山ツアー

明るく元気が山盛りの、山登り大好き芸人桜花さんがチョモランマ級に盛り上げてくれます! 楽しい4コースをご紹介します!



山登り大好き芸人桜花さんといく筑波山(日帰り) 【登山初級】



開催日: 6/1(日)
集合場所・時間: つくばエクスプレス・つくば駅(8:50)
旅行代金: 3,900円 <キックオフ価格で皆様楽しみましょう!>
募集人数: 15名様

古くから「西の富士、東の筑波」と呼ばれ愛されてきた筑波山を、山登り大好き芸人桜花さんと登ります。



詳細・お申込はこちら↑



山登り大好き芸人桜花さんと 絶景秘湯トレッキングツアー! (1泊2日) 【登山入門】



開催日: 8/9(土)
集合場所・時間: JR 篠ノ井線・松本駅(9:45)
旅行代金: 49,800円
募集人数: 15名様

北アルプスの湯俣温泉と噴湯丘を巡る2日間! 絶景の高瀬渓谷をトレッキングし極上の秘湯を楽しもう!



詳細・お申込はこちら↑



山登り大好き芸人桜花さんと登る木曽駒ヶ岳(1泊2日) 【登山初級】



開催日: 8/16(土)
集合場所・時間: 駒ヶ岳ロープウェイ・しらび平駅(12:15)
旅行代金: 42,000円
募集人数: 10名様

アルプス小屋泊デビューとしても人気の木曽駒ヶ岳に桜花さんと登ってみませんか!?
ひょうきんライブと中央アルプスの絶景を楽しもう!!



詳細・お申込はこちら↑



山登り大好き芸人桜花さんと楽しむ山グルメ! 御岳山を味わう宿坊料理(日帰り) 【登山初級】



開催日: 9/23(火・祝)
集合場所・時間: JR 青梅線・御嶽駅(9:00)
旅行代金: 12,800円
募集人数: 15名様

ひょうきんライブと宿坊「嶺雲荘」でいただく特製会席ランチを楽しもう!! 奥多摩の霊山「御岳山」と眺望の「日ノ出山」を縦走。



詳細・お申込はこちら↑

石井スポーツアドベンチャーズのこの夏イチオシツアー

日帰りハイクからアルプス縦走、クライミング、地図読み、トレイルランまで様々なツアーが目白押し! イチオシの2コースをご紹介します!

【新宿発・富士山バスツアー】

プリンスルートで登ろう! 富士山登頂(1泊2日) 【登山中級】



開催日: 7/26(土)・8/9(土)
集合場所・時間: JR 新宿駅西口乗車場所(7:15)
旅行代金: 47,800円
募集人数: 24名様

今年こそ日本一の富士山へ! 雄大な宝永火口を巡りながら、最高峰・剣ヶ峰(3,776m)へ! はじめての方も、久しぶりの方も貸切バスで行くガイド付きツアーで頂上を目指しましょう! 名古屋発富士山バスツアーもあり。



詳細・お申込はこちら↑

百名山制覇!

北アルプスのシンボル槍ヶ岳ツアー(2泊3日) 【登山中級】



開催日: 7/19(土)・9/18(木)・10/4(土)
集合場所・時間: JR 篠ノ井線・松本駅(8:00)
旅行代金: 79,800円
募集人数: 17名様

憧れの北アルプス・槍ヶ岳(3,180m)を3日間でも巡る至福のコース。雄大な景観と360度の大パノラマを楽しみましょう!



詳細・お申込はこちら↑

【旅行企画・実施】

株式会社石井スポーツアドベンチャーズ
〒160- 8486東京都新宿区新宿5-3-1
<https://ishiisports-adventures.tours/>

石井スポーツアドベンチャーズ
東京都知事登録旅行業第2-8206号
(一社) 全国旅行業協会 (ANTA) 正会員
お問い合わせ: e-mail: info@ishiisports-adventures.tours

その他のツアー情報は
こちらから



山と街を 歩こう!

スタッフおすすめ 日帰り登山 & 立ち寄りスポット



山へ行こうと思った時、ちょっとした旅気分で見学スポットをめぐったり、下山後の食事や温泉を楽しみにしている方も多いはず。山の素晴らしい景色や登ることの達成感を味わうことはもちろんですが、経験豊富なスタッフだからこそおすすめできる、この山に行ったらぜひ寄って欲しいというスポットもご紹介します。

SPOT
1

だいもんじやま
大文字山
京都府／関西

標高： 466m
コースタイム： 4時間

石井スポーツ リンクス梅田店
前田 修平



山と街の自然を堪能できるコース

京都を代表する桜や紅葉の名所を巡れば大満足すること間違いなし

京都市ながら落ち着いた雰囲気、山科疎水、毘沙門堂の先に登山口があります。山科側の登山道は少し荒れていて大木をくぐったり、跨いだり、プチアドベンチャー。足元が不安定なので登山靴など、しっかりと装備していただくことをおすすめします。1.5時間ほどで山頂に到着すると京都市が一望でき、空気が澄んでいる日は大阪の高層ビル群や金剛山系を見ることが出来ます。ベンチもたくさん

あって気持ちのいい風に吹かれながら休憩するのに最適です。山頂から少し下ると五山の送り火で有名な火床があり、ここからの景色も解放感抜群！下山は30分ほどなので、そのあとは数々の名所をめぐって京都を満喫してほしいです。銀閣寺側からのコースはナイトハイク入門としても人気で、美しい夜景を見ることができるのでこちらもおすすめです。

ザ・京都な観光スポットを歩いて四季を感じましょう

春は山科疎水川沿いに数kmにわたってソメイヨシノが咲き、足元には地元の学生が植えた菜の花も咲き誇ります。桜と菜の花のコラボは貴重です。毘沙門堂では春は桜、秋は紅葉。京都市の観光地ながら比較的人気は少なくゆっくり楽しむことが出来ます。階段敷紅葉は圧巻。住職さんから聞くことが出来る「京いけず」のお話はとても興味深いです。さらに下山後の、銀閣寺から蹴上インクラインの散策コースは言わずと知れた京都の有名な観光スポット。山の自然を感じた後にこそ、京都の観光地がよりよく感じられます。



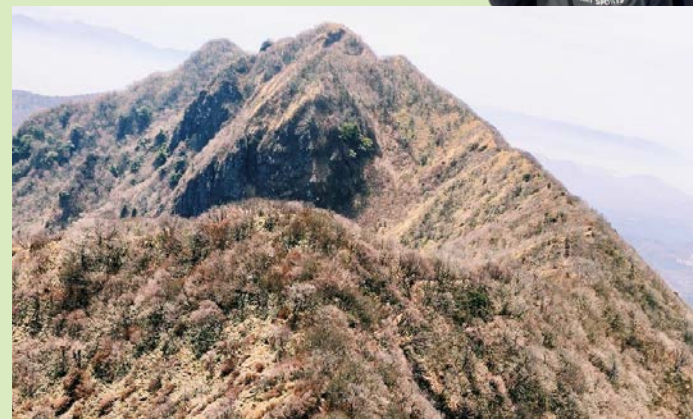
立ち寄りスポット

SPOT
2

うんぜんだけ
雲仙岳 (普賢岳)
長崎県／九州

標高： 1,359m
コースタイム： 3時間30分

石井スポーツ 博多店
岩松 剛平



大地の伊吹を感じる島原半島の活火山

さまざまな植物と四季を感じる大展望の頂上は圧巻です

雲仙岳 (普賢岳) は島原半島の中央部に位置する火山で、普賢岳・九千部岳・国見岳・妙見岳など火山群に囲まれた、景色・自然ともに豊かな歩きやすい山です。2009年に日本初の世界ジオパーク (島原半島ジオパーク) 認定されており、初夏はミヤマキリシマ・冬は霧氷、登山道途中には風穴など見どころ満載です。近くに雲仙の温泉に立ち寄り疲れを癒す観光スポットも多数。ハイシーズンは仁田峠にて渋滞緩和規制が入るので事前の情報収集・予約をお忘れなく！

温泉、食事、見どころ満載の街を楽しみましょう

雲仙方面なら雲仙地獄、立ち寄りOK温泉なら雲仙地獄東園 (あずまえん) 小地獄温泉館へ。島原方面なら島原城・城下町武家屋敷、鯉の泳ぐ街、大三東駅 (日本一海に近い駅) など見どころがたくさんあります。グルメなら「姫松屋」の具雑煮、「銀水」の寒ざらしがおすすめ！小浜方面なら足湯「ほっとふっと」(無料)、海面との差20cmの温泉「波の湯茜」で疲れた体を癒してください。

立ち寄りスポット

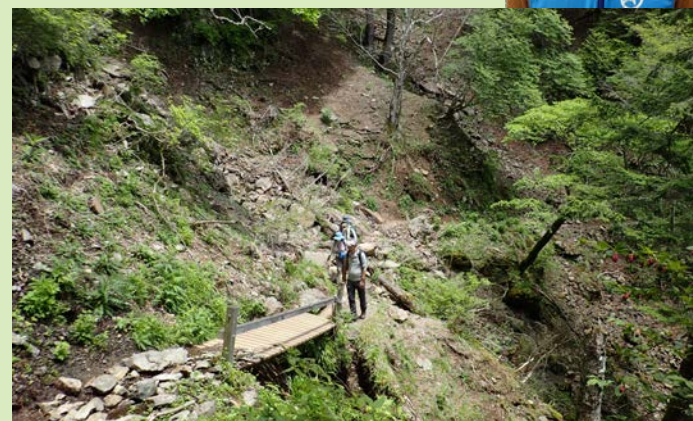


SPOT
3

みつとうげ
三ツ峠
山梨県／中部

標高： 1,785m
コースタイム： 8時間程度 (三ツ峠駅 - 三ツ峠登山口 - 屏風岩 - 三ツ峠山 (開運山) 山頂 - 折り返して三ツ峠駅)

石井スポーツ 登山本店
池田 一喜



富士山の景色を楽しみながら登ることができる人気の山

さまざまなコースがあり、年間を通して多くの登山者が訪れます

さまざまなコースの中で、表登山道 (三ツ峠駅方面から登るルート) をご紹介します。三ツ峠駅から登山口まで1時間ほど歩くので、4人程度で行くなら登山口までタクシーを使うと時間の短縮ができます。登山口からなら道なだらかな道を歩き、少し進むと徐々に傾斜が強くなっていき山に登っている実感を得られます。頂上付近まで来ると道が整備されて歩きやすくなり、山小屋と三ツ峠山 (開運山) 山頂に近づきます。山頂からは富士山の絶景とその周辺の展望が最高です。下りは少し急ですので焦らず慎重に下山しましょう。今回はピストンですが慣れた方には河口湖方面からの縦走、さらに夏や冬で沢登りやアイスクライミングも交えたい方は北口登山口からの四十八滝沢もおおすすめです。

疲れた体を癒す温泉と食事以至福の時を過ごしましょう

下山後におすすめしたいお立ち寄りスポットは表登山道側にある三ツ峠グリーンセンターです。温泉あり、食事ありで登山で疲れた体を癒すのにうってつけの場所です。温泉でゆっくりと疲れた体を癒し、お酒を飲んでおつまみを食べる。これだけで私の休日は大満足！また、温泉+ビール+おつまみ+三ツ峠駅までの送迎がセットになった登山セットの販売もあるので最高です。スタッフの方々も親切で何回でも通いたくなるような素敵な場所です。



※画像はイメージです。

立ち寄りスポット

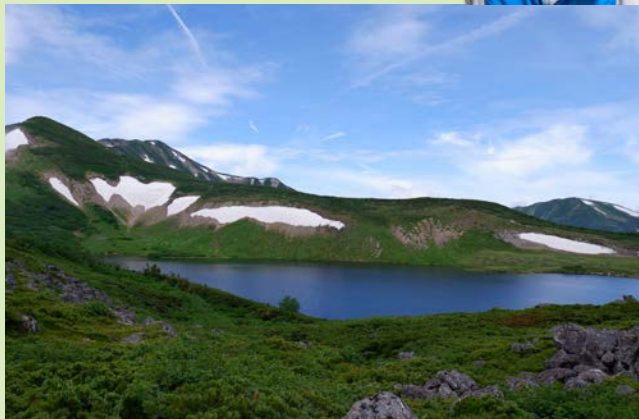


SPOT 4

のりくらだけ
乗鞍岳（白馬連峰）
長野県／甲信越

標 高： 2,469m
コースタイム： 梅池高原ロープウェイより登り3時間 下り2時間30分（山と高原地図より）

石井スポーツ 松本店
和泉 まどか



山好きが憧れる北アルプス 四季折々の美しい景色を楽しむことができる素晴らしい山

登山口から1時間で天狗原に到着。広い湿原となっていて休憩用のベンチも整備されているのでここまで登ってのんびりして下山することもできます。紅葉の時期はとても綺麗に染まります。ここから急登が始まりますが、登りながら振り返ると広大な天狗原や梅池自然園を見下ろせて達成感があります。例年7月中は残雪があるため、チェーンスパイクまたは軽アイゼンを持参してください。

山頂で引き返さずに30分ほど歩いて白馬大池までぜひ足を運んでほしいです。ここは高山植物も豊富で天空の楽園のよう。どの時期に登っても美しい山です。下山はロープウェイを使用するので時間を確認しながら登ってください。

地元の食材を使ったおいしいご飯で お腹を満たしましょう

道の駅「小谷」は日帰り入浴施設「深山の湯」も併設しているので、温泉で汗を流した後にレストランでお食事やお土産を購入できます。レストラン「鬼の厨」はご飯をかまどで炊き上げているのでいい香りでとても美味しいです。他にも蕎麦はもちろんのこと、きのこ山菜も小谷で取れたものが出てくるので四季を楽しむことができます。



立ち寄りスポット



SPOT 6

あきたこまがたけ
秋田駒ヶ岳
秋田県／東北

標 高： 1,637m
コースタイム： 4時間（八合目小屋～阿弥陀池～男女岳～男岳～焼森～八合目小屋）

石井スポーツ 秋田店
加藤 理沙



花の名山として人気が高く高山植物の宝庫 一つの山でさまざまな風景が味わえるのも魅力です

花の百名山に選ばれている秋田駒ヶ岳。天気の良い日には秋田県と山形県にまたがる鳥海山や、日本一深い湖、田沢湖などパノラマビューが楽しめます。晴れの日が少ない山とも知られていますが、露に濡れた高山植物が凛として映える雨の日の山行もお気に入りです。今回ご紹介しているルートは、秋田駒ヶ岳の最高峰、^{おなめだけ}岩場を歩く^{おたけ}男岳、そして砂場を歩く^{やけもり}焼森を順番に巡る長めのコースで、途中木道や渡渉もあります。初めての方でも比較的挑戦しやすい山ですが天候が悪いときや、少しでも怖いと思ったら引き返す、など自分との約束を決めて無理をしないことが大切です！

温泉とスムージーで締めくくる 秋田駒ヶ岳の旅はいかがでしょう

下山後の温泉はマスト！ 八合目登山口（駐車場）から車で7分のところにある水沢温泉も好きですが、もう3分ほど先にある駒ヶ岳温泉が一番のお気に入り。風情のある建物の奥に進むと森林に囲まれた温泉が待っています。自然のBGMを聴きながら露天風呂で癒され、次に向かうのは「ひなたエクス」というスムージー・スープ屋さん。地元で採れた果物や野菜をまるごと使った砂糖不使用の濃厚なスムージーとスープが楽しめます。季節によってメニューは異なりますが、一押しは何といってもいちごスムージー！

立ち寄りスポット

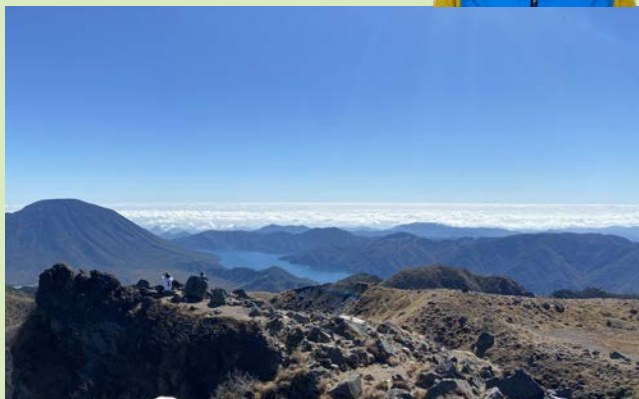


SPOT 5

にっこうしらねさん
日光白根山
群馬県 & 栃木県／北関東

標 高： 2,578m
コースタイム： 4時間30分（ロープウェイ駅～山頂～弥陀が池～ロープウェイ駅）

石井スポーツ 高崎店
春山 陽生



関東以北で最も高い山として知られる百名山のひとつ 進んでいくたびに変わる景色と抜群の展望を堪能してほしい

日光白根山にはいくつかコースがありますが、おすすめはロープウェイ山頂駅からスタートするコースです。登り始めの樹林帯では瑞々しい苔に木漏れ日が当たる様子を見ながら歩くのが本当に気持ち良く、樹林帯を抜けてからは火山らしく荒々しい景色を堪能でき、山頂も標高が高いだけあって見晴らし抜群！最初から最後まで登山ならではの非日常感を楽しめます。春夏秋冬を楽しめる山ですが、私が好きなのは新緑と高山植物が楽しめる初夏と、紅葉に映える五色沼が美しい秋です。

下のロープウェイ駅には温泉・キャンプ場もあるので、温泉で汗を流して夜はそのままキャンプ、晴れてたら星空観察！なんて楽しみ方もできちゃいます。

自然の景色を眺めながら、 スイーツで疲れた体を癒しましょう

ロープウェイ山頂駅にある「天空カフェ」がおすすめ！ カフェは全席日光白根山ビューで、その日登った山を見ながら食べるスイーツは格別です。そして最後にロープウェイ下の座禅温泉に寄ってさっぱりして帰るのがいつもの定番ですが、移動手段が車なら帰りに温泉のある道の駅がたくさんあるのでそちらに寄ることもあります。帰りに時間がある時には沼田の河岸段丘カフェもおすすめです。窓際の席は赤城山と沼田の河岸段丘を眺めることができます。おいしいアップルパイを食べながらのんびり景色を楽しめます。



立ち寄りスポット

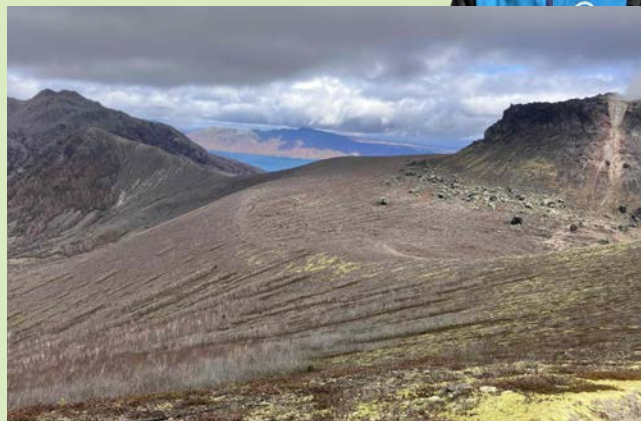


SPOT 7

たるまえさん
樽前山
北海道

標 高： 1,023m（東山ピーク）
コースタイム： 約2時間

石井スポーツ 札幌店
坂口 廉



世界的にも珍しい三重式活火山 本格的な登山を身近に楽しめる山として親しまれています

支笏湖周辺に位置する樽前山は7合目まで車で入ることができ、頂上はそこから約50分というとてもお手軽な山でありながら、天気の良い日には支笏湖や羊蹄山、札幌近郊の山々を眺めることができる展望の良さが魅力です。また、北海道の天然記念物に指定されている「溶岩ドーム」も見どころのひとつ。溶岩の塊がドーム状に盛りあがってできたもので、稜線に上がればすぐに見ることができます。初めての方でも気軽に登りやすい樽前山ですが、溶岩地形なので周りに背の高い樹木がなく風や雨などの天候の影響を受けやすく、山の上では天候の急変はよくあることです。急な悪天に備えて、ウィンドシェルやレインウェアなどは忘れず携帯するようにしましょう。

神秘的に輝くその湖面は見るものを 魅了してくれること間違いなし

北海道三大秘湖と称されるオコタンペ湖。樽前山登山口から札幌方向に向かって車で約45分のところに位置しています。湖に近づくことはできませんが、道道78号線沿いには展望台スペースが用意されているためそこから眺めることができます。オコタンペ湖は支笏湖の北、恵庭の西麓にある、周囲5km、最大深度21.2mのせきとめ湖で、鬱蒼と生い茂る原生林に囲まれているため湖の全景は見えませんが、展望台からはコバルトブルーやエメラルドグリーンに輝く湖面を見ることができます。



立ち寄りスポット



ズバリ話します！ 「こんな時、どうしてますか？」



アートスポーツ 本店
森田 富貴(森)

普段から体を動かすのが好き。軽いジョギング、帰宅ランなどライフスタイルにうまく運動を取り入れている。

石井スポーツ 登山本店
石井 真理子(石)

日帰り登山から縦走まで幅広く山を楽しんでいる。先日フルマラソンを完走し、トレランにも興味を持ち始めた。

石井スポーツ ヨドバシ新宿西口店
藤田 萌香(藤)

ハンモックで山を楽しむ山行に最近ハマっている。誘われればなんでもやってみたい好奇心旺盛なアクティブ派。

石井スポーツ ヨドバシ新宿西口店
中村 涼佳(中)

入社後に登山の経験を積む。昨夏はテント泊の山行にチャレンジし、この冬にはついに雪山デビューも果たした。

女性ならではの身体的生理的なお悩みは、大っぴらに話せないことも多く、さらに登山などアクティビティを伴うことだと相談相手を見つけにくいことも。そこで今回は女性スタッフを招集！日頃の経験をもとにざっくばらんに話してもらいました。よりよくフィールドを楽しむためのヒントが満載。

下着 & サニタリー編

アイテムで解決できることがあります

ーアウトドアで活動する時の下着は、みなさんどんなふうを選んでますか？

石 私はやっぱり臭いが気になるので、汗の臭いが気にならないウールをよく選びます。化繊だったら消臭効果を謳っているような素材を好んで選びます。

中 確かに、丸一日活動すると、自分が

汗臭いなあ～と感じますよね。特に帰りの電車の中で、すごく気になります。森 汗は臭いもだけれど、汗冷えも気になるところです。だから、なるべく汗離れがいいものを私は選びますね。

石 その点、ウールは化繊に比べて割と冷えも感じにくいので、私は普段からウールの下着を愛用しています。着心地もいいですし。あと、これは知り合いの話ですけど、用を足した後、ウールのショーツだったら拭かないよ……なんて

いう人もいました。私は真似する勇氣はまだないんですが、なるほどなあと思いました。

ーおお～。拭く拭かない問題！かなり個人差がありそうですね。ところで下着は活動後に着替えますか。そのままですか。

藤 状況によりけりですが、お風呂に入るようだったら普段のもの(綿素材な



スポーツブラと一口に言ってもデザインやサポート力は様々。

どの)に着替えちゃいますね。でも、小屋泊やテント泊だった場合は、そのまま着替えないで過ごしています。寝頃には乾きますし。でも、寝るときにブラのアンダー部分の締め付けは気になってしまうので、割と緩めで締め付け感がないタイプやタンクトップ一体型のブラなどを好んで選びます。

中 私も1泊くらいだったら、そのまま過ごします。その代わり速乾性が高いものを。ただ、私はどちらかというとブラにはサポート感が欲しいので、サポートするタイプを選びます。あとはホックがないタイプが好きですね～。ザックの上げ下ろしの時に外れてしまうことがあるんです。

石 確かに背中中のホックは気になりますね。フロントホックのものもあるので、それは着替えやすいかなとも思いました。森 私もお風呂に入らない状況だったら、着替えずにそのままですね。私もブラにはサポートが欲しいので、山歩きだったらミディアムサポートなタイプ。でも、ランニングの時は、もっと安定感が欲しいので、ハイサポートのタイプです。アクティビティの強度によって、ブラのサポート力のタイプを使い分けています。

中 下着に関しては、機能はもちろんですけど、状況や個人的な好みによってかなり分かれそうですね。お店にはウー



夏山でもウールの腹巻きはお守り代わりという石井。

ルや化繊の素材や、緩いタイプからしっかりサポートするタイプまで色々種類があるので使い分けもできますね。

ー皆さんは総じて1日くらいなら下着は替えない派ですね。ちなみに行動日数が2～3日と少し長くなったらどうですか？

石 いやあ多分、3泊でも……藤 4泊でも……着替えないかな……中 でも、これは我々石井スポーツの人間という特殊性が大いにあるかも！(一同笑)。

石 あとは、「おりものシート」を使うという手もありますね。ショーツはそのままだけど、シートを交換して清潔にする



フロントホックのブラを手に取る藤田と中村。

とか。外での用足しの時はちゃんと拭ききれないことがあるので、そういうシートを使うと安心な気がします。尿漏れパッドではないですけど、そのような使い方をして最後に捨てるというのもありですね。

ー外での用足しは、一刻も早く終わらせて戻りたいという気持ちが働くので、ちゃんと拭ききれないことはありそうですね。

森 あと、行動中はトイレに行くタイミングも難しいことがありますよね。男性が一緒だから言い難いという理由だけでなく、女性同士のグループでもタイミングを計るのは難しかったりするんですよね。私は水分を摂るのを我慢してしまって、体調が悪くなった経験がありますね。

中 トイレに行けるかどうかは場所の環境にもよるから、いい感じに目隠し



吸水ショーツの機能性の高さを教えてくれた森田。

れたところがあればトイレチャンスですよ。そんなトイレチャンスを探し出すのもちょっとしたスキルかもしれないです。

藤 そうそうここいいかなあ～、と思って行くと大抵は先人たちの痕跡がある(笑)。

森 場所とかタイミングとか、やっぱり女性のトイレには気になるポイントが多いですね。あと、生理もありますし。最近は「吸水ショーツ」がいろんなメーカーから出ていて結構いいんですよ。

ー「吸水ショーツ」、初めて聞きました。それはどんなものなんですか？

森 ショーツに吸水機能があるもので、生理の時(ナプキンを使わなくてOK)や尿漏れ対策にも役立ちます。お店では少し前から取り扱うようになりました。私は先輩から「これ、いいんだよ」とすすめられたんです。実際に使ってみるまでは半信半疑でしたが、使ってみたら意外にいいぞ！と。ナプキンが一枚ないだけで、こんなに軽いんだあ～という驚きでした。自ずとフットワークも軽くなった気がします。

中 吸水ショーツの存在は知っていましたけど、まだ少し不安があって……。漏れないかな、大丈夫かなとか。



吸水ショーツはお腹周りもしっかりカバーする設計。



4人には下着&サニタリー、日焼けなどテーマに合わせておすすめのアイテムを選んでもらいました。

石 わかります、どこまで大丈夫かとか。
森 確かにそうですね～。月経時の経血量には個人差がありますが、多い日で大体平均約30～60ml。この薄いタイプの「軽い～普通」の日用ショーツでも約60mlの吸水力があります。私も最初は少し不安があったので、軽い日や生理になるかならないか微妙な時なんかには試してみるといいかもしれないですね。山では尿漏れの心配をされる方も少なくないので、吸水ショーツはぜひ試してみたいです。これは消臭効果も高いので、臭いも気にならないんです。

ーなるほど～、これは強い味方ですね。他に何か工夫されたりしていることはありますか？

石 お腹周りを冷やさないようにすることですかね～。ウールの腹巻きは夏でも高い山ではお守りです。薄手で携行しやすいですし、一枚あるだけで安心です。
森 私も温めるようにしています。おへその部分までしっかりカバーしてくれる下着にしたり、冷やさないようにします。
中 生理の時の体調は個人差もありますが、私は活動を避ける傾向にありますが、前々から計画していたりすると頑

張って行かれる人も多いかもしれません。それでも無理をしないことが一番だと思います。
石 私もそう思います。それでも「行きたい!」という人もいると思うので、そんな時はこういったお助けアイテムを色々活用できるといいです。何より楽しいフィールドになればいいなあと思います。

日焼け対策 & お肌ケア編 ズボラさんは覆ってしまうのがいい？

ー標高が上がると紫外線は平地よりも強くなります。どんな対策をしていますか？

石 山に行く時は、帽子、サングラス、ヤケーヌ、アームカバー、手袋、ですね。なかでもヤケーヌはすごく活躍しています。
藤 私は、日焼け止めクリームを塗って、UVカットのリップも塗ります。肌があまり強くないので、首の後ろなんかは帽子に手拭いを挟んでカバーするようにします。
中 私も帽子に日焼け止めにリップ、首は手拭いで覆います。あと、最近サングラスが欲しいと思って買ったんです。始めは帽子だけでいいかと思っていましたが、サングラスをかけたほうが視



吸水ショーツは未体験のふたり。厚みなどをチェック！



店頭でも人気のヤケーヌは首の汗も吸ってくれるという。

界も良好で、冬の雪シーズンには必須でした。日焼け止めは塗り直さないとになるので、物理的に覆ったりする方法も併用した方がいいなと。
森 私も日焼け止めは塗るんですが、基本的に面倒臭がりで塗り直しを怠りがち。なので、アームカバーやヤケーヌを着け、サングラスも持ち歩いて、覆う系で対策です。
石 ヤケーヌは最初のうちは慣れないかもですが、徐々に慣れてきていいですよ。
中 ネックゲイターよりズレにくいです。
森 着けたままで飲み物も飲めて、店頭でも人気ですよ。ヤケーヌは生地長さ(カバー率)など種類も色々。意外と首の汗を吸ってくれるのでいいんですよ。

ーあと、目から入る紫外線は見落としがちですよ。肌の日焼けにもつながりますし。

石 確かにそうですね。サングラスはフィット感が大事です。つけっぱなしになるので長時間かけていても、耳や鼻などに違和感ないもののがいいです。必ず試着してから選んだほうがいいですね。
藤 私はいつもメガネをかけているので、

サングラスを使いたいシーンでは度入りの調光グラスのものを愛用しています。着けたり外したりが面倒なので調光は便利です。下山後もそのまま、暗くなくても問題ないので。メガネの方にはおすすめです。
石 普段も使えるようなデザインは汎用性があるといいですね。スポーティなものは普段着ではちょっと合わないし。あと、あまり安価なものだと、紫外線カットの加工がコーティングでされていて、摩擦で剥がれてダメになることもあるようです。フィット感もイマイチ。なので、サングラスはしっかりとしたものを選びたいですね。
中 これフィットしていいですね。フレー



普段使いにもいいファッションブルなサングラスが人気。

ムのマットな感じも普段使いできそう。黒っぽいものを選びがちですが、水色とかベッ甲とかもファッションブルでいいかも。
藤 最近はフィールドで十分使えるけれど、がつりなスポーツ系じゃないデザインのも増えてきているのでいいですよ。

ー日焼け対策で帽子はマストアイテムですが、みなさんキャップ派？ ハット派？

中 私はキャップ。
森 私もキャップです。
藤 私もキャップですね。雨が降って、レインウェアのフードを被った時にハットの後ろ部分が邪魔に感じたことがあって、それ以来キャップを使うようになりました。使わない時にはコンパクトにしまっておけるようなものを愛用しています。
石 私はハット派です。キャップとハット



帽子類は使わない時の収納性も選ぶポイント。

の中間みたいなタイプがあるんですが、それは後頭部のところが張り出してないデザインで邪魔にならなくていいですよ。
中 いやあ……本当に日焼け対策はしっかりしないとですね。話をしているだけで思いました。実は数日前にスキーに行って、乾燥と日焼けで肌が今まさにガサガサなんです。日焼け止めも塗ってバラクラバもしていたんですが、行動中のケアが足りなくてダメージが。しかも帰宅後は疲れてそのまま寝てしまって……。帰ってすぐにパックぐらいすべきだったな～と。
森 紫外線受けた後のケアね、大事。
藤 パックは楽でいいよね。香りもいいし。
中 ダメージの後はすぐケアしないと。でも、疲れてパックもできなかった～(泣)。



日焼け完全防備の中村。

気持ちが上がる! 番外編 モチベーションって大事です!

ーお悩みではないんですが、アクセサリーなんかはどうしてますか。厳冬の雪山では金属は外しますけど……。

中 あんまり着けない派です。
石 着けないです。
藤 私は着けっぱなしですね。
森 着けています。ちょっと着けているだけで気持ちが上がることもありますね。私が今着けているこのピアスはキャッチが一体型なので、とってもいいですよ。
中 ピアスホールに入れた後に、耳の後ろで横に捻る(スライドさせる)んですね。
藤 ああ、なるほど! いいですね。
森 前はよくピアスが無くなっていたのか? って、手で触ることが多かったんですけど、その動作がなくなりました。
石 こういうファッションアイテムがあるっていいですね。そういう発想がなかったから、新鮮です。
森 ランナーの方はレース前にこういったものを購入されて、モチベーションアップ! みたいな感じで臨むようです。あとはフィールドなどでピアスを無くして「もう着けるのやめた」という方も、また着けて楽しめるようになっているので、いいアイテムだと思います。
中 アクティビティに影響がない範囲でお洒落ができるのはいいですね!



キャッチ一体型のピアス。無くす心配がなくなりそう。



ぜひ、お気軽にご相談ください!



お悩み解消アイテムを ご紹介します!

下着 & サニタリー編

アクティビティ中は体を大きく動かし、汗をかいたりします。肌に触れるブラやショーツは女性にとっては特に重要なアイテム。胸の揺れすぎや汗冷えを防いでくれるなど、目的に合わせて必要な機能を備えているものを着用しましょう。

1枚でブラとアンダーウェアの
2役をこなす優れたもの



finetrack
ドライレイヤー ベーシック
プラタンクトップ
FUW0424
¥7,700 (税込)



CW-X
ミディアムサポート
SPORTS
ゆれケアBra MESH
HTY030
¥4,950 (税込)

10%で495円 ポイント還元
Y スマホで買い物
4 903725 481757



icebreaker
クールライト スプライト
レーサーバック ブラ
IB0A5724
¥8,800 (税込)

icebreaker
サイレン ヒップキニ
IUW92205
¥4,950 (税込)

フロントホックで着脱しやすい!
専用ケースは小物入れとしても活用できます



THE NORTH FACE
エクスペディション
ドライドットブラ
NUW12521
¥7,700 (税込)

10%で770円 ポイント還元
Y スマホで買い物
4 571657 076275



生理中のアクティビティは憂鬱ですね。吸収ショーツはそんな時の強い味方です。つけてみると本当に楽でストレスがなくアクティビティに集中できます。知らなかった方や気になっていた方はぜひお試しください!

吸収力抜群! 気になる臭いや
漏れを防いでくれるので安心

Be-A Japan
ベア シングネチャーショーツ
04
¥7,480 (税込)

10%で748円 ポイント還元
Y スマホで買い物
4 580792 540626



薄手で履き心地も良く違和感なし!
初めての吸収ショーツにぜひ



Be-A Japan
ベア エアライトショーツ
¥5,720 (税込)

10%で572円 ポイント還元
Y スマホで買い物
4 580792 540220

生理中はお腹を冷やさないことが
大事! ウールで温かく肌にも優しい

ローバック
ウール腹巻
RHM-06
¥3,080 (税込)

10%で308円 ポイント還元
Y スマホで買い物
4 571199 786526

吸汗ショーツが初めてでも
安心して使っていただけるように
説明いたします!



日焼け対策 & お肌ケア編

首まで覆ってUV対策万全!
コンパクトに折りたためるので収納も便利



サンデーアフタヌーンズ
ウルトラアドベンチャーハット
S2A01392
¥6,380 (税込)

10%で638円 ポイント還元
Y スマホで買い物
0 818865 029551



スティックタイプで塗りやすい。
こまめに塗ってUVケアしましょう

手を汚さずに、
いつでもどこでも気軽にUVケア



sealer del sol
マルチガードUVスティック
< SPF50+/PA++++ >
sd026
¥2,490 (税込)

10%で249円 ポイント還元
Y スマホで買い物
4 580468 680465

画期的!
涙型ボディ採用



広い部分も狭い部分もムラなく塗れる

後悔する前に!
唇のUVケアも忘れずに



メンソレータム
薬用リップ リペアワウン 無香料
¥671 (税込)

10%で67円 ポイント還元
Y スマホで買い物
4 987241 189021

顔から首まで覆ってくれて、息苦しさもなし!
アクティビティ中の最強のUV対策

ヤケヌ
爽クール マーメイド
¥3,080 (税込)

10%で308円 ポイント還元
Y スマホで買い物
4 560151 455624



お肌の水分補給をして
リフレッシュしましょう



CLEAR TURN
ごめんね素肌マスク
¥565 (税込)

10%で56円 ポイント還元
Y スマホで買い物
4 971710 521580

日焼けはお肌の天敵です。
UV対策グッズが
たくさん揃っているの
でチェックして!



アウトドアでのおしゃれを
あきらめないで!
機能性あって、素敵なデザインの
ものもたくさんあります!!



さまざまなキャラクターがかわいい!
自分のお気に入りを見つけて



SPRINTS
オージーハッツ キャップ
Hardcore Avocados
¥5,390 (税込)

10%で539円 ポイント還元
Y スマホで買い物
0 718114 173403

普段使いもできて、通気性もある
のでアクティビティ中も快適です

AXESQUIN
ヤマベレー Air
013031
¥5,940 (税込)

10%で594円 ポイント還元
Y スマホで買い物
4 518756 791418



気持ち上がる! 番外編

アクティビティ中でもおしゃれをしたい! そんな方におすすめのアイ
テムをご紹介します。機能性が高いのに普段使いもできるようなお
しゃれなデザインが盛りたくさん。気になるものは今すぐチェックを!

バックキャッチがなく締め付け具合を
調整することができるピアスです



Baqless
Embrace Sage Gold
¥13,200 (税込)

※デザインにより
価格が変わります
10%で1320円 ポイント還元
Y スマホで買い物
7 649996 039439



アイケアをしながら見た目も
こだわりたい方におすすめ

SOLAIZ
SOLAIZ OUTDOOR クラウ
ンバントモデル
SLD-004
¥14,300 (税込)

10%で1430円 ポイント還元
Y スマホで買い物
4 582133 223528



千葉県
初出店!

石井スポーツ ヨドバシ千葉店

昨年11月、千葉県初となる店舗「石井スポーツ ヨドバシ千葉店」がグランドオープン。駅チカで専用の駐車場も完備しています。ヨドバシカメラ店舗と地続きの広い店内は、ランニング・トレイルランニングの専門店アートスポーツを併設し見応え充分。見て触って試してお買い物を楽しめます。

登山、キャンプ、スキー、ランニングなど幅広い品揃えでアウトドアライフを応援します!



スキー、登山、ランニング、キャンプ、なんでもご相談下さい!

ヨドバシ千葉店
店長 西澤 晃

長野県出身。アルペンからバックカントリーまで、スキー歴は40年以上。夏場は登山やキャンプなどアウトドア全般を楽しんでいる。

私をご紹介します

ヨドバシ千葉店の1階にある店舗は約1,700㎡の売り場面積。登山を始め、ランニング、スキー、キャンプなどの用品がゆったりと配置されています。都内店舗にも引けを取らない充実の品揃えで、各人気ブランドのコーナーも見応えあり。アウトドアビギナーからコアなユーザーまで幅広い愛好家の受け皿に。各コーナーとも専門知識を備えたスタッフを配置し、有意義で楽しいショッピングをお約束。今回はヨドバシ千葉店の注目コーナーをピックアップ!

石井スポーツ ヨドバシ千葉店

住所/千葉県千葉市中央区新町1001 ヨドバシ千葉1階(JR千葉駅 徒歩2分)
営業時間/10時00分~22時00分
電話番号/043-307-1234
駐車場/専用駐車場1,680台 駐車場割引サービス有り
※専用駐車場=オーロラシティパーキング(年中無休/24時間営業)
基本料金 30分300円、平日当日最大1,500円



OPEN!!!

スキー/スノーボードコーナー



一年中いつでも、スキーやスノーボードのご相談をお待ちしています



私をご紹介します

これからスキーやスノーボードを始めてみたい方から長年の愛好家の専門性の高い相談まで、滑り全般のことならなんでもお任せの心強いベテランスタッフが在籍。スキー板、スノーボード、ブーツといった基本的な滑走用具からヘルメットなどの小物まで取り揃う。

スキー用品担当
伊藤 徹史

スキー用品ひと筋40年。長年にわたりスキーを親しんできた豊富な経験があり。おすすめのエリアなど滑り全般なんでも相談OK。

フットウェアコーナー



オンロードもトレランも山歩きも、足のことならなんでもお任せください



私をご紹介します

店内で最も目を引くのは壁面にずらりと並んだフットウェア! ランニングからトレラン、ハイキング、高所登山まで、まるで標高の遷移を表すようにシューズがひしめいています。靴選びで大切なのはフィット感! 自分にぴったりの一足を。

フットウェア担当
越田 涼

ランニングやトレランなどを嗜む。JAFT認定シューフィッターの資格を持ち、靴下やインソールとの相性など幅広くご案内。

ウェアコーナー



人気のアウトドアパレルブランドが揃い踏み! 各コーナーが充実しています



私をご紹介します

店内の中央部分には、アークテリクス、ザノースフェイス、パタゴニア、マムート、コロムビア、マウンテンハッドウェアといった人気のアウトドアパレルがブランドごとにコーナー展開。季節ごとに魅力的なアイテムをディスプレイしています。

登山担当マネージャー
有岡 竜二

クライミングから始めて10年ほど山に親しんでいる。ボルダリングを中心に登山、スノーボード、スケートボードなども楽しむ。

ベビー&キッズコーナー



サイズ豊富に取り揃えました! ファミリーでお楽しみください



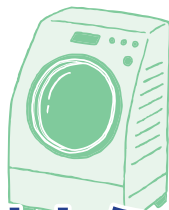
私をご紹介します

ウェアは80・90センチのベビー用から100~160センチのキッズ用まで、シューズは11.5センチから取扱い。ウェアとセットでコーディネートすることもできます。家族連れてベビーカーを押しながらゆったり見られるよう通路も広め。今後ますます品揃えは充実していく予定なのでご期待ください。

アートスポーツ担当
藤田 璃咲

旅やトレランなど体を動かすことが好き。キッズ用ウェアをサイズごとに細かく並べるなど、より選びやすい売り場作りを心がけている。

脱フッ素 アウトドアの新常識！ アウターシェルは自分で洗濯して長持ちさせよう



レインウェアなどの防水透湿性の機能を備えたアウターシェルは、この数年で大きな変革の時期を迎えています。それは「脱フッ素」の流れ。この流れは、私たちいちアウトドア愛好家にも大きく影響することなのです。

フッ素って、一体何者??

わかりやすい例は家庭にある「焦げつかないフライパン」。汚れがついてもスルッと落ちる、あの加工に使われているのがフッ素です。同じような素材がアウターシェルなどの製造過程にも使用されて抜群の透湿性と撥水性を発揮していました。透湿性のキーとなる多孔質メンブレンにもフッ素が使われ、滑りをよくするという特長が目詰まりを起きにくくしていました。ただ、今では人体に悪影響を与えることがわかり、「フォーエバーケミカル」(自然界では永遠に消えない化学物質)とも言われ、欧米では使用を法律で規制している国もあります。

何がどんなふうに変わる??

多くのメーカーが、独自に撥水加工とメンブレンの研究に取り組み始め、フッ素を使わない素材へと全面的に変わりつつあります。素材が一新されることで変化を感じるのには耐久性や撥水性といった部分かと思えます。特にフッ素には油を弾く撥油性があったのでその違いは大きいかもしれません。また、フッ素の撥水性は持続性も高い特徴もありました。今後、新素材のギアの寿命を延ばすには、小まめなメンテナンスが必要になっていきます。ゴアテックスなどは以前から洗うことを推奨していましたが、常に汚れ具合をチェックするなどさらにお手入れを習慣づけましょう。



水が瞬時に玉になってずると滑るのは強い撥水機能が発揮されている証拠。

シェルは自分で洗いましょう！

有岡 竜二
石井スポーツ ヨドバシ千葉店
長年ウェア類を担当し、各ブランドの新製品にも精通。自らフィールドテストなどもこなし実体験で素材の特徴を掴む。石井スポーツ社内きっての素材マニアでもある。



THE NORTH FACE
クライムライトジャケット
NPI2501

¥50,600 (税込)

10%で5,060円ポイント還元

スマホでお買い物



Mountain Hardwear
トレイルバースゴアテックスジャケット
OM0700

¥55,000 (税込)

10%で5,500円ポイント還元

スマホでお買い物



MAMMUT WOMENS
アルパイン ガイド ハードシェル
フーデッド ジャケット アジアンフィット

¥59,400 (税込)

10%で5,940円ポイント還元

スマホでお買い物



2025年内を目処に防水透湿性の機能を備えたシェルはフッ素フリー素材に置き換わります。

アウターシェルを洗うときのポイント

1

洗うときは必ずアウトドア専用の洗剤を使用しましょう。

一般的な洗濯洗剤には、漂白剤や蛍光増白剤、柔軟剤、香料などの添加物が含まれています。それらは繊維に残留し、アウトドアウェアの機能を低下させる要因に。アウターシェルやその他のアウトドアウェアを洗濯する際は必ずアウトドア専用の洗剤を選びましょう。



2

汚れを落とすための洗剤と撥水を促す撥水剤があります。

アウターシェルは洗浄後に、撥水を促す専用剤を使用すれば機能の持続性が高くなります。洗剤と撥水剤がひとつになったタイプもありますが、単体のほうが効果は高くおすすめ。また撥水剤を定着させるためには乾燥機やドライヤーなどで熱処理を加える必要があるものが多いです。

3

洗剤は汚れに着目して選び、各専用洗剤の「洗い方」通りに。

アウトドア専用洗剤の多くは自然に優しい素材を使用しています。皮脂汚れに強いアミン系、泥汚れに強いエーテル系など原材料の界面活性剤にも特徴が。洗う手順は洗剤によって異なるので記載の通りに実施しよう。洗剤の使用量も必ず書いてある通りに！



4

すすぎはしっかり！
数回行き確実に洗剤を流す。

せっかく洗ってもすすぎが不十分だと洗剤が残留して機能を低下させてしまいます。たっぷりの水で2～3回はすすぎましょう。手洗いの場合は、大きめのタライを使って確実にすすぐことが大切。すすぎの際に小さなタライに少量の水では洗剤が残ってしまうので注意しましょう。



5

洗濯機を使って洗うほうがおすすめです。



洗い方が手洗いのみでない場合(※使う洗剤の洗い方やウェアの洗濯表示を確認のこと)は、洗濯機を使うほうがおすすめ。洗剤と水がよく混ざり攪拌されるので、手洗いよりもウェア全体に行き渡らせることができます。洗いも、すすぎも、確実に行えます。

長年の経験から
たどり着いた
有岡チョイスはこれ！



STEP 1

洗う

アウトドア
洗剤



ビレイ
ゆたかな森 きれいな水
衣類用洗剤 500ml
BE23011
¥2,200 (税込)

10%で220円ポイント還元
スマホでお買い物
4 570086 070106

植物成分由来100%、海や川などへの環境にやさしい中性洗剤。羽毛、ウール、綿、麻、化繊といった普段着の洗濯はもちろん、アウトドアウェアや防水透湿素材のアウターにも使える。

STEP 2

撥水加工

アウトドア
撥水剤



グランジャーズ
クロージング リペル
300ml
1500009
¥2,200 (税込)

10%で220円ポイント還元
スマホでお買い物
0 799756 006502

洗濯機に投入して使用する撥水剤。有害なフッ素カーボンを含まない、環境に優しいアクリルポリマーを使用している。ゴアテックスなど、さまざまな防水透湿素材を使用したアウターに。

STEP 3

撥水スプレー

アウトドア
撥水 防水スプレー



ホルメンコール
ハイテクブルーフ
300ml
22250
¥1,580 (税込)

10%で158円ポイント還元
スマホでお買い物
4 250081 622509

ナノテクノロジーとハイブリッドマトリクステクノロジーを駆使して作られた防水・防汚スプレー。蓮の葉が水を弾く原理を応用し、あらゆる繊維や皮革製品を保護してくれる。



クジラのしっぽがトレードマークのテルヌアは、スペイン発のブランドです。スタイリッシュで洗練されたデザインで、本格的な登山に対応するウエアから、旅行・タウンユースなどで使えるカジュアルウエアまで幅広いラインナップを展開しています。



CITRUS GREEN



街でも山でも、どんな天気も、これ一枚でOK！
さあ、このジャケットと一緒に、新しい冒険に出かけよう！

風をシャットアウト、雨をブロック、しかも通気性バツグン！20Dリップストップ素材のMICROSHELLが、まるで第二の肌のように優しく包み込み、どんなアクティブシーンでも快適さをキープします。軽くてコンパクトに収納できるので、携帯しておけば必要な時にサッと取り出して、サッと羽織ることができます。さらに、リサイクル素材100%の地球にも優しいエコ設計。環境への配慮も忘れない、サステナブルな選択を。モノマテリアルだから、リサイクルも簡単で未来の地球も笑顔に。

TERNUA
OTTO LITE JKT M
1644267
¥18,700 (税込)

10%で1,870円分 ポイント還元
スマホでお買い物
8 447107 349076

XS, S, M, L, XL
CITRUS GREEN, DEEP GINGER, BLACK
約220g/Lサイズ

軽くて暖かくておしゃれな万能薄手フリースジャケット。タウンユースでも本格アウトドアでも1年を通して活躍します！



DEEP CITRUS



TERNUA
RAGGER JKT M
1263735
¥15,400 (税込)

10%で1,540円分 ポイント還元
スマホでお買い物
8 447107 358917

XS, S, M, L, XL
WHALES GREY, DEEP GINGER, DEEP CITRUS
約380g/Lサイズ

驚きの軽さと、どんな動きにもフィットする伸縮性で、パフォーマンスを最大限に引き出す高機能ストレッチパンツが登場！



OLIVE GREEN/WHALES GREY



これを履けば、動きにくさなんて気にならない。Shellstretch素材(二方向ストレッチナイロン)が、どんな動きにも自在に対応し行動を妨げません。ストレスフリーな着心地で、パフォーマンスを向上させたい方におすすめです。通気性と速乾性に優れているので、汗をかいてもさらっと快適。ハードな使用にも耐える丈夫さで長く愛用いただけます。今すぐ手に入れて、自由な動きを体験しましょう！

TERNUA
FRIZ PT M AF
1273825
¥15,400 (税込)

10%で1,540円分 ポイント還元
スマホでお買い物
8 447107 444993

XS, S, M, L, XL
OLIVE GREEN/WHALES GREY, WHALES GREY/BURNED ORANGE, DEEP GINGER/WHALES GREY
約230g(1本)

超軽量のミニマルなデザインに、桁違いの防水透湿性能と快適性を詰め込んだ、革新的軽量レインジャケット。



ICON BLUE



チェストポケットにコンパクトに収納できるバックフル仕様

MILLET

新開発の極薄防水透湿メンブレンは極めて高い耐水圧(50,000mm)と透湿性(60,000g/m²/24h)という、本格登山に十分対応するスペックを備えながら、驚異的な軽さを実現しました。さらにしなやかでドライな肌触りの裏地や肩回りの動きやすさを実現するラグランスリーブのカッティングによって行動中のどんな動きにも常に自然で快適な着心地を提供します。

MILLET UNISEX
ティフォン ファントム ファスト ジャケット
MIV03174
¥42,900 (税込)

XS, S, M, L, XL, XXL
SMOKED PEARL, ICON BLUE
約132g

10%で4,290円分 ポイント還元
スマホでお買い物
3 515720 559082

ストレッチ性能に優れ柔らかな着心地の「動けるレインウエア」。風雨の中でもストレスフリーの動きやすさを実現。

雨だから仕方なく着る」といったこれまでのレインウエアのイメージを覆す、しなやかで快適な着心地の防水透湿に優れたストレッチレインウエア。生地ストレッチ性はもちろん、縫製仕様やパターンにもこだわり動きやすさは抜群です。高い防水性能に加え蒸れにくく、長時間の雨天時の行動をサポートします。



MENS
ロイヤルブルー



WOMENS
アクア

finetrack
エバープレスフォトンジャケット
FAM0331/FAW0331
¥38,500 (税込)

MENS, S, M, L, XL, WENS, S, M, L
MENSロイヤルブルー、オリーブドラブ、エナジーレッド、ディーブインディゴ
(WENS)アクア、ライムイエロー、エナジーレッド、ディーブインディゴ
MENS300g, (WENS)280g

5%で1,925円分 ポイント還元
スマホでお買い物(MENS)
4 573406 414741

アクア
スマホでお買い物(WENS)
4 573406 414864



MENS
マリンウッドグリーン



WOMENS
ブラック

C3fit
Impact Air Long Tight
CCI515/CCW1515
¥17,050 (税込)

MENS, 2, 3, 4, (WENS), 2, 3, 4
MENSマリンウッドグリーン、ブラック
(WENS)ブラック

10%で1,705円分 ポイント還元
マリンウッドグリーン
スマホでお買い物(MENS)
4 571657 118562

ブラック
スマホでお買い物(WENS)
4 571657 121746





UPF50+、近赤外線遮蔽率70%以上という高い効果を発揮し、日焼けと肌の老化、疲労を軽減。洗濯後も効果が持続します



上下から開くことができるフロントジッパーを採用。暑い最中に着るウェアだけに、細部まで配慮がなされています

AXESQUIN

Sunproof Hoodie

011100

¥22,000 (税込)

Women's Sunproof Hoodie

011105

¥20,900 (税込)

size: S~XL

color: グレイシャークレー、ディーブウェル、ホワイ

weight: 248g (M's L)

スマホでお買い物 (M's)

4 571672 011831

スマホでお買い物 (W's)

4 571672 012272



アクシーズクイン Sunproof Hoodie



紫外線や近赤外線を遮断する、着る日焼け止め

独自の技術とデザインを駆使して、日本の山岳環境に適した商品を作り続け、唯一無二の存在感を誇る国産ブランド・アクシーズクイン。そんな同ブランドの注目ラインナップが、紫外線と近赤外線をダブルブロックしてくれるサンプルーフシリーズだ。

同シリーズに使われるポリエステル素材は、紫外線を反射する金属と、近赤外線を吸収するレアメタルが練りこまれた特殊生地。それにより、肌に悪影響を与える紫外線をカットし (UPF50+)、近赤外線を遮断することで (遮蔽率70%以上)、シミ、ソバカスなど、肌の老化を軽減するとともに、真夏のアル

ブス縦走など稜線歩きでの疲労を軽減、安全な登山を促します。

サンプルーフフードはシンプルで軽量な一着。春夏シーズンの日よけとしてベースレイヤーに重ねて使用するほか、朝夕のテントサイトなどでの一枚ほしいシチュエーションにも最適。薄手で軽量なため、さまざまな状況にフィットする一着です。

サンプルーフシリーズには長袖シャツやネックゲイター、袖と首を守るオリジナルデザインのモデルやグローブ、アームカバーなど幅広いラインナップが展開されています。

着る防虫

BUG GUARD CLOTHING

SCORON® シリーズ



さまざまなラインナップが存在し、全身をフルコーディネートできるのも、スコロン製品の大きな魅力です



盛野 岩登

石井スポーツ ヨドバシ甲府店

3シーズン如何なる時でも大活躍する汎用性抜群の薄手羽織物

防虫素材スコロンをふんだんに使い仕立て上げたFoxfire自慢の一着です。速乾性、ストレッチ性にも優れ、驚く程の薄さと虫の羽のような軽さを誇ります。もちろん、紫外線からお肌を守るUV機能付き。山でも街でも自由快適に大活躍する汎用性高い羽織物です！

防虫+UVカット 軽量で万能なフルジップパーカー

アース製薬と帝人フロンティア、そしてフォックスファイヤーの共同開発により誕生した、特殊素材の「スコロン」。野外で出会う不快な虫から身を守る防虫効果と、有害な紫外線を遮蔽するUVカット機能を併せもち、フォックスファイヤーのアパレルラインの多くに使用され、登山者や釣り人、キャンパーなどから愛用されています。

「SCフード」はトランスウェット・スコロン素材を用いたフルジップタイプのパーカー。盛夏での使用を想定した、薄手でさらっとした目の細かいモ

クテン生地を採用。防虫性やUVカット性に優れており、アウトドアのさまざまな局面で出会う「もう一枚羽織りたい」という状況に最適の一着となっています。

スコロン素材を用いたラインナップには、長袖シャツやロングパンツはもちろん、カットソーやボックスシャツ、キャップやハット、フェイスガードやアームカバー、グローブなど、幅広い商品が並んでいます。それらを組み合わせることで、夏の野外を快適に乗り切ることができるでしょう。

フォックスファイヤー SCフード



SCフード

5215140 (M's) / 8215197 (W's)

¥13,860 (税込)

size: S, M, L, XL

color: M's ライトグレー、ネイビー、

チャコール、アッシュグリーン

W's グレー、ネイビー、

パールピンク、ライトグレー

weight: 180g (M's M)

スマホでお買い物 (M's)

4 549769 221173

スマホでお買い物 (W's)

4 549769 221906

スポーツシューフィッターに聞く 正しい靴の選び方



基本は靴です。
「歩く」「登る」「走る」ための
最適な一足を見つけるお手伝いを
させていただきます。

荷出 辰雄
石井スポーツ 大丸東京店
JAFT認定スポーツシューフィッター
石井スポーツに入社して10年目。子どものころは野球三昧で、学生時代には探検部に所属。卒業後、北アルプスの大天井ヒュッテにて3年を過ごす。現在は、石井スポーツでの仕事しつつ、プライベートでは登山やクライミングに精を出す日々。JAFT認定スポーツシューフィッターの資格を保有。

靴選びの専門家・スポーツシューフィッターに、歩くために最適なモデルを選んでもらいました。くるぶしがブーツの側面にあたってしまっていて痛いとか、外反母趾や扁平足に悩んでいまして……といった「足」にまつわる不安や疑問も即解決。石井スポーツには、どの店舗にもこのプロフェッショナルが所属しています。今回は大丸東京店のスポーツシューフィッター・荷出辰雄に話を聞いてみました。

ある程度、山歩きに親しみのある人はともかく、これから「歩く」ことを始めてみたいと思う人には、たくさんの不安や疑問があることと思います。どんなウエアを着ればいいのか、荷物はどれくらい持っていけばいいのか、足を守ってくれる靴はどうすれば見つけれられる？ と、悩みは尽きないことでしょう。今回の『THE EARTH』のテーマは「歩く」。ということで、多くある悩みの中でもとくに、この「足回り」にまつわる

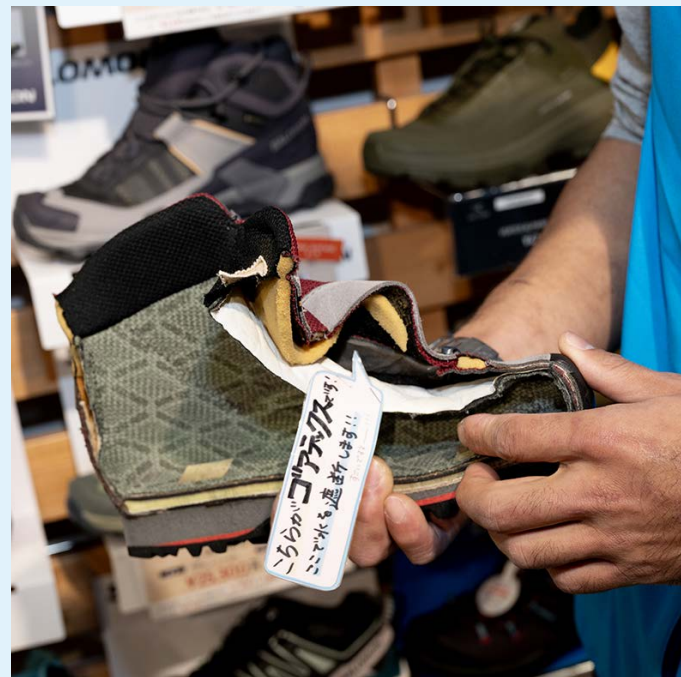
不安を解消するにはどうすべきかをスタッフに聞いてみました。快適に歩くためには、何が必要でしょうか。まずは「靴」、あとは「靴下」に「インソール」。そのほかには……？ じつは、こんな不安をサラリと解決してくれるプロフェッショナルが石井スポーツには所属しています。その名も「スポーツシューフィッター」。言い換えれば、足回りのお悩み解決の専門家。靴選びのプロです。

JAFT認定スポーツシューフィッターとは？

JAFTとは、“Japan Association of Footwear Technician”の略。一般社団法人日本フットウエア技術協会が主催する“Ecole de Pedicure Podologue(シューズと足とインソールの専門技術者養成スクール)”で取得できる認定資格のひとつがスポーツシューフィッターです。足部の疾患に関する基礎知識を学び、適切な評価を与えること。また、スポーツシューズの機能や設計のほか、国内外のシューズブランド史の知識を得ること。顧客の足の個性を観察し、それに適したシューズおよびインソールを選択した上でのフィッティング技術の取得などが、資格保有の条件となります。基礎編となるスポーツフィッター・サーティファイドテクニシャンのほか、上級編のマスターテクニシャン、ジュニアアスリートテクニシャン、医療者向けのポドログテクニシャンなどのより専門性の高い資格もあります。石井スポーツでは、シューズ選びの専門家としてスポーツシューフィッターの基礎を学び、的確なコンサルティングができる販売スタッフを育てています。

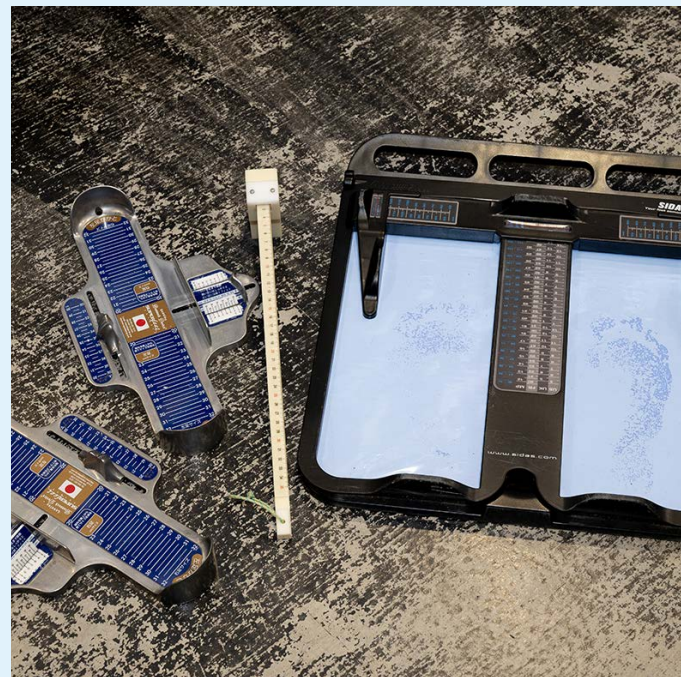


■シューフィッターとは



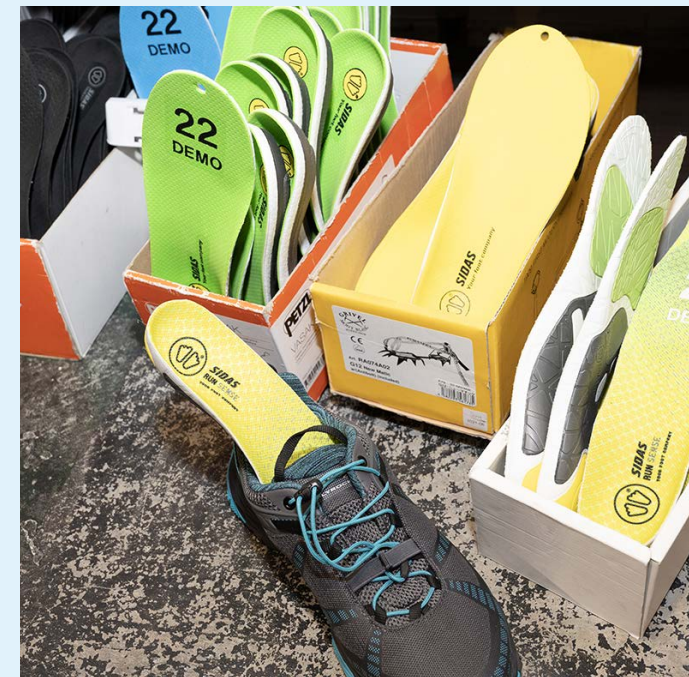
専門的な知識と経験

スポーツシューフィッターは、足の形状や歩行のパターン、人による経験値の深浅なども交えたうえで、ひとりひとりに合ったシューズのご提案をします。快適な歩きを提供するために、シューズやインソールに関してのさまざまな知識を共有します。



正確な測定と評価

靴選びの基本となるのは、足のサイズです。そのサイズを正確に計測することは、とても大切なこと。足裏の長さだけでなく、足幅、土踏まずのアーチのかたち、外反母趾などの有無も含めて、専用の測定器を使って計測と評価を行います。



カスタマイズされたアドバイス

人の足のかたちは十人十色です。その人が欲しているニーズに応えるための靴選びはもちろん、個々人によるカスタマイズが必要なものも数多くあります。そんなときも、靴と靴下、またはインソールとの組み合わせや、そのほかのアイテムを使ったアドバイスも可能です。



不安に寄り添う

多かれ少なかれ、人は自分の足回りに不安を持っているものです。小指があたるとか、爪が割れやすいとか、土踏まずがないなど。そんな問題に本人が気付いていない場合もあり、寄り添うことがとても大切。どんな些細な不安もスポーツシューフィッターへお聞かせください！

自分に合う靴を選んでみよう!

靴選びのテーマを決め、具体的に告げる

Check Point
1

靴のことなら
おまかせください!

今回のテーマは

- ・歩く旅
- ・荷物は5kgほどで日帰り
- ・おもに平坦なトレイルを10km以内

店舗所属のスポーツシューフィッターが、お客様に合った一足をご提案します。

まずは、足のかたちを専用の計測器を使って測ってみます。足の幅や長さはもちろん、甲の高さなども手を使って確認します。このあと、靴下をチェンジ。試し履き用として実際に歩く際に使う厚さ(ミドルウェイト)を選び、さらなるチェックを続けました。

Check Point
4



足のサイズを
チェック!!

このルーラーの数値は0.5cm刻み。数字を確認すると、26.0cmに少し届かないくらい。であれば、選ぶべきサイズは26.5? 27.0cm?

Check Point
2

どんな旅を想定?
荷物はどれくらい!?



Check Point
3

足のかたちは
どんなタイプ?



Check Point
5

なんと、右足(25.5cm)と左足(26.0cm)でサイズがちがう! と、おどろいていたなら、たいていの人は左右のサイズがちがうものなんですって。0.5cmの差はよくある話だとか。

左右のズレ



Check Point
6

足形に合うラスト(木型)は、
どんなかたち?



Check Point
8

靴下選びも
慎重に



Check Point
10

選んだのは
このモデル!!



荷出が選んだのは、ドロミテのローカットシューズ。やはり、日帰りでライトな歩く旅ですので、足首周りの歩きやすさが優先されたようです。そこに組み合わせるのは、土踏まずのアーチをカバーしてくれるシダスのインソール、3 FEET ACTIONです。この組み合わせで足を入れてみると、もうシンデレラフィットです。さすが、スポーツシューフィッター!!

Check Point
7

じつはアーチが
潰れ気味なんです



足形の残るフットプリント式の器具を使ってチェックしてみると、土踏まずのアーチが潰れ気味の扁平足。こうやってしっかりかたちが現れてくるのは少し恥ずかしいものですが、こ

ういった部分をカバーしてくれるのがスポーツシューフィッターの知識です。この足形を見て、その人の体重の掛け方など、細かな部分も含めていろいろなポイントを確認できるそうです。

Check Point
9

相性のいい
インソールを選ぶ



土踏まずのアーチが潰れ気味ということで、その箇所をしっかりとカバーしてくれるインソールを選びました。靴との相性も考え、適度なクッション性を併せ持ち、かつ足のかたちをキープしてくれるのは、このインソール。靴と靴下、インソールの総合的な組み合わせは、スポーツシューフィッターならではの目線での提案です。

1 DOLOMITE
Nibelia GTX
420070
¥22,000 (税込)
10%で2,200円ポイント還元
スマホでお買い物
7 616185 023890

2 SIDAS
3 FEET ACTION LOW
314060303
¥7,590 (税込)
10%で759円ポイント還元
スマホでお買い物
3 661267 107139

3 ダーントフバーモント
Ms プーツソックスフルクッション
19441405401005
¥4,730 (税込)
10%で473円ポイント還元
スマホでお買い物
4 548732 216505

その他の足回りグッズも
おすすめ



靴や靴下、インソールのほかにも、足回りの悩みをカバーしてくれるアイテムは数多くあります。足の皮膚を守ってくれる保護クリームや、外反母趾をカバーしてくれるパット、アーチをキープしてくれるサポーターなど、えっこんなものまで、と思えるほどに足回りグッズのコーナーも充実しています。





日帰り登山や富士登山へ チャレンジする方におすすめ。 機能性はもちろん、モダンで目を引くデザインの トレッキングシューズが登場！

ハ イキングから日帰り登山、さらに夏の富士登山にも最適なトレッキングシューズ。2種類の密度を持つEVAヒールとTenuta Gripトレッドを独自の配合とデザインで組み合わせることで、あらゆる地形で優れたクッション性と安定性を発揮します。また、高い防水性と通気性を兼ね備え、雨天時はもちろん、暖かい天候の中で運動をしても靴の中が蒸れることなく快適な状態を保ちます。さらに、柔らかいアッパーと硬いアウトソールのバランスが絶妙で、足がアッパーにしっかりと均等に包み込まれ、圧迫感を感じません。足首まわりはしっかりと包まれますが適度な自由度があり、タン部分には軽くパッドが入っており、履き口と合わせて足首に安定性と快適さを提供します。軽量でフィット感がよい上に、安定感が加わり履き心地のよいシューズに仕上がっています。また、足首部分のエンボス加工がデザインのアクセントとなっています。足入れすると内部が広々しているため、足にボリュームがあり内側に余裕のあるシューズを探している方はぜひ一度お試しください。軽量なため長時間歩いていても疲れにくく、毎日でも履きたくなるような快適さで初めての方にもおすすめです。



アッパーにはスエードレザーを使用し、甲部分にはストレッチ素材で軽量化とゴロツキを軽減します



ソールは厚くて深いブロックを特徴とし、さまざまな地形で効果的なグリップ力を発揮します



前足部は広めで高さもあるため、足幅やボリュームのある方にもマッチします



MENS
BEIGE/GREEN



WOMENS
LIGHT VIOLET/
AQUA GREEN

AKU
REACTIVE GTX
REACTIVE GTX W
668ISC/669ISG
¥29,700 (税込)

■ M's BEIGE/GREEN
W's LIGHT VIOLET/AQUA GREEN
■ M's 25~30cm
W's 22~26cm
■ M's 515g(27cm片足)
W's 450g(24cm片足)

10%OFF 970円 ポイント還元

Y スマホで買い物(M's)

8 052696 840969

Y スマホで買い物(W's)

8 052696 841072



軽量でありながら 信頼のおける機能を搭載した マルチな一足。人気のカラーが ミッドカットに新登場！



AKU WOMENS
ロケット ミッド DFS GTX
711SG
¥27,500 (税込)
10%で2,750円ポイント還元
スマホで買い物
8 032696 842000

BLACK/TURQUOISE, DEEP VIOLET/CORAL
S 22~26cm
W 367g(24cm片足)

軽く歩きやすくグリップ性もよく
フィット感も抜群と、欲しい機能が
全て詰まったファストハイキングシューズ。
ローカットで展開していたシンプル
なデザインでありながらブルーのアク
セントがポイントの人気カラーがミッド
カットにも登場しました。履き心地は
コードロックと靴紐の2つを組み合わせ
たことにより、甲のフィット感が抜群
です。靴自体も軽量ですが、フィット感
の良さにより足運びが非常に軽やか。
ソールもグリップ力が高く岩場へのア
プローチシューズとしてもおすすめです。
独特なシューレースシステムはフィット
感の調整がしやすく、「ロケット」の名
の通り軽快にガシガシと歩ける1足です。



2つの異なるレーシングシステムを使用
することで、フィット感を調整することが
できます



アウトソールにVibram Traction Lug
を採用し、高いグリップ力を実現

年間通して活躍するタフでオールラウンドな一足。
クラシックなデザインが魅力です



軽さ、歩きやすい硬さ、フィット感、三拍子揃った
トレッキングブーツ。
長時間歩いても
疲れにくい定番モデル



ハイキングからテント泊まで使え、長年愛され続けている人気のオールラウン
ドシューズ。しなやかなアッパー素材を使っていますが、硬めのソールを組み
合わせることでさまざまな地形にしっかりと対応します。軽さと履きやすさとの
バランスが大変良いことも、コネロが広く愛用される理由のひとつです。また、
クラシックで飽きのこないデザインなので長くお使いいただけること間違いなし！
昨年よりワイドモデルが加わり、選択の幅が広がりました。自分に合った一足を見
つけてください。



AKU
CONERO III GTX
CONERO III WIDE GTX
878.81SG/878.81SGW
¥46,500 (税込)
DARK BROWN/ASTER BLUE
WIDE BEIGE/BROWN
S 22~30cm
W 740g(27cm片足)

10%で4,650円ポイント還元
スマホで買い物
8 032696 747183
スマホで買い物(WIDE)
8 032696 819187

日帰りハイクから2,000m級の縦走まで幅広く対応し、これから登山を始め
ようとお考えの方におすすめです。軽さ・歩きやすさ・ソールの硬さとバラ
ンスの良さが魅力。軽さの割に靴底がしっかりしていて、多少ゴツゴツした道に
も十分に対応できるうえ、硬すぎることもなく軽快に履いていけるシューズです。
また、アッパーの多くにAIR8000という通気性を重視した素材を使用しており、
長時間履いても蒸れにくいです。悩んだらまずコレ！という一足です。



AKU
アルバトレック GTX
アルバトレック GTX W's
9771SG/9781SG
¥38,500 (税込)
M's ANTHRACITE/MUSTARD
W's GREY/TROPOSPHERE
S M's 25~30.5cm, W's 22~26cm
W M's 570g(27cm片足), W's 445g(24cm片足)

10%で3,850円ポイント還元
スマホで買い物(M's)
8 032696 818760
スマホで買い物(W's)
8 032696 818883

下山で走れるような柔らかさと軽やかさ。
ファストハイクに適した
ローカットシューズ



軽量ながらトラクションラグのグリップにより安定感があり、ダイナミックなアクティ
ビティに適したファストハイキングシューズです。メガグリップとハイクッション、
高反発EVAミッドソールを備えたビブラム・トラクション・ラグ・ソールを採用。驚
異的なグリップ力とクッション性により快適性と安定性を実現しています。コードロッ
ク形式で靴紐を結ぶ手間がないのも魅力です。



AKU
フライロック GTX
フライロック GTX W
6981SG/6991SG
¥24,750 (税込)
M's GREEN/GREY
W's BLACK/TURQUOISE
S M's 25~30cm, W's 22~26cm
W M's 372g(27cm片足), W's 300g(24cm片足)

10%で2,475円ポイント還元
スマホで買い物(M's)
8 032696 818357
スマホで買い物(W's)
8 032696 818463



山を
歩く
ハイキング

初めてでも安心
基本の山道具を揃えて快適に歩こう



日常生活から離れ、自然を満喫してリフレッシュしませんか。山ではただ頂上を目指すだけでなく、登山口までの林道を歩いたり、近場の低山ハイキングやロープウェイである程度の標高まで登りその付近の散策をするなど、楽しみ方はさまざま。基本の道具を揃えて快適な山歩きをしましょう。

起伏の少ない場所では足首の動かしやすいローカットがおすすめ



AKU
ROCKET DFS GTX
ROCKET DFS GTX W's
726ISG/727ISG
¥25,850 (税込)
■M's BLACK/ORANGE
W's BLACK/TURQUOISE
■M's 25~29cm, W's 22~25.5cm
■M's 370g(27cm片足), W's 310g(24cm片足)

軽量で低山〜日帰り、ファストハイクに最適なシューズです。新テクノロジーのDFS機能でフィット感が抜群です。非常にグリップがよく機能が沢山詰まった一足です。

山の日没は早いので、常にバックパックに備えておこう



PETZL
ディカ
EO6IAA03
¥5,280 (税込)
■イエロー・ブルー・グリーン・グレー
■明るさ: 350ルーメン
■94g
登山はもちろん、ナイトハイク、キャンプ、テント内での読書、旅行などにおける必需品。1つのスイッチで使いやすく、ポケットやバックパックに忍ばせるのに適したコンパクトサイズです。

山の基本装備

天候の変化に対応し、トレイルを安全に歩くための道具

ミッドカットシューズは足首が守られるので登り下りでも安定します



Salomon
X ULTRA 5 MID GTX
L47754200/L47754500
¥25,300 (税込)
■M's 全4色, W's 全3色
■S 25~30cm, W's 22~25.5cm
■M's 440g(27cm片足), W's 390g(24cm片足)
■Black(7000), Lotus-mystic(5346)
■容量: 23ℓ
■640g
アクティブなハイカーに最適な軽量バックパック。人間工学に基づいた広めのショルダーストラップと柔らかなヒップフィンが体にしっかりフィットし、荷物の揺れを最小限に抑えて肩や背中への負担を軽減します。



HELLY HANSEN
Helly Rain Suit
HH12510
¥29,700 (税込)
■ON, SY, IV, MS
■XXS~XXL
■94g
防水ジャケットとパンツがセットになったレインスーツ。雨天などの過酷な状況下でも高い防水透湿性を誇り、はっ水機能の耐久性も備えているのが特長。HELLY HANSENらしいセーリングウェアの機能性やデザインを取り入れています。

両手が自由になるバックパックを背負って歩きましょう



deuter
スピードライト プロ 23SL
D3412225
¥22,000 (税込)
■Black(7000), Lotus-mystic(5346)
■容量: 23ℓ
■640g
アクティブなハイカーに最適な軽量バックパック。人間工学に基づいた広めのショルダーストラップと柔らかなヒップフィンが体にしっかりフィットし、荷物の揺れを最小限に抑えて肩や背中への負担を軽減します。

山の天候は変わりやすいため必ず備えましょう。防寒用にも使えます！



山での紫外線は平地より圧倒的に強いので帽子はマストアイテム



Marmot
パネルサンシェードハット
MTSS25UHC215
¥6,380 (税込)
■インディゴ、ブラック、ベージュ
■ONE SIZE(57-59cm)
■85g
吸水速乾機能を持った汗帯テープ付きで背面アジャスターでサイズ調整可能なサンシェードタイプのフィールドハット。サンシェード・あご紐コードは取り外し可能。



休憩時や行動中でも寒さを感じた時のために携帯しましょう

MILLET
ロッカ ジャケット III
MIV9715
¥14,300 (税込)
■SAPHIR, DORITE
■XS, S, M, L
■355g
着やすく動きやすい、薄手の保温着です。通気性も抜群で熱がこもりにくく、ハードなアクティビティでも着こなせる一着です。

MOUNTAIN HARD WEAR
ポーラテックステミュラス
グローブ
OU6798
¥4,950 (税込)
■Black
■XS, S, M, L
通気性かつフィット感に優れたマウンテンハードウェア定番のグローブ。親指と人差し指はタッチスクリーンに対応。

日焼け止めは汗で流れてしまうこともあるのでマスクでカバー

山での紫外線や気温の変化に対応するための装備は重要です



ヤケヌ
ヤケヌ 爽クール
¥2,145 (税込)
■ネイビー、ベージュ、ライトグレー

顔や首をストレスなく太陽光や紫外線から守る日焼け予防専用マスクです。呼吸もしやすく、マスクを外さずに水分補給することもできます。

UV・防寒対策のみならずケガ防止のためにも着用しましょう

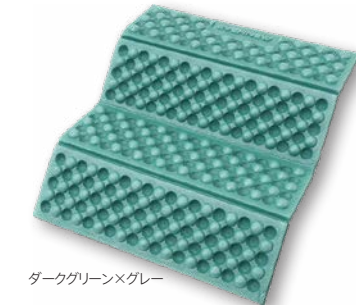


休憩はしっかりと

疲れたら無理せず休んで、しっかり水分をとりましょう

汗をかいたり疲れた時には水分補給が重要です

どんな場所でも座布団があれば休憩場所に早変わり



EVERNEW
折りたたみヒップマット
EBC143
¥1,210 (税込)
■ダークグリーン×グレー
■31×38×1.2cm, 収納サイズ: 9.5×31×4.5cm
■30g
あればいつでもどこでも持ち運びしやすい小型マットです。表面の凹凸が石だらけの悪環境でも高い断熱性と快適性を発揮します。

YETI
1.8oz WATER BOTTLE
with CHUG CAP
¥5,390 (税込)
■全12色
■H25.72×φ7.62cm
■535.8g
真空断熱構造により保温保冷で使えるステンレスボトル。マルチに使えるサイズで、ハイキングや旅行、毎日の通勤にもピッタリです。



空腹で歩くのはNG! つまみやすい食料を携帯すると安心です



ウィンキューブインターナショナル
やまおやつ
ナチュラルチェダーチーズ
290485
¥486 (税込)
■内容量: 25g
1年熟成した無添加のナチュラルチェダーチーズをフリーズドライにしました。チーズのコクをお楽しみください。





アウトソールには、過度なねじれを抑制してスムーズな推進力を生み出す「KEEN TERRAIN SHIELD」を搭載



アッパーには、軽量で通気性に優れたメッシュ素材と、耐久性のある天然皮革スエードをハイブリッド



HIGHTRAIL WP
¥18,700 (税込)
size: M's 25~28cm, W's 22.5~25cm
color: M's BRINDLE/BIRCHほか2色
W's ALLOY/LICHENほか2色
weight: 400g (size: 27cm/片足)

スマホで買い物 (M's) スマホで買い物 (W's)



キーン HIGHTRAIL WP



弾力性に優れた発泡EVAがベースの独自素材「コルアーキフォーム」を採用することで、軽量かつソフトな履き心地を実現



凹凸のあるアウトソール形状がグリップ力と推進力を生み、快適歩行をサポートしてくれる



ReCoLA
2025001 / 2025002
¥9,460 (税込)
size: XS, S, M, L, XL
color: ブラック、グレージュ

スマホで買い物



シダス ReCoLA



松井 晴香
石井スポーツ 吉祥寺店
見た目も履き心地も
日常使いやすい
新作防水アウトドアシューズ

普段使いがメインで軽いハイキングにも使いたいという方におすすめのシューズ。デザイン性が高いので、スニーカーとしてタウンユースができます。防水のアウトドアシューズでありながら、クッション性に優れており、適度にソールが屈曲するのでアスファルトでも疲れにくいです。

ハイキングブーツと スニーカーのいいとこ取り

まず先をしっかりとプロテクトするスポーツサンダルを発明し、2003年にその歴史をスタートさせた KEEN。創業以来、機能的なシューズを数多く世に送り出してきました。そんな同ブランドから2025年に新登場したのが、ハイキングブーツとシューズの機能をバランス良くハイブリットした新作「HIGHTRAIL」コレクションです。

最大の特徴は、KEEN独自の「KEEN TERRAIN SHIELD」構造。一般的なシューズの靴底に搭載される芯材(シャンク)を取り除き、代わりにアウトソールのラバーを中足部で巻き上げることで、パーツを減らしつつ高い安定性と推進力を実現しました。さらに、アッパーに配置した天然レザーとメッシュが

耐久性と通気性を両立。

アウトソールには、砂利道、アスファルト、岩場など、様々な地形で高いグリップを発揮する全方向型ソールを採用。さらに、高反発フォームのミッドソールがスポーティーで快適な履き心地を提供してくれます。

KEEN オリジナル防水透湿素材「KEEN DRY」も搭載しているので雨の日も安心。環境負荷を低減するシューズづくりを推進している KEEN 独自開発の「KEEN.DRY」は、環境リスクが指摘される PFAS(有機フッ素化合物)不使用。防水性、軽量性、スピード、そして高いデザイン性を兼ね備えたこの一足が、街での日常とアウトドアフィールドをシームレスに繋いでくれます。



荷出 辰雄
石井スポーツ 大丸東京店

アスリートの足を支えてきた
インソールメーカー・シダスから
真のリカバリーサンダルが登場！

一般医療機器の承認を得ているため、疲労軽減・血流促進の効果が医学的に認められており安心して使うことができます。足入れしやすく歩行時の脱げ感が少ないのも特徴です。クッションはやや硬めで快適さだけでなくサポートの強さを感じられます。サイズ感が少し大きめなので試し履きしてからご購入がおすすめです！

足の専門ブランドがつくった 本気のリカバリーサンダル！

登山やランニングなどで疲れた足の回復を促してくれるリカバリーサンダル。今や運動後の必需品としてすっかりお馴染みとなり、多くのブランドから優れたアイテムがリリースされています。

そこで注目したいのが、足のお悩み専門ブランド「シダス」がつくったリカバリーサンダル、「リコラ」です。シダスといえば、足のトラブルを予防するインソールで知られたブランドです。リコラには、そこで培われた技術が余すことなく搭載されています。

最大のポイントは、足裏とダイレクトに密着するフッ

トベッドです。シダス独自の立体アーチ構造が土踏まずを刺激し、一歩踏み出すごとに足裏から全身へ血流を促進。運動後の疲労軽減やむくみの解消などに効果を発揮します。サンダルでありながら、インソールさながらの機能を発揮してくれる一足です。

もちろん、リカバリーサンダルらしいフカフカな履き心地も健在。歩行を妨げないしなやかな屈曲性や、横ブレしにくいソール形状など、足をサポートするギミックに抜かりはありません。



ザ・ノース・フェイス

Offtrail Hike Mid GORE-TEX



Offtrail Hike Mid GORE-TEX
NF02511
¥29,700 (税込)
size: 7~11inch
color: アントラシートグレー×TNFブラック、
TNFブラック×TNFホワイト
weight: 475g (size: 9inch/片足)



アウトソールには、無農薬で育てられた天然ゴムを10%配合したブランド独自開発素材「SurfaceCTRL」を搭載



リップストップナイロン、パリスティックスラバー、ヌバックレザーなど、異なる素材を適切に配置したアッパー

天然ゴム10%配合のソールがしっかりと地面を捉える

ザ・ノース・フェイスから、ブランドのDNAを体現しつつ、フィールドでのパフォーマンスを追求したトレッキングシューズが登場。3シーズンの縦走登山から岩稜帯の登山まで対応する、幅広いシーンで力を発揮するトレッキングシューズです。

アウトソールには、天然ゴムを10%配合したブランド独自素材「SurfaceCTRL」を採用。ラグ設計は5.0mmと高く、粘り気のあるラバーがドライな路面でもウェットな地面でも高いグリップ力を発揮してくれます。なお、天然ゴムは無農薬で生産されたものを使用。人間の営みと自然との共生を見つめ直すザ・ノース・フェイスの思想がここにも込めら

れています。

アッパーには、高い耐久性を誇る「CORDURA リップストップナイロン」を採用。さらに、前足部の両側のラバーを巻き上げたラパーラップ製法で、耐久性と安定感を高めています。足先部分にはラバートゥキャップも装備。岩場などで、つま先を守ってくれます。

防水透湿素材には「GORE-TEX」を使用。約475g (9インチサイズ片足重量) と軽量ながら、悪天候でもしっかりと足元をドライに保ちます。耐久性、防水性、グリップ性を兼ね備えたこの一足が、歩くことをより快適にしてくれるでしょう。



正福 晃大
石井スポーツ 立川店

新感覚シューズの登場！
ライトな履き心地・軽量シューズ
で縦走・岩稜帯の登山へ行こう

従来の縦走・岩稜帯のシューズは重さに比例して剛性力がありますが、このシューズの魅力はアッパーが柔らかく、ライトな履き心地でありながら剛性力があるため、新感覚のシューズになっています。幅がゆったりして足入が良く、しっかりと靴紐を締めた時の足首の安定性は抜群です。



ショルダーハーネスにはふたつのフラスコポケットとジップポケットを装備。行動中のすばい補給をサポートします



防水素材「ROBIC®40デニールナイロン」の採用とテープドシームにより、IPX4の防水テストをクリア。内部をドライに保ちます



村瀬 亮介
石井スポーツ ヨドバシ新宿西口店

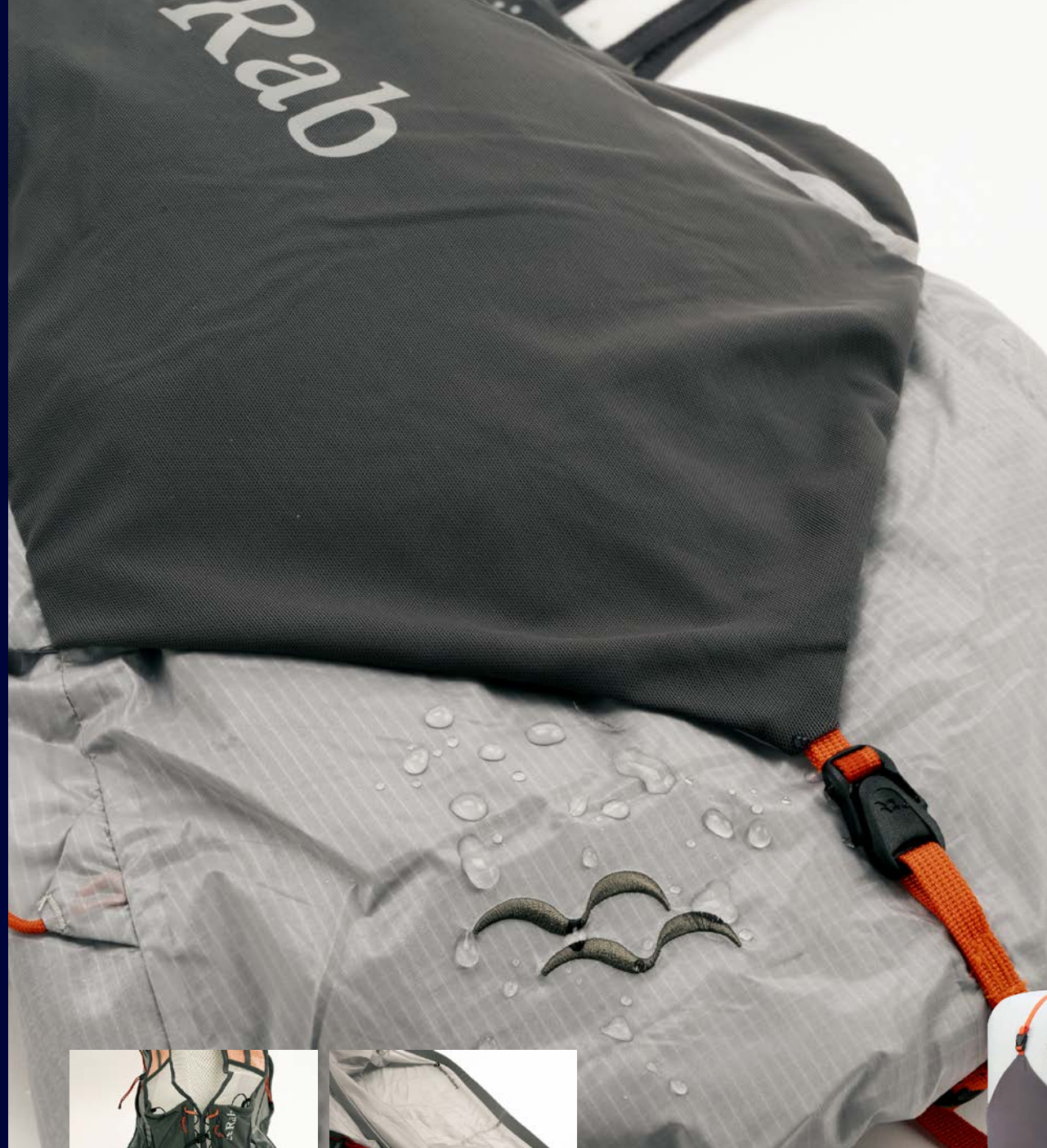
驚きの軽さ！より速く、
より遠くへ！！

アドベンチャーレースのような予測困難なコンディションに適応しながら一定量の荷物を収納しつつ、素早く、遠くまで快適で安全に行動するために開発された超軽量・完全防水バック。30Lで553g(Mサイズ)は驚きの軽さ!! 防水生地を使用しており、耐水圧2000mmと突然の雨にもレインカバー要らずは嬉しいところ。ただ、強い雨風の時は防水のインナーバッグ使用をおすすめします。



ラブ

Veil XP 30



Rab®

Veil XP 30
QAP-72
¥29,700 (税込)
size: S, M
color: Black, Pewter/Graphene
weight: 545g



軽さと防水性を併せもつ 高機能なマウンテンモデル

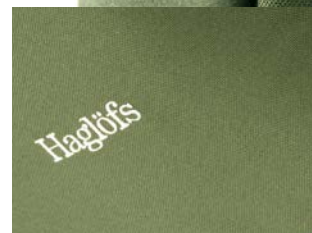
1981年、イギリスのシェフィールドにてクライマーであるラブ・キャリトンによって創業。以来、40年以上にわたり、クライマーによるクライマーのために作られる実用的な製品は、本物志向の登山者に愛されてきました。そんな同ブランドのこの春注目のバックが「ベイル XP 30」です。

ベイル XP 30の大きな特徴は IPX4の防水テストに合格した超軽量防水バックであること。テープドシームと防水素材を使用することで、過酷を極める山岳環境からバック内をドライに保ちます。また、ハーネスに採用された超薄型モノメッシュは疎水性が高く、汗や雨が吸

収される量を大幅に減らし快適性を維持します。

また、背面パネルに施された「3Dメッシュバックシステム」は背中にこもりがちな湿気を即座に発散しドライな状態を保ちます。また、クッション性が高く長時間運動量の多い状態が続いても快適です。ショルダーハーネスとフロント、サイドパネルに装備された多機能なポケットは、行動し続けながらストレスなくアクセスすることが可能です。

数日間にわたるマウンテンランニングやファストパッキングなど、過酷な状況下に最適化された軽量防水バック。



ブランドの哲学を体現する、100%リサイクルポリエステル素材を採用



大きく開くことで直感的にアクセスできるサイドオープンスタイル

Haglöfs

Corker Large
607562
¥19,800 (税込)
size: 24L
color: True Black, Seaweed Green, Oak Brown
weight: 678g



ホグロフス
Corker Large



初登場から21年、進化を遂げるベストセラー

北欧のスウェーデンにて、1914年に創業された総合アウトドアブランドであるホグロフス。1世紀以上におよぶ歴史のなかで、数多くの冒険家やアスリートからの声をフィードバックし、培われてきた技術と信頼感が世界中のアウトドアファンから愛されています。

そんなホグロフスにあって、2004年の発売以来、アイコン的存在として親しまれてきたバックパック「Corker」が新ロゴ・新仕様をまとうてリニューアルを果たしました。おもな素材には、耐久性のある100%リサイクル素材を採用、丈夫なボックス構造は、

装備の多寡に関わらずバッグの形状を保ち、型崩れを防ぎます。大きく開くサイドオープンのスタイルは、発売から20年以上経った今も革新的であり、機能的。内部へのアクセスを容易にし、使い勝手のよさを際立たせています。そんな内部の背中側にはラップトップの収納に適したスリーブやジッパー付きのポケットが装備されています。

毎日使う道具だからこそ、使用者のハンドリングのよさを追求する……飽ごくりからスタートした、ホグロフスらしい機能美を詰め込んだ逸品です。



ウエストベルトには左右異なるタイプのポケットを配置。メッシュ素材のオープンポケットには使用頻度が高いものを



クッション性の高い「Wave Pad」と中央に通気路を持つ背面構造で背中中の蒸れを放出。快適性を保ちます

Columbia

ティンバーライン25Lバックパック
PU8785/PU8806
¥15,950 (税込)
size: 25L
color: M's Black, Red Element
W's Teal, Nightshade
weight: 875g (M's)



コロンビア
ティンバーライン25Lバックパック



コンパクトかつ軽量なのに機能は本格派

1983年にアメリカ・オレゴン州で誕生したコロンビア。世の中にまだ「アウトドアウェア」というカテゴリーが確立していなかった時代から機能性を重視した製品開発に挑み、業界を牽引し続けてきました。

「ティンバーライン25Lバックパック」は、そんなコロンビアから登場した、日帰りの登山などで活躍する機能が搭載されたテクニカルなコンパクトバックパックです。25Lというサイズながら、サイドにはトレッキングポールホルダーとループを完備しています。さらに、このサイズのバッグではあまり見ない幅広でしっかりとしたウエストベルトも採用。日

帰りのハイキングや山歩きを快適なものにしてくれます。

レインウェアやバッグ、グローブなど、多くのアイテムに活用されるコロンビア独自の撥水テクノロジー「オムニシールド」を本作にも搭載。小雨程度であれば、効果的に水滴を弾いてくれるので急な雨から荷物を守ってくれます。

本体ボディには210デニールのリップストップナイロン生地を採用し、地面に触れることの多い底部には、強度の高い420デニールナイロン生地を採用。登山での休憩時に、岩場などのラフな地面にも気兼ねなく置くことができます。



白居 洋介
石井スポーツ ヨドバシ横浜店

毎日使うからこそ使いやすさを追求した究極のデイリーユースのバックパック!

2004年から販売開始して20年以上出ているアイコン的存在のバックパックです。耐久性もあるリサイクル生地で作られ、特徴的なサイドパネルの開口部や15.6インチのパソコンも収納出来るラップトップもあり、ボックス構造でバックパックの崩れも防いでくれます。



佐々木 大雅
石井スポーツ 秋田店

石井スポーツの意見をたくさん取り入れた山に特化したバックパック

コロンビア独自のオムニシールドが雨を弾き、軽量とスリムな見た目がとてもスタイリッシュ。背面はクッション性も高く通気性がよくて快適な背負い心地。サイドにトレッキングポールホルダーと収納式ループも! ショルダーベルトのカーブが肩や胸回りの負担を優しくサポートしてくれます。

山を登る トレッキング

快適に山頂を目指そう いざという時にも対応する道具選び



日帰り登山や小屋泊り1泊程度のトレッキングを快適に楽しむためには、あらゆるシチュエーションを想定した道具を揃えることが大事。天候や気温の変化、自然の中での突然のハプニング、山頂まで無事に登れるようなサポートアイテムなど必要なものを準備して快適な登山を楽しみましょう。

不安定な足場から「足」を守る機能が詰まったトレッキングシューズ



Dolomite
クロードロッサ Hi GTX
クロードロッサ W Hi GTX
D28924i/D289242
¥33,000 (税込)
■M's S.Grey/B.O.G. W's Dusty/Purple
■M's 25~29cm. W's 23~25.5cm
■583g(片足)
10%で3,300円分 ポイント還元
■スマホでお買い物
7 615523 753789
■スマホでお買い物(W's)
7 615523 753666

低山〜日帰りの岩山、夏の1泊小屋泊りまで幅広く使える安定感の高いトレッキングシューズです。シューレース配置が工夫されており、甲が高い足にも対応。高いフィット感とホールド力を実現しています。

ケガや疲れを軽減。足の悩みにも対応するインソールは必須アイテム



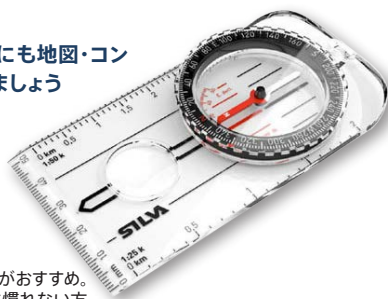
BLACK

SIDAS
マルチプラスナロー
201217
¥9,900 (税込)
■BLACK
■22~29.5cm
10%で990円分 ポイント還元
■スマホでお買い物
3 661267 028175

しっかりとしたアーチ形状と適度な柔軟性・反発力を持ち、疲労等により足のアーチが落ちてきて足がむくんでしまうのを防ぎ、長時間の歩行でも快適な足入れ状態をキープしてくれます。扁平足、開張足、浮指の方にオススメです。

道迷いを防ぐためにも地図・コンパスはぜひ携帯しましょう

SILVA
シルバ No.3
ECH137
¥3,460 (税込)
■54×108mm
■33g
10%で346円分 ポイント還元
■スマホでお買い物
4 934048 983840



地図読みをしっかりと行いたい方はこのサイズがおすすめ。回転盤は滑らかに回るので女性や地図読み慣れない方も動かしやすい。

基本装備をアップデート

長時間歩いても快適
道迷いにも注意しましょう



WOMENS
Dusty/Purple

長時間の歩行でも体への負担が少なく快適に背負えるものを



5040

KARRIMOR
ridge 30+
501206
¥31,900 (税込)
■Midnight(5040).K.Orange(0930).British Greige(7610).Black(9000)
■S,M,L
■1420g(Mサイズ)
10%で3,190円分 ポイント還元
■スマホでお買い物
4 571572 797828

豊富な機能を備えさまざまな山行スタイルに対応するカリマーの定番中型リュックサック。背面システムには3Dバックパネルを内蔵し、立体構造のヒップベルトと共に高いフィット感と安定性を実現。

山行ルートや自分の居場所を確認できる万能ウォッチ



Black

GARMIN
Instinct 3 AMOLED
010-03020-30
¥87,800 (税込)
10%で8,780円分 ポイント還元
■スマホでお買い物
0 753759 348762
■50mm
■Black

あらゆる場所で身に付けられるタフネスGPSスマートウォッチ。GPSやコンパスでアウトドアを楽しんだり、通知機能や健康管理機能で日常をスマートに過ごしたり。直感を信じ、自分の道を進むあなたの相棒となります。AMOLEDモデルはInstinctシリーズで初めて鮮やかなAMOLEDディスプレイを搭載したモデルです。

歩行中の足腰への負担を軽減し、歩行バランスを補助します



ホワイト

LEKI
スカイ テラ FX カーボン
1300539-110
¥29,920 (税込)
10%で2,992円分 ポイント還元
■スマホでお買い物
4 028173 575875
■ホワイト
■110~130cm(収納時40cm)
■約356g(ペア)

堅牢、軽量、コンパクト、信頼性、耐久性のすべての要素を満たすために設計された特別仕様モデル。

行動中や休憩時にはこまめに水分補給をしましょう



Red

CHUMS
キャンバーステンレスボトル 500ml
CH62-1920
¥2,970 (税込)
10%で297円分 ポイント還元
■スマホでお買い物
4 550287 419669

■全11色
■保温効力:53℃以上(6時間)、保冷効力:10℃以下(6時間)
真空二重構造でしっかりと保温・保冷、日常使いやアウトドアにも最適な500mlサイズのステンレスボトル。お手入れしやすい広口タイプ。

バテないための
体サポート

体力の消耗が激しい登山を安全に

膝、腰、足首など気になる部分をしっかりとサポートします



Bauerfeind
ゲニュTrain
62021104
¥14,850 (税込)
10%で1,485円分 ポイント還元
■スマホでお買い物
4 057532 097653
■0,1,2,3,4,5,6,7
■チタン、黒

膝関節周辺部の痛みや不安定感に全般的に使用できる膝サポーター。膝関節の形状に沿って編まれたニット編みとシリコンパッドが膝関節を安定化させるとともにマッサージ効果を促します。

休憩中の汗冷え防止、山小屋の夜など防寒着は忘れずに



TC

THE NORTH FACE
サンダージャケット
NY82312
¥33,000 (税込)
10%で3,300円分 ポイント還元
■スマホでお買い物
4 571657 076473
■TC,K,CL
■S,M,L,XL,XXL
■約275g(Lサイズ)

化繊わたの軽量ハイブリッドダウンのジャケット。シルエットはスリキリしているのにストレッチ性がありインナーダウンとして重ね着ができ、スタッフバッグなどに小さくまとめられるので携行用として便利です。

登山中の体への負担を軽減し、不安な部分をトラブルから守ります



BLACK

Goldwin
フォーカスサポートロングタイツ
CC14158
¥16,500 (税込)
10%で1,650円分 ポイント還元
■スマホでお買い物
4 550219 528247
■1,2,3,4,5,B1,B2,B3
■Black

膝と腰まわりをしっかりとサポートしつつ、動きやすさも重視したサポートロングタイツ。環境への負荷に配慮して、素材の一部にリサイクル糸を使用しています。

体力維持やリカバリーのためにサプリメントの摂取がおすすめ



MANABAR
マナバー しそかつお
MNB0006
¥4,288 (税込)
10%で43円分 ポイント還元
■スマホでお買い物
4 582532 560079

有機オーツ麦、てんさい糖、りんご液糖を使い、鯉節の出汁が効いた、グルテンフリーエナジーバー。

かなりの熱量を消費する登山では素早くエネルギーを補給しましょう



ウィンキューブインターナショナル
やまおやつ ナチュラルチェダーチーズ
290485
¥486 (税込)
10%で49円分 ポイント還元
■スマホでお買い物
4 562414 290485
■内容量:25g

1年熟成した無添加のナチュラルチェダーチーズをフリーズドライにしました。チーズのコクをお楽しみください。



山を登る トレッキング



緊急ビバーク用簡易テント。コンパクトになるので常に携帯しておきたい



RIPEN
スーパーライトツェルト11-2人用
3701
¥11,990 (税込)

■イエロー
■開口90×奥行200×高さ90cm、収納時:10×10cm
■280g

10%で1199円分 ポイント還元
■スマホでお買い物
4 562296 407018



収納時

安全のために備えよう

いざという時のために用意しておきたいアイテムです

落石や転倒などの危険から頭を守ります

PETZL
シロッコ
A073
¥19,800 (税込)
10%で1,980円分 ポイント還元
■スマホでお買い物
3 342540 843998
■S/M、M/L
■170g (M/L)
■ホワイト、ブラック



ホワイト

クライミング、マウンテニアリングのためにデザインされた超軽量ヘルメット。頭全体をカバーするデザインにより、後部を広くカバーし、高い保護性能を発揮します。サインされた超軽量ヘルメット。頭全体をカバーするデザインにより、後部を広くカバーし、高い保護性能を発揮します。

緊急時に役立つ頼もしいシート。常に携帯しましょう



SOL
エマージェンシーブランケット1人用
12132
¥990 (税込)
10%で99円分 ポイント還元
■スマホでお買い物
4 513916 121326
■約142×213cm
■約70g



使用時は簡単に広げられアルミ系素材特有のカシャカシャ音がなく静か。軽量でコンパクトなので場所を取らず持ち運びできます。

自然の中でケガをしてしまった際の応急処置は重要です



PAAGO WORKS
マイファーストエイド M
UB411
¥3,850 (税込)

■190×135×40mm
■45g
山でのケガや事故に備えるアイテムを簡単に整理して持ち運べるバッグ。三角巾やテーピング、アレルギーマスクに必要なエビメンも入れられます。

10%で385円分 ポイント還元
■スマホでお買い物
4 573229 415000

熊の出没増加中! 遭遇してしまった時の備えをしましょう

熊撃退スプレー
7~8mの距離で噴射!



ホルスター

エアーズム
熊撃退スプレー ベアアタック
B5457
¥17,600 (税込)
■内容量:約225ml
10%で1,760円分 ポイント還元
■スマホでお買い物
0 023063 954578

長年定番の熊よけスプレー。噴射距離7~8m、噴射時間5~7秒。専用ホルスター付きで携行しやすく、即座に使用可能な位置に取り付けられます。



楽しい山登りのお守りに。手持ち式の発煙筒がいざというときのSOSに役立ちます。



細谷火工
ポッケム (山岳用小型発煙筒)
¥2,640 (税込)
10%で264円分 ポイント還元
■スマホでお買い物
4 571466 930133
発煙時間:70秒以上
■約40g

道迷い、ケガ、病気、万が一のときに救助信号となる手持ち式の発煙筒です。手持ち式だから、風向きや周囲の状況を見ながら発煙場所を調整できます。軽く、小さく、持ち歩きやすい発煙筒が、いざというときのSOSに役立ちます。※本製品は、旅客航空機への機内持ち込みや手荷物預けはできません



BLUE ICE



コーカスプロ
100506
¥19,470 (税込)
size:XS、S、M、L
color:FOLKSTONE
weight:145g (M)
■スマホでお買い物
3 700748 303551



特許取得済みのレッグオープニングシステムと、グローブを着着したまま開閉できる改良トル



縫い目を持たず、しなやかで扱いやすいビレイループ。タインポイントの耐久性も向上させています



大屋 貴志
石井スポーツ 登山本店

レッグループタイプの中では他メーカーを寄せ付けけない究極の軽さ!

荷重をかけた時に快適性と安定感が高いレッグループタイプの中では圧倒的に軽い、ブルーアイスならではのハーネス。その重量は143g(Sサイズ)というダイアバータイプ並みの軽さ! 高難度ルートを目指す人のみならず、軽さを求める人なら誰でも履いてもらいたいハーネスです。

超軽量で多用途な、アルパインハーネスの進化形

2008年、フランスのシャモニーにて創業されたブルーアイス。現役のアルパインクライマーやエクストリームスキーヤーによって生み出される先鋭的な製品は、志を同じくする世界中のエキスパートに愛されています。

「コーカスプロ」は極めて軽量で多用途なアルパインハーネス。装着感を感じさせないフィット感のよさ、軽さと耐久性の優れたバランスから、スキーやアルパインクライミングなど、動きの大きなアクティビティに最適です。

新たに改良された特許取得済みのレッグオープニングシステムは、スキーやアイゼンを装着したまま簡単に着脱できます。このシステムは人間工学に基づいているため、グローブを着用したまま操作できるのも嬉しいポイント。4つのギアループ(そのうち2つはオーバーモールドでより優れたラッキング性能を確保)とアイスクリッパーループや、縫い目のないしなやかで扱いやすいビレイループ、熱鍛造バックルとチューブラーウェビングなど、ミニマムデザインに必要な装備が配置されています。



ブルーアイス
コーカスプロ



LEKI

GUIDE YOUR WAY.

LEKIがNo.1ブランドとしてきわめたいもの、それはTRUST(信頼)。
エリート登山家の確実な信頼を得るための、最高のトレッキングポール。
8,000m級の登頂を目指すエリート登山家からの要望を基に、
堅牢/信頼/軽量/コンパクトであることを具現化させた【SKYSOLO】。
このモデルは、最高峰のトレッキングポールとして誕生した
“信頼の証”そのものとなる。

SKYSOLO

キャラバン
株式会社キャラバン

■東京本社 〒170-0002 東京都豊島区巣鴨1-25-7 TEL 03-3944-2331
■大阪営業所 〒564-0051 大阪府吹田市豊津町15-11 江坂石周ビル5階A TEL 06-6338-3557

キャラバン レキ 
www.caravan-web.com



レキ
スカイテラFXカーボン



新開発となるヴァーティコングリップ。人間工学に基づいており、非常に軽量で、握りやすく、操作性は抜群！



最新ロックシステムである「コアロッキングデバイス」を搭載。スムーズなシャフトの固定・解除ができます

LEKI

スカイテラFXカーボン
1300539
¥29,920 (税込)
size: 110~130cm (収納時40cm)
color: ホワイト
weight: 約356g (ペア)

 スマホで買い物



4 028173 375875



榮永 知洋
石井スポーツ ヨドバシ宇都宮店

創業77周年で培った テクノロジーの結晶

ヴァーティコングリップを搭載し、従来のエルゴングリップよりも軽量かつスリムになりました。シャフトの太さも先端は少しだけ太さを変えるなど、軽量化に特化した1本。険しい地形に挑むアルパイントレッカーやライトハイカーはもちろん、女性や、手の小さい方にもおすすめです。

ポールの専門ブランドが放つ 唯一無二のニューモデル

世界初となるアルミ素材、シャフトの分割システム、長さの調節機能など、今日の常識を次々と作りあげてきたポールの専門ブランドであるレキ。「スカイテラFXカーボン」は新登場のハイエンドモデルとなる「スカイソロシリーズ」を代表する新商品です。

その大きな特徴は新開発のヴァーティコングリップ。これは、人間工学に基づいた握りやすいエルゴングリップと、軽さを追求したスバルタングリップを融合させたもの。グリップ側面のフラットエッジによりコントロール性を、さらには柄に施した溝によりさら

に握りやすく、グリップ効果を高めています。軽量で吸水速乾性に優れた新しいDループメッシュストラップとともに、手元での操作性を向上させています。

トレッキングポールの使用経験がある登山者や、軽量ポールの扱い方、ポールワークなどを身につけており、さらなる軽量性と操作性を求めるハイエンドユーザー、もしくは、トレイルランニングポールの耐久性や強度面、ポールワーク操作性に不安を覚える、ファストトレッキングユーザーに適したモデルです。



NEW ridge



快適な背負い心地と機能性を追求した
オールシーズン対応リュックサック

リッジ 30 プラス ¥ 31,900
リッジ 40 プラス ¥ 33,550



バックパネルには背中形状に合わせたPEパネルを搭載。ヒップベルト、ショルダパネルと連携し、負担を軽減します



シンプルな見た目のフロントオープンポケットのマチにはストレッチ素材を用い、ヘルメットなどの収納が可能です



ridge 30+
501206
¥31,900(税込)
size: Small, Medium, Large
color: K.Orange, Midnight,
British Greige, Black
weight: 1420g (Medium)

Y スマホで買い物



Black

Midnight

British Greige

K.Orange

KARRIMORの精神を具現化。 進化する大定番。

1 1946年に創業し、近代登山史に重要な役割を果たしてきた、英国のリュックサックブランド・カリマー。いくつもの傑作モデルを持つ同社にあってひととき人気を博しているのが、99年の登場以来、リニューアルを繰り返してきた中型モデルの大定番「リッジ」です。

今季のニューモデルは「背負いやすく、疲れづらい」というブランドコンセプトを具現化した形のリニューアルが特徴です。3Dパネルを内蔵した背面システムは、パッド間をメッシュ生地でつなぐ仕様。これにより接地面積を増やすことで、よりフィットした感

覚を得ながら、背中熱を逃がすことに成功しています。より立体的にデザインされたヒップベルトは腰に吸いつくようフィットし、歩行時の運動性能が高い設計。岩稜帯などの動きの多い場面では、リュックサックの重心が体の中央に近づくような形状のデザインにより、急な下りでもボトムが岩などに当たりづらいなど、山岳環境を問わずに、より快適で安定感のある背負い心地を実現しました。

容量は日帰りハイクに適した30Lと、小屋泊まり、ミニマムなテント泊登山などに適した40Lの、2サイズを用意しています。



入澤 隆史
石井スポーツ 高崎店

新しく機能も背負いやすさも良くなって生まれ変わったカリマーのフラッグシップモデル!

カリマーを代表するモデルが新しく生まれ変わりました!

細かい機能がアップデートされてより使いやすく、かつ背負いやすくなりました。日帰りから小屋泊り登山の荷物を充分にパッキングすることが出来ます。初めてのバックパック選びに迷ったらコレ!



カリマー
ridge 30+



Mammut Active Spine 3.0を搭載した背面システムが、背負い心地の軽さを演出。通気性が確保され、背面の熱気を逃がします



フロントパネル、サイドパネルには使いやすいメッシュポケットを装備。シャープな見た目以上の収納力を誇ります



MAMMUT
SWISS 1862

Ducan Spine 28-35

2530-01410

¥37,400 (税込)

size: 28-35L

color: black, silver sage-black, marsh-black

weight: 1670g

スマホで買い物



マムート Ducan Spine 28-35



笠井 忠義

石井スポーツ 富山店

日帰りから小屋泊まで使える
万能バックパック。軽く自由な
着用感が魅力の一品です!

フィット感を重視した作りながら腰と肩まわりの自由度が高く、ストレスなく歩行することができます。開放的な着用感にもかかわらずしっかりと腰に荷重をかけられるため、小屋泊登山のような重量が重くなる登山でも安心。見た目以上に軽く感じる背負い心地と歩きながらの物の出し入れがしやすい構造はスピードハイクにもおすすめです。

美しく機能的な マムートらしい小型モデル

登山の歴史を支えてきた信頼性の高さと優れた技術力から、アルパインクライマーや山岳ガイドなどに愛されるマムート。1862年にスイスで創業したヨーロッパを代表する老舗であり、ロープからウエア、バックパックからシューズまで幅広い商品を展開する総合ブランドとして知られています。

そんなマムートが誇るこの春注目の商品が「デュカンスパイン28-35」。背負いやすさと動きやすさ、パック内へのアクセスのよさを重視した、日帰りハイキングから小屋泊まり登山に最適のモデル

です。その背負いやすさの秘密は、特許技術である「Mammut Active Spine 3.0」。体の動きを背中で受け止め、荷重を全体にバランスよく分散させるため、疲労やストレスを軽減します。また、ウォーターボトルやレインウエアなど、すぐに取り出したい装備を手の届くところに収納できるメッシュポケットを複数搭載した、使い勝手のよいデザインも大きな魅力です。

取り外し可能なレインウエアカバーを内蔵するなど、細部まで作りこまれた使い勝手のよい逸品。



宮下 直樹

石井スポーツ 登山本店

快適な背負い心地と優れた
収納力を兼ね備えたバックパック
で自由な冒険を楽しもう

軽量かつ高機能なバックパックで長期トレッキングやバックパッキングに最適。背面長の調整が可能で快適なフィット感を実現し通気性とクッション性を高レベルでサポートするバックパネルとなっています。またサイドからのアクセスもでき荷物の出し入れがスムーズな使い勝手の良いバックパックです。



限定カラー

グレゴリー パラゴン60・メイブزن58



特徴的な「フリー・フロート・パネル」。ヒップベルトがフレームから独立して動き、体への負荷を軽減します



上から下までガバッと開くフルレングスのサイドジッパーは、荷物の取り出しや整理整頓に便利

パラゴン60

152342

¥46,200 (税込)

size: SM/MD, MD/LG

color: カスケードグリーン(ほか2色)

weight: 1690g(MD/LG)

メイブزن58

152344

¥40,700 (税込)

size: XS/SM, SM/MD

color: グレーメロン

weight: 1590g(SM/MD)

スマホで買い物(Ms)

スマホで買い物(Ws)



WOMEN



独自のヒップベルトで まるで浮くような背負い心地

グレゴリーのバックパック「パラゴン」「メイブزن」シリーズは、軽量かつ快適な背負い心地を実現した、バックパッカーに最適なコレクションです。その最大の魅力は、長距離の移動でも快適性を維持してくれる高機能な背面と特徴的なヒップベルトにあります。

背面には、90%以上がエアで構成されたハニカム構造の「エアクッションメッシュ」を配置。空気が通り抜ける設計により、長時間の歩行でも背中を快適に保ちます。さらに背面は7.5cm以上のサイズ調整が可能。ミリ単位で体に合わせて快適な歩行をサポートしてくれます。

そして、背面パネルから独立してフレキシブルに稼働する「フリー・フロート・ヒップベルト」が体の動きに柔軟に追従します。これにより、より少ないエネルギー消費で、涼しく快適な移動を可能にしてくれます。

ショルダーストラップとサイドには、伸縮性のあるストレッチメッシュポケットを装備。サングラスや電話、ボトルなど、使用頻度の高いアイテムの収納に最適です。

なお、「パラゴン」はメンズモデル、「メイブزن」はウィメンズモデルとなっています。



快適な背負い心地と通気性のよさを誇る背面システムは、マウンテンランニングの世界で培われた技術の賜物



フロントパネルは大きく開くジッパーにより、アクセス性が抜群! 装備の収納、取り出しにまつわるストレスを軽減します

SALOMON

**AEROTREK 30/
AEROTREK 28 WOMEN**
LC2535500/LC2467500
¥19,800 (税込)

size: M's 30L, W's 28L S/M, M/L
color: M's Blackほか2色
W's SEAGRASS/SILVER, CLOUD/NINE IRONほか2色
weight: M's 992g/W's 905g

スマホでお買い物(M's)



0 195751 853514

スマホでお買い物(W's)



0 195751 853996



サロモン AEROTREK 30/28 WOMEN



サロモンが誇る長年の技術を集積したハイキングバック

長年、競技スキーの世界で培った技術を活かし、信頼性の高いマウンテンランニングシューズを作り続けてきた、フランス生まれのマウンテンブランドであるサロモン。そんな同社がこれまでの経験を集約してリリースするハイキングバックが「AEROTREK」シリーズです。

同モデルの特徴はトレイルランニングバックのように体の動きに追従する、独自のフィット感。その包みこまれるような背負い心地の秘密は、サロモンオリジナルの特許技術の背面フレーム「Advanced

airCHASSIS」。それとともに背面に採用された「BREATHABLE COMFORT」のメッシュパネルが通気性を促し、さらに接地面にメッシュレイヤーを使うことで、背面にこもりがちな蒸れを解消します。さらには、ランニングバックのような軽量さも特徴。18L(女性用)、20L、28L(女性用)、30L、38L(女性用)、40Lと多彩なモデルを展開しており、さまざまな登山スタイルにフィットする点も大きな魅力です。

軽さと快適性を併せもつ、この春おすすめのハイキングバック。



アッパーに採用するのは高通気・高強度素材の Matryx®。より軽く、より強く、さらに快適な仕上がりに



従来モデル同様、Contagripを使いながらラグパターンを変更。より粘りのあるグリップ力を実現しています



SALOMON

X ULTRA 5 GTX MID/LOW

L47753900/L47797800

MID ¥25,300 (税込)/LOW ¥22,000 (税込)

size: 25~31cm

color: MID M's 全5色、W's 全3色 WIDE 全1色

LOW M's 全5色、W's 全4色 WIDE 全1色

weight: 430g (MID/27cm片足)、370g (LOW/27cm片足)

スマホでお買い物(MID)



0 195751 949293

スマホでお買い物(LOW)



0 195751 948722

サロモンが誇るロングセラー「X ULTRA 5」の最新モデル

マウンテンランニングの世界で研鑽を続けた技術を、惜しみなく注ぎこんだハイキングシューズ「X ULTRA 5」の最新モデル。

今期のニューモデルにはアッパーにはケブラーとポリアミドを組み合わせた Matryx® 素材を採用、ゴアテックスの透湿性を活かした通気性と軽さ、堅牢性を高めることに成功しています。また、履き口とタン部分に通気素材を使いクッション性も向上させてフィット感を向上、独自技術の「Active Support」と「Advanced CHASSIS」を組み合わせ、足首の可動性を確保しつつ、ねじれや横振れを

抑えています。アウトソールの Contagrip は耐久性に優れ、あらゆる地形に対応。さらにラグのパターンを従来モデルから変更し、1ブロックを大きくして接地面積を高めることで、グリップ性を向上させています。

X ULTRA 5シリーズの男性モデルには通常モデルと足幅の広いワイドモデルがあり、それぞれローカットとミッドカットがあります。女性モデルにもローカットとミッドカットを用意(ワイドモデルはなし)。さまざまな登山スタイルにフィットするラインナップとなっています。



千葉 光枝

アーススポーツ 本店

手軽さを手に入れたら、歩き旅に行こう。頑張りすぎないバックパックを背負ってULハイク!

サロモンから軽量で背中が蒸れない山向けのバックパックが久しぶりに発売! 荷物を軽くし、スピードハイクで使ってもベスト型の形状になっているので、荷物の揺れを感じさせません。サスペンションバックパネルがあることで、背中の熱がこもらず、快適に歩き続けることができます。特にULハイクにチャレンジしてみたい方におすすめです。ぜひお試しください、この良さを実感してください!



石倉 祐希

石井スポーツ リンクス梅田店

耐久性、通気性、安定性! 人気シリーズがアップデート

X ULTRA シリーズがアップデート。MATRYXアッパーを使用する事で耐久性、通気性が向上。X ULTRA 4 ユーザーから高い評価があったAdvanced Chassis(捻挫防止)は継続。ローカットタイプとミッドカットタイプがあるので用途に合わせて選んでいただけます。安定性がある、けど履きやすく歩きやすい足となっています。



LOWA
simply more...

チェベダーレプロ GT
¥56,100 (税込)
size: UK6.5~11 (約25~29cm)
color: navy
weight: 845g (size: UK8/片足)



シューレースフック位置が全体的に見直され、足先から足首周りのホールド感や動きやすさがさらに向上



かかと部分にネオプレンのゲイターを追加。アクティブなシーンでも足の動きに追従し、小石などの侵入を防いでくれます



ローバー
チェベダーレプロ GT



世界初となる0.2mm厚のチタン製カップ。ポットで料理を、そしてカップでお茶を……、ULスタイルの食事にも余裕が生まれます



ご覧のようなサイズ感。そのため、110サイズのOD缶用のポットにも、干渉することなくスタッキングできます



EVERNEW®

Apex cup t0.2
ECAL731
¥4,730 (税込)
size: 内径87×深さ57×厚さ0.2mm
weight: 29g
color: N/A



より薄く、さらに自由に。
チタンカップの究極型。

極めて軽い比重と耐食性、優れた強度から、インプラントや人工関節などの医療機器に使われているチタン素材。1995年、そんな先端素材を世界で初めてクッカーに導入したのがエバニューです。その5年後、厚さ0.3mmのクッカーの製造に成功。国内はもちろん世界中の登山者、ハイカーに愛用される大ヒット商品となりました。その技術的革新はとどまることなく、今年、さらに33%薄い、厚さわずか0.2mmの国産純チタン製カップが誕生。その商品こそが「Apex cup t0.2」です。

Apex cup t0.2の魅力はその軽さだけでなくチ

タンの厚みが2/3になることで、カップ内の水への熱伝導の抵抗も減少すること。その結果、より早く沸騰するとともに燃料を節約、結果として装備の軽量化に大きく貢献します。

もうひとつの特徴が、110サイズのカートリッジが隙間なく納まるサイズ感。そのため「Ti Mug pot 500」など、110サイズのOD缶がぴったり納まるポットに、カップをひとつ増やしてスタッキングすることができるのです。

ミニマリストなハイカーの選択肢を増やす、心強い逸品です。



難波 花英
石井スポーツ 登山本店

100年の歴史を誇る
LOWAが掲げる最先端の
アルパインブーツ！

従来のチェベダーレが進化し、さらに履きやすくフィット感もUPしました！フックの位置を見直し足首は動きやすく、かかと部分のネオプレン素材は残雪期にゲイターの役目も果たします。岩場でのサポートと軽快な動きやすさを絶妙なバランスで保った、頼もしい1足となっています。

改良により、足首の動きが
よりフレキシブルで快適に

LOWAを代表する3シーズン用アルパインブーツとして人気の「チェベダーレ」シリーズ。薄型に設計されたアウトソールは繊細な足裏感覚を与え、優れたグリップ力が岩場での安定した歩行をサポートしてくれます。岩稜帯での歩行に最適な一足を目指し、これまでも改良が繰り返されてきた本シリーズがまたもやアップデートされ進化しました。

まずはシューレースフックの位置を見直し、つま先部分のスタート位置を前モデルに比べより前(つま先側)へ移動。足先のホールド感がさらに向上しました。また、上から3番目のフック位置は、かかとのホールド感を高めるために最適な位置へ変更。

これにより、かかと部分の高いホールド感は維持しながら、足首まわりの曲げやすさを両立しました。

さらに、足首部分にはネオプレン素材のゲイターを配置。締め付けることなくぴったりと足首に密着することで、残雪時の雪、ザレ場などで小石がシューズ内に入るのを防ぎます。

岩場や岩稜帯では、瞬時に次の一步を素早く決める必要があります。より動きやすくフレキシブルになった足首まわりは大きなアドバンテージに。進化した「チェベダーレプロ GT」が快適な岩場歩きを力強くサポートしてくれます。女性用カラー：ダークベトロールもあります。



荒木 手毬
石井スポーツ リンクス梅田店

創業100周年の老舗ブランドが
作り上げる、チタンカップの頂点
をめざした一品

エバニューより、厚さわずか0.2mmの極薄カップが新登場しました。110gOD缶を逆さにぴったり納められるサイズ設計のこちらのカップ。110g缶が入るクッカーであれば丸ごとスタッキング可能ですので、お手持ちのお気に入りのクッカーと組み合わせることで、よりコンパクトに収納できます。

山に泊る テント泊縦走

テント泊を楽しもう 基本装備に宿泊道具をプラス



日帰り登山に慣れてきて自分の体力が信じられるようになったらテント泊登山にチャレンジしてみませんか。縦走をすれば長時間歩くことになり宿泊用の荷物も増えるので、なるべく体への負担を減らせる装備を選びましょう。

長時間の歩きに対応

体に負担をかけない道具と
サポートグッズ

長時間の歩きにも耐える
安定感・サポート力のあるシューズ



LA SPORTIVA
TRANGO ALPINE GTX
TRANGO ALPINE W GTX
ZFMS090/ZFMS091
¥69,300 (税込)

☑M's イエロー、W's サンドデューン/アスペングリーン
☑M's 255~28.5cm、W's 237~267cm
☑M's 665g(片足)、W's 535g(片足)

10%で6,930円分 ポイント還元
スマホでお買い物 (M's)
8 058428 149292

スマホでお買い物 (W's)
8 058428 152407

伝統的で快適なレザー素材とテクニカルで革新的なソリューションを組み合わせたトランゴシリーズの新モデル。耐衝撃性に優れ、最高級の軽さと履き心地を実現。

水分補給はもちろん、料理用でも
必要になるので容量は充分に



YETI
YONDER 750ml
¥4,510 (税込)

☑チャコール
☑容量:750ml
☑270g
お洒落なデザインのプラスチックボトル。水漏れの心配がなく、軽量で持ち運びが楽なので荷物を軽くするのに最適です。

10%で451円分 ポイント還元
スマホでお買い物
0 888830 321188

疲れたら休憩、行動中でもさっと取り出せる食料を

ウィンキューブインターナショナル
やまおやつ ナチュラルチェダーチーズ
290485
¥486 (税込)

10%で49円分 ポイント還元
スマホでお買い物
4 562414 290485

☑内容量:25g
1年熟成した無添加のナチュラルチェダーチーズをフリーズドライにしました。チーズのkokを楽しくみてください。

長く歩いたらサプリメントでリカバリー

VESPA
リカバリー ベスパ
390802
¥864 (税込)

10%で86円分 ポイント還元
スマホでお買い物
4 956145 390802

☑内容量:80ml
疲労からの素早い回復を目指し開発したのが「リカバリー・ベスパ」です。天然スズメバチ抽出液に加え、回復系成分である生ローヤルゼリーとプロポリスを増強。天然スズメバチ抽出液の作用により肝機能を活性化することで、運動によって発生してしまった疲労物質の分解と同時に、回復系成分による細胞のリフレッシュを目指しました。

荷物が増えるテント泊では50L以上で
フィッティングが重要



Rab
Ekxion 55
QAP-77
¥46,200 (税込)

☑テンベストブルー、アントラサイト/グラフェン
☑容量:55ℓ
☑1950g

数日間のトレッキングに対応する収納力を備え、調節可能なキャリアシステムで一日中快適に使用できます。伸縮可能な雨蓋と、キットを整理しやすい内部仕切りのあるツインコンパートメントが特徴です。

濡らしたくないものや洗濯物を
分けたりと荷物整理に



EXPED
DRYBAG S VERSA
397480
¥2,640 (税込)

☑gold
☑容量:5ℓ
☑40g
荷物を濡れから守るドライバッグ。底部にハンドルがあり、バックパックからの取り出しが便利。7サイズの展開があり色毎で分かれています。



5分割されたウエストハーネスは立体的に腰にフィット。背長面も調整すれば、重い荷物も安定して背負うことができます



サイドにはミステリーランチらしいロングなジッパーを配置。ダブルファスナーで、底に入れた荷物にも簡単にアクセスできる



MYSTERY RANCH®

GLACIER 50
¥55,000 (税込)
size: 57L
color: コンクリートほか2色
weight: 2300g
スマホでお買い物
0 888564 217405

新ファブリックで 大幅な軽量化を実現

モンタナ州ボーズマンで2000年に誕生したミステリーランチ。そのバックパックは高い堅牢性から、アメリカのミリタリーや森林消防隊など、過酷な環境の現場にも製品を供給してきました。

「グレーシャー50」は、そんなミステリーランチの哲学を余すことなく体現した新モデル。快適性、耐久性、荷重運搬性能、そして整理整頓のしやすさまで、すべての要素がバランスよく取り入れられています。

たとえば本体生地には、「330デニールロービックリップストップ」を採用。一般的な500デニールコーデュラナイロンよりも軽量ながら、引き裂き強度、

耐摩耗性、耐水性などあらゆる面で優れたパフォーマンスを発揮。この新ファブリックで、軽量性と耐久性の両立を高レベルで実現しました。さらに、フレームのアップデート、および接着技術や折り紙構造を採用したパターンの改善などにより軽量化を実現しています。

フロント正面の縦長ツインポケットも十分な容量を確保。出し入れもしやすいので、トレイルで頻繁に使用するアイテムの収納に最適。またトップリッドは着脱可能で、取り外せば単体でヒップバッグとしても使用することができます。



村上 大輔
石井スポーツ リンクス梅田店

今季大本命
大型バックパック

クラシックなデザインを最新の形で再構築したグレーシャー50はミステリーランチの哲学を余すことなく体現。耐久性、快適性、荷物運搬性能など、荷物が重くなればなるほど背負い心地の良さが際立ちます。まさにミステリーランチが掲げる“BUILT FOR THE MISSION”なバックパックです。



ミステリーランチ
GLACIER 50

山に泊る テント泊縦走

テント泊での必需品

軽量かつ機能的なギアで快眠を

軽くても充分な機能を
備えた山岳用テント

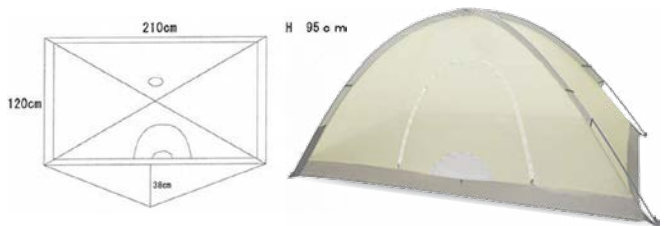


RIPEN
60周年記念 エアライズ1「鶉色」モデル 1人用(最大2人)
0300102
¥50,600 (税込)

■鶉色
■設営時:間口100×奥行205×高さ100cm、収納時:本体29×14cm、フレーム38cm
■136kg

60周年を記念して「鶉色」のフライシートをまとった「エアライズ」。4シーズンあらゆる状況の下で快適に過ごすことができるように設計されたコンパクトでシステマチックなテントです。

10%で5,060円ポイント還元
スマホでお買い物
4 562296 400217



RIPEN
SLドーム(専用アンダーシート付)
0340800
¥68,200 (税込)

■間口210×奥行120×高さ95cm、前室張出:38cm
■980g(本体+フライシート+フレーム)

これまでにない「軽さ」を実現した
山岳用ダブルウォールテントです。

10%で6,820円ポイント還元
スマホでお買い物
4 562296 404086



収納サイズ:27×21×9cm(フレーム38cm)

日本の山を知り尽くした国産山岳テント

DUNLOP

Puromonte
The most versatile upland gear

『頑丈＝安心』
耐久性・居住性重視のテント

ライト＆ファースト重視の
軽量テント

V・DL-Series

VB・VL・VEL・UL-Series



このマークがついている商品は
MADE IN JAPAN 商品です。

Puromonte
The most versatile upland gear

2025年新製品

3シーズン用
超軽量2人用テント
VEL-20 3S
約980g(本体重量)
グラウンドシート付



テント各種の詳細は上記のQRコードでご確認ください。



【問い合わせ先】株式会社 エイチシーエス(HCS) TEL.03-5200-0770

品番詳細はホームページをご確認ください→ www.hcsafe.co.jp

疲れた体を癒す寝袋はテント泊での重要なアイテム



ISUKA
エアプラス 450
149533
¥66,000 (税込)

■マスタード
■最大長:78(肩幅)×213(全長)cm、適応身長:〜182cm
■840g、中綿:450g(90/10 800フィルパワー)

初めてのテント泊登山におすすめの寝袋。夏山〜冬の低山まで幅広く使える3シーズンモデルです。寒さに敏感な足元には多めにダウンを使用して保温性を向上させています。



ISUKA
エアドライ 290
147413
¥39,600 (税込)

■ブルーストーン
■78(肩幅)×210(全長)cm、最低使用温度:2℃
■560g

夏山3000mクラスや春秋の中級山岳におすすめのモデルです。保温性と軽量性の両立のために、シュラフ上部はボックス構造、下部はシングル構造で仕上げています。ダウンの偏りを防ぐセパレートボックスを装備しています。

地面からの冷気が伝わりやすいので
マットで寒さを抑えましょう

Rab
ウルトラスフィア 4.5 レギュラー
QMA-06
¥24,200 (税込)

■ダークビーター
■R値:4.3、厚さ:8cm
■370g
超軽量素材TILTと熱を逃がさないオフセット気室構造を組み合わせたフェザーライトエアマット。重量とパッカビリティに優れた保温性を提供します。

燃料いらずで安全なLED ランタンなら
コンパクトでも明るさは充分



CARRY THE SUN
アウトドア ランタン
ウォームライト スモール
24037
¥3,300 (税込)

■ホワイ
■使用時:8.8×8.8×8.8cm、収納時:8.5×17×15cm、明るさ:30lm
■57g

ひと回り小さく、軽くなったスモールサイズの暖色モデル。携行性に優れているので登山や旅行に最適です。



食事を楽しむ

温かい食事で心も体も癒しましょう

作りたい料理によって必要なギアを選びを



※使用イメージ



PRIMUS
インテグストーブ
P-157
¥9,900 (税込)

■コトク径:148mm、収納サイズ:73×101×4.7cm
■約100g

安定して調理をすることができる4本コトクを装備し、収納時にはアーチを折りたたんで一箇所にスライドさせることで、コンパクトに収納できます。※カートリッジは別売

10%で990円ポイント還元
スマホでお買い物
4 582454 880866



※使用イメージ

EVERNEW
マグポット500 フラット
ECA620
¥6,050 (税込)

■チタン■550ml、径97×深さ87mm
■79g

人気の「Ti Mug pot 500」の底がフラットなモデル。底面をフラットにすることで、ガストープ使用時の安定性を向上し、安心して使用出来るようになりました。目盛り付き。

10%で605円ポイント還元
スマホでお買い物
4 934048 641788

料理道具としても食器としても



※使用イメージ

EVERNEW
Apex cup t0.2
ECAL731
¥4,730 (税込)

■29g

世界初の0.2mm厚チタン製カップ。軽さや熱伝導の良さはもちろん、110サイズの高スカートリッジがシンデレラフィットする収納にもこだわったカップです。※アルコールストーブは別売

10%で473円ポイント還元
スマホでお買い物
4 934048 650346





イスカ
エアドライght480

ISUKA



首回りに施したショルダーウォーマーがシュラフ内の暖かい空気を逃さず、保温効果を高めます



サイドジッパーの裏側にダウンの入ったドラフトチューブを備えることで、ジッパーからの冷気の侵入を防ぎます

エアドライght480
147633
¥50,600(税込)
size:78(肩幅)×213(全長)cm
color: マスタード
weight:870g

スマホで買い物



T Comfort	T Limit	T Extreme
-1.2℃	-7.3℃	-25.2℃



ウラヤマでも
ヒマラヤでも



オールシーズン使用可能な抜群の信頼性

エアライズ



アライtent史上最も軽いtent

SLドーム



細部までこだわりを詰めこんだ 3シーズンモデル

1 1972年の創業以来、一貫してシュラフを作り続ける、信頼の国産ブランド。選び抜いた高品質の保温素材を使い、厳しい縫製基準を設け、独自の3D構造を採用するなど、シュラフブランドならではのこだわりが随所に見受けられます。

そんなイスカのエアドライghtシリーズは、濡れに対する弱点を克服した770FPの撥水ダックダウンを使っています。なかでも「エアドライght480」は春から秋のアルプス、冬の低山にも対応するスリーシーズンモデル。暑い時期でもジッパーを全開にしてかけ布団のように使えるので最初の1本におすすめです。

ダウンは回復性に優れたダックダウンを採用し、シェルには通気性を持たせ、保温力の低下につながる湿気を外部に放出、ドライで快適な寝心地を実現しています。またtent内の結露や壁面との接触による濡れを防ぐため、超撥水性のシェルを採用しています。

エアドライghtシリーズは最低使用温度8℃からー25℃まで10種類をラインナップ。エアドライght290、480、670モデルでは、身長170cm以下の方に対応するショートモデルも用意されています。



鈴木 岳哉

石井スポーツ ヨドバシ新宿西口店

「厳しい環境でこそ快適に眠る」を本気で考えて形にした、非の打ち所がない寝袋

最上級グレードのエアプラスシリーズと全く同じ構造でありながら価格を抑えたリーズナブルな寝袋。暖かく快適に眠れる工夫が随所にされており、特にマフラーのように配置されたショルダーウォーマーは他社製品と比較してもかなりのボリューム。迷ったらコレ！と自信を持って言える寝袋です。

ARAI TENT

Since1965

<https://arai-tent.co.jp>

電車&バスでもっと楽しむ 「徒歩キャンプ」のススメ

近年、ますます軽量化とコンパクト化がすすむキャンプ道具。車がなくとも、バックパックに道具一式を詰め込み、電車やバスでより気軽にキャンプに行けるようになりました。今回、普段からソロキャンプを楽しむ石井スポーツ大丸東京店スタッフ・木村大貴と一緒に、東京都・奥多摩駅近くにある「氷川キャンプ場」へ電車でGO。キャンプの楽しみ方、そして「徒歩キャンプ」の魅力を探求してきました。



木村 大貴
石井スポーツ 大丸東京店
ソロキャンプだけでなく、グループキャンプや奥様とのファミリーキャンプも楽しむなど大のキャンプ好き。キャンプをきっかけにアウトドアに目覚め、いまでは雪山登山なども楽しむように。キャンプ道具売り場担当。

キャンプデビューは極寒でした

今回、自慢のキャンプスタイルを教えてくださいるのは、石井スポーツ大丸東京店の木村大貴。じつはキャンプ歴はまだ約5年とそこまで長くはないものの、さすがキャンプ道具売り場の担当者というだけあって、こだわりのアイテムでソロキャンプを楽しんでいます。もともとは登山が趣味だったそうですが、キャンプにハマったきっかけは、どのようなものだったのでしょうか。

「春から夏のキャンプも好きですけど、秋や冬など、寒季節のキャンプも好きですね。じつは初めて行ったキャンプが、今日と同じ奥多摩エリアだったんです。しかも12月でとても寒くて、その時の焚

き火の温かさにめちゃくちゃ感動してしまって。まず焚き火の魅力と出会い、そこからキャンプがどんどん好きになっていきました」。

普段はアルプス縦走や、雪山登山も楽しんでいるといいます。焚き火台など余計な装備を持ち歩くことができない登山と違って、お気に入りの道具を思う存分に使えるのもキャンプの魅力だそうです。

そのなかで、とくにこだわっているのが「料理」。キャンプ場近くで買った海の幸、山の幸、地方ならではの調味料など、なるべくその土地の食材を用い、お気に入りの調理道具を使って料理を作って食べることが、彼流のキャンプの楽しみ方なのとか。



「徒歩キャンプ」の魅力とは

「普段は車でアウトキャンプがメインですけど、今日みたいに電車と徒歩でキャンプ場に来るのもいいですね。車だと、スーパーや道の駅に立ち寄ることはあっても、途中の景色や街並みをゆっくり見ることとはできません。でも道を歩いていると、地元の八百屋だったり、気になるショップや神社などにふらっと立ち寄ることができる。初めて見る食材にも出会えるかもしれない。それが徒歩キャンプの魅力ですね」。

究極に自由な時間を

テントを張り、夕飯を食べ終えてもキャ

ンプの夜はまだ続きます。「することがなくて、時間を持て余してしまった」という方も多いのでは？ 話し相手もないソロキャンプではなおさらです。そんな時はどのように夜を過ごしているのでしょうか。

「夕飯を食べたあとは、焚き火を肴にチビチビとお酒を飲むのが好きですが、その後はスマートフォンで動画を見たりもします。野球が好きなので、野球中継をひとりで見ているときもありますよ。キャンプっぽいことじゃなくても、好きなことをしていいと思います」。

他人に迷惑をかけなければ、とことん自分勝手になれるのがソロキャンプ。電車&徒歩でのキャンプなら車の運転もないので、テント撤収後にビールを飲んだっ

てOKです(もちろん飲み過ぎにはご注意ください)。そう、ソロキャンプには究極の自由があるのです。

近年、アウトドアギアはますます進化したし、軽量ながら高性能なものが次々に発売されています。今回の装備のように、コンパクトなバックパックでキャンプ道具一式を持ち歩くことも可能になりました。

「最新のアウトドア道具はどんどん軽くなっています。コンパクトで高性能なものが発売されると、つい自分でも買ってしまいますね。登山もそうですけど、キャンプでも荷物が軽くなればそれだけ身軽になります。ぜひ石井スポーツで新しいギアに出会い、より自由なアウトドアライフを送っていただければと思います」。

スタッフ木村のこだわり道具紹介

今回のソロキャンプに持参したキャンプ道具一式がこちら。
コンパクトにパッキングされたアイテムを紐解き、使いながら、お気に入りのポイントを教えてもらいました！



アイテム①
PROMONTE「VL27CM」(限定カラー)
「山岳テントはオレンジなど派手なカラーが多いなか、これは地味なカモ柄で、逆に山のテント場などでは目立つので気に入っています」



荷物を減らすため、落ちている石をハンマー代わりにペグを打つ



DAC社製のポールでインナーを立ち上げ、フライシートをかぶせるWウォール仕様



アイテム②
OSPREY「TALON VELOCITY 30」
「使い勝手がよくて登山でも使っています。夏場の小屋泊まりなら、これで縦走もいけちゃいます」



寝袋は袋から出した状態で底部に詰めるなど工夫し、道具一式を見事にパッキング



サイドにヘリノックスのチェアを括り、ショルダーハーネスにはレインカバーをイン



Osprey
タロンベロシティ30
OSS0267
¥34,100 (税込)
10%で3410円 ポイント還元
スマホで買い物
0 843820 179136
■ダークチャコール/タンブル
ウィードイエロー



アイテム③
IWATANI PRIMUS
「ウルトラ・スパイダーストープII」「153ウルトラバーナー」
「この2つがあれば料理をしながらお湯を沸かすなど、かなり満足に料理を楽しむことができます。おなじメーカーのものだと、ガス缶を使い回せるので便利です」



PRIMUS
ウルトラバーナー P-153
¥7,630 (税込)
10%で763円 ポイント還元
スマホで買い物
4 901140 313158



「ウルトラ・スパイダーストープII」では、韓国のアルミ鍋ラーメンを調理



「153ウルトラバーナー」では豚の角煮を調理。隠し味はコーラとハチミツ



アイテム④
LIGHT MY FIRE
26272
¥1,540 (税込)
10%で154円 ポイント還元
スマホで買い物
7 331423 011483



Morakniv
ガーバーク
ステンレス マルチマウント
12642
¥13,200 (税込)
10%で1320円 ポイント還元
スマホで買い物
7 391846 017493



アイテム⑤
THE MAGIC HOUR
今治のホコリ
tmhih001
¥660 (税込)
10%で66円 ポイント還元
スマホで買い物
4 571378 614527
■アソートカラー
W 40g



アイテム⑥
Morakniv
ガーバーク
ステンレス マルチマウント
12642
¥13,200 (税込)
10%で1320円 ポイント還元
スマホで買い物
7 391846 017493



THE MAGIC HOUR
今治のホコリ
tmhih001
¥660 (税込)
10%で66円 ポイント還元
スマホで買い物
4 571378 614527
■アソートカラー
W 40g



Helinox
チェアワン
1822221
¥14,960 (税込)
10%で1496円 ポイント還元
スマホで買い物
2 000102 670185
■コヨーテタン/ブラウン(CTN/B)



アイテム⑦
NESTOUT「モバイルバッテリー 15000mAh」,「LAMP-1」
「置く、吊すの2WAYで使えるうえ、ランタンとして使いながら同時にスマホなどの充電もできるので重宝しています」



ELECOM
DE-NEST-15000BE
¥9,880 (税込)
10%で990円 ポイント還元
スマホで買い物
4 549550 253079
■BK



アイテム⑧
調理道具
「少々値段は張りますが、料理には少しこだわっているんで、包丁は良いものを使っています。まな板も、安いペラペラのものではなくて、しっかりした物の方が、やっぱり料理しやすいですね」



SOTO
ポップアップソロテーブル
フィールドホッパー
ST-630
¥5,560 (税込)
5%で278円 ポイント還元
スマホで買い物
4 953571 076300



NANGA「AURORS LIGHT 450DX」、EXPED「SYNMAT HL WINTER MW」
「夏はもっと簡易的なマットを使いますが、秋冬はこのマットが最高ですね」



軽くてコンパクトがキーワード! 電車の旅をしながらソロキャンプを楽しもう!

自由気ままに電車の旅をしながらソロキャンプを楽しみませんか? 電車で移動することで今までとは違った景色の発見があって、楽しさが倍増するはず。そんな時はバックパックやキャリーバッグなどに荷物を詰めて軽量でなるべく最低限の荷物で出かけたいものです。コンパクトでも機能は充分なアイテムやこれだけは外せないというこだわりのグッズを紹介します。



PUROMONTE
シングルウォール シェルター
1人用
UL-10 3S
¥59,400 (税込)

■サックス
■開口205×奥行90×高さ105cm(前室30cm)
■約680g(本体+フライシート+ポール)
極限まで重量を抑えた、短時間で設営が可能な前室付きの吊り下げ式自立シェルター。軽量化は重視しつつ、より快適な居住空間を保ちたいという方におすすめです。



PUROMONTE
超軽量ダブルウォールテント
2人用
VEL-20 3S
¥67,100 (税込)

■ライトグリーン
■開口205×奥行120×高さ105cm(前室30cm)
■約980g(本体+フライシート+ポール)
ダブルウォールテントで「軽量・コンパクト」を追求したモデル。吊り下げ式で短時間で設営が可能な3シーズンテント。



大容量ながら軽さと背負いやすさを追求したモデルです。重い荷物を背負っても安定感があり、ギアの整理収納に便利なフルレングスのサイドで荷物の取り出しがしやすく快適です。



安らぎの生活空間を!
ゆったりとくつろげるリビング & 寝室

DAYTONA
マエヒロドームデュオ
49665
¥55,000 (税込)

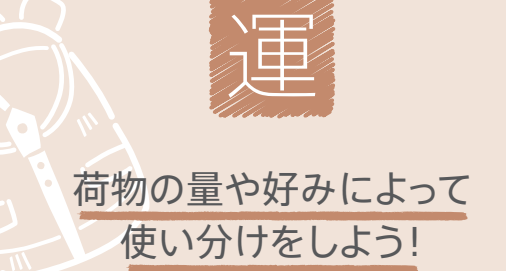
■フォレストカーキ
■本体サイズ:230×345×150cm インナーサイズ:220×150×150cm
■約4.2kg
軽量コンパクトでも、広々快適、簡単設置のドーム型テント。1人用のマエヒロドームに比べ床面積32%アップ。後室も追加しさらに使いやすくなりました。2人でも窮屈さを感じない広さで、スペースを賢くに使用したいソロキャンパーにおすすめです。



長時間座っても疲れにくいハイバック仕様のヘッドレスト付きに加えて、リクライニングと高さがそれぞれ2段階に調節可能なチェアです。コンパクトに収納でき、持ち運びに便利な収納バッグ付き。



驚きの軽さでコンパクトなウルトラライトチェア。持ち運びに便利で、好きな時に好きな場所で座りながら気ままな時間を過ごすことができます。



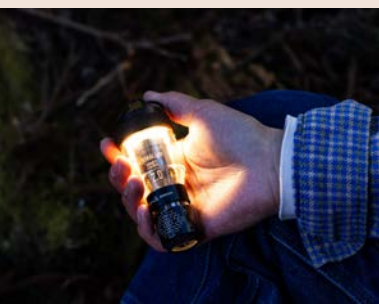
THE NORTH FACE
BC ROLLING DUFFEL K
NM82363
¥41,690 (税込)

背負えるショルダーハーネスと、荷揚げや運搬に便利なグラブハンドル、街中で便利なキャリー用ハンドルを装備しています。濡れや汚れに強く、重いギアや不揃いな荷物なども気兼ねなく放り込める高い耐摩耗性が特長です。



50/50WORKSHOP
MINIMALight REMOTE
CONTROL 2.0
¥4,620 (税込)

■BLACK TRIBAL_GRAY TOPO,OLIVE PAISLEY
■415×W45×D47mm
■約145g



50/50WORKSHOP
MINIMALight REMOTE
CONTROL 2.0
¥4,620 (税込)

■BLACK TRIBAL_GRAY TOPO,OLIVE PAISLEY
■415×W45×D47mm
■約145g



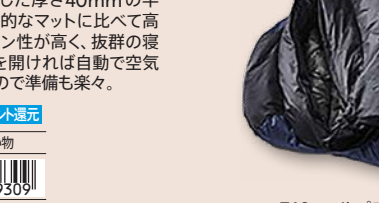
LOGOS
(高密度弾力) 40コンパクト
セルフインフレーションマット・SOLO
72884100
¥6,930 (税込)

■リバーシブル(グリーン/ブラウン)
■幅57×長さ125×厚さ4cm
■約10kg



HEXAR
ポーチランタン 星白色
UL1.5(N)
¥5,470 (税込)

■66×125×35mm(使用時)
点灯時間:約20h(3mm使用時)3h(150lm)
■約48g(ストラップ・バッテリー含む)
小さくたためる山の灯り。世界最軽量クラスのLEDランタン。どこでも吊るせるストラップはフィールドでの使い勝手に優れます。



760フィルパワーの高品質ダウンを使用し、合理的な構造で軽量化した3シーズン(春・夏・秋)モデル。

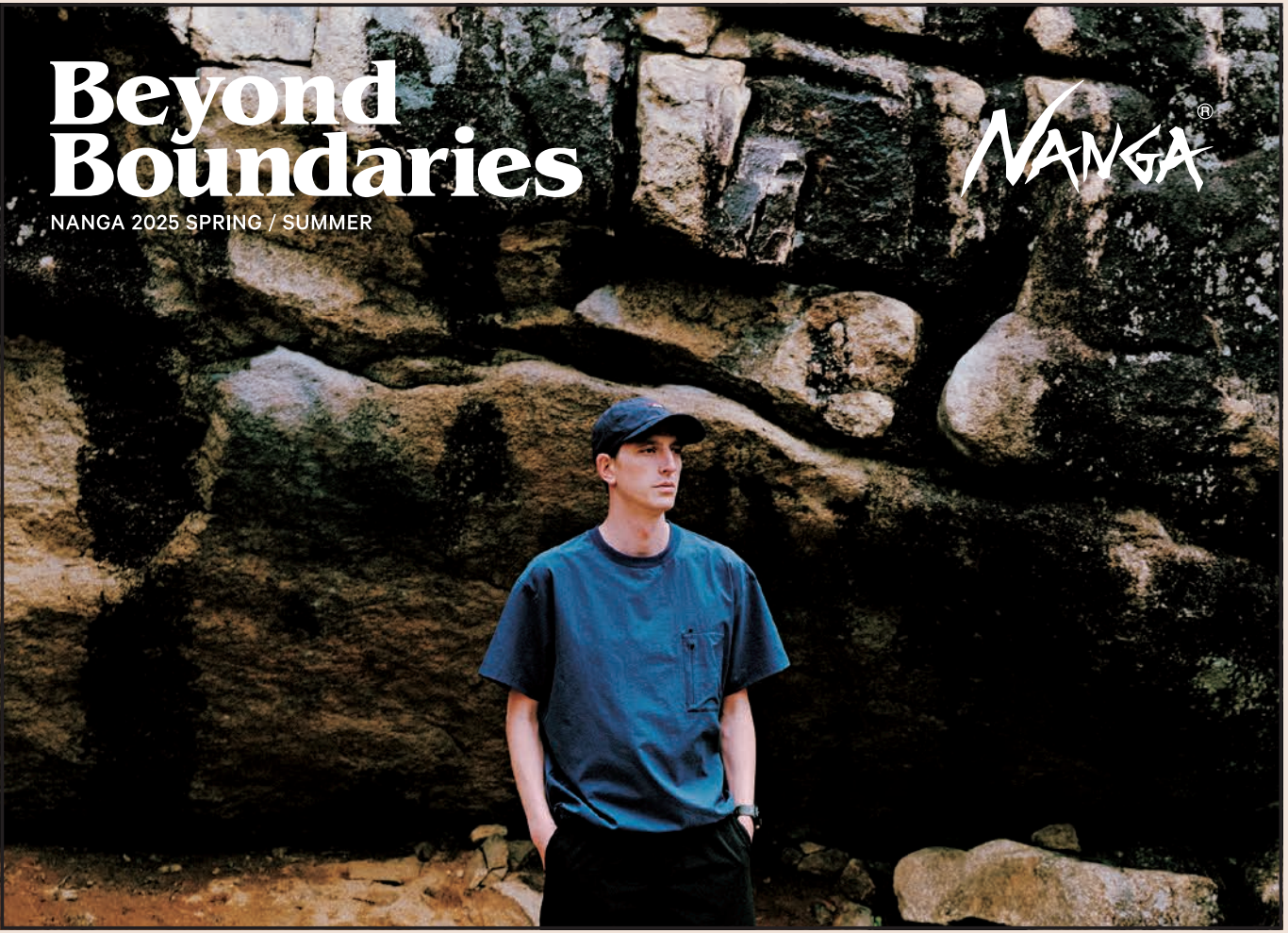


■BLK,RED,BRW,CRY
■快適使用温度:0℃ 下限温度:-5℃
■約65g



NANGA
オーロラテックスライト
450DX レギュラー
N0450DX
¥50,600 (税込)

■BLK,RED,BRW,CRY
■快適使用温度:0℃ 下限温度:-5℃
■約65g



食

キャンプでも美味しい料理を！
基本からこだわりの料理まで



LOGOS
ピラミッドグリル コンパクト
81063112
¥4,950 (税込)

■幅19×奥行19×高さ15cm
■1kg
ソロキャンプやお家のベランダで手軽にBBQが楽しめます。折りたたんでコンパクトに収納が出来るので持ち運びが楽。いつでもどこでも手軽にBBQをお楽しみください。

10%で495円分 ポイント還元
Y スマホでお買い物
4 981325 340957

SOTO
レギュレーターストーブ
TriTrail
ST-350
¥9,900 (税込)

■138×156×高さ111mm(使用時・本体のみ)
■135g(本体のみ)
極限まで軽量化を求めたSOTO渾身のミニマル設計で持ち運びが便利。低重心で安定しているため、座面に近い高さでの調理も無理なく行えます。※カセットガスボンベ缶は別売り

5%で495円分 ポイント還元
Y スマホでお買い物
4 953571 003283



snow peak
ソロセットチタン
SCS-004TR
¥9,504 (税込)

■容量:ポット/880mL、カップ/540mL
収納サイズ:φ110×133mm
■181g(本体のみ)
軽くて強い究極素材チタン製。収納時にガスカートリッジや小型ストーブを収めたり、他の深型クッカーとスタッキングできる優れたシステムです。

5%で476円分 ポイント還元
Y スマホでお買い物
4 960589 002894



SOTO
Field kite
ST-632
¥4,890 (税込)

■305×90×高さ75mm 収納サイズ:305×97×高さ14mm
■約280g
組立も収納も簡単なシンプル構造の一体式ミニテーブル。収納時の厚みはわずか14mmと省スペースでバックギンできます。

5%で245円分 ポイント還元
Y スマホでお買い物
4 953571 003344



LOGOS
LOGOSの森林 ちょっと
スモークするリッド
81280070
¥3,740 (税込)

■直径133×高さ5cm
■約90g

10%で374円分 ポイント還元
Y スマホでお買い物
4 981325 598877

※使用イメージ(マグカップは別売り)
スモークを手軽に楽しめるアイテム。加熱不要なチーズなどを入れたコップやシェラカップの上のせ、スモークチップひとつつまみを着火して10分ほど待てば香ばしいおつまみが完成。



LOGOS
たためるケトルL
81210305
¥4,950 (税込)

■容量:1ℓ 幅21×奥行14.5×高さ13.7cm 収納サイズ:縦14.5×横21×高さ5.8cm
■400g
かさばらずに収納・持ち運びができる、たためるケトルです。柔軟ながら熱に強いシリコンとステンレスの底面で直火調理もOK。金属製ケトルと同じ感覚で使用できます。

10%で495円分 ポイント還元
Y スマホでお買い物
4 981325 497316

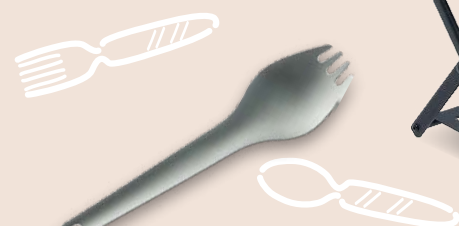


熱々のグッチオープンも
直置きOK

LOGOS
アイアンカスタムラックテーブル
73591005
¥4,840 (税込)

■ラック時:幅35×奥行17×高さ37cm
テーブル時:幅33.5×奥行33×高さ19.5cm
■1.6kg、耐荷重:約120kg
用途に合わせてラックとテーブルの使い分けが可能なラックテーブル。耐熱天板で熱々のグッチオープンやスキレットなどの直置きも可能。収納袋が付属し、薄型収納ができるため場所を取らず、軽量で持ち運びに便利です。

10%で484円分 ポイント還元
Y スマホでお買い物
4 981325 608460



HOVERLIGHT
HOVERLIGHT SPORK
HL-02
¥1,980 (税込)

■165×40×24mm
■7g

一体的にデザインされた幅広でカーブした断面は、一般的なフラットな持ち手より高い強度を持ち、また極薄の板厚にもかかわらずしっかりと指にフィットします。

10%で198円分 ポイント還元
Y スマホでお買い物
4 513454 106120

10万点以上の品揃え「石井スポーツ ストア」

www.yodobashi.com



SOTO
トレックマスター



SOTO
Sparked by nature

トレックマスター
ST-331
¥12,870(税込)
size: φ160mm×高さ94mm(使用時)
weight: 約170g
発熱量: 3.0kW(2,600kcal/h)(ST-712使用時)
※気温25℃無風状態で点火後から5分間の燃焼データより算出。

Y スマホでお買い物
4 953571 004341

2025年5月9日発売予定



余計なものを削ぎ落とすため、着火のためのイグナイターは排除。お手持ちのライターなどで着火します



ストーブ本体とボンベが分離しているため安定しやすい。また、ボンベが高温になるリスクも軽減されています

寒冷地での使用に特化した
新発想のCB缶分離型ストーブ



五條 友馬
石井スポーツ ヨドバシ横浜店

「CB缶仕様」「分離式」「軽量」
3拍子揃ったシングルバーナーが登場！

ガス缶と火元が離れた分離式なので低重心で安定感があり、底広のクッカーでも安心して調理が行え、ランニングコストの低いCB缶を使用するので長時間の調理も気兼ねなく行えます。軽量さとコンパクトさにこだわっているため、荷物を軽くしつつも、しっかり調理もこなせるシングルバーナーです。

2024年にSOTOから発売された、まったく新しいCB缶「CB TOUGH」シリーズ。従来よりも分厚く耐圧性のあるボンベ容器を採用し、CB缶ながらOD缶と同等クラスのガス配合を実現したと話題を集めました。

寒冷地での使用に適したそんな「CB TOUGH」シリーズの性能を十分に発揮させるため、山岳地での使用を想定して開発されたのがこちら、2025年の新作トレックマスター ST-331です。ボンベ分離型で低重心なうえ、3本ゴトク設計のため岩場などの不整地でも安定感があるのが特徴です。そして最大の特徴は、ガスを液体のままボンベからストーブ

側へ送る「液出し燃焼機構」を採用している点。一般的なストーブはボンベ内で気化したガスを燃焼させるため、寒冷地などで連続使用すると火力が不安定になることがありました。一方、今作では液体のままガスをボンベからストーブ本体側へ供給する方式を採用。これにより、ドロップダウンによる火力低下が発生しにくくなりました。液出し燃焼をさせるため、使用開始時にはジェネレーターをプレヒートする必要があるなど若干「慣れ」が必要な手順もありますが、使いこなせば心強い山の相棒になってくれるでしょう。収納サイズはφ75mm×(高さ)94mm。本体重量は驚きの約170gです。

こんなのが欲しかった！ キャンプの便利アイテム

ソロキャンプに限らず、デュオやグループキャンプでも活躍するアイテムをご紹介します。
自分のスタイルに合わせて道具選びをしましょう！

ソロでもデュオでも対応のサイズ感。
スカート付きで通年活躍！

ogawa
ステイシーファルダ
2618
¥59,400 (税込)

3%で1782円※ ポイント還元
スマホでお買い物
4 909232 261806

■ダークブラウン×サンドベージュ
■収納サイズ:53.5×20×20cm(フレーム
折寸40cm)
■約4.0kg
前室両サイドにメッシュ窓を装備し、オールシーズン使用可能。スカートの付きなので、虫や冷気の侵入がなく快適に過ごせます。組み立ても簡単に素早く設置することができます。

焚き火とはまた違った炎の
ゆらめきでキャンプを演出します！

mind
アイロントープ
¥28,500 (税込)

10%で2850円※ ポイント還元
スマホでお買い物
4 595317 600297

■W182×D115×H230mm
■2.2kg

【暖、調理、照明】と3つ機能が完結できる優れたもの。荷物を減らしたい時や、手の届く位置で炎を眺めていたいときに役立ちます。

完璧な焼き仕上がりを保証、
使い簡単手間いらずの電気グリル



Weber
Pulse 1000電気グリル
81012013
¥74,990 (税込)

10%で7,499円※ ポイント還元
スマホでお買い物
0 077924 152238

■高さ68cm×幅60.5cm×奥行65cm
日本で初めてのスマート電気グリル。グリルの温度、食材の温度、ひっくり返すタイミング、調理完了などをすべてアプリが教えてくれるグリルアシスト「Weber Connect」搭載。毎回パーフェクトなBBQを簡単に実現。

軽量ながら広々快適で、持ち運びや
設営がしやすいロッジシェルター

ogawa
ロッジシェルターUL
3306
¥169,400 (税込)

3%で5,082円※ ポイント還元
スマホでお買い物
4 909232 330601

■カーキ×ブラック
■収納サイズ:92×52×36cm
■約19kg
ogawa ブランドのシンボルであるロッジシェルターシリーズに、20%以上軽くなったライトモデルが仲間入り。広さや使い勝手はそのままに、軽くなって新登場。

手のひらに、すっぽり収まる
超小型強力耐風バーナー



SOTO
マイクローチ アクティブ
ST-486SV
¥2,250 (税込)

10%で225円※ ポイント還元
スマホでお買い物
4 953571 003313

■アンティークシルバー、アンティークゴールド、アンティークブロンズ
■W50×D19×H90mm
■45g(本体のみ)
胸ポケットに入れたり、キーホルダー感覚でバッグに付けたり、いつも持ち歩けるバーナーです。火口キャップ付きでチリ、ホコリからノズルを守ります。アンティーク調の限定モデル。石井スポーツ/ヨドバシカメラ限定カラー

スマホの充電機能付き！
サイト全体を明るく照らす超高輝度ランタン



LOGOS
野電パワーストックランタン
1000・ボックスワイヤレス
74176051
¥9,790 (税込)

10%で979円※ ポイント還元
スマホでお買い物
4 981325 606190

■約W11×D3.5×H7.5cm
■約370g
驚異的な明るさで、広範囲まで明るく照らします。スマホのワイヤレス充電対応。キャンプなどのアウトドアから災害時の備えとしても役立ちます。

これさえあれば何でもできると
思えるほど充実した機能が魅力の
マルチツール



LEATHERMAN
ARC
ARC-BS
¥49,500 (税込)

10%で4,950円※ ポイント還元
スマホでお買い物
4 571384 855082

■全長10.8cm(収納時)
ナイフ刃渡:7cm
■244g
優れたエッジ保持力・硬度・耐腐食性・靱性に加え研ぎ易いことが特徴です。20種類の機能を備えています。



吊り下げ式インナーテントはフロア1/4を占める3人用サイズ。別途購入すれば追加でインナーを吊り下げすることも可能



フライシートにはホワイトカラーのポリエステル(210デニール)を採用。高い耐水圧で雨をしっかり防いでくれます

オーナーロッジ タイプ40R T/C
¥209,000 (税込)
size:幅400×奥行420×高さ215cm
収納サイズ:82×68×40cm
weight:33.6kg

スマホでお買い物
4 909232 250503



名作テントをT/C素材で復刻 夏は涼しく、冬も快適に

1914年に創業し、ファミリーテントから小型のソロテントまで、幅広いラインナップで日本のキャンプ界を牽引してきたogawa。創立110周年を祝う記念モデルとして、まったく新しい最上級の「オーナーロッジ」が登場しました。

1985年に発売された「オーナーロッジセクセレント」シリーズから、タイプ40を復刻。当時コットン100%だった生地をT/C(ポリエステルコットン)に変更したほか、本体メインカラーをレトロ感あふれるイエローに刷新。特徴的な格子柄の小窓は踏襲し、どこか懐かしい、けれど新しいラグジュアリーな仕

上がりとなりました。メッシュパネルも3面に追加。フルメッシュにすれば四方から風が通るため、夏場でも涼しく快適に過ごすことができます。フロア面積は400×420cmのほぼ正方形型。広々としたリビング空間を自由にレイアウト可能です。

付属するインナーテントは3人が横になれるサイズ(210×200cm)。インナーテントもT/C素材のため、冬場の結露を軽減してくれます。また、冷気の侵入を防ぐスカートも完備しているので寒い時期でも快適に過ごすことができます。



オガワ
オーナーロッジタイプ40R T/C



笠井 健生
石井スポーツ 京都ヨドバシ店

1985年の登場から40年、大型メッシュを3面追加し全く新しい最上級のオーナーロッジがT/C素材で復活

オガワテント生誕110周年の記念モデル。オーナーロッジシリーズ最大の特徴の設営しやすく頑強な作りはそのままに大型メッシュを3面追加することで暑い夏はもちろんオールシーズン対応します。また横幅400cmの垂直に近い側面構造により他モデルを圧倒する室内空間を誇りグループキャンプの宴会場としても期待できます。ボディカラーはマスタードイエローで、キャンプ場での存在感も◎



Enjoy Outing!

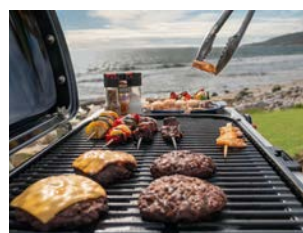
ホリデー。
家族と
休日、
キャンプ。



Weber
Weber Traveler®



グリル面が広いので、大人数で料理を楽しむことができる。ホーロー加工の鉄製の網を採用し、熱伝導率が良く蓄熱温度も高いので、プロフェッショナルな仕上がりに



耐久性に優れたホーローを持つため、フィールドでの移動が簡単に設置できるので、野外でもまるで極上のレストランに

weber TRAVELER

Weber Traveler®

9013013

ステルスエディション ¥64,990 (税込)

9010013

レギュラータイプ ¥59,990 (税込)

size: H127×W110×D66cm (使用時)

color: ブラック、ステルスエディション

weight: 22kg

スマホで買い物



ブラック



ステルス

手軽で本格的なグリル料理をお気に入りのフィールドで

ガスやチャコール、電気やペレット、そしてスマートグリルと、さまざまな熱源を駆使しながら、1952年の創業以来、バーベキューの世界に革新をもたらしてきたWeber(ウェーバー)。そんな同社のグリルは今も創業の地・アメリカ・シカゴで誕生、その耐久性や美しい仕上げなど高い品質を保ちながら、地域社会に貢献しています。

Weberの近年のヒット作が「Weber Traveler」。ガスグリルの最新作である同モデルの特徴は、その名の通り、手軽にフィールドに持ち出せる機動力。

103×58.4×35.1cmとコンパクトにたためるため、クルマのラゲッジにも収まりがよく、収納時も場所を取りません。また、タフな大型ホーローを持ったカート一体型デザインを採用しているため、凹凸のあるフィールドでもスマートに移動することができます。

ハンバーガーなら15個、ソーセージなら20本を調理できる、グリルスペースの広さも大きな魅力です。グリル内の温度管理も自在に行なえるので、ダイナミックな厚切りステーキやオプションで鉄板焼きまで、幅広い料理の強い味方となってくれます。



有働 賢

石井スポーツ ヨドバシ博多店

ふた付き折りたたみで、
キャリカートで移動も楽!
思う気ままにBBQを楽しめる

アメリカトップシェアのBBQグリルが驚きの大進化を遂げて、新登場! 丈夫なカート一体型のデザインに自動ふたロック、折りたたみ昇降ダンパー式に変わったことで、安全にかつ片手で設置可能。外はカリッと! 中はジューシー! なBBQを自由自在に操れる最適解です。

1泊2日

ソロ・デュオ・グループで! 癒しと健康のキャンプごはん

太陽と青空の下で過ごすキャンプ。澄んだ空気を胸いっぱい吸い込むと、からだの細胞一つひとつが喜んでるように感じられます。ある意味キャンプは癒しの時間。帰る頃にはさらに健康になれるよう、1泊2日をヘルシーに楽しめるキャンプ料理を、フードスタイリストの黒瀬佐紀子さんに教えてもらいました。編集部おすすめのクッカーとともにをご紹介します。



切り干し大根と豆苗、キムチのヘルシーピビンバ

材料(2〜3人分)

- ・とりささみ缶…1缶(100g)
- ・無洗米…1.5合
- ・切り干し大根…10g
- ・キムチ…50g
- ・ニンニク…1片
- ・豆苗…1/2パック
- ・卵…1個
- ・水…280ml
- ・ごま油…小さじ2
- ・しょうゆ…小さじ2
- ・コチュジャン…小さじ2

作り方

- ①切り干し大根を分量の水に浸して戻しておく。ニンニクは粗く刻む。豆苗は根を除き、3等分の長さに切る。
- ②コロダッチオーバルに、ごま油とニンニクを入れて中火にかけ、香りが出てきたら米を加え半透明になるまで炒め合わせる。火を弱め、コチュジャンを加えて全体に絡まるように炒めたら、とりささみ缶を汁ごと、切り干し大根を戻し汁ごと、しょうゆとともに加えて、全体を混ぜる。キムチを上のにせ、蓋をして15分程弱火で炊く。
- ③豆苗と卵を割り入れてのせ、蓋をして10分程蒸らす。お好みでコチュジャン(分量外)を添えていただく。

スノーピーク
コロダッチオーバル
CS-503R
¥14,850(税込)

5%で743円ポイント還元
スマホでお買い物

2〜3人で使うのにちょうどいい小型のダッチオーブン。

蓋の裏面にはリブ加工を施し、肉や魚がきれいに焼ける。

黒瀬佐紀子(くろせ・さきこ)
フードスタイリスト、缶づめ料理研究家。缶づめやレトルト食品を生かしたアレンジ料理に定評があり、『缶つま』(世界文化社)などの著書も多数。体力と健康維持のため、健康バランスごはんを日々研究実践中。

栄養バランスも見た目も◎なダッチオーブン炊き込みご飯

キャンプ場についたらまずはランチ。おなかを満たしたいという気持ちと、せっかく来たからにはアウトドアらしい料理を食べたいという気持ち。その両方に応えてくれる健康料理として、スノーピークのコロダッチオーバルでピビンバ風炊き込みご飯を作ってみました。

「ミネラルや食物繊維が豊富な切り干し大根とビタミンが豊富でタンパク源にもなる豆苗をたっぷり食べられます。また、キムチと一緒に切り干し大根の甘みのある戻し汁と、とりささみ缶の汁を余さず炊き込むので、だしが利いて薄味でもおいしい」と黒瀬さん。

蒸らすタイミングで、一度蓋を開けて豆苗と卵を投入。ダッチオーブンだから、熱を逃がさずにちゃんとご飯をふっくら炊きあげて、豆苗もシャキシャキ食感に。コロダッチの丸みのある形に巣ごもり卵がかわいく鎮座する様子は、絶好のシャッターチャンスです。

37gの超軽量! ひとつでコップ、お皿、計量カップに。

スノーピーク
チタンシェラカップ
E-104
¥2,508(税込)

5%で125円ポイント還元
スマホでお買い物

焼いてつけて楽しい 居酒屋風グリドルフォンデュ

キャンプで肉を焼く。そんな定番を脱出して、冒険心満点の進化系グリドル料理、マルチグリドルの上で楽しむチーズフォンデュはいかが? キャンプテーブルにシングルバーナーを置き、丸いマルチグリドルをのせれば、そこがチーズフォンデュの舞台です。

マルチグリドルは、中央がくぼんだホットプレートのようなもの。熱伝導率が高いアルミ素材のため、真ん中にコッヘルを置いてチーズを保温し、周りで具材を焼くことができます。

「気になるのは、チーズのカロリーの高さですが、豆乳でのばし、片栗粉でとろみをつければ、チーズ自体の量も少なめに。具材もネギ、椎茸、厚揚げ、焼き鳥といった野菜や脂質の少ないものを中心にすれば、さっぱりと食べられます」(黒瀬さん)。

家族や友人とグリドルを囲み、チーズを絡めた串をつまみながらおしゃべり。気分はもう居酒屋です。



ふたりで楽しむときは、スキレットをフォンデュ鍋にしても。
バーナー:SOTO レギュレーターストーブ Range **¥9,790**(税込)



家で使える蓋つき本格スキレット。長いハンドルが持ちやすい。

ベアボーンズ
オールインワンキャスト
アイアンスキレット(6inch)
¥9,900(税込)

10%で990円ポイント還元
スマホでお買い物



白だし、豆乳入り和風カレーフォンデュ

材料(4人分)

〈フォンデュソース〉

- ・ピザ用チーズ…120g
- ・豆乳…120ml
- ・白だし…小さじ1
- ・おろしニンニク…少々
- ・カレー粉…小さじ1
- ・クミンパウダー…少々
- ・片栗粉(水溶き不要のもの)…小さじ1.5

〈フォンデュ食材〉

- ・お好みの食材(焼き鳥、ネギ、椎茸、ししとう、ミニトマト、タマネギなど)…適量
- ・オリーブオイル…適量

作り方

- ①コッヘルにチーズと片栗粉を入れて全体をよく混ぜる。
- ②①にその他全てのフォンデュソース材料を加えて弱火にかけ、焦げつかないように絶えずゆっくり混ぜてチーズを溶かす。
- ③グリドルパンにオリーブオイルを塗り、中央に②をのせる^{※1}。②を囲むようにフォンデュ食材^{※2}を焼き、フォンデュソースにディップしていただく。

※1 焦げつき防止にコッヘルの下に網を敷くと便利。
※2 食材は串に刺して焼いても。

JHQ
マルチグリドル(29cm)
MTO206FJ
¥15,290(税込)

10%で1,529円ポイント還元
スマホでお買い物

高い熱伝導率で本格鉄板調理が叶う! 後片付けも楽なん!

エバニュー
チタン400
ノーハンドルコッヘル
¥1,980(税込)

10%で198円ポイント還元
スマホでお買い物

ハンドルがないから洗いがやすい。極薄軽量のチタンクッカー。



パンとベーコンと卵の洋風蒸しプレート

材料(2人分)

- ・ベーコン…2枚
- ・卵…2個
- ・スナップエンドウ…適量
- ・ミニトマト…4個
- ・パン…2枚
- ・塩・コショウ…適量

作り方

- ①蒸し器の下段(フライパン)に水を8割程入れて火にかけ、網を敷いた蒸し器の上に重ねる。
- ②沸騰したら、蒸し器の上段に、卵※、ミニトマト、ベーコン、スナップエンドウの順に、火が通るのに時間がかかる食材から入れて、蓋をして蒸す。
- ③最後にパンを入れてさっと蒸し、塩・コショウをかけていただく。

※半熟卵は7分を目安に。

Breakfast for Duo & Solo

がんばらない、おなかにやさしい「蒸す」という選択肢

いつもと違う環境で目覚める朝。新鮮な気持ちに満たされる一方で、アウトドアに慣れていないからだはちょっと疲れ気味に。朝ごはんは、がんばらずにできるもの、そして消化にやさしいものを食べたいところです。そこで、考えたのが「蒸す」という選択肢。使用したのは、上下2段構造になったロゴスのアウトドア蒸し器です。たとえば、朝食用に用意したパンとベー

コンと卵と野菜。これらを下段に水をはった蒸し器にセットし、蒸してみましよう。「ベーコンは焼くよりも、蒸したほうが余分な脂を落とせます。パンはふっくらし、卵は7分ほどでトロトロの半熟卵に。蒸したトマトはソースの代わりになります」(黒瀬さん)。蒸すと野菜のおいしさが引き出され、たっぷり食べられるという点も見逃せません。

ロゴス アウトドア蒸し器 CS-340

¥6,930 (税込)

10%で693円※ ポイント還元

スマホでお買い物

4 981325 601966

これひとつで蒸し器、フライパン、水切りザルの3役!

お湯を注ぐだけで本格味噌汁に!

朝は、やっぱりごはん味噌汁じゃなきゃ、という和食派の方におすすめしたいのが味噌にだし素材と具材を混ぜ合わせた味噌玉です。「具材はかつお節にわかめやネギなどの定番のほか、コーンやチーズのような洋風具材も意外と味噌にマッチします」(黒瀬さん)。

味噌は常温保存が可能なため、味噌玉を登山やトレッキングに持参しても便利。山頂でシングルバーナーでお湯を沸かし、熱々の味噌汁を飲めば、疲れも吹き飛びます。

チーズ入り味噌玉

材料(2個分)

- ・味噌…50g
- ・かつお節…5g
- ・おろし生姜…小さじ1
- ・わかめ…小さじ2
- ・コーン…大さじ2
- ・チーズ…15g
- ・胡麻…小さじ1
- ・刻みネギ…小さじ1

作り方

- ①ボウルに、味噌、かつお節、おろし生姜を入れてよく混ぜ合わせる。
- ②ラップを2枚用意し、各ラップの上に①を2等分して広げ、さらにその他の具材も半分ずつのせ、ラップで団子状に丸める。
- ③カップに②の味噌玉を入れて、お湯(約200ml)を注ぎ、かき混ぜて味噌をしっかりと溶かす。

※味噌は常温保存が可能です。夏場に持ち歩く時間が長いときは、具材に乾物を選んで。

Breakfast for Duo & Solo

チタンカップでお湯を沸かし、プラカップを重ねると耐熱に。

バーゴワークス トレイルカップ300

¥5,280 (税込)

10%で528円※ ポイント還元

スマホでお買い物

4 573229 414904

Teatime for Group

山椒入りミントティー

材料(4人分)

- ・フレッシュミント…ひとつかみ(約15g)
- ・レモングラス(乾燥)…ひとつまみ(約1g)
- ・和山椒の実(乾燥)…8〜10粒
- ・湯…適量

作り方

サヨウに、フレッシュミント、レモングラスを入れ、さらに和山椒を指でひねりながら加える。湯を注ぎ、蓋をして5分ほど蒸らす。

スノーピーク サヨウ CS-340

¥15,400 (税込)

5%で770円※ ポイント還元

スマホでお買い物

4 960589 851584

湯呑み2個がセット。ランチョンマットにもなる収納ケース付。

フレッシュな自然の香りをからだ中にめぐらせて

ほっとひと息つきたい午後の時間。強い日差しを遮るタープの下で楽しむティータイムにハーブティーはいかが?

選んだ茶器は、洗練されたデザインに定評のあるスノーピークのサヨウ(茶踊)です。お湯を注ぐと、茶葉が上下に踊る様子が楽しめるのが名前の由来。広口の本体にミントとレモングラス、そして日本原産の和山椒の実をひねりつぶしながら入れてお湯の中で踊る茶葉を見守ります。「一煎目はミントの香り、二煎目はドライハーブのすっきりした香りが立ちあがります」(黒瀬さん)。アロマの作用で気持ちがやわらぎ、周囲の自然の美しさに改めて感動したり、ほっこり幸せを感じたり。深いリラックスを。

スノーピーク サヨウ クリア湯呑み(2個) TW-340

¥3,300 (税込)

5%で165円※ ポイント還元

スマホでお買い物

4 960589 851577

注ぎ口には茶漉し付

4人で楽しむなら、本体に収納可能なクリア湯呑みを追加して。

小型でありながら1Lの大容量。焚き火での使用もOK。

アバンギャルド ダブルハンドルケトル

¥4,980 (税込)

10%で498円※ ポイント還元

スマホでお買い物

4 582702 930428

Bartime for Duo

ロゴス ソフトランス スモールタンブラー(280ml) 2個セット

¥1,485 (税込)

10%で149円※ ポイント還元

スマホでお買い物

4 981325 587352

子どもも持ちやすく、落としても割れないやわらか素材。

甘酒とフルーツのモクテル

材料(1〜2人分)

- ・フルーツミックス(パウチ)…180g
- ・おろし生姜…小さじ1
- ・甘酒…150ml
- ・炭酸…180ml
- ・ミント…あれば少々

作り方

- ①パウチのフルーツミックス※は自宅で冷凍しておく。
- ②タンブラー2つに、フルーツミックス、生姜、甘酒、炭酸を各半量ずつ入れて、全体をよく混ぜる。あればミントを飾る。

※フルーツミックスの代わりに冷凍フルーツでもOK。

1日の疲れを心地よく癒すスペシャルなドリンクをつくる

夕食後の片付けもひと段落。焚き火にあたりながら、バーで過ごすような静寂を味わいたい。バーの雰囲気をつくるものといえば、クリアーなグラス。丸みのある形がムーディーなロゴスのスモールタンブラーを用意し、近年人気のフルーツモクテル*を作ってみては? 主な材料は、家で凍らせてきたパウチのフルーツミックスと甘酒。クーラーボックスの中でいい感じにゆるんだそれらを広口のグラスに注ぎ、炭酸で割り、隠し味におろし生姜を少々。「キンキンに冷やしたいときは氷を入れて。アルコールを加えるなら、ホワイトラムやウォッカ、ジンなども合います」(黒瀬さん)。お好みで楽しんで。

※モクテル…フルーツやシロップなどでカクテルを真似た、イギリス生まれのノンアルコールカクテルの総称。



アクティビティを さらに楽しむ

アクションカメラ

小型なのに手ブレ補正や防水機能などハイスペックを搭載。
ランニングや自転車、登山などのアクティブなシーンで、
クリアでなめらかな臨場感あふれる映像を撮影できます。

アーケティックホワイト



Insta360
GO 3S (128GB)
CINSAATA-GO3S128W
¥65,800 (税込)
10%で6,580円ポイント還元
スマホでお買い物

【カラー】アーケティックホワイト、ミッドナイトブラック
【サイズ】GO 3S:25.6×54.4×24.8 mm アクションポッド画面格納時:63.5×47.6×29.5mm 画面展開時:63.5×86.6×29.9mm
【重量】GO 3S:39.1g アクションポッド:96.3g
【バッテリー】GO 3S:310mAh アクションポッド:1270mAh 【コネクタ】USB-C

一人称視点(POV)をハンズフリーで撮影したり、付属のアクセサリを使用して様々な場所に装着し、他のカメラでは撮影不可能アングル撮影ができます。



Insta360
Ace Pro2 デュアルバッテリーキット
CINSBBGA-DB
¥67,800 (税込)
10%で6,780円ポイント還元
スマホでお買い物

【カラー】ブラック
【サイズ】幅71.9×高さ52.2×奥行き38.0mm
【重量】177.2g
【バッテリー容量】1800mAh 【コネクタ】Type-C-USB 3.0

次世代の1/1.3インチ8Kセンサー、革新的なデュアルAIチップを搭載。旅行、日常生活など、あらゆる場面で優れた性能を発揮します。



Insta360
X4
CINSABMA
79,800 (税込)
10%で7,980円ポイント還元
スマホでお買い物

【カラー】ブラック
【サイズ】幅46×高さ123.6×奥行き37.6mm
【重量】203g
【バッテリー容量】2290mAh 【コネクタ】Type-C-USB 3.0

世界で最も売れている360度アクションカメラの次世代モデルが登場。Insta360の8K 360度キャプチャー技術で、解像度が高い世界に没入できます。

アートのスポーツ リンクス梅田店 エクスペリエンスセンター



ウェアブルカメラを装着してアクションしてみよう!

リニューアルしたアートのスポーツ リンクス梅田店内にある「エクスペリエンスセンター」では、実際にウェアブルカメラを装着して、自転車に乗ったり、ランニングマシンで走ったりして、どのように撮影できるのか体験することができます。気になるアクションカメラがある方は、ぜひ使用感を味わってください。



GoPro
HERO
CHDHF-131-JP
¥38,670 (税込)
10%で3,867円ポイント還元
スマホでお買い物

【カラー】ブラック
【サイズ】幅56.6×高さ47.7×奥行き29.4mm
【重量】86g (カメラ本体とマウントフィンガー+バッテリー)
【バッテリー】内蔵型1255mAh Enduro バッテリー 【対応メディア】A2 V30以上のmicroSD
【ディスプレイ】背面:1.76インチタッチLCD 【コネクタ】USB-C

コンパクトなサイズと使いやすさを両立した、GoPro 最小の4Kカメラ。操作もシンプルで、シャッターボタンを押すだけで4Kビデオや写真、スローモーションビデオを撮影できます。



GoPro
Hero13 Black
CHDHF-131-FW
¥76,450 (税込)
10%で7,645円ポイント還元
スマホでお買い物

【カラー】ブラック、ホワイト
【サイズ】幅71.8×高さ50.8×奥行き33.6mm
【重量】159g (カメラ本体とマウントフィンガー+バッテリー)
【バッテリー】取り外し可能な1900mAh Enduro バッテリー 【対応メディア】A2 V30以上のmicroSD
【ディスプレイ】背面:2.27インチのタッチディスプレイ、前面:1.4インチのカラーディスプレイ 【コネクタ】USB-C

クラス最高レベルの53K60ビデオとGoProならではの耐久性を備え、最新技術でクリエイティブの可能性を無限に広げます。



DJI
Osmo Action 5 Pro スタンダードコンボ
OA5P01
¥55,000 (税込)
10%で5,500円ポイント還元
スマホでお買い物

【カラー】ブラック
【サイズ】幅70.5×幅44.2×高さ32.8 mm
【重量】146g
【バッテリー】Li-ion 1S 【対応メディア】microSD
【ディスプレイ】フロント画面:1.46インチ 331ppi、リア画面:2.5インチ 326ppi 400×712

革新的な高画質を誇るアクションカメラ。次世代センサーを搭載し、プロ仕様のスペックと先進機能でアクションカメラとして革新的な映像体験ができます。



DJI
Osmo Pocket 3
OP9923
¥79,200 (税込)
10%で7,920円ポイント還元
スマホでお買い物

【カラー】ブラック
【サイズ】長さ139.7×幅42.2×高さ33.5 mm
【重量】178g
【バッテリー】Li-IPO 【対応メディア】microSD
【タッチ画面】サイズ:2.0インチ

3軸メカニカルスタビライズ機構、様々なインテリジェント機能を搭載した、Pocket 3は、ストーリーが動き出す瞬間を、逃さず捉えます。



掲載価格は4月4日時点の価格となります。
予告なく価格変更となる場合がございます。
最新の価格は店頭またはヨドバシ・ドット・コムでご確認ください。
商品によっては発売前やヨドバシ・ドット・コムに未掲載の場合がございます。



ミラーレス一眼カメラ&コンパクトデジタルカメラ



ニコン
Z6III 24-120 レンズキット
¥551,100 (税込)
10%で55,110円ポイント還元
スマホでお買い物

【バッテリー】Li-ionリチャージャブルバッテリー EN-EL15c 【対応メディア】SD, SDHC(※UHS-I/II対応), SDXC(※UHS-I/II対応) 【主な同梱品】Li-ionリチャージャブルバッテリー EN-EL15c(端子カバー付), バッテリーチャージャーMH-25a(電源プラグ(直付け型)付), USBケーブル UC-E24, ストラップ AN-DC19, ボディーキャップ BF-N1, 接眼目当て DK-29, アクセサリーシューカバー BS-1

ハイスピード動画撮影や120コマ/秒の静止画撮影など、想像を超えた表現が待っています。世界初の部分積層型CMOSセンサーを採用。



キヤノン
EOS R5 MarkII RF24-105L IS USM レンズキット
¥808,500 (税込)
10%で80,850円ポイント還元
スマホでお買い物

【バッテリー】バッテリーパック ※LP-E6P 【対応メディア】CFexpress(Type B), SD, SDHC(※UHS-I/II対応), SDXC(※UHS-I/II対応) 【主な同梱品】RF24-105mm F4 LIS USM, レンズフード EW-83N, レンズポーチ LP1319, バッテリーパック LP-E6P, バッテリーチャージャー LC-E6, ケーブルプロテクター、インターフェースケーブル IFC-100U, ストラップ ER- EOS R5 Mark II

静止画・動画において、高い撮影性能を実現しながら優れた機動性を兼ね備えたフルサイズミラーレスカメラ。



ソニー
α7C II ズームレンズキット
ILCE-7CM2L
¥361,900 (税込)
10%で36,190円ポイント還元
スマホでお買い物

【バッテリー】リチャージャブルバッテリーパック ※NP-FZ100 【対応メディア】SD, SDHC(※UHS-I/II対応), SDXC(※UHS-I/II対応) 【主な同梱品】リチャージャブルバッテリーパック NP-FZ100, ショルダーストラップ, ボディキャップ, アクセサリーシューキャップ, レンズキャップ, レンズリアキャップ

フルサイズイメージセンサーを搭載し、最新の静止画や動画の機能や性能を小型・軽量設計で実現。旅行や日常のスナップなど幅広いシーンで活躍。



OM SYSTEM
TG-7
¥69,300 (税込)
10%で6,930円ポイント還元
スマホでお買い物

【バッテリー】リチウムイオン充電電池 ※LI-92B 【対応メディア】SD, SDHC(※UHS-I/II対応), SDXC(※UHS-I/II対応) 【主な同梱品】USBケーブル(Full Type A to C), ハンドストラップ, 取扱説明書、保証書、リチウムイオン充電電池 LI-92B

山や海、岩場、雪の中など、どんな過酷な状況でも高画質な撮影を実現できるタフカメラです。F2.0の明るいズームレンズ搭載、多彩な表現が可能です。

双眼鏡



ニコン
MONARCH M7 8X30
¥48,400 (税込)

10%で4,840円ポイント還元
スマホでお買い物

【ブラック】
【S】幅25×高さ119×奥行48mm
【W】465g
【対物レンズ有効径】30mm 【倍率】8倍 【防水】対応 【明るさ】4.4

見やすい広視界とコントラストを追求したこだわりの光学性能。見掛視界60.3°の広視界タイプで、臨場感あふれる迫力あるシーンが眼前に迫ります。



ケンコー
ウルトラビュー EX 8X32
¥30,800 (税込)

10%で3,080円ポイント還元
スマホでお買い物

【ブラック】
【S】幅24×高さ108.5×奥行49.5mm
【W】375g
【対物レンズ有効径】32mm 【倍率】8倍 【防水】対応 【明るさ】6

視界の質は落とさずボディの軽量化を実現。ライブ・コンサートはもちろん、野鳥観察やスポーツ観戦、アウトドア・旅行などオールマイティーに使える1台です。

カメラバッグ

複数のカメラと交換レンズが入る大容量26Lタイプ

大口徑レンズを装着した一眼カメラ2台、交換レンズ、外付けフラッシュ、クリーニングアイテム等を収納可能な大容量設計



ハクバ
GW-ADVANCE タンク リアゲート
バックパック26
SCWATK-RGBP26
¥32,800 (税込)

10%で3,280円ポイント還元
スマホでお買い物

【ブラック】
【S】約W370×H540×D260mm、約26L
【W】約2,440g

堅牢なボディに4方向からアクセスできる機動性を兼ね備えた背面開口タイプの大容量バックパック。



Lowepro
プロタクティック BP 450 AW III
LP37483-PWWW
¥57,400 (税込)

10%で5,740円ポイント還元
スマホでお買い物

【ブラック】
【S】高さ51.0×幅34.5×奥23.0cm
【W】2.95kg

プロ写真家の厳しいニーズに応えるよう設計されたプロタクティックシリーズ III バックパック。

三脚



SLIK
中型ロング4段カーボン三脚
ライトカーボン C284HIII
¥63,230 (税込)

10%で6,323円ポイント還元
スマホでお買い物

【S】全高:2,295mm、最低高:355mm
【W】1,90g
最大搭載重量:5kg

2mを超える全高と2.19kgの軽さを両立、段差が大きい場所での設置も自在にできます。ボタンを押しこんで開脚できるハライチロック式開脚機構は軽い力で操作でき、操作性が向上。



Leofoto
カーボン三脚レンジャーシリーズ
自由雲台セット
LS-324C+LH40
¥65,450 (税込)

10%で6,545円ポイント還元
スマホでお買い物

【S】全伸長:1715mm、最低高:165mm
【W】1,880g
耐荷重量:15kg

軽量でコンパクトなサイズと堅牢さを兼ね備えたオールラウンダーな三脚です。旅行かばんの中にも入れられる収納時の大きさは街から山まであらゆるシーンで活躍します。





史上最大店舗に
リニューアル!

アートスポーツリンクス梅田店 でっかくオープン!

アートスポーツ史上最大店舗として生まれ変わった「リンクス梅田店」。売り場面積は2,740㎡、品揃えは従来の約3倍以上を誇ります。これから運動を始めたい人から、コアなスポーツ愛好家まで、多くの人がワクワクできる空間です。注目ポイントを、店長の鈴木竜也がご案内します!



案内してくれたのは……

鈴木竜也
アートスポーツ リンクス梅田店
ランニング、トレラン、登山、サイクリングなど、さまざまなスポーツを趣味とするアクティブ派の店長

POINT 1 ビギナーからエリートまで、ランナー垂涎の品揃え



ランニングコーナーはこれまでよりもさらにパワーアップしました。壁一面には、ランニングシューズはもちろん、ウォーキングシューズや陸上スパイクまでズラリ! 歩くことから始めたいというビギナーからエリートランナーまで、あらゆるニーズに応えられる品揃えと自負しています。これだけゆったりとした売り場なら、心ゆくまでシューズのフィーリングを確かめながら、満足のいく一足に出会えるでしょう。また、オンやサロモンといった人気ブランドの専用コーナーなど、他にはない充実したラインナップが自慢です。

POINT 2 エクスぺリエンスセンターでガジェット体験



新しく生まれ変わった「リンクス梅田店」で、最も注目してほしいが「エクスぺリエンスセンター」です。これまで各売り場に点在していたガジェット類を集約し、購入だけでなく、使用感まで試すことができるコーナーです。ラインナップは、「ランニングマシン」「サイクリングマシン」「アスリートウォッチ」「骨伝導イヤホン」「ウェアラブルカメラ」「サングラス」など。中でもアスリートウォッチは、ランニングマシンの前に設置された大きなモニターに実機を接続し、実際に走りながら試すことができます。気軽に手が出しにくく、機能や操作性のバリエーションもモデルによって異なるアイテムなので、購入前に使用感を吟味できるのは大きな魅力です。他にも、「ウェアラブルカメラの装着感が気になる」とか「このサングラス、走ったときに揺れないかな」という具合に、実際に使ってみないとわからないアイテムの魅力をご自身で確かめながら選ぶことができます。ぜひ一度、“体験”してみてください。

POINT 3 「ヨガ」「スイム」「リカバリー」のアイテムも超充実!



アートスポーツで初めて、フィットネス関連のアイテムを本格的に取り扱っています。人気のヨガウェアも種類豊富。中でも、リカバリーアイテムのラインナップは特筆点です。着ただけで疲労回復を促すリカバリーウェアは、ブランドごとにデザインもさまざま。機能性を含め、これまでのイメージを覆すような進化に驚くはず。また、運動後の筋肉をほぐすのに便利なリカバリーガンの品揃えにも自信あり。特に人気の高い「ハイパーアイス」のアイテムは全機種、試すことができます。もうひとつ、従来の8倍ほど、スペースを拡張したスイムコーナーも要注目。スイミングは今、フィットネスとしての人気も高まってきています。この春からはじめたいという方、ぜひチェックしてみてください。

アートスポーツ リンクス梅田店
営業時間:10:00~21:00
場所:大阪府大阪市北区大深町1-1ヨドバシ梅田タワーLINKS UMEDA 6階
電話:06-6136-8514

MILLET®

初めての景色、新しい出会い、 それが楽しいから走り続ける。

フランスを代表するアルパインブランド“ミレー”は、2025年、国内で新たにトレイルランニングシリーズ「インテンス」の展開をスタートさせる。それに先立ち、日本人トレイルランナーとサポート契約を結び、シリーズを盛り上げるべく準備を整えてきた。今回は、その契約アスリートのひとりである竹村直太にインタビュー。トレイルランニングの魅力、さらにはインテンスシリーズの印象について話を聞いた。



竹村直太
1993年生れ、京都府出身。石井スポーツ リンクス梅田勤務。2022年「信越五岳トレイルランニングレース」準優勝。2024年「トランスジャパンアルプスレース (TJAR)」に出場。生来の負けず嫌いで、レース途中から上位を狙うマインドにスイッチが切り替わる。

ゴールするだけで終わらない トレイルランニングの奥深さ

竹村直太は中学～大学まで陸上部に所属し、大学4年次に初めてフルマラソンに出場。2019年から本格的にトレイルランニングのレースに参戦するようになり、それ以降、多くの大会で上位入賞を果たしてきた。彼の走ることへのモチベーションは、一体どこから湧いてくるのか。さぞ走ること自体が好きなのだろうと思いきや「別に好きじゃない」と虚を突く言葉が返ってきた。それでもトレイルランニングに打ち込んでいる理由は「レースに出て、周りの参加者といっしょに楽しく走るためです」と話を続ける。

レースの魅力を知ったのは、こんな体験がきっかけだった。かつて出場していた陸上の大会は、ゴールするとそこで終わり。「ひとりで走ってひとりで帰るみたい」だったという。それがトレイルランニングの大会では「走っているときも走り終えたあとでも誰かしらと言葉を交わすことが多くて、

それをきっかけに徐々に人とのつながりが広がっていく。それがとてもおもしろく感じました」。

竹村は規模の大きいものから小さいものまで、短いスパンでかなりの数の大会に出場している。取材当日も5週連続で大会に出ると話し、コンスタントにレースに申し込むことがモチベーションの維持にもつながっているようだ。

「初めての大会は知らないコースを走れるのも魅力」と笑みを浮かべながら、初めて見る景色、ランナーたちとの新しい出会い、それらを楽しみに走り続けた結果、去る2024年にはTJARへの出場権をトレラン歴6年目という驚異の早さで獲得。さらに、今年の秋にはミレーのアスリート選手としてフランスの国際的なトレイルランニングの大会「L'echappee Belle」(レジャップベル)への参戦が決まっている。

「トレイルランニングはどちらかという、順位よりも楽しければいいという感じ。楽しんでいればある程度結果はついてくると思っています」。

過酷な競技の装備選び。 信頼の性能が成否を分ける

トレイルランニングを楽しみながらも、竹村はそれを「過酷な競技」とも捉えている。「天候といった変動する自然環境に装備で対処する必要があり、そのためにはウェア選びがとても大切。大げさではなく、これを間違えると走れなくなったり、最悪の場合は命が危機に晒されたりすることもありえる」と注意喚起する。そして、「リスクを回避するためには性能に信頼をもてるウェアや装備を選ぶことが重要です」とも教えてくれた。

ミレーのインテンスシリーズは、自然の中で繰り広げられる過酷な競技を安全に楽しむための商品群だ。

「着たままフラスクを取り出せるレインジャケットや収納ポケットの多いショーツなど、細かいこだわりで好感をもてます。それでいて価格がすごく高くないのでエントリーユーザーにもおすすめです。今後の国内展開に期待しています」。

Featured items of INTENSE series



走りを止めない軽量レインシェル

インテンス プロ 2.5L ジャケット

¥33,000 (税込)

レースに特化した作りが特長で、背中のマチでバックを背負ったまま着用可能。前身頃と背面に複数の換気用ベンチレーションホールがあり、胸元にはフラスクを取り出すためのアクセスジッパーを備えている。

サイズ:XS～L (W'sモデルあり)
重 量:198g (M)



動きやすさに涼しさを合体

インテンス プロ ライト ショートスリーブTシャツ

¥12,100 (税込)

全体に伸縮性と速乾性に優れる素材を使い、汗をかきやすい脇下から背面にかけては、より目の荒い生地に切り替え通気性を高めている。袖と裾に夜間の視認性を高めるリフレクタープリント付き。

サイズ:XS～L (W'sモデルあり)
重 量:114g (M)



走行中欲しいものに手が届く

インテンス プロ ライト ショーツ

¥15,400 (税込)

インナープリム付きの軽量速乾ショーツ。豊富な収納ポイントを持ち、フラスクポケット、4つのストレッチメッシュポケット、ジッパーポケット、ストック用のシリコンバンドがすべて腰回りに備わっている。

サイズ:XS～L (W'sモデルあり)
重 量:114g (M)



超長距離を収納性でサポート

インテンス ウルトラ 15

¥20,900 (税込)

ウルトラディスタンスレースを想定したベスト型バック。左右のショルダーポケットのほか、計7つの収納ポイントに両側からアクセスできるバックポケットとストックホルダーも完備。500mlのフラスクが2本付属する。

サイズ:XS/S～XL (ユニセックス)
重 量:315g

ミレーはヨドバシ・ドット・コムでもお求めいただけます▶

●掲載価格は4月1日時点の価格となります。●予告なく価格が変更となる場合がございます。●最新の情報は店頭またはヨドバシ・ドット・コムでご確認ください。●商品によっては発売前やヨドバシ・ドット・コムに未掲載の場合がございます。



「歩く」からはじめる トレイルランニング入門

登山でもなく、ランニングでもない、トレイルランニングならではの魅力を、サロモン ランニング アンバサダーの菅谷和巳さんに聞きました。



話を聞いたのは…

菅谷 和巳(すがや かずみ)さん
サロモン ランニング アンバサダーとして、関東の低山を中心としたトレイルランニングのイベントやレッスン講師として活動する傍ら、自身も選手としてさまざまなレースに参戦している

「歩く」と「走る」の50/50

登山というと、たくさんの荷物を背負って、ハイカットのガッチリしたシューズを履いて、全身をさまざまな装備で固めて登る、というイメージを持つ人が多いと思います。一方で、ランニングというと、最初から最後まで、直線的にひたすら走り続けるようなイメージがあります。

トレイルランニングは、登山とランニングの中間といっていいでしょう。登山よりも軽快な装備で山に入り、ランニングのように走り続ける必要もない。歩きたいときは歩き、走りたいときに走ればいいんです。途中のベンチに座って軽食をとってもいい。ハイキングやピクニックのような感覚で楽しめるスポーツです。

もちろん、自然の中に身を置くわけですから、新鮮な空気を吸い、鳥のさえずりや風の音を聞くことで開放的な気分を味わえるでしょう。また、舗装されていない不整地を走ったり歩いたりすることで、普段使えない筋肉に刺激を入れることができます。自分の力で上って下るので、基礎的な脚力の向上にも効果的。ロードのランニングにも、いい影響を与えてくれるはずです。

フィールドを選ぶなら、はじめのうちは

低山がおすすめです。その中で、電車で歩いて駅から登山口が近いところ、駅から山の麓までバスで行けるところ、駅の近くに下山後に行ける入浴施設や地元の名物を食べられるようなところなど、旅感覚で楽しめるような山を選ぶといいでしょう。距離は5〜10kmくらい、時間にして2〜3時間くらいにとどめておくといいと思います。

気をつけてほしいのは、山のマナーをしっかりと守るということ。ゴミを捨てるなんてもってのほか。登山者とすれ違うときは挨拶をし、横を走り抜けるようなことは絶対にしないようにしましょう。

服装は、ランニングのような軽快なウェアで問題ありません。ただし、トレイルランニングシューズとバックパックは用意する必要があります。またロードとは違い、自然の中に行くので、万が一の備えも大切。汗冷え対策の着替えや防風ジャケットなどを携行するのを忘れなく。他にもテーピングや絆創膏、エマージェンシーシート、ポイズンリムーバーなどを入れたファーストエイドキットがあると安心です。

「山を走るなんて……」と構えずに、気軽に山へ出掛けてみてください。

入門者が楽しめるトレイルランニングのコツ

- ・歩きたいときは歩き、走りたいときに走る
- ・はじめは交通の便がいい低山を選ぶ
- ・距離は5〜10km、時間は2〜3時間にとどめる
- ・山のマナーをしっかりと守る
- ・万が一のトラブルに備える

歩くことも
トレランの一部です!

WALK

RUN

ファーストエイドキットのおすすめ

山の中は危険がつきもの。転倒して怪我をしたり、蜂に刺されたり、暗くなる前に下山できなかったり、トラブルが起こる可能性がゼロではありません。万が一の事態に備え、バックパックに入れておきたいのがファーストエイドキットです。代表的なアイテムをリストアップしたのでチェックしてみてください。

- | | |
|------------------------------------|--|
| ☐ ポイズンリムーバー | ☐ 消毒液 |
| ☐ 虫除けスプレー | ☐ マルチツール |
| ☐ テーピング | ☐ ライト |
| ☐ 絆創膏 | ☐ エマージェンシーシート etc. |



1 バックパックは12L前後



傾向として春夏は荷物が少なく、冬物は多くなりますが、12Lくらいの容量だと汎用性が高いのでおすすめです。

2 水分は1Lが理想



500mlのフラスクを2つ持ち、1つは補給用。もう一つは怪我をしたところの泥を落とす用と使い分けましょう。

3 春夏は半袖、秋冬は長袖



Tシャツは吸汗速乾性のあるものを着用しましょう。紫外線が気になる場合は夏場でも長袖を着用して問題ありません。

4 脚の動きを妨げないショーツ



ショーツは足捌きを妨げないようなつくりになっているものが理想です。

プロに学ぶ装備のポイント

5 紫外線対策にキャップとサングラス



紫外線対策にキャップとサングラスは必須。キャップは頭部の保護にもなります。サングラスのレンズは薄めの色を選ぶと目の疲れを軽減できます。

6 怪我防止のグローブは必須



転倒しそうになったとき、とっさに手をついた場所が悪くて怪我をすることも。夏場でもグローブをつけておくとう安心です。

7 防風ジャケットはコンパクトに



急な天候変化に備えて、防風・防水ジャケットは1枚持っていきましょう。軽量でコンパクトにまとまるものがベスト!

8 ソールのラグは浅めがおすすめ



入門者のうちはシューズのグリップ力が強すぎると足に負担がかかってしまうので、ラグが浅めのものを選びましょう。ロードとトレイルを兼用できるようなシューズが理想。



サロモンアンバサダー厳選！ 入門者におすすめのトレランギア5選

トレラン入門者におすすめしたいサロモンの最新ギアを、菅谷さんが厳選して紹介します！

1

路面状況を選ばないアウトソールに注目！

非常に厚みのあるクッション性と、足の保護性に優れるアッパーが入門者に最適です。足首のサポート力もしっかりあるので、不安定な路面におけるグラつきも抑えてくれます。そして、このシューズで最も特徴的なのが、アウトソールです。ラグに加えて半円状のくぼみを持たせたデザインになっており、足裏への圧力を分散させて疲労軽減を促します。特に入門者の方は、ロードと同じようにトレイルを一直線上に進んでしまう傾向があるので、ある程度、足場を選ばずに走れるシューズが有効なんです。

SALOMON
ULTRA GLIDE 3
¥19,800 (税込)
10%で990円ポイント還元
スマホで買い物
0 195751 925273



厚底のミッドソールが足に優しい。



2

ドローコードを絞れば荷物が揺れない

背面収納のマチが広めにとられており、収納口も大きめなので、見た目以上に荷物が入れやすいのがポイントです。中にはもう一つ小さな荷室があって、貴重品などしまっておくのにちょうどいいスペースになっています。メイン収納の上にあるドローコードは、中の荷物が揺れないように押さえておくためのギミック。仮に荷物が多くなっても、しっかりテンションをかけておけば安定して走ることができます。

SALOMON
ACTIVE SKIN 8 SET
¥11,990 (税込)
10%で1,199円ポイント還元
スマホで買い物
0 195751 852616



ドローコードで中身をタイトに！

入門者こそ
機能性を妥協しない！



3

前面は風を通さず、背面は汗抜けがよい

薄手で非常に軽量な防風ジャケットです。前面は風を通さない一方で、背面は汗抜けがよくて伸縮性のある素材を使っています。これはバックパックを背負っても腕フリの動作を妨げないための工夫です。もちろん、ちょっとした雨なら問題ない撥水性も兼ね備えています。使わないときは、コンパクトにまとめてバックパックにしまっておけばOK。こういったジャケットは1枚持っておくと安心です。

SALOMON
BONATTI CROSS
WIND JKT M
¥9,900 (税込)
10%で990円ポイント還元
スマホで買い物
0 195751 839051



背面は腕振りを妨げないカッティングになっている。



4

ロードと兼用できるサイズ感が便利

バックパックの容量が4Lと少なめなので、短い時間でトレランを楽しみたい人に適しています。春夏はそこまで着込む必要もないので、これくらいの容量でも十分だと思います。実はこのバッグ、ロードのランナーにも人気があって、夏場に水分を携帯したいときにも便利なんです。背負うストレスが少ないので、フルマラソンで使う人もいます。トレイルとロード兼用という目線で選ぶものアリです。

SALOMON
ACTIVE SKIN 4 GRVL SET
¥10,890 (税込)
10%で1,089円ポイント還元
スマホで買い物
0 195751 956154



フラスコをポケットに入れたまま給水できる。

5

メリットは疲労回復だけじゃない

足の疲労回復を促してくれるリカバリーサンダル。トンクタイプだと、親指で固定されるぶん、スライドタイプよりもフィット感に優れています。また、足の指が開放的になるので、よりリラックス感があり、ムレも抑えてくれるところもポイントです。アウトソールには、グリップ力に優れた「コンタグリップ」という素材を使っているため、濡れた路面も問題なし。シューズと同じように、安心して歩ける一足です。



滑りにくいアウトソールで歩行も安心。

SALOMON
REELAX BREAK 6.0
¥7,700 (税込)
10%で770円ポイント還元
スマホで買い物
0 195751 220408



初めてでも備えていれば安心！ トレイルランニングを快適にするアイテム

「山を走る」というイメージが強いトレイルランニングですが、実際は歩くパートがほとんど。自然の中を爽快に走ったり、景色を楽しみながら歩いたりしてみませんか。初めてのトレイルランニングでは、どんな道具を用意するかでパフォーマンスの快適さが変わってきます。十分な機能を備えた、今季のおすすめアイテムをご紹介します。

安定した自信のある走りを
実現する頼もしい一足

BLACK/FRENCH BLUE/CHERRY TOMATO



SALOMON
GENESIS
L478077
¥22,000 (税込)
10%で2200円分 ポイント還元
スマホでお買い物

■BLACK/FRENCH BLUE/CHERRY TOMATO
■25.0~28.0cm(0.5cm刻み) 29.0cm,30.0cm,31.0cm
■269g

路面を問わず機動性、優れた履き心地、正確な足運びを確保し、どんなトレイルやアドベンチャーでも安心。耐久性に優れたタフなコンディションに対応するグリップ力抜群のアウトソールを備えています。

足を包み込む
スパイダーアーチで
足裏から足首まで
サポート

ネイビー



YAMATUNE
スパイダーアーチミドル
10009
¥1,870 (税込)
10%で187円分 ポイント還元
スマホでお買い物

■全7色
■21-23cm,23-25cm,25-27cm,27-29cm
部分的な着圧ではなく全体的に包み込むサポートでしっかり足を支えてくれます。シューズの中でしっかり踏ん張れるのを感じるほどグリップが効いています。

機能はもちろんカラーや
デザインも楽しめるキャップ

PLUM SLATE
BLUE



VAGA
フェザーレーシングキャップ
FRC09
¥7,920 (税込)
10%で792円分 ポイント還元
スマホでお買い物

■全12色
■one size(53~67cm)

超軽量5パネル、ウルトラライトレーシングキャップ。生地は薄く、透け感があるくらい通気性が高いです。全体的に落ち着いた雰囲気ですが、ツパの裏に施されたグラフィックがアクセントになっています。

フィッティング、快適さ、
使い勝手の良さが魅力



※商品画像はイメージです

Black



Rab
Veil 12
QAP.55
¥27,500 (税込)
10%で2750円分 ポイント還元
スマホでお買い物

■Black, Gargoyle/Graphene
■S, M
■363g

伸縮性のあるサイドパネルにより、最適なサポートとフィット感を実現。大きなジッパー付きバックコンパートメントは長距離のランニングに必要な装備の収納に最適です。

優れた機能性と
気分を盛り上げるデザイン



CHUMS
ランニングジャケット
CH04-1448
¥16,280 (税込)
10%で1628円分 ポイント還元
スマホでお買い物

■Black, Canyon-Dye
■S, M, L

ランニング中の動きを考慮した設計で、フロントにロゴ、袖先にはプービーバードの足跡、背面にはCHUMSの合言葉のアレンジした「RUNNING WITH YOUR CHUMS!」のリフレクタープリントを配し、夜間の視認性を高めています。

足の適切な動きをサポートし、
運動パフォーマンスUP



スウェードブラック



Northwest Podiatric
Laboratory
Life OTC
122110108
¥22,000 (税込)
10%で2200円分 ポイント還元
スマホでお買い物

■スウェードブラック

ほとんどのシューズに入れて使えるハーフインソール。体の土台となる足をしっかりと支えてくれることでパフォーマンスが向上し、歩きやすくなったり、姿勢が良くなったりと、足のトラブルにお悩みの方におすすめです。

絶妙なサイズ感により性別や
スタイルを問わないモデル



MTT/PGY

TYMER
ELIOT
TY100-MTT-PGY
¥9,680 (税込)
10%で968円分 ポイント還元
スマホでお買い物

クラシカルなボストンシェイプにより洗練された柔和な印象に仕上げられています。耐衝撃性・耐湿性に優れ、アウトドアでのアクティブシーンで活躍します。

10万点以上の品揃え「アートのスポーツ ストア」

www.yodobashi.com



チャムス

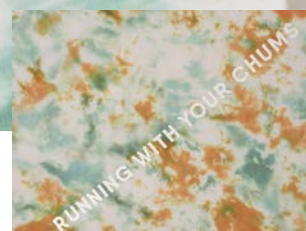
Running All Pattern T-Shirt



CHUMS

Running All Pattern T-Shirt
CH01-2498
¥7,920 (税込)
size:S~XXL
color:Canyon-Dye, Hippie Trip,
Mt.Camo

10%で792円分 ポイント還元
スマホでお買い物



背面にはリフレクタープリント「RUNNING WITH YOUR CHUMS!」を配置し、夜間の視認性をUP



吸水速乾性に優れたポリエステル素材を使用。抗菌防臭加工を施してあるので、激しいトレーニングにも最適

機能に楽しいあそびゴコロをプラス。 この春、注目のランニングTシャツ



上原 俊太
アートのスポーツ 本店

あそびゴコロのある「チャムス」
アパレルでランニングLIFEを
より楽しく！

アウトドアブランドのチャムスから、ついにランニングアパレルが新登場！軽量で速乾性があり、シワになりにくい抗菌防臭加工を施した素材を採用。そして注目すべきはこのデザイン！ランニング業界に新しい風を巻き起こすユニークなあそびゴコロのあるチャムスらしいデザインで、普段のランニングもテンションが上がること間違いなし。

アメリカ・ユタ州のコロラド川でリバーガイドをしている創業者は、ラフティングの際にサングラスが川へ落ちてしまうという悩みからサングラスストラップを開発し創業。ストイックに走りすぎることのない「楽しいあそびゴコロ」をテーマにしたものづくりで、世界中にファンを増やしています。

そんなチャムスの精神を反映した一着が、インパクト抜群のシーズングラフィックをプリントした総柄Tシャツ。プービーの大冒険を描いた「Hippie Trip」、ユタ州とアリゾナ州の山々をカモ柄にした「Mt.Camo」、ユタ州グレンキャニオンの壮大な景

色をイメージした「Canyon-Dye」の3色を展開しています(写真はCanyon-Dye)。

ボディに使われるのは、薄手で吸水速乾性に優れたポリエステル100%素材。汗で濡れても乾きやすく、抗菌防臭加工を施すことでランニング中の快適な着心地が持続。洗濯後もすぐに乾くのでお手入れのしやすさも魅力です。胸元や袖先、背面にはリフレクタープリントを施し、腕振りの摩擦を軽減するため、背中側にステッチをずらすなど、あそびゴコロだけでなく機能も充実したランニングTシャツ。



より長く、より遠くへ。

EnduRunnerTM SOCKS

エンデュランナーソックス

tune up your LIFE



YAMAtune.jp



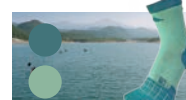
カラーテーマ
大雪山に存在する
色を表現



【 姿見の池 】



【 旭岳噴火口の硫黄 】



【 忠別湖 】



ムレが気になるつま先部分には、通気性の
いい格子状のパイルを配置



アキレス腱全体をカバーするように、厚手
のパイルを配置して保護



EnduRunnerTM socks 2TOE

10305

¥2,970 (税込)

size: S, M, L

color: ブルー、イエロー、エメラルド

スマホで買い物



ヤマチューン
EnduRunnerTM socks 2TOE



足元のパフォーマンスを支える エンデュランス系足袋ソックス

大雪山の麓、北海道東川町に拠点を置く「ヤマチューン」は、登山やランニング、ウィンタースポーツなど、さまざまなアスリートたちから支持を集める機能性ソックスブランド。彼らのフィードバックに応えるべく、細かな調整が可能な国内工場での製造にこだわっており、そのクオリティは折り紙つきです。

ここで紹介する「エンデュランナーソックス 2toe」は、「より長く、より遠くへ」をテーマにつくられたランニング向けの足袋型ソックス。吸湿速乾性に優れた「セオ・アルファ」という素材を使用することでムレを抑え、長距離・長時間にわたって使用しても

シューズ内の環境を快適にキープしてくれます。また、足の指に力を入れやすい足袋型は、足裏のアーチのサポート力をさらに高めるメリットがあります。これによって、運動中の衝撃吸収や分散、バランス感覚の向上といった効果生まれ、「より長く、より遠くへ」、走り続けることができるのです。このように、足元のパフォーマンスを上げるのは、何もシューズに限ったことではありません。「エンデュランナーソックス 2toe」のように、確かな機能を持ったソックスを選ぶことも、運動習慣をより快適なものにする秘訣です。足に不安がある人は、ぜひ試してみてください。



菱事 友哉

アトススポーツ ヨドバシ仙台店

計算しつくされた機能性と驚異の速乾性！

東レ㈱の独自素材「セオ・アルファ」を肌に接する面全体に採用することで、高い吸湿速乾性を発揮します。つま先のナイロン素材 & 母指球周辺の格子状パイル配置により通気性、クッション性、耐久性を高めています。フルマラソン以上のロングランやロングトレイルで力を発揮します。特に足に多く汗をかく方におすすめです。

C3fit technology

Impact Air Long Tights

Goldwin

軽量モデル。 ひざ・腰・ももを フルサポート。

Goldwinのラインナップの中で、
最もサポート力が高く、
軽快な足運びも両立したモデルです。

UV CUT UPF
90% 40
UVガード効果

軽量モデル

JAPAN QUALITY

日本製

▶ 体幹を安定
Core support

▶ 軽量&ストレッチ
Lightweight & Stretch

▶ 動きにフィットする
3D設計
3D design

Back
support

Thigh
support

Knee
support

▶ 膝の負担を軽減
Knee support

Goldwin Inc. 0120-307-560

BAUERFEIND®

- MOTION IS LIFE -

固定から自由へ
可能性を広げる
サポーター



窒素を注入して臨界発泡させた次世代の
素材「DNA Tuned」をミッドソールに採用

新開発のエンジニアードダブルジャカード
ニットが、気持ちのいいフィット感を生む

BROOKS

GLYCERIN 22
BRM 4453 / BRW 4342
¥25,300 (税込)
size: M's 25-29cm
W's 22.5-26cm
color: M's ブラック、ホワイ/オレンジ、ネイビー
W's ブラック、パープル

スマホで買い物
4 550503 252360



「歩く」からランニングを始めるなら 最強のデイリートレーナーで!

ブルックスの「グリセリン」といえば、同社のラインナップ中、最高峰のクッション性を誇る超ロングセラーモデル。もうひとつの定番モデルである「ゴースト」よりも、ワンランク上の履き心地が人気です。

グリセリンの魅力のひとつに、その時々の最新技術が搭載されたデイリートレーナーであることが挙げられます。22代目となる最新モデルも同様で、新素材「DNA Tuned」を採用したミッドソールが最大の特徴です。

2段階の射出成形と超臨界発泡技術を駆使した窒素注入フォームは、フワッとした着地時のクッション性と、ポーンと蹴り出しをサポートしてくれる反発性

を両立。幅の広いソール底面と相まって、安心かつスムーズな脚運びを可能にします。

また、アッパーにも新開発のエンジニアードダブルジャカードニットを採用。非常に柔軟で足当たりがよく、フィット感に優れています。足入れした瞬間に、安心感を与えてくれるでしょう。

もし、あなたがこれからランニングを始めたいと思っているのなら、文句なしのシューズと言えます。着地衝撃を吸収してくれるクッション性があり、一歩一歩が安定するサポート力があり、足を優しく包むようなフィット感を備えていることが、最初の一足を選ぶポイントとなるからです。もちろん、「まずはウォーキングから」という人にも、自信を持っておすすめします。



谷橋 秀彦
アーツスポーツ シューズバイヤー

ブルックスの傑作シューズがさらに進化! [すべてがちょうどいい] オールラウンドシューズ

ちょっとしたジョギングやウォーキングまで活躍の幅が広いグリセリンが最新のミッドソールを搭載し、より快適に進みやすく改良されました。履いてわかる安定感と一体感のある履き心地は足を入れた瞬間から気持ちを上げてくれること間違いなしです!



オン CLOUDSURFER 2



有限要素解析 (FEA) を駆使して最適化されたミッドソールが、スムーズな重心移動を可能にする



くぼみを小さくしたソールパターンと厚みのあるラバーによって、耐久性とライド感がアップ

CLOUDSURFER 2
3MF10123205/3WFI0100171
¥20,900 (税込)
size: M's 25~29cm
W's 22.5~26cm
color: M's ブラック/ブラック、グレイシャー/アイボリー、
タンジェリン/アイボリー
W's ブラック/ブラック、グレイシャー/ライムライト、
タンジェリン/ライムライト



進化したライド感が心地良い 普段使いしたくなるデザインも◎

オンの「クラウドサーファー」といえば、優れたクッション性と安定感のある履き心地が魅力のシリーズ。レベルや目的を問わず、どんなランナーにもおすすめできるデイリートレーナーとして支持されてきました。

「クラウドサーファー2」は、大きくリニューアルされた前作の性能を引き継ぎつつ、細部をさらにアップデートさせた最新モデルです。

楕円形の空洞を進行方向に傾けたようなソールデザインが特徴的な CloudTec Phase™ クッション性は健在。ミッドソールに使われている Helion™ スーパーフォームは、よりなめらかなライド感を実現するために最適化され、軽量性や耐久性、安定性もアップしています。

アッパーも再設計され、より通気性に優れたメッシュ構造が採用されています。シュータンなどの細かい部分も改良が施されており、フィット感は上々です。

また、デイリーユースするうえで気になる、アウトソールの耐久性も向上。凹凸を抑えたソールデザインが、スムーズな脚運びをサポートします。

誰もが安心して履けて、走る楽しさも感じさせてくれるシューズとして、さらなる進化を遂げた「クラウドサーファー2」。ランニングはもちろんですが、日常使いからその性能の恩恵にあずかるのもおすすめです。機能性もさることながら、とにかくデザインがいい。その点において、オンの右に出るモノはありません。



ゼロシューズ GENESIS



浅めのラグをもたせたアウトソール。極薄ながら5000マイルの保証付きで耐久性にも自信あり



厚さはわずか4.8mm、重さも130gとかなり軽量。フィールドや旅行先へ、コンパクトに持ち運べる

GENESIS
GEN-BLK / GEN-STNE / GEN-SAND / GEN-RASP
¥7,260 (税込)
size: 23~30cm (ハーフサイズなし)
color: ブラック、ストーン、サンド、ラズベリー



歩くための“地力”をつくる ベアフットサンダルの原点

ゼロシューズは、足本来の自然な感覚を呼び覚ますベアフットサンダルの老舗ブランド。中でも「ジェネシス」は、ブランドの原点とも言える極めてシンプルなベアフットサンダルです。

ソールの厚さはおよそ 5 mm。ほぼ素足と言っていいその感覚は、厚底シューズが隆盛を極める昨今において、いっそう際立ちます。地面により近いところに足を置く感覚を、むしろ新鮮に感じる人も多いでしょう。

スムーズな足運びを促すロッカー構造や、脚の負担を軽減するクッション性といった厚底シューズの進化は目覚ましく、誰もががやみつきになるのも無理はありません。ただし、ラクに歩けているのはあく

までシューズのおかげ。結局、最後は地力がモノを言うのです。

「ジェネシス」のようなベアフットサンダルは、まさにその“地力”を引き出すアイテム。素足感覚の刺激をコンスタントに入れることで、日常生活の基盤となる足を正しく使えるようにリセットしてくれます。

登山やランニングといった運動習慣のある人はもちろん、普段履きやウォーキングに活用するのも大いにアリ。日常から足に刺激を入れておけば、登山靴やランニングシューズに履き替えた時、もっとラクに感じられるはず。コンパクトにまとまるので携帯にも便利。一足持っておいて、損はありません。



高山 峰基

アートのスポーツ ヨドバシ新宿西口店

ランニングを楽しむ。創業から変わらぬ理念。その走り心地はまさに雲の上の走り

気持ちいいソフトなクッション、極上のフィット感、よどみのないスムーズなライド感、ブレの少ない安定性、履いていないような軽さ。トータルバランスに優れ、ジョギングやウォーキングはもちろん各種マラソン大会までオールマイティに対応。2025年 On を代表する珠玉の1足です。



越田 涼

石井スポーツ ヨドバシ千葉店

Natural is the Best!
足の裏で全てを感じよう!

普段感じられていない道の凹凸を感じさせるようにしてくれるようになったり、クッションに頼り過ぎてしまった足をナチュラル(自然)な状態に戻してくれるのがこのサンダル。近年ではサンダルランや里山などの低山へ行かれる方も増えてきています。自然体に近い状態で運動することで、靴を履いている時には気付かなかった筋肉やバランスを感じ取ることができるこのジェネシスをぜひお試しください。



山歩きからマラソンへ「しんどくなって歩いてもマラソンは楽しい」

山歩きの延長で始めたランニングにすっかりハマリ、フルマラソンにもチャレンジした北村充代。走ることの魅力について話を聞いてみました。

8年前に友人と屋久島を訪れたときに、荘厳な自然に感動して以来、山歩きが好きになりました。最初は関西近郊の低山から始めて、いろいろな山に登っていくうちに、スケールの大きい山にも挑戦してみたいと思うようになったんです。

そうなるにつれて、重い荷物を背負って登れるだけの体力が欲しいなと。私は春から秋にかけて登山をするので、冬は体力づくりのために、ちょっと走ってみようかなと思ったことが、ランニングを始めたきっかけです。

初めて走ったときは、400mで息切れしました(笑)。普段から山歩きをしていたので、そこそこ走れると思っていたんですけど、歩くのと走るのは別物でした。ただ、ランニングをしている人に話を聞いて

みると、初めは歩くペースからやったらいい、ということがわかって、そこから「歩く、走る、歩く、走る、走る、歩く、走る、走る……」という具合に、少しずつ走る距離を伸ばして



フルマラソンはゴール後の達成感が楽し



アトスポーツ リンクス梅田店
北村 充代
登山のための体力づくりをきっかけに走り始める。ランニング歴2年ながら、これまでにフルマラソンを2度も完走

いった感じです。ランニングを始めたのときって、そもそも適正ペースがわからないんですよ。走ってことはある程度スピードを出さないといけない、みたいな先入観があったけど、お喋りできるくらいのペースで走れるのもランニングなんですよ。景色を見ながら、音楽を聴きながら、自分のペースで楽しんで走っているうちに距離も伸ばせるようになって、今はもう、あまり歩かなくなりました。

まだ走り始めて2年くらいですけど、フルマラソンにも2回、挑戦しました。昨年10月の金沢マラソンと、今年2月の大阪マラソンです。沿道の応援とか、エイドステーションとか、お祭りのような雰囲気があってめっちゃ楽しかったですね。途中、歩いたりもしましたけど、辛さはなかった

です。脚がしんどくなったら無理せず歩いていました。42.195km、最後まで走り続けることは確かに目標ではあるけれど、歩いたらマラソンじゃない、とはならないです。そういうハードルを自分でつくって楽しめなかったらもったいないですし、スピードや記録にこだわるのがすべてではない、と思っています。

山歩きとランニング、それぞれに良さがあるので、単純比較はできないけど、今はランニングの方が楽しいかもしれません。登山よりも準備が少なく済むので気軽にできるんですよね。今、美味しいパン屋さんを巡る「パンラン」というのが流行っているんですけど、そういう楽しみをつくってゆるっと走るのにハマっています。



山で愛用していたアイテムはランニングでも使える

1. パタゴニアのTシャツ



ウインドジャケットと同様に、パタゴニアのロングスリーブTシャツは長年愛用しています。軽くて速乾性も高いので、走るときも便利です。

2. ファイントラックのロングパンツ

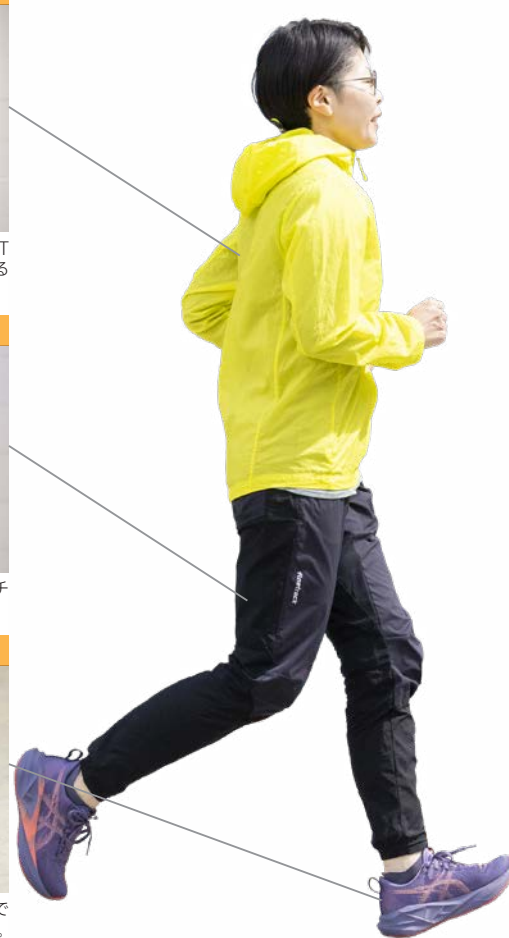


前側が防風仕様になっているので便利。ジッパー式のベンチレーションもあるので、体温調整しやすいポイントです。

3. マラソンも走ったアシックスのシューズ



今年2月の大阪マラソンはアシックスの「ノヴァプラス5」で走りました。軽くてクッション性も高いお気に入りの一足です。



山歩きのアイテムはランニングと兼用できる！

ハイカーからランナーになった北村が、おすすめアイテムをピックアップ！



軽いのに丈夫だから長く使える

色違いで何着か持っているほど、ずっと愛用しているウインドジャケットです。すごく薄手で軽いうえに、ジッパー付きの胸ポケットでコンパクトにまとめることができます。携帯性がすごくいいので、走り始めだけ着用して、途中で脱いでポケットに入れておく、みたいな使い方ができるので便利です。山歩きでも使っています。それと、すごく丈夫。だから長く使えるんです。

patagonia
フーディニ・ジャケット
¥15,950 (税込)



ポケットにしまえるコンパクトさ

肌面をドライにキープする

夏のアルプスでずっと使っていたアイテムで、冬場のランニングでとてもおすすめ。走る前は寒いけど、走り始めたらけっこう発汗するものなので汗冷えしがちですね。このアンダーウェアは、肌面をドライにキープしてくれるので汗冷えしないんです。しかも、適度に厚みがあって空気の層をつくってくれるから意外と保温性もあります。季節を問わず、活用できるスグレモノです。

MILLET
ドライナミック メッシュ ノースリーブ クルー
¥5,830 (税込)

10%で583円 ポイント還元
スマホで買い物
3 515720 216930



大きな網目が特徴的



マラソンでも使える収納力

生地素材感がシャカシャカしていないので、カジュアルに着られるところがいいですね。ランニングしている途中でも、ドラッグストアとか普通に入れます(笑)。腰回りのポケットに小物を収納できるところもポイント。マラソン大会のときにポーチをつけるのが苦手なので、ここにスマホもジェルも入れて走ります。走る前に着ていたレインポンチョやグローブなんかも入るのでとても便利です。

THE NORTH FACE
FREE RUN SHORT
¥13,750 (税込)

10%で1375円 ポイント還元
スマホで買い物
4 571657 061134



ポケットがとにかく豊富



体温調節と日焼け対策

このオレノのアームカバーは、フィット感がちょうどいいんです。走っている最中に上げ下ろししてもストレスがない。かといってズレもありません。特に春は体温調節が難しい時期なので、長袖だと暑いし、半袖だと心許ない。そんなときにすごく重宝するアイテムです。もちろん、夏の登山で日焼けを気にするような場合にもおすすめ。色柄のバリエーションもたくさんありますよ。

OLENO
アームスリーブUL
¥1,980 (税込)

10%で198円 ポイント還元
スマホで買い物
4 580558 421503



生地裏に滑り止め加工あり



シーズンレスなメリノウール製

着厚ソックスって、黒一辺倒で地味なイメージがありますけど、ソックウェルは色柄がとても豊富なのでかわいいんですよ。素材はメリノウールなので年中使えるし、匂いもキツくならない。末端の冷えやむくみに悩む人にはぜひ使ってほしいです。一見、厚みがあるように感じますが、シューズのサイズにはほとんど影響しません。登山にもランニングにも、すごくおすすめのアイテムです。

SockWell
Damask Brackberry(左)
Circulator With Sparkle(右)
¥4,510 (税込)

10%で451円 ポイント還元
スマホで買い物(左)
0 845028 096990
スマホで買い物(右)
0 845028 090479



つま先部分はシームレス



スポーツするならこれが最強！

スポーツをするときの日焼け止めはいろいろ試してきました。結論、アスリートXが一番落ちないし、一番焼けません。アクティビティが終わったあとでもしみないんですよ。てことは、落ちないんですよ。しかも、けっこう効果が持続します。アルプスを5日間くらい縦走したときも使っていたんですけど、一回も塗り直しませんでした。日焼けが気になるすべての人におすすめしたいです。

AthleteX
サンプロテクト 40g
SPF50+ PA++++
¥3,080 (税込)

10%で308円 ポイント還元
スマホで買い物
4 560115 595045



サラッとして肌馴染みよし



歩く×走る



アトスポーツ 京都ヨドバシ店
野坂 詩織
高校、大学と学生時代は陸上競技一筋。培った脚力を活かして、現在はトレイルランニング、登山、クライミング、沢登りなどに夢中

トラックからトレイルへ「仲間とおしゃべりしながらトレイルを歩く時間が好き」

学生時代を陸上競技に費やし、走ることが生きがだった野坂詩織。そんな彼女が今、山歩きに夢中になる理由とは？

高校時代は1,500mと3,000m、大学時代は5,000mと10,000mを専門に、ずっと陸上競技をやっていました。その後、わけあって競技からはしばらく離れていたんですが、社会人になってから友人の誘いでトレイルランニングの大会出場したときに「こんな世界があるんだ」と思ったことが、山歩きを始めたきっかけです。

トレイルランニングもずっと走っているわけではなく、途中で歩いたりしますよね。走っているときと歩いているときでは、景色の見え方が全然違うんです。学生時代は走ることが生きがだったけど、山に入るようになったことで「歩くのもいいな」と思えるようになりました。

石井スポーツに入社してからは、先輩に登山へ連れて行ってもらう機会も増え

たので、一層のめり込んでいったという感じですね。山を歩いていると、普段気づか



自然の中に身を置くことで新しい視座が生まれた

ない視点で自然を見ることができます。「こんな苔があるんだ」とか「見たことない花が咲いているな」とか「どんぐりが落ちてきたからもうすぐ秋だな」とか、走っていたら通り過ぎてしまいそうなことも、歩いているからこそ感じられると思うんです。

仲間とたわいもない話をしながら歩く時間もすごく好きですね。「今日の空はきれいだね」とか「あの岩、動物みたいな形ね」とか。そんなふうにゆったりと時間を過ごせるもの、山歩きの魅力だと思います。

ランニングはというと、今はもっぱら気分転換程度、という感じです。それこそ、山歩きのための体力づくりや健康維持のためですかね。それでも一応、感覚を忘れないために年2回、フルマラソンとトレイルランニングの大会に出るようにしています。



ランナー目線でアウトドアアイテムを活用

1. マムートのウインドベスト



前方からの風を通さず、熱を後方へ逃すベストを愛用しています。腕振りしやすいのもポイントです。

2. アイスブレイカーのインナー



メリノウールなので、季節問わず使いやすいので気に入っています。袖口のサムホールも便利です。

3. オンのロングパンツ



デザインもいいし、トレイルランニングでも使えるほど機能性に優れています。膝部分をめくるとメッシュになっていて風通しもいいです。



ロードからトレイルへ そのまま使えるモノを選ぶ

山でも頼りになるハイスpekクなアイテムを、野坂がランナー目線でセレクトしました。



ロードでも使いやすい
アウトソールのラグが浅めなんですけど、グリップがよく効くので、ロードとトレイル兼用で使えるシューズです。ミッドソールは比較的ソフトで、適度な接地感もあるので、私のようにロードのランニングシューズに慣れていた人が、山を歩いたり走ったりするときに違和感なく履けるシューズだと思います。アッパーは防水仕様なので、雨の日でも問題なく履くことができます。

On
Cloudvista 2 WP
¥22,000 (税込)
10%で2,200円分ポイント還元
スマホで買い物
7 615537 216256



ラグが程よいアウトソール

歩いて帰るときも冷えない

すごく軽いのに、裏起毛になっているので、あまり着込まずに温かくしたいときに便利です。寒い時期に山に入るときは、スタッフバッグに入れて携帯して行きます。これを半袖Tシャツの上から着て、薄手のウインドジャケットを羽織れば十分暖かいので、ゆっくり歩いて帰りたいときに重宝しますね。通気性も確保されているので、オーバーヒートすることもあります。ランニングにもおすすめです。

MOUNTAIN HARD WEAR
Air Mesh Long Sleeve
¥9,900 (税込)
10%で990円分ポイント還元
スマホで買い物
4 550327 072656



裏起毛で温かい



脇と背中を熱をためない

ウインドジャケットって、動き続けていると暑くなってくるので、必要な部分に通気性があるものがいいですね。このジャケットは脇と背中がメッシュになっているので、気持ちよく風が抜けて蒸れを抑えてくれます。脱ぎ着をする手間がなく行動できるので便利です。特にバックパックを背負っているときは、背中に熱が溜まってしまうので要注意。もちろん、コンパクトに携帯できる点もポイントです。



収納に便利なスタッフバッグ付き

THE NORTH FACE
インフィニティトレイル
フーディ
¥24,200 (税込)
10%で2,420円分ポイント還元
スマホで買い物
4 571657 062391



重心が上に来るから走りやすい

背負ったときに、重心が上にくるところがポイントです。重心が下にあると、バックパックが揺れやすくなってしまいます。それに、重心が肩甲骨まわりにあったほうが、走ったとき重さを感じにくいんです。容量は20Lあるので、防寒着などを入れても十分なスペースがあります。私は昼食用に買ったパンを入れることもあります(笑)。山を歩くとときや走るときだけでなく、普段使いにも便利なアイテムです。



ショルダーストラップは調節可能

パーゴワークス
ラッシュ20
¥23,100 (税込)
10%で2,310円分ポイント還元
スマホで買い物
4 573229 414362



操作性と防風性がポイント

私がグローブを選ぶときの基準は、そのままスマホを操作できることに加えて、防風性の有無もポイントです。ロードを走るときはそれほど気にしませんが、山に行くとき風が吹いたときに結構寒いんですよ。だから風よけができることプラス、位置情報を見たりするときにスマホをすぐに操作できた方がいいので、指を出せるグローブはポイント高いです。このグローブはその基準をすべてクリアしています。



親指と人差し指が出せる

THE NORTH FACE
GTDグローブ
¥5,390 (税込)
10%で539円分ポイント還元
スマホで買い物
4 571657 041242



擦れやかゆみを予防

擦れを防止する保護バームは、肌があまり強くない私にとって必須のアイテムです。歩くときも走るときも、バックパックの擦れは避けられないので、腰や背中、腹回りなど、擦れが起りやすい部分に塗っています。サラッとしていてベタつかず、汗に強いところもポイント。スティック状なので手も汚れません。マラソン大会に出るときも、必ず塗ってからスタートするようにしています。



スティックタイプで使いやすい

BODY GLIDE
フォーハー 22g トラベル
¥2,750 (税込)
10%で275円分ポイント還元
スマホで買い物
0 605296 810052





山遊びのための通勤ラン「街のアップダウンが いいトレーニングになる」

趣味の山遊びをもっと楽しむためのトレーニングとして、通勤ランを取り入れている
千葉光枝。山歩きを想定し「歩く、ときどき、走る」を実践する彼女のスタイルを紹介します。



アートのスポーツ 本店
千葉 光枝
UL 装備を背負って歩くロングトレイルや冬の
バックカントリースノーボードなど、アウトドア
フィールドが主戦場

私がランニングを始めたきっかけは、趣味のハイキングや冬のバックカントリーのトレーニングのためです。3泊4日のテント泊装備を背負って、1日に30～40kmほど歩くロングトレイルをすることもあるので、心肺機能や脚力の強化に必要だと思って走るようになりました。それともうひとつ、アートのスポーツで企画している「ゆるラン」と「ゆるトレラン」というイベントを安全に行うためにも「走れないとマズいな」と思って、帰宅ランをすることにしました。

距離はおよそ8km。信号や坂道を含めて、1時間くらいのコースです。走るペースはゆっくりですが、コースには急坂もいくつかあるので、アップダウンで緩急をつけながら、歩いたり走ったりしています。

山歩きが好きなせいか、私は坂が大好きなんです。だから帰宅ランのときも、上り



ロングトレイルで4日間、計170kmを踏破した経験を持つ

は走って、下りや平地は歩くという具合に、バリエーションをつけながら取り組んでいます。

走っていると、「この筋肉を使った方が進みやすいな」とか「ここが弱いから意識して鍛えよう」など、自然と使う筋肉に意識が向きます。そうした気づきが、山へ遊びに行ったときにも役に立つので、すごくいいトレーニングになっていますね。

気をつけているのは、オーバーペースになりすぎないこと。当初はランニングのことをあまり知らなかったため、適正ペースもわからずにケガをしてしまうことが多かったんです。1度、カーボンプレート入りのシューズで自分のペースよりも1分半近く速く走ったら、膝や股関節を痛めてしまったことがありました。それ以来、ペースに

合ったシューズを選んで負荷をかけすぎないように気をつけていますし、ちょっと体調が良くないと思ったら、無理せずウォーキングに切り替えるなどして調節しています。

もうひとつ、リラックスした状態で走るのは意識していますね。仕事が終わった後に走るわけですから、翌日に向けて心と体がリセットされるように、基本的には何も考えずに走るようにしています。そのぶん、都心の景色を楽しんだり、好きな音楽を聴きながら走るといった、帰宅ランならではの楽しみもありますね。コース途中にある夜の東京ドームの景観や神田川に映った夜景など、思わず足を止めたくなるような絶景ポイントが結構あるんです。それがすごくいい気分転換にもなるし、モチベーションのひとつになっていると思います。

安全で楽しい通勤ランのスタイル

1. ショックスの骨伝導イヤホン



音楽を聴きながら走ることも通勤ランの楽しみのひとつ。ただし、安全性を考慮して、耳を塞がない骨伝導イヤホンを使用しています。

2. 被視認性を確保するライト



夜、安全に走るためのライトは必須アイテムです。いろいろなタイプがありますが、私は手に持てるコンパクトなものを愛用しています。

3. 防水ポーチ



バックパックに汗が染みてしまうリスクを考慮して、着替えなどは防水性のあるバッグやポーチにしまっておくと便利です。



通勤ランのアイテムは オフィスでも使える“黒”が正解

オフィスカジュアルに使える機能的にも良好。通勤ランにおすすめなアイテムを黒縛りで厳選しました！



フィット感が神です
ブルックスのシューズはどれもフィット感がすごくいいので、個人的にも大好きなブランドなんですが、ゴースト16は特に、カカトと甲まわりのフィット感に優れていると思います。その割に、つま先部分はちょっとゆったりめになっているので、ストレスなく走れます。もちろんクッションングや安定性も高いので、ケガにつながりにくいところもポイントですね。色も黒なので、仕事のシーンでも履きやすいと思います。

BROOKS
ゴースト16
¥17,600 (税込)

10%で1760円ポイント還元
スマホで買い物
4 550503 214382



ミッドソール素材はクッション性抜群

美シルエットをキープ

ランニング向けのパンツでありながら、テーパードがかかっていてスタイルをきれいに見せてくれるので、シンプルな普通のパンツっぽく着こなすことができます。春夏にちょうどいい生地感でストレッチも効いており、快適性も抜群です。腰周りにはメッシュポケットが付いているので、機能性も十二分。ランニングも仕事もスマートにこなせる、万能な1本です。

THE NORTH FACE
Verb Light Running Pant
¥14,520 (税込)

10%で1452円ポイント還元
スマホで買い物
4 571657 061332



腰まわりのポケットはスマホも入る



ジム通いの方におすすめ

サロモンのバックパックなら、アクティブスキンの黒を推しています。容量は12Lとはいえ、見た目以上に収納力があり、さまざまなシーンで使える汎用性の高さが魅力です。トレイルランニングやハイキングといったアウトドアでの使用はもちろん、普段使いや通勤ランにもおすすめ。たとえば、仕事帰りにジム寄りたい方などにも、ちょうどいいサイズ感だと思います。



水分補給に便利なフラスコ付き

SALOMON
アクティブスキン12
¥13,090 (税込)

10%で1309円ポイント還元
スマホで買い物
0 195751 569415



汗対策の定番

通勤ランのスタイルを考えたときに大切なのが汗対策。頭まわりの汗止めには、キャップよりもヘッドバンドのほうが有効です。髪をまとめるのにも使えるし、キャップよりも荷物が少なくて済みます。ヘイローのヘッドバンドは、額部分の裏側に汗止めのテープが貼ってあるシンプルな仕様であるにも関わらず効果が高いので、非常に人気があるアイテムです。カラーも汎用性のあるシックなものがおすすめ。



シリコンテープで汗止め

HALO
バンディット AIR JP_fit
¥3,850 (税込)

10%で385円ポイント還元
スマホで買い物
4 580451 976674



下着のラインを気にする人へ

骨盤のサポート力に優れたハーフトイツなのですが、シームレスになっているので、アウターに下着のラインがひびかないところがポイント。薄手のランニングパンツを履いたときに、下着のラインを気になる女性の方にぴったりなアイテムです。ギュッと締め付けるような感覚もなく、お腹周りもキツくならないので、長時間の着用でも問題なし。コストパフォーマンスも優れているのでおすすめです。



裾部分はシームレス加工

CW-X
股関節サポートショーツ
¥5,500 (税込)

10%で550円ポイント還元
スマホで買い物
4 903724 548178



締め付けのストレスを軽減

女性で通勤ランをされる方には、仕事のことを考えて締め付けが強すぎないスポーツブラをおすすめします。このアイテムは、ランニング中のゆれを抑える適度なサポート力がありながら、胸を押さえすぎることなく、きれいなバストラインをキープしてくれるのがポイントです。吸汗速乾素材を使用しているので、汗によるベタつきのストレスも心配ありません。



メッシュのストラップで蒸れにくい

CW-X
ハイサポート SPORTS ゆれケア Bra
¥6,160 (税込)

10%で616円ポイント還元
スマホで買い物
4 903735 406337



テニスのことなら
おまかせください

充実のサービスで テニスライフをサポートします

知識に裏付けされた 職人氣質のストリンガー

テニスラケットはストリングを張らなければボールが打てないことから、「ラケットの性能50%＋ストリングの性能50%＝100%」という考え方があり、どんなストリングを選ぶのがとても重要です。また、ストリングの種類はラケットに負けないくらい多く、どれが自分に合っているのか、それを何ポンド(どんな強さ)で張ればいいのか悩ましいところ。

そんなときに心強いのが、各店舗に在籍するストリンガーです。例えばヨドバシ横浜店の菅野智志は、ストリンガー歴30年以上。常に店頭に立ち、いろいろなメーカーから発売されるストリングを張り続けてきました。そうした商品知識の裏付けがあるだけでなく、職人氣質の菅野は「新しいストリングが発売されたら自分のラケットに張るようにしています。ラケットは2本持っていますが、それぞれに違うストリングを張って、どんな特徴を持っているのかを自分なり

に試しています」というこだわりぶり。

「ストリング張りで気をつけているのは、1本1本丁寧にしっかり張ること。ラケットはフレームの強い部分と弱い部分があるので、どのように張るかをしっかり考えないと、張り上げたときにラケットが変形してしまいます。また、ストリングにも癖があり、例えばスピン系のストリングだと結構ねじれが強くて、普通に張っていると張り上げたときの見た目がガタガタで悪くなってしまいます。ストリングの性能を生かすためある程度のねじれは必要ですが、いかにねじれすぎないように張るかが難しいところですよ」と菅野。

こうした知識や経験は、他店のストリンガーにも講習会を通じて伝授されているので、ぜひ各店舗のストリンガーを頼ってください。相談していただければ、預かってから1時間～1時間30分程度でお渡しする「即張り」にも対応しています。

試打室を賢く利用すれば 自分に合ったモデルが見つかる

新たにラケットを購入すべく売り場に行ったとき、まずビックリするのが展示されている本数の多さでしょう。「黄金スペック」と呼ばれる「フェイスサイズ100平方インチ、重さ300g、バランスポイント32.0cm、フレーム厚23～26mm」のモデルを始め、「スピンのかけやすいもの」「簡単にボールを飛ばせるパワーがあるもの」と、いろいろな特徴を持ったラケットが壁一面に飾られています。

どれにしようか迷うとき、まず頼ってほしいのがスタッフです。テニス売り場のスタッフは自らプレーもしていることがほとんどで、さらに各メーカーの展示会などで新製品の情報を仕入れてきているため、モデルによる細かな違いにも精

通。「このモデルは前作よりしなりがあり、コントロールしやすくなっています」「ダブルスをする人が多いのであれば、ボレー時の操作性がいいこのラケットがおすすめです」といったアドバイスを受けることができます。

しかし、ラケットを見たり持ったり、またはスタッフの説明を聞いたりして候補を絞り込んでも、『本当に自分に合っているだろうか?』と不安になるもの。そんなときに心強いのが、ヨドバシ横浜店、高崎店、ヨドバシ仙台店、リンクス梅田店に完備されている試打室です。ヨドバシ横浜店の住谷純平は、「セルフで試打される方もいらっしゃいますが、商品の違いや特徴を知りながら試打したいという

方は、私たちをぜひ活用していただければと思います」と言う。

さらに住谷は「スピンのしっかりかかっていれば、ボールがネットに当たったあとにネットを巻き込んだり上に登ったりします。また狙っている的に対して、どれだけズレたかでコントロールのしやすさが判断できます」とアドバイス。

さらに、新しいラケットにするかどうか迷っている場合は、今自分が使っているラケットを試打室に持ち込んで打ち比べてみるのもOK。こうして試打室を賢く利用すれば、数あるラケットの中から自分にピッタリのモデルを見つけられるはずですよ。

試打室の利用方法

- ・スタッフに使用したい旨を伝える
- ・使用時間は5～10分程度。※商品説明のためスタッフが立ち会う場合は、特に時間制限は設けていない。
- ・試打できるラケットは試打室内に用意されているものだけ。
- ・服装、靴は何でもOK。
- ・購入するしないに関わらず試打できる。



試打できるラケットは試打室の中に用意されている



ラケットに負けないくらい種類があるストリング

ストリングの基礎知識

かつては「羊の腸(GUT)」を乾かしてより合わせた糸が使われていたため「ガット」と呼ばれていましたが(現在は牛の腸が使用されており「ナチュラル」と呼ばれています)、ナイロンやポリエステル(ポリ)を素材とする「シンセティック」も出てきたことから、現在では「ストリング(糸)」という総称が使われています。最近ではラケット自体が持つパワーが大きくなってきたため、ストリングには「ボールの飛びを押さえる」「スピンのかけやすい」という性能が求められるようになってきました。それに適しているのがポリで、特にシングルスビードの速いプロはほとんどの選手がポリを使用しています。



「こだわっているのは、
1本1本丁寧にしっかり張ること」

ヨドバシ横浜店 菅野智志



アトスポーツ からの 提案

山やランニングのウェアを活用し自分らしさを!!

アトスポーツがおすすめするのが山やランニングのコーナーにあるウェアを活用し、自分らしさを演出すること。特に山のウェアは気温差や風に強い高機能のものが多く、タウンユースとしても着用することができます。ランニングウェアも、テニスウェア同様、通気性がいいもの、腕が動かしやすいもの、UVカットが施されているものなど機能性は十分。デザインの幅を広げるという意味でも、山やランニングのウェアコーナーに足を運んでみてはいかがでしょうか。

デザインがかわいいモンベルのTシャツ



モンベル
WICT まもろう PROJECT ユキヒョウ
¥3,300 (税込)

モンベル
WICT モンタペア フェイス
¥3,300 (税込)

3%で99円※ ポイント還元
Y スマホで買い物
4 548801785475

3%で99円※ ポイント還元
Y スマホで買い物
4 548801999780

薄くて防風性に優れたパタゴニアのフーディニジャケット



パタゴニア WOMENS
ウイメンズフーディニジャケット
24147
¥15,950 (税込)

パタゴニア
メンズフーディニジャケット
24142
¥15,950 (税込)

テニスウェアとして活用できるOnのランニングウェア



オン
パフォーマンスT
¥8,800 (税込)

10%で890円※ ポイント還元
Y スマホで買い物
7 615537244365

オン
ウルトラショーツ
¥15,400 (税込)

10%で1,540円※ ポイント還元
Y スマホで買い物
7 615537245096

オン WOMENS
フーディー
¥16,500 (税込)

10%で1,650円※ ポイント還元
Y スマホで買い物
7 615537137896

オン WOMENS
コアパンツ
¥14,080 (税込)

10%で1,480円※ ポイント還元
Y スマホで買い物
7 615537257204

アクティブに動いても快適なザ・ノース・フェイスの山ウェア



THE NORTH FACE
ES エニータム
ウィンドフーディ
NP72385
¥15,400 (税込)

10%で1,540円※ ポイント還元
Y スマホで買い物
4 571657053276

■ディープノリ・ヒーローブルー、
アーバンネイビー、ブラック
■S,M,L,XL

THE NORTH FACE
モーションジョガー
パンツ
NB12595
¥13,200 (税込)

10%で1,320円※ ポイント還元
Y スマホで買い物
4 571657051036

■グラファイトグレー、ブラック
■S,M,L,XL
■355g

THE NORTH FACE WOMENS
スワローテイル
ペントフーディ
NPW22280
¥16,500 (税込)

10%で1,650円※ ポイント還元
Y スマホで買い物
4 571657062674

■G,M,T,K,DE,TL
■S,M,L,XL
■110g

THE NORTH FACE WOMENS
フリーランショーツ
NBW22591
¥13,750 (税込)

10%で1,375円※ ポイント還元
Y スマホで買い物
4 571657061097

■FL,K,CR,OB
■S,M,L,XL



経験豊富なスタッフが ご案内します!

テニス用品売り場には自身もテニスの経験があり、商品の知識の豊富なスタッフがいます。道具は何を揃えれば良いのか、どうやって選べばいいのかと悩んでいる方や、テニスのプレーをしていてお困りのことなど、なんでもご相談ください。頼れるコンシェルジュがあなたのお悩みを解決します。

ヨドバシ横浜店

真剣勝負だけでなく、
いろいろな楽しみ方が
できるのがテニスの魅力

頼れる
コンシェルジュ



住谷 純平

好きな選手は、マキシム・クレッシー(アメリカ)や鈴木貴男。自身もネットに結めてボレーで決めるスタイルということもあり、「サーブ&ボレーが現在でも通用するということを見せてくれているのが応援したくなる理由です」という。

初めてテニスラケットを持ったのは小3のとき。5歳上の姉がソフトテニスをしていたこともあり家族4人でダブルスをしたのが楽しくて、小4で学校のクラブ活動で本格的にソフトテニスを始めました。中学校ではソフトテニス部、高校では硬式テニス部に入部。テニスはシングルスで1対1の真剣勝負ができるだけでなく、年齢、性別、技術にあまりこだわることなく、みんなで一緒にワイワイ楽しめるダブルスやミックスダブルスもあることが魅力だと思います。

ヨドバシ横浜店は、私のようにソフトテニスと硬式テニスの両方の経験がある者、ストリンガー歴30年以上の菅野、今でも試合に出ている板倉など、さまざまな経歴のスタッフが揃っています。それぞれの経験を生かし、お客様に寄り添ったアドバイスをさせていただきます。

お客様から「膝や腰が痛いんだけど…」

という相談を受けたときはインソールをご案内します。特に Northwest Podiatric Laboratoryのインソールがおすすめ。踵骨をしっかり立てることで足の形や関節を整えるというもので、これをシューズに装着すると力が加えやすくなったり体が動かしやすくなったりします。すぐに効果を感じることができるので、ぜひ店頭で試してみてください。

おすすめアイテム

一度使ったらやめられない! そのぐらいいフィット感があって、パフォーマンス力もアップします。まずは試して、その良さを感じてください!



Northwest Podiatric Laboratory
Life OTC
¥22,000 (税込)

10%で2,200円※ ポイント還元
Y スマホで買い物
4 573592490031

NEW

リンクス梅田店

ヨドバシ梅田タワー
LINKS UMEDA 6階に
でっかくOPEN

これからテニスを始めたいという方も経験者も、
お悩みごとは何でもご相談ください!

頼れる
コンシェルジュ



田村 憲

3月20日(木)オープン! アトスポーツ史上最大店舗で テニス用品の取り扱い開始!

店内にはテニスラケットの試打室をご用意。最新モデルから人気のラケットまで実際に打感を確かめながら最適な1本をお選びいただけます。また、道具に関するお悩みやご相談は専門スタッフがお答えします。品揃えが豊富で広々とした店内でゆっくりとお買い物をお楽しみください。



高崎店

戦術が醍醐味のテニスは
プレーと観戦、どちらも楽しんでいます

頼れる
コンシェルジュ



山家 大輝

185cmという高身長をいかし、ネットに詰めてボレーでプレッシャーをかけるのが持ち味。現在、取り組んでいるのはフラットサーブ。「これまでスライスでこすっていましたが、サーブでも体格を生かすべくフラットに挑戦中です」。

ヨドバシ仙台店

硬式テニスとソフトテニス
どちらの相談も任せてください!!

頼れる
コンシェルジュ



阿部 憲尚

中学～大学時代はソフトテニスに熱中し、大学では宮城学連の大会で3位をマーク。大学卒業後はシステムエンジニアとなったが、「ソフトテニスの経験を生かしつつ接客ができるスポーツ用品店で働きたい」とこの業界に転職してきた。

テニスを始めたのは中学校に入ってから。当時、アニメ『テニスの王子様』が結構はやっていて、それに影響されたのもありますが、ボールを打つこと自体が楽しくて、高校では硬式テニス部に入部しました。

テニスの醍醐味は、戦術的な組み立てにあると思います。また試合を見るのも好きで、特にロジャー・フェデラー(スイス)対ラファエル・ナダル(スペイン)の試合を楽しみにしていました。フェデラーは天才型のオールラウンダー、ナダルは驚異的なフットワークを誇るストローカーで、お互いの持ち味をぶつけ合って戦うので、そのライバル関係が好きでした。また、試合後はネットを挟んで握手をし、お互いの健闘を称えあう。そういう清々しいスポーツであることもテニスが好きな理由です。

高崎店の特徴は、試打室が他店より広いこと。ボレーボレーもできるくらいのスペースがあるので、スタッフにお声がけしていただければ相手をすることもできます。

私がおすすめるギアは、バウアーファインドのアキレスサポートで、実は私も使っています。アキレス腱を切ってしまったあと、足

の内側に力が逃げてしまう感じがしていましたが、この製品を着けるようになってからは、安定して真ん中で踏ん張れるように。テーピングだと時間がかかりますが、これは履くだけという手軽さもおすすめの理由です。

おすすめアイテム

テニスでは思った以上に足への負担がかかります。ケガの防止や足に不安がある方はサポーターを着用することをおすすめします。



その他、気になる部分のサポーター各種ございます。

バウアーファインド
アキレスサポート
¥9,900 (税込)

10%で990円※ポイント還元

スマホでお買い物

4 057532 393199

ている足袋型になっていて、足首のひねりを防止する機能、土踏まずが下に落ち込まないようなアーチサポート機能を持つだけでなく、足裏にグリップがついているためシューズの中で足がズレにくいという特徴もあります。

おすすめアイテム

瞬発力が必要なテニスで、このソックスを履けばより力を発揮しやすくなります。スピード向上と素早い切り返しを可能にします。



Activital
アクティバイタルプロ
ラケットスポーツ
¥2,200 (税込)

10%で220円※ポイント還元

スマホでお買い物

4 573103 675032

着用前

着用中

10万点以上の品揃え「アートスポーツ ストア」

www.yodobashi.com



石井スポーツ
ISHII SPORTS

— 店舗情報 —

最新の店舗情報はホームページでご確認ください。
右記よりご覧いただけます。

石井スポーツの
店舗情報はこちら



■関東エリア

登山本店

東京都千代田区神田神保町 1-6-1 タキイ東京ビル 2階
TEL.03-3295-0622

神田本館

東京都千代田区神田小川町 3-10
TEL.03-3295-3215

カングコンペカン

東京都千代田区神田神保町 1-6-1 タキイ東京ビル 1階
TEL.03-3295-6060

大丸東京店

東京都千代田区丸の内 1-9-1 大丸東京店 11階
TEL.03-5220-3580

ヨドバシ新宿西口店

東京都新宿区西新宿 1丁目 10-1
ヨドバシ新宿西口駅前ビル B1階/B2階
TEL.03-3346-0301

吉祥寺店

東京都武蔵野市吉祥寺本町 1-11-5 コピス吉祥寺 B館 4階
TEL.0422-23-7740

立川店

東京都立川市曙町 2-42-1 パークアベニュー 1階
TEL.042-540-4801

ヨドバシ横浜店

神奈川県横浜市区北岸 1-2-7 ヨドバシ横浜 7階
TEL.045-313-1626

ヨドバシさいたま新都心駅前店

埼玉県さいたま市大宮区吉敷町 4丁目 263-6 コクーン 3 3階
TEL.048-645-1032

ヨドバシ千葉店

千葉県千葉市中央区新町 1001 ヨドバシ千葉 1階
TEL.043-307-1234

高崎店

群馬県高崎市菅谷町 20-984
TEL.027-329-5483

太田店

群馬県太田市内ヶ島町 927-10
TEL.0276-30-6070

ヨドバシ宇都宮店

栃木県宇都宮市駅前通り 1-4-6 トナリエ宇都宮 8階
028-612-8691

■甲信越・北陸エリア

ヨドバシ甲府店

山梨県甲府市丸の内 1-3-3 ヨドバシカメラマルチメディア甲府 4階
TEL.055-221-0141

松本店

長野県松本市平田東 3-1-5
TEL.0263-85-1008

長野店

長野県長野市南千歳 1-1-1 ながの東急百貨店
別館シェルシェ 5階
TEL.026-229-7739

新潟店

新潟県新潟市中央区姥ヶ山 108
TEL.025-257-8070

富山店

富山県富山市婦中町下巻田 165-1
フューチャーシティファボーレ 2階
TEL.076-465-1017



ART SPORTS — 店舗情報 —

最新の店舗情報はホームページでご確認ください。
右記よりご覧いただけます。

アートスポーツの
店舗情報はこちら



アートスポーツ本店

東京都台東区上野 3-25-10 松坂屋パークプレイス 24 1階 & 2階
TEL.03-3833-8636

ヨドバシ新宿西口店

東京都新宿区西新宿 1丁目 10-1 ヨドバシ新宿西口駅前ビル B1階
03-3346-0301

吉祥寺店

東京都武蔵野市吉祥寺本町 1-11-5 コピス吉祥寺 B館 4階 (石井スポーツ吉祥寺店内)
TEL.0422-27-1231

ヨドバシ横浜店

神奈川県横浜市区北岸 1-2-7 ヨドバシ横浜 7階
TEL.045-313-1010

ヨドバシさいたま新都心駅前店

埼玉県さいたま市大宮区吉敷町 4丁目 263-6 コクーン 3 3階
048-645-1032

ヨドバシ千葉店

千葉県千葉市中央区新町 1001 ヨドバシ千葉 1階
TEL.043-307-1234

高崎店

群馬県高崎市菅谷町 20-984
TEL.027-329-5483

ヨドバシ宇都宮店

栃木県宇都宮市駅前通り 1-4-6 トナリエ宇都宮 8階
028-612-8691

ヨドバシ甲府店

山梨県甲府市丸の内 1丁目 3-3 ヨドバシカメラマルチメディア甲府 4階
TEL.055-221-0141

長野店

長野県長野市南千歳 1-1-1 ながの東急百貨店別館シェルシェ 5階
TEL.026-229-7739

ヨドバシ仙台店

宮城県仙台市宮城野区榴岡 1-2-13 ヨドバシ仙台 第2ビル 1階
TEL.022-355-7906

リンクス梅田店

大阪府大阪市北区大深町 1-1 ヨドバシ梅田タワー 6階
TEL.06-6136-8514

京都ヨドバシ店

京都府京都市下京区烏丸通七条下る東塩小路町 590-2 京都ヨドバシ 3階
TEL.075-351-1094

ヨドバシ博多店

福岡県福岡市博多区博多駅中央街 6-12 ヨドバシ博多 3階
TEL.092-402-2470

【取り扱い商品】 登山 クライミング キャンプ トレイルランニング ランニング フィットネス スキー バックカントリースキー テニス スイム



これまでの軌跡をここに称えて

THE EARTH

ISHII SPORTS GEAR CATALOGUE

2025 VOL.49

登山・キャンプ・ランニング・フィットネス・テニス Selected Gear CATALOGUE

2025年 4月発行
石井スポーツ THE EARTH 編集部
〒160-8486 東京都新宿区新宿 5-3-1 ヨドバシホールディングスビル
このカタログの許可なくの無断転載を禁じます。

DIRECTOR & EDITOR : 石井スポーツ・アトススポーツスタッフ

PHOTOGRAPH: 伊藤郁、片岡一史、七戸隆弘

DESIGN : (株)クエスト

WRITER: 麻生弘毅、片岡一史、加茂 光、須藤ナオミ、高木希武、外山壮一、宮川 哲、HATO文化編集部



石井スポーツ
ホームページ



石井スポーツ ストア
(オンラインストア)



アトススポーツ ストア
(オンラインストア)

広告索引

ガーミンジャパン (株)	表 2	(株) コロンビアスポーツウェアジャパン	P71	(株) アライテント	P91
YETI JAPAN	表 3	(株) ケンコー社	P75・P127	(株) アスティー	P97
AUTHENTIC JAPAN (株)	表 4	(株) キャラバン	P76・P77	(株) ナニワ	P99
ミレー・マウンテン・グループ・ジャパン (株)	P28・P29	カリマーインターナショナル (株)	P78・P79	キャンパルジャパン (株)	P101
	P114・P115	MAMMUT SPORTS GROUP JAPAN (株)	P80	(株) ロゴスコーポレーション	P102
(株) 双進	P54	サムソナイト・ジャパン (株)	P81	Weber-Stephen Products Japan (同)	P103
(株) ティムコ	P55	アメアスポーツジャパン (株)	P82・P83	(株) ランドウェル	P121
キーン・ジャパン (同)	P66	イワタニ・プリムス (株)	P84	ヤマチューン (株)	P122・P123
シダスジャパン (株)	P67	(株) エバニュー	P85	バシフィックサプライ (株)	P124
(株) ゴールドウイン	P68・P124	(株) エイアンドエフ	P87	アキレス (株)	P125
(株) LandR	P69	(株) エイチシーエス	P88	オン・ジャパン (株)	P126
(株) RCTジャパン	P70	(株) イスカ	P90		

THE EARTH VOL.49 制作に携われましたメーカー様に御礼申し上げます。

※このカタログに掲載の内容は2025年4月4日時点のものです。※仕様及び価格は予告なく変更となる場合がございます。※掲載の価格は税込みです。

※掲載の内容(商品名称・仕様・価格)等につきましては、充分注意して掲載しておりますが、万一、誤記載等の場合は店頭発表を優先させていただきます。ご了承ください。



With The Earth. COCOHELI



山岳搜索サービス ココヘリ

2016年誕生、山の標準装備
COCOHELI



その性能は、孤高の領域へ
COCOHELI GPS+

