

[水の詩 しこつ湖四季便り]

# Mizu no Uta PRESS vol.36

Spring 2018

[www.mizunouta.com](http://www.mizunouta.com)

Will you hear the voice in the forest of lake Shikotsu?  
Sing the song of water.

特集

春の息吹を感じる湖畔の散策へ

## 支笏湖の 春の森を歩こう

寒い冬から暖かい春へ。やわらかな日差し、キラキラと輝く雪解けの水。植物はあざやかな新芽をふきだし、冬ごもりしていた動物たちが動きはじめ、あたたかい地方に避寒していた鳥たちも帰ってきます。

北に暮らす私たちがもっとも心待ちにする春。生命あるものすべてが活力を回復する「再生」の季節でもあります。

Mizu no uta  
Spring Comes!!

春は生命あるものが活力を回復する「再生」の季節

支笏湖ビジターセンター

木下所長が描く支笏湖の花が絵葉書になりました

- キタコブシ ●モクレン科 ●4月～5月
- エゾヤマザクラ ●バラ科 ●5月上旬～5月中旬
- ナニワズ ●ジンチョウゲ科 ●4月～5月
- オオバキスミレ ●スミレ科 ●5月～6月
- コンロウソウ ●アブラナ科 ●5月～6月
- フィリミヤスマシ ●スミレ科 ●5月

お土産に おすすめ 絵葉書は、当館3F売店「水の音」でもお買い求めいただけます。 **150円** [税込]

支笏の森朝の散歩会

主催:支笏湖温泉旅館組合 ■ガイド:支笏湖ビジターセンター

朝の澄んだ空気の森を自然観察&バードウォッチング。木々や季節の花、野鳥のさえずりも聞こえてきます。

■開催日/5月1日～11月上旬までの毎日 ■開始時間/午前7時～

■所要時間/約1時間 ■催行人員/1名様～

■予約締切/前日PM7:00まで(TEL.0123-25-2201)

■集合/解散/休憩村 支笏湖

参加費 おひとり様 **500円** [税込]

※4歳未満は無料。歩きやすい服装をご参加ください

早春の森に咲く花は「春の妖精」

落葉樹が多い支笏湖の森の中では、4月下旬頃から少しずつ木々の芽吹きが始まり、6月ともなれば日々ダイナミックに葉が伸び始めて緑が濃くなっていきます。このちょうど葉が出る前の3月下旬からGWにかけて咲くフクシロウや、2～3cmの白くて小さな花をつけるヒメイチゲ、青い花を咲かせるエンゴサクなどは「スプリングエフェメラル(春の妖精)」と呼ばれ、春のはかない命の花、という意味を持っています。

5月中旬以降になると、薄い青紫色のシラネアオイが咲き、スミレなどの花が足元に目立つようになりま

見られるのもこの頃。秋の鮮やかな紅葉とはまた違い、山裾がパステル画のような優しい色調に染まります。

自然公園財団支笏湖支部所長の木下宏さんは2012年に支笏湖支部に就任してから、趣味で周囲に咲く花の水彩画を描き始めました。「写真を見るよりも、実物を見て

スケッチしたほうが描きやすい気がします。ハガキ大の紙を散策の時に持ち歩いてその場で描くこと、絵手紙としても送れますよ」と木下さん。現在、木下さんの作品の一部は絵ハガキとして支笏湖ビジターセンターで販売され、水の譚の売店「水の音」でもお土産として取り扱っています。

足下だけじゃなく花は頭の上にも

春紅葉の時期を過ぎると、赤い実の印象が強いナナカマドが白い花を咲かせます。6月上旬に咲くツルアジサイや、枝がお正月の繭玉に使われるミズキの花も、その頃に白くて可愛らしい花をつけま



花と野鳥たちが連れてくる 支笏湖の春

春の息吹を 探しに野へ、山へ。

鳥あるき 花あるき

ビジターセンターでは、散策に便利なりーフレットをご用意。ガイド片手に野鳥や花を探してみたい方も無料

森へ行く前に花や鳥のガイド



たとえばツツビ、ツツビのような「節」を感じられる鳴き方になるんですよ。

もうひとつ、同じ時期に春を告げるのは、アカゲラなどのキッツキたちによる「ドラミング」です。エサを探しながら木の幹をついている「コツコツ」という音とは響き方が明らかに違う、ドラムのような「タタタタタタ」という間隔の狭い音。これは、鳥たちの求愛のアピールだそう。このふたつを耳にするようになると、スタッフの間で「今年も春が来たね」という会話が交わされるそう。これが支笏湖の森の春の合図なのです。

目と耳を使って バードウォッチ

4月に入ると、スズメのような茶色のカラワヒワが顔を見せはじめ、続いてウグイスも美しく鳴き始めます。オオルリやキビタキなどの渡り鳥も帰ってきますが、戻つてすぐにはさえずらないのだそう。5月に入ると、鮮やかな青い羽根が特徴のオオルリのオスが「ヒーリーリー」という透き通つた声で鳴きはじめる。野鳥愛好家の間でも人気を集めています。キビタキはスズメより少し小さく、オスは黄色と橙色の腹に黒っぽい羽根。ピッコロホイホイと鳴きます。雌は全体的にオリーブ色をしています。

そのほか、「フィフワイ」と高い声で鳴くゴジュウカラは、足指の力が強い特徴を持ち、頭を下に向けて樹幹にとまることが出来る珍しい鳥。時には

春の支笏湖野の花マップ Lake Shikotsu Trekking Map

おすすめの春の散策スタイル

- トレッキングシューズ(サイズ限定)
- トレッキングポール ●スコープ(双眼鏡)

お出かけの前にフロントにお申し付けください。 ※いずれも数に限りがございます。



支笏の春 キタコブシと 桜の物語

様々な種類の桜のお花見を楽しむ

支笏湖の本格的な春を告げるのは、4月中旬以降に白い花を咲かせるキタコブシ。続いて、「水の譚」の宿の周辺で、例年5月10日前後にエゾヤマザクラがはこびはじめます。

また、5月中旬から下旬にかけての時期には、支笏湖周辺の山々の裾野が、樹木の芽吹きによって淡い緑色のグラデーションで染まります。この緑とエゾヤマザクラのピンクが相まって、山が美しく色づいていく様子を、地元では「春紅葉」と呼びます。

下旬になると、濃いピンクの美しいヤエザクラがはこび始めます。水の譚の宿の周辺は約15本の桜の木がある隠れた桜の名所。桜の期間中は、夜になると木々がライトアップされますので、昼夜で違った花の表情を覗いただけです。

湖畔の園地内に咲く桜はエゾヤマザクラが大半ですが、中には6月上旬にやと咲くミヤマザクラもあり、比較的長く、桜の花を愛でることが出来ます。ぜひ春のお花見をお楽しみください。

- ヤエザクラ 八重咲きになるサクラの総称で多くの種類がある。花弁が非常に多く300枚近くになるものも。花はやや大きめでふんわりした形。 ●開花/5月中旬～下旬 ●見頃/5月下旬
- エゾヤマザクラ 北海道では最もポピュラーな桜で、葉の芽吹きと同時に淡紅色の花をつける。日本に十数種ある野生の桜の中でも、赤みが強く美しい。 ●開花/5月上旬～中旬 ●見頃/5月上旬
- キタコブシ 北海道を代表する落葉樹。モクレン科で高さは約15～20m。春になると白くて美しい花を咲かせ、よい香りがする。 ●開花/4～5月 ●見頃/4月下旬～5月上旬

# Mizu no uta Spring Comes!!!

Spring new menu



## Healthy Buffet AMAM 菜の花、アスパラ、ニシン 季節の食材がビュッフェに登場

[アマム]のディナービュッフェも料理を一新。柔らかい牛タンをクリームソースで仕上げる「牛タンのフリカッセ 菜の花添え」、「ハマグリとアスパラの白ワイン蒸し」、春ニシンをマリネした「ニシンと筍のカルパッチョ」など華やかです。

●2F ヘルシービュッフェ[アマム]

## Recommend Wine 春のロゼフェア開催中 料理とのマリアージュも楽しんで

Sommeliere select

お祝い事や桜の季節にぴったりな、ピンク色のロゼワイン。お勧めは、地元の千歳ワイナリーが醸造した「ハスカップスパークリング」や、日本の春をイメージして造られ、春限定でリリースされるロゼワイン「ドメヌ・シュヴロ サクラ・ブルゴーニュ・ロゼ」(各5000円税別)など。ぜひピンクの泡で乾杯を。

●2F ヘルシービュッフェ[アマム]



## Bar Lounge APE 気分も春めく夜だから オリジナルの彩りカクテルを

バー[アペ]に、フルーティーな味わいの新作カクテルが登場しました。メロンキウールにライムジュースやキウイシロップなどを加えた「グリーングラス」(左)と、苺味のフレーズリキウールにホワイトラムを加え、イチゴの果実を浮かべた「キストゥベリー」各800円税別を、春の夜にお楽しみください。

●3F バー[アペ] ■営業時間/PM8:00~深夜0:00(L-O PM11:30)



## Japanese Restaurant AMA NO UTA 旬を愉しむ献立で春の恵みを堪能

[天の譚]の別注料理でこの季節に人気なのが「春の山菜天婦羅」(1500円税別)。大地の恵み、タラの芽やコゴミ、筍、ギョウジャニンニクを揚げたての天ぷらで提供します。春の苦味をお楽しみください。上富良野産和牛のしぐれ煮と、菜の花や筍を炊き合わせた「上富らの和牛と筍の煮物」(2000円税別)もお勧めです。

●3F 料理茶屋[天の譚]



## Shop MIZU NO NE 今これが売れています! オリジナルシャンプー

水の譚オリジナルの自然派シャンプーとコンディショナー(各1610円税別)は、自分用にも贈り物にも人気。ボディソープ(1520円税別)と3本がセットになるギフトBOXもご用意しています。

●3F 売店[水の音] ■営業時間/AM7:30~AM11:30 PM3:00~PM10:00

人気商品!



## Patissier Lab. 苺をふんだんに使った 春スイーツできました

New Face!!

[パティシエラボ]の春の新作スイーツは、お花をイメージしたプチガトー「フルール」(390円税込・手前)。ラングドシャーの中に、スポンジとカスタードクリーム、苺、生クリームが詰まっています。「プランタンフレーズ」(400円税込)は、自家製苺ジャムをサンドしたマドレーヌ生地、イチゴムースをのせました。

●2F スイーツショップ[パティシエ・ラボ] ■営業時間/AM9:30~PM4:30



## Thémaé & Thalgo

[テマエ]&[タルゴ]

## ふたつのテーマで癒される。春のトリートメントスパ情報



「テマエ」は、4種の茶葉成分を用いたケア製品と独自の手法で安らぎを提供する、アンチエイジングケアです。「タルゴ」はタラソテラピー(海洋療法)から生まれたメニューで、海藻粉末を用いたオイルトリートメント。ミネラルやビタミンをたっぷり補給し、筋肉をほぐします。お好みのケアで癒されてください。



### THÉMAÉ [テマエ] おすすめメニュー

- Bodyオリエンタルトリートメント [60分] 18,000yen [税別]
- Facialハイドレーションストラテジー [60分] 19,000yen [税別]

■ボディ&フェイシャルプランのほか、整体・ハンド&ヘッド、フットエステなど多彩なメニューをご用意しております。  
※妊娠されている方は全てのコースのご利用をお断りさせていただいております。



### THALGO [タルゴ] おすすめメニュー

- フェイシャルコース [60分] 15,500yen [税別]
- ボディコース [60分] 15,500yen [税別]

●1F トリートメントスパ ■営業時間/PM3:00~PM11:15

## 行楽シーズン到来! 水の譚デイプラン Mizu no uta Day Plan



季節限定のバーガーショップや日帰りプランなど、水の譚には気軽なお楽しみもいっぱい!!



## バーガーショップ 今年も始まります シェフこだわりのオリジナルバーガー

季節限定のバーガーショップが今年も4月28日にオープンします。一番人気は、千歳産卵を使ったご当地グルメ、水の譚特製「千歳バーガー」(680円税込)。そのほか、今年の新作バーガーもお目見えします。ここでしか味わえないメニュー各種をお楽しみください。

- 水の譚ガーデン  
■4/28から11/4まで毎日営業  
■営業時間/AM11:00~PM3:00



## ヘルシービュッフェ[アマム] ランチビュッフェ&日帰り入浴



野菜をたっぷりとれる[アマム]のヘルシーなランチビュッフェと、「美人の湯」を楽しめる日帰り入浴のセットで、プチリフレッシュ。なかなか1泊の時間が取れない方にもお勧めです。

大人お1人様 ¥2,000 [税別] お子様お1人様 ¥1,000 [税別]

日帰り入浴は上記料金プラス¥1,000 [税別]にて承ります

■ランチビュッフェ/2部制となります ①AM11:30~ ②PM1:10~

[受付 AM10:30~ラストオーダー PM2:00]

■日帰り入浴/AM11:30~PM3:00[最終入場/PM2:15]

## TSURUGA GROUP

- あかん遊久の里 鶴雅 つるが
- あかん湖 鶴雅ウイングス
- あかん鶴雅別荘 鄙の座 ひなのざ
- 阿寒の森鶴雅リゾート 花ゆう香 はなゆうか
- 北天の丘 あばしり湖鶴雅リゾート
- サロマ湖 鶴雅リゾート

- 定山溪 鶴雅リゾートスパ 森の譚 もりのうた
- ニセコ昆布温泉 鶴雅別荘 空の抄 もくのしょう
- 大沼 鶴雅オーベルジュ EPUY エピイ
- 屈斜路湖 鶴雅オーベルジュ SoRa ソラ
- 鶴雅 レイク阿寒ロジックトラノ
- 鶴雅ビュッフェダイニング札幌



支笏洞爺国立公園/支笏湖温泉

しこつ湖鶴雅リゾートスパ

## 水の譚 みずのうた

〒066-0281 北海道千歳市支笏湖温泉

Tel.0123-25-2211

Fax.0123-25-2532

http://www.mizunouta.com



鶴雅グループは、アイヌ語のあいさつ「イランカラパテ」(こんには、の意)を北海道のおもてなしのキーワードとして普及させるキャンペーンのサポーターです

●取材・文/矢代 真紀(word work) ●撮影/齋藤 義典(齋藤写真事務所) ●デザイン/大村 浩美(STAFF)