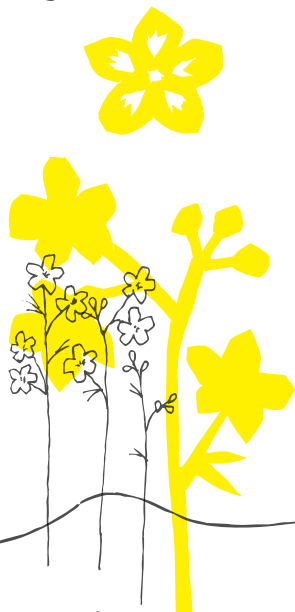


豊橋ライフスタイルブック

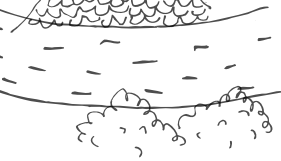
クラストコ

暮らすとこ

VOL.01



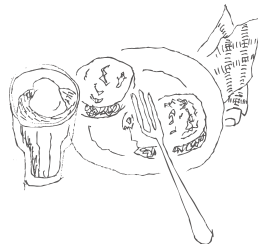
愉しむ



クラストコ＝暮らす＋とこ

私たちが住む愛知県豊橋市は、日本のほぼ中央に位置する
人口約38万人の、都会すぎず田舎すぎない
「ほどよく住みやすい街」です。
そんな豊橋に「暮らしてほしい」「暮らし続けてほしい」という思いで、
「クラストコ」は、産声をあげました。

クラストコは、「暮らす」と「ところ」を織り交ぜた造語です。
「うちんとこおいでん」「ええとこだのん」など、
日々みなさんが話す「とこ」という言葉を使うことで、
親しみやすさや温かみが感じられるタイトルにしました。
クラストコの特徴は、「女性のライフスタイル」を提案する本であるということ。
創刊号では、まず豊橋を「愉しむ」ことからスタートし、
働くこと、子育てなど、5冊を通して豊橋の女性のライフスタイルを、
女性ならではの視点からお伝えしていきます。
豊橋に住む人たちの暮らしを取り上げることで、
街の良さ、暮らしの良さ、さまざまなことが見えてくるのではないのでしょうか。
豊橋があなたにとって一生のクラストコでありますように。



クラストコ ～愉しむ～

CONTENTS

01 クラストコ＝暮らす＋とこ

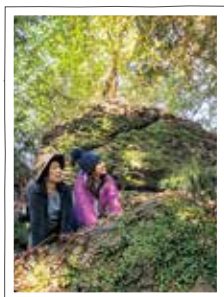
06 豊橋を愉しむ前に…

豊橋ってどんな街？

アンケートから豊橋を発見ミーティング



11 自然を愉しむ ～ハイキング～



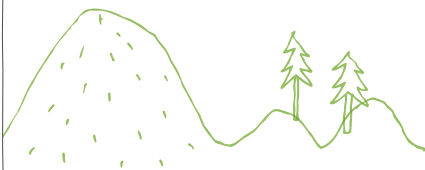
愉しみ方アドバイザー 山田 結さんのライフスタイル

簡単ハイキングごはん

アイテムを愉しむ

絶景を愉しむ 石巻山～登山編～

季節を愉しむ 普門寺峠～紅葉編～



22

スポーツを愉しむ

～SUP&シンクロナイズドスケーティング～



吉田城を望みながらSUPを愉しむ

愉しみ方アドバイザー 萩原 健太さんのライフスタイル

気持ちをひとつに氷上を滑る

シンクロナイズドスケーティングを愉しむ

愉しみ方アドバイザー 石川 郁予さんのライフスタイル

32

暮らしを愉しむ

～紅茶&花～



愉しみ方アドバイザー ごとう製茶さんが教える
豊橋紅茶の愉しみ方

愉しみ方アドバイザー 野口高宏さんが教える
デルフィニウムの愉しみ方



42

アンケートから見えた「豊橋の愉しみ方」番外編

44

クラストコ MAP

46

クラストコができるまで『取材の裏側』

48

おわりに



私たちが暮らす街「豊橋」を おもいきり愉しむライフスタイル。

私たちが住む豊橋には、知っているようで知らない

たくさんの「愉しみ方」があります。

知る人ぞ知る「豊橋ならではの場所や魅力」を

独自の視点でリサーチしました。

あなたのライフスタイルにちょっとだけ彩りを添えてみませんか？





【石巻山】

豊橋の名所「石巻山」の頂上から見渡した豊橋市街。
晴れた日には太平洋や三河港まで望むことができる。

愉しむ前に…

豊橋ってどんな街？

みなさんが知る豊橋の街はどんなイメージ？
市外の方に豊橋をオススメするとしたらどこ？など
豊橋駅前や、ここに周辺でいろんな疑問をぶつけてきました。

編集部が豊橋のあちこちで
アンケートをしました！



Q1

市外の方に豊橋をオススメするとしたら何？ または、どこ？

ここに

赤ちゃん施設がある
ので
(30代女性)



吉田城や二川宿

歴史に関わるものを
市外の人に見せたい
(30代女性)

手筒花火

発祥の地と言われているから
(20代女性)
「興味がある」
「見てみたい」と
よく言われる
(30代女性)



海

女の人多いらしい
サーフィンしている
(30代女性)



自然が多い

石巻山でハイキング
(30代女性)
公園がいっぱいある
(40代女性)

のんほいパーク
ナイトガーデン

植物も恐竜も動物も
見られる複合施設だから
(20代女性)
映画で使われていたり
ナイトガーデンも最高
(10代女性)



まちなかの祭りや
いろんなイベント

ホコ天が賑わっている
(20代女性)

編集部
コメント



歴史的建造物や、遊べるスポット、自然など、豊橋にはいろんな「楽しさ・面白さ」がある場所が多いですね。

こんな意見もありました！



豊橋カレーうどん
(10代女性)

市役所13階の
展望スペース

(30代男性)

石巻山の蛇穴

(30代女性)

ビール電車
(20代女性)



葦毛湿原
(20代女性)

Q2

日頃、豊橋でどんな楽しみ方や遊び方をしている？



お城の跡や
歴史などの探索
(30代男性)

サーフィンや
豊橋駅前で遊ぶ
(30代女性)

のんほいパークで
家族でピクニック
(30代女性)

市電に乗って
お買い物
(30代女性)

幸公園で
ランニング
(20代女性)

編集部コメント

「豊橋は充実しているの
で他には望まない」とい
う嬉しい意見も！



Q3

豊橋の穴場スポットを教えて!!



普門寺の紅葉
大きな木があって
木陰もある
(60代女性)

幸公園の噴水から
新幹線が見える
(40代女性)

明海の
工場団地から
見る夕陽
(30代男性)

東田
エリアの散策
(30代男性)

柳生川の
川浴いが桜の
アーチになる
(20代女性)

豊橋公園で
おいしい
コーヒーを淹れる
(30代男性)

毎年行く
賀茂しょうぶ園
(20代女性)

水上ビルの
たたずまい
(30代女性)



編集部コメント

季節のスポットがたくさん
あり、四季を感じられる街
だなと改めて感じました。

たくさんの方の声を
いただきました



編集部が感じたこと。

アンケートから、みなさんは豊橋での生活を充実させていると感じました。例えば、公園がいっぱいあり、子どもたちと遊んだり、季節を通じて自然の風景を愉しんだり。海、山、川に囲まれた街だからこそ、「自然」というキーワードが多く聞かれました。市外の方からは「とても充実している街」との声もあり、とても嬉しく感じました。



楽しさについて

「楽しさ」について、深く深く聞いていくと、「特にない」「教えてほしい」など、パッと思い浮かばない方も多くいました。そこで、次ページではアンケートをもとに、実際に豊橋に住んでいる女性3人に詳しく話を伺いました。

豊橋ってどんな楽しみ方ができる？

アンケートから豊橋を発見ミーティング

豊橋に住む20代~30代の女性3人がアンケートの結果をもとに、「豊橋ってどんな楽しみ方ができる？」を考える発見ミーティングを行いました。ミーティングでは、豊橋にいるからこそ見えてくる、さまざまな意見が聞かれました。



社員代表
加藤美咲さん(25歳)

会社員。休日は豊橋を訪れる外国人との国際交流や豊橋PR活動も行う。豊橋生まれ豊橋育ち。

子育てママ代表
加藤可奈さん(32歳)

市内のパン屋でパート勤務。現在、小学5年・3年生の二児のママ。豊橋生まれ豊橋育ち。

自営業代表
吉田紗斗子さん(36歳)

高校卒業後、名古屋近郊へ進学・就職し、現在豊橋市内で雑貨店を営む、二児のママ。豊橋生まれ。

「豊橋に住んでいて、知っているようで気づかない
“楽しさ・面白さ・魅力”ってたくさんある！」

編集部 市民の方に街頭で「豊橋の楽しみ方」などについてアンケートをとったところ、さまざまな意見が出ました。

美咲 (アンケートを見ながら) みなさんそれぞれの楽しみ方があるんですね。意見として多いのは、のんほいパークやこここなどの施設ですね。

紗斗子 「市電に乗って豊橋駅前までお買い物」とか「豊橋カレーうどん」という意見は豊橋らしいですね。豊橋に住んでいても、市電に乗る機会がありませんのですが、実は今日、市電で来ちゃいました(笑)。久々に乗ったのでドキドキしましたが、すごく良い時間でした。(取材会場/豊橋市美術博物館)

可奈 改めて市電に乗ると良いよね。アンケートを見ると、「市外の方に豊橋をオススメするとしたら?」という質問の中では、施設や歴史的建造物とかの意見が多いんだけど、「豊橋の穴場スポットは?」の質問は、特にナンシという声も多いだね。

美咲 確かにそう言われるとバツと思いかばないかもしれないですね…。私は豊橋の街が大好きで、休日には外国人留学生や観光客に豊橋のオススメスポットなどを案内していますが、実際に豊橋に住んでいる方がどんな楽しみ方をしているのを知りたい!

編集部 豊橋のことをもっと知ることで、自分なりの楽しみ方を発見できるかもしれませんね。

紗斗子 私は一度、外に出たからこそ、豊橋の良さを体感しました。例えば、野菜がおいしい・安い。車社会だから車で移動しやすい。公園もあるし、自然も近くにある。都会で同じ遊びをしようとする、結構お金がかかると思うんです。近場で何でもできる万能な場所だと思いますね。 →



「季節ごとで愉しめるスポットもたくさんありますよね。」

編集部 みなさんにとって豊橋の穴場は?

可奈 私たちが普通に行っているのが穴場なのかな。豊橋って変な名前前の公園が多いんですよ。宇宙をテーマにした宇宙公園とか、コアな公園があるのが穴場スポットかなと思う。それぞれきちんとした名称はあるんだけど、愛称で呼んでいてそれも面白いと思う。

紗斗子 私は、メジャーなところしか知らないけれど、海とスケートかな。豊橋はサーフィンができる海があって、夫がサーフィンをやるので、家族で海に行っています。冬のスポーツだとスケートなども楽しいです。全部気軽に行ける距離にあるのが良いですね。

編集部 サーフィンやスケートなど、季節に合わせてスポーツができる場所があるのは豊橋らしさのひとつですね。

可奈 豊橋にいれば遊びも暮らしもできる。動物園など楽しい施設や、海、山、全て揃ってるな〜って。私は生まれも育ちも豊橋なんだけど、自分たちが遊んでいる・愉んでいる場所が、外の人から見ると「すごい!」って言われることも多い。



美咲 私が愉しめる場所は、マニアックなんですけど、牛川エリアにある渡し船ですね。豊川の兩岸を結ぶ船で、昭和7年から運航しているんです。地元の子が使ったり、観光客が乗ったりしています。しかも、利用は無料なんです。結構外国人にもウケる! 情緒溢れる感じで良いスポットだな〜と思います。

可奈 昔ながらの場所とか、自然がいっぱいあるのも豊橋の魅力だね。私は家族で岩屋山や公園とかに遊びに行っていて、子どもたちと一緒に身体を動かしてるな。たくさん遊んで、愉しんで、お金がかからずに遊べるのも嬉しい(笑)。

美咲 こんなに素晴らしい環境があるので、アンケートの中にもたくさんあった、石巻山や普門寺の紅葉、向山の梅、葦毛湿原だったり、季節を思いっきり感じたいなって思います。

美咲 私自身スケートは敷居が高いと思っていて、滑ることができないのに行っても良いのかなと思っていたのですが、紗斗子さんのお話を聞いたので、今度友達と一緒に行こうと思います!

紗斗子 子どもがいると「一緒になって遊ぶこと」を考えることも多くて。20代の独身の時は、遊びを発掘するという気持ちが生まれませんでしたが、今は豊橋って自慢できるくらい「遊べる」場所が多いなと感じます。





「暮らしの中で身近にお花があるのが、豊橋の良さかな。」

編集部 暮らしのどんなところで、豊橋を感じますか？

可奈 私がよく行くカフェがあって、6年前から豊橋紅茶を飲んでますよ！めっちゃくちゃおいしくて、それしか飲まないくらい。苦みもないし、あっさりしているのが好きなのかな。

紗斗子 私も飲食店で「豊橋紅茶」の存在を知りました。豊橋で紅茶を作っているなんてすごいですよね。

美咲 私は、お花が大好きなので街の花屋さんに行くと立ち寄って、小さな花束を両親にプレゼントしたり、自分で楽しんだりしています。プレゼントした花束がリビングに飾られていると、あげた方も嬉しくなるんです。暮らしの中で身近にお花があるのが、豊橋の良さかな。

可奈 暮らしの中にお花があるのは、確かに豊橋を感じる！私の実家のまわりは花農家が多くて、お花を買うというより、もらえる環境という素晴らしいところ(笑)。実家に帰るとお花がいっぱい。

紗斗子 お花をもらうと嬉しいですし、人にあげるのも好きですね。

美咲 あと、豊橋って柿が結構とれますよね。柿をいっぱいもらった時は、干し柿を作ります。とてもおいしいし、保存食にもなります。それに、知り合いや近所の方から野菜をもらうのも豊橋らしさかな。

取材・撮影協力 **Information**

カフェレストラン「Port d'Art ボールダール」
 (豊橋市美術博物館内)

豊橋市今橋町3-1 TEL.0532-52-2224

8:00~17:00 定休日/月曜日、年末年始

<http://www.toyohashi-bihaku.jp/>

※豊橋公園周辺でのイベント開催時等は延長して営業



私たちが豊橋の楽しみ方を 密着取材します！

豊橋の良さに気づきながらも、新たな一面も発見した3人。自分たちの知らなかった豊橋のさらなる楽しみ方を、3つのジャンルに分けて体験しに行くことに！

01



登山経験もあるので、季節を思いっきり感じられるハイキングがしたい！

私が担当します
加藤 美咲さん

自然を楽しむ P11~

1. お手軽ハイキング
ごはんを作ろう
2. ハイキングを楽しむアイテム
3. 石巻山と普門寺峠
大自然ハイキングスポットを紹介

02



子どもたちと身体を動かすことが大好き！SUPもスケートも未経験ですが面白そう～。

私が担当します
加藤 可奈さん

スポーツを楽しむ P22~

1. 夏はワイワイSUPを楽しむ
2. 冬は気軽にスケート！
シンクロナイズド
スケートイングを楽しむ

03



生産者さんとお話しながら暮らしを豊かにする秘訣を聞きたいな。

私が担当します
吉田 紗斗子さん

暮らしを楽しむ P32~

1. 豊橋紅茶でゆったりとした時間を楽しむ
2. 花のある暮らしで心を豊かに

自然を愉しむ

豊橋は、海・山・川など多くの自然に囲まれています。その中でも、山にスポットをあて、今、巷で人気の「ハイキング」をピックアップ。石巻山や普門寺の名所、ハイキングアイテムなどを紹介します。

大自然に癒やされる
お気軽ハイキングの愉しみ方

私が取材しました
加藤 美咲 さん

愉しみ方アドバイザー
山田 結 さん

普門寺峠に向かう時のヒトコマ。自然をたっぷり感じられる場所で、心癒やされるハイキングを体感しよう。詳しくはp20・21へ。

クラストコ

楽しみ方
アドバイザー
01

自然を愉しむ

山田 結さん(36歳)のライフスタイル



市内で健康食を提案する飲食店を営んでいる山田さん。「オープンガーデン豊橋」に登録されているお庭ではたくさんのハーブや花を育て、食材にも活かしているそう。山田さんの趣味は「自然を愉しむ」こと。休日になると、山に出掛け、登山やハイキング、バードウォッチングなど、一人の時も友達同士でも、自然の中で過ごす時間を大切にしています。「街中ではあまり感じない、爽快な雰囲気が広がるのが癒やされますね。心も身体もフラットになれる場所です」と話してくれました。



店舗のお庭で四季折々のハーブや花を育てる。「ハーブは料理のアクセントに使っています」



登山のヒトコマ。
県内の山はもちろん、
長野県などの山にも登っている。

耳を澄ませて自然と一体になれる
バードウォッチング。
最近友達に勧められて、
その魅力に取りつかれたそう。



友達同士で自然を愉しむのも魅力的。
「自然が好きな友達と山に登ると
いろんな発見があって面白いですよ」





ハイキング

Talk



Hiking

「自然の中にいるだけで、
エネルギーをチャージできます(山田さん)」



「思いっきり呼吸ができるので
心から癒やされますね(美咲さん)」

美咲 山田さんが「自然」を好きになったきっかけは何ですか？

山田 友達の中にハイキングや登山など、山に行く人が多かったんです。「一緒に行く?」と誘われて行った時に、こんなに素晴らしい場所があるんだ!と感動しました。

美咲 友達がきっかけだったんですね。それから休日になると山へ遊びに行くように?

山田 そうですね。もともと祖母の家が長野県の田舎町で、昔よく遊びに行っていたんです。自然な風景がとても懐かしく思えて、人の手が加えられていない“自然体”の風景や雰囲気大好きになって。自然からのエネルギーをチャージすることもできるし、そこにいるだけでリラックスできて「明日も頑張ろう」と思えるんです。

美咲 それ、すごく素敵ですね。お弁当に入れる野菜も、豊橋市内なら新鮮なものが簡単に手に入りやすいですよ。

山田 そうですね! 他の土地に比べると、旬の食材が簡単に手に入るし、珍しい野菜もたくさん売られています。朝市にも行くので、生産者との距離が近いのも嬉しいです。あと、「食」のほかにも山では、写真を撮ったり、落ち葉や木の実を使ったリース作りもおススメです。

美咲 写真やリースも思い出に残って良いですね。

山田 写真を撮っていると無になれる時間が良いですね。リースは、自然にあるものだからこそ、ナチュラルに作ることができるんです。つつい下を見て、歩きたくなくなっちゃう。

美咲 自然の中っていろんな楽しみ方があるんですね。

山田 目的地に向かってただ歩くだけではなく、食ったり、景色だったり、その場所にある花や落ち葉とか、いろんな楽しみ方があるのが良いところだと思います。季節を通して四季折々の風景も楽しむことができるので、とてもおススメです。休日は、自然を思いっきり楽しんで山のエネルギーを全身で体感して欲しいなと思います。



美咲 実際に山へ行く時に、山田さんのこだわりがあったら教えてください。

山田 飲食店を営んでいることもあるのですが、山に行ったら「食」を愉しんでいます。おにぎりを作ったり、サンドイッチやお弁当も持って行きます。時には、グループみんなで1品ずつ持ち寄って、森の中のレストランみたいになん(笑)。みんなでワイワイ食べるだけで嬉しいし、景色も素晴らしいので、家で食べるよりもグッとおいしさが増します!



山の中で食べる食事は格別

ハイキング

簡単ハイキングごはん

ハイキングの魅力のひとつでもある「食」。
山田さん直伝のハイキングごはんを紹介します。

身中が優しい
レシピです。



サンド派

車麩とキャベツの コールスローサンド

キャベツのシャキシャキ感と
お肉のような食感の車麩(くるまぶ)がGood。



ごまベージュ

Recipeあり

豊橋産キャベツの
コールスロー

甘さが自慢の豊橋産キャベツ
をたっぷり使用。

豊橋産トマト

トマトの甘さがたっぷり
味わえるように分厚くカット。

オシャレな
一品に！

車麩のカツ

焼きナス

豊橋産キャベツの コールスロー

[材料]	キャベツ …… 2~3枚	A (ドレッシング)	
[2人分]	切干大根 …… 20g	オリーブオイル …… 大さじ1	醤油 …… 小さじ1/2
	セロリ …… 1/2本	粒マスタード …… 小さじ1	おろしにんにく …… 3g
	ローズマリー …… 小さじ1	酢 …… 小さじ1.5	塩・胡椒 …… 適量



① キャベツを千切りにする。



② Aに刻んだローズマリーを入れる。



③ ①と②、水で戻した切干大根とセロリを混ぜ合わせて完成。

ごはん派

身体に優しい 季節野菜のヘルシー弁当

カラフルなミニトマトと
甘さ溢れる柿のマリネが魅力的。

カラフルな
ミニトマト



豊橋産ミニトマト

いろんな種類や色合いが魅力的なミニトマト。お弁当に乗せるだけでカラフル。

玄米ご飯

蕪と大根の
雑穀ドレッシング

Recipeあり

豊橋産次郎柿と
かぼちゃのマリネ

新食感!
そのまま食べてもおいしい柿を、ひと味違った形に変身。



柿の使い方が斬新!



Recipe

豊橋産次郎柿と かぼちゃのマリネ

【材料】 かぼちゃ …………… 1/8玉
柿 …………… 1個
【2人分】 ひじき …………… 10g
炒めた玉ねぎ …… 1/4個分

A (ドレッシング)
果酢 …… } 各大さじ1
醤油 …… }
ごま油 …… }



① 柿をいちよう切りにする。



② かぼちゃを10分程度蒸す。



③ ①と②、ひじきと玉ねぎをAに絡めて出来上がり。

ハイキング

アイテムを楽しむ

山田さんが登山やハイキングでいつも持ち歩くアイテムを紹介します。

普段使いできる オシャレなハイキングファッション

ハイキングの服やアイテムは、どれも機能性があ
りながらオシャレ。街中で着られるのも魅力です。



軽くて味がある インスタントカメラに注目

ハイキングに行ったらやっぱり写真も楽しみたい！
風景や友達同士ワイワイしているショットをパチリ。



懐かしい！

歩き続ける
ハイキングには
マストアイテムだね。



軽くて便利

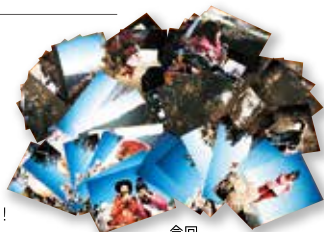
本格的なカメラよりも軽い！
インスタントカメラでパシャパシャ楽しもう。

雰囲気の良い写真が撮れる

インスタントカメラならではのレトロ感がいい味！

写真のワクワク感

どんな画像が撮れているか分からない楽しさやワクワク感が魅力。



今回
ハイキング取材で
撮った写真

ハイキングで拾った木の实や 落ち葉でリースを作ろう

落ちている木の实や、葉っぱを使ってオリジナルリース
を作るのもハイキングの醍醐味。

実際に山田さんが
作ったリース



木の实をたっぷり使ったリースです。
木の枝も山で拾ってきたものを
アレンジして使いました。



葉を絡ませ葉っぱも融合して
植物らしさを演出しました。



どんぐりも
たくさん
落ちてますよ。



山で小腹が空いた時に便利 ナッツ&ティーバッグ

手軽においしく栄養補給できる
グッズも欠かせない！



ナッツ

「ナッツやドライフルーツなどを袋に入れて持って行きます。おいしく栄養価も高く、手軽なのでオススメです」



ティーバッグ

「お気に入りのお茶を集めて、山頂で飲む！これがたまらなくおいしいんです」



ハイキング
Start!!

絶景を愉しむ

石巻山 ～登山編～

市街を一望できる
絶景の山頂

石巻山 いしまきさん

豊橋市石巻町字南山
標高358m。「石巻山石灰岩地植物群落」は貴重な植物や種が生息し、国の天然記念物に指定されている。



豊橋の山といえば石巻山。
約30分ほどで山頂まで行けるとあり、市民にも親しまれている。晴れた日の山頂から望む眺めは最高！
海・山の360度パノラマの眺望が広がる絶景スポット。



岩場を越えてラストスパート！
この階段を登れば…

約30分で到着

わぁ〜絶景

Goal



サンドイッチを食べよう



サンド
ZOOM!



車麩とキャベツの
コールスローサンド
詳しくはP14へ

ナッツを食べよう



山頂まであと少し！
ちょっと休憩

リース用の木の実は
拾ったよ。

タイダラボッチ
の足跡だって

インスタントカメラで
パチリ!



大蛇が住んでいたと言い伝え
られている「蛇穴(じゃあな)」

Start

登る前に参拝

石巻神社



駐車場に車を
停めてスタート!



リース作ったよ

- 美咲 山頂からの景色が最高～！
- 山田 晴れた日に登ると遠くの山や海まで望めますよ。
- 美咲 身近な山がこんなに絶景だとは！驚きました。
- 山田 山頂は、ゴツゴツの石灰岩があったり低山とは思えない雰囲気ですね。
- 美咲 本当！写真を撮りたくなる風景ばかりでした。
- 山田 登るだけではなくて、石巻山では自然・絶景両方愉しめるのも魅力なんです。
- 美咲 こんな風に、石巻山に落ちている葉や枝でリースも作れるから嬉しい。
- 山田 見る・体験するのもハイキングの醍醐味ですね！
- 美咲 早く自分の部屋に飾りたい！

季節を愉しむ

普門寺峠 ～紅葉編～

色鮮やかな紅葉が
目を惹く普門寺へ

豊橋の紅葉スポットとして有名な普門寺。
取材当日は、ちょうど「もみじ祭り」の真っ最中！
赤やオレンジ、黄色に染まる紅葉を眺めながら、
ゆったりハイキングスタート。

普門寺 ふもんじ

豊橋市雲谷町字ナベ山下7

入山時間 8:30~17:00

TEL. 0532-41-4500

<http://www.sunalix.co.jp/fumon/>

毎年12月第1土・日曜日に開催される「もみじ祭り」が有名な、紅葉スポット。





さて、お弁当を食べよう！



お弁当ZOOM!

約30分で到着

Goal

普門寺峠到着

身体に優しい
季節野菜のヘルシー弁当
詳しくはP15へ



あ、ホイチゴ
バチリ!



街中では見かけない
ものもいっぱい!



早速、紅葉発見!

●
本堂



幻想的な雰囲気
に癒やされる

本堂に到着

階段を登ると...



早速、紅葉発見!



小さな橋でヨガ!

Start



仁王門



紅葉がキレイ

美咲 あっという間に目的地(普門寺峠)に着いたから、ハイキング初心者にはピッタリですね。

山田 だいたい30分くらいで峠に着きましたね。途中にせせらぎがあったり、ホイチゴがあったり。ワクワク・楽しい時間でした!

美咲 豊橋自然歩道は普門寺から石巻山、葦毛湿原までつながっているから、登山上級者にもオススメですね。

山田 土も柔らかいので、トレイルラン(山を走るスポーツ)にも適しているかもしれない。仲間を誘って走りたいですね。

美咲 私たちが登っている時も、走っている人が結構いましたね。次は走っちゃいますか!

「収蔵庫のご開帳」
もみじ祭り
期間限定です。




クラストコ 02 とよほしを愉しむ

スポーツを 愉しむ

自然の中で、リラックスしてできるスポーツと、東海地区でもここだけのスポーツをピックアップ！豊橋らしく、なおかつ「今、大注目！」の2つのスポーツに密着しました。

吉田城を眺めながら
心癒やされるスポーツの愉しみ方

私が取材しました
加藤 可奈さん



楽しみ方アドバイザー
萩原 健太さん

豊川(とよがわ)では春から秋にかけてSUP(サップ)を愉しむことができる。
吉田城をバックに、優雅でゆったりとした時間を求めて県外から参加する方も！

吉田城を望みながら

サップ SUPを愉しむ

心も身体もリラックスできる、今、大注目のスポーツ「SUP」。豊橋では、透明感溢れる豊川を中心とした清流で愉しむことができます。

SUPとは？

SUPとは、スタンドアップパドルボードという意味で、大きなボードの上に立ち、パドルで漕ぐスポーツ。1960年代のハワイが発祥とされており、サーフィンよりも手軽にできるとして数年前から日本でも話題に。豊橋では、3年前から豊川を中心とした場所でSUPを体験することができ、子どもから大人まで愉しむことができます。

用意するものはタオルのみ！
手ぶらでSUPが楽しめますよ



豊橋のプロサーファー萩原さん。SUPとの出会いは、自店舗のお客さんのススメから。「SUPっていう面白いスポーツがあるよ」と教えてくれたのが始まり。SUPの楽しさと共に豊川の良さも知ってほしいと思い、始めたそうです。

SUPの道具



パドル
身長によって長さが変わる。軽量なので子どもでも簡単に漕げる。



SUPボード
通常のサーフボードよりも浮力が高く安定感抜群なのが特徴。写真は1人用タイプ。



ライフジャケット
もしものために必要。

SUP体験の流れ

- 準備 濡れてもいい服で。しっかり準備体操
- 1 陸上練習
- 2 入水 インストラクターと一緒に入るので安心
- 3 体験スタート
↓
フリータイム 写真を撮ったりヨガや釣りを自由に愉しむ
- 終了

今回のSUPコース

リバーSUP
体験2時間コース

豊川河川敷集合→吉田城周辺をぶらり
1人5,000円 〈全ての用具付き〉



SUP×吉田城

いってきまーす



Goal



楽しかった!

1 陸上練習



まずは陸で練習！ボードの真ん中に立ち、パドルを前に押し出すのがポイント。

2 入水



子ども2人で乗れるボードもあるよ

3 体験スタート



幻想的～

こんな場所があるんだ～



))

番外編

自然を感じながら心に響くSUPヨガ



SUP + YOGA

SUPとヨガを組み合わせたSUPヨガは、国内外のリゾートで人気のアクティビティー。もちろん豊川でも行うことができ、川のせせらぎと風を身体全体で感じながらヨガができる。

自然に囲まれた空間で、ボードに乗りながらヨガを体験してみては？

Talk

2

STAND UP
PADDLE BOARD

「マリンスポーツが初めての私たちでも
簡単にできるのが嬉しかった(可奈さん)」



「身近にリゾート感覚を
味わうことができますよ(萩原さん)」



萩原 今日SUPを体験してみていかがでしたか？

可奈 私も子どももSUP初体験でしたが、すごく楽しかったです！こんなに面白いスポーツがあるんだと驚いたくらいで、子どもたち以上に私が一番楽しんだかも(笑)。最初SUPの写真を見た時は「絶対落ちる」「バランス感覚がないとできない」と思い込んでいたのですが、実際にやり始めるとすんなりできました。子どもたちの吸収の早さにも感動しましたが(笑)。

萩原 子どもから大人まで誰でも手軽に楽しめるのが魅力ですね。SUPは、「サーフィンやマリンスポーツが苦手できない…」という方でも安心です。また、最近ではSNSに投稿するために水中カメラを持ってくる方も多そうですね。あとは、参加した女性のみなさんが、女子会みたいにSUPの上でお喋りを楽しんでいますよ。

可奈 女子会良いですね。SUPは、カップルでもデート感覚で愉しめそうですね。あと、SUPをして感じたことは、豊川のキレイさ。こんなにも川が透き通っていることにびっくりしました。

萩原 そうなんです。豊川は汚いというイメージがあると思いますが、実際は魚もいっぱいいて、初めて見た時にすごくキレイで感動しました。だからこそ、ここでSUPをやろうと決めたんです。

可奈 豊橋市民は豊川を知ってはいても、なかなか見ること、触れることもない場所ですよ。

萩原 SUPを通して「川がキレイ」「ゆったりできる」との声も多く聞きますし、身近にリゾート感覚が味わえる場所だと思っています。以前、豊川を散歩している方に、「ここは昔デートスポットだった」と教えてもらったこともあり、若者の出会いの場所でもある豊川を、SUPを通して出会いや絆を深める場所にしていきたいなと思っています。



クラストコ

楽しみ方
アドバイザー

02

スポーツを楽しむ

萩原 健太さん(35歳)のライフスタイル



profile

プロサーファーとして現在、サーフショップを経営。豊橋を中心に伊良湖でサーフィンのPR活動のほか、サーフィンのラジオ番組のパーソナリティーや、表浜ビーチスクール代表としても活動中。

<http://braiz-surf.com/>



豊橋の表浜海岸はサーフィンが盛ん。平日でも賑わいを見せるほどで、サーフィンの聖地として全国的に知られています。萩原さんは、2008年に豊橋のプロサーファーとなり、サーフィンはもちろん、今回体験したSUPの導入など、豊橋ならではのマリンスポーツの良さを広くPRしています。休日になると、ご夫人と2人の子どもを連れて海に出かけたり、旅行に行ったりとイクメンパパに！

また、さまざまな環境活動などにも取り組んでおり、代表を務める「表浜ビーチスクール」では、アカウミガメの調査や砂浜再生プロジェクト、地引き網の体験、砂遊びなど、海の環境問題にも力を入れています。「未来の子どもたちに海や川の大切さ・楽しさをPRしたり、豊橋らしさを体感できるマリンスポーツを、広く伝え続けていきたいですね」と話してくれました。

豊橋の海でサーフィンを楽しむことが多い | 砂の減りを防止する「堆砂垣(たいさがき)」作りも行う
毎週木曜 19:00~FM豊橋「KEEP THE BEACH」の | 年間パスポートを使い、何度も訪れるのんほいパーク
パーソナリティーを務める

気持ちをひとつに
氷上を滑る

シンクロナイズド スケーティングを愉しむ

全国的に珍しく、東海地区でも豊橋だけの「シンクロナイズドスケーティング」のチームがあることをご存知ですか?その魅力をたっぷりと紹介します!



学生時代に日本代表として世界大会にも出場した石川さん。現在、豊橋のシンクロナイズドスケーティングのコーチとして活動しており、フィギュアスケート教室のインストラクターも務めています。



シンクロナイズドスケーティングの魅力

- 1 仲間との絆が深まる
- 2 心も顔の表情も豊かになる
- 3 姿勢が良くなり長く続けられる生涯スポーツ

シンクロナイズドスケーティングとは?

フィギュアスケートの団体競技で、フォーメーションの変化や協調性のとれた演技が特徴。「氷上のチア」とも言われており、みんなで手をつないだり、円になったり、仲間と一緒に協力し合いさまざまな演技をする。日本には約15のシンクロナイズドスケーティングのチームがあり、豊橋は東海地区唯一で、小学生から50代までの幅広い年代が在籍している。



スケートの道具



先生の私物のスケート靴。
カラフルな色合いがオシャレ!

シーズンごとに変わる衣装。
どれもきらびやかで
氷上に映える。





シンクロナイズドスケーティングに密着



お揃いの衣装を着て笑顔で演技をするメンバー。身長差を感じさせない演技に感激！

ライン 



リフト 

アクロバティックな技があるのもシンクロナイズドスケーティングの魅力。



ウィール 

一列になって滑る「ウィール」。遠心力が加わりスピードが出る。

私たちが体験しました。

Skate体験



初心者にはスケートがオススメ

初めでも意外に滑れる。楽しかった！



1 入り口すぐに貸し靴室が！自分のサイズ+1cmのサイズがベスト。



2 いざ氷の上へ。まずはベンギン歩きから一歩ずつ。



3 慣れてきた所でスピンの挑戦！



4

アクアリーナ豊橋

Information



スケート営業初日は無料開放イベントがあり、子どもから大人まで大賑わい！大人のスケート教室も開講しているので、まったく滑ることができない人でも安心して通うことができる。詳しくはホームページをチェック。
<http://www.hamada-sports.com/toyohashi/>



豊橋市神野新田町字メノ割1-3
0532-31-4781
営業時間 9:00~21:00

Talk
3

SYNCHRONIZED
SKATING

「シンクロナイズドスケーティングは、
私の日常になくってはならないもの(石川さん)」



「全国的にも珍しい競技のチームが
豊橋にあるなんて驚き(可奈さん)」



可奈 初めて「シンクロナイズドスケーティング」の演技やレッスン風景を見て感動しました！

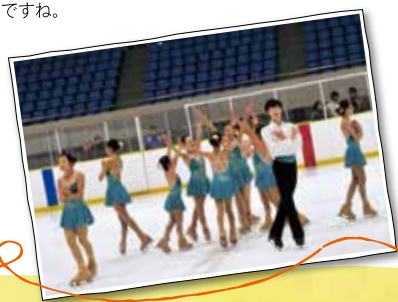
石川 私自身ずっとフィギュアスケートをやっていたのですが、シンクロナイズドスケーティングと出会い、仲間と滑る楽しさにハマりました。東京から豊橋に戻り、「もっといろんな方に見てもらいたい。体感してもらいたい」と思い、地元の豊橋でチームをつくりました。

可奈 演技を見ていて、子どもから大人まで一つになって踊っているんだと驚きました。一致団結が重要なポイントなんです。

石川 スキルが違うのにそれをうまくカバーしたり、仲間との信頼関係や絆が深いからこそ出来る技がたくさんありますし、お互い信頼しているからこそ、素晴らしい演技につながります。メンバーには厳しく教えるのではなく、楽しくスケートするのが1番だと思って教えています。

可奈 今回、スケートに初挑戦できたのも嬉しかったです！身近にスケート場(アクアリーナ豊橋)があるのに行く機会がなくて…。体験してみて、子どもたちと一緒に気軽に愉しめると思いました。特に娘が「また滑りたい」と大喜びしていました。

石川 スケート教室もやっているの、オススメです。基礎を少し身に付けるだけで、ス〜と滑ることが出来ます。スケート場が近くにあるということは、とても素晴らしいことなんです。身近にスケート場があるからこそ、もっとスケートに触れてほしいし、競技もたくさんの方に知ってほしいですね。



クラストコ

愉しみ方
アドバイザー

03

スポーツを愉しむ

石川 郁予さん^(37歳) のライフスタイル



東京や京都で行われるシンクロの勉強会に参加したり、空いた時間にシンクロの曲の編集、構成、振付け、衣装を考えたりと、日々、シンクロナイズドスケーティングのために邁進している石川さん。チームのみんなと大会に出場することもあり、監督・コーチ兼選手としてアクティブな毎日を送っています。学生の頃からスケートに夢中でしたが、スケートのほかに「愉しむ」ライフスタイルを送っているのも石川さんの魅力のひとつ。習うことが大好きな石川さんは、「ずっと動ける身体でいたい」という思いから、ヨガやベリーダンス、ジョギング、バレエ、ジム通いなど幅広く習い事をしてきました。また、地元のお祭りに家族で参加したり、手筒花火を揚げたりと、人と人のつながりや地元を大切にしている“豊橋愛”が強く感じられます。「毎日、笑顔で愉しくいることが一番！」と嬉しそうに話してくれたのがとても印象的でした。

profile

豊橋シンクロナイズドスケーティングクラブ
コーチ。仕事をしながら、チームの指導や振り
付けなどをこなす日々。小・中学生の2児のマ
マでもあり、お子さんもチームに所属。
<https://toyohashisynchro.jimdo.com/>



手筒花火を揚げたことも | 地元の祭で御神輿に参加！
豊橋まつりでご主人と一緒に | 昔からバイクが大好きな石川さん



「チームはみんな仲よし！遠征や合宿時には、頑張ったご褒美に観光や打ち上げも欠かしません。私の元気の源は生徒達の実績かな」

暮らしを 愉しむ

自宅にいなから豊橋を感じ、愉しみたい！そんな方向けに、2つのおうちアイテム「豊橋紅茶」と「デルフィニウム」をクローズアップし、その愉しみ方を紹介します。



豊橋紅茶を愉しむ

～紅茶でホッと一息～

一息つきたい時や普段使いに飲める豊橋紅茶。生産者の想いや、紅茶を愉しむポイント、茶葉を使ったオリジナル料理などを紹介します。



デルフィニウムを愉しむ

～癒やしの花で暮らしを彩る～

豊橋が日本一の生産量を誇る花「デルフィニウム」。デルフィニウムの栽培や、暮らしの中で愉しむアレンジ方法などを知り、花のある暮らしをしませんか。

ホッとした時間を過ごせる
暮らしの愉しみ方

私が取材しました
吉田 紗斗子さん



豊橋紅茶を愉しむ

～紅茶でホッと一息～

無農薬の茶葉を使った

こだわりの豊橋紅茶

以前は紅茶の製造が盛だった豊橋。「紅茶の生産を復活させたい」との想いで立ち上がった、豊橋紅茶の立役者「ごとう製茶」さんにお話を伺いました。

「暮らしの中で紅茶＝癒やしの時間
を愉しんでほしい(後藤さん)」「雑味がないので
日本茶のように気軽に味わえますね(紗斗子さん)」手もみをする
ことで香りが
広がります

紗斗子 豊橋紅茶を知ったのは、市内の飲食店でたまたま紅茶を頼んだタイミングだったと思います。その時に、豊橋で紅茶を作っている農家さんがいるんだと驚きました。

紀生子 昭和30年代、豊橋は紅茶の産地だったんです。それを復活させたいと、無農薬・無化学肥料栽培のお茶の製造をする傍らで、紅茶の製造も始め、20年越しの思いが叶いました。そして、2015年には、国産紅茶グランプリで日本一に輝きました。

紗斗子 日本一！素晴らしい紅茶が、豊橋で作られているなんてびっくりです。香りや味わいが普通の紅茶と違うんですか？

元則 和紅茶(日本の紅茶)の中でも、雑味がないのが特徴ですね。2杯目を飲んでも嫌な苦みもないので、日本茶を飲むように気軽に味わうことができます。

紗斗子 紅茶の味をイメージしていたのですが、確かに、ほうじ茶?日本茶のような味でびっくり。食事の合間にも豊橋紅茶が合いそうなくらい。あと、淹れた時の香りも良いですね。

元則 香りも良いですし、紅茶の琥珀色も気に入っています。味と色、両方愉しめるのも豊橋紅茶の魅力のひとつですね。最近では、豊橋紅茶にハーブを入れたリアレンジを加えたりしていますよ。

紗斗子 紅茶にハーブって絶対合いますね。豊橋紅茶がシンプルな味わいなので、どんなハーブでも良いかも。

紀生子 自宅にたくさんのハーブが植えてあって、その成長を愉しみながら紅茶にも取り入れているんです。暮らしのちょっとした変化を愉しむことで、毎日の生活が豊かになります。

紗斗子 紅茶を通して、暮らしを愉しむって素敵です。

潤史 定期的にごこの工場で、手もみの紅茶づくり体験をやっています。参加したみなさん、この場所でゆったり過ごしているんです。茶畑や景色を見てボーッとしたりして。何気ない景色なのかもしれないですが、とても価値があることなんだと感じています。

profile

クラストコ
愉しみ方
アドバイザー

04



ごとう製茶さん

右から後藤元則さん(58歳)
潤史さん(31歳)紀生子さん(57歳)

1927年創業。元則さんは緑茶を、紀生子さんはハーブを、潤史さんは豊橋紅茶を担当。紀生子さんがデザインしたオシャレなパッケージが目を惹く「紅彩(50g/480円)」は、あぐりパーク食彩村などで販売中。

<http://www.gotou-seicha.com/>



豊橋紅茶を愉しむ3つのポイント



豊橋紅茶をじっくりと愉しむためのポイントを紹介します。



色

point 1

琥珀色の綺麗な色味

透明感溢れる琥珀色が豊橋紅茶の魅力。紅茶の蒸らし時間中に、薄い色から琥珀色になっていく過程を見るのも、淹れる楽しみのひとつ。



香

point 2

ほんのりとした香り

優しい香りが特徴の豊橋紅茶は、飲む前にまず、香りを愉しむのがオススメ。ほんのりとした香りをかぐだけで、リラックス効果も！



味

point 3

ハーブを添えてリラックス

そのままでも、もちろん、味に変化をつけて愉しむこともできる。豊橋紅茶と相性抜群のハーブを添えてゆっくり召し上がれ。



ごとう製茶さんが教える！

おいしい豊橋紅茶の淹れ方

気軽に愉しめる豊橋紅茶。よりおいしく飲める紅茶の淹れ方を教えてもらいました。

紅茶【1人分】



① ティースプーンに山盛り1杯半の茶葉を入れる。



② 250ccの沸騰したお湯を注ぎ入れる。

軽くかき混ぜてから紅茶を淹れよう



③ 3分ほど待ち、温めたコップまたはポットに茶こしを乗せて、最後の一滴まで淹れる。

紅茶の茶葉を使った オリジナル料理

飲む以外に「食べる」ことができるのも豊橋紅茶ならではの。紀生子さん直伝の茶葉を無駄なく使える料理の数々を紹介します。

ぜひお試し
くださいね。



用意するもの | 濃いめに出した冷たい豊橋紅茶



細かく刻むと
風味が増します

紅茶めし

米を水の代わりに紅茶で炊く。炊き上がりに細かく刻んだ使用済みの茶殻を混ぜる。茶葉をまぶしてもよし。



和菓子は豊橋紅茶に
ピッタリのお菓子です

紅茶団子

米粉や片栗粉などを混ぜ合わせた紅茶団子。仕上げには、細かく刻んだ茶葉をさらりとふりかけるのがポイント。



柑橘系と紅茶は
相性ぴったりです！

紅茶のパウンドケーキ

豆乳や甜菜(てんさい)糖などを使った身体に優しいパウンドケーキ。甘夏ピールをトッピングすることで風味もアップ。



噛めば噛めばほど
紅茶の香りが広がります

紅茶クラッカー

小麦粉・なたね油・塩・紅茶のみで作ったシンプルなクラッカー。生地の中には細かく刻んだ茶葉をたっぷり。

デルフィニウムを愉しむ

～癒やしの花で暮らしを彩る～

小さな花が
一面咲き誇る
デルフィニウム



豊橋が生産量日本一のデルフィニウムは、青系、紫系、ピンク系とさまざまな色合いを愉しめます。1本に小さな花がたくさん咲くので、華やかで存在感もあります。生産者・野口さんの想いやデルフィニウムアレンジなどを紹介します。写真はご夫人の明美さん(38歳)と長女の愛菜ちゃん(1歳9か月)。

「1本生けるだけで
華やかになりますね(紗斗子さん)」「もっと豊橋の人に
デルフィニウムを知ってほしいです(野口さん)」

紗斗子 デルフィニウムという花を、今回の取材を通して初めて知ったのですが、すごく素敵な色です!

野口 ライトブルーやピンク、白などの花が咲きます。色が違うだけで、花の印象も変わるので面白いですよ。

紗斗子 ライトブルーは大人なイメージ、ピンク色は可愛らしいですね。デルフィニウムの生産は豊橋が日本一と聞いたのですが、さすが豊橋! 花の栽培が盛んなんだなと改めて感じました。

野口 高品質に育てるために、徹底した管理のもとで育てています。そして、一つひとつ手作業で花を摘んだり、出荷したりと、手間暇かけて育て・生産しているのが、日本一の産地の特徴のひとつだと思います。

紗斗子 機械じゃなくて手摘みなんですね。花を摘んだ後、長持ちさせるための秘訣はあるんですか?

野口 デルフィニウム自体、風にとっても弱いんです。摘んだ後は、長く花を持たせるために、鮮度保持材に漬け込み、茎を水につけたまま市場まで運ぶ出荷方法を行っていますので、冬場は10日ほどは楽しむことができます。

紗斗子 野口さんは、ご自宅ではどのようにデルフィニウムを飾っていますか?

野口 玄関に飾っています。1本でもボリュームがあるので、何本か生けるだけで空間のアクセントにもなります。花があることで、心の癒やしにもつながりますし、見るだけでホッとしますね。

紗斗子 1本置いておくだけで心癒やされますね。生活の中に花があることで、「花のお水を変えよう!」とか、手間をかけてあげたくなるので、その気持ちが心のゆとりにつながるのかなと。花のある暮らしは、心が穏やかになりますね。

profile

クラストコ
楽しみ方
アドバイザー

05

野口高宏さん(37歳)

デルフィニウム農家2代目。
「愛情込めて育てた花たちです。冠婚葬祭など、あらゆるシーンで使うことができます」



紗斗子さんが生けた
デルフィニウム。
子どもの絵と並べて
空間をアレンジ。

デルフィニウム のある暮らし

実際に自宅でデルフィニウムを飾るとしたら…。
バツと華やかな空間が目を惹きます。

花びらを敷き詰めるだけで、
まるでアートのような

ダイニングテーブル

使わなくなった大きな瓶に花を
浮かべるだけでオシャレ。
2色取り入れてもよし。

使わなくなった瓶

たくさん生けてもお部屋の邪魔にならないデルフィニウム。

リビング

ジャム等の空き瓶を使って
デルフィニウムの花だけを
散らしても素敵。

ジャムの空き瓶は
ラベルも活かして

小さな瓶で可愛らしく演出

階段

毎日のぼる階段だからこそ、
ちょっとした癒やしを。
一輪挿しスペースを設けても◎

陶器の醤油差し

階段をのぼる度に心癒やされる

玄関に花を生けるだけで清潔感が溢れる



玄関

ゲストを迎える玄関は、デルフィニウムをたっぷり生けた花束でお出迎え。

花瓶にたっぷり

壁

花の王冠のようにリースを壁にかけると、空間のアクセントにもなる。

100均で購入した木のリース



ちょっとしたスペースにリースを



シャンパングラス

蕎麦ちよこ

使わなくなったマグカップ

キッチン

小さな瓶を使ってさりげなさを演出。鮮やかな色なのでキッチンの彩りにも。

ワインの空き瓶

他にもたくさんの
楽しみ方が!

アンケートから見えた「豊橋の楽しみ方」番外編

たくさんのアンケートをもとに、自然・スポーツ・暮らしと、さまざまな視点から豊橋の楽しみ方を紹介してきましたが、アンケートの中には、面白い＆豊橋らしいスポットなどが、まだまだたくさんありました。番外編として編集部が目じた3つの「楽しむ」を紹介します。

イベントを楽しむ

豊橋まちなか歩行者天国
ええじゃないか豊橋まちなかマルシェ



「ホコ天が賑わっています(20代女性)」



「まちなかマルシェ」では、さまざまな食のイベントを開催

豊橋駅前が大賑わい! いろんな催し物にワクワク

春と秋に開催する「豊橋まちなか歩行者天国」は、豊橋駅前にある広小路通りを歩行者天国にして、はたらく車、ビール祭、大道芸フェスティバルなど、子どもから大人まで楽しめるさまざまなイベントが目白押し。また、月に1回程度開催の「ええじゃないか豊橋まちなかマルシェ」は、豊橋駅南口駅前広場が会場になっており、こだわりの逸品を集めた特産市などを行っている。家族連れや友達、カップルと、幅広い世代が楽しめるのも魅力のひとつ。

Data

豊橋まちなか歩行者天国

開催時期 | 春・秋
会場 | 豊橋市広小路1・2丁目
ときわアーケード

ええじゃないか豊橋まちなかマルシェ

開催時期 | 月1回程度
会場 | 豊橋駅南口駅前広場
(豊鉄渥美線新豊橋駅前)
詳しくは <https://www.1484machinaka.jp/>



広小路通りを封鎖して、さまざまなイベントが楽しめる「歩行者天国」



「はたらく車」が集まる時は子どもも大人も大はしゃぎ!



大道芸人が披露する驚き・ワクワクの演技に釘付け!



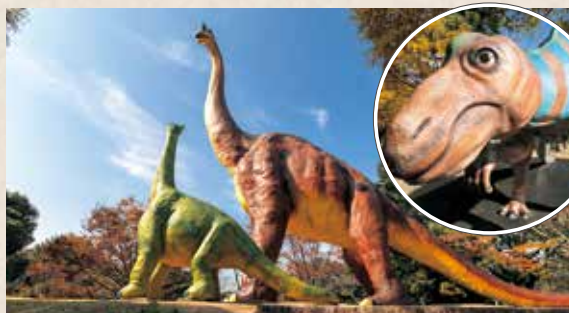
青空の下、スポーツやアクティビティーが体験できるのも魅力のひとつ

施設を愉しむ

豊橋総合動植物公園 のんほいパーク



「のんほいパークの恐竜エリアが大好きです(30代女性)」



迫力いっぱいの 巨大恐竜がお出迎え

動物園、植物園、遊園地、自然史博物館の4つのエリアがある豊橋総合動植物公園。自然史博物館には、世界各地の化石や恐竜の標本を数多く展示しており、入り口前の巨大な恐竜も目を惹く。恐竜は撮影スポットにもなっており、休日には子どもたちで大賑わい。

Data

豊橋総合動植物公園
のんほいパーク

<https://www.nonhoi.jp/>

豊橋市大岩町字大穴1-238

開園時間 | 9:00~16:30(入園は16:00まで)

入園料 | 大人600円、小・中学生100円、幼児無料

休園日 | 毎週月曜日(祝日の場合は翌平日休み)

駐車場 | 有り(有料)



絶景を愉しむ

豊橋市役所13階の展望室



「豊橋を一望できる無料の絶景場所が市役所にあります(30代男性)」



市内の風景を思う存分愉しんで

豊橋市役所13階にある展望室。ここでは、豊橋市街の全方向角を眺めることができ、石巻山や豊川、三河港などを見渡すことができる。夜景も綺麗に望むことができ、昼夜違った表情が愉しめるのも魅力。フロア内にはランチやディナーが味わえるレストランも。

Data

豊橋市役所

豊橋市今橋町1

入館時間 | 8:30~22:00

(車の入庫は21:00まで)

夜間と休日・祝日は東館の特定の庁舎入口から

駐車場 | 有り





名鉄名古屋本線



三河臨海緑地

豊川

豊橋創造大学

美術博物館

こども未来館
ここにこ

豊橋市役所

豊橋公園

公会堂

豊橋駅

三河湾

アクアリーナ豊橋
総合体育館

豊橋市民病院

穂の国とよはし
芸術劇場プラット

中央図書館

向山緑地



柳生川

ライブポートとよはし

ほいっぶ

愛知大学

高師緑地



豊橋鉄道渥美線

デルフィニウム
野口さん



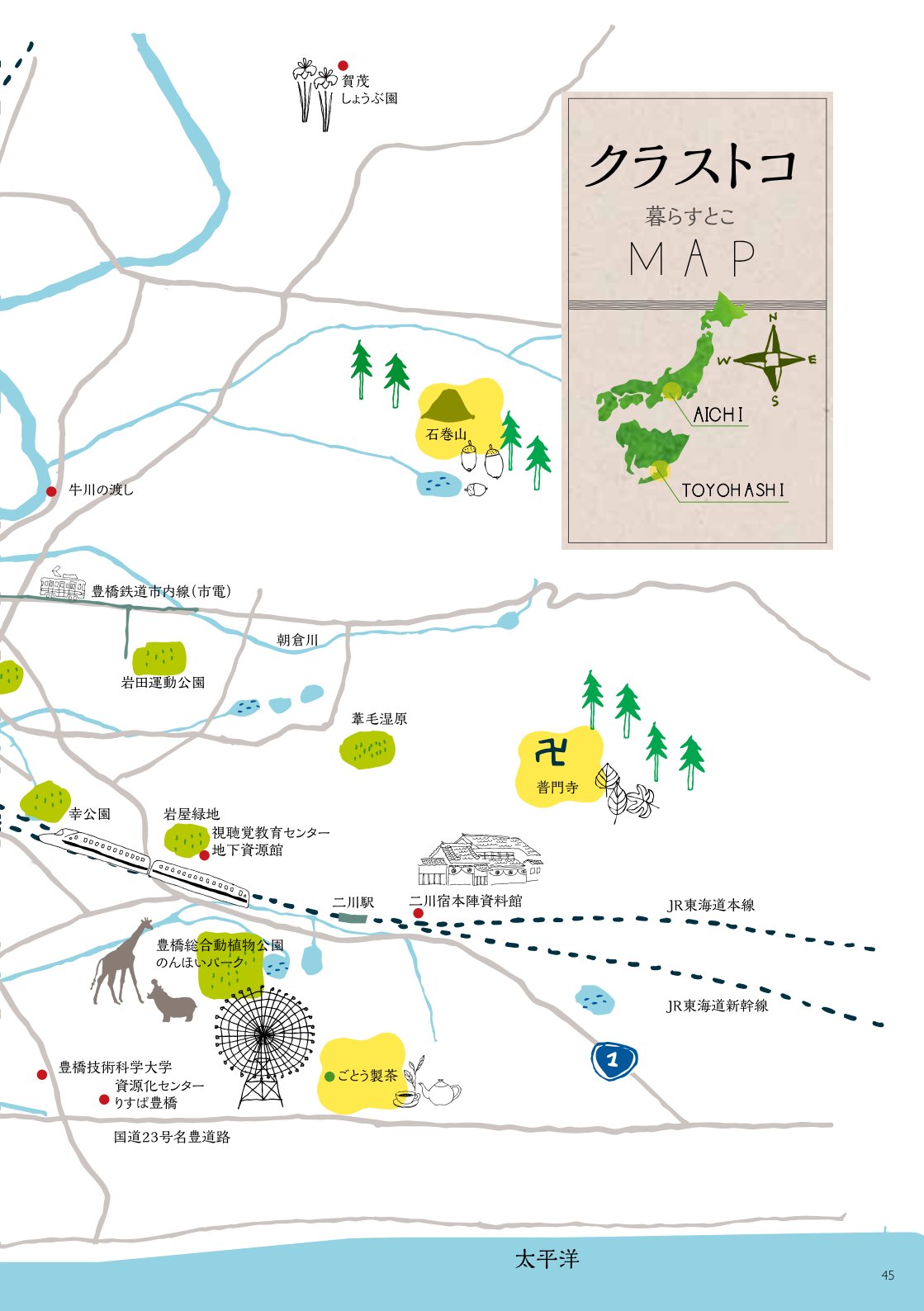
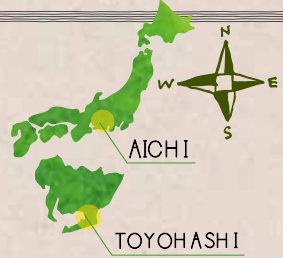
野外教育センター ● 少年自然の家



クラストコ

暮らしとこ

MAP



● 牛川の渡し

豊橋鉄道市内線(市電)

岩田運動公園

朝倉川

葦毛湿原

普門寺

幸公園

岩屋緑地
視覚教育センター
地下資源館

二川駅



二川宿本陣資料館

JR東海道本線

豊橋総合動植物公園
のんほいパーク

JR東海道新幹線

● 豊橋技術科学大学
資源化センター
● りずば豊橋

● ごとう製茶

国道23号名豊道路

太平洋



クラストコができるまで『取材の裏側』



美術博物館で対談中。
豊橋の良さについてヒートアップ！
#実はタイトスケジュール
#必死に撮影と取材中



普門寺のロケハン。
この日、石巻山と普門寺の2か所を
一気に登りタタタの表情…。
#カメラ位置確認はしっかりと
#けど足がガクガク #ゼイゼイ



スケートの取材の風景。
緊張気味…
#スケート初体験
#とっても楽しそうだった



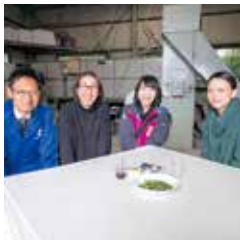
石巻山のロケハンパート2。
メインカット(P4)をどう撮ろうか
迷い中。
#けっこう山頂にいた
#暑くてアウターを脱ぐ
#編集Tiは風邪こじらせ中



SUPの撮影が終了した途端、
遊ぶ！遊びも仕事のうちです。
#初SUP #ドキドキ
#笑顔だけど若干引きつる



やった～！乗れた～！撮影当日、
実はかなりの強風でした…。
#写真じゃ伝わらないけど
#川が荒れてた
#最高に気持ち良かった



豊橋紅茶の後藤さんとこの倉庫にて、
メインカットの確認中。
#なぜか笑顔いっぱい
#空気椅子だから辛い
#何度も何度も繰り返し



可奈さんファミリー初のスケート！
笑顔いっぱいの撮影現場でした。
#アクアリーナ豊橋スケート場
#みんな笑顔



野口さんが作っているピンク色の
デルフィニウム。
とってもかわいらしい～♡
#デルフィニウム
#部屋に飾りたい



#クラストコ

本とインスタが連動！

豊橋でのヒトコマを配信しています！

本の中の世界をもっと多くの方に知ってもらい、共有したいと思い、本と連動した「Instagram」を始めました。Instagramでは、豊橋で暮らす人の姿や日常など、市民の顔や暮らしぶりが見えるヒトコマのほか、取材風景や本の中で使えなかった面白ネタなどを画像や動画で紹介し、ぜひ、みなさんも「#クラストコ」のハッシュタグをつけて投稿し、豊橋の楽しさをシェアしませんか？



豊橋ライフスタイルブック クラストコ Instagram

【kurasutoko】

URL: <https://instagram.com/kurasutoko/>



編集
後記

自分には持っていない他人のライフスタイルをちょっと取り入れてみたり、その人と一緒に話したりするだけで見方が変わり、自分まで楽しい気持ちになることを今回、実感しました。取材中のハイキングで滑ってしりもちをついたこと、SUPで「怖い怖い」と叫んだこと、紅茶を一日で10杯以上飲んだことも楽しい思い出の一つ！「楽しい」の連鎖がもっともっと、豊橋から広まっていくといいなと思います。そして、この本を通じて、読者の皆さんが豊橋にちょっとでも誇りを持ち、「豊橋っていいとこ！」と自信を持って言えるきっかけになると嬉しいです。〈編集T〉

クラストコが立ち上がり、企画や打ち合わせ、取材を重ねて、現在は校了日に向かって突き進んでいます。改めてこの本を振り返りたいなと思います。作っている最中、豊橋の良さや楽しさって何だろう…と、悩んでいました。しかし、取材を通して見えてきたのは「今ある暮らしを、別の視点から見て楽しさに変える」ということ。ストレートに「楽しさ」や「良さ」を見がちですが、色んな見方をするので、それが楽しさ変わっていくんだと取材を通して体感しました。豊橋に暮らす私自身、改めて考えさせられる本となりました。やっぱり、豊橋好きです。〈編集I〉

おわりに

いかがでしたか？

豊橋を象徴する石巻山の絶景や、紅葉を眺めながらの普門寺ハイキング。
吉田城を愉しめるSUPや全国的にも珍しいシンクロナイズドスケーティング。
そして、ゆっくりと自宅でも愉しめる豊橋紅茶にデルフィニウム。

豊橋に住んでいる私たちでも、知らなかった豊橋のこと、
知っているけれど行ったことがなかったところ。

「楽しい」という価値観は人それぞれだとは思いますが、ちょっと日常に彩りを添える
「豊橋らしい楽しさ」があるだけで、「ここに住んでいてよかったな」

「これからも住み続けたいな」と思うのではないのでしょうか。

そして、身近にある幸せや楽しさを、この本を通じて少しでも感じてくれると嬉しいです。
私たちのクラストコ(暮らすところ)＝豊橋には、いろんな楽しさが詰まっています。

次号は、働くことについて、です。

人生のターニングポイントにもなる「働く」ということ。

豊橋に住む女性たちがどんな働き方をしたり、どんな職種で頑張っているのか。

豊橋だからこそ味わえる「その人らしい」ライフスタイルを紹介します。

また、来年お会いしましょう。



クラストコ編集部

豊橋ライフスタイルブック

クラストコ

VOL.01

平成29年3月22日発行

企画・発行

クラストコ編集部(豊橋市広報広聴課)
〒440-8501 愛知県豊橋市今橋町1番地
0532-51-2165

編集・取材

ALii(岩下加奈)

イラスト・DTP・デザイン

DESIGN STUDIO LOOP(松本佳子)

撮影

株式会社 鈴木写真館(清水しげみ/前沢美憂)

印刷・製本

共和印刷株式会社

※本誌記事・写真・イラストなどの無断複写・複製・転載は禁じます

※掲載内容は平成29年3月22日現在のものです

ISBN978-4-9909144-1-7

C0076