絶景！国立公園ウォーキング

アメリカ・ユタ州の旅

美しい景色から雄大な自然まで、バラエティに富んだ国立公園が数多いユタ州。そんな自然をより身近に楽しむため、爽快な気分を味わいながら、ゆっくり歩いてみましょう。

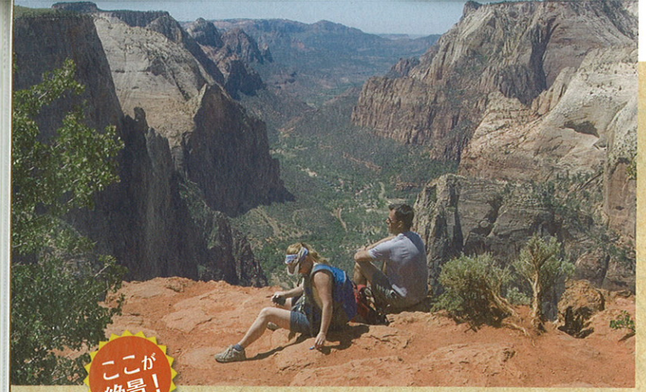
撮影・文／岩井加代子
取材協力／アメリカ西部5州政府観光局　http://www.uswest.tv

アメリカ西部に位置するユタ州。南部には広大な国立公園が集まり、アメリカはもちろん、日本や欧州の旅行者が押し寄せるほど人気です。神秘的な雰囲気に包まれた鮮やかな色彩の峡谷、地球の生命力を感じさせる岩山の連なり……。ユタ州の国立公園は人々をひきつける魅力が尽きません。

そんな自然を存分に楽しむには、歩いてまわる旅のスタイルがお勧めです。国立公園は自然を大切に保護しながらも設備が整い、小さな子どもから歩けるコースを含めたさまざまなトレイルが用意されているので、ウォーキングにもってこいの場所。足元に咲く可憐（かれん）な花を眺めて心がいやされたり、思わぬ絶景と遭遇したり、自分の足で発見した一瞬や景色にはわき起こる感動もきっと倍増するはず。今回は厳選した四つの国立公園を歩く旅を紹介します。ユタ州の国立公園を歩くベストシーズンは、春から秋にかけて。これから旅の計画を立ててみるのはいかがでしょうか。

ザイオン国立公園

変化に富む絶景が堪能できるコース



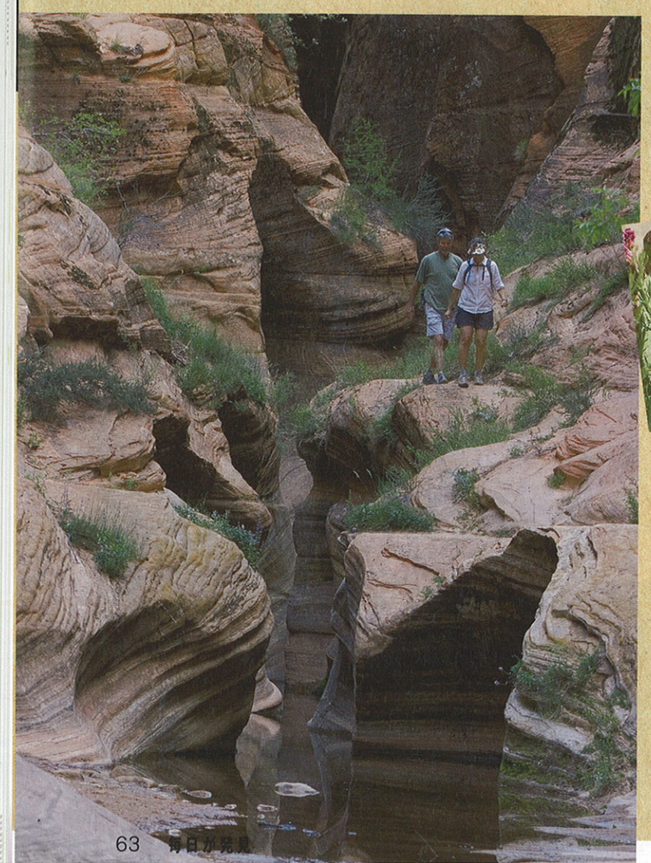
ここが絶景！

目指すはオブザベーションポイント・トレイルのこの頂上。隆起と浸食から誕生した大自然の驚異が眼下に広がる。

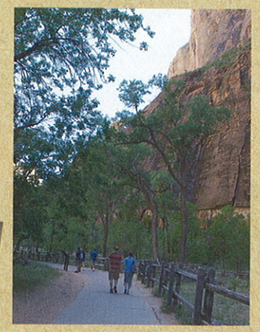
2億年も前の地層がむき出しになり、切り立った岩山の連なりが見る者を圧倒します。オブザベーションポイント・トレイルは、ぜひ挑戦してみたいコースです。難易度は少し高いので自分に合うペースで進むのがコツ。登ってしばらくすると、浸食されて美しいカーブを描く岩、目の前にそびえる高さ700mを超す巨大な一枚岩など、見事な景色が次々現れます。そしていよいよ展望台へ。峡谷が一望でき、雄大な景観は言葉を失うほど。スタート地点ははるか下にあります。ここまで頑張った自分をほめてあげたくなるような達成感がわき上がります。

ウォーキング・ハイキングコース

オブザベーションポイント・トレイル／所要5〜7時間、往復12km、標高差655m
リバーサイド・ウォーク／所要1時間30分、往復3.2km、標高差5m



←オブザベーションポイント・トレイルの大自然の彫刻にしばし見とれる。夏は日差しが強いので、早朝から出発を。



↑川沿いのリバーサイド・ウォークは、緑が多く心地良いコース。車いすでも楽しめるのがうれしい。←オブザベーションポイント・トレイルにはピンクの花が愛らしいサボテン、ユタの州花の白いセゴユリが。春はたくさんの花たちと出会える季節。

ザイオンの西のスノーキャニオンで、砂漠の中の乗馬を満喫。（乗馬ツアーについて詳しくは、http://www.snowcanyontrailrides.com）

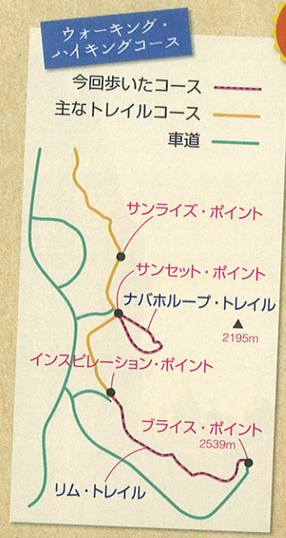
ブライスキャニオン国立公園

神秘的な光と色に満ちた峡谷を歩く

淡いピンクやオレンジ色の、岩の尖塔群が印象的なブライスキャニオン。2000mを超える標高に位置し、澄んだ空の青さが格別です。まずはリム・トレイルからウォーキング。起伏がなく、キャニオン全体を見下ろすように歩く爽快なコースは、色鮮やかな尖塔群が延々と広がる大パノラマ。圧巻の一言です。

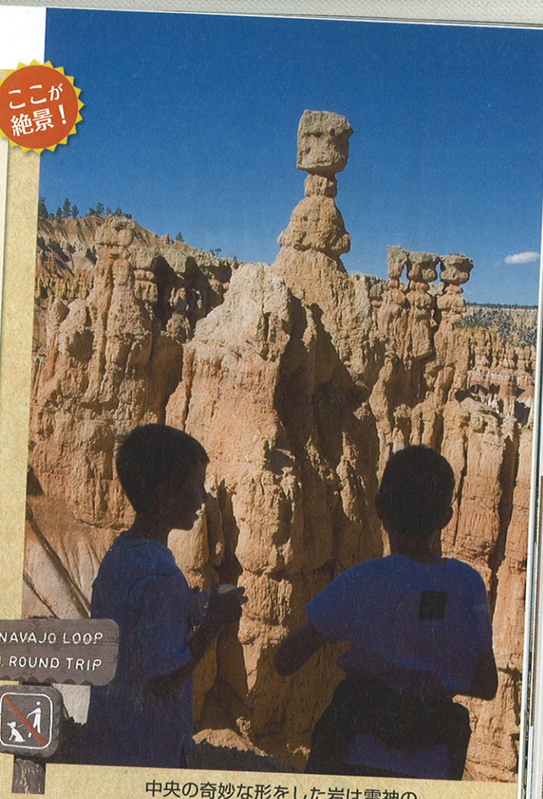
もう一つのお勧めコースは谷底へ降りていくナバホループ・トレイル。曲がりくねった道が続き、まるで迷路に迷い込んだかのよう。さっきまで見下ろしていた尖塔は根元から見上げると、想像以上に大きくて驚かされます。峡谷の中は太陽の光が反射して淡いピンク色に染まり、息をのむほど美しくて幻想的。

ウォーキング・ハイキングコース



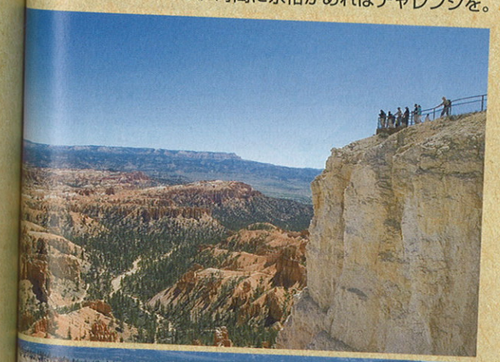
ナバホループ・トレイル／所要1時間〜1時間30分、1周2.2km、標高差159m
リム・トレイル（ブライス・ポイント〜インスピレーション・ポイント）／所要1時間30分、片道2.4km、標高差15m

ここが絶景！

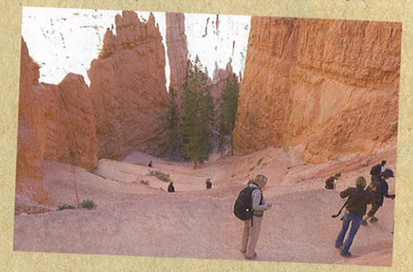


中央の奇妙な形をした岩は雷神のハンマー。ナバホループを少し下った場所から見るとベスト。

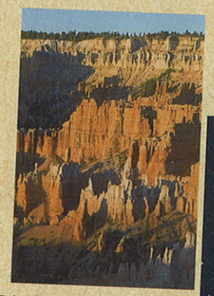
リム・トレイルにあるインスピレーション・ポイントの展望台。峡谷の中に続くトレイルがよく見渡せる。昼間だけでなく、夕日に染まった景色も見逃せない。リム・トレイルの全長は約17kmあり、時間に余裕があればチャレンジを。



リム・トレイルからは視界いっぱいに峡谷が広がる。



ナバホループの行きは下り。帰りは上りなので、ゆっくりと。地層の色のグラデーションが美しい。



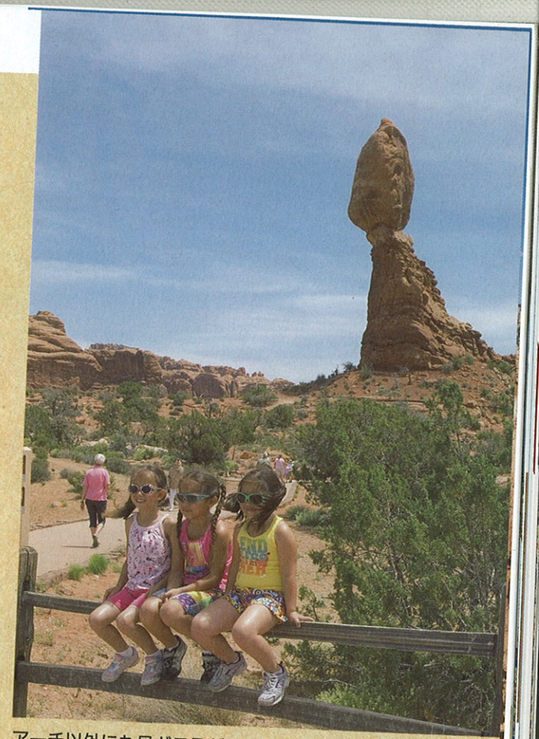
↗朝日を浴び、燃えるようなオレンジ色に変化していく感動的な一瞬。早起きしてサンライズ・ポイント展望台へ。
→夜は満天の星空が。全米の国立公園でも一番星空がきれい。

絶壁に立つ荘厳なアーチへ会いに行く

アーチズ国立公園

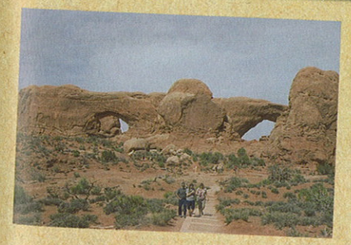
ここが絶景！

自然が造り上げた2000以上もの岩のアーチ橋を有する国立公園。中でもユタ州のシンボルである、デリケートアーチを目指すトレイルは外せません。開けた視界のコースから岩肌を少しずつ登っていき、最後のカーブを抜けると、アーチが突然目の前に現れます。はるか遠くまで山々を従え、断崖絶壁に悠然とそびえるデリケートアーチ。その姿は神々しさを漂わせています。



アーチ以外にも見どころがあり、宇宙人の姿にも似た(？)バランスロックも必見。近づくとかなり大きい。

↑荘厳で優雅なデリケートアーチは高さ13.7m。アーチ中央下の人間が小さく見える。←デンバーから来た『毎日が発見』世代のご夫婦。



アーチや窓枠のような岩が集まるウインドウズ・セクション。トレイルは1周1.6km。

まだまだある ユタの見どころ

モニュメントバレー
赤茶けた荒野にテーブル状の台地や岩山が点在し、西部劇で見たようなシーンが目の前に。ナバホ族のガイドによるジープツアーが人気。

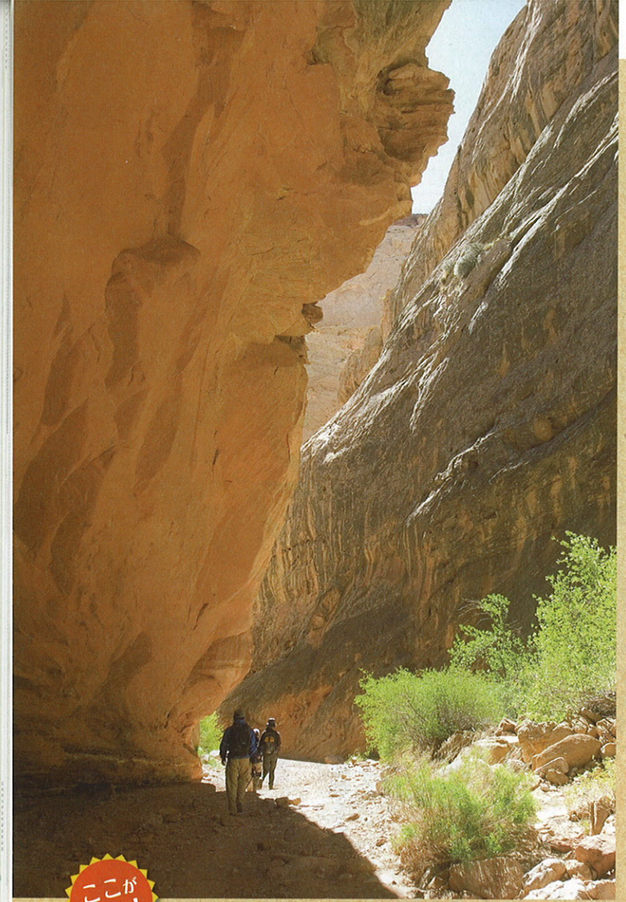
キャニオンランズ国立公園
アーチズ近く、ユタ州最大の国立公園。巨大なクレーターを思わせる地形、針のような尖塔がひしめくエリア、迷路にも似た景色など、原始の世界が今も残っています。全体を見渡すにはセスナの遊覧飛行をどうぞ。南のモニュメントバレーへの飛行なら、到着後にジープツアー参加が可能。

（遊覧飛行について詳しくは、http://redtailaviation.com）

静かな峡谷をのんびりウォーキング

キャピトルリーフ国立公園

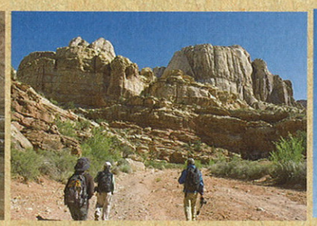
隆起した地層が120㎞も続く国立公園を横切る峡谷の中を歩きます。両側から覆いかぶさるように崖が迫る谷底を歩き、迫力がある景色ですが、平坦（へいたん）な道なので、気ままなウォーキングが楽しめます。朝は人が少なく、静かな時間帯。景色をひとり占めしたようでちょっぴり得した気分です。



ここが絶景！

圧倒されるような峡谷の景色がしばし続く。春にはコースの両側に花が咲き誇る。

休憩中の家族連れ。沖縄在住の経験があり、日本人にフレンドリー。



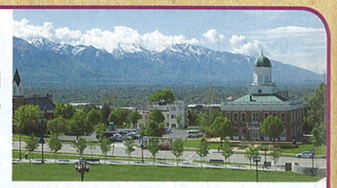
視界が開けた道もあり、すがすがしい眺め。道が平坦で歩きやすい。

車道沿いからひときわ目立つ岩山、エジプトの神殿。

ユタ州へはアクセスの便利なデルタ航空がオススメです

ユタ州をはじめ、アメリカ各地への旅行は日本からアメリカ10都市への直行便を運航するデルタ航空が便利。成田空港からソルトレークシティまでは、シアトルなどで乗り継ぎ約13時間のフライト。また、春から秋には成田から直行便も運航している。所要約10時間なので、日本国内からアクセスしやすい。

ユタ州への玄関口・州都ソルトレークシティ。山と湖に囲まれた自然と治安の良さが評判。



■デルタ航空予約センター
営業時間：（平日）9:00～18:00
（土・日・祝）9:00～17:00
フリーダイヤル：0120-120-747
TEL：0476-31-8000
http://www.delta.com
http://www.deltasky.jp（旅情報が満載の機内誌ウェブサイト）

「ときめき」いっぱいの暮らしが人生を輝かせる

毎日が発見

あなたの脳は大丈夫？　認知症を生活習慣で防ぐ

みその底力を暮らしに生かす

残り毛糸から作るあったか小物

1月号
2011 No.84