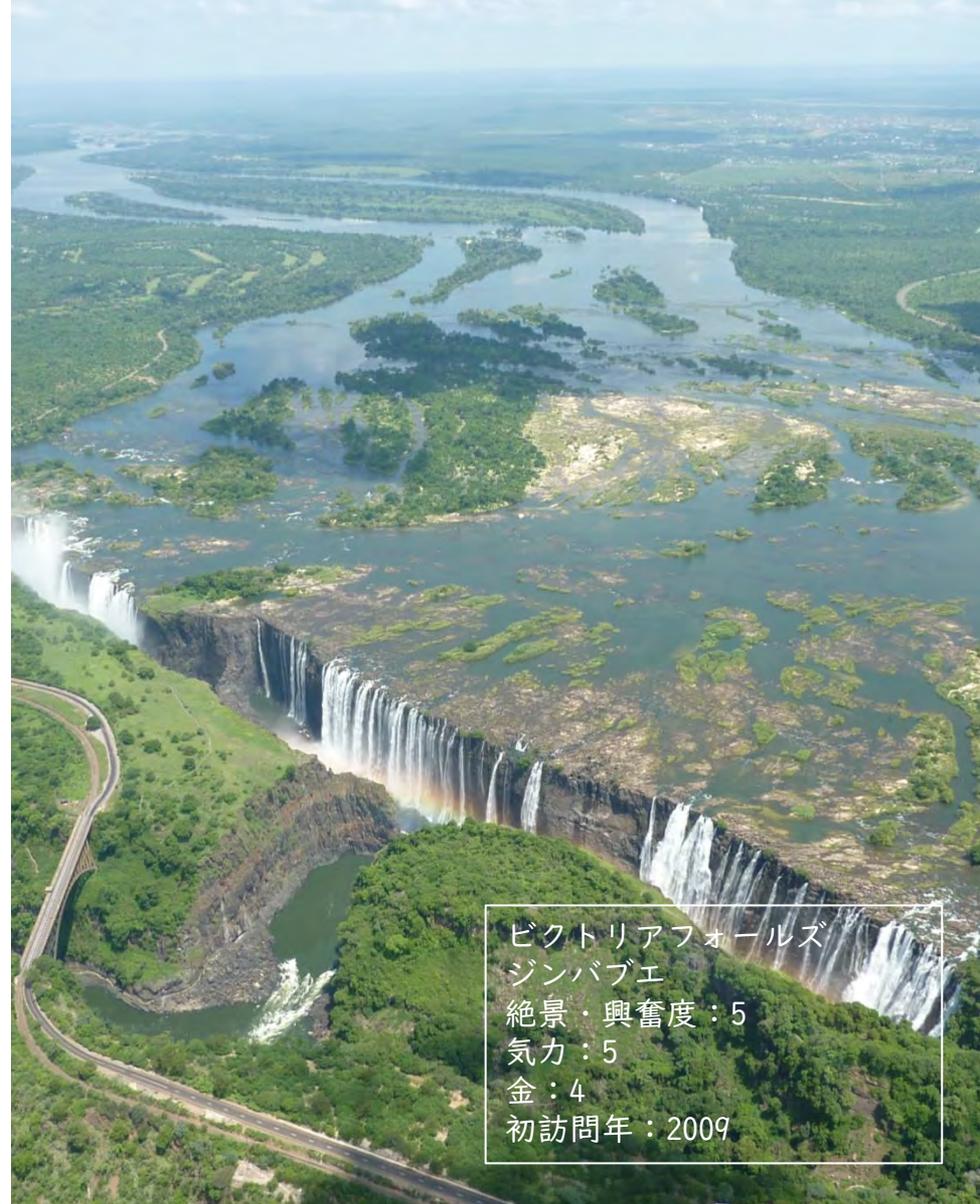


旅のススメ

フナ広場
マラケシュ、モロッコ
絶景・興奮度：3
気力：4
金：3
初訪問年：2009

目次

- はじめに
- 旅の極意
- 旅で得られること



ビクトリアフォールズ
ジンバブエ
絶景・興奮度：5
気力：5
金：4
初訪問年：2009

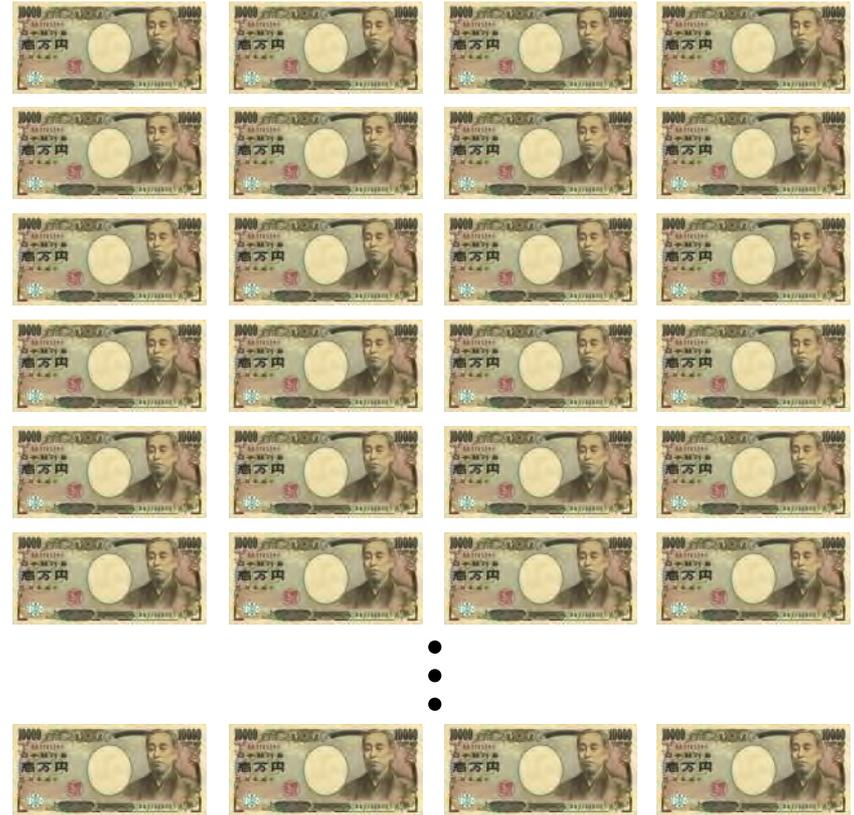
国営ひたち海浜公園
茨城県、日本
絶景・興奮度：3（5月初旬）
気力：1
金：1
初訪問年：2014

はじめに



イースター島
千里
絶景・興奮度：2
気力：3
金：4
初訪問年：2008

お金をかけてきた唯一の趣味＝旅行



22歳以降投じてきた
旅費（家族分含む）

24百万円+

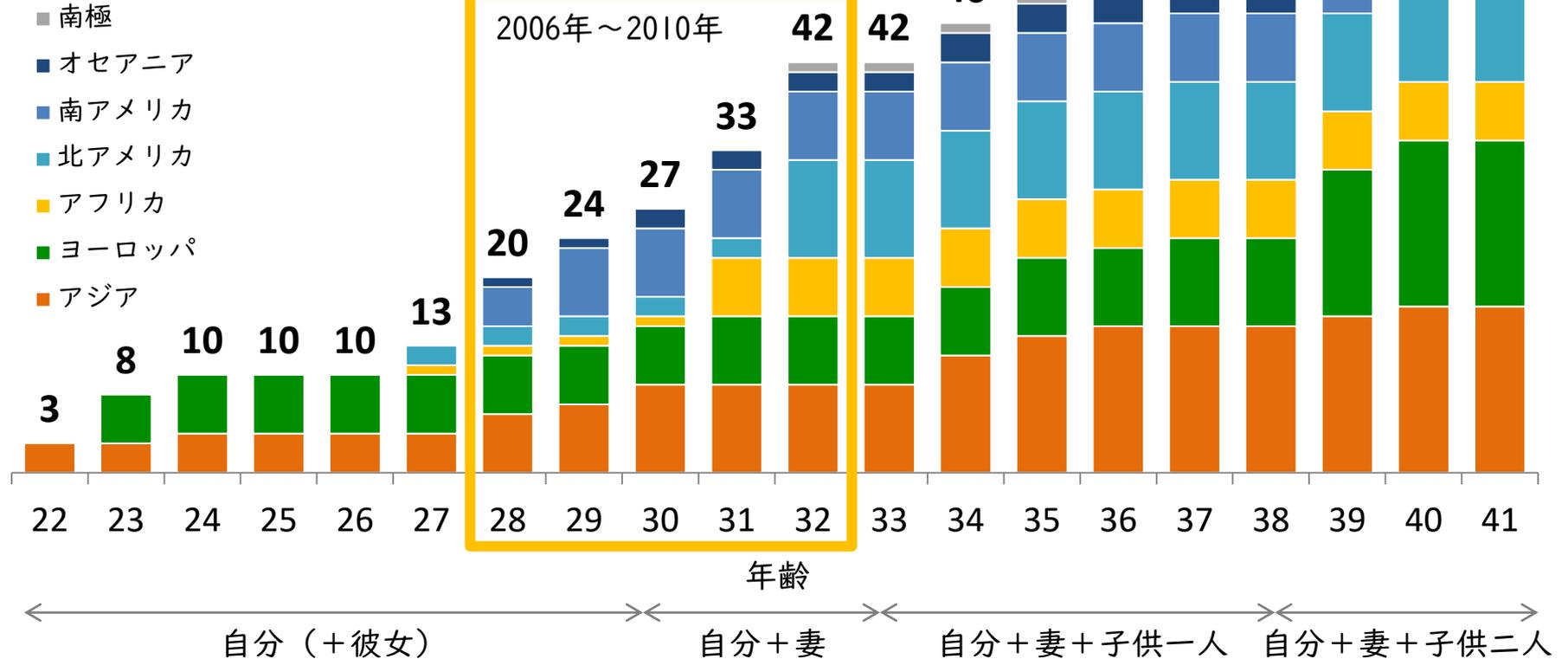
これまで旅してきた
国や地域の数

62

海外渡航回数

140+

最も
アグレッシブ
に旅した
5年間





鹿苑寺金閣
京都府、日本
絶景・興奮度：3
気力：1
金：1
初訪問年：1995

特に旅した

日本については…

全47都道府県



訪問
州数

全34箇所



訪問
国立公園数



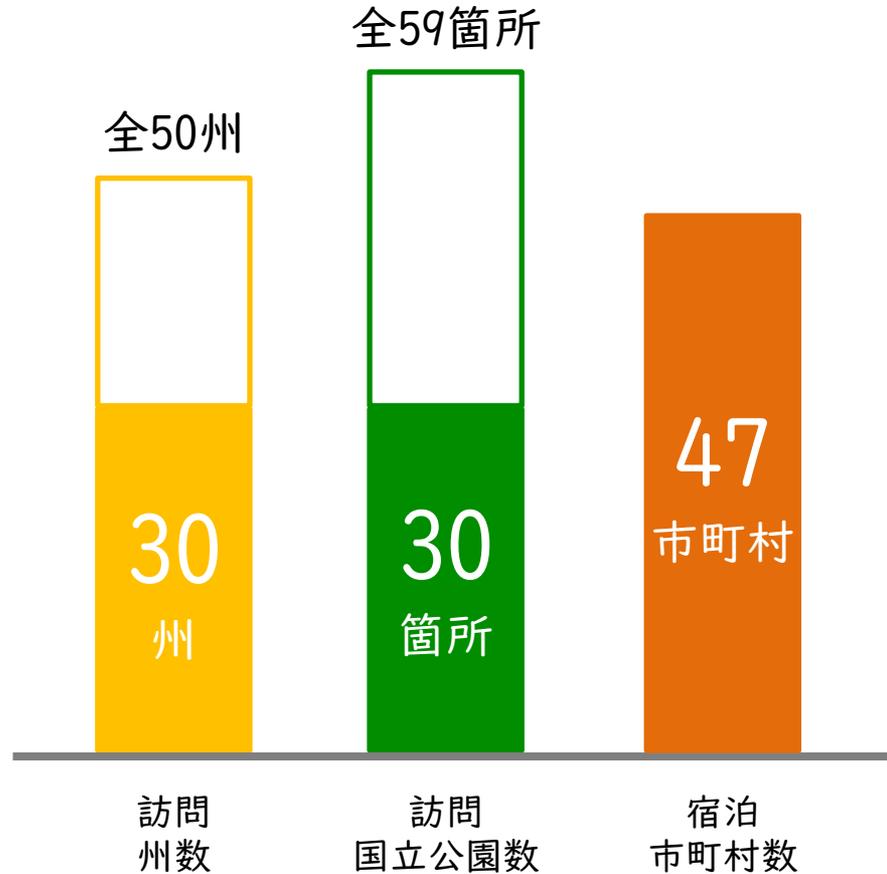
宿泊
市町村数



モニュメントバレー
アリゾナ州、アメリカ
絶景・興奮度：4
気力：4
金：3
初訪問年：2008

特に旅した

アメリカ合衆国については…





偏差値80クラス？の飛行機搭乗実績

[日本航空搭乗実績]

お名前:



お得意様番号:

生涯マイル	1,179,571 マイル (国内線 45,489 マイル 国際線 1,134,082 マイル)
生涯搭乗回数	415 回 (国内線 98 回 国際線 317 回)

地球の円周にして

約47周

月までの往復距離
にして

約2.5往復

総搭乗時間にして

約3145時間

※上記に加えて、アメリカン航空にも400回+搭乗

バハカリフォルニア・クルーズ
(ノルウェー جان・ジョイ)

絶景・興奮度：3

気力：3

金：4

初乗船年：2019



クルーズもそれなりに嗜む

No	船	日数	寄港地
1	エンカンターダ	4泊5日	ガラパゴス諸島
2	フリーダム・オブ ・ザ・シーズ	7泊8日	フォートローダー デール⇄カリブ海
3	アンタークティック ・ドリーム	10泊11日	ウシュアエア ⇄南極
4	フォーレンドム	17泊18日	香港→東南アジア 各地→シンガポール
5	クオンタム・オブ ・ザ・シーズ	4泊5日	上海⇄日本
6	シリア・ セレナーデ	1泊2日	ヘルシンキ →ストックホルム
7	ダイヤモンド プリンセス	11泊12日	横浜→東北→山陰 →釜山→四国→横浜
8	ノルウェー جان ・ジョイ	7泊8日	ロサンゼルス⇄バハ ・カリフォルニア

旅の極意

ムハンマド・アリ・モスク
カイロ、エジプト
絶景・興奮度：3
気力：4
金：3
初訪問年：2005

1. 「働く」と「生活」をシームレスに

レンソイス・マラニャンセス
国立公園、ブラジル
絶景・興奮度：5（6～8月）
気力：5
金：4
初訪問年：2006



セブンティーンアイランド
パラオ
絶景・興奮度：4
気力：2
金：2
初訪問年：2017

10日間以上の旅だってできる！（1/4）

No	船	日数	訪問先
1	ヨーロッパ周遊 (23歳)	19泊21日	フランス、ドイツ、 イタリア、スペイン
2	西日本周遊 (24歳)	26泊27日	関西・山陰・山陽・ 四国・九州
3	トルコ・ギリシア (24歳)	9泊11日	イスタンブール→ トルコ周遊→アテネ
4	アメリカ横断 (26歳)	9泊11日	NY→横断（寝台列 車）→ロサンゼルス
5	エジプト縦断 (27歳)	8泊10日	カイロ→ギザ・アブ シンベル他→カイロ
6	南米周遊 (28歳)	22泊24日	カラカス→南米各地 →リオデジャネイロ
7	ウユニ塩湖で年越し (29歳)	8泊10日	ラパス→ウユニ →ラパス
8	グランドサークル 制覇（30歳）	13泊14日	ザ・ウェーブ、モ ニュメントバレー他

ロス・グラシアレス国立公園
 パタゴニア、アルゼンチン
 絶景・興奮度：5
 気力：5
 金：4
 初訪問年：2007



10日間以上の旅だってできる！ (2/4)

No	船	日数	訪問先
9	タヒチ&イースター島 (30歳)	10泊12日	タヒチ (ボラボラ島) → イースター島
10	イスラエル・ヨルダン (30歳)	9泊11日	アンマン・ペトラ → エルサレム・死海
11	奄美大島で皆既日食 (31歳)	9泊11日	北海道 → 南九州 → 奄美大島 → 沖縄 → 東京
12	アメリカ中部国立公園制覇 (31歳)	11泊12日	イエローストーン国立公園他
13	モロッコ・スペイン (31歳)	10泊12日	バルセロナ → サハラ砂漠他 → グラナダ
14	アフリカ南部周遊 (31歳)	16泊18日	英国 → ビクトリアの滝周辺 → 南アフリカ
15	中米周遊 (32歳)	18泊20日	メキシコ → グアテマラ他 → パナマ
16	南極 (32歳)	13泊15日	ブエノスアイレス → ウシュアリア → 南極



ガラパゴス諸島
エクアドル
絶景・興奮度：3
気力：5
金：4
初訪問年：2007

10日間以上の旅だってできる！ (3/4)

No	船	日数	訪問先
17	アメリカ北西部国立公園制覇 (33歳)	9泊10日	グレーシャー国立公園、寝台列車他
18	ニュージーランド周遊 (34歳)	10泊11日	NZ南島周遊 →シドニー
19	東・東南アジアクルーズ (34歳)	17泊18日	香港→ベトナム・タイ他→シンガポール
20	スイス周遊+パリ (35歳)	9泊11日	マッターホルン、ユングフラウ他
21	中部(日本)周遊 (35歳)	10泊11日	北陸三県・飛騨高山・上高地・立山
22	九州周遊 (37歳)	12泊13日	福岡・大分・長崎・佐賀・熊本・鹿児島
23	北海道周遊 (37歳)	10泊11日	美瑛・富良野・トマム・ニセコ・函館他
24	山陽・山陰周遊 (37歳)	9泊10日	大阪・滋賀・奈良・広島・岡山・山口他



ブルーホール
キーカーカー、ベリーズ
絶景・興奮度：4
気力：4
金：3
初訪問年：2010

10日間以上の旅だってできる！ (4/4)

No	船	日数	訪問先
25	上海&クルーズ (38歳)	11泊12日	上海 ⇄日本海クルーズ
26	北海道+関東キャ ンプ (40歳)	10泊11日	札幌、千葉・埼玉・ 山梨キャンプ
27	イタリア・クロアチ ア・北欧 (40歳)	14泊16日	ベニス、クロアチア 周遊、北欧クルーズ
28	東北三大桜巡り (40歳)	9泊10日	茨木→福島→岩手→ 秋田→青森→山形他
29	日本夏祭り クルーズ (41歳)	11泊12日	ねぶた祭り・竿燈祭 り・阿波踊り他
30	北米テーマパーク& クルーズ (41歳)	12泊14日	ロサンゼルス⇄ バハカリフォルニア

上記に加えて、
平日5日間年休の7日間 (1回)、8日間
(9回)、9日間 (3回) の旅行も！

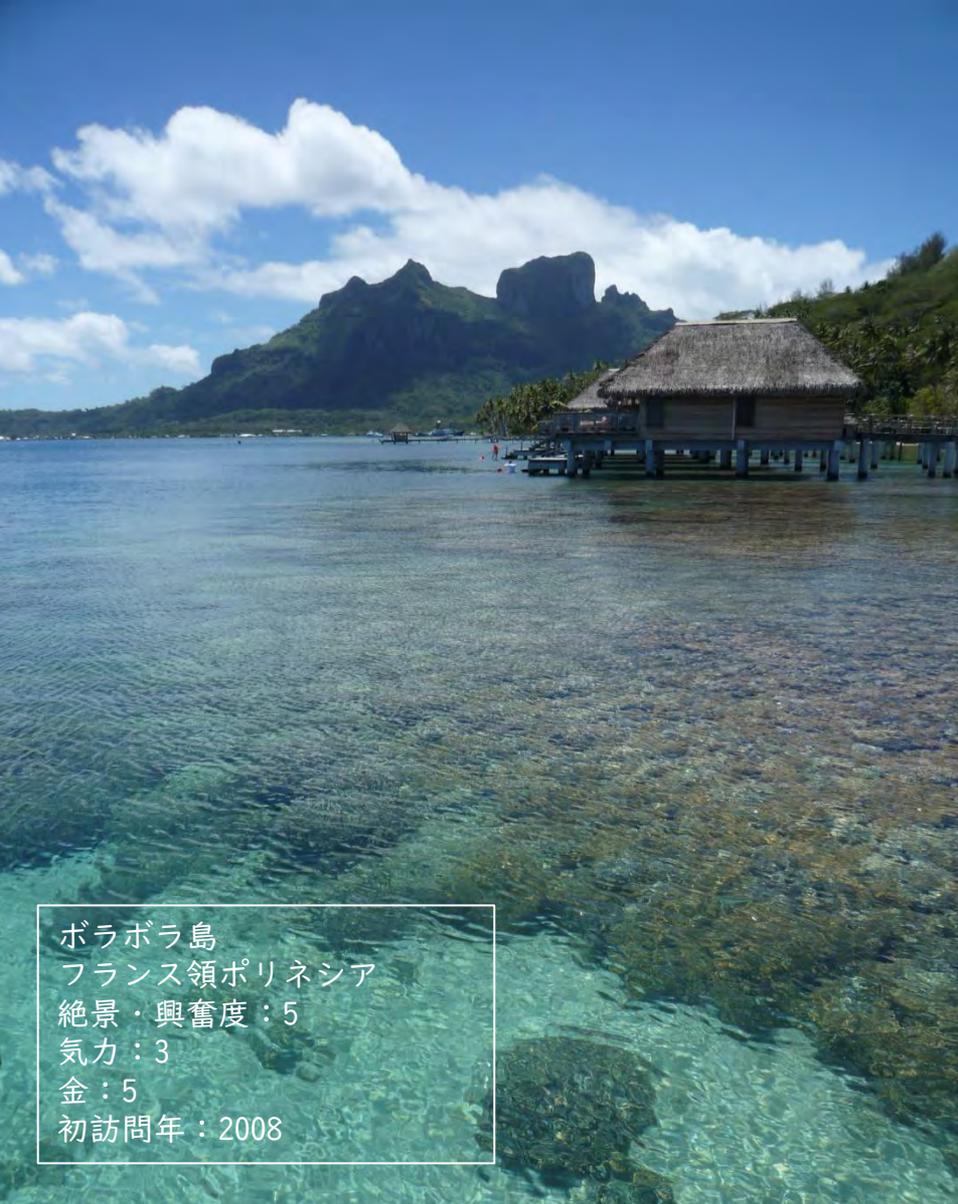
2. メリハリ - 旅を「長く」楽しむ

ザ・ウェーブ
ネバタ州、アメリカ
絶景・興奮度：5
気力：5（抽選・荒野を歩く）
金：3
初訪問年：2008



オーロラ
フェアバンクス、アメリカ
絶景・興奮度：5
気力：4
金：3
初訪問年：2007

絶景を追い求める旅



ボラボラ島
フランス領ポリネシア
絶景・興奮度：5
気力：3
金：5
初訪問年：2008

時にゴージャスに
リゾートステイ



イグアスの滝
ブラジル・アルゼンチン
絶景・興奮度：5
気力：5
金：4
初訪問年：2006

ハードに
バックパックスの旅



優雅にクルーズ
特に子連れにはオススメ

カリブ海クルーズ
(フリーダムオブザシーズ)
絶景・興奮度：3
気力：3
金：4
初乗船年：2010

白州・尾白の森名水公園
山梨県、日本
絶景・興奮度：1
気力：2
金：1
初訪問年：2019



気分転換に
近場でキャンプ



とはいえ、
旅には横串しも

ラーメン晴
カリフォルニア州、アメリカ
お味：4
初来店年：2006

3. 独自ルート - 旅と旅を組合せる

ウユニ塩湖
ウユニ、ボリビア
絶景度：5（12月～2月）
気力：5（標高3,700m）
金：3
初訪問年：2007

思い出のルート 1

旅のテーマ	日数	ポイント
西日本周遊	26泊27日	<ul style="list-style-type: none"> 青春18きっぷ片手に野宿の旅 夜行快速列車



- 青春18きっぷが使える今は亡き夜行快速列車で、わずか500円で移動と安全な睡眠を確保！
- ムーンライト山陽①：下関→姫路
- ムーンライト山陽②：小郡→京都
- ムーンライト九州：京都→博多



厳島神社
 広島県、日本
 絶景・興奮度：3
 気力：1
 金：1
 初訪問年：2003

思い出のルート 2

旅のテーマ

日数

ポイント

南米周遊

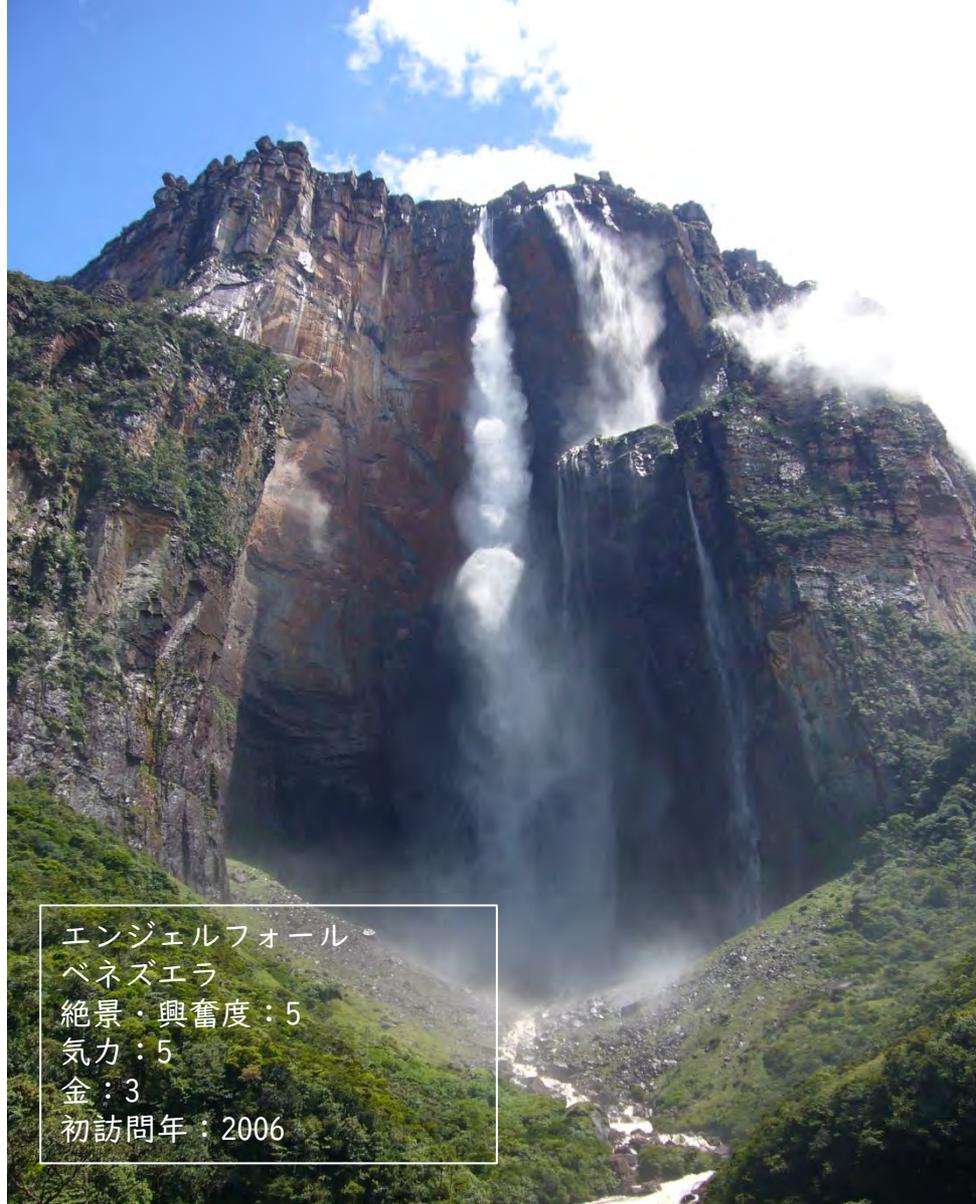
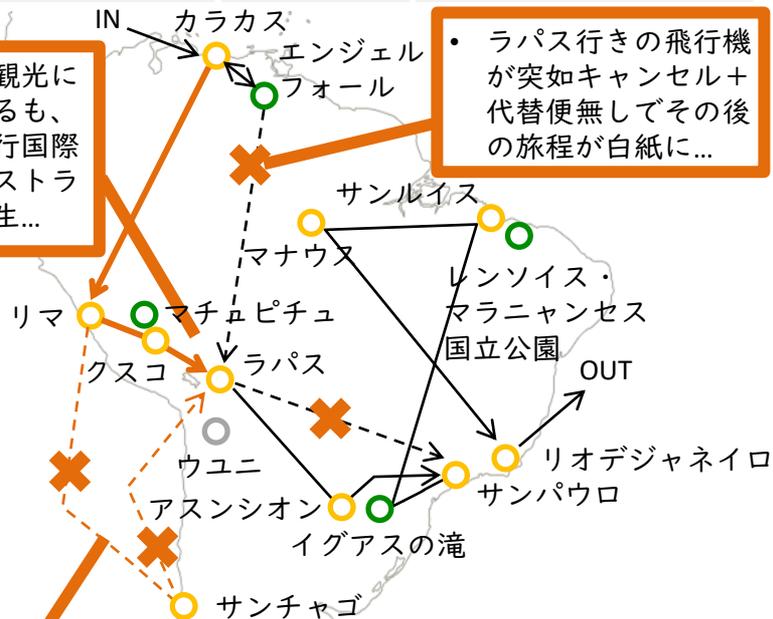
22泊24日

・ 幾多のトラブルを乗り越えつつ、南米を堪能

・ ペルー観光に切替えるも、ラパス行国際バスでストライキ発生...

・ ラパス行きの飛行機が突如キャンセル+代替便無しでその後の旅程が白紙に...

・ リマ、サンチャゴ経由の代替便を購入するも、リマ以降の便が遅延、キャンセル。再び白紙に...



エンジェルフォール
ベネズエラ
絶景・興奮度：5
気力：5
金：3
初訪問年：2006

思い出のルート 3

旅のテーマ

日数

ポイント

東・東南アジア
クルーズ

17泊18日

・ 一旦クルーズ
ルートから外れる

・ クルーズ船から一旦下船して、ホーチミンとバンコクを堪能後、再乗船



東・東南アジアクルーズ
(フォーレンダム)
絶景・興奮度：2
気力：3
金：4
初乗船年：2013

思い出のルート 4

旅のテーマ

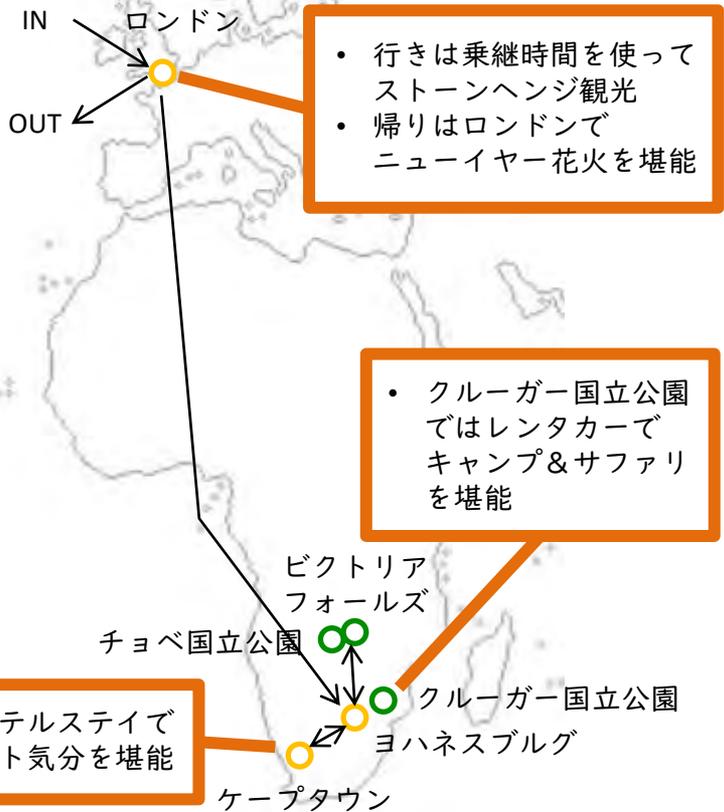
日数

ポイント

アフリカ南部周遊

16泊18日

- 往復の経由地をたっぷり堪能
- メリハリ



チョベ国立公園
ボツワナ
絶景・興奮度：4
気力：5
金：4
初訪問年：2009

思い出のルート 5

旅のテーマ

日数

ポイント

ダイナミック欧州

14泊16日

- 点と点を自由に
つなぐ
- メリハリ

- 経由地ヘルシンキ発の
タリントシリアラインで
バルト海クルーズ（ス
イートルーム）を堪能



- 経由地ヴェネツィアを
たっぷり満喫してから
フェリーでクロアチアへ



- レンタカーを駆使して
クロアチア縦断
- 安価にアパートマンステイ



[旅心を駆り立ててくれる本]

No	タイトル	短評
1	世界一周デート トモ&エリの 607日間ハネムーン (2005年出版)	 2000年代中頃にデビューしたバックパッカーなら誰でも知ってる旅行記。数多くのカラー写真と凝った編集が◎
2	深夜特急 1~6 (1994年出版)	 作家・沢木耕太郎自身の旅行経験に基づく紀行小説。1巻を読み終わった2週間後には、1巻の舞台、香港にいました。
3	旅の極意、 人生の極意 (2006年出版)	 著名経営コンサルタントの大前研一が紹介する珠玉の旅。ゴージャスな旅にフォーカスしている点が珍しく、面白い。
4	エジプトが 好きだから (2003年出版)	 エジプト人、みやげ屋との戦い、時には砂漠でのうんこの仕方まで、著者の情景を切り取る描写力に感動。訪問前に必読。

ブライスカニオン国立公園
ユタ州、アメリカ
絶景・興奮度：4
気力：4
金：3
初訪問年：2008





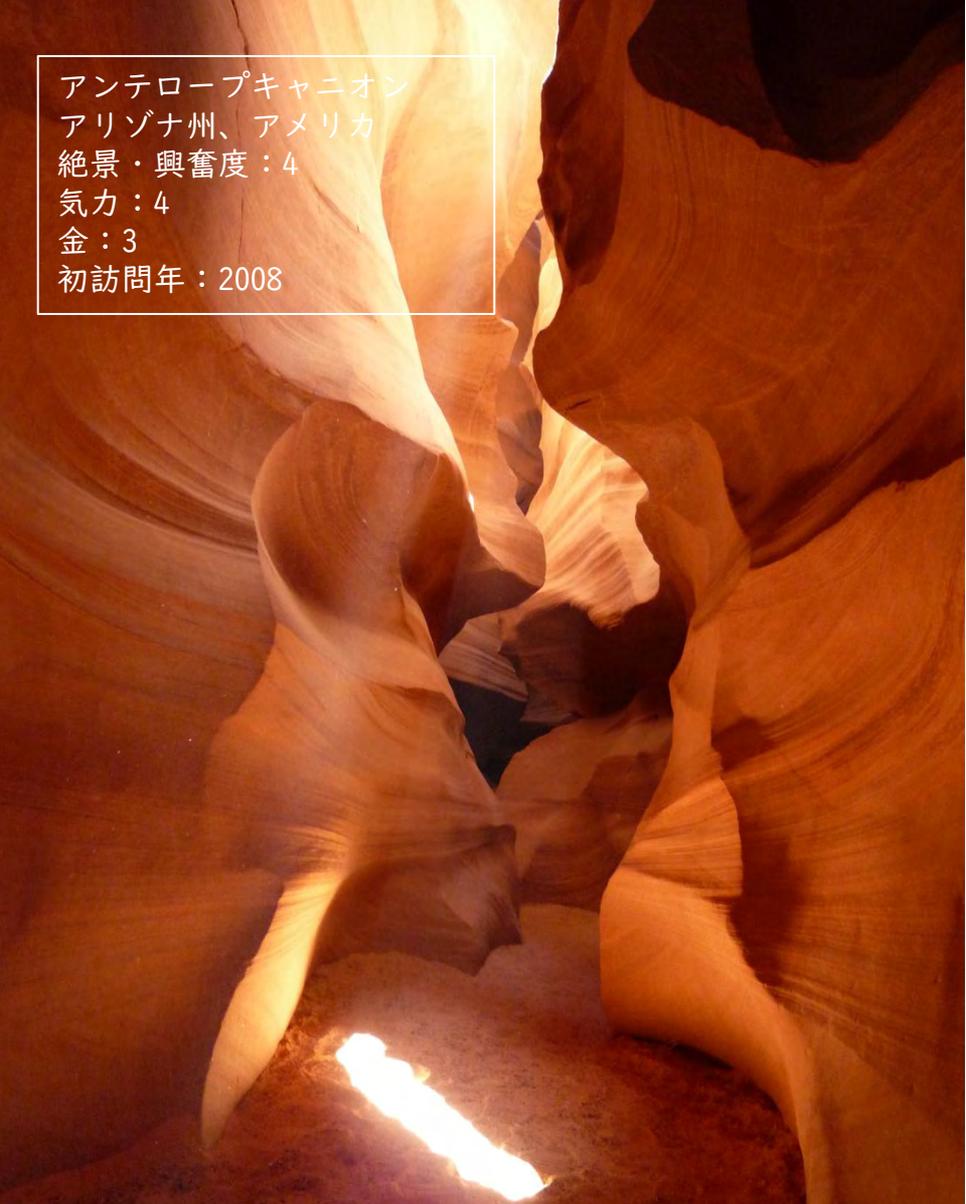
4. 時間・金・気力 - 長期的な視点で旅する

マンハッタン島
ニューヨーク州、アメリカ
絶景・興奮度：3
気力：3
金：3
初訪問年：2005



南極半島
南極
絶景・興奮度：5
気力：別格（絶叫する60度）
金：5
初訪問年：2011

時間と金と気力、
全てが十分に揃う
タイミングはない

A photograph of the interior of Antelope Canyon, showing smooth, undulating sandstone walls illuminated by warm, golden light. The light creates a dramatic play of shadows and highlights, emphasizing the intricate, wave-like patterns of the rock. A bright light source is visible at the bottom center, casting a long, narrow beam of light across the floor.

アンテロープキャニオン
アリゾナ州、アメリカ
絶景・興奮度：4
気力：4
金：3
初訪問年：2008

ヤング世代
時間と気力がある
(お金がない)



上高地帝国ホテル
長野県、日本
絶景・興奮度：3
気力：1
金：2
初訪問年：2013

ミドル世代
お金と気力がある
(時間がない)



ユングフラウ
スイス
絶景・興奮度：4
気力：3
金：4
初訪問年：2013

シニア世代
お金と時間がある
(気力がない)



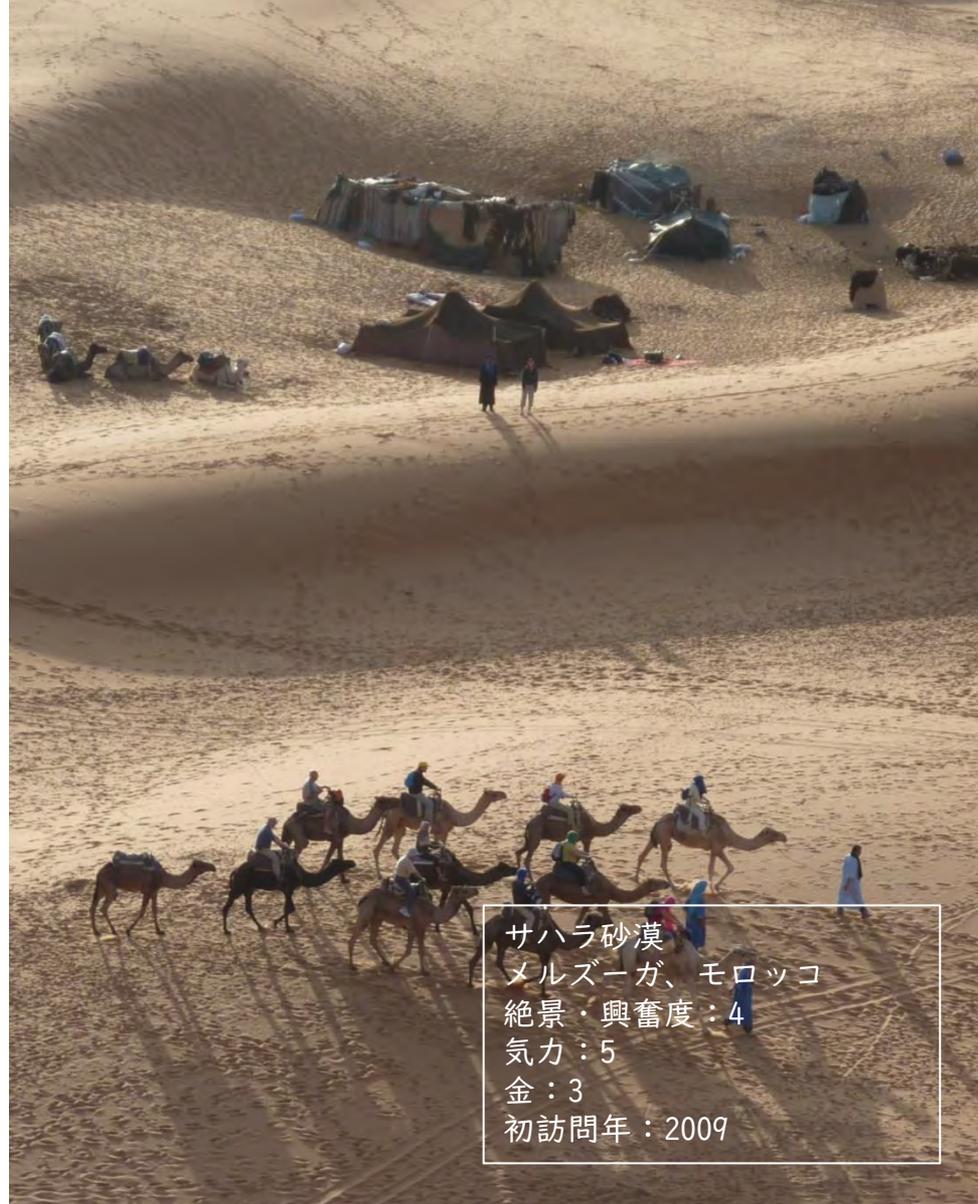
バリ島（ジンランビーチ）
インドネシア
絶景・興奮度：3
気力：2
金：3
初訪問年：2005

ファミリー世帯
幼児でも問題なし！
小学校入学前は自由度高し！
2歳までは国際線無料！
3歳までは国内線も無料！

旅で得られること

グレーシャー国立公園
モンタナ州、アメリカ
絶景・興奮度：4
気力：4
金：3
初訪問年：2011

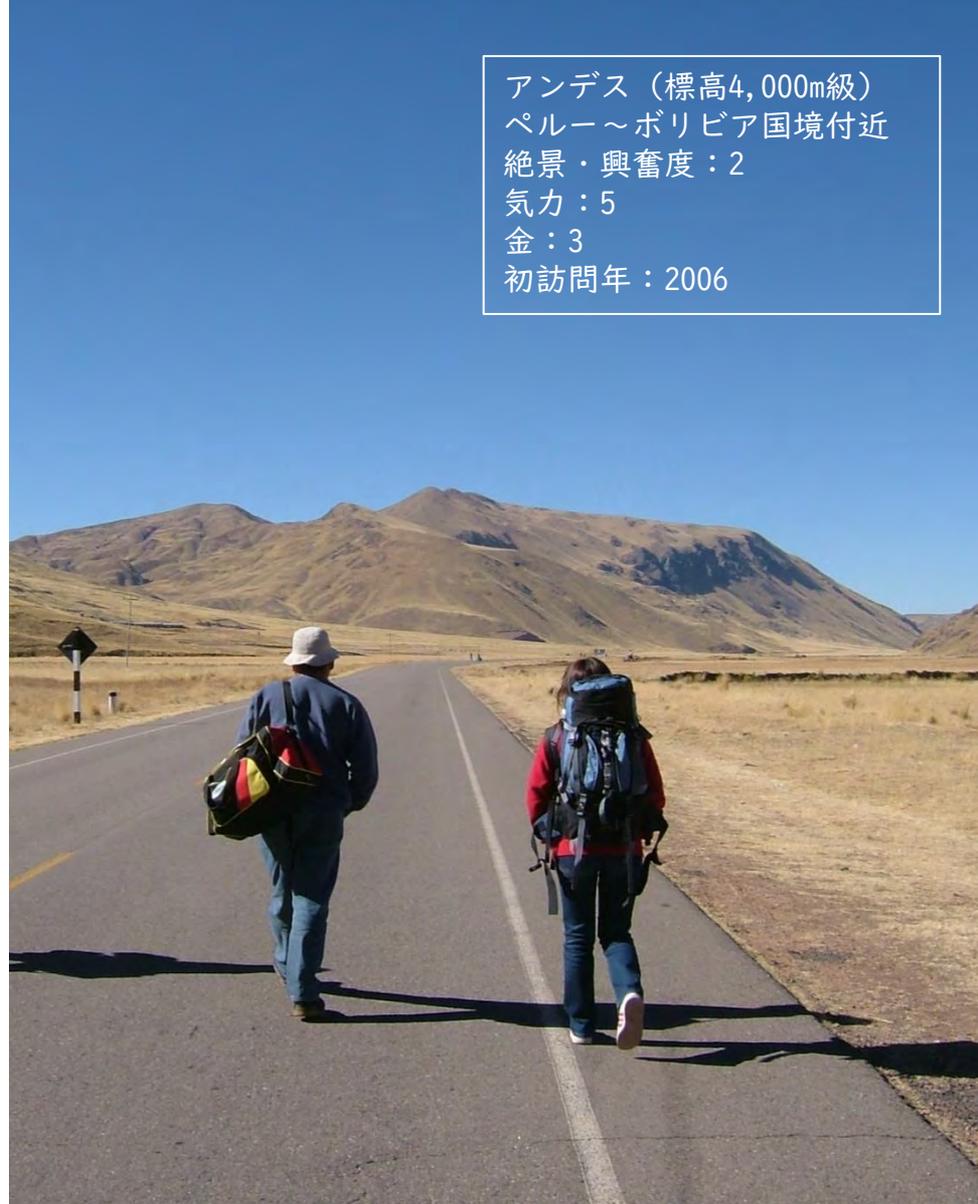
当たり前のこと気づく
→世界は常に
進み続けている



サハラ砂漠
メルズーガ、モロッコ
絶景・興奮度：4
気力：5
金：3
初訪問年：2009

あり得ない
ことに遭遇できる
→身銭をかけた
リアルサバイバルゲーム

アンデス（標高4,000m級）
ペルー～ボリビア国境付近
絶景・興奮度：2
気力：5
金：3
初訪問年：2006



実物に触れる
ことで学び直せる
→例えば、宗教について



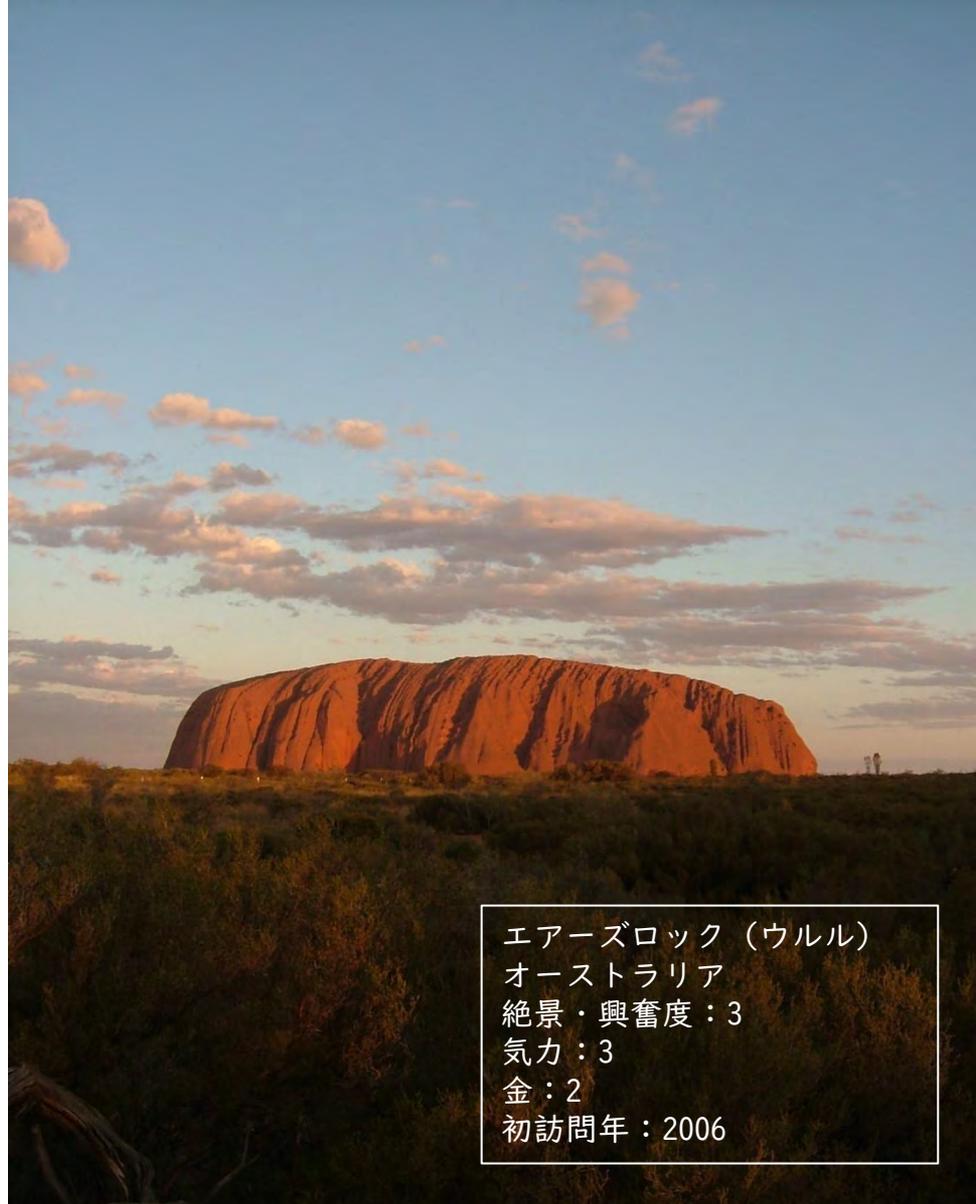
嘆きの壁
エルサレム、イスラエル
絶景・興奮度：3
気力：4
金：3
初訪問年：2008

実物に触れる
ことで学び直せる
→例えば、戦争について



ペリリュー島
パラオ
絶景・興奮度：2
気力：2
金：2
初訪問年：2017

たっぷり自省できる
特に一人旅では。



エアーズロック (ウルル)
オーストラリア
絶景・興奮度：3
気力：3
金：2
初訪問年：2006



若いうちにできる良い旅を
Bon Voyage!

クレーターレイク国立公園
オレゴン州、アメリカ
絶景・興奮度：4
気力：3
金：3
初訪問年：2009