



1.浜辺で行う呼吸法のレッスン。2.ジョギングコースを設計したソウルオリンピック日本代表の遠藤司さん。実際に小浜島を走られました。3.「ヘルス&ビューティーウォーキング」では裸足でビーチを歩くことも。大地を踏みしめる感覚が強くなります。4.西表島に沈みゆく太陽の光を浴びながら行うサンセットヨガ。

「はいむるぶし」といえば、多様なマリンスポーツを体験できるアクティビティ！ 今回のリニューアルでは、自然との一体感を味わうことができるヨガなどのウェルネス・プログラムがラインナップに加わりました。昇つていく太陽の光を浴びながら行う朝ヨガや、夕焼けをバックに行うサンセットヨガなど、ヨガインストラクターの指導を受けながら体験する時間は、

小浜島の自然と同化！ 「ヘルス&ビューティー ウォーキング」

だんに使い、マクロビオティックの概念を取り入れ、目にも鮮やかな料理の数々を味わうことができます。ようになったのです。

いつものヨガスタジオで過ごすものとは一線を画しています。そして、スキーのストックに似たポールを使って歩くアクティビティが「ヘルス&ビューティーウォーキング」。ウォーキングの1・5倍の消費カロリーなのだとか！ ポールを前について骨盤を使って歩く全身運動として注目されています。取材時に体験した編集部大崎は、「1時間があっという間に過ぎて行きました。最初は腕と足を出すタイミングが上手くつかめなかつたんですが、景色を眺めながら歩いているうちにできるように。コミュニケーションを取りながら景色と会話を楽しめるのも良かったです。ジョギングとは別物の爽快感！」とコメント。園内だけでなく、園外を含めた複数のコースが設定されています。写真のようにコース途中で浜辺を歩いてみるのもいいかもしれません。さらに、ソウルオリンピック1万メートルの日本代表として活躍された遠藤司さんが、ジョギングのコースを設計されました。独特の時間の流れを持った小浜島で、スロライフと身体を動かすウェルネスが見事に融合しています。

DATA
はいむるぶし
沖縄県八重山郡竹富町小浜 2930
TEL 0980-85-3111
FAX 0980-85-3116
(予約センター)
http://www.haimurubushi.co.jp



「オーガニックエレメンツ」を使った トリートメントコースが日本初登場！

はいむるぶし内の「ぬちぐすいスパ ていんがーら」では、イタリアのオーガニックスパブランド「オーガニックエレメンツ」のプロダクトを使ったトリートメントコースを、日本で初めて導入！そして、専用スパルームだけではなく、スタッフが客室を訪問してトリートメントを行うサービスも開始(オーシャンビュースイート、オーシャンプレミア限定)。



西郷マユミさん監修の「プチマクロコース」のイメージ写真。全9品が堪能できるディナーコースです。

はいむるぶし Kohamajima

命の薬が手に入る場所 「はいむるぶし」で 過ごす癒しの夏

生まれ変わった日本最南端リゾートホテル「はいむるぶし」。沖縄本島から400kmも南下した八重山諸島に属する小浜島で30年以上の歴史を誇っています。今回は「料理」と「アクティビティ」の二つにスポットを当ててみました。

写真:八幡宏 取材/文:大崎暢平

沖縄野菜と プチマクロのマリアージュ

新生「はいむるぶし」を支えるコンセプトが「ぬちぐすいリゾート」であることは前号でもお伝えした通りです。ぬちぐすいとは、命の薬を意味する言葉。これは、沖縄独特の考え方で、「美しい風景やおいしい料理などに出合い、心あたたくなくなり、癒されること」なのだとか。この地に滞在して五感のすべてを解放することで、日常生活で溜まった様々なものを洗い流してくれるというわけです。「はいむるぶし」では、これまでも広大な敷地内にある農園で栽培された野菜を使った料理を提供してきました。その考え方が、マクロビオティックの「身土不二(その土地の自然に適応した旬の作物を育てて食べること)」と共鳴することから、リニューアルの柱としてマクロビオティックを取り入れることに。そして、白羽の矢が立ったのが、マドンナのプライベートシェフを務める西郷マユミさんでした。西郷さんが提唱する「プチマクロ」と、八重山野菜の幸福なマリアージュがここに実現したのです。

八重山野菜を実際に食し、試作を重ねた末に生まれたメニュー候補の数々。その中からお客様に outputsするメニューを決定するため、「はいむるぶし」の料理長やシェフへの指導も重ねられました。そうして完成した「プチマクロコース」は、島の野菜や海の幸をふん



左から:こちらは島野菜の天ぷら。ゲンバイヒルガオの葉の天ぷらが美味! 島野菜をふんだんに使ったお寿司。なんとアロエがネタに使われているものも! 色鮮やかな美しい盛り付けで味わえるプチマクロの真髄。西郷さんが店舗のメニューを監修するのはこれが初めてのこのことなのだとか!