週刊
ゆんたく新聞
YUNTAKU NEWSPAPER
No.052
6月26日～7月2日
毎週金曜日発行
ANA INTERCONTINENTAL ISHIGAKI RESORT

南十字星を見に行こう！

石垣島は偏西風の影響が少なく、全88星座のうち84星座がみられる程、星に恵まれた島です。

特に、梅雨が明けた今の時期から7月にかけ、この土地ならではの「南十字星」や「天の川」が美しく輝きます。心地よい南国の風に吹かれ、日本最南西端・八重山諸島の星空をゆっくりとお楽しみください。

南十字星をみつける

「南十字星」という名前から、1つの「星」を想像するかもしれませんが、実際には「みなみじゅうじ座」という「星座」の呼び名です。みなみじゅうじ座は、4つの明るい星で構成される、とても小さく、十字の形が美しい星座。その形から、英語ではサザンクロス（Southern Cross）とも呼ばれています。みなみじゅうじ座は、大航海時代には南の方向を知る指標とされていたそうです。

南十字星は、北緯26度より南でしか全景を見る事ができない星座です。石垣島や、波照間島(北緯24度)では、今の季節は20時半頃から南南西の方角の水平線近くに見つける事ができます。

役立つ携帯アプリ

きれいな星空を眺めながら、星座も手軽に知りたい方には、無料の携帯アプリがおすすめです。

アイフォンをお使いの方は「星座表」

アンドロイド携帯をお使いの方は「Google Sky Map」

アプリをダウンロードし、携帯を空にかざすだけで、わかりやすく星座の位置や名前を表示してくれる優れものです。

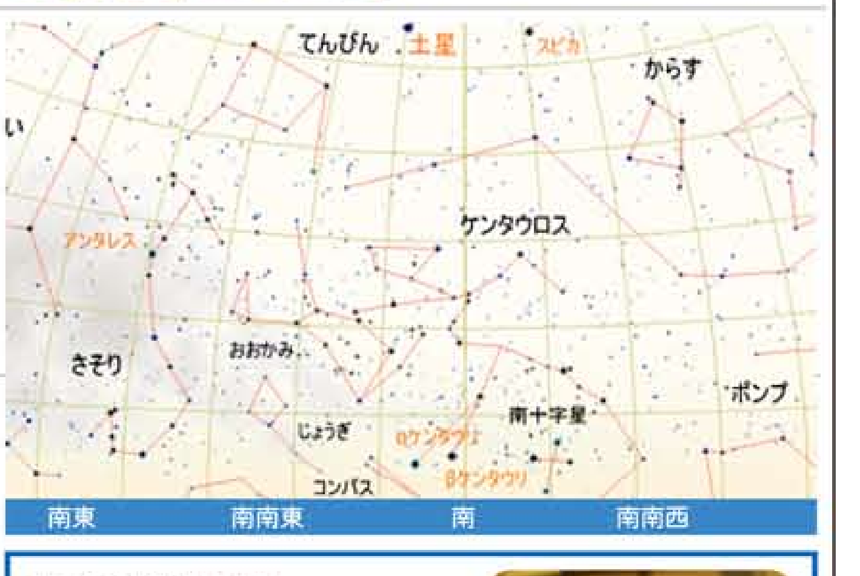
星空をさらに楽しむ

この土地ならではの星空を楽しむには、星空ガイドによる「南の島の星空ツアー」もおすすめです。

普段、星を見慣れていない方にもわかりやすい星空の見方や、季節ごとの星座、この土地ならではの星の話が人気のツアーです。

ツアーは1種類あり、1つはホテル前のマエサトビーチで寝転がり、潮風に吹かれ、星空ガイドと一緒にのんびり星空を観測するツアー。もう1つは、星空ガイドと星空観測に最適な場所にバスで向かうツアーです。バスは2階建てで屋根のないバスなので、移動中でも、南国の風と、島の星空を楽しむことができます。

ツアーに関しては、ホテル内「リゾートセンター」にてご予約可能です。他にも、ご滞在中のおすすめの過ごし方をご提案させていただきますので、お気軽にご利用ください。



南の島の星空ツアー代表
星　一徹（ほし　いってつ）
NPO法人八重山星の会会員
VERA石垣島局運用支援委員

日本一綺麗な星空を楽しく一緒にみませんか?本土では見られない星たちとの出会いが皆さんを待っています。

星空観賞の後はゆっくり

石垣島の星空を満喫した後は、喉を潤してほっと一息つきませんか。フロント近くにある「トロピックスラウンジ&バー」では、南国気分を盛り上げてくれる鮮やかなトロピカルカクテルが豊富。カクテルだけではなく、星空に見惚れついつい歩き周った後の小腹を満たす、人気のトロピカルパフェや軽食もおすすめです。星の話をしながら、南国の夜をゆっくり過ごしませんか。

今週のイベント情報

●白保日曜市

島特有の自然の素材、伝統的な技術を用いた民具、おもちゃ、郷土料理などの食品、生鮮野菜が並びます。

〈日程〉6月28日(日)朝～昼下がり
〈場所〉白保サンゴ村／石垣市字白保118
〈問合せ〉0980・84・4135

白保集落までは、タクシー(約15分)または路線バス(約20分)が、ご利用いただけます。詳しくはリゾートセンターへお問い合わせください。

●若夏石垣島全国凧あげ大会

国内外から300人以上のたこ愛好家が集うイベント。ホテルのゴルフ場で行われるので、珍しい凧や、この土地ならではの凧を是非ご見学ください。

〈日程〉6月28日(金)9時～14時
〈場所〉ホテル マエサトゴルフコース内

●与那国島カジキ釣り大会

今年で26回を迎える、日本最西端の釣り大会。与那国島は、黒潮の恵みを受けた魚の宝庫といわれ、毎年大物のカジキを求めて多くの腕自慢が集まります。

〈日程〉7月3日(金)～5日(日)
〈場所〉与那国島　久部良漁港近海

7月から「朝市」開催

石垣島産の完熟マンゴーやパインなど、旬の石垣島産のフルーツに加え、沖縄県内や日本最南端の島々からなる八重山地域の特産品・加工品など約60品目を販売します。

▽タワーウィング2階ロビー
▽7時～10時
▽月曜、木曜　定休日

日の出・日の入り SUNRISE / SUNSET

	☀	☾
6月26日（金）	05：57	19：35
27日（土）	05：57	19：35
28日（日）	05：57	19：36
29日（月）	05：57	19：36
30日（火）	05：57	19：36
7月 1日（金）	05：58	19：36
2日（木）	05：59	19：36

週間天気予報 THIS WEEK'S WEATHER FORECAST

	天気	降水確率	気温
6月26日（金）	☀	10%	29 / 33
27日（土）	☀	10%	29 / 34
28日（日）	☀	10%	29 / 33
29日（月）	☀	10%	29 / 34
30日（火）	🌤	20%	29 / 34
7月 1日（水）	🌤	20%	29 / 33
2日（木）	🌤	20%	29 / 33

TASTE OF ISHIGAKI

八重山の旬を食す

「ま～さん石垣グルメ」この土地ならではのお食事をお楽しみください。

石垣しま寿司

沖縄料理 石垣
タワーウィング１階
17:30～22:00（L.O.21:30）

●お１人様 4,500円
※１日 10食限定

石垣島の近海魚や野菜、石垣牛まで、島の食材を盛り込んだよくばりな寿司会席。石垣島を知り尽くした料理人との会話を楽しみながら、カウンターでお召し上がりください。

石垣牛と彩り野菜のオイスターソース炒め

中国料理 チャイナシャドー
タワーウィング１階〈水曜定休〉
17:30～22:00（L.O.21:30）

●石垣牛と彩り野菜のオイスターソース炒め
2～3名盛　6,000円

島の豊かな自然の中で育った、この土地を代表する石垣牛。きめ細やかな肉質を楽しめるよう大きめにカットし、オイスターソースで石垣牛の旨みをさらに引き立てるチャイナシャドーオリジナルの一品です。

八重山会席

日本料理 八重山
タワーウィング１階
17:30～22:00（L.O.21:30）

●八重山会席
お1人様 10,000円

沖縄料理として有名なふてぃをはじめ、石垣牛やアグー豚、石垣島ならではの寿司の盛り合わせなど、この土地に来たら食べていただきたい食材を贅沢に盛り込んだ特別会席。

夏季限定レストランがオープン！

ビーチレストラン＆プールバー

11:00～17:30

海やプールで遊んだ後や、ホテルでゆっくりされたい方におすすめです。プールの楽しい雰囲気や、海を見ながらのんびり軽食やカクテルはいかがですか。

ビアガーデン＆リゾートBBQ

18:00～22:00（ラストオーダー21:00）

星空の下、南国の風に吹かれ、ビールを美味しく堪能しませんか。島を代表する石垣牛のバーベキューや、シェフ選りすぐりの料理がブッフェ形式でお楽しみいただけます。

【荒天時は、開催場所の変更や中止になる場合がございます。】

【お問合せ・ご予約】
タワーウィング２階「リゾートセンター」へ
客室からは「インスタントサービス（4番）」へ

トロピカルパフェ３種

1,250円～

沖縄ならではのマンゴーや紅芋、トロピカルフルーツが楽しめる3種類の南国パフェが登場。沖縄ならではのアイスクリームに、フルーツを贅沢に盛り込んだ今だけの限定パフェ。

トロピックスラウンジ＆バー
タワーウィング２階／14:00～24:00（L.O.23:30）

編集部レポート

話題のランチパスタ

中庭を望む、明るいオレンジのカラーが印象的なレストラン「サンコーストカフェ」。今回取材に訪れた「平日のランチ」は、10種類の中からメインメニューを１つ選び、自家製パンやサラダ、デザートやドリンクは、どれもブッフェ形式でした。

メニューは、石垣牛入りハンバーグや、やんばる鶏と島野菜など、あれこれ迷った末、１番人気という「西里さんの半熟卵と葉入りカルボナーラ」に決定。西里さんとは、作り手のシェフではなく、地元の卵農家の名前という、ほのぼのとしたネーミング。スパゲッティー、平らなフェットチーニ、ショートパスタ(フジッリ)から麺が選べるのも楽しみのひとつでした。しかし、最大の魅力はその美味しさ！選んだフェットチーニにはクロレラが練りこまれており、鮮やかな緑の生麺が、驚くほどモチモチ。その麺に、さらっとしたクリームソースと、甘みを感じるほどの濃厚な半熟卵が絡み、まさに至福のひと時でした。

たまたま隣席で、地元の方が同じものを注文されていて、思わず顔を見合わせ、笑顔になった美味しいパスタでした。

サンコーストカフェ
タワーウィング1階／6:00～22:00（L.O.21:30）　ランチは11:30～14:00

サンコーストカフェ人気の外席

水の浮力でリフレッシュ アクアヨガ

アクアセラピスト
竹政　清美

■経歴
自身の体の不調に悩まされていた会社員時代に、フリーダイビングを通して海が心身に及ぼす癒しの効果を経験。その後、米国で出合ったウォーターダンスを習得し、アクアセラピストに転身する。泳げる人とも、そうでない人とも、水に還る心地よさを共有することがライフワーク。

■活動
アクアセラピストとして活躍する一方、連続テレビ小説「あまちゃん」の潜水指導や、映画「テルマエロマエ」のスタントをこなすなど幅広く活躍中。

簡単エクササイズ

アクアヨガは、水の浮力や水圧を利用した簡単なエクササイズメニューです。泳げない方や、陸上でのヨガは難しすぎる、関節に負担を感じるなど、普段は運動から遠ざかっている方にも是非挑戦していただきたいプログラムです。

アクアヨガは、温海水を取り入れた広い室内プール（ご希望があれば屋外プール）にて、ゆったりと行います。

始めは体を水に慣らし、呼吸を意識して深めていきます。次第に簡単なストレッチ、体幹を使ってバランスを高める動き、ヨガのポーズなどを行っていきます。アクアセラピストによる細やかな指導が魅力な個人レッスンと、朝の心地よいプールを貸切りできるグループレッスンをご用意しています。

【個人レッスン】
料金：60分 5，000円（お2人の場合は4，000円／人）
開催時間：毎日9時～20時スタート
◇お好きな時間帯をお選びいただけます ◇木曜定休
【グループレッスン】
料金：60分 2，000円
開催時間：毎週金曜日 朝8時～
定員：8名様
●ご予約制：前日21時まで

●ご予約・お問合せ
タワーウィング1階　タラソスパ
営業時間：12時～21時
客室からは38番／外線0980・88・7205

島の恵み ユーグレナ

《肌の輝きを呼び覚ます》

石垣島の自然の恵みを贅沢につかった心と体のリラクゼーション「タラソ・スパ」では、今話題の微細藻類「ユーグレナ」を贅沢に取り入れたトリートメントコースが好評です。

ユーグレナ（和名：ミドリムシ）は、5億年以上前に、原始の地球で誕生した微細藻類の一種。植物と動物両方の特徴を併せ持ち、59種類もの栄養素が含まれ、健康や美容に効果的であることが認められています。

「タラソ・スパ」では、豊かな太陽、ミネラル豊富な水、澄んだ空気が揃う石垣島で生産されたユーグレナから作られた、スキンケアシリーズ「石垣島ユーグレナ B.C.A.D.（ビーシーエーディー）」をトリートメントに使用。石垣島の恵みユーグレナと、最先端のバイオテクノロジーとの融合により抽出されたエイジングケア成分が、肌に潤いやハリ・ツヤを与え、肌の輝きを呼び覚まします。

【ユーグレナ B.C.A.D. メニュー】
フュージョンコース90分｜所要時間120分｜¥27，000
フェイシャルコース65分｜所要時間90分｜¥17，000

タラソスパ
タワーウィング1階
12時～21時
ご予約は「タラソスパ」客室からは（38番）へ

～お土産に最適です～

●B.C.A.D　UVケアプロテクションクリーム（日焼け止め　40g 4,200円（税別）
国内最高レベルの日焼け止め効果を持つUV美容液。石垣島産ユーグレナ成分が乾燥や肌荒れからも守ってくれる優れもの。

●B.C.A.D　リフトラップマスク（３Ｄシートマスク）　1枚1,200円（税別）
美容液たっぷりお肌に集めてぐんぐん浸透させる、10歳若返りを目指した３Ｄ立体成型シートマスク。石垣島産ユーグレナ成分でお肌はもっちり、しっとり、お肌の内側から輝かせます。

今週のオススメ！マリンアクティビティ

STAFF

人事企画
秋元　雅代

ホテルの人事を担当しております。私の石垣島のおすすめは、昔ながらの「お刺身屋さん」です。中でも、離島ターミナル近くにある「マルハ鮮魚」は、潮風香る心地良い外席で、ビール片手に美味しいお刺身を味わう事ができます。離島行きの船を待っている間、海を見ながらゆるい島時間を過ごすには最適な場所です。今の時期は、旬のマグロやカツオの刺身盛りが並び、地元の人もよく利用しているお店なんですよ。

スタンドアップパドルサーフィン

海の上をサーフィンにのって楽しく散策。立っても座っても、簡単にバランスがとれるので、初めての方でも気軽に挑戦できるスポーツです。

◇スクール付き　20分
大人　2，000円
小人　1，500円

潮の干満 TIDE

	満潮（HIGH）		干潮（LOW）	
6/26（金）	02:07	15:06	19:08	20:38
27（土）	03:01	16:25	10:12	21:42
28（日）	03:51	17:23	11:02	22:38
29（月）	04:36	18:09	11:44	23:26
30（火）	05:18	18:49	12:24	--：--
7/1（水）	06:00	19:29	00:10	13:03
2（木）	06:42	20:08	00:53	13:43

【今週の営業時間】
●マエサトビーチ（レジャーハウス）
9：00～18：00（◇7月は19：00まで）
●ガーデンプール
9：00～18：30（◇7月は19：30まで）
●インドアプール
9：00～21：00

お問合せは
タワーウィング２階「リゾートセンター」まで
（お部屋からは内線４番）

キッズクラブ

【対象年齢 4～12歳】
タワーウィング１階／9:00～19:00

キッズクラブでは、石垣島ならではの自然や文化を遊びながら体験できるプログラムがいっぱい！

施設のご利用は無料です。（プログラム参加は有料）
●体験プログラム（90分）　1，500円
★9時30分～
★13時30分～
●手作り教室
1，000円～
★11時～（30～60分）
★15時～（90分）

ご予約はタワーウィング2階「リゾートセンター」客室からは「インスタントサービス（4番）」

客室マッサージ

お部屋でのリラックスのひと時に、マッサージ&足つぼケアはいかがですか。

●マッサージ（タイ式）
30分　4，100円／60分　7，700円
●足つぼケア（月桃アロマ）
30分　4，100円
●マッサージ&足つぼケア
60分　8，000円
時間：14時～夜0時
ご予約：インスタントサービス（4番）まで

ガーデン散歩情報

ホテルの敷地にはたくさんの遊歩道があります。中でも、ゴルフコースの外周は約1.7キロ。心地よい潮風を感じ、朝日と共に散歩にでかけませんか。

今週、散歩がてら見ていただきたい花は、パイナップルのような実がついている不思議な木「ビョウタコノキ」です。今ちょうど受粉の時期で、雄の木にはふわふわしたシッポのような花、雌の木には可憐な白い花が咲いています。とても珍しいので、是非立ち寄ってみてください。（場所の目安は下記ホテルマップ掲載）

～この土地を楽しむ～

沖縄の衣装体験

琉装（琉球の衣装）は、婚礼の際はもちろん、成人式や舞踊の場でもよく着られる衣装です。この土地の衣装を着て、ゆったりと古民家を散歩しませんか。

写真は正式な着付けをしていますが、服の上から簡単に羽織れる衣装なので、気軽に琉装体験ができます。

場所：石垣やいま村
時間：9時～17時半（受付17時まで）
料金：500円　◇入場料別途

水牛でのんびり観光

八重山諸島といえば「水牛で海を渡る」イメージが浮かぶ方もいらっしゃるかと思います。この海を渡る水牛は、西表島から由布島に渡る水牛車です。

一方、石垣島から高速船でわずか10分、竹富島の水牛車観光は、三線の音色を聴きながら、風情ある竹富島の集落をのんびりまわります。白砂の道を水牛車にゆられ、ゆったりと島時間を楽しめる、おすすめの観光です。

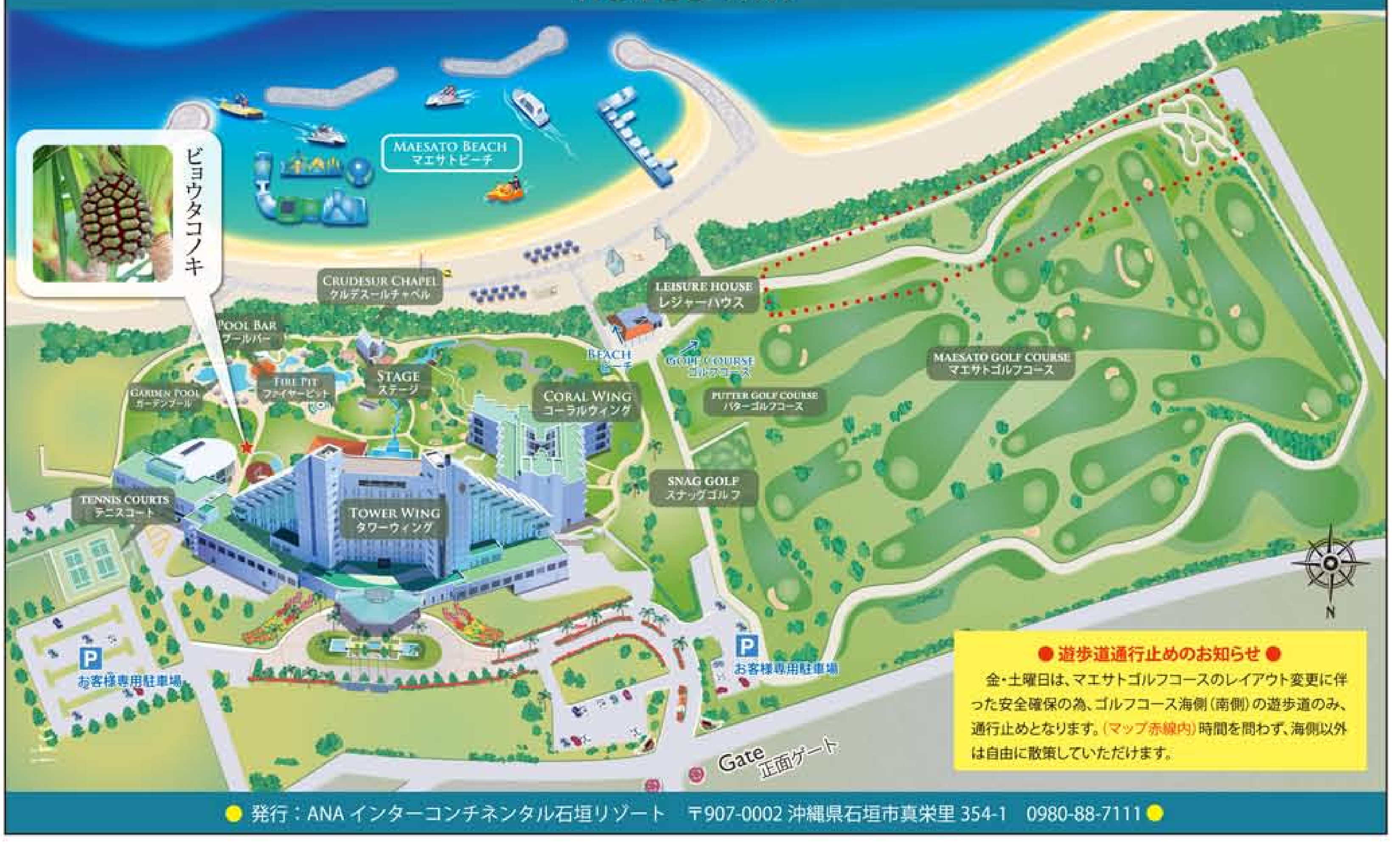
体験時間：9時～16時　約30分間
料金：大人1，200円／小人600円

イルカと泳ごう！

イルカを飼育している海のイケスでイルカに直接エサをあげたり、握手やジャンプの合図をだして触れ合いを楽しみませんか。少しずつ慣れた後はイルカと一緒に海の中でスイム！イルカたちの温もり、反応を通して心を通じ合わせます。

集合：サザンゲートブリッジ　緑地公園駐車場
体験時間：10時～／12時～／14時～／15時30分～／17時～（集合は30分前まで）　約2時間
対象：4歳以上
料金：9，800円（泳がず、触れ合いのみの場合は3，800円）
ご予約：2階リゾートセンターにて

HOTEL MAP


ビョウタコノキ
MAESATO BEACH マエサトビーチ
CRUDESUR CHAPEL クルデスールチャペル
LEISURE HOUSE レジャーハウス
POOL BAR プールバー
STAGE ステージ
FIRE PIT ファイヤーピット
GARDEN POOL ガーデンプール
CORAL WING コーラルウィング
BEACH ビーチ
GOLF COURSE ゴルフコース
PUTTER GOLF COURSE パターゴルフコース
MAESATO GOLF COURSE マエサトゴルフコース
SNAG GOLF スナッグゴルフ
TENNIS COURTS テニスコート
TOWER WING タワーウィング
P お客様専用駐車場
P お客様専用駐車場
Gate 正面ゲート
N

● 遊歩道通行止めのお知らせ ●

金・土曜日は、マエサトゴルフコースのレイアウト変更に伴った安全確保の為、ゴルフコース海側（南側）の遊歩道のみ、通行止めとなります。（マップ赤線内）時間を問わず、海側以外は自由に散策していただけます。

● 発行：ANA インターコンチネンタル石垣リゾート　〒907-0002 沖縄県石垣市真栄里 354-1　0980-88-7111 ●