

「猛暑から逃避」この夏行きたい全国の避暑地

連日の猛暑で心身ともに疲弊している人が多いだろう。ここでは北海道から九州まで、全国各地の避暑地10カ所を本紙編集部が独断でピックアップした。

釧路市

(北海道)

7・9月の日最高平均気温(2014〜23年)が21・5度(出典・気象庁)。東部の30・2度、大阪の31・9度に比べて格段の涼しさだ。市内に「釧路湿原」と「阿寒摩周」の二つの国立公園を持つ。



勝浦市

(千葉県)

観測史上、一度も猛暑日(35度以上)を記録したことがない。「他の地域よりも冷たい風が吹き込みやすい地勢」「平地が少なく、ヒートアイランド現象が顕著に現れない」などがその理由という。



提供(公社)千葉県観光物産協会

郡上八幡

(岐阜県)

長良川上流に位置し、清らかな水と郡上おどりで知られる。郡上おどりは400年の歴史を持つ。毎年7月中旬から9月上旬まで、約三千数夜にわたって行われる。最も盛り上がる徹夜おどりは8月13・16日。



伊吹山

(滋賀県)

日本百名山の一つで標高1,577m。岐阜県との境界をなし、山頂からは眼下に琵琶湖・比良・比叡の山々や白川アルプス、伊勢湾まで一望の大パノラマが広がる。



(公社)びわこビジターズビューロー

石鎚山

(愛媛県)

西日本最高峰の天狗岳と石鎚神社山頂社のある弥山、南岳峰の一連の山々の総称。主峰の天狗岳から石鎚連峰や瀬戸内海、土佐湾をはじめ、天気が良ければ中国山地や九州山地まで見渡す。



奥入瀬溪流

(青森県)

十和田湖畔、子ノ口から焼山までの約14kmの溪流。特別名勝・天然記念物として国の指定を受けて保護されており、滝や清流、岩など多くの見どころがある。春の新緑、秋の紅葉も魅力。



菅平高原

(長野県)

根子岳、四阿山の麓に広がる標高1,300m以上の高原。夏でも冷涼な気候はスポーツに最適で、ラグビーやサッカーなどの合宿のほか、冬は上質のパワースノーが楽しめるスキースポットとして知られる。



協力:上田市マルチメディア情報センター

黒部峡谷

(富山県)

北アルプスに刻まれた日本有数のV字形の谷。冬は深い雪に閉ざされるが、トロッコ列車が運行する月中旬から11月末の期間は多くの観光客でにぎわう。



写真提供:(公社)とやま観光推進機構

蒜山高原

(岡山県)

西日本屈指の高原リゾート。かわいいうしやう牛の放牧が見られるほか、ワイナリー、四季の植物が栽培されるガーデンなど、立ち寄りたスポットが多い。アクティビティも充実。



写真提供:岡山県観光連盟

高千穂峡

(宮崎県)

高さ約80〜100mの断崖が約7kmにわたって続く。一番の見どころは「日本の滝百選」に指定される名瀑「夏台が滝」周辺。ボートから見上げる滝はダイナミックで迫力満点。

