



① Siuntio

[シウンティオ]

ヘルシンキから車で約30分。日帰りで気軽に行ける。穏やかな流れのシウンティオ川では、カヌーで川下りしたり、川辺にテントを張ったりと、アウトドアを満喫できる。

② Fiskars

[フィスカルス]

森と湖に囲まれたフィスカルス村。かつては製鉄業で栄えたが、今では職人の工房やアーティストのアトリエで賑わう。夏に開かれるアンティークマーケットが人気。

③ Hanko

[ハンコ]

ヘルシンキから車で約2時間。フィンランドの南端にある街で、19世紀にスパができてからリゾート地として栄えた。交通の要所だったため、いろんな国に侵略された歴史も。

④ Tammisaari

[タンミサーリ]

18～19世紀の旧市街の街並みが今も残る港町。当時は漁業や工芸品が盛んだったそう。パステルカラーのヴィラや石造りの教会から伝わってくる雰囲気を楽しんで。

⑤ Kisakallio

[キサカッリオ]

ヘルシンキからほど近く、湖畔に大きなスポーツ施設がある。丘になっていて、眺めもよく、夏は森や湖でヌーを、冬はスノーシューでトレッキングを楽しめる。

A Calliola Resort [カッリオラ・リゾート]

人口の9割がスウェーデン語を話すという海辺のリゾート。ベリーやきのこが採取できる森や、一流シェフの料理も堪能できる。

B Svartå Manor [スヴァルト・マナー]

リンデル一族が所有するマナーハウス。200年前の貴族の家をリノベーションし、ホテル、レストラン、博物館としても利用している。

Breathe into the forest in Finland



cooperation:

Project CAITO

CAITOプロジェクトとは、バルト海沿岸のフィンランド、エストニア、ラトビアの田園ツーリズム産業を日本をターゲットに促進するプロジェクトです。

<http://caito.emu.ee/?lang=ja>

深い呼吸をして、自然の音や自分の心に意識を向けていく、というのは初めての体験でした。ガイドさんが、森の中で、海辺で、その都度、「今、何を感じてる？何が聞こえる？今の感覚を言葉にするってどんな感じ？」と問いかけ、寄り添ってくれる。何をしろというわけではなく、気持ちよくなつてね、あとはお任せ、みたいな。フィンランドののびやかな空気が、すっかり心と体を緩めリセットしてくれた、そんな感じがします」