

山旅人ガイド通信

気楽に楽しめる歩く旅「ゆらり」ならお任せ！

いつまでも楽しく歩いてほしい
躊躇する事なく参加できる企画を

山旅人の人気ガイドさんを紹介する山旅人ガイド通信。今回は「ゆらり」企画でお馴染みの馬場康法さんです。

実は山旅人のガイドだけでなく整体師(カイロプラクター)もされていて体の事に関してもプロフェッショナルです。

厳しい山は歩けないという方でも気楽に「歩く旅」を楽しんで頂きたいと山岳登山以外のジャンルを次々と開拓されている人気のガイドさんです。

◎=馬場康法さん

☆=スタッフ(堀 祐希)

☆馬場さんと言えば楽しい「ゆらり」の旅がメインですよ。これまでたくさんのグルメ&温泉等を取り入れた歩く旅を企画をさせていただきましたが、今後はどんな企画をしてみようとお考えですか？

◎とにかくとことん面白い旅にしたいですね。タイトルになっているところだけ見どころではなく、行程全てが見どころになるように企画をしていきたいです。僕が一番大切にしているのは「みなさんの声」です。ツアー中に「この前テレビでこんなのやってたよ」とか「新聞にこんなの載ってたわ」なんて聞

くとすぐメモして調べまくりです。ユーザーの生の声なのでとても重要視しています。「自分で考えへんのかい！」とか言われそうですが、もちろん日々頭を悩ませて考えていますよ！今年は「体験」をテーマに企画してみました。ラフティングやフォレストアドベンチャーなんかそうですね。体験が終わると「いや～おもしろかったな～」ってみんなで楽しむ雰囲気がとても好きですね。今考えているのは「そこで見られないもの」です。いざ探してみるとまあ色々ありますね～。調べていくにつれまだ検討段階なのでなんともいえませんが…おもしろそうなどたくさんあります！

でもやはり外せないのは「歩く」ですね。歩きながら楽しめるようなところもちろんですが、僕がガイドする事によってそこがすごく楽しくなるようなところを企画し案内していきたいですね。



☆行き先だけで無く馬場さんの企画には一風変わった食事場所も目立ちます。企画書を見た時は、え？っと思う事もありますが、実際ツアーが出れば大好評という事もしばしば…。その柔軟な発想にはいつも感心させられます。

常に何事も色んな角度から物事を見て考えるようにしています。一番邪魔になるのは「固定観念」です。例えば食事場所決めるのも「女性が多いから・・・」という固定観念ではなく「女性が多いけど・・・」という具合に頭を切り替えます。そうすると視野が広がり見えてくるものが多くなり、その分楽しみな事も多くなる。みたいな感じでしょうか。

そして後は僕が心がけているのが「よく聞く」という事ですね。十人十色とはよう言ったもので、ま～～みんな好き勝手に色んな事言ってくる…いやいや失礼！

発行日
2016年
1月

一所懸命
心に響く
旅づくり

馬場
康法さん



ゆらりの旅は海外も豊富なコースバリエーションがあります。こちらはスリランカの世界遺産、シーギリヤロックです。

たくさんの貴重なご意見をいただきます。すると「なるほど！そういう見方もあるんや！」とほんと人生の先輩の方々にはたくさんの事教えていただいています。感謝感謝です！！そして整体の仕事でも同じですね～。施術のセオリーはあるのですがそれだけでは済まない事はいっぱいあります。患者さんから症状の話聞き出せずに決めつけだけで施術するといい結果はできません。でもよくよく話を聞くとヒントが隠されていたりする事が多々あります。なので「聞く」事によって視野が広がり施術の幅も広がってきますね。

☆なるほど、馬場さんの柔軟な考え方はガイド業と整体師、二つの仕事の経験から生まれているという事ですね。ところで整体師とは具体的にどんなお仕事ですか。

整体は文字通り「体を整える」事です。自分ではできない箇所のストレッチとか筋肉のマニピュレーション(ほぐす感じ)などメンテナンス的な感じでしょうか。でもメンテナンスをしているだけではダメなのです。やっぱり筋力は衰えていくものですから「筋力の維持」を含めた「セルフケア」の指導なんかも整体の仕事だと思っています。例えば腰痛の患者さんがきて緊張している筋肉を緩めたり伸ばしたりし



てその時は「いい感じ」になっても、しばらくすればまた痛くなるのではあかんと思います。「痛くならないようにどうすればいいか」の指導も必要なのですね。僕が考える整体師の仕事は「痛みを緩和させる為に施術をして、痛みが出ないようにセルフケアの指導をしていく」ものだと思っています。「慢性やし、もう歳やから仕方ない」と言う方が結構いらっしゃいますが、それで終わるのではなく何か楽しみを持ってセルフケアをしてもらえるように考える事も必要ですね。今まで経験をつんで思う事は運動に勝る健康法はないように思います。身体を使って汗を流すと身体も気分もリフレッシュします。この気分をリフレッシュがとても大事なのですね！「からだ」と「こころ」はつながっているとよく言います。僕もそう思います。そういった事も含め僕は皆さんに末永く歩いて旅を楽しめるように身体の面でご案内するのも整体師としての仕事やと思っています。たまにツアー中に時間があれば筋トレ教室なんてしますが、そんなこともどんどんやっていきたいと思っています。僕は「歩く」と「身体」の事が専門なので両方の視点から見た「健康」をみなさんに発信していきたい一緒に末永く歩けるようにしたいです。



気になるところは馬場先生に相談しましょう。
馬場ガイドの整体院

ホームページも
ご覧下さい

からだごころ整体院

web検索 からだごころ整体院

<http://karada-gokoro.but.jp>

〒583-0886 大阪府羽曳野市恵我之荘 4-4-26 コルベージュ恵我之荘 2-203
近鉄南大阪線 恵我ノ荘駅より徒歩5分

電話番号:072-220-8341 営業時間:9:00~20:00 お休み:日曜日
駐車場:有 完全予約制