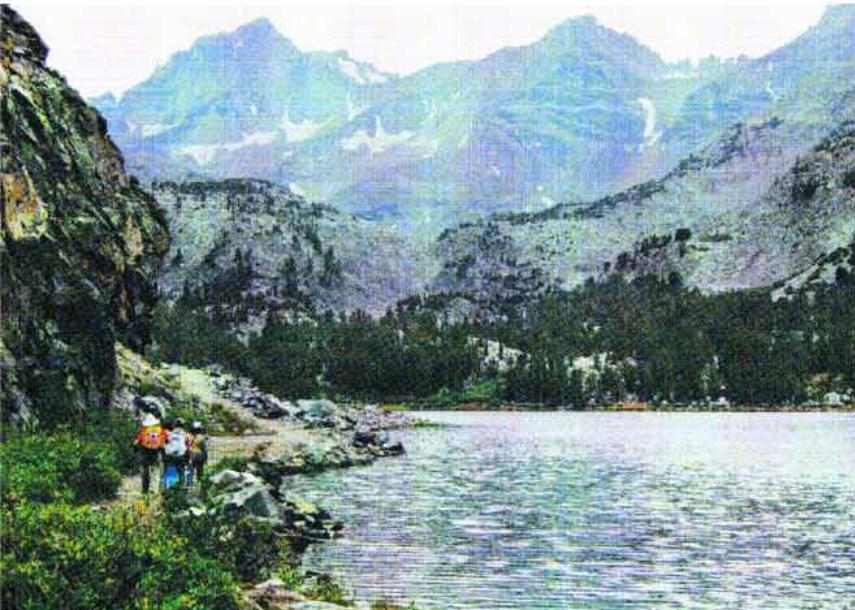


自然に触れてストレス発散



魚を求め、トレイルを歩いています=マンモスマウンテン



樋田 まゆみさん（といだ・まゆみ）1988年、
吉澤一義二

樋田まゆみ

ダイナミックな大自然の中で魚釣りをしたり、山歩きをしたり、満天の星空の中で眠ることは本当に気持ちいいことです。日々の忙しい生活を忘れ、太陽の下で遊ぶことはストレス発散になり、心とからだに必要なビタミン剤かも知れませんね。（文・

私たちが住んでいる「サンゼルス近辺は夏の平均気温が24度、冬は14度程度で、一年を通して温暖で湿度が低いため、とても過ごしやすく、降雨量も特に夏場は少なく、多くの人たちが一年を通じサーフィンやボディボード、釣り、ダイビング、ゴルフなどのアクティビティを楽しんでいます。そして街中の公園には必ずと言っていいほどバスケットコートや野球場などがあり、気軽にスポーツに興じる人たちの姿をよく見かけます。

時計になる時期があり、学校や会社が終わってから平日も含め、長い時間外出遊ぶことができます。また冬には、2~3時間車を走らせればスキー場があるので、冬に朝早く海でサーフィンをして、そのあとスキーに出かけると言う人もいるということ。また、ビーチでは天気のよい日は特にビーチバレーをしたり、日光浴をしたり、ランニング、サイクリングなどをする人々でたいへんにぎわいます。

そして、最近はトレッキングもちょっとしたブーム

二アには、本当にたくさん
のキャンピング場があちら
こちらにあります。

我が家も魚釣りを兼ねて
ロサンゼルスから北に車で
3~4時間行ったところに
あるセコイヤ国立公園内の
キャンピング場か、もう2
~3時間足を延ばしてマン
モスマウンテンによく出か
けます。最近でこそ、子供
たちも成長してしまったの
で家族全員でキャンプをす
る事は少なくなりました
が、かつては年に何回か家
族そろってキャンプを楽し
んでいました。

ダイナミックな大自然の

南加岐阜県人会100周年 カレの風

南カリフォルニア



3

で、サンタモニカ近郊の山などにいくつかのトレッキングコースがあり、山歩きを楽しんでいる人も多くいます。