



日帰り旅行記

松永 剛
松永皮フ科クリニック

茨城県で開業しております松永 剛と申します。

このページの本来の趣旨とは異なると思いますが、思いつくままに私のストレス解消法についてお話ししたいと思います。諸先生方それぞれにストレス解消の方法があると思いますが、私にとっては旅行が最大のストレス解消法です。当院は自宅併設のため気がつくとう丸一日クリニックの敷地から一步も出ずに完結する日も多く、旅行は私ども夫婦にとって(当院は夫婦で開業しております)最大のストレス解消法となっています。

連休はすべてほぼ1年先まで予定を組み込んでいますが、最近はそれに飽き足らず日帰りで遠出をすることもあります。

たいてい羽田を6時台に出る始発便に乗ります。そうしますと朝3時ごろには起床です。空港のラウンジで軽く食事を済ませて搭乗、8時過ぎには現地につき、レンタカーを借りて観光に繰り出します。

最近で思い出に残っている旅を2カ所紹介します。

まず一つ目は青森紅葉探訪の旅です。青森空港からレンタカーで八甲田山に入りました。ちょうど紅葉の時期できれいに色づいた木々が絨毯のように一面に広がってありました。ふもとと山頂では気温が異なり、植生もまったく違っていたのが印象的でした。その後酸ヶ湯温泉に向かい古風な混浴風呂を堪能、奥入瀬溪谷をレンタサイクルでめぐりました。山と溪谷の異なる紅葉を楽しんだ

旅行です。

もう一つは山形庄内、出羽三山神社の旅です。三山とはいってもさすがに日帰りでは無理なので、その中の一つである羽黒山に登る旅です。庄内空港から羽黒山までレンタカーで向かい、石段を上ります。途中にある五重塔は国宝に指定されています。森の中に屹立する均整のとれた美しい姿を記憶に収めつつ山頂を目指しますが、これがなかなかに厳しい上り坂でした。訪れたのは8月下旬でしたが汗だくになってしまいました。中ほどに茶店があり、そこで食べたかき氷の味は忘れられません。ほかの参拝者の方もまるで吸い込まれるようにその茶店に次から次へと入っていました。下山後は鶴岡に向かい世界のさまざまなクラゲを集めた加茂水族館を訪れました。直径5メートルのクラゲドリームシアターは、暗闇の中で約1万匹の水クラゲをライトアップした展示でとても幻想的です。

どの日帰り旅行も羽田から帰るまでの間にスーパー銭湯に寄り、あとは寝るだけという状態で帰宅し、普段と同じ時間には就眠し翌日はまた普通通りの仕事に戻ります。もう少し時間に余裕のある生活が送れるようになったらまたスタイルが変わるのでしょうか、当分このまま慌ただしい中で気分転換を図ることになりそうです。今月は広島に日帰り旅行の予定で、いまから楽しみにしています。