

やんばる野草の宿 宿泊案内

2021.9作成

アメニティー

バスタオル、フェイスタオル、ドライヤー、綿棒、歯ブラシもありますが、ゴミ削減のため普段使われているものをなるべくお持ち下さい。

キッチン関係:キッチン用品一式、トースター、基本調味料、コーヒー、ほうじ茶、季節のハーブティー、など。

その他、蚊取り線香はガス台下、救急セットはベッド近くのデスク足元のマガジンラックに、懐中電灯は玄関にあります。

トランプ、琉球かるたなどがデスク引き出しにあります。

設備等

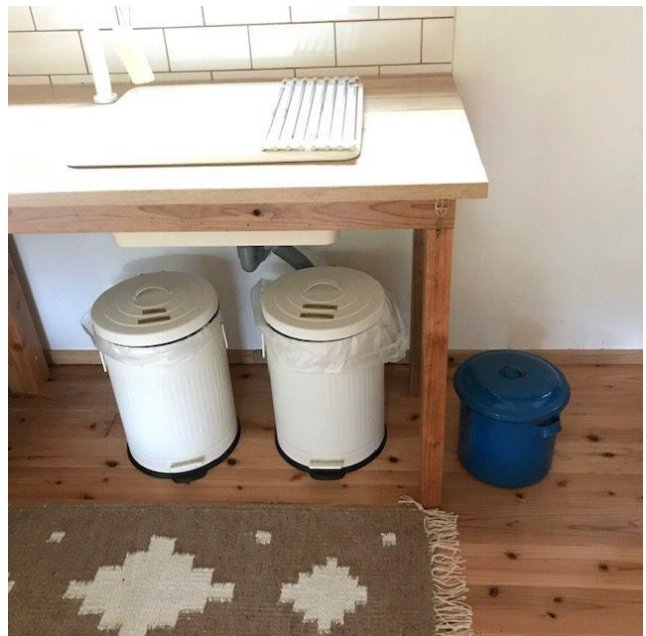
◎キッチン

ふきん類と一緒にポロ布を置いてあります。油污れなどを拭き取る際にご利用下さい。

シンク周りは、使用后なるべくタオルやふきんで水気を拭き取って下さい。

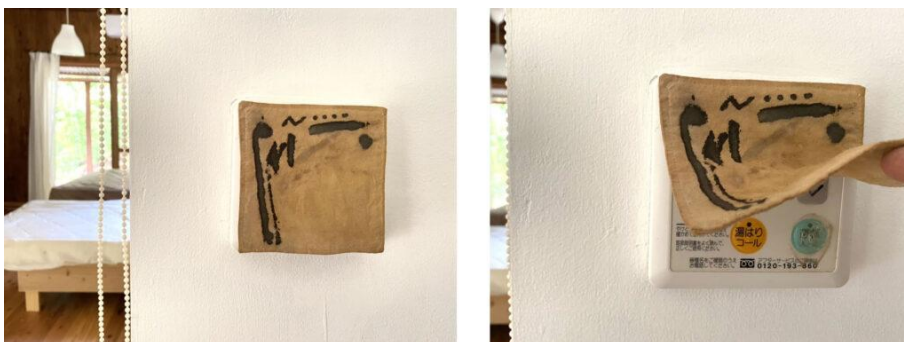
シンク下の白いゴミ箱には、燃えるごみ(紙とプラスチック)とそれ以外(缶、ペットボトル、ガラス瓶など)に分別お願いします。

生ゴミは青い蓋付ホーロー容器に入れて下さい。



◎バスルーム

給湯器スイッチは冷蔵庫横にあります。



シャンプー、ボディソープの代わりに自然塩とハーブビネガーを置いてあります。

* 塩浴について

皮脂腺から余分な皮脂を「浸透圧」で分離。そのときに肌内部の汚れも一緒にデトックスされると言われています。

* 塩浴のやり方

1. 半身浴で身体を温める
2. 洗面器に1~2つかみ塩を入れ飽和食塩水(溶けきらない塩が残る状態)を作る。

濃い食塩水で全身ゆっくりマッサージしているとヌルヌルした感じになることがあります(尚、塩で直接肌を擦ると、塩の粒で肌を傷つけることがありますのでご注意ください)。

3. 洗い流す

4. 再度入浴(省略可)

5. 冷水シャワーにより新しく分泌された皮脂を冷やし固め、皮膚に定着させ

ます。入浴後、皮脂が体温で徐々に溶け、天然の保湿剤として働いてくれます。寒い季節はぬるま湯でもOK。寒い日は、手足と顔だけでも冷水をかけることで湯冷めを防ぐことができます。



* 洗髪

養毛効果もあるとされるローズマリーヴィネガーもお試し下さい。約20倍にお湯で薄めて洗髪します。最後は洗い流します。

普段お使いのシャンプーなどを持ち込まれる場合は周囲の自然環境に配慮されたものであると有り難い、と生きものたちが言ってます^_^

宿の前の池に睡蓮の花が咲いてる時間帯は、花を摘んでお風呂に浮かべるのもおすすめです。素敵な香りをお楽しみ下さい。



◎洗濯機・乾燥機・掃除道具

ベッド横のベランダにあります。

洗濯には、セスキ炭酸ソーダをお使いください。使用量の目安は付属のスプーン一杯ほどです。

場所柄、ヤールー(家守ヤモリ)の糞などがよく落ちますので掃除されたい方はほうき、ちりとりなどお使い下さい。



◎ロールスクリーン(仕切り)

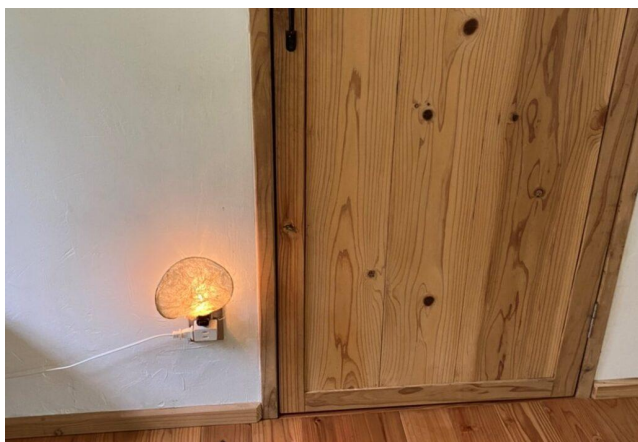
2カ所にあります。

お部屋を仕切りたい時にお使い下さい。



◎フットライト

バストイレの入り口には竹の紙でできたフットライトがあります。夜中トイレに行く時などに必要があればお使いください。



◎水について

水は2種類あります。

右の蛇口が山から引いた天然水。

左が水道水です。水道水の方は給湯器のスイッチを入れるとお湯も使えます。

水色のピッチャーは水道水の汲み置きです。



◎コーヒードリッパー

やんばる竹で編まれたコーヒードリッパー。

フィルターなしでドリップできます。

緑色の急須で受けて下さい。

続けて何杯もドリップすると目が詰まってくる場合があります。

その時は布製のフィルターと陶製のドリッパーをお使いください。



◎靴置きと足拭き用マット

玄関の靴置きの下段にあるマットは、川遊足拭きとしてお使い下さい。



◎BBQコンロ貸し出し(炭付き)

2名様まで2000円

3名様以上3000円

食器、プラスチック食器はありますが、使い捨て食器(紙皿、割り箸、紙コップなど)をご利用されたい場合は各自ご準備をお願いいたします。

◎Wi-Fi

Wi-Fiをご利用される場合はチェックイン時にお知らせ下さい。

*** 諸注意 ***

◎カビ対策

やんばるは高温多湿のためカビが生えやすい環境です。浴室使用後は窓を開けるか換気扇を回して下さい。(スイッチは洗面台右横)

また、タオルなどがびしょ濡れの場合は、そのまま放置せずにベランダの洗濯ロープにかけていただきたいと思います。特に夏場はカビやすいのでご自身の洗濯物も含めお気をつけ下さい。

◎ハブ

誤って踏み付けたりしない限り噛まれる事はありませんが、常に足元には気を配って下さい。

ハブを見つけたら絶対に近づかず、その場から離れてください。(車輛等で轢いてしまった場合も、確認のために車から降りたりしないで下さい。降りたときに咬傷事故に遭うケースもあります。)

万が一噛まれた場合はベッド側のデスク足元にある吸引器で吸引し119番に電話し救急車を呼んで下さい。

以下、沖縄県で公表している「ハブに噛まれた時」より

1. まず、あわてずに、ハブかどうかを確かめます。

ヘビの種類が分からなくても、ハブなら牙のあとが普通2本(1本あるいは3、4本の時もあり、数分で腫れてきてすごく痛みます。

2. ハブの可能性があったら、助けをよびます。

走ると毒の回りが早くなるので、車で病院に運んでもらうか、ゆっくり歩いて行きます。

3. 傷口(牙のあと)から血と一緒に毒を吸い出します(この吸い出し処置は将来不採用になる可能性あり)。

専用の吸引器が無い場合は、口で吸い出してください(受傷後5分以内が有効)。口の中に傷があっても、心配いりません。また毒は飲み込んでも、胃の中で分解されるので害はありません。

4. 病院まで時間がかかる場合は、指が一本通る程度にゆるく縛ります。

血の流れを減らす程度に縛ります。強く縛ると血流が止まり、逆効果になることもあります。縛った後は、15分に1回はゆるめます。

◎ヌカガ

春から秋の間の暖かく湿度のある日などに現れます。初めて刺された時は1週間近く痒みが続きます。発生する時は大量なので要注意です。

夜行性で電気の明かりに集まってきます。

網戸も通り抜ける大きさなのでガラス戸を閉めて照明は最小限で。蚊取り線香を何本か同時に炊くと効果的です。野外専用の「森林香」も効果があります。蚊取り線香はガス台下にあります。

野外では肌の露出部を少なくして下さい。

◎ブヨ

小さな蠅のような虫で刺されると慣れない方はとても腫れる事があります。春先に多いです。

*** 高江アクティビティ、観光案内、お土産、買物、歴史など ***

ベッド近くのデスクの引き出しには各種フライヤー、チラシ、ショップカード、観光案内などが入っています。高江には、HIRO COFFEE FARM、紅型が体験できる紅型の染屋、乗馬体験ができるホースパークなどがあります。



◎販売コーナー

玄関から入ってすぐ右手のガラスのテーブルの上には、やんばるの植物の力をそのまま感じられる商品の販売コーナーがあります。

* やんばる野草酵素シロップ

宿の周囲に自生する野草で作られた酵素シロップです。

植物のエネルギーが高い満月の頃に仕込んでいます。デトックス、免疫力UP、整腸作用などが期待出来ます。



* suigenミスト

やんばるの月桃、レモンガラスの芳香蒸留水に上質なエッセンシャルオイルをブレンド。深いところに届く香りです。お仕事中、就寝前、疲れた時など、あらゆるシーンで植物の香りに助けられます。ベッドサイドや洗面所などにも置いています。どうぞお試しください。

ポストカードと切手も販売しています。

手紙を書いてみてはいかがでしょうか。

ポストは高江売店の前にあります。

◎買物

東村にはスーパー、コンビニ等はありません。必要なものは名護(高速の終点、宿まで約一時間)であらかじめ買って置く、又は地域の交流の場でもあり日用・食料品を扱う売店(共同売店)もご利用下さい。

宿の近くに高江売店(たかえ特産品直売所)があります(宿から県道に出て右折後、約100mの場所です)。

食堂もあり、地元のお母さんの作る軟骨ソーキそば、ぜんざいなども味わえます。

日用品の他、パイナップル(夏場)や野菜、地域の特産品も。やんばる野草酵素シロップは地元価格です。

自然食品コーナーもあります。

買い出し・お土産・昼食などに、ぜひお立ち寄り下さい。

山の駅 高江売店(たかえ特産品直売所)

(※7月に山の駅 高江共同売店がリニューアルオープンしました)

営業時間 7:30～19:00(食堂は11:00～14:00)

月曜定休

沖縄県国頭郡東村高江85-30

tel 0980432255

◎米軍ヘリ

美しいこのやんばるの森は残念なことに広大な米軍の演習場となっています。アメリカ本土、諸外国では民間地での訓練は禁止されているにもかかわらず、ここ沖縄では住宅や学校の上も日常的に戦闘機が飛び交っています。

この場所でも、日によってはオスプレイなどの米軍機が騒音を撒き散らすこともあります。

圧倒的な美しさを誇る自然とのコントラストを目の当たりにすることで、この現実への考えも深まるかもしれません。

◎高江の歴史からやんばる野草の宿まで

宿の場所は約60年ほど前までは高江の人々の生活の場でした。

田んぼがあり、畑があり、住居もいくつかありました。大雨で増水した日は、川を渡れず学校がお休みとなっていたそうです。やんばる船と呼ばれる船で交易をしていました。

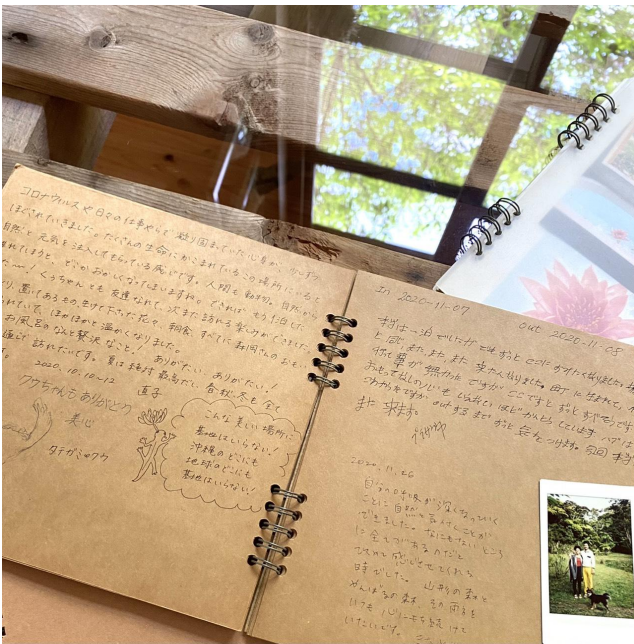
米軍が練習のため道路を作り、車社会となるまではここ新川川沿いに家が点在し人々の暮らしがありました。

その頃は楠などの木を切り出して中南部へ送っていたそうです。戦後の復興に利用されていました。伐採されず残った楠の御神木がすぐ上流の、むいの宿さんの前に2本あります。

そんな高江の人々の暮らしが息づいていたこの場所を、また再び人々の集まる場所とし、かつてのような人と自然との関係を、人と人との関係を、人と全ての生きものたちとの関係を取り戻すきっかけになることを祈って、やんばる野草の宿はオープンしました。

◎メッセージノート

ガラスのテーブル上にあるノートに宿泊されたご感想をいただいています。よろしければぜひお書き下さい。



やんばる野草酵素のウェルカムドリンクをどうぞ！

