

DESTINATION ZEN

Niseko Evolves into an All-Season
Wellness Retreat Destination

STORY LISA KJELLSSON

ウェルネス・デスティネーションとしてニセコが脚光を浴びている。数多くの素晴らしいリゾートが新たに開業し、その体験がさらに多様化している。

SHIGUCHI VILLAS BIJOU SPA
PHOTO SHOUYA GRIGG

In recent years Niseko has emerged as a summer wellness destination, with a host of new hotels and properties tailor-made for those seeking to recharge amidst the pristine alpine greenery.

Taking a deep breath and filling my lungs with crisp mountain air, the thought that comes to mind is that the best things in life really are free. Something as simple as rambling in the woods on a bright spring day, feeling the warmth of the sun on my face and observing the changing landscape is enough to make my heart sing with joy.

After the snow melts, Niseko bursts into a riot of colour – myriad shades of green, flowering meadows, and azure lakes glittering in the sunlight. For a destination synonymous with skiing, the irony is that it offers so much more outside the winter months. With the snow a distant memory, the defrosted mountains, forests, rivers and lakes form a natural haven in which to restore the body and mind.

In recent years Niseko has emerged as a summer wellness destination thanks to a host of new resorts tailored to nature lovers seeking to recharge amid alpine greenery. New hotels have been developed to make the most of their surroundings with private onsen baths, nature-inspired spas, yoga and meditation spaces, healthy cuisine and retreat programmes focused on holistic wellbeing. The target audience: wellness travellers like me. In contrast to those who flock here in winter for the famous powder, the new kind of visitor putting Niseko on the global wellness map has instead got wind of the region's many hot springs and its tranquil forests – the kind of environment conducive to finding your Zen.



PHOTO GLEN CLAYDON

澄んだ山の空気を深呼吸し、心を整える——。そう、生きることに於いて最も満たされる行為というのは、ごくありふれた体験を適材適所で行うことに尽きる。春めいた日に森を散策し太陽の温もりを感じ、変わりつつある季節を観察すること。それだけで、自然の豊かさと恵みを十分に堪能できる。

ニセコの雪解け後の光景、それは心に残る季節の変貌を目の当たりにできる。真っ白の雪原の下から、花・樹木・湖といった色鮮やかな光景が徐々に現れていく。そう、冬季のリゾートとして知られているニセコだが、雪のない状態の方がその魅力がさらに露呈する。ありのままの山々、森、川と対峙すること。それは、なにより心への躍動感を与える。

この魅力を余すことなく楽しめるよう、当地のリゾートではグリーンシーズンに特化したアクティビティや宿泊プランが新たに編成されている。例えば「ウェルネス・ステイ」と名付けた宿泊プランでは、雄大な自然が借景となる露天風呂付き客室に加え、ニセコの自然をテーマとしたスパ、ヨガ、瞑想プログラムなどをアクティビティとして用意。また、ニセコエリアでとれた野菜を余すことなく活用したダイニング体験をセットで提供している。そう、著者のような「冬季のパウダー」が目当てではなく、ニセコのグリーンシーズンの魅力に惹かれて当地を訪れる層がこの上なく増えているのだ。

LISA KJELLSSON is UK-based travel journalist who covers wellness escapes around the world. She had the envious task of experiencing a stay at all the properties in this article to produce this review of Niseko's wellness retreat credentials.

リサ・シェルソンは世界中のウェルネスリトリート取材する、イギリス在住のトラベルジャーナリスト。本記事執筆のために掲載されたすべての施設に滞在するという、実体験に満ちた取材を行った。



PHOTO AARON JAMIESON

It was certainly what piqued my interest. Having heard so much about the therapeutic benefits of “shinrin-yoku”, aka forest bathing, I was keen to try it myself. Leaving my phone at the hotel in Hanazono, I venture into the woods for a leisurely stroll with the purpose of fully taking in my surroundings rather than racking up my step count. I notice the different kinds of trees – pine, birch, cherry and maple – and the colourful carpet of alpine flora spread out among them in patches of yellow, white, purple and pink. I prick up my ears at the sound of rustling leaves, a trickling stream, and birdsong – but mostly what I hear is the absence of noise. Enveloped by the stillness, I notice my breathing slow down and for the first time in a while I feel completely present in the moment.

My sensory journey continues in the Konbu Onsen area, Niseko’s oldest and most abundant hot spring

district. High up on the Annupuri mountainside, I catch a whiff of the telltale sulphuric aroma before the first bathhouse even comes into view. At Goshiki Onsen I feel all muscle tension dissolve as I soak in the traditional wooden baths, thankfully without another soul in sight – public nudity is a cultural difference to be aware of. Another must-visit is Yukichichibu Onsen, where the mineral goodness of the water gives it a milky texture and the mud from the outdoor bath is said to have a beautifying effect.

The rest of my stay in Niseko is taken up by gentle hikes, morning yoga classes and restorative spa treatments. I’m nourished by bowls of ramen, seafood and locally grown fresh produce, and savour each mouthful. An almost immediate improvement to my wellbeing is that all the outdoor exercise and fresh air means I sleep soundly at night, and wake up brimming with new-found energy. I feel, as the Japanese would

say, *genki* – healthy, happy, and full of life.

Read on to find out more about the five wellness-focussed hotels I stayed at in Niseko.

日本には「森林浴」という、ありのまま自然から心の安らぎを得るという行為がある。外国人の著者にとっては、ニセコで森林浴を行うことが滞在の醍醐味の一つと考え、実践してみた。宿泊先の花園にあるホテルに携帯電話や雑念を残して、能動的に自然と直に向き合う。周りを見渡すと松、白樺、桜、カエデなど、さまざまな種類の木と、それらの間を埋めるかのように黄、白、紫、ピンクの色彩やかな花が見え隠れしている。目をつむり耳を澄ますと、葉のざわめき、小川のせせらぎ、鳥のさえずりが聞こえるがその先には静寂がある。その環境にしばらく身を置くと、呼吸が整い、自然と人が同化した無の存在に包まれる。

ニセコエリアにおける自然の恵みを追求する旅は、温泉を抜きにしては語れない。硫黄の匂いとその存在を示す五色温泉では、温泉水が時と共に含浸した木製の湯船にひたりつつ、近くの山々を借景に最高の癒しの体験ができる。また、近隣にある雪秩父では美肌効果のあると言われる、硫黄泉の「どろ湯」の存在が珍しい。

これらの代表的な体験の他にも、ハイキング、朝のヨガクラスなど豊富なプログラムが用意されている。また、地元の農産物を余すことなく使った食体験もぜひ体験してほしい。ニセコでのウェルネス体験の恩恵、それは日中の活動や食生活を通じて、夜は赤子のようにぐっすりと眠れることだ。そして朝の目覚めはすこぶる良い。これぞ「元気」の源であり、新たな一日を迎える絶好のスタートとなる。

ウェルネス・リトリートに焦点を当てた、ニセコエリアのリゾート五選はこちら。



PARK HYATT NISEKO HANAZONO

Wellness takes centre stage at Park Hyatt Niseko Hanazono, where in the green season an outdoor yoga class is the perfect way to wake up. Popular summer activities include canoeing down the Shiribetsu River, and exploring the countryside on a guided hike or biking tour. A few laps in the resort's 25-metre swimming pool with floor-to-ceiling mountain views is equally energising, while the tranquil onsen baths and award-winning spa are where to really unwind. Among the signature treatments is the two-hour Total Radiance face and body ritual using products by the Hokkaido-produced ICOR brand, based on naturally derived ingredients such as Angelica root and kelp extract, white birch sap and mineral-rich Mt Yotei snowmelt spring water. parkhyattniseko.com

パーク ハイアット ニセコ HANAZONOでは、数多くの独自のウェルネスプログラムを提供している。静寂に包まれた早朝に屋外で開催されるヨガクラス、尻別川でのカヌーやラフティング、サイクリングといったアウトドアアクティビティ。また、施設内には天井まで広がる窓からの景色が素晴らしい25mプールやサウナ付きの温泉とスパもある。スパトリートメントのひとつには、ニセコ羊蹄山の雪どけ湧き水や、北海道の自然の恵みをふんだんに取り入れたビューティーケアブランドICOR製品を使用したトリートメントがある。2時間のトータル ラディアンス フェイス&ボディー リチュアルは、クマイザサ葉エキス、昆布エキス、白樺樹液など地場の素材を盛り込んだミネラル豊富なトリートメントが特徴だ。 parkhyattniseko.com



SHIGUCHI VILLAS

Nestled in the forested hillside near Hanazono is a collection of repurposed old Japanese farmhouses, an enchanting setting for an alpine retreat. Shiguchi Villas fuse ancient craftsmanship with eclectic art and luxury touches such as private onsen baths overlooking a river valley. Each of the properties is named after one of the five elements in the Japanese Buddhist philosophy: Chi, Sui, Ka, Fu, Ku – earth, water, fire, wind and void – recurring themes in this soulful space that connects guests with Niseko's nature, culture and cuisine. The latter is as imaginative as the venue, the gallery-restaurant Somoza, where dishes are prepared with herbs and vegetables grown in its own gardens. A special kind of magic takes place in the bijou spa. Try the Ethereal Body Embrace, a massage using Hokkaido-grown sugar and purifying birch water cherished by the Ainu. shiguchi.com

花園エリアの森に囲まれた傾斜地に位置する、古民家を現代的な文脈で再生させたギャラリーステイの宿、SHIGUCHI/シグチ。客室内の温泉はもちろんのこと、古民家ならではの質感のある模式は滞在者をとりこにする。各客室は、自然の五大要素である「地・水・火・風・空」とそれぞれ名付けられている。シグチに隣接する「そもぎ」はレストランとギャラリーの両面を持つ施設であり、敷地内の庭園で育ったハーブや野菜を用いた食を堪能できる。SPAでは、地、水、火、風、空の5つのスパメニューがあり、SHIGUCHIオリジナルの5行のオイルを用いたトリートメントを提供している。 shiguchi.com

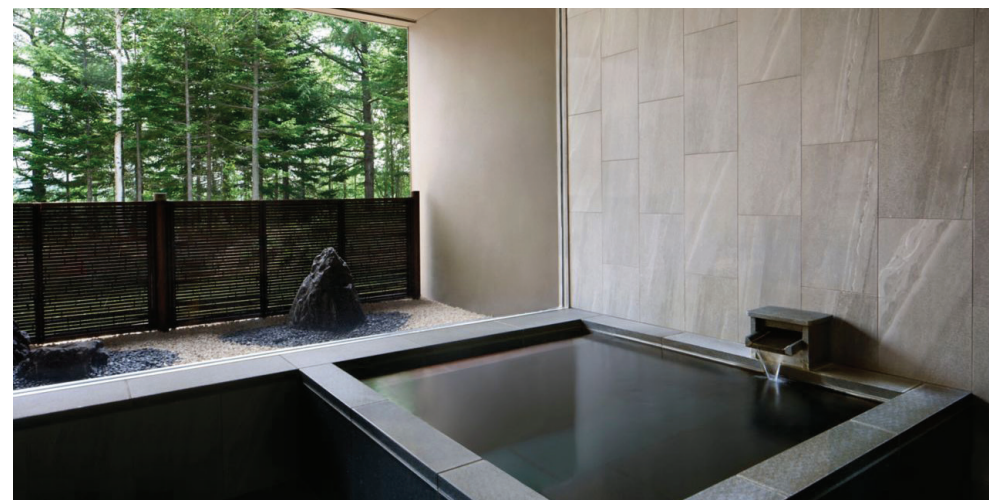


ICHISEKO

Nestled within the luscious Annupuri Garden estate, Ichiseko's luxury apartments and townhouses are at the heart of the Konbu Onsen area, Niseko's most plentiful hot spring district. Within a 15-minute drive are a dozen or more bathing locations nestled in pristine nature. But you don't even need to leave your accommodation to enjoy the benefits of the mineral-rich water – at Ichiseko you can start your day with a relaxing soak in your own private onsen admiring views of the Konbu range. Inspired by the view, you will want to immerse yourself in the wilderness. The Shinsen-numa boardwalk winds its way high up in the mountains, around a vast marshland where the landscape is reflected on the water's surface. After your hike, enjoy an in-room hot stone massage, and a feast at the on-site izakaya. ichiseko.com



Ichisekoはアンヌプリスキー場入口の対面に位置するリゾート、アンヌプリガーデンの中にある。昆布温泉の近隣という場所柄、15分以内の運転で10を超える多種多様の温泉が存在するが、自らの施設内にも素晴らしい温泉が存在するのが特徴。神仙沼などのニセコエリアに点在するハイキングルートに散策した後は、温泉だけではなくスパでのホットストーンマッサージや、居酒屋でニセコの食の美に酔いしれるもの良であろう。ichiseko.com



HIGASHIYAMA NISEKO VILLAGE, A RITZ-CARLTON RESERVE

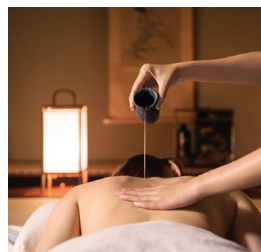
With unparalleled views of Mt Yotei best enjoyed while soaking in one of the suites' baths, Higashiyama Niseko Village, a Ritz-Carlton Reserve captures Niseko's beauty through the seasons. A stay here revolves around kachou fuugetsu – discovering oneself in nature. After forest bathing in the woods, the concept continues at the resort's Spa Chasi La Sothys, complete with indoor and outdoor onsen. In the language of Hokkaido's indigenous Ainu, 'chasi' means 'sanctuary'. Inspired by this, the spa takes cues from its natural surroundings, incorporating locally sourced black silica, birch and lavender into treatments blending Japanese tradition with French techniques. Equally, the cuisine – at two distinctive restaurants including the omakase-style Sushi Nagi – mirrors the seasons with produce from local farms. ritzcarlton.com

スイートルーム内にある浴槽に浸かりながら、羊蹄山の最高の眺めを楽しむことができる東山ニセコビレッジ、リッツ・カールトン・リザーブは、四季を通じてニセコの美しさを堪能できる。自然の中で自己を発見するという意味合いを持つ「花鳥風月」を軸に据えた滞在体験は、露天風呂を併設したスパ「チャン・ラ・ソティス」でも通ずる体験ができる。「チャン」はアイヌ語で「聖域」を意味し、自然の恵みを豊富に取り入れた地場のブラックシリカ、白樺、ラベンダーを施術に取り入れ、日本の伝統とフランスの技術を融合したトリートメントを提供する。また、「寿司なご」を含む2つの特徴的なレストランが滞在に彩りを加える。ritzcarlton.com



SETSU NISEKO

Designed around indoor and outdoor hot spring baths, Setsu Niseko's 750sqm spa is one of the largest wellness facilities within Grand Hirafu, offering both a public and private onsen experience. In between dips in the 40-degree baths, you can decompress in the sauna or cool down in a plunge pool to boost circulation. Follow it up with a ritual in Rikka Spa operated by Lapidem Tokyo, where the treatments are rooted in Eastern medicine's profound understanding of how the skin and body work. Also on the premises are a well-equipped gym and Studio En, a calming space in which to explore the mind-body connection of yoga and discover a world of inner peace. Try the yin yang style which fuses dynamic vinyasa with the restorative yin technique. setsuniseko.com



広大な露天風呂と室内風呂を有する雪ニセコは、ひらふ地区内で最も広大な750㎡にも及ぶウェルネス施設を誇る。温泉やサウナ、水風呂でリラックスした後は、東洋医学をルーツに持つトリートメントを提供する六花スパ (LAPIDEM TOKYO運営) へ。その他にも充実した設備が揃うジムと、ヨガスタジオのStudio Enが。当ヨガスタジオでは、ダイナミックなヴィンヤサスタイルのヨガと落ち着いた陰ヨガを融合させた陰陽ヨガを試してみよう。 setsuniseko.com



DISCOVER THE FEELING

More than a hotel. Setsu Niseko is the perfect place to find yourself or get lost in summer moments.

雪ニセコで夏のひとときに身をゆだねリフレッシュ

Reservations 宿泊予約のお問合せ ☎ English +81(0) 136 555 131 日本語 0136 55 5130 ✉ stay@setsuniseko.com

Invest 投資のお問合せ ✉ setsuniseko@scglobal.com.sg

setsuniseko.com