

# キャンプのすすめ!



自然をたっぷり満喫できて  
楽しそう...



キャンプシーズンの到来です!  
自然の魅力をたっぷりと味わえるキャンプにも、  
昨今はさまざまな楽しみ方があるようです。



自分に合ったキャンプを見つけて始めてみませんか?

## 気になる 虫対策の知恵



虫よけの基本は、遠い位置に  
明るいランタンを置いておくこと。

集光性のある虫はそちらへ  
集まり、テーブルや焚き火の  
まわりにはあまり来ません。  
あとはこまめに蚊取り線香  
や虫よけキャンドルを焚き  
快適な空間を作りましょう。

## 参考資料



『いちばんやさしいキャンプ  
入門』 長谷部 雅一監修  
新星出版社 786.3 / 1



『キャンプでしたい100のこ  
と』 フィグイंक編  
西東社 786.3 / 4



『今すぐはじめる人のキャン  
プ完全バイブル』 コールマ  
ンジャパン株式会社協力  
ナツメ社 786.3 / 1

泊まるとなると、  
ハードルが上がる人は

### 日帰りデイキャンプ

(初級)

ピクニックの延長です。  
レジャーシートなどで自分達  
の場所を整えたら、ゆっくり  
自然の中に身を置いてみて。  
澄んだ空気が、心も体も  
リフレッシュしてくれます。

トイレなど、水回りが  
きれいじゃないと  
落ち着かない人は

### おしゃれなグランピング

(初級)

常設の広々テントや、ロッジ、  
コテージなどで寝泊りするの  
で、道具の積み込みや、料理の  
準備片付けなどの面倒なことは  
一切なし。手軽にキャンプの醍  
醐味を味わえます。

どんな道具を揃えたらいい  
のかな? という人は

### レンタルキャンプ

(初~中級)

キャンプ場で道具をレンタル  
すれば、着替えなど最小限の  
荷物でキャンプを楽しめ、気  
軽に挑戦できます。自分で道  
具を購入する前に、使って試  
すことができるメリットも!

家族の時間を楽しみ、  
絆を深めたい人は

### 定番ファミリーキャンプ

(中級)

行きたい場所、持っていくも  
の、夕飯のメニュー、過ごし  
方など、家族みんなで決める  
ところから楽しみましょう。  
いつもの旅行とはひと味違う  
体験が待っています。

コンパクトな荷物で、  
フットワークよく自由  
時間を楽しみたい人は

### 孤高のソロキャンプ

(上級)

ひとり時間が欲しい時には、ソ  
ロキャンプに挑戦してみても  
いいかも。焚き火だけをじっく  
り楽しむもよし、飽きるまで星  
を眺めるもよし!

いちばんの天敵は風と雨  
キャンプの服装!



自然の中で過ごすキャンプは、常に快適な気候とは限りません。  
体温調節をしやすいように脱ぎ着のしやすい服を選びましょう。  
上着はかぶるパーカータイプよりも、前あきのジッパータイプがおすすめです。  
雨対策にはレインウェアを、風対策にはウィンドブレーカーを準備しましょう。



## 暮らしの歳時記

### 【ハ朔】(はっさく)

ハ朔は、旧暦八月一日(朔日)の行事で、「たのみ」の節句ともいいます。「たのみ」には、秋の豊作を祈願する「田の実」と、よく「頼み」ごとをする相手に贈り物などをして、人との繋がりを強めておくという二つの意味があります。

「たのみ」の節句という意味合いを併せ持つようになったのは鎌倉時代からで、江戸時代に入るとこの日に徳川家康が初めて江戸城に入ったことから、ハ朔は特別な祝日となり、贈り物をする習わしが定着しました。

『絵でつづるやさしい暮らし歳時記』 新谷 尚紀監修 日本文芸社 386.1/エ

## 私の心に響いた言葉

『手に入れたのは「ハッピーエンド」じゃない。鍛え抜かれた「ハッピーマインド」だ。』

『いまを生き抜くマンガの言葉』 池田書店編集部編 池田書店 726.1/1

## スタッフおすすめの本



『ぐるんぱのようちえん』  
西内ミナミ//さく  
堀内誠一//え  
福音館書店 E/7

この絵本との出会いは、むか~しむか~し、まだ私が幼稚園だった頃までさかのぼります。なかなか自分の居場所をみつけれない主人公が、最後はたくさん子ども達と遊んでいる姿にホッしたり、それまでの失敗作品たちがプールや遊び場になる様子に、ワクワクしながら繰り返し読んで、物語を楽しみました。自分の居場所は見つかること、無駄な経験は何もないことを、小さな子どもにも分かりやすく伝えてくれる大好きな絵本です。

(本山)

## スタッフよもやま話

子どもの頃、大きなキャンプファイヤーを囲んで友だちと歌ったことや、山の上から眺めた街の夜景に「寝るのがもったいない!」と感動したことがキャンプを好きになったきっかけです。高校時代は、茶彦山で友だちとカレーを作ったり、クラス対抗で歌ったり。その時歌った松山千春の曲名は今でも覚えてます。

楽しい思い出ばかりのせいか、大人になると、自分でテントや道具を少しずつ買い揃え、友だちと一緒に行くようになりました。自然に囲まれるのはとても気持ち良く、心がのびのびしてくるので、ぜひ皆さんにもおすすめしたいです。

(上田)