

うえっていが教える キャンプの心得

実は西岡さんは、「うえってい」の名でキャンプに関するYoutube動画を公開中。キャンプデビューに役立つ心得を紹介します。



愛知こどもの国キャンプ場担当／日本キャンプ協会公認指導者
キャンプインストラクター 西岡明則さん



(左)「こんちゅう村」は海を臨むサイトも
(上)荷運び用カートのレンタルは無料

気軽に「キャンプ飯！」

家でもキャンプ場でもOKの、ホットサンドメーカー料理を教えてくださいました。

ポップコーン

【材料】 ポップコーンのもと・サラダ油・塩

- 1 ポップコーンのもとにサラダ油を絡め、塩をふる
- 2 ホットサンドメーカーにいて火にかけ(中火)
- 3 はじける音がしたら軽く振り、ホットサンドメーカーを裏返す
- 4 音がしなくなったら完成

memo バターだとうまくできません...必ずサラダ油を使いましょう!

チーズタッカルビ

【材料】 唐揚げ、キムチ、とろけるチーズ

- 1 唐揚げを小さめに切る
- 2 ホットサンドメーカーで唐揚げとキムチを軽く炒める
- 3 唐揚げとキムチを両端に寄せて、中央にとろけるチーズを並べる
- 4 ホットサンドメーカーを閉じて弱火で加熱してチーズを溶かす
- 5 チーズが溶けたら完成

memo 唐揚げやキムチを炒めるときもホットサンドメーカーを閉じるとフリップできて楽だよ!

ライスバーガー

【材料】 お米、千切りキャベツ、ゴボウのきんぴら、唐揚げ、ごま油

- 1 ホットサンドメーカーにごま油を塗り、お米を敷く
- 2 キャベツ、ゴボウのきんぴら、唐揚げをのせる(お好みでマヨネーズも)
- 3 上からお米をのせる(中央を高め盛ります)
- 4 ホットサンドメーカーを開けて火にかけ(中火〜弱火)
- 5 表面に焦げ目ができてパリッしたら完成

memo 必ずごま油を塗ること! お米がくっついちゃうぞ!!
お米は冷ご飯の方がオススメ
(炊き立てだと水分が多くてベチャっとするか)。

Let's家キャン! 工作
ダンボールを使ったイスや新聞紙を使ったテントをつくって、庭などに置けば、そこはもうキャンプ場! 詳しくはうえっていyoutubeへ



愛知こどもの国

キャンプ場利用料

デイキャンプ(通年利用可能)／中学生以下100円・そのほか200円、
宿泊キャンプ(5月第2土曜から10月31日まで)／テント1張400円、そのほかの道具1点100円

予約

デイキャンプ、宿泊キャンプ(常設・持ち込み)ともに利用日の3カ月前から電話での申込み(仮予約)、利用日の3日前までに本申込み(書類提出)



- 1 予習とイメトレは入念に
買った道具は必ず開封して1度使っておきましょう。現地で初めてテントを開封する人もいますが、夕暮れまでの限られた時間で慣れない設営は、かなり手間取ります。設営に時間を割き過ぎると、食事の準備が落ち遅れてできません
- 2 料理の下準備を済ませておく
事前にメニューを決めて食材の調達・下ごしらえまで済ませておくと調理が早くなります
- 3 服装
長袖長ズボン、またはシャツや上着を着用し、気温の変化や火を使った作業に対応。虫対策にも
- 4 季節
宿泊デビューなら真夏と真冬は避け、春秋など過ごしやすい季節に
- 5 子どものケア
親だけが盛り上がるのではなく、事前に子どもがワクワクするような声かけを心がけましょう

する道具は貸し出ししています。
「当園の各種道具のレンタル料は、100〜400円。初めてキャンプをするなら、借りるのがおすすめです。道具を買って、いざキャンプを体験してみたものの『自分には合わないかった』と感じてしまったらもったいないですからね」と西岡さんがやさしくアドバイスをくれました。

日常生活にはない体験が家族にとっての財産に

西岡さんは、高校時代に趣味でキャンプを始め、日本キャンプ協会公認のインストラクター資格を取得。そんな頼れるベテランキャンパーにファミリーキャンプの魅力を聞きました。

「一言で述べるなら、『非日常の世界観』。普段 私たちは安心・安全な環境で快適に暮らしています。ところが、自然の中ではそうはいきません。不便・不自由と向き合い、どうしても快適な環境をつくり出せるか考え、行動する。その作業が楽しいのです。テントの設営に四苦八苦してもいい。食事の準備に手間取ってもいい。失敗は大歓迎。日常生活にはない数々の体験は、家族にとってかけがえのない財産になりますよ」。

また、自然の中に身を置くこと新しい感動に巡りあえるといえます。「鳥や虫の鳴き声、木々が生み出す新鮮な空気、ほほをなでる風、まばゆい朝日など、自然の息吹は、デジタルなおもちゃとは異なる刺激を子どもたち

に与えるでしょう」。西岡さん自身、子どもが乳児の頃から、情操教育としてキャンプを活用してきました。

近年はブームの追い風もあり、ファミリーキャンパーが増えました。こどもの国でも、幼少期によく遊んだという父親が自分の子どもを連れてキャンプを楽しみ、思い出を共有しています。「遊び慣れた地元の遊園施設であっても、キャンプで訪れると、それまでとは違った印象を受けるはず」。なお、こどもの国では、9月18日(土)にビギナーを対象にした、キャンプの入門イベントを実施。経験豊富な西岡さんがキャンプの楽しめ方をユーモアたっぷりに教えてくれるので、この機会にキャンプデビューしてみませんか。

巻頭特集 今こそ! 自然との触れ合いを楽しむ

ファミリーキャンプをはじめよう in 愛知こどもの国

コロナ禍に入ってファミリーキャンパーが増えました。「うちもはじめてみよう」と興味をもってみたけれど、「どうすればいいの?」と一歩が踏み出せないままの人もいるでしょう。そこで、「愛知こどもの国」のキャンプインストラクターから初心者の方のキャンプを応援する話を聞きました。



愛知こどもの国は自由な楽しみ方で大人気

市民にはおなじみの「愛知こどもの国(以下こどもの国)」。100万mという広大な敷地には、遊び場や遊具が点在しており、一日丸ごと楽しめます。日帰りの遊び場として足を運んだ人は多いと思いますが、キャンプ場の利用はどうでしょう。キャンプは、長引くコロナ禍において密を回避できるレジャーであることから人気が上昇中。県外への移動自粛要請が続く中、「地元でキャンプ」をして気分転換を図るのにおすすめです。

「園のキャンプ場では、デイキャン

初めてのキャンプなら道具はレンタルがベター

開設当初は新型コロナウイルスの影響で思うように営業できませんでしたが、それでも予約は順調。2021年も週末の持ち込みサイトの予約は、7月末まで早々に埋まりました。

開設当初は新型コロナウイルスの影響で思うように営業できませんでしたが、それでも予約は順調。2021年も週末の持ち込みサイトの予約は、7月末まで早々に埋まりました。

常設テントサイトは、「さかな村」「ことり村」「はなの村」の3エリアで、テントが計25張。「ゆったり過ごしていただきたいのと、ソーシャルディスタンスが保てるように」と以前より数を減らしました。包丁やまな板などの炊事具、鍋や飯こう、やかんなどテント以外に必要な道具も借りることができます。また、食材は地元のアコープ幡豆店に注文しておけばサイトまで配達してくれるので、準備するのは着替えやアメニティグッズ程度でOK。

一方、持ち込みサイトの「こんちゅう村」は6区画。1区画が大きめに区切られているので、グループでの利用にも適しています。持ち込みサイトの醍醐味は、お気に入りの道具を使ってキャンプを楽しむこと。不足

新型コロナウイルス感染症に関して

■入園時には、マスクの着用と手指の消毒をしてください ■バーベキューかまどは使用制限があります ■ひとつのかまどの利用人数は約10人までです ■利用後はすみやかに退園してください ■荷運びカートの利用後は消毒をするので、利用には持ち時間がありません ■屋外で人と十分な距離(少なくとも2m以上)が確保できる場合には、熱中症のリスクを考慮し、マスクを外すようにしてください ■体調の悪い方は利用を控えてください

※スタッフは、就業前の検温・健康管理のチェック、手洗い・消毒の徹底、マスクの着用を実施しています ※キャンプ場については6月20日(日)まで閉鎖ですが、今後の感染拡大などの状況によっては臨時休業の期間が変更される場合があります

9/18(土)「はじめてキャンプ」

こどもの国の西岡さんがキャンプの基本をレクチャー

申し込み方法 こどもの国の公式サイトでの応募フォームを利用(応募フォームは8月上旬に開設予定)

対象 キャンプをはじめてみたい家族、キャンプに興味がある家族

参加費 1家族3,000円 ※食材は各自持参 [道具レンタル代込み、施設利用料・保険代・駐車場代別]

