



Scene with SUBARU New CROSSTREK

## キャンプがもたらす至福の時間

新しいクルマを手に入れたなら、

これまでしたことのない何かに挑戦したくなるはず。

例えば、キャンプに出かけてみるのはいかがでしょうか？

ソロキャンプで一人きりの時間に耽る。デイキャンプで仲のいい友人と焚火を囲む。

初めてでも満喫できる、自然の中での過ごし方をご紹介します。



Scene 1  
Solo Camp

# 心をリセットする ひとりだけの午後

ソロキャンプの魅力は、誰にも邪魔されない自分だけの時間を過ごせること。必要最小限の道具だけ積み込んで、自然との対話をゆっくりと楽しむ、癒しのキャンプを提案します。



## ひとり時間を満喫する設営後のコーヒータイム

テントの設営やテーブルなどのセッティングが終わったら、あとはソロキャンプの醍醐味であるひとり時間を満喫するだけ。ほっとひと息つくなら、コーヒーは欠かせません(もちろん紅茶でも!)。コーヒー好きなキャンパーのなかには、銘水が湧くキャンプ場を選ぶ人も。キャンプで淹れるコーヒーも、こだわりだすとキリがありません。キャンプ用のおしゃれなコーヒーミルやドリッパーもありますが、最初は市販のドリッパックコーヒーで十分。無理なく楽しむのがキャンプの基本です。



## サイトを照らすランタンはキャンプのマストアイテム

キャンプに欠かせないアイテムのひとつがランタン。つまり、灯りです。キャンプ場によって様々ですが、基本的に日が暮れると真っ暗になることを前提に準備しておきましょう。当然、テントの設営も日没前に終わらせておくべきです。日が暮れてもランタンさえあれば心強く、読書も炊事も問題なし。夜、トイレに行くときも足元を明るく照らしてくれます。ランタンは様々な種類がありますが、初心者でも扱いやすいLED式がおすすめです。



コーヒーは市販のドリッパックが便利。お湯を沸かせば、あとはドリッパするだけ。コーヒーの香りにも癒されます。



無事に設営が終わった午後2時。コーヒーを淹れて、自宅から持ってきた読みかけの本を手取る贅沢な時間が始まる。クルマはオフショアブルー・メタリックの新型CROSSTREK Limited。

最初は誰だって初心者  
そのドキドキも楽しもう

コロナ禍によりキャンプ人口が増え、ファミリーキャンプ、グループキャンプ、ソロキャンプなどキャンプスタイルは多様化してきています。そんな今、日常を離れ、自然の中で静寂を楽しみたいという人に人気なのがソロキャンプ。

「キャンプ初心者だけど、いきなりソロでも大丈夫なの?」といった声もよく耳にしますが、心配ありません。難易度が高いと思われがちのテントの設営だって、有名メーカーの製品であれば設営動画が公開されているので、それを見ながら簡単に立てられます。キャンプギア一式揃えるにはお金がかかるのでは? とキャンプデビューをためらう人もいるかもしれませんが、レンタル機材が充実しているキャンプ場を利用すれば、最初からすべての道具を買い揃えなくても大丈夫。プランケットや食器類は、自宅ですべて持っているものを持ち出してもいいし、食事だって手抜きでOK。自宅から持ってきたカセットコンロでお湯を沸かし、自然の中で食べるカップラーメンの味は格別です。

ソロキャンプの醍醐味は、自然の中に身を置き、自分だけの時間を過ごすこと。設営が終われば、あとは誰にも邪魔されずに自分時間を楽しむことができます。お気に入りの本を読んだり、ちょっとお昼寝したり、のんびりと周辺を散策するのもいいでしょう。もしかしたら、何もしないという贅沢もあるかもしれません。夜は満天の星、朝は鳥のさえずりで目を覚まし、澄んだ空気で深呼吸。さあ、癒しのソロキャンプへ、出発!

Scene 2  
Day Camp

# 夕暮れ前、焚火を楽しむ アウトドア女子会

キャンプならではの楽しみのひとつが焚火です。  
仲のいい友人と火を囲み、炎の揺らぎに癒されながらの女子トーク。  
いつもと違った女子会も、デイキャンプなら気軽に実現できます。



## 焚火で作る簡単スイーツ! 名前もかわいい「スモア」

焚火の定番おやつと言えば、焼きマシュマロ。金串にマシュマロを刺して炙り、そのまま頬張るアウトドアならではの楽しみです。その焼きマシュマロをアレンジした、キャンプの伝統的スイーツが「スモア」(写真)。焼きマシュマロと板チョコをビスケットやクラッカーで挟んだもので、特別な材料が必要ないので誰でも簡単に作れます。ちなみにスモアの語源は、「おかわり!」を意味する英語のsome moreの略「S'more」と言われています。



## お気に入りのマグや雑貨でキャンプ空間を演出

女子会キャンプで使うマグカップやカトラリーは、自宅で使っている愛用アイテムを持参して、雰囲気づくり。その際、割れるリスクのある材質の製品は避けましょう。もちろん、自分のキャンプデビューを祝って新たに揃えても楽しみが増えます。最近は割れる心配のない樹脂製や金属製で、おしゃれなデザインのキャンプ雑貨も多いので、キャンプ当日までの雑貨選びも楽しみましょう。



火を起こすときは、火起こし器に着火剤を入れ、ガスバーナーを使って着火します。そこに薪を入れ、薪が燃えだしたら焚火台に移します。



ランチを済ませた後は、焚火で焼きマシュマロ。春先のキャンプは日中でも冷えることが多く、焚火の暖が有り難い。チェックアウトを忘れそうになるくらい楽しい時間。

## 焚火が女子会を演出! 道具はすべてレンタルでOK

キャンプの過ごし方には、宿泊キャンプと日帰りのデイキャンプがあります。デイキャンプのメリットは、テントや寝具が必要ないので荷物が少ない、参加者の日程調整がしやすいところ。初心者や女子だけでキャンプデビューするならば、デイキャンプから始めてみるのもいいかもしれません。レンタル機材が充実しているキャンプ場を選べば、道具を揃えて持ち運ぶコストと手間が省け、片付けの時間も気にせず存分にデイキャンプが楽しめます。今は手ぶらでキャンプに行ける時代なのです!

女子会デイキャンプを盛り上げるなら、焚火は必須。気おけない友人と焚火を囲み、揺らぐ炎と薪が燃える音に癒されながら、終わりのないトーク……。焚火で作る焼きマシュマロを準備しておけば、さらに盛り上がりそうです。

「初心者だけで火起こしなんてできるの?」という不安もあるかもしれませんが、心配ご無用。焚火台、火起こし器、着火剤、ガスバーナー、そして薪があれば、簡単に火が起かせます。もちろん、これらの道具すべてをレンタルできるキャンプ場も多く、わからないことがあればキャンプ場のスタッフに教えてもらったり、隣サイトのキャンパーに声をかければ優しく助けてもらえるはず。

最後に。虫が苦手な場合、夏は避けましょう。おすすめは虫が少ない春と秋。今や対策グッズが豊富に揃うので、それらを活用するとさらに安心です。



## LOVE NATURE

準備から片付けまで

# 自然を大切に作る心くばりを忘れずに

キャンプを楽しんで、自然を汚して帰るのは完全なるマナー違反。ゴミを捨てない、増やさない心掛けや、火の処理方法を身に付けてからキャンプデビューしましょう。



### マイ水筒を持参して、エコなキャンプ

ペットボトル飲料ではなく、お茶やお水をマイ水筒に入れて持参すれば、ゴミの削減にもつながります。自分の好きな飲み物を保温できるし、沸かしたお湯を入れていくこともできるので重宝します。



### 焚火シートを持参して熱や火の粉から地面を保護

キャンプ場で焚火をして、「サイトの地面を焦がしてしまった」「芝生を燃やしてしまった」となるとはマナー違反。そんなことにならないように、焚火台の熱や火の粉から地面を保護する焚火シートを使用しましょう。



### 余計なゴミを出さないひと手間を心掛ける

食材を持ち込む際は、買ったままの状態ではなく、事前に使うぶんだけ切り分けて保存袋に入れて持参するとゴミが減ります。冷凍肉は保冷剤代わりに使えます。荷物とゴミは「極力少なく」がキャンプの鉄則です。



### 火消しつぼを使って後始末もしっかり

撤収30分前には火の始末をしておきましょう。火がついている炭や灰は、焚火台などで火消しつぼに移し、フタをして鎮火します。火消しつぼで消火すれば、サイト内に指定されている灰捨て場まで安全に持ち運びできるうえ、残った炭の再利用も可能です。火を扱うときは焚火グローブを着用しましょう。



CONTRIBUTOR  
Writer MABUCHI Nobuhiko

この記事のスーパーバイズとテキストを担当した馬淵さんは、キャンプ誌に執筆多数。焚火でベーコンを作るのが得意とか。日本酒にも精通し、企画編集を手がけた書籍に「The World of ARAMASA 新政酒造の流儀」がある。「自然は最高の癒し! 気軽にキャンプを楽しんでください」

## 知っておきたい! キャンプの基礎

## CAMP GEAR

最小限の道具でOK

# 初めてのソロキャンプに、何を持っていく?

ソロキャンプで準備しておきたいギアは、テント、チェア、テーブル、寝袋、コット(キャンプ用ベッド)、ランタン、熱源(カセットコンロ)、食器類。レンタルも視野に入れると初期投資を抑えられます。



### 熱源はカセットコンロでOK。家にあるものを持ち出そう

お湯を沸かしたり調理する際、熱源になるものが必ず必要です。炭や薪なども熱源になりますが、家庭用のカセットコンロも十分使えます。燃料のCB缶はコンビニでも入手可能です。ヤカンもふだんキッチンで使っているものでOK。



### テントは寝室の役割! 気温に見合った寝袋を

コテージやバンガローに泊まる場合を除き、テントは必須。キャンプではテントが家や寝室の役割を果たします。もちろん寝具は必要。キャンプ場の天気や気温を下調べして、それに合った快適温度の寝袋を持参しましょう。



### キャンプ用の食器類は軽量コンパクトで機能的

飲食の際、食器類やカトラリーは必ず使います。まずは自宅にあるものを持ち込めば十分ですが、実はキャンプ用の食器やカトラリーは軽量コンパクトで非常に機能的。シェラカップ(写真)を持っておくとキャンプ気分が高まります。



### 夜のサイトを照らすLEDランタン

夜の調理、トイレまでの移動、テント内を照らすときなど、灯りが必要なシーンはとても多いです。サイトを明るく照らすLEDランタンを、最低1つは持参しましょう。インテリアとしても使える、おしゃれなデザインのものを選ぶと自宅でも愛用できます。

## ~細部を最大限、愛用したい~ クルマの豆知識



### アウトドライフにマッチ

荷物が当たりやすいリヤゲート下部のトリム。CROSSTREKでは、山をモチーフとしたテクスチャーで、傷つきにくく、実用性とデザインを両立。荷物の積み下ろしも楽しくなりそう。



### クルマのルーフレールが活用できる!

ポールを立て、ハンガーロープでルーフレールとつなげば、ランタンを吊り下げたり、寝袋や濡れた衣類を干すことができ便利です。ポールは倒れないよう、しっかりと打ち込みましょう。