



極寒キャンプ in 八ヶ岳



澄んだ空気の中での焚火は最高の贅沢

3月に入り葉っぱを落とした庭の落葉樹たちの冬芽（とうが）が少しずつ膨らみはじめ、春の芽吹き準備をしているようです。冬芽は葉、花、枝になる芽が小さくまとまったもので、寒さ対策、冬の乾燥から実を守るためのカプセルです。樹木の種類によっていろいろな芽吹きがありますのでこれからの季節が楽しみです♪ さて今回は年明けに行ってきたキャンプのお話です。以前、本誌 Vol.36 でも記事にしましたが、八ヶ岳にあるドッグランキャンプ場に行ってきました。前回行ったのは夏休みでしたが、今回は極寒の1月！1年で一番寒い月です。平均気温は-1.5度で最低気温は-10度。数字だけ聞いてもピンとこないかもしれませんが、北海道の札幌より平均気温が低いと言えば想像がつくでしょう。なんでわざわざそんな寒いところまで行ってキャンプするの？という話になりますが、昨今のキャンプブームにすっかり、昨年あたりから家族で出かけるようになりましたが、「キャン

プするのならやっぱり冬でしょ！」と軽いノリで計画が進みました。そうと決まれば冬用キャンプギアを揃えなくては、という事で必要なモノをリストアップ。まずは冬用のテントです。防寒対策の為、薪ストーブが使える煙突付きのワンポールタイプで、素材は通気性がよく、結露にも強いコットン素材のもの。薪ストーブは今回予算の関係で先輩から貸してもらった事に。また就寝時に薪ストーブを消した後、石油ストーブで暖を取る事にしましたが、その際必要になるのが一酸化炭素チェッカー。テント内でのストーブ使用による事故は自己責任。



さすがランドローバー、雪の上でもへっちゃら

命に係わる事ですのでケチらずいいものを購入。その就寝時に必要なのがコット。コットとは簡易ベッド。地面からの冷気を軽減して快適に睡眠をとる為の必需品です。さらに寝袋ですが、これが今回のキャンプの落とし穴に・・・寝袋と言ってもピンキリ。今回のような極寒キャンプの場合、-10~-20度の保温力のものが必要になりますが、安くても4~5万円、家族4人×5万円=20万円！ヒェ〜。結局、子供用に新たに2つだけ購入。それもケチって-4度まで対応の1万2千円のモノ。残りの2つは元々持っているもので保温力



ツキ、ロクは雪で穴はしもぎ

は不明・・・。そんなこんなで持って行く荷物はてんこ盛りに。座席の後ろとルーフキャリアの上にそれぞれ荷物を詰め込みます。「あ〜でもない、こ〜でもない」とまるでテトリス（笑）。車はランドローバー！前回のベルズレターで涙のお別れをしたボルボに変わって新たな相棒です！なんとか荷物を詰め込み、家族4人、犬2匹を連れて出発です！今回は現地で友達家族と合流してのキャンプです。茅ヶ崎から車で2時間ちょっとで到着。ちょうどお昼頃に到着したので、ごはんの準備班とテント設営班に分かれて作業開始です。朝晩は氷点下になりますが、日中は日差しがあるので体を動かしていると少し汗ばむ位です。ワンコたちが雪の中を楽しく走り回っているのを横目にテントを立てて、薪ストーブをセッティングしてい

きます。実は事前に近くのキャンプ場で設営の予行練習習をしてみましたのでその甲斐あってスムーズにセッティング完了です！ちょうどそのころ、横で調理班の「焼きそば出来たよ～」の音が聞こえました。ストーブを囲んでみんなでごはんです！缶ビールのプルタブをプッシュ。「ん～、これぞ冬キャンプ！」天候にも恵まれ、人もワンコも夏にきた時とはまた一味違う大自然を満喫です！まったりとした時間が流れくつろいでいると、あたりが薄っすらと暗くなってきました。焚火の時間です。冬キャンプと言えば、何ととっても焚火です！暗闇の中、パチパチと燃える薪の音を聞きながら、ぼーっと炎を眺めているだけでリラックス出来ますよね。薪は現場に残った杉や松の端材をたくさん持ってきました。本来杉や松は針葉樹で焚き付けにはいいのですが、すぐに燃えてしまうので、火が安定した後はナラやクヌギといった広葉樹が薪には適しています。ただ広葉樹は薪ストーブ用に別にストックしてあるので、ひたすら現場の杉と松を燃やし続けました・・・。



寒いけど外でみんなで食べるごはんはおいし～。



冬キャンプの醍醐味は「焚火」

日が落ちてすっかり冷え込んできました。椅子やテーブルを撤収してテントの中へ。テント内は薪ストーブのおかげでぽかぽか。友人家族たちとお酒を飲みながらしばし歓談です。そうこうしているとそろそろ就寝タイム。友達家族は事前に予約していたテントサイト横にあるバンガローに帰って行きました。さあ～寝る準備です。セッティングしておいたコットの上に寝袋を敷きます。さらにワンコ用の寝床も用意。これまた現場から持ってきたスタイロフォーム（断熱材）を地面に置き、その上に厚手のマットを敷いてからその上にワンコ用の布団を置きます。ん～完璧！テント内は薪ストーブが消えて 30 分位で冷え込んでくるので、予定通り石油ストーブにボタンタッチ。テントのトップと裾にはベンチレーションと言って風の吹き出しによる換気機能がついているので換気もバッチリ！安全の為、持ってきた一酸化炭素チェッカーを天井に吊るします。準備万端で消灯です。ランタンの火を絞って「お休み～」シ～んと寝静まったかと思った次の瞬間ゴソゴソ、ゴソゴソ、とコットの下から音が。ツキとロクが上ってきました。すると「寒～っ」、「寒～っ」「寒～っ」と飛び交う家族の声。就寝前、早めに薪ストーブを止め、石油ストーブに切り替えましたが、みるみるうちにテント内の気温が低下、石油ストーブは全く役に立ちません。換気の為ベンチレーションを開放しているので冷たい外気がテントの裾から入ってくるのも影響しているのでしょう。仕方ないので再びストーブに薪をくべて着火。しばらくすると徐々にテント内が暖まってきました。「薪ストーブを消したら寝れない・・・。」過酷な現実を突きつけられた瞬間でした。ふっと自分の寝袋に目をやるとツキとロクが布団にくるまって気持ちよさそうに寝ているではありませんか。自分の寝床は完全に占拠されてしまいました・・・。時計をみるとまだ 12 時ちょっと前。苦渋の決断を迫られ「朝まで薪をくべよう」そう心に決めました。右の写真はそんな騒動のあと、寝静まったテント内の様子を撮った1枚です。暖まったと言ってもストーブの目の前で吐く息は白く、温度計はありませんでしたが、



外気温-10度の深夜のテント内

テント内は恐らく氷点下だったのではないかと思います。ちなみにこの夜の外気温は-11度。友達のバンガローの温度計は朝方-6度だったそうです。そんな状況の中、夜明けまでの6時間ちょっとの間、薪ストーブの前に腰かけて、ぼーっと炎を見つめながら朝をむかえました・・・(涙)。2拍する予定で用意したストーブの薪も一晩中燃やし続け、ほとんど使い切ってしまいました・・・。準備万端で挑んだつもりの極寒キャンプでしたが、課題が山積する結果に・・・。朝食のあと、当初から1泊の予定だった友達家族は帰り支度を始めました。その横で我が家は顔を見合わせじーっと無言。その空気に耐え切れず、思わず「帰ろうか」とポロリ。家族に笑顔が戻りました。その後の撤収作業の早かった事。いかがでしたでしょうか。矢継ぎ早にお話してきましたが、今思い返しても寒さが蘇ってきます。これからは徐々に気温も上がり、本格的なキャンプシーズン到来です。今回の経験を糧にさらにアウトドアライフを楽しみたいと思います！

テントでととのう！

テントサウナってご存じでしょうか？断熱性の高い専用のテント内でストーブを炊き、ストーブ上で熱したサウナストーンに水をかけ熱い蒸気を生産させて楽しむ、フィンランドの「ロウリュ」方式の本場に近いサウナが楽しめるアイテムです。今回アウトドア好きの先輩に誘われてテントサウナを体験してきました！場所は足柄上郡のとある川の渓流で、先輩が自分の足で発見したヒミツのポイントです♡四駆でないと入っていきませんが、人目を気にすることなくテントサウ



ナを楽しめます。テント内は80~100度位まで上昇し、窓がついているので、外の景色を眺めながらサウナを楽しむのが最高です♪サウナストーンにかける水はアロマ水が多いようですが今回はほうじ茶パックを使用。アツアツの石にほうじ茶をかけるとテント内はホア〜ッと香ばしい香りに。それと同時

にジウ〜と熱々の水蒸気が音を立てて立ち昇り、気温も湿度も一気に急上昇！身体からジウ〜と汗が吹き出します。これは一度経験すると病みつきになります。ロウリュでしっかりと身体が温まったあとは、となりの川へ直行。自分はあまりの冷たさに10秒ともちませんでした。先輩たちは1分ほど水風呂に浸かります。このサウナ・水風呂を繰り返すと脳内で幸せを感じる物質が大量に放出されて、究極のリラックスタイプに。サウナ好きの間ではこの快感を「ととのう」と言います。自分も水風呂こそ長く浸かれませんでした。サウナ・水風呂・休憩を3セット行くとフラフラッとほろ酔い気分、ん〜これぞサウナハイ！？「ととのいました！」テントサウナハマりそうです。



モノと思い入れ

こんにちは三宅です。今回は私の自宅で大切に使っている道具たちの話をしたいと思います。安くて良いモノが手に入りやすい時代になりました。しかしちょっと凝ったモノを買うと長く使えますし、使い続けると古びたふんだけ思い出になり愛着が湧きます。今ではなんでもなく使っているモノたちが、うちの生活を象徴しているように感じたので紹介させていただきます。

OWERNER シューメーカーチェア

1つめはデンマークのWERNER製「シューメーカーチェア」です。座面がお尻の形になった3本脚のスツールです。この椅子は15世紀に原型ができ、もともとは牛の乳搾り用に使われていました。それが靴職人に使われるようになり、長時間座っても疲れないう座面を改良、現在の形になりました。外で使われることが多いので、ガタつかないよう3本脚になっています。

学生時代にインテリアに興味を持ち始めた頃、デスク用に購入した椅子です。撮影小物にもよく使われているので目にした方もいるのではないのでしょうか。かなりずっしりとして安定感がありますが、床は傷つきますね…。今は長女のデスクチェアになっています。長女が小さい頃椅子の上で粗相した跡も今は良い思い出です(笑)。最近ではリプロダクトとして安価な中国製も出回っています。



○長谷園 ビストロ蒸し鍋

2 つめは伊賀焼土鍋「かまどさん」で有名な長谷園の「ビストロ蒸し鍋」です。義弟の結婚式のカタログギフトで頂きました。鍋料理だいすきな妻の意見で半ば強制的に決定、結果大満足の一品でした。HP より、1 つでいろいろ使える土鍋が欲しい…そんなお客さまの声から生まれた、蒸す・煮込む・ローストする・炒める・焼く……などなど、多機能に使える土鍋です。とあります。うちでは蒸し料理はもちろん鍋料理、毎日のご飯炊きにも使っています。妻いわく肉まんを作ったりもしているそうです。少々欠けやすいのですが、そこも含めて愛着があります。



○日本橋木屋 中華せいろ

3 つめは寛政四年（1792 年）創業の打刃物問屋の老舗、日本橋木屋の「中華せいろ」です。こちらは結婚して最初の妻の誕生日に、お義母さんから頂きました。子どもが小さいうちは妻が蒸しパンをよく作っており、お祝い事には赤飯を炊いていました。今でもシューマイやふかし芋など出番は多彩です。使い込みすぎて裏がけっこう焦げています。結婚当初から当たり前にあったので気にしていませんでしたが、かなり人気の商品だったようです。現在は売り切れて販売されておらず、参考画像もなかったので家で撮りました。



思い返すと「なんだかいいな」と選んだモノのほうが長く使えている気がしますね。価格より感覚で選んだモノということでしょうか。これからも長く使っていこうと思います。

Bells Kitchen

このところ、日中はポカポカ陽気で春はすぐそこまで来ていますね。

暖かくなってきた事ですし、またまたキャンプへ行きたくなってきました。修行のような極寒キャンプのリベンジです!! 今回の BELLS KITCHEN では、私が最近ハマっているおつまみ 2 種をご紹介します。“混ぜるだけ”なのでキャンプにもホームパーティにもピッタリ!!是非お試し下さい!!

★オイルサーディンのタルタル



★オイルサーディンのタルタル

材料 オイルサーディン 1缶
 玉ねぎ 大 3(みじん切にして、水にさらしたもの)
 レモン汁 大 1 バケツ お好み量
 ミントマツ 5個 にんにく 1片

作り方

1. オイルサーディンをボウルなどに入れてほぐす。玉ねぎを入れ、レモン汁、塩コショウで調味。最後にミントマツを混ぜる。
2. バケツを軽くトーストし、ニンニクをこすりつける。
3. バケツにのせて召し上がり!



★アボカドとタコのサラダ



★アボカドとタコのサラダ

材料
 ゆでタコ 120g 位
 アボカド 1個
 ドレッシング
 オリーブオイル 大 2
 しょうゆ 小 2
 レモン汁 大 1
 にんにくすりおろし 少々
 わさび チューブ 4cm

作り方

1. タコ、アボカドを食べやすい大きさに切る。
2. ドレッシングの材料をボウルに入れ、泡だて器などでよく混ぜる。
3. ドレッシングにタコ、アボカドを入れ、ざっと混ぜて出来上がり!

編集後記

3月に入り気温が上昇して明らかに春の訪れを感じます。若い頃はそれほど気にしなかった事ですが、犬の散歩をするようになったからでしょうか、年のせいなのでしょう(笑)。さて今ハマっているモノをご紹介します。「インドの青鬼」です。軽井沢に本社があるヤッホーブリュワーリングという会社が製造する IPA ビールです。IPA とはインディア・ペールエールの略で、ホップを大量に使用することで生まれる強烈な苦味と香り特徴のビールスタイルです。初めて飲んだ印象は「ニガッ!」この苦さとモルト由来の深いコクが後を引き、もう病みつきです。グレープフルーツのようなさわやかな香りも楽しめます! アルコール度数が 7% と高いので飲みすぎ注意ですが、ビール好きの方は是非とも一度お試し下さい! ベルズレター次回は 6 月発行です。お楽しみに!

