

キャンプ好き社員に聞いた



若杉高原おおやキャンプ場

兵庫県養父市大屋町若杉99-2
TEL 079-669-1576



RV パーク 明石東港

兵庫県明石市中崎1丁目8
TEL 090-8377-6768



福知山市

京都大呂ガーデンテラスキャンプ場

京都府相楽郡笹置町佃
TEL 0743-95-2011



京都府

スプリングひよし

京都府南丹市日吉町 中宮ノ向8番地
TEL 0771-72-1526



福井県

ガラガラ山キャンプ場

福井県福井市赤坂町 6 6 - 8 4
TEL 0776-89-2180



恐竜博物館



恐竜博物館



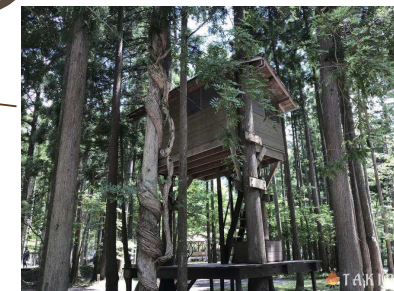
滋賀県

六ツ矢崎浜オートキャンプ場

滋賀県高島新旭町深溝
TEL 0740-33-7101



琵琶湖テラス



京都府

久多の里オートキャンプ場

京都府京都市左京区久多川合町151
TEL 075-748-2111

とても
リーズナブルで
ご利用できるの
でオススメ！



川がめちゃくちや
きれいでオススメ！



カマンベールチーズアヒージョ

●材料

- ・カマンベールチーズ
- ・ウインナー 5本
- ・にんにく
- ・オリーブオイル
- ・ベーコン

1. カマンベールチーズを食べやすい大きさに切る。ウインナーにベーコンを巻き、にんにくはスライスする。
2. スキレットにオリーブオイルをひいて熱し、にんにくを炒める。にんにくの香りが立ってきたら、カマンベールチーズとウインナーを並べる。
3. 浸る程度のオリーブオイルを加えてチーズが溶けてきたら完成。



キャンプ飯

メスティンとスキレットで簡単に作れるレシピを紹介。
外で調理して食べる美味しさ。



ツナとほうれん草のグラタン

●材料

- ・ツナ缶
- ・ほうれん草
- ・玉ねぎ 1/2
- ・牛乳 200ml
- ・生クリーム 100ml
- ・粉チーズ 大さじ2
- ・バター 10g
- ・コンソメ 1/2個
- ・塩コショウ 少々
- ・チーズ 適量

1. 玉ねぎをスライスする。
2. メスティンに牛乳、生クリーム、粉チーズ、玉ねぎ、砕いたコンソメ、塩コショウを入れて混ぜる。
3. ほうれん草を入れて全体を混ぜ、油を切ったツナをほうれん草の上にのせ、バターとチーズを散らす。
4. 蓋をして固形燃料 14gに火をつけ、火が消えるまで加熱する。火が消えたら完成。



トマトパスタ

●材料

- ・オリーブオイル 少量
- ・水 160cc
- ・パスタ 1束
- ・トマト 1個
- ・にんにく
- ・塩コショウ 少々

1. メスティンにオリーブオイルと水を入れて沸騰させる。
2. 沸騰したら、パスタを半分に折って入れ三分茹でる。
3. 皮を剥いたトマトを細かく切り、オリーブオイルと切ったにんにくを少し熱し、トマトと塩コショウを入れ、トマトが崩れるまで熱します。ソースが出来るとパスタと絡ませて完成。

キムチとチーズのちくわ挟み

●材料

- ・ちくわ 4本
- ・キムチ 50g
- ・チーズ 適量

1. ちくわを縦半分に切る。
2. メスティンに半分に切ったちくわを皮が外側になるように並べ、その上にキムチ、チーズをのせる。
3. その上に半分に切ったちくわを4本皮が外側になるようにのせる。
4. 両面こんがり焼けたら完成。



ローストチキン

●材料

- ・醤油 70cc
- ・みりん 70cc
- ・料理酒 70cc
- ・砂糖 大さじ3
- ・にんにく
- ・鶏肉

1. 初めにタレづくりをします。醤油、みりん、料理酒、砂糖、にんにくをスキレットに入れて煮詰めます。
2. タレと一緒に骨付き鶏もも肉を入れ、焦げ付かないように弱火で煮詰めます。
3. 中まで味を染み込ますために、アルミホイルをスキレットの上から被せます。
4. 蓋をしてタレがなくなるまで煮詰めたら完成。



フレンチトースト

●材料

- ・食パン 一枚
- ・牛乳 200ml
- ・卵 一個
- ・砂糖 大さじ1
- ・バター 10g
- ・チョコレート 40g
- ・バナナ 一本
- ・粉砂糖 適量

1. 食パンを斜めにカットし、切れ目を入れる。
2. 牛乳、卵、砂糖を混ぜ合わせ、食パンに染み込ませる。
3. 食パンに卵液が染み込んだら、切れ目に砕いたチョコレートと輪切りにしたバナナを挟む。
4. 温めたスキレットにバターを入れ、両面を焼いて、粉砂糖を振りかければ完成。

▼▼朝日を見ながらゆったりと▼▼



食事は作らず買ってきたものを食べて、朝日を見ながらゆったりと飲むコーヒーは、いつもより格別美味しい。豆からひいて作っても良い◎

ペッパーライス

●材料

- ・サラダ油 少量
- ・ご飯
- ・牛こま切れ肉
- ・コーン
- ・小ねぎ
- ・有塩バター
- ・牛肉のたれ
- ・塩コショウ

1. 熱したフライパンにサラダ油を少量ひき、中央にご飯をのせます。
2. その周りに牛こま切れ肉をのせ、ご飯の上にコーン、小ねぎ、有塩バターをのせ、焼肉のたれをかけて加熱します。
3. 牛こま切れ肉に火が通ったら塩コショウを振って完成。



夏のキャンプには
蚊取り線香と虫よけスプレーは必須!!



たくさん荷物が入るよ



クルマ旅で
新発見

【レンタカー紹介】

●ハイエースバン

- 年式 令和3年式
 装備
 ナビ、ETC、バックモニター
 《各種有料オプション》
 ・冷凍冷蔵庫 2,000円
 ・ポータブル電源 3,300円
 ・ごろ寝マット 1,650円



☆上記三点セットで7,150円のところ、セット割引で**5,500円!!**
 ※オプション内のいずれか一点以上ご利用の方に目隠しシェードを無料貸し出しさせていただきます。

☆1日 14,300円(税込)でご利用可

●キャンピングカー

- 年式 平成25年式
 装備
 ナビ、ETC、モニター
 シンク、冷蔵庫、ベット等

キャンプや温泉、道の駅などのご利用で名所巡りに最適!! 遠出のご利用に◎

☆1日 19,800円(税込)でご利用可能

電話・ネットにてご予約可
 TEL 0773-22-1300



車中泊マナー

7か条

其の一

車中泊出来る場所か確認

車中泊は、どこかの駐車場に止めても良いわけではありません。無料で24時間止められる道の駅やサービスエリアは車中泊出来るスポットとして知られていますが、車中泊禁止場所もあるので確認しましょう。

其の二

アイドリングストップ

暑い夏や寒い冬は、エンジンをかけっぱなしにしてエアコンを使い、車内の温度調節を行います。駐車中はエンジンを切るのがマナーです。エンジンをかけたままだと、エンジン音や排気ガスが周りの迷惑になるのでやめましょう。

其の三

音量や声量に配慮する

車から漏れる音楽の音や話し声は、自分が思っているより以上に周囲に響きます。静かな場所や夜間は、音量や声量に配慮しよう。

其の四

ごみは持ち帰る

旅の間に出たごみは持ち帰るのがマナー。道の駅やサービスエリアで捨ててしまう人が増えると、車中泊自体が禁止になってしまう可能性も！

其の五

火気厳禁

バーベキューやコンロでの調理、炊事などを駐車場で行うのは厳禁です。どうしても自炊がしたい場合、オートキャンプ場を利用するなどしましょう。

其の六

長期滞在は避ける

道の駅やサービスエリアは、必要最小限の仮眠にとどめるのが本来の使い方。同じ場所に連泊したり長い期間滞在することは避けましょう。

其の七

駐車場でのキャンプ行為はしない

高速道路のSAやPAの駐車場では、絶対にキャンプをしてはいけません。車がたくさん出入りする場所なので椅子やテーブルを出していると危険です。

主な車中泊の持参品

〔生活用品〕

下着類（日数分）

上着などの着替え

防寒着

レインウェア等の雨具

お風呂セット

歯磨きセット

ランドリーバック

携帯充電器

ゴミ袋

マット

LED ランタン

クーラーボックス

ポータブル電源

除菌シート

〔あったら良いもの〕

風邪薬

鎮痛剤（歯痛、頭痛、生理痛）

体温計

日焼け止め

虫よけスプレー

使い捨てカイロ

絆創膏

〔キャンプ用品〕

カトラリー（ナイフ、フォーク、スプーン等）

椅子

テーブル

食器

ガスコンロ

固形燃料

アーミーナイフ

水タンク

《カーサイドタープ》



オートキャンプ場を利用するなら、サイドオープニングやタープなどがあると車外でゆったりとくつろげる。日よけや雨よけとしても活躍。

《クーラーボックス》



温冷クーラーボックスは、氷いらずで-20℃まで冷やせ、その上55℃の温めも出来る優れたもの。LEDライトを搭載されているので暗いところでも使える。

《ポータブル電源》



電化製品が利用できるので料理したり、携帯の充電も出来るのでとても便利。これ一個で複数利用可能。

《マット》



地面からの冷気を遮断し、寝心地も良いのでぐっすり眠れる。

暑さ対策

Point

① 電気の力をフルに活用する

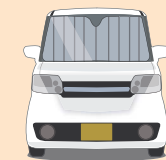
※大嶋カーサービスのキャンピングカーは外部充電することが出来ます。



手取り早く暑さ対策したいのであれば、電気の力を利用するのが一番。充電できるキャンプ場やRVパークで車中泊出来るなら、車を充電しよう。電源の確保が出来ない場合は、ポータブル電源があると心強い。扇風機などで涼んで寝られる。

Point

② サンシェードで防犯対策



車中泊する場合は、窓をサンシェードやカーテンで塞いでプライバシーを確保するほか、眩しい日差しをカットし車内の温度の上昇を防ぐなどの対策が出来る。カーテンでも日差しはカットできるが、隙間からの日差し漏れが気になる方はサンシェードがおすすめ。

Point

③ 旅のプランを考えておく



その時の気分で行く場所を決めるのも良いのですが、車中泊場所や観光スポットを事前に考えておいた方がスムーズに行動できるのでプランを考えておくことは大切。駐車場の場所も必要になってくるので下調べしておくとうれいになる。