

全トヨタ労連 飛騨ふるさと村アクティブガイド

2018 vol.6

春・夏号

# 荘川Style

特集

## ビギナーキャンプ 荘川で キャンプデビュー



全トヨタ労働組合連合会





# キャンプデビューするなら 涼しく快適な荘川をおすすめ!

荘川のキャンプ場は2つ! 湖畔の高台、木々の間を吹き渡る風を感じるか…  
人里離れ、自然の静けさの中で過ごすか…  
森の中でご飯を作ったり、自然の中でのんびりしたり、川遊びをしたり、  
ときには動物と出会うことも?! キャンプするなら荘川へGO!

shokawa

キャンプ場で  
何をして楽しむかを  
考えて場所選びをしよう

標高が高く、  
空気が澄んで  
いるので  
たくさんの星が  
見えるよ!

星空が最高!

★ miborokohan ★

## みぼろ湖畔 キャンプサイト



キャンプサイトの近くには  
岐阜県指定天然記念物2本の荘川桜や、  
日帰り温泉(桜香の湯)、  
ドライブインみぼろ湖(飲食&お土産品)  
など観光やリフレッシュできる  
施設もあります!



★ isshikinomori ★

## 一色の森 キャンプ場

入口すぐにあるセントラルロッジの近くには  
大きな広場があり、キャンプファイヤーも可能!  
小川だけでなく外にも大きな川が  
流れているので、川遊びを満喫したいなら  
一色の森キャンプ場でキマリ!



利用料

テント持込み (Aサイト電源あり)	宿泊 5,000円
	デイキャンプ 2,500円
テント持込み (Bサイト電源なし)	宿泊 4,000円
	デイキャンプ 2,000円
常設テント(5張)	テント1張 3,000円 + A・Bサイト料金

※入場料として、大人500円/日、子ども300円/日が別途必要。  
※全トヨタ券連割引価格あり!詳しくはキラキラの葉P38を  
ご覧ください。

利用料

テント持込み (電源サイト3カ所)	3,000円/テント1張 (電源使用料+1,000円)
キャビン	6人用3名まで 15,000円/1棟
	6人用4名から 18,000円/1棟
バンガロー	8人用(5棟) 8,000円/1棟

※ゴミ処分の協力費として、500円/グループが別途必要。



注目はキャンプ場のど真ん中を流れる小川。事前予約をしておくと、マス掴み体験もできるんです!

荘川Style2018 春・夏号 特典

A・Bサイト 宿泊利用料定額より10%OFF

お問い合せ  
みぼろ湖畔  
キャンプサイト

住所 岐阜県高山市荘川町中野262  
電話番号 05769-2-2727  
ホームページ <http://camp.miboroko.com/>  
営業期間 4月中旬~10月下旬  
チェックイン 12:00  
チェックアウト 10:00  
アクセス 荘川ICから車で約10分  
ペット同伴 OK

お問い合せ  
一色の森  
キャンプ場

住所 岐阜県高山市荘川町一色  
電話番号 05769-2-2823  
ホームページ <http://isshiki-mori.com/>  
営業期間 通年  
チェックイン 13:00  
チェックアウト 10:00(オートサイトはチェックアウト12:00)  
アクセス 荘川ICから車で約5分  
ペット同伴 OK

荘川Style2018 夏号 特典

オリジナルピザ釜を  
プレゼント

お問い合せ  
一色の森  
キャンプ場

住所 岐阜県高山市荘川町一色  
電話番号 05769-2-2823  
ホームページ <http://isshiki-mori.com/>  
営業期間 通年  
チェックイン 13:00  
チェックアウト 10:00(オートサイトはチェックアウト12:00)  
アクセス 荘川ICから車で約5分  
ペット同伴 OK



# キャンプベストシーズン(初夏or秋)到来! 初めてのキャンプ、してみませんか?

近年、急速にブームになっているキャンプ。やってみたいけど、自信がないなんて人も多いのでは? 荘川Styleではそんなキャンプビギナーのために、ちょっとしたキャンプのHOW TOをお教えします。今年家族で! 仲間で! キャンプデビュー!

## ~当日 キャンプの計画を立てよう!

計画を立てるとワクワク倍増! 何時に行き何時に帰る? 何が必要? 人数や目的地・日程が決まったら、まず予約!

※荘川のキャンプ場の予約は2~3ページへ

### これだけは欲しい! キャンプ道具

- テント(中に敷くマットも用意)
- ランタン
- 炭や着火剤
- 焚き火台(トング、軍手は怪我防止のために用意)
- テーブル
- チェア
- 寝袋
- クーラーボックス
- 調理器具(フライパン、食器、包丁、カトラリー類)
- バーナー(カセットガスコンロがあれば代用可能)
- 虫除け

**CAMP HOW TO?** キャンプ場でレンタルできるものも多いので、まずはキャンプ場の施設、設備、レンタル用品を確認しましょう。



▲テント



▲ランタン



▲チェア



▲寝袋



## ① 12:00(13:00) キャンプ場にチェックイン!

同じキャンプ場でも、スペース(サイト)によって環境はさまざま。自分に最適なサイトを確保することが、快適にキャンプを過ごす最初の条件です。

**CAMP HOW TO?** 「電源サイト」があるスペースを選んでおくと、炊飯器やポットを使い、携帯の充電も可能なのでなにかと便利。



## 初夏&秋のキャンプファッション

**CAMP HOW TO?** 夜冷えてくることもあるので、重ね着できるものを。山の天気は変わりやすいので雨具も用意しておきましょう。



## ② 13:30 テントを張る位置でキャンプの快適さが決まる!

スペース(サイト)が決まったら、テントを張る位置や向きを決めましょう。「自分が家をたてるなら…」を考えながら決めるといいでしょう。

### テントスペース7つのチェックポイント

#### ① 川辺でないか

水難事故の危険があります。川が増水しても問題がない場所にしましょう。



#### ② 風は強くないか

見晴らしが良くても風が吹く場所ではテントが倒れる危険があります。



#### ③ 公共施設から適切な距離か

施設はみんなが使う場所。人通りや話し声で落ち着かないので、少し離れた場所へ。



#### ④ 地面はデコボコしていないか

石や木の根が多い場所は寝づらく背中が痛くなることも。平らなところを選びましょう。



#### ⑤ 日陰があるか

一日中、日が当たる場所は温度も上がり体力を奪われます。日陰になる環境がほしいですね。



#### ⑥ 木陰でも木から離れた場所に

大きな木の真下だと、雷が落ちる危険があります。また木の下は虫が落ちてくることも。



#### ⑦ 近隣サイトのテントとの位置やバランスは?

テントの出入り口、テーブルの場所などが近隣サイトから見やすい場所にあると、お互い気まずいです。近隣サイトとのバランスも考えてテントやテーブルをレイアウトしましょう。



**CAMP HOW TO?** テントの設営は初心者には大変。建てるだけでヘトヘトになってしまうことも。事前に建てるのがベストですが、取扱説明書や建て方動画の確認だけでもしておきましょう。



🕒 15:00 遊びに観光に! 自由自在に好きなことしよう!

遊具なんかなくても楽しめる! キャンプ場では自然と遊ぶ方法がいっぱい!  
もちろん森林散策や観光もOK! キャンプ場を起点に出かけてみよう!



水遊び



植物で工作



日帰り温泉



トレッキング(森林散策)



ムシ採り



周辺観光

🕒 16:00 わくわく! 少し早いけど夜ご飯を作ろう!

レッツチャレンジ! 飯ごうでお米を炊いてみよう

- ①お米の量は蓋で量る
- ②水の量は飯ごうの目盛りで
- ③最初の中火、吹いたら強火
- ④火から下ろしたら逆さに



標準的な飯ごうは4合炊き。蓋は二重構造で、内蓋1杯が2合、外蓋1杯が3合です。



飯ごうの内側側面に、水量の目盛りが2合と4合の位置に刻んであります。



沸騰するまでは弱火~中火で炊きます。水分が吹きこぼれ出したら強火にします。



ご飯の焦げる匂いがしたら炊き上がり。飯ごうを逆さにして置き10~20分程度蒸らしたら完成。

CAMP HOW TO? 火おこしHOW TO どっちを使う?

焚木燃料 炭 or 薪

炭は炎を出さず安定した火力を長時間維持できるので料理に。薪は銅や食材がススで黒くなるので暖房用に適しています。



着火剤 固形 or ジェル

ジェルは揮発性のものが多いので事故になることも。初心者には固形タイプが安全です。ただしジェルよりも着火に時間がかかります。



➡ 料理なら炭、暖をとるなら薪

➡ 安全性から初心者は固形が○

キャンプの醍醐味! 豪快キャンプ飯

お手軽ローストビーフ

【材料 (4人分)】  
牛もも肉ブロック… 500g  
塩、こしょう…………… 少々  
すりおろしんにんにく… 少々  
オリーブ油…………… 少々  
お好みのソース



CAMP HOW TO?

【あると便利な小道具】

- アルミホイル: 玉ねぎ、ジャガイモ、きのこやリンゴまで。丸ごと包んで焼くだけで、あっという間に豪快料理のできあがり。
- ダッチオーブン: ダッチオーブン(厚い金属製の鍋)を使った料理はキャンプの定番。レンジがなくてもオーブン料理が作れます。

- ①牛肉は、直射日光に当たらないところに置いて常温に戻す。
- ②牛肉に塩、こしょうをふり、んにくをまぶして手で全体にすり込む。その後、オリーブ油を肉全体に薄く塗る。
- ③フライパンに油をなじませ、牛肉全体の表面をまんべんなく焼く。
- ④蓋をして、好みの焼き色がつくまで焼く。
- ⑤焼き上がったらすぐにアルミホイルで包み、粗熱が取れるまで30分~1時間そのまま置いておく。
- ⑥冷めてからスライスし、好みのソースをかける。

🕒 7:00

手軽に朝ご飯!

朝に最適! フレンチトースト

【材料 (4人分)】  
フランスパン…1/2本 砂糖…………… 大さじ2  
卵…………… 1個 バター…………… 適量  
牛乳…………… 150cc お好みで、メープルシロップ、はちみつ、ジャムなど



CAMP HOW TO?

キャンプの朝は案外時間が無いもの。前日の夜に仕込んでおくと、スムーズに支度できます。

- 【前夜準備】①フランスパンを2cm幅に切る。②ボールに砂糖と卵を入れて泡立て器でしっかり混ぜ、牛乳を入れてさらに混ぜる。③ジップロックにパンを並べ、そこに②を入れて空気を抜いてジップを締める。少ししたら逆にし、全体に卵液がしみ込むようにする。④一晩クーラーBOXの中で保存。
- 【朝】⑤フライパン、もしくは網にホイルを敷き、その上にバターを敷いてから④のパンを敷き詰め中火で返しながらかく。外側に焼き目がついてきたら完成!

🕒 8:00 後片付け

- 道具はまとめる 荷造りし、一度広いところにまとめてから車に積み込むと、隙間なく積めて効率up!
- ごみは分別 キャンプ場が指定する場所に分別して捨てましょう。予めごみは分別しておくで楽。
- 最後にチェック 最後にごみや忘れ物がないか、隅々までチェックしましょう。

CAMP HOW TO?

晴れていたなら、早めに寝袋やテントマットを干すなど日光を有効活用。テントはしっかり乾燥させてから収納すると、次回も快適に使えます。

🕒 10:00 チェックアウト

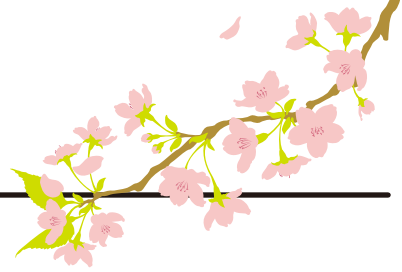
キャンプ帰りに日帰り温泉で疲れをとるのもGOOD!



いろんな思い出たくさんできたね

オススメ

# ドライブインみぼろ湖



## お食事、喫茶、お土産各種とりそろえています。

みぼろ湖畔キャンプサイトのすぐ近くにあるドライブインみぼろ湖では、地元料理が食べられるほか、名産品を買うこともできます。御母衣湖を観光したあとは、温かいご飯、お土産購入にとお立ち寄りください。



### メニュー例

若鶏みそ焼き定食	.....	1,000円
朴葉みそ焼き定食	.....	1,000円
みそカツ定食	.....	1,400円
荘川産ざるそば	.....	800円
かつ丼(味噌汁付き)	.....	800円
カツカレー	.....	1,000円
山菜そば定食	.....	900円

### ドライブインみぼろ湖

岐阜県高山市荘川町中野262番地

電話番号 05769-2-2266

ホームページ <http://www.miboroko.com>

定休日 不定休 ※要確認

営業時間 8:30~17:00

アクセス 荘川ICから車で約10分



ドライブインみぼろ湖のホームページはこちらから！

### 荘川 Style2018 春・夏号 特典

## ドライブインみぼろ湖限定 荘川桜さるぼぼ(小) プレゼント

レストラン・土産コーナーにて  
総額2,000円※以上  
お買い上げで

※自動販売機など当店で買えないものは除く

不可思議な「不可能にする」荘川桜さるぼぼ

湖底に命を落とすのを救った桜を愛する人々によって、困難と言われた価値を見出し、成功した。今も尚咲き誇る荘川桜は、いつしか『不可能にする桜』と呼ばれるようになり、そんな桜のご利益にあやかり、不可能を可能にする【荘川桜さるぼぼ】。桜様様のハンテンを身にまとい、荘川桜と暮らすお守りを持っています。

【有効期限：2019年3月31日まで】

※本券と総額2,000円以上となるレシートを売店レジまでお持ちください。

※数に限りがございますので、無くなり次第終了とさせていただきます。

※コピー不可

## ＝ 飛騨ふるさと村の総合案内所 ＝ 「全トヨタ労連 飛騨ふるさと村役場」



是非こちらにお立ち寄り下さい！

飛騨ふるさと村役場  
事務長  
益戸貴美枝さん



組合員とその家族のための飛騨ふるさと村。そのインフォメーション・センターの役割を担うのが「飛騨ふるさと村役場」です。古い民家を利用した建物にはスタッフが常駐し、「村民手帳」の発行や宿泊の受付、現地案内、イベント企画、組合ごとの研修会などの業務を行っています。

飛騨ふるさと村役場

岐阜県高山市荘川町中畑 05769-2-3055

もっと詳しい情報はWebへ！

飛騨ふるさと村役場

検索