



オフを充実させ、より良いビジネスライフを！ 大人が楽しむアウトドア考

第2回

プチキャンプに行こう！

アウトドアのオリジナルグッズ開発を手掛ける、イナウトドア（同）の森豊雪代表が、アウトドアの魅力をお伝えする連載コラム。第2回目のテーマは「プチキャンプ」。アウトドアブームが到来していると言っても、「どのように始めれば良いかわからないという人が多い」と指摘する代表。自然の中で癒しを得たいと思っているアウトドア初心者の方に、代表からの提案とは――。

◎ 面倒なアウトドア活動がなぜ流行る？

無心になって、ただひたすら手斧で薪を割って目の前の焚き火にくべる。その熱を利用してお湯を沸かしコーヒーを飲み、ご飯を炊いてあたたかい食事をする…あれ？これって子どもの頃おじいちゃん、おばあちゃんの家でやっていたような記憶が…。

大人になった今はどうだろうか。一部の方を除いては薪を割ること自体、必要に迫られて行うことは少なくなっているだろう。むしろ、現在の生活スタイルからすると「薪を割ることや焚き火で料理をするのは大変なこと、面倒なこと」に分類されるのかもしれない。

しかし、キャンプをはじめとするアウトドア市場は活況を呈している。キャンプ場で焚き火をしている方も多し、動画サイトでは焚き火の様子を配信しているものもよく見かける。面倒なはずの活動がなぜここまで流行っているのか。

そこで私の知人を誘ってみた。「今度、焚き火しようか？」と。するとかなり乗り気で「ぜひ、ぜひやりたい！」と二つ返事。どうしてそんな

にやってみたいのかと聞いてみたら「焚き火って非日常的だし、癒されるって聞くと」ということだ。前回のコラムでは「秘密基地をつくらう」というお話をさせて頂いた。焚き火が非日常というなら、秘密基地づくりは、非日常すぎると言われそうだ。

いずれにしても、アウトドア活動、中でもキャンプをすることに「非日常を楽しみつつ、癒し」を求める人が多いようだ。（個人的に思うには、アウトドア活動に強い興味を持っているのは特に都心や市街地の中心部で生活している方に多いと感じている）と言いつつも、キャンプをするのはハードルが高く感じている方も少なくない。「キャンプをしたいんだけど、何を準備すれば良いですか？」と質問をされることもよくある。

◎ 楽しみ方の選択肢が増えている

昨今は某アニメの影響もありアウトドアブームで、女性に人気のあるカラフルなテントなども販売され、女性のソロキャンパーも増えてきた。そうした中で、一昔前に比べたらキャンプの楽しみ方も多様化している。例えば、森の中などに最低限の装備で出かけて行って、そこでナイフなどを使って必要なものを工作したり、夜を過ごすためのシェルターをつ

くったりしながら野外生活を楽しむ「ブッシュクラフト」というスタイル。“魅惑的な”という意味のグラマラスとキャンピングを掛け合わせた造語で、テント設営や食事の準備などのサービスが提供される「グランピング」など。また、インターネット通販の普及・拡大により、キャンプ用品の情報もあふれるほど出回っていて、道具1つにしても選択肢がかなり広がり、選ぶのが大変なくらいである。

キャンプに限ったことではないが、未知の世界を経験するのに迷いが生じる人は多いだろう。しかも、キャンプについてはその楽しみ方に選択肢が多いことが、さらにハードルを上げているのかもしれない。

◎ 必要最低限の道具だけで外に出てみよう

確かに一から全部を準備するのは大変だ。道具を車に積むのも、慣れていないと一苦労。キャンプに行く前に疲れ切ってしまうと思う。仮に、初心者なのにテント、タープ、ランタン、テーブル、チェア、シュラフなど宿泊で使えるものを家族分揃えてしまったとする。その後、「我が家は揃って泊りのキャンプに行く時間なんてなかった」ことに気付くようだと、購入した道具一式は、物置の片隅に追いやられてしまうだろう。

そこで、先ほどの「キャンプのために何を準備したら良いのか」という質問に対して私は、「まずは日帰りでやってみてはいかがですか？」と提案している。具体的には、レジャーシートなどを海岸や木立の中などに持って行って、景色を眺めたり、森林の空気を吸いこんでみたりするというものだ。それだけでも最初は良いと思う。そこから、自分のスタイルを見つけていくのはどうだろうか。最近はレンタル品も充実しているので、利用しても良いかもしれない。とにかく、最初から無理をせず、必要最低限の道具だけ持って、外に繰り出してみたいかがだろうか。

◎ 1/f ゆらぎから得られる癒し

自然界には人間の生体にリラクゼーション効果をもたらすとされる、1/f ゆらぎがあふれている。例えば、焚き火などの炎のゆらめき、波の音、

雨音や木々が風にざわめく音など。普段、管理社会の中で仕事をしているとき、驚くくらい規則的な事柄の塊で構成されている。がんじがらめの規則で窮屈に感じることは、誰しもが経験していることだろう。一方、1/f ゆらぎは不規則で予測のつかないもの。私たちはその不規則なものに癒しを感じる。だから、それらの中に自分の身を置いたときに、気持ちが落ち着くことを感じ取ってほしい。普段、ほとんどの時間をデスク仕事に費やしている方は、そのギャップに癒されることと思う。



ただし、わざわざアウトドア活動をしなくても、日常生活で、雨の音を何気なく聞いてみる、それだけでも十分なのだ。忙しい人ほど時間をつくって日頃の自分を癒してほしい。その時間はあなたのその後の生活に、必ず良い結果をもたらすに違いない。

私もこの原稿が終わったら、缶コーヒー1本と椅子を持って、海岸でポケーっとして来ようと思う。このコラムをご覧の皆さんも、自分を癒すために、外に出て気軽にプチキャンプをしてみませんか。



オリジナルテント「Gun」発売中



▲イナウトドア（同）が開発したオリジナルテント「Gun」。焚き火にはめっぽう強い素材を使用している。この幕を張り、森の中に自分だけの秘密基地をつくって楽しんでみてはいかがだろうか



森 豊雪

学業修了後はエネルギー関連の製造会社に入社し、30年以上にわたって勤務する。55歳を迎えて新しい道を模索。もともと趣味で活動していたアウトドア分野で起業することを決意し、イナウトドア（同）を立ち上げた。現在は、オリジナルアウトドアグッズの開発や、自然保護のボランティア活動に注力している。

- ※保有資格
- ・NCAJ認定 キャンプインストラクター
- ・JBS認定 ブッシュクラフトインストラクター
- ・日赤救急法救急員他

イナウトドア 合同会社
〒238-0114 神奈川県三浦市初声町和田 3079-3
URL <https://www.inaoutdoor.work/>
Twitter @moritoyo1