

リレー随筆

キャンプのすゝめ

鹿児島県立大島病院 総合内科 栗林 完

【最初に】

平田先生より、リレー随筆のバトンを受け取りました栗林 完です。現在は、鹿児島県立大島病院総合内科に勤務しています。

県の緊急事態宣言と共に始まった初期研修は、怒涛の早さで終了し、外来・病棟に焦りを感じる日々です。今回は、自分の趣味であるキャンプに関して執筆させてください。

【キャンプとの出会い】

大学四年生のとき、群馬の山奥にあるキャンプ場へ、キャンプ好きな友人(K君)、平田

先生の三人で行ったのがきっかけでした。ただのソーセージが七輪で焼くだけで、最上級の味わいになることに衝撃を覚えました。焚き火を見ながら、三人でしっぼりと語らう。最高のひとときでした。それから時間を見つけては、友人達とキャンプ場に繰り出して行きました。以下、今までに行ったキャンプ場について述べます。

【関東編】

大学が栃木にあり、群馬や福島のカンパ場まで足を運ぶこともありました。



福島県にある五色沼は景観が素晴らしく、また行きたいキャンプ場の一つです。夜は満天の星空を見ながら焚き火ができました。

時間がないけどどうしてもキャンプがしたいというときには、大学寮から車で10分のところに格安のキャンプ場があり、よく利用していました。一度、真冬にキャンプをしたときには、極寒に耐えきれず、寮に布団を取りに帰り、またテントに戻るといって本末転倒な行動をしていました。寒すぎて朝になったら、靴とペットボトルが凍っていました…。

筑波山の麓にあるキャンプ場で前泊し、早朝から山頂を目指して登山をしたこともあります。最高の日の出を見ることができました。

【鹿児島編】

初期研修先は奄美大島。昨年世界遺産に登録され、注目が集まっています。赴任して、まずすることはキャンプ場探し。海のない栃木県と異なり、目の前が海という素晴らしいロケーションのキャンプ場がいくつもあります。

大浜海浜公園にある小浜キャンプ場は、数回利用しました。波の音が激しく眠れないときもありますが、朝風呂代わりに海水浴は格別です。

名瀬市内から南に行った瀬戸内町にあるやどり浜キャンプ場では、風が強すぎて結局は車の中で寝るといって情けない経験もあります。

大学で研修中には当直明けに、川辺町まで足を運びソロキャンプをしました。広大なフィールドに自分しかおらず夜中は、野良猫に怯えながら寝ていました。

鹿屋周辺は、バーベキューが常設される公園もあり、デイキャンプとしての利用が可能でした。コロナ禍で使用禁止の箇所もあり、歯がゆい思いをしていました。

自分が思う、キャンプのメリット・デメリットについて述べます。

【メリット】

・非日常を味わえる

雄大な自然の中で食べるキャンプ飯、夜はスマホを見るのではなく、焚き火の明かりで読書をする。朝は自分で焙煎したコーヒーでスッキリと目覚める。そんな時間は、キャンプでしか味わえないと思います。いつか大勢で焚き火を囲ったキャンプができる日を待ち望んでいます。最近は、焚き火動画なるYoutubeもあるようで、国家試験前に視聴していました。

・キャンプ飯

これに触れるにあたり、欠かせない調理機材が2つあります。1つ目はスキレットです。一言でいえば、鋳物のフライパンです。使用前にクズ野菜で炒めるシーズニング、使用後は洗剤を使ってはいけない、圧倒的に重いなど、不便な点が多いです。その一方で使うたびに味が出る、熱伝導が良い、こびりつきが少ないという利点があります。シンプルに肉を焼いてもよし、洋風ならパエリアやアヒージョを作ってもよし、和風ならお好み焼きを作ってもよし、とバラエティに富んだ使い方ができます。家では、鍋のまま食卓に出すだけで、気分も上がります。

もう一つはメスティンです。お弁当箱のようなアルミ製の鍋です。煮る、焼く、揚げる、蒸すの工程がこれ一つで完結できます。メスティン専用の料理本も発売されており、普段はこの鍋で米を炊いています。パンも作れます。

燻製キットも自分で作成し、卵・サーモン・チーズを燻していました。家だと煙が心配ですが、外なら気にせず専念できます。

ホットサンドメーカーもおすすめです。パンを挟んで焼くだけでなく、お米を入れて焼きおにぎりに、お好み焼き、鉄鍋餃子も作れます。いざというときにはフライパンにもなります。

セラカップと呼ばれる、金属製の食器があると気分が上がります。耐火性なので、そのまま火にかけることができます。普段の生活でも、調味料を入れてソースを作ったり、日本酒を入れて熱燗にしたりしています。

・自家焙煎コーヒー

自分はコーヒーを飲まないと落ち着かないので、キャンプでもコーヒーが楽しみの一つです。生豆を水に漬け、形の悪い豆は手で取り除きます。焦げ付かないように、煎り器を丁寧に振っていきます。次第に豆がパチパチと音をあげます。これを爆ぜるといいます。なかなか均一に焙煎するのは難しく、色や味にバラツキが出てしまいます。しかし、自分で作ったという色眼鏡で美味しく思えます。

色々書きましたが、ただの肉でも炭火で焼くだけで絶品になります。それぞれのキャンプ飯を探して貰えればと思います。

【デメリット】

・道具にこだわり始めるとキリがなくなる。

同じような見た目、機能であってもAmazonで売っているような格安品から国産のハイブランドで値段が大きく変わってきます。キャンプに行く度に、他のキャンパーが持っているギアを羨ましく思い、アウトドアショップについつい足を運んでしまいます。引っ越しの多い自分はこれ以上物を増やさないように自制するのが辛い日々です。

・不自由

キャンプ場によっては、シャワーがない、

ウォシュレットがないなど、普段の生活よりも不自由を強いられます。風呂に入れない場合には、帰路の途中でご当地の温泉に入ります。前日のBBQでこびりついた煙や肉の匂いを一気に落とすのは爽快です。

料理の準備が面倒くさい、ふかふかのベッドで寝たいという方にはグランピングをお勧めします。優雅を意味するグラマラスとキャンピングを組み合わせた言葉です。最初から豪華な食事が用意されており、焼くだけになっています。少々値段は張りますが、キャンプに付き纏うありとあらゆる不自由が改善されているので、快適かつ豪華なキャンプライフを過ごすことができます。

【今 後】

コロナ禍でキャンプの人气が沸騰しています。興味はあるけど、いざ行くととなるとハードルが高いと感じる方もいるかもしれません。遠出するだけがキャンプではなく、最近では家にテントを張るお家キャンプ、ベランダにキャンプセットを広げるベランピングと様々な楽しみ方があります。是非ともそれぞれのスタイルを探していただけたらと思います。自分も鹿児島中のキャンプ場巡りをするのが夢なので、お勧めの場所があれば共有していただけたらありがたく思います。

次号は、県立大島病院 古藤聡一先生のご執筆です。
(編集委員会)