

# ソロキャンプを楽しもう！！

近年、アウトドアブームでキャンプを楽しむ人が増えていますが、特に2020年の流行語大賞でトップ10にも選ばれた「ソロキャンプ」が大人気です。

## ■ソロキャンプとは

ソロ (solo) とは「ひとりの」「単独の」という意味で、ソロキャンプは文字通り「ひとりで」するキャンプのことを指します。

大人数で楽しむイメージのあるキャンプを、あえて1人で楽しむことから、ソロキャンプという表現が用いられるようになりました。

新型コロナウイルス感染拡大の中、社会的には、三密を回避し、ソーシャルディスタンスを保つことが求められています。ソロキャンプは一人で楽しむキャンプなので、三密の心配もなく、豊かな自然の中で、リフレッシュできることが大きな魅力になっています。

そして、焚き火をしながらゆらめく炎を眺めたり、あるいは絶景を目の前にのんびりとした時間を過ごす……。

そのような優雅な時間を独り占めできるのがソロキャンプです。



## ■ひとり遊びを楽しむ

ソロキャンプの楽しみ方は、人それぞれです。

読書や散歩、音楽や映画を鑑賞する、アウトドアクッキング、写真撮影、星や景色を眺める、ただのんびりするなど、自分がしたいことを思う存分に、ひとりで楽しむことができます。

自然の中で誰にも束縛されることなく、自由に自分だけの時間を過ごすこと、これがソロキャンプの醍醐味です。



■ソロキャンプに必要な道具類

【必須道具】

- ① テント
- ② チェア
- ③ テーブル
- ④ シュラフ (寝袋)
- ⑤ マット
- ⑥ ランタン
- ⑦ 調理用バーナー
- ⑧ クッカー (調理器具)
- ⑨ 救急セット
- ⑩ 雨具

【あると便利なもの】

- ① タープ<sup>1</sup>
- ② 焚き火台
- ③ コット (アウトドアベッド)
- ④ クーラーボックス
- ⑤ ポータブル電源



シュラフ



ランタン



クッカー



タープ

■高知県内のおすすめキャンプ場

施設名	場所	利用料	設備
種崎 千 松 公園	高知市種崎	無料	トイレ・水場
鏡川源流憩いの広場	高知市土佐山村高川	無料	トイレ・水道
<a href="#">ほきがみね 森林公園</a>	香美市土佐山田町平山	無料	トイレ・炊事場・シャワー室

<sup>1</sup> キャンプやバーベキューをする際に日除けや雨除けとして使う大きな布のこと。

