

毎日が、もっとステキに♪

# ホット情報

ぷち

2021  
vol.69



発行：ホット情報ぷち製作委員会

こんにちは！夏になり何かと気持ちが活動的になりますね。今回は、自宅でアウトドア気分を楽しめる「ベランピング」についてご紹介いたします♪



## おうちでアウトドア体験 ベランピング特集



### ベランピングについて

#### ▶▶ ベランピングとは ◀◀

ベランピングとは、自宅のベランダで楽しむグランピング（豪華なキャンプ）のことです。ベランピングは、『ベランダ』『グラマラス』『キャンピング』からなる造語です。もとは、豪華なキャンプスタイルとして話題となった「グランピング」を、自宅のベランダでも楽しめるようにしたことから「ベランピング」が誕生しました。ベランダという身近な場所が、アウトドア気分を味わえる魅力的な空間となり、気軽に非日常を楽しめることで注目されています。

#### ▶▶ ベランピングの魅力 ◀◀

##### ▶ 自宅でアウトドア気分を味わえる

ベランピングはキャンプ場などに行かなくても、自宅でキャンプの非日常的な雰囲気を楽しむことができます。使用するアイテムは自宅にあるものでできるため、気が向いたときにすぐ始められるところも魅力的です。



##### ▶ 実際のキャンプより気軽にできる

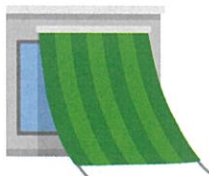
ベランピングには特にルールがあるわけではないので、自分好みのアウトドアスタイルを楽しむことができます。また、これから本格的にアウトドアキャンプをしたいという方には、良い予行練習になるのでおすすめです。



### ベランピングを楽しむおすすめグッズ

#### ▶▶ 布・タープ ◀◀

布やタープを使うことで、テントを張らなくても手軽にキャンプの雰囲気を出すことができます。こどもの頃、ベランダに毛布やタオルケットを張って秘密基地を作った気持ちを思い出しますね。



#### ▶▶ 灯り ◀◀

LEDストリングライトやランタンなどの灯りがあるだけで、キャンプ特有の雰囲気を感じることができます。100円ショップでも販売されているので、気軽に入手できると思います♪



#### ▶▶ 食器 ◀◀

ベランピングの準備が整ったら、やっぱりなにが食べたいところ！普段使っている食器ではなく、バーベキュー用の食器を使ってみると雰囲気が出ておすすめです。バーベキュー用の食器は100円ショップでも気軽に手に入ります。



#### ▶▶ イス ◀◀

折り畳み式のイスやクッションなどがあれば、ベランダでコーヒーを飲みながらゆっくり読書をするなどのちょっとしたベランピングを楽しむことができます。



## 100円ショップのグッズでベランピングしてみました！

実際にベランピングをやってみました。まずは写真をご覧ください！ベランダの壁はとても殺風景だったので、布を張ることで華やかな雰囲気を出しました。おやつに選んだのは、簡単に作れてキャンプのおやつでも人気の「スモア」です。ビスケットにマシュマロをはさんで、ガスコンロのグリルで3～4分ほど焼きました。

とってもお手軽に非日常感を味わうことができました。みなさまもぜひご自宅でベランピングを楽しんでみてはいかがでしょうか♪

### 100円ショップで用意したもの

- ・バーベキュープレート
- ・折りたたみ式踏み台 (イスとして)
- ・ランタン
- ・カーテン布



スモアを食べて一息♪

## しあわせレシピ

### 材料 (ソーセージ10本分)

- ・しそ…10枚
- ・にんにく…2かけ (小さじ1)
- ・豚ひき肉…400g
- ・塩…小さじ1
- ・卵…1個
- ・小麦粉…大さじ2
- ・粗びきコショウ…小さじ1
- ・片栗粉…適量
- ・サラダ油…少々



『手作りソーセージ』

### 準備

- ・しそは細かくみじん切りにします。
- ・にんにくはすりおろしておきます。(チューブタイプでも可)

### 作り方

- 1、豚ひき肉と塩を粘りが出てなめらかになるまでこねます。
- 2、1にしそ、にんにく、卵、小麦粉、粗びきコショウを入れて、全体が均一になるように混ぜ10等分にします。
- 3、アルミホイルの中央に片栗粉を薄く敷き、その上に2を棒状にのせ、太さ約1.5cm・長さ約15cmになるように形を整えてから包み両端をひねります。
- 4、冷凍庫で30分ほど寝かせて旨みを閉じ込めます。
- 5、フライパンに深さ1cmほど水を入れて沸騰させたら4を入れてフタをし、7分間蒸し焼きにします。
- 6、粗熱が取れたら、サラダ油をひいて熱したフライパンで2～3分こんがり焼いてできあがりです。

## ぴちトマさん今月のコラム

この季節になると必ず悩ませられる“蚊”。睡眠中に耳障りな音でやってくるのがとてもストレスでした。そのため、今年は発生源から断つようにしました！

蚊の行動範囲は50m～100mほどなので、家に来る蚊は家の周辺で誕生しています。蚊はちよつとした水たまりに卵を産むため、雨水が溜まる所をなくしました。おかげで例年より蚊の発生が少なく感じました！これからもできる範囲で対策していきたいです♪

## 東信ガス株式会社



〒386-0005

長野県上田市古里776-1

TEL:0268-22-0088