



# 食寝遊備

[ くうねるあそび ]  
kuu-neru-aso-bi

「食寝遊備 (くうねるあそび)」  
それは、キャンピングカーの特徴を表現した魔法の言葉。

キャンピングカーはその小さな空間に「食べること」の喜び、「寝ること」の快適さ、「遊ぶこと」の楽しみ、そして自然災害などを被ったときに、ちょっとした暮らしを維持するための「備え」を詰め込んだ乗り物です。

そこには、家族の「絆」を約束する温かい空間と、  
長距離旅行やキャンプを自在に楽しめる生活機能が用意されています。

あなたは、グルメ派? それとも、旅行派? あるいは、スキーや、キャンプや、釣りを楽しむアウトドア派?  
もしかしたら、災害時の緊急避難場所としてキャンピングカーを用意しておこうという堅実派?

大丈夫。そのようなニーズのすべてをキャンピングカーは満足させてくれます。

「食寝遊備」そのすべての要素をひとつにまとめた魔法の“小箱”。  
キャンピングカーは、あなたの望む幸せをひとつにまとめた夢の小宇宙です。





少女たちが、二組に分かれて互いを揶揄する子守唄を披露したという故事にちなんで作られた「宇目の唄げんか」の子守少女像



道の駅・宇目内の「レストランうめりあ」



名物「ししラーメン」



人気が高い「石釜焼きビザ」。自分たちで作る人たちが多い



新設されたドッグラン



キャンプ村の貸別荘感覚のケビン

キャンピングカーで、日本中のグルメを堪能 九州編

# 南国九州の野性的グルメに舌鼓

キャンピングカー旅行のだいご味は、なんといっても、地元的新鲜な食材を使った郷土料理に直に触れること。最近、ドライブ旅行の休憩地として親しまれる「道の駅」でも、地元グルメに接する機会が増えた。

全国の「道の駅」のレストランでは、今どんな料理が生まれているのか。また、どんなメニューが好評なのか。

今回はその九州編として、九州・沖縄の道の駅・産直所などを中心に旅情報を紹介しているフリーペーパー『ふらっと』の編集部スタッフに、九州グルメを堪能できるお薦めスポットを紹介してもらった。

**絶品の猪肉・鹿肉で、野性のバイタリテイを取り戻そう！道の駅 宇目(大分県)**

「宇目(うめ)」は宮崎県との県境近く、国道326号沿いにある人気の道の駅。

祖母傾山(そばかたむきやま)山系の山々に囲まれ、木々の緑と清涼な風が心地よい素敵なロケーションに恵まれた駅だ。

かたわらには、PC(プレストレスト・コンクリート)鋼材を使った日本最初の橋だといわれる斜張橋がある。

橋の名は「唄げんか大橋」。

かつて子守奉公に出された少女たちが、二組に分かれて互いを揶揄する攻撃的な子守唄を披露したというが、その歌が「宇目の唄げんか」であり、子守姿の少女像が、道の駅の敷地内にも立っている。

山里の宇目の特産物としては、椎茸と九州一の収穫量を誇る栗、そしてブルーベリーが有名。

しかし、最も山里らしい「食」と言えば猪肉と鹿肉。

道の駅の『レストランうめりあ』では、それらを使った料理で観光客を驚かせ、喜ばせている。

例えば「ししラーメン」(800円)。

豚肉チャーシューの代わりにスライスした焼き猪肉が載る。スープはみそ味。

店長の田村亮氏によると、みそは名古屋の赤みそと九州の白みそ2種のブレンドとのこと。濃厚でコクの深いスープにちゃんぽん麺のような太麺が絡み、やや大振りの猪肉が、ほどよい歯ごたえで、その存在感を示す。

しかもモヤシやネギもたっぷり。

とかく猪肉というと、「けもの臭い」という

イメージが付きまとうが、宇目の猪は栗、どんぐりなど木の実を食べているため、肉の匂いが薄いことが特徴。硬さも、コリコリとした中に弾力感を与える程度で、文句なしにおいしい。

「猪肉の鉄板焼」(1300円)、「しし肉角煮丼」(1000円)、さらには、「しし炒飯」(850円)と、ここでは猪肉が、豚肉に代わる地位を占めている。冬は「しし鍋定食(味噌仕立て)」(1300円)、「ししすき鍋定食」(1300円)もいい。

もうひとつの名物の味は、鹿肉。鹿肉は脂身が少なく、ローカロリーでヘルシーな食肉だが、やはり一般にはなじみがない。しかし、山深い地域では昔から大切なタンパク源の一つだった。同レストランでは「しか肉のカットステー

キ」(1300円)、「鹿カツカレー」(1200円)とその定食(1200円)などを出す。鹿肉料理は、冷めてしまうと身が硬くなるという。しかし、このレストランでは冷めても硬くならない肉の処理を施しているため、時間が経ってもおいしさが持続する。

実際、柔らかくクセがない。脂身が少ない肉でありながらバサつきもない。黙って出せば鹿肉とは気づかないだろう。先入観より、まず実食。それが、新しい「おいしさ」の発見をもたらす。

## グルメのあとは、キャンプ場泊

グルメを堪能したあとは、ここでついでに宿泊するのはどうだろう。道の駅に隣接して、「ととろの森 うめキャンプ村」があるからだ。食材は当然、隣の物産所で調達できるの

で、実に便利。

オートキャンプサイトは、冬期は1区画2000円～。AC電源、炊事場、水洗トイレ、温水シャワーなどが備わる。ほかに貸別荘感覚のケビンもある。

利用者に人気が高いのは、石釜焼きビザ。これを自分で作ってみるのも面白い。

ペットブームを反映して、ドッグランが新設されるようになってから、ペット連れ利用客も増えた。

キャンピング、食事、物産・土産購入が一通り楽しめる道の駅宇目。

もう一つの隠れたお楽しみ、それは野生鹿、猪、タヌキ、イタチ、ウサギなど山の動物との遭遇。アニマルウォッチングもぜひ楽しんでほしい。



「猪肉の鉄板焼き」

人気メニューの「しか肉のカットステーキ」

# 寝遊備食

「くうねるあそび」  
kuu-neru-aso-bi



道の駅「宇目」の物産展



道の駅「宇目」

Information .....

道の駅宇目(年中無休)  
大分県佐伯市宇目大字南田原2513-5

◆レストハウスうめりあ  
☎0972-54-3090  
営業時間 9:00～18:00  
レストラン 10:00～18:00

◆宇目農林産物直売所  
☎0972-54-3680  
営業時間 8:00～18:00(年末年始休み)

◆ととろの森 うめキャンプ村  
☎0972-54-3088(年末年始休み)  
大分県佐伯市宇目大字南田原2513-3

取材協力(写真&情報提供) 「ふらっと」 編集部





名物「桜島美湯豚」を使ったロースカツ定食



雄大な桜島と錦江湾を見渡せる明るいレストラン

名物「桜島美湯豚」を使った焼肉丼

天然温泉の湧き出る「温泉館」

長さ60mを誇る日本最大級の足湯

## キャンピングカーで、日本中のグルメを堪能 九州編

潮の香り満ちあふれる海鮮料理で、  
お腹も心も大満足  
道の駅 たるみず(鹿児島県)

目の前に、雄大な桜島と錦江湾が広がる道の駅「たるみず」。

ここは、垂水市で獲れた新鮮な海産物と農産物をふんだんに使った郷土料理の人気レストランが有名。窓面積の大きなガラス張りの室内にはいつも南国鹿児島島の明るい日差しが降り注ぎ、そこから眺める錦江湾と桜島の風景を愛でつつ食べる海鮮料理は、とにかく格別のおいしさだ。

一番人気は、リーズナブルな料金で最高の海の幸を集めた「海鮮丼」(1000円)。顧客の満足度も高いメニューだ。鹿児島名物

キビナゴはもちろん、ブリ、カンパチ、甘エビ、いくら、イカ、そして厚焼き玉子を酢飯の上に盛り付けている。ブリは錦江湾の養殖生簀で育ったブランド魚「ぶり大将」。さらにカンパチも同様で「海の桜勘(おうかん)」のブランド名を持つ。

また、「桜島美湯豚」を使った焼肉丼、ロースカツ定食(1300円)なども一度は食べてみたい料理。

「桜島美湯豚」は、弱アルカリ性のラドン温泉を養豚場に引き入れ、その温泉水で育てた豚。温泉効果で健康に成育され、さらに、飼育環境と飼料にもこだわって育てられているため、肉の脂身がさっぱりしているのが特徴。そのまろやかでほのかな甘みを伴ったジューシーな味わいは、一度食べたらや

みつきになると言われるほど評判だ。

物産コーナーにも、おいしい食材がところ狭しと並べられている。

なにしろ、この垂水は、ブリ、カンパチの出荷量で日本一を誇る町。キャンピングカーの冷蔵庫を使って保存しておけば、その日のキャンプ場での夕食の目玉になることは請け合いだ。

ほかにも、高級焼酎の代名詞ともなっている「森伊蔵」や、温暖な気候を利用して栽培される「びわ」も、ぜひ地元名産のおみやげとしてマークしておきたい。

この道の駅「たるみず」の楽しみは、なんといっても天然温泉。

そもそも「垂水」の名の由来は、「水湧き出る町」。豊かな水資源に恵まれた町なのだ。温泉館の泉質は「ラドン単純硫黄泉」で、ラドン含有量は通常の34倍。大浴場と露天風呂からも桜島と錦江湾を望むことができる。毎月第3火曜日は入浴料が大人100円、子供50円(通常大人330円、子供180円)になるので、お見逃しなく。

とかく観光客の話題になるのは、日本最大級の足湯。その長さは60メートル。道の駅の足湯としては最長を誇る。

雄大な桜島を目の前にして、足湯を楽しめば、旅の疲れもあつという間に癒される。利用時間は日没まで。夕陽にそまる海を眺めつつ、足を温め、雄大な南国鹿児島島の空気をたっぷり吸おう。



南国の鹿児島らしい景観に恵まれた道の駅「たるみず」

Information .....  
道の駅「たるみず」  
鹿児島県垂水市牛根麓1038-1  
☎0994-34-2237

◆天然温泉「湯つり館」  
平日 13:00~21:00 / 土日祝 10:00~21:00  
入浴料 大人330円 / 子供180円  
足湯 10:00~日没(無料)  
レストラン 9:00~20:00(刺身定食1200円ほか)  
物産コーナー 9:00~20:00  
(獲れたてのブリ、カンパチ等)

# 寝遊備 食

[くうねるあそび]  
kui-neru-aso-bi

メニュー一番人気を誇る「海鮮丼」



## 九州・沖縄の道の駅・産直所と旅の情報を発信するフリーペーパー「ふらっと」

「ふらっと」は、九州・沖縄の道の駅・産直地と旅の情報を発信する季刊のフリーペーパー。出版社勤務を経験した後、フリーライターとして活躍していた晴野まゆみさんが編集の先頭に立って、道の駅を軸とした九州観光の楽しさを教えてくれる。美しい写真と楽しい記事によるグルメ情報・観光情報には定評がある。



「ふらっと」冬号



「ふらっと」編集長の晴野まゆみさん

取材協力(写真&情報提供) 「ふらっと」編集部





キャブコンのフロアベッド

バンクベッド

輸入車の固定(常設)ベッド

他の乗用車と比べて、キャンピングカーの特徴がいちばん表れるのは、ベッドである。

もちろんキャンピングカーは、ベッド以外に、ガス、水道などのライフラインを備えているものがほとんどで、中には、トイレやシャワー設備をもつものもある。

しかし、普通の乗用車と比べて、いちばん大きな違いは「しっかり寝られるベッド」を持っていること。

乗用車の場合は、少し違う。たとえ、リクライニング機構を備えていて、車内全体が平らになるようなクルマがあったにせよ、基本的には、それはシートアレンジのひとつにすぎない。とてもキャンピングカーのように、身体を凹凸のないスペースの上に思いっきり伸ばして、リラックスできるような“ベッド”にはならない。

人間の疲労回復には、快適な睡眠が欠かせないが、それを保証してくれるのがキャンピングカー。だから、長距離旅行も楽しませる「くるま旅」が可能になるわけだ。

### 効率よく二役をこなすフロアベッド

一口にキャンピングカーのベッドといっても、その種類や構造、大きさによってさまざまなスタイルがある。

いちばん分かりやすいのは、フロアベッド。「ダイネットベッド」ともいわれるように、通常は食事をするためのテーブルとシートを操作して、就寝時にそこをベッドスペースに変えるというもの。椅子やテーブルを操作するため、ベッドメイクに多少の時間とコツを要するが、スペース効率が良いので、キャブコン、バンコンを問わず、小型～中型キャンピングカーではよく採用されている。

一方、同じフロアベッドでも、輸入モーターホームのように、固定ベッド(常設ベッド)を持つものもある。これはベッドメイクの必要がないので、眠くなったらすぐに寝られる利点はあるが、ある程度の室内容積を持ったキャンピングカーでないと、室内を有効活用できない。

### 就寝人数を増やすのに最適なバンクベッド

バンクベッドは、キャブコンといわれる車種に代表される「運転席の頭上に設置されたベッド」のことをいう。バンクとは「寝台」の意味だから、特に運転席頭上のベッドを指すとは限らないが、慣例的にキャブコンの運転席頭上に張り出したベッドを意味する場合が多い。

このベッドは、運転席上部というデッドスペースを効率よく使うために、就寝人数を増やすところにメリットがあるが、お年を召した方や小さなお子さんには、多少乗り降りが不便なところがある。それを解消するために、ラダーを付けて乗降性を向上させている車種もある。

## 安眠・快眠・楽眠 キャンピングカーのベッドは こんなに素敵！



ブルダウンベッド

### スペースを無駄にしない2段ベッド

ベッドスペースを上下2段に分け、同一平面上で就寝人数を増やしているのが、2段ベッド。キャブコンなどでこの2段ベッドを採用する場合は、最後尾に横方向に設定されることが多い。バンコンでは、横幅が取れないため縦方向で使われているのによく見る。就寝人数を効率よく増やすことができるので、一部のトレーラーにも普及している。

基本的には、家族の多いファミリーを意識して開発されたベッドスタイルだが、二人旅のように、就寝人数が2段ベッドで収まる時は、いちいちダイネットベッドを展開する必要がなくなるというメリットが生まれる。つまり、テーブルをたたんだりする作業を必要とすることなく、ベッドスペースを展開できるという気楽な過ごし方ができる。

### バンコンで威力を発揮するルーフベッド

キャンピングカーのルーフ上に設定されるベッドで、通常、ポップアップルーフ構造を持つバンコンなどで見られる。

もちろん、ポップアップルーフを開けなければベッドスペースは生まれないが、宿泊地に停めてポップアップルーフを開ければ、ルーフ上にもひとつの“部屋”が出現することになり、とても便利。軽自動車キャンピングカーや小型バンコンでポップアップ構造を持っている車種は、このルーフベッドの存在がかなり威力を発揮するはず。また、人が寝る場所として使うよりも、宿泊中の荷物スペースとして活用する人も多い。

ルーフテントの素材はたいてい防水加工されているので、少しぐらいの雨ならさほど気にすることもない。メッシュの窓が付いて

いるものなどは、夏はそこから快適な風を導入することができる。

### バンクベッドの代わりに務めるブルダウンベッド

主に輸入車のクラスA、それもヨーロッパ車でよく見るベッドスタイル。運転席上の天井に貼り付くように格納されているベッドのことを指し、使うときにそれを手動(もしくは電動で)下におろす構造になっている。

バンクベッドを持たないキャブコンなどでは、就寝人数を増やすには最適で、盆正月の休みなどに帰省した家族を、急遽乗せて旅行に出かけるときのような、不意のゲストが来たときのベッドとして重宝する。



2段ベッド

ポップアップルーフのルーフベッド

# 食寝遊備

[くうねるあそび]  
kuu-neru-asobi