

2017 キンカンファミリーキャンプ

～グッチ裕三のアウトドアクッキング教室～

イベント概要書

集合時間 : 現地集合8月5日【土】12:30～順次受付開始

※遅れる場合はキャンプ場までご連絡願います。

※前泊(3ページ参照)した場合や早く到着してしまった場合も、必ず12:30の受付にお越しください。

※当日悪天候等で中止・変更する場合には、前日4日(金)の17:00までに、ご連絡いたします。

運営本部 : サンケイスポーツ事業部 ☎03-3275-8851(平日10:00～17:00)

軽井沢キャンプクレスト 【☎0279-85-2229 〒377-1411 群馬県吾妻郡長野原町応桑1544】

参加人数 : 30家族120人予定

スケジュール:5日【土】12:30～受付開始 (サイトは当日受付にて抽選で決定致します※前泊者は除く)

(1泊2日)

各自テント設営

14:00～開会式(開会式終了後は、クッキング教室まで引き続きテント設営)

15:30～グッチ裕三のアウトドアクッキング教室

(グッチ裕三さんに、オリジナル料理の作り方を教えていただきます)

16:30～各自夕食調理

(グッチ裕三さんが各サイトを巡回し、料理のアドバイスをしてくれます)

19:00～夜のお楽しみイベント

(キャンプファイヤーを囲んで参加者の皆様と交流を図ります)

～20:00終了(予定)

キャンプ場より約110mほどの場所に、露天風呂『絹糸の湯』があります。

(有料:大人¥1,000 小人¥500) 営業時間:11:00～21:00(20:30最終受付)

6日【日】6:30～起床、各自朝食

7:00～朝ヨガ教室

※1人1枚、ヨガマットもしくはバスタオルをご持参ください。

8:30～ワークショップ講座

(子供も大人も一緒になって楽しめる工作教室です。スラックラインと、

ドリームキャッチャー作りを予定。また『夏の思い出絵日記コンテスト』も実施します。)

11:00～閉会式・夏の思い出絵日記コンテスト表彰式

(最後は、グッチ裕三さんを囲んで記念撮影を行います)

12:00 解散

※イベントの内容・時間は、天候等の理由により予告なく変更になる場合がございます。

《割引券あり》

ご利用の際は管理棟へお越しください。

【注意】

1.参加者は万全な健康管理のもとにご参加下さい。また、怪我等なさらないように十分注意をお願い致します。万一事故が発生した場合、主催者は応急処置および傷害保険に加入している範囲内での対応はさせていただきますが、その余の責任は負いかねます。

2.このイベントの映像、写真、記事、記録などにつきましては、私的な利用を除き、テレビ、新聞、雑誌、インターネットなどへの提供・掲載をしないようお願い致します。また、主催者が発行する媒体(インターネットを含む)に映像、写真、記事、記録などが掲載されることがありますので、あらかじめご承知おき下さい。

3.お申込みいただいた方の個人情報は、主催者が取得し、管理いたします。主催者は、個人情報の保護法令を厳守し、参加者の個人情報を取り扱います。主催者又は協賛各社より、お申し込みいただいた方に、各種ご案内をお送りすることがあり、主催者はその目的の範囲内で、協賛各社に個人情報を提供することがあります。

2017 キンカンファミリーキャンプ

～グッチ裕三のアウトドアクッキング教室～

クッキング教室
メニュー

5日【土】の『グッチ裕三のアウトドアクッキング教室』でグッチ裕三氏がその腕前を披露して下さる料理です。

このメニューの主な食材は主催者側で用意します(1グループにつき4人前の食材です)が、以下の調味料等は各自でご持参下さい。 よろしくお願ひします。

★料理教室メニュー★

- ① 軽井沢ライスサラダ・・・夏にピッタリ、栄養満点。これぞサラダの新定番！
- ② 軽井沢豚ソテー・・・見た目もお腹も大満足！彩り豊かなお肉料理。
- ③ 軽井沢親子スープ・・・野菜たっぷり、さっぱり！鶏ガラ卵スープ。

～こちらの材料は各自でご持参下さい～

- 黒こしょう 少々
- 塩 少々
- ケチャップ 大さじ3
- みりん 大さじ1

【これらは、ご家庭に常備されているもので構いません。】

～こちらの調理器具は各自でご持参ください～

- 菜箸
- しゃもじ
- まな板
- 包丁
- ボウル(大きめ)
- ピーラー
- 計量スプーン
- 計量はかり
- ふきん、キッチンペーパー
- へら
- おたま
- 鍋(5カップ程度入るサイズ)
- フライパン(直径26cm～)
- ティースプーン
- フライパンの蓋(アルミホイル等でも代用可)
- その他食べる際の皿、箸、スプーン等

【これらは、ご家庭に常備されているもので構いません。】

※上記以外の料理を各自で作るのは自由です。
その場合の食材は、各自でご準備下さい。



2017 キンカンファミリーキャンプ

～グッチ裕三のアウトドアクッキング教室～

レンタル
申込みに関して

備品等で、どうしても手に入らないものは現地キャンプ場でもレンタルできます。

レンタルを希望される場合は、下記料金一覧表を参考の上、

●軽井沢キャンプクレスト●

TEL:0279-85-2229 へ直接お電話でお申込下さい。

【！ご注意！】

- ・備品は数に限りがありますので、先着順とさせていただきます。
- ・レンタル料のお支払いは当日現地でキャンプ場管理人にお支払いください。
- ・予約時に「キンカンファミリーキャンプ」の参加者である旨を教えてください。
- ・料金は1泊でのご利用の場合です。

キャンプクレストでは、
前泊延泊も受付中！

ご予約及び詳細は、
直接キャンプ場へお
問い合わせください。



※写真と実物は異なります。

品目	価格	品目	価格
テント 銀マット付き(4人用)270×270cm	¥3,500	テーブル	¥500
ヘキサタープ	¥2,000	チェア	¥200
スクリーンタープ	¥3,000	鉄板	¥500
シュラフ(寝袋)	¥800	あみ(販売になります)	¥300
ブルーシート 270×270cm	¥300	火ばさみ	¥100
毛布	¥300	飯ごう(4合炊き)	¥300
銀マット	¥300	鍋	¥500
ガソリンランタン 燃料別	¥1,000	食器セット	¥800
電池ランタン 電池別 単1電池 4本使用	¥800	ウォータージャグ	¥300
ガソリンツバーナー 燃料別	¥1,000	電気ポット	¥1,000
カセットコンロ ガス別	¥800	延長コード	¥300
WEBERコンロ(フタ付きBBQコンロ)	¥1,600	炊飯器	¥1,000
		BBQコンロ	¥800
手ぶらセット 4人用(テント・タープ・シュラフ・銀マット・BBQコンロ・あみ・ランタン・テーブル・チェア・炭・食器)	¥10,000	調理器具(包丁・まな板・ざる・ボウルトング・おたま・菜箸・フライパン等)	各¥100

※価格等は変更になる可能性があります。

※個数には制限がございます。お早めにお申込みください。

※料金は2泊目以降は半額になります。

持ち物 チェックリスト

※こちらの表はあくまでも目安です。
その他必要なものは各自で揃えて下さい。

			チェック
1	テント	家族が寝ることのできる大きさを選び、付属品を出発前に確認。	
	* フライシート		
	* フレーム		
	* ペグ		
	* はり綱		
2	マット	ウレタン性などのクッションマット又はエアーマット。就寝時に地面への放熱を防ぎ、地面の凹凸も吸収します。	
3	タープ	テントが寝るところに対し、タープは生活するところです。日差しや雨を防ぎ食事をするスペースを確保します。	
	* ポールの本数		
	* はり綱		
4	コンロ	煮炊きに必要。2バーナー（ホワイトガソリン又はガスボンベ使用）が便利です。ご家庭にあるカセットコンロでも代用可能です。	
	* 燃料		
5	シュラフ(寝袋)	人数分ご用意ください(毛布の代用可)。	
6	ランタン	キャンプ場には、基本的に電源がありませんので明かりを取るものが重要です。	
	* マントル		
	* 燃料又は電池		
7	イス・テーブル	イスはキャンプファイア一時にも使用できます。	
8	クーラーボックス	冷凍可能な食材は凍らしておくのと保冷剤代わりに也成了りスペースが有効に使えます。	
9	調理道具	あえて購入しなくても結構です。普段使用している物で十分です(フライパン・鍋・包丁・まな板・缶切り等)。	
10	食器	皿・スプーン・フォーク・ナイフ・コップ等(割れないもの)。	
11	調味料	基本調味料は各自ご準備ください。	
12	ウォータータンク	テントサイトは多少蛇口から離れた場所になる場合がありますのでであると便利です。	
13	スニーカー	調理に炭などを使う場合にはサンダルでは危険な場合があります。	
14	寒さをしのぐ衣類	標高が約1000メートルありますので朝・夜はかなり冷え込む場合があります。	
15	サンダル等	テントなどに入出入りする場合にはあると便利です	
16	懐中電灯	夜間歩く際に足元を照らします。テント内は火気厳禁ですのでテント内でも使用します。電池式のランタンで代用できます。	
17	雨具	両手が使えるカッパタイプが便利です。雨天時のイベントでは傘は使えません。	
18	衣料品	Tシャツ、ポロシャツ、短パン、長ズボンなど動きやすく、濡れても乾きやすいものが便利です。昼夜の寒暖差がありますのでご注意ください。	
19	健康保険証	使わないことが望ましいですが、万が一のために用意ください。	
20	軍手	いろいろ野外での作業に使います。多めに持つと便利です。	
21	うちわ	暑いときも使えますが、炭火をあおるのにあると便利です。	
22	食材	食材は基本的に各自でご用意ください。グッチ裕三さんのクッキングに使用する食材については別紙をご参照ください。	
23	虫除け・虫刺され薬	キャンプ場には、蚊やアブなどの虫がいます。	
24	常用薬	普段使われている、お薬をお忘れなく。	
25	大きめのバスタオル	朝ヨガ教室で使用します。ヨガマットがあればベスト！	

草地のサイトですので炭や薪など直火では使用できません。焚き火台や炭用のコンロをご用意ください。