

# 心のおもむくまま、ソロキャンプが心地良い

大勢でワイワイ楽しむファミリーキャンプもいいけれど、最近は、大自然に包まれてのんびり過ごすソロキャンプの関心も高まっているようです。北見市中央三輪のアウトドア&フィッシングFLOS(坂本ホーム)は「この夏楽しむ予定ありますか?」と呼び掛け、今から始められるキャンプ用のグッズを各種提案しています。

## スケジュールオフの解放感 贅沢な時間を独り占め

まずは「寝袋とテントだけ持って出掛けませんか」とアドバイス。何かと慌ただしい社会生活から一歩踏み出て、聴こえるのは鳥の声と風の音、目にするのは眠りを誘う木漏れ日や揺れるたき火の炎。何も計画のないスケジュールオフの解放感に浸ることを勧めています。

食事の時間も気の向くまま、何をすることも自由な、贅沢な時間を独り占め。本を持参し読書したり、ゲームをしたり、眠たくなったら寝て「家で楽しいことを外ですると、楽しさは倍増します」と同店。心が満たされたら「次はこれをしたい」と少しずつ意欲が湧いてきそうです。

## ソロキャンプグッズを紹介。身軽に出掛けられるよう、今回は「コンパクト」がテーマです。

**Coleman** ●Coleman(コールマン)の「コンパクトアルミテーブル」は、くつろぎに合わせてロー仕様。コンパクトに折りたためる優れもので、組み立てはしゃきっと合体ロボットのようで少年の心を呼び起こします。軽量&頑丈。



**SOTO** ●SOTO(ソト)製の「GSTروب」は厚さ2.5mmの薄型収納ケースに収められ、重量は380gと持ち運びに便利。90分のボンベで料理、湯沸かしに十分な火力です。



**mont-bell** ●同店によると、この夏は「登山の人気が高まりそう」というmont-bell(モンベル)の鍋、フライパンなどクッカー類は軽くて丈夫。例えば0.9kg鍋に0.8kg鍋がすっぽりと収まり、スペースをとらないリュックにやさしいパッキングが楽しいです。



写真/アウトドア&フィッシング FLOS店頭

**ボールド Gold**  
高価買取価格表  
買取価格UP!!

1501cc以上	買取価格 ¥60,000~
1500cc以下	買取価格 ¥40,000~
軽自動車	買取価格 ¥15,000~
特種車両	別途相談に応じます!
持ち込み	¥5,000!

北見市東相内町663番地4  
☎0157-66-5555

最初是一个のグッズから始めて「次はこんなグッズを揃えたい」と想像するところからもう、キャンプが始まっています。

**たにぐち歯科クリニック**  
診療案内  
診療時間 火水木金土日  
AM.10:00~PM.7:30  
日曜/AM.10:00~PM.1:00

インプラント治療 (自由診療) 1本あたり30万円程度  
ホワイトニング (自由診療) 1セット1.5万円~2.5万円

北見市桜町6丁目2-4(スーパーアークス桜町店内)  
院長 谷口 善紀 TEL(0157)69-8800

作業療法士 2名体制(男・女)になりました  
やさしく全身を調整する整体です  
筋肉や筋膜、関節の調整の他、頭蓋骨の調整も行っております。

料金 50分 3,400円  
90分 5,000円

シニア割引 60歳以上 通常価格より 50%OFF

北見市東相内町1-4-3番地6-3  
☎0157-57-6799

**生徒募集**  
オンラインレッスン可能です。  
★ピアノ  
★ボイソール  
★ヴォーカル

●月謝 7,000円~  
応相談

北見市桜町4丁目19番地(南大通徒歩2分)  
studio SUN(主宰: 武田賢代子)  
Eメール:accs118sun@gmail.com  
Tel・Fax 0157-24-8759

枝豆のずんだ餅  
つゆ桜  
あんみつ  
杏仁豆腐  
大福もち  
やきうぐいす  
串だんご  
雅の月  
カステラー  
屯田羊羹  
モンブラン  
コーヒートルテ

全国和菓子協会会員 「和菓子の日」今年は17日(金)に開催します。

銘菓処 宝屋  
定休日/毎週木曜日と第3水曜日  
6月の休みは、6月2日(木)・9日(木)・15日(水)・16日(木)・23日(木)・30日(木)

北見市学園通り TEL(0157)23-3961 営業時間/平日 AM9:00~PM6:00 / 日・祝 AM9:00~PM5:30

食卓にプラス1品の名店グルメ。おつまみにも!

豚角煮 香味醤油 仕立て ¥648  
牛とろ煮 ¥810

冷凍 店頭にて好評販売中!  
※他店にも種類あります

TOTAL GIFT SHOP  
ハリカ北見店 TEL: 0157-36-5111  
北見市中央三輪1-421-58 営業時間 9:30 - 19:00

**シミュレーションゴルフ**  
50%OFF  
6月1日(水)~10月31日(月)

本コースの傾斜と同じように、打席が動きリアルなプレーが楽しめます

平日 3,990円	土・日・祝 4,990円
1,500円	2,000円

2打席完備 在打ちも対応

ゴルフプラザオカムラ  
北見市緑ヶ丘3丁目12番25号 ☎0157-23-8938  
営業 9:00~21:00(日曜日・祭日14:00閉)  
(夏期~10月31日閉) http://www.golf-okamura.com

経済の伝書鳩 YouTubeチャンネル  
★QRコードからご覧ください

紙面と運動! 情報満載!!  
**伝書鳩 WEBサイト** denshobato.com  
地域の企業・お店を紹介!

オホーツク特選街  
okhotsk tokusengai  
特選街をごまめにチェックすれば、毎日の生活がもっと楽しく! もっとおトクに!