

7月22日、世界文化遺産富士山麓にて、クリーンアップウォーキングを開催。第9回の今年は、アウトドアスタイル・クリエイターの四角友里さんをゲストに迎え、富士山に感謝の1日となりました！



第9回 THERMOS PRESENTS

富士山麓クリーンアップウォーキング イベントレポート

動物の骨を
発見！

サンショウで
癒やされる



▶サーモスの「真空断熱ケータイマグ」に飲み物を補給。保冷＆保温にも対応するトレッキングの強い味方。



▶木立に囲まれた三合目。緑のシャワーに癒やされながらも、ゴミ争奪戦が勃発。あちらこちらでお宝ゲットの音が上がる。



空き缶
ゲット！



自然に囲まれて
味わう水は
格別に旨い！

▶ちょっと手を休め、鳥のさえずりに耳を傾けながらノドを潤す。汗をかいたあとに飲むヒンヤリした水のおいしさに、あらためて感謝！



長谷部雅一の



世界遺産となった、日本が誇る富士山周辺を、継続的に清掃ウォーキングするこの企画。今年は標高1200mの富士山二合目に集合して開催した。
今回の参加者は、約半数が富士登山の経験者。山に対する思い入れも一層深く、配られたサーモスのマグを冷たい飲み物で満たし、出発を待ってウズウズ。
「実は富士山で自然を楽しむなら、野鳥も多く生息する、五合目より下がおすすめなんです」

と、ガイドの長谷部雅一さんの言葉を合図に出発。歩を進めると、木立からウグイスやキビタキのさえずりが聞こえてくる。ミスナラやブナ原生林に囲まれて、しばし自然観察。シカの足跡やタヌキの糞など、動物の痕跡も発見！……と、それに混じってゴミもチラホラ。「あ、空き缶発見！」「骨発見！」参加者のゴミ袋はみるみる満杯に。自然のなかで遊ばせてもらった分、きれいにして恩返ししたい。

エコボトルを携えて
世界遺産・富士山を
クリーンアップウォーキング

蓮池陽子の



テーブルスーブジャーを使った
エコランチに舌鼓を打つ

清掃トレーニングで心地いい汗をかいたあとは、フードコート・ディネーター・蓮池陽子さんの、特製エコランチを堪能。

今回はサーモスの「真空保温調理器シャトルシェフ」で作ったチキンと野菜の煮込みや、同じく「真空断熱テーブルスーブジャー」で作ったガスパチョなどが振る舞われた。

「保温調理すると、じっくり熱が通るからお肉が柔らかく仕上がるんです。保温だけじゃなく、ガスパチョのような冷製スープを作るのにも活躍してくれるし、1台あるとキャンプのとき便利です」

クスクスも、熱湯と混ぜて入れておけば、ホカホカのまま味わうことができる。下ごしらえしておけば、あとは燃料もほぼ不要で、フィールドで遊んでいる間に料理を完成してくれる、魔法の鍋なのだ。

「全然煮くずれてないのに、柔らかくてジューシー！」

「こんなに簡単に作れるんだ!」と参加者の声。次回のキャンプの際に、ぜひ、お試しあれ!



↑待ちましたとばかりに料理をよう参加者たち。他にもオムレツやサラダ、ピクルスなど、全7品が並んだ。



ガスパチョ

材料 (3〜4人分)

完熟トマト…2個
パプリカ(赤)…1個
にんにく… $\frac{1}{2}$ かけ
タマネギ… $\frac{1}{2}$ 個
完熟トマトジュース…200ml
白ワインビネガー(またはレモン汁)
…大さじ1〜2
オリーブオイル…大さじ $\frac{1}{2}$ 〜
塩、こしょう…適量
●トッピング
きゅうり、紫タマネギ…適宜

作り方

- ① トマトは湯むきをする。パプリカはグリルなどで皮目を焼いて皮を剥く。
- ② ①とにんにくからオリーブオイルまでを合わせてミキサーで攪拌し、塩、こしょうで味を調える。
- ③ 保存容器に入れ、よく冷やしておく。同時にスープジャーに氷水を入れて保冷しておく。
- ④ スープジャーの氷水を捨て、③のスープを入れてテーブルでサーブする。

エコランチ

こんなエコ調理器、私もほしいなあ〜



自然のなか、大勢で食べるご飯は最高!



キャンプでこんなおいしいご飯作って!



チキンと野菜の煮込み アリッサ仕立て

材料 (3〜4人分)

鶏もも肉…300g
タマネギ…1個
ズッキーニ…1本
パプリカ… $\frac{1}{2}$ 個
かぼちゃ(2cmスライス)…4切れ
じゃがいも…1個
ニンジン… $\frac{1}{2}$ 本
【アリッサ】
パプリカ、クミン、
コリアンダー(パウダー)…各大さじ1
チリペッパー…適量
にんにく(すりおろし)…2〜3かけ
オリーブオイル…60〜80ml
塩…小さじ1

作り方

- ① タマネギは楕形に、ニンジン、じゃがいも、ズッキーニは食べやすい大きさに、パプリカは2〜3cm幅に切る。
- ② アリッサの材料を全てよく混ぜる。鶏肉を大きめのひと口大に切り、アリッサ大さじ2〜3であえておく。
- ③ 調理鍋に肉とタマネギ、水150ml(分量外)を入れて火にかける。沸騰したら5分加熱し、保温容器に入れ20分おく。
- ④ 再び鍋を火にかけ、残りの野菜を固いものから順番に入れていく。7〜10分中弱火で加熱し、保温容器に入れる。約20分したら塩、こしょう(分量外)で味を調える。器に盛り付け、残りのアリッサをつけながら食べる。

保冷タンブラーの威力を体験!

サーモスから発売中の「真空断熱タンブラー」(¥4,000)。真空断熱構造で飲みごろ温度を長時間キープするというその実力を、実験/数時間後の結果はこれ!



↑4時間後。シェラの氷は完全に溶けていたが、氷が残りヒンヤリ。



↑タンブラーと一般的なシェラカップに氷を満たし、卓上にセット。

後半戦は、まず、集めたゴミを種類ごとに分けて広げ、捨てられた理由などをみんなで検証した。なかでもいちばん目立ったのが、空き缶やペットボトルなどの飲料容器。なかには懐かしさを感じるようなパッケージのものも。こういう金属やプラスチックゴミは、一度捨てたら土に還ることがなく、ずっと残ってしまうという証だ。そんなゴミを増やさないためにも、日ごろから再利用可能なケータイ

Mt.FUJI トークショーを開催



四角友里の

「富士山って、ゆっくり歩くことが登頂できる秘訣なんです。空や雲、光、植物など、大自然の鑑賞会を楽しみながら。山頂の火口は宇宙旅行しているような気分だし、雲の上に出ると自分の脚で歩いているのに、宙に浮いている感じが味わえます」

山頂に辿り着いたときは、富士山は日本一の山だと、胸を張っていいえなくなった。

「いつもたくさんさんの恩恵をいただいているので、清掃活動をして少しでも山への感謝の気持ちをお返しできたらいいな」

マグを活用したい。

次は、アウトドアスタイル・クリエイター・四角友里さんの富士山トーク。山スカートを世に広めた、登山ブームの立役者だが、登山10年目を祝って登ったのが富士山だったとか。

「富士山って、ゆっくり歩くことが登頂できる秘訣なんです。

空や雲、光、植物など、大自然の鑑賞会を楽しみながら。山頂

の火口は宇宙旅行しているような気分だし、雲の上に出ると自分

の脚で歩いているのに、宙に浮いている感じが味わえます」

山頂に辿り着いたときは、富士山は日本一の山だと、胸を張

っていいえなくなった。

「いつもたくさんさんの恩恵をいただいているので、清掃活動をして

少しでも山への感謝の気持ちをお返しできたらいいな」

ゴミの分析



↑拾ったゴミは、缶、瓶、プラスチック、燃えるゴミに分けて広げ、みんなで分析。「懐かしい〜、この缶知ってる人？」の問いに、大人の手がチラホラ上がる。

トークショー



麓から五合目までが歩きやすそうです

↑写真を使ったり、富士山クイズを盛り込んだりと、笑いの絶えないトークショーで午後のひと時を満喫。



シャトルシェフでご飯も炊けるよ！

参加者には今年の秋から一般販売される、新潟の新しいプレミアム米「新之助」がプレゼントされました。

テーブルスプジャーで作るエコスイーツ

トークショーの合間に、カフェオレゼリーでホッとひと息。氷水でよく冷やしたスプジャーにゼリー液を注いで冷やしておけば、食べる直前までヒンヤリ。小型なのでそのままテーブルでサーブしてもオシャレ。



ボトルもクリンアップ！

ユーザーのリクエストから開発された、マイボトル洗浄器のデモンストレーションも行なわれた。こびりついた汚れがあつという間に落ちる様子に、参加者一同驚き！

→「サーモス マイボトル洗浄器」(¥3,000)。専用の漂白剤と電気の力で化学反応を起こし、約3分で洗浄する。



↑あつという間にピカピカに。一家に一台あると安心です！



↑毎日紅茶を入れていたため、底から側面まで全体に茶渋が付着。