

第11回 THERMOS PRESENTS

富士山周辺を歩きながら清掃をする毎年恒例のイベントが、今年は7月20日に開催。アウトドアランチにトークショー、クラフト体験などが行なわれました。

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

エコボトルを携えて
世界遺産・富士山の自然を満喫しつつ
クリーンアップウォーキング！

世界遺産となった富士山周辺の清掃ウォーキングは今年、文化遺産のひとつである山麓の「船津胎内樹型」に向かった。

全国から集まった約30名の参加者はサーモスの「ケータイマ」に冷たい飲み物をたっぷり入れ、意気揚々と出発。「地面を見ると普通の石と溶岩石の境目がはっきりとわかりますよ。これは溶岩が流れてい

たためにできたものです」

と、ガイド役の長谷部雅一さん。ウォーキングを開始してからほどなく、林道から一歩森へ踏み入ると、ビニール袋や空き缶などが散見された。以前に比べゴミの量はかなり減ったそうだが、美しい世界遺産を保つための活動はまだ必要。

中に入ると生まれ変わることができるという「船津胎内樹型」の洞窟に入り込むなど、清掃活動では笑顔があふれました。

←配られたサーモスの「真空断熱ケータイマ」に飲み物を入れ準備。



↑「船津胎内樹型」の洞窟を探索。穴の中に入ると冷蔵庫のような寒さ。

↓木立に囲まれた二合目でも、空き缶などのゴミが多く見つかった。



あっ！
こんなところで
空き瓶発見！



→自然観察もイベントの楽しみ。ホタルブクロ(左)やギンリョウソウも。



自然の中だと、
心もキレイに
なった感じ。



←緑の中で喉を潤す。汗をかいた後に、味わえる冷えた水は格別の旨さ。

フードコーディネーター
蓮池陽子さん



『シャトルシェフ』を使った エコランチが大好評

清掃ウオーキングの後は、お待ちかね、フードコーディネーター・蓮池陽子さんによる特製のエコランチに舌鼓を打った。

「暑い夏でも食欲が湧くように、今回はスパイシーなメニューを考えました」(蓮池さん)

チキンのナンプラー煮込みや夏野菜のスパイスソテーなど、色鮮やかなエスニック料理がテーブルを彩る。なかでも、サーモスの保温調理器『シャトルシェフ』で仕込んだチキンは好評。じっくり熱が通るため、お肉が柔らかく、ジューシー。

「アウトドア料理というとBBQやカレーが定番ですが、シャトルシェフがあれば、料理の幅が広がります。調理はもちろん、保温容器としても使えるので夏でもとても重宝しますよ」

と、蓮池さん。加熱時間が少ないので燃料も節約できる。
「お肉が煮くずれしてない!」「ご飯まで炊けるんだ!」
と、参加者からも驚きの声が上がりました。

エコランチ

創作のエスニックにお代わり殺到!



この調理器
すごい。我が家にも
欲しいなあ。



チキンのターメリック&ココナッツ&ナンプラー煮込み

材料 (2~3人分)

鶏もも肉…1枚(約300g)
ジャガイモ…1~2個
ニンニク…1かけ
レモングラスの根…4cm
(レモンの皮をすり下ろしたもの
1/2個分でも可)
ターメリック…小さじ1/2
ココナッツミルク…150ml
水…20~30ml
ナンプラー…小さじ1/2
砂糖…小さじ1
サラダ油…大さじ1
パクチー、コショウ…適宜

作り方

- ①鶏もも肉を大きめのひと口大に切り、ナンプラー、砂糖各小さじ1でよく揉み込んでおく。ジャガイモは大きめのひと口大、ニンニク、レモングラスの根はみじん切りする。
- ②調理鍋にサラダ油とニンニクを入れて火にかけ、良い香りがしたらレモングラスの根を入れてサッと混ぜ、火を止める。ターメリックを加えて軽く炒めたら、鶏もも肉を入れて再び火をつける。
- ③鶏もも肉の色が変わったら、ジャガイモを入れ、沸騰してから中弱火で5分加熱し、保温容器に10分入れる。
- ④ナンプラー、砂糖で味を調えて皿に盛り、黒コショウを振り、パクチーを飾る。



次のキャンプで
絶対、真似
してみたい!



オクラのスープ

材料 (4人分)

オクラ…2~3本
トマト…中1/2個
マッシュルーム…2個
ニンニク、ショウガ(みじん切り)
…各小さじ1/2
いりこ出汁やチキンスープなど
…600ml
サラダ油…大さじ1/2
クミンシード…小さじ1/2
塩、コショウ…適量

作り方

- ①オクラは輪切り、トマトは1cm角切り、マッシュルームは薄切りにカット。
- ②調理鍋に油とクミンシードを入れて火にかけ、良い香りがしたらニンニクとショウガを加えて炒め、火が通ったらトマト、マッシュルームを加え、しんなりするまで炒める。
- ③出汁を入れて沸騰させたら、火を弱め塩コショウで味を調え、最後にオクラを加える。保温容器に移すと温かいままに。



↑スープなどの温かい料理や、冷やしたキュウリ他、全7品を用意。



アウトドアにも便利な新製品もお目見え!



←新製品のアウトドアシリーズ紹介タイム。手に持っても熱さを感じない真空断熱の食器類などが披露された。



→製品の開発秘話や、イチオシのポイントなどをサーモススタッフが解説。参加者は積極的に手に取り質問をした。

ゴミの分析



↑拾ったゴミをシートに広げて分け、捨てられた理由などを検証。←空き缶や瓶、ペットボトルなど、飲料容器が目立った。



ガイド役
長谷部雅一さん



小枝のミニクラフト&トークショーも開催!

ランチタイムが終わると、清掃ウォーキングで集めたゴミを種類ごとに分別し、みんなできつくりと検証。ガイド役の長谷部さんが話す。

「小さな包み紙は、気づかないうちに落としてしまうので、道沿いに落ちていることが多いです。空き缶などは道からは離れた森の中で見つかりました。『懐かしい』と思うような、レトロな商品が目立ちますね。こういった工業製品は土に還ることがないという証なんです」

そのような使い捨てのゴミを

増やさないためにも、『ケータイマグ』などを利用することをマナーとしてきちんとわきまめたい。

次は小枝を使ったフォトスタンド作りに挑戦。仕上げた後は、スタンドに飾るために記念写真を撮る親子の姿も見られた。

最後はトークショー。本誌連載「日本全国ゆるりアウトドア旅」の担当ライター・小林百合子がマイクを握った。

↓連載の担当カメラマンも加わり、秘話は続々と。会場は大いに沸いた。



アウトドアライター
小林百合子

エコスイーツに癒される



↑トークショーでは、蓮池さん特製のレモンの和ケーキがふるまわれた。レモンに白あん、米粉、小麦粉、卵を混ぜたものを調理鍋で蒸して保温、美味しく仕上げた。

トークショー



自然体験に笑顔があふれる

ミニクラフト



↓子供も大人も真剣な表情。旅先の記念写真を飾るスタンドなどができた。

何年かぶりの
工作だけど、
楽しいなあ



↑小枝を2つに切り分けて磨き、枝の中にマグネットを入れて完成。フォトスタンドにもなる。

何に使うのか
考えるのが
楽しいよ〜!

コースターに
ロゴの焼き印
を押したよ。

