

# 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

9月15日、世界文化遺産である富士山麓にて、記念すべき10回目のクリーンアップウォーキングを開催。自然に囲まれながらの趣向を凝らしたイベントの様子をご報告！



こんな大きなお宝発見！



←子供たちの間では、ゴミ争奪戦が勃発！あっという間にゴミ袋が満杯になり、最後にはズルズルと引きずる子も！？



↑配られたサーモスの「真空断熱ケータイマグ」に飲み物を補給。保温にも保冷にも対応する、フィールドでの心強い味方だ。



↑自然を楽しむのもゴミ拾いの一環！秋になると白くて可憐なキク科の植物や、赤く色づいた山椒の実が迎えしてくれる。



↑林道から少しはずれた木立のなかにゴミがチラホラ。清掃トレッキングすると、なぜかゴミを自慢したくなります。



→しっとりした緑に囲まれながら、ノドを潤す。幻想的な風景のなか温かい飲み物を味わっていると、心までクリーンな気分。



## エコボトルと一緒に 世界遺産・富士山をきれいにすべく 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を、10年間継続的に清掃トレッキング。今年の集合場所は、標高1200mの富士山二合目。最近ではゼロスタートといって、海拔0メートルから富士登山に挑戦するツアーが盛んに行なわれていることもあり、参加者の意欲も滾る。

当日は朝から霧がかかった小雨模様。夏の気配を残しつつも少し肌寒く、参加者は配られたサーモスのケータイマグを温かいお茶で満たし、いざ出発！「霧が広がっていて、幻想的で

すね。ミズナラやブナの巨木が残るのは、人の手が入っていない原生林の証。それに、秋はキク科の植物も楽しめますよ」

と、ガイドの長谷部雅一さん。しばし自然観察を楽しみながら歩を進める。そんな美しい恩恵をもたらしてくれる自然への感謝がこもり、ただのゴミ拾いよりも気合いが入る。「空き缶ゲツトだぜ！」「そのゴミ僕の！！」宝探しでもするかのように、ゴミを集める子供たち。普段の生活でも自然への感謝の気持ちを持ち続けたいですね。

蓮池陽子の



## シャトルシェフを使った エコランチを堪能！

清掃ウオーキングから戻った参加者を待ち受けていたのは、フードコーディネーター、蓮池陽子さんのエコランチ。フォーや豚の煮込みなど、オリジナルのベトナム料理が並ぶ。

なかでも、サーモスの保温調理器「シャトルシェフ」で仕込んだ鶏肉や豚肉は絶品！じつくり熱が通るため、お肉が柔らかく仕上がるのだ。しかも、下ごしらえしておけば、あとは燃料もほぼ不要。ウオーキングに行く前にセットしていけば、帰ってきたら完成してた！なんていう神業が可能なのだ。しかも炊飯やシチュー作りから、保温だけじゃなく、デザートや冷製スープを作るときにも重宝。1台あれば、家庭でのお弁当作りからキャンプまで大活躍。

「豚が全然煮くずれしてない」「普通の鍋で作るより、断然柔らかくてジューシー！」

参加者も大満足。この魔法の調理器を、次回のキャンプに導入してみたいかがでしょう。

## エコランチ

→食いしん坊たちがズバリ！ホカホカのフォーの他にもベトナム風サンドウィッチ、パインミーやサラダなどが並んだ。



キャンプで  
真似してみたい！



### 豚肉のナンプラー煮込み

#### 材料 (7~8人分)

豚肩ロースかバラ肉(塊)  
…1kg  
ナンプラー…60ml  
しょう油…60ml  
砂糖…大さじ2  
ニンニク…½個  
黒コショウ…大さじ1

#### 作り方

- ①豚肉を4~5cm角に切る。ニンニクは皮をむく。
- ②シャトルシェフの調理鍋に材料をすべて入れ、肉がひたひたになるまで水を注いで火にかける。
- ③沸騰したらアクを取り、15分ほど中火で加熱し、フタをして保温容器に入れ、40分保温すれば完成。

#### 材料 (3~4人分)

鶏肉…500g  
水…1.5ℓ  
ニンニク・ショウガ…各½かけ  
モヤシ…適量  
フォー…適量  
ヌクナム(ナンプラー)…大さじ3~  
塩コショウ…適量  
パクチーもしくは青ネギ(刻む)…適宜  
レモン、トウガラシ…適宜

#### 作り方

- ①鶏肉は軽く洗い、シャトルシェフの調理鍋に入れ、水、ニンニク、ショウガを入れて火にかける。
- ②沸騰したらアクを取り、火を弱めて5分加熱したら保温容器に入れて約60分保温する。
- ③①の肉を取り出し、食べやすい大きさに切る。残ったスープはヌクナム、塩コショウで味を調える。
- ④フォーはパッケージどおりに茹でる。
- ⑤器にフォー、湯通したモヤシ、肉を盛ってスープを注ぎ、好みでパクチーやレモン、トウガラシをトッピングしていただく。

### フォーガー



「サーモス  
マイボトル洗浄器」  
¥3,000

ボトル専用の漂白剤と電気ので化学反応を起こし、約3分で洗浄する。こびりついた汚れは洗浄後スポンジで擦ればスルッと取れる。

### ボトルもクリーンアップ！



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。ユーザーのリクエストから開発された製品に一同、興味津々。こびりついた汚れが落ちる様子に、驚嘆の声が上がる。



こんな  
エコ調理器が  
欲しいな～

長谷部雅一の



## ミニクラフトで ウッドボード作り

清掃ウォーキングで集めたゴミは、まず種類ごとに分別して広げ、捨てられた理由などをみんなで検証。なかでも多かったのが、空き缶やペットボトルなどの飲料容器。

「ゴミって2種類あると思うんです。何かを取り出すときに、気づかないうちに落としちゃうゴミと、わざとポイ捨てるゴミ。だから、アメの包み紙なんかは道沿いにあつたけど、飲料容器は道から2〜3mはずれたところに多かった。目につかないからいつまでも残っちゃう」そんなゴミを増やさないためにも、再利用可能なサーモスのケータイマグを活用したい。

後半にはスキの間伐材を使ったウッドボード作りにも挑戦。大人も子供も、真剣な目で取り組む姿が印象的だ。

「オレが削るから、お前がちゃんとサンドペーパーで磨けよ」と、張り切るお父さんを横目に息子はウトウト。家族の絆も深まったに違いない。



## ゴミの分析

←拾ったゴミはシートに広げ、みんなで分析。缶、瓶、ペットボトルなど、とにかく飲料容器が目立つ。懐かしさを感じる物も。

## ミニクラフト



→スキ板を好きな形にノコギリで切り、穴を開けてヒモを通す。ヤスリをかけて面取りすれば滑らかな仕上がりに。



BE-PAL  
THERMOS

←最後にBE-PALとTHERMOSロゴの焼き印を押せば、オリジナルのウッドボードが完成。まな板や皿など、使い方は工夫次第。

家族で協力して  
作りました!

ミニボードが  
アクセントです



三者三様のボード  
何に使おうか?



## エコスイーツでホッとひと息

クラフトの合間には、ベトナムのデザート、チューもふるまわれた。調理鍋で似た緑豆を、保温容器で50分保温して火を通し、さらに水と砂糖で煮て、塩で味を調整。そのままでも、氷水を張った保温容器にセットして冷やしてもOK。ココナッツミルクを添えて完成。



## ボトルのカスタマイズにも挑戦!

「ボトルを自分仕様にしたい」、「家族との間で識別したい」そんな声に応えたシールセット「JNRカスタマイズプレート」も登場。対応するのはJNR-350、500、600、750。付属の上蓋にシールを貼り、もとの上蓋と付け替えれば完成。ボトル本体を彩るシールバージョンもある。

