

かで片付けも簡単なおやつ
準備いらず、必要時間もわず
今日は、ただ火で炙るだけ、
【焼きマシュマロ】

休憩時間やおやつタイムのアクセントに あぶ 炙るだけの簡単プログラム



⑨ 焼きマシュマロ
焚き火

くりを紹介します。
マシュマロというお菓子をご存知ですか。軽く少しつつ作っているこのお菓子、日本ではそのまま食べるのが一般的ですが、北米ではひと手間かけて楽しく、おいしく食べられています。

準備するものは、火、マシュマロ串、これだけです。串は、竹から切り出すプログラムが大粒のマシュマロを入れて、輸入雑貨店やホームセンターのアウトドアコーナーなどで大粒のマシュマロを入れるとより楽しめます。割り箸などでも代用できます。日本のマシュマロは小粒なので、時々回転させながら全面に薄茶色の焼き色が付くまで

火加減は燃え盛る状態より、ちよろちよ燃えている方が上手に焼きマシュマロが作れます。

焼き火は、冬の季語にもなっており、晚秋から冬にかけて

休憩時間やおやつタイムを盛り上げるアクセントとして挑戦してみてはいかがでしょうか。

アレンジを楽しみたい場合は、チョコやココアパウダーをまぶしながら焼いたり、ココアやココアに浮かべるのも

おもしろい楽しめます。

無いかをしっかりと確認し、万

度は、野焼きは法律で禁止されています。(役場で確認してはいけません)また、誤認で火災通報されるケースもあります。焚き火の際には、最寄りの消防署に

問い合わせて

所の方に日時や場所、主旨などを説明し、理解と協力を求

めることも重要です。

最後に、焚き火は、近くの生

き物にも影響を与える。数

百度にも達する焚き火の熱は、地面に伝わり、微生物や昆蟲、植物の種や茎、根を傷めます。可能な限り、炉を設けた

(地域活動支援センター)

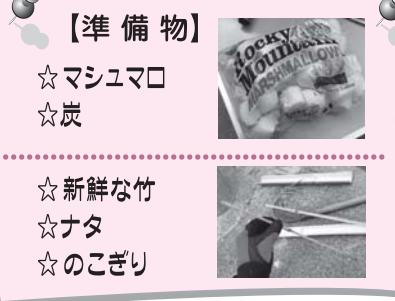
焼きマシュマロレシピ



- 1 準備した串にマシュマロを刺す。
- 2 マシュマロを火にかざし、まんべんなく炙る。
- 3 全体に薄茶色の焼き色が付いたら完成。



コーヒーに浮かべてもOK



- ☆マシュマロ
- ☆炭
- ☆新鮮な竹
- ☆ナタ
- ☆のこぎり

コーヒーに浮かべてもOK

火の管理と近所との調整が重要

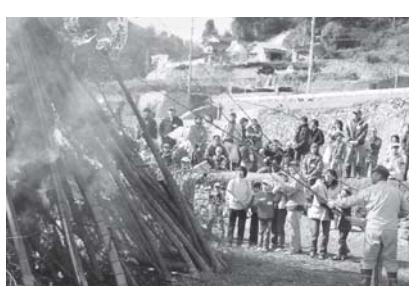
上手なホツとミニユーティを

楽しいには、注意や調整が必要不可欠です。

まず、注意点です。毎年、焚き火が原因となる火災が発生しています。冬は乾燥し、風も強く吹きます。天候の他、焚き火の周りに燃え広がる心配があります。

届出をしましょ。火の後始末も重要です。水をかける、土をかぶせるなどして、確実な消火をしてください。

最後に、焚き火は、近くの生き物にも影響を与えます。数百度にも達する焚き火の熱は、地面に伝わり、微生物や昆蟲、植物の種や茎、根を傷めます。可能な限り、炉を設けた



12月22日、三次市の布野生涯学習センターのぞみホールにおいて、「ecoで冬至を～映画見て、こころ、あったまろ～」と題した映画祭が開催され、町内外から約120人が参加しました。この催しは、三次市布野地区公衆衛生推進協議会が「布野の食と脱温暖化を考える会」と連携し、「食、ど、エコ、について考えてもらおう」と初めて企画した。

『冬至』は、一年で最も夜が長く、南瓜を食べたり柚子風呂に入るなど、寒い冬を健康に過ごす風習がある。参加者には、「みんなで柚子風呂に入って温まって!」と地元産の柚子が手渡され、カラフルな手づくりキャンドルもプレゼントされた。キャンドルは、布野の食と脱温暖化を考える会が、町民から集めた廃油を使って作ったもの。

冬至の日に「2時間電気を消し、キャンドルを灯して過ごそう!」という全国運動『100万人のキャンドルナイト』への参加を呼びかけるとともに、廃油利用についてPRした。

公衛協
ア・ラ・モード
(8) 三次市布野地区公衛協
【映画祭】

“食、ど、エコ、をテーマに開催

冬至ならではのものでないも



参加者には柚子と手作りキャンドルをプレゼント

そして、公衛協会長の亀井源吉さんが「映画を見て心を温めてもいい、また、廃油キャンドルを灯して節電やエコを考えきっかけにしてください」と挨拶し、映画がスタートした。

上映された映画は「オカンの嫁入り」。ぶつかり合いながらも

分かれ合つて生きていく母娘の物語から、当たり前の日常にこそ感じる幸せや、食事、が人ととをつなぐ重要な役割を果たしていることを再認識できる内容だ。

上映後には、地元産の南瓜と玉葱、豆乳で作ったスープが振舞われ、「地産地消」についてPRした。参加者は「参加して良かった。また企画してほしい」「映画とスープで心も体も温まった。企画してくれて本当に良かった」「早速キャンドルを使って節電に挑戦したい」と、大いに満足していた。

今後も、食やエコをテーマとしたさまざまな活動への挑戦に期待したい。

(地域活動支援センター)

生物調査事業

さまざまな人間活動や生活様式の変化により、近年地域の生物が減っています。豊かな自然は私たちの暮らしにとってなくてはならないものです。当協会では、身近な自然を知り、大切な生き物を守るために生物調査事業を行っています。

地域の自然を知る

陸上生物・水生生物・海域生物調査



大切な生き物を守る

野生動植物保全対策調査



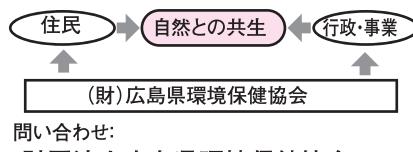
失われた自然を取り戻す

自然再生計画立案・実施



実施の枠組み

住民や行政・事業者の自然との共生の取組みを生物保全の専門家としてお手伝いします。



問い合わせ:
財団法人広島県環境保健協会
環境生活センター 環境保全課
電話:082-293-1580(FAX:082-293-5049)