

エコニュース さって



第 41 号

平成 24 年 2 月 10 日
幸手市市民環境会議
(さって市民環境ネット)
TEL48-0331

菜の花だより

幸手小・総合学習

なたね油でココアケーキをつくる

1月18日(水) 8:30~10:00、幸手小学校5年生の全児童60名が参加した「なたね油でココアケーキをつくる」学習が行われました。“すこやか「食」の会”(原スズ子代表)の皆さん(8名)が7つの調理台に一人ずつ張り付き、8~9名の児童を指導してケーキとチーズを作る実習です。

全員が交互に包丁を握りリンゴの皮をむき、バナナやクルミをきざみ、チーズをこして完成させました。試食会では、自分たちが作ったケーキ、チーズに大いに満足し、大半の子供たちが家でも作ってみたいと手を挙げました。また、何が難しかったかの問いには、リンゴの皮むきが大多数のようでした。

包丁の使いでは指でも切るのではと心配でしたが、大人顔負けの手さばきをする子が数名居る一方、初めてだから怖いと逃げる子もありました。しかし、持ち方、手の添え方をお互いに教え合い、どのグループも時間内に操作が出来たことは、普段より先生方の指導宜しきがあると強く感じました。また他方で、このような実習の充実を図るには先生たちだけでは手が足りず、我々ボランティアの助けが必要との悩みも出されました。

なたね油は昨年6月に子供たちが権現堂・菜の花から採取した種を業者さんが搾って出来たもので、“地産地消”モデルの一つです。搾油には過度の加工をせず、焙煎だけですの市販品と比較し若干油分の匂いがきつい感じがします。しかしココアケーキでは、ほとんど油濃さを感じることのない出来上がりとなっております。すこやか「食」の会の方たちの研究の成果です。(中山)

- - - - -

レシピ1：なたね油でココアケーキをつくる

A：なたね油 5 c c 砂糖 25 g 溶き卵 1 個 をへらで混ぜる

B：小麦粉 50 g ベーキングパウダー 小さじ1 ココア 小さじ3
塩 少々 を混ぜ合わせる

C：リンゴ 半個 バナナ 1本 クルミ を小口切り

A, B, Cを全て混ぜ合わせ、温めたフライパンに流し込みふたをして弱火で15~20分焼く。オーブンで焼く場合は160度で15分。

レシピ2：カッテージチーズをつくる

食材：牛乳 900 c c レモン汁 50 c c

作り方：牛乳を50~60 で温め、レモン汁を入れ軽く混ぜる。

分離し始めたら火を止め10分ほどおく。

ざるでこして出来上がり。汁も味噌汁などに活用します。

以上

第 78 回腐葉土づくりの会

第 1 基の 3 回目の切返し、第 2 基の 1 回目の切返し、3 基目への落ち葉の込みなど実施！！



1 月 15 日（日）連日の氷点下の朝で毎日水道の蛇口が凍ってしまう寒空が続いていて、10 時でも 1 と前回に増して非常に寒い中で、24 名と多数参集しました。

冒頭、事務局、会長から新年の挨拶後、新会員 2 名の紹介がありました（今年度は、4 名の新会員がありました）。

また、会長から市民環境講座として 1 月 18 日（水）開催の“フジッコ(株)関東工場と利根導水総合事務所”の見学会を定員満杯で締め切ったこと、2 月 25 日（土）開催の“原発のことをもっと知りたい！”の案内がありました。

事務局から当会は設置後 7 年経過しており、経験豊かな人が多く、私案として、作業責任分担制（素案）の案内があり 3 月まで試行したいと説明があった。早速、分担制に基づいて作業を開始した。

今回は、春野菜栽培の土壌用として 2 月頒布のために第 1 基内の 3 回目の切返し作業、5 月以降の野菜栽培の土壌用に使う第 2 基目の 1 回目の切返しをやって貰いました。3 基目は今回も環境課が集めてくれた 10 ケースほどの落ち葉と女性群が公園内から集めた落ち葉を満杯になるまで積み込みを行いました。今回で新年度の落ち葉の収集と仕込みを終了しました。これから切返しを行っていきますが、今年度は、昨年度以上の熟成腐葉土が完成すると思われます。

今回も残った熟成腐葉土 30 袋ほど頒布しました。さらにジャガイモ栽培地の土壌づくりのために残っている熟成腐葉土 15 ケースの散布とタマネギへの追肥と一カ月以上降雨がなく乾燥しきっているためジョウロで水散布を行いました。タマネギが水不足で 1 割程度枯れてしまうと思いますが、タマネギは茎が枯れても根元さえ残っていればまた新芽が出てくるので生育することを期待しています。

今回から責任分担制で作業して貰いました結果、会員の皆さんがスムーズに作業を進めてくれたと思います。

次回、2 月 19 日（日）は新年度最初の熟成腐葉土の頒布、切返し作業、タマネギへの 2 回目の追肥を約束して散会しました（澤村）。

第 77 回腐葉土づくりの会

第 1 基の 2 回目の切返し、落ち葉の集めと 3 基目への仕込みなど実施！！

12 月 18 日（日）氷点下の朝、快晴の下で、10 時でも 2 の非常に寒い中で 19 名集合して、冒頭、会長の挨拶後、事務局から作業案内をして作業を開始しました。

今回は、男性群には 3 月のジャガイモなどの栽培前の土壌用として 2 月頒布のために第 1 基内の 2 回目の切返し作業をやって貰いました。女性群には、環境課が集めてくれた落ち葉と公園内から集めてきた落ち葉を木村さんに軽トラで運んで貰い仕込み（米ぬか散布、水撒きと踏み込み作業を挟みながら）を行いました。

また、少しチッソ分が逃げてしまったかも知れませんが、今年度の熟成腐葉 20 袋を頒布しました。次回には全て処理したいと思います。

最後に有志で、3 月の種ジャガイモ栽培の土壌つくりのために残っている熟成腐葉土の散布とタマネギへの土寄せを行いました。

今回、非常に寒い中でしたが、切返しの力作業と落ち葉集め作業、踏み込み作業をしたので汗をかく程で健康的な活動をしたと感じました。

次回 1 月 15 日（日）、切返し作業、タマネギへの追肥を約束して散会しました（澤村）

第 76 回腐葉土つくりの会

今年から、たまねぎの栽培をはじめました。

11 月 20 日（日）に 22 名が集まり、櫻泉園内の掃除ボランティアを兼ねた落ち葉集めからはじめました。グランドゴルフをやっている人たちの間を縫って、山ほど集めて、きれいにしました。既に仕込んだ床の切返しをやった後、今日集めた落ち葉で新しい床を作りました。残っている腐葉土を今回もみんなで持ち帰りました。まだまだ腐葉土は残っています。予定していた、タマネギの苗の植付けは天候の都合で、23 日（祭）に延期しました。

23 日（祭）には、タマネギ植えに 17 名が参加しました。草拾い（取り）、土ならし、畝づくり、ポリマルチはり、タマネギ植えと、約 1 時間で 800 本強を植えることができました。未経験者が多く、皆さん楽しい 1 時間を過ごせた様子でした。（本田）

第 75 回腐葉土つくりの会

大きいサツマイモの本格大量収穫！！

11 月 6 日（日）9 時半に、文化祭と重なったにもかかわらず 17 人が参集して今年 2 回目の本格的イモ掘りを行いました。当初は、落葉仕込み後、サツマイモ収穫を予定したのですが前夜から雨が降り、降雨予報 50%ということなのでイモ収穫だけを行いました。幸いにイモ収穫中は雨がありませんでした。（全員が散会してから雨が降りだしましたので日頃の会員の“行い”が良いから！）

最初に株部を残しつる切り、男性が力仕事のシャベルでイモ掘り、女性がイモから土落としと運搬を担当しました。イモ苗を枯れにくくすることイモを大きく生らせることから縦植えに近い植え方をしたため全体が大き過ぎるほどに生っていました。5 畝から一袋 12 本入り 35 袋が収穫できました。

17 人に一袋ずつ、欲しくても都合で参加できなかった人に一袋、更に欲しい人にはもう一袋を頒布しました。また駐車場を貸してくれている D I C フィルテック社、環境課及び地主にも一袋ずつ寄付しました。

次回、11 月 20 日（日）から本格的な落葉集めと仕込みをすることを約束して散会しました。（澤村）

市民環境会議・さて市民環境ネットは、「環境基本計画」に市民の皆さんの声を織り込むために作業してきました。そして今、環境ナビ（幸手市 HP）エコライフ DAY、中川探検、腐葉土つくり、浮島つくり、グリーンコンシューマー運動などの活動に取り組んでいます。あなたも参加しませんか。いつからでも誰でも参加できます。

問合せは、本田（42 - 8412）まで。

市民環境講座

第 1 回 平成 23 年 11 月 26 日（土） テーマ「容器包装の歴史から環境配慮を知ろう！」

講師：さて市民環境ネット澤村邦夫氏 参加者 23 名

容器包装は文明・文化のバロメータと言われていますが、物の保護や輸送など、私たちの日常生活に欠かせない容器包装の歴史などデータを基に説明されました。

土器から始まり草を原料とした紙、動物の皮などを利用した袋、人間の知恵が生んだ自然資源からの包装は現在のペットボトルなど想像も出来ない時代がよく分かりました。



スーパーマーケットの登場や消費者のニーズの多様化により包装は用途別に種類や生産・出荷は増加しましたが、軽量化やリユースの効果により資材としては減少傾向にあり企業努力を含め技術進歩には驚きました。

商品の安心・安全はもちろんですが、容器包装の素材にも表示を確認し賢い消費者になる事も大切な事だと思いました。

紀元前数千年前から現代までの歩みを様々な角度から振り返り、20 世紀後半の大量（生産・消費・廃棄）の時代を教訓に、今世紀に入り環

境配慮包装を推進していることを学びました。

第 2 回 平成 23 年 12 月 10 日（土） テーマ「落ち葉でリサイクル!腐葉土づくり」

講師：さて市民環境ネット 本田 宏氏 腐葉土づくりの会 澤村邦夫氏 参加者 18 名



次の字は漢字でなく国字です。「畑」と「畠」の違いが分かりますか？「畑」は、「火」と「田」から作った字で、元々「焼畑」を意味していました。「畠」は「白田」の合字であることからわかるように、水田に対して乾いた田ということで「はたけ」をあらわしました。

江戸時代には腐葉土を利用する循環型農業をめざした新田開発が行われ、腐葉土を作る平地林（くぬぎ林）と畑が隣り合わせた地割りになっていました。現在もその地割りが三芳町あたりの「三富新田」には残っており、農業も継承されています。

さて市民環境ネット「腐葉土づくりの会」では木枠を作り、落ち葉（クヌギ、ケヤキ、ナラ、等がお奨め）を集め、硫安・米ぬか・水を混ぜて落ち葉腐葉土を作っています。

落ち葉仕込み作業や腐葉土用床づくり、力仕事の切り返し作業は交代で行います。出来上がった腐葉土は会員の家庭園芸や家庭菜園に利用し、残った腐葉土は市民環境農園で野菜の栽培に役立てます、これまでにジャガイモ・サツマイモ・エダマメなどを育ててきました収穫には参加した子ども達も歓声があがり楽しみながら自然と触れ合っています。

講座では通気性と排水性、適度な保水性等、腐葉土の役目を知り腐葉土の作り方（材料、手順、ポイント等）を学びました。

報告 宮田尚美