

お料理

奈良のエコスタイルを発信する「サワ～タイムズ」。

茶話～タイムズ

Vol.2

2015年6月

発行元：奈良市地球温暖化対策地域協議会(NEW)



かき氷のひんやりとした冷たさが気持ち良く感じられる季節という事で、冷蔵庫の守り神である、氷室神社を訪ねました。

氷室神社ではかき氷のお祭り「ひむろしらゆき祭」が行われています。これは奈良を氷の文化にゆかり深い町として発信しようというイベントで、関東・東海など全国から約20店舗のかき氷店が出店し、今年も2日間で1万人が訪れる大盛況でした。

また、「ひむろしらゆき祭」では、「奈良かき氷ガイド」というパンフレットを発行して、かき氷の食べ歩きができる地域おこしを目指しています。見ていたらかき氷を食べたくなってきました。

今回訪ねたのは、近鉄奈良駅の近く、小西さくら通りにある、茶寮万年堂です。いただいたのは大和抹茶と黒蜜と苺です。ふわふわの水はとても口当たりがよく、口中でふわっと溶けます。氷にかけられている蜜は濃厚で、風味豊かでした。暑い日でしたが、かき氷を食べると涼しくなったように感じました。暑い日は是非、かき氷を食べて涼んでみてはいかがですか？



平城京の時代から、現在も続く氷室。

氷室神社は、和銅三年(710年)に平城新都の左京、春日山に鎮祀され、貯水の術を教えられました。これが平城七朝の氷室で、世に平城氷室とも御蓋氷室とも春日の氷室とも称されました。奈良時代の70余年は吉城川の清流を引き入れ、池を作り、厳寒に張った氷を氷室に貯蔵し、4月から9月まで平城京に献上していました。この献氷の祭祀は平安遷都後は断絶していましたが、明治45年に当時の氷業界の大御所龍紋氷室と大阪氷業界の奉賛のもとに復興され、現在も続いています。



いにしへの香り(土地柄) 昔の知恵 そして今の過ごし方



地域住民の方に興味を持ってもらえるような記事にするために気を付けておられることについて伺いました。

まず、他のサイトと違って、手作り感が出るように心がけておられるそうです。地域密着だからこそ取材をきちんとして他には載っていないような情報を発信し、また紹介するときもお店の雰囲気にあった言葉遣いやページづくりを心がけておられるそうです。何度もお店に通って取材をするからこそ良い記事が書けるんですね。

これは、「茶話～タイムズ」も同じだと思います。市民の方に環境に興味を持ってもらえるような紙面づくりをまいぷれ奈良で学ぶことができました。

まいぷれ奈良とエール交換。



読んでくださる方のニーズに沿った内容を考えて取材し、わかりやすい言葉や読みたくなるような言葉を用いて記事を書くことの大切さを学びました。

編集者の方々は、これからより一層幅広い年代の方にアクセスしてもらえるように、子育て情報や病院、ランチなどさまざまな情報を配信していきたいとおっしゃっていました。夏に向けてひんやりスイーツの記事も考案中だそうです！

多くの情報をたどって持ってきたとしても、それをうまく発信できなければ意味がありません。視覚的なイメージ図を用いたりして、まずは興味を持ってもらうことが大事です。まいぷれ奈良の編集者の方々は、何回も繰り返しやってみることが大切だとおっしゃっていました。

この「茶話～タイムズ」もこれらもたくさんの方々の取材してたくさんの方々の情報を皆さんにお届けできたらと思っています。

編集後記

NEWとの協働で活躍してくれている奈良県立大生7名が、夏季号の取材では6ヶ所を訪れて、若者の視点で本誌の記事を執筆しました。読者の方々が、省エネやエコ生活に少し関心を寄せていただき、本誌の情報を口コミで広げていただければ幸いです。

取材先の皆様のご協力を感謝申し上げます。

取材先の募集

NEWでは、茶話～タイムズの取材に応じていただける事業者さんを募集しています。ジャンルは次の8とおりで予定しています。

- ・おもてなしは心地良く(観光)
- ・いにしへの香り(土地柄)
- ・知っ得住まい(住) ・奈良暮らしお得情報(生活)
- ・納得の食材と味わい(食) ・体が喜ぶそれ何?(健康)
- ・心に響く品々(衣・身の回り)
- ・イベントあっと奈良(催し物)

発行：奈良市地球温暖化対策地域協議会(NEW)事務局
奈良市環境政策課内

〒630-8580 奈良市二条大路南一丁目1番1号
TEL:0742-34-4591 FAX:0742-36-5466
メール:new-nara@city.nara.lg.jp

取材応募のご連絡は、事務局へのファックスまたは下記へのメールにお願いします。

narayoshida@yahoo.co.jp
(編集担当者:吉田)



「奈良女子大学生生活協同組合（奈良女生協）は、生協の様々な事業の中でも、食堂を中心に行っており、奈良女の学生に豊かな食を提供することをモットーとしているからです。そのお話の通り、実際に食堂においてあるメニューを見てみると、とても豪華な品揃えで、様々な工夫やこだわりが見られました。その中でもひとときを目立っているのが、「トマトの地産地消」でした。

「トマト」は、地元の農家でとれる「治道トマト」を使っており、とれたての美味しい料理を提供することができそうです。また、この季節で使う地産地消の食材はトマトですが、それぞれ季節に合わせて、大根やほうれん草なども行っているそうです。その大根やほうれん草を使った「大根祭り」や「ほうれん草祭り」は、奈良女の学生に大好評だそうです。

「トマト」は、地元の農家でとれる「治道トマト」を使っており、とれたての美味しい料理を提供することができそうです。また、この季節で使う地産地消の食材はトマトですが、それぞれ季節に合わせて、大根やほうれん草なども行っているそうです。その大根やほうれん草を使った「大根祭り」や「ほうれん草祭り」は、奈良女の学生に大好評だそうです。

「トマト」は、地元の農家でとれる「治道トマト」を使っており、とれたての美味しい料理を提供することができそうです。また、この季節で使う地産地消の食材はトマトですが、それぞれ季節に合わせて、大根やほうれん草なども行っているそうです。その大根やほうれん草を使った「大根祭り」や「ほうれん草祭り」は、奈良女の学生に大好評だそうです。



「奈良女子大学生生活協同組合（奈良女生協）は、生協の様々な事業の中でも、食堂を中心に行っており、奈良女の学生に豊かな食を提供することをモットーとしているからです。そのお話の通り、実際に食堂においてあるメニューを見てみると、とても豪華な品揃えで、様々な工夫やこだわりが見られました。その中でもひとときを目立っているのが、「トマトの地産地消」でした。

納得の食材と味わい（食）

— 豊富で体にやさしいメニューに共感 —



「トマト」は、地元の農家でとれる「治道トマト」を使っており、とれたての美味しい料理を提供することができそうです。また、この季節で使う地産地消の食材はトマトですが、それぞれ季節に合わせて、大根やほうれん草なども行っているそうです。その大根やほうれん草を使った「大根祭り」や「ほうれん草祭り」は、奈良女の学生に大好評だそうです。

クールチョイス (賢い選択)

今までの省エネ普及のクールビズやウォームビズ、エコドライブやクールシェア、みんなで節電アクションなども含んで、より多くの国民が参加することにより、社会経済のあり方やライフスタイルを変えていこうとするものです。例えば、エコカーを買う、エコ住宅にする、エコ家電にする、という「選択」。例えば、高効率な照明に替える、公共交通を利用する、という「選択」。例えば、クールビズを実践する、という「選択」。例えば、低炭素なアクションを習慣的に実践するというライフスタイルの「選択」。

未来のために、いま選ぼう。

「まいぶれ」は地域住民の暮らしを豊かにするために、地元の情報を集約して効率的に配信する地域情報のインターネットサイトのことです。まいぶれは2000年に千葉県船橋市でスタートしました。パートナー契約を結んだ地元企業が行政区単位で運営しているそうです。地域のことを一番よく知っている企業が運営することで、より一層地域に特化した情報を住民の方に提供することができるのでしょね。



イベントあつと奈良(催し物)

— 地域情報サイト・奈良に新しい風 —

まいぶれ奈良を取材させていただくために、初めて奈良テレビを訪れました。テレビ局にお邪魔するのは初めてだったのでとても緊張しましたが、まいぶれ奈良編集部の方々はとても優しく迎えてくださいました。

まいぶれ奈良は昨年の二月ぐらから立ち上げが始まり、今年2月にサイトがオープンしました。現在はまいぶれ奈良の基盤作りのために主に協賛店の情報発信をされているそうです。

主なユーザーは20〜40歳代の女性だそう。地元ランチなどの利用頻度が高いようですね。これからは男性向けの情報も配信していきたいとおっしゃっていました。

まいぶれ奈良のユーザーを増やすために、テレビでCMを流したり、こまめな広報活動をされているそうです。

また、記事を書く際に、検索されやすいワードを盛り込むなど、編集するときから気を付けていることがあるようです。

私たちは「地産地消」で優れた食材を用いた料理を提供している奈良女生協の「食材」と「味わい」についてお話を伺いました。

このように、食へのただならぬこだわりを見せている奈良女生協みなさんも奈良女子大学に御用の際は、一度足を運んでみてはいかがでしょうか。学生さんに迷惑にならないご配慮で。



4月には「入学お祝いランチ」を行い、10月には「ハロウィンセット」、12月には「クリスマスセット」、3月には「ひなまつりメニュー」を販売しているそうです。学生の生活に密着した、「食文化」そのものを販売しているように感じました。また、学生の栄養を考え、サラダバーを行っていたり、学生の食生活相談会を行ったりもしているそうです。

NEWからの活動紹介

奈良市地球温暖化対策協議会(NEW)は、市民・事業者・行政等、多様な会員が等しい立場で和をもって協議し、温暖化防止活動に取り組んでいます。

- ① 省エネ・創エネプロジェクト
- ② 交通プロジェクト
- ③ 環境教育プロジェクト
- ④ 3Rプロジェクト

また、機関紙ならエコの和NEWSを発行しています。

ご参加いただける方の入会を歓迎いたします。詳しくは、巻末の事務局にお聞きください。

心に響く品々(衣・身の回り)

一人にも自分にも涼しい
クールビズの夏



暑さをなんとかしたい、もう少し涼しくならないのか、そんな思いが一層強くなるのではないでしようか。そこで、今回は、涼しさを感じるためのちょっとした工夫を、近鉄百貨店 奈良店の方から教えていただきました！

【生地】

まずシャツを選ぶ際に気にしてほしいのが生地です！生地の種類によって通気性の良し悪しや吸水性、吸湿性が異なります。シャツ売

職場で涼しくお仕事をしたい！

—クールビズを取り入れよう—

クールビズとは、冷房を使わずに涼しいために、ジャケットやネクタイを外し、シャツ姿で仕事をすることです。

最近ではこの、クールビズを導入する会社が多く、市民の間にもクールビズ概念がだいぶ浸透してきているように感じます。近鉄百貨店のシャツ売り場の店員さんのお話によると、涼しいシャツを選ぶためのポイントは生地、色、デザインだそうですよ。



【色】

体感温度だけでなく、見た目の涼しさというのも重要です。寒色系のブルーや水色は涼しげな印象をあたえる色で、着ている人や見ている人の気分をさっぱりとさせてくれます。また、ブルー系だけでなく、淡い色合いのYシャツも同様の効果を得られるのでおすすめです。

いつもより、少し淡い色合いのYシャツで、涼しさを感じることができると同時に、他の人たちよりも洒落な印象も与えることができるので一石二鳥です！

近鉄百貨店では、省エネについての店内放送もされています。店内をゆっくり散策して、一度お聞きください。



知っ得住まい(住)

—あなたもいつか？ マイホームの選び術—



日本ハウスHD 家への愛着が強い方は必見！

木材をそのまま使用しています。自然をそのまま使用した空気がきれいな家です！フリースペースでは家族の団らんのかたちとして使用することも可能、厚みのある床では暖房は必要ありません。また、木材を使用しているため、自宅では落ち着いてゆっくり過ごすごさそうですね！

和が大好きな人、温かい雰囲気です。和が大好きな人、温かい雰囲気です。和が大好きな人、温かい雰囲気です。

住宅での省エネ対策はとて大切なことです。そこで、今回はいろいろな住宅の特徴が一堂で見られる毎日ハウジングを訪問して、18社のうち4社取材しました。

大和ハウス 間取りの自由度が高い！リフォームも自在！

断熱材を圧縮し、断熱効果を高める断熱材を使用しています。大和ハウスでは、太陽光発電・エネファーム・蓄電池が使われています。また、屋根トラス構造になっています。これは力を分散でき、耐震性に非常に優れています。柱が無いため、広い空間をとることができ、間取りの自由度も高く、リフォームもしやすいです。



ZEH(ゼッチ) ゼロエネルギーハウスに対する国の補助は強化されていますが、毎日ハウジングでは、この情報も豊富です。

毎日ハウジング 奈良展示場



アイ工務店・旭化成ヘーベルハウス・一条工務店・一条工務店セゾン・サンヨーホームズ・住友不動産・住友林業の家・セキスイハイム・積水ハウス・積水ハウスシャーウッド・ダイワハウス・トヨタホーム・パナホーム・日本ハウスHD・松家住宅・ミサワホーム・ヤマダエスバイエルホーム

パナホーム 第9回エコプロダクト大賞受賞！

ちょっとリッチな生活を楽しみたい！という方におすすめします！パナホームの特徴として①耐震性に優れている鉄骨、②空気がきれいであること、③住んでからお金がかかりにくい、という3点が挙げられます！ここでは、③の特性について説明します。汚れを自然分解してくれる物質を用いた外壁などがあります。このような特性のおかげで、何年経ってもお金をかけなくていいのです。

今回訪問した軒のほか、いろいろな特徴を持った住宅が毎日ハウジングには展示されています。親切に教えてくださるので、ゆっくり見ると賢い選択ができそうです。



【デザイン】

涼しくて、機能的なYシャツを選びたいならデザインに目をむけて見るべきです。ネクタイを外したときに、一番上のボタンをはずしても、襟の形がくずれない「ボタンダウン」とよばれるスタイルのYシャツがあります。クールビズのシーズンでは、このボタンダウン式のものに身に着けていけば、涼しく、かつ襟もとみきれいに見せることができます。

また、最近ではボタンの部分がスナップボタンになっていて、ボタンが隠れて見えないスタイルのものもあります。スナップボタンは指で押すだけでボタンがとまるので、両手を使わずに簡単に開け閉めができて、とても便利です。



奈良暮らしお得情報(生活)

—工夫で涼生活! 我が家流の快適空間—

冷房をフル稼働にして夏の暑さをやり過ごす、というのは体にも地球にもよくありません。そこで、「コーナン三条大路店」を訪ねて、冷房を抑えても暑い夏を涼しく過ごせるようなグッズを探してきました。

まずは単体でも活躍するグッズを紹介しましょう。

第1に「すだれ」、それに海の家でよく見かける「よしず」です。両者の使用方法の違いはつりさげて使うか、立てかけて使うか、です。炭化させた黒色のものもあり、日光を遮るのはもちろん、夏に気がかりとなる虫もよりにくくなる効果があるそうです。



第2に、「いぐさ」。これを敷いて座ると、暑い夏に何かと付きまとう湿気を防ぐことができます。畳なので香りもいいですし、消臭効果も期待されます。

そして第3に、「ひんやり敷きパッド」。これは今回取材をして初めて知りました。熱を吸収しやすい生地できており、ほかの布地と触って比べてみるとひんやり感がよくわかります。

DIY

ドゥ・イット・ユアセルフ ちょっとした工夫の選択が、省エネ推進の大切な一歩です。クールチョイスのキャッチフリーズには、『上手に使えば、カーテンは冷房にも暖房にもなる』などがあります。



次に、冷房と使用すると高い効果を発揮するグッズを紹介しましょう。第1に「マドピタシート」。名前の通り、窓に貼り付けることで効果を発揮しますが、なんと素材はあのプチプチだそうなんです。これを使用すると、熱の出入りを防ぐことができます。そして第2に「サーキュレーター」。見た目は小型の扇風機で、主に空気を循環させる目的で使用します。ですから下に溜まりがちな冷房の風を部屋全体に行き届かせ、冷房の効率を上げられるそうです。さらにこれら二つはその特性上、冬場にも活躍してくれますので無駄がないというメリットもあります。

雨水タンク

奈良市では、省エネ・省資源対策の一環として、雨水タンクの設置費用の一部を補助する制度があります。雨水タンクの水は、草花への水やりや震災などでの非常用水としても利用できます。詳しくは、巻末の事務局にお聞きください。

今回は、冷房に頼りきりにならずとも涼しくなるグッズを紹介しました。ほかにも、家庭用の小型ブールや、風鈴といった見ているだけで涼しくなるようなものもあります。皆さんも一つでも興味がそそられるグッズがあれば、ぜひ試してみてください。



クールチョイス

【賢い選択】

地球温暖化での日本の対策は、皆が賢い選択をすることで、社会全体での省エネが進むことを推進しています。

皆さんも、気軽に日々のクールチョイスに参加しましょう。



クールチョイスのキャッチフリーズ

冷房がわりに、冷たいアイス。地球にもおいしいエコです。図書館は、冷房だって貸してくれる。

読者登録のお誘い

奈良市地球温暖化対策地域協議会(NEW)では、イベントなどの活動案内もしておりますので、「茶話タイムズ」を継続してお読みいただける方を登録しております。

登録料は無料ですので、後記の事務局にお申し込みください。



登録無料

身近な広報誌(NEW) 「奈良市地球温暖化対策地域協議会」の紹介

気象庁の季節予報では、この夏は平年並の確率と高いの確率とで70%を超えるようです。

これは大きな地球規模での変化でみると、ちょっとした誤差範囲の気温でしょう。でも私たちの日々の生活では、ぐったりする夏を過ごすことになりそうです。

そして、地球温暖化で言われている2℃の上昇を抑えることの大切さを 実感させられてしまうかもしれません。

また、これ以上温度が上がると、地球はもう回復できない傷を負う可能性があるとされています。

NEWは、地球儀での小さな点、奈良市でのささやかな地球温暖化対策について活動していますが、この一歩から大切に思います。



昨年の暮れ、世界各国が集まった気候変動枠組条約のパリ協定が成立して、今年の5月に我が国は地球温暖化防止計画を策定しました。我が国は、「温室効果ガスを2030年度に2013年度比で26%削減(家庭部門では40%の削減)」を国際約束しました。

この目標を達成するためには、国民一人ひとりの意識変革やライフスタイルの転換が不可欠です。で、クールチョイス(COOL CHOICE)を国民運動として推進することになり、7月からは環境大臣がチーム長になった展開がなされます。

クールチョイス(賢い選択)という運動は、私たちNEWでも既に取り組んでいて、本誌のように奈良県立大学とコラボで、市民の皆さんに身近で親しんでいただける情報をお届けしようと活動していきます。

またイベントでも、学生さんをお招きして省エネ相談に応じていますので、お気軽にお声がけください。

NEW会長 許斐喜久子 (このみ きくこ)