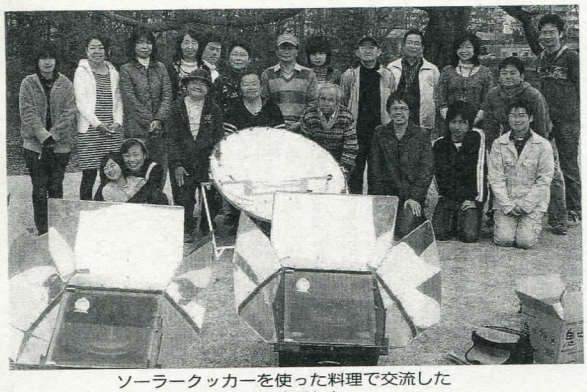
「お日さまの味がする」

電気もガスも使わない ソーラークッキング

「晴れの日は外でクッキング！」。パネルで集めた太陽光で調理するソーラークッキング　試してみませんか。（都　光子）



ソーラークッカーを使った料理で交流したにこネットつくばの仲間たち

つくば市 茨城で交流会

「きょうはちょっと曇っているので、あまり温度が上がらないですね」。茨城・つくば市で活動する、にこネットつくばが主催した花見をかねた交流会。会員や呼びかけられた仲間たち20人ほどが集まりました。

達成感あって おいしさ倍増

芝生がある公園に6、7台のソーラークッカーがずらり。会員が自宅から運び込んだもので、朝から調理開始。曇っていたため、クッカーの温度は50度前後。最後は公園内の施設にあるヒーターも使い、お昼には豆料理や肉の煮込み料理ができあがりました。

桜井文さん（26）は3年ほど前からソーラークッキングを始めました。「なんだかお日さまの味がするんですよね」とにっこり。ボックス型のクッカーは3万円以上しましたが、「もとはとれたかな」と。ご飯もおかずもお茶もこれ一台。「使うたびに料理そのものが楽しくなってきて。達成感があって、おいしさ倍増です」

にこネットつくばは、地域や学校、環境イベントなどでソーラークッカーを使ったワークショップをやっています。代表の富岡裕子さん（44）はいいます。「ガスや電気が普及していない国では、まきを燃やして調理しています。それが環境破壊や貧困とつながってるんですね。そんな地球のことに気づき、みんなで考えあうことに、ソーラークッキングがいいきっかけ作りとなっています」

鳥居さんが作ったポップコーン、ラスク、ケーキ、焼き芋。ソーラークッカーでもきれいな焼き上がり

晴天なら30分でご飯炊ける　地球考えるきっかけに

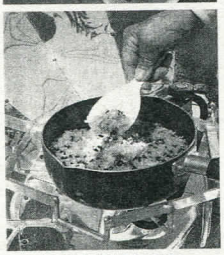
世界に比べて 日本は立ち遅れ

富岡さんも属している日本ソーラークッキング協会。会長の鳥居ヤス子さん（77）は「日本は立ち遅れてる」といいます。ドイツやスイスは発展途上国でソーラークッカーの普及活動を長年おこなっています。インドや中国などは普及率が高く、インドのヒンズー教寺院では1万5千人分の食事が作れるソーラー型スチームキッチンがあります。

「アフリカでは日常生活で、まきを使うところが多く、それを女性や子どもたちが集めています。わずかな森林資源を削っていたり、集める最中に野生動物に襲われ、命を落とすこともあるんです」。鳥居さんはアフリカにソーラークッカーを普及するため、植林グループのNGOなどと一緒に現地を訪れています。昨年はタンザニアの6つの村を回りました。

「実は高性能のソーラークッカーを初めて作ったのは日本なんですよ」と鳥居さん。1955年、ライスクッカーとしてプラネタリウムを手がける会社の社長が考案。米国にも紹介され、脚光を浴びました。しかし開発途中ということで製品化されず、日本では消えてしまいました。

その後アメリカやヨーロッパで開発が進み、ソーラークッカーズ・インターナショナルという国際機関も設立され、数年ごとに国際会議も開かれています。



黒米を混ぜたご飯。30分ほどでほかほかができあがり

晴れの日は煮込み料理のかたまり肉まで柔らかくなります（つくば市）

簡単なソーラークッカー工作も

クッカーにはパラボラ型、箱型、パネル型などがあり、手作り品から数万円まで多様です。高性能のものでは、晴天時には200度以上にもなります。使う鍋は熱を吸収しやすい黒を使います。気温はあまり関係なく、むしろ乾燥した、すっきりした冬晴れが好条件だといいます。

「快晴だとご飯が約30分で炊きあがる。段ボールや発泡スチロールの箱にアルミ箔を張った手作りクッカーでも、ラスクやゆで卵、時間をかければ煮物やケーキもできますよ」と鳥居さん。

最近では学校などに呼ばれて、子どもたちと一緒に簡単なソーラークッカーを工作し、調理も体験します。「日本でも2、3日に一度は晴れています。太陽の恵みをぜひ楽しんでほしい」

絵本をひらくと ③ 埼

地域の子育ての支援グループおもちゃのひろば「と　ポコポコ」（金の星社）を　てくる動物」導入で読んだ。ぽんぽんぽ　をここへて、