

ネイチャーセンター ガイド (88)

炭焼き体感！！

炭の焼き方を自分のものにするために・・・

「窯」

窯づくりをしらない。窯はどうやって造るのかをしりたい。窯作りができる人を知っている。いろいろ聞いている。情報だけはたくさんある。しかし、頭の中では理解できていても、実際にやってみないと見えてこない部分がたくさんある。だから今度、炭焼き窯を作るんだ。どんな石がいいのか？その土はどこにあるのか？どんなもので球体な形をつくるのか？考えただけでもワクワクする。身体にしみ込むまで挑戦を続けたい。

「薪」

山から切り倒して下ろしてくる。重い、とにかく重い、生の木は。でもこの疲れが心地よい。肩に食い込む木の重み。たまらない。休憩を入れる。吐く息が白い。木を倒すとき、倒れる瞬間の音。倒れた時、数十年もの歴史を一瞬にして奪う音、はかなさ、思い。自らの身体にしみ込ませ、伝えていきたい。身体にしみ込ませるほど、思いは伝わる。

「斧で、そして割る」

山から下ろした薪を斧で割る。炭で使いやすいように用途に応じて形を変化させる。すべてはつながっている。無駄な斧さばきなどひとつもない。単純な作業ではあるが、奥が深い。うまく割ろうと思えば思うほど割れない。小学生の頃からやっているのに。



お風呂は薪燃料で沸かしていた。思い出深い。斧を振り下ろすたびに、どこが悪いのか？木の特性や形状をつかみ、どこへ斧の刃を振り下ろせばいいか、判断し、決断する。単純であればあるほど、迷いは生じ、自分を狂わせる。しかし、経験はいずれ生きてくる。なぜかって、身体にしみ込むように頭の中で妄想しているから・・・

「炭焼き」

なんですか？最近では、燻る煙が世間では受け入れられず、街中ではあまりできなくなってしまった。炭焼きはかつて生活の糧だった。しかし、今は生活に特に必要のないものとして受け止められているようだ。炭や木酢液などの効能ばかりが取り上げられ、炭焼きの技術は継承されていない。

炭というものを誰が考えたのか、知りたい。すごいわ。火が、炎が持続するんだ。熱を持っているんだ。人を暖めてくれるんだ。食事だって作れちゃうんだ。森からいただいた木で。森とのつながりを証明してくれていた炭焼き。その技術は残していきたい。そこには人の暮らしを支えるエネルギーがあるから。そこには人の心を温める不思議な力を秘めているから。

連絡・問合せ ☎(45)6222

宝の山ふれあいの里ネイチャーセンター
開館時間：午前9時から午後4時まで
休館日：月曜日、祝祭日の翌日

伝言板

富士北麓・東部地域振興局健康福祉部(大月保健所)

食中毒を防ぎましょう！

食中毒は飲食物と一緒に口から入った食中毒菌・ウイルスや有害・有毒物質によって起こります。高温多湿の夏季は細菌による食中毒が多く発生します。細菌性の食中毒を防ぐには、①菌をつけない ②菌を増やさない ③菌をやっつけることが基本です。

【菌をつけないために】

手洗いをしっかり行うことが最も大切です。魚介類は真水でよく洗いましょ。肉や魚などの汁が果物やサラダなど生で食べるものや調理済みの食品にかからないようにしましょ。

【菌を増やさないために】

冷蔵・冷凍の温度管理をきちんと行いましょ。解凍は冷蔵庫か電子レンジで行いましょ。卵を割ったらすばやく調理しましょ。調理済みの食品はできるだけ早く食べましょ。

【菌をやっつけるために】

肉などの加熱調理する食品は十分に加熱しましょ。残った食品を温めなおすときも同様です。

これらを守って細菌による食中毒を防ぎましょ！

高齢者の歯の健康

六月四日から十日は、歯の衛生週間です。口と歯の健康は、全身の健康に関わってきます。

《低栄養》

虫菌や歯周病になり、食べ物が噛めない、食欲がない、といった状態が長期間続くと、必要な栄養が取れずに「低栄養」に陥る危険があります。その状態が続くと筋力や体力が低下し、最悪の場合は寝たきりまで進む怖いものです。

《誤嚥性肺炎》

飲み込んだ唾液や食べ物などが、誤って肺に入ってしまうことがあります。そのとき、口の中が不衛生だと口の中の細菌が肺で炎症を起こし、肺炎を起こします。特に高齢者にとって、肺炎は命にかかわる病気です。

日頃の歯磨きと、定期的な歯科健診を心がけて口と歯の健康を保ちましょ。