



暮らしを vol.2  
やさしくする  
エコな気持ち  
枝廣淳子



## 太陽の恵みをいただく

太陽が関わるさまざまな暮らし

最近、太陽がブームだとか。たとえばスピリチュアルブームの影響もあるのでしょうか、太陽の神様である天照大御神様を祭る三重県の伊勢神宮に注目が集まっているのだそうです。

それから、太陽光発電や太陽熱の利用など、太陽を利用したエコな動きも世界中で盛り上がっています。

昔から私たち日本人にとって、

お日様はとても大事な存在。悪いことをすると「お天道様が見ている」と、よく自らを戒めたもので

す。農家の方たちにとっては、まさに「なくてはならない存在」。太陽が照ってくれなければ、作物も育たないですね。きつとだれにとっても、太陽はかけがいのない存在なのです。

私も太陽が大好き。毎朝、お日様に「おはようございますー！」って挨拶するんですよ。ひと言で「太陽」といっても、日によっていろいろな姿を見せてくれます。夜の星空もすてきだけど、ときには昼間の空も見上げてみませんか？

太陽を、いただきますーす！

港町に行くと、よくお魚を開いて干している光景を目にします。アジやさんまやイカなど、風にゆられてひらひらと泳ぐ干物は、まさに太陽の恵みをいっぱい受けて、見るからにおいしそう！

干物って、簡単に作ることもできるんですよ。私は新鮮なアジが手に入ると開いて自分で干物を作ります。分量なんて量らず、作り方は「テキトー流」。適当なしょっぱさの塩水に開いたアジをつけて、天日干しするだけ。ざるなどに広げてよいですが、私は魚などを干すためのネットを使っています。お魚は生のままでもおいしいの

イラスト●福々ちえ



ですが、干物にするとまた違った味わいが楽しめて、ピールのつまみにも最高！ また、大根などを薄切りにして、天日干しし、干し野菜を作ったりもします。ちよつと厚めかな、と思つた野菜も、数日間太陽と風に当てておくと、ゆつと小さく縮んで約3分の1ほどの量になります。陽だまりの味がする干し野菜は、甘いんですよ。出張時の野菜不足解消にも役立ってくれています。

太陽って本当に偉大！ 晴れの日が続いたら、ぜひ試してみてくださいね。

えだひろ じゅんこ●環境ジャーナリスト、翻訳家。東京大学大学院修士課程修了。(有)イーズ代表 (<http://www.es-inc.jp/>)、(有)チェンジ・エージェント会長、NGOジャパン・フォー・サステナビリティ (JFS) 共同代表。東京大学人工物工学研究センター客員研究員、環境ビジネスウイメン懇談会メンバーなどを務めるほか、執筆、講演、翻訳などを通して環境問題に取り組んでいる。著書に『地球のなほし方』『地球とわたしをゆるめる暮らし』、訳書に『不都合な真実』『私たちの選択』などがある。