

とっておきの  
15の生活レシピ  
1  
♪お水に感謝

## 蛇口のお水から、 地域・世界が見える

原田さとみ

(タレント/エシカル・コーディネーター/  
エシカル・ペネロープ (株) 代表 / 「コップなごや水基金」代表)



「うみやあ」と評判の「名古屋の水」は、長野県から岐阜県、愛知県、三重県そして伊勢湾へと流れ木曾川のお水です。木曾川が豊かで清らかなのは、流域に暮らす人々、森林や山々が健全だからこそ。安全でおいしい名古屋の水は、木曾川流域に暮らす人々の知恵とたゆまぬ努力、そしてやさしさの賜物です。

スーパーや自販機ではペットボトル入りの国内外の名水が売られています。でも、私は自分の身体に一番合うのは、地元のお水だと思っています。地産地消のお野菜をいただくように、お水も暮らしている地域のお水をいただくほうが身体が一番いいと思うから。それに、地元のお水を飲むことはエコロジーでエコノミー。ペットボトル容器は石油から作られ、その製造過程でも多量の水を使い、輸送するにもエネルギーを使い、飲み終わった後も、廃棄もしくはリサイクルにエネルギーが必要となります。

日本は森林の国であり、お水の宝庫。山で湧き、川に流れ、私達の生活水となり、海にそそぎ、蒸発し、雲になり雨を降らせ、森に降り注ぎ、木々が地中で水分を蓄え、また山から川に流れ、再び私達のところにやって来ます。その循環は、人間だけでなく自然界のすべての命の恵み。そんなあたりまえの自然の循環も、過剰な森林伐採や水質汚染などからバランスを崩し、清潔な水が飲める地域は世界でほんの一握りとなってしまいました。

人間のわがままで、遠くから運ばなくても私たちに必要な水は、私たちの周りにおいて、家では蛇口をひねれば、すぐに安心安全でおいしい地元の水が手に入るということに、感謝したいと思います。世界中では安全な飲み水を得ることができず、たくさんさんの尊い命が失われています。

名古屋では、コップ1杯のお水に、ありがとうの気持ちを表す基金、「コップなごや水基金」を展開中。レストラン・カフェなどで、無料サービスで提供されているコップのお水に募金をしていただくというもの。テーブルの上に置かれた「コップなごや水基金」のメッセージカードに寄付を置いていただきます。寄付金は、木曾川流域支援に使われます。山間部と都市部の交流を大切にし、過疎化や農林業の担い手不足、水源林の荒廃などの課題をともに解決していけたらと活動しています。

いつもきれいなお水がいただけるのは、あたりまえではなく、奇跡的なこと。その恵みに感謝して、流域に思いを馳せて、大切にいただきたいと思います。

原田さとみ

名古屋市内等のカフェやレストランで無料サービスで提供されているお水に対して募金をしていただく「コップなごや水基金」トップ・ウォーター・プロジェクトを主宰。木曾川流域の活性化支援を目的に行っている。また、環境にも人にも社会にも配慮した持続可能なエシカル・ファッションのお店「エシカル・ペネロープ」のオーナーでもある。

- コップなごや水基金  
(<http://cupnagoya.org>)
- エシカル・ペネロープ  
(<http://ethical-penelope.jp>)

## 原田流生活レシピ

- ① 外出時にも家から、冷やした水道水やお茶・紅茶を入れた“マイ水筒”を持ってでかけよう  
(ペットボトルの飲料水はできるだけ控えましょう)
- ② 山、川、海的环境や、そこで暮らす人々を想い、安心安全で美味しいお水に感謝しよう
- ③ お水を大切にしているカフェに行こう！  
～コップ水基金に参加しよう～

マメ  
チシキ

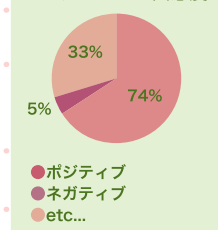
蛇口のお水と山梨から運ばれたペットボトルのお水、なんと輸送や製造時に発生するCO2排出量が1600倍なんだって。もちろんペットボトルのお水のCO2排出量が多いんです！



生活レシピを体験した  
モニターさんのつぶやき

- ステンレスボトルをもらったので活用しています！
- お茶にして持って出かけていました！
- 自然の恵みや環境に配慮する努力の賜物のお水を頂いていると思います。
- 大震災を思い出すたび感謝
- 当たり前のようにお水を使っていました。
- 蛇口からの水は塩素が心配なので持っていきません。
- 集合住宅は設置されているタンクなどの衛生面に不安があります。

モニターさんの共感度



♪ 蛇口からの水は、そのままいただくのではなく、濾過して冷やして飲むとおいしいです。(原田)

おすすめ  
info

- 「コップなごや水基金」の協力店
- カフェ クロスロード (名古屋市中村区)  
<http://www.jica.go.jp/nagoya-hiroba/about/cafe/index.html>
  - ウェスティンナゴヤキャッスル (名古屋市中村区)  
<http://www.castle.co.jp/wnc/wedding/>
  - 白鳥庭園 喫茶 汐入亭 (名古屋市中村区)  
<http://www.shirotori-garden.jp>
  - GARDEN RESTAURANT TOKUGAWAEN (ガーデンレストラン 徳川園) (名古屋市中村区)  
<http://www.zetton.co.jp/shop/tokugawaen/>
  - Kitchen Blanche キッチン ブランシュ (可児市)  
<http://kitchenbla.exblog.jp/>
  - AILE d'ANGE NAGOYA (名古屋市中村区)  
<http://www.ailedange-nagoya.jp/>
  - Deli Deli Cafe Abbey (名古屋市中村区)  
デリ・デリ・カフェ・アビー (名古屋市中村区)  
<http://www.abbeycafe.jp/>
  - sora café 02 (名古屋市中村区)  
<http://www.sora-cafe.jp/>