エコトピア新聞

四月号

ゴールデンウィーク直前！まだ楽しめる山菜って

例年よりも少し遅れましたが、エコトピアまでの桜並木も満開を迎え、いよいよゴールデンウィークが始まります。先日は思いがけない雪も降り、大変な思いをした方も多かったと思います。山菜も寒さが原因で成長が遅いという声も聞きますが、裏を返せば長く楽しめるということです。今回は簡単に山菜についてご紹介したいと思います。

代表的な山菜…こごめ・うど・タラの芽…

この時期、山には多くの種類の山菜が芽吹いています。山菜は山に行って自分で採るのも楽しいですし、それをまた食べるのも楽しみです。また、知人や友人からおすそ分けしてもらうのも…どこか期待してしまいますよね。最初に誰でも食べたことのある山菜をご紹介したいと思います。これから初めて山菜を採りに行こうと思う方のためにも、山で生えている状態での写真を加えながら、ご紹介いたします。

…こごめ…

正式名はクサソテツ。写真のように地面から直接生えており、見た目も特徴的なので見つけやすい山菜です。天ぷらやおひたしが代表的な料理ですが、個人的なおススメは、マヨネーズと醤油と香り付け位の練りワサビを加えて、よく混ぜたものにちょっとつけて食べると格別です。

…山うど…

山菜の種類としてはタラの芽と同じ種類に入ります。こちらも地面から生えているので、比較的見つけやすいと思います。山うどはスーパーで見かける栽培物に比べ、独特の香りや食感が楽しめ、うどの天ぷらやゴマ和えなどは新潟の初夏の味と言っても過言ではないと思います。

…タラの芽…

ちょっと前まではあまり知られていない山菜でしたが料亭などで食材として用いられてから知名度が上がり高級食材となりました。いまだに都会では2・3本の天ぷらで数千円…といった店もあるようです。山では写真のようにタラの木の新芽として成っており、その枝は多くのトゲが付いています。同じ様な成り方をしている山菜が次にご紹介するコシアブラになります。

有名ではないですが…美味しい山菜

今回は簡単に見つけられる上に、調理も簡単な山菜を紹介しています。そのためゼンマイやワラビ等は載せていません。

ここからは見つけるのも調理も簡単なのに、知る歩とぞ知る山菜を2つほどご紹介したいと思います。

……こしあぶら……

ウコギの一種で、山での成り方はタラの芽と同じ様になっています。見分け方は枝にトゲがあるかないかです。タラの芽がなっている山では意外と見落としがちな山菜ですが天ぷらは絶品です。

……しおで(しょで)……

写真のように良く見ないと雑草のようですが、ユリ科の山菜です。臭みなどがなく山アスパラの評されるほどの味がします。おひたしや和え物にすると風味が増し美味しい山菜です。

自信がない山菜は食べないで

秋のキノコは注意するけど山菜は大丈夫…などと聞くこともありますが、山菜でも重篤な症状を起こす毒を持つものもあります。有名なものとしてはニリンソウとトリカブト・山ゴボウとチョウセンアサガオなどがありますが、自信のない山菜は採らないことが鉄則です。また他の人からもらった山菜でも、不安に思うものは調理しないで廃棄することも大切です。

また木の芽(ワケビのつる)なども、雪深い山のものは苦みを少なく風味として美味しいですが、雪が少ない山の木の芽は苦いだけで美味しくないとも聞きます。

不安なものは採らない・調理しない・食べないが大切です。

エコトピア寿の危機管理について

一昨年の東日本大震災、新潟福島豪雨…さかのぼると中越地震や洪水や水害など、近年は自然災害が多く発生しております。また北朝鮮のミサイル危機など、人為的な脅威も絶対に起きないと言えない昨今です。

施設の危機管理は先に述べた自然災害・軍事的脅威の対応はもちろん施設内での急病人や事故まで想定する必要があります。エコトピアではそれらを網羅した危機管理マニュアルを作成し、長岡市からも承認を得ています。

エコトピア寿では年間2～3回、救急車要請が必要な事例が起きています。指定管理者が変わってからは、重篤な事例は起きていませんが持病をお持ちのお客様が湯あたりやのぼせなどで体調を崩されるケースが多い状況です。また、プール内や浴槽内での汚物や吐しゃ物の対応も危機管理のひとつです。

これらのケースは水の入れ替えを求められることが多いのですが、エコトピアでは慎重な水質管理(適正な塩素濃度)を行っているため、殺菌消毒については問題はありません。また水質の汚れについても、目に見えないものでも各ろ過機の能力が水の容量以上の大型を採用しているため、必ず循環をする中で浄化されています。

しかしながらお客様の体調までは管理することができません。少しでもいつもと違うと思ったら、無理して入水・入浴をしないことをお願いいたします。

温浴施設で多い救急車要請の事例とは？

エコトピアでは年に数回救急車を要請する事例が起きています。全国的に起きている事例も、エコトピアで起きた事例も共通するところが非常に多いため、ここでご紹介していきたいと思います。

●温浴施設での救急車要請の共通点

①８割が６０才以上の高齢者。
②高血圧などの持病があり、薬を飲んでいる。
③長時間の入浴による、のぼせや湯あたりが原因。
④重篤な症状としては脳卒中・心筋梗塞などがあげられる
⑤死亡例としては溺死が最多であるが、この原因は脳卒中・心筋梗塞などで意識を失ったことによることが多い。

繰り返しますが、お客様においてはご自身の体調を十分に考慮し、自己管理をお願いいたします。

お客様からの声

①すごく良いけど、プールを見てる人の目がこわいので、笑って楽しめるプールにしてください。
※十代：女性

②北側脱衣所ロッカーに扇風機を1台増設して下さい。現在は一局部にしか風が通りません。北のカベに1個願います。
※六十代以上：男性

エコトピアより…
貴重なご意見、ありがとうございます。

①について…
プールサイドで監視にあたっている監視員のことと思われます。目がこわいとのご指摘ですが、監視員は常にプール内で事故が起きていないか、事故が起きる兆候はないか、を常に緊張して監視しています。その結果、目が怖くなる時もあると思いますが、それだけ真剣に仕事をしていると思っていただけると幸いです。

②について…
扇風機の増設については、検討させていただきますが、電源やコンセントの問題などすぐに対応できない所であることもご理解ください。また北側に出口に北風が入り込むため)が生じます。それらの原因を根本的に解決するべく努力していきます。

編集後記…

なんだかんだでエコトピア新聞も3年目に突入。お客様からいただく感想や、受付前の配布してる枚数で、作ってる方は一喜一憂しております。だんだんと温かくなってきて、春眠暁を覚えずも本格的になってきました。ウチの娘たちもお出かけの時に車に乗せれば、すぐ寝始めるし気温にまかせて助手席の妻まで寝始めるとうらめしくも思う今日この頃です。