

《2016年》

◆◆主な活動◆◆

- ★ソーラーッキングに興味を持つ人たちが集まり、活動をスタート。
「宇宙キッチン～ソーラーッキングの会～」と名前を決定。
- ★木曜日を活動日として「狩野宅」で料理会、「ギャラリー喫茶なよたけ」にて月1回定例会を開催。
- ★「宇宙キッチン～ソーラーッキングの会～」のFacebook を立上げ。

《2017年》

- ★「ソーラーッキングのうた」作成
作曲:水岡のぶゆき 作詞:狩野光子/水岡のぶゆき
歌:CAMARU
- ★「太陽の光でお料理ができるってホント?!」
の紙芝居を作成。

《2018年》

- ★NHK 趣味どきっ!!「おひさまライフ」に出演。
- ★「ソーラーッキングのうた」の英語 Ver.を作成。
- ★月に1回、狩野厨房で調理会、
「ギャラリー喫茶なよたけ」にて定例会を開催。

《2019年》

- ★厚木市広報に掲載。
- ★地球温暖化防止学習会を開催。

◆◆入会のご案内◆◆

「台所から持続可能な社会」を目指す活動を広げていくために、
多くの方々のご協力を会員という形で支援いただいています。

当会の目的に賛同し、活動を共にしてくれる方。

年会費:1,000円

◆◆宇宙キッチン～ソーラーッキングの会～連絡先◆◆

入会・調理会希望・お問い合わせ

Facebook「宇宙キッチン～ソーラーッキングの会～」

メッセージ、または下記までご連絡ください。

宇宙キッチン～ソーラーッキングの会～事務担当

☎09026775763 ✉ utyuukittinn2016@gmail.com



台所から持続可能な社会を目指す

宇宙キッチン

～ソーラーッキングの会～



おひさまにスイッチ・オン!

太陽に向けて置くだけの調理法

◆◆台所から持続可能な社会をめざす◆◆

宇宙キッチンからの

メッセージ

毎日使っている台所から
健康で豊かな生活と、
持続可能な社会を創っていきましょう。

何億年も前から輝いている
太陽のエネルギーを使うことで、
地球環境とお財布に優しい生活
ができます。

また、私たちが知らぬ間に
《被害者や加害者になっている》
食やごみ・エネルギー・水環境などの
台所から見える問題も、
ちょっとした知恵で避けることができます。
さあ～あなたも

Let's enjoy エコ・ニカ・ピカ・ライフ！

私たちと一緒に地球と仲良く暮らしましょう。

2016年1月

ソーラークッキングとは？

おひさまの光を集めて熱に変え、
その熱を逃がさないようにすることで
調理する方法です。

おひさまさえ出ていれば、
いつでも活用できます。

ガス・電気要らずで、
アウトドア・災害時に大活躍！
環境に、お財布に優しい！
低温調理で鶏ハム・プリンなどが
美味しくできます。



ソーラークッカー ひまわり

ソーラークッキングの注意点

料理するときはサングラスをかけて、

目の保護をしてください。

調理中は、思わぬ火傷をしますので、ご注意ください。

天候の影響が大きいので、曇り、雨、強風の時は
使用できません。

太陽の向きにソーラークッカーを合わせる
ことが必要です。

《たまご》

を地球に
見なすことで、
自然科学を
おいしく楽しく
学べます。