



地域おこし協力隊活動日誌 vol.99

急冷式のアイスコーヒーの淹れ方！

地域おこし協力隊として紀宝町へ移住する前は、神奈川県小田原市にあるカフェなどで勤務していました。

今回は元カフェ店員・三浦萌がオススメする急冷式のアイスコーヒーの淹れ方をご紹介します。

夏の適度なカフェイン摂取は、疲労回復や夏バテ対策にもなりますので、ぜひお試しください。

材料（一人分）は、コーヒー粉（中細挽き）20g・お湯 150g・氷 180 g 程度。計量器と秒針のある時計もご準備ください。



急冷式アイスコーヒーの淹れ方

- ① 計量器の上にサーバーを置いて、サーバーに氷 100 g を入れる。
- ② ドリッパーに紙フィルターをセットしてお湯をフィルター全体にかける。
- ③ コーヒー粉 20g をフィルターに入れ、計量器の表示を 0 g にする。
- ④ コーヒー粉全体にお湯（45～50 g 程度）をかけて、30 秒間蒸らす。その際、スプーンで底から混ぜると蒸らしの効率が上がります。
- ⑤ 30 秒経ったらお湯を何回かに分けて、計量器の表示が 150 g になるまでゆっくりと注ぐ。注ぎ終わりの時間が、注ぎ始めから 1 分 30 秒～2 分で終わるように調節しながら注ぎます。
- ⑥ グラスに氷 80 g を入れ、⑤のコーヒーが落ち切ったら、グラスに注いで完成。



町では、空き家の有効活用と定住促進による地域の活性化を図るため、空き家の情報を紹介する「空き家バンク事業」を行っています。

最近では、空き家の利用希望者からの問い合わせが増加傾向にあり、特に賃貸物件に対する問い合わせが増えてきています。

町内に空き家をお持ちの方は、ぜひ登録をご検討ください。

現在登録中の空き家バンクの情報は、役場企画調整課窓口および町ホームページで閲覧できます。



町空き家バンク

物件情報の登録が完了すると、役場企画調整課窓口および町ホームページ等で紹介します。

3 登録の完了

2 現地確認

1 物件登録申請書の提出

◆物件登録までの流れ

Police

紀宝警察署 からのお知らせ

「+」から始まる国際電話にご注意！！

最近、「+1」や「+44」など、「+」が付いた国際電話番号からの詐欺電話が増えています。例として、電話機には、「+1 3 1 2 3 4 5 6 7 8」、「+4 4 6 9 8 7 6 5 4 3 2」などと表示されます。

家族や友人が外国にいるなど、外国から電話がかかってくる可能性のある方以外は、このような電話がかかってきたら注意してください。

なお、固定電話への国際電話の発信・着信を無料で休止できます。申込先は国際電話不取扱受付センター（☎0120-210-364）もしくは紀宝警察署生活安全刑事課（0735-33-0110）までお問い合わせください。

—— 紀宝警察署（☎33-0110） ——

Resources

ごみは資源 のコーナー

スプレー缶、空き缶の出し方

スプレー缶は、使いきって穴を開けてから出してください。ガスなどの中身が残っていると、引火などの事故を引き起こす可能性があります。空き缶や缶詰は中をきれいに洗ってから「資源金物」の日に出してください。

ポイント♪

「アルミ」「スチール」缶は、リサイクルセンターで自動選別されるため、一緒の袋で出しても問題ありません。



みのお兄さん
タカシくん

— 役場環境衛生課（☎33-0338） —

Eco

シリーズ ストップ地球温暖化 その179

家庭でできる温暖化対策

～できることから始めよう～

今月のテーマ 冷蔵庫

ずっと前に食べ残した食品が冷蔵庫の奥で眠っています。冷蔵庫の中は整理・整頓を心がけ、なるべく詰め込まないようにしましょう。

食品を詰め込みすぎると庫内がスムーズに冷えなくなってしまう。常温保存できるものは冷蔵庫以外で保管しましょう。

また、麦茶やカレーなどの温かいものは、冷ましてから冷蔵庫に入れましょう。温かいまま冷蔵庫に入れると、冷やすのに余分なエネルギーが消費されてしまいます。

▼詳しくは、役場環境衛生課（☎33-0338）までお問い合わせください。

詰め込みすぎはダメ！



食品を詰め込みすぎない

食品を詰め込んだ場合と、半分にした場合

年間削減効果

電気 43.8 kWh
CO₂ 21.4 kg

年間節約金額

約 1,360 円

【出典：経済産業省資源エネルギー庁／省エネポータルサイト】