

電気もガスも使えない。大震災など災害に見舞われたとき、身の回りのあり合わせの道具でごはんを炊くことはできるのだろうか。そう考えていたら、アルミ缶を使った炊飯法があることを耳にした。人呼んで「サバイバルメシ(サバメシ)」。百聞は一見に如かず。早速、試してみた。

どどん 試します

アルミ缶で炊飯「サバイバルメシ」 空気穴、炊きあがり左右

記者が試したアルミ缶炊飯法

2 つ穴を開ける
4センチ四方の穴を下部に2つ

燃料
紙バック **△**

火力が安定しない。燃え上がった際、炎で缶が溶けてしまい倒壊した

燃料
新聞紙・割りばし **×**

灰や燃えかすが缶の内部にたまってしまい、うまく燃焼しなかった

1 つ穴を開ける
6センチ四方の穴を1つ

燃料
紙バック・新聞紙・割りばし **×**

穴が1つでは缶の内部に空気が入らず、うまく燃焼しなかった

4 つ穴を開ける
3センチ×1.5センチの穴を上部に2つ、下部に2つ

使用した燃料
紙バック **◎**

評価

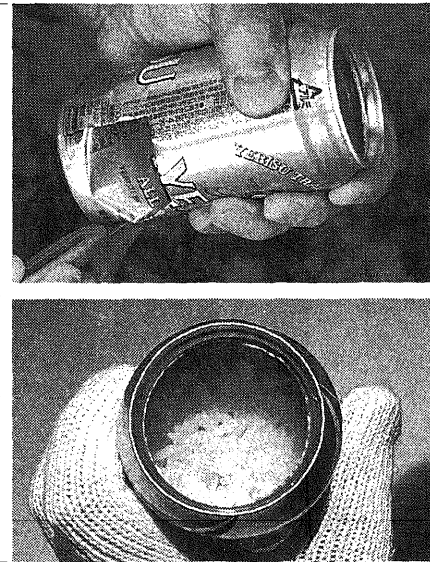
火力が安定する。10分強で沸騰し、22分から25分程度で炊きあがる

コメント

火力が安定する。10分強で沸騰し、22分から25分程度で炊きあがる

燃料
新聞紙・割りばし **×**

灰や燃えかすが缶の内部にたまってしまい、うまく燃焼しなかった



缶を2つ重ねる。コンロになる下の缶の側面にはカッターで穴を開け写真上、蓋になる上の缶は上部を取り外す(同下)

「サバメシ」とはビールや清涼飲料などの空のアルミ缶(350ミリリットル)2つを上下に重ね、下は燃料を燃やすコンロ、上はコメと水を入れる釜として使う炊飯法のこと。考案者は防災科学技術研究所(茨城県つくば市)の研究者、内山庄一郎さん。今回、内山さんには様々なアドバイスをもらった。「うまくコンロを燃やし続けられ、22〜25分程度で120g(0.8合)のコメが炊ける」という。ポイントは「燃料に何をを使うか」と「コンロとなる缶の側面にどんな形状の穴をいくつ開けるか」の2つだという。そこで内山さんに意見を聞き、燃料については被災地でも入手できる新聞紙、割りばし、牛乳などの1リットル紙パックの空き箱の3種類を試すことにした。

缶に開ける穴については、大きな穴1つ、中くらいの穴2つ、小さな穴4つ——の3パターンを実験することにした。穴の数や大きさ、位置で炊きあがりなどのくらい差がつくかを試すためだ。

紙パックなど 燃料は3種類

コメは120g、水は160〜170ミリリットルが350ミリリットル缶にちょうどいい分量だという。コメは少し奮発して新潟産コシヒカリを用意した。燃料の新聞紙と割りばしは手でちぎりながら燃やすことにする。紙パックはあらかじめ乾燥させたものを幅1センチの短冊のように切っておいた。

いよいよ実験を始める。場所はバーベキュー広場を備えた東京都内の公園に特別に許可を得て利用させてもらった。リュックにアルミ缶、燃料、コメ、水のほか、ライター、軍手、釜のフタにするアルミはくなどを持って現場に向かう。天気は快晴。公園を吹き抜ける風が心地よい。水道に近い場所に陣取って、アルミ缶を上下に重ねた。

最初に試したのは中くらいの穴を缶の下部の両側に2つ開けたケース。燃料が入れやすいし、よく燃えそろうな形と思えたからだ。穴の大きさは4センチ四方の正方形にした。まず短冊のように切った紙パックに着火し、缶にくべてみる。なかなか着火しない。空気を吹き込むと、灰がたまり、穴が詰まってしまうからだ。

紙パックをあきらめ、新聞紙や割りばしを燃料にして試してみた。だがこれは全然うまくいかない。コンロ部分の内部に燃えかすや灰がたまり、穴が詰まってしまうからだ。

灰を取り直し、小穴を4つ開けた場合を試す。穴の

大きさはだいたい横3センチ、縦1.5センチとし、缶上部の両側に2つ、缶下部の両側に2つ開けた。早速、紙パックに着火し、上の2つの穴から交互に燃料を入れてみる。するとポツという小さな音を立てて中で燃え始めた。いい感じだ。

リズムを保って 燃料を追加する

紙パックを上部の穴から投入すると、燃料が立つ形になるのでうまく火が回りやすい。一気に燃料を入れず、5秒に1枚程度のリズムを保って投入すれば火力も安定するようだ。空気の入り方もちょうどいい。煙が来ないように風上に回り込みながら、燃やし続けること12分。釜からクックッ

と小気味よく泡立つような音が聞こえてきた。うま〜と沸騰しているようだ。17分後。ふと気づくと釜の下の部分から蒸気が出ている。火力で缶に小さな穴が開いたのだろうか。「無事に炊けてくれ……」と折りながら燃料をへべる。20分後。釜が泡立ち、蒸気がアルミはくのフタを持ち上げ始めた。おいしそうなお飯のにおいが漂う。25分が経過したところで炊飯を終了。紙パックはちょうど3個分を使い切っていた。軍手をはめて、おそるおそる缶のフタを開けてみる。炊きあがった白米が見えた。立派なごはん。割りばしで蒸気を飛ばし、口に入れると、コメの甘みと

香りが広がった。屋外で食べているせいか、おいしさも格別。大成功だ。

この方法なら初心者でもコメが炊けそうだ。だが、やはり燃料は紙パックでないとうまくいかない。新聞紙や割りばしを燃やしてみたら、灰や燃えかすがたまり、とてもコメが炊ける状態ではない。ともに10分もたらずに断念してしまった。

最後に缶に6センチ四方の穴を1つ開けた場合を試してみたが、どの燃料でもうまくいかなかった。穴が1つだと空気がうまく入らないので燃料が燃えにくいのだ。結局、今回の実験でう

記者のつぶやき

友人とたき火で遊んだ小学生時代の懐かしい記憶がよみがえってきた。アルミ缶でコメがうまく炊けた時には思わず感動した。「火力を安定させればコメは炊ける」。これが実験を通じて会得したサバメシの極意だ。ただサバメシは思った

より煙が出るので住宅地で試すのは難しそう。じか火を禁止する公園も多いからマナー違反にならないように注意が必要だ。サバメシはあくまでも非常用の技術であり、災害への備えとしては携帯用ガスコンロなどを家に常備しておく方が現実的かもしれない。

(編集委員 小林明)