

【第2回さっぽろ環境賞 環境保全・創造部門 札幌市長賞 受賞事業】

地球にやさしいこどもたち。

エコチル

<http://www.ecochil.net>

エコチルに関するお問い合わせ ▶ エコチル編集部 TEL 011-200-5671 FAX 011-200-5577 E-mail info@ecochil.net

発行:(株)アドバコム <http://www.advcom.co.jp> 〒060-0062 札幌市中央区南2条西1丁目1番地 宮本ビル7F

エコチルは、札幌市内の小学校での配布を目的に毎月10万部発行されています。
みんなに広めたいエコ情報などありましたら、エコチル事務局にFAXやメールで教えてください!

「エコチル」は(株)アドバコムの登録商標です。

5月号

今月の表紙 太平小学校1年生 宇野 穂美さん「でんきをたいせつに」

みんなのでんきを
たいせつに!

テレビ、おけし
でんきを
おんせつをぬく

エコチル
表紙イラスト
作品大募集!

キミのイラストで次月の表紙を飾ろう! イラストのテーマは
エコ・自然・地球。画用紙にクレヨンか水彩で描いてね。
採用されたお友達には右のお絵描きセットをプレゼント。
詳しい応募方法は9ページの「応募のきまり」かウェブ
サイトを見てね! <http://www.ecochil.net>

採用された方に
プレゼント!

スケッチブックと色鉛筆のように描いて水で
溶かして水彩画のように着色できる「アクアア
ン」スケッチブックをセットでプレゼント致します。
協賛: 大丸藤井 セントラル
<http://www.daimaru-fuji.co.jp/central/index.html>

とくしゅう
北海道の森で
数百年生きてきた「森の巨人」たち、
これからは元気だね!

今月のエコチル☆食育イベント☆
知ろう! 学ぼう! 北海道産牛肉のこと!!

今月のエコなひと
「公益財団法人PMF推進委員会 マーケティング推進部 広報担当」 工藤裕介さん
地球が笑顔なら ぼくたちも笑顔!

～からだと環境のおはなし～ 第2回「くち」
エコチル夏休みおすすめ 沖縄ツアー
第10回沖縄遊YOU塾2011(おきなわ渡嘉敷島)
エコチル食育特集コーナー
朝ごはんは、なぜ大事?
エコチルおすすめ
キャンプ情報
今月のプレゼント・エコワードパスル
円山動物園だより ほが

文房具

B1F 紙のフロア 文具のフロア
おびだまぐささん おしゃれな筆記具

1F 文具雑貨のフロア 文具のフロア
あな達のプレゼントに アートのフロア 書道用品がそろ
図工が好きな人

4F 和のフロア 書道用品がそろ
図工が好きな人

7F ギャラリー

地球にやさしい文房具を選ぼう

CENTRAL
大丸藤井セントラル
札幌市中央区南1西3・電話(011)231-1131(代)
<http://www.daimaru-fuji.co.jp/central/>

レットライ
エコライフ

みんなの学校の校長
先生を紹介! Vol. 57

【西区】琴似中央小学校校長 松村 聡先生

本校では、毎年5年生が総合的な学習の時間の中で、身近な地域の環境を
よりよくするために自分たちに何ができるかを考え、地域の方々の協力を得ながら実践
しています。昨年は、校区内の公園をきれいに快適にするために、落書きをなくす、
禁煙化を呼びかける、ポイ捨て防止の看板を作成するなどの取組を行いました。

てん太くんとエーちゃん

「石炭蒸したら
でえあがり」の巻
イラスト: カトウナオコ

1 できた——っ!
石炭からガスをつかったぞ——!!

2 これではみんなの暮らしが
また便利になるね
ムルドックさん!
ああ、そうさ!
ムルドック?

3 ムルドック…

4 え——!
犬がガスを発明
したの〜?
それは
ブルドック
だよ〜!

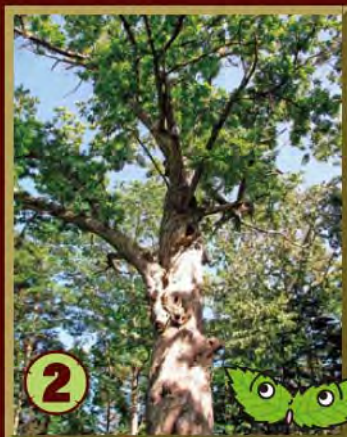
てん太くんの
KITAGAS
ガスの歴史講座

1792年にウィリアム・ムルドックという人が世界で
初めてガスを作ることに成功したんだ。
蒸した石炭からガスを取り出して家の中の
照明につかったんだよ。

北のくらし、もっとできること
北海道ガス株式会社
【北ガス・キッズサイト】 <http://kids.hokkaido-gas.co.jp/>



エコチルは環境にやさしい「大豆油インク」を使用しております。
みんなで大切な地球の環境を守ろう! エコチルそしてエコチルに協賛してくれた企業、共通の願いです。



木の種類/クリ、木の年齢(樹齢)/推定500年、樹高/18m、木の
周長/455cm以上、人間の胸の高さの太さ/145cm
●バス等でのアクセス/JRバス「登別(とまんべつ)」停留所下
車、徒歩40分 ●自動車でのアクセス/道道21号線(登別線)を直進し、
右手の路肩に駐車し、徒歩約400m先の「三好神社」を左折、1.2km歩み
左手の路肩に駐車し、徒歩約15分先の「三好神社」を右折、徒歩約2分、
●お問い合わせ/北海道森林管理局 石狩森林管理署 TEL.011-563-6111

でもこの大きなクリの木は
「御神木」として大事にさ
れてたんだ。またクリの木
は寒いところが苦手なの
で、このあたりがクリの木
が自生する北限だといわ
れているんだよ。

でもこの大きなクリの木は
「御神木」として大事にさ
れてたんだ。またクリの木
は寒いところが苦手なの
で、このあたりがクリの木
が自生する北限だといわ
れているんだよ。

でもこの大きなクリの木は
「御神木」として大事にさ
れてたんだ。またクリの木
は寒いところが苦手なの
で、このあたりがクリの木
が自生する北限だといわ
れているんだよ。

① 美瑛の森の 神木カツラ (上川郡美瑛町)

3本の太い木が合わさっ
てひとつの株になった元祖
だ。

② 生い茂る近 のクリの木 (江別市西野幌)

でもこの大きなクリの木は
「御神木」として大事にさ
れてたんだ。またクリの木
は寒いところが苦手なの
で、このあたりがクリの木
が自生する北限だといわ
れているんだよ。

でもこの大きなクリの木は
「御神木」として大事にさ
れてたんだ。またクリの木
は寒いところが苦手なの
で、このあたりがクリの木
が自生する北限だといわ
れているんだよ。



木の種類/カツラ、木の年齢(樹齢)/推定900年、
樹高/31m、木の周長/1,100cm以上、人間の胸の高さの太さ/360cm
●自動車でのアクセス/美瑛町市街から道道21号線(美瑛線)を直進し、
右手の路肩に駐車し、徒歩約400m先の「三好神社」を左折、1.2km歩み
左手の路肩に駐車し、徒歩約15分先の「三好神社」を右折、徒歩約2分、
●お問い合わせ/北海道森林管理局 上川中部森林管理署 TEL.0166-61-0206



木の種類/ミズナラ、木の年齢(樹齢)/推定800年、樹高/18m、木の周長/480cm以上、人間の胸の高さの太さ/153cm
●バス等でのアクセス/流川駅から
中央バス停まで徒歩約10分、徒歩約10分、●自動車での
アクセス/札幌方面からは、国道231号を北上し、石狩厚田区を通過し、浜益
トンネルを出てから約6km先にある市道21号線を左折し約5kmで到着、
●お問い合わせ/北海道森林管理局 石狩森林管理署 TEL.011-563-6111

2011年は 国際森林年

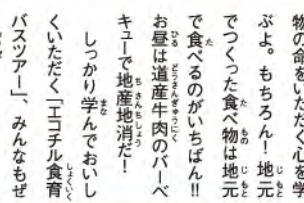
北海道の森で
数百年生きてきた森の巨人たち、
これから元気でね！
やあおひさしぶり。僕は、ドングリのなる木・ミズナラの子供、オークだよ。今月は、僕の大先輩
たちを紹介するね。彼らはみんな何百年も生きてきた巨木たちなんだ。
浜益の千本ナラさんで推定800才、美瑛のカツラさんは推定900才なんだって！



みなさんは「牛」というと
何を思い浮かべる？ 毎日
の給食で飲んでいる牛乳が
な？ 実は北海道は牛肉
の生産量が日本一多い地
域なんだ。特にホルスタ
イン種や交雑種といわれ
る牛は国内で肥育されて
いる全体の約34%にあ
たる35万頭近くが北海
道で育てられているんだ。
なぜか？ それは北海
道の広大な土地や澄
みきつた空気、豊かな自
然と涼しい気候が健康な
牛たちの成長にとって恵
まれた環境だからなんだ。

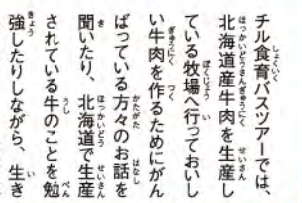


安全で安心な牛肉を
たくさん作っている北海
道だけど、実は牛肉を
食べる量は全国でもと
ても少ない地域なんだ。
だからたくさん牛肉を
作ってもそのほとんどが
道外に出荷されてしま
うんだって。なんだかも
ないよね。今回のエコ



チル食育バスツアーでは、
北海道産牛肉を生産し
ている牧場へ行っておい
しい牛肉を作るためにが
んばっている方々のお話
を聞いたり、北海道で生
産されている牛のことを
知ったりしながら、生き
物の命をいただく心を
学ぼう。もちろん！地元
でつくった食べ物は元
で食べるのがいちばん！
お昼は道産牛肉のバー
ベキューで地産地消だ！
しつかり学んでおいし
くいただく「エコチル食
育バスツアー」、みんな
も応募してね！

そして忘れてはけな
いのがその牛たちを育
ててくれている生産者
の方々の努力。安全で
安心な牛肉を作るため
に毎日一生懸命働いて
くれているんだよ。



みなさんは「牛」というと
何を思い浮かべる？ 毎日
の給食で飲んでいる牛乳が
な？ 実は北海道は牛肉
の生産量が日本一多い地
域なんだ。特にホルスタ
イン種や交雑種といわれ
る牛は国内で肥育されて
いる全体の約34%にあ
たる35万頭近くが北海
道で育てられているんだ。
なぜか？ それは北海
道の広大な土地や澄
みきつた空気、豊かな自
然と涼しい気候が健康な
牛たちの成長にとって恵
まれた環境だからなんだ。

今月のエコチル
★食育イベント★

知ろう!学ぼう!
北海道産牛肉のこと!!

地産地消!
エコチル
食育バスツアー

北海道ゴルフ連盟、北海道新聞社、UHB北海道文化放送 主催

2011年度 ジュニアチャレンジゴルフ Hokkaido 札幌

ゴルフはイギリスで生まれた「紳士・淑女のスポーツ」ゴルフを通して、紳士的な礼儀作法と自然のなかでの冷静な判断力が身につきます。

平成23年 **6月18日(土)**
9:00~15:00

ジュニア約4名にプロ1名をグループとして、楽しく分かりやすく、ゴルフを体験できます。

9:00 集合(8:30より受付開始)
9:15 開会式(体操、ストレッチ) エキゼットマナー
10:00~14:30 スナックゴルフ体験(9ホールラウンド)
ゴルフに挑戦(ハッティングの練習、アプローチの練習)
ミニコースにてラウンドレッスン
12:00~13:00 昼食
15:00 閉会式・解散

Let's TRY!! ゴルフわかつちゃおクイズ!!

- Q1 バー4のコースを5打でカップインしました。何という?
①ボニー ②ボギー ③パニー
- Q2 2007年ジャパンゴルフツアーで最年少優勝を果たした、ハニミ屋さんと礼儀正しいプロゴルファーは誰?
①ふかわりょう ②中田翔 ③石川遼
- Q3 1打でカップインすることを何という?
①ホール・イン・ワン ②サーティワン ③ワンピース

(C、P、M、N、P、M、N) 1:10 / (M、N) 2:20 / (P、M、N) 3:10 等

「2011年度 ジュニアチャレンジゴルフHokkaido(札幌)」応募要項

●参加資格/ゴルフ未経験またはラウンド経験のない、北海道在住の小学生とします。●参加人数/先着120名(先着順となりますのでお早めにお申し込み下さい) ●参加料/1名1,000円(服装代・参加費・保険料込み) ※申し込み時までに下記口座にお振込み下さい。(振込み手数料は負担下さい) [振込先] 振込行名: 北洋銀行 支店名: 豊平支店 種別: 普通預金 口座番号: 0757479 口座名: 北海道ゴルフ連盟 ※申込締切後、先着にのれた方には通知の上、返金致します。 ●申込方法/北海道ゴルフ連盟のホームページ(<http://www.hga.gr.jp/>)もしくはUHB北海道文化放送のホームページ(<http://uhb.jp/>)より所定の参加申込書(参加同意書)をダウンロード印刷し、必要事項を記入して郵送にてお申し込み下さい。 ●申込期間/平成23年4月29日(金)より5月23日(月)まで※但し定員に次第次第で締め切り。 ●その他/1. 服装は動きやすい格好でスニーカーまたは運動靴。帽子を着用して下さい。2. ジュニアゴルフ用具をお持ちの場合は持参して下さい。3. 当日、会場札幌エルムカントリークラブの駐車場はご利用になれませんのでご了承下さい。旧道(旧道)小学校Aコース、旧道(旧道)小学校Bコースは会場(札幌エルムカントリークラブ)に無料送迎バスを運行させます。必ず参加申込書に送迎バス(利用の有無)をご記入下さい。4. 当日、クラブハウスの食量は利用できませんのでご了承下さい。同席者で最良を希望される方は、お一人様1,000円でお子様と同じものをご利用いただけますので、参加申込書に必要数を記入の上、参加料と併せてお振込み下さい。

※お申込みいただいた個人情報は、参加者の連絡及び受け入れなどのために必要に応じて利用させていただきます。

お申込み・お問い合わせ 北海道ゴルフ連盟「ジュニアチャレンジゴルフ」事務局
〒064-0804 札幌市中央区南4条西3丁目 北星ビル3階 北海道ゴルフ連盟 <http://www.hga.gr.jp/>
Tel:011-221-4564 Fax:011-221-4519 ※平日9:00~17:00 E-mail: hga@hga.gr.jp

※インターネットで所定の申込用紙を入手できない方は、郵送先またはUHB放送局または北海道ゴルフ連盟事務局までお問合せ下さい。

本もあるような
幻想を抱かせた
ことから「本
しな」と呼ばれ
るようになった
んだ。シナノキは、
合板の材料など
に重宝される木
なんだけど、地
域に昔から住ん
でいた古老が森
林管理局に働き
かけたことがう
かへとつて伐
らずに残される
ことになったん
だよ。



木の種類/シナノキ、木の年齢(樹齢)/推
定100~200年、樹高/19m、木の胸まわ
り/90cm~200cm、人間の胸の高さの
太さ/28cm~68cm
●自動車でのアクセス/中環状市街市街
から国道275号を約15kmほど南郷子方面に
南下、「道の駅ビネンシリ」と接続するビネ
ンシリ登山道入り口から登山道に入り、徒歩
約30分。
●お問い合わせ/北海道森林管理局 宗谷
森林管理署 TEL:0162-23-3617

森林浴のスズメ

森には、雨を受け止めて地中にゆっくり流す
「水源かんよう」のはたらきや、人間が使う木材
になる木を育てることはたけのほかに、人
間の心やからだの緊張をほぐしたり、リフレッシュ
させるはたらきがあるとわかってきました。
旭川医科大学 循環器内科の住友先生は、森林ウォーキングによる血圧の変
化などを調査して、森林に触れることによる健康づくりや治療を研究してい
らっしゃいます。この住友先生の研究によれば、森の空気の中には樹木が発散す
るフィトンチッドという殺菌作用のある化学物質がまわっており、森林ウォー
キングによって森の空気を吸いこむことでこのフィトンチッドをからだの中に取り
込むことができ、それが健康にプラスにはたらくことが分かってきたのだとか。
森の中でキャンプをしたり、森の中を散歩したりすることは、健康のためにた
いへん良いことなのですね!



▲カシワの子供(美生)

今日は、僕の大先輩を
4人(4本)紹介したけ
ど、この大先輩たちだつて、
最初は小さなタネでこの
世に生まれて、その後いま
の僕のようにふた葉になっ
て、少しずつ大きく
なっていくんだ。森の中
で、こんな風に葉っぱを出
している木の子供を見か
けたら、誇りだりしないで
そっとしておいてほしいな。
そうして、何年後かには、何
年後かにすくすく大木になっ
ているかもしれないよ!

靴の専門店 NUSTEP KIX

森林浴も、運動会も
君の足に合ったクツで!

振替の
屈曲性

話題の軽量シューズ!!

「チャーキーズ」ジュニア軽量シューズ
18.0cm 1,980円
23.0cm

▼お求めはお近くのニューステップ、キックゾーンで! ジョーフトはエコチルを応援しています。

- | | | |
|-------------------------|-------------------------|--------------|
| ●ニューステップ店 | ●キョバ谷地店 (キョバ谷地2階) | Tel:801-7270 |
| ●豊平店 (イオン札幌豊平店 SC1階) | ●サンピアザ店 (サンピアザ1階) | Tel:890-2200 |
| ●イオン平岡店 (イオン札幌平岡店 SC2階) | ●手塚山店 (イオンスーパーセンター手塚山口) | Tel:686-1100 |
| ●ニューステップ店 | ●森田店 (イオン札幌森田店 SC2階) | Tel:669-6116 |
| ●ソシア川内店 (ソシアさっぽろソシア1階) | ●あいの里店 (ピパホームあいの里) | Tel:749-5362 |
| ●ノバエ店 (ノバエさっぽろノバエ1階) | ●イオン元町店 (イオン札幌元町店 SC2階) | Tel:748-1766 |
| ●札幌大谷地店 (ローソン大谷地大谷地1階) | ●ラルズ札幌店 (ラルズプラザ札幌4階) | Tel:218-3063 |
| ●札幌店 (ダイエー札幌1階) | ●キックゾーン | |
| ●西岡店 (イオン札幌西岡店 SC2階) | ●星別店 (トリアイ星別1階) | Tel:801-2895 |
| ●早稲店 (札幌マドラーセンター早稲1階) | ●星別店 (SCバスターミナル1階) | Tel:686-9571 |
| ●ルミエ平岡店 (ローソンさっぽろ平岡2階) | | |
| ●札幌店 (イオン札幌札幌店 SC2階) | | |
| ●西岡店 (西岡1階) | | |

株式会社ジョーフト 各店営業時間(札幌2階上場2888)
G-FOOT www.gfoot.co.jp

知ろう! 学ぼう! 北海道産牛肉のこと!!

エコチル 食育バスツアー

- 実施日 平成23年6/25(土) 9:00~17:00(予定)
- 定員 30名(小学校3年生~6年生) ●参加費 1,000円(税込)
- 当日スケジュール
 - 9:00 集合・受付・出発式(大通り公園TV塔前)
 - 10:00 千歳空港ファームで施設見学や道産牛クイズ
 - 11:00 昼食(道産牛肉でバーベキュー)
 - 12:00 牧場施設の看板作り
 - 17:00 解散(大通り公園TV塔前) ※内容は予定のため変更になる場合があります。
- 参加資格 札幌市在住の小学生(3年生以上) ※対象:札幌市在住の健康で、イベント参加の障害がない児童
- 応募方法 ハガキ、FAXまたはPC・携帯の応募フォームからご応募ください。
- ハガキ・FAX
 - ①氏名(ふりがな) ②会員番号(エコチル会員のみのみ) ③性別 ④年齢 ⑤学校 ⑥学年 ⑦郵便番号 ⑧住所
 - ⑨9時~18時の間に連絡のとれる電話番号。以上をご記入の上、お申込ください。
 - 宛先:〒060-0062 札幌市中央区南2条西1丁目 宮本ビル7F
 - 株式会社アドバコムエコチル事務局「エコチル食育バスツアー」係
 - FAX: 011-200-5577
- PC・携帯
 - エコチル応募フォーム <http://www.ecochi.net/eubo>
 - または、右記QRコードから簡単アクセス!
- 応募締切 平成23年5月30日(月)必着 ※PC・携帯の応募フォームも夜終了します

応募者多数の場合は抽選を行い、当選者には「参加案内書」を平成23年6月6日(月)までに送付します。
出欠確認を致しますので、届きましたらエコチル事務局へご連絡ください。
(お問い合わせはコチラ) エコチル事務局 011-200-5671 (平日午前9時~午後3時)
(個人情報について) お預かりした個人情報は、当選のご連絡以外には使用いたしません。
くちくちホームページまたはエコチルホームページ <http://www.ecochi.net/policy/> をご覧ください。
家畜を伝染病から守るため、当日はイベント運営事務局の指示に従っていただきます。
また、諸般の事情によりイベントが中止になる場合がありますのでご了承下さい。

ECOCHIL TV ON AIR こども環境情報番組

エコチルTV 5月28日土
午前11:10~11:40
UHB北海道文化放送

番組内容 「ごみ問題」について学ぶ

提供: KITAGAS, Coca-Cola, 北海道産牛肉, ホクレン

5月30日はごみゼロの日。そしてリサイクル推進週間がはじまる日です。エコチルTV5月号では、えこりーなたちがごみ減量やリサイクルについて楽しく学びます。アニメ「てん太くん」のエーコちゃんではしっかり着てん太くんとおちよこちゃんのエーコちゃんが200年以上前の世界にタイムスリップ。もちろん! こども料理人リキも大活躍! 番組の最後には、大好評、無洗米のプレゼント(10名様)もあります。エコがいっぱいのエコチルTV5月号。ぜひみてく

ださいね!!

※番組の内容は予告なく変更する場合があります。番組を見て応募しよう! ※一部のクーポンは表示されない場合があります。予めご了承ください。

こども環境情報番組 **エコチルTV** エコチルTVは毎月1回絶対放送中!! 過去の放送もHPから見られるよ! <http://ecochil.net/> エコチルTV 放送

「楽譜」という共通言語で人々はわかり合える
音楽を通じて「平和」のメッセージを

音楽とは、いつでもどこでも気軽に楽しむことができます。大通公園や札幌芸術の森での「野外コンサート」を開催する「パシフィック・ミュージック・フェスティバル」以下PMFは、アメリカの「タンゲルウッド音楽祭」やドイツの「シュレスヴィヒ・ホルシュタイン音楽祭」と並び世界の三大教育音楽祭です。PMFは、世界中の若い音楽家たちが憧れる音楽教育の場となっています。

「楽譜」という共通言語で人々はわかり合える
音楽を通じて「平和」のメッセージを

音楽とは、いつでもどこでも気軽に楽しむことができます。大通公園や札幌芸術の森での「野外コンサート」を開催する「パシフィック・ミュージック・フェスティバル」以下PMFは、アメリカの「タンゲルウッド音楽祭」やドイツの「シュレスヴィヒ・ホルシュタイン音楽祭」と並び世界の三大教育音楽祭です。PMFは、世界中の若い音楽家たちが憧れる音楽教育の場となっています。

地球にちょっといいはなし
エコなひと
今月のテーマ 音楽はエコな文化

公益財団法人PMF組織委員会 マーケティング推進課 広報担当
工藤 裕介さん
1974年北海道生まれ。PMFには創設期から音楽家として参加してきたが、「若手音楽家の育成」という理念に共感し、6年前からスタッフとしてPMFの運営に携わる。PMFを通してより多くの音楽の楽しさを伝えたいと、広報に力を入れる。自らもアマチュアオーケストラに所属し、毎週末音楽に親しんでいる。

みず せり **水・森・いきもの check it out!** チェキラ

第2回 水をまもる! ぼくらをまもる! 森のちから
~水源林ってなあに?~

川をどんどんさかのぼっていくと、水が湧き出したり、しみ出したりしているところにとどろくよ。そこを「川のはじまり」水源。とよんでいるよ。そしてこの水源のまわりの森のことを「水源林」というんだ。水源林はみんなの生活にとっても関係が深いって、いうことを知っているかな? たとえば水をきれいにする機能。森に降った雨は、木を伝ってゆっくりと地面にしみ込むことでミネラルが豊富できれいな地下水になるよ。そして水をため込む機能。森には雨水を地中にしっかりと溜め込んでゆっくり時間をかけて流出させる働きがあって洪水や水不足をやわらげてくれるから「森のダム」とも呼ばれているんだ。ほかにも、木の根は土の中で網の目のようにひろがって大雨のときに土砂崩れを防いでくれたりするよ。森は水とみんなの生活をまもってくれているんだね。

※河川によって源など水源とするものがあります。

きれいな水はきれいな森から生まれます。
わたしたちコカ・コーラはみなさんに飲んでいただく飲み物をつくるため、きれいな水を大切にしています。
水のこと、森のこと、そこに住む生き物のこと、みなさんもぜひ大切にしてくださいね。
工場見学もやってるよ。TEL.011-888-2100 (事前予約制)

北海道コカ・コーラ
ボトリング株式会社

「やささな壁を越える
エコなハーモニー」

今回お話をうかがったのは工藤裕介さん。工藤さんはPMFで音楽の楽しさを伝える広報の仕事をしています。クラシックの古い楽譜は200年以上前に作られています。その頃の言葉や文章など現代で理解しようにしても、専門知識がなければ難しいです。200年もの時が経つても、人々に親しまれるのには理由があり、国籍、性別、年齢の壁を超えて人の心を動かす力が音楽にはあります。

「平和のメッセージを音楽で伝えたい」

PMFを創設した直後に亡くなったレナード・バーンスタインは、世界的な音楽家でした。彼は「平和」に対する思いが強く、東西のドイツが統合されたベルリンの壁崩壊の時に平和コンサートを開くなど、音楽を通して平和と活動に力を注いでいました。そんな彼の思いはPMFに受け継がれています。PMFでは世界中のアカデミー生が音楽へ専念できるように、渡航費や受講料、宿泊費などは全てPMFが負担します。「楽譜」という共通言語で、いろいろな国の人たちがつながりあえるのです。音楽には、ピタッと合うハーモニーがあります。ハーモニーが生まれたとき、演奏する人と聴く人の心がつながる。よりよい環境なくして平和は訪れません。自然のながで音楽を楽しむ。これこそバーンスタインが願った平和のかたちです。

今年もPMFの音楽が自然豊かな札幌に響き渡ります。PMFは、音楽活動を通じて平和の理念や思いを伝えるほか、演奏会場でのゴミの持ち帰りや公共交通機関の利用推進など、自然を大切にす環境活動を実施します。

世界の若手音楽家を育成する国際教育音楽祭

PMF

PMFの野外コンサート

今年で22回を迎える国際教育音楽祭パシフィック・ミュージック・フェスティバル(PMF)。会期中には様々な演奏会が行われますが、気軽にクラシック音楽を楽しむ野外コンサートも魅力の一つです。札幌芸術の森・野外ステージでのコンサートは中学生以下の方は**芝生席無料**です。飲み物やおやつを片手に、芝生で寝転びながら、思い思いに音楽をお楽しみください。ピクニックコンサートにはPMFオーケストラのほか、札幌交響楽団やHBCジュニアオーケストラが出演いたします。また、大通公園西6丁目ステージでのコンサートは**入場無料**となっております。

自然の中で楽しもう!
PMFの野外コンサート情報

札幌芸術の森 野外ステージ

入場料 椅子自由 3,000円 芝生自由 1,000円 中学生以下 芝生席無料

7/9 13:00 Pコード:133-563 Lコード:15512
PMFオープニングコンサート

7/17 15:00 Pコード:133-563 Lコード:15518
PMFコンダクティング・アカデミー演奏会

7/24 15:00 Pコード:133-563 Lコード:15521
PMFオーケストラ演奏会
〜ルイジ・コンダクツ・ブラームス〜

1日通し券 椅子自由 4,000円 芝生自由 2,000円 学生 1,000円 中学生以下 芝生席無料

7/31 12:00 Pコード:133-563 Lコード:15526
ピクニックコンサート
三大交響団の1つ、ベートーヴェンの「運命」も演奏されます。

大通公園 西6丁目ステージ 入場無料

7/9 19:00 PMF大通公園コンサートI

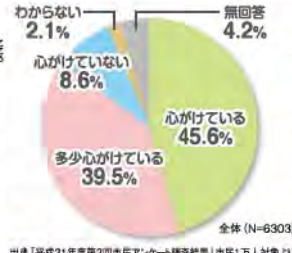
7/10 16:00 PMF大通公園コンサートII

※各コンサートのチケットは市内プレイガイドでお買い求めください。

公益財団法人パシフィック・ミュージック・フェスティバル組織委員会 TEL.011-242-2211 <http://www.pmf.or.jp> その他のコンサート情報は こちらでチェック! PMF 札幌

います。
えるものがあると言わ

「心がけている」45.6%と「多少心がけている」39.5%を合わせた約85%以上の人たちが、「くち」から入る食べ物は安全で安心なものを心がけているようです。しかし、私たちが知らずに口にしている食品に含まれる「化学物質」は自然やからだのなかで分解されにくく、蓄積されやすいもの、蓄積してから害を与えるものがあると言われています。



◎札幌市民に聞きました
あなたは、日頃、健康な食生活を心がけていますか？

地球が笑顔なら ぼくたちも笑顔♪

～からだと環境のおはなし～

第2回「くち」

からだが受ける環境の影響は、私たちの生活にもっとも身近な環境問題です。ここでは、私たちの健康に大きく影響している環境と暮らしのなかでできることをみんなと一緒に考えていきたいと思います。第2回は「くち」についてです。今回は「にひら小児科」の仁平 洋先生に、おはなしをうかがいました。

監修／仁平 洋先生（にひら小児科医、医学博士）



参考資料「2011年こども環境白書」環境省

化学物質が与える影響とは？
生き物が外から取り込んだ化学物質は、食う食われるの関係が進むにつれて、濃度が濃くなつていき、体に大きな影響を与えることがあります。

食品によつてからだに入る化学物質のいろいろ
●保存料
●香料
●調味料
●甘味料・着色料
●化学物質が与える影響とは？



食物アレルギーの原因は年齢で変わる？
食物アレルギーの原因となる食べ物のうち最も多いのは卵、牛乳、小麦ですが、ほとんどの人は小学校入学前におさまります。その後は、そばやエビ、成人になると魚介類が原因となる人がいます。

食物アレルギーの原因は年齢で変わる？
食物アレルギーの原因となる食べ物のうち最も多いのは卵、牛乳、小麦ですが、ほとんどの人は小学校入学前におさまります。その後は、そばやエビ、成人になると魚介類が原因となる人がいます。

食物アレルギーは、食生活を通して、からだに受ける影響に「食物アレルギー」があります。精神的なストレスや食物に含まれる化学物質、空気中に含まれる物質が皮膚から入ったことにより、食物アレルギーが発症したり、症状が重くなったりすると言われていますが、その原因は確かなものではありません。

からだに現れる食物アレルギー症状

●かゆみ ●じんましん ●むくみ ●湿疹

●せき ●喉や口の中や舌のイガイガ ●はれ ●かゆみ

●充血 ●かゆみ ●目のまわりがはれる

●くしゃみ ●はなみ ●鼻づまり

「食物アレルギーの原因は、多くは食べ物に含まれるたんぱく質です。食べたり飲んだりしたものを体が拒否して、原因となるものを排除しようとするので体にはいろいろな症状が現れます。症状としては目、皮膚、鼻、のど（口）に現れるのが一般的ですが、その症状の重さは人によってさまざまです。しかし、少し口がゆくなったりというような症状が現れても、すぐに原因と思われる食べ物を除いたり、病院で血液検査をする必要はありません。患者さんからは予防のために牛乳はあまり飲まないなど、自己判断して食事制限するなどの話を聞きます。子供は成長期ですから、適切な食事をとる治療とからだの成長をみながら管理をすることが必要です。近年の食物アレルギーの治療方針では、アレルギー検査で陽性だったからとの理由で、むやみに除去することなく、実際に食べられるものは工夫して食べていく方向となっています。よほどの症状（ショック、全身じんましん、呼吸困難、嘔吐など）が出現しない子供に限り、実際食べさせることで治療していく方針となつています。

ただし自己流で行うのは危険です。必ず専門医の指導の下で行う必要がありますので、ご相談ください。年齢を重ねることに、消化器官も強くなって治るケースも多いので、あまり神経質にならないことです。

からだの理由で、むやみに除去することなく、実際に食べられるものは工夫して食べていく方向となっています。よほどの症状（ショック、全身じんましん、呼吸困難、嘔吐など）が出現しない子供に限り、実際食べさせることで治療していく方針となつています。

ただし自己流で行うのは危険です。必ず専門医の指導の下で行う必要がありますので、ご相談ください。年齢を重ねることに、消化器官も強くなって治るケースも多いので、あまり神経質にならないことです。

LIFESTYLE

元気な遊び場にぴったり！木の素材感そのまま。強度と安全性はもって、

人工木・樹脂デッキ
新登場 エバーウッドⅡ

エクステリア激安館
札幌市中央区南一条五丁目1番1号 2F
TEL 011-835-8888

Reform Garden
人工芝 リアーターフ

お問い合わせはフリーダイヤルまたはインターネット
0120-970-810
AM9:00～PM7:00
www.gekiyasukan.com

英語もKUMON

英検3～5級小学生合格者の40%以上がKUMON生!!
2010年度第1回英検結果発表KUMON独自調査

教室で「E-Pencil」が体験できるよ!(英語)

公文式「5月無料体験学習」受付中
算数・数学 英語 国語

学習期間 5/18(金)～5/31(金)
左記の期間中に4回、教室で公文式学習を体験していただける機会です。ただし、お申し込みを受け付けています。
①教科でも複数教科でも、ご希望に合わせて学習できます。
②1ヶ月間は「E-Pencil」の体験、お申し込みは、お電話または、お申し込み用紙をダウンロードして印刷し、お申し込みください。
③英語学習開始時には、専用リスニング教材「E-Pencil」6,300円(税込)をお申し込みいただけます。
もっとKUMONを知りたい方は「くもんくん」で検索
お問い合わせ・お申し込みはお近くの教室へ。 教室と連絡がつかない場合はフリーコールまで 0120-372-100 (受付時間: 9:30～17:30、土・日・祝日も受付)

だから、KUMON

エコチル夏休みおすすめ 沖縄ツアー

第10回 沖縄遊YOU塾2011

〈おきなわ渡嘉敷島〉

日本は、南北に長い国です。私たちの住む北海道は、日本の都道府県で一番北にあります。それでは、日本の一番南の県はどこでしょう? ヒント、そこには、さんご礁があつて、カラフルなお魚が泳いでいて、ブルゲンピリアやデイゴなど色鮮やかな熱帯の花が咲いています。そう、答えは沖縄県です!! この沖縄にみんで行く「遊YOU塾」が今年で10回目を迎えます。ツアーの行き先は沖縄のなかでもとくに、さんご礁が美しい渡嘉敷島!! 豊かな沖縄の海や自然を堪能しながら、沖縄の子供たちと交流したり、学年をこえた仲間づくりを経験したり、「遊YOU塾」ならではの遊びと学びがびっしりつまみ5日間、とても面白そうだね!!

※サラサラと指の間からこぼれ落ちる真っ白な砂、さんご礁が広がるエメラルドグリーンの海、渡嘉敷島をくもくも覆う黒い洞窟の海とさんご礁は、世界的にも重要な湿地として、2005年、さんご礁域として初めてラムサール条約に登録されました。海の透明度も世界屈指といわれています。

夏の沖縄でワンパク共和国をつくろう!

第10回 沖縄遊YOU塾2011

〈おきなわ渡嘉敷島〉

平成23年7月26日(火) ▶ 7月30日(土) 4泊5日

教育事業企画：毎日新聞社北海道支社
後援：北海道教育委員会、国立沖縄青少年交流の家
協賛：JAL 協力：エコチル
旅行企画・実施：名鉄観光サービス株式会社 札幌支店

遊YOU塾の目的

- ①知識だけじゃ歯が立たない、離島の生活や文化の体験を通して生きた知恵を学びましょう
- ②沖縄の子供たちとの共通の遊びを体験し、交流の輪を広げ、互いに認めあひ合う行き方を学び、豊かな心を育みましょう
- ③豊かな自然の中で生活を通して、自然のめぐみを感じ、その豊かな自然を誇る沖縄の人たちの生き方に学びましょう
- ④集団生活を通して、自分の役割を果たしていく習慣を身につけましょう
- ⑤自分の生活が多くの人たちに支えられている事に感謝し、奉仕する喜びを体験しましょう
- ⑥世界最高水準の水族館「美ら海水族館」を見学しよう



沖縄遊YOU塾2010 参加者の声

「沖縄遊YOU塾に参加して」 奥野見字さん 6年生(参加当時)
私は、沖縄遊YOU塾で、いろいろなことを学び、体験しました。学習だけでなく、遊ぶ時間もたくさんあったので、とても楽しかったです。私は、沖縄に行って、北海道との温度差に、とてもびっくりしました。海もとてもきれいで、たくさん泳ぎました。沖縄では、初めて知ることたくさんありました。最初は話すこともできなかった人たちとも友達になれて、とてもうれしかったです。沖縄遊YOU塾に行って、本当に良かったです。企画してくれたみなさんや、先生がた、本当にありがとうございました。

「今年の夏は 沖縄博士をめざそう!」

池永保雄 塾長より

どこまでも続く紺碧の空に「パルト」の海、赤い砂のビーチ、そして、沈んでいく真紅の太陽。ヤシやガジュツの南国風情の並木道と、沖縄は北の北海道とは別世界。すでに一度目の参加が終わった。二度目の田舎暮らしが行われる。田舎暮らし、サトウキビ畑といった農作業風景。台風など南国ならではの厳しい自然に備え、年々厳しさを増す生活の「実」にさらされる。琉球王朝のシンボルとしての守り門や首里城。世界に誇る美ら海水族館など、興味津々の世界、沖縄。

塾長の私は連続5回目の参加となり、子供たちはこれが初めてのひとりで旅というものが、連続6回参加という。猛暑も、初対面同士、はじめては不安いづく、みんな友達になつていく。それが、沖縄遊YOU塾のもうひとつの魅力です。

さあ皆さん、今年の夏は、みんなが「沖縄博士」をめざしましょう!

スケジュール

- 7/26(火) 受付・結団式→新千歳空港出発(10:00~12:00)→乗機予定(昼食)→那覇空港着(14:00)→貸切バスにて琉球サンロイヤルホテルへ移動→遊YOU塾開校式→夕食(遊YOU塾)ふれあいのつどい→就寝(宿泊：沖縄/琉球サンロイヤルホテル)
- 7/27(水) 起床・朝の集い→朝食→ホテル出発(8:00)→泊港着→泊港出発マリンライナーとがしき(9:00)→渡嘉敷島着(9:35)→渡嘉敷島出発→「交流の家」到着(10:00)→入所式→オリエンテーション→各自部屋へ移動→昼食→海洋研修所→海水浴(13:30~16:00)→「交流の家」研修(16:30)→夕食(遊YOU塾)渡嘉敷島のエコな生活についての作文及びグループワーク→就寝(宿泊：国立沖縄青少年交流の家)
- 7/28(木) 起床・朝の集い→朝食→海洋研修所(トカシクビーチ)へ移動(9:00)→海洋研修所→カーン研修スペース→プール(9:20~15:40)→昼食(12:00)→ビーチにてバーベキュー→「交流の家」研修(16:30)→夕食→キャンプファイヤー→就寝(宿泊：国立沖縄青少年交流の家)
- 7/29(金) 起床・朝の集い→朝食→フリータイム雑談・整理→「交流の家」出発(9:00)→渡嘉敷島出発マリンライナーとがしき(10:00)→泊港着(10:35)→美ら海水族館(昼食)→沖縄サンコーストホテルへ移動、チェックイン(16:20)→夕食(遊YOU塾)北海道・沖縄交流会→就寝(宿泊：沖縄/沖縄サンコーストホテル)
- 7/30(土) 起床・朝の集い→朝食→沖縄サンコーストホテル出発(10:00)→那覇空港着(14:00)→乗機予定→新千歳空港着、解団式終了後解散 ※スケジュールは天候、その他やむを得ない事情により変更する場合があります。



募集要項

- 行先：沖縄県糸原郡渡嘉敷村および沖縄県那覇市・その周辺
- 参加費用：おひとり様128,000円(消費税込、小・中学生共通)
※集合・解散する新千歳空港までの交通費は各自負担ください
- 募集人員：40名(最少催行人員30名)
- 対象：対象：札幌市内、石狩・空知・後志管内市町村、及び近隣市町村の小学3年生~中学2年生までの男女(10人での参加可能)
- 利用航空機：JALまたはANA 新千歳~(経由)~那覇間の定期便
- 期間：7月26日(火)~7月30日(土)
- 宿泊：1泊目 琉球サンロイヤルホテル(那覇市)
2泊目 国立沖縄青少年交流の家(渡嘉敷村)
3泊目 国立沖縄青少年交流の家(渡嘉敷村)
4泊目 沖縄サンコーストホテル(名護市)
- 食事：旅行期間中のすべての食事(朝4回、昼5回、夕4回)
- 同行指導者：塾長(小・中学校の元校長先生経験者)1名、指導員1名、養護教諭1名※構成員は最大人数を記載。参加最終人数を基準に人員は変更させていただきます。
- 添乗員：同行いたします。

- 申し込み受付：6月6日(月)
午前9時30分より電話にて受付開始(土・日・祝はお休み)
- 申し込み締切：7月11日(月)※満員になりしだい締切りとさせていただきます

お申し込み・お問い合わせ

夏の沖縄でワンパク共和国をつくろう!

第10回 沖縄遊YOU塾2011

〈おきなわ渡嘉敷島〉

平成23年7月26日(火) ▶ 7月30日(土) 4泊5日

教育事業企画：毎日新聞社北海道支社 後援：北海道教育委員会、国立沖縄青少年交流の家
協賛：JAL 協力：エコチル 旅行企画・実施：名鉄観光サービス株式会社 札幌支店

沖縄遊YOU塾事務局

☎011-241-4986

月~金曜日/午前9時~午後6時
土・日・祝/休日

旅行企画・実施
観光庁長官登録第55号
名鉄観光サービス株式会社 札幌支店
〒060-0003 札幌市中央区北3条西3丁目 NREG北三条ビル1階
総合旅行業務取扱管理者 小山孝文
担当者/廣多、溝口、吉川

お気軽に
ご参加ください!



説明会開催!!

とき：6月4日(土) 午前10:30
(受付開始午前10:00~)

ところ：札幌全日空ホテル

当日は、ビデオ上映でこれまでの沖縄遊YOU塾をご紹介し、ツアー担当者がご質問にお答えいたします。参加ご希望の方は、沖縄遊YOU塾事務局までお電話にてお申し込みください。

食育特集

資料提供：札幌市保健福祉局

今月のテーマは

朝ごはんは、なぜ大事？



「時間のギリギリまで寝ていた」「時間が無いから」「食べたくないから」など、寝る時間、夕食後のお菓子、睡眠時間…朝ごはんを食べない理由には多くの生活習慣が関係しています。朝ごはんは1日の始まりに大切な食事です。生活習慣全体を見直して、朝ごはんを食べましょう！

朝ごはんを毎日食べていますか？ はい/いいえ

「はい」と答えた人へ

こんな生活に見直すと朝ごはんをさらに美味しく食べられます。

●寝る前に間食しない

寝る前に食べると、翌朝胃がもたれがちになり食欲がわきません。空腹感がまんできないうちは、温めた牛乳や眠気を妨げるカフェインを含まないハーブティーを飲むと良いですよ。

●はかにも

- 昼間は外で身体をたくさん動かす
- 早起きして、朝のゆとりをつくる
- 夜更かしをしない



「いいえ」と答えた人へ

朝ごはんは、身体が活動する準備をするのに重要な役割をしています。

1日の元気の源は朝ごはんから

●体温を上げるから1日元気！

体温は、寝ている時、下がっています。朝ごはんを食べ栄養がいきわたると体の中で熱が作られ、体温が上がります。

●失ったエネルギーを取り戻して1日元気！

寝ている間にもエネルギーが使われています。その少なくなったエネルギーなどを補います。

●おなかすっきり1日元気！

食べ物が胃の中に入ってくると、その信号を受けて太陽が動き出し、うんちを送り出します。



【こんな影響も…朝ごはんを食べないと太りやすい!?】

朝ごはんを食べずに1日の食事回数を少なくすると、身体の中で脂肪を作る力が大きくなるので、肥満などの原因の1つになりやすくなります。



朝ごはんを食べないと1日は…

●眠い、あくびが出る。

体温が下がって授業の内容が頭に入らない脳のエネルギー源となるブドウ糖が入ってこないで、午前中の脳と身体が十分に働かず、集中力や記憶力がなくなるだけでなく、心の不調の原因になるとされています。体温はずっと低いまま、脳の体温も低いままなので、午前中から眠くなったり、あくびを出します。

●おなかのはては調子が出ない
食べ物が胃に入らないと大腸の動きが悪くなり、便秘を繰り返します。



朝ごはん本当に大切？クイズ

朝ごはんの大切さが分かったかどうかのクイズだよ！

朝ごはんを食べると、体にどんな良いことがありますか？

- ①体をめざめさせる ②足がはやくなる ③ころんでも血が出ない

参考資料：「それゆけ!食の探検隊」あそびで、まなべる、みんなの食育ガイド「北海道」北海道農政部 食の安全推進局 食育政策課

食育推進課事務局①:室蘭

北海道 旬の食ごよみ

私たちの暮らしの北海道には、季節ごとにおいしい食材がたくさんあります。旬の食材は特に栄養価が高く、食べるのに最高にいい状態です。このコーナーでは、この季節にとれる、食べる風習のある北海道の食を毎月紹介していきます。

5月

アスパラ



5〜6月が食べ頃になる旬の「アスパラ」。旬が短いながらも北海道産は日本の生産量第1位となっています。主な産地は上川管内の名寄町や美瑛町。おいしさと栄養面の実力をそなえたアスパラには、からだの新陳代謝を促す「アスパラギン酸」が含まれ、疲労回復にも効果があると言われています。元氣補給に役立つビタミンB1とB2も豊富です。旬のあいだにたっぷりババーをいただきますね。アスパラは主にゆでて食べますが、納豆きをして、うまみが際立ちます。

アスパラガスの仲間「ホワイトアスパラガス」

品種はグリーンアスパラガスと同じですが、茎が出る前に土をかぶせ、陽が当たらないようにして育てます。グリーンアスパラには含まれていない機能性の高い「サポニン」を多く含み、豊かな甘みとほろ苦さ、シャキシャキの歯ざわりがあり、格別のおいしさです。ヨーロッパではホワイトアスパラが伝統的に愛されています。

出典：ホクレン・北海道産果物 販促宣伝協議会 HPきたやさい「きたやさい百科」

地域の個性を活かしたおいしい特産品がいっぱいのすてきな街 恵庭市

札幌からすぐ近く、ガーデニングの街・恵庭にはおいしい特産品がいっぱいです!!

ニュージーランドのハチミツ “マヌカハニー”



恵庭市はニュージーランド・ティマル市と姉妹都市を締結しています。マヌカは、そのニュージーランドに咲く植物で、その花から採れるハチミツをマヌカハニーといわれます。強い抗菌作用があると言われ、上質なコクと濃厚な味わいを持つマヌカハニーは皆さんの大好きなワッフルやホットケーキにとってもよく合います。

地元産100%のおいしさ “恵みの庭のうらごしえびすかぼちゃ”



恵庭市は、鮮やかな果肉の色と甘みが特徴の「えびすかぼちゃ」の産地としても有名です。恵庭商工会議所では、「えびすかぼちゃ」を皆さんがすぐ料理に使えるようにペースト状にして販売しています。コロケやスープ、パンケーキ作りなど使い道は色々です。

その他おいしいデザートもいろいろ!



産品情報・お問合せ先

特産品センター 250g 1,200円(税込)
お問合せ/株式会社e-works
〒061-1444 恵庭市京町80番地 恵庭商工会議所ビル内
TEL: 0123-33-5555
e-mail: nztimaru@e-works-japanet.com
●お取り寄せ・送料・配達料等別
1袋200g 480円(税込)
※3名以上お取り寄せ(10名以上)は送料別
1袋280円(税込)
●お取り寄せ・送料・配達料等別
1袋480円(税込)
お問合せ/恵庭商工会議所
〒061-1444 恵庭市京町80番地
TEL: 0123-23-1111
e-mail: eniwaco@eniwa-cci.jp/

プレゼント マヌカハニー(250g)1個 恵みの庭のうらごしえびすかぼちゃ(200g)1袋を10名様にプレゼント!! 詳しくは9ページの今のプレゼントをチェックしてね!



「くるるの杜」に、春がやって来る♪

春は農業のはじまりの季節。ビニールハウスの中だけでなく、畑に出て、種まきや苗植えなども体験できます。直売所やレストランでも、野菜たちが春の到来を教えてください。さあ、そよ風に誘われて「くるるの杜」へおでかけください。

5月の営業時間

定休日 毎週月 営業時間 ●農産物直売所 10:00~16:00 ●農村レストラン 11:30~15:30 [受付時間/11:00~14:20] ※ランチのみ営業

バスで、のりば①より広島線 道都大学経由(札幌ターミナルまたは福住駅行き) 乗車約15分、「ふれあい学習センター」下車 徒歩約5分
車、約13分

道道1080号線沿「北広島市ふれあい学習センター」夢プラザそば
北広島市大曲377-1 駐車場完備 TEL 011-377-8700

ホクレン 恵庭ふれあいファーム 体験プログラムについて詳しくは www.shokuiku-hokuren.jp



ホクレン食育サイト

食卓で笑おう。

ホクレン食育サイト「食卓で笑おう。」は「食」に関する人・場所をめぐって学ぶゾーンや楽しいコンテンツが盛りだくさん!

食卓で笑おう。

検索

ECOCHIL

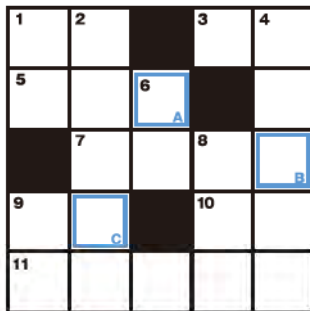
エコチルいんぷおめーしょん

INFORMATION

エコワードパズル

お詫び/4月号エコワードにおいて誤った表記がありました。
「日の出入り」正しくは「日の入り」になります。読者の皆さまには大変ご迷惑をおかけしました。訂正してお詫び申し上げます。

お詫び/4月号エコワードにおいて誤った表記がありました。
「日の出入り」正しくは「日の入り」になります。読者の皆さまには大変ご迷惑をおかけしました。訂正してお詫び申し上げます。



ヨコのカギ

- ①夜明けから正午ごろまでの間。夜の反対は?
②豚肉の塩づけをくんでいした。目玉焼きやサンドイッチに合うよ
③物事を一緒にする人。クラスのみんなも○○○。大切にしようね!
④中に何も入っていない缶。ちゃんと分別して捨てよう! 約束だよ
⑤さす。負債。「走ったら○○するよ」
⑥肉や○○野菜はお腹を壊さないように気をつけて!
⑦人が失敗した後始末をすること。トイレの後にふくけれど...

タテのカギ
①むしうまでつづけている。または
②こころの所。『さし』があるよ
③体を逆さまに回転させる。鏡の技。
④洗わずに水を加えるだけで食べられる
⑤日本人の主食。君もエコチルTVを見て当てよう!!
⑥燃やすために木を削ってかわかたもの。たきぎとも言うよ
⑦金でできた小さな部品。ドアのちぎれや
⑧取っ手も○○のひし
⑨○○○○に葉や白の大きさを花びらけるよ
⑩○○○○の花がきれいだね

4月号のこたえ

え	い	よ
じ	さ	ま
え	い	ぶ
い	り	も
よ	く	ろ
こ	き	う

こたえ	A	B	C

今月のプレゼント

クロスワードを解いて、アルファベットの順に並べると、何という言葉になるでしょうか? 答えがわかったら応募のきまりを読んで応募ください。たくさんのご応募お待ちしております!

「海の産のうなぎえびさかばち」(200g) 1箱
②マヨカハニー(250g) 1箱セット 10名様

ニュージーランド産の体にやさしい天然醸造と塩漬のえびさかばちペーストの塩漬特産品セット。塩漬のうなぎと川魚「花ロードえび」でもおいしいいただきますよ

エコ川柳、エコワードパズル、プレゼント応募用紙

フリガナ	男女	ご住所	〒□□-□□□□ 札幌市 区
お名前	学年	年齢	〒□□-□□□□
小学校	年	月	〒□□-□□□□
※エコチルからのメールマガジンをご希望される方は記入ください。後日登録メールを送ります。			
①			
Q1.エコチル5月号は、どこでもらいましたか?			
・学校の教室で(先生から)・学校に置いてあったのをもらった ・児童会館で・環境サポーターセンターや環境プラザで ・子育てサロンで・ホクレンショップで・その他()			
Q2.エコチル5月号の内容は、どうでしたか?			
●もっともおもしろかった記事は何ですか? (その理由)			
●あまりおもしろくなかった記事は何ですか? (その理由)			
Q3.おうちでエコチルを読む方すべてに○をつけて下さい。			
・子供(小学生未満)・子供(小学生)・子供(中学生) ・高校生以上の学生・お父さん・お母さん・その他の家族			
エコ川柳を 考えて応募しよう!			
こちらを切り取ってハガキに貼って郵送して下さい。赤枠部分が記入されていないハガキ応募、ならびにファックスでの応募は抽選対象外となります。			

エコチル編集部ではエコ・地球・環境をテーマに川柳を募集しています。エコチル読者なら誰でも応募OK! 応募のきまりを読んで応募して、優秀作品は誌面で発表の上、オリジナルマ イ箸に作品と名前を入れてプレゼントします!

ハミガキ粉
少なくとも
ふりふりと

南白石小学校 6年生 長尾 麻夢さん

イベント情報/札幌市児童会館・ミニ児童会館からのお知らせ

参加者募集 『ゴミゼロ大作戦』

～ラプアース・クリーンアップ in 北海道2011 参加事業～

札幌市児童会館・ミニ児童会館では「地球を大切にしよう」をテーマに、活動を行います。みんなが暮らす街から地球をキレイにしませんか?!

●期間 平成23年6月30日(木)まで
※会館により実施日時が異なります。

●ところ 各児童会館・ミニ児童会館周辺地域

札幌市児童会館・ミニ児童会館(指定管理者:財団法人札幌市青少年女性活動協会)
TEL 011-671-4121(事務局) ホームページ http://www.katsudokyokai.or.jp/

応募方法

すべての応募はインターネットで行えます

エコチルWebサイトアドレス <http://www.ecochil.net/>

5月号応募締切はH23年5月31日(火)まで

ハガキは5月31日必着までが抽選対象となり、消印は無効となりますのでご注意ください。

応募方法
ハガキの場合は左の応募用紙をしっかりと貼り付け、下記で郵送して下さい。住所は省略せずマンション名等も書いて下さい。ふりがながない場合や判読不能な文字での申込みは抽選対象外となりますのでご注意ください。

※イベントのみFAXでの申込みが可能です。ただし、多数のイベントに申し込まれる場合は、イベント毎にFAXしてください。

※イベントへのFAX申込みの際は、ご希望のイベント名を明記してください。また、親子参加の場合は、親の性別、年齢がわかるようにご記入ください。

当選発表
すべての当選は賞品の発送をもって発表に代えさせていただきます。

エコチル…… オリジナルマイ箸に作品と名前を入れて、3ヶ月以内に発送いたします。
表紙イラスト…… スケッチブックと水彩画セットを1ヶ月以内に発送いたします。
イラストには必ずタイトルをつけて下さい。

【エコチル会員】
エコチルの「主催」イベントに参加していた方(エコチル会員)になります。ただし、エコチルに加盟しているイベント全てが会員対象とはなりませんのでご注意ください。
い)エコチル会館にあるイベントの発行お知らせや、お誘いの連絡など優先的にお届けいたします。

【すべての宛先】
〒060-0062 札幌市中央区南2条5丁目1 宮本ビル7F
株式会社アドバコム「エコチル事務局」
直通(011)200-5671 代表(011)-200-5666 FAX(011)-200-5677
【お申し込みの宛先】お寄せいただいた個人情報は賞品の発送や当選からのご案内に利用するほか、今後とも当選を求めた場合を除き本人の許可なく第三者に譲渡いたしません。

参加者募集 6月は牛乳月間

親子 牛乳・チーズ・ヨーグルト 料理教室

元気な子どものカラダづくりは牛乳・ヨーグルト・チーズ!!

下記の日程からお選びください。

1 平成23年6月11日(土) 11:00~14:00(受付10:45~)

会場/札幌市男女共同参画センターエルプラザ4階調理実習室
(札幌市中央区南3条3丁目)
講師/札幌市食料局 関子 先生・札幌市食料局 佐藤 先生
参加人数/親子15組40名(親子1名+小学生のお子さま2名まで)

2 平成23年6月12日(日) 11:00~14:00(受付10:45~)

会場/ほくでん電化生活情報館マドリ
(札幌市中央区北1条東4丁目 ヴァッパファクトリー 1階3階)
講師/札幌市食料局 関子 先生・札幌市食料局 佐藤 先生
参加人数/親子12組24名(親子1名+小学生のお子さま1名まで)

【主催】北海道牛乳普及協会 【お問い合わせ先】(株)フレナッシュ TEL011-231-1713
【協賛】北海道牛乳普及協会 札幌市中央区南3条5丁目 商業センター内 TEL(011)222-0233

札幌市食料局 関子 先生・札幌市食料局 佐藤 先生
※お申し込みは抽選となります。
※当選発表は「参加者(当選者)」を決定いたします。
※6月4日までにハガキが来ない場合は抽選となります。
※お申し込みの個人情報は、参加者の発表目的にのみ使用いたします。

北海道牛乳普及協会 <http://www.j-milk.jp/> Jミルク 改訂

参加費 無料

イトマンの 特別招待授業

コーチからの説明の時間もあります。色々質問出来るのでお母さんの不安も解消!

授業料: 無料!! 対象: 小学生

受講者全員に
帽子・カードケース・ヘルパー(必要な方のみ)プレゼント!!

正会員ご入会の方
ご入会特典あり!
詳しくは各店にお問い合わせ下さい。

イトマンスイミングスクール <http://www.itoman.com>

◆札幌南校 ☎707-2040 ◆札幌北校 ☎727-8810 ◆宮の森校 ☎613-3131
北校北3条西107番1-5(ケーズデンキ南) 北校北7条西1丁目 ホテルサンルートB1 中校北3条西27丁目 宮の森スポーツ倶楽部1階

S A P P O R O M A R U Y A M A Z O O

円山動物園だより

動物から命や自然の大切さについて学ぼう!!

資料提供:札幌市円山動物園

リスザルドームに赤ちゃんがいっぱい!

リスザル達の出産シーズンは冬。リスザルドームでは冬に生まれた8頭の赤ちゃんが加わり、とってもにぎやかです。ドームはガラス張りだから間近で観察できます。お母さんの背中にしっかりとしがみつく、かわいい赤ちゃんの姿をぜひ見に来てね!



▲まだ寝たきりなように見えます

サーバルキャット「キキ」にお贈さんが!

帯動物園のサーバルキャットに新しい仲間が加わりました。和歌山県のアドベンチャーワールドから、はるばるやってきた「ケビン」君は、4月16日から濃々しい姿を熱帯動物館で披露しています。「キキ」のお嬢さんとして入園した「ケビン」君ですが、夫婦ご対面はもう少し先になりそう。おじいちゃん「ボッキー」と合わせて、3匹を温かく見守っていますね!



▲まだ1歳だというのにこの威厳!

シンリンオオカミ「キナコ」お誕生日おめでとう♪

4月12日、「キナコ」は11歳を迎えました! 出産予定まであと1ヵ月ということで、大きなお肉をプレゼント。あつという間に食べ終え息子のルークと仲良くじゃれあうキナコ。栄養をつけて元気な子どもを生んでほしいですね!



▲キナコはとっても優しい性格
▲右がキナコです!

ホッキョクグマ「ララ」の赤ちゃん、いよいよプールデビュー!

年12月25日に生まれた「ララ」の赤ちゃんは好奇心旺盛。初めてのプールデビューにもおびえることなく興味津々です! 最初は慎重にしていたが、慣れてくるとイキイキ楽しそうに泳ぎ出しました♪「ララ」と赤ちゃんが仲むつまじくじゃれあっている姿はいつまでも見ていたいほど...



▲温かく見守る「ララ」... ▲泳ぎに慣れてきた!
▲おもしろいよー... ▲遊び疲れると2匹仲良く寄り添ってぐっすり...

□ 住所 札幌市中央区南一条五丁目3番1号 □ TEL 011-821-1426 □ 営業時間 10/31 9:00~17:00 11/1~1/31 9:00~16:00 □ 料金 大人: ¥600 中学生以下: 無料 年間パスポート: ¥1,000 □ URL <http://www.city.sapporo.jp/zoo/>

おいしく食べる
レモンいいモン
おいしいモン
#02

ガソリン
運動会のお弁当の定番はやっぱりガソリン! それをおいしくするのがレモンだよ。レモンはお肉をやわらかくジューシーにするんだ!

レモンラッシー
材料(2人分)
牛乳 400cc
ポッカレモン 100cc
はちみつ(または砂糖) 大さじ2
①レモン汁(またはポッカレモン)をすべての材料を入れ、よく混ぜる
②グラスに注ぎ分ける(好みで氷を浮かべる)
③ココがポイント!
よく混ぜた牛乳とレモンを飲むことがおいしく作るコツ!

恐竜のなぞが次々と明らかに! この夏は不思議な恐竜ワールドにタイムスリップ!?

三畳紀に誕生した恐竜たちはライバルとの闘いの中で、驚くべき進化を遂げていました。

恐竜が地球上に誕生した時代—それは、今から2億3000万年も昔、「三畳紀」という時代です。誕生したばかりの恐竜たちは、みんながよく知っているティラノサウルスやトリケラトプスのように、地球上で一番強い生きものではありませんでした。実は、強力なライバルがいたのです。サウロスクスという恐竜と同じくらい強かったワニ類の祖先や、エクサエレドントというわたしたちは哺乳類の祖先と、王者の座をめぐってげんやけんをくり広げていました。最古の(一番古い)恐竜たちは、どんな姿をしていて、どうやって地球上の王者になったのでしょうか。この恐竜展では、そんな恐竜たちのなぞが次々と明らかになります。

会場に来てくれたみんなには、恐竜手帳をプレゼント! 恐竜のなぞを解きながら、めざせ! 恐竜博士!! 今年の夏休みは、不思議な恐竜ワールドを探検しにきてね。

詳しくは恐竜展公式ホームページをチェック!! <http://www.kyoryu-saiko-sapporo.jp/>



Illustration: ©Yasuo Sakuma

「地球最古の恐竜展」〜札幌展〜

■7月2日(土)~8月28日(日)、会期中無休
■9:30~17:00(最終入場16:30)
■北路クロックムーンホール
札幌市豊平区月寒東3条11丁目1番1号



「地球最古の恐竜展」関連イベント

参加無料
4月28日(木)~8月28日(日)

札幌市内のビル壁や床にあるアンモナイトなどの化石を探しながら
スタンプをあつめてゴールをめざす化石探検スタンプラリー!

START! まずは「冒険の地図」をゲット!
(スタンプ台設置場所: NHK・下北コーポから入場できます)

GOAL! 冒険の地図を手がかりにスタンプを併せて化石を見つけよう!

恐竜展期間中(7/2~8/28)に月寒ドームでゴールのスタンプを押すと、集めたスタンプ数に応じてもらえるスズキやプレゼントがもらえる!

NHK札幌放送局
TEL 011-232-4040 (平日 午前10:00~午後6:00)
<http://www.nhk.or.jp/sapporo/kaseking/>

次号のエコチル配布日は6月13日(月)です。

エコチルは毎月1回、札幌市内小学校での配布を目的とした環境教育情報紙です。児童会館、札幌エムプラザ2階環境プラザ(北4北8西3)、北海道環境サポートセンター(北4条西4丁目1番1号伊藤・加藤ビル4階)、一部ホクレンショップにも設置してあります。

出張料理講習もあって無料! 面倒な準備は不要!

お母さん! お父さん! 地産地消の北海道産牛肉でつくって、たべて、おいしい保護者会をしませんか?

道産牛で保護者会! 募集

北海道産牛肉消費拡大強化実行委員会では、北海道産の安全でおいしい牛肉を多くの方々に知っていただくため、道産牛をたべながら保護者会を実施していただけるグループを募集します。当日は料理講師による出張料理教室も開催。もちろん! 作った料理はみなさんにゆつくりと味わっていただき、楽しく懇親会をしていただけます。

クラスの父母会や運動会役員会の懇親会、オヤジの会、懇親会などに、ぜひご活用下さい!

※当日の模様はエコチル紙面上で報告掲載を致します。

応募要綱

- 参加資格 小学生を持つ保護者の方のグループ1組様(7~15名程度)
- 場所 札幌市中央区南3条西4丁目ワタナベスクエア 2F「キッチンスタジオ Ecchi You」 ■日時 7月の平日11:00~14:00
- ※ご希望の日曜をご指定ください。ご応募下さい。(日曜は開催となりません)
- 費用 無料(会場費、講師代、材料代、懇親会の飲食等の費用はかかりません)
- 応募方法 ハガキ・FAXまたはPC 携帯の応募フォームからご応募下さい。
- ハガキ・FAX ①代表者の氏名(郵便番号・住所)②9時~18時の間に連絡のとれる電話番号③お仲間の属性(〇〇小学校〇〇年〇組保護者会など)④ご希望の日曜 以上をご記入の上お申込下さい。
- 宛先 〒060-0062 札幌市中央区南2条西1丁目 宮本ビル7F 株式会社アドコム エコチル事務局「道産牛で保護者会」係 FAX.011-200-5577
- PC・携帯 応募フォーム <http://www.ecochi1net/cubo> または右記QRコードからアクセス下さい。
- 応募締切 平成23年6月6日(月) 必着
- ※PC・携帯の応募フォームも改訂しました。
- 応募いただいたグループから1組抽選となります。当選されたグループの代表者様宛てに事務局より6月9日までに日程調整の御連絡を致します。
- ※お問い合わせはエコチル/エコチル事務局「道産牛で保護者会」係 TEL.011-200-5671 (平日9:00~15:00)
- ※個人情報について お取り扱いした個人情報は当年度の活動以外には使用いたしません。
- ※酒類等のご提供は出来ませんのでご了承下さい。

北海道産牛肉消費拡大強化実行委員会