[平成25年度 地球温暖化防止活動 環境大臣表彰 環境教育活動部門 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 Mail info@ecochil.net
発行：(株)アドバコム　札幌本社／〒060-0062 北海道札幌市中央区南2条西1丁目 宮本ビル7F　http://www.advcom.co.jp
東京営業所／〒104-0032 東京都中央区八丁堀3丁目4-12 京丸ビル2F　Tel. 03-3206-2610

エコチルは、「子どもたちから始まる環境活動の輪」をテーマに、毎月20万部発行している環境教育情報紙です。東京都内の小学校を通じて、子どもたちに届けています。

東京版 9月号

今月の表紙　江東区立第二砂町小学校 6年生 佐々木 穂香さん「地球、自然と仲良しに」

エコチル表紙イラスト作品大募集！

キミのイラストで次号の表紙を飾ろう！ イラストのテーマはエコ・自然・地球。画用紙にクレヨンか絵の具で描いてね。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。くわしい応募方法は7ページの「応募方法」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！

スケッチブックとポスターカラー12色セットをプレゼントいたします。

とくしゅう

環境にやさしい、防災について考えよう！

今月のエコチル★おすすめコンクール★
第19回 図書館を使った調べる学習コンクール

今月のエコなひと
東京海上日動火災保険株式会社 経営企画部CSR室主事 須田真理子さん

これから行きたいイベント情報！
「キュッパのびじゅつかん —みつめて、あつめて、しらべて、ならべて—」
豊洲防災EXPO 2015「BO-SAI 暮らしの学校」
「幽霊塔へようこそ展 —通俗文化の王道—」

食育特集
いざというときのためにしっかり備えをしよう!!

エコクイズに挑戦しよう！

今月のエコワードパズル・プレゼント・井の頭自然文化園だより ほか

レッツトライ エコライフ

みんなの学校の校長先生を紹介します！ Vol. 28

[練馬区]富士見台小学校 校長 眞瀬 敦子先生

区の特産品である練馬大根を、本校の児童たちは種から育てます。小さな種が太く大きな大根に成長していく過程を観察するだけでなく、収穫後は漬け廃下で干し、地元の漬物屋さんの協力を得て、昔ながらの製法で漬物にし、できたたくあんを給食や自宅で大切に食べます。こうした体験学習を通して、地域を知り学ぶことが良き伝統となっています。

ボルネオの森を守ろう！

ボルネオ島は、たくさんの野生動物が住んでいる、アジア最大の熱帯雨林の島。
しかし今、プランテーション(アブラヤシ農園)の開発で、動物たちのすみかが失われています。

このままではいけない！と、サラヤは立ち上がりました。

ヤシノミ洗剤の売上※の1%がボルネオ保全トラストに使われています。
※メーカー出荷

詳しい活動についてはコチラ！ ヤシノミ 検索 SARAYA

いつでも、どこでも、栄養がバランスよくとれるカロリーメイト。
いざという時も強い味方！

勉強の合間や、スポーツの時にもサッと食べられるカロリーメイトには、みんなのカラダに必要な栄養がたっぷりバランスよく入っているんだ。人気のチョコレート味など、5つの味が楽しめるのもうれしいよね！ いつでもどこでも食べられるので、いろいろなシーンで役に立つよ。

防災対策にもピッタリ！

カロリーメイトはストックしておくといざという時にも活躍するよ。普段から食べなれた味だから、安心感もあるね。また、災害にあうのは家の中とは限らないから、お出かけの時にいつもカバンに入れておくのもおすすめだよ！

開けてすぐ食べられる
コンパクトで保存や持ち運びにも便利
大人から子どもまで食べやすい

Otsuka 大塚製薬株式会社　●お問い合わせ／大塚製薬お客さま相談室 0120-550708 http://www.otsuka.co.jp/cmt/

エコチルは環境にやさしい紙面づくりをするために、植物油インキや森林認証用紙を使用しています。

日本国内での使用のために製作した当「エコチル」は、環境に配慮した印刷物として右記マークが付与されています

FSC ミックス 責任ある木材資源を使用した紙 FSC® C022784

VEGETABLE OIL INK

環境にやさしい、防災について考えよう！

いま日本でも、地震や噴火など、いろいろな災害が起こっている。万が一、自分たちが災害に巻き込まれたときに困らないように、環境にもやさしい、お家の防災について、一緒に考えてみよう。

災害には、どんなものがあるの？

災害と聞くと、地震をイメージする人が多いんじゃないかな。でも実際には、大雨や強風、洪水、高潮、津波、火山の噴火など、自然災害にもいろいろな種類があるんだ。また、火事や爆発、放射能の放出など、人間の活動が原因で起こる災害もある。どんな理由にせよ、いざ災害が起こった時に、人間の命や財産の安全を図ることを目的に、対策を行うことを「防災」と言うんだ。

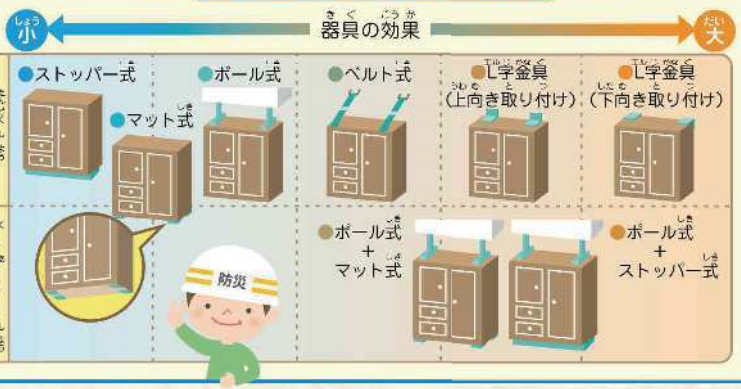
防災には、どんな準備が必要なの？

日本は地震が多く、最近は大雨による土砂災害も増えている。いざという時に困らないように、日頃から準備をしておくことが大事なんだ。特に図1にまとめた防災対策は、家族で話し合って、できることから、すぐに始めてほしいな。

①家具が転倒しないように工夫する

いろいろなお店で家具の転倒防止グッズが販売されているので、取り入れやすいものを選んで、補強してみよう！また、引き出しや開き戸のストッパーを使ったり、ガラスが飛び散るのを防ぐフィルムを貼るのも効果的だよ！

図1 家庭で取り組みたい防災対策



②非常持ち出し品を用意しておく

いざという時のために、食料や飲料、生活必需品は、家族の人数分を用意しておくことをおすすめするよ。飲料水は人一日3ℓが目安で、非常食やティッシュペーパーライターやマッチなど、必要なものはたくさんあるね。

図2 用意しておきたい持ち出し品リスト

今月のエコチル ★おすすめコンクール★

第19回 図書館を使った調べる学習コンクール®

「図書館を使った調べる学習コンクール」は、公共図書館や学校図書館を使って調べ、まとめた作品を募集しています。今年で19回目となるこのコンクールは、図書館の活用を勧めることや、調べ学習を広めることを目的としています。この活動を通して、情報を使いこなす力や知的好奇心、読解力、言語力、思考力を育みます。昨年は全国から57070作品の応募があり、小学生からは41230作品の応募がありました。

◆

前回は、文部科学大臣賞に、東京都文京区立湯島小学校2年（受賞当時）志太証くんの「ダンゴムシの七ふしぎ」ほか全6作品が、「国連生物多様性の10年日本委員会」賞に、愛知県武豊町立緑丘小学校2年（受賞当時）片瀬由理さんの「きのこは、ばいきん？」が選ばれました。

◆

テーマは、身近な疑問や不思議に思うこと、興味があることなど自由です。それを公共図書館や学校図書館で調べた上で、自分で観察や実験をしたり、関係者から直接話を聞いて調査。その結果、わかったことや、新しい発見をまとめます。きみも身近にある、疑問や不思議に思うことを徹底的に調べてみましょう！

審査のポイントは、みんなとは違うオリジナルの視点が題材になっており、どのように資料や情報を活用し、自分の考えを、わかりやすくまとめているかです。

もしもの時こそ食べ慣れたものを食べよう！

災害のときは、食べ慣れていないものを食べることで、ストレスを感じる人も多いって知っている？ いつもお家にあって食べ慣れているものが、保存のきくものだと安心だよね。
常温保存ができる「らでぃっしゅぼーや」の保存食を紹介するね！

ストレスの少ない保存食の特長

① 栄養のバランスがいい

のりはビタミンCやカルシウム、たんぱく質に加え、食物繊維やミネラルも豊富に含んでいるからバランスがいいよ。

千葉の味付のり
賞味期限
常温9カ月

② 化学調味料や添加物不使用で安心

鮭は低カロリーで高たんぱく、消化吸収も良い上に、DHAなども豊富。化学調味料や添加物は、一切使用していないよ。

鮭焼ほぐし身
賞味期限
常温1年

③ 簡単に食べられるので便利

缶詰は火や水がなくても食べられるから、保存食にピッタリ。骨まで軟らかく煮付けたさんまは、カルシウムもたっぷりだよ。

さんま蒲焼
賞味期限
常温3年

Radish Boya

おいしさと安心をお届けして20年、らでぃっしゅぼーやは、有機・低農薬野菜と無添加食品の宅配ネットワークです。

資料のご請求とお問い合わせは
0120-831-375
●受付／月～日 9:00～21:00
※祝日もお気軽にお電話ください（留守番電話にて受付いたします）

ご購入はサイトから！

有機野菜や無添加食材などの会員制宅配サービスで知られている「らでぃっしゅぼーや」のWEBサービスがさらに進化しました。ぜひご覧ください！

http://www.radishbo-ya.co.jp/index.html

らでぃっしゅぼーや　検索

③ 避難場所を確認しておこう！

もし災害が起きた時でも、あわてずに避難できるように、家族で避難先と避難経路を確認しておこう。住んでいる区の防災マップやハザードマップ（災害予測図）を用意しておくと、より安心だね。

消費期限までに、必ず使い切ろう！

防災のために用意した非常用の食料や水を、大量に買って備蓄する家庭も少なくないよね。でも、気が付いてチェックしたら、食べ物や飲み物の消費期限が過ぎていて、全部捨てることになったという話もあって、これは環境にはよくない話なんだ。

そこでおすすめしたいのが、「ローリングストック法」だ。これは、乾パンや缶詰、レトルト食品、機能性食品といった長期保存がきく非常食を、消費期限まで食べずに置いておくのではなく、月に1～2回程度、食べる日をつくって、なくなった分を補充するという方法なんだ。実際に食べてみることで、家族の口に合うものを保存する習慣ができれば、災害時に食べ物に関するストレスも減らせて、環境にもやさしくなる。ぜひ、実践してみてね！

図3 ローリングストック法の進め方

1 一般的に備蓄するように言われている、3日分（9食分）の非常食を用意する。

	朝	昼	晩
1日目			
2日目			
3日目			

※1週間分の非常食を用意した方が良いという意見もあります。その場合も、基本的な進め方は同じです。

2 さらにもう1日分（3食分）を用意して、合計12食分にする。

	朝	昼	晩
1日目			
2日目			
3日目			
もう1日分			

3 1カ月に1度以上を目安に、非常食を食べて補充する。

	朝	昼	晩	追加
1日目	×	×	×	
2日目				
3日目				
もう1日分				

4 ちょうど1年で、最初に用意した4日分が消費できる。

そっくり入れ替わる

	朝	昼	晩	追加	追加	追加
1日目	×	×	×			
2日目	×	×	×			
3日目	×	×	×			
もう1日分	×	×	×			

東京都海の森倶楽部会員事業

海の森あおぞらフェスタ2015

普段は立ち入りできない「海の森」で、環境イベントを開催するよ。来年度のオープンに先駆けて、森が育っていく姿や森づくりを支える人や技術に出会える4日間！ ぜひ遊びに来てね！

日時 2015/10/31(土)・11/1(日)・2(月)・3(火・祝) 10:00～15:00
10/23(金)～25(日)10:00～16:00も開催しておりますが東京都主催「海の森植樹祭」参加者のみが対象となります。

会場 海の森公園予定地（東京都中央防波堤内側埋立地）

アクセス 新木場駅発無料シャトルバス(10:00～13:30まで30分おきに運行)または自家用車

1 海の森ならではの体験プログラム！
（一部有料・事前申し込みが必要です）
様々な視点から海の森の特徴や不思議を探ろう！

10/31（土）・11/3（火・祝）
- ●海の森づくり丸ごと一日体験
  どんぐり拾い・種まき・ミニ植樹体験などが一度にできます！

11/3（火・祝）
- ●海の森ワンちゃんふれあい教室&お散歩体験
  ※この日のみドッグラン併設有

お申し込み方法：下記サイト内、申し込みフォームにて10/13（火）までにお申し込みください。
あおぞらフェスタ2015
http://www.shu.or.jp/uminomori/

2 自由参加プログラム（全日）
どなたも海の森を楽しめる
予約不要&入場料のプログラムがいっぱい！

- ●海の森あおぞら工房
  間伐材を活用してオリジナルのお土産を作ろう！
- ●海の森ガイドツアー
  海の森からの360度のパノラマを楽しむツアーなど
- ●海の森スタンプラリー
  海の森でスタンプを集めて海の森博士になろう！

※広場には軽飲食コーナーも完備（11/2(月)はお休み予定）
※授乳室&オムツ替え台もあります

上記以外のプログラムも用意しています。詳しくはWebをご覧ください。

お問い合わせ　海の森あおぞらフェスタ2015実行委員会事務局
（特定非営利活動法人 樹木・環境ネットワーク協会内）
Tel：03-5244-5447（平日10:00～18:00）E-mail:info@shu.or.jp
【共催】東京都市緑局　【運営事務局】NPO法人樹木・環境ネットワーク協会　※このイベントは海の森づくりを応援する企業、NPOなどが協力して企画・運営しています。

作品募集

第19回 図書館を使った調べる学習コンクール

募集期間 2015年9月15日(火)～11月30日(月)必着

募集要項

募集作品	公共図書館や学校図書館を使って調べ、まとめた作品。テーマは自由。
応募資格	小学1年生以上
部門	調べる学習部門…小学生の部、子どもと大人の部ほか
各賞	文部科学大臣賞、観光庁長官賞、「国連生物多様性の10年日本委員会」賞、優秀賞、優良賞、奨励賞、佳作
結果発表	2016年1月13日(水)予定（図書館振興財団WEBにて発表）
表彰式	2016年2月下旬(東京都内予定)
作品形態	小学生：B4サイズまで ページ数：1ページ以上50ページ以内
応募方法	図書館振興財団WEBでご確認の上、応募してください。 http://www.toshokan.or.jp

お問い合わせ　公益財団法人図書館振興財団
〒112-0012 東京都文京区大塚3-5-9 住友成泉小石川ビル別館5F
TEL.03-3943-4743（担当/植村・鈴木）

主催：公益財団法人図書館振興財団　後援：文部科学省/観光庁/環境省/国連生物多様性の10年日本委員会ほか

これから行きたいイベント情報！

ここでは、小学生が休日に楽しめる、さまざまなイベントを紹介するよ。プログラムの詳しい内容については、直接問い合わせてみてね！

「キュッパのびじゅつかん —みつめて、あつめて、しらべて、ならべて」

10/4(日)まで 9:30～17:30 ※入室は30分前まで

ノルウェーの新進作家、オーシル・カンスタ・ヨンセンが描く絵本「キュッパのはくぶつかん」のお話だよ。主人公のキュッパは、物集めが大好きな丸太の男の子なんだ。展示を見て、キュッパのように物を集めるときの、ワクワクした気持ちを体感してね！

●入場料：大人800円ほか、高校生以下無料※月曜休館

会場　**東京都美術館 ギャラリーA・B・C**
東京都台東区上野公園8-36

お問い合わせ　TEL.**03-3823-6921**

豊洲防災EXPO 2015「BO-SAI 暮らしの学校」

10/10(土)～11(日)　10:00～17:00(一部16:00まで)

自宅での避難生活を快適に過ごすための工夫や、備えておくと便利なものが学べるよ。体験型、参加型のブースは、スタンプラリーに参加しながら楽しく回ろう！自宅で復習ができる、テキストブックのお土産もあるよ。

●参加無料

会場　**アーバンドック ららぽーと豊洲館内**
東京都江東区豊洲2-4-9

お問い合わせ　BO-SAI 暮らしの学校「BO-SAI in 豊洲」事務局：NPO法人プラス・アーツ
TEL.**03-6458-5375**

「幽霊塔へようこそ展 —通俗文化の王道—」

2016年5月(予定)まで ※予約制

江戸川乱歩の長編小説「幽霊塔」の企画展示。宮崎駿監督デザインの大きな"時計塔"が出現する。物語の舞台の"時計塔"を読み解いて、怪奇大ロマンの世界に行ってみよう！

●入場料：大人1000円、中高校生700円、小学生400円、幼児（4歳以上）100円※入場は日時指定の予約制（チケットはローソンのみで販売）※火曜休館（他長期休館あり）

会場　**三鷹の森ジブリ美術館**
東京都三鷹市下連雀1-1-83

お問い合わせ　TEL.**0570-055777**

詳しくは　**http://www.ghibli-museum.jp**

©Nihariki ©Museo d'Arte Ghibli

地球にちょっといいはなし

エコなひと

今月のテーマ　ぼうさい授業

いざという時に自分の命を守れるよう、本業で培った知識や経験を子どもたちに伝えていきたい。

今回お話を伺ったのは、東京海上日動火災保険(株)の須田真理子さんです。同社の仕事内容や小学校で行っている「ぼうさい授業」を始めたきっかけや、「みどりの授業」について聞いてみました。

東京海上日動火災保険株式会社
経営企画部CSR室主事
須田 真理子さん

1993年入社。現在は、「みどりの授業」「ぼうさい授業」などの地域・社会貢献活動の推進と、海外グループ会社とのCSRコミュニケーションを担当。
http://www.tokiomarinehd.com/sustainability/

社員の有志が始めたぼうさい授業のこと

東京海上日動火災保険(株)は、損害保険会社です。例えば、地震や火災、台風等で家が壊れた場合、家を修理するためには一度にたくさんのお金が必要になります。「保険」とは、たくさんの人からあらかじめお金を預かっておき、事故や災害のときに必要なお金を渡す仕組みです。損害保険会社はこの「保険」を使っていざというときにみなさんを守る仕事をしています。

同社では、このような仕事の経験を活かして「ぼうさい授業」を行っています。これは2012年に、東京海上グループの社員有志によって始められました。「東日本大震災のとき、一瞬の判断が多くの人の生死を分けました。災害時に自分の命を守れるように、地震や津波が起こったときの基本的な対応を正しく理解し、災害への備えについて学校や家庭で話し合う機会をつくることが目的です」。同社では、事故や災害時に保険金を支払うだけでなく、なぜ自然災害が起こるのか、どうしたら事故や災害による被害を小さくできるかという研究も行っています。

みどりの授業という環境啓発活動も実施

同社は1999年から、創立120周年を記念してマングローブ植林事業を開始し、100年続けることを目指しています。この活動を題材にした「みどりの授業」は、「地球温暖化防止や生物多様性について、楽しみながら学べると好評です」と、須田さんは言います。ホームページでも紹介しているので、興味のある方はご覧ください。

9月は防災月間

非常食にもぴったりな「缶詰」のお話

缶詰は密封して加熱殺菌しているから、中身が腐りにくく、常温で長期保存できるよ。今回は、保存食にもピッタリな「缶詰」のすごさを、みんなに紹介するね。

密封して加熱殺菌しているから長持ち！

食品を缶に入れて密封した状態で、熱に強いバイキンもやっつけられる、加圧加熱殺菌をしているんだ。外からもバイキンが入れないから、常温でも長持ちだよ。

空気も光も通さないから保存料の必要なし！

缶は空気も光も通さないから、保存料を使う必要がないんだって。しかも、栄養が逃げにくく、風味が残るから、おいしさも保てるよ。

ツナ缶とトマト缶で作ろう！

缶詰レシピ

「ツナとキャベツのパスタ」

【材料】3～4人分

ツナ	165g（ツナ2号缶1.5缶）
トマト	450g（1缶）
パスタ	300g
水	3ℓ
塩	小さじ2（パスタをゆでる）
にんにく	1かけ
キャベツ	1/4個
塩こしょう	適量
タイム	適量

【作り方】

1. パスタはたっぷりのお湯に、塩を入れてゆでる。
2. フライパンにツナ缶の油をひき、にんにくのみじん切りを炒め、ツナも加えて炒める。
3. さらに、ざく切りにして軽くゆでたキャベツ、トマト缶を加えて煮る。
4. ゆで上がったパスタと3をボールに入れてよくからめる。お好みで塩こしょうや、タイムをふってもおいしいよ。

東洋製罐株式会社　東京都品川区東五反田2-18-1大崎フォレストビルディング　Tel.03-4514-2026（環境部）http://www.toyo-seikan.co.jp/

食育特集

参考：農林水産省ホームページ「食と農林水産業について知ろう、考えよう（食育の推進）」

いざというときのためにしっかり備えをしよう!!

災害時は、水道、電気、ガスなどのライフラインが止まることで、生活にいろいろな支障が出る可能性があります。特に、生命にかかわる食品や飲料水は、日頃からきちんと備えをしましょう。

家族3日分程度の備えがあれば安心。

家族の人数や構成に合わせて、避難袋に入れる持ち出し用と、長期間の災害に対応するための、備蓄用に分けて準備しておきましょう。いざというときのために、家族全員の3日分程度の食品、飲料水の備えをしておくと安心です。

家族に、乳幼児、高齢の人、食物アレルギーや慢性疾患のある人（食事療法をしている人）などがいる場合には、家族の状況に合った食品を選びましょう。また、限られた食品や資源で食事ができるなど、非常時にも対応できる力を身につけておくことが大切です。

サイクル保存しましょう

賞味期限を確認し、日頃の食生活で利用しながら、サイクル保存。

食品を備蓄する場合、長期保存できる食料を定期的にチェック。無駄がないように、賞味期限が切れる前に、普段の食事で消費しましょう。

調理器具や食器も備えておきましょう

ライフラインが止まることを想定した備えをする。

●カセットコンロ
ガスボンベも忘れずに!
（1本で約90分使用できます）

●固形燃料
空き缶やアルミホイルなどを使った簡易コンロを利用するときに役立ちます。

衛生面にも気をつけましょう

- 食事の準備または、食事をする前には、ウエットティッシュなどで手をふきましょう。
- おにぎりは素手で扱わずに、ラップでにぎりましょう。
- ボウルや皿などはできるだけ汚さないよう、工夫しましょう。
- 生水は飲まないようにしましょう。
- 食べ物は加熱して食べましょう。
- 電気が復旧したら、煮いお湯や電子レンジで加熱しましょう。

日頃から長期保存が可能な食品を買い置きし、非常時に役立てましょう

どんなものが家にあるか、確認してみよう!

買い置きしたい食品の例

主食	・米（無洗米が便利） ・コーンフーク・即席麺 ・カップ麺・そうめん・うどん・そば ・芋類
主菜	・レトルト食品（カレー、シチュー）
副菜	・即席汁物・乾燥野菜・のり・干ししいたけ ・乾燥わかめ・根菜類
飲料	・お茶（ペットボトル） ・ティーバッグ・果汁ジュース ・スキムミルク・ロングライフ牛乳
その他	・あめ、キャラメル ・はちみつ・梅干し・氷砂糖 ・ビスケット・ドライフルーツ

すぐに持ち出せるよう、避難袋に入れておくと便利な食品などの例

《食品（1人あたり1日分の食品）》

持ち出し用の重さは5～6kg

《食品以外のもの》

親子でチャレンジ! 参加者大募集

ミルククッキングスクール

新鮮でおいしい牛乳や、生クリームをふんだんに使った料理を、親子で一緒に作ってみよう! 料理が完成したら、みんなで試食会をするよ。

メニュー

- 日時／2015年10月17日（土） 10:00～12:30
- 場所／江上料理学院（東京都新宿区市谷左内町21）
- 参加対象／小学校1～6年生のお子さんとその保護者の10組20名
  ※きょうだいの参加や、参加人数の追加はできません。
- 参加費／1組500円 ※会場までの交通費は自己負担

※詳細についてはお問い合わせください。
※応募者多数の場合、抽選となります。

応募要項

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：〒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「ミルククッキングスクール」係 FAX:011-200-5577
①親子の氏名（ふりがな） ②性別 ③年齢 ④小学校名 ⑤学年 ⑥郵便番号 ⑦住所 ⑧9時～18時の間に連絡のとれる電話番号 ⑨アレルギーの有無を記入の上、お申し込みください。

PC・携帯：エコチル応募フォーム http://www.ecochil.net/oubo または、右記の二次元コードから簡単アクセス

応募締切：応募締切:2015年9月28日（月）必着
※PC・携帯の応募フォームも9月29日（火）午前0時に終了します。

お問い合わせ：エコチル事務局 TEL:011-200-5671（平日9時～18時）

個人情報について：お預かりした個人情報は、当選りご連絡以外には使用いたしません。詳しくは7ページまたはエコチルホームページ［http://www.ecochil.net/policy/］をご覧ください。

主催：エコチル　特別協賛：関東生乳販売農業協同組合連合会　協賛：いなば食品株式会社／日新製糖株式会社

わたしたちは、エコチルの食育イベントを応援しています!

知ってる? お砂糖のこと

植物から作られるお砂糖は、自然の甘味料。お砂糖は、疲れた体の回復を早めたり、脳のエネルギーになるんだよ。賞味期限はないけれど、においがつきやすいので、保存には気をつけよう!

冷たい水にも溶けやすくて使いやすい。

作るものに合わせて、お砂糖の種類を選んでね。

いろいろな料理に　煮物やお菓子作りに　果実シロップに

お砂糖は、本当は無色透明の結晶。白く見えるのは、光の乱反射によるものなんだって。

お砂糖はカップ印 日新製糖　レシピやお砂糖クイズもあるよ! http://www.nissin-sugar.co.jp/
東京都中央区日本橋小網町14-1　お客さま相談室: 0120-341-310

考えてみよう! 缶詰のこと

缶詰やレトルトパウチは、密封して加熱殺菌するので、保存料を使わなくても、長期間保存ができるよ。長い期間おいしさをキープするためには、質のよい原料を使い、素材の味を生かすことが大切なんだ。

【食塩無添加シリーズ】
余分な塩分、味付けをせずに作った製品

食塩無添加コーン
スーパースイートコーンを、収穫したその日のうちに缶詰に。食塩・砂糖を使わず、ゆでたてのとうもろこしの甘みが感じられるよ。

北海道産豆100% 食塩無添加ミックスビーンズ
北海道産の4種の豆を、食塩を使わずにドライパックに。サラダやスープに入れておいしく食べてね。

いなば食品　http://www.inaba-foods.jp/　0120-178-390
【東京本社】東京都江戸川区西葛西5-2-3 ネクステージ西葛西7F

ひみつの暗号解けるかな？

エコクイズに挑戦しよう！

ひみつのメッセージを解いて、エコに関する言葉を完成させよう。

❶から順番につなげると、どんな言葉ができるかな？きみもチャレンジだ！

Q1. 家や学校などで出たゴミを再利用して、ゴミを出さないようにすることは？

ひみつのメッセージ

❶ ★→上→上→右→右

❷ ★→下→左→左

❸ ★→左→上→上

❹ ★→右→下→下

り	❶	❷	❸	❹

わかったら書いてみよう！

Q2. 電気のムダ使いをしないようにすることは？

ひみつのメッセージ

❶ ★→左→下→下

❷ ★→右→上

❸ ★→右→右→下→下

❶	❷	❸	ん

ひみつのメッセージ表

上 ↑

か	く	ん	あ	さ
う	ち	も	つ	め
と	ぱ	★	そ	よ
い	え	こ	ら	へ
し	せ	お	る	で

左 ← → 右

下 ↓

ヒント！

★→上→上→右は「あ」だよ。

●答えは7ページで確認してね！

エコマークを活用して地球環境を守ろう！

使用期限をチェックして、安全でエコな消火器を使おう

家庭用消火器のここをチェック！

設計標準使用期限（製造年から5年）の表示

学校や家でよく見かける消火器にも、使用期限があることを知っている？

これは過去に、無点検のまま長い間放置された消火器が破裂した事故があったからなんだ。

定期的に点検して、期限が切れる前に、使いやすく環境にやさしいものに換えよう！

エコマーク認定の消火器が環境にやさしい理由

回収した古い消火器から、鉄やアルミ、消火薬剤をリサイクルすることで、エネルギー量の消費を抑えているんだ。消火薬剤の重量の40%以上が再生材料のものに、エコマークが付いているんだって！

今月のエコマーク商品

新素材でエコ

これまでの金属製とは違い、焼付塗装が不要な超高性能樹脂を使うことで、輸送・回収時のCO_2を削減。さらに、軽くて使いやすくなっています。

株式会社初田製作所
CALMIE
http://www.hatsuta.co.jp/fire_extinguisher/calmie.php

公益財団法人 日本環境協会 エコマーク事務局 http://www.ecomark.jp/kids/

みんなあつまれ!! エコチル広場

エーコちゃんがおとどけするよ!!

エコチルおたよりコーナー

今月は…「夏休みの思い出」

このコーナーでは、毎月出されるお題に対する、みんなの意見やエピソードを紹介するよ!

毎年、夏休みは水戸のおじさんの家に泊まりに行きます。大きな畑で採れる野菜は、最高においしいよ!（小5・ダンサーあゆさん）

エーコちゃんより

いつもすてきな夏休みを、過ごしているんだね!　採れたての野菜って、甘くてみずみずしくて、おいしいよね～。エーコもいっしょに収穫して、食べたいな!

お父さんとつりをしたり、セミの幼虫をつかまえて脱皮を見たり、カヌーに乗ったりしたことです。（小5・魔人Mくん）

エーコちゃんより

お父さんといっしょに、いろんなことを楽しんでいて、うらやましいな。カヌーにも乗れるなんて、すごいね。今年は何をしたのか、またおたよりしてね!

募集中のお題は…

お題「好きな科目とその理由」

みんなの好きな科目は何かな? どうしてその科目が好きなのかな? 下記応募用紙の⑫に記入して、編集部に教えてね♪ お題以外のフリートークも待っています!

お題は毎月変わります。お題のリクエストもお待ちしています！※エコチル広場のおたよりにはペンネームと学年をつけて紹介させていただきます。

エコ川柳コーナー

地球・環境がテーマだよ!

エコ・地球・環境をテーマに川柳を募集しています。下の応募用紙の⑫に記入して編集部まで送ってね。

今月のエコチル大賞

うみのごみ
へらせばきれいな
うみになる

中野区立塔山小学校　4年生
高橋　周吾くん

エコチル大賞者には、オリジナルマイ箸に作品と名前を入れてプレゼントするよ!

応募方法

締め切りはH27年9月28日(月)まで

当選発表／すべての当選は賞品の発送をもって代えさせていただきます

応募用紙

応募用紙に記入
❶～⑪は必ず書いてね

応募用紙を切り取り
ハガキに貼ってね

【宛先】
〒060-0062
北海道札幌市中央区南2条西1丁目
宮本ビル7F（株）アドバコム
エコチル編集部
「東京版9月号 応募係」

ハガキに上記の宛先を書いてポストへ
下記のWEBからも応募できるよ
※FAXからのエコワードパズルの応募はできないよ。

アイデア募集やその他の応募はこちらへ

〒060-0062北海道札幌市中央区南2条西1丁目 宮本ビル7F
（株）アドバコム エコチル編集部「○○○○○○○係」
FAX.(011)200-5577（FAXでの応募もOK）
※応募用紙にある❶～⑪までの項目は必ず書いて送ってね。

【個人情報の取扱】お寄せいただいた個人情報は賞品の発送や当社からのご案内で利用するほか、法令などで開示を求められた場合を除き本人の許可なしに第三者に提供は致しません

WEBからすべての応募ができるよ

二次元コードは一部の携帯電話では読み取れない場合があります。予めご了承ください。

http://www.ecochil.net

携帯電話はこちらから

エコワードパズルコーナー

抽選でプレゼントがあたる!

タテのカギ

①髪の毛の生えぎわとまゆ毛の間。"ひたい"ともいうよ。
②心配なことがあり、気持ちが落ち着かない状態。
③丸くて細長く、中がからになっているもの。「賞状を○○に入れる」。
④あまい、からい、にがい、すっぱいなど、舌でわかる感覚のこと。
⑤5月4日は何の日？国民の祝日だよ。

ヨコのカギ

①スイッチが入っていること。反対は"オフ"。
④音を聞くための体の器官。
⑥あることに賛成して、お金などを出すこと。「学校に○○をする」。
⑦ねっとりとした緑色の果肉が特ちょう。栄養価が高く、"森のバター"と呼ばれるよ。
⑧料理やお菓子に使われる木の実。とげとげしたいがに包まれているよ。
⑨交通機関を利用するときにかかるお金。

今年の十五夜は9月27日（日）だよ。

7-8月合併号のこたえ

な	つ	ま	つ	り
つ		あ	だ	な
み	ど	り		が
き	ー		ま	れ
	な	し		ば
か	つ	お	ぶ	し

こたえ　A　B　C　D

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かな？左の応募用紙の⑬に記入して編集部まで送ってね。

エコチル9月号応募用紙

ハガキに貼って編集部まで送ってね!

東京版9月号 応募用紙　▼❶～⑪は必ず書いて送ってね。丁目・マンション名なども省略せず書いてね。

❶フリガナ
❷お名前
❸小学校　区 立　小学校
❹男・女
❺学年　年
❻年齢　歳
❼ご住所　□□□-□□□□　東京都　区・市　☎ － －
メールアドレス　※エコチルからのメールでのご案内をご希望されない方はご記入ください。　@

❽エコチル今月号は、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
・都内の児童館で　・その他（　）

❾エコチル今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　）

❿おうちでエコチルを読んだ方すべてに○をつけてください。
・子ども（小学生未満）・子ども（小学生）・子ども（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

⓫エコチル以外で定期購読している新聞があれば、おしえてください。
・読売KODOMO新聞　・朝日小学生新聞　・毎日小学生新聞
・特になし　・その他（　）

おたより・川柳コーナーの応募とエコチルの感想などはこちらへ。
⑫

エコワードパズルの答え ⑬　A　B　C　D

切り取ってハガキにしっかり貼って送ってね!

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かな？左の応募用紙の⑬に記入して編集部まで送ってね。

今月のエコワードパズルプレゼント

食塩無添加コーンと北海道産豆100%食塩無添加ミックスビーンズセット

食塩無添加シリーズは、余分な塩分、味付けをせずに作った製品だよ。

いなば食品株式会社　24名

コカ・コーラ環境フォーラム2015が開催されたよ!

8月7日(金)～9日(日)の3日間、北海道栗山町にある「雨煙別小学校コカ・コーラ環境ハウス」で、コカ・コーラ環境フォーラム2015が行われた。全国から15団体が参加した、イベントの様子を紹介するね!

歴史ある廃校を宿泊施設としてリニューアル。環境について、実体験を通じて学べる場となっています。詳しくは▶http://uenbetsu.jp

第22回コカ・コーラ環境教育賞の最終選考会

高レベルの活動が紹介され、意見交換も活発に行われたよ。

活動表彰部門の最優秀賞は、「北九州市立すがお小学校（福岡県北九州市）」が受賞。

次世代支援部門で最優秀賞に選ばれた、「国立米子工業高等専門学校B＆C研究同好会」。

水辺の生き物観察会

ハサンベツという里山で、水生生物の調査を体験！北海道ならではの生き物に出会ったよ。

バーベキュー

最終日には、地元の高校生と一緒に、北海道の食材を使ったバーベキューを楽しんだよ!

主催：公益財団法人コカ・コーラ教育・環境財団　http://www.cocacola-zaidan.jp/environment/index.html

井の頭自然文化園だより

生き物ってオモシロイ!!

地球上にともに生きる動物たち。彼らの生き方や暮らしを見つめるといのちや自然の大切さが見えてくる。

今月のどうぶつ

タガメ

Lethocerus deyrolli

生息地：北海道から琉球列島（沖縄）国外では台湾、中国、ロシアなど

カメムシ目コオイムシ科

他の生き物を食べて暮らす水生昆虫の王様

タガメは「水生昆虫」という、一生のほとんどを水中で暮らす昆虫の仲間です。「田んぼのカメムシ」が名前の由来といわれていて、かつては田んぼを代表する生き物の一つでした。

タガメは他の生き物を食べて暮らす肉食の昆虫で、水中で待ち伏せをして魚やカエルなどを捕まえます。鋭い爪をもつ太く大きな前脚や、大きな複眼など、狙った相手を捕まえるために特化した体つきが特徴です。前脚の力はとても強く、自身の体の数倍もある生き物ですら、捕まえてみせます。

モツゴを捕食するタガメの幼虫。自分の体の倍以上の大きさですが、軽々と捕まえてみせます。

寿命は通常、一年ほど。夏に生まれたタガメの幼虫は一カ月半くらいで成虫になり、冬が来るまでにたくさん食べて栄養を蓄えます。冬の間は地面の下や水中でじっと春を待ち、暖かくなると活動を始め、初夏のころに交尾と産卵をして一生を終えます。

生きていくための体の手入れがとても大切

水生物館では、かつて井の頭池にいた生き物の一つとして、タガメの展示をしていますが、普段は非常におっとりとしています。激しく動き回ることもなく、ほぼ一日足場になっている杭につかまって過ごしており、よく見ていると時々脚を使って体中をこするような動きをしている時があります。これは体の表面の汚れを落とし、カビやコケが生えてしまうのを防ぐために行っています。また、定期的に杭をよじ登って体を乾かす、「甲羅干し」を行うこともあります。体が傷ついても治すことができない昆虫にとって、日々の体の手入れはとても大切です。展示のタガメたちを見るときには、ぜひ何か変わった動きをしないか、しばらく観察してみてください。

石の上に乗り甲羅干しをする成虫。体が完全に乾くまでじっとしています。

いのかしら水生昆虫のなかまたち

同じ水中でくらしていますが、何が得意かで体つきが変わります。

身近な生き物を展示する水生物館

主に関東地方で見られる、魚類、両生類、爬虫類、水生昆虫、水草など、約90種を展示。タガメやゲンゴロウなど東京では絶滅したものや、メダカやイモリ、カエルなど、近頃あまり見かけなくなった生き物も多い。観察しながら、身近に生き物が少なくなってしまった理由を考えてみよう。

写真提供：公益財団法人東京動物園協会

井の頭自然文化園／東京都武蔵野市御殿山1丁目17-6　TEL. 0422-46-1100　http://www.tokyo-zoo.net/zoo/ino/

次号のエコチル配布予定日は 10月5日(月)です。

エコチルは墨田区、杉並区、新宿区、中央区、千代田区、江東区、港区、品川区、江戸川区、台東区、目黒区、渋谷区、中野区、練馬区の小学校412校で配布しているこども環境情報紙です。
文京区や葛飾区、豊島区、荒川区などにある児童館167館でも設置しています。

エコチル編集部　TEL. 011-200-5671

ニホンリス

井の頭自然文化園 Inokashira Park Zoo

【開園時間】午前9時30分～午後17時（入園は16時まで）
【休園日】毎週月曜日（祝日や都民の日に当たるときは翌日）、12月29日（火）－1月1日（金・祝）
【入園料】一般 400円　65歳以上 200円　中学生 150円＊小学生及び都内在住、在学の中学生は無料
【アクセス】JR中央線、地下鉄東西線、京王井の頭線、各線の「吉祥寺駅」から徒歩10分
【お問合せ】武蔵野市御殿山1-17-6　TEL:0422-46-1100　http://www.tokyo-zoo.net/

COOL CHOICE

未来のために、いま選ぼう。「COOL CHOICE CITY」 開催報告

2015年7月17日（金）～8月9日（日）まで「COOL CHOICE CITY」が渋谷で開催されました。「COOL CHOICE」とは、地球温暖化対策のために、省エネのアイデアを賢く（COOL）選択（CHOICE）するという意味です。

このイベントでは、エコ住宅の体験やエコカーの展示、スタンプラリーで、「COOL CHOICE」をわかりやすく伝えたり、身近な生活の中でいま選択できる製品やサービス、行動などが体験できるコーナーを設置。廃材等を使用した手作り雑貨の販売やワークショップ、安全な食材を用いたフードコーナーなど、親子で楽しめるプログラムが充実していました。

また、以前の家電と比べて、エコ製品がどれくらい省エネにつながっているか、地球温暖化が進む地球の現状などがパネル展示され、自由研究の参考にする小学生も多かった様子。会場内では、環境に関する小冊子が配布されました。

「COOL CHOICE」のホームページには、小学生でも取り組めるヒントがたくさん紹介されているので、みなさんも一度、アクセスしてみてくださいね。

主催／環境省　http://funtoshare.env.go.jp/coolchoice/

その感動を、わかちあう。 Asahi SOFT DRINKS

アサヒ飲料の 環境の取り組みとお楽しみコンテンツ!

アサヒ飲料 環境活動推進キャラクター　エコるん　ニコるん

バーチャル工場見学

アサヒ飲料のWEBサイトで工場を見学!
http://www.asahiinryo.co.jp/entertainment/virtual_factory/

「エコるんニコるんといっしょに、工場を見学してみよう! その魅力の一部を、ここで紹介するね!

ポイント1 工場の3つのヒミツがわかるよ!
工場で取り組む「安全」「おいしさ」「環境」のヒミツを紹介しているよ!
安全のヒミツ　おいしさのヒミツ　環境のヒミツ

ポイント2 飲み物ができる工程がわかるよ!
炭酸飲料やコーヒー、お茶、果汁飲料の工程が違うよ
炭酸飲料ができます　コーヒーができます　お茶飲料ができます　果汁飲料ができます

ポイント3 工場クイズでふり返りもできる!
バーチャル工場見学が終ったら、どれくらい覚えているのか確かめてね!
工場見学クイズ　挑戦してみよう! キミは何点できるかな?

リニューアルした環境報告書で紹介しているよ
▼詳しくはこちら▼
URL http://www.asahiinryo.co.jp/eco
炭酸飲料大型PETボトルにバイオマスPETボトル導入!
エコスタイルキャップを展開
「六条麦茶」給汁を原の料料に
環境QA
富士山工場見学レポート
楽しみながらしっかり学べる! 工場見学
環境の取り組みの歴史

アサヒ飲料株式会社　http://www.asahiinryo.co.jp/

のんだあとはリサイクル