


<https://www.ecochil.net>

地球にやさしいこどもたち。

エコチル

「エコチル」は(株)アドバコム登録商標です。

 エコチルに関するお問い合わせ ▶ エコチル編集部 Tel 03-6821-3525 Fax 03-3206-2620 Mail info@ecochil.net
発行:(株)アドバコム <https://www.advcom.co.jp> 〒104-0032 東京都中央区八丁堀3丁目4-12 京丸ビル2F

エコチルは、地球環境保全に積極的に取り組む子どもたちを育むとともに、家庭や学校内でのエコライフ推進を目的に、毎月76万部無料配布している環境教育情報紙です。

 エコチルアプリで毎月スマホにお届けします！
ダウンロードはこちらから⇒


Google

App

 とうきょうばん
東京版
かつこう
4月号

今月の表紙

 渋谷区立本町学園小学校 5年生 佐藤 杏菜さん
「地球温暖化を止めよう!」

 エコチル 表紙イラスト
作品大募集!


キミのイラストで表紙を飾ろう! イラストのテーマはエコ・自然・地球。画用紙にクレヨンや絵の具などで描いてね。

 採用された方に
プレゼント!

スケッチブックと水彩絵の具12色セットをプレゼントします。



まふまふ マルマン スケッチブック (B4)

ペンてる 水彩絵の具 12色セット

 かわいい応募方法は7ページの「応募方法」がウェブサイトを見てね! <https://www.ecochil.net>

とくしゅう

 なぜ起こるの? 私たちにできることは?
今こそしっかり考えよう地球温暖化!

今月のエコチル★おすすめイベント★

キャンプに最高な季節到来! 「里山体験キャンプ」

「春のサイエンスキャンプ・動物のためのお仕事」

今月のエコなひと

ソニー・インタラクティブエンタテインメント

ジャパンアソシエーション・ジャパニマーケット

ビジネスプランニング部 IP部 ビジネス 石上 晴佳さん

これから行きたいイベント情報!

食育特集 どれくらいが適量?

1日に必要な食量と栄養素を考える!

エコチルの記事がきっかけ! 北海道の食がテーマの動画コンテンツにエコチル読者が入賞!

今月のエコワードパスル・プレゼント・多摩動物公園だよりほか

powered by BeGood Cafe For Earth, For Life

クボタeプロジェクト 地球小屋2019参加者募集!

地球小屋で農業トモダチをつくらう。見る、聞く、体感する。本格的な農業を学ぶ5日間。

お問合せ・お申し込みはホームページから! クボタ地球小屋 検索

開催日程 / 2019年7月22日(月)~7月26日(金)
 宿泊場所 / カミツレの里八恵荘(長野県池田町)
 対象 / 農業に関心のある小学5~6年生(20名)
 参加費 / 有料(詳しくはホームページをご確認ください)。

●主催 農林水産省・国土交通省
 ●特別協力 株式会社クボタ
 ●実行企画 株式会社エス・エコー・エンタープライズ (親元先生監修・発行1144号)

 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. 68



【品川区】第三日野小学校 校長 藤森 克彦先生

“海ゴミ”が地球規模の環境問題となっていることを知り、4年生が自分たちでできることを話し合いました。その後、東京都による“プラスチックストローに代わるアイデア募集”に4年生全員が応募。東京都知事より「特別賞」をいただきました。これ以降、ゴミの分別や unnecessary な物はもらわないなど、子どもたちはより環境に目を向けるようになっていきます。

算数がもっと得意になりたい小学生大募集!

一人ひとりの苦手に合わせてAIが問題を出題!

QubenaはAI(人工知能)がお子さんの得意・苦手を手分析して、その子に最適な問題を一問一問出題します。よく理解できていればどんどん先へ進み、苦手なところは何が理解できていないかを判断して復習します。前の学年や単元の理解が出来ていない場合は都度戻って基礎から学ぶことでつまづきを無くします。一人ひとりのレベルとペースに合わせた学習で楽しく算数学ぶことができます。

 86%の生徒が算数検定に一発合格!
先の学年の階級の合格も続々と!

Qubena Academyでは、算数検定をおよそ2ヶ月毎に受験することができます。学習の成果をしっかりと計測し、一人ひとりに適切なサポートをいたします。

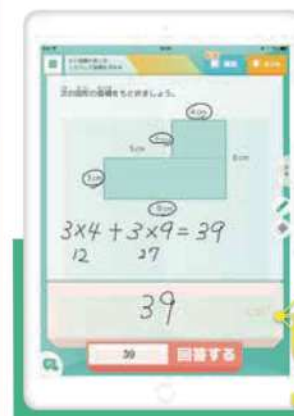
 今なら 2週間無料
キャンペーン実施中!!

(※2~4コマ分)



Qubena ACADEMY

Qキュービナ アカデミー 検索



こんな方はぜひ無料体験を!

- ✓ 学年をこえて、どんどん進んで学習したい!
- ✓ 自分のペースで学習したい!
- ✓ 集中して勉強できない...
- ✓ 分からないところが克服できていない...


 対象学年 小学1年生~
中学3年生

 開講日時 月~金 15:00~21:00
(土日祝お休み)

 場所 東京都品川区西五反田1-27-1
ニュー大塚ビル2001 2F

お問い合わせ

03-6805-2032

(受付時間: 月~金 13:00~21:00) 詳細はこちら▶



エコチルは、行政・学校・企業と連携して、SDGsの達成に取り組んでいます。



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)を受賞。



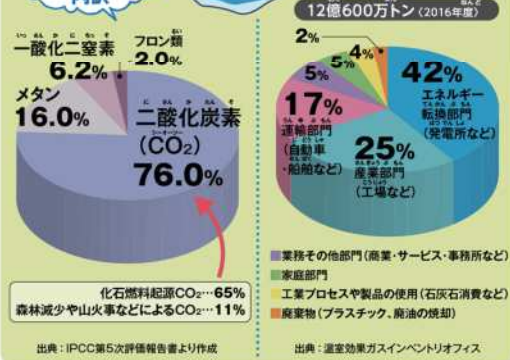
平成30年度 新エネルギー(普及啓発部門)新エネルギー財団会長賞を受賞。

年平均気温の年ごとの差

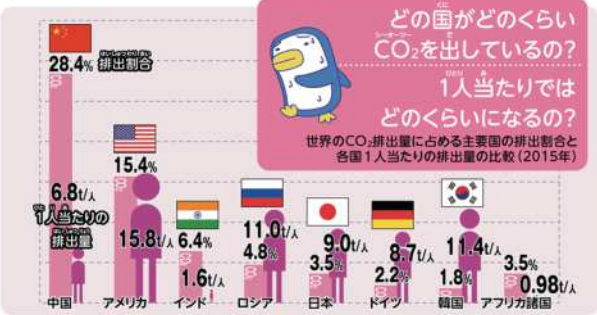


出典：IPCC第5次評価報告書、気象庁ホームページ

温室効果ガス 総排出量の内訳



出典：温室効果ガスインベントリオフィス



なげ起ころの？ 私たちにできることは？
 今こそ考えよう

温かくなり続ける地球
 地球が温まってしまおう地球温暖化。地球の平均気温を見ると、100年間に0.7℃くらいのペースで上がってきているんだ。日本では100年間に1.1℃というペース！しかし、今後の100年間は世界的に平均気温が4℃ほど上がってしまおうと、と科学者は予測しているんだ。

4℃なら大丈夫では？ なんて思ってもいいんだ。でも、そうではないんだ。例えば、東京都の1年間の平均気温は約15.4℃。それが19.4℃になると、年間平均気温18.6℃の鹿児島県より暑くなってしまう！さらに、1日の最高気温

これは、すぐに手を打たなくてはならないね。そもそもこの地球温暖化の原因は何なのだろう？ 実は私たちの暮らしに深く関わっているCO₂が大きな原因だと考えられているんだ。CO₂には赤外線

増え続けているCO₂
 吸収する性質があり、地表から宇宙に逃げようとした熱が、大気中のCO₂につかまってしまい、再び地表へ逆もどり。このようにして、地球は温められていくんだ。

温暖化対策の大切さは世界中でさけられているけれど、大気中のCO₂濃度を測定するハワイのマウナロア観測所によると、観測をスタートした1958年に比べ、2017年現在、大気中のCO₂の量は約30%も増え、2018年4月には最高値を記録したとのこと。電気

をこまめに消す、えんぴつやノートを最後まで使うなど、ちよとしたことでもCO₂は減らせるよ。みんな、できることを続けていこう。

地球温暖化！

日本だけでなく、世界各国の平均気温がこれまでにないペースで上がり、地球温暖化は世界的な問題となっている。そんな地球温暖化をわくわく見ていこう！

地球が温められる仕組み



子どもたちにさまざまな経験の場を提
 供する。あばれんぼ
 キャンプによる、春
 の定番キャンプシリ
 ズ「里山体験キャン
 プ」と「春のサイエ
 スキャンプ」が今年も
 開催されるよ。

まずは、「里山体験
 キャンプ」から紹介し
 ていくね。今回のテ
 マは「里山体験！」。
 山梨県大月市にあ
 る、あばれんぼキャン
 プが所有する古民家
 は、動物のためのお仕
 事をテーマに、
 動物園職員、
 ペットトリマー、
 獣医など、動物
 の仕事にたずさ
 わる人を講師
 にむかえ、いろい
 ろなことを教え
 るよ。

次が、「春のサイエ
 スキャンプ」。今回
 は動物のためのお仕
 事をテーマに、
 動物園職員、
 ペットトリマー、
 獣医など、動物
 の仕事にたずさ
 わる人を講師
 にむかえ、いろい
 ろなことを教え
 るよ。

今月のエコチル ★おすすめイベント★

キャンプに最高の季節到来！
 「里山体験キャンプ」
 「春のサイエンスキャンプ」
 -動物のためのお仕事-



子どもたちにさまざまな経験の場を提
 供する。あばれんぼ
 キャンプによる、春
 の定番キャンプシリ
 ズ「里山体験キャン
 プ」と「春のサイエ
 スキャンプ」が今年も
 開催されるよ。

まずは、「里山体験
 キャンプ」から紹介し
 ていくね。今回のテ
 マは「里山体験！」。
 山梨県大月市にあ
 る、あばれんぼキャン
 プが所有する古民家
 は、動物のためのお仕
 事をテーマに、
 動物園職員、
 ペットトリマー、
 獣医など、動物
 の仕事にたずさ
 わる人を講師
 にむかえ、いろい
 ろなことを教え
 るよ。

次が、「春のサイエ
 スキャンプ」。今回
 は動物のためのお仕
 事をテーマに、
 動物園職員、
 ペットトリマー、
 獣医など、動物
 の仕事にたずさ
 わる人を講師
 にむかえ、いろい
 ろなことを教え
 るよ。

大月みんなの家を
 中心に、原風景の残
 る自然豊かな里山
 で、自然遊び、たき
 火、農作業、沢遊びな
 ど、都会では得られ
 ない体験がたっぷり！
 里山には、どんな生
 き物が暮らしている
 うな植物が生えてい
 るのかな？ たくさん
 の発見をしてね。

次が、「春のサイエ
 スキャンプ」。今回
 は動物のためのお仕
 事をテーマに、
 動物園職員、
 ペットトリマー、
 獣医など、動物
 の仕事にたずさ
 わる人を講師
 にむかえ、いろい
 ろなことを教え
 るよ。

動物園職員、
 ペットトリマー、
 獣医など、動物
 の仕事にたずさ
 わる人を講師
 にむかえ、いろい
 ろなことを教え
 るよ。

動物園職員、
 ペットトリマー、
 獣医など、動物
 の仕事にたずさ
 わる人を講師
 にむかえ、いろい
 ろなことを教え
 るよ。



新学期 未来につながるワクワクの学び体験



複数日程あり 足立区・調布市・藤沢市

ミズノが教えるかけこ教室!運動会必勝塾
通算1500組以上の親子が参加した大人気体験。4つのポイントでぐんと子どもが変わります。



町田市 6/16(日)スタートの全4回 他

[全4回] 作付けから豆腐・味噌作りまで!大豆体験
春の作付・夏は枝豆収穫・秋の大豆収穫・冬に豆腐と味噌作りまで行える本格的な大豆体験です。



複数日程あり JAXA筑波宇宙センター

宇宙兄さんズと宇宙ミッション体験!
本物の宇宙飛行士訓練施設でミッション体験を行う特別なプログラム。夏にはNASAツアーも!



5/26(日)港区

パーティーを彩る!ケーキデザイナー体験(ユニコンケーキ)
伝説の「ユニコン」を形づくるプロのバイピング(絞り)テクニックなどを先生に学びます。



5/6(日)月・休 大田区

ミニ四駆をラジコンに!未来ものづくり教室
ラジコンの仕組みを学びながらミニ四駆をラジコンに改造してお持ち帰り。みんなでレースも!



8/7(水)~8/10(土)(説明会は4/20(土))

国際都市シンガポールで世界を感じる大自然探検ツアー!
世界有数の大自然と英語にふれる夏ツアー。現地の子ども達と交流も!プロの自然解説者とめぐります。

Gift+e! は子どもの可能性をひろげる本物体験をそろえています

先生はその道のプロ!「やりたい!」「知りたい!」をぐっと引き出します
体験は200種類以上!たくさんのタネをまいてあげませんか
当日は親子いっしょに!楽しく特別な思い出を作りましょう



ワクワク体験もたくさん!
お申し込みはホームページから
TEL 03-3468-1390

Webの読み物「Gift+e! 通信」
・お友達を誘って一緒に体験・国産品と対価
・自己効力感をどう育てる?
・一生に一度の体験など、学びにつながる情報を更新中!

LINEお友達募集中
右の二次元コードで登録 または「友だち追加」の1D検索で @gift+e! と検索

いろいろな物をエネルギーに!

CO₂削減が期待される新たなエネルギーを紹介するよ!

雪 CO₂削減にもつながる天然の冷蔵庫「雪室」



提供: 雪だるま財団

「雪室」とは、除雪した大量の雪を入れた倉庫に野菜や米などを保管しておく、昔から雪国で利用されている天然の冷蔵庫だよ。雪室は年間を通して1~2℃に保たれているため、食品の鮮度が維持され、デンプンを糖に変える糖化現象で、ジャガイモはあまくなり、お肉はうまみがアップするんだって。さらに、雪を1t利用することで、石油を10L、CO₂を30kg削減するともいわれているんだ。1個の雪室に入れる雪の量は年間100~1500tほどで、かなりのCO₂削減につながるよ。雪の人の知恵と、雪の力ってすごいね!

藻類 藻類の力で飛行機を飛ばす!



提供: 株式会社ユーグレナ

生物を利用して作る航空機用の燃料「バイオジェット燃料」が、世界的に広まってきているよ。日本では、(株)ユーグレナがミドリムシなどを使ったバイオジェット燃料の開発に力を入れているよ。ミドリムシは体長約0.05mmの小さな藻類で、酸素の足りない環境におかれると、体内に油をためる性質があるんだ。その性質を利用したバイオジェット燃料は、石油から作る燃料よりもCO₂の排出量を減らせると、注目されているんだ。ユーグレナでは、2018年秋に神奈川県横浜市にミドリムシなどを元にしたバイオジェット燃料を作る工場設備を完成させ、2025年の大規模生産に向けて着々と準備を進めているよ。

何問正解できるかな? 地球温暖化クイズ!

正しいと思う答えに○をつけてね。

- 地球温暖化対策が最も評価されている国は? (日本・フランス・ドイツ)
- 地球温暖化の1つの原因として考えられているのは、牛や羊の何? (おなら・けつぽく・くしゃみ)
- 異常とまではいかない気象現象のことを何という? (局地現象・極端現象・びっくり現象)
- 2015年にできた地球温暖化防止に向けての国際的なルールの名前は? (パリ協定・京都議定書・G7伊勢志摩ビジョン)
- 太陽の光や風、熱、地熱、水力などのエネルギーを何とよぶ? (地球エネルギー・環境エネルギー・再生可能エネルギー)
- 少ない電気でも明るくすることができる電球の名前は? (LED電球・WAT電球 アンペア電球)
- あまりにも急に進む温暖化でおそれられているのは? (4度目の大量絶滅・5度目の大量絶滅・6度目の大量絶滅)

答えはP7の下を見てね。

2019 夏休み 南の島フィジー サマースクール

2019年8月2日(金)~9日(金)

エメラルドグリーンの海でマリンスポーツ&無人島探検

村でホームステイ体験
地元の小学校訪問&交流
英語学習



プログラム 詳細は QRコード
資料請求は 資料請求は QRコード

株式会社チャレンジワールド
チャレンジワールド 検索

春のおすすめキャンプ



「里山体験キャンプ」

開催概要

対象 小1~中3
定員 各回35名
日程 6/1(土)~6/2(日)、7/6(土)~7/7(日)ともに1泊2日
会場 大月みんなの家(山梨県大月市)
参加費 各回18,000円
集合 新宿駅・分倍河原駅
※詳細は、お申込みされた方に発送する「詳細資料」でご確認ください。



「春のサイエンスキャンプ-動物のためのお食事-」

開催概要

対象 小3~中3
定員 30名
日程 5/25(土)~5/26(日) 1泊2日
会場 多摩動物公園/東京農工大学
参加費 18,000円
集合 府中駅 新宿駅
※詳細は、お申込みされた方に発送する「詳細資料」でご確認ください。

ABARENBO CAMP
NPO 法人 野外遊び喜び総合研究所
あばれんぼキャンプ 検索 ぐわくはこ



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。プログラムのくわしい内
容については、直接問い合わせさせてみてね!

森をたっぷり楽しめるよ
絵本の森を探検しよう!

5/3(金・祝) 9:30~15:00(9:15受付開始)

森の風や鳥のさえずりを感じながら、100冊以上
のさまざまな絵本を楽しむ“木漏れ日絵本図書館”
の他、絵本にちなんだ自然活動を行う“絵本の森の
自然体験”、マシュマロや簡単パンを焼いて食べる
“森の木でマシュマロ&パン焼き”など、さまざまな体
験を用意。森の材料を使える工作コーナーもあるよ。

●参加費：200円(焼きマシュマロ・簡単パンチケット付)

主催 高尾の森自然学校 共催 NPO法人 八王子子ども劇場

お問い合わせ 042-673-3844 参加申込 4/19(金) 申し込みは http://www.7midori.org/takao

殿ヶ谷戸庭園にくわしくなる!
クイズで学ぶ殿ヶ谷戸!

4/27(土)~5/6(月・休) 9:00~18:00(入園は17:30まで)

武蔵野の地形を活かした庭園でクイズラリーを開
催するよ。売札所でクイズ用紙を受け取ったら、ヒント
を頼りに園内をめぐる! クイズに回答しているう
ちに、殿ヶ谷戸庭園の歴史や自然についてくわしくな
れるんだ。今の時期はヤマシャクヤクや花モモが見
ごろだよ。

●参加費：無料(入園料別途)※小学生以下は保護者同伴

場所 殿ヶ谷戸庭園 主催 公益財団法人東京都公園協会

お問い合わせ 042-324-7991 申し込みは https://www.tokyo-park.or.jp/park/format/inex036.html

ランとウォークで難民支援!
チャリティラン&ウォーク DAN DAN RUN 2019

5/12(日) 8:30受付開始(ウォーク)、9:30受付開始(ラン) ※雨天決行

人権侵害や紛争を逃れて、中東やアフリカ、ア
ジアなどから、日本にも多くの難民が逃れてきて
いるんだ。そんな人々たちをランやウォークを通じて
支援するのが、今回で6回目を迎えるチャリティイ
ベントだよ。ラン・ウォークのコースの途中には、
難民のことをもっと知るためのクイズもあるよ。

●参加費：1,000円(小学生・中学生)※小学生は保護者とな大人同伴のこと

場所 日比谷公園 健康広場 主催 DAN DAN RUN実行委員会

お問い合わせ 03-5379-6001 (難民支援 協会内) 申し込みは refugees.jp/dandanrun2019



地球にちょっといいはなし
エコなひと

今月のテーマ
大福くんのキャラクターから
優しい気持ちを育ててほしい

リニー・インタラクティブエンタテインメント
ジャパン・アジア・ソリューション・サービス・マーケティング
ビジネス・プランニング・IP・デジタル・メディア
石上 晴佳さん
2006年入社。カスタマー・リレーション・部門
門、パブリック・リレーション・部門等の
業務に従事。2016年6月より現職
に異動。2017年よりリニー・ミュージック
のキッズ専門チームとともに「大福くん」
に関わる業務全般を担当する。

「みんなを笑顔にする
大福くんのキャラクター」
株式会社リニー・ミ
ュージックエンタテイン
メント/ソニー・インタ
ラクティブエンタテイ
ンメントのオリジナル
キャラクター、大福く
んは2017年6月に
誕生しました。
和菓子の「大福」もち
をモチーフにした大福
くんは、パパがもちで
で、ママはあんこ。相手
をもてなし、敬う姿勢
を大切に、と両親に育
てられたそうです。
「大福くんの前に、困
っている人などが現れ
ると、優しく寄りそい
おつみします。この
メントと共に、ぎゅつと
包みます。だれでも包
み込み、多様性を認め
るといふ点も、大福く
んのポイントです。現
在、大福くんは知育学
習誌やテレビアニメの
他、子ども向けイベン
トにも多数出演し、子
どもたちを優しくお
包みしています。やわ
らかい大福くんをさわ
り、みんなが笑顔にな
つてくれることがうれ
しいです」と、石上さ
んは話します。

また、石上さんは大
福くんのキャラクター
を通して、願っている
ことがあります。
「大福くんを見て、だ
れもが優しい気持ちに
なり、人にも動物にも
地球にも、全てのもの
を優しく包み込むよう
な気持ちで接してくれ
るとうれしいです。ま
た、これからもエコチル
の食育特集で「大福く
んが登場するので、食
育やエコをもっと楽し
く学んでくださいね」

KidsUP
LEARN WITH FUN
英語で
プリスクール・学童保育
キッズアップ

KidsUP (キッズアップ)って?
● 1日最大7時間英語漬け
● ネイティブと日本人スタッフ体制で安心
● プリスクール(3歳~5歳)、午前午後コース
● 小1~小6までの各種コース
● 初めてのお子さんも、自然に身につくカリキュラム
● 楽しくなる多彩なプログラムで英語がペラペラに

無料体験会・イベントご予約受付中!
KidsUPから2つの楽しいコンテンツを配信するよ!
1 レッスンを紹介!!!
KidsUP 保護者向けのお友達から、みんなにメッセージ!
KidsUPでは、公園に皆で
行き、体を動かしたり
クワットや、実験を通して
楽しく英語を身に付けて
いきます!
4月からは新しいお友達も
沢山増えるので楽しみです

先生から
今月の使える英語フレーズ
「カム ヒア、プリーズ」
"Come here, please"
ごっちゃんてくささいCHO
今月のフレーズでみんな英語を勉強してみたい!

YouTube

4月号
イベント
EASTER Party
5/18
申込み受付中

各種お申込み・お問い合わせはコチラまで ▶ 受付時間 10:00-20:00 0120-378-056



食育特集

出典元：農林水産省「食事バランスガイド」

★福くん
Daifukukun

みんなの
食育を応援します！

大福くんについて
くわしくはWEBをみてね！
大福くん 検索

食事バランスガイドを 表で見てみよう！

1日に必要な食事の量は、年齢や性別によってちがってくるよ。自分の当てはまるところに○をつけよう！

みんなが1日に必要な エネルギーと食事の量は？

ごはん、パン、めんなど
野菜やキノコ、イモ、海藻を使った料理
肉、魚、卵を使った料理
牛乳や、牛乳から作られるチーズなど
ミカンやリンゴ、ブドウなどの果実

エネルギー	主食	副菜	主菜	牛乳・乳製品	果物
1,400kcal ～2,000kcal ()	4～5つ	5～6つ	3～4つ	2～3つ (大人は2つ)	2つ
2,200kcal (±200kcal) ()	5～7つ	5～6つ	3～5つ	2～3つ (大人は2つ)	2つ
2,400kcal ～3,000kcal ()	6～8つ	6～7つ	4～6つ	2～4つ (大人は2～3つ)	2～3つ

料理の数をええよう！

主食	副菜	主菜	牛乳・乳製品	果物
1つ ごはん1杯(小盛り) 食パン1枚 おにぎり1個	1つ 小豆や小豆の料理(野菜サラダ、ポテトサラダ、みそ汁1杯など)	1つ なっとう1パック 目玉焼き	1つ ヨーグルト1パック プロセスチーズ1枚	1つ ミカン1個 リンゴ半分 バナナ1本
1.5つ ごはん1杯 (普通盛り)	2つ 中豆や小豆の料理(野菜サラダ、ポテトサラダ、みそ汁1杯など)	2つ 焼き魚1尾 魚のフライ1つ	2つ 牛乳(200ml)	
2つ ごはん1杯(大盛り) うどん1杯 ラーメン1杯	3つ 中豆や小豆の料理(野菜サラダ、ポテトサラダ、みそ汁1杯など)	3つ ハンバーグステーキ とり肉のから揚げ お肉のしょうが焼き		

大きく成長し、丈夫な体を作るためには、どのような食事を、どれくらい食べればいんだらう？ 参考にしたいのが、農林水産省が発表している「食事バランスガイド」だよ。これはコマンのイラストで表され、1日に何をどれだけ食べたらいかがか、目で分かるようにしているんだ。この「食事バランスガイド」にあるように、食事で

汁も、副菜に分類されているみそ汁やスープなどの理想的なのは、主食、主菜、副菜、牛乳・乳製品、果物がそろっていること。例えば、みんなが大好きな給食。毎日、いろいろなメニューが登場するけれど、どのメニューも5つのグループのバランスを考え、1日に必要なエネルギーの3分の1が取れるように作られているんだ。また、副菜に分類されているみそ汁やスープなどの理想的なのは、主食、主菜、副菜、牛乳・乳製品、果物がそろっていること。例えば、みんなが大好きな給食。毎日、いろいろなメニューが登場するけれど、どのメニューも5つのグループのバランスを考え、1日に必要なエネルギーの3分の1が取れるように作られているんだ。



厚生労働省・農林水産省決定

どれくらいが適量？
1日に必要な食事量と栄養素を考えると、みんなは、毎日の食事でも、何をどれくらい食べたらいのか知っているかな？ 実は、年齢や体格によって、その量はちがってくるんだ。毎日、いろいろなメニューが登場するけれど、どのメニューも5つのグループのバランスを考え、1日に必要なエネルギーの3分の1が取れるように作られているんだ。



食育ナビゲーター「大福くん」

© S M E / S I E

なるほど！牛乳 Q&A!

Q. 牛乳はどうやってできるの？

A. 牛が出してくれるんだよ！

みんなが毎日飲んでいる牛乳を出してくれる牛を乳牛と言って、牧場で暮らしているよ。牧場で乳牛を世話しているのが酪農家さん！牛は生き物だから、毎日世話をしなければならいんだ。朝起きたら、まずえさやりと乳しぼり、牛舎のそうじ。日中は子牛の世話やえさ作りなどの仕事があるんだ。夕方には朝と同じようにえさやりと乳しぼり、牛舎のそうじをして、1日の仕事が終わる。また、牛のお産があるときは、昼夜を問わず看護をし、子牛が生まれた後は母親のように面倒を見る必要があるんだ。こうしてできたおいしい栄養たっぷりの牛乳、みんなもおいしく飲んでね。

酪農家さんの1日を見てみよう

朝

- えさやり
- 朝の乳しぼり
- 牛舎(牛小屋)のそうじ

日中

- 子牛へのミルクやり
- 畑の仕事

夕方

- えさやり
- 夕方の乳しぼり
- 牛舎のそうじ

365日、毎日仕事が続くよ！

関東生乳販売農業協同組合連合会 〒113-0034 東京都文京区亀島2-18-6 湯島夏目ビル7F TEL. 03-5844-3061 <http://www.dairy.co.jp/kanto>

東芝未来科学館 GWスペシャルイベント2019

GO! GO! 5周年 GWはモノづくりを楽しもう!

4/27～5/6
4/28.30.5/1は
休館日のため除く

場所 東芝未来科学館 (入館料無料 JR川崎駅西口 徒歩1分)

時間 10:00～16:00 (受付終了)

予約不要

ほかにも
やってるよ!

参加費 100円～600円 ●イベント内容は日にちにより異なります サイトをチェック! 東芝未来科学館 検索

住所: 〒212-8585 神奈川県川崎市幸区堀川町72番地34 スマートコミュニティセンター(ラソーナ川崎東芝ビル) 2F

エコチル限定 イベント無料券

東芝ビルをイメージした
オリジナルデザイン!

TOSHIBAキラキラフレクター

光を反射する特殊なキーホルダーにシールを貼るだけ! 完成後はバッグ等に付けて、夜道で子供の安全を守るアイテムとして活躍します。

- 1枚につき、キラキラフレクターの参加費100円が1回無料。
- イベント期間内のみ有効。4/27～5/6 休館日4/28.30.5/1
- 各日先着500名まで。材料が無くなり次第終了。

キトリ線

東京版B



『じいちゃんのべこ餅』で優秀賞を受賞した石井清太朗さん、石井なつ美さん

入賞した動画はこちらから▼

<https://www.youtube.com/watch?v=IUqX-Z8Z1KI&feature=youtu.be>



入賞作から一部の料理を紹介!



写真提供:北竜町ポータル(北海道)

北海道の食がテーマの動画コンテストに エコチル読者が入賞!

2018年10月号のエコチルで紹介した「受け継ぎたい北海道の食」そのおいしさ、技、食材の魅力!動画コンテスト」の記事を読んで応募したお友達が、優秀賞に選ばれたよ。何を紹介してくれたのかな?

毎年楽しみに おじいちゃんの味

2018年10月号のエコチルで紹介した、北海道農政事務所による「受け継ぎたい北海道の食」そのおいしさ、技、食材の魅力!動画コンテスト」に、エコチルを読んで応募してくれたお友達が、優秀賞にかがやいたよ。

3月14日(木)に北海道大学農学部4階大講堂で行われた表彰式に出席した、入賞者の石井清太朗さんと石井なつ美さんが応募した動画のタイトルは「じいちゃんのべこ餅」。動画では、自宅で作る餅を作る様子をくわしく紹介。生地を作って形を整え、せいろで蒸し、大変そうなお仕事だったよ。

朗さんは、「ぼくたちは東京に住んでいますが、夏休みになると、浦河町のじいちゃんの家遊びにいきます。89歳になるじいちゃんのおべこ餅はおいしくて、毎年楽しみにしています。じいちゃんは50年間おべこ餅を工場で作っていました。今回作り方をじいちゃんに教わって作ってみました。大勢の人の前で堂々と話して良かったです。」

入賞式が終わった後の交流会では、清太朗さんとなつ美さんがおべこ餅(東ね製)の形作りを体験。多くの人が取り囲み、2人の手際良さに見入っていたよ。他にも、さまざまな北海道の料理が並び、「おいしい!」の声が続々。

石井清太朗さん、石井なつ美さん、本当におめでとう!

北翔大学 小田嶋政子名誉教授による 「じいちゃんのべこ餅」への講評 (一部抜粋)



北海道の伝統菓子の中でも5月の節句菓子として知られています。檜山などの道南地域では、「くじら餅」とも呼ばれ、法事などのときにも使われる、人寄せのときのポピュラーなお菓子の、長く親しまれてきました。今回受賞されたじいちゃんのおべこ餅は、じいちゃんから娘さんへ、そしてお子さんへと受けつがれました。また、「東ね製」という模様はおめでたいときの祝いの模様で、由緒ある形です。お祝いのときに使われる美しい模様のべこ餅が、北海道の家庭で受けつがれてきたことを大変うれしく思います。

ゴールデンウィークも一般利用営業中

TOKYO GLOBAL GATEWAYで
“やりたい”を見つけよう!

英語を使ったリアルな体験ができるTOKYO GLOBAL GATEWAYに、新たなプログラムが登場! アート、チアダンス、プログラミング、ものづくり、動画制作など、みんなの“やってみたい”体験が見つかるよ。

“英語で体験する5つの生活シーン”はTGGで一番人気のプログラム!

エアブレイン

ファーマシー

グローサリーストア

YouTubeと英語で動画制作にチャレンジ!

英語でチャレンジ! 簡単なプログラミングを使って、グローバル感覚で学ぼう!

英語でプロの画家に絵を習ってみよう!

英語で現場チアダンスにチャレンジ!

TOEFLとTGGが夢のコラボ!

TGGでは、TOEFL Primaryと、TOEFL Juniorと、TGGにセットでご参加いただけるプログラムをご用意しました。詳しくはウェブで!

詳細・問い合わせはこちらへ

<https://tokyo-global-gateway.com>

〒135-0064 東京都江東区青海2-4-32 TIME24ビル

TGG東京都英語村

検索



個室で休む5つ子(3/12撮影)

チーターの野生個体数

チーターは主にアフリカのサバンナに生息しており、20世紀の初め頃には10万頭程度生息していたと考えられていますが、2016年には7,100頭ほどにまで減少しています。個体数が減少した原因は人間がチーターの生息地に侵入していることや、狩りに必要となる広大な土地がなくなっていることが主な要因と考えられています。生息環境がさらに悪化した場合は、取り組むべき対策や保護する場合には絶滅の可能性があるとされています。

国内での取り組み

日本国内では13の動物園やサファリパークで計100頭程度が飼育されています。それぞれの施設では血統の組み合わせに限りがあるため、チーターを飼育している施設同士が協力して、繁殖を目的とした移動が行われています。移動の際には血統や年齢、繁殖歴などいろいろなことが考慮されます。

多摩動物公園では3月9日時点で17頭を飼育しています。昨年の10月31日には5つ子(3/12撮影)が生まれました。

今月のどうぶつ

チーター

学名: *Acinoryx jubatus jubatus*
生息地: アフリカのサハラ砂漠以南、西アジア、中近東などのサバンナ



食肉目ネコ科

ネコ科動物の仲間たち



ライオン(食肉目ネコ科)
学名: *Panthera leo*



サーバル(食肉目ネコ科)
学名: *Leptailurus serval*

生後2週間の5つ子

多摩動物公園だより

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。

たまニュース



「保育の目にちなんだイベントを開催します。」

4月19日は「419(い)く」の数字にちなんだ「飼育の日」。多摩動物公園では、飼育係の仕事について紹介するパネル展や吹き矢体験、昆虫園あるある川柳クイズラリーなどさまざまな体験ができるイベントを実施します。主な開催日は4月20日(土)、21日(日)です。ぜひご来園ください。

※公益社団法人日本動物園水族館協会主催
協賛: 公益社団法人日本動物園水族館協会

東京多摩動物公園 東京都日野市程久保7丁目1-1 TEL.042-591-1611 <http://www.tokyo-zoo.net/zoo/tama/>

次号のエコチル配布予定日は5月7日(火)です。

エコチルは東京都23区の小学校747校で配布している、子ども環境情報紙です。都内にある児童館135館でも設置しています。

エコチル編集部 TEL. 03-6821-3525



東京メトロはEarth Day Tokyo 2019に参加します!

開催日時: 4/20(土) 10:00~19:00 代々木公園
4/21(日) 10:00~18:30 (イベント広場・ケヤキ並木)

※東京メトロブスは17:00までです。
※東京メトロブスの場所は会場内に設置されたマップよりご確認ください。

本誌をもってきた人には東京メトロオリジナルグッズをプレゼント!

親子で参加しよう!フロリダグレープフルーツはどこからくるの? 開催報告

東京都中央卸売市場豊洲市場見学会&親子料理教室

2018年10月にオープンした豊洲市場で、フロリダ州政府柑橘局主催の“親子で参加しよう!”「フロリダグレープフルーツはどこからくるの?東京都中央卸売市場豊洲市場見学会&親子料理教室」を開催。抽選で選ばれた15組30名の親子が参加したよ。

まずは、東京シティ青果さんの案内で、せりと場内を見学。市場の広さにおどろきながら、東京都の市場の歴史や、野菜やくだものの流通について学んだよ。また、フロリダグレープフルーツについても勉強!さまざまな産地のグレープフルーツを食べ比べ、フロリダ産のものは皮がうすくて肉厚。さらに、あまくてジューシーであることを知ったんだ。

最後に行われたのが、フロリダグレープフルーツを使った親子料理教室。新宿高野 タカノフルーツパーラーのフルーツチュリエである森山登美男先生に教わりながらちらし寿司やパフェなど4種類の料理とデザートを完成させ、親子でおいしく完食!「早起きしたかいがありました」「家でもまたやってみたい」という声も聞かれて、とっても楽しい体験だったよ。

フロリダ州政府柑橘局 <http://florida-grapefruit.jp>



楽しいから続く習い事

プログラミング教室を無料で体験!

ゲームづくり
ロボットづくり
3Dプリンタ工作

お申込みはTelまたはWebで

通話料無料

0120-990-080
平日12:00~19:00/土11:00~19:00(木日祝休み)

LITALICOワンダー wonder.litalico.jp

受付 エコチル040 | お申込みフォームはこちら

