



地球にやさしい子どもたち。

エコチル

「エコチル」は(株)アドバコムの登録商標です。

<https://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 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
がつ
7・8月
がついごう
合併号

今月の表紙
としま くりつかのりょうがっこう ねんせい こばやし
豊島区立要小 6年生 小林 さらさん
「世界の平和をみぞう!」

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えのぐ12色セットをプレゼントいたします。



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

とくしゅう
暑さに負けない!
クールビズとクールシェアで快適大作戦!

今月のエコチル★おすすめイベント★
アート写真を間近で楽しもう!
「浅間国際フォトフェスティバル2019 PHOTO MIYOTA」
今月のエコなひと
株式会社グループストーン 企画開発本部 広報・PR 三島 伸康さん
これから行きたいイベント情報!
楽しみながら学べる! 夏休み おすすめイベント&スポット情報
食育特集
水分の正しい取り方を知って 熱中症に強い体を作る!
小学生24人の本気が大人を動かす!
東京高円寺阿波おどりから便乗ごみをなくそう!
今月のエコワードパスル・プレゼント・葛西臨海水族園 ほが

プログラミング 無料 体験会
プログラミングは 信濃の富士通で 参加者募集中!

F@IT Kids Club

無料 体験会日程

スクラッチ
8月2日(金)10日(土)18日(日)
23日(金)24日(土)31日(土)
9月1日(日) 各回90分の体験レッスン

ロボット
7月27日(土)28日(日)
※土・日は10時半、13時、15時半
平日は15時半スタート

先着順 予約制

サマースクールも 募集中!
※お問い合わせください

富士通オープンカレッジ渋谷校
〒150-0043 東京都渋谷区道玄坂 2-9-10 K&Kビル 3F
<https://ainetz.co.jp/oc/shibuya/>
TEL.03-5457-7677 お申し込みはこちら

レットライ エコライフ
みんなの学校の校長先生を紹介します!
Vol. 71



【世田谷区】世田谷小学校 校長 中村 泰之先生
本校では、5年生が「総合的な学習の時間」の学習活動として「マザーアース・プロジェクト」に取り組んでいます。森や水、身近な環境に目を向け、現地に足を運んだり、体験したりして、自然とのつながりを再確認し、課題を探究していきます。子どもたちは自分の体を動かし体験することで、多くのことに気づき学びます。こういった探究心をずっと持ち続けてほしいです。

この夏、タブレットを使って算数を極めよう!



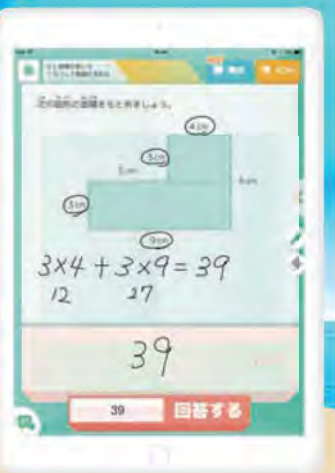
▶JR五反田駅 徒歩2分

03-6805-2032
(受付時間: 月~金 13:00~21:00)

対象学年 小4・5・6 夏期講習 2018-19 合格率95% (6月現在) (38名/40名合格)

10日間で算数検定合格を目指します

無料体験・説明会お申し込み受付中
開催日程 6/29(土), 7/6(土), 13(土), 14(日)





プログラミングって何の役に立つんだろう？
答えは、このイベントで！

プログラミングで

海のSDGs!
エス ディー ジーズ



このイベントはSDGs(持続可能な開発目標)の3つのテーマを主軸に構成しています。



2019 8/4 日本科学未来館

日本科学未来館

講演会(無料)



未来のために知っておきたい、海とプラスチックの話
大阪商業大学 公共学 准教授 原田 禎夫

夏休みの自由研究にぴったりのテーマだよ

ワークショップ (教材費の半額負担でOK! 教材は持ち帰れます)



海洋プラスチックごみの調査船をプログラムしよう。教材にはmicro:bitを使うよ!



初心者向けの無料プログラミングワークショップも同時開催
お申し込み方法等詳しい情報は、ウェブサイトで
<https://programming.or.jp/umip/>



主催:(一社)イエローピンプロジェクト 特別協力:(公財)日本財団
後援:江東区教育委員会、総務省*、未来の学びコンソーシアム*(※申請中)
協力:神奈川工科大学、リトルスタジオインク株式会社

YELLOW PIN PROJECT こどもの未来を考えるとこのしるし イエローピンプロジェクト

東京都でもエコですずしい夏を!

東京都でもさまざまな取組を行っているよ。その一部を紹介していくね。



打ち水日和。打ち水日和HP <https://uchimizubiyori.jp/>

その1 江戸の知恵“打ち水”で、見た目にもすずしく

“打ち水”は、水をまくことで地面の温度を下げ、すずしさを感じることができると、江戸時代から夏の暑さ対策として行われてきたんだ。手軽にできるから、みんなもぜひやってみてね。また、東京都では、昨年引き続き、今年も“打ち水日和”と題して、都内のさまざまな場所でも、さまざまな団体が打ち水の実施を予定しているよ。くわしくはHPをチェックしてね!

その2 1人でも、みんなでも! 省エネ・節電に取り組もう!



日本でも「命に関わる暑さ」「経験したことのない大雨」という言葉を聞くようになってきた! 温暖化防止のため、“つづけよう”「ひろげよう」省エネ・節電をテーマに、エコなライフスタイルに取り組んでいくキャンペーンを、九都県市(埼玉県、千葉県、東京都、神奈川県、横浜市、川崎市、千葉市、さいたま市、相模原市)で行っているよ。目印はさかなクンのポスター。学校で見かけたら、省エネ・節電を思い出してね。

参考 10年前の機器を買い換えたら



お家で統一省エネルギーラベル

統一省エネルギーラベルは、エアコン・テレビ・電気冷蔵庫・電気洗濯機・LED照明器具(家庭用)・電気冷凍庫に表示されています。

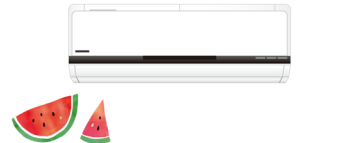
再生可能エネルギーについて学べる!

すずきまどか先生のeco実験パフォーマンスショー開催!

(日時) 2019年8月9日(金) 13時30分~
(場所) 日本科学未来館 未来館ホール
(対象) 九都県市内在住、在勤又は在学の小学生以上(小学生は保護者同伴)
(定員) 300人(参加費無料) ※事前申し込みにより、定員数を超過した場合は抽選。
(申込期限) 7月16日(火)まで。
(申し込み) 申し込みはHPをご覧ください。
<http://www.tokenshi-kankyo.jp/seminar/seminar.html>
(問合せ先) 042-701-2153

その3 省エネ性能の高い家電に買い換え

省エネ性能の高い家電に買い換えて、東京ゼロエミポイントをもらおう! 地球に優しいだけでなく、電気代もかなりおトクになるよ!
事業開始日 2019年10月1日(火)~
対象機器 エアコン:省エネラベル4つ星以上
冷蔵庫:省エネラベル5つ星
給湯器:高効率給湯器(エコジョーズなど)
<http://sii.or.jp/zeroemi/executive.html>



まかせて! BOCCO

コミュニケーションロボットBOCCOが毎日の子育てを応援するよ!
メッセージ
読み聞かせ
生活リズムサポート
帰宅通知

台数限定 販売中

留守番のおともに、ちょっとかしいロボットを。おうちに帰ってきたことを家族のスマホに通知。ほかに読み聞かせをしてくれたり、生活リズムを整えるサポートをしてくれたりします。

まかせて! BOCCO <https://tokyogas.bocco.me/>



Y・U・K・A・I
E・N・G・I・N・E・E・R・I・N・G
TOKYO GAS



浅間国際フォトフェスティバル2019 PHOTO MIYOTA

PHOTO MIYOTA
ASAHA INTERNATIONAL PHOTO FESTIVAL
9/14-11/10 2019

開催概要

- 日程 9月14日(土)~11月10日(日) 10:00~17:00(最終入場16:30)
- 会場 御代田写真美術館予定地 | MMoP(旧メルシャン 軽井沢美術館) 周辺エリア 長野県北佐久郡御代田町馬瀬口 1794-1
- 入場料 1,500円(中学生以下無料、ワークショップ参加費は別途)

「エコチル見ました」と会場であっていただいた方には缶バッジをプレゼント!

浅間国際フォトフェスティバル2019 PHOTO MIYOTA実行委員会
お問合せ 御代田町役場 企画財政課 TEL:0267-32-3112
地域振興係内 PHOTO MIYOTA 検索



(C) Sanna Lehto



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!



夜の公園で何が見られるかな? 夏は涼しく「夜開園」

7/21(日)、7/28(日)、8/12(月・休) 13:00~21:00

いつもは17時の閉園時間が、年に3回だけ21時まで延長! 空飛ぶコウモリを観察しながらコウモリの特別解説を聞いたり、バードサンクチュアリの保護区に入って、樹液の出る木にきた生き物を観察したりなど、スペシャルが盛りだくさん! どんな生き物が見られるか楽しみだね。



●参加費: 無料 (※事前申込不要、見学自由)
場所 都立光が丘公園 バードサンクチュアリ 主催 認定NPO法人 生態工房
お問い合わせ 0422-27-5634 <ウェブサイト> http://www.eco-works.gr.jp/event.html

見て、おどろいて、体験しよう! ものづくり・匠の技の祭典2019

7/25(木)~7/27(土) 10:00~18:00 ※7/27は10:00~17:00まで

日本の暮らしを支えてきた「職人」が全国から集まり、伝統的な技をみんなの間近で実演するよ。そのすご技にきっとおどろくはず! また、だし巻き玉子の製作と試食、からくりミニ屏風の制作、S型かわらの施工体験など、さまざまな職種の体験プログラムも用意。HPでの事前予約がオススメだよ。



●入場料: 無料 (※体験プログラムでは参加費をいただくものもあります)
場所 TOC展示会場13階 主催 東京都
<ウェブサイト> https://www.monozukuri-takumi-expo.tokyo/

夏休みの自由研究にも最適! 下水道施設親子見学ツアー

8/24(土) 9:00~16:00 ※雨天決行

国の重要文化財である「旧三河島汚水処分場唧筒場施設」をはじめ、下水をきれいな水に処理する仕組みが分かる「有明水再生センター」、下水道の役割を楽しみながら学べる「東京都虹の下水道館」の3つの施設を親子で見学。その後、きれいになった隅田川を水上バスで体感できるよ!



●参加費: 無料
集合場所 都民広場(都議会議事堂南側・NSビル向かい側)
主催 東京都下水道局 定員 都内在住の小学生とその保護者60名(申し込み数多の場合は抽選)
お問い合わせ 03-3547-3400 申込締切 7/22(月) <ウェブサイト> http://www.gesuide-adventure.jp/

めながら、エコや環境、食品ロスの問題などに取り組んでいく。今回、お話をうかがったのは、株式会社グレイプストーンの三島伸康さんです。東京ばな奈のおいしさの秘密や食品ロスへの取り組みなど、いろいろなことを話してくれました。

地球にちょっといいはなし エコなひと

おいしく食べて、エコにも目を向ける



「東京ばな奈はバナナスタードクリームとスポンジケーキ、バナナピューレから作っています。東京に暮らすみなさんは、食べたことがない人もあると思います。機会があれ

「製品の製造時にどうしても出てしまう生地の切れ端や使用期限の過ぎてしまった原料などは、飼料として専門の業者に引き取ってもらいます。パッケージに関しても、紙など

「東京ばな奈は、国内NPO・ストーンは、国内NPO。1*のおみやげ東京ばな奈を製造販売しています。三島さんは、東京ばな奈のおいしさを世界中に広めるため、毎日がんばっています。

「再利用の物を使った自由研究大賞を実施」

また、おいしさを追求するだけでなく、エコへの取り組みも忘れてはけません。

「燃える素材に材質を変える取り組み検討を進めています。そして、昨年から

小学生のみさんへ みんなで一緒に楽しもう!

夏の英語自由研究

全2回(1回50分) 入学金 0円 授業料 2,160円

夏の4回集中プログラム

同時募集 受講生募集中

対象 幼児(2~5歳児)・小学生・中学生

夏4回集中プログラムを受講された方に

ECCジュニア オリジナル ハンドタオル プレゼント*1

夏4回集中プログラム受講後、レギュラーコースで学習を開始されると

好きなグッズを2つプレゼント!

最新グッズはホームページでcheck! ▶▶

レギュラーコース + 入学金0円 (通常5,400円/税込)

全4回のおためし 入学金0円 授業料0円 (※一部コースを除く)

資料請求・無料体験のご予約はこちら

ECCジュニア 東京センター

0120-415-144

無料 携帯OK! 受付/平日10:00~18:00

ECCジュニア www.eccjr.co.jp

夏休みの「自由研究」「工作」をしよう!

カタカナの言葉について調べたり、地球づくりに挑戦したり、ワクワクがいっぱいの2日間。先生やお友だちと一緒に、楽しみながら自由研究シートに取り組み地球をつくろう!

1日目 これって英語かな? 身のまわりにあるカタカナの名前。中には英語っぽい言葉もあるけどそれは英語かな?

おうちで プリントに書かれている言葉を調べてみよう!

2日目 答え合わせをして地球をつくろう! おうちで調べて教室で答え合わせをした後は、手のひらサイズのかわいいクラフト地球をつくろう。

子ども向け 英語教育 実践型 生徒数 NO.1

※2017年度 主催10県主催における14万2千対とされた子ども向け英語教育 教員数・生徒数 (注) 3県経済研究所調べ 2018年6月現在

※2 ECC主催 2018年6月現在

40th Anniversary 1979-2019

QRコード



おすすめイベント & スポット情報

待ちに待った夏休み。今年は何をしようかと迷ったら、エコチルがオススメするイベントやスポットに行ってみてね！1人で集中して取り組むものや、自由研究の参考になるもの、家族全員で楽しめるものなど、さまざまなイベントがたくさんっているよ。みんなはどれに行きたいかな？

【無料】話題の習い事！

開催中

ロボット製作やゲームプログラミングを体験！



あきばら 秋葉原や渋谷など首都圏で15教室を展開する「LITALICO ワンダー」では、実際の授業が60分間体験できる無料体験授業(要予約)を開催中!

オリジナルゲーム制作やロボット製作など4コースを用意してあるよ。パソコン初心者の子でも、マウス操作でプログラミングができるから安心して遊びにきてね!

- ◆開催場所 / LITALICOワンダー全教室(秋葉原・渋谷・中目黒・池袋・蒲田・水道橋・赤羽・青山・町田・立川・押上・吉祥寺・横浜・川崎・東神奈川・横浜桜木町)
- ◆料金 / 無料
- ◆申し込み方法 / 事前予約制。WEBサイトもしくはお電話(0120-990-080)にてお申し込みください。
- ◆WEBサイト / <https://wonder.litalico.jp/>



コースラインナップ

- ScratchをつかってPCゲームをつくらう!
【対象:小1~高校生】
マウス操作でプログラミングできる「Scratch」をつかったオリジナルゲーム制作ができるよ。
- ブロック教材でロボットをつくらう!
【対象:年長~小3】
ブロック教材でロボットを組み立てて、簡単なプログラミングでロボットを動かすよ。
- ロボット製作とプログラミングでミッションに挑戦!
【対象:小3~高校生】
ロボットを組み立てて、プログラミングで動きを制御。自分だけのロボットでミッションクリアを目指そう!
- 3Dプリンタでオリジナルフィギュアをつくらう!
【対象:小1~高校生】
3Dモデリングソフトで立体的なデザインに挑戦! 自分のつくりたいテーマでフィギュア制作!



自分だけの世界をVRで創ってみよう!
VRの仕組みを学ぶから自由研究にもピッタリ!

開催期間 8/17(土)~8/18(日)



VRとはコンピューターなどによって作られた現実ではないものを、より現実っぽく見せる技術です。(仮想現実という意味だよ)

この夏、VRを使って自分だけの世界を創ってみませんか? 宇宙空間や理想の街などを創って、その中で遊んでみよう! 創ったVRの世界はインターネット上で見られるから、家族や友達に自慢できちゃうよ! さらにVRの仕組みや社会での使われ方を学ぶから、自由研究にもピッタリ! おうちの人と相談して、いっしょに参加してね!

イベントスケジュール

- 開催期間 各日①9:30~12:30、②14:30~17:30
- 場所 株式会社COMPASS (東京都品川区荏五反田3-6-21住友不動産西五反田ビル1F)
- 定員 各回30名 ※事前申込が必要
- 対象 小学4年生~中学生
- 参加費 6,000円(税込)
- アクセス JR五反田駅から徒歩6分 ※駐車場はございません

◆お申込み VR制作ワークショップのご予約は、下記URLからのお申込みから
<https://www.qubena-academy.com/vr/>



0120-990-080
平日12:00~19:00、土11:00~19:00 (休日夜休み)
※お電話の音(受付番号:エコチル036)とお伝えください

LITALICOワンダー wonder.litalico.jp
受付番号 エコチル036



GubenaAcademy
TEL: 03-6805-2032
<https://www.qubena-academy.com/>



夏休みの自由研究をサポート 国民文化祭・にいがた2019 開催日 8/3(土)
 「子供に伝えたい食文化〜和ごはんってなあに?〜」

国民文化祭・にいがた 2019
 プレイベント in 東京



国民文化祭・にいがた2019の開催に合わせ、和食のこともっと知ってほしいから、「和ごはんステージ」を開催するよ!新潟のお米の食比べやバジルの試飲、おはしを使ったマフカみゲームなどのワークショップのほか、新潟の名産品の販売など、おもしろい企画が盛りだくさん。

なかでも、小学生のみんなにうれしいのが、このステージに参加するともらえる「和ごはんファイル」だよ。和ごはんステージや、ワークショップで説明されたことを記入していけば、夏休みの自由研究の完成!

今年の夏の自由研究のテーマは「和ごはん」に決まりだね!

◆和ごはんステージ

- ①お米のはなし「和ごはん」どのおかずの楽しい出会い
五ツ屋お米マイスターの西島豊彦さんによる、おかずにごったお米の選び方を教えてもらおう。
- ②和ごはん美濃ステージ「親子で一緒に、おいしい和ごはん」
日本料理研究家の柳原尚之さんが、親子で作れるかんたん和食のおかずを美濃紹介するよ。
- ③「和ごはんってなあに?〜夏休み子供相談室〜」
クイズ形式で、和食文化や新潟の食文化を紹介!

◆ワークショップ

- お米はかりゲーム他
- ◆参加者3大特典
- ①夏休みの自由研究が仕上がる「和ごはんってなあに?」ファイルをプレゼント。
- ②8/3(土)に開催されるすべてのワークショップに無料で参加できる!
- ③11/9(土)〜10(日)に日比谷公園で開催される、親子に大人気の食農イベント「ファーマーズ&キッズフェスタ2019」のワークショップ参加券をプレゼント!

【開催&応募概要】

- 日時: 2019年8/3(土) ①11:30~13:00 ②14:30~16:00 (途中休憩あり)
- 会場: シダックスカルチャーホール (東京都渋谷区神南1-12-10)
- 対象: 小学生の親子を中心に、一般。※未就学児童も歓迎。 ■参加費: 無料(各回160名をご招待)
- 応募方法: 下記ホームページから応募下さい。 ※応募多数の場合は抽選
https://www.nhk-p.co.jp/wagohan
- 応募締切: 2019年7月19日(金) ※参加証は、7月23日(火)までにメールでお送りいたします。



問い合わせ先 「子供に伝えたい食文化」事務局
 主催: 文化庁 TEL 03-3481-8533 (平日10時~18時) 和ごはんってなあに 検索

夏休みはキッズニア東京へ行こう!
 エコを考えるワークショップや新パビリオン「ゲーム会社」がこの夏、登場!!

夏休み ECO-KidZ Challenge



この楽しみながら社会の仕組みを学ぶことができる「キッズニア東京」。パイロット、医師、ファッションモデル、シェフなど約100種類の中からいろいろな仕事を体験できるので、ワクワクしちゃおうね! そのキッズニア東京で、夏休み限定のさまざまなイベントが開催されるよ。

「夏休み ECO-KidZ Challenge」では自然の元気につながる自然体験やワークショップなど、エコミッションを複数用意。自分ができるエコの方法を見つけよう! 「ソフトクリームショップ」、「ミルクハウス」など5つのパビリオンでは、夏にしか体験できないアクティビティ「KIDZANIA SUMMER 2019 限定アクティビティ」を実施するよ。

また、7/16(火)には、身の周りにあるいろいろなアイテムを使って、ゲームコントローラーを開発する新パビリオン「ゲーム会社」がオープン!
 夏休みの計画の1つは、キッズニア東京で決まりだね!

夏休み ECO-KidZ Challenge

◆開催期間: 7/19(金)~9/1(日)
 節水につながる洗い方を調べる「食器用洗剤研究所」など、エコに関するパビリオンやワークショップが盛りだくさん!

KIDZANIA SUMMER 2019 限定アクティビティ

◆開催期間: 7/19(金)~9/1(日)
 夏休みにしか体験できない5つのアクティビティをチェックしよう!

新パビリオン「ゲーム会社」がオープン!

7/16(火)に、Nintendo Labo を活用したパビリオン「ゲーム会社」がオープン!! さっそくゲームクリエイターを体験しよう!



ご予約はWEBまたはTELで TEL: 0570-06-4646
 www.kidzania.jp (オペレーター対応9~18時 音声情報サービス 24時間)
 〒135-8614 東京都江東区豊洲2-4-9 アーバンパーク 5階と豊洲 ノースポート3F



夏休みの自由研究を全力で応援! 開催期間 7/20(土)~8/31(土)
 リースピア (パナソニックセンター東京内)

理科や算数のおもしろさにふれる体験型ミュージアム「リースピア」では、自由研究の参考になるアイデアがいっぱいつまった「夏休み宿題応援ワークシート」を配布! 8/8(木)には、世界に1つだけしかない自分だけのオリジナル乾電池を完成させ、マンガン乾電池の仕組みを楽しく学べる「手づくり乾電池教室」を行うよ。特別企画展「SPORTS×MANGA」など、楽しいイベントを多数開催。くわしくはWEBをチェックしてね!



- 夏休み宿題応援ワークシート配布
配布期間: 7/20(土)~8/31(土)
- Special Thanks企画 リースピア入場無料デー
入場無料デー: 8/6(火)
- 手づくり乾電池教室 要予約
開催日: 8/8(水)
- 大学生と理数を学ぼう! ~理数教室&工作ワークショップ~
・理数教室 要予約

- 8/17(土) 講師: 東京大学コミュニケーションサークル CAST
- 8/18(日) 講師: お茶の水女子大学サイエンスコミュニケーション団体 おちゃっこLab.
- ・ワークショップ 予約不要
8/17(土)~18(日)

※くわしい内容は、ホームページで確認してね。

- ◆休館日 月曜日・年末年始
- ◆特別開館 7月15日(月)
- ◆開館時間 10時~18時(リースピア3階の最終入場は17時まで)
- ◆入館料 無料(リースピアの3階のみ大人500円、高校生以下無料)
- ◆交通 りんかい線「国際展示場駅」徒歩2分/新交通ゆりかもめ「有明駅」徒歩3分

本紙をご提示いただくと、通常500円のリースピア3F大人入場料100円割引! 1グループ5名様まで [有効期限] 2019年9月1日(日)

RiSuPia 東京都江東区有明3丁目5番1号 TEL: 03-3599-2600 (受付 火曜日~日曜日、10時~18時) リースピア 検索

夏休みの自由研究を投稿しよう! 開催期間 7/1(月)~8/31(土)
 「東京ばな奈子ども自由研究大賞2019」開催



8月7日は「東京ばな奈の日」! それを記念して、今年も「東京ばな奈子ども自由研究大賞」が開催されるよ。キミが自由な発想で作った自由研究の作品を募集中!

今年の募集は、キミがほしい東京ばな奈を楽しみがえり「東京ばな奈デザイン部門」と、思いのまま自由で作ってもらう「東京ばな奈工作部門」。大賞には豪華賞品も用意しているよ! この夏に熱意を込めて作った作品をぜひ応募してね!

WEBサイト tokyobanana.jp/87day

応募のながれ

- ①Instagramで公式アカウント [tokyobananakids] をフォローする
 - ②作品の写真をとる
 - ③作品内容とがんばったところを書いて、「#東京ばな奈子ども自由研究」を付けて、Instagramに投稿!
- ※受賞された方には、公式アカウントよりダイレクトメッセージにてお知らせします。※本大賞への応募をもって、自由研究応募要項に同意いただいたものとみなします。※必ず保護者の同意を得た上で、保護者のInstagramのアカウントでご応募ください。ご応募された作品は、保護者の同意を得ているものとみなします。

大賞には夢の国のチケットもご用意! ご応募はこちら

TOKYO BANANA 東京ばな奈ワールド <本大賞に関するお問合せ先> 東京ばな奈子ども自由研究大賞事務局 Instagramアカウント@tokyobananakids/ヘダ/クトメッセージでお問合せください。 www.instagram.com/tokyobananakids/



夏の思い出宿題もこれで完璧!

夏休み



神奈川県横浜市 ウォーキング・ウィズ・ダイナソー ライブエクスペリエンス

実物大の動く恐竜を目の前で体感できる世界最大級の恐竜ショー。生物史上最強といわれるティラノサウルスなど巨大な恐竜が支配する2億年前の地球へタイムスリップ! 恐竜の進化の過程や生態を楽しんで学べるよ。



全世界で900万人が熱狂した恐竜ショー

お問い合わせ info@livenation.co.jp ※お問い合わせはメールで 神奈川県横浜市港北区新横浜3-10 横浜アリーナ 8/1~8/4 ※詳細はHP参照 ①チケット大人3,000円~10,000円、子ども(3歳~小学生)2,000円~9,000円 ※3歳未満でも座席利用の場合はチケット要 ②JR新横浜駅から徒歩5分 ③なし



迫力満点の恐竜に驚き

オススメINFO

大人気の恐竜ショー。これが最後のワールドツアー。世界最大の恐竜ライブをお見逃しなく!

東京都千代田区 こどもプログラミング教室あるごスクール

プログラミングの基礎が学べる1回完結のワークショップ。少人数制でパソコンの操作方法から教えてくれるので、パソコンが初めてでも安心。マイクラフトを使ったオリジナル教材で楽しみながら体験できるよ。



保護者も見学可能なので親子で出かけよう

050-3825-0837

東京都千代田区麹町4-6-10 麹町青木ビル3階 平日9:00~18:00、土日祝日は不定期で営業 ④不定休 ⑤4,300円~(講座により異なる) ⑥地下鉄有楽町線麹町駅から徒歩3分 ⑦なし



女の子も夢中に!

エコチルクーポン 受講者にUSBメモリをプレゼント 先着8名様限定

東京都新宿区 平和祈念展示資料館(総務省委託)



ワークショップで戦争の労苦の理解を深めよう

第二次世界大戦中、大戦後の労苦を伝える資料館。資料展示やジオラマなどで知らなかった歴史を知ることができるよ。7/13(土)~8/31(土)は夏休みイベントとして、語り部お話し会やアニメ上映などを開催。詳細はHPで。

03-5323-8709

東京都新宿区西新宿2-6-1 新宿住友ビル33階 9:30~17:30(最終入館17:00) ⑧月曜(祝日の場合は翌日休、夏休み期間は開館) ⑨無料 ⑩都営地下鉄大江戸線都庁前駅から徒歩3分 ⑪なし

オススメINFO

8/2~3にはワークショップ「子ども記者による新聞づくり」を開催。夏休みに歴史を知ろう



新聞作りに挑戦しよう

東京都青梅市 奥多摩クルーソーラフティング



小学1年生から参加可能。親子で楽しめる

新宿から電車で約1時間10分。多摩川の上流でラフティングを楽しもう。室内トイレ、更衣室、エアコン、温水シャワー完備。レンタルはすべて無料。ツアー中にガイドが撮った写真を無料でもらえるのもうれしいね。

0428-74-9386

東京都青梅市柳郷3-921-6 9:00~19:00 ⑫不定休 ⑬一般6,000~7,900円、学生5,500~7,400円、ファミリー(大人1名+小学生1名)11,000~13,000円 ※お得なセットや割引はHP参照 ⑭JR日和田駅から徒歩5分 ⑮圏央道青梅ICから約25分 ⑯30台

オススメINFO

HPの申し込みフォームまたは電話で申し込みの場合1人500円引きに(他の割引併用可)



最高の夏の思い出に

エコチルクーポン 大人3,500円のバスポート料金で子ども(3歳~小学生)1名無料(8/4~25は大人4,000円) ※入館時クーポン提出/2338 有効期限:2019年9月30日

- ①急流を下る迫力のウォーター 슬라이ダー「ロデオマウンテン」
- ②スリル満点の「ジップライン」で空中散歩を楽しもう
- ③大量の水がこぼれ落ちる「ボザッピーのジャングルジム」

神奈川県箱根町 箱根小涌園ユネッサン

オススメINFO トリックアート迷宮館 in箱根小涌園。2020年1月13日まで開催中!

家族みんなで1日中楽しめる日帰りアミューズメントスポット。水着で遊べる温泉テーマパーク「ユネッサン」と、ゆったり温泉を堪能できる「森の湯」のほか、2018年には人気の「ジップライン」も登場。また、期間限定で、館内にてトリックアートを展示。面白い写真を撮って夏を満喫しよう! (大人700円、小学生500円、小学生未満無料/10:00~18:00 ※平日は~17:00)

0460-82-4126

神奈川県足柄下郡箱根町二平1297 ユネッサン(水着エリア)10:00~18:00、森の湯(温泉エリア)11:00~19:00 ※季節により延長あり ⑰無休(メンテナンス休みあり) ⑱ユネッサン大人2,500円、子ども1,400円、森の湯大人1,500円、子ども1,000円、バスポート(ユネッサン・森の湯)大人3,500円、子ども1,800円 ⑲箱根登山鉄道箱根湯本駅からバスで約20分、小涌園バス停下車すぐ ⑳1,000台(有料、2時間まで無料)

「ドラキュラのおやつ」 ©株式会社エス・デー Trick Art

*クーポンは他券との併用不可

アノビーナ! マノビーナ!

あそぶ! まなぶ! わらう! なつやすみ

楽しくくっつけて楽しく遊べる手づくりイベント 開始時間(各日) 11:30~12:40/13:50~15:00~

あはれるように動くヘンテコ ろくがきマシンをつくるよ!

7/20(土)・21(日) モーターの重心を変えると動きが変わるよ。 参加費:500円+税 by CANVAS

電気が通るとライトが光る 探知機をつくって遊ぼう!

7/27(土)・28(日) 電子回路が描けるペンで通電探知機をつくってライトをヒントに迷路を遊ぼう。 参加費:300円+税 by CANVAS

サイコロ型万華鏡で、ふしぎな鏡の世界をのぞこう!

8/3(土)・4(日) 自由に模様を描いて自分だけの不思議な世界をつくろう! 参加費:300円+税

思わず夢中! カラフルな砂のアートをつくるよ!

8/10(土)・11(日・祝) 水と砂を閉じ込めて色も形も変幻自在の動く砂のアートをつくります。 参加費:500円+税

漫才コンビ結成スタンプラリー 7/20(土)~8/21(水)

店内の3つのチェックポイントを回って自分だけのオリジナルコンビを完成させよう! 完成したらお笑いシールがもらえるよ。 ※お笑いシールがなくなり次第終了

美しい時代へ 東急グループ



- お問い合わせ
- 東急ハンズ 新宿店 03-5361-3111
 - 渋谷店 03-5489-5111
 - 池袋店 03-3980-6111
 - 東京店 03-5220-7109
 - 銀座店 03-3538-0109
 - ららぽーと豊洲店 03-5547-0109

●材料・会場の都合により、参加人数に限りがございます。 ●参加費はすべて材料費込みです。 ●写真はすべて製作前です。 ●安全のため、小さなお子さまのご参加は保護者同伴をお願いいたします。 ●開催内容・デザインの一部変更になる場合がございます。

他にも、楽しい夏休みイベントが盛りだくさん! くわしくはホームページをチェック!

東急ハンズ

検索



食育特集

参考：農林水産省「aff 2018年8月号」



みんなの食育を応援します!



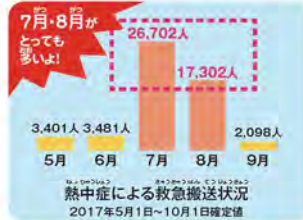
大福くんについて
くわしくはWEBをみてね!
大福くん 検索



とるのも忘れずにね。

私たちが体をあせをかい
て、皮膚から熱を逃すこと
で体温の上昇をおさえてい
るよ。でも、大人に比べ
ると、子どもは体温調節機能
が発達段階で、あせをかく
能力がさほど高くないん
だ。だから、暑さが本格化す
る前に、入浴はシャワーで
済ませず、湯船につかる。外
遊びやスポーツを積極的に
行うなどして、あせをかき
やすい体にしてあげよう。

そして、忘れてはいいけ
ないのが水分補給! ただ、の
どのかわきを感じたときに
は、水分不足の状態になっ
ている可能性が高いため、
かわきを感じる前に飲むこ
とが大切だよ。また、水分
は、一気に飲むより、少しづ
つを何回も飲む方が、体に吸
収されやすいんだ。水分は
こまめにチビチビ。塩分を



- ### 熱中症を防ぐ5つのポイント
- 1 水分はこまめに取る
 - 2 のどがかわく前に水分補給
 - 3 入浴時は湯船につかる
 - 4 あせをかいたら塩分も取る
 - 5 大きな血管が皮膚の表面にある首元を冷やす

体の中の水分が足りなくなったら、どうなるの?

水分が2%減ると…?

症状 のどのかわきを感じ、運動能力が低下し始める。あせが止まらない。めまいが起こる。

対処法 すずしい場所へ移動して服をゆるめて体を冷やす。水分・塩分を補給する。

水分が3～4%減ると…?

症状 食欲がなくなり、イライラする。頭痛や吐き気が起き、体がだるくなる。皮膚が赤くなる。

対処法 水分が2%減ったときと同じ対処法をしても症状が良くならなければ、すぐに病院へ。

水分が5%以上減ると…?

症状 意識がもうろうとしたり、言葉が不明瞭になる。体がふるふるとし、けいれんを起こす。

対処法 首・わきの下・足の付け根などを水や水で冷やし、すぐに救急車を呼ぶ。

塩分が不足すると…?

あせをかかなくても、体の中の塩分が足りなくなると、頭痛や吐き気、痛みをとまぬ筋肉のけいれんなどが起き、体調がくずれてしまうよ。

塩分 約0.2%

水分 70%前後

※体内の塩分・水分量の割合は年齢によって変化するよ。上記の数値は子どもの数値。水分の場合、大人で約60～65%、新生児で約75%になるよ。

水分の正しい取り方を知って 熱中症に強い体を作ろう!

毎年、何万人もの人が熱中症で救急搬送されている。でも、心配しなくても大丈夫! 暑さが本格化する前に、暑さに対応できる体を作ってこの夏を元気に過ごそう!

塩分・水分はこまめに取ろうなのです～

なるほど! 牛乳 Q&A!

Q. 夏休みを楽しく健康に過ごすには?

A. 早寝早起きをして栄養たっぷりの牛乳や乳製品を積極的に取ろう!

夜ふかしして早起きできず、朝と昼が兼用のご飯になってしまったなど、夏休みは生活のリズムが乱れがち。すると、食事のリズムだけでなく、栄養素摂取にも悪影響が出てくるよ。

学校の給食は、1日に必要なエネルギーと栄養素量の約3分の1が摂取できるように作られている。毎日出ている牛乳は、カルシウムが豊富で、ビタミンAやビタミンB2などもふくまれているんだ。では、給食がない日はどうなんだろう? 右のグラフを見ると、給食のない日の昼食ではカルシウム摂取量が大幅に減っているね! 夏休みはいつも以上に、栄養面に気を配る必要があるんだ。食事やおやつで、1日に2本分の牛乳や乳製品を取り入れれば、栄養バランスがぐっと改善されるよ。毎日の牛乳や乳製品で、夏休みを楽しく元気に過ごそうね!

給食のカルシウム摂取量

給食あり 給食なし

385mg vs 137mg (-62%)

出典: 小学4年生の学校給食のある日とない日の食事摂取量と食事区分別の比較(2010)より男女児82名の平均値

生活リズムを整えよう!

早寝早起き 規則正しい生活リズムで健康キープ

たっぷり夏野菜で野菜不足を解消

外遊び・スポーツで体もしっかり動こう

ラジオ体操の前の牛乳1本で骨が丈夫に

ランチに牛乳をそえて栄養バランスをアップ

おやつで乳製品を補うのもGood!

参考資料: 一般社団法人Jミルク

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

こんな体験したことある?

ブナの巨木触ったことある?

世界遺産の森を探検しよう!

本物の列車に泊まろう! 「小坂鉄道レールパーク」と世界遺産の森「白神山」
出発日: 7月24日(水)・8月8日(木) | 1泊2日

きれいな川で生きる昆虫見たことある?

清流に住む昆虫を探そう!

「ELくんまよかわ」に乗車! 大迫力の「神流川発電所」内部も探検清流に住む「水棲昆虫観察」と山のめぐみで作る「木工体験」
出発日: 7月21日(日)・8月4日(日) | 1泊2日

満天の星見たことある?

夏の星座を観察しよう!

【ネット限定】信州で食べて、遊んで冒険しよう! 「そば打ち体験」、絵本と出会う「安曇野ちひろ美術館」、白馬の満天の星「星空観察」と「ロゲイニング」
出発日: 8月3日(土) | 1泊2日

自然にふれる、文化にふれる、体験トラベル

フレテミーナ

この他にも、いろんな体験がもりだくさん! おうちの人と一緒にチェックしてみよう。フレテミーナ

詳しくは、ホームページ、JR東日本の主な駅(首都圏・新潟・長野)にあるびゅうプラザ(旅行カウンター)へ。※当広告による申込みは受け付けておりません。※写真・イラストはすべてイメージです。※既に発売している商品です。満員の場合はご容赦ください。





発表会の総合司会を務めてくれた3人。左からパソコン担当の多田幸哉さん、橋本虎幸さん、北原琉聖さん。

高円寺が盛り上がる。夏の大イベント。2019年6月15日(土)、杉並区立杉並第八小学校以下、杉八小の6年1組のみんなが「高円寺阿波おどりと高円寺の街の課題とこれから」と題した発表を行ったよ。高円寺には東京の夏の風物詩の1つともいえる、東京高円寺阿波おどりと、という祭りがあるんだ。今年で第63回を迎えるこの祭りでは、1万人の踊り手が通りを練り歩き、見物客はなんと約100万人！活気があり、盛り上がるお祭りだよ。

小学生24人の本気が大人を動かす！ 東京高円寺阿波おどりにから 便乗ごみをなくそう！ 5年生の後半から総合学習の時間を使い、高円寺の街をよりよくしようという目標に向かって、さまざまなことに取り組んできた杉並区立杉並第八小学校6年1組の24人。これまでの活動や成果を報告し、協力体制をつくるための発表会が開かれたよ！



祭りの翌日、山積みになったごみ。



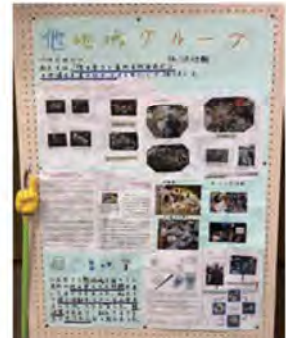
それぞれのグループが、順番に発表を行ったよ。



ふんばりのごみを、ほめてあげない！ 杉八小のみんなは、街頭に出て、街の人の意識調査を行ったり、東京高円寺阿波おどりに実行委員会安全対策委員の方には話を聞いたりなどとして、ごみ問題の解決に取り組むことを決定。中でも、便乗ごみに焦点を当て、5つのグループに分かれて活動を始めたんだ。そのグループとは、ポスターでごみ問題をよびかける「関係施設校内配布グループ」、地域の掲示板や回覧板を活用する「ポスター&チラシグループ」、学校の近所の人にチラシを配る「ポスティンググループ」、この活動を広く知ってもらうためにマスメディアに連絡を取る「マスメディアチーム」、インターネットにも情報を載せる「インターネットグループ」の5つ。みんな、自分たちの活動をパワーポイントにまとめ、たくさん大人の前で発表したよ。大人たちは、子どもたちの真剣な取り組みに大きな拍手を送り、協力を約束してくれたよ。エコチルも杉八小6年生の活動を応援していくよ！エコチル読者のみんなも、ごみの問題について、いま一度、考えてみてね。

杉八小6年生、ごみ問題へのこれまでの取り組み

東京高円寺阿波おどりに実行委員会の方や町内会会長、昨年の6年生など、さまざまな人から話を聞き、自分たちにできることは何かと考えた結果、ごみ問題に取り組むことにしだんだん。その活動の様子の一部だよ。



森の音楽祭 作って、遊んで、森や地球のことを学ぼう！ & EARTH DAY 8月23日(金)・24日(土)・25日(日) 10:00~18:00



ひっくり返っても管足を使って起き上がる

この夏、磯へ出かけよう
夏が近づいてきました。この時期は海に行きたくなりませぬ。海といつてもいろいろな環境があります。その中でも岩場になっている海岸のことを「磯」といいます。岩は形も大きさもいろいろで、生き物のかくれ家もたくさんあります。磯では、多くの生き物がそれぞれにあった場所を見付けて、暮らしています。

今月のどうぶつ

イトマキヒトデ

学名: *Asterina pectinifera*
生息地: 北海道以南、九州南部まで

アカヒトデ目 イトマキヒトデ科

目で見られる生き物たち
ヒサラガイ
ムラサキウニ

そんな磯の生き物として代表的なのがイトマキヒトデです。星型の体が一番の特徴ですが、体の作りも人間とはちがっておもしろいのです。例えば、移動するための足は体の下側に無数にあります。この足は管足といい、1本1本は管状で先が吸盤になっています。磯では、波が来ても流されないように管足でしっかり岩にくっついています。水族館の水槽では、透明なアクリルガラス面にくっついていることもあり、管足を器用に動かして移動している様子が観察できます。



口から胃を出して食事をする!?
エサを食べる口は体の

下側の真ん中にあります。ヒトデはこの口から胃を出してエサを食べます。水族園では生きたアサリを与えています。アサリを水槽に入れると、ヒトデはおいかざります。そしてアサリの殻を管足も使いながら開けて、すき間から胃を入れて中をとかながら食べてしまうのです。イトマキヒトデの水槽にアサリの殻があったら、それは食事のあとなのです。

東京都葛西臨海水族園 東京都江戸川区臨海町6-2-3 TEL. 03-3869-5152 <http://www.tokyo-zoo.net/zoo/kasai/>

葛西臨海水族園だより

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。

かさいニュース

30th ANNIVERSARY

Night of Wonder!

8月11日(日)祝日
16日(金)の6日間開催
園時間を3時間延長して特別イベント「Night of Wonder」を開催します。
水槽の照明を消し、魚たちといっしょに夜を迎えるこのイベントは、夜ならではの特別なガイドや、楽しいプログラムもあります。ぜひご来園下さい。

写真提供:公益財団法人東京動物園協会

次号のエコチル配布予定日は9月2日(月)です。

エコチルは東京都23区の小学校746校で配布している、こ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

土地による文化や暮らしのちがいを知ろう 開催報告

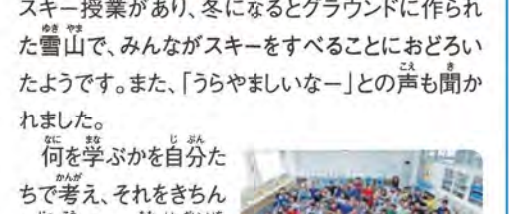
杉並区立桃井第一小学校にて授業を開催!

2019年6月14日(金)、杉並区立桃井第一小学校にて、エコチルを発行している(株)アドバコム の臼井純信代表取締役が、5年生の社会科「暖かい土地の暮らし、寒い土地の暮らし」の単元で、ゲストティーチャーとして授業を行いました。参加したのは105名の5年生。対話に重点を置いた授業

地域とはちがうことだらけで、みんなびっくりしていました。なかでも、札幌の小学校にはスキー授業があり、冬になるとグラウンドに作られた雪山で、みんながスキーをすべることにおどろいたようです。また、「うらやましいなー」との声も聞かれました。

にしよう、課題設定以外はすべて子どもたちが計画したそうです。北海道庁・札幌市役所・社会科教員の協力で作成したスライドを用意し、子どもたちに北海道の暮らしや文化、農業について紹介。自分たちが暮らしている

何を学ぶかを自分で考え、それをきちんと実行できた桃井第一小学校のみんなは、笑顔であふれていました。



夏休みに貯金箱を作ろう

ゆうちょアイデア貯金箱コンクール

日本最大規模の工作物コンクールです! 作製したら学校の先生にわたしてね!

応募期間: 2019年9月2日(月)~9月30日(月)
くわしくはコチラ [Q貯金箱コンクール](#) 検索

第44回 ゆうちょアイデア貯金箱コンクール事務局
電話料 無料
受付時間 平日10:00~18:00(9月)9:00~19:00
※9月21日(土)~23日(月)祝、28日(土)、29日(日)は休日ですが受付いたします。

〒100-8588 東京都千代田区千代田1-10-10 郵便局 ゆうちょ銀行

他にも楽しい記事があるよ! ▶▶▶ <https://www.ecochil.net>

星の王子さまと導きのダイス

星の王子さまミュージアム

〒250-0631 神奈川県足柄下郡箱根町仙石原909 TEL: 0460-86-3700
<http://www.tbs.co.jp/l-prince/>

入園料(当日券) 大人1,600円、シニア(65歳以上)・学生(要学生証)1,100円
小・中学生700円、未就学児は無料
(開園時間) 9:00~18:00(最終入園17:00) (休園日) 第2水曜日(3月と8月は無休)

親子でチャレンジ!

謎解きプログラム

「星の王子さまと導きのダイス」

「星の王子さま」の世界で謎を解く、「謎解きプログラム」第3弾が7/6(土)から始まるよ。親子で楽しめる仕掛けがいっぱい!「ボードゲーム風の地図」と「導きのダイス」で王子さまの旅の軌跡をいっしょにたどろう!

謎解きキット 1,200円(1グループで使用可能) 所用時間(目安) 30~60分

7/13(土)~8/31(土)

学習プログラム

「ミュージアムたんけんたい!」

夏休みに「学習プログラム」が登場するよ。「知る」「調べ」「遊ぶ」を通じて、楽しく学ぼう! 家族でトラバしても楽しい! きみは答えを見つけられるかな? ご入園の小学生に無料で配布します。

※イベントの情報はホームページをみてね

夏休みの宿題応援チケット

星の王子さまミュージアム

子ども1名入園無料

*有効期限: 2019年8月31日(土) ※コピー不可

