



地球にやさしいこどもたち。

エコチル

<http://www.ecochil.net>

広告に関するお問い合わせ
 (株)アドバコム ☎ 011-200-5566
info@advcom.co.jp FAX 011-200-5577

記事に関するお問い合わせ
 エコチル事務局 ☎ 011-200-5671
Info@ecochil.net FAX 011-200-5577

発行:(株)アドバコム URL: <http://www.advcom.co.jp>
 〒060-0062 札幌市中央区南2条西1丁目 喜本ビル7F
 情報提供:札幌市環境局環境都市推進部環境計画課

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、事務局までドンドン教えてください。FAX(011-200-5577)、メール(Info@ecochil.net)にて発行しています。



8月 9月号
 夢月の音楽 あいの里東小学校1年 稲場 心優さん 「みどりをたいせつに」

みどりをたいせつに

エコチル 表紙イラスト 作品大募集!
 キリのイラストで女の子の表紙を飾るイラストのテーマは「エコ・自然・地球」。画用紙にクレヨン・水彩で描いてね。採用されたお友達には右のお絵書きセットをプレゼント。詳しい応募方法は15ページの「応募のきまり」カウエブサイトを見てね! <http://www.ecochil.net>

採用された方にプレゼント!
 ステッチブックと色鉛筆のように紙に描いて水で消せる水消し筆のセットをプレゼントします。数量は先着順です。応募先:札幌市環境局環境都市推進部環境計画課 <http://www.city.sapporo.jp/central/index.html>

とくしゅう
森の鉄分が海を救い、海藻パワーが地球を救う?!
 今月のエコチル★環境教育イベント★
第10回 エコチル環境バスツアー
 今月のエコなひと
 サッポロ・ミツパチ・プロジェクト 事務局長 酒井 秀治さん
夏休み!自由研究おうえん企画!
ごはんづくりに挑戦してみよう!!
夏休みエコチルオススメ情報!
 今月のプレゼント・エコワードパズル
 円山動物園だより ほか

フジッコ親子 食育料理教室
 新しいミニゲームもあそぶよ!!

日時	2010年8月4日(水) 11:00~14:00(受付10:45~)	【参加方法】 ①参加希望者全員の名前(ふりがな) ②お子様の学年・性別を記載 以上を明記の上、下記の いづれかの宛先までご応募ください。
会場	フジッコ(株)札幌営業所 (札幌市東区東22条3丁目14-17)	〒060-0031 札幌市東区東4丁目8-4 大谷ビル 1階(フジッコ)フジッコ食育料理教室
参加費	無料	011-231-1714/フジッコ親子食育料理教室 fujicco@branaisha.com 「フジッコ親子食育料理教室」係
申込締切	2010年7月23日(金)必着	

【お問い合わせ先】
 (株)ブレナイチ TEL011-231-1713 **フジッコ株式会社**

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. 52

【東区】 元町北小学校長 小野 成喜先生

本校では、全校で「お料理に挑戦」を通じて食の大切さを学び体験しています。こども達は、夏休み・冬休みの自由研究や通足などを通じて、料理づくりやお弁当づくりに取り組めます。ランチルームの掲示版には、そのがんばりが添えられています。食べ物を大切にすることをもちょうと、給食の残量も減っているようです。

てん太くんとエネルギーくん 「限りあるエネルギー資源」編
 イラスト:カトウナゴ

てん太くん エネルギー資源がなくなっちゃうって本当?

そう、このまま使い続けると21世紀中には資源が足りなくなるかもしれないんだ

石炭 → あと130年
 天然ガス → あと80年
 石油 → あと40年

2009年度版 エコチル編集委員会

だいへん! そうなったら今の暮らしはできなくなっちゃうの?

そうだね~

こらへっ! 何やってんの!?

うちのうちに楽しんでおこがと書いて

てん太くんの エネルギー&環境教室 vol.4

電気や暖房の無駄使いや、ものを粗末にすることによって、いつかは石油、石炭、天然ガスなどのエネルギー資源がなくなってしまうよ。そうなってしまつてテレビをみたり大好きなゲームがでなくなるだけでなく、いつもの生活にも大きな影響をあたえる可能性があるんだ。だから、エネルギー資源を上手に工夫して使うことがとても大事なんだよ。

北海道のきれいを守るエネルギー、天然ガス。
北海道ガス株式会社
 〒070-8522 <http://eco.hokkaido-gas.co.jp>



森の鉄分が海を救い、海藻パワーが地球を救う?!

ボク、ウニウニ。外見はトゲトゲだけど、中味はお寿司になったりオイシイよ。そんなボクはコンブのような海藻が大好き。でもその海藻が育たない海が広がって困っているんだ!



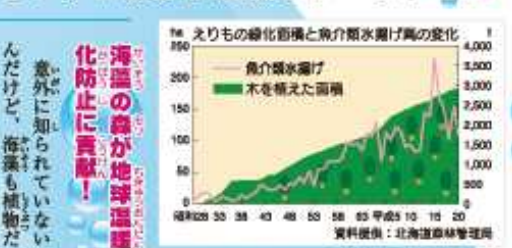
「白い海の砂漠」になってしまっている。コンブが大好きなボクにとっては大問題だ。

50年前から広がってきた、白い海の砂漠。いま、海底がペンキを塗ったように白くなって、海藻が育たない。白い海の砂漠があらどこに広がっているんだ。白くなったのは、石灰質という海藻の一種が海底をおおってしまったため。コイツは石のような植物で、全然栄養がないんだ。おまけにほかの海藻がはえられなくなる習性をだすので、魚も寄りつかない。いるのは身の入っていないウニぐらいのさ。一度こ



砂漠化の原因はまだつきとめられていないんだ。でも、そんな白い海の砂漠の中にも、オアシスのように海藻がしげる場所があるんだよ。川が海に流れこむ河口さ。なぜ川河口なんだろう? 研究によくと分かっていたのは、川の水にふくまれるミネラル、とくに鉄分が重要だということなんだ。

鉄分 川の鉄分を調べたところ、砂漠化がおきている海に流れこむ川と、海藻がはえている海にながれこむ川とでは、川の水にふくまれている鉄分に違いがあったんだ。海流のはえている海にながれこむ川の上流には、葉の落ちる広葉樹の森が広がっていたんだ。どうやら落ち葉が腐って分解されていくときにできるフルボ酸鉄という、水にとける鉄分がカギを握っているらしいんだよね。



意外に知られていないんだけど、海藻も植物だから、陸上の樹木や草と同じように光合成をして酸素を出して二酸化炭素(CO2)を体の中に固定するんだ。北海道大学名誉教授で現在四日市大学教授の松水勝彦先生によ

海流の森がウニをよぶ、魚をよぶ 北海道にはかつて海岸の貴重な木をすべて伐りつくしたためにはげ山ができて、土や砂が飛び散ってコンブや魚がとれなくなった場所があつたんだ。エコチル3月号で取りあげたえりも砂漠のことだよ。でも50年以上かけて植樹していった結果、はげ山の約95%が森になった。コンブもとれるようになった。そうすると、ボクラウニもお魚さんたちも大集合! 水揚げも昔の200倍以上にのびたんだ。

鉄分と湯に炭酸「湯の森」で再生

製菓工程で生じる炭酸スラグを使って、砂漠化した海(磯焼け)に海藻をよみがえらせる取り組みが行われています。写真は炭酸スラグと炭酸させた高純土をまぜた炭酸(ビリーユニット)を海中に入れた結果、砂漠からおよそ半年でコンブの海中林が復活したようですよ。

▲炭酸スラグ ▲ビリーユニットの設置 ▲海中林の復活

エコチル環境バスツアー

今回の環境バスツアーでは、新エネルギーのことと、私たちが守ろうとしている自然について学びます。

まずは野幌森林公園にある北海道開拓記念館に向かいます。そこで開館中の特別展を学芸員さんの案内で見学。その後、野幌の森に出て、木と動物の「生態系」というものを学んでもらいます。

ここではためてある雪をガラス越しに見ることが出来ます。その後は燃料博士と電池助手による燃料電池教室で環境にやさしい燃料電池という新エネルギーの勉強をしてみたいです。

移動中のクイズなど、他にも楽しみが盛りだくさん! 皆さんぜひ応募してくださいね。

エコチル環境バスツアーとは...

エコチル産出を通じて、環境に思いを持ってくれたごども達への感謝を込めて、環境に思いを持って、エコチル事務局が企画しているバスツアーイベントです。

今月のエコチル★環境教育イベント★

天然ガスバスで行く! 第10回 エコチル環境バスツアー

「自然と新エネルギーの大切さを学ぼう」

エコチル環境バスツアーとは... エコチル産出を通じて、環境に思いを持ってくれたごども達への感謝を込めて、環境に思いを持って、エコチル事務局が企画しているバスツアーイベントです。



夏休み!自由研究おうえん企画!

楽しい夏休み!でも遊んでばかりもいられない!前編もたくさんあるよね!
だから自由研究は思いっきりびのびと楽しくやろうよ!実験・工作・絵日記・絵巻...
いろいろあるけどキミはどれかな?エコチルからも紹介するから参考にしてみよう!

保存版!



身近なものでリサイクル工作やってみよう!

牛乳のパックは良質なパルプから出来ているのに、「びん」や「缶」に比べて、リサイクル率が低く燃えるごみとして処分されることが多いのが現状です。みんなもゴミとして捨てしまわないうで工作として再利用しようね!

紙ねんどうを作っちゃおう!

【用意するもの】牛乳パック、洗面器、ミキサー、ざる、洗濯のり(でん粉のり)

- 牛乳パックを開いてなべで煮る。(※1)10分くらい煮たら牛乳パックの両面についているフィルムをはがす。
- はがした紙を小さく千切り、水と一緒にミキサーに入れかはんする。
- ざるに移して水を切りよく絞ったら、洗濯のり(でん粉のり)を加える。
※分量は柔らかさを兼ねがら調整してください。
※色をつける場合はここで絵の具を混ぜてください。
- ひたすらこねる! 削いたり乳めたりしながら粘土状にします。
- よく混ぜ合わせたら 紙粘土の出来上がり!

【用意するもの】新聞紙、洗面器、ザル、洗濯のり(でん粉のり)

- 細かくちぎった新聞紙を水の入った洗面器に濡します。(長く浸せば濡しただけ柔らかくなるので、ねんどうにしやすいです。このとき洗面器にザルを入れ、その中に新聞紙を入れておくと取り出しやすいです)
- 細かくちぎった新聞紙をひとつにまとめ、水をきりかたく絞り、それにのりを加えます。
- のりを加えたら削いたり乳めたりしながら粘土状にします。(ビニール袋に入れてやると手が汚れないよ!)ねんどうの柔らかさはのりの量で調整してください。
- よく混ぜ合わせたら 紙粘土の出来上がり!!

手作り和紙のハガキを作ろう!

【用意するもの】牛乳パック、なべ、ミキサー、洗面器(でん粉のり)、手すき棒(ざるなどでも可)、洗面器、絵の具、押し花など(牛乳パック1半分・水25リットル・洗濯のり10gが目安)

- 牛乳パックを開いてなべで煮る。(※1)10分くらい煮たら牛乳パックの両面についているフィルムをはがす。
- はがした紙を小さく千切り、水と一緒にミキサーに入れおかゆ状になるまでかはんする。
- 水を入れた洗面器に移し、水と糊を分離させる。
- 洗濯のり(でん粉のり)を入れる。色をつける場合はここで絵の具を入れてね。
- 手すき棒(※2)ですくう。糊を左右に振りながら繊維が均一になるように紙をすくのがコツだよ。
- 押し花などをすき込む場合は薄くすきあげ、その上に押し花を置き、またその上にすき上げてください。
- 糊がついている面を下にして下敷きの上におき、水分を取り干分に乾燥させる。
- ある程度乾いたら新聞紙の上からアイロンをかけ出来上がり!

※1 火を使いますので必ず保護者の方と一緒に作りましょう。
※2 手すき棒はざるなどを代用しよう! 濡した三角コーナーのメッシュやガーゼを裏面で木棒を代用してもいい! ざるを使用した場合はよく乾かすのでコースターなどに適しています。

ほかにもこんなのはどうかな?

- 身近なもので電池を作ろう!
【液体電池体験キット】
おうちにある身近なもので電池を作ろう!
レモンやグレープフルーツ、オレンジなど果物を使っての実験だよ!
電子メロディが流れたら大成功だよ!
- 廃ペットボトルが掃除機に!!
【サイクロン式ペットボトルクリーナー】
お家にある飲み終わったペットボトルを使って自分だけのサイクロン掃除機を作っちゃおう!
おうちにこれで机の上はいつもキレイ!
- 電池がいらないラジオを作ろう!
【手作り鉱石ラジオ】
ナント驚き!!電池なしでもラジオが聴ける!!
しかも、そんなラジオが手作りできる!出来上がったら箱に自分で好きなデザインしてカッコよくしようよ!
- 古着をリメイクしちゃおう!!
【ファンシーはたおむし】
もう着なくなった洋服を細く縫ってはおむしをしよう!
可愛いコースターやポーチも作れるよ!
洋服のリサイクルだね!

※ここでご紹介したものは、環境ネットショップ「エコチルショップ」で購入できます。
7月31日(土)まで注文受付中! 詳しくはアクセスしてね!!
www.ecochil.net/shop ケータイはこちらから

NATURE WORLD
キロコ
Kiroro Green Season 2010

〒946-3683 北海道札幌市厚別区村野128-1
TEL:011-34-7111
http://www.kiroro.co.jp

夏休みはキロコが おもしろい!!

キロコの楽しいイベントが、忘れられない夏の思い出を彩ります。

NEW! 謎解き宝探しゲーム
宝探し

●開催:7月1日(土)~8月30日(木)
●時間:10:00~17:00
●参加費/家族の集(※お土産) 1名500円

謎解き宝探しゲームに挑戦した500名以上の参加者に「宝探し」を見つけてお祝い!

宝探し体験、宝探し体験、宝探し体験

宝探し体験、宝探し体験、宝探し体験

宝探し体験、宝探し体験、宝探し体験

夏休み特別企画
キロコ おもしろ王国

●開催:7月17日(土)~8月1日(日) ●時間:10:00~17:00
●大人/小学生/500円 ●お土産別途 ●お土産別途 ●お土産別途

おもしろ王国のイベントが盛りだくさん! おもしろ王国のイベントが盛りだくさん!

おもしろ王国のイベントが盛りだくさん! おもしろ王国のイベントが盛りだくさん!

おもしろ王国のイベントが盛りだくさん! おもしろ王国のイベントが盛りだくさん!

宝探しランチパック 2,300円
『宝の守り人』参加費 必ずお土産(1品) 参加

おもしろ王国のイベントが盛りだくさん! おもしろ王国のイベントが盛りだくさん!

おもしろ王国のイベントが盛りだくさん! おもしろ王国のイベントが盛りだくさん!

エコチル
おすすめ

北海道エコマップ



エコチル読者のみなさん、私たちが住む北海道は自然の宝庫です。
この夏はちょっと環境問題を考えながら、いつもとは違う旅行プランを考えてみませんか？

絶滅種の昆虫を知ろう
大滝昆虫・動物王国

水生昆虫(水中、水面で生活する昆虫)、幻の魚イトウ、ニホンズリガりになど近年、水環境の悪化により絶滅の危機に瀕している種を観察。

お問い合わせ先 | 伊達市大滝区三瀬滝町640-1 ☎0142-68-5076

科学を学ぼう
旭川市科学館(サイバル)

旭川市科学館(サイバル)では天文や天体に關する知識を学べるプラネタリウムや天文台、重力疑似体験できちゃうコーナー、敷地内には自然観察空間も設けています。

お問い合わせ先 | 旭川市宮前通東 ☎0166-31-3186



4126
プロジェクト

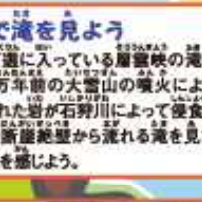
農業体験がしたい
北海道ファーム

植えつけ体験、収穫体験をして自然の恵みに感謝しよう!
※時期により内容変更。野口観光に確認して下さい。

お問い合わせ先 | 伊達市大滝区本部町25番地4 ☎0142-68-5076

層雲峡で滝を見よう

日本の滝百選に入っている層雲峡の滝を見学。約3万年前の大雪山の噴火により積み重なられた岩が石狩川によって侵食されて出来た断崖絶壁から流れる滝を見て自然の脅威を感じよう。



層雲峡滝手紙プロジェクト

層雲峡の滝に手紙を届けてほしい。
□滝元の滝
□滝量の滝

**世界ジオパーク(世界地質公園)に
遊覧された洞窟を体験**
火山博物館

2000年有珠山噴火を展示や体験装置でわかりやすく演出、噴火のメカニズムを体験しよう。

お問い合わせ先 | 虻田郡洞爺湖町洞爺湖142-5 ☎0142-75-2555

天然足湯で川遊び

登別の大湯沼側に自然が作った天然の足湯があります。強風で倒れたシラカバなどを再利用して丸太材のベンチやいす階段を設置、家族みんなでプチャウトアを楽しみましょう。



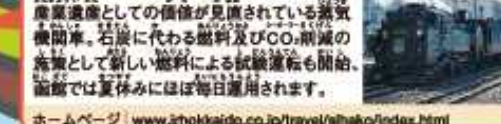
**4126
子ども
統一価格**

3歳~小学生6年生以下
1,126円

S.L.函館大沼号に乗ろう

産業遺産としての価値が見直されている蒸気機関車。石炭に代わる燃料及びCO₂削減の意義として新しい燃料による試験運転も開始。函館では夏休みにほぼ毎日運用されます。

ホームページ | www.jhokkaido.co.jp/travel/slhako/index.html



**4126
子ども
統一価格**

3歳~小学生6年生以下
1,126円

いっぱい勉強していっぱい楽しんだ後は、各地にある野口観光のホテルでゆっくりお風呂、おいしい食事をしよう!

北湯沢

**夏休みちびっこ808
昆虫と動物ふれあい体験**

◆夕・朝食バイキング
◆昆虫動物ふれあい体験
◆大滝昆虫・動物王国のチケットをプレゼント! (大人1名様まで有効200円)

期間 7/12~8/29
料金 (税込、各々一人様料金)
大人 6,780円~13,980円
小学生 908円
人数 2~8名様

**天文台と宇宙食で
宇宙飛行士体験プラン**

◆夕・朝食バイキング
◆名水の水天文台で天体観望体験
◆お子様に宇宙食プレゼント

期間 7/12~8/31
料金 (税込、各々一人様料金)
大人 8,000円~10,500円
小学生 1,126円
人数 2~8名様

施設 | 湯元名水亭 湯元第二名水亭 赤口水口山荘

豊別

運べるテーマパークプラン

◆夕・朝食バイキング
◆マリナーパークニクス、伊達時代村、クマ牧場どれかのチケットをプレゼント!

期間 7/12~8/31
料金 (税込、各々一人様料金)
大人 10,480円~19,480円
小学生 1,126円
人数 2~10名様

**神祕の温泉川探検☆
みんなで家族風呂**

◆夕・朝食バイキング
◆天然温泉を体験(ソートルマップ付)
貸出風呂50分利用付

期間 7/12~8/31
料金 (税込、各々一人様料金)
大人 8,980円~17,980円
小学生 1,126円
人数 2~10名様

施設 | 登別石水亭

洞爺

洞爺で夏休み自由研究

◆夕・朝食バイキング
◆有珠山ロープウェイ(チケット)に乗って、世界ジオパークに遊覧された洞窟を体験! 火山博物館も有効です!

期間 7/12~8/31
料金 (税込、各々一人様料金)
大人 8,800円~12,800円
小学生 1,126円
人数 2~5名様

**1,126円!
果物狩り体験プラン**

◆夕・朝食バイキング
◆洞爺果樹園でぶどう狩り体験ができます。
天文台観望により体験できる場合もあります。

期間 7/12~7/31
料金 (税込、各々一人様料金)
大人 8,500円~12,000円
小学生 1,126円
人数 2~5名様

施設 | 洞爺亭

層雲峡

**札幌共修(スプラン)2日間
夏休みちびっこサイエンス教室**

◆夕・朝食バイキング
◆夏休みの自由研究にピッタリ! 理科実験キット
◆実験、自由研究の材料、道具も全て
天文台でも有効です!

出発日 7/26-29、8/2-5、9-12、16
出発時間 午前10:00
料金 (税込、各々一人様料金)
大人 19,000円
小学生 2,252円(1,126円×2)
人数 2~5名様

屏風峡遊! 遊イカ釣り体験

◆自分でお釣って、その場で食べる
遊イカ釣り体験をしよう。
◆夕食は家族旅行 ◆夕・朝食バイキング
◆天文台観望により体験できる場合もあります。

期間 7/12~10/31
料金 (税込、各々一人様料金)
大人 9,000円~11,000円
小学生 1,126円
人数 1日先着10名様限定
S.L.函館大沼号にのみ入浴も有効です。

施設 | 噴水亭

層雲峡

**不思議!? 体験
~おもしろ科学体験~**

◆夕・朝食バイキング
◆旭川市科学館(サイバル)入浴券付き。
◆夏休みの自由研究のテーマにもピッタリ!
◆科学館で様々な体験ができます。

期間 8/1~9/30
料金 (税込、各々一人様料金)
大人 13,500円~14,550円
小学生 1,126円
人数 2~5名様

**旭山動物園で
動物たちと触れ合おう!**

◆夕・朝食バイキング
◆旭山動物園入浴券付
(中学生以下は無料です!)
◆夕食は、お子様には特別なお料理、ドリンクバーもプレゼント!

期間 7/12~8/31
料金 (税込、各々一人様料金)
大人 13,500円~14,550円
小学生 1,126円
人数 2~5名様

施設 | 朝陽亭ホテル 朝陽リゾートホテル

札幌市千代田区南 旭川市 洞爺湖町 層雲峡 屏風峡 旭山動物園

4126プランのお問い合わせはこちら

◆登別 石水亭 ☎0143-84-2255
◆洞爺 洞爺亭 ☎0142-75-2211
◆層雲峡 朝陽亭 ☎01658-5-3241
◆旭山動物園 朝陽リゾートホテル ☎01658-5-3911
◆北海道総合予約センター(湯元名水亭・湯元第二名水亭・赤口水口山荘) ☎0138-59-5355
◆洞爺湖 噴水亭 ☎0142-68-6677

食育特集夏休み特別号

資料提供:札幌市保健福祉局

さあ夏休み! キッチンで自由研究? 家族で食べるごはんづくりに挑戦してみよう!!



毎日の食事を、家族みんなが喜ぶようにと工夫して作ってくれるお母さん。家にいる時間が長くなる夏休みは、そんなお母さんを手伝って一緒にごはんを作るチャンス! 料理を自分で作ってみたら、「皮むきつておもしろい」「盛りつけて楽しい」など新しい発見があるかも。

さあ、家族といろんな話をしながら、ごはん作りに挑戦してみよう!



ご家族の方へ

毎日の食事は、「残さず食べてもらえるように」「栄養が偏らないように」「予算のなかで」と考えながら作っていらっしゃると思います。それなのに「せっかく作った食事を残したら...」「うちの子は食事に対して興味がないのかもしれない...」と悩まれることもあるのではないでしょうか。そんな時はぜひ、お子さんと一緒に食事づくりをするのもお勧めいたします。子どもとのコミュニケーションが深まることにも、作る体験を通じて、きっと食事への関心が芽生えるはずです。大人になって、自立して暮らしていく時、子どものころ一緒に食事を作った経験がきっと生きてきます。いつか子どもが家を巣立つ時を思い浮かべながら、長い目でゆっくと、時間をかけて、一緒に食事を作る時間を楽しみましょう。

① 食材は野菜洗いから

まずは手で「野菜洗い」もできる「野菜を水で洗う」ことから始めよう。野菜洗いがすんだら、次にジャガイモやにんじんの皮を皮むき器でむいてみよう。できるだけ薄く皮だけむくんだよ。

② 料理の盛りつけ

どの料理にどのお皿を使って、どう盛りつけたら良いか、お母さんになったつもりで考えてみよう!

③ 自分でつくれば、いろんなものがオイシくなる??!

食べ物好き嫌いのキミにもあるんじゃない? 嫌われものの代表はニンジンやピーマン、トマトといった野菜かな。でもこれらの野菜の何が嫌いなんだろ? うね、色? カタチ? それともにおい? でも、キミが嫌いなそんな野菜もその料理には欠かせない大事な材料なんだ。じゃあどうして、その野菜が必要なんだろう? その答えは、野菜を洗いな

④ 「いただきます」「おいしいね」「いただきます」

キミはごはんを食べる前に「いただきます」、食べたあとは「ちこそうさま」とちんとあいさつしているよね。そして「おいしかった!」「また作ってね!」こんな感謝のこぼれがいてくれるかい? 心のこもったこぼれは、ごはんを作る人にパワーを与えらるんだね。キミもごはん作りを手伝ってみて分かったんじゃないかな。いよいよ夏休み、キミもごはんづくりに挑戦だ!

少し慣れてきたら、実際に何かの野菜を切らせてもらおう。最初は必ずお母さんに包丁の握り方や、野菜の切り方を教してもらおうんだよ。また、計量器の使い方や、量り方、gやccといった単位の

小さなお皿をたくさん使うのと、大きなお皿に何種類も盛りつけるのではどっちがいいのかな? そのお皿の色は料理に合った色かな? 持つて運べる重さかな? ごはんを作るということとは、ただ料理をすればいいということではないんだね。

「いただきます!」

「いただきます!」

「いただきます!」

「いただきます!」

夏休みこそ牛乳を飲もう!

骨は成長期にどんどん大きくなります。骨がもつとも成長するのは、女性が11~14歳、男性が13~18歳といわれます。さらに10代の後半には骨の密度(骨量)が多くなり、おおよその骨格は20歳までに完成します。20歳を過ぎたらあわててカルシウムをとっても骨は育ちません。だから小学生から中学生にかけてカルシウムを十分取ることは、大人になる前にしっかり骨の貯金をしておくことにもなるのです。

カルシウムたっぷり牛乳

安心感もたっぷり

牛乳1本(200ml)には227mg以上のカルシウムがふくまれています。成長期の子どものに必要なカルシウムは1日に600~1000mgなので、牛乳1本で必要な量の約3分の1から4分の1がとれるんですね。このほかにも牛乳には、タンパク質やビタミン類がバランス良くふくまれています。しかも、国産の生乳を殺菌加工しただけで添加物が使われていない安全食品。これだけ揃った食品(飲み物?)はありません。さあ夏休み、家の冷蔵庫で冷やした牛乳を「フツ」と飲んで、宿題や遊びをがんばろう! (牛乳が「ニガテ」な人は、ヨーグルトやチーズなどの乳製品をかわりに食べてもいいよ!)

牛乳とレモン果汁を使っマッケーチーズを作るというところでは、自分でチーズが作れるなまちよつとびっくり、今回はチラシ寿司の具でしたが、断れしと合っあいいのまう一度びっくりしました。食事のあとは牛乳クイズとお勉強、牛乳には栄養がたっぷりあるだけでなく、他の食べ物と組み合わせると、さらにしっかりと栄養をとることができるといことも学びました。最後に、ひとりひとりにミルク料理マスター一修了書が手渡され終了。おいしく楽しい料理教室となりました。

冬にも実施する予定なので、またみんな応募してね!

エコチル5月号で募集した **牛乳を使った料理教室**がおこなわれたよ。

6月12日(土)、サッポロファクトリーにある「マドレー」で「親子牛乳・チーズ・ヨーグルト料理教室」が行われました。

当日は抽選で選ばれたお友達が、おかあさんと一緒にチラシ寿司、ハンバーグ、サラダ、そしてデザートのおちこミルクを作りました。どれも牛乳・チーズ・ヨーグルトなど牛乳からできた材料が使われていたよ。

北海道牛乳普及協会 TEL 011-222-0233

牛乳とレモン果汁を使っマッケーチーズを作るというところでは、自分でチーズが作れるなまちよつとびっくり、今回はチラシ寿司の具でしたが、断れしと合っあいいのまう一度びっくりしました。食事のあとは牛乳クイズとお勉強、牛乳には栄養がたっぷりあるだけでなく、他の食べ物と組み合わせると、さらにしっかりと栄養をとることができるといことも学びました。最後に、ひとりひとりにミルク料理マスター一修了書が手渡され終了。おいしく楽しい料理教室となりました。

冬にも実施する予定なので、またみんな応募してね!

乳製品レシピやためになる情報がいっぱい! <http://www.j-milk.jp/> Jミルク 監修



ホクレン農産 感動2010 なるほど農業体験レポート①
苗がお米に！お米がお菓子に！お酒に！！
お米って、いろんな姿に変身するのだ！！

ホクレンと農産観光では、「農」と「食」を楽しく学ぶバスツアーを行っています。
 5月は、江別で田植えを体験しました。
 5月最後の日曜日、山本さんの田んぼへ。北海道米「なつぼし」を植えるのだ。「苗が倒れないように、しっかりと植えてね」と山本さん。土が粘りつくから、「一歩二歩、力がいるね。おっと、植えた苗を踏まないように！」見渡すと、倒れている苗はほとんどなし。みんな上手！「明日から、うちのパートさんになれますよ」。山本さんからもお墨付きをもらいました。泥だらけになっただけがあつたね。



あっぱれ！お米の変身ぶり！
 次は、もちつき。餅は悪いけど、頑強くておもちができたなら、ランチ！つききたてを、さつぱく、コシがあつて、よくのびる！大人も、子どもも、夢中でおかわり！炊きたてごはんのおにぎりもペロリ！じつは、おかずのてんぷらにもお米が、「衣は、お米の粉でつくりました」と山本さん。「アニー」という音とともにサクサクのドン菓子(大人には、江別の粉でつくった日本酒もーとほんに、おもちに、米粉の衣のてんぷらに、ドン菓子、お酒の米づくし、それにしてみごとな変身ぶり、お米って、スゴイ!!

テントウムシも安心の、アスパラガス!
 午後からは、アスパラガスの殺菌に加藤さんの農園へ。畑にはみんなの背よりも高いアスパラガスが！太陽や風に当たるほど栄養が蓄えられるというのが、加藤さんのこだわりなんだ。「アツテントウムシ」そういえば、こっちにも、「うちのアスパラガスは無農薬なんです。おかげでテントウムシも寄ってきますが、安心して食べられるほうが大事です」と加藤さん。そう聞いたら、もうムシなんかゴワくなくなつたや(ホームページでは加藤さん直伝のレシピもご紹介！)

もっと詳しいレポートは、ホクレン食育ホームページ「食卓で笑おう。」にアクセスしてね!
www.shokuku-hokuren.jp/shokuku

野菜コロコロ サラダ

つくりかた
 1. 材料は全て1.5cm位の角切りにし、さつまいも、にんじん、アスパラは茹でて冷ましておく。
 2. 全ての材料をAの調味料で和える。

材料/4人分
 さつまいも 1本(約250g) 人参 1本(約200g) アスパラ 3本 キウイフルーツ 2個
 A: 塩 少々 コショウ 少々 マヨネーズ(ヨーグルト) 大さじ1 1人あたり 野菜使用量 65g じゃがいも 65g

血液サラサラ チーズ入り 洋風チラシ

つくりかた
 カッターチーズのつくりかた
 1. 牛乳を鍋に入れて火にかけ、80度以下になったレモンの酸汁を水で5分ほど薄めて冷ます。
 2. レモン汁を入れ沸かした火を止め、固体(チーズ)と液体(水)に分けてそれぞれに布巾をかけて濾し、これを絞る。

つくりかた
 1. 炊き上がったご飯に手早くAの合わせ酢を混ぜこんでから十分冷まして寿司飯を作っておく。
 2. さけり(1)は薄く輪切りにして、塩をふって少ししんなりさせ、さつと洗って水気を絞る。
 3. しめじは石づきを取って小皿に分け、日で焼くつかるようにして火を通す。
 4. ①の寿司飯にカッターチーズ、②、③と紅ブレイクを散らし、のりをふわりとのせる。

材料/4人分
 米 3カップ さけり 1本 塩 少々 しめじ 1パック 紅ブレイク(昆布め) 100g 刻みみそ 適量
 A: 酢 大さじ3 レモン汁 大さじ1 砂糖 大さじ1 醤油 小さじ2
 B: しょう油 大さじ1 牛乳 1000ml レモンのしぼり汁 1個分

骨や歯を丈夫に いちごミルク

つくりかた
 1. 牛乳・グラニュー糖と蜂蜜を合わせて火にかけて、沸騰後火を弱めて2~3分煮詰める。
 2. へたをとったいちごにAを加えてミキサーにかけなめらかにする。
 3. 粗熱をとった①と②を合わせて器に流して冷やし固め、飾り用のいちごミントの葉を飾る。

材料/6人分
 牛乳 2カップ(400ml) グラニュー糖 90g 蜂蜜 2g 生クリーム 140g(50ml) 生クリーム 140g(50ml) コーンスターチ 大さじ2 いちご(飾り用、薄切り) 4個 ミントの葉 少々

2010ミルクで健康!

日時: 2010年9月4日(土) 13:30~16:30(79分)
 場所: かでる2.7 ホール 札幌市中央区北2条西7丁目

無料招待券500枚

講演①: 「牛乳・乳製品の健康パワー」 女子栄養大学教授 西一弘氏(栄養学博士)
 講演②: 「野球選手、元気の秘訣」 スポーツキャスター 岩本勉氏

申込方法: 入場整理券を希望される方は、氏名・郵便番号・住所・年齢・電話番号・職業を明記の上、ハガキまたはFAXでご応募ください。申込締め切りは、申込当日の午後5時です。申込受付は2010年8月20日(金)までです。申込料金は、申込当日に入場整理券を希望される方に返金いたします。申込受付期間: 2010年8月20日(金)まで。申込先: 〒060-0052 札幌市中央区南2条東1丁目1-13 第2ビル4階(新)フラクタル内「2010ミルクで健康」事務局(振)お問い合せ) (株)フラクタル内事務局 TEL 011-241-6526 受付: 全曜日10:00~16:00までとなります。

申込・乳製品の会場でプレゼント
 FAXでも受付付けてあります。 011-241-6577



いつまでも
 キミを子ども扱い
 していた
 お父さんが、
 子どもでした。

おいしいものを自分の手で作るのが、農業です。
 買って食べているだけでは分からない、発見や感動がいっぱい。
 子どもも大人も、ぐんぐん成長する夏がやってきました。
 畑で育つのは、作物だけじゃない。

ホクレン 食と農のふれあいファーム

くるるの杜

農産物直売所 7月オープン!

8月オープン! 体験農場
 8月オープン! 漬物加工体験施設
 7月オープン! 農産物直売所
 8月オープン! 農村レストラン

〒060-0052 札幌市中央区南2条東1丁目1-13 第2ビル4階(新)フラクタル内「体験センター」2F(新)2F
 北広島市大曲377番地1号(旧)旧農協
 TEL 011-377-8700
 www.shokuku-hokuren.jp

農産物直売所 (8月~10月)10:00~17:00 (9月~4月)10:00~16:00
 農村レストラン (ランチ)11:30~16:00 (ディナー)17:30~21:00 8月~10月のみ

第2回

JAさっぽろ わくわく「農感塾」



昨年の8月10日(月)の朝、60組144名の参加者が集合場所にやってきました。昨年は約140名の募集に対し、なんと600名以上の申し込みがあったんです。参加者全員で開校式を済ませたら、4つのコースに分かれてバスに乗車。それぞれのコースを楽しみました。



今年の増感号はこんな感じでした

野菜の収穫体験がメインのコースでは、1日でも市内3箇所(畑)で収穫体験を行いました。当日は快晴で気温も高く、参加者の皆さんは汗をかきながら収穫を楽しんでいました。さすがに炎天下の中、疲れた様子でも、最後に食べたイチゴパフェで元気を取り戻した参加者の皆さん。帰りのバスも元気がいっぱいでした。

調理体験もできるコースでは、地元の野菜を使ったスープカレーを親子で楽しく、おいしく作って食べて、野菜ソムリエと一緒に野菜に触れる校外授業を受けて、最後は生キマラムル作り!家族におみやげとして持つ

調理体験もできるコースでは、地元の野菜を使ったスープカレーを親子で楽しく、おいしく作って食べて、野菜ソムリエと一緒に野菜に触れる校外授業を受けて、最後は生キマラムル作り!家族におみやげとして持つ

野菜の収穫体験がメインのコースでは、1日でも市内3箇所(畑)で収穫体験を行いました。当日は快晴で気温も高く、参加者の皆さんは汗をかきながら収穫を楽しんでいました。さすがに炎天下の中、疲れた様子でも、最後に食べたイチゴパフェで元気を取り戻した参加者の皆さん。帰りのバスも元気がいっぱいでした。

調理体験もできるコースでは、地元の野菜を使ったスープカレーを親子で楽しく、おいしく作って食べて、野菜ソムリエと一緒に野菜に触れる校外授業を受けて、最後は生キマラムル作り!家族におみやげとして持つ



参加者からのご意見やスタッフの反省点を踏まえて、第2回目となる今年のわくわく農感塾夏休み増感号は、更にパワーアップした内容の4コースをご用意しました。きつと参加した方は、農業が大好きになつてくれるはず!ぜひ参加してくださいね!!

夏休み増感号

8月11日(水)に今年も出発!!

★昨年大好評だった「JAさっぽろ」の農業を体験できる



が



お父さん、お母さんへ 「JAさっぽろ農感塾」について

現在は食への安心がゆがらぬ食料が不可欠で、食料自給率の低さが問題となっています。しかし、私たちの暮らしに、そんな問題を解決しようと熱い思いを持って「食」や「農」に取り組んでいる農家がたくさんあります。この「親子で行く農感塾」は地元の農家と触れ合い、その姿を知っていただくことで、健全な食のあり方や環境問題について考えるきっかけがつかればとJAさっぽろが企画しました。初めて実施した昨年は、定員の4倍以上の申込があり、その内容について参加者からは大好評をいただきました。そこで今年は、更に充実させた4コースを設定させていただきました。農作物の収穫体験や加工体験といった農家との触れ合いを通じて「農」の魅力を感じていただき、あわせて札幌の農業への理解を深めていただければ幸いです。

内容がパワーアップした今年の4コースはコチラ!

Course A: 野菜ソムリエと行く「さっぽろ農業号」. Includes field visit to札幌中央卸売市場 and hands-on activities like making soup curry and ice cream.

Course B: 野菜ソムリエと行く「シェフ号」. Includes hands-on activities like making soup curry and ice cream.

Course C: 野菜ソムリエと行く「野菜大好き!号」. Includes hands-on activities like making soup curry and ice cream.

Course D: 地球温暖化ふせ客席と行く「地球を守ろう号」. Includes hands-on activities like making soup curry and ice cream.

募集要項 ●原則として小人を含む親子(家族)を対象としております。 ※小人は4歳以上~中学生のお子様を含む親子(家族)が対象です。

実施日 平成22年8月11日(水) 募集人数 ●A・C・Dコース 各コース40名様 ●Bコース 20名様

旅行代金 ●大人(中学生以上)お1人様 2,000円 ●小人お1人様 1,000円 応募締切 平成22年7月26日(月)必着

応募方法 官製ハガキ又はEメールに参加者全員の氏名(フリガナ)・年齢(学年)・住所・電話番号・希望コース名を明記の上、(株)農協観光北海道支店(住所・Eメールアドレスは下記参照)までお送り下さい。応募者多数の場合は抽選とさせていただきます。当選者には7月30日(金)頃に詳しい旅行条件を説明した書面を送らせていただきます。

当日の流れ 集合時間(予定) AM9:00 ホテルモントレ札幌2F ビクトリアルーム 開校式を行います。 各コースごとにメニューを体験 再度集合場所に集まり開校式を行います。 PM5:30 帰路終了予定

農作物は生き物です。これからの天候次第では予定していた作物の収穫体験が実施できない場合がございます。その際は代替の体験等をご案内させていただきますので、予めご了承下さい。旅行代金に表示の交通費、朝食代(全コース朝食1回)、着替え体験費用、イベント費用は旅行代金に含まれます。 農協観光(株)のお土産は別途お持ち帰り下さい。(収穫体験は一定量を定めさせていただきます。) 農協コース利用交通機関は貸切バスを利用し、乗車料が別行いたします。 農協体験時の服装、必要なものについては出発前に送付する募集案内にてご案内いたします。

ホームページも見てね! http://ntour.jp/gt/hkd/



豊かな自然と恵みの大地

情報提供/ルスツリゾート

留寿都村

豊かな高原台地と羊蹄山をはじめとする、四季折々の美しい山並に囲まれた村です。この素晴らしい自然を大切にしましょう!

●留寿都村の自然の恵みっておいしいって知ってる? 留寿都村には様々なおいしい恵みがあるよ。その中からとびっきりの3品をご紹介します!

ジャガイモ

留寿都村はじゃがいもがとっても有名。でんぷん粉の原料にもなる「紅丸イモ」の発祥の地なんだよ。最近では「キタアカリ」が人気!甘くてホクホクのとってもおいしいイモでみんなも食べたことあるんじゃない? 秋には収穫体験ができるよ。



留寿都高原ポーク

留寿都村は豚肉も有名なんだ。豚肉のおいしさは豚身にあるといわれているんだけど、生産者が心を込めて作った「留寿都高原ポーク」は、その豚身がとってもおいしいんだ。それに肉質もすごくジューシーなので留寿都村の特産品にもなっているんだよ。札幌のデパートでも「幻の逸品」として扱われているんだ!



ヤーコン

みんなはヤーコンって知っているかな?南米のアンドス高原が原産で、日本ではとってもめずらしい野菜なんだ。生で食べるとシャキシャキして、ちょっぴり甘くて果物のナシのような味。でも煮るなど熱を加えるとレンコンのような味になる不思議な野菜なんだ。留寿都村で栽培してるんだって。



●留寿都村のこんなおはなし知ってる?

羊蹄山と尻別岳は大姉?

日本一の山、富士山と似ているということから「蝦夷富士」といわれている羊蹄山。その羊蹄山に似ていることから尻別岳は「ニセ羊蹄」といわれているんだ。昔、アイヌの人たちは羊蹄山をマテネシリ(女山)、尻別岳をピンネシリ(男山)と呼んで山の夫婦と考えていたんだって。この二つの山が留寿都村の大地を、子供のように育ててくれたんだね。



こんな歌知ってる?

♪赤い靴「赤い靴はいては 甘の子 異人さん紀 つれられて 行っちゃっぴ」
なんだかちょっと悲しい歌だけど、みんなも一度は、この歌を聞いたことがあるんじゃないかな? この歌は、北海道に移り住んできたある女の子が、開拓生活のきびしさから、アメリカ人の宣教師のところに美女に出されたことを歌にしたものなんだ!「シャボン玉」や「七つの子」の作詞をした野口雨情という人が、実際にあったそのお話を聞いて書いた歌詞なんだよ。
じつはこのお話しは留寿都村が発祥の地。それで留寿都村には「赤い靴公園」があってそこには記念碑が建てられているんだ。ぜひ立ち寄ってみてね!



●留寿都村でのこんな取り組みって知ってる?

ルスツリゾートで面白い研究を発見したよ。白樺から出る「樹液」を食材としてつかうというものなんだ。白樺は北海道を代表する木で、海外では「マザーツリー」(母なる木)と呼ばれて神聖な木とされているよ。北欧やロシアでは樹液を漢方薬や健康飲料として飲んでたんだって。アイヌの人たちも「タンニ・ワッカ」と呼んで春に多く採れるこの樹液を飲んでい



たよなんだ。ルスツリゾートでは白樺の樹液を使ったフランスパンを作ってみたら、水を使ったものよりも甘みもあってやわらかく、おいしく出来たんだって。他にもルスツリゾートでは地中熱を利用した省エネ熱湯システムの導入をしているなど、自然をずっと残していけるよう環境に配慮した取り組みも行っているよ。



留寿都村イベント情報!! イベントに参加して、留寿都村の自然を満喫してみよう!

ルスツうまいもん祭り オータムカーニバル2010 ~1万人大BBQ大会~

毎年恒例、秋の味覚を堪能するお祭り。パーベキュー、採れたて野菜、道産キノコの香味大鍋汁が食べ放題、ワイン・ジュースが飲み放題。さらに、牛・羊・鶏の丸焼きや、伊はた焼コーナー、豪華景品が当たる大抽選会や、ステージイベントなどもあり、みんなで盛り上がる!

日程 9/18(金)~20(日) 雨天 無休
※開催地:9:00~17:00
※パーベキュー会場 オープン:10:45 終了:15:00
※入場券 (会場内1日遊び放題 + BBQ券+飲み) 大人1,800円(税込) 小中学生1,200円(税込)
※おとな(中学生以上) 5,350円(税込) 幼児自費6,300円
※小学生 4,300円(税込) 幼児自費5,375円
※幼児(4歳以下) 1,800円(税込) 幼児自費2,575円
※会場 ルスツリゾート総合サービスセンター コルビエビル 2階 イベントホール
TEL.0136-46-3331

2010 北海道アウトドア フェスティバル inルスツ

霧の中をけがる「トレイルランニング」や、地図とコンパスを持って、山の中のチェックポイントを探す「ログイニング」など、大自然の中でのスポーツが、近年ルスツでは大人気に行われています。さあ、夏も挑戦してみよう!



日程
9/19(土) ノルディックウォーキング
9/25(金) ログイニング
※高校生以下 3時間の部 1,500円
9/26(土) トレイルランニング
※高校生以下 5kmの部 1,000円
※会場 ルスツリゾートアクティビティデスク
※予約 予約センターにて
TEL.0136-46-3332

夏休みはルスツへGO!!

家族全員子ども料金で遊び放題

※小中学生の分は含まずファミリープラン
※別途消費税/おとな4,800円、小学生3,800円

入場料 ファミリー割引 ▶3,800円

遊園地フリーバスポート登場

●7/24-10/24 おとな 8,600円 小学生 7,200円

ファミリープランモニター募集!

●7/24-7/31 [1日10名様限定]
ノース&サウスウイング1泊
夕・朝食、滞在中の遊園地券付き

ご予約・お問い合わせ
●詳しくはホームページ(CHECK)
http://www.rusutsu.co.jp/
●お電話予約センター
TEL.0136-46-3111

ルスツリゾート
〒048-1711
北海道紋別市留寿都町字奥川13番地

おとな・小学生ともに
ルスツの夏休みイベントアンケートに答えてね!
おとな・小学生ともに
2名1室 通常14,800円 ▶13,000円
3名1室 通常14,000円 ▶12,200円
4名1室 通常13,800円 ▶11,800円
※上記プランご利用の際は「エコホテルを見た」としていただきます

夏休みのルスツ 小学生 何てもランキング!!

ルスツで楽しんでいること
●1位 遊園地
遊園地のワンテンゴ!遊園地は、2000円でナイターも楽しめるので大人気!
●2位 国外スーパージャンプボール
夏休みばかりじゃなく平日も楽しめるジャンプボールが人気!
●3位 バイクで遊ぶ
好きな音楽を聴きながら自由にアクティブな乗り物で遊ぶのが大人気!

人気アクティビティ体験
●1位 ラフティング
自然の雄姿を堪能しながら楽しめるラフティングが人気!
●2位 乗馬体験
自然の中で馬に乗って楽しむ乗馬体験が人気!
●3位 てづくりランド
自然の恵みを生かしたてづくり体験が人気!

夏休み期間限定イベント
●1位 グレート・モスクワ・サーカス
世界最大級のサーカスショー!毎日開催中!
●2位 スペシャル花火大会
美しい花火を眺めながら楽しむのが人気!
●3位 ホタル観賞会
美しいホタルを眺めながら楽しむのが人気!

夏休み期間限定イベント
●1位 ラフティング
自然の雄姿を堪能しながら楽しめるラフティングが人気!
●2位 乗馬体験
自然の中で馬に乗って楽しむ乗馬体験が人気!
●3位 てづくりランド
自然の恵みを生かしたてづくり体験が人気!

夏休み期間限定イベント
●1位 ラフティング
自然の雄姿を堪能しながら楽しめるラフティングが人気!
●2位 乗馬体験
自然の中で馬に乗って楽しむ乗馬体験が人気!
●3位 てづくりランド
自然の恵みを生かしたてづくり体験が人気!

札幌発着無料送迎バス
毎日運行中! TEL.011-272-3111

ルスツのECOを
とりこめ

ルスツのECOを
とりこめ

さあ、夏休みだ!

北海道はじめてだよ!
全員集合!

こども夢まつり inアリーナ

みんな、夏休みの予定は決まっているかな?
真駒内セキスイハイムアイスアリーナでは、
家族みんなで楽しめるイベントが開催されます。
楽しいコンサートや、ヒーローショーもあるよ。
その他、アート・ワークショップやふみふみなど、
イベントがもりだくさん!
家族みんなで遊びにこころ!
入場後の
場内での遊びは
無料だよ!!

●日時/7月24日(土)~8月8日(日)
平日 10:00~20:00 休日(1部) 10:00~14:30 (2部) 15:30~20:00
※平日を除く土曜日・日曜日は、期日時間変更による二段階制にて完全入れ替えとなります。
※最終入場時刻は平日19:00、土・日1部は13:30、2部は18:00となります。
※会場内には入場制限を行う場合がございます。ご了承ください。

●場所/真駒内セキスイハイムアイスアリーナ
(真駒内屋内競技場) 札幌市南区真駒内公園1番1号
※特別観戦席(土・日300円/1日、平日無料)
※駐車台数(約1000台)は満りがちです。
※できる限り公共交通機関をご利用下さい。

“ミッフィー”と一緒に楽しい時間を過ごそう!

オランダの絵本作家ディック・ブルーナの絵本に
登場して今年で55周年を迎えたミッフィー。世界
中で愛されるミッフィーのすべり台やボール
プールなど、子どもたちが体を動かして楽しく遊べるコ
ーナーです。

ミッフィーコンサート ミッフィーとらたおら
場所:キャラクターショーステージゾーン
ミッフィーとメラニー、歌のお話さんが盛り上げる
楽しいコンサートショー

ミッフィーコーナー

遊べるアイテム

- ミッフィーのすべり台
- ボールプール
- ワゴのスライダー
- 絵本のひろば
- ミッフィーの
ピクチャーポイント

© Mercis tv

日時 7/26(土)・30(日)・8/3(火)・5(木)
①11:00~ ②15:30~
7/25(金)・31(土)・8/1(日)・7(日)・8(日)
①13:30~ ②18:00~ N110観客25分

観覧無料 みんなのヒーローが、アリーナで大活躍!
迫力のステージを見逃すな!!

スペシャルショー

①2010 テレビ朝日・東映AG・東映
②2010 テレビ朝日・東映AG・東映

日時 7/26(土)~7/30(日)
①19:00~ ②18:30~
7/24(土)
①19:00~ ②18:00~

①2008 テレビ朝日・テレビ朝日・AG・東映
②2007 テレビ朝日・テレビ朝日・AG・東映

日時 8/2(日)~8/6(木)
①13:00~ ②18:30~

“やさいのよろせい”と冒険しよう!

NHK教育テレビで放送中のアニメ「やさいのよろせい/N.Y.SALAD」を題材とした遊びの広場が
登場します。「遊び」と「冒険」をテーマに元気よく
を遊んで遊ぶことができる広場です。

やさいのよろせいわくわくワールド

遊べるアイテム

- お花畑でジャンプ(あひまわ)
- ボールあそび
- シャボン玉とぼろろゲーム

© NHK教育・NHK・(株)Y.SALAD パートナーズ

やさいのよろせいキッチンコンサート
場所:キャラクターショーステージゾーン
人気キャラクターの
身軽バブくんが遊びに来るよ!

日時 7/28(日)・8/2(木)・6(日)
①11:00~ ②15:30~
7/25(金)・31(土)・8/8(日)
①11:30~ ②16:30~ N110観客25分

夏休みの自由研究に、
オリジナルグッズをつくっちゃおう!

カナヒヒロミ(アーティスト) 指導・監督
夏休みアート・ワークショップ

毎日開催 7/24(土)・25(日)

親子で遊ぼう 糸電話
エコーおもちゃ
つくろう!

7/31(土)・8/1(日) 8/7(土)・8(日)
マイ・エコバッグを
つくろう! やさい先生が
かごう!

他にも、
キャラクター物販コーナー
鉄道コーナー、
夢まつりレストラン
ふみふみもあるよ!

子ども夢まつり 検索

色々な情報が満載!
詳しくはWEBを見てね!!

“ベネロベ”の世界を体験しよう!

「ベネロベひろば」は絵本やアニメなどで親しまれて
いる、かわいらしいベネロベの世界を再現し、さわって、
遊べるたのしいひろばです。ベネロベの絵本の世界
やボールプール、ぬいぐるみ、バスなどの道具が登場
します。

ベネロベひろば

遊べるアイテム

- ベネロベ
世界の絵本タワー
(展示)
- ベネロベファミリー
- ベネロベぬいぐるみ

© Galtner Licensed by N.A.

ベネロベコンサート ベネロベとらたおら
場所:キャラクターショーステージゾーン
ベネロベとそのお友達と一緒に
体を動かして遊ぼう!

日時 7/27(金)・29(日)・8/4(水)
①11:00~ ②15:30~
7/24(土)・8/1(日)・7(日)
①11:00~ ②16:30~ N110観客25分

入場料金 ●期日時間変更券(1部/2部)(土・日) ●平日券(月~金) ※乳幼児は無料となります。
●大人(中学生以上) 前売券 ¥2,000/当日券 ¥2,200
●こども(3歳~小学生) 前売券 ¥500/当日券 ¥600

チケット販売所 キョードー・ミュージックソングキョードー札幌店/4プラプレイガイド/大木プレイガイド/
チケットぴあ(Pコード:平日券988-949/土・日券917-580)/ローソンチケット(Lコード:平
日券13077/土・日券13078)/全通のJR北海道みどりの窓口・ツインクルプラザ

イベントに関するお問い合わせ 会場
子ども夢まつり事務局 キョードー札幌 10時~18時(日・祝日不在)

TEL.011-581-1972 TEL.011-221-0144

主催:北海道体育文化協会 実行:新キョードー札幌 協賛:日昇美術工業 協賛:札幌テレビ北海道/北海道 協賛:札幌ベルクス/新キョードー札幌の五輪/朝日ようつ
後援:北海道/北海道教育委員会/札幌市/札幌市教育委員会/北海道私立校推進協会/北海道新聞社/北海道日刊スポーツ新聞社 制作協力:北海道舞台製作/純ムーンウォーク

らでいっしゅぼーやの野菜なら、
Radish Boya 土が安心! だから
まるごと食べてね!

有機・低農薬でいいに育った作物には
「野菜の本当のおいしさ」があります。
たとえばこのズッキーニ。
高良野の種蒔英郎さんの畑で、ジャガイモ、
玉ねぎ、とうもろこし、アスパラガス、
南瓜などと一緒に、化学肥料、農薬を使わずに
丹念に育てられています。
だから近もこんなに美味しい!
元気でまるごとおいしいズッキーニです。

らでいっしゅぼーやの
ズッキーニで作ろう!
夏野菜のカレー

ズッキーニなど豊富な野菜を使った
「夏野菜のカレー」レシピは
エコファーム毎日紙に掲載中です!

資料のご請求とお問い合わせは
0120-831-375
受付/月~土 9:00~18:00
日・休日・夜間は受付時間外にてお問い合わせいただけます。WEBから ▶▶▶ ▶▶▶

おいしさを実感してください!
資料をご請求いただいた方に
「濃いおいしさ」
無料プレゼント!

資料請求から ▶▶▶

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

らいねん
7月



テレビが 変わる

みんなは地デジってきいたことあるかな？
おうちのテレビには、もう地デジ対応して
るよ！
みんなの生活にどんな影響があるのかな？

みんながみているテレビ。実は電波という見えな いもので映像や音が届けられているよ。

でもその見えない電波がじつはもうすさまじ
いくらいにいっぱいなんだ。だから地上デジタル放
送にして(地デジ化)電波を上手に使うとしてい
るんだ。地デジ化すると今までと比べて約35%の
空きスペースが出来るよ。限りあるエネルギー資源
を上手に使う「エコ」にもちよっと似てるね。

テレビがとってもきれいに映るよ

映像が二重に見えるゴーストがな
くなったりハイビジョン放送できれ
いな映像が見られるよ。北海道の



© 2010 放送局協議会

自然も迫力満点に見えるね。
●便利になるよ

天気予報やニュースなどいつでも見られるから、
お出かけ前にもいつでも情報を
チェックできるんだ。キャンプ
やドライブもこれでバッテリー！
●面白くなるよ

インターネットとつながりでクイズ番組に参加した
りアンケートに答えたりできるんだ。
めざせクイズ王！
●やさしくなるよ

たくさん情報を送ることが
できるから字幕放送や声
の解説を増やせるんだ。お年
寄りや障害者もたんと一緒に楽しもう！
●その他にも……

お父さんが見ている野球中継
が延長になっても予定通りみ
んなの見たい番組がみられた
りもするんだ。そして余裕が
できた電波は車どうしの通信
に使って事故を防止したり、救急車や消防車な
どの緊急自動車に大事な情報を伝えたりする
こともできるよ。地デジは安全で安心な暮らし
のためにも活用されるんだね。

みんな地デジのことわかってくれたかな？
テレビ局ではこれからも楽しかったり役に立っ
たり色々な情報をたくさん作って放送して
くれるから楽しみだね！



地デジに関するお問い合わせ... 総務省 北海道中央テレビ受信者支援センター (デジサポ連央)
TEL.011-351-1155 平日/9:00~21:00 土日祝/9:00~18:00

地デジ化をすすめている札幌の放送局からのお知らせ

地デジを知るなら、UHB!

地デジのこと、わかりやすくご案内します!

地デジ 100%

毎週土曜 5:25~(放送中)

過去の放送は、UHBのホームページで!

地デジは 8ch uhb.jp **uhb**

HTBはデジタル6チャンネル

地デジの準備はOK? **On!おんたす**

デジタルならデータ放送もたっぷり!

地デジは1BAN **HBC**

キレイな映像!
暮らしに役立つ情報!
楽しい事もいっぱい!
地デジでますます面白い
HBCを置しくだもん!!

HBCマスコットキャラクター SATSU

さわやか 自然百景

総合テレビ 毎週土曜 あさ8時45分

日本全国に広がる豊かな自然を
美しい映像で描きます

地球にやさしくね!

ピラメッス

月~金 夕方6時30分
★金曜日は90分の拡大版!

キングコング STV

理科する 北海道

7月31日(日) 10:30放送

キングコングの自衛隊センセイとミキティセンセイが理科の授業を楽しく!
生徒はキングコングの模範クンと忠実なズビッチ子たち!
北海道の自然のナゾにけまっちゃんおつ!

ECOCHIL

エコチルいんぷおめーしょん

INFORMATION

エコワードパズル (詰めてプレゼントが当たります!)

10x10 grid for Eco Word Puzzle with numbers 1-10 in specific cells.

- ①人を探すと危険なハチ。大型で体長3〜4cmもある。丸い巣を作る。
②10本の足をもち水生動物が泳ぐときに出す。
③リサイクルされる代表的な音響。
④円筒形で材質はアルミかスチール製。
⑤ふとんやベッドにかける白く大きな布のこと。
⑥大きなものをこわして細かくすること。
⑦和食の調味料として人魚の果実。
⑧人気フットボールの名産地でもある。



ヨコの力キ

- ①海水浴場などで目かくしをして行う、ある果物を割るゲーム。
④写真や絵を用いてくわしく説明した本。動物や昆虫のものか代表的。
⑤動物の性別。一方はオス、もう一方は?
⑥九九のかけ算。4x9(=36)はなんて覚えた?
⑧大西洋にある陸島の名前。道路事故が多発する。島の三角領域(トライアングル)も有名。
⑨厚手の綿の布のこと。オールデイズ(むかし服)のスニーカーは今でもこの生地を使う。

Small 10x10 grid for Yoko no Chikara puzzle.

Word search grid for Yoko no Chikara puzzle.

リサイクル くるくるまわせ みんなのわ
エコチル事務局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ね。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!



イベント情報 スーパーカーの匠がやってくる!
親子DAYキャンプ 親子でスーパーカーづくりに挑戦!
開催日 8月29日(日) 日帰り
主催:札幌市青少年山の家
申込必 8月16日(月)必着

今月のプレゼント カフェ・フォルダー
クロスワードを解いて、アルファベットの順に書くと、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。

エコチルWebサイトアンケートフォーム
Q1. エコチル7月号は、どこでもらいましたか?
Q2. エコチル7月号の内容はどのようにでしたか?
Q3. おうちでエコチルを読む方すべてに〇をつけて下さい。

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/
7月号応募締切は平成22年7月31日(土)まで

IDEMITSU 出光 北海道 出光 北海道 出光 北海道
こどもお絵かきコンテスト 2010
賞品募集
賞品: 2,000円相当の図書券

北海道内に住む小学生
出光の約束
2010年9月15日(水)締切
応募についての詳しい情報は
アポロマークの出光サービスステーションにあるチラシをご覧ください。

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!!

頑張れレンボー! 初めての赤ちゃん! 初めての子育て!

5月25日、ボルネオオランウータンのレンボーに待望の赤ちゃんが生まれました。パパはもちろん弟路郎。待望の息子(赤ちゃんは雄)誕生です。

レンボーにとっては初めての出産でした。赤ちゃんはレンボーのお腹にしっかりとしがみついて、レンボーも赤ちゃんを片時も離さず抱きかかえ、起きている時はもちろん眠っている時まで常に



まっめお母さん ひとつ一瞬



一緒です。愛情たっぷりの子育てでは、母親として100点満点! 6月中旬から一般公開されているので、見に行っておね!



すずめからのわいてる声、息を吐くたびに、子どものことが気になってしょうがないのでは...

シンリンオオカミにも赤ちゃん誕生

かよし夫婦・シンリンオオカミのジェイ(雄)とキナコ(雌)にも待望の赤ちゃんが誕生しました。自然出産で巣穴で生まれた子どもは雄一頭。パパとママに見守られながらぐんぐん成長しています。もう少し大きくなれば、キナコの監視もゆるくなって(?)みんなの前で走り回る姿を見せてくれるはずですよ!



安全なところに置かれるので、ママに見つめて...

ドサンコの森にはエソリスがすんでいる!

ども動物園の奥にあるドサンコの森。なんと壁内には北海道の森が再現されていて、2頭のエソリスがすんでいるのです! マルヤマ君とアシベツ君です。会いやすいのは開園してすぐの時間や閉園近く。会えたらエコチルまで報告してね!



こんな姿が見られるとイイね

〒060-0802 札幌市中央区宮ヶ丘3-1 TEL 011-821-1426 営業時間 10/31 9:00~17:00 11/1~1/31 9:00~18:00 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/

2010サマーイベント

グリーンランドパスプラン

たとえば、札幌エリアからのセット (2日間+札幌市内移動) 10日以内有効

入場券	フリーパス	往復バス代	合計
大人 ¥4,600	大人 ¥3,400	大人 ¥1,000	大人 ¥9,000
小学生 ¥3,300	小学生 ¥2,900	小学生 ¥1,000	小学生 ¥7,200

2010サマーイベント

ファイアー・ハイトライブショー

7/24-8/22

キャラクターショー

7/24(土) 午後5時~午後8時
7/25(日) 午後10時~午後1時
7/26(月) 午後1時~午後4時

待ちに待った夏休み! 楽しいスタートはNHKのアニメで決まり!!

完デジカウントダウン 「さっぽろアニメひろば724」

●と き: 7/24(土) 午後の部 午後10時~午後1時 午後の部 午後1時~午後4時

●と ころ: 札幌保健体育館(札幌市東区北22条東5丁目)

●主 催: NHK札幌放送局、(株)さっぽろ健康スポーツ財団

来年7月にはアナログ放送が終わり、完全にデジタル放送に変わるということを知っていますか。7月24日は、そのちょうど1年前。デジタル放送になると、今まで以上に番組をきれいな映像と音で楽しむことができます。最近のテレビは薄くて軽く、エネルギーを節約できるという良さもあります。楽しい夏休みの始まりに、ぜひ遊びにきてください。入場ご希望の方は、お早めにお申し込みください。

お申し込み NHKのHPまたは携帯サイトからお申し込みできます。 入場無料。先着順。定員になり次第締め切り。 NHK札幌放送局 http://www.nhk.or.jp/sapporo/ > ご案内 > 24時間自動音声案内 011-221-8844 トップページ(イベント)にアクセス

ステージショー NHKで放送中の人気アニメキャラクターが「デジタル放送って何?」を、みなさんと一緒に解決していくステージショー。

- だんごのまはる [さ! BS見えない? MOTTAINAIの嵐!] (1期目) 午後10時30分 (2期目) 午後1時30分
- まいごん、うさじい、たーちゃん [指アゲDEどーも] (1期目) 午後11時30分 (2期目) 午後2時30分

フロアイベント NHKで放送中の人気アニメキャラクターによる、デジタル放送にちなみだんごのまはるを使ったクイズやゲームに挑戦!!

- メジャー 「デジタルストラックアウト」
- だんごのまはる 「デジタルクイズ対決」
- まいごん 「月夜町」デジタル対決」
- ぜんまいざんまい 「BSだんご! 食べてみよう」
- ななみちゃん 「指アゲ対決」

読書支援講座

小学1年生から小学6年生対象 「読書検」で「能力開発」

わくわく文庫

読書の効果がこんなに

読書検	読書検	読書検	読書検
読書検	読書検	読書検	読書検
読書検	読書検	読書検	読書検
読書検	読書検	読書検	読書検

1. 最初は読み聞かせの効果で、知らず知らずのうちに読み切ることができ、一冊読んだという達成感がある。
2. 読書時間が少なくて済み、多くの本を読むことができる。
3. 速く読めるようになり、読書量が増え、他の本も自力で読むようになる。
4. 本を読むことで、漢字を覚えたり、多くの言葉を知り、文の意味を汲み取れるようになる。
5. 教科の学習においても、国語のみならず他の教科でも読解力がつき、文の意味が速く理解できるようになる。

夏休み 体験授業 011-271-3565 札幌進学教室

次号のエコチル配布日は8月19日(木)です。エコチルは毎月1日、札幌市内小学校での配布を目的とした環境教育情報誌です。 児童会館、札幌エムプラザ 2階 環境プラザ(北区北8西3)、北道環境プラザセンター(北4西4丁目1 1号館・加藤ビル4階)、一部小売店舗にも配布してあります。

JTBがキミの夢をかなえるよ!

キミの夢を自由に書いて応募しよう!!

キャンペーン期間 7/16(金) ~ 8/31(火)

応募方法: 期間中、対象の道東エリア73ホテルのJTB宿泊商品(インターネット予約をの)にて宿泊された北海道在住のお子様(小学生以下)に、ご宿泊のホテルにて応募はがきをさし上げます。自分の好きな夢を書いて応募。採用された夢の中から抽選で10名様に「夢をかなえるプレゼント」をさし上げます。

※かなえる夢の内容に応じて、おひとり様最大10万円以内をさせていただきます。

応募締切: 2010年9月17日(金) ※当日消用

詳しくはJTB北海道、JTBトラブランドのお店でおたずねください。