

[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/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 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 宮本ビル7F  
エコチルは、札幌市内の小中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!



**とくしゅう**  
冷たい外気と雪でCO<sub>2</sub>を削減!  
**札幌駅北口エリアの取り組み**  
今月のエコチルおすすめイベント★  
学ぼう! 食べよう!  
市場見学と親子お魚料理教室! バスツアー  
ジャズで広がる仲間の輪  
キミはどれだけわかるかな?  
**リサイクル製品の元の資源を探そう!!**  
情熱先生の授業 雪や寒さはありがたい!  
食育授業 家族そろって、おいしく食べよう!  
エコチルママ特集 第二弾  
**プロに聞く家庭学習の進め方。**  
あぐり大学  
「水をきれいにする仕事」には、どんなものがあるんだろう?  
今月のエコなひと  
ガールスカウト北海道連盟 札幌地区協議会 会長 高橋 朋子さん  
今月のプレゼント・エコワードバスル・円山動物園だより

**今月の表紙** 札幌市立南白石小学校3年生 秋元 織花さん「ペットボトルを分別!」

**ペットボトルを分別!**

**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絵の具で描いてね。採用されたお友達には右のお給描きセットをプレゼント。詳しい応募方法は11ページの「応募方法」が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。ペンてるポスターカラー12色。協賛: 大丸藤井セントラル <http://www.daimaru-fuji.co.jp/central/index.html>

なんと、テレビ塔地下1階に  
**テレビ父さん焼き**

**1月23日 OPEN 予定** **誕生!!**

たい焼きならぬ、「テレビ父さん焼き」が地階に登場!  
おみやげや、ちよっとほっこりしたい時に...  
父さん こ〜んがり焼きました。  
是非、一度食べてみてくださいね。

○テレビ父さん焼き (小倉あん/クリーム、1個) **140円(税込)**

株式会社 さっぽろテレビ塔 TEL:011-241-1131  
札幌市中央区大通西1丁目 <http://www.tv-tower.co.jp>

**レットライ エコライフ**  
みんなの学校の校長先生をご紹介します!  
Vol. 106

**【豊平区】中の島小学校 校長 星 紀生先生**

本校では、1年生から6年生までが総割りりで活動する「ここに活動」を行っています。活動は、日常交流や遠足等の他に地域のイベント「アイスキャンドル大作戦」に参加しており、毎年1月に中の島地区に飾られるアイスキャンドル400個余りを全校児童で作っています。2015年1月26日(月)から3日間、点灯されますので、ぜひ見に来てください。

**参加者募集中!!**

**札幌市・北広島市 3/7(土)開催**

**ホクレン農感塾 0307プラン**  
ホテルでランチを食べながらマナーを学ぼう!!  
ハウスでのイチゴの収穫とスイーツ作りにもチャレンジ!!

- 募集人員 / 35名 (最少催行人員20名) ● 応募締切 / 2月13日(金)
- 旅行代金 / 大人:3,000円 ● 小人:2,000円 (4歳以上小学生以下)

**11:00 ホテルオークラ札幌 開校式**

- 和食マナー講座(昼食)
- イチゴの収穫体験
- 調理体験(いちごのアイス)

**17:00頃 札幌到着** ●お土産 ●イチゴ

**イベント企画** 札幌市立南白石小学校 3年生 秋元 織花さん

**旅行企画・実施** 観光庁長官登録旅行業第939号 (株)日本旅行業協会正会員 ●ポンド保証会員

**応募方法** ●応募要項 / ツアー名・参加者全員の氏名(フリガナ)・年齢・学年・郵便番号・住所・電話番号  
●宛先 / 〒060-0004 札幌市中央区北4条西1丁目1-1(北館ビル1階) 農協観光 札幌支店  
EX-01 noukanjuku@ntour.co.jp  
●お問い合わせ / ☎(011) 222-1151

**クイズコーナー** **イチゴの品種当てクイズに挑戦!!**  
ヘタがしなびていなく、皮にツヤがあり、傷もなく、全体が赤いもののがおいしいイチゴの見分け方なだって、さあ! この中にイチゴの品種はいくつあるかな?

<input type="checkbox"/> あきひめ	<input type="checkbox"/> アイコ	<input type="checkbox"/> けんたろう
<input type="checkbox"/> キャロル7	<input type="checkbox"/> エラン	<input type="checkbox"/> りんか409
<input type="checkbox"/> あまおう	<input type="checkbox"/> 桃太郎	<input type="checkbox"/> ことか
<input type="checkbox"/> かおりの	<input type="checkbox"/> さちのか	<input type="checkbox"/> レッドオーレ
<input type="checkbox"/> サマールビー	<input type="checkbox"/> キャロル	<input type="checkbox"/> ベバにほっぺ

大好評につき、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、申し込み締め切り日以前に詳しい旅行条件を説明した書面をお送りいたします。※当選者のみへのご連絡とさせていただきます。



# 冷たい外気と雪でCO<sub>2</sub>を削減!

## 札幌駅北口エリアの 取り組み

冬の札幌は、気温が下がって、雪もたくさん降るよね。その冷たい外気と雪が、札幌駅北口で有効活用されていることを、キミたちは知っているかな？ 今回は、その取り組みについて紹介するよ!

**「ビルで冷たい外気と雪を有効活用する」**  
札幌駅北口は、たくさん  
の企業が集まるエリア。  
この地域の冷暖房の供給  
を行っている、株式会社  
札幌エネルギー供給公社・  
技術部・供給管理課長の  
小黒修一さんに、お話を  
聞いてみたよ。

「私たちの会社では、い  
くつかのビルに冷暖房を供  
給しています。1つ1つの  
建物内で冷暖房を行って  
いるのではなく、一箇所で  
管理して熱を送り込む  
地域熱供給を行うこと  
で、冷暖房の効率をアッ  
プさせることができます。  
札幌駅北口エリアは、大型  
のコンピューターを使う会  
社が多く、機械の熱を冷

ますために、冬でも冷房が  
欠かせません。そこで、  
冬の外気と雪を使った冷熱  
を活用しています」と小黒  
さんは教えてくれたよ。

**「2つのシステムで  
大幅にCO<sub>2</sub>を削減」**

図1にある「雪冷熱活用」  
は、札幌駅北口の地下に  
ある融雪槽の雪を冷房に  
活用するシステム。図2  
の「フリークーリングシ  
ステム」は、冬の冷たい外気  
を冷房に使う方法なんだ。  
これらのシステムを導入  
することで、約285t  
のCO<sub>2</sub>を削減できてい  
ます」と小黒さん。杉の  
木にすると、約20.32  
1本分ものCO<sub>2</sub>を減らし  
ているんだって。すごい  
よね!



雪冷熱は一旦  
エネルギーセンターに  
受け入れた後、  
各ビルへ供給します。

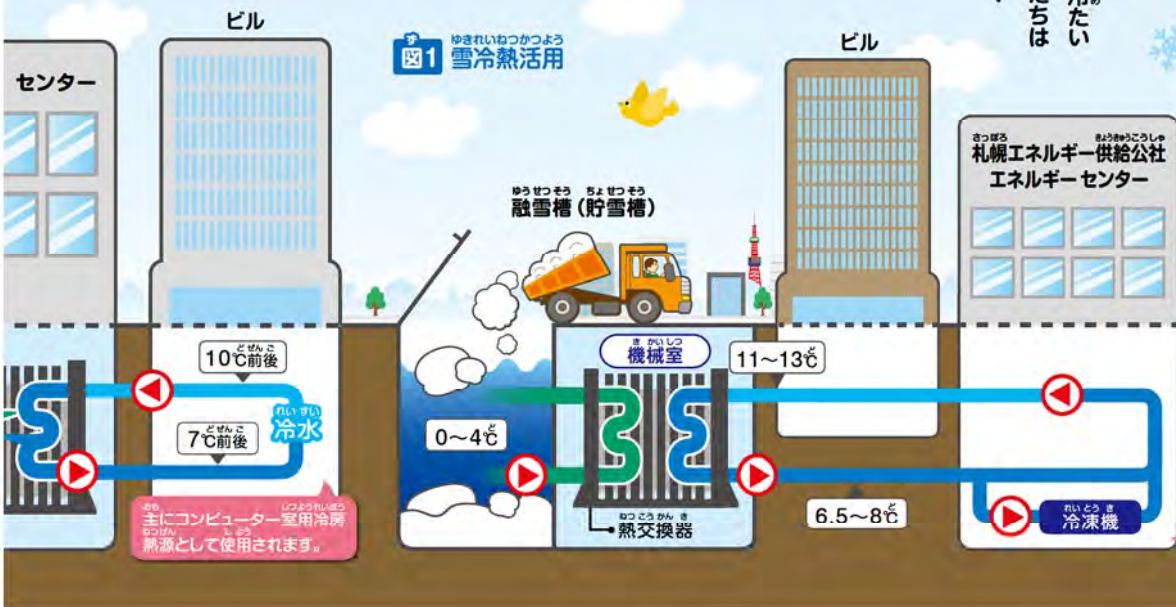


図1 ゆきれいねつかつよう  
雪冷熱活用

主にコンピューター室用冷房  
熱源として使用されます。



市場の見学が終  
わったら、次はお  
魚お料理教室! 旬  
の真鱈をつかって、  
いろいろなお料理

エコチル読者のみんな  
に大人気の「学ぼう!  
食べよう! 市場見学と  
親子お魚料理教室バス  
ツアー」が、2月28日  
(土)に開催されるよ!  
楽しいバスツアーの中  
身をちよつとだけ紹介  
するね。

した市場は、みんなに  
安全安心な生鮮食品を  
供給する食の発信基地  
なんだ。市場では、毎日  
約1,600tもの食  
品を流通させているん  
だつて!!

6年生にとっては最後  
のエコチルバスツアー!  
みんなの応募を待つて  
るよ!!

作るよ。真鱈の身  
は柔らかくて脂肪の少  
ない白身。ソテーやム  
ニエル、フライなどの他、  
汁物や鍋料理としてよ  
く食べられているんだ。  
今回はどんなお料理を  
作るのかな? 楽しみに  
しててね。



今月のエコチル  
★おすすめイベント★  
学ぼう! 食べよう!  
市場見学と  
親子お魚料理教室!  
バスツアー





入場  
無料

# おぼけのマーブル 誕生10周年展



10年間の感謝を込めて、  
これまで秘密にしていたことを  
今、あざやかに！

ありがとう10で  
ごさいマーブル

※ By Nakai / NAKANISHI PUBLISHING CO., LTD

---

さつぽろを舞台とした絵本の主人公おぼけのマーブル。  
絵本のシリーズは第1作から6作まで。  
今回、特別にみなさんへ、おぼけのマーブルの世界をお見せします。











日時／平成27年1月24日(土)～1月29日(木)  
午前10時～午後7時(最終日は午後6時まで)  
場所／紀伊屋書店札幌本店 2F ギャラリー

家族みんなで  
ここにきて  
ウォームシェアしよう!



**中西出版株式会社**  
〒007-0823 札幌市東区東豊来3条1丁目1番34号  
TEL(011)785-0737 FAX(011)781-7516

▲フリークーリングシステムの冷却塔。外気を使って水を冷やすよ


▲札幌駅北口にある融雪機。毎年2月に開催される「雪まつり」の雪機の一部も、雪冷熱に変身するよ

## 図2 フリークーリングシステム

**「自然に優しい」  
「街づくりのために」**

日本国内をはじめ、世界でも「地域熱供給」は行われていたけれど、雪冷熱を利用した熱供給は、大都市なのに大雪が降る

という札幌市の特徴を上手に生かした珍しい取り組みなんだ。札幌市は、世界に誇れるシステムを導入しているんだよ。こういう取り組みがもっと広まっていくといいね！



自然エネルギー  
秋～春期の冷たい空気(9℃以下)

冷却水  
8℃前後  
6℃前後

熱交換器

さつぽろ  
**札幌エネルギー供給公社 エネルギー**

しほく  
取材協力・監修  
かほくがいのさつぽろ  
株式会社札幌エネルギー供給公社  
さつぽろ  
技術部

# 銭湯でエコ

あなたのココロもカラダも  
ほっとします。

実は地球も  
ほつとします。

家族揃って銭湯に行けば、家庭で消費されるお風呂の水や照明のエネルギーを減らせます。

【参考】家族でのCO<sub>2</sub>排出量

- 入浴1回 1.251kg
- シャワー10分 0.630kg
- テレビ1台1時間 0.039kg
- 照明(白熱灯1個)1時間 0.012kg
- 照明(蛍光灯1個)1時間 0.005kg

月に1度は「家族エコ銭湯」!!

2/12(木)を中心に  
「家族エコ銭湯」を実施

小学生以下無料  
大人お一人様100円

保護者1名につき小学生以下2名まで無料でご入浴いただけます。  
※組合の銭湯での実施

近所の人、  
色々な人との  
ふれあい!!

銭湯をみんなで  
利用すると  
ずばり「エコ」!!

銭湯のお湯は清潔だよ

マナーを守ろう



**札幌公衆浴場商業協同組合**  
TEL 011-611-9341  
URL <http://www.kita-no-sento.com>

参加者大募集

学ぼう! 食べよう!

# 市場見学と 親子お魚料理教室!

お魚のプロに学ぶおいしい話と旬の真鱈をつかった、お魚料理に挑戦!

日程／平成27年2月28日(土) 9:00～15:00(予定)

参加費 無料!!

バスツアー

お魚のプロに学ぶおいしい話と旬の真鱈をつかった、お魚料理に挑戦!

日程／平成27年2月28日(土) 9:00～15:00(予定)

●定員／親子24組48名

- ※1名の保護者につき、ご兄弟・ご姉妹(小学生)での参加も可能です。

●持ち物／エプロン・三角巾・筆記用具

●参加資格／札幌市在住の小学生と保護者の方

- ※札幌市在住で、イベント参加の際支障がない児童

●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 〒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  
「学ぼう! 食べよう! 市場見学と親子お魚料理教室」バスツアー係  
①氏名(親子・ふりがな) ②会員番号(エコチル会員のみ) ③性別 ④年齢 ⑤学校 ⑥学年 ⑦郵便番号(9時～9時55分～18時の間に連絡の取れる電話番号を、以下を記入の上、お申込みください。  
FAX: 011-200-5577

PC・携帯 エコチル応募フォーム  
<http://www.ecochil.net/oubo> または、右記QRコードから簡単アクセス!

●応募締切／平成27年2月7日(土) 必着

- ※PC・携帯の応募フォームも2月8日(日)午前0時に終了します。
- 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27年2月14日(土)までに送付します。
- 出欠確認をいたしますので、届きましたらエコチル事務局へお電話ください。

●お問い合わせ エコチル事務局 TEL.011-200-5671(平日午前9時～午後3時)

(個人情報について) お寄せいただいた個人情報は、当選のご連絡以外には使用いたしません。  
くわしくは11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。

●当日スケジュール

- 9:00 集合・受付・出発式(大通公園TV塔前) 札幌市中央卸売市場見学 お魚料理教室 お魚Q&A
- 15:00 解散(大通公園TV塔前)

※内容は予定のため変更になる場合があります。  
※当日、現地にてアンケートのお願いがあります。



【主催】札幌市中央卸売市場 水産協会 魚食普及委員会 ●魚食普及委員会は、札幌市からの補助を受けて魚食普及活動を推進しています。



# ジャズで仲間の輪を広げる

ジャズは子どもからお年寄りまで、世界中のたくさんの人々に愛されている音楽。なぜ愛されているかって？それは、人と人が心と心を通わせながら、セッションする音楽だからなんだ。セッションすれば、どんどん仲間の輪も広がっていくよ！

**世界中で愛される音楽 ジャズで仲間の輪を広げよう**

12月号では、札幌・ジュニア・ジャズスクールの友達が、たくさんのごことにチャレンジしている様子を掲載したけど、今回は、その活動の中でどんどん広がっていく「仲間の輪」について、メンバーに聞いてみたよ！

**仲間の輪も広がっていくよ！**

ジャズスクールでは、学校でできないことを経験できます。合宿や遠征などで、道内のほかのジャズスクール生と仲良くなれました。いつもと違う場所での

**たくさんの人と交流できる**

札幌市立 平岸小学校 6年 山川 詩奈さん

**保護者の方の声**

札幌市立 常盤小学校 6年 (担任) 藤原 舞月さん  
福原 まどかさん(母)

**活動は、初めは緊張するけど、仲間と一緒にジャズを演奏することが、とても楽しいです。**

札幌市立 平岸小学校 6年 (担任) トロロフン  
小原 杏さん

**いろいろな先生方のワークショップを受けることで、**

ライブや遠征など、いろいろな経験を通して、仲間の大切さや一つのことを成功させる喜びを感じているようです。積極性が自然に身につき、メンタル的にも成長したと感じます。また、大勢の前で、楽しそうに堂々と演奏する姿には、毎回感動させられますね。ジャズスクールは、

**子どもの才能、新たな個性可能性を見つけてくれる、そんな場所になっています。**

ジャズの楽しさを学びました。また、メンバー同士で意見がぶつかり、うまくいかないこともありましたが、合宿などの活動を通して、仲を深めることができました。そのような出来事があったからこそ、今の私たちがいると思います。

## 札幌・ジュニア・ジャズスクール 16期生募集

■応募決定  
①平成27年4月時点で、新小学1年生～6年生  
②希望するパートの楽器を自己所有しているか、学校等から借用が可能であること  
※但し、ピアノ、ドラム、パーカッションは除きます。  
※希望する楽器の演奏経験は問いません。

■募集クラス・人数  
小学生クラス 40名程度  
※中学生クラスも同時募集中(20名程度)詳細はPをご覧ください。

■募集パート  
サクソフーン/トランペット(コレットも可)/トロンボーン/ギター/ベース/ピアノ/ドラム/パーカッション

■参加費用  
①月額2,000円の参加費  
②ユニフォーム代23,000円程度  
③遠征に伴う諸経費(年に1回～2回/2泊3日18,000円程度)

■応募方法  
①事務局で配布する専用申込用紙に必要事項を記入し、事務局宛に郵送、またはFAXにて送信。  
②公式ホームページより直接応募。

■応募締切  
平成27年3月2日(月)必着  
※応募多数の場合は、平成27年3月7日(土)、8日(日)に選考オーディションを行います。

## 第15期 札幌・ジュニア・ジャズスクール ファイナルライブ

札幌・ジュニア・ジャズスクール第15期生として、ともにがんばってきた仲間たちの最後のライブ。最初はなかなかうまくいかなかった演奏も、仲間たちとのセッションも、一年間の活動を通してすっかり上達しました。笑顔あり、涙ありの私たちの努力の成果をぜひご覧ください。

◆日時 / 2015年3月1日(日)【開演 14:00】 ◆会場 / 札幌市教育文化会館

◆料金 / 全席自由席【前売り 500円 / 当日 1,000円】

後援: 札幌市、札幌市教育委員会、北海道、北海道教育委員会  
●チケット取り扱い / チケットぴあ・サークルKサンクス・セブンイレブン他 (Pコード: 250-011)

お問い合わせ 札幌・ジュニア・ジャズスクール事務局 〒005-0864 札幌市南区芸術の森2丁目75 札幌芸術の森事業課内  
お申し込み TEL.011-592-4125 FAX.011-592-4120 ■ SJF SQUARE(公式ホームページ) <http://www.go-sjf.com>



キミはどれだけわかるかな?

# リサイクル製品の元の資源を探そう!!

札幌市が資源として回収しているごみが、いろいろなリサイクル製品に生まれ変わっていることは、みんな知っているよね?

実際のリサイクル製品が、どんな資源でできているのか、線で結んでみてね。  
答えは11ページ!

資料提供:札幌市環境局 環境事業部ごみ減量推進課

## 身近な化学のお話

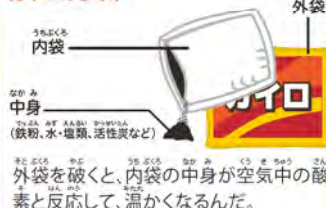
### ほかほかカイロは、なぜ温かくなるの?

寒い冬、みんなもカイロを使うことがあるよね。今日は、その秘密を説明するね。



鉄を水に濡れたまま放っておくと、サビていくよね。これは、鉄が空気中の酸素と反応して化学反応がおき、酸化鉄という物質に変わるからなんだ。この時に出る熱を利用したのが、カイロなんだよ。

#### カイロのしくみ



## Q. おもしろ化学クイズ

使い捨てカイロはどうして温かくなるの? 下の3つから、選んでね。

1. カイロの中に入っている物質と空気中の酸素が反応するから。
2. もともとカイロの中に入っている物質同士が反応するから。
3. カイロを振った時の摩擦によって熱が発生するから。

ヒント: 外袋の中に入れたままカイロを振っても温かくなるけれど、外袋から出してよく振ると温かくなるよ。

クイズの正解者の中から抽選で10名に、化学すごろくの下じきをプレゼント!!

11Pの応募ハガキに□をつけて送ってね! エコネットでも、解答を受け付けるよ! 元素について楽しみながら学べる「化学かるた」は、「夢・化学21」ウェブサイトに無料でダウンロードできるよ!





# 情熱先生の今月の授業



## 今月のテーマ 雪や寒さはありがたい!



さあ、3学期が始まった!  
あと2カ月で進級・進学だね!  
やり残したことの無いよう  
に、毎日を「熱く」過ごしてほしいな!

さて、今回のテーマは「雪」。みんなの学校の周りにも、たくさんの雪が積もっているよね。実は、札幌はひと冬に約6mもの雪が降るんだよ! みんなの学校の教室は、床から天井までがだいたい3mだから、教室二つ分の高さが6mになる。そんなにたくさんの雪が、毎年札幌に降っているなんて、びっくりだね! たくさんの雪が降るのに、194万人の人が住んでいる札幌は、世界的にも珍しいまちなんだよ!

ところで、みんなは「雪」は好きかな? 寒くて学校に行くのが大変だったり、雪かきでつかれてしまったり、車がなかなか進まなかったり、困ることも多いもの。でも、逆にいいところを考えてみると、雪だるまやかまくらを作ったり、スキーやそり滑りができたり、雪を使った遊びやスポーツがたくさんできるよね。

札幌の古くから続く行事である「さっぽろ雪まつり」も、雪や寒さがあるからこそできる行事だ。1950年の第1回から、64年間もずっと続いている「さっぽろ雪まつり」は私たち札幌市民の宝物でもある。

また和寒町では、雪を利用した「越冬キャベツ」を生産して全国的に有名になっているんだ。和寒町は、札幌よりも雪が多く、ひと冬に約8.5mもの雪が降るところ。秋のうちに収穫したキャベツを畑にびっしり並べて、自然と雪が降り積もるのを待つ。雪の中でじっくりキャベツを寝かせたあと、1月頃から雪を掘ってキャベツを

取り出す。すると、シャキシャキと歯ごたえがよく、甘みもぐんと増したキャベツになっているというわけ。札幌市内のスーパーにも並ぶから、食べたことがある友達も多いんじゃないかな。

雪が降り、冬の寒い北海道では、雪や寒さを活かした行事や生産活動をしているところが、まだまだたくさんあるんだよ! ぜひ、自分で調べてみたり、参加してみたりしてみてね!



### みんなの感想・熱い意見大募集!

①名前②小学校名③学年④住所⑤電話番号を必ず書いて、下記まで応募してね!

〒060-0062 札幌市中央区南2条西1丁目 宮本ビル7F  
エコチル編集部「情熱先生の今月の授業」係  
FAX 011-200-5577 メール info@ecochil.net

### 雪解けのこと

春になると雪が解けるけれど、みんなはどんなふうに解けていくのか、考えたことはあるかな? 次回は、「雪解け」についてお話しするよ。

公益社団法人 北海道豆類価格安定基金協会 平成26年度豆類消費啓発助成等事業

## 北海道は日本の豆王国!

### 豆のパワーをゲットしよう!

# 「北海道の豆を楽しく学ぶ親子食育体験ツアー」

開催日 2月21日(土) 親子35名 親子35名 親子35名  
お一人様1,000円 (親子同額)

北海道は、小豆やいんげん豆をはじめ、いろいろな豆類を作っている日本の豆王国です。おいしい豆をたくさん食べて学んで遊んで、豆からパワーをもらおう!

### 参加者募集!

### 雪の中野菜の掘り出し体験!

### おいしい豆料理ランチ!

- #### 行程スケジュール
- 8:45 出発 (JA北農ビル前)
- 雪の中野菜の掘り出し農業体験(江別市内農園)
  - 野菜ソムリエの指導でおいしい豆料理ランチ作り(南幌町健康福祉総合センター「あいくる」)
  - 食育教室「北海道の豆パワーで元氣家族」講師:豆博士(食エッセイスト、農学博士)加藤淳先生
  - 楽しく作ろう!「豆アート」「豆ストラップ」
  - 豆を使ったクイズ&ゲーム大会
- 16:30 帰着 (JA北農ビル前)

応募方法 1月30日(金) ツアー名、参加者全員の氏名(フリガナ)、年齢、学年、郵便番号、住所、電話番号を明記の上、Eメールでお申し込みください。 Eメール noukanjuku@ntour.co.jp

株式会社 朝日アグリ 農協観光北海道統括事業部 TEL.011-231-7690

## YMCA プレ・スクール

### 2015年度 園児募集 願書受付中!

生活体験を広げ、社会性を育む保育プログラム

アフタースクールも同時募集!

共働き家庭を支援する学習ケアプログラムです。

- 対象/小学1~6年生
- オープン/月~金曜日 曜日指定登録
- 時間/学校終了後から18:00まで

詳しくはお問い合わせ下さい

公益財団法人 北海道YMCA YMCAチャイルドケアセンター

011-561-5217 札幌市中央区南11条西11丁目

## ジュニアスキー 買取りいたします!!

お子さまの小さくなったスキー、大人の不要になったスキーをお持ちください! お売りにいただいた後は、当店で新たなスキーを探してみよう!

★エコチル読者限定クーポン★

買取り金額 **20%UP!**

有効期限:2015.2.28(水)まで

※本券を切り取って、買取り希望の商品と一緒にご提示ください。他の特典との併用はできません。 Eチケット発行

中古スキー、フリスなど販売中!! ジュニアスキー 大量展示中!!

スキーをリユースしよう!

エコチル読者限定クーポン

011-859-4430 札幌市中央区南15条西16丁目1F 営業時間:10:00~20:00 火曜定休

http://www.h-factory.com/



# 食育特集

情報提供：札幌市保健福祉局保健所健康企画課

みんなで一緒にできること...  
これも共食です!

- どんな食事にしようか相談する
- 材料の準備をする(買い物や収穫など)
- 料理を作る
- 配膳、食卓の準備、声かけ
- 後片付け
- 食事の感想を話し合う

一緒に食べると、いいこといっぱい!

- 食事がおいしくなり、楽しい気持ちになる
- 会話をしながら食べることで、早食いを防ぎ、肥満防止につながる
- コミュニケーションをとることで、社会性や協調性が身につく
- 規則正しい食事時間やマナー、栄養や料理の知識が身につく
- 食事の品数が増え、栄養バランスが整いやすい

共食のすすめ  
みんなで食べたらいっぱいね

共食、という言葉聞いたことはありますか? これは食事を一人でするのではなく、家族や友達など誰かと共にすることです。会話をしながらゆっくり食べると、心も体も元氣になります。忙しい毎日の中で、食でもそんな時間が持てるとういことです。

## 家族そろって、おいしく食べよう!

みなさんは、家族と一緒にごはんを食べていますか? 最近、核家族化やライフスタイルの変化によって、誰かと一緒に食事をとる機会が減っているといわれます。今回は、家族そろって食卓を囲むことの大切さについて、紹介します。

「二食を知っていますか?」

「二食は、栄養の偏りやエネルギーの摂取過剰のほか、食行動、食事内容、健康状態、心の状態に影響します。共食することにより、「二食の問題を改善してあげたいですね。」

- 孤食...一人だけで食事をする
- 子食...子どもだけで食事をする
- 個食...家族一緒に食事をするのに、一人が別々のものを食べる
- 小食...食事の量が少ない
- 粉食...パンや麺類などの粉を原料とするものばかり食べる
- 戸食...外食ばかりすること
- 固食...同じもの、似たようなものばかり食べる
- 濃食...濃い味付けのものを好んで食べる

みんなで調理を食べて、あたたまろう!

調理は、みんなで食卓を囲める共食に向けた料理です。これからの寒い季節に家族そろって、心も体もホカホカになりましょう!



\*参考:「内閣府 食育ガイド」 <http://www8.cao.go.jp/syokuiku/data/guide/pdf/g-15-16.pdf>

## 参加者大募集!! 知ろう! 学ぼう! 体験しよう! まるごと北海道!! わくわくスクール!!

みんなが住む北海道は、食料自給率 200%を誇る食の宝庫! 「この食べ物はどこからできてるの?」「それはどこで採れるの?」(食)を通して、北海道の農業や産業のことを楽しく学んでみよう!

**日時** 平成27年2月22日(日) 10:00~13:00

**対象** 小学3~6年生

**定員** 40名とその保護者

**参加費** 1,000円

**持ち物** エプロン・三角巾・上履き・ハンドタオル・筆記用具

**当日スケジュール**

- 9:45 集合・受付 修学院札幌調理専門学校(札幌市中央区南18条西10丁目)
- 10:00 開会式
- 10:30 調理体験・販売体験
- 12:00 昼食・片づけ
- 13:00 閉会式・解散

**メニュー**

- 手づくり味噌と手づくり麺からつくる味噌ラーメン
- おにぎり
- でんぶ・だんご

**応募方法** ハガキ、またはFAXにてご応募ください。

**必要事項**

- ①親子氏名(ふりがな)
- ②学年
- ③郵便番号
- ④住所
- ⑤連絡の取れる電話番号

以上を書いてお申し込みください。

**ハガキ送り先**

〒060-0008  
札幌市中央区北8条西23丁目6番地1 北ハビル1階 佐藤法律合同事務所内  
「知ろう! 学ぼう! 体験しよう! まるごと北海道!! わくわくスクール!!」係

**FAX 011-615-5970**

**応募締切** 平成27年2月8日(日)必着  
\*応募多数の場合は先着順で定員に達し次第締め切ります。受付後は順次、参加案内書をお送り致します。

**お問い合わせ先** TEL. 011-676-5383 担当:佐藤 m.sato@aria.ocn.ne.jp

イベント主催 : NPO 法人 北海道フロンティアカレッジ 北海道わくわく開拓隊

## 小学生対象 新学年を迎える前の課題探し!

# 学年 総まとめ テスト 無料ご招待

測るだけでない、伸ばすテスト だらけ伸びる! 学年総まとめテストのポイント

- 問題は、現学年の重要テーマ
- 全国平均から自分の弱点がわかる
- テスト結果から新学年に向けた学習を個別にアドバイス(希望者のみ)

新学年を迎える前に一年間の成果をこう

**2/22日** 対象 現小1~現小6 試験科目 国語・算数

【費用】 無料ご招待 【開始時間】 9:00~

【会場】 ①札幌会場 TKPガーデンシティ札幌駅前(札幌市中央区北2条西2-19 TKP札幌ビル内)  
②新札幌会場 個別指導Axis新札幌校(札幌市厚別区厚別中央2条5-2-1 クラスタージュエム 2F)

【試験科目】 小1~小6 国語・算数

**受験特典** 受験者全員に「問題解説映像」の視聴 & 「新学年では何が大切か」冊子をプレゼント!  
さらに個別アドバイスの参加者には「やれば伸びる! 復習問題」を差し上げます!

**お申し込みはホームページから!**

詳しい情報はホームページをご覧ください **総まとめテスト** 検索

【お申込期間】 1/13 火 18:00~2/18 木 18:00  
\*定員になり次第、募集締切になります。あらかじめご了承ください。  
【お問い合わせ先】 株式会社ワオコーポレーション 個別指導Axis

【お問い合わせ先】 株式会社ワオコーポレーション「学年総まとめテスト事務局」  
☎0120-047-052 【受付時間】 10:00~20:00









# 「水をきれいにする仕事」には、どんなものがあるんだろっ？

みんなは「あぐり大学」を知っているかな？これは、北海道大学農学部と北海道新聞社編集局が一緒に行っている、体験授業のことなんだ。今回は「あぐり大学」の内容と、次回の講座について、紹介するよー！

## 「食と農」に「こころ」と「体」で学ぶ！

「あぐり大学」は、昨年6月にスタートした親子で参加する講座。毎月開催され、第8回までに延べ162組3



37名が参加しているんだ。「北海道のすごさを知ろう」「草を食べる牛って珍しい?」「ドサンコ馬に乗ろう」「うんちがエネルギー」「おいしいおコメ大集合」など、テーマもさまざま。北大の農場で無人農業ロボットトラクターを見学したり、放牧され

た牛に触ったり、牛乳や新米の食べ比べなど、普段はできないことを、楽しみながら学べる内容になっているよ。

## 汚れた水を土がきれいにするって？

作物や家畜を育てる農業にも、私たちが生きていくうえでも、水は欠かせないものだよね。では、私たちが飲んだり、畑畑にあげる水は、どれくらいきれいだったらいんだらう？生活や農業で汚れた水をきれいにするには、どうしたらいいんだらう？

今回の2月21日の講座では、青や赤、紫の水を土の層に通すと何色になるのかを実験しながら確かめたり、模型を使って汚れた水をきれいにする方法を説明してくれるんだって！

この講座を受ければ、キミも「水博士」になれるはず！興味がある人は、ぜひ参加してみてね！

**募集要項 第10回「水をきれいにする仕事」 井上 京 教授(土地改良学)**

- 開催日時/2月21日(土) 13:00~15:00 (予定) ■会 場/北大農学部
- 募集/25組50人 ■対 象/大人1人と子ども2人まで(小学校4年生から中学生)
- 受講料/初めて参加する回は大人1,500円、2回目以降は500円(資料代等)。子どもは無料。※税込
- お申込方法/①参加希望日 ②「講座に期待すること」(50字以内)  
③参加する大人と子どもの氏名 ④子どもの学年 ⑤郵便番号 ⑥住所 ⑦メールアドレス ⑧電話番号を記入の上、下記の宛先までメールまたはハガキでお申し込みください。
- 応募締切と受講生決定/2月12日(木)必着。選考の上、参加者に受講票を交付します。
- お申込先/ あぐり大学事務局 [メール] thisada@hokkaido-np.co.jp  
[ハガキ] 〒060-8711 札幌市中央区大通西3丁目6 北海道新聞社マーケティングセンター内

「あぐり大学」の副読本

あぐり博士と考える  
**北海道の食と農**

北海道新聞社刊  
協力:北海道大学農学部  
定価800円(本体741円+税)

北海道新聞で1年半計46回にわたり好評連載したシリーズ「あぐり博士と考える食と農」の記事に、図表やデータ、記者コラムなどを追加した1冊。北海道農業の全体像がわかる本です。

お問合せ先/あぐり大学事務局(北海道新聞社マーケティングセンター内) 電話011-210-6008(平日10:00~17:00)

# 羊ヶ丘スノーパーク2015

1/9(金) ▶ 3/8日 10:00~15:00 (最終受付14:45)

体験料 無料

- 歩くスキー: 真っ白な雪原の上を、歩くスキーでゆっくり、のんびりと散策できるよ。
- ミニ雪だるま作り: 型を使用して雪だるまを制作。目や鼻などを自分でアレンジして、オリジナルの雪だるまを作ろう。
- チューブすべり台: 小さなお子様はもちろん、大人も童心にかえて楽しんで、人気のアクティビティだよ。
- 新雪ダイビング: ふかふかのパウダースノーにダイブして、全身で雪を感じよう。

その他の内容  
●雪上ボウリング  
●ストラックアウト  
●スノーキャンドル

他にもこんな楽しいイベントがあるよ! 詳しくはWEBへ▶

エコチルスペシャルクーポン  
スノーパーク入場料 大人 520円 ▶ 470円  
割引券 小人 300円 ▶ 270円  
※有効期限 平成27年3月8日(日)まで

さっぽろ羊ヶ丘展望台 札幌市豊平区羊ヶ丘1番地 TEL.011-851-3080 (管理事務所)  
URL http://www.hitsujigaoka.jp/  
営業時間 9:00~17:00 (入場受付16:45迄)  
入場料/大人-¥520、小・中学生-¥300、未就学児-無料 駐車料金無料

札幌観光協会公式無料アプリ

さっぽろグルメクーポン

札幌観光協会職員がおススメするグルメ情報が満載!

スタンプラリーやプレゼント企画など充実したコンテンツをご用意!

札幌クーポン







# みんなあつまれ!! エコチル広場



## みんなとエコチルがひとつになるよ!!

エコチル大賞(北ガススモックキャラクター)

### エコチルおたよりコーナー

今日は...2015年にチャレンジしたいこと

みんなお便りをありがとう! 編集部に寄せられた、お便りの一部を紹介するよ!

一輪車に挑戦してみたいです。乗っている友達がいる、すごいな〜って思いました!  
(小4・かなみさん)

ナップザックと巾着は作ったことがあるけど、洋服やバッグはまだないので、チャレンジしたいです!  
(小6・ラフジェルさん)

去年は理科と図工の通知表が良くなかったので、復習をしっかりして、成績を上げたいです!  
(小4・みつちよんちゃんさん)

てんぐくんより  
スイスイ乗れたら、すごいかっこいいよね! 僕も乗ってみたいけど...できるかな。今度、一緒に練習しない?

エコチちゃんより  
エコも手芸とか編み物が大好きだよ。お気に入りの洋服やバッグが完成したら、ぜひエコに見せてね!

てんぐくんより  
予習と復習がとても大事なんだよね。僕もお母さんによく言われるよ〜。毎日コツコツがんばろう!

### 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。

いえで出る  
なまゴミわけて  
エコつちに

今月のエコチル大賞

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!



### 「家族の口ぐせ」

みんなの家族の口ぐせってあるかな? 自分の口ぐせでもいいよ! 下記応募用紙の12に記入して、ぜひ編集部にご覧ね! お題以外のフリートークも待っています!

### エコチル1月号応募用紙

ハガキに貼って編集部まで送ってね!

札幌版1月号 応募用紙

①フリガナ

②お名前

③小学校

④男・女

⑤学年

⑥年齢

⑦ご住所

⑧エコチル今月号は、どこでもらいましたか?

⑨エコチル今月号の内容はどうでしたか?

⑩おうちでエコチルを読む方すべてに○をつけてください。

⑪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。

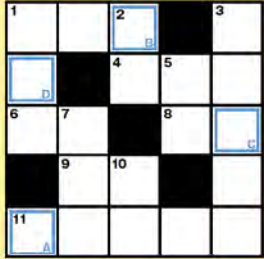
⑫

⑬

⑭

### エコワードパズルコーナー

抽選でプレゼントがある!



- 赤い夏野菜。ケチャップなどの原料になるよ。
- みかんの仲間。黄色い実の皮や果汁を料理に使うよ。
- 音にかなるアクセサリのひとつ。
- チエーン(チェーン)の先に飾りをつけたものだよ。
- 上と下の歯を合わせて、食べ物などをささんだり、へんたいりする。
- 物を作るための、生活に使うための器具のこと。
- 便利なおもちゃを説明しよう!
- 植物の芽のこともなるものもあるよ。

### ヨコのカギ

- 暖房や給湯などに使う油。○○○ストープ。
- 絵や写真、文字などで、いろいろなものを説明している本。
- アシカ科で一番大きい動物。大人のオスは約11もの重さがあるよ。
- 役に立たないこと。「水を○○にしないでね」。
- 声で音楽を生み出すこと。「卒業式にみんなで○○う」。
- 日本語は「磁石」。



今年もエコワードで頭の体操をしてね!

応募方法 締め切りはH27年2月8日(日)まで

応募用紙に記入

応募用紙を切り取り

ハガキに上記の宛先を書いてポストへ

下記WEBからも応募できるよ

QRコードの一部のケータイでは読み取れない場合があります

http://www.ecochil.net

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14に記入して編集部まで送ってね。

今年のエコワードパズルプレゼント

北海道の開拓を描いた漫画

島義勇伝(著:エア・タイプ)

5名様

北海道の開拓の礎を築きあげた、佐賀藩出身の島義勇の生涯が描かれています。札幌のまちづくりの歴史も、知ることができます。

秀英予備校

今月のエコ

冷蔵庫を開ける時間を少なめにしよう気をつけています。

お申し込み・お問い合わせ

小3~小6 新入学受付中!!

3月より新学年授業スタート

算・国・英の中から好きな教科を選んで体験授業に参加していただけます。

1 勉強の楽しさを身につける!

2 中学生になって困らないために

新小5・新小6 開成中受験クラス札幌本部にて開設!!

お申し込みの際は「エコチル見ました」で、秀英グッズプレゼント!!





ときどき水場に入ります。水温が低いときは、片立ちを繰り返すそうです。

タンチョウは、昔話などで古くから親しまれる。日本を象徴する渡り鳥です。漢字では「丹頂」と書き、丹は赤、頂は頭という意味で、その名前の通り赤い頭が特徴です。

絶滅危惧種に指定されていますが、現在はさまざまな保護活動により、その数は増えているとされています。日本では、特別天然記念物・に指定されています。

日本を象徴する  
優美な鳥

### 今月のどうぶつ タンチョウ



ツル目/ツル科

まるやまファミリーを紹介します!



十兵衛(オス) 1998年7月、御路動物園生まれ

### 動物ってオモシロイ!!

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。



### 「深海生物展」を開催中!



取材協力: 札幌市立動物園 異国種解説(動物)

丸山動物園の総合水鳥舎には、オスの十兵衛がいます。タンチョウには大陸群と北海道群の2種類があり、十兵衛は北海道群です。体長は約150cmで、翼を広げると240cmほどにもなります。足は細いのに意外と強く、外敵を追い払うためにぜひ会いに来てくださいな。



黒と白の色合いが美しいです。

札幌市中央区宮ヶ丘3番地1(丸山公園駅から徒歩15分) TEL. 011-621-1426 営業時間 2月1日~10月31日:9時~17時 11月1日~1月31日:9時~16時 料金 大人:¥600 中学生以下:無料 年間パスポート:¥1,000 http://www.city.sapporo.jp/zoo/

次号のエコチル配布予定日は  
**2月9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、札幌エルプラザ2階 環境プラザ(北区北8条西3丁目)、  
北海道環境サポートセンター(中央区北4条西4丁目)伊藤・加藤ビル4階)、  
一部ホクレンショップにも設置しています。

エコチル編集部 TEL. 011-200-5671

## “森の赤ちゃん”どんどん増やそう! 「カミネッコン・ワーク2015 チ・カ・ホ」実施報告

各地で苗木からの植樹活動、“森の赤ちゃん”づくりを進めているホームマックが、札幌駅前通地下歩行空間チ・カ・ホで、再生ダンボールでできた植樹ポット「カミネッコン」づくりのイベントを開催しました。1月9日(金)から11日(日)まで行われた、この「カミネッコン・ワーク2015 チ・カ・ホ」では、市民ボランティアとホームマック社員とで、300個のカミネッコンを作成しました。

カミネッコンは、子どもでもお年寄りでも簡単に

つくれて、絵を描いたりもできるので、みんな楽しく参加してくれたようです。今年ホームマックが「森の赤ちゃん」に植える苗木は、約18,000本もあるので、苗木の“家”になるカミネッコンづくりも大変です。

今年は、「花フェスタ札幌」(6月下旬)や「環境広場さっぽろ」(7月31日~8月2日)などのイベントにも出展するそうなので、エコチル読者のみんなもお手伝いしてみてください。

主催/ホームマック株式会社

## そろばんあんざん

脳力開発  
算数・算術・珠算

初めてでも一人ひとり丁寧に指導します。

- 小学生無料体験 随時受付中!
- 年長2ヶ月間(2-3月)無料体験受付中!
- 今だけ入学セットプレゼント!

入学金4,000円(税別)、授業料4,000円(週1回・税別)、週2回コースもあり ※詳しくは、お問い合わせください

【文部科学省登録の検定試験会場指定校】

体験した方は入学金免除!

札幌を中心に道内260教室  
パワーっクラブ 検索

0120-248-428  
札幌市中央区北4条西1丁目1(共済ビル5F)

パワーっクラブは、札幌市の環境教育を応援しています

## 食農学校 あしたの元気になあれ!

2014年12月14日(日)、生産者を訪ねて食について学ぶバスツアー「食農学校 あしたの元気になあれ!」が開催されたよ。

今回の行き先は苫小牧市。なんと13年連続でホッキ貝の水揚げ量が日本一の街なんだよ。

まずは、苫小牧漁協女性部の山口部長からホッキ貝のお話を聞いたよ。9cm以上の大型の貝しか採らないそうよ、9cmになるには6年以上かかるんだって!

次に、ホッキ貝のむき方を教えてもらったよ。貝のくぼみにナイフを差し込んで、カキっぱい貝を開くんだけど、なかなか開かなくて、大人と一緒にがんばったよ。

そして、お待ちかねのお昼ごはんは、みんなで作ったホッキカレーとホッキサラダ!ポイントは、火を通しすぎないこと。沸騰したお湯にホッキ貝を入れて、2秒で茹で上がり!ホッキ貝をほじめて食べた子もいたけれど、とてもおいしくて、みんなおかわりして食べていたよ。

ごはんの後は、ぶらっとみなと市場へ。ホッキ貝資料館で、ホッキ貝の仕組みや歴史を勉強しました。他の街にはどんな名産品があるかな?調べてみよう!

農協観光 北海道統括事業部 札幌市中央区北4条西1丁目1(共済ビル5F) ☎(011)231-7690 ホームページも見てね! 農感塾 検索