

地球にやさしい子どもたち。



エコチル

https://www.ecochil.net

「エコチル」は(株)アドバコムの登録商標です。

エコチルに関するお問い合わせ ▶ エコチル編集部 Tel 011-200-5671 Fax 011-200-5577 Mail info@ecochil.net

協力:北海道 後援:札幌市、北海道教育委員会、札幌市教育委員会 発行:(株)アドバコム 〒060-0061 札幌市中央区南1条西5丁目7-1 豊川南一条ビル9F

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⇒



今月の表紙 富良野市立扇山小学校 5年生 児玉 理桜さん 「作ろう 守ろう 地球の自然」

エコチル表紙イラスト 作品大募集!



表紙を飾るイラストを募集しているよ。エコや自然をテーマに自由にかいてね!

採用された方にはプレゼント! スケッチブックと水彩えのぐ12色セットをプレゼントします。マルマン スケッチブック(B4)



特集 えこ之助たちといっしょに 冬も省エネしよう!

今月のエコチル★おすすめイベント★ 第8回 CISEサイエンス フェスティバル in チ・カ・ホ

エコチル 冬休みおすすめ情報

情熱先生の今月の授業 冬至

みんなで予防しよう インフルエンザ

食育特集 始めよう!「もったいない運動」

食材をむだなく使おう! チャレンジ☆エコクッキング

今月のエコなひと

一般財団法人北海道歴史文化財団 松井 則彰さん

今月のプレゼント/エコワードバスル/円山動物園だより ほか



ホワイトイルミネーションをテレビ塔から見よう!!

ホワイトイルミネーション レーザーNIGHT

高さ90mの展望台の天井に飛び交う「レーザー光線」が、ホワイトイルミネーションをさらに美しく見せます。

【期間】12/25(水)まで
【時間】17:00~22:00
◎00分 ◎20分 ◎40分 [1回4分程度]
※最終公演21:20

今度は飛び降りない!! 高さ10mまでジャンプして、愛のツリーを上から見よう

テレビ塔バンジートランポリンMEGA

- 毎日 16:30~20:00(12/25(水)まで)
- 大人/小人 800円(2分間)

※悪天候の場合は中止させていただきます。

さっぽろテレビ塔 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 Vol. 165



宮前町立宮前小学校 校長 本間 博樹 先生
本校のある宮前町は「風のまち」といわれ、40基の風車があります。社会科では、風力発電所を見学し、クリーンエネルギーについて学びます。また、ごみ処理場を訪れ、リサイクルに関する知識を深め、実践しています。「優しい人は優れた人」。子どもたちには、人にも自然にも優しく接して、みんなのためになることを考えて行動してほしいです。

ザ・ジョンソンストアでわくわくする冬の思い出づくり!

冬休みキッズWeek

2020.1/6(月) 12(日)

in The JOHNSON STORE

おしごと体験やワークショップ、クイズラリーも。楽しい思い出をつくりにきてください!

期間中毎日開催

キッズ 緑日&クイズラリー

キッズ おしごと体験 1/11(土)

◎参加費/500円~ ※お1人様1職種
11:30スタート ◎対象年齢/5歳~小学生

お店でのお仕事や、インテリアコーディネーター、大工さんに挑戦してみよう! がんばったらお菓子がもらえるよ!

①大工さん体験 ②インテリアコーディネート体験 ③ラッピング体験 ④カフェ焼き菓子作り体験

キッズ ワークショップ 1/6(月)-10(金)

冬休みの自由研究にもおすすめのワークショップを日替わりで開催します。
参加費やご予約についてはジョンソンストアのHPをチェック!

お問い合わせ・お申し込み ジョンソンストア

The JOHNSON STORE

札幌市中央区南1条西6丁目4-1 TEL 011-209-3919(代表)
11:00~19:00 / 不定休 / 立体駐車場完備(建物南・裏口側)

ザ・ジョンソンストアは、ジョンソンホームズが運営するインテリアショップ「inZONE with ACTUS」/「Natures Studio Supply」の家具・雑貨、日本茶カフェ「JOHNSON'S TEA LOUNGE」など、様々なアングルから、あなたの毎日に楽しさを届ける複合ライフスタイルショップです。

地下鉄大通駅 大通公園

札幌市電 西8丁目

モスバーガー

PARCO

地下鉄「大通」駅1番出入口 徒歩4分
市電「西8丁目」停留場 徒歩1分

冬も省エネ

エコ之助たちがっぴりやっています

地球温暖化防止に つながる省エネ

今、地球温暖化が進んでいるといふことは、みんなも知っているよね。北海道でも、大雨が増える、台風が強大化する、農作物の質が変化するなど、多くの悪影響が心配されているよ。さらに世界に目を向けると、北極の海水が減ったり、海面の水位が上がったりもしているんだ。これ以上の温暖化を防ぐために大事なことは、私たちの生活から発生する二酸化炭素(CO₂)を減らすこと。その身近な方法の1つが「省エネ」なんだよ!

ポイントは おだきをなくすこと!

北海道の寒い冬に、暖房は欠かせないよね。けれど、温暖化防止のために、部屋の温度を高くし過ぎたり、部屋にいないときに点けたままにしたりしないよう、省エネを心がけてみよう。省エネを続けるポイントは、がまんするのではなく、おだきをなくすこと。下の表1では、エコ之助とおだ蔵がさまざまな場面でのコツを紹介しているよ。おうちの人のいっしょにチェックして、冬の省エネに取り組んでね!

寒い冬は、暖房をはじめたくさんのエネルギーを使う季節。でも、少しの工夫で省エネができるかな? エコ之助とどんなことができるかな? エコ之助とおだ蔵が紹介するよ!



表1 みんなはこんなうっかりをしていないかな?

エコ之助がチェックするでござる!

この他の省エネは北海道のホームページをご覧ください 35 北海道 検索

Save 節約の術 エネルギーの使用をおさえる

やや、ケセモノか?! 明かりが消えたぞ!

チェック ぎつたいないでござる!

使っていない照明はこまめに消そう。夜ふかしせず、早くねるのもエコでござるよ。

1か月あたり
1.6kWh節電
1,056g CO₂削減
50円節約

急がないと遅刻するでござる

チェック もつたいないでござる!

電気便座のフタは閉めるでござる。
*貯湯式の場合

1か月あたり
2.9kWh節電
1,870g CO₂削減
88円節約

なべカバーとかな? はて、ホコリよけであらうか?

チェック ちよつと待たでござる!

煮込み料理には、なべカバーがおすすめ。火を止めても余熱でおいしくできでござる。

1か月あたり
9kWh節電
5,758g CO₂削減
271円節約

寒いお茶で体の中を温めるでござる

チェック おいしいでござる!

暖房時の室温が20℃でも快適なスタイル「ウォームピズ」を。かぜをひいては大変でござるよ。

1か月あたり
2.121g CO₂削減
80円節約

Select 選択の術 省エネ型のモノを選ぶ

冷たいふとんに入るより、いっそのままでござる

チェック もつたいないでござる!

1か月あたり
0.3kWh節電
3,510g CO₂削減
134円節約

日本には湯たんぽという優れた省エネグッズがあるでござるよ。
*石油ファンヒーターの運転を1日1時間短縮で計算

どうじゃ、小さな白熱電球にかえてみたら

チェック おいしいでござる!

照明機器はLED電球にかえると節電になるうえ、電球も長持ちするでござるよ。

1か月あたり
7.5kWh節電
4,823g CO₂削減
227円節約

*54Wの白熱電球から9Wの電球型LEDに交換で計算

Shift 転換の術 ライフスタイルや価値観を変える

寒くても、ガマン、ガマンでござる

チェック ちよつと待たでござる!

エンジンをかけて暖めておいたでござるよ

チェック もつたいないでござる!

1か月あたり
2,121g CO₂削減
80円節約

エンジンをつけて暖めておいたでござるよ

チェック もつたいないでござる!

1か月あたり
3,350g CO₂削減
212円節約

長時間のアイドリングはやめるでござる。おうちの人に教えてあげよう。

*30kmごとに4分の割合でアイドリングストップを実施した場合で計算

※(財)省エネルギーセンター「家庭の省エネ大辞典」をもとに作成。節約効果は、近年の北海道における電気・ガス・灯油・ガソリンの平均的な単価を考慮し、算出しています。各効果の値は条件によって変わることから、参考値としてご覧ください。監修:北海道環境生活部環境局気候変動対策課



「第8回 CISE サイエンスフェスティバル in チ・カ・ホ」で

ヨツブの内容はさまざま。クイズやゲームの他、科学実験や工作体験など、盛りだくさん。冬休みの自由研究にもおすすめです。

今月のエコチル ★おすすめイベント★

第8回 CISE サイエンスフェスティバル in チ・カ・ホ

地球温暖化、自然破壊、外来生物、地球規模で環境問題がさげられる中、私たちの暮らしが北海道では、どんなことが起こっているんだらう。札幌近郊の動物園や水族館、博物館、図書館などの専門家によるワークショップに参加して、楽しく学んでみよう。

「100万年前の貝の化石を探してみよう!」「フシギな科学体験にチャレンジ!」「冬でもできる樹木観察」など、ワークショップの内容はさまざま。クイズやゲームの他、科学実験や工作体験など、盛りだくさん。冬休みの自由研究にもおすすめです。



地球温暖化、自然破壊、外来生物、地球規模で環境問題がさげられる中、私たちの暮らしが北海道では、どんなことが起こっているんだらう。札幌近郊の動物園や水族館、博物館、図書館などの専門家によるワークショップに参加して、楽しく学んでみよう。

「100万年前の貝の化石を探してみよう!」「フシギな科学体験にチャレンジ!」「冬でもできる樹木観察」など、ワークショップの内容はさまざま。クイズやゲームの他、科学実験や工作体験など、盛りだくさん。冬休みの自由研究にもおすすめです。



冬むらロマン

むらのもちつき&クリスマス

12/21(土)・22(日) 開催

正月をむかえる準備として、各家庭で行われてきた「もちつき」やクリスマス・年末のイベントを開催します!

12/21(土)

冬至 カボチャがゆ

10:00~15:30
年中行事

昔から冬至の日に食べられてきた、無病息災を祈る「カボチャがゆ」の試食を行います。

12/22(日)

もちつき

10:00~15:30
年中行事

正月をむかえる準備として各家庭で行っていた「もちつき」を行います。来村された方は、もちつきの体験後、さきたてのおもちを試食できます。

むらのクリスマス礼拝

①13:00~ ②15:00~
開拓の村に移築復元された明治期の教会で、礼拝を行います。村独特の雰囲気を感じることができます。

クリスマスお芝居

①11:30~ ②14:00~
子どもから大人まで楽しめる、クリスマスにちなんだお芝居を行います。今年の演目は「星空のトナカイ」です。

12/21(土)・22(日) 2日間

サンタクロースの馬そり

9:45~16:00 (ダイヤ制)
9時より午前便、12時より午後便の整理券を配布します
この期間は、特別にサンタクロースが乗車し、道産子が引く馬そりが、白銀の村内を運行します。
●料金: 大人(15歳以上)250円 / 小人(3歳~14歳)100円

松ぼっくりリトリーづくり

10:00~15:00ころ ●対象: 小学生以下
松ぼっくりで、かわいらしいミニツリーをつくりませんか? 在庫無くなり次第終了。

クリスマスカードづくり

10:00~16:00ころ
オリジナルのクリスマスカードをつくります。

野外博物館 北海道開拓の村 札幌市厚別区厚別町小野幌 50-1 TEL.011-898-2692
開村時間 9:00~16:30(入村は16:00まで)
入場料 一般800円、高校・大学生600円、中学生以下・65歳以上無料 ※高校生は毎週土曜日無料 開拓の村 検索

ニュースでときどき耳にする 「パリ協定」って何だろう?

みんなは、ニュースなどで「パリ協定」という言葉を耳にしたことはあるかな? 一体どんな協定で、何が決まったんだろう? ここで少し説明するね。

「パリ協定」は2020年以降の新たな温暖化対策の世界的なルールのこと。2015年にフランス・パリで開催された「COP」という国連の会議で決められたよ。新しいルールは、1997年に日本・京都で決まった「京都議定書」以来なんだった。パリ協定は、二酸化炭素(CO₂)などの温室効果ガスを減らすために、全197の国と地域がそれぞれ目標をつくり、目標達成に向けて取り組むことを決めたんだ。産業革命前(人による影響が出る前)からの世界の気温上昇を2℃未満におさえる、そして1.5℃未満に向けて努力することを世界の人々で目指しているんだよ。これを達成するには、石炭や石油などの化石燃料をできるだけ使わない燃やさない社会へ変えなければならないことを意味しているんだ。

世界共通の長期目標
産業革命以降の世界の気温上昇を2℃未満、できれば1.5℃未満におさえよう。そのために、温室効果ガスの排出量を実質ゼロにしよう。

世界平均地上気温変化

このグラフは、パリ協定によって気温上昇がおさえられた場合と、対策をしなかった場合の世界の平均地上気温の変化を表しているよ。世界の国々が何も対策をとらなかつたら、地球温暖化はどんどん進んでしまうね…

北海道は暖かくなっている?

みんなが暮らしている北海道の現状はどうか? このグラフは、北海道の7つの地点(旭川、網走、札幌、帯広、旭川、寿都、函館)の平均気温の変化を表しているよ。この100年で約1.6℃ほど上昇していることが分かるね。地球温暖化を防ぐために、みんなもできることから始めよう。

出典: IPCC第5次評価報告書
出典: 気象庁札幌管区気象台「北海道の気候変化(第2版)」

ジュニアスキー・スノーボード・スケート用品満載!!

スポーツデポ・アルペンが「エコチル」を応援しています。

北海道内店舗のご案内

SPORTS DEPO		SPORTS Alpen	
光星店★	011-721-1565	千歳店	0123-26-2107
宮の沢店★	011-665-6140	小樽店★	0134-25-3440
厚別東店★	011-899-3771	音更店	0155-30-1681
大曲店	011-377-1477	函館梁川店★	0138-31-7581
旭川山岳店★	0166-47-2073		
岩見沢店★	0126-20-0510		
釧路店	0154-36-8388		
帯広店	0155-47-8150		
北見店	0157-24-6980		

★別の店舗はスキー用品の取扱いがありません。ご希望の場合はお取り寄せさせていただきます。

小学校のスキー・スケート授業を応援します!

下記の割引クーポン券を北海道内のスポーツデポ・アルペンにお持ちください。

SPORTS DEPO		SPORTS Alpen	
ジュニア スキー・スノーボード・スケート用品			
お買い上げ税込合計金額5,000円以上で使える			
お買い上げ金額	割引金額	お買い上げ金額	割引金額
5,000円以上	500円	20,000円以上	2,000円
10,000円以上	1,000円	30,000円以上	3,000円

※上記価格はすべて税込です。送料は別途です。

第8回 CISEサイエンスフェスティバル in チ・カ・ホ

知らないことは、いいことだ! ~体験・挑戦・大発見~

CISEサイエンスフェスティバルは、札幌近郊の自然史系博物館や動物園・図書館の社会教育施設、市民団体と大学などの研究機関が、科学教育の場を提供します。第8回大会では、北海道の資源(ヒト・モノ・コト)を活用し、北海道の自然について学ぶ機会と、子どもの科学的な可能性をのばす体験ができます。

場所 札幌駅前通地下歩行空間(チカホ) 日時 2020年1月9日(木)12:00~18:00
[北3条交差点広場(西)] 10日(金)10:00~15:00

●対象 / 小学生から一般の方まで(小学1・2年生は保護者同伴)
●入場料・参加費 / 無料 ●募集人数 / 1,000人(2日間)
●参加方法 / 予約不要。当日、傷害保険の手続きをしますので、A4サイズの用紙に「氏名、性別、学年・年齢、学校名または住所、連絡先」を事前に記入の上、ご持参ください。

内容を一部紹介!

- ソウだけじゃない! [円山動物園] ※1月10日(金)のみ
- サケ皮クラフト体験 [サケのふるさと千歳水族館]
- 北の海の海獣たち [おたる水族館]
- 100万年前の貝の化石を探してみよう! [北海道博物館]
- 今夜のオカシに生命の歴史を見る [いしかり砂丘の風資料館]
- いろいろな石をよく見てみよう! [地蔵と鋳石の山の手博物館]
- アジア科学体験にチャレンジ [札幌市青少年科学館]
- 水のふしぎ! ふしぎ!
- 水をつかって紙に花を描こう! [共育者房かわさん]
- 海の学びを考えるワークショップ [船の科学館「海の学び ミュージアムサポート」]
- ~ワズやゲームを通じて石狩湾の自然について知ろう~ 1月9日(木) 13:00, 15:00, 17:00
- マイでんき発電所 [札幌市環境プラザ] 1月10日(金) 10:00, 12:00, 14:00

主催: 一般社団法人ちせ 共催: CISEネットワーク運営委員会 後援: 北海道生物多様性保全活動連携センター (HoBICC) 札幌市(予定)、北海道(予定)、北海道森林管理局(予定) ※この事業は、こどもゆめ基金の助成を受けて実施します。

お問い合わせ 一般社団法人ちせ 事務局 (菊田 融)
●TEL.090-1640-9017 ●E-mail cisenetwork@gmail.com

エコチル冬休みおすすめ情報



参加無料 冬休み親子見学ツアー

～飲んだあとの容器ってどうなるの?～

冬休みはアサヒビール北海道工場へ! 子どもたちの自由研究を応援します!
●開催日…2020/1/7(火)～1/13(月・祝) ●定員…各40名 ※先着順
●時間…10:00～13:00 ●所要時間…約100分
●対象…小学生のお子さまと20歳以上の保護者の方

内容 ●講座…「飲んだあとの容器ってどうなるの?」 ●ビール工場見学 ●工作…ダンボール工作にチャレンジ!
●試飲…ソフトドリンクでカンパイ! ※大人の方ではできたのビールが試飲できます。(お1人様3杯まで)
※土・日・祝日は製造ラインは稼働しておりません。また整備などの都合により平日でも製造ラインが稼働していない場合がございますので予めご了承ください。※お申込み受付は先着順です。ご希望に添えない場合がございますので、予めご了承ください。※酒類のご試飲はお1人様3杯までとなります。※お子さまには「アルコール」をご用意しておきます。※お車・バイクを運転の方(バイクは同乗者も含む)自転車でご来場の方、妊娠中や授乳期の方は酒類の試飲ができません。ソフトドリンクをご用意しております。

Asahi アサヒビール北海道工場 札幌市白石区南郷通4南1-1
TEL.011-863-3515 (受付時間9:00～17:00) FAX.011-866-4288
https://www.asahibeer.co.jp/brewery/hokkaido

生徒募集集中! グッドタイムスキー教室

全日本スキー連盟公認スキー教室

2日間 20,240円
3日間 30,360円
ジュニアスキー短期集中コース
対象:小学生～中学生 定員:各30名
レベル:初めて～上級

振替レッスン日 1/14(火)・18(土)
※定期に6回連続受講し、上記の料金にはレッスン・保険・リフト・昼食・写真・ウェア代がふくまれます。※キャンセル料は7日前まで2/22(土)～24(月・休)に2泊3日の合宿開催。は全額返金、6日前～前日は6,000円、当日以降は返金できません。

グッドタイムスポーツクラブ TEL.011-595-8543
〒062-0933 札幌市豊平区平岸3条13丁目5-15 Eメール goodtimesp@outlook.jp
第2三雄ビル301 営業時間/10:00～20:00(不定休) グッドタイムスキー教室

今年の冬も元気いっぱい! 寒さに負けない動物たちを見に来てね!!

セイウチのしずくが見納め!? ペンギンも見逃さないけど、しずくのパフォーマンスは今冬が最後! 見逃さないで!!

●ペンギンの雪中さんぽ1日3回 ●セイウチしずくのパフォーマンス
●ゴマファザラシの「凍ると! プール(cold pool)お食事タイム」1日2回
その他クリスマス、お正月の楽しい企画が盛りだくさん!
●営業期間…令和元年12/14(土)から令和2年2/24(月・休)
●営業時間…10:00～16:00(入館は15:30まで) ●入館料金…大人(高校生以上)1,000円/小人(小中学生)400円/幼児(3歳以上)200円 ●駐車料金…無料(500台駐車可)

おたる水族館 〒047-0047 北海道小樽市祝津3丁目303番地 TEL.0134-33-1400
ショータイムなど詳しく知りたい方は <https://otaru-aq.jp/>

初めての冬ヒーロー教室

締め切りが 締切近づく!!

「丁寧に教えてくれる!」見極めがするどい!子どもたちも安心して参加できる!と評判のヒーロー教室。この冬も開催します。
●1期…12/26(木)～28(土)・II期…1/6(月)～8(水)
●料金…3,500円(税別) ※兄弟参加の場合は、2人目から2,980円 ※体験後に本科に入会される方は特典あり!

コース	種目	時間
のびのびコース1 チャレンジコース1	鉄棒、跳び箱、トランポリン	10:00～10:45
のびのびコース2 チャレンジコース2	鉄棒、跳び箱、トランポリン	11:15～12:00
のびのびコース3 チャレンジコース3	鉄棒、跳び箱、トランポリン	10:00～10:45
パック転コース	マット	11:15～12:00

詳しい内容やお申し込みは、ホームページまたはお電話で 札幌市白石区菊水町3丁目52-328
札幌アルファ体操クラブ TEL.011-833-6616 <https://sapporo-alpha.com> アルファ体操クラブ

初心者の歓迎!! ディノスポウでボウリングに挑戦!!

ジュニア特別ボウリングレッスン

小学生以下を対象にマナーやルール、上手に投げるコツなどを、興味や知識の度合いに応じて、内容をアレンジしながらレクチャーします。また、通常は見ることができないボウリングレンの裏側探検や、プロボウラーに会うこともできます!

動きやすい服装、靴下着用で来てね!
【所要時間約90分】

店舗	開催日	時間	定員
札幌白石店	12/21(土)	10:00～	30名
ノルベサ店	12/26(木)	10:30～	30名
札幌麻生店	12/26(木)	14:00～	24名
札幌手稲店	12/28(土)	11:00～	30名

●対象/小学生以下
●参加費/おひとり様630円
※シューズ代370円別途
●募集人数/各店舗30名
※札幌麻生店のみ24名
●お申し込み/スガイディノスWEBサイトから申し込み
https://bowling.sugai-dinos.jp/junior_lesson/
●受付締切/開催日前日まで、定員になり次第受付終了

ディノスポウ

ヤマハミュージック札幌センター

1回完結 Lesson
小学生のための楽器体験
楽器の経験が無くても大丈夫!
～冬休みはあこがれの楽器に挑戦しよう!～

1/6 月	ピアノ個人 ①10:30 ②11:10 ③11:50 ④13:00 ⑤13:40	1/14 火	サクソス 11:00
1/6 月	トランペット 14:00	1/14 火	ドラム 低学年 12:00 高学年 13:00
1/8 水	フルート 11:00	1/15 水	アコースティックギター 低学年 13:30 高学年 14:30

60分グループレッスン(ピアノのみ40分個人)、受講料¥2,500(税別) ※楽器無料貸出

札幌駅すぐ! 紀伊國屋書店さんが目印です
札幌市中央区北5条西5-7 sapporo55 4F
0120-037-808

冬休み! プログラミング キャンプ!

未来の工事現場で働くロボットを作ろう!
プログラムしよう!

年齢	時間	参加費	定員
1-2年生	10:00～12:10	¥3,800(税別)	各6名
3-4年生	13:30～15:40	¥7,800(税別)	各15名

お申込はWebまたはお電話で!

GKI-KIDS ロボット&プログラミング 札幌駅前校
〒060-0005 札幌市中央区北5条西6丁目23 第二北海道通信ビル 6F-9F TEL.011-213-0925 URL <https://gkij.net>



北海道グリーンランド ホワイトパークのお得なプラン!

北海道グリーンランドホワイトパークで、冬を思い切り楽しもう!

通常リフト料金

11回券	おとな	2,000円
	こども・シニア	1,600円
4時間券	おとな	1,900円
	こども・シニア	1,800円
6時間券	おとな	2,300円
	こども・シニア	2,200円
ナイター券	共通	1,400円

※おとな/中学生以上、こども/小学生以下、シニア/60歳以上

早割シーズン券

大人 **24,000円** 子供・シニア **21,000円**
 (通常価格 大人25,000円/子供・シニア 22,000円)
 申込期限 **12/28日**まで!

ジュニアスキー講習会 (小学生対象)

日程 1/4(土)・5(日)・13(月)・18(土)・19(日)・25(土)
 2/1(土)・8(土)・15(土)・22(土)
 ●時間...10:00~15:00 ●受付...当日・セカンドロッジ
 ●講習料(保険付)...(会員)小学生2,400円/(非会員)小学生2,900円
お得!! シーズン会員(会員登録料含む) 12,500円

ゲレンデ直行バスプラン

30名以上のお得なプラン
1週間前までにご予約ください

リフト6時間券 + ランチ + 札幌発着バス

おとな **4,800円** こども **4,700円**

お食事はカレーライス他、数種類からお選びいただけます。ロッジ席のご予約もできます。

オプション ●インストラクターのレッスン 8,000円/1人
 ●レンタルスキー・ボード 3,000円/1人

ランチパック コンビニ限定商品

リフト6時間券 + ランチ(600円)

おとな 通常料金 **2,900円** → **2,250円** 650円もお得!!
 こども 通常料金 **2,800円** → **2,150円** 650円もお得!!

※コンビニのみの販売となります。お近くのセブンイレブン・ローソン・サンクス・びあ・ファミリーマートでお求めください。

スキーの後は、スキー場から車で約20分

北村温泉ホテルへ
 グリーンランドホワイトパークの使用済みリフト券提出で
タオルセット無料貸出 有効期限 2020年3月31日(火)

12/22 (日) 滝野スノーワールド オープン!!

雪遊びを思い切り楽しめる滝野スノーワールドがオープンするよ!

子どもから大人まで大興奮の チューブそり

スノーチューブで、一気に200mをすべり降りる爽快感を味わおう。



滝野の森で楽しさいっぱいの 雪遊び

雪だるまやかまくら作り、おしりすべりなど、たっぷり雪遊びを楽しもう。



初めてでも安心の スキーゲレンデ

ゆるい斜面のゲレンデは、スキーデビューにもってこい! 小さな子どもから参加できる、初心者向けのスキースクールは毎日開催。



暖かい屋内で、体いっぱい遊べる 虹の巣ドーム

寒くなったら、暖かい所で楽しもう。巨大な屋内遊具で思い切り遊べるよ。



●入園料...冬季無料 ●駐車料金...420円/台(普通車) ●休園日...12/21(土)まで休園 (12/22(日)~3/31(火)は無休)

国営滝野すずらん丘陵公園 滝野すずらん丘陵公園
 〒005-0862 札幌市南区滝野247番地 TEL. 011-592-3333(滝野公園案内所)

北海道グリーンランド ホワイトパーク

岩見沢市志文町1056番地いわみざわ公園 TEL.0126-22-2121

冬休みの自由研究におすすめ お店で工作実演に参加してみよう!

冬休み自由研究ワークショップ! ホームページにて事前予約受付中!

12/30(月)・31(火)・1/2(木)・3(金) 羊毛スタンドグラス	1/6(月)・27(火) 筆でつくるカメラ型ポーチ	1/8(水)・9(木) クレイジュエリーでキラキラアクセサリをつくらう
1/12(日)・13(月)・14(火) 「札幌の香り」のミニ・ハーバリウムをつくらう	1/12(日) 9連発木製ゴム鉄砲をつくらう	1/14(火)・15(水) 種類のごとくを学んで、羽でアクセサリをつくらう

●スケジュール...難易度や時間はホームページを確認してね! ※記載の価格は税込です。

月日	内容	参加費	月日	内容	参加費
12/26(水)・27(金)	ボンボンマットをつくらう	1,650円	1/8(水)・9(木)	クレイジュエリーでキラキラアクセサリをつくらう	1,100円
12/26(水)・1/11(土)	お花のリース	1,430円	1/9(木)・10(金)	シーガラスの妖精入り宝箱	1,100円
12/27(金)・28(土)	ソーパカペンギンで雪の結晶をつくらう	1,980円	1/10(金)・11(土)	羊毛フェルトのかわいい動物リース	1,650円
12/28(土)・29(日)	シルバーで星・お花のペンダントをつくらう	2,800円	1/12(日)・13(月)・14(火)	「札幌の香り」のミニ・ハーバリウムをつくらう	880円~
12/29(日)・30(月)	お正月飾りにもなる和紙でつくるラタンシェード	1,760円	1/12(日)	9連発木製ゴム鉄砲をつくらう!	2,400円
12/30(月)・31(火)・1/1(水)	羊毛スタンドグラス	2,200円	1/13(月)・14(火)	花時計をつくらう	1,980円
1/3(金)・16(土)・17(日)	粘土でつくるマカロン・メモスタンド	1,540円	1/14(火)・17(金)	エシカカごとを学んで、筆でつくるオブジェをつくらう	1,200円
1/4(土)・5(日)	いちごフルーツサンドのチャーム	770円	1/14(火)・15(水)	羊毛でつくる「北のどうぶつ」	3,850円
1/4(土)・5(日)	好きな絵を描いて自分だけの時計をつくらう!	850円	1/14(火)・15(水)	豆蔵のこを学んで、羽でアクセサリをつくらう	2,500円
1/6(月)	粘土でつくるペンケース	1,760円	1/16(木)・17(金)	自作ミラーで万華鏡をつくらう	1,540円
1/6(月)・7(火)	筆でつくるカメラ型ポーチ	2,900円	1/18(土)・19(日)	カラフルに輝く光の箱をつくらう	1,760円
1/7(火)・8(水)	ゆびで織るマフラー	1,650円	1/18(土)・19(日)	自作スライムで30分計をつくらう	1,540円

詳細はホームページを見てね!! ▶▶▶ <https://sapporo.tokyu-hands.co.jp/>

TOKYU HANDS 東急ハンズ札幌店 TEL 011-218-6111 (代)
 〒060-8619 札幌市中央区北4条西2丁目 さっぽろ東急百貨店8・9階(一部)
 営業時間/10:00~20:00

東急プレミアムサロン

第3回 プラネタリウム

触って学べる 三科学館

ふしぎな科学の面白さが大集合!
 冬休みは家族でドキドキ・わくわくを楽しもう!

1月4日(土)~6日(月) 10:00~20:00
 ※最終日は19時閉場
 会場: さっぽろ東急百貨店 9階催物場

主催: 北海道東急会 (お問合せ) 北海道東急事務局 TEL.011-811-6141

本格的光学式プラネタリウムで 満天の星空を体験しよう!

360度すべて星に包まれる、特別なプラネタリウム空間。まるで宇宙に浮かんでいるようなドキドキを味わおう!

★入場料: 大人200円(税込)、子供100円(税込) ★定員: 各回50名
 ★上映時間: 各回20分 ※最終日は1日7回
 ★上映作品: 「イナズマバリー」

1 11:00~11:20	5 15:00~15:20
2 11:30~11:50	6 15:30~15:50
3 13:00~13:20	7 17:00~17:20
4 13:30~13:50	8 18:00~18:20

※開始時刻を過ぎると入場できませんので、お気を付けください。途中退場はご遠慮ください。

プラネタリウムでタイムトラベル~誕生日の星空と記念撮影~
 生まれた日や記念日の星空をプラネタリウムが投影します。特別な星空をバックに写真を撮ろう! 写真はカードにしてプレゼント!
 ★1日5回開催 ※最終日は1日4回
 ★参加無料

東急ハンズ Presents ワークショップ開催!

★キラキラ宇宙スライムを作ろう!
 ★手作り天体望遠鏡で星を観測しよう!
 ★サッカーロボットを作ってみなで遊ぼう!
 ★木製コマに絵付けて、コマ回しにチャレンジ!

※参加希望の方は、当日会場にて先着順で参加整理券を配布いたします。
 ※小中学生までのお子様はご家族の方の付き添いをお願いいたします。

※入場料・参加費は TOKYU CARD 或 Q カード、TOKYU POINT CARD のポイント対象外です。
 ※入場料・参加費の一部は社会福祉法人札幌市社会福祉協議会へ寄付いたします。

人気のロボット MANOIKんが やってくる!

いっしょに ラジオ体操を踊ったり、写真を撮って楽しもう!

ロボットダンスショー
 ロボット操縦体験
 ロボットバトル体験

ドローン体験も開催!

エコチル限定クーポン

プラネタリウム入場料
 大人 **200円** 子供 **100円** 幼児 **50円**

有効期限: 2020年1月6日(月)まで
 ※本券1枚で大人1名・子供1名まで利用可能

みんなで予防しよう

インフルエンザ

寒くなると心配になるのが「インフルエンザ」。
 感染してしまうと、高熱や関節の痛みなどが
 出てつらく、学校も何日も休まないとい
 けなくなるよね。
 インフルエンザ予防のためにできることを、
 いっしょに見てみよう!



「かからない!」「うつさない!」

インフルエンザは、体内にインフルエンザウイルスが
 入りこむことによって感染するよ。ウイルスを体内に入
 れないことはもちろん、感染してしまったら周りの人に
 うつさないようにすることも大切だよ。

こんなところにウイルスが!!

インフルエンザの原因となるウイルスが、人から人へ、
 もの物から手へと、気付かないうちにどんどん広がっている
 ことも…。



学校のいたるところにも!

予防のポイント



しっかり手洗い



最後に、十分に水で流し、
 清潔なタオルやペーパー
 タオルでよくふきとる

ウイルスのついた手で、
 ごはんやおやつを食
 べるとどうなるかな?



せきエチケット

くしゃみやせきが出るときはマスクをつけよう。
 正しいマスクの
 つけ方
 鼻と口の両方をすき間がな
 いように確実におおう



ティッシュなどで、口や
 鼻をおおう

使ったティッシュは、す
 ぐごみ箱に



せきなどを手でおさえた
 ら、すぐに石けんで手洗い

くしゃみやせきといっしょにウイルスが
 1~2mも飛んでいるんだ!

参考資料: 政府広報オンライン <https://www.gov-online.go.jp/useful/article/200909/6.html>

作品大募集

「インフルエンザ予防」

ポスター&川柳募集!!

「インフルエンザ予防方法」についての、ポスターと川柳を
 募集します。応募作品は、北海道立近代美術館をはじめ、
 市内数カ所で展示予定です。

- 募集内容 「インフルエンザ予防方法」についてのポスター
または川柳 ※提出できるのは各部門1人1作品です。
- 対象 0~18才 参加費用 無料
- 締切 2020年1月22日(水)

優秀作品は北海道立近代美術館、エルプラザ、さっぽろ創生スクエア、ちりえり等
 に展示します。川柳は、札幌市川柳協会発行誌「川柳さっぽろ」にも掲載予定です。
 また、札幌医科大学記念ホールにて表彰式を行います。

お問い合わせ・
 提出先 〒060-8556 札幌市中央区南1条西17丁目 札幌医科大学医学部公衆衛生学 内
 「学童における感染症予防教育研究班」事務局
 TEL.011-611-2111 (内線27410) FAX.011-688-9585

くわしくは
 こちらから!



南月寒小学校ミニ児童会館で、
 川柳教室を行いました!

クリスマスキッズパーティー

開催日 2019年12月21日(土)・22日(日) 時間▶10:00~17:00 場所▶1階ハーベストコートイベント広場

- ★10:30~ みんなで歌おう! おどろろ! クリスマス♪
- ★11:15~ ライアー演奏
- ★12:30~ KIDS YOGA
- ★14:30~ ゴスペルライブ
- ★15:30~ クリスマスレシピ紹介

12/21(土)

- ★13:00~ キッズ体操&キッズビンゴ大会
- ★15:30~ キッズ体操&キッズビンゴ大会

12/22(日)

「アリオ体操」や「エビカニクス」など、楽しい体操をお兄さんたちといっしょに踊ろう! 「DJひよこ」のキッズミュージックタイムもあるよ! 体操に参加してくれたキッズたち(先着100名)には、ビンゴカードを配布! 「トイザらス・ペーパーズ」や「サーティンアイスクリーム」などのギフト券が当たるキッズビンゴ大会に参加できるよ!
 ※ビンゴカードはキッズ体操終了後に、体操に参加されたお子様優先に配布します。(各回先着100名の小学生以下のお子様)
 ※キッズビンゴ大会は1回目14:00~、2回目16:30~開催予定です。

レインボーコットンキャンデー

2020.1/1(水・祝)~5(日)
 10:00~18:00
 [場所]3階サンピラ-エスカレーター横

5日間限定で、カラフルで可愛くおいしいレインボーコットンキャンデーが登場!!

アリオ札幌に全長4mの恐竜がやって来る

2020.1/5(日)~6(月)

[場所]1階ハーベストコートイベント広場、アリオ館内

- 11:00~ クイズ大会&写真撮影会
- 12:30~ 恐竜の赤ちゃんとのふれあい
- 13:30~ 店内グリーンディング
- 14:30~ 恐竜の赤ちゃんとのふれあい
- 16:00~ クイズ大会&写真撮影会

今回は全長4mの恐竜の他に、恐竜の赤ちゃんも登場! そして恐竜のクイズ大会の他にグッズ販売・写真撮影会などもあるよ!!
 写真撮影は、お手持ちのカメラで撮影ください。 ※写真はイメージです。

獅子舞がやって来る

2020.1/1(水・祝)
 ①14:00~ ②15:30~

[場所]1階ハーベストコートイベント広場

アリオ札幌の元日は、獅子舞がやって来る! 獅子舞に頭をかまれて厄をはらおう!!

冬休みキッズワークショップ

2020.1/6(月)~19(日)の間

※店舗によって開催日・時間は異なります。

くわしくは、アリオ札幌ホームページにて12月中旬ごろに発表します!

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

【表1】エコクッキングのポイント

〇資源を大切に使う

- やかんやなべを火にかけるときは、底に付いている水分をふき取る。
→ 底がぬれていると、水を蒸発させるための余分なエネルギーを使う。
- コンロの火は、なべの大きさに合わせて調節する。
→ 火がなべからはみ出ていると、むだなエネルギーを使う。
- お湯をわかすときは、ふたをする。
→ なべの内部で温度が効率良く上がり、早くわか。
- 炊飯器や電気ポットは、長時間保温しない。
→ 食べるときに温め直したり、使うときに加熱したりする方が、エネルギーが少なくてすむ。
- ゆでる物は同時に調理する。
→ 複数の野菜をゆでるときは、あくの少ない物からなるべく同時にゆでる。

〇水や洗剤を減らす

- 使い終わった食器は重くない。
→ よごれていない食器の裏までよごれるから。
- 食器やなべは、いらぬ巾着や紙でよごれをふき取って布で洗う。
→ 洗う前に、お湯の8割を落とす。
- よごれた食器は、すぐに水につけておくよごれが取れやすい。
→ この米のとぎじりを使うとさらにエコ。洗剤と同じように、よごれをとく働きがある。

〇ごみの捨て方

- 生ごみは水を切って捨てる。
→ ごみの量が減り、ごみを燃やす時間が短くなる。
- ごみの分別を行う。
→ ルールを守ってリサイクル。
- 肥料にする。
→ コンポストがあれば、たい肥を作って家庭菜園に使うと良い。



「もったいない」を大切に
現在、地球温暖化や自然破壊などにより急速に地球環境が変化しており、地球の環境を守ることに大きな課題となっています。そのためには、資源のむだ使いを減らし、再利用を心がけることが大切です。

日本語の「もったいない」は、作ってくれた人や自然に感謝し、物を大切にすることを指します。ケニア出身の環境保護活動家ワンガリ・マタイアさんによつて、「もったいない」

「買った」「作った」「食べた」
エコクッキングとは、エコクッキングとは、「買った」「作った」「食べた」

環境に優しいエコクッキング
エコクッキングとは、「買った」「作った」「食べた」

「もったいない」を減らすのです。
「もったいない」を減らすのです。

「もったいない」を減らすのです。
「もったいない」を減らすのです。

「もったいない」を大切に
現在、地球温暖化や自然破壊などにより急速に地球環境が変化しており、地球の環境を守ることに大きな課題となっています。そのためには、資源のむだ使いを減らし、再利用を心がけることが大切です。

「もったいない」を減らすのです。
「もったいない」を減らすのです。

「もったいない」を減らすのです。
「もったいない」を減らすのです。

「食へ残しの処分」「水の出しっぱなし」「冷蔵庫の開けっぱなし」
「もったいない」を見直して、環境に優しい生活を心がけましょう。



食材をむだなく使おう! チャレンジ☆エコクッキング

食材を使い切るコツ 「乾燥」「冷凍」保存!

- 乾燥の術**
 - ニンジンと大根はきれいに洗い、皮ごと3mmほどの厚さの半月切りにする。表面の水分をキッチンペーパーでふき取り、ザルに並べて2日間、天日干しにする。または水分をふき取った野菜を電子レンジで表2分、裏裏して2分加熱する。
 - ナスは5mmほどのうす切りにして、あくぬきしてから①同様に乾燥させる。
- 冷凍の術**
 - 大根は大根おろしにして、製氷皿で冷凍する。そのままめんつゆに入れ、おろしそばやうどんに、煮魚などに加えて「みぞれ煮」に。
 - カボチャは好みの大きさに切り、電子レンジで加熱して、冷めたらラップに包んで冷凍する。つぶしてから冷凍すると、ポタージュやサラダ、コロッケにすぐに使える。
 - 玉ねぎはみじん切りにして、サラダ油でいため、冷めたら小分けにして冷凍する。ハンバーグや煮こみ料理、ソースを作るのに便利。
 - キノコ類は石づきの部分を取ってそのまま、または食べやすい大きさに切って冷凍する。解凍すると水分が出るので、こおったまま調理する。

野菜の皮をむき過ぎてしまったり、食材をくさらせて捨ててしまったりすることはない?食材を使い切るコツと、エコなレシピを紹介するよ!

大根の皮のきんぴら

- 材料(4人分)
- 大根の皮……1本分(200g)
 - ニンジン(皮ごと)……1/4本(40g)
 - ゴマ油……小さじ1
- 【A】
- オイスターソース…小さじ1/2
 - しょう油……小さじ1/2
 - ラー油……少々

- 作り方
- 大根の皮とニンジンを、2mmくらいの千切りにする。
 - フライパンにゴマ油を熱して、①をいためる。
 - ②がしんなりしたら、Aで味付けし、最後にラー油を加える。



参考資料 札幌市「もったいない運動」 <http://www.city.sapporo.jp/hokenjo/syokukiku/mottainai.html> 札幌市手稲区役所「上手な保管と使い切りでエコクッキング」 http://www.city.sapporo.jp/teine/hoken/hokencenter/menu/eco_cooking/guide/guide02.html 札幌市西区役所「ママから発信!エコクッキングレポート」 http://www.city.sapporo.jp/nishi/oyakudachi/kenkou/eco_cooking/index.html

冬休みの自由研究にも!

レゴ®ブロックで作ったロボットをプログラミングで動かしてみよう!

2020年から小学校でプログラミング必修化! 1日も早くスタートすることをおすすめします!

親子無料体験会&WinterCamp

小学1・2年生		小学3~6年生	
無料体験会開催日時		「Winter Camp」開催日時	
12/26(木)	10:30~12:00 13:30~15:00	1/8(水)・9(木)	10:00~15:00
12/28(土)	15:00~16:30	1/14(火)・15(水)	10:00~15:00
1/7(火)	10:30~12:00 13:30~15:00	1/16(木)・17(金)	10:00~15:00
1/11(土)	15:00~16:30		
1/25(土)	15:00~16:30		

1日4時間(お昼休み1時間)で2日間のプログラムになっています
¥12,500(税抜)

各日先着5名要予約

入会説明会 同時開催中!

ご入会の方には体験会参加者特典として
入会金13,000円(税別) → 0円

オリジナルアクアリウム(水族館)をつくろう!

自由研究はScratchプログラミングからはじめてのスクラッチ!

12/27(金) ①10:00~12:00 ②14:00~16:00 1回2時間で完了!
1/10(金) ①10:00~12:00 ②14:00~16:00

学校の授業を先取り! 楽しくプログラミングを学べる「Scratch」。様々な教科の学習にも利用できることから世界で注目!

参加費:1,000円(税込) 定員:各回限定10名 保護者の方と1つよにご参加ください。

受講者全員 自由研究まとめシートプレゼント!

Let's challenge English ECO quiz!

-英語エコクイズにチャレンジしよう!!-

Q. 中国に生息し、絶滅のおそれのある動物「ジャイアントパンダ」が、主に食べる物は何かな? 下の4つの中から1つ選んでね。

1. bamboo 2. flower 3. grass 4. fish

A. 答えは1. bamboo(タケ)。ジャイアントパンダは、食べる物の99%がタケ。地球温暖化により、生息地である竹林が減ったり、なくなったりしてしまうと、すみかも食べ物もうばわれてしまふよ。

なぞってみよう

bamboo flower grass fish

タケ 花 草 さかな魚

次号も、エコに関係した英語クイズを出題するよ! お楽しみに!!

※内容は予告なく変更する場合があります。ご了承ください。



身の回りの物で十分に過ごせることに気づく。少し立ち止まって考えてみると、毎日の生活の中で、本当に必要な物は何か、

今回お話をうかがったのは、一般財団法人北海道歴史文化財団の松井則彰さんです。北海道開拓の村で学べること、昔の人々の暮らしと私たちの生活などについてお聞きしました。

地球にちょっといいはなし

エコなひと

今月のテーマ
昔の生活から得る学び



滝野自然学園からのお知らせ

お父さんと過ごす週末キャンプ

一緒に作って、一緒に楽しんで、週末はお父さんを一人占め。スノーチューブブラフティング、奇跡の氷瀑探検、そのほか冬ならではのさまざまなプログラムがもりだくさん! 親子のふれあいはもちろん、お父さん同士の交流も深まります。

実施日程	2020年1月11日(土)~12日(日)
対象者	小学生とその父親
会場	滝野自然学園およびその周辺フィールド
参加費	15,000円(税込) [大人1名、子ども1名] 追加料金 子ども1名につき4,000円(税込)
募集締切	2019年12月18日(水) 定員20組※応募多数時抽選

下記住所にて、はがき、もしくはホームページの申込フォームから【必要事項】をお知らせください。

必要事項
①事業名 ②参加者氏名(ふりがな) ③保護者氏名(ふりがな) ④年齢・学年(学校名)
⑤性別 ⑥郵便番号、住所 ⑦参加者の生年月日 ⑧電話番号

滝野自然学園 公益財団法人さっぽろ青少年女性活動協会 自主運営施設
〒005-0862 札幌市南区滝野106番地 TEL.011-591-8780
URL: http://www.syaa.jp/takino/

公益財団法人 さっぽろ青少年女性活動協会 企画事業課
TEL.011-671-4121

「昔の暮らしを知る」

北海道開拓の村では、明治・昭和初期の北海道の暮らしを学ぶことができます。「昔の暮らしの様子を見ると、電気や暖房が無くて不便で大変だったね」という感想を持つ方もいらっしゃいます。たしかに昔は大変だったと思いますが、それだけでは十分ではありません。今、私たちの暮らしの中で、本当に必要なのは、

「家族そろって」

普段心がけている工夫活動についてお聞きしました。「車の運転ではアイドリングやむだな急発進をしない、家でむだな電気を消すなど、当たり前のことをしています。環境に配慮するように意識しています。」

最後に、読者のみなさんにメッセージをいただきました。「昔の人々は囲炉裏を囲んで家族を囲んでいました。みなさんも家族を囲んで、家族を大切にしてください。」

1/4 ± OPEN! 冬もノースサファリにGO!

冬の動物園 Winter zoo

冬の動物園営業日・時間
1/4(土)~1/19(日)
1/20(月)~3/31(火)は 土・日・祝日の営業
10:00~16:00(最終入場15:30)
4/1(水)以降の営業についてはホームページでご確認ください。

冬のアクティビティ Winter Activity

冬のアクティビティ営業日・時間
アクティビティは1/4(土)~3/22(日)まで毎日営業
10:00~16:00(最終入場15:30)
(平日のみ事前予約)
積雪状況により早期終了する場合がございます。

1歳まで無料(1日5歳限定=5歳) (親子2) 080-1869-6443

スノーパーク 無料コーナー! From 1 Snow park

冬も楽しい!!

アザラシとふれあえい

ニホンシザルの ワクワク観察タイム

キツネ抱っこ体験 記念撮影

スノーシュー体験

かまくら作り体験!

トーチングチューブブブラー Tasting tube Bubble

犬そり体験 Dog sledding

バナナボート Banana boat

札幌中心部から車で約30分 定山温泉から車で約10分

札幌市南区豊滝469-1 (定山温泉温泉手前)

動物取扱業登録札幌第398号 所在地札幌市南区豊滝469-1 種別一般 動物取扱責任者目黒清志 ※受付は動物家の営業時間と同じです。くわしくはHPをご覧ください。

冬季節動物園入園料(税込) 中学生以上 1200円 小学生以下 500円 3歳以下 無料 ※アクティビティのみご利用は入園料はかかりません。

札幌中心部から車で約30分 定山温泉から車で約10分

https://north-safari.com

ノースサファリサッポロ

エコチル広場



エコチルおたよりコーナー 今月は……2019年にごんばったこと、チャレンジしたこと

みんな、おたよりをありがとう! 編集部に寄せられた、おたよりの一部を紹介するよ!

1年生になってそろばんを始めました! 今ではかけ算をマスターするまでに上達しました! とても楽しいです。(小1・ちようなんぼーさん)



てん太くんより

そろばんでかけ算をマスターしたなんてすごいね! これからも楽しみながらがんばってね。



運動会。かけこ教室に通ってがんばったけど、ライバルには徒競走で負けて、リレーで勝ちました。(小4・もちもちパンダさん)



エコちゃんより

刺激し合えるいいライバルがいるんだね。来年もたくさん練習して、勝るといいね!



読書をごんばったよ。学校の図書室、地域の図書館も使って、200冊以上読みました。(小4・わさびさん)



てん太くんより

そんなに読んだなんてびっくり! 空想したり、未知の世界を知ったり…読書は楽しいよね。



エコ川柳コーナー 自然・環境がテーマだよ!

せつでんで
家族であつまり
ポカポカだ

緑丘小学校

6年生

泉山

倅さん

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!

自然・環境をテーマにエコ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。

「ぼくの私の流行語大賞」

2019年、みんなの中ではやった言葉や、よく使った言葉、好きな言葉は何か? その言葉とはやった理由などを下記応募用紙の12に記入して、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! お題は毎月変わります。お題のリクエストもお待ちしております! ※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。

応募方法 締め切りは2020年1月5日(日)

当選発表/すべての当選発表は賞品の発送をもって代させていただきます



宛先 〒060-0061 札幌市中央区南1条西5丁目7-1 豊川南一条ビル9F 株アドバコム エコチル編集部「北海道版12月号応募」係

イベントなど他の応募も、郵送、WEB、FAXにて受け付けているよ。アプリからも応募できるよ!
https://www.ecochil.net FAX.(011) 200-5577 ※FAXからのエワードパズルの応募はできません。

表紙イラストの応募について

A4かA3または八つ切りの画用紙に、クレヨンや絵の具などで「エコ・自然」をテーマにした絵を横向きに描いてね。タイトルも忘れずに。必要事項を記入した応募用紙を同封して、折らずに送ってね! ※掲載される場合は、応募した月の2か月後の号になります。応募作品は返却しません。

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。

携帯電話はこちらから

【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。

エコチル12月号応募用紙 ハガキにはって編集部まで送ってね!

北海道版12月号 応募用紙

① フリガナ

② お名前

③ 小学校

④ 性別

⑤ 学年

⑥ 年齢

⑦ 住所

⑧ エコチル今月号は、いつ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 おたよりコーナーの応募とエコチルの感想などはこちらへ。

⑬ P.12 読書員さんへの質問はこちら。

⑭ エコワードパズルの答え

うんちは健康のバロメーター! うんちについてもっと知ろう!

腸が喜ぶ食事

第5回 腸が喜ぶ食事をしよう!

腸が健康な状態だと、病原菌が入ってきても、食中毒などの病気になりにくいといわれているよ。逆に、腸の元気がなくなると、かぜをひきやすくなったり、すぐにつかれるなど、さまざまな不調を起こしやすくなる。だからこそ、腸には常に元気でいてほしい! そのためには、適度な運動に十分な睡眠と、生活習慣を整える他、腸が喜ぶ食事を食べよう。腸は善玉菌を増やす発酵食品やヨーグルト、善玉菌のえさになる水溶性食物繊維やオリゴ糖などが大好きだよ。右の表を参考に、腸が大好きな物を積極的に食べるようにしよう!

<p>穀類</p> <p>豆類</p> <p>キノコ類</p> <p>コンニャク</p>	<p>アボカド・リンゴ</p> <p>ゴボウ・レンコン</p> <p>コマツナ・アロカシー</p>
--	---

イチジク洗腸は便秘のお薬です!

イチジク洗腸 10 (0~5才)

イチジク洗腸 20 (6~11才)

イチジク洗腸 30 (12才~)

効果・効能: 便秘

用法・用量: 用量にあったものをご使用ください。ご使用前には、医師、薬剤師又は登録販売者にご相談ください。

エコチル インフォメーション

農試公園「新春風づくり」

2020年の干支、ねずみをモチーフにした風作りをするよ。自由に色をぬって、世界に1つのオリジナル風を作ろう。作った後は、公園内の圧雪広場で風をあげよう。家族みんなでお正月遊びを楽しもう!
 日時:2020/1/5(日)10:00~12:00 場所:農試公園屋内広場サンルーム 参加料:1,500円 定員:50名(先着順) 申込:12/21(土)8:45から電話または窓口で受付



●公益財団法人 札幌市公園緑化協会 農試公園管理事務所 TEL.011-615-3680 [農試公園](#) [検索](#)

令和2年 札幌市消防出初式

新春の恒例行事、消防出初式が行われるよ。消防音楽隊のミニコンサートや、はしの上で演技をする「はしご乗り」を楽しむことができ、屋外では消防車両の展示や記念撮影会もあるよ。
 日時:2020/1/7(火)
 【式典】10:00~10:30 【市民イベント】10:45~11:45
 場所:カナモトホール(札幌市中央区北1条西1丁目)



●札幌市消防局総務部総務課 TEL.011-215-2010 [札幌市消防出初式](#) [検索](#)

「リトルマーメイド」札幌公演

劇団四季のディズニーミュージカル「リトルマーメイド」が、北海道四季劇場のファイナル公演として上演中だよ。最終公演日は2020年3月15日(日)。目の前に広がる神秘的な海の世界。圧倒的なスケールでくり広げられる夢と感動の物語を見に行こう!
 会場:北海道四季劇場(札幌市中央区大通東1丁目10) ※料金・予約方法など、くわしくはお問合せください。



●劇団四季 予約センター TEL.0570-077-489 [劇団四季](#) [検索](#)

エコチル WEBマガジンも よろしくお願ひします!

紙面で掲載している内容の他、札幌市内の小学校のエコ活動や円山動物園の動物たちの動画など、オリジナルのコンテンツも配信しています。ぜひご覧ください!

URL:<http://sapporo.ecochil.info/>



二次元コードを読み込んでください!

LINE@アカウントも ご活用ください!

※LINE@をご利用いただくには、LINEアプリをお客様自身でインストールしていただく必要があります。



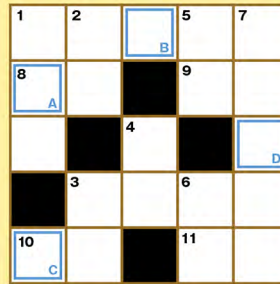
右の二次元コードを読み込んでください!

無料!!



みんなあつまれ!!

エコワードパズルコーナー 抽選でプレゼントがあたる!



- ▼10月のカギ
- 2つの面のうち、前や上になる方。また、外側。
 - 父母の兄弟のこと。○○さんと合う。
 - ドアなどを開閉するための道具。
 - 一家の○○をかけてから出かける。「物事の構造・内容・仕組みなどの大きな」。
 - 地球○○で環境保護を考へる。
 - 近くへ。○○。
 - 「駅○○図書館」に行く。
 - 地面の下のこと。地中、地底とも言う。
 - 映画・演劇・スポーツなどの見物人。

ヨコのカギ

- 1年の最後の日。12月31日。
- 冬至に食べると病気になるまいといわれている栄養たっぷりの野菜。
- 言葉の意味を表す記号。
- 夕暮れや夜のこと。「家族みんなで○○ご飯を食べる」。
- 次の漢字のへんは○○へん?
 秋、科、秒、税、積、種。
- かゆいときにすること。「背中を○○」。

クリスマスツリーといえは...

■11月号のこたえ

も	し	じ	く
し	か	く	う
が	い	り	う

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? 右の応募用紙の14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 合計17名様

『ヒックとドラゴン 聖地への冒険』公開記念グッズ

賞品提供:東宝東和 キヤロ

「ボス・ベイビー」のドリームワークス最新作『ヒックとドラゴン 聖地への冒険』が12月20日(金)全国ロードショー!公開を記念して、特製Tシャツ(親子ペア各Mサイズ1組様)、特製子ども用帽子(トウース/ライトフューリー各1名様)、ステーションリーセット(3名様)、マスキングテープ(10名様)をプレゼントするよ! ※プレゼントは選べません。

編集後記

- クリスマスにお正月と冬は楽しいイベントがいっぱい!でもインフルエンザがはやる季節でもあるね。7ページでインフルエンザの予防について紹介しているよ。手洗いとせきエチケットで、冬も元気に過ごそう!(M)
- 電気のつけっぱなしや給食の食べ残し...みんなはもったいないことしてない?2ページ巻頭と8ページ教育では、省エネやエコクッキングについて紹介。毎日のもったいないを減らしてエコ生活をしよう!(N)
- 今月のスポチルは、日常生活と遊びで体力アップの話だよ。冬はあまり運動をしない人も、家の中で出来る「うでたてジャンケン」など、遊びながらできる内容もあるので、自分の体力に合わせてやってみてね。(T)

キミのマチを楽しくするのりもの

札幌トヨタで応募すると

参加賞として、東京2020マスコットグッズ「色えんぴつ」と「リフレクターキーホルダー」をプレゼント。さらに抽選で100名様に東京2020マスコットグッズ「ランチボックス」をプレゼントします!

※当選者の発表はプレゼントの発送をもって代させていただきます。 ※写真はイメージです。

みんなで車に乗ってみよう!

絵をかいて応募しよう!

冬道体感試乗会

12月1日(日)~12月25日(水)

CROWN RAIZE

体感いただいた方に TOYOTAオリジナル 温感ウェットティッシュをプレゼント!

※写真はイメージです。 ※数に限りがございます。

査定プレゼント

12月1日(日)~12月25日(水)

店舗で査定を実施したお客様に、「ホクレン 無洗米450g」ゆめぴりか・ふっくらんご・なつぽしをいづれかお1つプレゼント

※12/10・17・22・28~31は定休日

まるやまニュース

アースデイin円山動物園 子ども絵画コンクールを開催

アースデイは「地球のことを考えて行動する日」のこと。「地球といきものたち」をテーマにした絵画を募集します。最優秀作品はアースデイのポスターになります。

応募期間:2019年12月9日(月)～2020年1月31日(金)

対象:札幌市内及び近郊の小学生

応募方法:円山動物園ホームページに掲載している応募用紙に必要事項を記入し、作品といっしょに円山動物園に郵送、または持参してください。

サイズ:ハチ切り画用紙27×38(cm)をたてに使用。絵の中に文字は入れないでください。



エゾアカネズミ 体長は8～13cm
エゾヤチネズミ 体長は10～14cm

教えて!飼育員さん

飼育員さんが、みんなからの質問に答えるよ!

飼育している動物の数が多くても、全部の動物の区別ができるの?また、どうやって区別しているの?

A それぞれの顔つきだけでなく体の色、模様、動きなどの特徴で区別します。鳥には足に色のちがう足環を付け、数の多い群れ飼育のニホンザルには、ほくろのような入れすみを顔の決まった場所に入れて、区別します。また、皮膚の下に入れたマイクロチップを読みこんで、区別することもあります。個体を区別することで、病気になった個体だけを治療できるなどに役立ちます。

「飼育員さんへの質問」を受け付けているよ!聞きたいことを送ってね! ※応募方法は10ページを見てね。

エゾアカネズミは、北海道に多くすんでいる野ネズミです。円山動物園内の自然豊かな森にも暮らしています。エゾヤチネズミのヤチは湿地を意味する「谷地」からきています。茶色い毛に丸つこ顔と小さな耳、短めの毛のなしいっぱが特徴。樹皮が好きで、ドングリや



エゾアカネズミが穴を開けて食べたクルミ、リスが割って食べたクルミ

「谷地」からきています。茶色い毛に丸つこ顔と小さな耳、短めの毛のなしいっぱが特徴。樹皮が好きで、ドングリや

エゾアカネズミは、白いお腹の毛以外は赤茶色の毛で、顔も体も細長いのが特徴です。しっぽは長く、体長と同じくらいです。すばしっこく、30cmぐらいの高さまで飛びこえるジャンプ力があります。するときい前歯で、クルミに丸い穴を開けて中身を食べるので、食べた後のクルミを見れば、近くにエゾアカネズミがいることが分かります。

エゾアカネズミは、白いお腹の毛以外は赤茶色の毛で、顔も体も細長いのが特徴です。しっぽは長く、体長と同じくらいです。すばしっこく、30cmぐらいの高さまで飛びこえるジャンプ力があります。するときい前歯で、クルミに丸い穴を開けて中身を食べるので、食べた後のクルミを見れば、近くにエゾアカネズミがいることが分かります。

円山動物園だより

今月は...『エゾヤチネズミ エゾアカネズミ』

ネズミ目/ネズミ科(エゾヤチ)、キヌゲネズミ科(エゾアカ)

【生息地】北海道全域

円山動物園にはエゾヤチネズミ6頭、エゾアカネズミ4頭がいます。

次号のエコチル配布予定日は1月20日(月)です。

エコチル北海道版は毎月1回、北海道内179市町村の小学校約1,050校などで配布している環境教育情報紙です。

エコチル編集部 TEL.011-200-5671

全国親子クッキングコンテスト 北海道地区決勝大会 開催報告

地元食材を活かした料理を親子でつくろう!

2019年11月17日(日)、北ガスショールームSAGATIK内にあるクッキングスクールで、「第13回 ウィズガス全国親子クッキングコンテスト」の北海道地区決勝大会が行われたよ。全道2,090組の応募の中から、予選を勝ち抜いた小学生の親子5組が、地元食材を活かしたオリジナルレシピを、ガスを使って調理。料理のおいしさだけでなく、調理方法・親子のコミュニケーションなどを競ったんだ。みんな緊張しながらも、親子が力を合わせて、楽しく料理していたよ。

優勝したのは道北地区代表の三宅さん

親子。北海道代表として、1月に東京で行われる全国大会に出場するよ。ちなみに、全国で5万8千組以上の親子が応募した大きな大会なんだ。

北海道には、特色のある食べ物がたくさんあるから、みんなの住んでいる地域の食材をとり入れながら、いろいろな料理ができそうだね。栄養バランスも考えながら、家族の好きな料理をつくってみよう!

元気なカラダをつくる、栄養いっぱい料理。自分でつくれたらすごいよね。キモチ料理をはじめてみない?

そろばんあんざん de 脳力開発

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カ月間 無料体験受付中!

今だけ入学セットプレゼント!

入学金4,300円(税別)、授業料4,300円(週1回・税別)、週2回コースあり ※くわしくは、お問い合わせください

【文部科学省後援の検定試験会場指定校】

パワーココクラブ

札幌を中心に道内280教室

0120-248-428

携帯電話からは011-783-6665

パワーココクラブは、小学生の環境教育を応援しています

2019年12月28日(土) [1部]9:30～11:00 [2部]11:45～13:15

定員 各回定員15名 ※保護者同伴 残りわずか!

場所	対象	時間	記号
大通校 南1条西4丁目 日之出ビル2F	小学1～4年生 書きぞめを書こう!!	1部	A
	幼児 かきかた教室	2部	B
札幌駅前校 北4条西3丁目 札幌駅前合同ビル5F	小学1～4年生 書きぞめを書こう!!	1部	C
		2部	D

参加費 500円(税込) ※当日受付時に持参をお願いします。

応募方法
応募はエコチル応募フォームよりご応募ください
<https://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
2019年12月20日(金)
※申込者にはお電話を差し上げます
お問い合わせはコチラ
TEL.011-200-5671
(平日9時～18時)

エコチル × 書峰社書道

小学1～4年生

大好評!! お手伝い企画
書きぞめを書こう!!

流れる星

書きぞめ制作で宿題や自由研究はバッチリ!!

かきかた練習に加え、来年度から「小学1・2年生」を対象に小学校で始まる水書体験ができるよ!

お問い合わせお申し込みは
本部 0120-406-200