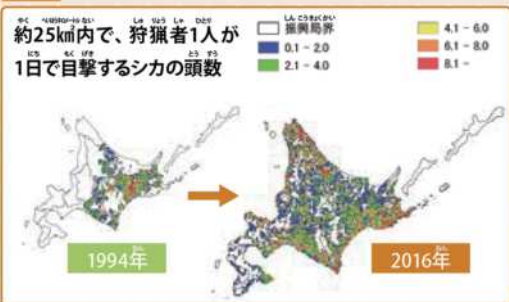


ほっかいどうばん  
北海道版  
11月号


 エコチルは北海道150年事業のパートナーです。
 
 エコチルは、生物多様性を守るための取り組みを行っています。
 
 平成25年度 地球温暖化防止活動 環境大臣表彰(環境教育活動部門)を受賞しました。
 
 エコチルは、環境にやさしい「植物油インキ」を使用しています。



# 図1 エゾシカの生態 生息域の拡大



「北海道」と命名される明治期前の北海道には、たくさんさんのエゾシカが生息していた。でも、明治初期の大雪や乱獲などによって一時は絶滅寸前までに減少したんだ。

その後、エゾシカの狩りを禁止し、保護する政策がとられたこと、天敵であるエゾオオカミが絶滅したこと、開拓が進みエサが増えたこと、狩りをする人が減ったことなど、さまざまな要因が重なって、その数は増えてしまったよ。図1を見て分かるように、現在は全道でたくさんさんのエゾシカが生息しているんだ。

群れて行動するエゾシカ。4ページの旭山動物園たりでも、エゾシカを紹介しているよ。

エゾシカが増えたことで、いろいろな問題が起きているんだ。

● 畑の農作物をエゾシカが食べてしまう  
● 樹木の皮や芽をエゾシカが食べてしまう  
● 森が荒れて自然のバランスが変わってしまうことが心配されているよ。

● 自動車や電車とエゾシカがぶつかる事故が発生している  
● 人間の住む地域にもエゾシカがやって来て、問題が起きているよ。

## エゾシカのこと

みんながすむ北海道には、たくさんさんのエゾシカが生息しているよ。でもそのことで、農作物や森林などに影響が出ているんだ。今回は、そんなエゾシカのことをいっしょに学んでみよう。

「北海道」と命名される明治期前の北海道には、たくさんさんのエゾシカが生息していた。でも、明治初期の大雪や乱獲などによって一時は絶滅寸前までに減少したんだ。

その後、エゾシカの狩りを禁止し、保護する政策がとられたこと、天敵であるエゾオオカミが絶滅したこと、開拓が進みエサが増えたこと、狩りをする人が減ったことなど、さまざまな要因が重なって、その数は増えてしまったよ。図1を見て分かるように、現在は全道でたくさんさんのエゾシカが生息しているんだ。

エゾシカが増えたことで、いろいろな問題が起きているんだ。

● 畑の農作物をエゾシカが食べてしまう  
● 樹木の皮や芽をエゾシカが食べてしまう  
● 森が荒れて自然のバランスが変わってしまうことが心配されているよ。

● 自動車や電車とエゾシカがぶつかる事故が発生している  
● 人間の住む地域にもエゾシカがやって来て、問題が起きているよ。

## アイヌの人々とエゾシカ

アイヌの人々にとってエゾシカは、サケとならぶ貴重な命。アイヌ語で獲物という意味の「ユク」と呼ばれ、親しまれてきたといわれているよ。肉を食料にし、角は狩りなどに使い、毛皮は防寒着にしていたんだって。アイヌの人々もエゾシカに感謝し、大切に使用していたんだね。

## エゾシカ肉には栄養素がいっぱい!

エゾシカ肉には、私たちの体に欠かせない栄養素がたっぷり。体を大きくしてくれるたんぱく質、血を作る元になる鉄をたくさんふくむんだ。特に鉄は、ぶた肉やとり肉、牛肉の何倍もの量がふくまれているよ。さらに、脂肪分が少ないからカロリーがひかえめ。また、ヨーロッパでシカ肉は「ジビエ」と呼ばれる高級食材。ノーベル賞の受賞者お祝いパーティーで提供されたこともあるよ。



## とってもエコに、ぜんぶ揃っちゃった!

「もったいないがエコになる」のビッグバンです!  
スキー板&金具、ストック、ブーツ、手袋、ゴーグル、スキーウェア、帽子などなど。ブランドものも、そうでないものも? みんなに使ってほしいと思ったスキー用品はリサイクルを進めるためにどんどん買い取って、しっかりクリーニングして並べています。一度見に来てほしいな!

みんなで回そう、リサイクルの輪!  
ビッグバンで買って使ったあとも、またビッグバンに売りに来てね!

お店の人に聞いてみたよ!

どんなスキーがあなたに合っているか、アドバイスさせてほしいな。スキー購入時の金員調整も無料! 私たちがついでにのぞいて安心ください!

あと出しクーポン  
買取金額 20%UPいたします!  
ウィンタースポーツ用品限定  
有効期限: 2018年12月9日(日)まで

お買物クーポン  
5000円以上お買上げで 1000円引き!  
ウィンタースポーツ用品限定  
有効期限: 2018年12月9日(日)まで

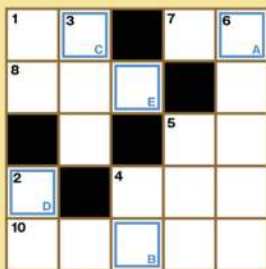
千歳店	苫小牧店	旭川店	帯広店	新ひだり店	中標津店
千歳市南3丁5-1(中央大通沿) ☎0123-40-3196	苫小牧市南4丁20(東三栄通沿) ☎0144-76-3196	旭川市南1条3丁2-18(大倉通沿) ☎0166-38-3196	帯広市西18条南2丁目11-4(白樺通沿) ☎0155-41-3196	新ひだり市南木町1丁目(国道235号沿) ☎0146-42-3196	中標津市東24条南3丁目5(中標津大通沿) ☎0153-79-3196
千歳市南3丁5-1(中央大通沿) ☎0123-40-3196	苫小牧市南4丁20(東三栄通沿) ☎0144-76-3196	旭川市南1条3丁2-18(大倉通沿) ☎0166-38-3196	帯広市西18条南2丁目11-4(白樺通沿) ☎0155-41-3196	新ひだり市南木町1丁目(国道235号沿) ☎0146-42-3196	中標津市東24条南3丁目5(中標津大通沿) ☎0153-79-3196
千歳市南3丁5-1(中央大通沿) ☎0123-40-3196	苫小牧市南4丁20(東三栄通沿) ☎0144-76-3196	旭川市南1条3丁2-18(大倉通沿) ☎0166-38-3196	帯広市西18条南2丁目11-4(白樺通沿) ☎0155-41-3196	新ひだり市南木町1丁目(国道235号沿) ☎0146-42-3196	中標津市東24条南3丁目5(中標津大通沿) ☎0153-79-3196



## エコチル広場



## エコワードパズルコーナー 抽選でプレゼントが当たる!



## ヨコのカギ

- ① 正午から夜の12時までのこと。  
④ 秋に木の葉が赤や黄色に変わること。  
またはその葉のこと。「山に〇〇〇狩りに行く」。  
⑤ 人や物が少なくなると、空間に空気が  
できること。「電車が〇〇」。  
⑦ 晴れた夜空にキラキラと光って見えるもの。  
⑧ 手で皮をむいて、ふさに分け、手軽に食べられるオレンジ色の果物。  
⑩ ひき肉、みじん切りのタマネギ、調味料  
などをまとめ、パン粉を付けてあげた物。

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?  
下記のWEBから、またはハガキで答えを送ってね。抽選でプレゼントが当たるよ。

## 今月のエコワードパズルプレゼント

「キリン iMUSE (イミューズ) レモンと乳酸菌」

「キリン まるもチカラのサプリ すっきりヨーグルトテイスト」

各500ml 24本入り1ケース

キリンのプラズマ乳酸菌飲料2種類が、新しい  
パッケージでリニューアル発売したよ。どちらか  
1ケースをプレゼント! ※賞品は選べません。



賞品提供: 北海道キリンビレッジ株式会社

## 応募方法 締め切りは2018年11月30日(金)まで

エコワードパズルプレゼントの応募、旭山動物園・鈴木さんへの質問は、下記のWEBから、またはハガキに  
「エコチル北海道版11月号応募」と下記の必要事項を書いて応募してね。WEBの場合は、北海道版の応募  
フォームから応募してね。※札幌版からは応募できません。 <https://www.ecochiru.net/oubo/h/>

必要事項 ①名前(ふりがな) ②小学校 ③学年 ④性別 ⑤年齢 ⑥〒住所 ⑦電話 ⑧メールアドレス(メールで  
の案内を希望する方) ⑨今月号はいつどこで読んだか ⑩もっともおもしろかった記事とその理由 ⑪あまり  
おもしろくなかった記事とその理由 ⑫おうちでエコチルを読む人はだれですか ⑬定期購読している  
新聞 ⑭エコチルの感想 ⑮旭山動物園・鈴木さんへの質問 ⑯エコワードパズルの答え

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書いてね。名前(ふりがな)、小学校名、学年、  
住所、電話番号、作品のタイトルを明記して、折らずに送ってね。応募作品は返却しません。

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11月号応募」係

【個人情報取得】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に利用するほか、法令など  
で開示を求められた場合を除き本人の許可なく第三者に提供は致しません。

## タテのカギ

- ① 役に立たない物や、いらなくなった物。  
「捨てば〇〇。リサイクルすれば資源」。  
② 歯を磨くときに使う人。  
お風呂にもあるが、英語ではシャーク。  
③ 目・耳・鼻・舌・皮膚を通して生じる一つの感覚。  
「〇〇〇を感知する」。  
④ 正月やめでたいときなどによく食べる  
うすやまでいて作る食べ物。  
⑤ だてにる場所のこと。  
⑥ 国で定めた日。11月は2日あるよ。



子どもの成長を  
応援しよう  
初歩行だよ!

こたえ A B C D E

**エゾシカを  
おいしく食べよう!**

ここ最近、北海道内のレストラン  
では、エゾシカ肉を使ったメニューを  
出しているお店が増えているよ。また、  
大手スーパーでもチルドや加工品、冷凍  
品でエゾシカ肉を販売している店舗が増  
えているんだ。みんなのおうちの近く  
のスーパーにも売っているかもしれないね。  
今度、エゾシカ肉を見かけたら、ぜひ  
味わってみよう。

また、給食にエゾシカ肉を取り入れて  
いる学校も増えているよ。石狩市の小学  
校では、エゾシカミートソースが人気な  
んだって! みんなの学校の給食メニューに  
はあるかな?

その他、肉だけでなく角や革を  
使ったさまざまな商品も作られているん  
だよ。ぜひみんなもエゾシカをおいしく  
味わい、エゾシカの商品を使ってみてね。

毎月第4火曜日は  
「シカの日」だよ

「おいシカ」が目印だよ

みんなで  
エゾシカについて考えよう!

毎月第4火曜日は、4(シ)+火(カ)=シカの日。北海道では、たくさんの人に  
エゾシカの肉を食べてもらえるよう活動をしているんだ。エゾシカ料理を  
食べられる飲食店やエゾシカ肉を販売している店舗は、コック帽をかぶった  
シカのイラストが目印。みんなも「シカの日」には、エゾシカ料理を食べたり、  
エゾシカについて考えてみたいよね!

シカの日 検索

## エゾシカ肉を料理してみよう!

高たんぱく、低カロリーのエゾシカ肉。部位によって、いろいろな味わいを楽しめるよ。  
今週の週末は、おうちの人といっしょにエゾシカ肉を使った料理にチャレンジしてみない?

## エゾシカとタマネギのうまみカレー

材料(2人分)

- エゾシカ肉 煮込み用...300g
- 水...カップ2
- 塩...小さじ1
- タマネギ(うす切り)...100g
- バター...20g
- ケチャップ...大さじ2
- 小麦粉...20g
- カレー粉...小さじ2

## 作り方

- ① タマネギは小麦粉をまぶしておく。
- ② なべに分量外の水を入れて湯をわかす。  
エゾシカ肉を入れてうすきたアクを取る。
- ③ アクがういてなくなったら肉をざるにあげ、  
表面を水洗いする。
- ④ 圧力なべに水と③を入れて強火にかけ、  
圧力がかかったら弱火にする。  
15分ほど煮て火を止める。煮汁は取っておく。
- ⑤ フライパンにバターを入れて弱火にかけ、  
カレー粉、①を加えて中火でいためる。
- ⑥ ④の煮汁を7、8回に分けて入れ、そのつど  
手早く混ぜてのばす。
- ⑦ ④の肉を加えて10分ほど煮込む。
- ⑧ 塩、ケチャップで味を調える。

ポイント アクはしっかり取ってね!  
肉がやわらかくなるまで味付けはしないで。

※圧力なべが無い場合は、なべで1時間ほど弱火で煮て、煮汁に蒸発した分の水(または湯)を加えてカップ2量の量にしておく。

## 11/17(土) ハイランドゾーン オープン サッポロテイネ ～もっと子どもたちや初心者にやさしいスキー場へ～

**NEW オリンピアスキーセンター 新設**

ゲレンデ直結! ワンフロアで完結!

12/1(土)グランドOPEN(予定)

- リフト券売所
- レンタルショップ
- オリンピアスキー学校受付
- ショップ「エゾフクロウ」
- 宅配コーナー
- 無料更衣室
- コインロッカー

レストラン「ウル」  
個室200席  
焼きそば、カレー、  
ラーメン、お子様メニュー  
をご用意しています!

団体様用フロア(要予約)

**NEW 雪上を楽々移動!**  
風防付き  
**スノーエスカレーター**  
雪にも風にもあたらず、安全にオ  
リンピアゾーンの初級ゲレンデを  
登ることができます。

**NEW リフトが苦手でも安心!**  
**ローディング  
カーペットシステム**  
小さなお子様や初心者もスムーズ  
に安全にリフトに乗ることができます。

期間限定 初すべリフト1日券(11/17(土)～12/7(金))  
大人・シニア ¥3,800/中・高校生 ¥2,800/小学生以下 ¥1,800

**親子割** (12/8(土)～4/7(日)) 親子でスキー・スノーボードを楽しもう!

オススメ 大人 + 小学生以下 / 中・高校生  
親子でリフト・ Gondola 1日券を  
ご購入されると大幅値引き  
親子2名様 10%OFF  
親子3～5名様 15%OFF  
※対象日1日券は、大人・中・高校生、小学生以下となります。シニアは含まれません。

**「親子割」レンタル優待サービス** (12/8(土)～4/7(日)) 優待  
「親子割」でリフト1日券を  
ご購入すると レンタル料が大幅値引きに!

スキーセット または  
スノーボードセット 大人1日レンタル ¥5,300 ⇒ **¥3,900**



あさひやまニュース

アミメキリンが生まれました

10月8日(月・祝)にアミメキリンの子どもが生まれました。出産当日の朝、飼育スタッフが見に行くと、そこにはすでに立ち上がった子どもの姿が。母乳も飲んでいる様子でした。そして、キリンの子どもは産まれたときから、私よりも身長が大きかったです。



教えて! 鈴木さん

鈴木さんが、みんなからの質問に答えるよ!

ライオンはこわくないですか?

A とってもこわいです。ライオンだけではなく、トラもヒョウもホッキョクグマもみんなこわいです。でも、飼育スタッフは肉食獣のような危険な動物たちと同じ空間に入ることにはなれないので大丈夫です。でも、夕方になってライオンを檻に入るときにカギをかけるのを忘れたら大変です。飼育スタッフは最初カギのかけ回しを教わり、それが飼育スタッフとして一番大切な仕事になります。



「鈴木さんへの質問」を受け付けています! 聞き取りたいことを送ってね! ※応募方法は3ページを見てね。

現在、エゾシカが増えすぎてしまっているという問題が起きている。エゾシカの食糧は植物で、冬になるとエゾシカは食べるものが少なくなり、極限まで樹皮を食うようになります。木は樹皮を一周食べられてしまうと、かたまりで死んでしまいます。木が死んでしまうと、エゾシカは食べられなくなり、森で暮らしている動物たちは住む場所がなくなってしまう。また、畑にエゾシカが入り、農作物を食べしてしまうことも大きな問題となっています。



樹皮を食べられた木



旭山動物園で飼育しているシロシカ

絶滅したエゾオオカミ

現在では人間がエゾシカを毎年およそ10万頭以上駆除しなければ、北海道の森も壊滅してしまいます。

旭山動物園 だより

旭山動物園の飼育スタッフ・鈴木悠太さんが、動物や動物園、自然について紹介するコーナーです。

10・11・12月号で取り上げる動物は...

「エゾシカ」

偶蹄目(ウシ目)シカ科

【生息地】北海道

旭山動物園には10頭います



エゾオオカミを駆除していき、1890年頃に絶滅させてしまいました。保護されて増え過ぎたエゾシカ

その頃、個体数が少なくなっていたエゾシカは保護され、順調に増えていきました。そして、捕食者であるエゾオオカミがいなくなったこと、環境の変化により雪の量や寒さで自然死するエゾシカが減ったこと、森を切りひらき草地(エゾシカの食べ物がなくなったこと)が増えたことなど、さまざまなことがからみ合っ、今では増え過ぎたエゾシカです。

次号のエコチル配布予定日は12月10日(月)です。

エコチル北海道版は毎月1回、北海道内の小学校で配布している環境教育情報紙です。札幌エプラザ2階 環境プラザ、北海道環境サポートセンターにも設置しています。

エコチル編集部 TEL. 011-200-5671

テレビ塔からイルミネーションを眺めよう!!

ホワイトイルミネーション レーザーNIGHT

90m展望台天井に飛び交う色鮮やかなレーザー光線が、テレビ塔から見えるホワイトイルミネーションを美しく彩ります。

【期間】11月22日(木)~12月25日(火)

【時間】17:00~22:00

100分 220分 140分

※最終公演21:20

市民・市民限定 展望台入場料特別価格 大人500円、小学生100円

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

北海道命名150年記念 地球人講座in札幌 JAXA宇宙飛行士の大西卓哉さんが講演

9月24日(月・休)、宇宙航空研究開発機構(JAXA)宇宙飛行士の大西卓哉さんの講演会が札幌市中央区の道新ホールで開かれました。

大西さんは、2016年7月にロシアのソユーズ宇宙船で飛び立ち、115日間宇宙に滞在しました。講演では、国際宇宙ステーションでの生活の様子



を写真や動画を交えて説明してくれました。ネズミを飼育した実験の話、無重力空間で筋肉や骨が弱くなるのを防ぐため毎日2時間半の運動

をしていたことなども教えてくれました。

子どもたちからたくさん質問も出しました。「今はどんなお仕事にやりがいを感じて

いますか」の質問に、大西さんは「自分の経験を多くの人に伝える広報の仕事をしたり、実験機器の開発に関わったりしています。宇宙での経験が、次の仕事や未来の宇宙の活動につながっていることにやりがいを感じています」と答えてくれました。

最後に、「好きなことだけではなく、苦手なことやきらいなことががんばる気持ちが大事。その経験が自分を成長させてくれて、将来の自分を助けてくれます」とメッセージをくれました。

主催:公益財団法人JAL財団

函館サンタラン2018.開催!!

サンタランとは?

サンタクロースの衣装を身にまといコースをランニング(北海道ではウォーキング)。その参加費が病氣とたたかう子どもたちへのクリスマスプレゼントになる、という世界各地で行われているチャリティイベント。外見だけでなく、気がつけば実際に「身も心もサンタになっている」という優しいイベントです。今年も函館で開催! みなさんのご参加をお待ちしています。

日時 2018年12月1日(土) 16:00~18:00(14:00受付開始予定)

場所 函館市地域交流まちづくりセンター 函館市末広町4番19号

参加対象 制限無し

参加費 大人・大学生1,000円、高校生以下500円(税込、サンタ服代含む)

参加者全員①名前②年齢③連絡先を明記の上、メールにてご連絡ください。 Email.hakodatesantarun@gmail.com

参加者みんなでサンタクロースのかっこうをしてパレードをします!

「お孫さんといっしょに」「ベビーカーのお母さんサンタとして」「トナカイのかっこうのワンちゃんといっしょに」なども大歓迎!

主催:函館サンタラン実行委員会 協力:北海道渡島総合振興局、無印良品(シエスタハコダテ)、北海道新聞函館支社 お問い合わせ:Email.hakodatesantarun@gmail.com