

スポーツのたのしさを、キミに。

スポチル

スポ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 <https://www.advcom.co.jp> 〒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

編集：札幌市、札幌市教育委員会 特別協力：(一社)A-bank北海道

スポチルは、「スポーツ&チルドレン」をテーマに、次世代を対象としたスポーツ文化の醸成を図るとともに、小学校や家庭でのスポーツライフの推進を目指します。

札幌版
2月号



将来の夢はオリンピック選手になること!

防具を身に着けた香音さん。プロテクターなどもあって、すっぴり重たいぞうだよ

札幌市立鴻城小学校
6年生 高木 香音さん

高木さんは、フェンシングをがんばっている小学6年生。北海道内でフェンシングをしている小学生女子は、なんと高木さんだけなんだった。小学校卒業以降もずっとフェンシングを続けて、全国大会で上位入賞することが今の目標。がんばれ、高木さん!

もっとかわいい高木さんの取材内容を、エコチルWEBマガジンで掲載中! 右の二次元コードからアクセスしてね!

アスリート小学生!! 募集中!

「発見!アスリート小学生!!」に登場してくれる子を募集中。がんばっているスポーツのことを教えてね!応募はこちらから!

発見!アスリート小学生!!

札幌市立鴻城小学校
6年生 高木 香音さん

高木さんは、フェンシングをがんばっている小学6年生。北海道内でフェンシングをしている小学生女子は、なんと高木さんだけなんだった。小学校卒業以降もずっとフェンシングを続けて、全国大会で上位入賞することが今の目標。がんばれ、高木さん!

もっとかわいい高木さんの取材内容を、エコチルWEBマガジンで掲載中! 右の二次元コードからアクセスしてね!

アスリート小学生!! 募集中!

「発見!アスリート小学生!!」に登場してくれる子を募集中。がんばっているスポーツのことを教えてね!応募はこちらから!

特集

ワクワクが止まらない!!
東京五輪と東京をくわしく紹介!
第6回 持続可能な開発目標「SDGs」って?
紙ひこうきを作って遊ぼう!
スポーツ応援米 presents
きたえーるトップアスリートチャレンジ開催!
食育特集 北海道の郷土料理
アスリートコラム
走幅跳選手 城山 正太郎さん
開催報告「ウィンタースポーツ塾」開催

レッツプレイスポーツ!! LET'S PLAY SPORTS!!

みんなの学校の教頭先生とスポーツの取り組みを紹介します!

1988
【南区】藤の沢小学校 教頭 甲斐 瑞恵 先生

本校は、森林近くの丘に建つ、自然あふれる学校です。冬には、3~6年生はスキー、1・2年生は歩くスキーをします。また、3年生は藤野リュージュ競技場でリュージュ体験を行います。本校の卒業生でもあるオリンピックの方々へ直接指導を受け、オリンピックの歴史やリュージュ競技の楽しさを学び、冬の運動に興味や関心を深めています。

春のプールデビュー!

さいしよのいっぽから
はじめよう!

2日間 無料
お申し込み受付中!

はじめての体験教室

対象 イトマンをはじめ体験するお子様 7歳から11歳 小学生 (一時期お休みがある施設もあります)

Web

イトマンスイミングスクール

札幌麻生校 ☎707-2040 札幌北口校 ☎727-8810 宮の森校 ☎613-3131

年中行事 桃の節句 ひなまつり

北海道開拓の村のひなまつりで、「当時の生活文化」そして「早い春を感じてみませんか?」

ひな飾り

日時 2月22日(土)~3月22日(日) 9:00~16:30 ※期間中の月曜日 (祝日の場合翌日) 休館

村内の建物内に大正から昭和後期までの「ひな人形」20組と掛け図を公開展示します。ひな人形の姿や装飾、段飾りの様子などを見比べながら、村内をご見学ください。

折りひなづくり

かわいいひな人形作ってみませんか? どなたでも楽しめます!

日時 2月22日(土)~3月3日(火) 10:00~16:00

折り紙で、内裏雛や三人官女などを作ってみませんか? スタッフが作り方をご案内しますのでお気軽にご参加ください。予約不要。また会場では、「甘酒とひなあられ」を無料でご提供していますので、味わいながら折りひなを作ってみませんか?

桜餅のご提供

春を感じる味はいかがでしょうか?

日時 3月1日(日) 11:00~

この日は、数量限定(200食)で手作りの「桜餅」をご提供します。まだまだ雪残る季節ですが、春の味をお楽しみください。

ワクワクが止まらない!! 東京五輪と東京をくわしく紹介!

ついにやって来た“五輪イヤー”。どこの会場でもどんな競技が開催されるのか、具体的な情報を紹介すると共に、大会を前に変わりがつつある東京を見ていくよ。

五輪本番まであと少し
ますます盛り上がる東京

東京2020オリンピック・パラリンピック競技大会まで180日を切ったよ。競技が行われる新施設は続々と完成し、大型ビジョンで競技の生中継ができるライブサイト会場の開催場所も決定。1月からは都内各所に大会のシンボルが設置され始めたよ。6月になったら、東京都庁舎や上野恩賜公園などに大会マスコット像も順次設置予定と、五輪関連の話が次々と発表され、盛り上がりつつあるね。

それに伴い、東京都の街も変わってきているんだ。約半世紀ぶりとなるJR山手線の新駅、高輪ゲートウェイ駅が3月に開業する他、ウオーターズ竹芝や有明アリーナ、羽田インベーションシティといった複合施設がいくつもオープンし、街はもつとにぎやかになりそう! また、街の再開発だけでなく、歩道や駅、施設のバリアフリー化、看板の多言語案内や、外国人おもてなし語学ボランティアの育成など、外国から来た旅行者にやさしい街作りも進められているよ。

2020年の東京はどんな街になるのか、五輪大会と同じように楽しみだね。

東京2020オリンピック・パラリンピック都内競技会場

今回の東京五輪は、新たに建てられた施設の他、1964年の東京五輪でも使われた施設なども活用し、都内外43会場で開催されるんだ。そのうち、都内24会場と、ライブサイト会場と関東近郊の競技会場を紹介するよ。

①～⑭ 都内の競技会場
茨城県、千葉県、神奈川県で行われる
関東近郊の競技会場
主なオリンピック競技と会場だよ。

会場	競技種目
陸上自衛隊朝霞訓練場	射撃
さいたまスーパーアリーナ	バスケットボール
埼玉スタジアム2002	サッカー
霞ヶ関カンツリー倶楽部	ゴルフ
幕張メッセAホール	テコンドー、レスリング
幕張メッセBホール	フェンシング
釣ヶ崎海岸サーフィンビーチ	サーフィン
江の島ヨットハーバー	セーリング
横浜スタジアム	野球、ソフトボール
横浜国際総合競技場	サッカー

ライブサイト会場
大会期間中、大型ビジョンによる競技の生中継を
観戦できる場所だよ。会場によっては、ステージイ
ベントや競技体験もできたりするんだ。

ライブサイト	会場	競技種目
東京2020	代々木公園	競技中継、ステージイベント、大会パートナーブース、競技体験、飲食販売など
東京2020	井の頭恩賜公園	高輪ゲートウェイ駅前
東京2020	池袋西口公園	競技中継など
東京2020	東京都庁舎	競技中継
東京2020	日比谷公園	競技中継
東京2020	上野恩賜公園	競技中継
東京2020	東京都立大学 南大沢キャンパス周辺	競技中継
東京2020	調布駅前広場周辺	競技中継

※この他にも、都内各地にコミュニティライブサイトが設置され、競技中継などが実施される予定です。

競技会場名称

会場名	会場名	会場名	会場名
1 オリンピックスタジアム	2 馬事公苑	3 有明アーバンスポーツパーク	4 海の森クロスカントリーコース
5 東京体育館	6 武蔵野の森総合スポーツプラザ	7 有明テニスの森	8 海の森水上競技場
9 国立代々木競技場	10 東京スタジアム	11 お台場海浜公園	12 カマー・スラロームセンター
13 日本武道館	14 武蔵野の森公園	15 潮風公園	16 夢の島公園アーチェリー場
17 東京国際フォーラム	18 有明アリーナ	19 青海アーバンスポーツパーク	20 東京アクアティクスセンター
21 国技館	22 有明体操競技場	23 大井 Hockey 競技場	24 東京辰巳国際水泳場



11 有明アリーナ
©Tokyo 2020
東京都提供 令和元年6月現在



12 有明体操競技場
©Tokyo 2020



21 カマー・スラロームセンター
©Tokyo 2020
東京都提供 令和元年6月現在



23 東京アクアティクスセンター
©Tokyo 2020
東京都提供 令和元年6月現在



美しい時代へー東急グループ
Tokyu Snow Resort

ニセコグラン・ヒラフは小学生向けスキーレッスンも充実!

この冬こそ、レベルアップを目指そう!!

良質の雪が降りつもるニセコ。
晴れた日の羊蹄山をながめながらのスキーは最高です。
晴れていなくても雪が降った日はフカフカのパウダースノー!

子ども向けの レッスンプログラムも充実!

キッズスキーレッスン(4~5歳)
初心者コースで、スキーの初歩動作を学ぶ初心者対象のレッスンです。

ジュニアスキーレッスン(6~12歳)
ジュニアスノーボードレッスン(7歳以上)
初級者から上級者までレベルごとのクラスに分かれてレッスンします。

半日(2時間)	¥6,400
1日(4時間)	¥9,600

半日(2時間)	¥5,300
1日(4時間)	¥8,500

ご宿泊は
ホテルニセコアルペンへ

ファミリースキーを楽しんだ後には、お食事や温泉、そして家族との時間を快適にお過ごしください。
Tel.0136-22-11C5

上達したら、もっと楽しい!!

スノースタール校長 今泉 秀明
優しいインストラクターといっしょに、自然を感じながらスキーやスノーボードを思いっきり楽しんで上達しよう!

ニセコマウンテンリゾート グラン・ヒラフ
虻田郡倶知安町山田204番地 TEL.0136-22-0109(代表) http://www.grand-hirafu.jp

“オリンピック競技”都内開催カレンダー 都内で開催されるオリンピック競技の日程だよ。 **鉄道混雑(予想)** ※2019年12月17日現在

エリア名	会場名	7月22日(水)	23日(水・祝)	24日(金・祝)	25日(土)	26日(日)	27日(月)	28日(火)	29日(水)	30日(木)	31日(金)	8月1日(土)	2日(日)	3日(月)	4日(火)	5日(水)	6日(木)	7日(金)	8日(土)	9日(日)
新宿・ 渋谷エリア	●オリンピックスタジアム			開会式																閉会式
	●東京体育館																			
	●国立代々木競技場																			
皇居近郊 エリア	●日本武道館																			
	●東京国際フォーラム																			
	●国技館																			
西部・ 南西部エリア	●馬事公苑																			
	●武蔵野の森総合スポーツプラザ																			
	●東京スタジアム																			
有明・ 臨海エリア	●武蔵野の森公園																			
	●有明アリーナ																			
	●有明体技競技場																			
	●有明アビスポーツパーク																			
	●有明テニスの森																			
	●お台場海浜公園																			
	●潮風公園																			
	●青海アビスポーツパーク																			
	●大井サッカー競技場																			
	●海の森水上競技場																			
辰巳・ 木場エリア	●夢の島公園アーチェリー場																			
	●東京アクアティクスセンター																			
	●東京辰巳国際水泳場																			

“パラリンピック競技”都内開催カレンダー 都内で開催されるパラリンピック競技の日程だよ。 **鉄道混雑(予想)** ※2020年1月14日現在

エリア名	会場名	8月25日(火)	26日(水)	27日(木)	28日(金)	29日(土)	30日(日)	31日(月)	9月1日(火)	2日(水)	3日(木)	4日(金)	5日(土)	6日(日)
有明・ 臨海エリア	●有明アリーナ													
	●有明体技競技場													
	●有明テニスの森													
辰巳・木場エリア	●夢の島公園アーチェリー場													
	●東京アクアティクスセンター													
	●オリンピックスタジアム													
新宿・ 渋谷エリア	●東京体育館													
	●国立代々木競技場													
	●日本武道館													
皇居近郊 エリア	●東京国際フォーラム													
	●馬事公苑													
	●武蔵野の森総合スポーツプラザ													

注目!! 札幌でも競技が開催されるよ!

みんなが住む街・札幌でもマラソンとサッカーが開催されるよ。札幌でオリンピックが行われるなんて、とってもうれしいことだよね!みんな注目して、応援しよう!

<サッカー>会場:札幌ドーム
 ・女子一次ラウンド(2試合)
 7月22日(水) 16:30 - 21:30
 ・男子一次ラウンド(2試合)
 7月23日(木) 16:30 - 21:30
 ・女子二次ラウンド(2試合)
 7月25日(土) 16:30 - 21:30
 ・男子二次ラウンド(2試合)
 7月26日(日) 16:30 - 21:30
 ・男子一次ラウンド(2試合)
 7月29日(水) 17:00 - 22:00

<陸上競技(マラソン)>会場:札幌大通公園
 ・女子マラソン決勝
 8月8日(土) 7:00 - 10:15
 ・男子マラソン決勝
 8月9日(日) 7:00 - 9:45

<陸上競技(競歩)>会場:札幌大通公園
 ・男子20km競歩決勝
 8月6日(木) 16:30 - 18:05
 ・男子50km競歩決勝
 8月7日(金) 5:30 - 10:00
 ・女子20km競歩決勝
 8月7日(金) 16:30 - 18:15

2020年、東京が大きく変わる! 東京五輪開催に合わせ、東京都がどんどん変わっているよ。その一部を紹介するね!

新しい駅やターミナルが誕生!

3月にJR山手線の新駅「高輪ゲートウェイ駅」が開業するのを皮切りに、6月に東京メトロ日比谷線の新駅「虎ノ門ヒルズ駅」、7月には大型客船が停泊できる「東京国際クルーズターミナル」が青海地区に開業。また、東京メトロ銀座線「渋谷駅」やJR「原宿駅」は新駅舎となるよ。

バリアフリーな街へ!

歩道の段差をなくしたり、電線を地下に通して無電柱化したり、鉄道の駅にホームドアを整備したりなど、バリアフリーを進めているよ。また、手話ができる人の育成、歩行者用観光案内標識の整備なども行っているんだ。

スマートエネルギー都市に!

世界を代表するスマートエネルギー都市を目指して、水素ステーションの整備、燃料電池自動車・バスの普及、再生可能エネルギーの導入拡大など、さまざまな取り組みを行っているよ。聖火台の燃料にも水素が使われるんだ。

生徒募集! 全日本スキー連盟公認スキー教室 **グッドタイムスキー教室**

本教室実施予定の検定会(SA公認バジネット)については、HPをご確認ください。

参加者募集
 第2回グッドタイム冬フェスティバル in 岩見沢
 ランチ・自宅前送迎付 7,500円(税込)
 ・スノーモービル
 ・宝さがし・迷路
 ・すべり台 など

2/29(日)

プライベートレッスン 対象:4歳~大人

ペア	マンツーマン
18,300円(税込)	9,900円(税込)

グッドタイムスポーツクラブ TEL.011-595-8543 Eメール goodtimesp@outlook.jp

HKM PAPER TRADING COMPANY

今の私たちが、未来の子どもたちのためにできること「地球にやさしい紙のリサイクル」

エイチケイエム 紙商事株式会社
 http://www.hk-m.co.jp
 〒006-0832 札幌市手稲区曙2条4丁目3-27
 Tel.011-699-8686

洋紙事業部 / 製本事業部 / 紙加工事業部(札幌市西区)
 旭川支店 / 室蘭営業所 / 帯広営業所
 関連会社: 森田運輸倉庫株式会社(札幌市手稲区) / 旭川市永山北

だい かい
第6回

SDGs博士が解説!

持続可能な開発目標「SDGs」って?

SDGs博士
今月号もぼくと助手で
解説するよ!

今月号は何が
テーマかな?

インフィニティちゃん



2018年9月号から始まったこのコーナーも今回で6回目。SDGs博士と助手のインフィニティちゃんといっしょに、世界が目指す目標「SDGs」についてみんなで学んでいこう!!

今回のテーマは「SDGsとスポーツ」

- 博士ー! 久しぶり! 今回はスポチルでの登場だった!
- このコーナー、スポチルで出るのは初めてだったね。今日は「SDGsとスポーツ」についてお話しするよ!
- SDGsとスポーツって何か関係あったっけ?
- 実はとても関係あるんだよ。今、札幌ではすごく雪不足っていわれているよね。去年、手稲山のてっぺんに初めて白く雪が積もった日が、1876年から始まった調査の中でも一番遅かったんだ。
- 私の学校のスキー学習、楽しみにしていたのに雪不足で中止になっちゃったんだよね...
- それは残念だったね... これも地球温暖化が原因の可能性が大きいんだ。
- 地球温暖化がこのまま進んだら、来年もスキー学習が無くなるってこと? スキーしたいのにー! もう非常事態じゃん!
- そうだね。SDGsの達成のためには地球温暖化を防ぐことも、とても重要なことだと考えられているよ。



- そうかー! スポーツは勝つことが大切だと思っていたけど、平等に参加できることや、ルールの中で正々堂々と全力を出すことが大切なんだね。
- そうなんだ! さらに、パラリンピックは障がいのある人々が参加する大会だけど、スポーツは男の人でも女の人でも、さらには障がいのある人までも、決まったルールの下で、お互いの力を高め合えるし、それが平和であることを伝えるメッセージになるんだ。
- まさにSDGsが大事にしている「だれ一人取り残さない」ってことよね。
- お! ちゃんと勉強しているねー!



わたしたちにできることは?

- SDGsとスポーツって、すごく関係があるんだね。
- そうだね。だからみんなも色々なスポーツを体験したり、好きなスポーツを通じてたくさんの人とふれ合ったりして、スポーツを通じて平和な社会を作っていかなければね。
- 分かった! じゃ、宿題は明日やることにして、平和な社会をつくるために外でスキーの練習をしに来てね!
- まって! まず宿題を終わらせてー!!



オリンピックと「平和」?

- スポーツとSDGsって環境問題以外にも関係があるの?
- もちろん! 今年は東京オリンピック・パラリンピックが開催されるよね。現代のオリンピックは、フランスのクーベルタンという人が1896年に開催したんだけど、この人は「スポーツを通じて平和な世界の実現に寄与する」ことをオリンピックの目的にしたんだ。
- え! スポーツと平和? オリンピックって平和を実現するために始めたの??
- そう。サッカーや野球など、どんなスポーツでも必ずルールがあるよね。そのルールがあることで、みんなが正々堂々と全力で戦うことができるし、みんな平等にお互いの力を出し合うことができるんだ。

今回上げたのはこれ。
みんなもSDGsとスポーツ
について話し合ってみてね。



今回はSDGsのゴール16「平和と公正をすべての人に」をテーマにご紹介しました。次のテーマもお楽しみに!



エコチルSDGsプロジェクト

円山動物園の動物専門員さんを直撃取材!

エコチルちゃんねるに動画をアップ!



読者のみんなに大人気の円山動物園を取材したよ! 昨年3月、円山動物園にゾウ舎が新しくできたことを、みんなは知っているかな? 動物専門員さんのお話や、4頭のゾウたちの様子、動物専門員さんによるフンの処理などのお世話風景など、たっぷりと見せちゃうよ。この動画を見たら、ゾウについてくわしくなることまちがいない! ぜひチェックしてね!



なっちゃんが紹介するよ!

エコチルちゃんねる

エコチルSDGsプロジェクトを楽しく学べるYouTubeチャンネルです。イベントや施設の紹介などをアップ予定です。ぜひチャンネル登録してくださいね!



こんなコンテンツを予定しています!

- 動物園の専門員さん取材レポート
- SDGsを学ぼう
- アスリート教室
- イベントレポート
- などなど

http://bit.ly/2ZpWlMH



紙ひこうきを遊ぼう!

遊ぶことが運動につながる



昔に比べて、子どもたちの「3つの間」が減っているといわれています。「3つの間」とは「時間」「空間」「仲間」のこと。これらの「間」が減っていることが、体力の低下の原因につながっているといわれています。

友達や家族と体を使って遊べる遊びはたくさんあるよ。紙ひこうきを飛ばして競争するのも、楽しい遊びの一つだね。ちょっとめずらしい「こいのぼり型」の紙ひこうきの作り方を紹介するよ。みんなで作って、飛ばしてみよう!

こいのぼり型の紙ひこうきの作り方

- ①まずは図のように折り目をつけよう(色がついてる面を表に)
- ②●印を合わせるように谷折りにしよう
- ③このようになればOK
- ④次に●印を合わせるように、また谷折りにしよう
- ⑤このようになったら、今度は最初につけた折り目からもう一度、谷折りにしよう
- ⑥●印を合わせるように、つつのようにならめよう
- ⑦このように●印が重なるように、片方の角ももう一方の角に差しこもう
- ⑧図のようにセロハンテープで固定しよう
- ⑨完成!目を書いてあげるとかわいくなるよ

●印の所を、持って、投げてみよう!

ある日の運動あそびいろいろの様子

新聞紙のしっぽ取りおにごっこから発展した「いろはラグビー」は子どもたちのお気に入り!

みんなでブロックを組み上げて

ブロック目がけて、ボールを当てたり

参加しているお友達の声

- 仲間と協力し合うラグビーがすごく楽しい!
- 走るのが得意になったし、走っても疲れにくくなった!
- 運動会のかけっこで1位になれた!
- おにごっこで、タッチされなかったし、おにのときはすぐタッチできるようになった!

先生にお話を聞きました!

左から、横山先生、森岡先生、石井先生

小学校低学年の子どもたちには、今後さまざまなスポーツにチャレンジするための土台作りをしてほしいと考えています。走ることで、いろいろな遊びを通して体を動かすことで、自然と体力作りになっていることが「運動あそびいろは」の特徴です。子どもの自立、いろいろな物事に気づける能力などを引き出し、のびやかに声をかけています。

保護者の方々の声

特定のスポーツにかたよらず、体のいろいろな部分を動かす運動が、何より楽しいようです。先生の話に耳をかたむける習慣も身に付き、ルールを理解し、人の話をきちんと聞けるようになりました。(小2男子の保護者)

遊びながら運動を楽しめるのが、いろはの良い所だと思います。以前は苦手なことを避けていましたが、今は「上手にはできなかったけど、楽しかった」とチャレンジした声を聞けるようになり、成長を感じます。(小1女子の保護者)

ラグビーなどの運動を楽しんでいて、家でラグビーの話題をするなど、視野も広がりました。たくさん走ることで、ごはんをたくさん食べて、寝るのも早くなりましたね。今後も続けていきたいと思っています。(小1男子の保護者)

紙ひこうきを飛ばすときの動きは「野球の投球」や「バドミントンのスマッシュ」、テニスのサーブに似ているんだって。紙ひこうきは、ただ思い切り投げても、上手に飛ばないよね。スポーツも同じで、ただ力いっぱいやるだけじゃなくて、ちょっとしたコツがあるみたい。札幌市内の体育館で開催している「運動あそびいろは」では、このようないろいろな遊びが楽しめるんだって。

紙ひこうきを飛ばす動きはあのスポーツに似ている!?

全身を使って遊ぶことが私たちの成長に必要なこと!

紙ひこうきだけじゃなく、おにごっこや雪遊びも、いろいろなスポーツの動きにつながるんだ。たまたみの上で、はだして思い切り遊んでいるうちに、体がじょうぶになったり、スポーツが得意になったりするみたい。そんなオリジナルな遊びがいっぱいの「運動あそびいろは」に、みんなもぜひ行ってみてね!

寒い日が続いているけれど、みんなは元気に遊んでいるかな? おうちの中でも外でも遊べる、紙ひこうきの作り方を紹介するよ! 紙ひこうきを飛ばす動きは、スポーツの動作の何かに似ているよ。作って飛ばしてみると分かるよ!

「いろは」だけじゃない さっぽろ健康スポーツ財団の小学生向け教室

お近くの公共体育施設でさまざまな教室を展開しています。体験ができる教室もあります! くわしくはHPをご覧ください。

4月開講のスポーツ教室の受講生を募集します!

お申し込み方法

1. 申込希望施設の申込期間をご確認ください。
2. 申込期間中に電話・WEB または各施設受付窓口にてお申し込みください。
※一部WEB申込ができない教室もございます。
※健康づくりセンターは窓口、郵送、Eメールでのお申し込みとなります。
詳細はHPをご確認ください。
3. 定員を超える申込があった場合は「抽選」となります。
4. 納入期間中に受講料をご持参のうえ、各施設受付窓口にて受講料をお支払いください。

一般財団法人 さっぽろ健康スポーツ財団
TEL 011-530-5562
さっぽろ健康 検索

またえーる トップアスリート チャレンジ開催!



2020年1月12日(日)、札幌市豊平区の体育館・北海きたえーるで、トップアスリート チャレンジが開催されたよ。野球、バドミントン、タグラグビーの3競技を小学1~4年生が順番に全て体験したんだ。野球は北海道日本ハムファイターズ元選手の田中賢介さん、バドミントンは北海道コンサドーレ札幌バドミントンチームのみなさん、タグラグビーは北海道パーパリアンズのみなさんに教えてもらったよ!



講師のみなさんにお話をうかがったよ



田中 賢介さん
北海道日本ハムファイターズ元選手
小学生のみなさんには、スポーツで体力をアップさせ、いろいろなことを学んでほしいです。今日は、元気で積極的に礼儀正しいみなさんと野球ができて楽しかったです!

吉田 仁さん
北海道コンサドーレ札幌バドミントンチーム
バドミントンは難しいスポーツではありますが、チャレンジすることの楽しさを感じながら、こわがらないで挑戦してほしいです。できるとすごく楽しいスポーツですよ!

吉田 甲大さん
北海道パーパリアンズ
W杯で盛り上がったラグビーですが、仲間を応援したり、思いやったりする気持ちを育てるスポーツです。ラグビーボールにふれて、ラグビーを楽しんでくださいね!

野球



バウンドしたボールをキャッチしたり、足の間をくぐらせたり、ボールがはずむ特性になれるための練習をしたよ。田中さんのボールの投げ方の説明が分かりやすかったね。

台の上に置いたボールを打つ、バツティングの練習もしたよ。低学年は、ベットのボールのバットとゴムテープを丸めたボールでチャレンジ!

バドミントン



ラケットを使わないで、コートの中でネットごしにシャトルを投げこむ練習をしたり、ラケットの上にシャトルを置き、真上に当てるチャレンジをしたりしたよ。

吉田さんはじめ、先生のみなさんが熱心に教えてくれたね。シャトルがラケットにうまく当たったとき、みんなの笑顔がはじめていたよ。

タグラグビー



腰に付けたタグの取り合い! すごく真剣な表情で、自分のタグを守りながら相手のタグをねらったよ。いっぱい走って、気持ち良かったね。

グループに分かれて、ボールを持ってジグザグに走り、ゴールにもどる競争をしたよ。仲間にたくさん声援を送り、とても盛り上がったね!

参加したお友達の声

大ファンのアスリートに教えてもらえて、ありがとうございました!

1日3つのスポーツが体験できて、おもしろかった。

練習して上手にできたとき、うれしかった!

いっぱい運動して、あせながいて気持ち良かった!

またこのイベントに参加したい!

いろいろなスポーツにチャレンジして、体力をアップさせよう!

トップアスリートチャレンジは、小学1~4年生の子どもたちが1日でさまざまなスポーツを体験できることが特徴で、子どもたちの体力を向上させることが目的の1つです。トップアスリートに教えてもらえるというのもメリットです。今回は110名が参加してくれました。子どもたちには、スポーツを通じてじゃぶな体をつくり、かぜを引かない、たくましい子どもになってほしいですね。



スポーツ応援米の寄付金で、こどもたちがスポーツにチャレンジ!

「スポーツ応援米」は、毎年実施される全国体力テストで全国最下位レベルの北海道の子どもたちの体力向上を目指して、平成23年11月から発売。「またえーるトップアスリートチャレンジ」にも協賛しています。ごはんとスポーツ活動を通じて健康な心と体を育ててもらうことが、私たちの願いです。

この商品の売上の一部(1kg当たり1円)を(公財)北海道スポーツ協会に寄付し、北海道の子どもたちの心と体を育てるスポーツ振興に役立てています。

スポーツ応援米の寄付金は10,361,204円(累計) ※令和元年8月末迄

「ゆめぴりかブレンド」で好評発売中。

「スポーツ応援米」は、北海道産の最高峰品種「ゆめぴりか」とふくらみ感が自慢の「ふっくらんこ」を5対5の割合でブレンド。炊き立てはもちろん、冷めてもおいしいので、お弁当やおにぎりにもおすすめです。

「北海道産の新たなブランド形成協議会」で定めた、厳しい品質基準に若干満たない「ゆめぴりか」を主に使用しています。

① 食味はどうでしたか?
1% あまりおいしくなかった
17% ふうつ
24% とてもおいしかった
58% おいしかった

「おいしい」と回答!

平成27年にホクレンが女性200名を対象に実施したアンケート調査結果

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 北海道の郷土料理

甘納豆の赤飯



光塩学園の先生が、簡単に調理ができて子どもが喜ぶ物をと考案。先生は道内各地で料理講習会も行っていたので、全道に広まった。

かぼちゃ汁粉



昔は北海道ではもち米がとれなかったため、代わりにかぼちゃを汁粉に入れて食べた。帯広地方で始まったといわれている。

いかめし



いかの中に米を入れて煮た物で、駅弁として有名。戦争中に米を節約するため、当時たくさんとれたスルメイカを使った。

ぶたどん



70年ほど前、帯広の食堂でうどんの味付けに似せて豚肉を料理したのが始まり。開拓当時、厳しい環境にたえる家畜としてブタが多く飼育されていた。

鉄砲汁



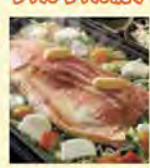
かにに入ったみそ汁。かにの足をはしでつついて食べる仕草が、鉄砲のたまをつめるのに似ていることから名付けられた。

ひらひら汁



道南でよく食べられている冬の家庭料理。ごつごつというユニークな形をした深海魚。ぶつ切りにしたごつごつ野菜を煮て、しょうゆで味付けするのが一般的。

ちんちん焼き



漁師が浜で大きな鉄板を囲んで、豪快に作って食べる料理。サケ、ホッケ、タラなど好みの魚に、いためた野菜をのせ、みそで味付けする。

いももち



つぶしたジャガイモに片栗粉を混ぜて焼く。または、小麦粉を混ぜてすいとんにして食べる。もちの代わりやおやつとしてよく食べられていた。

ジンギスカン



昔は羊の毛で洋服のせんいを作り、寒い土地でも飼育しやすい羊は食用としても役に立った。肉をたりにつけこんで焼いて食べる方法と、焼いてからタレをつけて食べる方法がある。

にんじんづけ



身欠きニンジン、キャベツ、大根、ニンジン、赤唐辛子などをこうじで塩でつけた物。



飯寿司



新鮮なサケ、ホッケ、コマイ、ニンジンなどを、キャベツ、大根、ニンジン、ショウガなどの野菜と、こうじ、塩でつけた物。お正月に食べることが多い。

松前づけ



数の子、昆布、スルメを塩でつけた物。江戸時代、松前藩(道南の松前町周辺)で作ったのが始まり。当時は、ニンジンがたくさんとれたので、数の子が安かった。

三平汁



ニシンのぬかづけと野菜を煮た、塩味の汁物。現在では塩サケや塩タラを使うことが多い。



ふるさとの味なんです〜
食育ナビゲーター「大福くん」

(参考資料) 農林水産省「見てみよう!日本各地の郷土料理」 http://www.maff.go.jp/j/syokuiku/kodomo_navi/cuisine/
郷土料理百選「北海道の候補料理一覧」 <http://www.location-research.co.jp/kyoudoryouri/100/ryouri/01.html>
北海道ikers「北海道の赤飯は、小豆より甘納豆です。」 <https://www.hokkaidoikers.com/articles/2102>
写真提供/おしいし園

©SME/SIE
※大福くんは、ソニー・ミュージックエンタテインメントと、ソニー・インタラクティブエンタテインメントが展開するキャラクターです。

親子で参加しよう! フロリダ グレープフルーツはどこからくるの? 見学会&親子料理教室

参加者大募集! 参加費無料

開催日時: 2020年 3/28(土) 午前9時~12時 / 午後13時30分~17時

応募締切: 2020年 3/1(日) ※応募受付はWEBのみ。ハガキ・FAXでは受け付けておりません。

開催場所: 札幌市中央卸売市場 札幌市中央区北12条西20丁目

募集人数: 午前部 15組30名 / 午後部 15組30名 (小学校1~6年生のお子さんとその保護者 ※きょうだいの参加や、参加人数の追加はできません。※応募多数の場合は、抽選となります。※当選者には参加案内書を送付します。落選の方への連絡は行いませんのでご了承ください。)

午前部 さっぽろテレビ塔前 6:50 ※さっぽろTV前集合▶バス移動▶市場(終了後)▶バス移動▶さっぽろTV前集合

午後部 札幌市中央卸売市場 13:00 管理棟3階 多目的室 ※市場に直接集合▶市場(終了後)▶市場で解散

PC・携帯: エコチル応募フォーム <https://www.ecochil.net/oubo> または、右記の二次元コードから簡単にアクセス。ハガキ・FAXでは受け付けません。

お問い合わせ: エコチル事務局 TEL:011-200-5671 (平日9時~18時)

個人情報について: お預かりした個人情報は、当選のご連絡以外には使用いたしません。くわしくはエコチルホームページまたはエコチルホームページ <https://www.ecochil.net/policy/> をご覧ください。

共催: フロリダ州政府柑橘局 エコチル



陸上競技の中でも、走幅跳を始めたいきっかけは... 小学生のころは、どんな子どもでしたか?

陸上競技を始めたのは小学生のころで、当初は100mが専門でした。高校ではライバルが多く、100mでは勝負できないと考え、高跳びや幅跳びに挑戦したのが始めたきっかけです。

走幅跳の魅力はどんなところですか? 走幅跳はトラック競技のように1度で勝負を決めるのではなく、6本の中の1番良い記録で勝負するので、最後の1本で逆転するんです。

まずは、今年開催される東京オリンピックに出場することが、最大の目標です。オリンピックの舞台を経験することで、競技者としても人としても成長できるのではないかと考えています。

小学生にメッセージをお願いします。夢を持つことで、すぐ

アスリート コラム

走幅跳選手 城山 正太郎 さん

さまざまな分野のアスリートが登場するコラム。今回は、走幅跳選手の城山正太郎さんに、走幅跳を始めたきっかけや、競技の魅力、東京五輪にかける思い、小学生へのメッセージなど、いろいろなお話をうかがいました。



城山 正太郎さん プロフィール

北海道・函館市出身。現在、24才(1995年3月生まれ)。株式会社ゼンリンに所属。2014年U20世界選手権で銅メダル、2016年日本学生選手権優勝、2017年アジア選手権3位、2018年アジア大会5位、2019年アジア選手権5位、世界選手権決勝進出など。2019年8月のナイトゲーム5m幅で8m40cmの日本新記録を樹立。

次号のスポチル配布は 4月13日(月)を予定しています。

エコチル4月号といっしょにお届けします。お楽しみに!! ※配布日が変更になる場合もございます。

スポチルへのお問い合わせは...エコチル編集部 TEL. 011-200-5671

「ウィンタースポーツ塾」開催 開催報告

ウィンタースポーツ塾が、1月15日(水)～17日(金)に行われました。札幌市の小学生を対象とした、フィギュアスケートやスキージャンプ、カーリング、クロスカントリースキーなど、札幌で体験できる冬季競技6種目の無料体験教室です。

今年は雪不足のため、残念ながらスキー場など外で行う競技の体験教室は実施できませんでしたが、3日間で約240名の小学生が参加し、カーリングとフィギュアスケートを楽しみました。

カーリング体験の会場は、どうぎんカーリングスタジアム。まずは専用のシューズをはいて、氷の上を歩き、すべる練習。その後は、ストーン投げと氷の上をこするスリーブを体験しました。月寒体育館スケート場で行われたフィギュアスケート体験では、すべるだけでなく、表現を入れたり、回ったりと、気分はフィギュアスケーターに。

今後も、札幌市ではウィンタースポーツ塾を開催します。札幌ならではのウィンタースポーツの楽しさを知って、もっと冬を楽しみ、また競技を始めるきっかけにもしてほしいです。



エコチル SDGs プロジェクト

エコチルは行政・学校・企業と連携して、SDGsの達成に取り組んでいます。

森を育む 環境体験! 英語で職業体験 お仕事体験 in Hawaii

道内最大級の環境イベント SAPPORO X エコチル 環境広場さっぽろ

世界の子どもたちに 文具を届けよう ENPITSU PROJECT

エコチルSDGsプロジェクトを楽しく学べる YouTubeチャンネル エコチルちゃんねる

SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS

くわしくはこちらから!

主催：札幌市スポーツ局

勉強が続かない子でも... 2週間で2000問もやってしまう!

「ゲーム式学習サービス」プレスタゴ-! 大人気! シリーズ累計300万ダウンロード!

地図イリアン <p>日本地図</p>	算数忍者 <p>足し算引き算 九九 3D図形</p>	国語海賊 <p>山空 海船 国語1年生 国語2年生</p>	英語キャッツ <p>英単語</p>	算数忍者 AR <p>AR算数 AR箱数え</p>
------------------------------	--	---	-----------------------------	---

今すぐ検索してアプリを無料ダウンロード! ファンタムスティック 検索 Fantamstick