

エコファミリー しんぶん

小学生・家族のための
エコ生活

2026年1月20日号

1

宮城版 Vol.158

発行・編集 株式会社中広ワークイン
エコファミリー新聞 仙台編集室
宮城県仙台市若林区舟丁18-2 広済堂仙台ビル3階
TEL 022-722-6930 (平日9:00~18:00)
Mail info@ecofami.com
編集協力: 株式会社ブレイン



エコファミリーWEBでも
記事を見ることができます!
最新版は近日公開!
お役立ち情報も掲載しております。



※当記事は、2025年10月28日に取材した内容を元にした物です。



今回紹介するのは、大河原小学校の「民謡さんさ時雨の体験学習」です。ふるさとの文化を学ぶ伝統文化教育の一環として、2009年から始まりました。地域の方を講師に招き、毎年4年生が取り組んでいます。さんさ時雨は宮城県に古くからつた民謡で、戦国時代に伊達政宗が武士たちに歌わせたことが始まりといわれています。ゆったりしたテンポで手拍子を打ちながら歌い、「ハア メデタイ メデタイ」などの掛け声が入ります。そもそも民謡とは、人々が生活の中で歌い継いできた歌で、地域の暮らしと深く結びついています。日本独自の音階やリズムの他、マイクのない時代から歌われてきたので、大きな声でしっかり歌うのも特徴です。

民謡「さんさ時雨」を 歌いました

取材した日は音楽発表会の直前練習。担任の先生の指揮で、講師の三味線と尺八の伴奏に合わせて歌います。音楽発表会と大河原町の音楽祭での披露を目指して、9月から練習を始めました。大きな声で歌うだけでなく、歌う姿勢や手拍子のタイミングなども意識して、真剣な表情で取り組む子供たち。より良くするために、講師から「言葉をはっきり」「手拍子をそろえる」「メデタイの節回しを意識して」とアドバイスをもらい、繰り返し練習しました。担任の先生は「一言一言を丁寧に、伸びの部分を意識することで、歌がしっかりしてきました。本番で練習の成果を披露できたら」と話していました。

当日受付も
あるよ!
※事前予約は
締め切りました。

出張版!

エコファミ
ワークショップ

参加
無料

inみやぎゼロカーボン大作戦

1/24 土

会場 イオンモール新利府
南館1F ライブスクエア

11:30~16:00 楽しい工作をご用意してお待ちしております!

詳しくはコチラ▼



宮城県は、小学生・家族のためのエコ生活を応援しています

計り
ゼロカーボン
チャレンジ
2050
NOW OR NEVER

宮城県

2026.

1/24 土

11:30~16:00

家族やお友達と
楽しくエコについて
考えてみよう!

FCV

令和
7年度

エコ
大作戦

参加
無料

会場
イオンモール
新利府南館1F
ライブスクエア

詳しくは
「みやぎゼロカーボン
チャレンジ2050」
公式サイトをチェック!



<https://zero-carbon2050.pref.miyagi.jp/daisakusen/>

エキゾチック
ペット
の世界

第3回

おしえてくれるのは
WWFジャパン
野生生物グループ
橋本香奈さん

WWFジャパンとは
WWFは、人と自然が
調和して生きられる未
来をめざす国際的な
環境保全団体です。

©1986 Panda Symbol WWF
®"WWF" is a WWF Registered Trademark
https://www.wwf.or.jp
TEL.03-3769-1241

みなさんは「エキゾチックペット」という言葉を聞いたことがありますか？この連載では、エキゾチックペットを種類ごとに紹介していきます。その前に、エキゾチックペットそのものや、いろんな問題についても一緒に学びましょう！

連載「レッドリストの動物たち」は、現在お休み中です。再開までお待ちください。お休みの間はエキゾチックペットをお楽しみください！

野生の動物をペットにすると どんな影響がありますか？

野生動物が減ってしまう

野生動物の中には、飼育下で増やすのが難しい種類が多くあります。人気が高まると、野生からたくさん捕まえられるしまい、数が減って絶滅の危険がさらに大きくなります。

うそをついて売る

法律違反を逃れるため、本当は野生で違法に捕まえた動物を「飼育下で生まれた」とうそをついて売るロンダリングの問題も起きています。

違法な取引が起こる

捕獲や取引の過程では、国のルールを守らずに動物を捕まえる「密猟」や、動物を違法に外国から持ち込んだり外国へ持ち出したりする「密輸」が後を絶ちません。日本でも、実際にトカゲやフクロウなどの密輸事件が起っています。



外来種の問題も…

輸入された動物が逃げたり捨てられたりすると、日本の自然にすみつき、日本の動植物や生態系に悪影響を与える『外来種問題』を引き起こすこともあります。例えば、北米原産のミドリガメ（ミシシッピアカミミガメ）が日本全国で野生化し、日本の在来種であるニホンイシガメのすみかを奪ってしまい問題になっています。



野生動物をペットにすることは、飼い主の家のなかだけの問題に思えるかもしれませんが、でも、その背景には国際的な違法取引や種の絶滅、生態系への影響といった大きな問題につながっている可能性があります。



エコ活推進員と学ぶ
地球温暖化
ちきゅうおんだんか

環境省では地球温暖化の原因となる炭素を減らすための国民運動「エコ活」をすすめています。私たち一人一人ができる温暖化対策「7daysチャレンジ」も紹介！みんなでチャレンジしてみましょう！

体を温める工夫をして、暖房から出るCO₂を減らそう！

寒い冬に部屋を暖めるためには、たくさんのエネルギーが必要です。暖房をあまり使わずに体を温めるための工夫を「ウォームビズ」と言います。ウォームビズは、暖房を使う時間を減らしたり設定温度を下げたりすることでCO₂の発生を削減する、冬の地球温暖化対策です。なるべく電気やガスを使わないで、温かくなる工夫をしてみましょう。

冬を温かく過ごす工夫は意外とたくさんある！

暖かい服を着よう
もこもこ靴下やセーター、膝掛けで冷えを防ごう！

体を温める食材を食べよう
根菜類、特にショウガはからだを内側から温めるよ！

首・手首・足首を温めよう
太い血管のある場所を温めると体がぽかぽかに！

短時間、天井に向けて扇風機を回そう
天井に溜まっている暖かい空気を下におろそう！

※本記事は環境省「地域における地球温暖化防止活動促進事業」の補助を受けて掲載しています。

デコ活クイズや7daysチャレンジに応募すると
抽選でQUOカード1,000円分プレゼント！
詳しい応募方法ははこちら

わかるかな？ **デコ活クイズ**

冬に温かく過ごすための工夫のことを何と言う？

①ホットビズ ②クールビズ ③ウォームビズ

応募締め切り 2026/2/15 (日)

7days チャレンジ！

プロ級 暖房を寝る・出掛ける30分前に消す

1日目 2日目 3日目 4日目 5日目 6日目 7日目

応募締め切り 2026/2/15 (日)

MELON 公益財団法人 みやぎ・環境とくらし・ネットワーク

講話やWEB教材を通して、子供たちに地球温暖化を自分事として捉え、解決のために夢と希望を持って行動してほしいという思いで活動を続けています。

MELONオリジナルWEB教材 わたたちのSDGsライフスタイル

ひのき進学グループ **小6対象** **中学先行講座**

全10教室で開講 **中学生になる前に中学内容を先取り！**

教科	主な指導テーマ
数学	正負の数（導入～四則演算）
英語	単語・be動詞の文・一般動詞の文（主語が「you」のとき）
理科	植物のつくりと分類・動物の分類
社会	世界地理・日本のあけぼの
国語	文章読解・言葉のきまり・作文

定着重視指導 「わかるだけでなく、できるまで」をモットーに、学んだ内容をしっかり定着させます！

確認テスト 前回の指導内容が定着しているかを確認！

中間テスト 約1ヶ月間の指導内容が定着しているかを確認！

まとめテスト 先行講座の指導内容が定着しているかを確認！

完成度UP 中学最初のテストで高得点をとらせる授業体制！同じ内容を発展させながら、異なる教材で3回学習して完成度UP！

「基礎力」養成 → 「応用力」養成 → 「得点力」養成

中学最初の定期テストでいきなり上位！

東華中	附属中	向陽台中	幸町中	将監中
497位	493位	489位	487位	481位

今なら！ ロケットスタート特典

半年間授業料半額はひのきの責任指導の証です！
1月～6月の授業料 + 春期講習受講料 半額

お申込みはコチラから

小2～5対象 **日能研リーグ**

本町教室で開講 **NICHINOKEN LEAGUE** **2月から新学期スタート！**

日能研リーグとは ▶東大・京大・国公立を将来目指す方 ▶首都圏私立中の受験を目指す方
仙台二華中・仙台青陵中を目指す方 首都圏勢に負けない思考力を身につける講座です。

	国語・算数	理科・社会	国語・算数 発展
小5	水曜日 17:40～20:10	金曜日 17:40～20:10	土曜日 16:10～18:20
小4	火曜日 17:40～20:10	木曜日 17:40～20:10	土曜日 16:10～18:20
小3	金曜日 16:30～18:40	水曜日 17:40～18:40	算数 発展
小2	火曜日 17:00～18:50		

今なら！ 新学期スタート特典 **入会金(22,000円) + 1ヶ月分の授業料 無料**

お申込みはコチラから

(株)スクールブルミエ(ひのき進学グループ)は、小学生・家族のためのエコ生活を応援しています。



簡単&おいしい! 親子で作る冬のごちそうレシピ



ソーセージと ころころ野菜のシチュー

使うのはコレ!
ハウス シチューミクス
クリーム
(内容量170g)



材料5皿分

シチューミクス クリーム	1/2箱
フランクフルト (ソーセージ)	5本
タマネギ	中1個
ニンジン	中1/2本
サヤインゲン	15本
サラダ油	大さじ1
水	700ml
牛乳	150ml



ソーセージは1cm幅に切る。
タマネギ・ニンジンはソーセージと同じくらいの大きさに切る。
サヤインゲンはゆでて2cmの長さに切る。

1 厚手の鍋にサラダ油を熱し、①のソーセージ・タマネギ・ニンジンを焦がさないように炒める。

2 水を加え、沸騰したらあくを取り、具材が柔らかくなるまで弱火～中火で約15分煮込む。

3 いったん火を止め、ルウを少しずつ振り入れながら溶かし、再び弱火で時々かき混ぜながらとろみがつくまで約5分煮込む。

4 牛乳を入れてさらに約5分煮込み、①のサヤインゲンを入れてひと煮立ちさせたら完成!

5



フライパン1つで! こんがりチキンのとろうまグラタン

使うのはコレ!
ハウス マカロニグラタン
クイックアップ ホワイトソース
(内容量156g/4皿分)



材料4人分

マカロニグラタン クイックアップ	1箱
鶏肉(もも・皮なし)	1枚(300g)
キャベツ	1/4個
ミニトマト	8個
パン粉	大さじ3
サラダ油	小さじ1
サラダ油	大さじ2
水	300ml
牛乳	400ml
溶けるチーズ	100g

1 鶏肉は一口大に切る。キャベツはざく切りにする。ミニトマトは半分に切る。

2 フライパンにサラダ油(小さじ1)を熱し、パン粉を入れて中火で5分程炒め、こんがり色づいたら取り出す。

3 同じフライパンをキッチンペーパーでさっと拭き、サラダ油(大さじ2)を入れ、①の鶏肉・キャベツを入れ、中火で焼く。
あまり触らず、全体にこんがり焼き色をつける。

4 鶏肉に火が通ったら、いったん火を止め、ソースミックス、水、牛乳の順に入れてよく混ぜ、マカロニを加えて中火で熱し、かき混ぜながら煮る。
沸騰したら火を弱めて、さらにかき混ぜながら約6分煮る。

5 溶けるチーズを散らし、①のミニトマトを載せ、ふたをして2分加熱する。チーズが溶けたら火から下ろし、②を振りかけて完成!



◆オーブンを使わずに、フライパンで仕上がるグラタンのため、作り方④の煮込み時間が通常より長くなっています。
◆牛乳は、加熱し過ぎると分離する可能性がありますので、火加減にご注意ください。



混ぜて焼くだけ! フルーチェベイクドチーズケーキ

使うのはコレ!
ハウス フルーチェ
(イチゴ)



材料1台分

フルーチェ(イチゴ)	1箱
クリームチーズ	200g
砂糖	40g
ホットケーキミックス	40g

*15cmシリコンケーキ型1台分です(シリコンではない型の場合はクッキングシートを敷いてください)。
*仕上げにイチゴやミントの葉を飾ってもかわいいです。

1 クリームチーズは常温に戻すか、電子レンジで20～30秒温めて柔らかくする。

2 ボウルに①を入れ、フルーチェを少しずつ加え、その都度、泡立て器で滑らかになるまでよく混ぜる。

3 砂糖を加えて混ぜる。

4 ホットケーキミックスを加え、粉っぽさが取れるまでさっくりと混ぜる。

5 ケーキ型に④の生地を流し入れ、170℃に予熱したオーブンで20分焼いて、粗熱が取れたら冷蔵庫で半日冷やして完成!



◆調理時間に冷やし固める時間は含みません。
◆ホットケーキミックスの分量が少ないので焼き上がりは固まりませんが、火は通っているので、そのまま冷やし固めてください。
◆電子レンジ・オーブンでの加熱時間は機種・W(ワット)数により異なりますので、お使いの機種によって調整してください。

情報・画像提供:ハウス食品株式会社



認知能力+非認知能力=生きる力を育む学研教室



春の無料体験学習

対象 幼児(3歳～)・小学生・中学生

教科 算数(数学)・国語・英語

内容 学力診断テスト/2回の教室学習と家庭学習

幼児さん歓迎!

2/1～4/16付
入会の方
全員対象
入会金 0円
キャンペーン実施中!

通常 5,500円(税込み)

※英語、中学生については教室にお問い合わせください。※幼児の英語は年長のみです。

入会のご案内(税込み) 月謝 週2回 算・国 2教科 9,680円 算・国・英 3教科 14,520円

入会金 5,500円

※幼児週1コースもございます。
※中学生の月謝はお問い合わせください。

お問い合わせはこちら イイヨ イコーヨ
0120-114-154
祝日を除く月～金 9:00～17:00





東北電力グリーンプラザ

東北電力グリーンプラザは、地域の未来を担う子どもたちの健やかな成長を応援します



カルチャー教室 参加者募集中

親子教室 ころけるかわいさ♡

本物そっくり! 夢見る☆バレンタインスイーツ

日時 **2/14** 土 Aコース 10:30~12:00
Bコース 14:00~15:30

会場 コミュニティールーム



アニマルプリンアラモード
〈作品サイズ〉直径8cm×高さ6cm
※写真はイメージです。

バレンタインチョコレートドリンク
〈作品サイズ〉直径5cm×高さ9cm
(メロスタンドになります)

食品サンプルの世界へようこそ♪今回は親子で「アニマルプリンアラモード」と「チョコレートドリンク」作りに挑戦します。完成したチョコレートドリンクは、メロスタンドとしても楽しむことができます。親子で協力しながら、笑顔いっぱいのバレンタインを過ごしましょう!

対象 小学生と保護者(2人1組)
定員 各8組(抽選) 参加費 1,500円(1組分)
講師 食品さんぶる畑 アンジュフラン 関根 りえ氏

〈応募締切〉1/31(土)必着

申し込みはこちらから▶

カルチャー教室 実験教室の お申し込み方法

①スマホでお申し込み ※お申し込み
二次元コードを読み取って専用ページにアクセスしてください。スマホでカンタンにお申し込みできます。

②館内インフォメーションでお申し込み
グリーンプラザ館内奥のインフォメーション(受付)カウンターで直接お申し込みいただけます。

実験教室 参加者募集中

電気をためて動くおもちゃ!?

歯ブラシカーを作って遊んじゃおう!

日時 **2/21** 土 13:00~15:00

会場 コミュニティールーム

みんなの身近にある歯ブラシを使って面白い動きをするおもちゃ、その名も「歯ブラシカー」を作ってみよう!電気をためることができるコンデンサの仕組みを学びながら、回路を作って歯ブラシカーを動かそう。初めての電子工作でも大丈夫☆一緒にチャレンジしてみよう!



※写真はイメージです。

対象 小学校3年生~6年生(3年生は保護者同伴)
定員 16名(抽選) 参加費 無料
講師 宮城教育大学 名誉教授(東北文化学園大学 客員教授)
工学博士 水谷 好成氏

〈応募締切〉2/7(土)必着

申し込みはこちらから▶

③ハガキ・FAXでお申し込み

- 下記の必要事項をご記入の上お申し込みください。
- 1教室につきハガキ1枚での申し込みとなります。
- A・Bコースがある場合は、A・Bのいずれかをお選びください。

【ハガキ表】〒980-0811 仙台市青葉区一番町3-7-1
東北電力グリーンプラザ
「カルチャー教室(E)」係または「実験教室(E)」係

【ハガキ裏】
①希望教室名 ②参加希望日・コース(動画版は不要) ③郵便番号
④住所 ⑤お名前・ふりがな(親子教室の場合は参加される保護者・お子さま両方のお名前) ⑥年齢・性別(親子教室の場合は参加されるお子さまの性別も記入) ⑦学年または職業 ⑧電話番号
⑨「エコファミリーしんぶんを見た!」とお書きください

FAX. 022-225-3007

実験教室 動画版 参加者募集中

おうちでトライ! 世界が飛び出す!?

3Dメガネをつくらって遊ぼう!

抽選で20名さまに
無料で実験キットをプレゼント!

※当選した場合は、グリーンプラザにてキットをお受け取りください。(キットの郵送は行っておりません。)

飛び出して見える!?
不思議な「3Dメガネ」をつくるよかけると絵が飛び出して見えるのはどうして? My3Dメガネをつくりながら、不思議な見え方の仕組みを一緒に確かめてみよう!



※写真はイメージです。

動画配信日
2/27(金)~配信スタート!

YouTubeにて 東北電力グリーンプラザ 実験教室 検索
スマートフォン、タブレット、またはパソコンで、いつでも、どこでも、何度でも動画を見られるよ!
※Wi-Fi環境推奨。データ通信にかかる費用はご負担となりますのでご了承ください。

キット応募締切 **2/20(金)必着**

対象 小学生 講師 グリーンプラザスタッフ



当選者にはこちらの
実験キットをプレゼント!
抽選で20名さま

申し込みはこちらから▶

当選ハガキについて
【実験教室】【カルチャー教室】
教室開催日の1週間前までにお届けします。
【実験教室】【動画版】
締切日から1週間以内にお送りします。ハガキと引き換えに
キットをお渡ししますので、電力ビル1Fグリーンプラザまで
お越しください。
※いずれの場合も連絡がない場合は落選となりますので、
ご了承ください。

お父さん・お母さんの情報広場

パママパーク

チャレンジせいかつ!

生活に役立つ情報をお届けするページです。

新しく知る物事にご家族で触れてみてはいかがでしょうか? レッツチャレンジ!

親子で楽しもう!

WWF 2026年カレンダー&ダイアリー



詳しいサイズや仕様は、
WWFの通販 PANDA SHOPにてご確認ください。

- ・岩合光昭カレンダー
- ・パンダ カレンダー 2026
- ・卓上パンダカレンダー 2026
- ・ダイアリー2種類(生物多様性/野生ネコ科)

2026年を彩るアイテムとして、毎年人気のカレンダーと、動物イラストのダイアリーをご用意しました。どれも自然や動物の魅力を感じられるデザインです。ダイアリーは、日付を自由に書き込むタイプのWWFオリジナル手帳♪年や月にとらわれることなく、必要になったときから使い始められる柔軟性が特徴です。

これらのアイテムには、森林認証紙を使用しています。購入することで、認証を取得した林業者に利益が還元され、森林保全活動を継続するための支援につながります。

PANDA SHOPで
お買い物はこちらから



情報提供: WWFの通販 PANDA SHOP <https://shop.wwf.or.jp/> (オンラインショップからご注文ください)
この通販を通じてうまれる利益は、すべてWWFの環境保全活動に役立てられます。

せんだいメディアテーク

TEL 022-713-4483

手ではなすおはなしの会
2026・冬

ボランティアグループ「まほうの手」が、手話で絵本の読み聞かせを行います。聞こえる子ども大人の方もどなたでも参加できます。一緒に手話による絵本の世界を楽しみませんか?



<https://www.smt.jp/projects/bfdesign/2025/11/2026.html>

2/1(日) 10:30~11:30

会場 1階オープンスクエア
〔「きいて、みて、して、見本市」会場内〕

入場料 無料
対象 幼児~小学生程度
定員 先着20組程度



雪の日をすてきな時間にする、心温まる絵本



ゆきのもりのおくりもの

文・絵: リンデ・ファース 訳: 西村由美 出版社: 岩波書店
クリスマスの朝。すてきなことを探しにでかけたソフィーは、森で小さなまみの木を見つけます。オーロラきらめく北欧のお話。



ゆきのひのさんぽ

作: とりごえまり 出版社: アリス館
雪が降ったあと散歩道を歩く、そらくんと、猫のチャイ。雪だるまを作りますが、翌日、目や口に使った木の実がなくなっていて...

情報提供: 丸善 仙台アエル店

宮城限定ほっぺちゃんやフェア限定商品も登場!

人気の「サン宝石」イベントが開催されます。アクセサリや文具など、かわいいアイテムを実際に手に取って選べるチャンス! 会場では宮城限定の新作ほっぺちゃんや、ネットでは買えないフェア限定商品も販売されます。さらに、楽しい体験イベントもあり、親子で一緒に楽しめます。エコファミ読者に、サン宝石グッズを抽選で3名様にプレゼント♪

2/7(土)~11(水・祝)

会場 イオンモール新利府 南館1F ライブスクエア

入場料 無料 ※グッズの会計は現金のみ

対象 性別・年齢関係なくお越しください

問い合わせ: ミヤギテレビ事業部 TEL 022-215-7700 (平日 10:00~18:00)

応募方法

応募締め切り日 2026/1/29(木)

- ①左記QRからエコファミリーしんぶん公式LINEアカウントを追加
- ②タイムラインをひらく(トークルーム右上の「目」をタップ)
- ③「サン宝石グッズ詰め合わせセット」応募ページで必要事項『①郵便番号 ②住所 ③名前(ふりがな) ④電話番号 ⑤お子さまの学校名・学年』を記入

※個人情報保護の取り扱いについてはWEBをご覧ください。 <https://www.chuco-workin.co.jp/privacy>
※プレゼント当選者の発表は、商品の発送をもって代えさせていただきます。



サン宝石グッズの
詰め合わせセットを
3名様に
プレゼント

イオンシネマの
無料鑑賞券をプレゼント!

アンケートにお答えいただいた方にイオンシネマで使える無料鑑賞券を5組10名様にプレゼント! ぜひご応募ください!

お問い合わせ先 お気軽に電話ください。

イオンシネマ名取 022-381-0708 (自動音声ダイヤル)

イオンシネマ石巻 0225-92-0711 (自動音声ダイヤル)

イオンシネマ新利府 022-349-5990 (自動音声ダイヤル)

上映作品、公開日などの情報は予告なく変更される場合がございます。あらかじめご了承ください。

プレゼント提供: イオンシネマ

イオンシネマ 検索

応募方法



追加はこちら▲

応募締め切り日 2026/2/12(木)

- ①左記QRからエコファミリーしんぶん公式LINEアカウントを追加
- ②トーク画面下のメニューにある「読者アンケート」をタップ
- ③エコファミ読者アンケートに回答

※個人情報保護の取り扱いについてはWEBをご覧ください。 <https://www.chuco-workin.co.jp/privacy>

※プレゼント当選者の発表は、商品の発送をもって代えさせていただきます。

※3D作品などをご鑑賞の場合、別途追加料金が必要です。 ※新利府のグランシアターではご利用いただけません。

作品案内

最強王図鑑

~The Ultimate Tournament~
特別編 テッペン決めようか!

1/23(金)公開

イオンシネマ名取・石巻・新利府にて上映

「最強島」を舞台に動物、絶滅動物、昆虫、恐竜といった各種属の猛者たちが、最強の座を懸けて壮大なトーナメント方式で対決を繰り広げ、地球45億年の頂点を決める戦いを描く。

© Gakken/Sai-Kyo-Oh/TX
配給: イオンエンターテイメント

無料鑑賞券を
5組10名様に
プレゼント

たまきさんサロン講座

①親子で手すき和紙を学ぶ
~桜もようのコスターを作ろう!~

2/8(日) 13:30~15:30

会場 せんだい環境学習館たまきさんサロン

講師 手すき和紙工房 潮紙
代表 塚原 英男 氏

参加費 1,000円(税込) ※材料費として

定員 小学生と保護者/8組16人
※抽選

桜もようの和紙をすきこんだコスター作りを通して、伝統の技と和紙について楽しく学びます。

②鉱物博士になろう!

-地球が生み出す不思議な世界-

2/14(土) 13:30~15:30

会場 せんだい環境学習館たまきさんサロン

講師 東北大学大学院環境科学研究科
特任准教授 大庭 雅寛 氏

参加費 1,000円(税込) ※材料費として

定員 小学4年生以上/16名
※抽選 ※小学生は保護者同伴

標本作成や観察・実験を通して、鉱物の不思議や面白さを見つけてみましょう!

申し込み方法



①オンライン申請

申込締め切り日 ①1/29(木)必着 ②2/5(木)必着

せんだいオンライン申請サービス、またはメール・はがき・FAXのいずれかに【希望講座名、参加者の名前・年齢・住所・電話番号】を記入して申し込む。

問い合わせ・申し込み先: せんだい環境学習館たまきさんサロン

〒980-0845 宮城県仙台市青葉区荒巻字青葉468-1

TEL 022-214-1233 FAX 022-393-5038 メール tamaki3salon@city.sendai.jp

今年は馬が主役! 元競走馬で乗馬を

2026年はうま年♪ 人生で一度は乗ってませんか? 全く未経験の方でも大丈夫! おとなしい馬たちがお出迎えます。小学生以上なら、年齢や性別に関係なく楽しめます。元気を持って余している方、馬と仲良くなって楽しみたい方、情操教育として始めたい方など、乗馬を始めるきっかけは人それぞれ。難しいことは考えず、まずは一度乗りに来てみてください!

憧れの乗馬が
楽しめる!
100頭以上の馬が
お出迎え♪

3/30(月)まで

会場 乗馬クラブクレイン仙台北パークタウン

参加費 2026円(税込) ※約90分(騎乗時間 約20分)

対象 小学1年生~70代まで、体重制限90kgまで
※未成年および高校生の方は保護者同伴でお越しください。
※70歳以上の方は、ご家族の同意を得てお越しください。

申し込み方法



申込締め切り日 3/29(日)まで

左記QRの応募フォームに、参加希望日や氏名など必要事項を入力して申し込む。

問い合わせ: 乗馬クラブクレイン仙台北パークタウン

〒981-3206 宮城県仙台市泉区明通1-1-17

TEL 022-342-6342



宮城限定ほっぺちゃんやフェア限定商品も登場!

人気の「サン宝石」イベントが開催されます。アクセサリや文具など、かわいいアイテムを実際に手に取って選べるチャンス! 会場では宮城限定の新作ほっぺちゃんや、ネットでは買えないフェア限定商品も販売されます。さらに、楽しい体験イベントもあり、親子で一緒に楽しめます。エコファミ読者に、サン宝石グッズを抽選で3名様にプレゼント♪

2/7(土)~11(水・祝)

会場 イオンモール新利府 南館1F ライブスクエア

入場料 無料 ※グッズの会計は現金のみ

対象 性別・年齢関係なくお越しください

問い合わせ: ミヤギテレビ事業部 TEL 022-215-7700 (平日 10:00~18:00)

応募方法

応募締め切り日 2026/1/29(木)

- ①左記QRからエコファミリーしんぶん公式LINEアカウントを追加
- ②タイムラインをひらく(トークルーム右上の「目」をタップ)
- ③「サン宝石グッズ詰め合わせセット」応募ページで必要事項『①郵便番号 ②住所 ③名前(ふりがな) ④電話番号 ⑤お子さまの学校名・学年』を記入

※個人情報保護の取り扱いについてはWEBをご覧ください。 <https://www.chuco-workin.co.jp/privacy>
※プレゼント当選者の発表は、商品の発送をもって代えさせていただきます。



サン宝石グッズの
詰め合わせセットを
3名様に
プレゼント



全国チェーンだからできる!
安心の車選びならタックス!

TAXゴールド保証

日本全国どこへ出掛けても安心

万一、故障等のトラブルがあった場合でも
現地のTAX店で修理サービスが
受けられます。(全国650店舗)

TAX3つの約束

- ①すべてのクルマの 車両状態を明確に表示します。
- ②すべてのクルマの 走行距離のチェックを通します。
- ③すべてのクルマに 基本保証を付帯します。



東北運輸局 国家整備士がまごころ、思いやり整備を心掛けています。
指定工場完備 祝日・日曜日も日曜日車検も出ます。

タックス宮城野

検索



宮城野本店 仙台市宮城野区中野1-4-4 (022) 254-2671
軽スマイル館 仙台市宮城野区高砂1-31-2 (022) 290-6409
アーバン館 仙台市宮城野区中野1-4-1 (022) 388-9201
Vivid館 多賀城市町前1-6-16 (022) 781-8169

お父さん・お母さんの情報広場
パパママパーク

小学生・家族のためのエコ生活を応援しています

冬のファミリー情報！

エコファミ公式LINEに
登録して、週末のお出掛け情報や
おトクな情報をゲット！



プログラミングをマイクラの世界で楽しく身に付けられるのは テラボ！

2017年からマイクラでプログラミングの授業を行っており、現在までに150人以上の子供たちが、
パソコン初めての状態からJavascriptのコーディングをできるようになりました。



パソコン初心者大歓迎！
まずは無料体験へ！

全国選抜小学生プログラミング大会出場
宮城県小学生プログラミング大会
最優秀賞・清水建設賞受賞

勉強が
楽しくなる！
国語・数学・英語
プログラミング

お電話でのお申し込み・お問い合わせもお気軽に！
tel.022-216-4250
【受付】10:30～18:30（火・木除く）

仙台五橋校
〒984-0075
仙台市若林区清水小路8-2
CAアークビル仙台4F

体験教室
随時受付中！

県内2校で群を抜く 合格実績！ 宮城トップレベルの指導

能開センター

**宮城県内
トップレベルの
合格実績！**

〈全国最難関高・県内ナンバースクール〉
慶應義塾高、西大和学園高、栄東高、
仙台二高・一高・三高 **34名合格**
宮城一高、二華高、岡山朝日高、
盛岡一高…他 **計46名合格**

〈県内上位高・高専〉計**26名合格**
向山高、泉館山高、宮城野高、仙台南高、泉高、仙台高専

現小6生対象講座 全国最難関高校、仙台二・一高、ナンバースクールへの最短ルート！

中学準備講座 毎年の人気講座!!
平日コース・土曜コース・日曜コース

お申し込み・お問い合わせはフリーコールまたはWEBへ **能開 宮城 検索**

能開センター 宮城本部
仙台市青葉区中央3-7-25 ダイワロイネットビル2F

0120-13-3759
受付時間/10:00～20:00（月曜休校）

小学生ワオ!の公開テスト 記述式テスト 全国学年総まとめテスト

無料

今年度最終回!! 申し込み受付中

2/1日

小1～6 算数・国語

会場 TKPガーデンシティ
PREMIUM仙台西口6階
仙台白百合女子大学
※複数の会場からお選びいただけます。

公開テスト3つの特長

特長1 これから取り組むべき課題が明確になる！
特長2 今後の学習にすぐ生かせる！
特長3 得点・偏差値・小問別の正答も確認できる！

この1年のふりかえりを
新学年の大きな一歩に。



会場・時間・申し込みはWebで！
ワオ ソウテ 検索

スマート
フォンは
こちらから
24時間
受付

ごらくタン®
ワオ・コーポレーション
企画・運営 能開センター/ 個別指導 Axi's

WAO!

緊急地震速報

強い揺れ(震度5弱以上)が来そうなときや、ゆっくり大きく長く揺れそうなときに、周りの地域へ緊急地震速報が出されます。緊急地震速報が出てから、強い揺れが来るまでの時間は、長くても十数秒から数十秒しかありません。慌てずに、素早く自分の身を守ることが大切です。

家で室内にいるとき

- 家具の移動や落下物から身を守るため、頭を保護しながら大きな家具から離れ、丈夫な机の下などに隠れる。
- 慌てて外に飛び出さない。
- 扉を開けて避難路を確保する。

料理や暖房などで火を使っているとき

その場で火を消せるときは、火の始末をする。
火元から離れているときは、無理に火を消しに行かない。

人がたくさんいる施設にいるとき

- 慌てずに施設のスタッフの指示に従う。
指示がない場合は、その場で頭を保護し、揺れに備えて安全な姿勢をとる。
- つり下がっている照明などの下から退避する。
- 慌てて出口や階段に殺到しない。

エレベーターに乗っているとき

最寄りの階で停止させて、すぐに降りる。

屋外にいるとき

- ブロック塀の倒壊や自動販売機の転倒などに注意し、これらのそばから離れる。
- ビルの壁、看板や割れた窓ガラスなどの落下に注意して、建物から離れる。

山や崖付近にいるとき

落石や崖崩れに注意し、できるだけその場から離れる。

鉄道・バスに乗っているとき

つり革や手すりにしっかりつかまる。

車を運転しているとき

後続の運転手が緊急地震速報を聞いているとは限らないため、運転中は、慌てて急ハンドルや急ブレーキをかけず緩やかに速度を落とす。
ハザードランプを点灯して周りの車に注意を促し、道路の左側に停止する。

エコファミリー しんぶん

小学生・家族のための
エコ生活

2026年1月20日号
1
宮城版 Vol.158

次号発行予定日

2/13(金)

発行日は予告なく変更される場合がございます。
あらかじめご了承ください。

- ・この新聞は環境や食育、暮らしの安心・安全をテーマにした、家族で読む「家族・子供環境情報紙」です。
- ・本紙の運営に賛同する企業の協賛を得て、宮城県内の小学校に約104,000部を無料で配布しています。
- ・記事、協賛広告についての問い合わせ エコファミリー新聞 仙台編集室 022-722-6930

がんばっている
児童をご紹介します!

**エコファミ
キッズ**

ダンス



過去のエコファミキッズを
WEBで見ることができます!
最新版は近日公開です。

Grazing Landをご紹介します!

Grazing Landは、5～12歳の子供たちが仲良く励まし合いながら楽しく活動しているダンススクールです。小学生は、仙台市泉区の小学校に通う1～6年生の女子20名が所属。練習は火・水曜日(土曜は不定期)に、桂市民センター、野村コミュニティ・センター、七北田公園体育館などで行っています。火曜は笑顔があふれる和気あいあいとした雰囲気、水曜は切磋琢磨し合う仲良しチームなんだとか。基礎練習では、バレエの基礎やリズムトレーニングなどを取り入れ、柔軟性・体幹・リズム感を育てています。先生方は「子供たちが新しいジャンルや動きに挑戦し、仲間と一緒に楽しみながら成長できるようサポートしていきたい」と話していました。子供たちが好きなアーティストの曲や振り付けを取り入れてやる気を高めたり、ハロウィーンなど季節のイベントを開催したりと、みんなで笑顔になれる時間を大切にしています。

メンバー募集中。見学体験無料です!
活動の様子や詳細はInstagramをご確認ください▶
メール: kumaltan1192@gmail.com



友達が先に習っていて、小学1年生からお姉ちゃんと一緒に通い始めました。クラブステップが好きで、先生や友達とイベントに出るのも楽しいです!

4年 佐藤有佳さん

これからの目標は?

新しい曲の振り付けやステップを習ったときは、すぐに家でも練習して覚えるようにしている佐藤さん。今までできなかった動きができるようになると、うれしいそうです。「もっと格好よく踊れるように、いろんなステップや技を上手になりたいです!」と話していました。



挑戦する気持ちや楽しむ心も大切に

体づくりだけでなく、挑戦する気持ちや楽しむ心も大切にしています。基礎練習で身体能力を鍛えると同時に、できた喜びや挑戦する楽しさを感じられるよう、雰囲気づくりや声掛けを心掛けています。

三浦牧子さん、MAHOさん

エコファミリーしんぶんからのお知らせ

『エコファミキッズ』コーナー
掲載への応募はお休み中です

たくさんのご応募をありがとうございます。現在『エコファミキッズ』コーナー掲載への応募受け付けを停止しております。募集再開までもう少しお待ちください。

ヒューマンアカデミー株式会社は、小学生・家族のためのエコ生活を応援しています

ロボットをつくる 体験会に出かけよう!!

※教室数、在籍生徒数において国内1位。2025年3月末現在、ヒューマンアカデミー株式会社調べ。
※児童対象のSTEAMスクール/ロボットプログラミング教室事業者(プログラムをロボットに出力するプログラミング学習)において、プログラミング教室掲載比較サイト「コエテコ」または各社公開の教室数を当社にて調査した結果(2025年3月末時点)。

No.1
ロボット教室
STEAMスクール

※教室数、在籍生徒数において国内1位。2025年3月末現在、ヒューマンアカデミー株式会社調べ。
※児童対象のSTEAMスクール/ロボットプログラミング教室事業者(プログラムをロボットに出力するプログラミング学習)において、プログラミング教室掲載比較サイト「コエテコ」または各社公開の教室数を当社にて調査した結果(2025年3月末時点)。

※教室によってscratchでの体験を実施する場合がございます。詳しくはホームページをご確認ください。
※Minecraft公式商品ではありません。Mojang Studiosから承認されおらず、Mojang Studiosとは関係ありません。

マイクラの世界で プログラミングを 体験しよう!

どんなプログラムをつくるかは体験会でお楽しみ!

2026年3月31日までの
体験会参加者限定!
500円分プレゼント!

※GIFTは複数の電子マネーやギフトの中から、ご希望の商品を選択できるマルチギフトサービスです。※体験会参加の翌月末にギフト引換用URLを記載したメールをお送りします。メールアドレスを変更した場合、教室にて変更の旨をお伝えください。※ギフトへの引換期限は発行から6か月間となります。原則、有効期限を過ぎた場合の再発行はいたしませんので、メールの不着等については体験から2ヶ月以内にお通りの教室担当者へ申し出ください。

ご予約時の紹介コード欄に「CP260120」をご入力ください

※GIFTは複数の電子マネーやギフトの中から、ご希望の商品を選択できるマルチギフトサービスです。※体験会参加の翌月末にギフト引換用URLを記載したメールをお送りします。メールアドレスを変更した場合、教室にて変更の旨をお伝えください。※ギフトへの引換期限は発行から6か月間となります。原則、有効期限を過ぎた場合の再発行はいたしませんので、メールの不着等については体験から2ヶ月以内にお通りの教室担当者へ申し出ください。

※教室によってscratchでの体験を実施する場合がございます。詳しくはホームページをご確認ください。
※Minecraft公式商品ではありません。Mojang Studiosから承認されおらず、Mojang Studiosとは関係ありません。

抽選予約制!
※当日受付も少額ですが、ご利用いただけます。

エコファミリーしんぶん 主催

エコファミ ワークショップ

in イオンモール新利府

参加無料

2/28

10:00~16:30

会場 イオンモール新利府 南館1F ライブスクエア

対象 小学生以下
※未就学児は保護者同伴。

オリジナル防災ポーチ を作ろう!(グッズリスト付き)

自由に絵を描いてオリジナル防災ポーチを作りましょう。完成したポーチは、後日防災グッズを入れて「もしも」に備える大切なアイテムになります。

※ポーチ以外に工作内容に含まれません。

先着でさまざまなグッズをプレゼント
参加された方に協賛企業様のオリジナルグッズや調味料をプレゼント!
エコファミのアンケートにお答えいただくとさらにプレゼントが♪

参加者限定

今後の状況によってはイベントの延期・中止、内容変更の可能性もございます。WEBやLINEなどで、最新情報を随時ご確認ください。

1 WEBサイトで
工作・時間を
選ぶ
https://ecofami.com/special/detail/47196/▲

2 専用フォームから
抽選に申し込む
エコファミリーしんぶん宮城版のLINEアカウントを友だち追加し、トーク画面下の専用フォームからお申し込みください。

3 WEBサイトで
当落結果を確認
イベント告知ページにて当選・落選の結果発表を行います。申し込み者のお名前があるか確認してください。
※個人情報保護の取扱いについてはこちら▶https://www.chuco-workin.co.jp/privacy

結果発表 2/25

イベント 受付にて
整理券を受け取る
会場へ到着したらイベント受付へお越しいただき、以下の3点をお伝えください。
①当選した工作名 ②時間 ③氏名

詳細はWEBへ