

# 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5月15日号

# 5

宮城版 Vol.162

発行・編集 株式会社ユーメディア【エコファミリーしんぶん編集室】  
〒984-8545 仙台市若林区土樋103  
TEL 022-714-8315(平日9:00~18:00)  
Mail ecofami-info@u-media.jp  
編集協力:株式会社ブレイン



エコファミリーしんぶんの  
WEBサイトはこちら

printed with  
**CARBON ZERO ENERGY**  
CARBON EMISSION  
7,318 → 6,518 kg-CO<sub>2</sub>e  
この印刷物は、Scope1,2のGHG排出量が実質ゼロで稼働するカーボンゼロエネルギー工場で印刷されています。  
SPA-230014-J CZE-26-0023440 (102,810copies)

エコファミリーしんぶんは、持続可能な社会の実現を目指し、環境を大切にしたい取り組みを行っています。本紙は、製造工程で発生するCO<sub>2</sub>を実質的にゼロに抑えた「カーボンゼロエネルギー工場」で印刷された、環境に配慮した印刷物です。

※当記事は、2026年3月18日に取材した内容を元にした物です。



## エコファミ すくすくスクール!

こんげつ  
今月は  
おおひら せんりつ  
大衡村立  
おおひらしょうがっこう  
大衡小学校

こんげつしょうかい  
今月紹介するのは、おおひらしょうがっこうの「げんぼく  
原木シイタケの栽培」です。地域の特産品であるシイタケについてまな  
ばうと、せいさんしゃのきょうりやくのもと、5  
ねんまえからシイタケのさいばいに取り組んでいます。  
ねんせい しょうせん おこな ねんせい せわ  
3年生で植菌を行い、4・5年生でお世話をし、  
ねんせい しょうかく がくねん とく  
6年生で収穫する、学年をまたいだ取り組み  
しゅうかくご いえ も かえ きょうりやく だ  
です。収穫後は家に持ち帰ったり、給食に出し  
たりと、その年によって活用方法もさまざま。  
がっこうしき ちない いなさくたいげん しぜんかんさつ  
学校敷地内には、稲作体験や自然観察がで  
き むどりゆたかなやまがあり、その山でげんぼく  
栽培しています。今回は、3年生の植菌体験を  
しゅうざい  
取材しました。

## げんぼく しょうせん 原木シイタケの植菌 たいけん 体験をしました

やまのいりぐちにあつじどうのうか  
山の入り口に集まった児童たちは、農家の  
かた さぎょう せつめい う しょうせん ちようせん  
方から作業の説明を受け、さっそく植菌に挑戦  
します。あらかじめあなを開いた丸太(原木)に、  
シイタケの菌がついた種駒を差し込み、木づち  
でたたいて埋めていきます。作業に慣れてく  
ると、あなが残っていないかを確かめながら、楽し  
そうに次々と種駒を打ち込んでいきました。全て  
うちおえた丸太は、つよひざしやかんそうさ  
打ち終えた丸太は、強い日差しや乾燥を避ける  
ためひかげはこよこをかき  
ため日陰へ運び、横に寝かせて重ねます。この  
さぎょう かりふせよ なるたか  
作業は「仮伏せ」と呼ばれ、丸太の中に植えた  
シイタケの菌がゆっくりと広がり、元気に育つ  
ためのたいせつなこうてい  
大切な工程です。この後もかんさつやおせ  
話を続け、6年生での収穫を目指します。  
じどう たのふだんた  
児童は「楽しかった!」「普段食べているキノコ  
が、小さな駒から育つのが不思議」と話し、学校  
せんせいがかた しぜんゆた おおひら ちいきよ じ  
の先生方は「自然豊かな大衡地域の良さや、時  
間をかけて自分たちで育て、それを食べるとい  
うたいけん たいせつな  
体験を大切にしてほしい」と話していました。



### もくじ

- P.1 エコファミすくすくスクール  
おおひら せんりつ おおひらしょうがっこう  
大衡村立大衡小学校
- P.2 エキゾチックペットの世界  
もり し もり まも  
森を知る。森を守る。  
おちゅうしょうたいさく
- P.3 熱中症対策をしよう!



- P.4-5 エコファミギャラリー
- P.6-7 パパママパーク
- P.8 エコファミキッズ  
ふるかわ  
古川ラグビースクール  
しょうねんだん  
スポーツ少年団



# ワクワクの、粋の、外へ。 せんだい SENDAI ミライ オープン MIRAI OPEN キャンパス CAMPUS

家の外。常識の外。教科書の外。  
実はそっち側に、面白い発見がころがっている。  
この夏休み、こどもの知的好奇心を刺激して  
自由研究がぐっと楽しくなる、  
自分らしい個性を見つけるきっかけになる、  
体験型スクールをオープンします。

詳細はこちらから →

第1回は東北大学発のスタートアップ企業が登場?!

# 2026夏休み、

**エキゾチック**  
ペットの世界 第6回

おし 教えてくれるのは  
WWFジャパン 野生生物グループ  
わか お けい こ  
若尾慶子さん

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？エキゾチックペットは、犬や猫以外のペットのことで、  
ちようらい ほちゆうらい 鳥類や爬虫類などさまざまな種類が飼育されています。エキゾチックペットについて一緒に勉強しましょう！

**ここに注意!**

**ゴールデンハムスター**



**分類** げっしゅく 齧歯目キヌゲネズミ科

**体の大きさ** どうどうちよう センチメートル  
頭胴長: 18~19cm  
たい じゆう おす グラム  
体重: 雄 85~130g  
めす グラム  
雌 95~150g  
び ちよう やく センチメートル  
尾長: 約1cm

**寿命** 2~3年

**食べ物** そうしよくけいこう つよ ざっしよく どうぶつ  
草食傾向の強い雑食の動物です。  
せんよう はいごう しりよう しゅしよく しゅ  
専用の配合飼料を主食として、種  
子や野菜を副食として与えます。

**生息地** げんさんしゅ 原産種はシリア、トルコに生息

たんどく せいかつ 単独で生活する、なわばり意識の高い動  
ぶつ やせい ちゆう 物です。野生では、地中の巣穴で生活し、  
ふゆ どうみん や こうせい 冬は冬眠します。夜行性のため夕方から  
かつどう はじ すあな ちゆうしん 活動を始め、巣穴を中心としたなわばり  
かくにん えささが ひろ はん い の確認や、餌探しのために広い範囲を移  
どう み えさ ほぶくろ い す 動します。見つけた餌は、頬袋に入れて巣  
も かえ たくわ に持ち帰って蓄えます。

- ⚠️ 寄生虫感染など人獣共通感染症が報告されている。
- ⚠️ 夜行性で運動量が豊富なため、夜間に活動する。
- ⚠️ なわばり意識が強く、成体は1頭ずつでの飼育が原則。
- ⚠️ 冬眠を防ぐために、冬は適切に保温する必要がある。
- ⚠️ 小型のため、逃がす・落とす事故に要注意。
- ⚠️ 繁殖は容易だが、増え過ぎに注意が必要。
- ⚠️ 小屋に餌を蓄えるため、カビないように掃除が必要。

**ペットにすることで 困ったことが起こる可能性**

高い 中くらい 低い

可能性は低いでしょう。しかし、どのような動物であって  
も命を預かる重い責任があることを忘れないでください。

**森を知る。 森を守る。**

やまのぼ むしと 山登りや虫捕りができるのは、きれいな森があるから。  
あみず くき また森は水や空気をきれいにし、雨による災害から私たちを守ってくれます。  
もり いま りんぎょう すいたい ちきゅうおんだん か その森は今、林業の衰退や地球温暖化などで失われています。  
いま じぶん 「今、自分にできること」  
もり ひとり ひとり もり まも 森のことを知って、一人一人が森を守るココロを持つと!

**アマゾンの熱帯雨林が大豆畑に変わっていく!?**

せ かい ひとひと ひつよう しょくりよう ばい せい さん 世界の人々が必要な食糧の2倍も生産して  
いるのに、9人に1人は栄養失調!

せ かい ぜんじんこう ひつよう りょう ばい しょくりよう せい さん 世界では、全人口が必要な量の2倍もの食料を生産していますが、  
なんとその1/3にもなる年間13億トンが捨てられています。

そして、食料を生産するため森が壊され、農地になっています。特に、肉の消費量は50年  
まえ ばい ふ かちく えさ だいず げんりょう だいず せい さん 前の5倍に増え、家畜の餌「大豆ミール」の原料である大豆を生産するための農地拡大が  
かつぱつ 活発に。ブラジルではアマゾンの熱帯雨林が大豆畑に変わり、日本  
れつとう おお めんせき まん しんりん ぼっさい 列島より大きい面積(42万ヘクタール)の森林が伐採されました。

つづ 続きは >>> はこちら >>>

情報・画像提供元 **HONDA** The Power of Dreams | How we move you. CREATE • TRANSCEND, AUGMENT | 出展:「Honda環境の学校/森を知る。森を守る。」(https://global.honda.jp/philanthropy/contents/special/column/kankyo\_school/study/forest/)をもとに作成

**Gakken** 認知能力+非認知能力=生きる力を育む学研教室

読む力・考える力——伸びる学力  
**学研教室**  
幼児/算数・数学/国語/英語

**無料体験学習**

対象 幼児(3歳~)・小学生・中学 幼児さんも歓迎!  
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

6/1~8/16付 入会の方 全員対象 通常 5,500円(税込み)  
**入会金 0円** キャンペーン実施中!

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コースもござります。 ※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 **0120-114-154** イイヨ イコーヨ  
祝休日を除く月~金 9:00~17:00

学研教室は、小学生・家族のためのエコ生活を応援しています。

情報提供: サントリービバレッジ&フード株式会社



# 暑くなる季節に向けて! 熱中症対策をしよう!



## ポイント1 子供の気温は大人の+7℃!?

普段、私たちが目にしている気温は、大人の身長の高さで測られた気温。太陽でじりじりと照らされた暑い夏の地面。そこに近い子供たちの世界は、大人よりも7℃も暑くなることと分かりました。小さな子供特有の暑熱環境を知ることが、子供の熱中症対策の第1歩です。



※サントリー×ウェザーマップ社との、晴天時30℃以上の環境下での共同検証結果より、東京都の気温+7℃にて算出(実際の気温ではございません)

専門家のコメントや検証実験はこちらから



外で遊ぶときはもちろん、体育館や家の中でも熱中症になる場合があります。小まめに水分を取る、外では帽子をかぶる、涼しい時間に活動するなど、気を付けましょう!

## ポイント2 熱中症って何?

気温と湿度がどんどん上がってしまうと、人間がもっている「体が熱くなり過ぎないようにする」という体温調節の機能が崩れ、体調が悪くなってしまいます。これを熱中症といいます。人間は汗をかいて体温調整をしているため、汗をかくことは必要なことですが、同時に体の中でも大切な役割をしている水分やミネラルが出ていってしまうことにもなります。ですから、喉の渴きを感じる前に、小まめな水分補給を心掛けましょう。

注意! もしかしたら熱中症?

- 頭が痛くなる
- 頭がクラクラする
- 頭や体が熱くなる(熱が出る)
- 気持ち悪くなる
- 体全体がだるい
- 手や足がつる(ピクピクする)



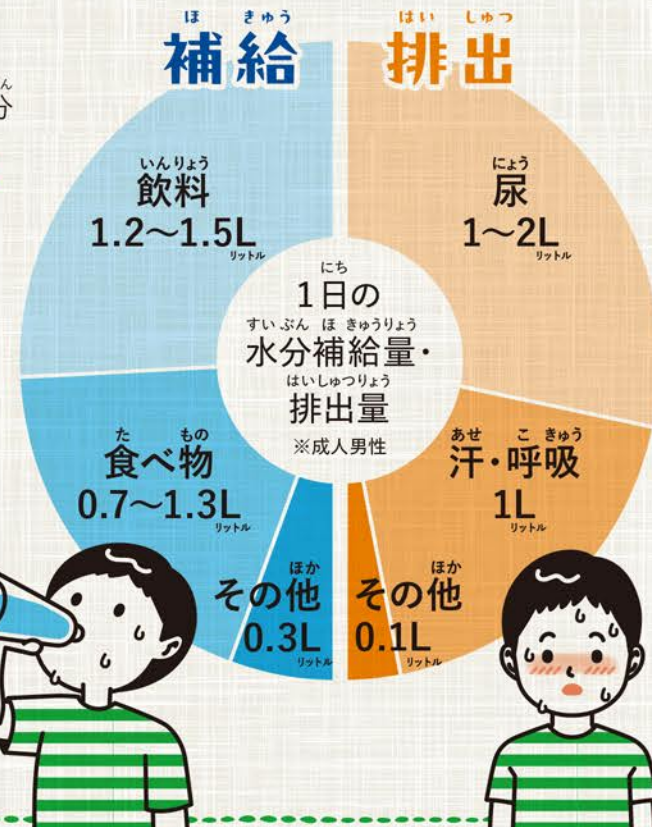
## ポイント3 日常生活の中での水分補給

水は、人間の体にとってとても重要な役割を担っています。水分を取ると同じくらいの水分を排泄して、体内のバランスを保っています。そのため、体重のわずか1%程度の脱水が起きただけで喉の渴きを感じ、4~5%失うと吐き気や頭痛などの症状が出てくるといわれています。水分補給は喉の渴きを感じる前に行うことがポイントです。

暑い時期は洋服が汗でぬれるくらいになったら多めに水分補給を!

<p>例えば1日の中で時間を決めてコップ1~2杯の水分を取ると、無理なく1リットル以上の水分を補給することができます。</p>	<p>朝起きたときやお風呂あがりなどにコップ1~2杯の水分(200~400ミリリットル)</p>	<p>1度に大量の水を飲んだり、冷やし過ぎた水を一気に飲んだりするのは、胃腸に負担がかかるので要注意です。</p>	<p>1度に大量の水を飲む。冷やし過ぎた水を一気に飲む。</p>
-----------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------	----------------------------------

汗をかくと、私たちの体からは、水分だけでなくナトリウムやカリウムなどのミネラルが失われます。ミネラルを過度に失うと、体内の環境を一定の状態に保つことができなくなるため、水分とミネラルを補給する必要があります。厚生労働省は、熱中症対策の一つとして、食塩相当量が0.1~0.2g/100ミリリットル以上の飲料を推奨しており、GREEN DA-KA-RAは厚生労働省の推奨基準を満たした熱中症対策飲料です。



# 7種の素材のいいチカラ!



たっぷり! 600 ml



次号テーマ

JA共済プレゼント ミヤテレ防災フェア2026

自然災害のときに、わたしたちにできること

自然災害が起きたら、どんな行動をとれば良いでしょうか？  
地震が起きたら丈夫な机の下に潜る、大雨のときは川や水路に近づかない、  
など自分や家族を守るためにできることを描いて送ってね！

締め切り  
5/25  
(月)必着

次号の賞品

エコファミ賞の10名様に

JA共済オリジナルグッズ

JA共済のオリジナルグッズをプレゼント！  
どんなグッズがもらえるかはお楽しみ！

提供：JA共済

必要事項・宛先はこちら



家族みんなで見に行こう！

**イラスト展開催決定！**

日程…6/13(土) 10:00～16:00  
会場…イオンモール新利府南館1階 ライブスクエア

皆さんが描いた「自然災害のときに、わたしたちにできること」をテーマにしたイラストを防災フェアで展示します！さらに受賞者の皆さんには授賞式もごさいます！！

※展示されているはがきを持ち帰ることはできません。※受賞者の保護者様には電話にてご連絡申し上げます。



とっても大事なお知らせ

作品の応募やお問い合わせの宛先が全て変わりました！今月からは新しい宛先に送ってくださいね！

お引越し  
しました！！

エコファミの編集室が

新しい住所

〒984-8545  
宮城県仙台市若林区土樋103  
株式会社ユーメディア  
エコファミリーしんぶん編集室

新しい電話番号

022-714-8315

新しいメールアドレス

ecofami-info@u-media.jp

イラストや川柳などの作品を応募するときは  
**エコファミの約束に同意します**  
の文章を必ず宛名面に書いてください。

古い住所やアドレスに送られた作品は  
紙面やWEBへの掲載をお約束できません。

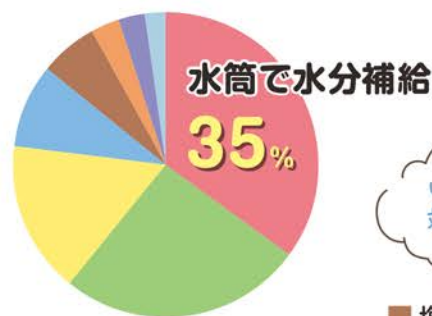
●応募作品の返却は致しませんので、あらかじめご了承ください。●個人情報保護の取り扱いについて詳細はWEBをご覧ください。https://www.u-media.jp/other\_inquiry/privacypolicy/

エコファミ アンケート調査

登下校時の熱中症対策編

エコファミの読者アンケートから気になる内容をピックアップしてお届け！  
他のご家庭はどんな回答をしているのでしょうか？参考にしてみてくださいね！

Q. 登下校時の熱中症対策をしていますか？



- 帽子やタオル 26%
- ネックリングなど 16%
- 日傘 9%
- 塩飴など 6%
- ハンディファン 3%
- 何もしていない 3%
- その他 2%



その他と答えた方の熱中症対策

- 食べ物で対策**
  - 朝食で塩分のある物を必ず食べています。
  - 毎朝味噌汁を飲んでます！
- ひんやりグッズで対策**
  - ランドセルカバーを付けて、背中部分に保冷剤を入れてあります。
  - 保冷剤で手を冷やすようにしています。
- 移動手段で対策**
  - 朝からあまりにも暑い場合は、学校の途中まで車で送ってます。

お父さん・お母さんの情報広場  
**パパママパーク**

# 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。  
 新しく知る物事に家族で触れてみてはいかがですか? レッツチャレンジ!

親子で楽しもう!

## シンプルで、毎日にちょうどいいキャップ



- 素材/綿100%(オーガニックコットン)
- インド製
- サイズ/フリーサイズ、54cm~60cm程度

### オーガニックコットン ベースボールキャップ ページュ

タウンユースからアウトドア、レジャー、スポーツ観戦まで、シーンを選ばず着用できるオーガニックコットンのベースボールキャップ。コーディネートしやすいページュカラーで、男女兼用のフリーサイズです。正面には「Act for our Planet」の刺しゅうを、左側面にはWWFパンダロゴのタグをあしらいました。素材には、地球にも人にもやさしい国際認証取得のオーガニックコットン100%を使用しています。

パンダショップでは、同系色ページュの2WAY ショルダーポーチバッグや大容量トートバッグもラインナップしています。ぜひ併せてチェックしてみてください!

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)  
 この通販を通じて生まれる利益は、全て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・春

聞こえない子どもたちに絵本の世界を楽しんでほしいという思いから始まった、手話によるおはなし会。ボランティアグループ「まほうの手」が、絵本の読み聞かせや手話を使った遊びを行います。聞こえるかどうかに関わらず、どなたも参加できます。一緒に手話による絵本の世界を楽しみませんか?

5/31(日) 10:00~11:00

会場 7階スタジオa・b  
 対象 幼児~小学生程度(先着20組程度)  
 入場料 無料、直接会場へ

<https://www.smt.jp/projects/bfdesign/2026/03/-2026-1.html>



## 知るともっと楽しい! 生き物の絵本

情報提供: 丸善 仙台アエル店



4コマまんがで  
 ゆるっとわかる!  
**いぬ語辞典**  
 監修: 今泉忠明  
 出版社: Gakken

鳴き声やしぐさ、行動からわかる、いぬの本当の気持ちを「4コマまんが」で楽しく紹介します。「パウッ!」「アオーン」は何と言っているの? ふとんやソファをホリホリするのは? 自分のうんちを食べたり、ほかのいぬのおしりをかいだりするのなぜ? など、へえ! と楽しいいぬ雑学が満載です。動物学者・今泉忠明先生に教わるコラムも充実。かわいいいぬの写真もいっぱいです!



ヤバすぎ!  
 超危険な  
 いきもの図鑑  
 監修: 今泉忠明  
 出版社: 双葉社

白と黒の模様と愛らしい姿から人気者のパンダが本当は、肉食で知ってましたか? チンパンジーは知能が高く攻撃的。人気映画ながら人間を攻撃することも珍しくありません。読んだらアツと驚く身近な危険動物や見た目は裏腹に人間の脅威となる動物を動物学者の今泉忠明氏が徹底解説。動物園では分からない、野生動物のほんとうの姿がここにある。

## 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 お気軽にお電話ください。  
 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 2026/6/14(日)

- 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

※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。  
 ※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.u-media.jp/other\\_inquiry/privacypolicy/](https://www.u-media.jp/other_inquiry/privacypolicy/)  
 ※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 スター・ウォーズ/ マンドロリアン・アンド・グロウー

5/22(金)公開

イオンシネマ名取・石巻・新利府にて上映

ダース・ベイダーの死と帝国の崩壊後、銀河宇宙は無法地帯と化していた。一族の厳格な掟に従って他人に素顔を見せず、どんな仕事でも完璧に遂行する冷酷無比な孤高の賞金稼ぎ「マンドロリアン」は、ある日一件の仕事を請け負う。



© 2025 Lucasfilm Ltd.

配給:ウォルト・ディズニー・スタジオ・ジャパン

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

6/14(日) 10:00~12:00

会場 仙台市青葉の森緑地  
 講師 仙台市青葉の森緑地 レンジャー  
 対象 小学3~6年生の子供と保護者  
 定員 14名 ※抽選  
 参加費 無料

### 森へいこう♪ 自然っておもしろい! ~青葉の森緑地編~

森を歩いて「みて」「きいて」「かいて」「さわって」青葉の森緑地のレンジャーさんに自然の楽しさや面白さを教えてもらおう♪  
 水生昆虫たちにも会えるかも!



- 持ち物 ●水分補給のための飲み物 ●タオル ●虫よけ ●虫網(貸出もあります) ●雨天時は、レインコートなどの雨具 ※傘は危険なため使用しないでください。
- 服装 ●長靴 ●長袖で動きやすい服装 ※服装は、黒っぽい色は避けてください。

### 申し込み方法



オンライン申請▲

申込締め切り日 2026/6/4(木)

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】を記入して申し込み。

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

## 丸美屋食品ミュージカル「アニー」 仙台公演、2年ぶりに開催決定!

アニーをはじめ新たなキャスト陣が集結! 今一番ハッピーなミュージカルをあなたに♪ 詳細はHPをご確認ください。

8/22(土) ①開演 11:00 ②開演 15:30  
 23(日) ①開演 11:00 ※開場は各45分前

会場 東京エレクトロンホール宮城(宮城県民会館) 大ホール  
 料金 【全席指定】S席(1階)9,500円/A席(2階)7,500円/B席(3階)5,500円

- 先行販売 5/11(月)10:00~5/17(日)23:59 ※ミヤテチケット(WEB販売/電話受付)
- 一般販売 5/23(土)10:00~

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

### 応募方法



追加はこちら▲

応募締め切り日 2026/6/14(日)

- 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エコファミ公式アカウントのトークルーム右上の【目】をタップ
- ③「アニーオリジナルグッズプレゼント」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

※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。  
 ※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.u-media.jp/other\\_inquiry/privacypolicy/](https://www.u-media.jp/other_inquiry/privacypolicy/)

アニー  
 オリジナルグッズを  
 3名様に  
 プレゼント



**Green Plaza** 東北電カグリーンプラザ 実験教室

大人気講座! **誕生石のふしぎな世界**  
 ~身近な鉱物を観察しよう!~

日時 **6/27(土)** Aコース 10:30~12:30  
 Bコース 14:00~16:00  
 会場 コミュニティルーム

地球をつくっているたくさんの岩石や鉱物の中でも、キラキラしてきれいな石は「誕生石」として知られています。今回は、本物の誕生石を手にとって、宝石になる前の自然の姿をしつくり観察!さらに、河原に落ちていた石の中から誕生石を見つける「宝さがし」や、厚紙を使ったガネットの結晶模型づくりにも挑戦します。みんなで石のふしぎを楽しく発見してみよう!

対象 小学生(3年生以下は保護者同伴) 定員 各16名(抽選) 参加費 無料  
 講師 宮城県仙台二華高等学校 非常勤講師 花松 俊一氏

【応募締切】6/13(土)必着 申し込みはこちら▶

参加者募集中

お申し込み方法

- ①スマホでお申し込み **おすすめ**  
 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。
- ③ハガキ・FAXでお申し込み FAX. 022-225-3007

●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枚でのお申し込みとなります。

【ハガキ表】  
 〒980-0811 仙台市青葉区一番町3-7-1  
 東北電カグリーンプラザ「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 ③郵便番号  
 ④住所 ⑤お名前・ふりがな ⑥性別 ⑦学年 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

当選ハガキについて  
 当選ハガキは教室開催日の一週間前までにお届けします。なお、連絡がない場合は落選となりますので、ご了承ください。

おうちが実験室に!?  
 動画版実験教室のご紹介  
 楽しみながら学べる面白い実験動画を  
 YouTubeで公開中!  
 スマートフォン・タブレット・パソコンがあれば、  
 だれでも、いつでも、何度でも見る事ができるよ。

アテンダントのオススメ動画  
**キラキラ☆宝石せっけん**

今回、講師をしてくれる花松俊一先生と  
 いっしょに、仙台市の広瀬川で宝さがし  
 に挑戦したよ!仙台市でも宝石は見つかる  
 のかな...?気になる結果は、動画でチェック  
 してみよう☆

配信動画

お父さん・お母さんの情報広場  
**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 /  
**春のファミリー情報!**



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  
**テラポ!** 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のコーディングができるようになりました。

**地頭力アップ!**

**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 体験教室 随時受付中!  
〒984-0075  
仙台市若林区清水小路8-2  
CAアークビル仙台4F

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

**春の**

**アレマ**

**キャンペーン**

**5/27(水)~6/21(日)**

ポイ捨てを見て「アレマ!」と感じた皆さんが、アレマ隊として気軽に清掃活動に参加できる『アレマキャンペーン』を実施します。キャンペーンをきっかけに、あなたもアレマ隊として活動してみませんか?

詳しくはこちら▼

詳しくはこちら▼

**全市一斉「ポイ捨てごみ」調査・清掃活動** 申込期限 6/11(木)

キャンペーン期間中、仙台市内でポイ捨てごみの調査・清掃活動を行い、その結果をアレマレポート(活動報告様式)に記入してお送りください。どなたでも参加できます。申込者には参加キット(ごみ袋・アレマレポート)をお送りします。

お申し込み・問い合わせ **仙台市環境局家庭ごみ減量課 TEL.022-214-8250**

全国650店・安心と信頼のブランド

**TAX**

ショップ宮城野

**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**

- すべてのクルマの 車両状態を明確に表示します。
- すべてのクルマの 走行距離のチェックを通します。
- 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・日曜日も日帰り車検も出来ます。

**全国チェーンだからできる! 安心の車選びならタックス!**

**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

タックス宮城野

学習教室 **こ〜ぶ学習クラブ**

専任講師による**少人数制**指導です。  
教科書に沿った教材で安心です。  
勉強の楽しさを伝え、生徒の**自信**につなげています。

英会話教室 **こ〜ぶ英語クラブ**

一人一人に寄り添った**少人数制**指導です。  
歌や絵本を使った楽しいレッスンです。  
バイリンガル日本人講師が丁寧に指導します。

**今なら入会金 無料!(7月末まで)**

みやぎ生協 **こ〜ぶ家庭教育センター**  
**TEL.022-396-0141**  
【営業時間】平日 9:00~17:00(土日祝休業)

ワオの公開テスト **記述式** 全国での自分のレベルを知って夏の学習課題を明確にしよう!

**全国公開学力テスト** **無料** **小学生 1年~6年**

**申し込み受付中**

**6/7日** 締め切り >>> 6/3(水) <<<

小1~4 算数・国語 小5~6 算数・国語・英語

会場 複数会場からお選びいただけます。  
**東北福祉大学仙台駅東口キャンパス**  
**仙台白百合学園中学・高等学校**

学ぶ×考える=未来を切り拓く

会場・時間・申し込みはWebで!  
**ワオ ガクテ**

スマートフォンのみから **24時間受付**

主催 ワオ・コーポレーション  
企画・運営 総務センター / 個別指導 AxTs  
後援 朝日新聞 仙台総局

**エコファミリーしんぶんからのお知らせ**

**プレゼント企画に応募してみよう!**

エコファミリーしんぶんでは、毎月抽選で当たるプレゼント企画を実施しています。プレゼントの応募方法は、右の手順をチェック! LINE公式アカウントでは、LINE友だち限定のプレゼント企画や、子育て家庭にうれしい情報もお届けしています。

**LINEからの応募手順**

公式アカウントの登録!

- 上のQRを読み込む
- [追加]をタップ

**トーク画面にて、各プレゼント企画に記載の方法で応募**

読者アンケートに回答して応募する

- トーク画面下部のメニューから「読者アンケート」をタップ。
- アンケートに回答して「送信する」をタップしたら応募完了!

応募ページから応募する

- トーク画面右上にある「目」をタップ。
- 応募したい企画の画像下にある「もっと見る」をタップして、全文が表示されたらURLをタップ。
- 必要事項を入力して「送信する」をタップしたら応募完了!

**がんばっている  
児童をご紹介します!**

**エコファミ  
キッズ** **ラグビー**

過去のエコファミキッズは、WEBサイトで見る  
ことができます。  
最新版は近日公開です。

### ふるかわ 古川ラグビースクールスポーツ少年団 をご紹介します!

古川ラグビースクールスポーツ少年団は、今年で30周年を迎える歴史あるチームです。小学生は、加美・大崎地域から集まる1~6年生の男女16名が所属しています。練習は土曜日に、大崎市古川アルプスアルパイングラウンドで行っています。2年生以下は腰に着けたタグを取り合うタグラグビー、3年生以上はタックルのあるラグビーに取り組み、体格や性別に関係なく、誰でも安全に楽しめることを大切にしています。指導者の阿部さんは「接触のあるスポーツのため、けがなく楽しく続けられるよう、練習中は無駄話をせず、コーチや監督の話をしっかり聞くよう指導しています」と話していました。チームの自慢は、昨年度の中学年(3・4年生)の部で宮城県1位になったこと。現在は、5・6年生が参加する「ヒーローズカップ東北大会」での優勝と全国大会出場を目標に練習に励んでいます。



お兄ちゃんがラグビーをしているのを見て「自分もやってみたい」と思い、2年生から始めました。トライを決めるときが1番楽しい!

キャプテン 古川第五小6年 佐々木晴さん

運動が苦手でも大丈夫! できたその笑顔が子供を大きく成長させます。  
興味がある方はSNSのDMなどで気軽にお問い合わせください!  
メール: furukawa.rugby.school@gmail.com (担当:尾形)

**これからの目標は?**  
普段からけがをしないように気を付けている佐々木さん。ラグビーを始めてから、運動が好きになり、体も大きくなったそうです。目標は「チームのみんなに自分がキャプテンで良かったと言ってもらうこと、宮城県大会で優勝すること」と話していました。



**指導者コメント**

指導者 阿部新吉さん

**ノーサイドの精神を大切に**  
ラグビーでは、試合終了の合図(ノーサイド)として笛が鳴ります。この笛が鳴ったら、敵味方や勝ち負け関係なく、お互いをたたえ合うことを「ノーサイドの精神」といいます。この精神を大切にしながら、心も体も大きく成長してほしいと願っています。

**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。募集再開は年明けを予定しております。しばらくお待ちください。

エコファミWEBで 好評連載中!

## 酒井さんの お料理カタログ

### おしながき

#### 豚バラ肉のポルケッタ

毎日の料理、何を作ろうかメニューに悩む方も多いのでは?  
そんな親御さんの助けになるおいしいレシピを、洋食店で22年の経験を持つプロの料理人であり子供を育てる母でもある酒井麻智子さんに教えてもらいます!

酒井 麻智子  
家族の幸せは楽しい食事から。22年の料理人経験を生かし、より多くのご家族の食卓を楽しい時間に彩ることを目指して活動しています。  
保有資格 J.S.A認定ソムリエ、食品衛生管理者

酒井さんのお料理カタログは  
奇数月の月末更新!  
次回は5/31(日) 公開予定



## 豚バラ肉のポルケッタ

- 材料
- 豚バラブロック肉… 700~800g
  - 塩……………肉の重量の1%
  - こしょう……………少々
  - ニンニク……………2かけ
  - お好みのハーブ……………適量
  - オリーブオイル……………適量
  - たこ糸
  - アルミホイル
- 薄くて表面積が大きい豚バラ肉を選んでください
- 今回はカルディの『お肉のためのハーブミックス』を使用。お好みでフレッシュのハーブを刻んで組み合わせてもOK!

### 作り方

- 1 ニンニクをすりおろしておく
- 2 豚バラ肉にフォークで何カ所か穴を開け、両面に塩とこしょうをすり込む
- 3 豚バラ肉の脂身の方を下にして置き、上側にニンニクをすり込む
- 4 ハーブミックスを満遍なくかけたら、脂身が外側になるように巻いていく
- 5 たこ糸を巻いてきれいなロール状にする
- 6 フライパンを熱し、オリーブオイルを入れて表面に焼き色をつけていく
- 7 お肉を180℃のオーブンで40~50分焼く
- 8 途中お肉をひっくり返す
- 9 焼き上がったらアルミホイルを肉に巻いてゆっくり冷ます
- 10 冷めたらアルミホイルとたこ糸を取り除いて完成!

食べる際は好みの厚さに切って、表面を軽く焼いてお召上がりください♪マスタードなどを付けてもおいしいですよ!