

エコプラザ西東京ニュース



エコエコ
eco eco 第 23 号

発行 エコプラザ西東京

〒202-0011

東京都西東京市泉町 3 丁目 12 番 35 号

TEL 042-421-8585 FAX 042-421-8586

Eメール ecoplaza@city.nishitokyo.lg.jp



エコエコNo23は夏休み特別増ページ版です!

特集 1

エコプラザ西東京

夏休み自由研究2011

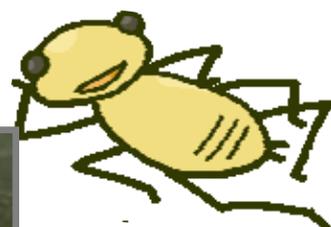
わくわく ときとき 中間報告!

7月中に開催された講座の様子をご報告します!



特集 2

エコリーダーの「ヤゴ救出作戦」実施しました!



特集1「エコプラザ西東京夏休み自由研究2011」 7月中に開催された講座の様子をご報告します！



7月1日から7日までの受付期間に、合計1,100名あまりの応募をいただき、12講座全てが抽選となりました。7月中に開催しました講座の様子をご報告いたします。

7月26日(火)『ごみのゆくえ・工作教室』【講師：ごみ減量推進課職員】

46名の子どもたちが参加し、電子紙芝居で「ごみのゆくえ」を学習したのちにそれぞれ希望する工作教室に参加しました。「ビー玉落とし」、「ガラス瓶のラッピングアート」、食品トレーの「グライダー」、「わりばし鉄砲」を作りました。1番の人気は「グライダー」、2番人気は「ビー玉落とし」、女の子にはラッピングアートが人気でした。子どもたちからは「ごみについてよくわかった」、「工作教室が楽しかった」などの声があがっていました。



ペットボトルと牛乳パックを使ってビー玉落としを作る子どもたち。

お気に入りのガラスびんに雑誌や新聞紙を貼り付けるラッピングアートに挑戦。

作成したわりばし鉄砲と輪ゴムの玉のあてゲームをやりました。

7月27日(水)『小物入れ作りとエコダンス』【講師：ちくちくの会(エコプラザ西東京登録団体)】

39名の子どもたちが参加しました。ペットボトルをベースに、お気に入りの布を縫い付けて飾りを付けたかわいい小物入れができあがりしました。最後に「もったいないソング」などのエコダンスを全員で楽しみました。



できあがったかわいい作品の数々。「難しいところもあったけれどかわいいバスケットができてうれしい」「とても楽しかった！また作りたいです」などなど...



内側と外側の布を縫い合わせて、ペットボトルのバスケットに入れました。ちょっと難しかったけれどがんばりました。



最後に全員で「もったいないソング」などのエコダンスを楽しみました。

7月28日(木)『ちくちく縫ってみよう!夏休み2日間講座』1日目

【講師:ちくちくの会(エコプラザ西東京登録団体)】

30名の子どもたちが参加しました。持参した布をお家のパーツに合わせて型をとって縫い合わせて、小さなパッチワーク作品ができあがりました。

8月25日には宿題のもう1枚を作って来て、全員で大きな1枚のタペストリーに仕上げます。どんなタペストリーができるか楽しみですね。



家の形と使う布が決まったら、お家のパーツを切り抜きます。



間違えないように縫い合わせ。
みんな真剣。わからないところは「ちくちくの会」の先生に聞こう!



1日目はここまで作りました!
ちょっとくたびれちゃったね。

7月31日(日)『貝がらおじさんとあきばこ水族館2011夏の陣』

【講師:清水寛枝さん(貝がらおじさん・エコプラザ西東京協力員)】

22名の子どもたちが参加しました。

貝がらおじさんこと清水さんのお話を伺いながら、みんなで貝がらの海を作りました。作った貝がらの海で遊んだ後は、持って来たあき箱にお気に入りの貝がらなどを貼り付け、絵の具で色付けしてあき箱の水族館を作りました。



海でいっぱい貝がらを取りたくなった。

ぼくも貝がらをいっぱい集めたい!

みんなで貝がらの海を作りました。
「貝がらおじさんって貝がらのことをすごく知っていてびっくりした。」



みんなお気に入りの貝はみつかったかな?

貝がらおじさんと一緒に砂浜も作りました。
使った砂は本物の沖縄の海岸の砂です。

【エコプラザ西東京登録団体からのお願い】

東京の緑を守ろうプロジェクト助成金事業「西東京市の木 50選」(後援:西東京市)

エコプラザ西東京登録団体『西東京 自然を見つめる会』では、「みんなに見てもらいたい!」「いつまでも残したい!」そんな西東京市の木を市民の皆さんから募集しています。応募用紙は市内の公共施設などに投票箱と一緒に設置しています。応募締め切りは9月30日です。

公園などに出かける機会の多い夏休み、ぜひご家族やお友達と一緒に西東京市の木を探してみてください。ご応募お待ちしております。

連絡先:『西東京 自然を見つめる会』 代表 中村 賢司 TEL&FAX 042-464-1157

特集2 市内の小学校でヤゴ救出作戦実施！



「小学校のプールで育ったヤゴを救出したい！」とのエコ・リーダーの方からの提案が今年実現しました。

以前から、市内のいくつかの小学校では取り組んでいたヤゴの救出ですが、今年、環境保全課の出前授業として、6つの小学校でエコ・リーダーの方々が講師となって『ヤゴ救出作戦』が行われました。



子どもたちはプールサイドで応援



エコリーダーが救い出したヤゴを手取る子どもたち



エコリーダーの説明に子どもたちの熱い視線が向けられます



結構、かわいいね！



見て見て！
色が違うけど、種類が違うのかなあ？



たくさんいるね。

動いている。動いている。



エコプラザ西東京の協力員広報チームの3名が、この「ヤゴ救出作戦」に参加しました。

「ヤゴ救出作戦」実施への想い

平成14年よりヤゴ救出作戦をはじめた立川市の環境学習リーダーから、「小学校のプールには、数百匹から数千匹ものヤゴがいるが、プール清掃のため水を抜く時にヤゴたちも水と一緒に流されて全滅してしまう。」と聞いて以来、西東京市でも救出作戦を行いたいと、市に対して救出作戦を提案してきました。エコリーダーに作戦への協力を呼びかけたところ、20名以上の有志が集まり、環境保全課の環境出前授業として、19小学校中6校で実施することができました。

エコリーダーにとって、小学校の授業で講師を務めるのは初めてのため、何度も研修会を重ね、立川の環境学習リーダーの資料やノウハウの提供、体験を通じた貴重な助言のおかげもあり、実施にこぎつけることができました。

思いがけない大震災の余波で、残念ながら子どもたちが一番楽しみにしていたプールに入っただけのヤゴ救出は、大人が受け持ち、子どもたちはプールサイドでの応援になりましたが、すくったヤゴを手にとった時の子どもたちの興奮、歓声は大変なものでした。ほとんどの子どもたちははじめての経験で、小さい命の感触にじかに触れることができましたと思います。

「継続は力なり」。「ヤゴ救出作戦」をエコリーダー事業としてぜひ継続していきたいものです。

そのためには今年度を振り返り、より良い授業実施のためエコリーダーも講師としてのスキルアップをはかり、小学校とも環境保全課とも協働しながら来年に向け準備を積み重ねたいと思います。

エコプラザ西東京協力員広報チーム&エコリーダー 宮崎 啓子

- 保谷第一小学校へ出前授業に参加して -



6月9日、保谷第一小学校の3年生へ出前授業に行きました。子どもたちがプールサイドで賑やかに期待を持った目でみつめる中、私たち大人がプールの中のヤゴをすくいだしました。初めは「ワア - さわれない!」と言っていた子どもたちも、いつの間にか、友だちと一緒にさわっているようでした。トンボの話などの授業の時も子どもたちの瞳はきらきらと輝いていましたが、教室で大きめのたらいをのぞきこんでは、「思ったより小さいね」「かわいい」「家で飼えるかな...」などなど、子どもたちの会話は尽きません。



私も実物のヤゴを見たのは初めてでしたが、想像していたより機敏にチョロツ、チョロツと動き、目もトンボと同様に大きい!

4匹をプールの水と一緒に家に持ち帰り、小さなバケツと、ペットボトルで作ったヤゴの家にそっと放す。エサは、貯めておいた雨水に湧いたポーフラをあたえて、12日目、トンボになった!

朝、ベランダの戸を開ける時に、カーテンに止まったか弱そうなオレンジ色のアキアカネに気がつき、生命の神秘に感激しました。

それから1週間すぎて2匹目が羽化してトンボになり、ベランダのゴーヤの葉にそっと放してあげると、1時間後には青空に飛びたっていました。

一番小さかった1匹はいつの間にか姿が見えなくなり、最後の1匹はまだトンボにならずに、ひとりを満喫するように元気で水草の上や下の方を動き回っています。

ヤゴを通して、子どもたちにとって少しでも良い経験につながるとういながら、しみじみのぞいています。

- 谷戸小学校へ出前授業に -



谷戸小学校は東大農場やいこいの森公園に隣接した大変自然環境に恵まれた学校で、そのせいか、6月9日のヤゴ救出作戦の時には、プールからたくさんのヤゴを掬い上げることが出来ました。今回、2年生の子どもたちは、プールの中には入りませんが、嬉々としてヤゴと向き合っていた姿は、とても印象的でした。

救出したヤゴは、家に持ち帰って育てる子、教室で先生と一緒に育てる子など、それぞれでしたが、先生からの後日の報告によると、羽化してとんぼになったのはほんの数匹だったようです。小学2年生が生育環境を整え、生餌を与え、ヤゴを飼育するのは容易なことではありません。現場の小学校に飼育のコツや加減などのヤゴ救出の蓄積がないと、知識だけでは無理のような気がします。このことは、同様にヤゴ救出初体験の私にもあてはまりました。

私はプールの水と泥と一緒に12匹のヤゴを持ち帰りました。ヤゴはアカムシとポーフラの住むバケツに移し、順調に育っていました。忘れもしない6月23日までは...

あの日、庭木の剪定に入った植木屋さんから農薬散布の申し出がありました。梅の木だけの消毒と思って快諾した私は翌日後悔することになりました。

翌朝ヤゴは、あごを大きく伸ばした異様な姿で浮いていました。後日調べてみたら羽化寸前だったので、あの日、バケツを室内に入れる配慮が私にあればと悔やまれました。

かくして、私のヤゴ救出作戦は無残な結果に終わりました。しかし、来年こそは失敗を糧に、子どもたちと大いにヤゴ救出作戦を楽しみ、感動したいと思っています。

西東京協力員広報チーム&エコリーダー 金成 ハツエ



授業を受けた子どもたちのお手紙から



はじめてヤゴにさわった時少しざらざらして気持ちよかった。トンボになったときはうれしかった。さいしょはさわれなかったけれど、みんながさわっていたのでさわれるようになった。かわいいと思った。家で赤虫をあたえてそだてた。6月のおわりトンボになってとんで行った。いなくなってちょっとさみしかった。プールにヤゴなんていないとおもっていた。あんなきたない土の中にいたのでびっくりした。ヤゴはかくれるのがうまいなおもった。ヤゴにさわってみました。ヤゴのせなかはぶによぶによでした。はやくトンボになってほしい。ヤゴってこわいのかな~、さすのかな~とつぶやいていたけど、いろいろおしえてもらってかえるかなとおもった。お家にかえってヤゴをずーっと見つめていました。そしたらヤゴがだっぴしていました。すごいと思いました。





「エコプラザ西東京」イベント・講座カレンダー-8月後半~9月

2011年8月

エコプラザ西東京主催事業には  マークがついています

日	月	火	水	木	金	土
14日	15日 休館日	16日	17日	18日	19日	20日 13:00~17:00  夏 布ぞうりをつくろう
21日 13:00~16:00  夏 マイはしを使って使ってみよう！ コースター作りもあるよ！	22日	23日	24日  9:30~15:00 夏 夏休みによきによきワークショップ	25日 10:00~13:00  夏 ちくちく縫ってみよう！ 夏休み2日間 講座2回目	26日 9:30~12:30 おしゃれなるうそくを作ろう！ 主催 西東京 菜の花エコプロジェクト 15:00~18:00 とーちかーちアトリエ 主催 ワーカーズ・コレクティブちろりん村	27日 1回目 12:50~14:30  2回目 15:10~17:00 夏 イルカのひみつ・クジラのふしぎ
28日 9:00~12:30 屋敷林に鳥の巣箱を作っかけて観祭しよう 主催 屋敷林の会	29日	30日	31日			

2011年9月

				1日 10:30~11:30 エコプラザ親子ひろば 主催 ワーカーズ・コレクティブちろりん村	2日 10:00~11:30  「ミッキーとあそぼう!! 親子でエコダンスとリユース」 	3日
4日	5日	6日	7日	8日	9日 10:00~11:30  「ミッキーとあそぼう!! 親子でエコダンスとリユース」 15:00~18:00 とーちかーちアトリエ 主催 ワーカーズ・コレクティブちろりん村	10日
11日	12日	13日	14日	15日	16日 10:00~11:30  「ミッキーとあそぼう!! 親子でエコダンスとリユース」	17日 10:00~11:30  「エコダンスを踊りましょう」
18日	19日	20日 休館日	21日	22日	23日 15:00~18:00 とーちかーちアトリエ 主催 ワーカーズ・コレクティブちろりん村	24日 10:00~11:30  「エコダンスを踊りましょう」
25日	26日	27日	28日	29日	30日 10:00~11:30  「ミッキーとあそぼう!! 親子でエコダンスとリユース」	

事業・講座名・開催日	場 所	定員・対象 募集期間	内容など
8月26日(金) 9:30~12:30 夏休み企画 おしゃれなるうそくを作ろう！	プラザ棟2 多目的スペース	定員 50名 〆切り 8月15日	西東京産なたね油からおしゃれなるうそくを作ります。 材料費 500円 主催:西東京 菜の花エコ・プロジェクト(エコプラザ西東京登録団体) 申込:FAX042-462-4610 問合せ:090-9963-6328(茂木) 協力:西東京環境保全課
8月26日(金) 15:00~18:00 とーちかーちアトリエ 夏休み特別企画 小学生 15:00~ 中学生 16:00~	プラザ棟1 講座室1	小学1年生~中学3 年生まで	葉っぱを水彩で描き木っ端などの自然素材で飾り額を作ります。 持ち物:参加費 1500円、水彩道具一式、水筒、タオル 主催:ワーカーズ・コレクティブちろりん村 申込み・問合せ:FAX042-425-0788 Mail chirorinmura@mbn.nifty.com(吉田)
9月から毎週金曜日 10:00~11:30  「ミッキーとあそぼう!!親子で エコダンスとリユース」	プラザ棟2 多目的スペース	乳幼児連れの親子 50名 (当日先着順)	親子体操、親子ダンス、ゲーム、「もったいないソング」などの エコダンス、障害物遊び、お母さんのための運動の他に、不用 なものを持ち寄って譲り合うリユース活動もしています。 参加できる日に会場にて受付(事前申込不要) 
9月17日~11月5日毎週 土曜日 10:00~11:30  エコダンスを踊りましょう	プラザ棟2 多目的スペース	市内在住、在勤、 在学のどなたでも 50名	不用になったペットボトルと古着を再利用したアースカラーの衣 装でダンスを楽しみます。幼児から大人まで軽い運動ができる服 装でお気軽にどうぞ！

「問合せ及び申し込み先」

エコプラザ西東京 TEL 042-421-8585(午前9時~午後5時) FAX 042-421-8586(24時間)

Eメール ecoplaza@city.nishitokyo.lg.jp

夏休み自由研究の募集はすべて締め切りました。

主催が異なる講座やイベントにつきましては各主催団体に直接お問合せください。

西東京市のホームページ <http://www.city.nishitokyo.lg.jp/>(トップページ) 暮らし 環境 エコプラザ西東京)でも詳細情報を掲載しています。

私のいちおし 書籍

エコ・ウオーズ 低炭素社会への挑戦 朝日新聞特別取材班 編(朝日新書 227)

出版:朝日新聞出版 発行:2010年3月12日(初版)

東日本大震災は、自然の脅威をあらためて感じさせる出来事でした。世の中を変えるのは難しいと考えていたのに、自然の力は、ものの1時間もかけずに実現させてしまおうとさえ思わせるのですから…。この震災を契機として原子力行政の見直しが問われています。自然エネルギーの導入がなぜ立ち遅れているのか。解けない「原発」の呪縛、温室効果ガス25%削減の具体策は？

この本の中には、過去の日本のエネルギー政策の仕組みづくりについてなども書かれています。

今、日本は温室効果ガス「25%」削減達成の具体的な筋道も示せない状況です。排出量取引ではEUに先行を許し、低炭素技術では中国に追いつかれつつあり、太陽光発電では世界3位に転落しています。省エネ No.1 だったはずの産業界は、今や英仏伊よりも下位に落ち、環境先進国だったはずのニッポンはこのような状況で本当に大丈夫なのか…。世界各地の取材で、驚きの日本の「不都合な真実」が暴かれています。

朝日新聞の環境、原子力行政、自然エネルギー・エネルギー資源担当編集委員3人が、総力をあげてまとめたものです。具体的な数値やグラフなどを入れて分かりやすく述べられています。とくに中国の実状には注目すべきものがあります。

東日本大震災前の出版なので、原発問題など執筆内容は、震災の前後で大きく変わったと思われるのですが、逆に前提となる日本の実状が整理できると思います。

内容は少し硬いですが、3.11後を見据えて身近なエコの問題を考える上で、ぜひとも押さえておきたい一冊です。



エコプラザ協力員 (書籍・映像チーム) 高濱 劭

簡単クッキング~ゴーヤの丸揚げ~

節電を強いられる今年の夏、緑のカーテンとしてゴーヤを植えられた方も多いかと思います。そろそろたくさんの実がつく頃、ゴーヤのわたも種も丸々食べられるので生ごみを出さず、エコでとっても簡単な一品を読者の方から教えていただきましたのでご紹介します。

【材料】(2人分)

- ・ゴーヤ 1、2本(大きさによる)
- ・塩 少々
- ・植物性オイル

【作り方】

洗ったゴーヤを丸ごと5~10mm厚の輪切りにする。温めたフライパンにオイルを入れ、180度まで熱して、輪切りにしたゴーヤを入れて揚げ、キッチンペーパーなどの上で余分な油を取る。

塩を適量ふる。

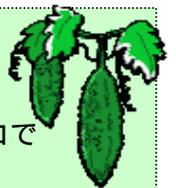
揚げものが苦手の方は、こんがり焼いても良いのですが、時間をかけすぎるとビタミンCが失われるので1分以内で仕上げる。

ゴーヤの種と綿には不飽和脂肪酸の一種のリノール酸が含まれていて、適量の摂取はコレステロール値を下げる効果があるようです。

ゴーヤに含まれる主な栄養成分 (100gあたり)			
食物繊維	76mg	ビタミンB1	0.05mg
ビタミンB2	0.07mg	ビタミンC	76mg
カリウム	260mg	カロチン	160μg

五訂 日本食品標準成分表参照

ゴーヤの苦味はモルデシンという成分で血糖値や血圧を下げる効果があり、ミネラルやビタミンCも豊富で、疲労回復や夏ばて防止の効果も期待できます。



リレーエッセー 地産地消でロハス生活(エコ)イイね

市内で貸し農園を利用して2年目の会社員です。

最近ブームにもなっている、「貸し農園」ですが、西東京市内にも数箇所(注)あることを皆さんはご存知でしょうか？

「貸し農園」にはいくつかのスタイル(注)があります。現在私が参加しているのは、作付け内容がすべて決められており、それに必要な種苗や肥料、資材などはすべて農園側で用意される「農業体験農園」です。

園主の指導もあり、プロに手取り足取り野菜作りが学べるスタイルで、素人の私にとっては手入れ方法などすべてにおいて分かりやすく、とても良かったと思います。一区画とはいえ、年間を通して作付けする野菜の種類や量は思った以上に多く、趣味の菜園にしては随分と本格的です。

野菜づくりを始めてまず気づかされたのは、野菜の旬が実はとても短いことです。あっという間にシーズンが終わります。スーパーに年中同じ野菜が並んでいるのが「あたりまえ」であった私にとって、これは驚きの事実でした。

それと同時に、旬の時期に“西東京で採れた野菜”を“西東京の人々”にぜひ食べて欲しいなと思うようになりました。採れたてを食べる美味しさを知って欲しいのはもちろんのこと、野菜の運搬にかかるエネルギーの節減という点でも、地元の野菜を地元で食べる「地産地消」のスタイルは大切なのではないのでしょうか？

また、週末に畑の世話をしているとあっという間に時間が過ぎていきます。エアコンを効かせた家で過ごすことを考えると、こちらこそささやかな CO₂ 削減に貢献したエコ生活といえるのかもしれません。

仕事柄、ウェブサイトを作るのが比較的苦にならないですから、旬な野菜を取り扱う、西東京市内の直売所をPRするサイトを立ち上げて運営しております。

少しずつこちらを盛り上げて行きたいと思っています。ご興味がある方はのぞいてみてください。

「みんなの直売所」 <http://0141831.net/pc/>

西東京市在住 システムエンジニア 堀 真也

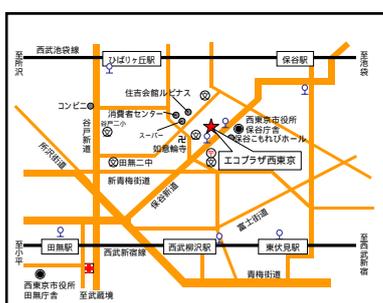


(注)

	農園管理者	西東京市内の区画数	利用料	
市民農園	西東京市	2箇所合計 107区画(1区画 12m ²)	維持管理費	市が農地所有者より土地を借用 作物は利用者の自由
家族農園	土地所有者	2箇所合計 105区画(1区画 20m ² と 30m ²)	有料(所有者により異なる)	土地の所有者が管理し、直接貸出 作物は利用者の自由
農業体験農園	農園主	4箇所合計 30区画強	有料(所有者により異なる)	園主の定めた作付け計画に沿って 行う。利用料には指導料、肥料、 苗、農作物代など含む。

平成 23 年度の西東京市産業振興課の市報募集掲載記事より抜粋

「エコエコ第 23 号」は協力員広報チームメンバーのご協力の基に制作しました。
金成ハツエ・宮崎啓子・山口ヒロ子・谷島厚子(アイウエオ順)



エコプラザ西東京への交通

西武池袋線保谷駅から
バス吉祥寺駅・三鷹駅・田無駅行
保谷庁舎下車
西武池袋線保谷駅から
はなバス第 2 ルート 保谷庁舎下車
西武池袋線ひばりヶ丘駅から
はなバス第 5 ルート 保谷庁舎下車

西武新宿線田無駅から
バス保谷駅・天神山行 荒井竹下車
西武新宿線西武柳沢駅(柳沢駅通り
バス停)からバス保谷駅・天神山行
荒井竹下車
西武新宿線東伏見駅から
はなバス第 2 ルート 保谷庁舎下車

休館日のお知らせ

8月15日(月)

9月20日(火)