

エコプラザ西東京ニュース



エコエコ

eco

eco

第 26 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



平成23年度エコプラザ西東京ではこんな事業が行われました！

今年度、エコプラザ西東京主催では様々な講座やイベントを開催し、たくさんの方々にご参加をいただきました。

平成 23 年度エコプラザ西東京主催事業

平成 23 年度エコプラザ西東京主催事業	
4 月	ミッキーとあそぼう!!親子でエコダンスとリユース 第1回 4/1 ~ 第44回 3/30(金曜日) 全44回
5 月	5/22 貝がらおじさんとあきばこ水族館
6 月	6/8 布ぞうり・夏 6/16 第1回エコプラザのエコ・クッキング! 6/25 緑のカーテン
7 月	7/2・7/6 手作り帽子・夏 7/16 によきにょきワークショップ第1回
8 月	「夏休み自由研究2011」(全12講座開催)
9 月	2011「エコダンスを踊りましょう!」 第1回 9/17 ~ 第8回 11/5(土曜日) 全8回
10 月	11/11 クリスマスリースをつくりましょう 1回目 10/15 によきにょき ワークショップ第3回 10/19 第3回エコプラザのエコ・クッキング!
11 月	11/13 市民まつり会場&パレード 2011「エコダンスin市民まつり」パフォーマンス 11/19 によきにょき ワークショップ第4回 11/29 大人のためのごみのゆくえ
12 月	12/2 クリスマスリースを つくりましょう 2回目 12/10 第4回エコプラザの エコ・クッキング! 1/21 によきにょき ワークショップ第5回
1 月	
2 月	
3 月	3/10 第5回エコプラザ のエコ・クッキング! 2/18・19 によきにょき ワークショップ展覧会 2/25 毛糸のパッチワーク

「夏休み自由研究 2011」の 12 講座については、エコエコ No23 (平成 23 年 8 月 10 日発行) とエコエコ
 プチ No-6 (平成 23 年 9 月 10 日発行) にてご報告いたしましたので、ここでは省略させていただきました。
 なお、エコエコバックナンバーをご希望の方は、数に限りがございますがご配りしていますので、エコプラザ西
 東京受付までお申し出ください。また、エコプラザ西東京「学習コーナー」にバックナンバーを設置しています。
 ホームページでもご覧いただけます。

いくつかピックアップしてご紹介します！

5月22日(日)『貝がらおじさんとあきばこ
水族館2011春』

【講師】清水寛枝氏(エコプラザ西東京協力員)

「貝がらおじさん」こと、清水さんのコレクションである大量の貝がらを床にしきつめた「貝がらの海」で遊んだあと、親子で協力して空き箱をリサイクルした自分だけの水族館を作りました。

世界中の本物の貝がらに触れることで、それらを取り巻く環境を守っていかう、という清水さんの呼びかけを素直に聞き入れることができたのではないかと思います。

当日はあいにくの天候でしたが、欠席者もなく親子で楽しく水族館作りに取り組む姿が見られました。



親子で協力して
水族館作り



貝がらおじさんと
貝がらコレクション

6月25日(土)『緑のカーテン』

【講師】環境省環境カウンセラー 金井修氏

参加者には事前にゴーヤの種を配布し、各家庭で苗を育ててもらいました。講座では、エコプラザ西東京のプランターで植栽方法を実習し、市内の小学校で緑のカーテンの指導をされている講師から緑のカーテンの効果と育て方のコツを学びました。

毎年行っている講座ですが、今年はとくに節電対策で市民の皆さまの緑のカーテンへの関心が高まり、36名の方が参加されました。

今後も緑のカーテンの講座を開催する予定です。



ゴーヤで作った緑のカーテン
(エコプラザ西東京西側)



講座の様子

リサイクルアートスペース『にきよにきよワークショップ2011』

7月16日(土)第1回『色々な素材とあそぼう！』

8月24日(水)第2回夏休みにきよにきよワークショップ

10月15日(土)第3回『ボクの色、わたしの色』

11月19日(土)第4回『形』であそぼう！

1月21日(土)第5回『じぶん』と

だいすきな人をつくろう！

【講師】石井希代子氏(環境教育企画コーディネーター)

【運営協力】レッジョ教育を広める会@キオッチョラ@

北イタリアの小都市レッジョ・エミリア市の独自の幼児教育「レッジョ教育」を西東京流にアレンジしたワークショップです。

市内の方々からご提供いただいたリサイクル素材や自然素材を使ったアート体験を夏休みを含め、全5回開催しました。毎回異なったテーマにたくさんの作品が生まれ、各ワークショップの最後には、素材に戻してきました。

2月18日、19日には今年度の締めくくりとして、展覧会を開催します。



第1回での素材
体験の様子



第5回小麦粉粘土の
親子の作品

『エコダンスを踊りましょう！』

9月17日～11月5日の毎週土曜日8回
と市民まつり

【企画・協力】エコプラザ西東京協力員事業企画チーム

【講師】三木美奈子氏(エコプラザ西東京協力員)

「ミッキーとあそぼう!!」スタッフ

【協力】ダンスサークルK sPOWER(ケイズ・パワー)

○練習日計8回の参加者合計148人

○市民まつり：11月13日(日)

【午前10時～】パレード(ひばりヶ丘駅南口～いこいの森公園) 参加者24名

【午後2時40分～3時】パフォーマンストリート 参加者58名

曲目は昨年実施した「もったいないソング」や市歌「大好きです、西東京」などの他に、子ども向けの防犯啓発曲「いかのおすし」が加わり、楽しく踊りました。不要な物を持ち寄り、必要な方に譲って有効活用するリユース活動にも取り組みました。



練習風景



市民まつり

11月11日(金)・12月2日(金)

『クリスマスリースをつくりましょう』



【講師】ナチュラルリース担当：細田雪子氏

ぼんぼんリース担当：ちくちくの会（エコプラザ西東京登録団体）

ナチュラルリースとぼんぼんリースの2種類のリースを作りました。

ナチュラルリースは、夏にエコプラザ西東京で作った「緑のカーテン」の琉球あさがおのツルを土台にしました。乾燥させた後、杉やアイビー、ハーブの葉でまわりを包み、木の実やリボン、造花などで飾りつけをしました。

ぼんぼんリースは、クリスマスカラーのはぎれを袋状に縫い、詰め物をしながらつなげたものです。



あさがおのツルと杉で作ったナチュラルリース



はぎれをつなげて作ったぼんぼんリース



講座の様子

6月16日(木)『第1回 エコプラザのエコ・クッキング!』

8月2日(火)『第2回 夏休みにエコ・クッキング!』

10月19日(水)『第3回 エコプラザのエコ・クッキング!』

12月10日(土)『第4回 エコプラザのエコ・クッキング!』

【講師】西東京市エコ・クッキングナビゲーター

毎回、参加者の方々は、調理方法はもちろんのこと、準備や片づけに至るまで随所で発揮されるエコポイントに、大変驚いていました。特に、調理中に出た生ごみの量の少なさには大きな反応がありました。

講座終了後には、エコ・クッキングは環境にやさしいだけではなく、健康的な生活や暮らしの節約術にもなるので今後も続けていきたい、と感想を寄せていただきました。

第5回講座を3月10日(土)に開催します!



第4回のデモンストレーションの様子



メニューの一つドライカレーおいしくできました!



毎週金曜日午前10時～11時30分

(祝日、8月、年末年始を除く)

『ミッキーとあそぼう!!』

親子でエコダンスとリユース



【講師】「ミッキーとあそぼう!!」スタッフ

【協力】ダンスサークル「K SPOWER (ケイズ・パワー)」

昨年1月から12月までの間に200組の乳幼児親子が参加し、延べ参加人数は1,344名になりました。親子体操、「もったいないソング」などのエコダンス、障害物遊びやゲーム、お母さんのための運動などで親子が一緒に楽しんでいます。

また、「ゆずります情報」「譲ってください情報」を掲示した「リユース掲示板」を使い、「まだ捨てるにはもったいない物」「新品だけど使う予定がない物」などを譲り合うリユース活動にも取り組んでいます。4～12月までに提供されたゆずる物は109点に上り、希望された方がリユース(再使用)し、有効活用しています。



リユース掲示板



障害物遊び

11月29日(火)

大人の社会見学「大人のためのごみのゆくえ」

【講師：ごみ減量推進課職員】

エコプラザ西東京に集合後、市のバスで中間ごみ処理施設である柳泉園と加藤商事の見学会を行いました。

参加者の皆さんは、大変熱心に見学をされて、「有意義だった。」「ためになった。」などの感想をいただきました。

今後も、環境保全活動に取り組んでいる企業や工場などの見学会を予定しています。



エコプラザにて資源ごみ分別の説明



柳泉園見学の様子



加藤商事にてプラスチックごみ資源化の説明



エコプラザ西東京では、平成24年度もたくさんの講座やイベントを計画しています。

広報誌、ホームページ、チラシ、市報などでご案内いたしますので、多くの方々のご参加をお待ちしています。

「エコプラザ西東京」イベント・講座予定一覧

2月後半&3月



事業・講座名	場所	定員・対象 募集期間	内容など
毎週金曜 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	定員: 50名(当日の先着順) 対象: 乳幼児とその保護者 (市内在住 在勤の方) 参加できる日に会場にて 受付(事前申込不要)	親子体操やエコダンス、障害物遊びなどで乳幼児の 親子がいっしょに楽しむ講座です。 不用になった物を持ち寄って譲り合うリユース活動 もしています。 講師:「ミッキーとあそぼう!!」スタッフ 協力:ダンスサークル K'sPOWER(ケイズ・パワー) 持ち物:室内シューズ、タオル、飲み物、子どもの名札 服装:動きやすい服装 (子どもはTシャツに伸縮性のあるパンツ)
【2日間】 2月18日(土)・19日(日) 11:00～16:00 リサイクルアートスペース 「によきによき ワークショップ」 展覧会 「子どもたちの創造力が まちをつくる」 ～あそぼう!つくろう!つながろう!	プラザ棟2 多目的スペース	どなたでもご自由にお入り ください。 	「によきによきワークショップ」は北イタリアの小都市レ ッジョ・エミリア市の独自の幼児教育を西東京流にア レンジしたリサイクルアートスペースです。 平成23年度は5回のワークショップを開催し、たくさ んの作品が生まれました。 展覧会ではそれらの作品やワークショップの様子を 写真パネルにてご紹介し、作品の一部も展示します。 「光」と「影」のミニワークショップや、リサイクル素材、 自然素材を使った簡単なアート体験などもできます。 多くの方々のご来場をお待ちしています。
2月25日(土) 10:00～16:00 毛糸のパッチワーク 	プラザ棟1 講座室1,2	対象: 中学生以上 (市内在住、在勤、在学の方) 定員: 30名(先着順) 2月2日(木曜日) 午前9時から受付中	初めての編み物にチャレンジしてみませんか?! かぎ針編みで、モチーフを作ります。基本のモチーフ をつなげれば、ひざ掛けやマフラーなど、好きな物が 作れるようになります。中学生から大人まで...初心者 の方、男女も問いません。親子、お仲間同士、みんな で楽しく編み物しましょう! 講師:東京第一友の会南沢方面(エコプラザ西東京 登録団体) 持ち物:毛糸、かぎ針、はさみ、昼食、飲み物
3月10日(土) 10:30～13:00 親子で エコ・クッキング! 	プラザ棟2 多目的スペース	定員: 12組24名 対象: 小学生とその保護者 (市内在住、在勤、在学の方) 2月26日(日曜日)午後5 時まで電話とFAXにて受付 をします(Eメールでの受付は 出来ません)。 受付終了後、抽選を行い、 決定後にご連絡をします。	環境にやさしい方法で、「準備」、「調理」、「片づけ」を 行うエコ・クッキングの親子講座です。 親子で一緒に学んで、キッチンからエコ活動を始めて みませんか? メニュー:エコノミ焼き 講師:西東京市エコ・クッキングナビゲーター 持ち物:エプロン、三角巾、ハンドタオル、飲み物

【講座の申込み方法】

特に記載がないものについては、電話・FAX・Eメールにて、講座名・名前(ふりがな)・住所・電話番号・年齢を添えてお申込みください。
受付開始日、受付終了日、受付先など異なるものがありますので、十分にご注意ください。
すでに募集を締め切っていたり、日程や内容が若干変更となったりする可能性もありますのでご了承ください。

問合せ及び申し込み先 TEL 042-421-8585(午前9時より午後5時まで) FAX 042-421-8586 Eメール ecoplaza@city.nishitokyo.lg.jp

西東京市のホームページ <http://www.city.nishitokyo.lg.jp/>

(トップページ くらし 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—DVD—

DVD「日本ナショナルトラストさきがけの地『天神崎』(25分)」

作成年月：2009年6月

企画・制作：(財)天神崎の自然を大切にする会 斎藤公江

撮影・編集：円満堂修治

協力：田辺市立田辺第三小学校・南方熊楠顕彰館・作永一樹・弓場武夫



私が初めて天神崎を訪れたのは平成16年(2004年)の秋、第22回日本ナショナル・トラスト全国大会(天神崎大会)が田辺市で開催された時だった。

「ナショナル・トラスト運動の先駆け」だけあって、空港からバスに乗り換えようとしたら、大勢の中学生の歓迎を受けた。田辺市全体が大会の成功を願っているように思えた。

平成16年7月7日に世界遺産に登録された「熊野古道」の入り口に位置し、南紀白浜温泉と向き合った感じの岩礁の海岸、ここが天神崎だ。

近くには粘菌の研究で有名な南方熊楠(みなかたくまぐす)の愛した神島(かしま)のある美しい海岸があり、そしてこの海の命を支える海辺の丘陵地、日和山頂からの景観を眺めながら、私はしみじみとトラスト活動の苦労を偲んだ。

このDVDの中でも語られている、理事の玉井済夫先生の「1万ポンドを一人が寄付するより、1万人が各自1ポンドを寄付する方が尊い。土地を取得することも大事だが、次世代の人々が自然を守ろうと努力してくれることがより望ましい。」との主張がよくわかる気がする。美しい自然を大切にしようとする人々の願いがDVDから伝わってくる。



できればDVDだけではなく、一人でも多くの方が実際に現地を訪れ、この天神崎の自然の素晴らしさを実感して欲しい。

この「天神崎の自然を大切にする会」の活動が、公益社団法人日本ユネスコ協会連盟の「第3回プロジェクト未来遺産」に登録されることが決まったことを付け加えておく。

エコプラザ協力員(書籍・映像チーム) 岩切 正睦

天神崎は和歌山県田辺市の田辺湾に面し、「田辺・南部・白浜海岸県立自然公園」となっています。天神崎の活動は1974年(昭和49年)田辺市民有志が土地を買い戻す運動からはじまりました。

- 公益財団法人 天神崎の自然を大切にする会
〒646-0050 和歌山県田辺市天神崎 5-17 電話 0739-25-5353
<http://www.tenjinzaki.or.jp>

このDVDは岩切さんのご厚意によりエコプラザ西東京に寄贈いただきました。エコプラザ西東京プラザ棟1の2階「環境学習コーナー」でご覧いただけます。視聴をご希望の方はエコプラザ西東京受付までお申出ください。

また、ナショナル・トラストに関する冊子、「ナショナル・トラスト ガイドブック2000」『WHAT IS NATHTIONAL TRUST? ナショナル・トラストのはなし』の2冊を「環境学習コーナー」に設置しています。ご興味のある方はご覧ください。

リレーエッセー 「癒しのエコライフ 石けんと普段使いのアロマテラピー」

私はアロマセラピストとヨガインストラクターをしており、普段の生活に「植物の恵み」を取り入れています。

まずは、「石けん」です。我が家では洗うものはすべて石けんを使っています。台所、浴室、洗濯...、もちろん人も。

オリーブ油を基本に、苛性ソーダを使って、エッセンシャルオイル(天然の香り)を入れると、潤い成分がたっぷり、香りの良い石けんができます。この石けんで洗顔、手洗い、体も髪も洗っています。手作り石けんからは天然のアロマが香るので、浴室、洗面所は心地良いやさしい香りがします。

次に、「手作り化粧水」です。基礎化粧品も、植物原料にこだわって手作りします。基本の化粧水は意外と簡単に作れて経済的なのです。精製水、グリセリン、アルコール、エッセンシャルオイルを混ぜるだけで完成です。主人も、好みのエッセンシャルオイルをブレンドして、自分で化粧水を作って愛用しています。私は、自宅で栽培したハーブから美肌有効成分を抽出して化粧水を作っています。

植物の生命力とパワーに感動するには、植物に触れることが一番だと思います。体験農園で野菜作りを学んで8年目を迎えますが、小さな種が食材の野菜になるまでの成長過程には変化があり、植物の生命力を肌で感じるができます。



カモマイル摘み

春のお楽しみは、ハーブ畑やハーブガーデンに行くことです。

田無駅近くのハーブ農家さんにハーブ愛好家仲間やヨガのメンバーと一緒にハーブ摘みに行ったり、ハーブ料理のランチ会をしています。また、時には飯能市に出かけ、ハーブガーデン巡りとハーブランチを楽しみます。

ハーブからは、私の魂を満たしてくれる幸福感がいただけるような気がします。これからは地球からの贈り物の「植物の恵み」を大切に、癒しのエコライフを提案していきたいと思っています。

皆さんもぜひ「植物の恵み」に触れてみてください。

西東京市在住アロマセラピスト&ヨガインストラクター 重 実千代(しげ みちよ)



手作り石けんの乾燥

バレンタインに手作りチョコ～超かんたん！ごまチョコ～

所要時間、実に2、3分で出来る手作りチョコです。

過剰なラッピングはごみの元ですが、ちょっとだけ工夫して、身近な人にプレゼントしてはいかがでしょうか。

【材料】(サイコロ大 10～12個分)

- ・チョコレート 80g
- ・炒りごま 大さじ 8杯

【作り方】

材料を耐熱容器に入れ、レンジで30～40秒加熱し、よくかき混ぜる。

手で触れるくらいになったらオープンシートにのせ、長方形に形を整え冷蔵庫で休ませ、固まったら切る。

ごまは鍋で空煎りしてから使うと、ごまの風味が増しておいしいですよ。

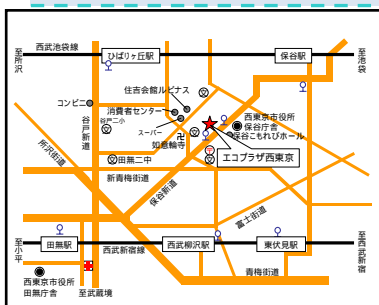
やじま あつこ(エコプラザ協力員)



奥:空箱を再利用した箱に流し込み、オレンジピールを飾りました。

手前:レター用紙を折りたたんだ箱に詰めました。

「エコエコ第26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

2月20日(月)

3月19日(月)