



こころの健康

● 疲労やストレスがたまったときは、意識的に気分転換をすることが大切です。今回は、簡単にできる気分転換の方法をご紹介します。ぜひ試してみてください。意外とスッキリしますよ。



- 大声を出してみる。
- 思いつき笑ってみる。
- 効き手ではない方の手を使ってみる。
- 木や花を眺めてみる。
- クッションをたたいてみる。
- 服装を変えてみる。
- 嫌なことを紙に書いて破り捨ててみる。

ホームページ「ぎよたFan倶楽部」の「健康ドバロ」にも関連情報掲載中。(http://www.city.sapporo.jp/kiyota)

「子どもエコクラブ」は、小中学生ならだれでも参加できる環境活動のクラブです。「子どもたちに、環境について理解と関心を深めてもらおう」と、平成七年度に環境省が全国に呼び掛けて始めたもので、現在全国では、約四千二百のクラブで七万五千人を超える子どもたちが活動して

平岡公園のミズバショウの開花で始まる清田区の春。夏には蛍が光りを放ち、白旗山の紅葉が秋を締めくくった後は、渡り鳥がつかの間の休息を楽しむ。区内で目にする多くの動植物と、それをほぐくむ豊かな自然は、わたしたちの財産です。

この財産を将来に残すためには、大人だけではなく、次の時代を担う子どもたちも、環境を大切にする意識を持つことが必要です。

そこで今月は、子どもたちによる自主的な環境学習や実践活動の場、「子どもエコクラブ」の概要をご紹介します。

子どもエコクラブって？



第12回

子どもエコクラブ

「子どもエコクラブ」は、小中学生ならだれでも参加できる環境活動のクラブです。「子どもたちに、環境について理解と関心を深めてもらおう」と、平成七年度に環境省が全国に呼び掛けて始めたもので、現在全国では、約四千二百のクラブで七万五千人を超える子どもたちが活動して

います。本市でも、環境活動推進課が事務局となり、二十三のクラブで四百三十人の子どもたちが自主的に環境活動を続けています。

クラブの主な活動は二つあります。一つは、子どもたちが自主的に考えて取り組む活動です。動植物などの自然観察や、ごみ減量、空き缶のリサイクル、河川の水質調査、天体観測など、環境に関することであれば、どんな活動でも構いません。

もう一つは、決められたプログラムに沿った活動です。二カ月ごとに送られる「子どもエコクラブニュース」で、プログラムの内容や取り組み方が紹介されています。

子どもたちは、これら二つまたはどちらか一つの活動を通して、楽しみながら環境への理解を深めていきます。継続して活動した子どもたちには、認定証が交付されます。

活動を始めてみませんか

まず、メンバー（小中学生二〜二十人程度）を集め、事務局に申し込みます。簡単な手続きで、費用もかかりません。しかしその前に、事務局との連絡や子どもたちへのアドバースを行う、父母や地域の大人、学校の先生など、サポートを決める必要があります。

市内では年々クラブへの関心が高まっています。残念なことに現在区内で活動しているクラブはありません。子どもたちに環境の大切さを伝えることは、大人たちの役割です。清田区の恵まれた自然を教材に、早速活動を始めてみませんか。

問い合わせ

環境活動推進課

札幌市子どもエコクラブ事務局
☎(211) 2877

広告欄