



けられて明け方目を覚ますと、 中から月の写真を撮ろうとがんばったの 時おり流れ星が走っていく。 寝そべってみる。 は遠くの山に沈みゆく赤い月。 に、あっという間に眠りに落ちてしまう。 いっしょにビバーグした仲間に声を掛 こうこうと輝く月に照らされ、 明るい夜空のなかにも シュラフの 目の前に

うすぼんやりと色づいていく空。 た。丘の反対側に行くと、 と話す間もなく、後ろが明るくなって来 ような、寂しさや物悲しさはなかったのを見ていた…。日の入りのときに感じる 月が沈みきり、 今思うと不思議に思う。 「すごかったです 山並みを境に ね

サンフランシスコから内陸部に向かって車で4時間弱



西洋のヨガの父、ヨガナ ンダの思想に基づき、シ ンプルな生活を送るコ ミュニティ。シェアリン グネイチャーの創始者、 J·コーネル氏が暮らす 村としても知られる。

シェアリング

ネイチャーの故郷

アナンダ村

写真/去田ゆかり・園田恵一・藤田航平・宮本雅行 イラスト/井上みさお(P.3)

自然をまるかじり

No.15

森とつながる

The Sky and Earth Touched Me



森に入る 山に行く

身体に充満している街の空気を 呼吸とともにぜんぶ吐き出して ゆっくりとゆっくりと その場の空気を身体に入れる。

> 鼻から息を吐いて… 鼻から空気を吸って…

しばらく繰り返していると 自分とその場所の境目があやふやになり 不思議と穏やかな気持ちになる。

森と、山と、おなじ空気が身体に満ちて 木々を渡る風さえも、なかを通っていくようで。 呼吸で森とつながる なんだか素敵だと思う。



世界的なナチュラリスト、J・コーネルの新刊本 『空と大地が私に触れた』 好評販売中。

公益社団法人 日本シェアリングネイチャ 共生していく社会のキーワ それは、人が自然を尊重し ^{*}自然と遊び、自然から学ぶよろこびにあふれた生活 をおくる人の輪を広げる活動を行っています。 -協会は

『シェアリングネイチャー



シェアリングネイチャーライフ

2017 3月号



t t 0 n е n S

特集 ●シェアリングネイチャーな風が吹く村
イベントレポート 7
被災地復興支援情報7
News 7
自然が先生! ●違う"景色"を見て、同じ"今"を生きる 8
ネイチャーゲームで体験しよう! 〈森の美術館〉 8
SNLな仲間たち ●北海道…多々見ゆりか さん 10
プレゼント
ジョセフ・コーネルの新刊本
四角友里 ●なんにもしないアウトドア ······· 12

日本でのネイチャーゲーム普及30周年 // さぁ、未来へ!

30周年記念事業で大いに盛り上がった2016年度もそろそろ 終幕。お祭りが終わる寂しさを感じながらも、そこで出会えた人 たちや学び、気づきを噛み締めながら、新年度を迎える準備を している事務局です。来年度のトピックは、本誌が「通巻100 号」を迎えること。脈々と続いてきた道のりを、また違う角度から みなさんとシェアしたいと企画を練っています! 来年度もご 期待くださいね!(佐々木)

まな色がだんだんと強い白やオレンジの

色へと変わって 験はさほどないことで、 一自分たちから後ろにまっす 「真正面から日差しを浴びるという経 アナンダ村でこの経験をした人 太陽が顔を出した 圧倒されるもの ぐ伸びる

ゆっくりと回転していることなど、 に乗って木々や生きものたちと一 影が印象的でした。 と感じることがあります。 都市型の生活のなかでは、 ることはありません。 片でも太陽でもなく、 広々とした空間。 すぐに上に伸びる木々」 の光と風を同じように受けている 野生の生きものの気配がそこに 自然を受け入れているとき、 「自分は地球の一部なのだ」 影を邪魔する物がな その先にはこれま 自分自身であり でも開けた大地 廻って 自分が大地 いるの 意識 緒に

(コミュニティ)で、現在300名弱の 教を融合した生き方を実践する共同体 ダの思想に基づき、 の父として有名なパラマンサ・ヨガナン れている地域にあります。 地帯のなか、 アナンダ村は、 ーブ・ジョ 野生動物保護区にも指定さ います。 ップルの創始者の故ス · ブスが、 パインとオ 東洋思想とキリスト した本 ヨガナンダは、 西洋ではヨガ 唯一自分の 『あるヨギ -クの森林

> す 5 0) V 旨のコミュニティが世界各地にあると ニアのアナンダ村は、 います。 るのです タリアのアッシジをはじめ、 創始者ジョセフ ット語で「喜び (JOY)」を表す言葉。 自叙伝』の著者として知られています じつは、 この環境から、 とは切っても切れない場所で なかでもここ、 「アナンダ」とはサンスク シェア 世界に発信されて コー リングネイチャ シェアリングネ ムはこの自然か ネル氏が暮ら カリフォ 同じ主

「瞑想」はクールアップ

自然のなかに静けさがあり、 ちの身体に対して垂直に当たるときで、 明けと夕暮れ しているのだといいます れのあとに瞑想をします ションルー 一つが「メディテ 多くの の時間帯は、 村人は自分の家にメディ ムをつくり ション 太陽が私た 上で太陽と 瞑想に適 朝食前と (瞑想)」 この夜 なも

確実にある場所…。

それらの自然のなか

八の営みがたんたんと続くその場所

の巡りを感じた時間。 それはちょうど、大地の

をそうして日々刻んで るのかもん 地とともに在る感覚 ナンダ村の人びとは、

> や学校に通ってきます 閉鎖されたコミュニティ 周辺地域からはアナ の村人が周辺の

その静粛な時間を楽しめる」 本でも10年間毎日瞑想の時間をもっ りは「瞑想は『ク るものを感じま も少なくありません。 も印象的でした。 ょっと…と思っていたんです」 「日本では『瞑想』 くこと…ネイチャ ・ルアップ』 が、 ンダ村を訪ねて以来、 した。」 ルダウン』 とい ビジタ います という と

それは少 がちですが、 し違うようです コー ネ

のため、 ります 分の領域が かも自分の身体の一部であるかのよう 周囲の自然を愛しているのです アナンダ村の人たちは、 意識の拡張ともい が身体を超えて周囲に広が います。 あた そ

捨てる努力をします。 自我をなくすために願望を 「伝統的な修道院では、 け

と聞くと、 ンダの幼稚園 街に仕事に通 してな 正直

「ここでは自然に座り、 だという言葉がと 自分を研ぎすませ ムに通じ ではな のひと な

「瞑想」 とは「無になるため ル氏に聞く 0) 時

「瞑想をすることによって、 人は

とは、 コー ・ネル氏。

ナンダ村の考え方は

『世の中に出て行って、 瞑想をしているとしだいに意識が高まり 単に願望を消すことにはこだわりません んなことをしたい』という、 こんなことやあ 個人の欲望

内的な成長を支える「学校教育」

こそが自分の本質だと考えています」

活動もあります 識させる活動を 想とはちょっと違い、 小学校でも行われます けになって動かぬ「石になる」 その表情はとても無邪気で、 「瞑想」は、 ムの第三段階(クマ)の活動のよう 手の動きと組み合わせた呼 アナンダ村では幼稚園や それは大人の瞑 自然のなかで仰 という 吸を意

「この年 ための訓練なのかもしれません。 的な能力を身につける必要があります_ で敏感で、 から小学校2年生までを担当する教師は 律を感じることはありません。 代の子どもたちは、 静かでいるという、 それは、 感性を開き、 より穏やか ごく基礎 幼稚園

意志(will)を生む」 経験によって、 ランスのとれた教育』 ダ村の教育は、 ンダ村の大きな特徴の一つです。 て の 「瞑想」を含む学校教育は、 「身体 感情 流れを大切に、 (feeling) (body) を使った アナン



とは異なる思いがわき出てきます。 それ

塩なめ場から帰ってきてふりかえりの時間

被災地についての全国的な報道が減り

る二つの被災

サンスクリット 語。

Ananda"は

人には4つの側面があるとい JOY"という意味 小学校で教鞭をとるメラニー

教師はそれを支えるのだと話します 八生を送るためにこれらを学校で学び いる人は 「バランスのと

ナンダ村では行われて 具体的に子どもたちが学校で学ぶのは 人と協力する方法、 情報伝達をメインにした教育はア そして他者への思い 意志の力を鍛える いません。

それにより安全や幸福がもたらされたの 力によって 起こす国について考えます。 そのようなことを考えるなかで、 人は幸せになると考えたのか 彼らは、 権

あえて子どもたちに鳥の声、 なければいけません」 なかで内面的な成長を促す場の提供もし そのためには情報だけではなく、 なぜ物事が悪くなったのか、 かもしれませ

鳥の声を識別できるようにするために 多様な鳥の声をコンピュー の姿を探 ターで再

なったのかを学ばせることが大切です 子どもたちが勉強をするときには なぜ良く 授業の

コーネルさんの直接指導が体験できるのも「アナンダツアー」の楽しみのひとつ。 通訳つきで、シェアリングネイチャーを深く体感できる。

「JOY」が身体から沸き上がる やかな鳥の鳴き声で目が覚める。 離れた環境をもちます た風。 が草原をゆうゆうと歩き、 強い の句

も心地よく感じられます 自然に配慮をしたその暮らしは、 その暮らしはとてもシンプルで を受けるために年間を通して世界中 人たちは自然に彼らと接して ションの他、 これらのセミ ヨガ

報は自分の内にあり、

実体験のなかで自

いくものだといわれた気が

ことが心に落ち、また「本当に必要な情 見方次第でその感覚が得られる」という

の森林と草原をもつ村

に多くのことを語ってくれるのかもし

と向き合ったとき、

それらは訪れるもの

アナンダ村の自然と、

怖がらない

動物たちとの

距離はとても近 シエラネバダ山脈の麓にあるア 本の自然とはかけ ゚シカやリス、タ を運ぶ乾 朝はにぎ

人間を

点に触れたような気

がすると…。そして

よろこびを体験

しよう」

の原

6原則』

なかに「JOY」

自然のなかでの喜びに満ちた経験が大

「身近な毎日の暮らしのなかでも

も日常的に行われており、

ションとヨガ

Finding Happiness DVD

日本シェアリングネイチャー協会 特別企画

2017年、夏-

肌で感じる旅

いてたくさんの知識

があるのに、

虫を針でつつく子どもが

側面とのバランスが悪い状態ですね」

これは

知性と他の3つの

「私たちの教育では、 たとえば戦争を

研究集会「絵本学」 第五回ネイチャ はあまり馴染みのない「絵本」という研究会に参 絵本は「聞かせる」という|方通 今後の活動への知識が学べ Report 、読み





- ♡型を切り取って色を塗る。
- 2日本協会へ送る。
- ♥できるだけ、お名前やメッセージをご 記入ください。 ♥ハート型の左上にどの県宛のものかを
- ウンロードできます!

●ハートプロジェクトチラシの 必 ず 明 記してください。

チラシは日本協会が配布 している他、下記からダ トップ⇒[News&トピッ クス]⇒[被災地にハー トの花を咲かせよう!]



日本協会理事会報告

平成28年度第2回理事会が開催され、以下の議 案が承認されました。

●平成 29 年度正味財産増減予算(単位:千円)

I ―般正味財産増減の部	
1.経常増減の部	
(1) 経常収益	
① 基本財産運用益	2
② 受取入会金	598
③ 受取会費	33,897
④ 事業収益	86,74
⑤ 受取補助金等	4,136
⑥ 受取寄付金	200
① 受取負担金	(
⑧ 雑収益	
経常収益計	125,576
(2) 経常費用	
①事業費	116,367
②管理費	9,209
経常費用計	125,576
当期経常增減額	(
2.経常外増減の部	
(1) 経常外収益	(
(2) 経常外費用	(
当期経常外增減額	(
当期一般正味財産増減額	(
一般正味財産期首残高	62,02
一般正味財産期末残高	62,02
Ⅱ指定正味財産増減の部	
当期指定正味財産増減額	(
指定正味財産期首残高	(
指定正味財産期末残高	(
Ⅲ正味財産期末残高	62,02
- エーペパク(エ/ペ)パンペーツ	02,02

- ●その他の議案
- · 平成29年度事業計画
- ・ 平成29年度の専門委員会委員の委嘱
- ・平成29年度スポーツ振興くじ助成金交付申請
- 安全対策指針について
- ・地域実践団体の設立と解散

設立

若葉シェアリングネイチャーの会 (埼玉県) 馬見シェアリングネイチャーの会 (奈良県) まきのシェアリングネイチャーの会(高知県) ※これにより合計206会

助成金活用報告

平成28年度はスポーツ振興くじの助成を受け、 下記の事業に取り組みました。

- ●ネイチャーゲームセミナーの開催(全42会場 予定)
- ●広報ツール(情報誌『シェアリングネイチャー ライフ vol.13~16』/活動支援冊子/普及 用ポスター/普及用タペストリー/30周年記 念誌) の作成と配付

専門委員会報告

●指導者養成委員会-11月21日(月)

・全国ネイチャーゲーム研究大会について

タイの野生生物保護地区へ

Event

Report

つながろう

ニッポン

復興支援情報 被災地

28

田中祥子(埼玉県

ルの散策、

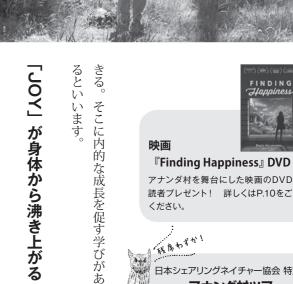
ハートの#被災地に

トの花を咲かせよう

- 新指導員報の内容について
- 安全対策指針設置に伴う変更
- ・基本アクティビティ数の変更
- 審査基準について 他
- ●アクティビティ開発認定委員会―12月14日(水)
- ・新ネイチャーゲーム第三次審査
- ●シェアリングネイチャー普及委員会-2月14日(火)
- ・普及に関する新規アイディア、意見交換

受付中! 第27回全国ネイチャーゲーム 研究大会IN岐阜2017

- ●テーマ:見て・聞いて・感じて! 飛騨の自然と暮らし
- ●日 程:2017年6月2日(金)~4日(日) 2泊3日
- ●会 場:国立乗鞍青少年交流の家
- ●申 込: kenkyutaikai@naturegame.or.jp [お名前、会員番号、メールアドレス、 携帯番号]をお知らせください。内 容は本誌P.11をご覧ください。



アナンダ村を舞台にした映画のDVDを 読者プレゼント! 詳しくはP.10をご覧 ください。

そしてベジタリアンの食生活

るすべてのものがやさしい自然その

もの

のように感じられる時間…

アナンダ村ツアー

参加者募集!!

「アナンダの風」を

2017.8.23(水)~8.30(水) ●6泊8日

ツアー費用:380,000円前後を予定

ネイチャーゲームの創始者J·コーネル氏に よるワークショップ、村内の小学校訪問をは じめ、メディテーションやヨガも体験できる ツアーを行います。アナンダの風を肌で感 じてみませんか? 先着順。詳しくは下記へ。 watanabe@naturegame.or.jp TEL 03-5363-6010



巨 1 ↑景色√を見て 今々を生きる

目の前に広がる風景を トリやイヌやネコも、同じように見ている。 青い空と、 そう思って暮らしていませんか。 緑の草木、 道端の草花…

ことができません。つまり、 の哺乳類は、赤を緑や青と区別する い犬と心が通じた素敵なひととき をのんびり眺める、 映画や漫画にも描かれそうな、 散歩の途中、 考えがちです。 真っ赤に染まる夕陽 人とイヌ… ところが、

赤い夕陽は見えていないのです。

人間を含む霊長類は、森のなかで



日置光久(ひおき みつひさ)・監修 東京大学特任教授。広島大学大学院にて理科 教育学、自然体験・メディア論、科学哲学等を

構成•文/伊東久枝

学ぶ。広島女子大学助教授、文部科学省教科 調査官・視学官等を経て、現職となる。日本 シェアリングネイチャー協会理事。 イラスト/井上みさお

赤を感じるセンサーはない が、紫外線を感じて多くの花 を効率よく見分けている。 0 赤 0 11 123 ŧ O s ħ **،** ۱ ボクか"全部 **t**; t: 見えているから 4 机锅 大丈夫だったでね! ポチ

肉食動物に狙われる草食動物の目は、全体的に側面にあり、視野は広め。 ウマは前方 65 度の範囲は立体視できる。

てもらっているわけなのです。

本は350世

まり乗馬は、

ウマの配慮で人が乗せ

気がつくことができるのだとか。

のようすを見ながら、

前の障害物に

ぼ全体を見渡せ、

背中に乗った人

ウマの視野は350度。

5

見

を捕らえます。 されて見え、 面が双眼鏡のように6~

8倍に拡大

キロ先の小さな獲物

紫外線も感知できるワシの目は、正

視ができるカメレオン。 を別々に動かして、

赤に加え、

ざまに見えているのです。

両方の目

常に360度監

れぞれの必要性に応じて、

じつに多 は生物そ

同じ景色も、動物によってさま

このように、「見る能力」

づくことができるのです。

ところで起きたかすかな動きに、気

を見分けます。

これにより、離れた

けたと考えられます。

子孫のイヌも、

秒間に人間の2倍以上、

50もの像

かわりに動く物を見分ける能力に長

赤を感じる必要はなく、

獲物を追う

多くの色を

イヌをはじめ多くの哺乳類は、黄と青の2色型色覚。 人間はこ れに赤のセンサーが加わった3色型色覚を持っている。

> な」「面白いな」と思う自然の1シーンを見つけます。 公園や身近な自然のなかを散歩しながら、「きれいだ

ムでその自然を切り取り、

絵画に見立てて即

家族や友だち同士で、

作品を鑑賞し合いま

席の〝作品〟を作ります。

【楽しみ方】

ムを固定するもの:洗濯バサミ、ヒモなど ム:厚紙を好みのサイズに切って作ります 【準備】

自然が見せてくれる美しさや面白さをキャッチして、 の美術館〉という活動があります。そのときその場の

自分の感性で自然を、観る、

ネイチャ

ムに

自分ならではの作品をつくりましょう。

いろんな視点で Game

自然を観る Nature

森の美術館





● ISBN978-4-906937-03-5



Joseph Cornell ジョセフ・コーネル 1950年米国生まれ。五感を使ったアウトドアエクササイズ「ネイチャー ゲーム」を提唱し、自然と調和した暮らしを実践するナチュラリストと して注目を集める。

今なら、大人気の 初回注文限定セットが ゲットできる!!

春のお出かけに便利な オリジナルトートバッグと ステンレスボトルがついて ¥4,500 (税込)

●書籍『空と大地が私に触れた』

●オリジナルトートバック 本体/280×160×80mm コットン 100%

●オリジナルステンレスボトル 直径 68 × 168mm 250ml







前を向け。 未来たち。







スポーツは育てることができる。











m №19歳未満の方の購入又は譲り受けは法律で禁じられています。払戻金も受け取れません。運営・販売:独立行政法人日本スポーツ振興も

道30周年記念"未来"。 支える仲間たち 在学中に23歳で「イ が 30 ム普及30 年 度は からの た多々見 、トラク 周 大学 年で を の会の活動があま して経験を積

お互いに高め合っ

の悩み けの研

んで「いつ

から方向性がかわって

つか普及の担い手になって

¯。。。 新商品が早くも

読者プレゼントに

Present

FINDING

Happiness

特集で紹介した「アナンダ村」を舞台に制作された

2013年の映画。都会のキャリアウーマンがアナンダ 村で過ごす中で"本当の幸せ"を見つける物語。DVD

は英語版で日本語字幕・吹替えはありません。(提

アナンダ村を

もっと知れる!

と思う」と、夢を語る多

Ò

日本語写幕も

います。

 σ

イラスト/初澤久美 取材/佐々木香織

シェアリングネイチャー

若者リ 集まる オバマ大統領、広島訪問 ●8/11「山の日」施行 ●リオ五輪開催 場を ●米、トランプ大統領就任 ま つ つ ます

囱 侄山 自結の だったけなだけ だっ は、チ

社会の動き

●熊本地震

日本でのネイチャーゲーム 普及30周年

協会の動き

●東京大手町にて

自然と人が共生する

未来に向かって躍進中!

●ネイチャーゲーム普及30周年

●清里高原にて「会員のつどい」

●『空と大地が私に触れた』出版

東京大学にて「J・コーネル講演会」

「竹村真一氏と」・コーネル対談」

●J・コーネル10回目の来日

トレーナーを目指す27歳。

ネイチャーゲームを知っ て、暮らしのなかの小さ な自然に目が向くように

アンケートは…

◆HPトップページから http://www.naturegame.or.jp/

◆メール・FAXでも sasaki@naturegame.or.jp FAX 03-5363-6013

メール・FAXの場合は下記をご記入ください 【アンケート項目】

1. お名前 2. ご住所(会員番号) 3. 本誌の評価(A.とても良い/ B.良い/C.普通/D.良くない) 4. 良かったコーナー 5. プレゼント

希望(0/2/3) 6. ご意見・ご要望



実際の

わかる!

見え方が

● 映画『Finding Happiness』DVD 1名様



② 仕掛絵本『動物の見ている世界』 1名様

今号の「自然が先生」でテーマにした、動物たちの視 界や見え方を体感できる絵本。大型絵本なので、プログラムの導入やわかちあいにも重宝します。幼児 から大人まで楽しめる、一冊。2,592円(ギヨーム・



3 新商品・オリジナルポーチ3点セット 2名様

ネイチャーゲーム「フローラーニング」の動物を モチーフにしたポーチが新登場!発売を記念して、 ポーチ大・中・小の3点セットをプレゼント。 大[クマ] 1,250 円/中[カワウソ] 850 円/小[カ ラス] 680円(提供:ネイチャーゲームショップ)



スポーツくじ(toto・BIG)の収益は、日本のスポーツを育てるために使われています。

器 風 土と私が出逢う場所 の里、 に 導か 益。 れ

Sharing Nature

大誠窯の焼きものは、伝統的 な釉薬の色、益子焼らしい素 朴さが特徴。 土の力強さを感 じる器たちが美しかった



人の手、火の力が加わり、 粘土が器へと姿を変える。

悩みに悩んで買った

町へとくり出し、カフェへと入ると ちかくの焼森山を歩いたあと 益子焼の器で、飲みものが運ばれてきた。

聞けば、益子の土を使い さっき足で触れた山に、もう一 ざらっとした土の温もりが 手のひらと唇から伝わってきて

伝統的な登り窯で焼いた作家さんの器だった。 一度出逢ったよう。

益子の里山の原土は、砂気と鉄分が多いそうだ。

樹脂の多い益子の赤松はよい薪となる。 登り窯は、 この土地でこそ、生まれ得たもの。 土と木を山からもらい 山の斜面を活かして作られ

yuri yosumi profile

白百合女子大学卒。執筆、講演、ウエア開発を通し、「大自然と自分らしいスタイルでつながり たい」というメッセージを発信。山スカートの先駆者、着物着付け師としての顔ももつ。現在、 Webマガジン『Share the Mountain』などで連載中。著書に『デイリーアウトドア』他がある。

設置店墓集!

シェアリングネイチャーライフ Vol.16

诵券 97 号

器に出逢うまでの自分の物語を、思い出したい。

器ができるまでの自然の物語と

お気に入りの益子焼を使うたび

発行日 2017年3月15日

公益社団法人日本シェアリングネイチャー協会

で連絡ください!

〒 160-0004 東京都新宿区四谷4-13-17ワークスナカノ2階 Tel. 03-5363-6010 Fax.03-5363-6013 http://www.naturegame.or.jp/ jimukyoku@naturegame.or.jp

編集:佐々木香織、水信亜衣、伊東久枝 デザイン・DTP: 花平和子 表紙イラスト: 矢原由布子

本誌掲載の記事、写真、イラストなどの無断掲載を禁じます。

景色や空気感を味わって それが生まれた土地を訪れ 手に入れるときは、できるかぎ 惹かれるようになってから 日本の民芸や手仕事の品に

そんな思いで訪れたのは、陶芸の里、栃木県益子町。 いつでも簡単にモノを買える時代だからこそ すこしずつ集めていきたいと思うようになった。 (切にしたいと感じるようになったのだ。 My Book

自分とモノとの「出逢い」や「縁」を



·歩ずつの山歩き入門』¥1,200+税 女性の山歩きデビューから2泊3日の山小屋泊トレッキ

ングまで、四角友里流のノウハウを全公開。



