

自然に
暮らす

遊んで、
学んで、
楽しんで!

設置店募集!

Sharing NATURE ライフ

シェアリングネイチャーライフ

2020 夏 VOL. 29

Nature Game No.060

未来への備忘録〈明日への手紙〉

Nature Game No.106

フレームでステキ! 〈森の美術館〉

Nature Game No.007

テレワークの合間に! 〈音いくつ〉

Nature Game No.154

窓辺でできる! 〈風と話そう〉

Nature Game No.086

1日の終わりに 〈サンセットウォッチ〉

Nature Game No.188

1分で気分転換! 〈雲見〉

Nature Game No.102

木への親しみ倍増!? 〈木のキャッチフレーズ〉

Nature Game No.067

心を自由に! 〈感覚の輪〉

やつぱは
自然!

事務局緊急座談会
コロナに負けるな!!

Nature
Game
No.
060

明日への手紙

<https://www.naturegame.or.jp/>

Contents

●特集/明日への手紙…p2 ●日置せんせいに聞いてみました/コロナで教育はどうなっていくの?…p8 ●SDGs×ネイチャーゲーム/感覚の輪…p12



自然に寄りそう 未来につなぐ
公益社団法人
日本シェアリングネイチャー協会

スポーツ&L
BIG
スポーツ振興くじ助成金を受けて
作成しています

ネイチャーゲーム

明日への手紙

体験していることや気持ちを手紙に書いて、「未来」の自分へ送るネイチャーゲームです。コロナ禍で経験した大変さ辛さはもちろんですが、今だからこそ気づけた喜びや楽しみ、あるいは全く新しい考え方など…かけがえのない「今」を確かな記憶として手紙に残し、コロナが収束した先の未来へとつなぎませんか。



①
コロナ禍で体験したことや今の気持ち、身近な自然とのかかわりなどを未来の自分への手紙に書きます。



②
家族で行う場合は、大人が集めて保管しておき、コロナ収束後に忘れずに切手を貼って投函(又は手渡し)します。

SNL-vol.29特別付録〈明日への手紙〉封筒になる便せん カラーコピーをしてご使用ください。



コロナに負けるな!!

事務局緊急 Web 座談会

NatureGame No.

060

Writing a Letter

発案者: ジョセフ・コーネル

新型コロナウイルスの感染拡大防止措置の影響で、ネイチャーゲームをとりまく環境は大きな危機に見舞われています。一方で、身近な自然とのかかわりの大切さに今だからこそ気づけたという人も多いのではないのでしょうか。事務局スタッフが、「今」感じている思いを語り、プラスの「未来へ」つなぐため〈明日への手紙〉をつづりました。



参加者

——写真左上から反時計まわりに

藤田航平 (ふじた こうへい) ●シェアリングネイチャー組織支援室●虫が好きすぎて、虫に目を奪われ人の話を聞いていないときが、よくある。岡山出身。

渡辺峰夫 (わたなべ みねお) ●事務局員●メジャーなものに興味なし。サブカルチャーや雑草の茂った空き地にひたすらときめく。

草苅亜衣 (くさかり あい) ●広報出版事業室●東京10周年。紙の匂い、チョコレート、岡山県が大好き。1歳男の子と6歳女の子のママ。

宮川知之 (みやかわ ともゆき) ●人材開発室●裏山巡りに読書、娘と息子と妻と猫の話をよく聴くこの頃を大切にしています。

佐々木香織 (ささき かおり) ●ネイチャーゲームショップ●テレワーク中、ご近所のばあさま軍団と親しくなり、井戸端会議に声がかかるようになった(笑)

大武美緒子 (おおたけ みおこ) ●アウトドア関連の出版社勤務をへてフリーに。『シェアリングネイチャーライフ VOL.25』から特集のライターを務める。

コロナ禍での
スタッフのリアル

渡辺 外出自粛、それぞれテレワークが続く今の心境はどう？

藤田 各地で総会もweb会議になったりして、仲間たちが集まらないことのもどかしさを感じる日々ですね。

宮川 僕は手に取る本が違ってきています。今『火星の人』※1を読んでいて、火星に置いてきぼりにされた宇宙飛行士が、課題だらけのなか、課題解決のために生きる話。一方で周りの人は彼をどうやって助けたらいいかを考えて、人は人を助けるために生きている。現実の社会もそうなればいいなと思って読んでいます。

草苅 娘の卒園式で、本来の厳かな式次第とは別のミニマムな式になったけど、大事なところだけ凝縮された素敵な卒園式に。本当に大事なことをみんなと共通認識として持てたことが印象的でした。

窓さえあれば

佐々木 私は、小学校が3月に休校になってすぐ、他のスタッフより早くテレワークになったのですが、実際やってみると想像以上に大変でした。孤独と情報共有できないのがストレスで、働く意欲を一時失ったときがあつて。

渡辺 タブレットを窓から投げそうになったんだよね(笑)。

佐々木 そう、苦手なPCの設定がどうしてもできなくて(笑)。その時は、外出も今ほど厳しくなかったので、一日休んで海でリフレッシュしました。
渡辺 そこでやっぱり自然のなかに

シェアリングネイチャーは“心のライフライン”だ

うでラクに過ごせているのかも。
大武 それは、どんな気持ちの持ちようですか？

佐々木 大きく構えることで細かいことにとらわれずに、子どもの気持ちに寄り添えることかな。ネイチャーゲームリーダーは、大人が主導して教え込んだりせずに、その人自身が気づけるよう受け身でいるという指導のポイン

リングネイチャー的な気の持ちよ
間毎日いる生活も、シェア

どもと狭い空間に、24時

が向かいましたね。子

行ったんだ。

渡辺 今だからこそ気づけた「楽しさ」はあった？

藤田 子どもと身近な公園に行く時間が

増えることで、毎日同じ桜の木を見上げて、今まで知らなかった1本の桜の春の

移り変わりを感ずることができていい時間

間が過ごせたかな。春の花やテントウム

シを見つけたりするのめずごく楽しくて

この仕事を通して身近な自然とかかわる

ことっていいよ！って言っていたのに、

自分はおまわりできていなかったんだと

仲間たちと、身近な自然を楽しんでSN

Sで発信していく「ハッピーラッキーネ

イチャープロジェクト」(p7参照)を立ち

上げたのですが、子どもの目線で身近な

自然を見つめることで、これまでと違うSNS発信ができたと思います。

佐々木 私は4月以降は3日に1回しか外にも出ないような生活をしていました。でも、外に出られなくても、窓さえあれば自然は感じられると思うんです。〈風と話そう〉というネイチャーゲームがありますが、家の窓を開けて、風を見つけて感じて、自分がその風に乗っている姿を想像したり。あえてネイチャーゲームをやるうと思ったわけではなくて、「つい、やってしまう」感じます。

宮川 僕も同じ。「このネイチャーゲームをしてみよう」じゃなくて、夕暮れに暗闇がせまってくるとき、「あ、これ〈サンセットウォッチ〉だな」と。いつのまにかネイチャーゲームのエッセンスを生活に取り入れている。今そんな瞬間が多いのが、ひとつの発見です。

渡辺 それは、積極的に楽しいことを探し出そうとしている行為？

宮川 いえ、僕はなにげなくですね。探そうとすると仕事に

コロナで
得たこと
活かさなきゃ！

by Miyakawa



コロナも
こんなふうに
解決したらなぁ

ハッピーラッキー
ネイチャーみつけ！

by Fujita



未来への
ミッション!!

by Watanabe

藤田 自粛のなか、協会HPに掲載している「外遊び基本3条件」※2を心の支えに日々身近な自然のなかに出かけているんですが、多くの人たちは広場でボールを持って遊んでいる。そこで僕と息子は森のなかに入っていくんで

なるんです。でもそこも大事で、僕らの仕事はシェアリングネイチャーライフへのメッセージを伝えることだから、こういう状況のなかでどんなネイチャーゲームが、やすらぎや幸福感を伝えられるかという点は掘り下げたい。やっぱりテレワークって疲れるんですよ。でも、ふとこの毎日のなかでホッとする材料、逃げ場を探している。体の中に入っているものがなげなく出てくる感じです。

草苅 わかります。自分の日課が家の近くの人がない神社で時間を過ごすことなんです。昨日まで咲いていなかった藤の花が咲いていて「きれいだね」と子どもと言いつつ。それだけのことにすごく感動してしまつて。外に出られない制約があるからこそ、出たときにあたりまえのことをあたりまえに眺めて、感じることに貴重に思える。たとえば、目隠しすると聴覚がとぎすまされるように、一部閉ざされることで、心が揺れる感覚が大きく感じられるのと同じだと思いました。

やっぱ、自然！

by Sasaki



「ゼツタイ必要」が
わかった

by Kusakari

米・みき・
シェアリング ネイチャー



未来への
ミッション!!

名所に行かなくても近くの桜で楽しいとか、身近な自然にアクセスして、命や「JOY」を感じている人が増えていると思うんです。コロナ禍でそこにシフトしている人がいるのだとしたら、その価値観を維持させる、より大きくすることが私たちのミッションだ

感じたことはある？

佐々木 私は、これまで息子には電子ゲームは絶対だめって言っていたけど、買っちゃいましたね。そしたら、意外とおもしろいんだな〜って(笑)。NOだったことがYESに。別にこれもアリなんじゃない、と思える自分に気づけたかな。社会も、既存の価値観やルールがコロナ禍で検証されて、今後変わっていくんだろうなと思います。

宮川 価値観ということ言えば、大きいことが起きると戦前、戦後みたいに時代の切り替わりがありますよね。僕は今の時代を「潮目」としてとらえていて、どんな人がどんなメッセージを送っているのかに注目しています。僕らは、ネイチャーゲームの強みをもっと掘り下げていく。ネイチャーゲームの存在に気づいてもらうためのメッセージをどう持つかだよ。

草苅 私は、自分のなかで変わらず必要なものが明確になりました。私には、やっぱり「米と味噌とシェアリングネイチャー！」(笑)。今、人や社会の時間は止まっているように感じるけど、いつもどおり流れている自然を見ていると、前向きな気持ちになれます。

ぼくらの活動には
「JOY」がこもってる

渡辺 コロナで協会の活動にも大きな影

と。そのためには、われわれが教育界などすべての国民に届けるパーツを持つべきだと感じています。ほつといったら大量消費型のレジヤに帰ってしまうので。

シェアリングネイチャーは
娯楽じゃなくて「生き方」だ！

渡辺 芸術もそうだけど、「JOY」って生きるのにとっても大切なもの。でも、ライフラインじゃないものって、大きなアクシデントに見舞われたときにまっさきに削られてしまう。リアルな話をすれば、社会に対するミッションが見えづらいから、協会への寄付も集められない。協会は今、ネイチャーゲームを広めようというだけではなく、ライフスタイルや生き方に視点を広げて活動しているけど、

響が出ていて、ネイチャーゲームリーダー養成講座9会場、フオローアップセミナー15会場はじめ、年1回開催の「全国ネイチャーゲーム研究大会」も中止にあらためてネイチャーゲームの意義を感じた僕たちが、コロナが収束した後、どんな方向をめざしていくか。そこが大切だよ。

佐々木 コロナ禍に直面して、健全に運営してきた全国組織の団体で30年の歴史があつても、こんなに短期間で簡単に危機に陥るんだなと。コロナが収束した後、また大きなアクシデントに見舞われたときに、協会として存続できるような仕組みづくりが必要だと感じています。

宮川 そこを僕も考えていたんだけど、スパーや物流はじめ、ライフラインに従事している人たちは、社会を維持する上で必要な仕事という点では動じないですよ。僕らのやっていることは、ライフラインじゃない。でも、心のライフラインではあるかもしれない。生活変容はありつつも、どうやって人の心につなぎとめられるか、そこを事務局、リーダー、会員のみなさんと確認したい。そこで得られたことを糧として、未来につなげたいと思っています。

大武 心のライフラインとしてあり続けるために、会員や社会にどんなメッセージを伝えていけばいいと？

宮川 もともとシェアリングネイチャーって「JOY」の部分なんですよ。『JOY』

娯楽として落とされたい一歩踏みこんだアピールをしていかないといけない。

藤田 社会へのミッションとして、ライフスタイルへ踏み込むという意味では、このコロナ禍での価値観の変容を、今協会を取り組んでいるSDGsにもつなげていかなければと思います。課題を自らの問題としてとらえ、身近なところから取り組む「Think Globally, Act Locally」という言葉がありますが、外出自粛で今すぐたくさん人間がローカルななかで暮らしている。だからこそ「Think Globally, Act Locally」を根づかせるために行動していかないとけない。

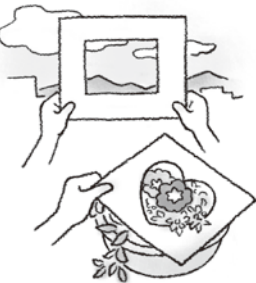
渡辺 そうだね。全国の会員、リーダー、そして「やっぱり自然」と生き方をシフトしようとしている人に、今日みんなでき共有した思いを継続して伝えていこう。

(2020年4月23日、ビデオ会議システムにて収録)

今だからこそおすすめする
最適!ネイチャーゲーム

〈森の美術館〉

額に見立てた枠(紙の真ん中をくり抜くだけでもOK!)を自然にセットすると、身近な自然が特別な美術品に変身します!



〈音いくつ〉

耳を澄まして静かに聞こえてきた音の種類を数えていきます。ちょっとリフレッシュ!テレワークの合間にも。



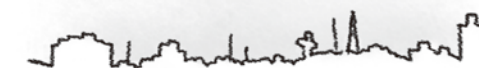
〈風と話そう〉

風を見つけて、音や匂いを感じてみたり、どこからやって来たのか尋ねてみたり、風に乗ったことを想像したりしながら風と遊びます。



〈サンセットウォッチ〉

夕方から日没までの空の様子や、音や空気など自然の変化を観察しながら時間を過ごします。



〈雲見〉

静かに雲を眺め、しばらく目を閉じた後に目を開けて、空や雲の移り変わりの様子を味わいます。



Report



近所の自然で心動いたことをすくいあげ1分間の動画にして投稿しています。コロナに負けないぞと思ってスタートしましたが、続けるうちに、毎日の自然の変化をじっくりと感じ、記録・内観することが、ウェルネスエクササイズになっていることに気づきました。仲間の投稿を見てコメントを交わし、私の家の周りにもあるかな?と、我が子と探してみたり、ステイホームでもSNSの繋がりが励ましてくれました。

2020/3/25 継続中!
園田麻衣子(長崎県)

ハッピーラッキーネイチャープロジェクトに参加して

コロナに負けるな!

3密避けて シェアリングネイチャー!!



全国の仲間が投稿中~!

3月2日、身近な場所であ会った自然の写真や外遊び動画・メッセージをSNS等で発信する活動が、有志のネイチャーゲーム指導員からスタートしました。「#ハッピーラッキーネイチャー」のハッシュタグ(#)で、ぜひ検索・投稿してください!

今後の開催予定は
メーリングで!

熊本県「こびる」および広島県「お茶っ広場」の開催情報は、SNAJ 災害支援活動メーリングリストでお知らせしています。メーリングリストに登録をご希望の方は、tsunagarou@naturegame.or.jp まで、氏名、会員番号をお知らせください。



私の居場所
なんとなくふらつと開所中

幸山昌生(熊本県協会)



被災地
復興支援情報



News

2020年度助成金採択状況

下記の助成金が採択されました。
■令和2年度スポーツ振興くじ助成事業
◆情報提供(広報ツール)

2020年度永年会員表彰

会員を永年続けてこられた方を表彰させていただいています。2020年度は、10年継続会員229名、20年継続会員211名が誕生。該当する方には、6月に「記念バッジ」をお送りします。



10年会員
バッジ



20年会員
バッジ

島根県シェアリングネイチャー協会設立

5月の理事会にて島根県協会の設立が承認されました。これにより47全都道府県に都道府県協会が設立されたこととなります。

実践事例・研究報告募集

会員の皆さまの実践事例や研究報告を募集しています。多くの仲間にとっての貴重な資料となりますので、積極的にご応募ください。

●応募締切り: 6月30日

●応募方法: リーダーハンドブック理論編(第7版) P.121、またはホームページをご参照ください。

●応募先: jirei@naturegame.or.jp

シェアリングネイチャー奨励賞募集

ネイチャーゲーム指導員および組織の優れた活動や研究を奨励しています。さまざまな取り組みをご応募ください。(自薦・他薦は問いません)

●応募締切り: 6月30日

●応募方法: リーダーハンドブック理論編(第7版) P.123、またはホームページをご参照ください。

●応募先: shoreisho@naturegame.or.jp

ありがとうを伝えよう! 「サンクス賞」募集

会員の皆様から推薦を募り、個人の目線で隣の人に「ありがとう」を伝える賞です。推薦理由はあなた次第! ご応募お待ちしております。

●応募締切り: 6月30日

●応募方法: 日本協会HP→「会員のページ」→「【募集中!】シェアリングネイチャー普及(サンクス)賞」をご覧ください。

●応募先: arigatou@naturegame.or.jp

第15回全国一斉 シェアリングネイチャーの日

毎年10月第3日曜日は「全国一斉シェアリングネイチャーの日」です。詳細は9月号で!

●実施日: 10月18日(日)

●テーマ: 目を閉じて感じる自然

【注意】このテーマは日本協会が一般向けに提案するものです。地域のイベントのテーマは自由に設定してください。

ジョセフ・コーネルの 「DEEP NATURE PLAY」 ウェブセミナー開催!!

下記の日程で会員向けに、ネイチャーゲーム創始者のジョセフ・コーネル氏のウェブセミナーを開催することになりました。詳細は情報伝言板2020夏号または日本協会HPをご覧ください。

●開催日時: 7月5日(日) 9:00 ~ 11:00



明日への手紙

〈明日への手紙〉は、「今」感じていることや体験したことをじっくりとふりかえり、「未来」の自分に宛てた手紙に書いて伝えるというネイチャーゲーム。手紙につづることで、くつきりと心に記憶が刻まれていきます。

コロナ禍での体験、日常のささやかなできごとや自然とのかかわりのなかで、今だからこそ気づけた喜び、楽しみ。また、苦しみや悲しみでさえも、これからの人生で意味のあるものになっていくはずです。今、未来の自分に伝えたいことは、何ですか?





日置光久（ひおき みつひさ）・監修

東京大学特任教授。元・文部科学省視学官。
日本シェアリングネイチャー協会理事。

新型コロナウイルス対策で、地域によっては、タブレットやパソコンを使った授業が始まっているけど…。オンラインで本当に大丈夫？

Q

教育はどうなっていくの？!

kusakani
ノートに鉛筆の
これまでの授業じゃ
なくなるの？



学習が
ハイブリッド…？
ひえー！



A
これからは、
ハイブリッド
学習です!!

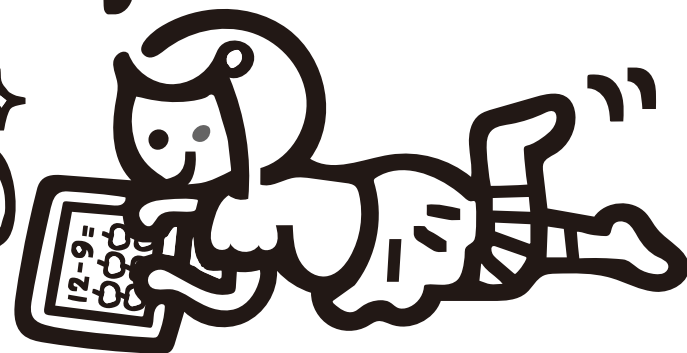
遅かれ早かれ
導入されていたはず。

●取材・文／大武美緒子
●イラスト／井上みさお

オンライン授業の
問題はありますが…



ランドセル
まだ1回も
背負って
学校へ行ってないし…



いつもの
ネイチャーゲームで
ハイブリッド!!

Nature Game No.108

木のキャッチフレーズ

ネイチャーゲームは直接体験。テレビ電話や動画じゃ無理！と、思い込んでいました。しかし、ITと直接体験のよい所を組み合わせることで、ネイチャーゲームはコロナ禍でも多くの人を笑顔にしています。例えばSNSを活用すれば、散歩で行った（木のキャッチフレーズ）で感じたことをたくさんの人とわかちあえます。「ハイブリッドネイチャーゲーム」はこれからどんな広がりが出ていくのかも!?

【楽しみ方】

- ① 庭先や公園、散歩道などで木を眺め、キャッチフレーズを付けます。
- ② ペアで行う場合は、キャッチフレーズを相手に教えて、お互いにどの木かを当てます。
- ③ 木を写真に撮り、キャッチフレーズとともにSNSに投稿します。
- ④ そのキャッチフレーズを付けた理由や感じたことを話し合ってみましょう。



イラスト／井上みさお

基本や本質を忘れずに変化を取り入れていくことの重要性を説いた言葉として、教育の現場でよく用いられます。私は、教育における「不易」は、日本語の基本的な読み書き、正しい文法を身につけ、人の気持ちを正しくとらえる力と基本的な計算能力（＝ベーシックリテラシー）で、あとの大半は「流行」と考えています。



自然って
学力の土台なの？！
ネイチャーゲーム
めっちゃ使えるじゃん！



いいこと
いっぱい
あるんだ！



オンライン学習にはさまざまな形がありますが、個別学習という点から考えると、時間や場所の制約を超えて、理解に時間がかかる子や、どんどん先に進めたい子など、それぞれ自分のペースで学習できるのがメリットです。知識を得るためには、このようなオンラインはむしろ効率的で、その分みんなが集まったときに、非言語も含めた話し合いを充実させ、考えを深めていくことができます。今回の休校措置で、これまでの教育でやっぱり必要なこと、逆に変わっていいことも洗い出されたはずです。常に変わらないもの、時代によって変わっていくもの。これを松尾芭蕉は「不易と流行」と表現し、俳句創作の理念の一つとしました。今後は、みんなが集まって行う既存の学習スタイルと、オンラインによる学び。両者のよい点をいかに取り入れたハイブリッド学習が求められていくでしょう。そして、ハイブリッドになってもやっぱり大事なものは自然とのかかわり。そこから得られる感覚や感性は、豊かな学力を支える土台となります。公園の樹の幹や葉に触れるだけでもいい。生活や学びに小さな自然を介在させることで得られることはたくさんあります。突然の変化にとまどっている人も、ハイブリッドな学びの世界を見ずして、オンライン学習に取り組んでみましょう。

変わらないことと、
変わっていくことがあっていいんです。
いいこと取りで
やってみましょう！



つけよう!

インスタに
アップしよう!

Sora

Basho

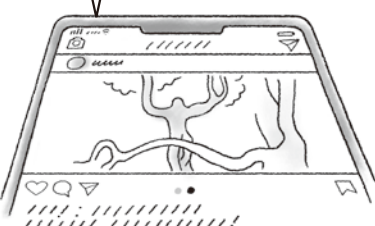
ほんとだー!「OK」に見えますね!

2枚目、マラソン選手のゴール!にも見える

GOAL~!!!

隣の木がいい仕事してる(笑)

今度うちも娘とやってみます!



見つけた、
ばんざいしてる!!
アップして
シェアしよう!!

キャッチフレーズは
「ばんざい!!」



ネイチャーゲームとは

1979年に米国のナチュラリスト、ジョセフ・コーネル氏により発表された活動です。見る・聞く・触る・かぐなどの感覚をつかって、自然を楽しむプログラムです。くり返し体験することで、自然と自分のつながりを意識することができます。



ジョセフ・コーネルの

Sharing Nature Message

このメッセージは、2020年5月2日にインストラクター、トレーナー向けに開催されたコーネル氏のウェブセミナーより一部を情報誌向けに編集し掲載しています。
通訳：田中久美 文：草刈亜衣

フローラーニングで意識を変えてみよう

シェアリングネイチャーのプログラムの考え方の根幹である「フローラーニング」（以降、FL）について、物質の状態変化を例に解説してみたいと思います。

皆さんは、物質の状態変化をご存知ですね。熱によって、固体から液体、液体から気体へと状態が変わる現象です。物質は、熱を加えることでより自由に動くようになります。

容器の中に固体があるとします。固体はほとんど動かない状態ですが、そこに熱を加え液体になると、容器に合わせて形が変わるようになります。そしてさらに熱を加えると気体になり、自由に動き、容器全てを満たすようになります。

それは人も同じなのです。頭が固まって新しいことをしようとしなければ、枠の外に広がることはありませんが、ここに ^{エネルギー}熱 を加えることで、液体、気体へと変化するように、とらわれていた枠から出て、より自由な人生の広がりを得ることができると思います。FL は、この ^{エネルギー}熱 を無理なく増やしていく働きをします。

今、コロナで自然を直接体験する場が減っていると感じている皆さんも、室内であれば絵を描くように演じるストーリーテリングが、FL の第一段階「熱意をよびおこす」のにおすすめですし、庭先の植木鉢を注意深く観察するネイチャーゲームを行えば、第二段階「感覚をときすます」ことができるでしょう。そして窓からの景色をみながら〈自然とわたし〉（書籍『空と大地が私に触れた』P.34）など第三段階のネイチャーゲーム的な活動を行うことで、「自然を直接体験する」ことができます。FL の活用で、今に集中し、無理なく気体的な状態になれるのではないのでしょうか。身近な自然を純粋にありのまま感じ、深くつながれる時間を持つてみてください。

アナンタ村からいつも皆さんの健康を願っています。

Joseph Cornell ● 1950 年米国生まれ。野外活動インストラクターを経て 1979 年『Sharing Nature with Children』発表。以後、世界的なナチュラリストとして活躍。当協会名誉会長。

ジョセフ・コーネルの会員向けウェブセミナー

“DEEP NATURE PLAY”

7/5 sun 開催！
9:00~11:00

NatureGame Shop

サマーセール開催中!!!

6・15(月)~7・15(水)

新入荷続々!

オンラインショップで夏の自然がもっと楽しくなるアイテムを採ろう!

今すぐセールアイテムをチェック!



公式 LINE はじめました!

友だち募集中!

自然を楽しむ
毎日に交わり情報をお届けします!



QR コードで今すぐ追加!



公益社団法人
日本シェアリングネイチャー協会



スポーツくじの収益は、日本のスポーツを育てるために使われています。

スポーツくじ BIG

今回のシェアリングネイチャーライフは、コロナウィルスの終息を願って、「コロナに負けるな」特集にしました。今年2月から広まったコロナ禍で、3月になると、当協会の行事であるネイチャーゲームリーダー養成講座、指導員のためのフォローアップセミナー、ブロック会議などが次々に中止になりました。4月以降はさらに感染が加速し、全国各地域で頑張って活動していただいていた普及行事まですべて中止。そしてとうとう6月には、一年一度の「全国ネイチャーゲーム研究大会」まで中止になりました。準備していただいていた秋田県協会の方々には、誠に申し訳なく思います。

私たちの活動は体験第一で、仲間とわいわい楽しく自然と触れ合ったり、どっぷり自然に浸り、それぞれの思いをわかちあいます。この状況下で集まってくる活動は非常に難しいですが、ネイチャーゲームは、自宅の庭でも、ベランダでも、近くの公園や散歩道でもできます。そんなところでも、深く自然を体験できるのです。すぐそばの小さな自然にも、自分一人の宝物をいっぱい見つけられます。いろいろな感覚を使って周りの自然を見てみると、心がふと軽くなることでしょう。もちろん、遠くの山を見て、大空の雲を見て、夕日が山の端に入るのを見ることができたら、自分の心と今の状況との間に距離を置くことができるでしょう。

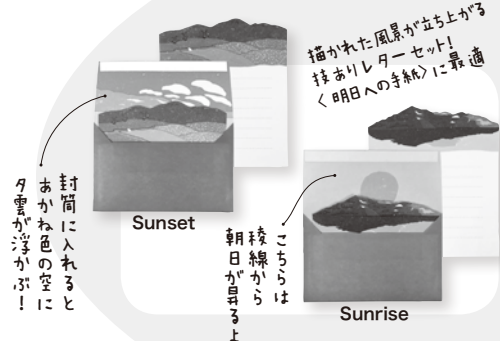
日本シェアリングネイチャー協会
代表理事 西澤信雄

「心穏やかに、心楽しく、何にでもなれる」(ジョセフ・コーネル)

読者プレゼント!

Present

応募締め切り:2020年7月15日



①ランドスケープレターセット 4名様
特集で紹介した〈明日への手紙〉を書くのにぴったりなレターセット。封筒がレッドのSunsetと、マスタードのSunriseのいずれか1セットをお届けします。便箋8枚、封筒4枚入り。(定価420円/MATOKA)



②おうちかんを楽しむ7 daysカード 5名様
定番ネイチャーゲームの教材を7つ集めたセットです。遠くの自然へ出かけにくい今ですが、身近な自然に親しむには絶好のチャンス!続けることで、おうちの周りにある自然の変化や意外な発見がありそう!(680円/ネイチャーゲームショップ)



③StudioROOF ゾウ 1名様
オランダ・アムステルダムで生まれた、ユニークなペーパークラフトシリーズから、存在感のあるゾウを。とっても簡単に作れて、おしゃれに飾れます。リサイクルカットボードだから、丈夫で地球にもやさしい。(1,980円/ネイチャーゲームショップ)

アンケートは
◆HPトップページから
<https://www.naturegame.or.jp/>
◆メール・FAXでも
kusakari@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(①/②/③) 6. ご意見・ご要望
7. 本誌をどこで入手しましたか?

自然を楽しむグッズがいっぱい!

ネイチャーゲームショップ

検索 click!



SDGs × ネイチャーゲーム

SDGs×ネイチャーゲームが体験できる！
ワークショップ開催中！



その4

<感覚の輪>でSDGs

コロナによる外出自粛やさまざまな変化で、ストレスが増している日々。自宅や身近な自然で一人でも取り組める
ネイチャーゲームでリラックス！ 一人一人がストレスを減らし、心身の健康を保つこともSDGs!

やり方

- ① リラックスして座り、目を閉じて、自分の体に意識を向ける。
- ② 聞こえてくる自然の音に耳をすませる。
- ③ 同じ方法で10mほど先の木々や空を飛ぶ鳥、さらに50mから100m遠くの山や空まで感覚を広げる。
- ④ この間、近くのものの中に入り込んでいる感覚と、遠くの山や空を感じている感覚の両方を維持する。



設置店募集!

ご連絡ください!

シェアリングネイチャーライフ Vol.29
通巻110号
発行日 2020年6月15日
発行人 西澤信雄
発行所 公益社団法人日本シェアリングネイチャー協会
〒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
メール jimukyoku@naturegame.or.jp

編集: 草苺亜衣 デザイン・DTP: 花平和子 表紙消しゴムハンコ: 矢原由布子

寄付募集中

キャンペーン中に2,000円以上寄付をいただいた方に、SDGs パッチをプレゼント!
詳しくはこちらまで→



オリジナルパッチ
プレゼント!

編集後記

編集期間がコロナ禍の真っ只中だった今回の「コロナに負けるな」特集。コロナをきっかけに起こり始めた変化を、少しずつ前向きに捉えようとしています。困難な状況はまだ続くと思いますが、コロナで得た教訓も忘れずに未来へつなげたいです。亡くなられた方々のご冥福を心よりお祈り申し上げます。(草苺)



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。



スポーツ振興くじ助成金を受けて作成しています