

本誌はネイチャーゲームの英語名である“Sharing Nature”（シェアリングネイチャー）をテーマに自然と人のつながりやつき合い方を見つめる情報誌です。



P.1 日本の民話から「コロボックル」



スポーツ振興くじ助成事業



特集 公益社団法人として新たなスタート

2013年4月、団体名が変わります。 『日本シェアリングネイチャー協会』

ネイチャーゲームの森 81号

ネイチャーゲームは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。
みる・きく・さわる・かぐなど、私たちひとり一人が持っている感覚を使って、楽しみながら自然を体験する活動です。

日本の民話から「コロボックル」……………1
テーマ別実践ヒント《絵本を活用しよう!》……………6
達人から学ぶ「エッセンス(本質)をとらえよう」……………7

自然を丸かじりっ《草の香りで虫よけスプレーを作ろう》……………8
ネイチャーゲームでひろがるつながる《グリーンセイバー》……………8
ネイチャーゲーム川柳……………10

SHARING NATURE COLUMN

日本の民話から Vol.8

日本の民話には、自然の化身ともとらえられる妖精や妖怪が多く登場します。
彼らと人間との関わりから自然と人のつきあい方を考えてみませんか。

写真／オオブキ



【コロポックル】

アイヌ伝承に登場する小人。コロポックルとは「路の葉の下の人」という意味から来ているとされる。動きが素早く、漁が巧みだったとされ、一説には、アイヌの人々に漁の仕方や、入れ墨の方法を教えたとされる。

文・高畑吉男
イラスト・井上みさお

ふき
路の下にいるのは、だあれ？

北海道に多く見られる路^{ふき}。その下に現れるというコロポックル。アイヌの言葉で「路の下の人」を指すといわれています。妖精とも、先住民族だともされる彼らは、アイヌの人たちに、漁や入れ墨の仕方を教えたといわれています。けれど、人が無理に彼らの姿を見ようとしたら、彼らの領域を侵すようになると、人を避けるようになり、より北へ北へ去り、コロポックルと人との交流はなくなってしまった、と伝えられています。

このような話は、世界中に残されています。共に暮らすということとは、相手の立場や気持ちになって考えること。そう教えてくれている気がします。



Sharing Nature Life



Special feature-20

公益社団法人として新たなスタート

2013年4月、

団体名が変わります。

新団体名

「日本シェアリングネイチャー協会」

『Sharing Nature with Children』

思いを新たに

ふたたびその原点に還る

取材・文／伊東久枝
取材協力／辻田良雄 高崎宏美
写真／日本協会
構成／日本協会

日本で「ネイチャーゲーム」の活動をはじめた27年。多くの方に親しまれてきた名称ですが、このたびの公益法人への移行を機会に、団体名を『日本シェアリングネイチャー協会』に変更します。今なぜ団体名の変更なのか、公益社団法人への移行で活動はどう変わるのか、「ネイチャーゲーム」はなくなってしまうのか。そのような思いをお持ちの方も多いいのではないのでしょうか。シェアリングネイチャー——それは日本での活動の原点ともなったジョセフ・コーネル氏の著書『Sharing Nature with Children（邦題…ネイチャーゲーム）』に由来する言葉です。団体名変更に向けた思いを、シェアしたいと思います。

日本ネイチャーゲーム協会
理事長 西澤 信雄

（2013年4月より公益社団法人日本シェアリングネイチャー協会代表理事）
日本ネイチャーゲーム協会から引き続き、代表理事を務めさせていただきます。
新たな協会の目的は、人が自然を尊重し共生していく社会をつくることです。自然だけでなく、「人とつながること」という視点を大切に、全国の仲間とともに新しい社会をつくる活動に参加してください。ともに行動することは、一人で自然を楽しむこと以上に楽しく、意義のあることです。みなさまとともに理想を目指して、多くの活動を行っていききたいと思っています。



社団法人から 公益社団法人に移行します

日本政府は2000～8年にかけて、1896年（明治29年）に定められた公益法人制度の抜本的な見直しを行いました。こうして2006年3月「公益法人制度改革関連3法案」が閣議決定され、2008年12月から新制度が施行、これまで公益法人として活動してきた団体はすべて、2013年11月30日までに、公益社団法人（財団）法人または一般社団法人（財団）法人に移行するか、解散するかを選択することになりました。

これにともない文部省所管の社団法人として活動してきた日本ネイチャーゲーム協会も、公益社団法人に移行することを決め、準備を行ってきました。そしてこのたび内閣府より「日本シェアリングネイチャー協会」として公益社団法人移行の内定をいただき、2013年4月新たなスタートを切る運びとなりました。

団体名変更はなぜ？

公益社団法人への移行は、もちろん旧団体名のままでも行うことはできました。それなのになぜ、団体名を変更したのか…。

新たな法人登録に当たり、団体名については広く会員のみならずから意見を収集し、理事会・総会で度重なる議論を行ってきました。なかには、「30年近い活動を通してやっとここまで認知されたネイチャーゲームの名称を団体名から外してしまうのはもったいないのではないか」、「もう一度最初から団体の告知活動から行わなければならないのでは」など、

団体のミッション

人が自然を尊重し
共生していく社会



自然とふれあう楽しさを感じ、自然から学ぶよろこびを知り、
自然との一体感により生まれる心の平安をみいだす人

情報提供

体験提供

指導者の
養成・研修

シェアリングネイチャー
活動普及のための体験会
と情報提供事業

シェアリングネイチャー
活動推進のための指導者
養成事業

公益社団法人
日本シェアリングネイチャー協会

用されています。当初70種ほどだったアクティビティも現在では160種を超え、対象者や活動場所、テーマに合わせて楽しむことができるようになりました。

しかしネイチャーゲームという名称は、ややもすると「子ども向けの活動」「ゲームの一種」と受け取られることもあり、「自然とふれあう楽しさ」「自然から学ぶよろこび」に満足し、活動を通して「すべてのものはつながっており、自分もそのつながりの一部であることに気づく」という本来の目的が伝わりにくいこともありました。

ネイチャーゲームの活動開始から27年。日本協会ではこのほどの団体名変更は、指導者を増やすことが活動の普及に直結することから指導者養成事業を中心にしてきた段階から、「ネイチャーゲームをはじめとするシェアリングネイチャーの活動を行うことにより社会を変えていこう」という段階に、活動のステージがステップアップしたととらえています。

この27年の間に、ワークシヨップという学びの形の普及もあり、日本でも「シェアリング（わかちあい）」という言葉は一般的になってきました。『日本シェアリングネイチャー協会』——それは、今の時代が求める活動に即した名称であると考えています。

ネイチャーゲームはなくなるの？

「ネイチャーゲーム」は、もともとシェアリング

ネイチャーを伝えるためのひとつの技法です。ですから今後も、アクティビティを指す言葉として使っていきます。つまり、活動本来の目的である「シェアリングネイチャー」を団体名に全面的に出しただけで、いかなければ「これまでの基本的な活動は何も変わらない」といえます。

具体的に変えることは、公益社団法人となることで、法人や一般の方が団体に対して支払った寄付金が税制の優遇措置の対象になるため、寄付金の募集がしやすくなること。そして、指導者養成事業と並行して、「シェアリングネイチャーライフ」を楽しむ人を増やすための、新たなイベントや情報提供を積極的に行っていくことなどです。

自然と親しみ、自然と遊び、自然から学ぶ喜びに満たされた生活「シェアリングネイチャーライフ」。指導者になることを目指さなくても、そのような暮らしを楽しむ人を増やすことが、「人が自然を尊重し共生していく社会」の実現のためには不可欠だこの思いから、さまざまな企画をしていきたいと思っています。

*

*

「シェアリング（わかちあい）」の姿勢こそが、自然と人、人と人をひとつにしてくれると思っています。シェアリングネイチャーのアクティビティ（ネイチャーゲーム）は、子どもから大人まで、すべての人が持つもつとも善なる気高い部分を引き出すようにつくられています。人びとが、自然をより繊細に感じ、あらゆる命に対して愛にみちた敬意を持てるように、手助けすること。それこそが人びとの心に、終生変わらぬ「自然や環境を大切にしたい」を育むのです。

ジョセフ・コーネル

メンバーの声

1

「シェアリング」は
環境を社会を変えるキーワード

「自然への気づき」「わかちあい」「フローラーニング」の3つのキーワードのなかでも、私はこれまでも「わかちあい」をいちばん大切に指導してきました。

今日、情報を早く手にしたものが勝ちだという価値観が蔓延していますが、それでは環境も人間の暮らしも決してよくはならないでしょう。環境をよくしていくためには、人間社会が変わらなければなりません。その社会を変えるキーワードが「シェアリング」だと私は思います。

自然を楽しく学べるアクティビティだと思って始めた活動ですが、シェアリングの精神に触れたことで、単なる環境教育や自然教育ではなく、生き方に深く根ざしたものだと思うようになりました。

ですから、今回の団体名の変更は、まさに求めていたこと。時代に即したものだと思っています。

滋賀県ネイチャーゲーム協会
理事長 辻田良雄



メンバーの声

2

より多彩な
コラボレーションが可能
活動の広がりが楽しみです

この活動に出会って、それまで自然を一方的に見ていた私はいつしか自然との一体感を無意識に感じ、そこに深い幸福感を持つようになりました。

人間も地球の構成要素のひとつと考え、アリや木々とも心が通うように思えます。好奇心と探究心があれば、自然のおもしろさや不思議さに魅了されていきます。このような感覚をネイチャーゲームやその他のさまざまな手法を用いて多くの人と共有することが、シェアリングネイチャーの活動だと考えています。

今回団体名が変わったことで、活動により広がりが出てくるのではないかと、とても楽しみにしています。今まで以上にいろいろなコラボレーションを試みて、自然への気づきを手助けしていきたいと思っています。そのなかに出会えた人の心に響くものがあり、生活の中に取り入れてもらうことができました。こんなうれしいことはありません。

グリーン相模原ネイチャーゲームの会
高崎宏美



日本シェアリングネイチャー協会の新しいロゴが決まりました！



Sharing Nature®
WORLDWIDE

上記は、世界でシェアリングネイチャーを普及する団体「シェアリングネイチャー・ワールド・ワイド (SNWW)」のロゴマークです。日本協会もSNWWに加盟している証として、今後このロゴマークを併用して使う場合があります。



Sharing Nature®

デザインのコンセプト
人が自然の中で生き、自然の中での遊びを通じて、多くのことを学ぶ様子を表しました。
(ロゴマークの作者：浜田和夫)

一般公募により300点におよぶロゴマークのデザインが寄せられ、会員投票と団体内外の選考会メンバー9名の審議により、このたび「日本シェアリングネイチャー協会」のロゴが決定しました。

シェアリングネイチャーを深めよう

——ジョセフ・コーネルからの メッセージ

vol.11

心は鏡のごとく

Let Your Mind
Be Like a Mirror

翻訳：藤牧智子



『シェアリングネイチャー 自然のよろこびをわ
かちあおう』発売中！

Joseph Cornell's Message from Ananda



Joseph Cornell

ジョセフ・コーネル

1950年米国カリフォルニア州生まれ。野外教育インストラクターを経て、1979年『Sharing Nature with Children』を発表。現在、世界的なナチュラリストとして活躍。米国カリフォルニア州アナンド村で瞑想やヨガ、菜食主義を取り入れた自然と調和する日常生活を送っている。シェアリングネイチャーワールドワイド会長。(社)日本ネイチャーゲーム協会名誉会長。

仏教の僧侶、中西悟堂^{なかにしじつどう}は、雪に覆われた山の中で数日間静かに座って過ごしたことがあります。周囲の鳥たちは彼に気づきつつも、人間への恐れから十分な距離を取っていました。瞑想を続けるにつれ、彼は内なる静けさへと深く没頭していきまし。野鳥たちは徐々にそんな彼の存在を受け入れ、彼の放つ豊かな安らぎに恐れを忘れていき、彼の動かぬ体に止まる鳥たちも出て来まし。人は、穏やかさが増すにつれ、周囲の環境との調和が深まることを実感します。次の文章を読んで、穏やかさがどのように知覚を高めるかを感じましょう。段落を読むごとに目を閉じ、心の中にその光景を描いてください。

あなたの心が、自然のままの湖であると思像してみてください。湖は山に囲まれています。湖の水面は周囲の環境を映し出しています。山々、木々、そして、空。

次に、あなたの思考が湖の水面にさざ波を起すせわしない風であるイメージしてみてください。風のせいで、湖にくっきりと映る山の姿を見ることができなくなります。

けれども、あなたの思考の速度が落ちるにつれ、風は徐々に止み、あなたは心の湖に映る山々が完全に見えるようになります。

せわしない風にさらされている間、湖は

山々をくつきりと映し出すことはできません。けれども、湖が穏やかな時は——山、岩、木、空——すべてが湖の表面に完璧に映し出されます。これは人間の心にも言えることです。さまよう心

残念ながら、人間の心が静かであることはほとんどありません。心理学者によれば、人間は1分間に約300もの独り言を発しているそうです。先頃、ハーバード大学の研究者、マシュー・A・キリングズワースとダニエル・T・ギルバートは、大人は47%の時間、自分が今行っていることと違うことについて考えていることを発見しました。¹

私はかつてオーストラリアで25人の教育者を対象に実験を行ったことがあります。彼らに1本の美しい木になるべく長く意識を集中させるように、また、木からほかのことへと意識が移った瞬間に手を挙げるように言いました。6秒後にはすべての手が挙がっていました。教育者たちは、自分たちの心の落ち着かなさに驚いていました。

心が常に今この瞬間を離れてさまよっている人は、自らが求めているほかの人々や自然との深いつながりを感じることは期待できないでしょう。穏やかさは愛と共感を育み、あなたと「いのち」のつながりを生み出すのです。

「いのち」と交わる

僧侶の体に止まった鳥は、止まるのに都合のいい場所だったからではなく、彼の安らぎのオーラに惹かれたから止まったのです。興味深いことに、この僧侶は後に野鳥を保護するために、日本野鳥の会を設立しています。

人が人間特有の欲求やせわしなさを静めることが出来たとき、動物たちはその人に親近感を覚えます。自己防衛のために張られているバリアが消滅し、真のコミュニケーションが可能になるのです。ジョン・ミューアはこう言っています。「木を知るためには、木そのものと同じように心配事や時間から自由にならなければならない。」

私が野外で内省的な活動や瞑想を行っているときに、動物たちが近づいてきたことが何度もあります。あるときは、大きな牡鹿が私の目の前に静かに座りました。ほごなく、私は瞑想の最中にその鹿を視覚化し、祝福しました。するとその瞬間、鹿は立ち上がり私に近寄ると、20分間もの間60cmほどの距離から私をじっと見つめました。そして、鼻を一度鳴らすと、自分はここに立っているよ、と私に伝えたのです。

¹ マシュー・A・キリングズワース&ダニエル・T・ギルバート『サイエンス』Vol.330/2010年11月12日

Naturesame テーマ別 実践ヒント

今回の お題は、絵本を活用しよう！

自然をテーマにした絵本を、ネイチャーゲームの活動にプラスしてみましよう！ 3人の方々に、おすすめの絵本と活用法をお聞きました。

取材・文 大地佳子



ネイチャーゲームに **絵本** をプラス！

活用のコツ！

- ・活動の内容に合わせて、絵本を選ぶ。
- ・年齢や対象者によって、文字数や内容を考える。
- ・大人数なら、大きくて絵がはっきりしたものを。
- ・仲間と絵本の情報を交換し、幅を広げよう。

どんな効果があるの？

- ・視覚に訴えるので、小さな子どもも興味を持ちやすい。
- ・導入で、活動のきっかけをつくり、やる気を引き出せる。
- ・ふりかえりに使うと、印象的なまとめとなる。
- ・自分が共感した絵本を使って、思いを伝えられる。



き だにかずと
木谷一人さん
(石川県)

保育園児や幼稚園児対象の森での活動や、保育士への研修などで、導入やふりかえりに絵本を使うと、参加者の興味をぐっと引き出すことができます。絵本の情報を交換し合えれば、facebookのグループ「自然体験と絵本」も立ち上げました。

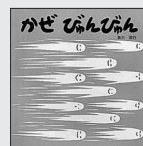
『てのひらおんどけい』



浜口 哲一 (著)、
杉田 比呂美 (絵)
(福音館書店)

てのひらは、みんながもっている便利な温度計…。いつもリュックに入っている一冊。「さわる」活動のきっかけになります。

『かぜびゅんびゅん』



新井 洋行 (著)
(童心社)

「風」の性質を絵で表現。小さな本で持ち歩きやすいです。説明が要らず、すぐに風を体験する活動に結びつきます。

『まいごのどんぐり』



松成 真理子 (著)
(童心社)

子どもの頃なくしたどんぐりに、大人になって再会…。子どもたちに、自然を愛する大人になってほしいですね。大人向けにも。



は ら れいこ
原 令子さん
(岐阜県)

保育士の仕事や地域の子育てサロンなどの活動で、よく絵本を取り入れています。「中津川絵本ジャンボリー」という活動では、いろいろな絵本作家さんと直接交流もしています。自分の気持ちに合った絵本を選ぶことで、伝えたいことがスッと伝わります。

『からだのなかでドンドンドン』



木坂 涼 (著)、
あべ 弘士 (絵)
(福音館書店)

人間や動物の心臓の音を、力強く紹介。実際に、妊婦さんのおなかの音を聴診器で聞いてみました。

『カボチャありがとう』



木葉井 悦子 (著)
(架空社)

カボチャに色々な小動物がやってきて、最後にタネだけになる。大きくて見せやすく、命のつながりを考えるのに良い本です。

『石のきもち』



村上 康成 (著)
(ひさかたチャイルド)

ずっと森の中で過ごしてきた石のきもちが描かれます。私の住む地域はいろいろな鉱物がある所なので、石を使った活動も取り入れたいです。



あ か い み か
赤居美花さん
(和歌山県)

ネイチャーゲームで絵本を活用すると、自分と、参加者や自然との距離がぐっと縮まります。読み聞かせたい絵本からイメージしてプログラムを考えることも。また、自然の中で、大人向けの活動をする際も、心を落ち着けるために絵本を使っています。

『夜へ行こう』 (たくさんのふしぎ 2008年5月号)



中野 純文 (著)、
中里 和人 (写真)
(福音館書店)

夜の風景が写真で紹介されています。夏の夜の森でのネイチャーゲームで使っています。

『山に木を植えました』



スギヤマカナヨ (著)
(講談社)

実際の漁師さんの植林活動から生まれた絵本。自然が全てつながっている…というテーマを伝えるために使っています。

『いっしょだよ』



小寺 卓矢 (写真・文)
(アリス館)

写真がとても美しい本。〈同じものをみつけよう〉では、この本と関連して、「全く同じものは、自然の中にはないよ」と話します。

達人

から学ぶ

【その二十】

ネイチャーゲームトレーナー

三好 直子さんの巻



みよし なおこ

途上国にボランティアに行く若者たちへ環境教育を行う機会が多くありますが、ネイチャーゲームの手法やエッセンスがとても役立っています。少し異なる視点を提示するだけで、どんどん吸収し発展させていく彼らに、とても刺激を受けます。ネイチャーゲームは、さまざまな分野でいかようにも応用でき、そして参加者から学ぶことも多くて実に楽しい！そう実感します。

エッセンス(本質)を

とらえよう

●新たな視点で気づきが生まれる

山小屋の管理人にネイチャーゲームを体験してもらった時のことです。「この道は、何千回と歩いてきた道なのに、こんなにたくさんの発見があるとは！」またある時には、林業の分野で長年働いてきた人が「これまで森を見る時は、どの木を切ろうかと思いつながら眺めていた。でも、木々の命を感じながら見ると、森の風景は全然違う」と語ってくれました。

ネイチャーゲームの魅力の1つに、「視点を変えて自然と向きあう」という点があると思います。人は思いの他、ある決まったパターンで周りを見ています。ネイチャーゲームは、ある視点に集中させ、いつものパターンに変化を与え、「積極的に気づきを生み出す」そんな仕掛けではないでしょうか。

●アクティビティの本質(エッセンス)

その「ある視点」を、私は個々のアクティビティのエッセンスと呼んでいます。エッセンスとは本質のこと。また、「ねらい」の真ん中にある精神のようなものだと考えてください。たとえば「音いくつ」のエッセンスは「耳を澄ます」です。それだけなのに、数えはじめた瞬間、今まで聞こえなかった音が耳に飛び込んできたという経験者も多いでしょう。「フィールドビンゴ」のエッセンスは「さまざまな感覚を通じた発見」。何かテーマに集中するだけで、普段気づかない自然の営みに気づきます。「カメラゲーム」は「瞬間のインパクト」。「わたしの木」は「木との出会い」でしょう。

普及当初からネイチャーゲームの指導者養成を行ってきた、トレーナーの三好直子さん。三好さんがアクティビティの中に見いだしている、指導にも暮らしにも役立つ「エッセンス」というとらえ方について伺いました。

こういったエッセンスを効果的に体験してもらうためにアクティビティの手順はあります。エッセンスをしつかりとらえていけば、アクティビティの中で大事なことや、適切な言葉かけ、アレンジや発展のポイントも見えてきます。

●エッセンスから見えてくること

例えば「わたしの木」で、目かくしをしてその木に向かうまでの道でたくさん言葉かけをして多くの気づきを促すことをどう考えますか。エッセンスということを考えれば、木との出会いがどれくらい印象的なものになるかが重要です。道中に刺激を与えるよりも、木とふれあっている時間に焦点を当てた方が、木との出会いのインパクトが強調されるのではないのでしょうか。また、木を触ってもらうだけでなく、「この木にどんな生きものが集まってくると思いますか」「どんな風景をいつもみていると思いますか」といった想像を広げる言葉かけも生まれてきます。

そんな目で、個々のアクティビティを見直してみることをお勧めします。コーネルさんの原書『シェアリングネイチャー※』を読み直すと、「そうか、ここがエッセンスなんだ」とハッとすることも多くあります。エッセンスがとらえられると、日常の中でもその視点を生かしていくことができます。

ネイチャーゲームを通して、多様な視点を学ぶことで、自然とのふれあいも多角的になり、楽しみや気づきが増えるといいなと思います。

※旧『ネイチャーゲーム1・2』



シェアリングネイチャー パパ教室

2012. 12/16
館岡重光(東京都)



パパも、子どもと一緒にシェアリングネイチャー！

今回ネイチャーゲームに初めて参加して、私自身も大きな発見をしました。虫食いの穴がある木の葉を見つけ、娘がそこから覗いて景色を見た時、「うわあ！」と感嘆の声をあげました。見ている先の景色は、私と変わらないはず。試しに同じ場所で行くと、木の葉の穴から覗いてみます。「うわあ！」と私も。何だか別の景色を見ているようです。子どもの頃の遠い記憶。大人になって、「錯覚だった」と思い込み、無くした記憶。変な先入観を捨て、子どもと共に発見する喜びが、自然には溢れているのだと思いました。今後も娘たちと共に自然と触れあい、発見を重ねていけたらと思います。

森のようちえんセミナー(山梨県)

2013. 1/12, 14
松本信吾(広島県)

今回のメイン講師・小西貴士さん(愛称:「ゴリ」)の本拠地、八ヶ岳南麓清里での感動的なセミナーでした。ゴリのインタプリテーションのもと、雄大な富士山、南アルプスに沈む夕日、透明な川の氷、枯れ枝、夜中雪上のろうそくの灯、氷のリースなどと触れることができました。そして、ゴリの子どもに向けるまなざしを、写真や語りでたっぷり受け取ることでできました。「そのまんまでもいいですよ。そのまんまが素敵です」というゴリの言葉に込められる、子どもの育ちや命に対する肯定的なまなざしを、自分のフィールドで実行していきたいと強く感じました。



ウバユリのタネが飛び様子に参加者と共楽しむ講師・小西貴士さん。

自然を丸かじり

フクフク
食べんぞ
楽しんで

子どもの頃から「草の香り」が大好きだったという、アロマセラピストの坂倉香依さん。今回はその「香り」を利用した、虫よけスプレーの作り方についてお聞きしました。

植物の香り成分である『精油』は、古くから香料や薬として使われており、精油以外にも、薬効のある成分が植物に含まれているそうです。現代では科学的な説明が進んでしまいましたが、科学が未発達な時代から、植物の利用方法は経験的に積み重ねられ、受け継がれてきました。伝統的な知恵を活かして、効果がゆるやかな身近な薬草などを生活にうまく取り入れてみませんか？

ヨモギを利用した虫よけは、肌への刺激が少なく、小さなお子さまにも比較的安心です。ぜひトライしてみよう。

その8

取材・文 大地佳子

草の香りで、虫よけスプレーを作ろう

つくり方

ヨモギの虫よけスプレー



① 3〜6月頃、ヨモギの葉を摘んで、風通しのよい所で週間ほど陰干しし、ビンに入れる。



② 約40度のアルコール（ホワイトリカーなど）をヨモギが浸るくらいに入れ、ふたをして直射日光の当たらない所に置く。



④ チンキ剤50mlに、精製水を50ml加え、スプレーボトルに入れて使う。チンキ剤は常温で1年くらい保存できる。



※最初は肌に少量付けてみましょう。お肌に合わない場合はすぐに洗い流し、使用を中止しましょう。



③ 2〜3週間ほどたって、液に色がついてきたら、手ぬぐいやガーゼなどで濾し、「チンキ剤」の出来上がり（このままでは使えない）。

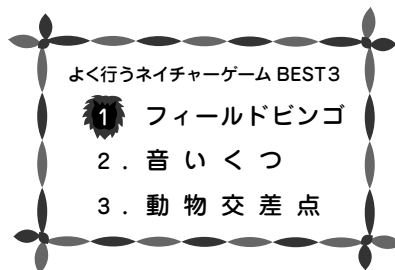
準備するもの

- ・ヨモギ ・空ビン（フタ付） ・アルコール（約40度のもの）
- ・手ぬぐい又はガーゼ など ・精製水（薬局などで購入可）
- ・スプレーボトル



（公社）日本アロマ環境協会認定アロマセラピスト・インストラクター
ハーブ＆アロマテラピー教室「ハーモニエンス」主宰（千葉県）

さくら 坂倉 香依さん



よく行うネイチャーゲーム BEST3

- 1 フィールドピング
- 2 音いくつ
- 3 動物交差点



ネイチャーゲームで自然との距離が縮まり、自ら新しい発見をたくさんできるようになる！

埼玉県所沢市 高田晶子（たかた・あきこ）さん
「和気楽」（自然雑貨販売・自然体験プログラム運営）スタッフ、かわさきネイチャーゲームの会事務局。
グリーンセイバーベイスック、ネイチャーゲームリーダー。
「和気楽」HP⇒<http://www.wakiraku.com/>



ネイチャーゲームでひろがるつながる

「グリーンセイバー」（緑を守るひと）は、1998年に生まれた検定資格。NPO法人樹木・環境ネットワーク協会によって、植物や生態系の正しい知識を普及するために創設された。資格は3ステップに分かれており、現在約3500名以上の資格取得者が誕生し、全国のフィールドで活躍している。

グリーンセイバーのお一人で、ネイチャーゲームリーダーでもある高田晶子さんは、グリーンセイバーとしての活動の中でもネイチャーゲームを活用している。五感を使って自然を直接体験すると、参加者と自然との距離が縮まり、新しい発見がたくさんできるよ！と高田さんはいう。参加者に、自分と自然がつながっていると感じてもらえれば、単なる解説よりも自然への理解がずっと深まると話してくれた。

今後も、場所・対象・伝えたいことに応じて組み合わせられるネイチャーゲームを活かした展開が期待できそう。

グリーンセイバー 「緑を守るひと」

NPO法人 樹木・環境ネットワーク協会HP⇒<http://www.shu.or.jp/>

※登録U-I 特定非営利活動法人 樹木・環境ネットワーク協会

Information

最新のトピックスをお知らせします！

東日本大震災復興支援活動（全国銘菓お茶っこ広場）

全国銘菓お茶っこ広場を、岩手・宮城の仮設住宅で、毎月第3日曜日に開催しています。

日本協会ホームページのお茶っこ広場専用ページでは、開催情報、お菓子の送付やボランティア参加の方法、現地の写真やボランティア参加者のレポート等を掲載しています。

是非ご覧ください！



全国銘菓お茶っこ広場専用ページ

⇒<http://www.naturegame.or.jp/square/sinsai/cat522/cat522.html>

理事会・総会のご報告

平成24年度第2回、第3回理事会、第31回総会が開催され、以下の議案が承認されました。

○予算について

平成25年度正味財産増減予算（単位：千円）

I 一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	661
③ 受取会費	37,369
④ 事業収益	82,003
⑤ 受取補助金等	6,944
⑥ 受取寄付金	200
⑦ 受取負担金	630
⑧ 雑収益	5
経常収益計	127,814
(2) 経常費用	
① 事業費	116,841
② 管理費	10,973
経常費用計	127,814
当期経常増減額	0
2. 経常外増減の部	
(1) 経常外収益	0
(2) 経常外費用	0
当期経常外増減額	0
当期一般正味財産増減額	0
一般正味財産期首残高	43,213
一般正味財産期末残高	43,213
II 指定正味財産増減の部	
当期指定正味財産増減額	0
指定正味財産期首残高	0
指定正味財産期末残高	0
III 正味財産期末残高	
	43,213



○その他の議案

- ・平成25年度事業計画
- ・公益社団法人への移行を踏まえた現規程の名称等の修正変更
- ・規程の制定
情報公開規程、助成に関する規程、役員等候補者名簿作成に関する規程
- ・平成25年度スポーツ振興くじ助成申請について
- ・県ネイチャーゲーム協会設立
青森県ネイチャーゲーム協会
佐賀県ネイチャーゲーム協会
- ・地域ネイチャーゲームの会
設立 青森県/青森市 大阪府/北大阪
解散 北海道/函館 静岡県/天城
(これにより合計194会)

2012年度各種助成金活用状況の報告

2012年度はスポーツ振興くじの助成を受けて、下記の事業に取り組みました。

- ・広報ツール（広報誌・パンフレット・ウェブページ）の作成

新インストラクター誕生

（都道府県、五十音順、敬称略） 合計4人
塚原俊也（宮城県）、牧野 生義（長野県）、
澤井 奈美（愛知県）、長友 範子（宮城県）

実践事例・研究報告 募集

下記分野で事例を募集しています。是非ご応募ください！

※ホームページから、様式のダウンロード及び過去の事例・研究の閲覧できます。

○分野

- 1. 地域実践／2. 講師活動／3. コーディネート活動／4. 学校教育における活動／5. 幼児教育・保育

における活動

- 応募締切り：2013年3月31日
- 応募方法：所定の様式に記入し、メールで応募。
- 送付先：日本協会 事例・研究係
jirei@naturegame.or.jp

ネイチャーゲーム奨励賞募集

ネイチャーゲームに関するすぐれた実践や研究を奨励しています。積極的にご応募ください。（自薦・他薦問いません）

- ・指導者養成部門（個人での実践活動・研究活動）
- ・普及部門（組織での実践活動・研究活動）

- 応募締切り：2013年3月31日
- 応募方法：指導員ハンドブック理論編（第6版）P.155、又はホームページ参照。
- 送付先：日本協会 奨励賞係
shoreisho@naturegame.or.jp

専門委員会開催報告

- 指導者養成委員会報告
12月12日(水)、2月3日(日)
・2013年度指導者養成事業について
・ハンドブック第7版改訂
・インストラクター養成講座、講座講師養成講座審査会

- アクティビティ開発認定委員会開催報告
1月16日(水)
・新ネイチャーゲーム第三次審査実施

訂正とお詫び

本誌80号（2012年12月号）に誤記がありました。関係者と読者の皆様にお詫びをし、訂正をいたします。

- P.2 クレジット 写真欄
誤) 浜 豊雄 →正) 浜 富雄
- P.7 イベントレポート
シェアリングネイチャーパバ教室
誤) 野村尚史 →正) 野村尚志

ネイチャーゲームを体験しよう！

- ❖体験イベントは全国各地で参加できます
- ❖公認講師を呼んで体験会や研修会が開催できます
- ❖リーダー養成講座ではより深い体験ができます

モバイルサイト ▶

ネイチャーゲームに関する情報はwebで
<http://www.naturegame.or.jp/>



読者プレゼント



「さわる」活動のきっかけに！



スペシャルデザインの
ワッペン！

1 てのひらおんどけい 840円（定価） 1名様

本誌P.6テーマ別実践ヒントで木谷一人さんが紹介してくださった絵本。「てのひらおんどけい」で、あったかいやつめたいを探して歩いてみる？自然に触れるきっかけづくりに。
（提供：編集部）

2 シェアリングネイチャーワッペン 非売品 1名様

カワウソ、カラス、クマ、イルカの4つのフローリングアニマルが刺繍されたワッペン。ネイチャーガイドベストや帽子につけて、シェアリングネイチャーライフをアピール！
（提供：日本協会）

3 新ロゴマーク入りパンダナ 700円（定価） 1名様

公益社団法人化に伴い新しくなる団体ロゴマーク入りのパンダナ。デザインは、アナンダ村の風景がプリントされたネイチャーゲームパンダナのニューカラー。
（提供：ネイチャーゲームクラブ）

【編集後記】

※本誌は次号からリニューアルの予定です。「こんな情報がほしい」「あんな記事があるといいな」皆さんの声をアンケートでお寄せください。（ちゃ）

※雪が降った翌朝、春の陽射しが雪を照らして、辺りが「キラキラ」と「湯気」に包まれる時間が好きです。春ですね～（しな）

表紙の写真

「好奇心」（撮影：高縄 奈々）

撮影地 東京都御蔵島

水面でカメラを構えると、2頭の若いイルカがまっすぐこちらへ向かってきた。大きなレンズが気になるのか、しばらく興味深そうに覗き込んだあと、また泳ぎ去って行った。

Sharing Nature News Letter

ネイチャーゲームの森 第81号

発行日 2013年3月15日

発行人 西澤信雄

発行所 社団法人日本ネイチャーゲーム協会

〒160-0004

東京都新宿区四谷4-13-17 ワークスナカノ2F

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

デザイン 橋本陽子（ビー・ビー・エフ）

田崎恭子（リクバ）

第一資料印刷（株）

第一資料印刷（株）

DTP

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。



この情報誌はスポーツ振興くじ助成金を受けて作成しています。

読者アンケート

本誌がさらに魅力的な情報誌になるように、読者の皆さまの声を聞かせてください！アンケートに答えていただいた方の中から抽選でステキなプレゼントをさし上げます。プレゼント当選者の発表は賞品の発送をもってかえさせていただきます。

読者プレゼント締め切り日 ▶▶▶ 4月15日

●あなたのお名前

●会員ID.（または、ご住所／電話番号）

●あなたはネイチャーゲームの会員になって何年たちますか？

☐ 1年未満 ☐ 1～3年 ☐ 3～5年 ☐ 5～10年 ☐ 10年以上（ 年）

●本誌『ネイチャーゲームの森』についてご評価ください。また、その理由を聞かせてください。

A. 大変参考になる B. 参考になる C. 普通 D. 参考にならない
理由（ ）

●今号の中で良かったコーナーに○、普通だったコーナーに□、いまひとつだったコーナーに△をつけてください。

日本の民話から「コロポックル」……………（ ） 達人から学ぶ「エッセンスをとらえよう」…（ ）
特集『2013年4月、日本シェアリングネイチャー イベントレポート ……………（ ）
協会』……………（ ） 自然を丸かじりっ（草の香りで虫よけスプレーを作ろう）…（ ）
シェアリングネイチャーを深めよう ……………（ ） ネイチャーゲームでひろがるつながる（グリーンセイバー）…（ ）
テーマ別実践ヒント《絵本を活用しよう！》…（ ） ネイチャーゲーム川柳 ……………（ ）

●ネイチャーゲーム川柳の投稿、本誌へのご意見、ご要望等 自由にご記入ください。

●プレゼント希望（ご希望に添えない場合もあります。ご了承ください）

☐ ① ☐ ② ☐ ③ ☐ どれもOK ☐ プレゼント不要



FAX 返信

03-5363-6013

メール返信

mizushina@naturegame.or.jp

プレゼントの締め切り日を過ぎても、アンケートの返信は受け付けています。

webで回答!!



ネイチャーゲーム川柳

ネイチャーゲームのおもしろい体験、失敗談、ちょっとした話を川柳でお楽しみください。

サイレント 季節の移り 感じつつ

（かめ／和歌山県）

春の陽に 笑顔とろける 雪だるま

（キューブ／東京都）

笑顔の葉 楽しむ皆も オチバガオ

（どんぐり／山梨県）

冬の日に クワガタ見付け 看板に

（トンボ／山梨県）

下見にて 動物あらわれ 疲れなし

（にしゃん／高知県）

妖精の 声も教えて 音いくつ

（とりのなくぞう／石川県）

宝石の ような木々たち 雨上がり

（香葉／山口県）

ありすぎる サウンドマップ ぐーちやぐーちや

（金里／愛知県）

その他8句

—— 特 選 ——
ど忘れも
仲間の笑顔で
きりぬける
にしゃん・高知県

ネイチャーゲーム川柳 募集中!

あーあるある！と共感できる楽しい川柳をお待ちしています。特選の方にはプレゼントをお送りします！ 投稿先→mizushina@naturegame.or.jp



歌川広重作 名所江戸百景

第23回 全国ネイチャーゲーム研究大会 IN 東京 2013

募集
中!

2013年
6月7日(金)
～9日(日)

TOKYO

温故知新

～出会い 語ろう お江戸の魅力～

基調講演「江戸の成り立ちと人々の暮らし」

久染 健夫氏



【ひさぞめ たけお】

学生時代から文化財の仕事に携わり、地域の歴史や文化を大切にしながら、皆様に楽しんで戴くことをライフワークにしております。開発などで見えにくくなっている東京の歴史を垣間見てみましょう！
荒川区・江東区の文化財専門員を経て、江東区中川船番所資料館次長。



諸大名が登城した江戸城大手門

天狗に出会う高尾山

江戸前の味、深川めしを食す

歴史的建造物を探訪

下町の風情を感じる散策

大会概要

テーマ：TOKYO温故知新
～出会い 語ろう お江戸の魅力～
日 程：平成25年6月7日(金) 15:30～
6月9日(日) 12:00 2泊3日
会 場：国立オリンピック記念青少年総合センター
〒151-0052 東京都渋谷区代々木神園町3-1
<http://nyc.niye.go.jp/index.html>
主 催：社団法人日本ネイチャーゲーム協会
東京都ネイチャーゲーム協会
後 援（予定を含む）：文部科学省、環境省、農林水産省、
国土交通省
定 員：150名（宿泊定員は120名、先着順）
参加費：会員26,000円、一般28,000円
※参加費の他に、別途ワークショップでの移動費・食費として1,000円～3,000円程
度がかかります。詳細は参加要項でお知らせします。
単 位：リーダー研修2単位（全日参加）

問合せの方に詳しい参加要項をお送りします。
最新情報は日本協会ホームページをご覧ください。
(<http://www.naturegame.or.jp>)



スケジュール

6/7(金) 14:00 受付開始
15:30 開会式
16:00 基調講演
17:30 ワークショップ説明
19:00 記念パーティー(夕食)
21:00 フリープログラム
6/8(土) 7:00 朝食
8:00 ワークショップ(予定)
①隅田川日時計ウォーク／②天狗の住まう森を歩くイン高尾山／③歴史と文化が残る江戸城(皇居東御苑)・日本橋を歩く／④代々木の原から代々木の森へ これまで・これからを巡る／⑤深川堀能さんぽ～歩いて感じる江戸のなごり～／⑥赤門・谷中で文化と自然の原点を究める／⑦江戸の粋を染めよう～紫根染めと折り染め体験～／⑧代々木公園でネイチャーゲーム三昧
18:00 夕食
19:00 研究集会
21:00 フリープログラム
6/9(日) 7:00 朝食
9:00 ワークショップ報告会
10:00 全体プログラム
11:30 閉会式
12:00 解散



アクセス

○公共交通機関
小田急線
「参宮橋」駅(新宿駅より2駅)
より徒歩5分

3月22日(金)午前10時より申込受付を開始します。[お名前・会員番号・メールアドレス・日中連絡のつく連絡先]をお知らせください。

社団法人日本ネイチャーゲーム協会 (2013年4月～)公益社団法人 日本シェアリングネイチャー協会
TEL 03-5363-6010 FAX 03-5363-6013 〒160-0004 東京都新宿区四谷 4-13-17
kenkyutaiikai@naturegame.or.jp
URL <http://www.naturegame.or.jp/>
ワークスナカノ2F

