

# 《ネイチャーゲーム》 森のビンゴ

自然の中でのbingoゲーム。bingoのマス目には自然の現象や動植物の特徴などを課題として書き入れ、それらの課題を見つけ出します。マス目を埋めながら、縦横斜めのbingoが完成させます。

- [ねらい] 自然に対する観察力を養い、動植物などへの興味関心を高める  
 [場所] ふれあいの村の敷地内、「道の駅」・丸太の森・最乗寺や明神ヶ岳へのハイキングなどと組み合わせて実施することも可能  
 [時間] 任意に設定可能（自然の中でのんびりと過ごすためにも余裕を持って）  
 [人数] 何人でも可能（活動の目的に合わせ、グループ対抗あるいは単独で）  
 [備考] ○グループ、人數分のbingoカード(5x5マス・4x4マス)、筆記用具を用意する  
 ○なお、マス目はあらかじめ埋めて置いても、後から埋める形でも良い

鳥のはね	ギザギザ のもの	木の実	きのこ	青い花
水の音	黄色い花	なにかの たまご	水の 流れれる音	ちょう ちょ
クモの巣	コケ	なにか 丸いもの	よこじま の木	たね
なにかの 食べあと	いい におい	白い花	大きな 葉っぱ	鳥の 鳴き声
たてじま の木	ぬけがら	ゴミらつ	あり	動物の 落とし物

## 森のことばさがし

身の回りの自然の中には、どのくらい<ことば>があるでしょうか。たとえば、動植物の名前や自然の様子、色や形、音、手触り、におい…、自分の五感で1つ1つ確かめながら<ことば>をさがし集めていきます。

- [ねらい] 周囲の自然を注意深く観察し、<ことば>により認識する能力を養う  
 [場 所] ふれあいの村の敷地内、「道の駅」・丸太の森・最乗寺や明神ヶ岳へのハイキングなどと組み合わせて実施することも可能  
 [時 間] 任意に設定可能（自然の中でのんびりと過ごすためにも余裕を持って）  
 [人 数] 何人でも可能（活動の目的に合わせ、グループ対抗あるいは単独で）  
 [備考について] ○50音が記入されたカードを用意する（[ひ] ふ も ん く ほく [ひ] 「は」は「ひ」とする。）  
 ○グループ又は個人で散策をしながら、森の中の<ことば>を探し、1人1人の五感により確かめたものを50音カードに記入する（長い文章ではなく、

～森のことばさがし～  
あ→あり、あおぞら  
い→いし、いがいが  
う→  
え→えだ  
お→

名詞・形容詞などの単語により記入)  
○50音の全ての欄を埋めるように促す  
【活動の応用】  
○興味を持った草木について、図鑑などを  
使いながら、調べる時間を設ける  
○制限時間設定する中で、いくつの言葉  
をさがすことができたか競う

## サウンドマップ

普段の生活の中で自然の音をいくつ聞くことができるでしょうか。森の中で注意して自然の音に耳を傾けていると風の音、虫の声、鳥の声…その他、たくさんの音が聞こえてきます。それらの音をもとに、自然の音の地図を作ります。

- [ねらい] 周囲の自然の音を注意深く聞く中で、<おと>により認識する能力を養う。

[場所] ふれあいの村敷地内、丸太の森など人工の音ができる限り聞こえない所

[時間] 0. 5時間程度

[人数] 何人でも可能（人数が多い場合には参加者自身の出す音（おしゃべりやざわめき、物を動かす音を立てないように工夫して下さい）

[趣について] ○活動実施に当たり、音について集中できるような意識付けを行う。  
　　状と社、1分間にいくつ音構成てくるのか数え、音について講をかけていく。

○カード（B6程度）、筆記用具を用意し、地図の書き方を説明する。



- どこからどんな音が聞こえてきたかを書き込む。  
例文、この活動で聞こえた音を自分なりのマークで表現することがポイントとなるため、実際に音の例を1つあげて説明した方がより活動に取り組みやすい。

  - 各自、終了の合図があるまで地図を作成する
  - お互いの地図を見せ合いながら、活動のふりかえりを行う。

【活動の応用】

  - 同様の活動を学校・家庭で行い、比べてみる。

大地の窓

森を見る時、どの視点で見ているでしょうか。おそらく、普段は立ちあがったままの高さで見ていると思います。この活動ではいつもと視点を変え、大地にあお向けになり、落ち葉に埋もれ、地面の中から大地の窓を通して森の様子を見上げてみます。

- [ねらい] 自然の中に身を任せ、自然との一体感をそのまま感じる。

[場所] ふれあいの村散策路、雑木林、そのほか自然に囲まれ、落ち葉のたくさんあるところ

[時間] 0. 5時間

[人数] できるかぎり少人数で体験できることを望ましい

[感想について] ○できるだけ乾いた落ち葉をあつめる。なお、ゴミ袋1袋分の落ち葉があれば1人が埋まるのには十分な量です。  
○リラックスした状態で地面にあおむけになり、落ち葉を全身にまんべんなくかぶせる。顔の部分については視野に若干落ち葉がかぶさる程度にすると、大地の中から森を見上げているような感じになります。



- 5~10分程度じっとしたまま、森の様子を観察したり、森との一体感を味わいます。  
活動の応用】
  - 活動中に感じたこと、思ったことを絵や詩などの作品として残し、お互いに発表する場面を設ける。

## 木の鼓動

「木は生きている」ということは誰もが当たり前に口にすることです。しかし、そのことを確かめる方法となると…。そのようなとき、木の幹に聴診器をあて、目を閉じ、聴診器を通して聞こえてくるわずかな音に、耳を傾けてみましょう。

[ねらい] 木の中から聞こえてくる音を聴き、木が生きていることを実感する。

[場所] ふれあいの村敷地内の散策路、雑木林など。

[時間] 30分程度

[人数] 小グループ単位での活動

(静かな環境の中で活動に集中できるような雰囲気が作れるように)

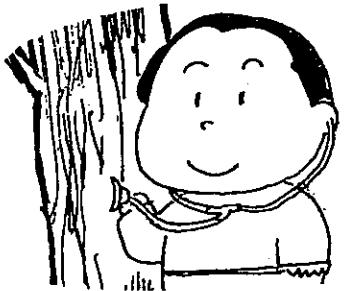
[活動について] ○活動にあたり聴診器を用意する。(貸出用聴診器あります)

○幹回りが30cm以上で木の樹皮の凹凸が少ない木を選ぶ。

○聴診器を木の幹にあてる。どの部分に当ててもよいが、木の鼓動はとても小さい低い音なので、数回、木につけたり離したりを繰り返す。木につけたときに聞こえ、離したときに聞こえなくなる音が「木の鼓動」です。

○一本の木で聞こえたら他の木でも試してみましょう。

\*「木の鼓動」の正体は木が水を吸い上げる音、木が風に揺れている振動、地面の振動など自然の中の様々な音が木を通して伝わってくる音といわれています。



## サイレントウォーク

森の中を歩くと行っても、言葉を一言も話さないで歩くだけでも、全く違った森の表情を発見することができます。2人組で森を歩き、それぞれが森の中での発見したことや驚いたことを言葉ではなく、身振りや手のサインを使いながら分かち合いましょう

[ねらい] 自然を注意深く感じ、感じたことを言葉を使わずに相手に伝える

[場所] ふれあいの村散策路、雑木林のなかで一定の範囲を設け

[時間] 60分程度

[人数] 小グループ単位での活動

[活動について] ○活動を行うにあたり共通のサイン、ジェスチャーを決める。  
\*標識…虫に関係ある物 人差し指…鳥に関係ある物 小指…植物に関係ある物 薬指…その他の親類などを参考

○活動を実施する範囲(スタート・ゴール)を決める

○指定の範囲内はいっさい話しをしないこと、何か発見をしたらサインを使って相手に伝えること、相手と同じように音や匂いを感じてみることを確認の後、範囲での活動を開始する。



[活動の応用]  
○活動を終了後は、同じ場所・道を言葉を使いながらたり、お互いの伝えたかったことを確認してみるのも面白いでしょう。

## ミクロハイク

目の前に広がる森だけが自然の全てではありません。普段見過ごしてしまうような足元の草むらにも自然は広がっています。そんな草むらに虫めがねを持って近づき、ミクロの世界に広がる自然をのぞいてみます。

[ねらい] 自然の見方や感じ方を変える中で、新たな自然との接し方を体験する

[場所] ふれあいの村敷地の草むら、空き地など

[時間] 30分程度

[人数] 何人でも可能

[活動について] ○虫めがねと1m程度の細い糸を用意する。(貸出用虫めがねあります)

○草むらの片隅、空き地の一角、その他適当な場所を選び、その場所に糸を置きます。



○地面に顔を近づけたり、腹ばいになりながら、虫めがねで糸の端をのぞき込み、糸をたどって行きます。

○糸をいろいろなところに置いて面白いコースを発見したり、お互いのコースを交換しながら挑戦してみましょう。

## 木の詩

ふれあいの村に広がる森の中から1本の木を選び、その木にグループのみんなで注目してみます。様々な角度からその木を観察し、グループの共同作業で「グループで選んだ木」の詩を作ってみましょう。

[ねらい] 一本の木を様々な角度からとらえるなかで、それまで気づかなかった木的一面を発見する。

[場所] ふれあいの村散策路、雑木林など

[時間] 60分程度

[人数] 小グループ単位での活動

[活動について] ○グループごとに1本の木を決めます。

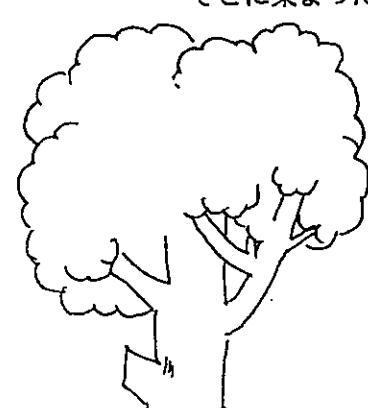
○1人1人が思い思い、その木の見える位置を選び、その木をしばらく眺めます。

○その木について感じたことを1人が2つの単語で表してみます。

○2つの単語ができたら、グループ全員が集まり、

そこに集まった全ての単語を盛り込んだ簡単な詩を作ります。

\*選んだ木をどの場所から眺めるか、選んだ木のどの部分を眺めるかによって様々な木の様子が見えてきます。



[活動の応用]

○それぞれのグループが作った詩をそれぞれの木の下で朗読し、発表してみましょう。