

JP子どもの森づくり運動10周年記念

保育に役立つ 自然・環境・身体・食プログラム集

子どもの未来を想う保育者たちへ



【ダイジェスト版】

編著：NPO法人子どもの森づくり推進ネットワーク
プログラム監修：田中住幸（飯田女子短期大学幼児教育学科准教授）

自然・環境 体験プログラム集



室 室内でできるプログラム

庭 園庭でできるプログラム

公 公園や森など自然が豊かな場所で
できるプログラム

川のあるところ 川がある場所でできるプログラム

*各プログラム名の下にマークで表示



自然・環境体験プログラム 1

どんぐりは芽吹き季節。植木鉢に植えたどんぐりもこの時期に発芽し、葉っぱを増やしながら、どんどん成長します。森の木々も新しい葉を出したり、花を咲かせ、活発に活動する時期。子どもたちは出会いの季節。新しい先生や友だちにわくわくドキドキしています。

「ノーズ」「フィールドビンゴ」「どんぐりころころ」

《プログラムのねらい》

- 園庭の自然に目を向け、身近な自然での発見を楽しむ。
- 木の実に関心を持ち、どんぐりの活動への興味を深める。

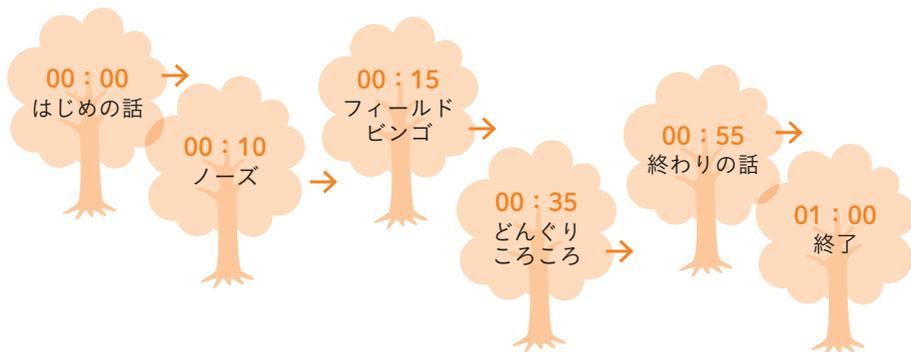


《プログラムのスケジュールと準備》

場所：園庭（高岡ほうりん保育園・三重県鈴鹿市）

参加数：年長組（5、6歳）18人、保育者4人

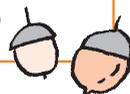
所要時間：合計60分



事前準備

「ノーズ」（ヒントの絵）／「フィールドビンゴ」（ビンゴカード20枚）

「どんぐりころころ」（どんぐり100個くらい、180cmの雨どい3本）



ノーズ

室庭森

鼻を触る方法で
みんな参加できる

手順

リーダーが出すヒントを聞きながら、生き物の名前をあてるクイズ。ヒントは、全部で7～8つ、答えがわかったらすぐに言わずに「わかったよ！」のポーズとして人差し指を鼻にあてるのがお約束です。

ヒントは、言葉で伝えるのがオーソドックスなやり方ですが、幼児に行う時などは、イラストを付け加えるとイメージしやすくなります。

ヒントの例

- ①私の足は6本です。
 - ②私には、羽を持つ仲間がいます。
 - ③私は、甘いものが大好きです。
 - ④私たちには、女王様があります。
 - ⑤私たちは、土の中に巣をつくってすんでいます。
 - ⑥私のからだは、頭・胸・腹にわかれています。
 - ⑦私たちは、行列になって歩きます。
- ※ヒントを出すときは、答えの生き物になったつもりで。

レポート

ヒントが増えるたびに鼻に指をあてるお友だちが増え、最後には全員で「アリ！」と元気に答え合わせをしました。答え合わせをした後には、みんなでアリの真似をして遊びました。

リーダー：「みんな、いろいろな生き物知ってる？」

子どもたち：「知っとるー！」

リーダー：「どんな生き物を知ってるかな？」

子どもたち：「クワガタ！」「バッタ！」「トンボ！」「カマキリ！」

リーダー：「すごい、たくさん知ってるね！今日は生き物の名前あてクイズをやるよ。ひとつだけ約束があって、答えがわかったときは答えを言わないで、鼻に指をあてて「わかったよ！」のポーズをしてみてね」



言葉とイラストでヒントを出していきます。



わかったー！

正解がわかったら声に出さず、指を鼻にあてます。

みんなでアリごっこをして歩きました。



フィールドビンゴ

庭公

五感を使って自然の中で宝物探し！

手順

数字の代わりに、「木の実」「鳥の声」「いい匂い」など、見たり、聞いたり、嗅いだりしながら探す自然の宝物がマス目書かれたカードを使って楽しむビンゴ。見つけたら独り占めしないで、グループのお友だちや先生にも教えてあげるのがお約束。幼児には、縦・横・斜めの言葉は難しいので、いくつか見つけられるかを楽しくてもOK。同じマスの物を何個も見つけてもかまいません。

どんぐりころころ

室庭

『木の本』を読み、
どんぐりころころがす

レポート

大型木製遊具のデッキで絵本『木の本』を読んだあと、ビンゴのプレゼントとして雨どいが登場。保育園に保管してあったどんぐりを転がして遊びました。

ひとつずつ転がす子どもや両手いっぱい持ってざあーっと転がす子ども、帽子をどんぐり入れにすることを思いつく子ども、それぞれの思い思いの遊びが広がりました。

はじめる前の約束

- * 生きているものをとったり、ちぎったりしない。
- * みんなで探して、みんなで楽しむのがポイント！ 柔らかく頭で探してみましよう。

安全上の注意

- * 事前に、探しに行く範囲と、戻って来るときの合図を確認しておきましょう。

ネイチャーゲームショップ (www.naturegame.or.jp/shop/) で幼児向けの便利(筆記具不要)なカードの購入が可能です。



カードは手作りしても。



(ビンゴが終わって『木の本』を読み、種が描かれているページを見せながら)

リーダー：「木の種ってどんな色があるかな？」

子どもたち：「黒!」「茶色!」

リーダー：「この絵本にあるのもぜんぶ種だよ。ピーナッツみたいに、みんなが食べてるのも種だね。この前みんなが育てたどんぐりは、苗木にして東北に帰したんだね。ところで、どんぐりで思い出すものって何？」

子どもたち：「どんぐりころころ!」

リーダー：「そうだね。みんなでやってみようと思って、ビンゴのプレゼントにこんなのを持ってきたんだ!」

どんぐりを転がしながら大喜びの子ども。みんなで「どんぐりころころ(の歌)」も歌いました。



プログラムの感想



卯（ゆはず）尚史
理事長

開園以来、築山やレンギョウのトンネル、木製遊具を作ったり、四季を感じられる木、実のなる木をたくさん植栽、植樹してきました。今日は、いろんな保育の要素がまだまだこの園の中にあることを教えてもらった気がします。保育目標にも「豊かな感性と五感の力」を掲げていて、素敵だな、きれいだなと思う感性や感覚、目に見えない力を身につけてもらえるといいなと考えています。



卯（ゆはず）敬子
園長

先生にくっと引き込んでいただいて、子どもたちも集中して意欲的に取り組んでくれました。虫などを捕まえたりする活動を想像していましたが、五感を使って匂いをかぐとか、触るという内容だったので、自分たちも今後そういったことを意図的にやっていけたらよいなと思いました。普段からある園庭でこういう風に遊べるということを経験できたことが一番良かったです。



堀理紗
先生

いつもは物静かで、お友だちの後ろについて回るイメージだった女の子が、最後のビンゴゲームで、「先生、あそこで見つけた！」と一生懸命私に報告してくれました。日頃から子どもたち皆を同じように見てあげたい気持ちはあるものの、アピールが少ない子はなかなかじっくり話を聞いてあげる機会も少なかったため、改めてこういう機会にアピールしてくれたことに驚きましたし、うれしかったです。

高岡ほうりん保育園



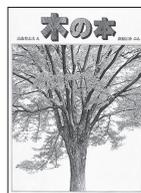
南仏風のオレンジ屋根の爽やかな園舎と広い園庭のある高岡ほうりん保育園は、ほうりん保育園グループとして2000年に高岡台に開設。敷地内で高岡ほうりん児童館も運営している。0歳から2歳児の乳児クラスと、3歳から5歳児の幼児クラスがあり、幼児クラスは年齢別にせず、異年齢の子どもたちを一緒にグループで遊ばせているのが特徴的。



data

住所：三重県鈴鹿市高岡町字塚原 1843-7
電話：059-349-1100
www.horin-g.jp/takaoka/

参 考 図 書



『木の木』
文・萩原信介／絵・高山登志夫（福音館書店）
庭や公園、雑木林などの樹木143種を掲載。花や実、葉を精緻に描いたイラストが多数収録されていて、観察時の図鑑としても活用できる。



2



自然・環境体験プログラム

どんぐりの木は緑の葉が生い茂り、太陽の光を浴びて葉っぱの色を濃くしています。森では動物や昆虫などの生き物が元気に活動しています。子どもたちは新しい環境にも慣れ、仲間との関係性が豊かになり、遊びや冒険に夢中です。

「同じものを見つけよう」「同じ木を探そう」「木のフロッタージュ」

《プログラムのねらい》

- 木への興味・関心を深め、どんぐりを植える活動への参加意欲を高める。

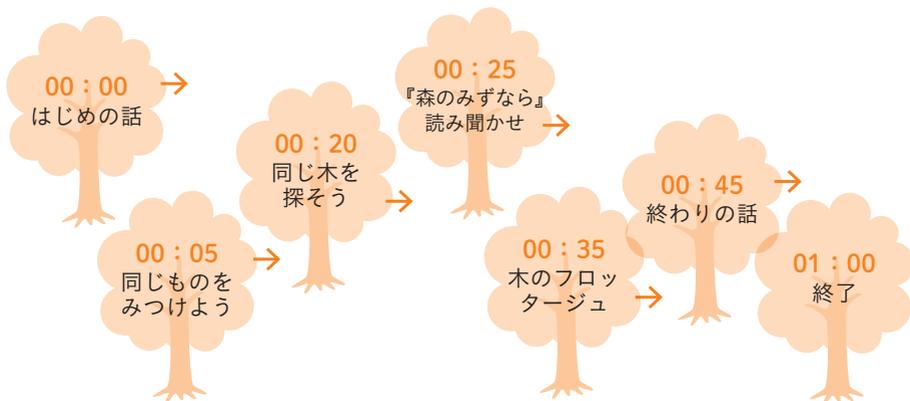


《プログラムのスケジュールと準備》

場所：近所の公園

参加数：年長組（5、6歳）18人、保育者3人（崇徳保育園・滋賀県豊郷町）

所要時間：合計60分



事前の準備

「同じものを見つけよう！」（大きな布、探すものの見本）／「同じ木を探そう」（樹皮の写真5種類）／絵本『木のみずなら』／「木のフロッタージュ」（コピー用紙 A5 判・50 枚程度、クレヨンロック）



同じものを見つけよう

室庭公

記憶を頼りに
みんなで探して持ってくる

手順

はじめに次の①～⑤を子どもに伝えます。①布の中に隠された自然物と同じ物を探してくる遊びをすること。②今日は5種類の物が隠してある。③布の中身を見られるのは10数える間だけ。④生きている物は持ってこない、落ちている物は持ってきてよい。⑤グループで力を合わせて探す。

そして、みんなで10数えながら布の中を確認。その後、グループで協力して同じ物を探しに行きます。5～10分たったら最初の場所に戻り、みんなで答え合わせをしましょう。

安全上の注意

*事前に、探しに行く範囲と、戻って来るときの方図を確認しておきましょう。

みんなで相談しながら拾っていきます。



／これかな～＼

リーダー：「この布の中に公園に落ちているものがいろいろ入ってるよ。10数える間だけめくるから、よく見て覚えてね。チームで相談して同じものを持ってきて！」

子どもたち：「同じやつ持ってくるの？」

リーダー：「そうだよ。行くよ。せーの！（10数えたら布をかぶせて）おしまい！ はい、がんばって探してきてね！」



10秒間、じっと見て覚える子どもたち。

布の中の見本

- *木の皮
- *小石
- *小枝
- *枯れ葉
- *殻斗（どんぐりの帽子）



答え合わせのとき、どういいう物が確認し、最後は元に戻しましょう。

同じ木を探そう

庭公

樹皮のちょっとした特徴を
手がかりにして探す

手順

はじめに次の①～④を子どもに伝えます。①写真（樹皮）と同じ木を探す。②グループで力を合わせて探す。③これだ！と思う木が見つかったら、その木の近くで待つ。④すべてのグループが木を決めたら、リーダーが答えの木に行って答え合わせをする。そして、A3判に拡大した樹皮の写真を見せてゲームスタート。何種類かの木の写真を用意し、何度も遊びます。

木のフロッタージュ

庭公

クレヨンでこすると
模様が浮き上がる

レポート

絵本『森のみずなら』を読んだ後、子どもたちは紙とクレヨン等材料に、好きな木でこすり絵（フロッタージュ）を楽しみました。思い思いの色のクレヨンを握りしめ、浮き出る樹皮の模様に喜ぶ子どもたち。色を途中で変えたり、紙の端までていねいにこすり出すなど、様々に表現を楽しみました。

安全上の注意

＊事前に探す範囲を確認しておきましょう。

子ども：「ねー、ヒントほしいよ！」
リーダー：「とても太い木（これぐらいと腕を広げて見せる）だった気が…」
「葉っぱはガザガザだったかな…」
など、子どもの様子に合わせて、ヒントを出してもOK。



樹皮の細かい部分をしっかりと見比べます。

この木かな？

写真を見ながら答え合わせをします。



今回使用したクレヨンは大豆の搾りかすと蜜蝋が原料の「クレヨンロック」。



どの木がいいかな…

次から次へ何枚もこする子もたくさんいました。



プログラムの感想



谷口瑞石・園長



安澤喜志子先生



西堀宏美先生



氏原龍子先生

園で野菜を育てたり、お泊り保育の時に薪を集めてきて火を起こして飯ごうでお米を炊いたり、普段からさまざまな体験を取り入れています。今日はみんな夢中になって遊んでいましたね。子どもの気持ちに寄り添うことで自己肯定感が育ちます。よい体験になったと思います。

子どもたちが本当に木に集中していました。花は咲いてなくても「サクラの木や!」とわかったり、葉っぱが「丸まってる」「ざらざらしてる」と気づいたりして、言葉も豊富でした。いつもなら新しい人にドキドキしてしまう子どもが、こすり絵で紙のすみずみまで塗っていました。遊びが楽しいと、普段はノリにくい子どもがノっていて、新しい発見でした。

崇徳保育園



90年ほど前に近江商人の寄付で設けられた託児所が起源という由緒ある園。どんぐり植樹に参加して9年目。児童公園の一面には植樹したクヌギやコナラがあり、子どもたちは紅葉し、葉を落とし、実をつける木々に興味津々だ。卒園生が小学校入学、卒業前のタイミングで招待される「里帰り保育」があり、植樹したどんぐりの様子も観察する。東北復興グリーンウェイブ協力園。



data

住所：滋賀県犬上郡豊郷町
三ツ池 45
電話：0749-35-3770
www.suutoku.jp/

おたぴしょ 御旅所の ヒーローの木

プログラムの数日前、保育園に隣接する御旅所と呼ばれる神社の敷地で、台風の影響で樹齢数百年の老木が折れた。この木はクワガタムシもいて園児のお気に入りだった。「先生、木の歌作ろう!」子どもたちに頼まれた担任は、みんなに木への思いを話してもらい、歌詞に盛り込んだ。倒れたけど、木は僕たちのヒーロー。たくさん虫も自分たちも、みんな木が好きな仲間。そんな力強い曲が仕上がった。

この日はプログラムの合間に絵本『森のみずなら』を読み聞かせた。徐々に弱っていくみずならが倒れた場面は、御旅所の倒木にそっくり。「御旅所の木とおんなじや!」と子どもたちが声を上げた。

参 考 図 書



『森のみずなら』
文・絵／高森登志夫
(福音館書店)

森の大きなみずならの四季と一生を美しいイラストと文章で綴る。季節ごとにどんな動物が木の周りに集まってくるかを細かく見るのも楽しい。



3

自然・環境体験プログラム

夏

夏休みは自然と親しむ絶好の機会。親戚の家に出かけたり、旅行に行ったり、キャンプに行く家族も多いでしょう。山や川、海などのできる、自然・環境体験プログラムを紹介します。

「川原さんぼ」「バッタのクラフト」「川の万華鏡」

《プログラムのねらい》

- 川や周辺の自然に関心を持つ。
- 自然や生き物、木とのつながりを確認する。

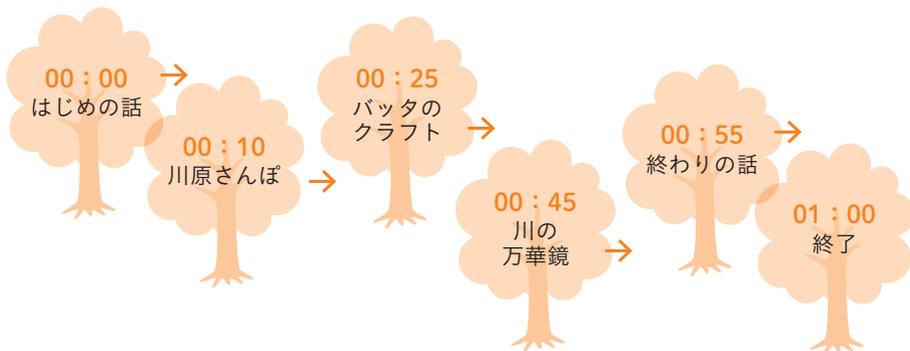


《プログラムのスケジュールと準備》

場所：川があるキャンプ場（福井県・前坂キャンプ場）

参加数：園児とその家族約 40 人、保育者 6 人（大野幼稚園・福井県大野市）

所要時間：合計 60 分



事前の準備

「バッタのクラフト」(土台に使う木の端材 20 枚、のこぎり 4 丁、ポンド 10 個、はさみ、マジックなど) / 「川の万華鏡」(万華鏡キット 20 個、ぞうきん 2 枚、かなづち 2 丁)



川原さんぽ

川のあるところ

台風のアとの静かな川原で
流木や生き物を探す

レポート

前坂キャンプ場の隣を流れる石徹白川（九頭竜川支流）の川原へ散歩に出かけました。散歩の行き先は、川の流れが90度に曲がる場所でした。上流から流れてくる流木がたくさん集まり、川とキャンプ場の間は草地でたくさんのバッタが元気に跳びまわっていました。

静かに草地を歩きながら、あわてて飛び跳ねるバッタをみんなで捕まえたり、川原では思い思いに流木や石を拾いました。川原からのぞいた水面には、稚魚が元気に泳ぐ姿を観察することができました。

福井・岐阜県境の油坂峠を源に、日本海へと注ぐ九頭竜川は福井県を代表する一級河川。きれいな水が豊富で、瀬と淵のバランスがよく、アユ釣りの川としても有名です。



リーダー：「みんなに質問です。川原にたくさんあった枝はどこから来たのかな？」

子どもたち：「川が流して持ってきた！」

リーダー：「よくわかったね！こないだの台風で折れた木の枝が川に入って、川の水が増えて枝も流れてきたんだね。川がカーブしてたところに、たくさん残ったんだね」

特別な散歩ではありませんでしたが、木のない川原に流木がたくさん堆積している様子を見て、山（森）と川がつながっていることを知り、バッタの模様がすんでいる草地ととてもよく似た色、模様だということに気づき、川にも生き物がすんでいることを知ることができました。

川原で木やきれいな石を拾う子どもたち。



拾ったー！



バッタのクラフト

家庭公開

のこぎりの使い方を
親子で体験！

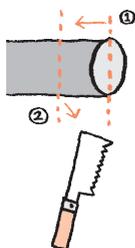
レポート

かつてはありふれた生活道具だったのこぎりも、今はすっかり出番が少なくなりました。今回のバッタのクラフトでは、流木をカットする道具として、親子でのこぎりに触れる機会を用意しました。

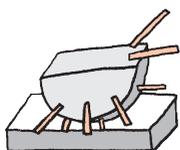
リーダーは木の片側を空中に出すようにすると切りやすいこと、親（大人）が子どもの後ろ側から補助するとよいことなどをアドバイスしました。

作り方

① 流木をのこぎりで切る



② ボンドで接着する



ボンドタッチ（サクラクレパス）は木工用ボンドと瞬間接着剤を合わせたような、とても使いやすいボンドです。

安全上の注意

*刃物を使うときは、周りに人がいないことを確認して、子ども一人で使わないようにしましょう。



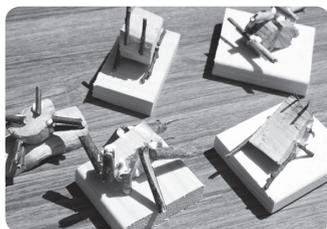
本物のバッタをよく観察しながら制作。



流木をのこぎりでカットする。



ボンドで台につける。



子どもたちの作品。



できたー！

川の万華鏡

室 庭 公

川原で拾った石を
万華鏡に入れて観察

レポート

この日は川原で拾ってきた小石をぞうきんに包んで（かけらの飛散を防ぐため）かなづちで叩き、そのかけらを万華鏡に入れて観察しました。キラキラと光りながら、色んな形に変わる様子に子どもも大人も大興奮！ 少し違った角度から、川の自然を楽しむことができました。

安全上の注意

- *石を叩くときは、周りに人がいないことを確認して、子どもと大人と一緒にいきましょう。
- *万華鏡で、太陽をのぞかないように注意しましょう。

《万華鏡キット》

万華鏡は、紙の筒に三角錐の鏡を挿入して組み立てる手作りキットを使用。底のふたが取り外し自由になっているので、レンズの下に観察したい自然物を入れて何度も楽しむことができます。

www.yumegazai.com/Product/zk-2313-288



親子で万華鏡を組み立てます。



花びらを入れて観察した子どもいました。



プログラムの感想



藤 兼量
園長

保 護者のかたが新鮮に感じていたようで、それがよかったです。こういう親子の体験を経て、大人も親として育っていきます。



末永克子
先生

川 に近づいて行くにつれて、子どもたちのわくわく感が伝わってきました。散歩の途中で出会ったサルを観察したり、クラフトでは親子で力を合わせて夢中で作業している姿が印象的でした。

協力園・大野幼稚園 (P61 参照)



秋

自然・環境体験プログラム 4

どんぐりの木の葉は赤や黄色に紅葉し、森の落葉樹の葉も色づき、まもなく葉を落とし、子どもたちはたくさん仲間たちと関係を深め、お互いを認め合えるようになっているでしょう。実りの秋には、人と人の関係も深まります。

「葉っぱジャンケン」「森の色あわせ」「森の万華鏡」

《プログラムのねらい》

- 自然の中で生き物や新しい発見を楽しむ。
- 葉っぱや木に関心を持つことで、自然への興味を高める。



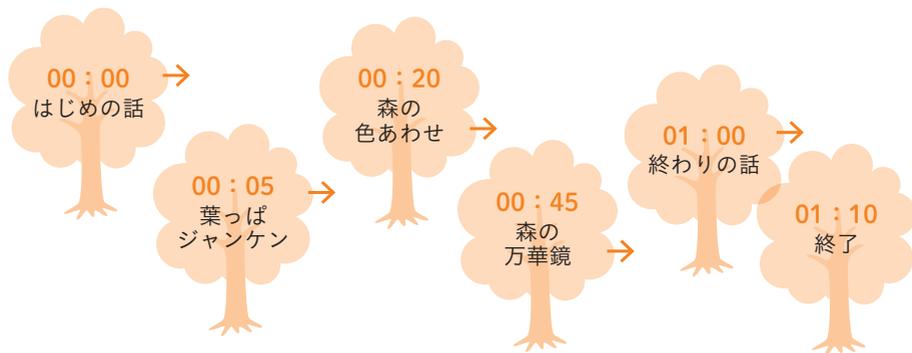
《プログラムのスケジュールと準備》



場所：近くの緑地（飯田女子短期大学グラウンド）

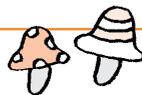
参加数：年長組（5、6歳）55人、保育者3人（慈光幼稚園・長野県飯田市）

所要時間：合計70分



事前の準備

「葉っぱジャンケン」（勝敗基準を描いたカード3～6枚ほど） / 「森の色あわせ」（たんけんルーペ60枚） / 「葉っぱの万華鏡」（万華鏡キット60個、紙皿20枚、はさみ4つ、落ち葉などをはさみで細かく刻んでおく）



葉っぱジャンケン

庭 公

グー・チョキ・パーの代わりに
葉っぱの個性で勝負！

手順

グー・チョキ・パーの代わりに、自分で拾った落ち葉を出して勝負を楽しむ、ジャンケン遊び。最初に、大きさ、形、色などなるべく違う種類の落ち葉を3～5枚拾います。続いて2人1組になり、勝負に使う落ち葉を選びます。リーダーの「ジャンケンはい！」の合図と共に落ち葉を出します。勝敗は、リーダーが選ぶカードに書かれた基準（大きい葉っぱの勝ち、小さい葉っぱの勝ち、穴の多い葉っぱの勝ちなど）で決定。相手の葉と自分の葉をよく見比べながら、勝ち負けを楽しみます。

この日の勝敗基準

- *大きな葉っぱ
- *小さな葉っぱ
- *赤い葉っぱ
- *黄色い葉っぱ
- *細長い葉っぱ
- *穴がたくさんあいている葉っぱ



勝った！ イーイー！

リーダー：「1人5枚、葉っぱを拾ってきて。小さいのや大きいの、赤や黄色、細いの太いの、穴のあいたのとか、できるだけ違うのね」

子どもたち：「はい」

レポート

毎回どの葉っぱが勝つかわからないので、子どもたちもドキドキしながら楽しんでいました。リーダーの「このジャンケンには、色んな形や色の葉っぱがあることを知ることができる楽しいジャンケンなんだよね。また、違う場所でも楽しんでみてね」との言葉に、子どもたちは笑顔でうなずいていました。

こんなに拾ったよ！



今回は赤い葉っぱの勝ち！

森の色あわせ

庭 公

自然の中から
同じ色を探し出す

手順

色の見本を見ながら、自然の中から同じ色を探す遊び。「あか」「あお」など言葉で指定しなくても、見本を見ながら「おなじだ～!」「にってるね～」などと自由な発想で遊べる点がポイント。一人で楽しむこともできますが、幼児向けには、グループに分かれてみんなでわいわい話しながら楽しむスタイルがおすすめです。

森の万華鏡

室 庭 公

葉っぱや小枝で
美しい柄を楽しむ!

レポート

最後は、あらかじめ幼稚園で組み立てておいた万華鏡に、細かく切った落ち葉や枝を入れ、森の万華鏡を楽しみました。万華鏡をクルクル回すと色とりどりの葉っぱや細い枝が思いもつかない模様をつくり、子どもたちは大喜び! 保育者も一人ひとりの万華鏡をのぞき美しさをわかち合いました。

安全上の注意

*事前に、探しに行く範囲と、戻って来るときの合図を確認しておきましょう



葉を裏返したり光を当てると、違う色になると気づく子どもも。

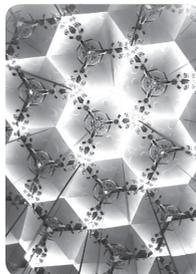


今回は、ネイチャーゲームショップ (P24) で購入できる「たんけんルーペ」を色の見本として使用しました。折り紙や色画用紙を材料に手作りすることもできます。



落ち葉や小枝、草をはさみで細かく切り、事前に紙皿に用意。

友だちと見せ合いっこして楽しみました。



秋の色が見せる美しい模様。

プログラムの感想



双山しげ子
園長

園庭がお寺の境内なのでイチヨウやどんぐりの木があり、園児たちは普段から葉っぱで冠を作ったりして遊んでいます。でも、色をベースに自然に目を向けさせることはなかったの、みんな夢中になっていました。「紫がない!」と探していたら、あったんです。緑のちっちゃな実が紫に変わっているのを子どもたちが見つけて感動しました。これからも新しいアイデアをどんどんやっていきたいです。



川上ゆかり
先生

葉っぱジャンケンには、勝ち負けにいろいろな条件があっていいですね。勝ち負けの条件を子どもたちが事前に決めてもよいかも。大きいから、きれいだからいいのではなく、汚い葉っぱにも価値があるということがわかるとよいと思います。色探しは、葉っぱをじっくり観察することで、はじめて見えることがたくさんありました。子どもたちにとって新しい発見は、感性を育てることにつながります。



高松里子
先生

色で探すと、思っていた以上に自然界にいろんな色があることを感じられますね。この色の気づきを生かして、作品展の絵などで、より自由な発想で自分の表現を楽しんでくれるといいなと思いました。葉っぱジャンケンも子どもたちの反応がよかったので、園でも取り入れていきたいです。万華鏡はみんな興奮状態でした。そういった興奮や好奇心を持って取り組むと、大きな成長につながりますね。

慈光幼稚園



設立は大正3年、2008年より幼保連携型の認定こども園に。100年を超える紆余曲折の歴史の中で幼児教育を実践してきた。飯田女子短期大学とは姉妹校関係にある。

子森ネットの活動は2017年から参加。同短大のどんぐりを拾い、年長児が苗を育てている。2019年がはじめての植樹となる。



自然体験プログラムが終わったあと、慈光幼稚園の園児たちがリーダーへのお礼に歌を歌ってくれた。曲は、まどみちおさん作詞の「おおきい木」。園児たちは元気な声ではつらつと歌った。

d a t a

住所：長野県飯田市伝馬町2-31

電話：0265-24-0415

www.jikoh-y.com/





秋

自然・環境体験プログラム 5

運動会や遠足などの行事が終わる秋は、子どもたちの感性が最も開いている季節。新しいことにチャレンジしやすい時期です。室内でどんぐりを使う自然・環境体験は、雨の日や園庭がない場所でも気軽に取り入れることができるプログラムです。

「ノーズ」「どんぐりを探そう」「絵本の読み聞かせ」

《プログラムのねらい》

- 森の動物に興味を持ち、自然への関心を高める。
- どんぐりやリスに興味を持ち、どんぐりが木に育つことを学ぶ。



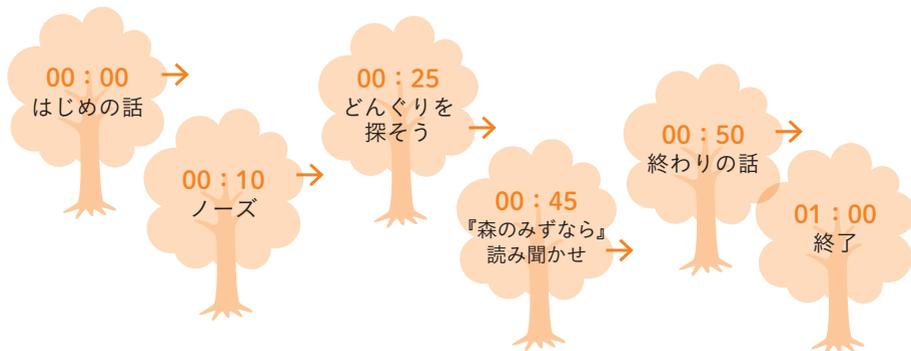
《プログラムのスケジュールと準備》



場所：室内（中目黒駅前保育園ゆうぎ室・東京都目黒区）

参加数：年長組（5、6歳）12人、保育者2人

所要時間：合計 60分



事前の準備

「ノーズ」（ヒントカード）／「どんぐりを探そう」（大型積み木やマット・座布団、風呂敷・布など、どんぐり 100 個ぐらい、絵本『森のみずなら』）



ノーズ

室庭公

生き物の名前がわかったら
指で鼻を触って合図！

レポート

ゆうぎ室に集まった子どもたちは、リーダーを中心に車座になって座りました。今日は、生き物をテーマに遊ぶことを話し、さっそく生き物の名前をあてるクイズ「ノーズ」を楽しみました。1問目の正解は、ウサギ。みんなでピョンピョンとウサギの真似をしながらゆうぎ室の中を動き回ります。2問目は、「足は4本」「森の中に住んでいて」「どんぐりが大好き」「しっぽが大きい」とヒントが続き、だんだん「わかった！」のポーズをするお友だちが増え、最後のヒントを聞いてから…。この生き物の名前は「〇〇！」と、大きな声で答え合わせをしたあと、森をトトトと素早く歩く様子をみんなで真似しました。

※「ノーズ」の手順はP23 参照。



何本も鼻に指をあてて
わかったポーズ！

リーダー：「答えを言わずに、わかったら指でお鼻を触る。わかったポーズ、やってみて」

子どもたち：「はいー」

リーダー：「途中でまちがえたと思ったら、周りをきょろきょろ確認して、指をそっとおろしてごまかしてみて！」

言葉のヒント

- *私の足は、4本です。
- *私は、大人の手の平にのるぐらいの大きさです。
- *私は、森にすんでいます。
- *私は、(全身に)毛がはえています。
- *私は、木登りが得意で、枝から枝に飛び移ります。
- *私は、どんぐりが大好きです。
- *私には、大きなしっぽがあります。

「ふとと白刺の森」を景



思わず「わかった！」と手を挙げてしまう子どもたち。ヒントの数が増えるごとに鼻に指をあてるルールが浸透していきました。

どんぐりを探そう

室庭公

リスになってどんぐりを隠し
あとでどんぐりを探す

手順

「どんぐりを探そう」は、土の中にどんぐりを埋めて隠すリスの習性を、リスになりきって真似して遊ぶゲーム。グループに分かれて、大型積み木やマット・座布団、風呂敷・布などを材料に、リスの家をつくります。それぞれの家が完成したら、どんぐりを家のあちこちに隠しましょう。どんぐりを隠し終わったら、別のグループの家にどんぐりを探しに行きます。家をつくるときも、どんぐりを隠すときも、

絵本の読み聞かせ

室庭公

森の木や生き物について
みんなで考える

最後に絵本『森のみずなら』（P29）の読み聞かせをしました。どんぐりを実らせる木、みずならの一生と、森に集まる動物たちの絵本で、リスも登場。「リスが森にどんぐりを隠して、食べ残すことがあるんだって」と、リーダーは語りかけ、そのどんぐりが芽吹き、やがて木になることを説明しました。

どんぐりを探すときも、リスになったつもりで行動することを忘れずに！どんぐりを見つけたあとは、みんなで数を数えます。「あれ？ 足りないどんぐりはどこにいったのかな？」



まず、リスの家を組み立てます。

どんぐりを配ります。



どんぐりを隠します。

相手チームが隠した
どんぐりを探しま
しょう。



あったー！

「どんぐりはどこにいったの？」リスが土の中に隠したどんぐりが、そのまま掘り起こされずに発根・発芽し、どんぐりの木になることもあります。



森の木の一生のストーリーに、みんな真剣に耳をかたむけました。

プログラムの感想



天野隆史
園長

子どもたちがリスの気持ちになって、想像の世界で自然と親むことができたと思います。導入のクイズからの流れが良かったですね。近くに公園があって木の実もたくさん落ちていて、バツを追いかけられる雑草エリアもあり、都会なりに自然の面白さ、不思議さに触れる機会はあると思います。都会は遊具ひとつとっても「危ないから」とルールで縛られることが多いのですが、やはり子どもたちも、自発的に遊んで「これはやれる」「これはまずいなあ」と考えることで主体性は育つと思うので、そこは大切にしたい。当然安全面からルールも尊重しますが、常に子どもを信頼してまかせてみようという気持ちを大切にしながら保育をしています。



今野恵里
先生

動物の名前を当てるクイズは、ぜひやってみたいです。園庭のない保育園なので、自然体験の機会は意識して作るようにしています。目黒区と品川区にまたがる「林試の森公園」という自然豊かな公園があるのですが、子どもたちを車に乗せて連れて行くことができます。そのときは、あえて目的を作らず、木の枝を倒して行く方向を決める冒険を試みたり、子どもたちの気づきで活動を進めていけるようにしています。

中目黒駅前保育園



中目黒駅前にそびえる高層ビル、アトラスタワーにある都心の保育園。母体は社会福祉法人・さがみ愛育会で、どんぐりの活動には開始初年度から参加。区内の東山公園などに園で育てた苗を植樹してきた。東北復興グリーンウェイブや、広島・豪雨災害の支援活動にも熱心に取り組む。どんぐりの小さな苗が冬までには落葉し、春に新芽を出すことで、都心の園にささやかな四季の移り変わりを伝えてくれているという。

data

住所：東京都目黒区上目黒
1-26-1 アトラスタワー 3階
電話：03-3711-7110
www.ans.co.jp/n/yumeresshya/



園の入り口で育つどんぐりの苗木。



自然・環境体験プログラム 6

どんぐりの木は葉を落とし、森はひっそりしているように見えますが、木は冬芽を蓄えて春の準備をしています。春には子どもたちは進級し、年長さんは卒園します。冬は1年間の集大成として、よりダイナミックに集団活動を意識し、子どもの成長を後押ししましょう。

「たき火でお湯をわかそう!」「お茶タイム」

《プログラムのねらい》

- 火への興味、関心を高め、資源・エネルギーとしての木への理解を深める。
- 木の大切さを知り、森づくり活動への興味を高める。



《プログラムのスケジュールと準備》

場所：園庭（東京ゆりかご幼稚園・東京都八王子市）

参加数：年長児 28人 × 3チーム、保育者 3人 × 3

所要時間：合計 50分 × 3チーム



事前の準備

簡易カマド、羽釜、羽釜のふた、やかん、ひしゃく、火ばさみ、新聞紙、マッチ（以上それぞれ3クラス分）、薪（太さがラップの芯程度のもの、太いまじっく程度のもの、鉛筆程度のもの）を収穫コンテナ2、3個程度、人数分のお茶カップ、お茶の葉

子どもたちの服装：長袖、長ズボン、軍手、帽子

たき火でお湯をわかそう!

庭

何がよく燃えるか知って
安全に火を育てる

手順

この日は園庭の森から子どもたちが拾ってきておいた木の枝などを燃料にたき火をすることを話した後、次の①～④について確認しました。①グループ別に挑戦する。②すぐに火がつくもの(新聞紙など)、すぐには火がつかないが力が強いもの(太めの薪)がある。③火がうまく燃えるには、燃えるものと空気が必要(温度も必要だが今回は割愛)。④火やカマドは「あつい」ので直接さわるとヤケドをする。

その後グループ別に、新聞紙、細い枝、中くらいの枝、太い枝の順に薪を組み、マッチで火をつける準備をしました。

今回のたき火で燃やしたのもの……

- *太い木の枝
 - *ワラ
 - *ススキ
 - *やや細めの枝
 - *中くらいの枝
 - *松の枝
 - *新聞紙
 - *旧年のお正月飾り
 - *葉っぱなど
- (幼稚園にあったものから準備)

燃やすものの説明を熱心に聞く。



火を扱うときの注意点……

- *マッチは人が周りにいないところである。
- *長袖の袖はまくらない。軍手をはめる。
- *羽釜は触ると熱いので触らない。薪は火ばさみを使ってくべる。
- *煙を吸い込まないように、風上(風の吹いてくる方向)に立つ。

《たき火の火を育てるコツ》

- 1: 新聞紙は丸めてから広げ、上は雑巾のようにしぼり、下は開いて火をつける。
- 2: 細い枯れ草は、広がらないようにまとめてねじると、新聞紙の次に燃えやすい。
- 3: 薪は隙間をあげながら組む。火を育てるには燃やすものと空気が必要。
- 4: 炎は上に広がるので、燃えているものの上に燃えるものを乗せると燃えやすい。



どれが燃えるかなー

燃やすもの(薪など)を新聞紙の上に組んで(かさねて)いきます。



お湯をわかす！

レポート

さあ、いよいよお待ちかねの点火です。この日、園児たちは全員がマッチをする体験ができると聞くと、とても喜んでいました。実際にやってみることで、火の魅力と共に、慎重に扱わなければならない意味も納得できるというものです。

保育者に手を添えてもらいながら、



新聞紙を丸めてから広げます。



マッチをするのがはじめての子もいました。

火がつくと歓声があがりました。



子どもたちが真剣な面持ちでマッチに火をつけ、そっと新聞紙の下（すそ）に火をつけると、じわじわとカマド全体に炎が広がりました。10分ほどたったところで、湯気があがりお湯がわかはじめました、そこにお茶の葉を入れてしばらくすると、透明だったお湯が黄金色に！ お茶の香ばしい匂いが周辺に漂いました。



保育者と一緒に火をつけます。



わかしたお湯でお茶をいれました。

お茶タイム

室庭

育てた火でわかした湯で
地元のお茶を飲む

手順

羽釜のお茶をひしゃくでやかんに移し換えると、一同は野外調理場に移動してティータイムを楽しみました。子どもたちは保育者からマイカップにお茶を注いでもらうと、うれしそうに一口ずつゆっくりと飲みはじめました。

この日のお茶は、地元の七国峠に自生するカワラケツメイというマメ科の山野草で、園の里山で育てて収穫し、煎じた手作りのものでした。この地区では昔から田んぼ仕事の合間などによく飲まれていたそうです。

保育者：「みんなが育てたき火でわかしたお湯でいれたお茶、火の神様にも感謝して、いただきます。」

「どんな味かな？」

子どもたち：「おいしい!」「あたままる」「あまい〜」「おかわり!」などの声があがりました。

プログラムの感想



内野彰裕
園長

さ まざまな体験活動は日頃からたくさんやっていますが、火を起こす、育てる経験を園児一人ひとりがしたのははじめて。いつもは保育者が手取り早くバーナーで火をつけてしまうので、今回のように体系的なプログラムでできてよかったです。バーナーだと太い枝でも火はつき、キャンプファイヤーは灯油をかけることもあるので、何が燃えやすく、何が燃えにくいかを具体的に教えてもらえてよかった。マッチの小さな火を育てる経験は、子どもたちもすごく印象に残ったと思います。カワラケツメイは、近くの長池公園の園長さんが種を分けてくれて、今年初めて収穫したところでしたので、タイミング的にもよい企画でした。



山本智美
先生

子 どもたちは、マッチで火をつける体験を全員1回はできると聞いて、とても楽しみにしていました。マッチ自体は知っているようでしたが、今はガスライターのようなものが多くて、自分でつけたことのある子は少ないと思います。日頃から燃えるものを集めてくれるお手伝いはよくしていますが、木や草がどんな風に燃えるかを間近で見たことはないなので、着火したばかりの時に「火がまだ本気出してない(笑)」みたいな話から、「どうやったら本気出てくるのかな」と、田中先生のアドバイスを受けながら木を足してみていました。炭になる最後の状態まで観察できて、すごく楽しかったみたいです。普段は「火に近づかないで」と言われることの方が多いので、火にあそこまで近づいて親しめて、最後にはその火でわかしたお湯でお茶を飲んで、よかったと思います。

協力園・東京ゆりかご幼稚園 (P66 参照)

子どもたちの心に 共生というタネをまく

JP子どもの森づくり運動の10年、そして未来へ

子どもの森づくり推進ネットワークの活動10周年を機に、
理事たちがこれまでの活動を振り返り、未来を語る。

身近などんぐりで自然体験を！

現代は五感に訴求するような自然体験が不足している子も多いです。幼少期はデジタルなゲームの世界に浸るより、豊かな資質を養うために、もっとたくさん自然に触れてほしいですから、若久青い鳥保育園の岡村斉先生たちと、「何とかせねばいかんですな…」と、顔を合わせるたびにそんな話をしていました。

継続できる自然体験にするには、保育のプログラムに組み入れてもらう必要がありますが、唐突に「森へ行こう！」と呼びかけたところで、園の多

忙な日常を考えると厳しい。では、自然体験をどう届けるか——。

いろいろ考えて、身近などんぐりを拾って園で育てるという活動にたどりつきました。

苗木の植樹については、広葉樹は生物多様性の観点から種苗の移動に制限があることなどを、専門家のご指導を仰ぎながら勉強しました。

はじめのうちは、岡村先生や私の地元である福井県大野市の大野幼稚園の藤先生を頼って、参加園を増やしていました。

どんぐりを通して東北の子どもたちとつながる

活動が軌道に乗ってきた矢先に起きたのが東日本大震災でした。東北のみなさんが大変な思いで復興に取り組んでいるのに、このまま活動を続けていいのか。私たちも悩みました。復興支援にからめた新しい活動を模索するなか、全国私立保育園連盟の復興担当だった菊池秀一先生に、岩手県山田町を紹介してもらいました。津波で大き

な被害を受けた町です。

町の方とお話できたことをきっかけに始まったのが、東北復興グリーンウェイブです。

緑の復興をお手伝いすることが、私たちに一番ふさわしい支援だと気づき、前に進むことができました。どんぐりを通じた被災地と全国の子どもたちの絆づくりです。



今でこそ評価もいただけていますが、はじめは大変でした。「被災地は、それどころじゃないよ」とお叱りを受けることもありましたが、「私たちが支援をしたいというより、被災地のみな

さんが震災で学ばれた大切なことを全国の子どもに届けたい。活動を通じて子どもたちがつながります」と、とにかく真心を込めて説明して回ったことが伝わったのかなと思っています。

持続可能な未来へ

私たちの活動目的も、当初の子どもの“生きる力を育む”から、“共に生きる力を育む”へとシフトしてきました。持続可能な未来を目指すときに、子どもの環境活動はすべての基礎になります。今後も子どもたちの心に共生というタネをまいていきたいです。



お話：清水英二
代表理事



岡村斉
理事

数 人から始まった運動でしたが、今では120園以上、6000人の子どもたちが参加してくれている。九州の子どもたちが東北の子どもたちのことを思いながら、植樹をして木を育てるというような活動まで広がってきて、絆が深まっています。命を育てることの大切さを子どもたちに伝える活動ができていくことに、本当に感謝しています。



藤 兼量
理事

10 年で気づいたことがたくさんあります。たとえば、同じ樹種の同じ母樹からとったどんぐりを全く同じ環境で育てているのにもかわらず、生育の仕方は違う。子どもも一人ひとり個性的ですが、どんぐりもやっぱり個性がある。今後、現状のNPOのままでは200園ぐらいまでが限界かなと思っています。もう少ししっかりした組織体に編成し直すことで、5年、10年先まで、中長期的な展望を持って取り組んでいけるのではないのでしょうか。



菊地秀一
理事

活 動を通して、子どもたちの植物や自然活動に対する意識は間違いなく高まったと思います。苗木は簡単に高い木にはなっていない。育つことの難しさが実体験で分かるわけです。どんぐりが2、3年かけてようやく20、30cmほどの高さになる。ましてや見上げる大木になるまで、木1本が育つことの大変さみたいなことを子どもたちは間違いなく学んでいます。そういうことを就学前に経験するということが、すごく大切だと思いますね。



編著：NPO 法人子どもの森づくり推進ネットワーク（子森ネット）

子どもたちに、五感に訴求する本物の自然と環境の体験を提供し、子ども本来の「生きる力」と「環境の心」を育むことをミッションに、2008年に特定非営利活動法人として設立される。現在、日本郵政グループの支援のもと、全国の保育園・幼稚園・こども園の子どもたちに、森づくり活動を通じて自然・環境体験を提供する「J P子どもの森づくり運動」を推進中。

kodomonono-mori.net/

プログラム監修：田中住幸（たなか すみゆき）

飯田女子短期大学幼児教育学科准教授。1972年、大阪生まれ。大学在学中にレクリエーションやキャンプの世界に出会い、卒業後は民間の野外教育事業所に就職する。以来、約20年間子どもの自然体験の指導に携わる。2013年に社会人大学院生を修了した後は、保育者養成の職に従事している。専門は、自然体験教育・安全教育。本書ではp 22~45を担当。

J P子どもの森づくり運動 10周年記念 『保育に役立つ自然・環境体験プログラム集』 ～子どもの未来を想う保育者たちへ



2019年3月31日発行

発行者 清水英二
発行者 NPO 法人子どもの森づくり推進ネットワーク
〒146-0082 東京都大田区池上1-3-4
tel : 03-5755-3213 fax : 03-5755-3081
E-mail : info@kodomonono-mori.net

編集 小沢映子
写真 楠 聖子
ライター 岩井光子
カバーイラスト・マンガ・本文イラスト matsu
本文イラスト 加藤晃 (P86-89) / 千原櫻子 (P8-9)
ブックデザイン 白島かおり
印刷・製本 有限会社ジー・ティ・ワード

特別協賛

日本郵政グループ

協力

公益社団法人日本シェアリングネイチャー協会
www.naturegame.or.jp



協力・連携団体

国土緑化推進機構
全国私立保育園連盟
大谷保育協会
C・C・C富良野自然塾
日本森林インストラクター協会

《SNAJ引用承認番号 277》ノーズ p23
《SNAJ引用承認番号 278》フィールドビンゴ p24
《SNAJ引用承認番号 279》同じものを見つけよう p27
《SNAJ引用承認番号 281》森の色あわせ p36
《SNAJ引用承認番号 280》ノーズ p39
飯田女子短期大学幼児教育学科

©NPO 法人子どもの森づくり推進ネットワーク 2019 Printed in Japan

- *本書の記載内容は、2019年2月現在のものです。
- *本書に記載されたURL、連絡先等は予告なく変更されることがあります。
- *本書の無断転載・複製を禁じます。
- *落丁・乱丁はお取り替えいたします。

