

## 〈わかちあい〉プロジェクト

### 企業向けネイチャーゲームについて

現代人において、日常生活や自然の体験不足が叫ばれています。その傾向は年代が若くなるほど進んできています。この体験不足によって、どうしても考え方が狭くなり自分の世界に閉じこもりがちとなっていきます。このことによってコミュニケーション不足となり、何か困ったことや乗り越えなければならないことを避けてしまいます。このような傾向は企業で働く人達のモチベーションを下げていくことにもなります。

こうした中で、生きる意欲を高め、働くモチベーションを上げていくために、自らの行動を内側から変化させていく方法があります。

それがシェアリングネイチャーです。

シェアリングネイチャーとは、「直接的な自然体験を通して自分を自然の一部ととらえ、生きることの喜びと自然から得た感動を共有することによって、自らの行動を内側から変化させ、心豊かな生活を送る」という生き方を目指しています。ネイチャーゲームは、シェアリングネイチャーの考え方に基づく活動のひとつです。

シェアリングネイチャーの理念には、三つのキーワードがあります。

一つ目はその目的とする「自然への気づき」という言葉です。さまざまな感覚で自然を感じ、心と体で自然を直接体験することによって、自然界のすべてのものがつながっており、自分もそのつながりの一部であることに気づくことです。この、自然への気づきを深めることによって、自然や他者に対する思いやりが芽生えていき、自然とともに生きようとする心が育まれます。

二つ目は、「わかちあい」です。活動の根底には、常に「わかちあい」という心があります。指導者もこのわかちあいの心を大切にして、教えるよりも指導者も参加者とわかちあおうという姿勢で臨んでいます。そのような活動ですから、参加者はいくつかのアクティビティを体験していく中で自分の得

た感動や気づきを相手に自然とわかちあっていくように活動していきます。自分が得た感動や気づきを独り占めにすることはありません。そのような活動を通して、人はわかち合うことの喜びを感じていきます。

三つ目は、プログラムの組み立て方として、「フローラーニング」という考え方を取り入れています。これは自然への気づきを深めるために、参加者の心の状態にあわせながら進めていくという考え方です。

四つの段階とは、

第一段階「熱意をよびおこす」

第二段階「感覚をどぎすます」

第三段階「自然を直接体験する」

第四段階「インスピレーションをわかちあう」

という内容です。この段階に沿って、参加者はより深い感動に導かれていき、感性を高め、心を豊かにしていくことができます。

このような、シェアリングネイチャーの活動は大人も子どもも同時に体験できることに大きな特徴があります。これは知識より、五感（視覚、聴覚、嗅覚、味覚、触覚）によって自然を体験していくからです。

子ども時代自然を体験できたのは知識でなく感性であったように、その体験を追体験していけるのです。また楽しく学ぶことができるのです。そして、感性をどんどん高めていく事ができるのです。

もう一つ、大切なことはコミュニケーションの力が育つということです。シェアリングネイチャーの大切なキーワードに「わかちあい」があります。自分の気づいたことや感動を他人に分かち合うことです。これが自然とできるように組み立てられているのです。分かちあい、これこそ、コミュニケーションです。こうした力を身につけて身体の内面から生活を豊かにしていこうという意欲が生まれていくのです。

ここに、ネイチャーゲームのアクティビティを四つご紹介します。フローラーニングの考え方に基づいて、下記のアクティビティを使ってプログラムを組み立てていきます。

1		動物交差点	カメラゲーム	フォールドポエム	フィールドビンゴ	
1	名称	自分の背中に付けた生き物を周囲の人たちに質問しながらあてる	写真家とカメラが一体となって、自然の中の美しい瞬間を撮る。	仕掛けのある詩づくりをグループで行い、体験をわかちあう	「木の実」や「抜けがら」など自然の宝物を探すビンゴゲーム	
2	ねらい	<ul style="list-style-type: none"> <li>・生き物の生態系について興味をかきたてる</li> <li>・分類について学ぶ</li> <li>・うちとけた雰囲気をつくる</li> <li>・相互に助け合う</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・自然の美しさやおもしろさをとらえる</li> <li>・美しいものへの愛情を育む</li> <li>・友達への信頼を育み</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・体験や感じたことをふりかえり分かち合う</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・さまざまな感覚を研ぎ澄ます</li> <li>・観察力を高める</li> <li>・自然からの発想を得る</li> <li>・自然の不思議、おもしろさを分かち合う</li> </ul>	
		自分の背中に付けられた生き物が何か、周りの人たちに質問を繰り返しながら当てていく中で様々な生き物の生態について考えるきっかけがつかれる。同時に先入観に惑わされない素直な視点、情報の確かさを判断しながら取り入れる力、仲間への思いやりを育む	あたりまえのように身近にある自然でも瞬間的に見ることによって、はっとするような美しさ、おもしろさがあることに気づかされる。また写真家とカメラ2人が、普段とは異なる視点で自然を見つめ、共感し合うことができる	詩をつくる、感じたことを発表するというのが苦手な人も、ちょっと仕掛けがあることで、自然に取り組みことができる、出来上がった詩の底に流れる、各々の詩心に驚かされることだろう	ビンゴゲームの手法を使って、楽しみながら身近な自然のなかを様々な感覚を使って歩き回ると、自然の中から不思議なものや美しいものを見つけることができる。また、仲間で不思議なおもしろさや分かち合いながら歩くことで、なおさらその感性は深まる	
3	適正条件	(1)場所	平坦な場所、室内でも可能	目を閉じて歩ける平坦な地形	どこでも可、室内でも可	野外ならどこでも可
		(2)人数	4人以上	2人以上	3人以上	3人以上
		(3)時間	20分～40分	20分～40分	20分～40分	30分～60分
4	用意するもの	生き物カード人数分	カメラゲームカード人数分	紙グループ数分	フィールドビンゴカード人数分	
		洗濯バサミ人数分	筆記具人数分	筆記具グループ数分	筆記具人数分	
		合図の道具	合図の道具	下敷きグループ数分	合図の道具	
5	実践の手順	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 背中に洗濯バサミである動物のカードを本人にわからないようにつけてもらう。</li> <li>2. ペアになって、相手に自分に自分の背中に付けたカードを見せて自己紹介する。</li> <li>3. 相手の人に、自分の背中のカードが何なのか知るために質問をひとつする。</li> <li>4. お互いに一つずつ質問したら相手を変える</li> <li>5. 何人かの人と紹介し合い、質問を繰り返していき、自分の背中の動物が何なのかを考えていく。</li> <li>6. 自分の背中の動物がわかったら、リーダーに言って確認する。</li> <li>7. 外れたら、また相手を見つけて質問をしていく。</li> <li>8. 当たっていたらカードを胸につけて質問をしていく。</li> <li>9. 終わりの合図で、わからない人はみんなにヒントを出してあげる。</li> <li>10. カードにある動物について話し合う。</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. ペアを作る。どちらかが写真家となり、もうひとりにはカメラ役となる。後でこの役は交代する。</li> <li>2. 写真家がカメラを使ってどのように写真を撮るかの方法を説明する。             <ol style="list-style-type: none"> <li>(1)カメラ役の方は、目を閉じる。写真家はカメラの位置やシャッターボタンの位置などの説明をする。</li> <li>(2)写真家は撮りたいものにカメラの角度を合わせ、対象物までの距離を言ってピントを合わせる。</li> <li>(3)肩を1回叩いて、レンズを開き、3秒から5秒後に再び肩を叩いてレンズを閉じると一枚の写真が撮れる。</li> <li>(4)独創的で美しい写真を撮るために普段とは全く違った角度や方向、テーマを持って撮る等の説明をする。</li> </ol> </li> <li>3. 写真家はまず自分の撮りたいコマの周辺の自然の中から3つ探す。</li> <li>4. 写真家は目をつむったままのカメラを丁寧に誘導して、自分の撮りたいコマのところへ連れて行って、写真を撮る。</li> <li>5. 写真を撮り終わったら、役割を交代する。</li> <li>6. 二人とも撮り終わったら、集合場所で三枚のうち一枚をカードにプリントアウトする。</li> <li>7. プリントした写真を二人で交換する。</li> <li>8. 写真を見せあいながら、気付いたことや感じたことを話し合う。</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 3人(4人でも)のグループに分かれて、ひとつの詩を作る事を言う。</li> <li>2. 詩の作り方を説明する。             <ol style="list-style-type: none"> <li>(1)書く順番を決める。</li> <li>(2)最初の方は、テーマに沿って一行感じたことや考えたことを紙に書き、二番目の方はその紙を渡す。</li> <li>(3)二番目の方は、一番目に書いた人の一行を読み、それにつながる一行を書く。次に発想を変えて、自分なりに一行を同じ紙に書く。そして、先の二行が見えないように折りたたみ、三番目の方に渡す。</li> <li>(4)三番目の方は、二番目か二人が後から書いた一行だけを読んで、その行につながるような一行を書く。次の行に発想を変えて自分の一行を書く。最後に書いた一行だけを見せるようにして紙を折りたたむ。</li> <li>(5)三番目の方は、最後の行だけを見せるようにして折りたたんだ紙を一番目の方に渡す。</li> </ol> </li> <li>3. グループごとに分かれて詩を書く。</li> <li>4. 出来上がったグループで読み合う。共通体験や各自の発想や感じたことなどを話し合う。</li> <li>5. 各グループの全員が朗読する。</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 身の回りにも自然のおもしろいものや不思議なものがあることを話す。</li> <li>2. 三人(四人でも)のグループに分かれる。</li> <li>3. フィールドビンゴカードを配る。</li> <li>4. ルールを説明する。             <ol style="list-style-type: none"> <li>(1)カードに書かれているものをいろいろな感覚を使って探し、探せたものにはカードにチェックを入れる。</li> <li>(2)グループ全員が書かれているものにぴったりだと確認できたものを、見つけたとしてカードにチェックできる。</li> <li>5. 決められた範囲の中でグループ揃って探しに行く。</li> <li>6. 一定の時間が来たら、全員集合する。</li> <li>7. 見つけたもの、感じたことについて、みんなで話し合う。</li> </ol> </li> </ol>	

6. 写真

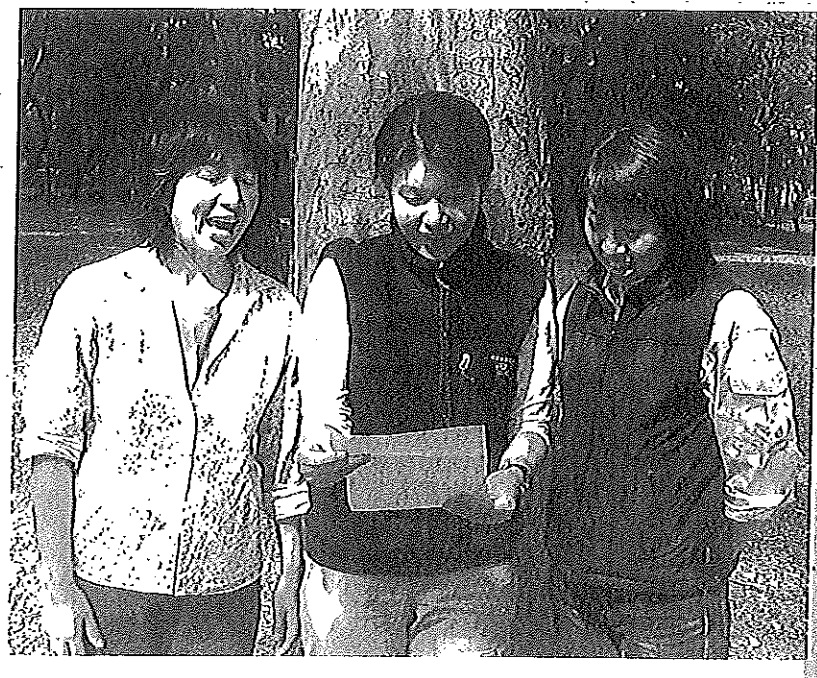
動物交差点



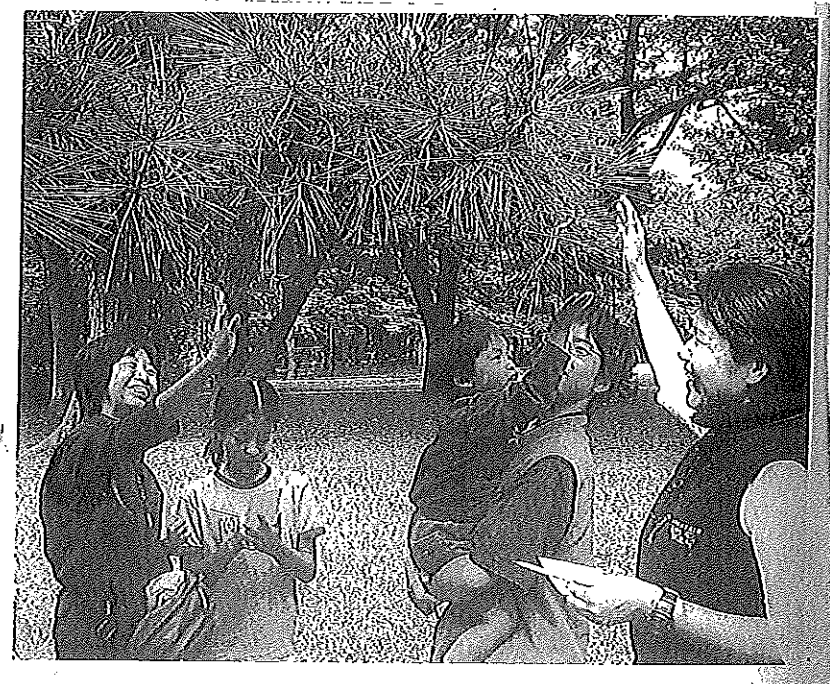
カメラゲーム



フォールドポエム



フィールドビンゴ



写  
真