

志津 里山自然学校 NEWS

文責：奥村 平一

開講式



2023年度の里山自然学校の開講式が、5月28日(日)馬場会館で行われた。

こども28名、保護者9名、スタッフ14名が受付を済ませ、山元校長先生から「森を大切にする感覚を養おう！」とあいさつがありその後全員「里山」へ移動した。

午前中:五感で森を観察 午後は限られた範囲内の動植物の観察



ヘルメットを着用後、池田勝先生からゆずの葉っぱのにおいをかぐ(鼻:臭覚)、ルーペで地面の様子(目:視覚)を観察した。森の中に入り小鳥のさえずりを聞いたり(耳:聴覚)、動植物に触れ(手《皮膚》:触覚)生き物の観察をした。



昼食はその場でピクニック気分を味わいながら舌鼓をうった。

午後からは山元校長や井坂先生によって森に生息する動植物の種類などを班に分かれて採集し発表した。



森林浴でストレス解消の調査も

井坂先生と藤村先生によって「森林浴後ストレスがどのように作用したか」の調査があった。

森に入る前と出てきた時のストレスを調べ、ストレスが解消されていることを確認する調査を行った。要注意の人もあったもののいずれも向上している結果が表れていた。森での生活がストレス解消になることが分かった。

【参加者からの声】

- ◆日の当たるところは草がいっぱいあって日の当たらないところは草が少ないこと。
- ◆里山にもいろいろな植物や虫がいる

【次回の取り組み】6月10日(土)ホタルと友だちになろう!乞ご期待!

