

4. 自然 自然と暮らし プログラム ③⑩

屋
外
+
室
内

沖縄の自然と暮らしを考えよう

ねらい

私たちの暮らしで使われてきた「自然」について学び、私たちの暮らしが自然とともにあることに気づき、沖縄の自然と生活や歴史との関わりについて考える。

問いかけの例

暮らしに利用されてきた自然について考える問いかけを行う。

- 自然にあるものを生活に使っていますか？または使っていましたか？
- 自然を利用しながら、自然を守ることは可能でしょうか？

手 順	内 容
導 入	<ul style="list-style-type: none"> ・参加者に「問いかけ」を行う。 ・安全や環境への配慮について説明する。
展 開	<ul style="list-style-type: none"> ・暮らしで使っているかどうかを意識した自然観察を行う。 ・ワークシート①の写真を切り取り、何に使っているか考えながら、ワークシート②に写真を組み合わせて貼っていく。
振り返り	<ul style="list-style-type: none"> ・ワークシート③を用い、振り返りを行う。 ・プログラムを経験して、私たちができることを考え、意見・感想を聞く。

準備するもの (☑で確認)	<input type="checkbox"/> ワークシート①～③ <input type="checkbox"/> 筆記用具 <input type="checkbox"/> デジタルカメラ
------------------	---

場所・時間帯・自然条件

- 緑が多い公園、森林、干潟、海岸林、身近な公園でも。種類によって適した場所がある。
- 観察対象の生きものに適した時間帯。
- 一年中。ただし種類によって適した時期がある。

安全のために・環境配慮

- 安全のために（P14）の、事前の準備、環境ごとの安全管理を必ず確認すること。
- 環境配慮事項（P15）の、ごみについて、環境ごとの環境配慮を必ず確認すること。

自
然












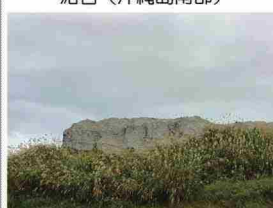
ワークシート① （コピーして使って下さい）

私たちの暮らしの中の自然を見つけよう！













あなたの暮らしの中に、身近な「自然」を見つけましょ
う。このシートを種類ごとに切り離し、ワークシート②に
貼り付けて、生きものと使いみちを考えてみましょう。



自然の素材グループ

ヨモギ 	ホソバワダン 	ポタンボウフウ 	ゲットウ 
ガジュマル 	ススキ 	ハゼノキ 	シークローサー 
シャコガイ 	スイシガイ 	ホラガイ 	泥岩（沖縄島南部） 

使いみちグループ

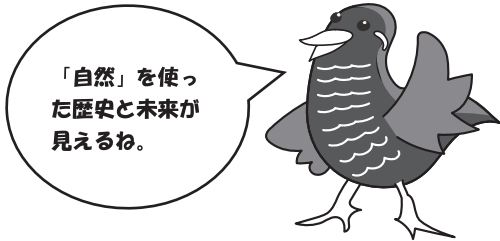
和ろうそく 	飲みもの・食べもの 	化粧品 	やかん 
魔除け 	漂白剤 	飲みもの・食べもの 	住みか  僕はキジムナー。僕の住みかの木を知っているかな？
魔除け 	飲みもの・食べもの 	飲みもの・食べもの 	魔除け 

自然

ワークシート② （コピーして使って下さい）

ナチュラルライフリストを作ろう

ワークシート①の写真を切り取り、自然の素材と使いみちを組み合わせてみましょう。他にも知っている使い方があれば記入しましょう。



自然の素材	使い道	(他にもこんな使い方をしています) (方言名)
-------	-----	--------------------------------

自然の素材	使い道	(他にもこんな使い方をしています) (方言名)
-------	-----	--------------------------------

自然の素材	使い道	(他にもこんな使い方をしています) (方言名)
-------	-----	--------------------------------

自然の素材	使い道	(他にもこんな使い方をしています) (方言名)
-------	-----	--------------------------------

自然の素材	使い道	(他にもこんな使い方をしています) (方言名)
-------	-----	--------------------------------

自然

ワークシート③

（コピーして使って下さい）

振り返り

身近な自然を使うことを意識してわかったこと、感じたことを、まとめましょう。
他の人の意見やアイデアも参考にしましょう。



自然を感じながら生活するのは気持ち良いね！

今の暮らしで使っているもので、自然のものと置き換えられるものはありますか？

大切な自然を賢く使いながら守っていくためには、どうしたら良いですか？

やってみよう

- 身近な自然のものを使うことで、私たちと自然とのつながりを考えましょう。
- 沖縄は薬草の宝庫と言われていています。昔から使われてきた植物や、最先端の技術で薬効がわかってきた種類を調べてみましょう。
- 昔ながらの自然を利用する方法が、災害などの緊急時に役に立つかもしれません。身近な自然に目を向けてみましょう。

もっと知りたい

調べる

手作りする

グシチ（サン）の作り方と由来

奄美群島
生物資源
データベース
(HP)



①ススキを3本用意します。



②ゆるめに2つ折りにします。



③点線のところを目印に手前の草を掴んでください。



④後ろにぐるっとまわすようにして手前の輪になった部分へ通します。



⑤きゅっと絞って…



⑥出来上がり！

キジムナーが家に来ないように屋敷のまわりにグシチ（サン）をさすようになったという昔話があり、魔除けとして現代もその習慣が残っています。食べものをお土産で渡すときも、サンを差し込むことがあります。

沖縄市 HP
沖縄市立郷土博物館
沖縄の民話



講師用資料①

ワークシート①、②回答例

<ポイント>

- ・身近な自然を利用してきた私たちの暮らしを振り返り、ワークシートにまとめよう。
- ・参加者それぞれの地域、家庭での細かな情報を拾い出そう。

私たちの暮らしの中の自然を見つけよう！

暮らしで使っているかどうかを意識した自然観察を行います。

ワークシート①の写真を切り取り、ワークシート②に貼り付け、他の使い方や方言名などを入れます。

記入例)

<p>自然の素材</p> 	<p>使いみち</p> 	<p>(他にもこんな使い方をしています)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・もぐさ (お灸) ・野菜ジュースやお茶 ・よもぎ餅 <p>(方言名) フーチバー</p>
<p>自然の素材</p> 	<p>使いみち</p> 	<p>(他にもこんな使い方をしています)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・今は自然化粧品などが開発されている。 ・お弁当包み ・お茶 <p>(方言名) サンニン</p>
<p>自然の素材</p> 	<p>使いみち</p> 	<p>(他にもこんな使い方をしています)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・畑で日焼け止め顔に塗っている人を見た。 ・洗髪粉は昔使っていた。 ・今は自然化粧品などが開発されている。 <p>(方言名) クチャ、ドウル (泥)</p>
<p>自然の素材</p> 	<p>使いみち</p> 	<p>(他にもこんな使い方をしています)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・束ねて縛ってほうきに使った。 ・セーカーというススキの茎を使った容器がある。 ・ススキのフクロウ (おもちゃ) <p>(方言名) 沖縄方言：グシチ、グシチャー、ゲーン 宮古方言：ギスキズィ 八重山方言：ユシィキ</p>
<p>自然の素材</p> 	<p>使いみち</p> 	<p>(他にもこんな使い方をしています)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・盆栽 ・昔、白い樹液にくちやと砂糖を混ぜてガムを作った。 <p>(方言名) ガジマル、ガズマル</p>

自然

講師用資料②

ワークシート③回答例

<ポイント>

- ・身近な自然素材を生活に活用してきた知恵を再確認し、現代の暮らしを見直す。
- ・自然を残していくことで、私たちの暮らしが守られることを考える。

振り返り

記入例)

今の暮らしで使っているもので、身近な自然のものと置き換えられるものはありますか？

- ゲットウはお弁当箱のかわりとして使える。
- 扇風機代わりに、クバオージ（ビロウの葉を使ったうちわ）を作って使う。
- シークワサーを漂白剤のかわりとして使ってみる。

大切な自然を賢く使いながら守っていくためには、どうしたら良いですか？

- 伝統行事で使う植物（ゲットウ、マサキ、クロトンなど）を庭や地域の公園に植える。
- 利用する自然素材が維持されるように、取り方や使う量をよく考える。植物なら自分たちで育てる。