

5. 五感 見る・嗅ぐ・味わう プログラム ③⑤

屋 外

身近な自然を見よう！嗅ごう！味わおう！

ねらい

身近な小さな生きものに親しむことを大きな目的とし、擬態する動物を見つけることで、身近な動物に関心を持ってもらう。また、植物の匂いを嗅いだり、味見をしたりすることで、身近な植物に関心を持ってもらう。

手 順	内 容
導 入	・自然観察を行う場所で、事前にワークシート②～④の動植物を確認する。
展 開	・参加者に「見る」、「嗅ぐ」、「味わう」の3つの視点で、動植物を観察してもらう。 ・問いかけの例としては
振り返り	（例）「身近な自然の中に隠れている生き物がたくさんいます。一緒に探してみよう！」 （例）「身近な葉っぱの匂いを嗅いだり、かじったりしてみよう！など。 ※本プログラムは自然観察会などで指導者が身近な動植物を「見る」、「嗅ぐ」、「味わう」の3つの視点で説明できるように作成されたプログラムのため、導入、展開、振り返りの手順はありません。

準備するもの (☑で確認)	<input type="checkbox"/> ワークシート①～⑥（コピー） <input type="checkbox"/> 筆記用具 <input type="checkbox"/> 救急セット
------------------	--

場所・時間帯・自然条件

- 緑の多い公園、自然公園、海岸林。（参考資料「⑳自然公園及び自然観察マップ」参照）

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。
- 事前に、口にしてはいけない植物について必ず確認すること。（かぶれ、毒性のあるもの等）

～身近にある主な危険な植物の紹介～（他にもあるので、必ず書籍やネット等で確認してください）

○ミフクラギ（キョウチクトウ科）



別名オキナワキョウチクトウ。全体的に有毒。名前の由来は、これに触った手で目を触ると目が腫れることから。

○ハゼノキ（ウルシ科）



触ったり、敏感な人は近づくだけでもかぶれることがある。

○クワズイモ（サトイモ科）



名前の由来は「食わず芋」。汁液によってかぶれることがある。

ワークシート①

（コピーして使って下さい）

擬態する動物

●写真の中に生きものが隠れています。探してみましょう。



五感

動物が動植物や周りの環境に似せることを「**擬態**」<sup>ぎたい</sup>と言うよ。



身近な動物で擬態を観察しよう

●草むらにいるカマキリやバッタ、ナナフシを探してみましょう。



カマキリ



バッタ



ナナフシ

ワークシート② (コピーして使ってください)

さまざまな擬態

●自らを目立たなくさせる擬態



バッタ、ナナフシ、コノハチョウなど

●隠蔽しながらおびき寄せる



カマキリ、カエルなど

●羽の先がヘビの顔のよう



ヨナグニサン

●自らを目立たせる擬態



ベニモンアゲハ、シロオビアゲハなど

ベニモンアゲハは、毒を持っていることをアピールするために目立つ模様をしているよ！  
シロオビアゲハのメスは、毒を持つベニモンアゲハに似せているよ！



五感

参考：だましのテクニックの進化 - 昆虫の擬態の不思議 - 著 藤原晴彦

●キノボリトカゲが擬態する理由は2つ

- ① 隠蔽しながらおびき寄せる (食べるため)
- ② 自らを目立たなくさせる (食べられないため)



キノボリトカゲは、背景に合わせて体の色が変わるよ！

キノボリトカゲの擬態

ワークシート③ (コピーして使って下さい)

においのある植物

根

カスミヒメハギ (コバナヒメハギ)

根のにおいを  
嗅いでみよう



ニシヨモギ

葉

葉を揉んで  
においを嗅いで  
みよう!



ヘクソカズラ

葉を揉んで  
においを嗅いで  
みよう!



ゲットウ

葉を切って  
においを嗅いで  
みよう!



花

ネズミモチ



花に近づいて  
においを嗅いで  
みよう!

テッポウユリ



クチナシ



4~5月頃

五感

ワークシート④ （コピーして使って下さい）

**食べられる植物**

**実**

実をそのまま食べたり、ジャムなどにして食べることができます。

シマグワ



ハウロクイチゴ



ツルグミ



**葉**

ムラサキカタバミ・カタバミ



葉を食べるとすっぱい味がするよ。10円玉をこするとどうなるかな？

ニシヨモギ



沖縄には、本土のヨモギと違い、ニシヨモギ（フーチパー）と呼ばれる種類があるよ。昔からヤギ汁やフーチパージュージーなどに入れて食べられてきたよ！

オニタビラコ



アク抜きをして、おひたしや炒め煮、佃煮にして美味しく食べることができるよ！

ツワブキ



葉を塩茹でして、和え物やおひたしにして食べることができるよ！

ツルムラサキ



つる先の葉や茎をおひたしや和え物にして食べることができるよ！

五感

ワークシート⑤

（コピーして使って下さい）

においのある植物の紹介

カスミヒメハギ (コバナヒメハギ)	沖縄島中北部に自生し、長さ1cmほどの白色の小さな花をつけ、ほぼ年間を通して開花します。第二次世界大戦後に沖縄に帰化し、道ばたなどに生える雑草となっています。根の部分を嗅ぐとルートビアのようににおいがします。
ニシヨモギ	「和製ハーブ」と言われる代表的な薬草です。葉の裏は白っぽくうぶ毛があり、品がある独特な香りがします。沖縄では、におい消しとしてヤギ汁（ヒージャー汁）に入れます。
ヘクソカズラ	つる性で、花びらの外側は白色で内面は紅紫色であり、花の中央部がお灸をすえた跡に似ることから、ヤイトバナ（灸花）ともいいます。全体的に悪臭があることから、屁糞蔓（ヘクソカズラ）との名前がつきました。
ゲットウ	沖縄では古くから、邪気を払う薬草とされており、葉は防菌作用があるため、食べ物を包むのにも使われてきました。旧暦の12月8日に食べるムーチーを包む葉として使われます。最近ではシャンプーや芳香剤に使われたり、お茶にして飲んだりもします。
ネズミモチ	沖縄では、昔から石垣の代わりとして、身近にある植物です。葉からほのかに黒砂糖のにおいがすることから、サターギーと呼ばれています。
クチナシ	花は白色で、近づいてにおいを嗅ぐと甘い芳香があります。果実が熟しても口を開かないことから口無し（クチナシ）との名前がつきました。染料として使われており、沖縄では琉球絣（リュウキュウガスリ）の染料として古くから使われてきました。
テッポウユリ	沖縄では、シーミーの時期（4～5月）になると、ラッパ状の白い花を咲かせ、強い香りがします。

食べられる植物の紹介

シマグワ	果実は多液で甘みがあります。干したのものには強壯効果があり、果実酒は滋養強壯、低血圧症、不眠症などに良いとされています。葉は漢方で整腸薬として用い、生葉は養蚕に用います。材は装飾的高級用材として重宝されています。
ホウロクイチゴ	3～4月に白い花を咲かせます。熟した果実を食べることができます。
ツルグミ	果実は4月頃に深赤色に熟します。方言名でグビギといい、茎は薬用として風邪、疝気等に利用されます。
ニシヨモギ	昔から薬草として用いられ、沖縄ではフーチパー・ジュシーでなじみ深い薬草です。沖縄でヨモギと呼ばれる植物は、本土のヨモギと違い、ニシヨモギと呼ばれる種です。
ムラサキカタバミ・カタバミ	葉や茎に水溶性シュウ酸塩を含んでいるため、咬むと酸っぱいです。葉にはクエン酸、酒石酸も含まれます。葉で10円玉をこするとピカピカになります。これは、10円玉の主な汚れは酸化銅と呼ばれるサビであり、酸・アミノ酸がサビを溶かし綺麗にする効果があるからです。
オニタピラコ	2～4月頃黄色い花を長い茎の先に多数つけます。葉は小さくきざんでニワトリの餌によく利用され、ウサギの餌としても適しています。タピラコより大きいことからオニ・タピラコとついています。タピラコ（コオニタピラコ）は春の七草の一種で、沖縄ではオニタピラコを代わりに用いるようです。昔は野菜代わりによく食べた野草であり、方言名は鳥の（トゥイヌ）足（フィサ）に似ていることからトゥイヌフィサーとつきました。
ツワブキ	12～1月頃黄色い花を咲かせます。ツヤ（光沢）のあるフキであることからツワブキと名前がついたようです。フキと同じように、おひたしや炒め煮にして食べることができますが、アクが強いため、しっかりとアク抜きをし皮を向いてから食べましょう。また、ツワブキの葉には抗菌作用のある成分が含まれており、食あたりや腹痛などに煎じて飲むなどして、薬草としても用いられます。
ツルムラサキ	葉と茎が食べられます。おひたしやみそ汁、ジュシーの薬味として用いられています。栄養価が高く、ビタミンA、ビタミンC、カルシウム、鉄などのビタミンやミネラルを非常に多く含みます。



# 葉っぱずかん

名前 \_\_\_\_\_

採取した日      年      月      日

採取した場所 \_\_\_\_\_

植物の名前 \_\_\_\_\_

①におい

②味

③触った感じ

④葉っぱの特徴

観察メモ