

ミニガイド報告

○ 森をまるごと楽しもう

森の恵みを感じながら、ゆっくり森歩きを楽しみませんか？

記 U

1. 日時：2022. 11. 3 (木) 10:00~12:30 天気 晴れ
2. リーダー：U ききみみメンバー：7名
3. 参加者数：大人 10名 対象者：2~3km程度歩ける大人
4. ねらい：私たちが森から受けている恩恵を、森歩きを通して知ってもらう。
5. 活動場所：センター~中央広場~湿地~貯水池沿い~水飲み広場
6. 活動内容：2回の休憩を入れて、ゆっくり森歩きを楽しむ。時々樹木の紹介や森からの恩恵を紹介する。

時間・場所	内 容
10:00 センター	<ul style="list-style-type: none"> ・自己紹介(ききみみメンバー・参加者) ・内容を伝える・体調を確認する・危険生物の紹介 ・準備体操 ・約束：森の植物などを勝手に採集しない。 ・森の恵み(森林の多面的機能)を話す。 ①ガマズミ 甘酸っぱく鮮紅色の実は染色、果実酒に! ②クサギ 花は芳香。葉はもむと臭い。真紅の萼と藍色の実のコントラストが美しい。実は染色に。
10:40 中央広場	<ul style="list-style-type: none"> ③ヒサカキ 榊に比べて小ぶりなので「姫榊」。実は染料に。メジロ、キジバト、ヒヨドリが食べる。 ④黄葉、紅葉、なぜ起きる? ⑤森のモチツツジが咲いている。なぜ?
11:10 湿地	<ul style="list-style-type: none"> ⑥木の健康診断!何を見れば判る? ⑦本の紹介:「和ハーブのある暮らし」平川美鶴著 (株)エクснаレッジ ⑧冬鳥到来 オオバン、ヒドリガモ、キンクロハジロなど。 ⑨森林浴 呼吸法など。
12:05 水飲み広場	<ul style="list-style-type: none"> ⑩ストーリーテリング 詩3篇 「ある日ある時」黒田三郎作(思潮社)、「山みちのうた」宮澤章二作(弥生書房)、「モズのうた」室生犀星作(大日本図書) ⑪オカリナ演奏:「里の秋」 ⑫クロモジ茶を楽しむ。 ・森の恵みリース、クロモジのど飴、草木染め木製ブローチプレゼント
12:30	<ul style="list-style-type: none"> ・アンケート依頼、解散。