

○ ぶらりウォーキング

1. 日時：2022.11.17（木） 10：00～12：00 天気 晴れ
2. リーダー：O、R、U ききみみメンバー：2名
3. 参加者数：大人 9名 対象者：2～3km程度歩ける大人
4. ねらい：実りの森や紅葉を楽しみながら心と体の健康づくり・仲間づくりをしてもらう。
5. 活動場所：センター～散策路⑧～湿原～センター
6. 活動内容
 - ・2回の休憩を入れて、紅葉狩をしながら森林浴・ネイチャーゲームを体験する。
 - ・葉っぱソムリエ、ドングリコーヒーを仲間と楽しむ。

時間・場所	内 容
10：00 センター	<ul style="list-style-type: none"> ・挨拶と自己紹介をする。(ききみみメンバーと参加者) ・歩くコースの内容を伝える・危険生物の紹介・準備体操・体調を確認する。 (約束ごと 森の植物などを勝手に採集しない。) ・森の持つ「文化」的機能や木材・食料などにつなげる「物質生産」の森の恩恵について話す。(森林の多面的機能)
10：40	<ul style="list-style-type: none"> ・カシノナガキクイムシによるナラ枯れの伐採について ・森林浴 呼吸法 ネイチャーゲーム(音いくつ)
11：00	<ul style="list-style-type: none"> ・イロハモミジの紅葉 ・アカシデの葉で紅葉の色づきの説明
11：20 湿原(東屋)	<ul style="list-style-type: none"> ・葉っぱソムリエ：クサギ、クスノキ、ヒノキ、サンショウ、カツラ(タカノツメの代用) それぞれの葉のにおいを嗅ぎ、その違いに気づく。 ・ドングリを食べる生き物の紹介(絵図・絵本)→ドングリコーヒーを楽しむ。 ・柿渋の作り方の説明(染めた糸の紹介)、建築への利用(材：防腐防水) <p><紹介したもの></p> <p>木本 ケヤキ コナラ ヒサカキ ソヨゴ ネジキ タラヨウ ヤマナラシ リョウブ タカノツメ ヤマボウシ カマツカ カンツバキ アマヅル アカシデ コナラ ヒサカキ ヤマコウバシ カキノキ ヤマハゼ アラカシ クサギ・・・実 ヒイラギ・・・花</p> <p>草本 リンドウ ヤマラッキョウ キセルアザミ・・・花</p> <p>野鳥 ヒヨドリ メジロ ヤマガラ ジョウビタキ ヒドリガモ キンクロハジロ ホシハジロ オオバン ヨシガモ カルガモ ホオジロ(声)</p> <p>昆虫 オオスズメバチ(キリの下あたり) マユタテアカネ</p>
12：00 センター	<ul style="list-style-type: none"> アンケート依頼 草木染のブローチプレゼント(初めての方に)