

5. 五感 見る・嗅ぐ・味わう プログラム ③

身近な自然を見よう！嗅ごう！味わおう！

屋外

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、身近な動物に关心を持ってもらう。また、植物の匂いを嗅いだり、味見をしたりすることで、身近な植物に关心を持ってもらう。

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。 ・問い合わせの例としては (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。
振り返り	
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

五感

- 緑の多い公園、自然公園、海岸林。（参考資料「㉙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)



別名オキナワキヨウチクトウ。全体的に有毒。名前の由来は、これを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)

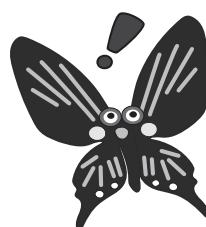
擬態する動物

- 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**」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

(コピーして使って下さい)

さまざまなおかげ**●自らを目立たなくさせるおかげ**

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

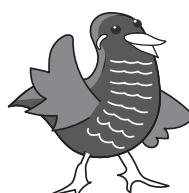
●羽の先がヘビの顔のよう

ヨナグニサン

●自らを目立てるおかげ

ペニモンアゲハ、シロオビアゲハなど

ペニモンアゲハは、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、毒を持つペニモンアゲハに似せているよ！



参考：だましのテクニックの進化－昆虫のおかげの不思議－著 藤原晴彦

●キノボリトカゲがおかげする理由は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！

キノボリトカゲのおかげ

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）

根においを
嗅いでみよう

葉

ニシヨモギ

葉を揉んで
においを嗅いで
みよう！

ヘクソカズラ

ゲットウ

葉を揉んで
においを嗅いで
みよう！葉を切って
においを嗅いで
みよう！

クチナシ

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



4~5月頃



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。

実

シマグワ



ホウロクイチゴ



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（フーチバー）と呼ばれる種類があるよ。昔からヤギ汁やフーチバージューシ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ますよ！

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ますよ！

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なにおいがします。
ニショモギ	「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、身边にある植物です。葉からほのかに黒砂糖のにおいがすることから、サーティ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。干したものには強壮効果があり、果実酒は滋養強壮、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、疝氣等に利用されます。
ニショモギ	昔から薬草として用いられ、沖縄ではフーチバージュー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、ニショ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。
オニタビラコ	2～4月頃黄色い花を長い茎の先に多数つけます。葉は小さくぎ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。タビラコより大きいことからオニ・タビラコとついています。タビラコ（コオニタビラコ）は春の七草の一種で、沖縄ではオニタビ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（トウイヌ）足（フィサ）に似ていることからトウ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、ジューシーの葉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。

ワークシート⑥

(コピーして使って下さい)



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

五
感

観察メモ