

「自然が好き」で世界を変える！
 なんでんかんでん
 シェアリングネイチャー！～(^^♪
 めざせ！五感マイスター

長崎県シェアリングネイチャー協会 理事（代表代行）
 多良・雲仙シェアリングネイチャーの会 運営委員長
 岩崎 宏美(わんちゃん)



長崎県地域の会「多良・雲仙シェアリングネイチャーの会」に所属しております岩崎と申します。
 フィールドネームは、わんちゃんです。
 地域の会の取り組み「めざせ！五感マイスター」と銘打つ活動についてお話をさせていただきます。

私のシェアリングネイチャー年表

月日	資格など	自然からの気づき・体感など
2006.3.20	熊本で、リーダー養成講座受講 ネイチャーゲームリーダー取得 トレーナー：ハットさん	自然体験活動に関心があり受講。 受講中「私は地球の一部」だと気づき、 守らなきゃダメだされる。
2015頃	長崎でフォローアップセミナー受講 トレーナー：うららさん / ハットさん	多忙な日々にも身も心も疲弊。 受講後「人間に戻れた」と実感し感謝。
2019.1.20	エクスサイズガイド取得 (後に改名：SNウエルネスガイド)	①気づき  ネイチャーゲームって、 ただの自然遊びだけ じゃないよ！
2020.1.26	コーディネーター取得	
2020.4.1	多良・雲仙シェアリングネイチャーの会 運営委員長就任	②出会い  ●Sharing Nature Program! ●Deep Nature play!
2021.5.23	インストラクター取得 長崎県シェアリングネイチャー協会理事就任	
2021.10.18～	SNビレッジで「五感の哲学5回シリーズ」開催	③危惧  五感を確かな人、 五感を確かな人… 増えたなあ～。
2022.4.秋頃	多良・雲仙シェアリングネイチャーの会活動再編成	

シェアリングネイチャープログラムという深い自然体験活動を始め、はや18年が過ぎました。
 この間、コーネルさんのお言葉から、ネイチャーゲームは、ただの自然遊びだけではない事に気づき、
 その想いに感銘を受け、様々な面での変化を感じるにつれ、地球全体の前途を危惧しています。

自然環境・人間・社会の変化

(危惧していること)



● 自然界の変化～(地球温暖化・気候変動、土壌や水循環の変化等)

人の営み(生活)が自然から離れ、自然環境の循環が変化?

● 人間の変化～(不安定～落ち着きと脳の成熟、注意・集中力、ストレス、警戒、何かを得るため等)

五感を使わない生活を続けるうちに、五感を使わない人、五感を使えない人が増加?

物事を自分事としてとらえず、他人事としてとらえる人が増加?

● 社会の変化～(他人事社会?)

「五感を使わなくとも豊かな暮らしができると思込んでいる社会」を形成しているのではないか?

「自分事化できない人間を大量発生させている社会」へと変化?

シェアリングネイチャープログラム活動を通じ、上記に示す●自然環境の循環の変化、●人間自体の変化、●社会全体の変化を感じ、大変危惧しておりました。

そこで、重畳な社会に進化すべく、自分事化(物事や課題を自分のものとしてとらえ、主体的に取り組むこと)した「めざせ!五感マイスター活動」を考案しました。

発表の概要

① 「めざせ!五感マイスター活動」の心得

→ 自然案内人のミッション!

→ コーネルさんのお言葉

② 五感を使いこなせる人を増やしたい!

→ 「多良・雲仙シェアリングネイチャーの会」の取り組みを再編成

→ 「めざせ!五感マイスター活動」(A～Cコース・Dコース)

③ Dコース事例紹介

→ なんてんかんでんチャレンジ40助成金 活動

「自然が好き」で世界を変える!

なんてんかんでんシェアリングネイチャー!～(^^♪

めざせ!五感マイスター



なんと!
お年玉付き!

本日は、このような内容で進めたいと思います。なんと!お年玉動画付です!

※動画視聴は当日のみで終了しております。

①「めざせ！五感マイスター活動」の心得

🌲 自然案内人のミッション！ 🌲

～「自然が好き」を広げていきたい～

- ・ 自然と人、人と人を繋ぐシェアリングネイチャー活動を普及、推進し、人が自然と尊重し共生していく社会を目指します。
- ・ ビジョン：「自然が好き」で世界を変える！



参考文献：ネイチャーゲームリーダーハンドブック理論編

ネイチャーゲーム活動を行うにあたり「自然案内人のミッション！」の有無を感じるか否かは、個人の自由です。ただし「めざせ！五感マイスター活動」に取り組む自然案内人は、上記内容を「自然案内人のミッション！」として体得し取り組みましょう。

①「めざせ！五感マイスター活動」の心得

● シェアリングネイチャーとは

自然との一体感～内省～心の平穏

「直接的な自然体験を通して自分を自然の一部ととらえ、生きることの喜びと自然から得た感動を共有することによって、自らの行動を内面から変化させ、心豊かな生活を送る」という生き方を目指しており、世界11か国で交流しています。

● ネイチャーゲームとは

Sharing Nature Programの和訳。

五感を使って自然を直接体験するプログラム。米国のナチュラリスト、ジョセフ・コーネル氏により1979年に発表された。

様々な感覚で自然を感じ、心と身体で自然を直接体験することによって自然界のすべてのものが繋がっており、自分もそのつながりの一部であることに気づくことを目的としており、170種類以上の活動があります。



● ネイチャーゲーム指導員とは

シェアリングネイチャーの考え方に基づくシェアリングネイチャープログラム（ネイチャーゲーム・シェアリングネイチャーウエルネス）活動を通して、人と自然、人と人を繋げる自然案内人です。

参考文献：ネイチャーゲームリーダーハンドブック理論編

「ネイチャーゲーム」という言葉を耳にすると、「自然遊び」をイメージする方が多いかもしれません。しかしながら、創始者であるコーネルさんは、一貫して「シェアリングネイチャープログラム」と表現されています。「プログラム」ですから、遊びだけではなく、意図的に、継続性のある自然体験を通し、成長を促す楽しい活動という視点も押さえておきましょう。



①「めざせ！五感マイスター活動」の心得

◆ DEEP NATURE PLAY

動画講師：ジョセフ・コーネル / 登壇：グレッグ

ほとんどの人は、シェアリングネイチャープログラム(ネイチャーゲーム)を「単なる自然遊び」だと思っているが、ゲームとしてのネイチャーゲームは、氷山の一角で、実際にはその先に大きな世界が広がっている。

～シェアリングネイチャーの哲学、自然教育だけにとどまらない一般的な真理(心理)～

✿シェアリングネイチャープログラムは、
自然と人との関係を変えるだけでなく、**体のレベル、心のレベル、
魂のレベルを深め、人を変え(進化)ていくもの。**

(公社)日本シェアリングネイチャー協会主催 2022.9.9開催(和訳)

【動画配信+オンライン】教えてコーネルさん！「深い自然あそび(Deep Nature Play)」より引用

「めざせ！五感マイスター活動」に取り組む自然案内人は、「ディープ ネイチャープレイ」を体得しましょう！単なる自然遊びではなく、体、心、魂のレベルを変えていく深い自然体験を提供するシェアリングネイチャープログラムを目指しましょう。

② 五感を使いこなせる人を増やしたい！

→「多良・雲仙シェアリングネイチャーの会」の取り組みを再編成

→「めざせ！五感マイスター活動」

- A～Cコース 五感マイスターを育むコース
- Dコース ⑤五感マイスターをお招きし活動するイベント

～ 活動紹介～

重畳な社会に進化すべく、五感を使いこなせる人を増やし、その皆さんが、自分事化(物事や課題を自分のものとしてとらえ、主体的に取り組むこと)を自覚し、その輪を広げてほしい！との思いから、多良・雲仙シェアリングネイチャーの会の活動を再編成しました。

「めざせ！五感マイスター」活動とは

- 重量な社会に進化すべく、以下に示す五感マイスターを広げる活動です。
- ◆ A～Cコース：五感+αの感覚について、ある程度の知識を持つSNインストラクターが、以下に示す「五感マイスター」へと効果的に導く活動
- ★ Dコース：会が認める「五感マイスター」と一緒に深い自然体験活動を提供する活動

五感マイスターとは



- 五感の機能を有効に使いこなせる人
- 五感+αの感覚をフル活用でき、「受信」機能だけではなく、「発信」機能も使いこなせる人
- 自然の循環だけでなく自身の中に流れる循環にも気づくことができる人
- 自分事化(物事や課題を自分のものとしてとらえ、主体的に取り組むこと)できる人
- 生きものへの慈愛と自然へ畏敬の念を持ち人々を導ける人

◆ A～Cコースは、五感を使いこなせる「五感マイスター」を育む活動です。

★ Dコースは、多良・雲仙シェアリングネイチャーの会が認める「五感マイスター」(ゲスト)と一緒に深い自然体験活動を提供する活動です。

多良・雲仙シェアリングネイチャーの会 活動表

コース (1回2時間～/随時・定期)	活動名称
A. アクティビティコース 自然の中で、五感+そのほかの感覚を効果的に使う事により、自然からの気づきをもたらし、心豊かな生活を促すシェアリングネイチャープログラム	◆めざせ！五感マイスター ①シェアリングネイチャー&森の音楽隊 ②ジオジオネイチャー
B. エクササイズ (ウエルネス) コース 心と身体のバランスを整えるボディワーク活動	◆めざせ！五感マイスター ③シェアリングネイチャーウエルネス
C. 大人の森時間コース SW&森の自由時間	◆めざせ！五感マイスター ④シェアリングネイチャーリトリート
D. 様々な団体・個人とコラボコース	★めざせ！五感マイスターイベント ⑤木育 ●英語でシェアリングネイチャーin 糸島
D-e. 自然環境保全活動 (地域連携協働活動) コース 取り戻そう！豊かな大村湾～森・川・里・海を繋ぐ循環型社会・環境保全活動	⑥ピーチクリーン <small>(SN&森の音楽隊～(ハベ)・自然半信ジオパークガイドの会チーム遊石・ジオネイチャー)</small> ●NPO法人 大村湾ネイチャートリップ ・森林整備 ・湧水調査 ・循環型農業 ・土中環境ワークショップ ・藻場再生
D-f. 音楽活動コース 自然が織りなす音色を味わい、自然との一体感を体感する活動	⑦交流コンサート ●その他 (ブラインドコンサートなど)

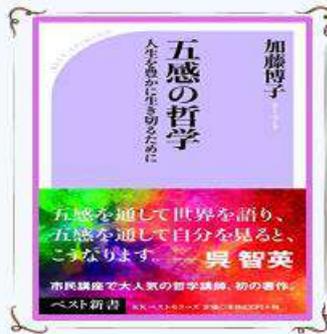
活動表から、コースを選んでもらいコースに応じた活動を提供します。

「めざせ！五感マイスター活動」は、対応可能な自然案内人が担当する場合のみ実施します。会が認める五感マイスターをめざすには、●視覚 ●聴覚 ●嗅覚・味覚 ●触覚 ●総合の5段階全てを10回以上体験することを推奨しています。(もちろんダイバーシティな活動です。)

※「五感マイスター活動の自然案内人」になるには～
●五感+αの感覚について学ぼう！



シェアリングネイチャーライフ
【19号/2017年12月号】



五感の哲学
哲学者 加藤 博子



シェアリングネイチャー
ピレッジ(5回シリーズ)

学びの参考までに、上記をお伝えします。

私が作成した「シェアリングネイチャーライフを体感しよう！“五感の哲学”」は、視覚、聴覚、嗅覚・味覚、触覚、総合の5回シリーズとなっています。

シェアリングネイチャーピレッジ(有料)の仲間になっていただくと、視聴できます。

多良・雲仙シェアリングネイチャーの会活動



A. アクティビティコース
① シェアリングネイチャー &
森の音楽隊～(^^♪



A. アクティビティコース
② ジオジオネイチャー



B. エクササイズ(ウエルネス) コース
③ シェアリングネイチャーウエルネス

写真③：長崎県協会研修

活動の様子です。

多良・雲仙シェアリングネイチャーの会活動・地域連携協働活動



C.大人の森時間コース



D.個人・団体コラボコース



D.個人・団体コラボコース

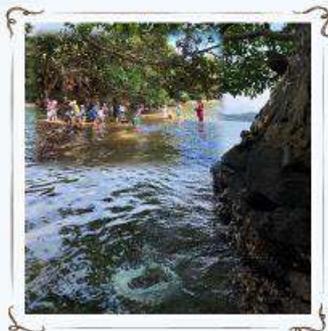
④シェアリングネイチャーリトリート

⑤木育（フォレストマスター）

●英語でシェアリングネイチャーin 糸島
Ulu（自然体験英会話スクール）

活動の様子です。

多良・雲仙シェアリングネイチャーの会活動・地域連携協働活動



D-e. 自然環境保全活動コース

●NPO法人 大村湾ネイチャートリップ
（森・川・里・海を繋ぐ自然循環保全活動）



D-e. 自然環境保全活動コース

⑥ビーチクリーン（ブルーサンタ）

●島原半島シオパークガイドの会チーム能石
●SN&森の音楽隊～(^^♪ ●ジオジオネイチャー



D-f. 音楽活動コース

⑦交流コンサート

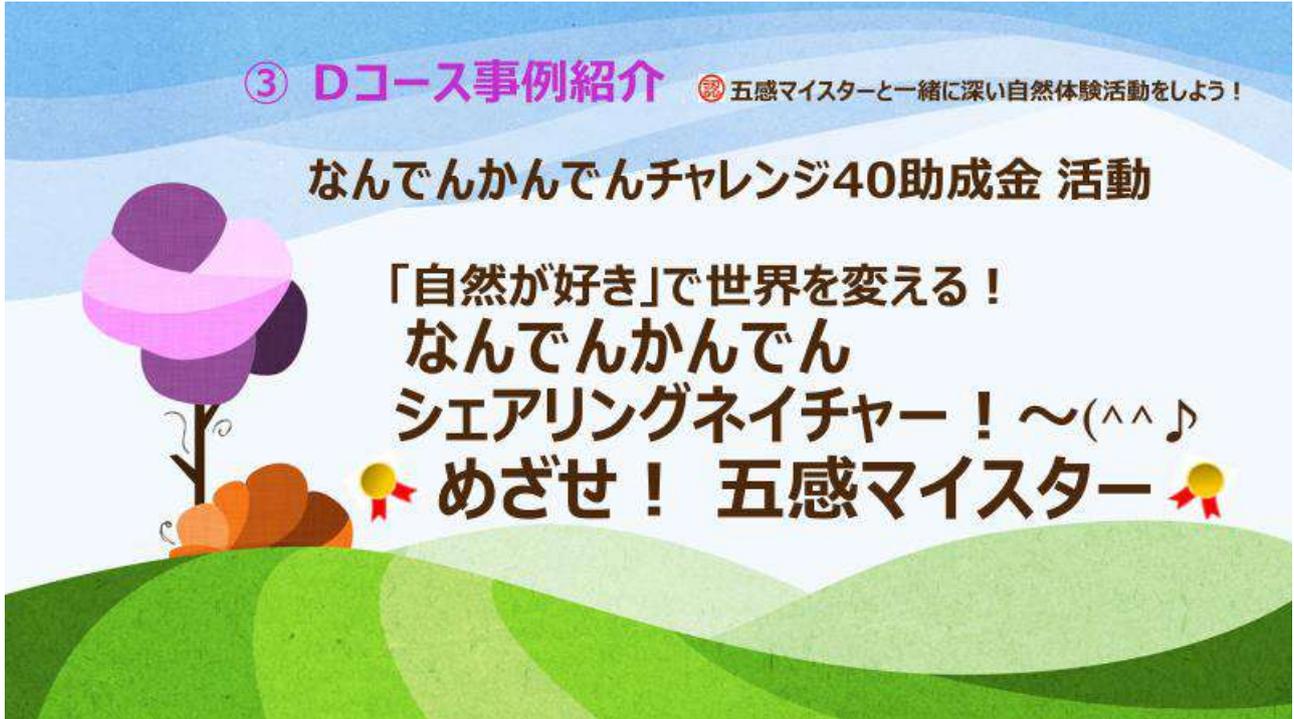
（里山環境保全チャリティーコンサート）

活動の様子です。

③ Dコース事例紹介 五感マイスターと一緒に深い自然体験活動をしよう！

なんでんかんでんチャレンジ40助成金 活動

「自然が好き」で世界を変える！
 なんでんかんでん
 シェアリングネイチャー！～(^^♪
 めざせ！ 五感マイスター



Dコースの事例を紹介します。

会が認める「五感マイスター」として、長崎県在住、昆虫写真家で映像作家の栗林慧さんをお招きし、7/28と8/10の2回シリーズで「めざせ！五感マイスター活動」(市の助成金事業)を実施しました。

「自然が好きで世界を変える！」
 なんでんかんでんシェアリングネイチャー！～(^^♪
 めざせ！五感マイスター

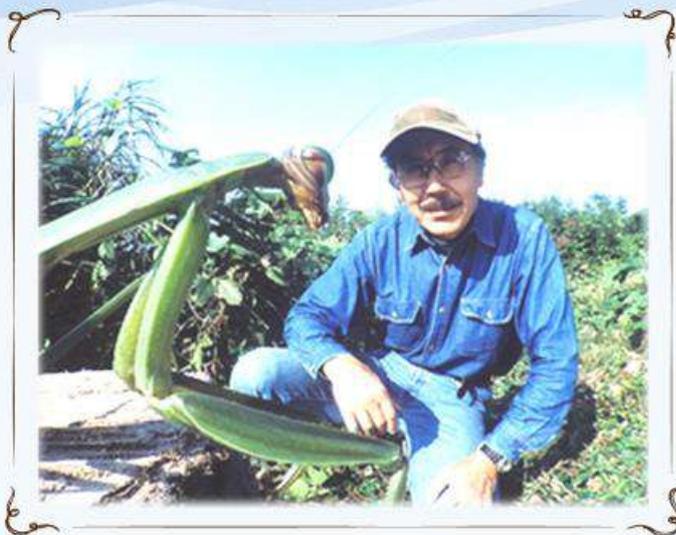
見る 聴く 嗅ぐ 味わう 触る その他の感覚

「自然が好きで世界を変える！」⇒ 私たち日本シェアリングネイチャー協会のビジョンです。
 「なんでんかんでんシェアリングネイチャー」⇒ 私たちのいるこの地球は、生物多様性の宝庫。すべての生き物と豊かな自然を分かち合いましょう。
 「めざせ！五感マイスター」⇒ 五感+αの感覚を使いこなせる人が増えると世界が変わる！

人間という生き物は、賢ぶつしなければ、実は何も観えていません。
 聴こつしなければ、実は何も聴こえていません。
 記憶を呼び起こす匂いを知っていますが、触ることで得られる安心感や信頼感を体験できています。
 味覚で、生命のエネルギーを日々味わっています。
 その瞬間、心は動いているでしょうか。
 人の営みが自然と共に紡ぎ続ける世界には、常に「シェアリングネイチャー」という世界が広がっています。
 人と自然、人と人を繋げる自然繋ぎ人。そして、スペシャルゲストの五感マイスターとご一緒に、
 「外なる自然から、内なる自然（私）に気づく」に出かけませんか。

ボランティア(学生、一般)11名、スタッフ8名で実施。延べ来場者数、399名と大盛況でした。

ご来場の皆さまから、「大満足」、「このようなイベントを数多く開催してほしい」、「子どもだけでなく多くの親にも参加してほしい」、「虫が少し好きになった」など、今後の励みになるメッセージを多数いただきました。また、後日、ケーブルテレビで放送され好評を博しました。



五感マイスター Vol. 1

栗林慧 昆虫写真家・映像作家
1939年生まれ 平戸市田平町の自然育ち

◆栗林慧さんからのメッセージ

昆虫は、約4億8000年前からこの地球で命を繋げています。

色や形が珍しい種が良く注目されますが、ほくが写している昆虫たちは、皆さんが生活する周りに居るのがほとんどです。

この地球を元気にしてくれる昆虫や自然と、ほくたち人間とが、一緒に楽しく生きていける世界が続くことを願いながら、これからも写し記録していきます。

科学写真界のノーベル賞(レナート・ニルソン賞)を受賞した写真家

資料提供：栗林自然科学写真研究所

会が認める「五感マイスター」Vol.1は、科学写真界のノーベル賞・レナートニルソン賞をはじめ数々の賞を受賞されている栗林慧さんです。「嫌いな人が多いであろう昆虫を1人でも多くの人に好きになってほしい！」という思いから、超深度接写レンズを組み合わせた虫の目カメラ「クリビジョン」を開発するに至り、友だち(昆虫)を昆虫愛あふれる魅力的な写真や映像で表現し続けておられます。

7月28日(日) ミライon図書館



～栗林慧の👁️👂👃👄👅～

写真とお話で体感する

昆虫写真家 栗林慧講演会



～人間の👁️👂👃👄👅～

自分の身体で体感する

シェアリングネイチャープログラム

「カモフラージュ」～昆虫バージョン



～昆虫の👁️👂👃👄👅～

映像で体感する

上映会「昆虫はほくの友だち」

活動の様子です。①栗林慧さんの五感～写真とお話で体感する講演会。

②人間の五感～自分の身体で体感するシェアリングネイチャープログラム。(カモフラージュ～昆虫バージョン)

③昆虫の五感、映像で体感する上映会。「昆虫はほくの友だち」

8月10日(土) 野岳湖公園・儀太夫会館



～研ぎ澄まそうあなたの五感～

- ・五感昆虫に会いに行こう！
- ・昆虫観察 ・昆虫写真撮影



～研ぎ澄まそうあなたの五感～

- ・五感昆虫のすみか作り！



～研ぎ澄まそうあなたの五感～

- ・クリビジョン実演！
- ・作品シェア会 ・上映会

活動の様子です。

- ①研ぎ澄まそうあなたの五感～五感昆虫に会いに行こう！ ・昆虫観察 ・昆虫写真撮影。
- ②研ぎ澄まそうあなたの五感～五感昆虫のすみか作り！
- ③研ぎ澄まそうあなたの五感～クリビジョン実演！ ・作品シェア会 ・上映会

五感昆虫に出会うには～



- 自分が立っている前も後ろも上も下も、自分自身が、自然に包まれている事を感じよう！
- 「人間虫」になって、小さな友だちを探しに行こう！
- 五感昆虫と出会う方法は2つ！
 - ① 昆虫プレートと自分の五感を活用し感じとると出会えるよ！
 - ② 自然物の中から自分の五感を活用して感じとると出会えるよ！

皆さまは、五感昆虫に出会ったことがありますか？

生物多様性にとって不可欠な構成要素であり、生態系において重要な役割を果たしている昆虫に敬意を表し、昆虫に特化したネイチャーゲームを作りました。

ジョセフ・コーネル

Naturalist 1950年米国カリフォルニア生まれ

- シェアリングネイチャーワールドワイド会長
- 日本シェアリングネイチャー協会名誉会長

◆コーネルさんからのメッセージ

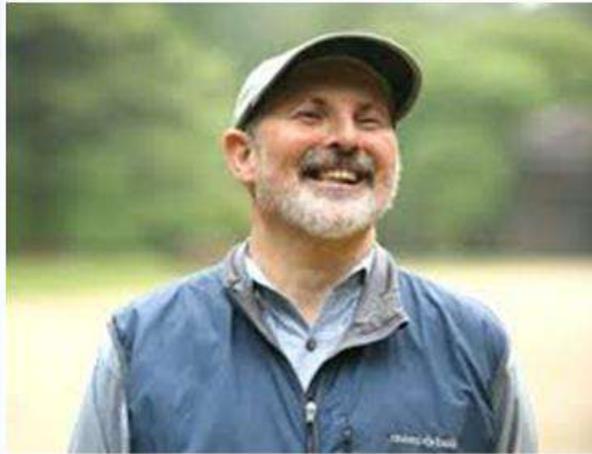
森は世界の共同体の原型のひとつです。

感性の豊かな人々は、自然に内在する調和、愛、喜びを感じることが出来ます。

シェアリングネイチャープログラムは、これらの資質が自然の中だけでなく、自分たち自身の中にもあることを体験するのに役立ちます。

人は調和と愛を感じたとき、初めてあらゆる存在に対して思いやりをもち、協力的に暮らせるようになるのです。

引用文献：ジョセフ・コーネル執筆・講演集



ジョセフ・コーネル「空と大地が私に触れた～自然のマインドフルネス～」(youtube.com)

言わずもがなジョセフ・コーネルさんは、会が認める「五感マイスター」Vol.0！という存在です。コーネルさんの活きたお言葉は、身体の芯まで、染み渡りますね。

🌲 「自然が好き」で世界を変える 🌲

自然案内人である私たちは、
「自然が好き」な人を増やして 世界を変えようとしています。

そして、多良・雲仙シェアリングネイチャーの会は、
「五感マイスター」を増やして 世界を変えようとしています。

皆さまの「自然が好き」という気持ちには、
きっと世界を変えていく力が備わっています。

それぞれのスタイルで、「自然が好き」で世界を変えましょう！

ご清聴ありがとうございました。

多良・雲仙シェアリングネイチャーの会 岩崎 宏美

お年玉！
お待たせしました！
続きまして～
栗林慧映像作品
「昆虫は ぼくの 友だち」を
お楽しみください！(^_^)!



皆様に、少しでもお役に立つ内容がございましたら幸いです。
皆様の益々のご活躍をお祈り申し上げます。

栗林 慧 映像作品 「昆虫は ぼくの 友だち」



資料提供：栗林自然科学写真研究所

全編 6 分間の動画をご視聴いただきました。
感想をご紹介します。「動画、迫力あって、わくわくでした。あんなふうに昆虫を眺められて、子どもたちに見せたら、どんなにか、喜ぶだろうと思いました。恐竜くらいにすごかった！」
ハートフルなご感想ありがとうございました。(^^)v