

事業実績報告書

様式 2
(2019年度)

※この報告書は、なごや環境大学のウェブサイト上に記録として掲載されます。

講座番号	B-02	講座名	みて きいて かんじて！海上の森であそぼうの会
記載日	2019/6/29	団体名・企業名	NPOみのむしックス

〈講座全体の概要〉(300字程度)

森の中で楽しみながら自然に親しみ、植物や生き物に触れ、親子が共に遊ぶことでその「生きる力」を育み、持続可能な社会づくりに貢献する人材を育成することを目的としています。森の中でのびのびヨガでは、親子が共に体を動かし、目を閉じて森の音を聞くことで、自己と自然との対話も生まれました。アンガーマネジメント講座では森という開放された環境下で親子が怒りについて学び、自己の中で起きる怒りのコントロールの方法を知りました。葉っぱサーカスでは葉っぱ遊びを通じて葉っぱについて新たな発見があり、植物に触れる喜びと楽しさを感じ取れたところでしよう。参加者にとって、森の中で新しい発見がそれぞれにあり、その新しい空間の中で家族以外の人との触れ合いも多く生まれた良い機会だった。



※写真1の説明

4/22森の中で親子でのびのびヨガ
目を閉じて森の音を感じました。

※写真2の説明

5/25魔法の6秒
森の中でスライドショーを用いてアンガーマネジメントについてお話しをしました。

〈企画・運営者の声(感想)〉(350字程度)

2018年秋から活動を開始したばかりですが、広報から当日の運営までの経験を踏まえ、2019年度前期は、インターネット上でのミーティングを増やし、効率的に進めました。また参加者ではリピーターが増え、少しずつですが、私たちの活動のファンができたかなと実感しています。今後の運営の課題は、運営者側のペースで進行するのではなく、参加者自身の気づきを引き出すような声掛けを工夫したり、プログラムの活動に参加が難しい小さい子どもが参加できるような工夫が必要です。

〈受講者の声(感想)〉

- ・久々に森の中で、植物をよく観る時間ができ、とても気持ちよかったです。
- ・子どもに自然を身近に感じてもらうことができた。
- ・初めて森でヨガをして気持ち良かったです。
- ・森の感じ方がかわりました。
- ・他の人とコミュニケーションをとりながら森を感じられてとても気持ちよかったです。