

対 象 学 年			
小学校			中学校
低学年	中学年	高学年	全学年

森のレストラン



プログラムの概要

この活動は、森にある木の葉や木の実、朽ちた木切れ、キノコなどさまざまな色や形をしたものを食材に見立てて料理を創る活動です。

森や自然に触れ、料理の材料を探し出す活動をととして、創造力を働かせながら自然をより深く観察する目を養います。森にあるさまざまな材料を使って皿の上に料理を創りだしていきます。もちろん、本物ではなく、自分の創りたい料理をイメージしながら材料を探し出し、自分のイメージにあった料理を皿に盛りつけていきます。

盛りつけ終わった料理は、シートや机に並べて、発表会を行います。その時に、段ボールなどで作った短冊などを用意して、店の名前や料理名を書いて一緒に展示すると活動がさらに盛り上がります。

注意：基本的に落ちている葉や木を使いますが、使い終わった後は、できるだけあった場所に返すようにしてください。

所要時間：1時間～2時間

森のレストラン

1 活動のねらい

- ・ 葉や実を使って、料理を創るという活動をととして「自然のもつさまざまな形や色、手触りの多様さ」に気づく。
- ・ 自然のもつさまざまな形や色、手触りから料理をイメージしながら創る活動をととして、創造する楽しさを体感する。
- ・ 互いの作品のよさを評価しながら、活動の喜びを共有しあう。

2 活動のフィールド

- ・ ナラの木広場、アリの巣広場
- ・ 40人位（1グループ 4～10名程度）

3 準備品

団体・個人で用意するもの：直径25～30cm程度の白い皿（紙皿、あればせともの皿の方が実感がわきます）、料理の名前を書くプレート、（10×30cm程度の段ボール片）、ビニール袋（材料集め用）
自然の家で用意するもの：机、マジック（いろいろな色があったほうが楽しいです）

4 活動の手順

（1）事前学習（自然の家に来る前の学習）

- ・ 特に必要はありません。自然に触れたことがない子どもたちに、自然物の美しさや自然の中で活動する楽しさを実感させるプログラムとして最適です。

（2）少年自然の家での活動

① 活動の手順について説明します。

- ・ 森の中で集めた自然の材料を使って、料理を創ります。
- ・ メニューは、自分の好きなものを考え、名前をつけます。
- ・ 材料は、森の中の自然物だけです。
- ・ 料理本などを参考にさせることも有効です。

② 採集する上での注意事項を説明します。

- ・ ヤマウルシやツタウルシなどのかぶれやすい植物は実物を見せて紹介し、注意を促しましょう。
- ・ 落ちている物を中心に集めることや特に生きているものは、必要最小限度にとどめ、むしって採ったり、乱獲したりしないように注意を促します。



ヤマウルシ

- ③ 活動する班や集合場所、制限時間などをきちんと確認しておきます。



- ④ 注意事項が確認できたら、指定された範囲内で材料集めを開始します。料理名を頭に入れてながら材料集めをします。



- ⑤ 集めた材料を使って、料理名にあうように皿に盛り付けます。



- ⑥ 料理ができたら、考えた料理の名前をダンボールのプレートに書き込みましょう。



- ⑦ 料理、料理名のプレートができたら、机の上やシート上など決められた場所に展示します。



- ⑧ 班の全員の作品が置き終わったら、一度作品を鑑賞しあってから、順番に「どうしてこの名前をつけたのか」「工夫した点」「苦労した点」「アピールしたいところ」などの説明をしながら、発表会を行います。



※体験内容を深めるために、発表の後には、制作者に対して質問したり、「制作した料理について一人1つほめる。」などという条件をつけて話し合いをするのも活動を盛り上げる手段となります。

ふりかえりの活動（次のような言葉掛けをして活動をふりかえると良いでしょう。）

- ・ 自然の中で活動してどうでしたか？
- ・ 自然の中の材料に触れてみてどんなことに気づきましたか？
- ・ 他の人の料理を見て、感じたことを言ってみてください。

〈後かたづけ〉

創った料理は、写真に撮るなどしておきましょう。料理に使った材料、あまった材料は、できるだけ採ってきた場所に返しましょう。

(3) 事後学習（学校に帰ってからの学習する内容）

- ・ 特になし

5 活動上の留意点

(1) 活動のねらいを明確にする。

この活動のねらいは、葉や実を使って料理を創るという活動をとおして、「自然物のもつさまざまな色や形、手触りの多様さに気づく」ことです。したがって、メインとなる活動は材料探しの時間にあります。

(2) 気づきをフィードバックする。

自然の中で活動するだけでは、子どもたちの気づきは深まりません。ふりかえりを行って自己をふりかえり、お互いの気づきを分かち合うことが体験内容を深めることになります。

(3) 野外で体験活動を行うときは、天候に左右されることが多いです。この「森のレストラン」の学習は、晴れの日もいいですが、雨の日でも活動可能です。特に雨上がりは葉の色が鮮明で料理の仕上がりが良く、自然の色をよく観察することができます。

(4) 事前に活動場所の情報を自然の家の職員から聞いてください。できたら下見をして、危険な地形や動植物がないか調べておきましょう。

(5) 材料探しに夢中になると、子どもたちは森の奥に入ってしまう危険性があります。材料探しに出かける前に必ず活動範囲を決めておきましょう。

(6) 材料集めと盛りつけの時間、レストラン開店の時間について、掲示物を使うなどして知らせ、活動の目安となるようにしましょう。

(7) 料理の発表のあとで、作品について一人1つすばらしかった点を言う活動を入れると人間関係づくり「認める」というプログラムとしても活用できます。

6 参考文献

濁川 明男：2004「里山から学ぶ」濁川明男 編著 北越出版

自然体験活動研究会：2002「自然体験ハンドブック」 新井頸南地区理科教育センター

ねらい別活動プログラム集「森のレストラン」

発行日：平成18年2月28日

発 行：独立行政法人国立少年自然の家 国立妙高少年自然の家

所在地：〒949-2235 新潟県妙高市大字関山6323-2

編 集：濁川明男（上越教育大学教授）

執 筆：勝俣将明（上越市立直江津中学校教諭）