



わたし す き  
「私の好きな木」  
ハンドブック



あなたも「わたしの好きな木」をはじめませんか？

## しぜん 自然からの「すてきなおりもの」

しぜん  
自然からの「すてきなおりもの」を知っていますか？

しぜん  
自然の中には、たくさんの「すてきなおりもの」があります。

あなたも今までに、いくつかの「おりもの」をもらったことがありますよね。

しぜん  
自然はすべての人に安らぎと、いのちを与えてくれます。そんな「すてきなおりもの」をわたしたちはうまく受けとることができているのでしょうか。

うし  
魚に自然を見つける人、はな  
お花に自然を見つける人、むし  
自然を見つける人、

かわ  
川や海に自然を見つける人、とほ  
遠いお星さまに自然を見つける人もいます。

いっぽん  
一本の木に自然をみつけていく、それが「私の好きな木」です。

わたしたちのくらしの中には、木からたくさんのおりものがあります。

木は、わたしたち人とかわりの深い、大切な自然のひとつです。

たくさんある木の中から、一本の「私の好きな木」を見つけてみましょう。

はる  
春も、なつ  
夏も、あき  
秋も、ふゆ  
冬も、木のきもちを考えながら見つけていくと、自然の中でわたしたちも木といっしょに生きていることを感じるすることができます。

「私の好きな木」をとおして、木を支える土のこと、木に集まる虫や鳥のこと、木がある町のこと、国のこと、地球のことにまで思いを広げ、大切な自然について考えてみてほしいのです。

あなたも「私の好きな木」をみつけてみませんか？



私の好きな木

# ならがしわ



文 まきの しげき

絵 まきの かよこ

しほちゃんはどこにすんでいるの？



わたしは しがけんに すんでいます  
まいあさ たんぼみちをあるいて  
しょうがっこうに かよっています  
にほんで いちばんおおきな みずうみがあって  
ふかいもりが ひろがっているところです

しほちゃんにはだいすきな木があるの？



はい わたしには だいすきな木があります  
その木はふとい木で おおきなはっぱが  
いっぱいあって どんぐりがたくさんあります  
わたしのたんじょうびに おとうさんが  
この木に ぶらんこをつくってくれました  
ぶらんこにのっています  
わたしも木といっしょに ゆれているみたい  
その木のなまえは ならがしわさん

しほちゃんは ならがしわさんの  
どこがすきなの？



はるの ならがしわさん  
なつの ならがしわさん  
あきの ならがしわさん  
ふゆの ならがしわさん  
木のきもちを かんがえてみたら  
だんだんと すきになってきたの

はるも なつも あきも ふゆも  
ならがしわさんを みていたの？



そうだよ はるから ふゆまでずーっとみていたの  
木は はるから ふゆまでのあいだに  
はっぱをだしたり おとしたり



どんぐりをつけたり おとしたり  
いろいろ かわるの  
木が ほんとうに いきていること  
よくわかってきたよ

どこからみているの？



木をね とおくから みていると  
木のかたちや おおきさがわかるよ  
かぜがふいたら えだがおおきくゆれて  
はっぱが きらきら ひかるんだよ



木をね ちかくから みていると  
木のでこぼこや はっぱのかたちがわかるよ  
まっすぐに のぼっていくありや  
じゅえきに あつまる かふとむしがいるよ

木をとおくからみたり  
ちかくからみたり？



そうだよ とおくからみたときと  
ちかくからみたときとでは  
みえるものが ちがうみたい  
それから さわってみると  
おどろいたことがあるの  
ふゆのあるひ 木をさわってみると あたたかいの

「木のきもち」ってわかるの？



うん でもみみからは きこえないよ  
木のきもちを かんがえていたら  
だんだん わかるようになってくるの  
ならがしわさんが なにを かんがえているのか  
だんだん わかるようになってくるの

はるの ならがしわさんは？



えだのまるいところから

きみどりいろの はっぱがのびてきたよ  
やわらかい きみどりいろの はっぱが いっぱい  
ことりも たくさんきたよ





なつのならがしわさんは？



みどりのはっばが いっぱいあって  
はっばが すこし かたくなったみたい  
よるになると かぶとむしがやってきたよ  
ほたるが とまっていたことも あったよ  
けむしに たべられている はっばもあったよ

あきのならがしわさんは？



あきになると つよいかぜがふいて  
ならがしわさんは すごく ゆれているの  
あんなに きが やわらかいなんて おどろいた  
ふゆにちかづく  
はっばが だんだん ちやいろにかわっていくの

ふゆのならがしわさんは？



はっばが いちまい いちまい おちていって



さむそうだけど よくみたら

えだにまるいものがあったの

はるになったら

はっばがでてくるんだよ

はるから ふゆまで

ながいあいだ 木をみてどうだった？

ならがしわさんが いっしょうけんめい

いきていること わかったよ

ならがしわさんが たくさんのどうぶつと

いっしょに くらしていること わかったよ

ならがしわさんと わたしもいっしょに

いきていきたいと おもったよ

ならがしわさん

ずーっと ずーっと ながいきしてね！

「どうもありがとう  
しほちゃんの きもち  
ほんとうに うれしいよ



これからも いっしょに  
いきていきましょう」



「えっ！」

「わたしのすきな木 ならがしわ」 をかいた さくしゃより

あなたには 「わたしのすきな木」 がありますか  
わたしたちは たくさんのひとと いきています  
たくさんの どうぶつと いきています  
たくさんの しょくぶつと いきています  
みんな いのちがある いきものです  
なかよく この ちきゅうで いきています  
しほちゃんのように じぶんで えらんだ木と いっしょに いきてみませんか  
たくさんのいのちのなかに あなたがいきていることを かんじたとき  
あなたのこころも あたたかくなることでしょう  
こころが あたたかく なったら  
木のこと つちのこと やまのこと そらのこと かわのこと  
むしのこと とりのこと ひとのこと  
「わたしのすきな木」をとおして かんがえてみてください  
そして あなたのこばで みんなに はなしてみてください  
あなたの はなしを きいた ともちも  
きっと こころのなかが あたたかくなることに きづくでしょう  
木とじかんを かけて おつきあいをすれば そのことがよくわかります  
さあ あなたの まわりに 「わたしのすきな木」をさがしてみましょ

## 「わたしの好きな木」のはじめ方

「わたしの好きな木」は四季を通じて一本の木をスケッチする、小さな子どもから大人までだれもが楽しみながら自然とふれあうことができるものです。同じ木を見ていても、人によってみるところはちがいます。気づくこともちがいます。

さあ、あなたも五感（見る・聞く・かぐ・ふれる・味わう）をおもいっきり使って、木とたくさんかたりあってみましょう。

※植物の実などには毒性がある物もあるので、味わうについては注意が必要です。

### (1) 用意するもの

スケッチカード（本の中のカードを使う、またはハガキなど） 4枚  
色鉛筆（クレヨン、絵の具を使ってもよい）12色 1セット  
画用紙（四つ切りの大きさ、(3)のまとめに必要） 1枚

### (2) 木のかんさつとかきかた（かきかたはとでもかんたんです!）

#### ① 木をえらびましょう。

本と色鉛筆を持って、植物園や近くの公園、街路樹や庭の木のなかで、木を探します。まわりからみわたすことができるような木が、かんさつしやすいですね。

#### ② スケッチをはじめます。

木の全体を見ることができる場所から、木の全体のスケッチをしていきます。気づいたことを言葉で、あいているところにできるだけ多くかいてみましょう。

#### ③ 五感を使ってかんさつします。

木に近づいて、よくかんさつしてみましょう。遠くからでは気づかなかったことに気づくでしょう。手でさわって気づいたことなどもかきこみます。

（絵の中や言葉でかきこんでいきましょう）

④ 木のきもちを考えて、スケッチカードに言葉でかきます。

⑤ かんさつした日・時間・天気をかきます。

～春・夏・秋・冬4枚の「わたしの好きな木」スケッチカードのできあがりです～

(3) 4回のかんさつのまとめ（1枚の画用紙に4枚のスケッチをまとめてみましょう!）

・4枚あるスケッチカードを、四つ切り大の画用紙にのりつけてまとめます。  
（春・夏・秋・冬の木をならべてみると、どんなことに気づくでしょう。）

・「私の好きな木」と大きめにタイトルをかき、なまえもいれます。

・スケッチカードのあいているところに、4枚のカードをくらべて気づいたことや、なぜだろうとおもったことを言葉でかきこみます。

(4) 作文と発表会（何人かでおこなうときは、発表会をしてみましょう!）

・まとめた画用紙をみながら、発表のための作文をかきます。かんさつして気づいたことや思ったことを、そのまま文章にしていってください。（自信をもってかいてね）

・木のことだけでなく、木がある地面のこと、町のこと、国のこと、地球のことまで考えを広げてかいていってください。

○ 仲間といっしょにぜひ「私の好きな木」について発表会をしてみてくださいね。きっと、たくさんのすばらしい気づきに出会えますよ。

はじめは、なにげなく選んだ一本の木が、1年間おつきあいをしていたらいつの間にか「私の好きな木」になっていた。

・・・なんて、ほんとうにステキ!