

しぜんともだち

自然にふれる遊びを通した学びのガイドブック

子どもに自然の大切さや、
命の大切さを伝えたいのに、
どうすればいいの？

園庭で自然に
ふれる遊びは
どんなことかな？

ガイドブックのねらい

幼児期には、自然の大きさ、美しさ、不思議さなどに直接ふれる体験を通して、豊かな感性、好奇心、探究心、思考力、表現力の基礎が培われます。

子どもは、遊びの中で「みる、きく、かぐ、ふれる、あじわう」などの感覚を使って自然を感じ、心を動かされる体験をすることで、自然を大切にしたい気持ちが芽生え、環境保全の担い手となる基盤が形成されることが期待されます。

このガイドブックは、保育園(所)・認定こども園・幼稚園の先生方及び保護者の皆様が、子どもたちと一緒に自然にふれて遊ぶためのヒントを見付けていただくために作成したものです。

ガイドブックの使い方

子どもたちへの
メッセージ

子どもたちに感じてほしいこと、気付いてほしいことを紹介しています。

遊び方

自然を身近に感じることでできる遊び方や気付きポイントを紹介しています。
これをヒントに、楽しい遊びになるよう自由に工夫してみましょう。

子ども
いっしょに

調べてみよう！

自然にふれて遊んだ後に、子どもたちと一緒に図鑑などで調べて、
子どもたちがもっと広く、深く学ぶためのヒントを紹介しています。

安全対策

- 遊ぶ場所の付近の交通量や、けがにつながる危険なものがないか確認しましょう。
- 危険な生きもの(かぶれの原因となる草木やスズメバチ、チャドクガなどの昆虫)の情報が
ないか確認しましょう。
- 緊急時(けが、病気など)の対応方法を想定し、救急セット(薬)などを準備しましょう。
- 服装などは天候や遊ぶ場所に適したものか確認しましょう。
(日よけ、虫よけ、肌の露出が少ない服、動きやすい靴、雨具など)
- 自然にふれて遊んだ後には、手をしっかり洗いましょう。

詳しくはこちら



① 自然現象を感じよう！



子どもたちへの
メッセージ

- 光と影があることを意識し、太陽の働きや光の不思議さを感じよう。
- 様々な雨の降り方があること、雨水の大切さに気付こう。

光と影を楽しむ～太陽の「光」と「温度の違い」を感じよう～

遊び方

- 影踏みの鬼ごっこや、手を使った影絵（キツネなど）をします。
- 自然物（土、木）と人工物（遊具や壁）にふれて、温度の違いを感じます。
- グリーンカーテン（右写真）を作ります。
 - ・鉢や花壇に、ゴーヤ、きゅうり、アサガオなどつる性の植物を植えます。
 - ・つる用ネットを取り付けます。
 - ・種を収穫するまで育てます。

実施時期：一年中

グリーンカーテンの準備物：

鉢、つる性植物の種または苗、
つる用ネット



気付きポイント

- 遊ぶ時間で影の大きさを比べよう。
- 日なたと日陰で植物の大きさ（多）や、雨でぬれた地面が乾く時間を比べよう。
- グリーンカーテンの前と後（陰になる所）で暑さを比べよう。
- つる性の植物の花、葉、実を諸感覚を使って観察しよう。
- 育てた植物に寄ってくる生きものも観察しよう。

園からのお便りでグリーンカーテンの様子や遊びを紹介してはいかがでしょうか。

雨を楽しむ～雨や水とのつながりを感じよう～

遊び方

- 小雨、大雨、雪など様々な雨の時にコップやバケツなどに雨水をためます。（右図）
- 木やすべり台の下、砂場など様々な場所でコップやバケツなどに、雨水をためます。
- ササ舟を作って、雨水をためたバケツや水たまりに浮かべます。（右図）
※ササ舟の作り方は5ページ

実施時期：雨や雪の日（雨上がり）

準備物：雨水をためるもの、ササの葉



気付きポイント

- 雨がコップやバケツに落ちる音の違いを比べよう。
- ためる場所や容器の大きさによる雨水の量を比べよう。
- ためた雨水と水道水の色やにおいを比べよう。
- 地面に降った雨水は、どうなるのか話し合おう。
- 浮かべたササ舟を観察し、手がふれなくても、ササ舟が動くのはなぜか話し合おう。

子どもと
いっしょに

調べてみよう！

- ☞ 太陽の働きを調べてみよう。
 - ・太陽は植物が成長する源って本当かな？
 - ・太陽から電気をつくるって本当かな？
- ☞ ヒマワリは太陽を向いて咲くって本当かな？

- ☞ 雨（雪）の日は年間（月）で何日くらいあるか調べてみよう。
- ☞ 水の循環（右図）や雨の働きについて調べてみよう。
- ☞ 雨が降る前や雷が鳴る前の空の様子を調べてみよう。



子どもたちと一緒に自然にふれて遊んだ後に、子どもたちがもっと広く、深く感じるができる絵本を紹介しています。

詳しくは
こちら



② 自然の多様さを感じよう!



子どもたちへの
メッセージ

- 様々な種類の自然物を見付けよう。
- 同じ種類の自然物でも、様々な大きさ、形、色があることを感じよう。

自然でビンゴ! ~ビンゴゲームで自然の不思議を発見して楽しもう~

遊び方

- ① 画用紙などを貼り合わせてビンゴシートを用意します。
- ② 先生(親)が園庭(公園など)で自然物を探し、ビンゴシートのマスにその絵や言葉を書きます。
- ③ 子どもがマスの絵や言葉に合うものを探し、言葉に合うマスに置きます。
- ④ 見付けた場所を子どもに案内してもらいます。

実施時期: 一年中
準備物: 画用紙、マジック

ビンゴシートの例

 きいろいはな	 あなのあいしたは	 まるいもの
 チクチクするもの	 ハートのは	 においのするもの
 みつば	 フワフワするもの	 きいろいは

気付きポイント

- 同じ種類の花や葉、実の大きさや色などを比べよう。
- 同じ言葉でも見付けたものが違うことを楽しもう。
- ビンゴシートのマスに書く言葉を工夫してみよう。
・「つるつる」や「ねばねば」など
ふれて感じる言葉
・きいろい葉やギザギザした葉など
色や形を表す言葉
- 自然物と人工物を諸感覚を使って比べよう。

作成例はこちら ▶



自然の色水をつくろう ~様々な花の色を楽しもう~

遊び方

- ① 咲き終わった花びらを集めます。
- ② 1種類の花びらを、手(すり鉢とすり棒)ですりつぶして透明な容器に入れます。
- ③ ②の容器に水を入れて混ぜれば「自然の色水」の完成です。
- ④ 様々な色水を作って並べて楽しめます。
- ⑤ 色水で紙を染めたり、絵を描いて楽しめます。

実施時期: 春~秋
準備物: 透明な容器、花びら(パンジー、アサガオ、オシロイバナ、ホウセンカ、ツツジなど)、水



気付きポイント

- 同じ花から作った色水でも、子どもの感じ方が違うことを楽しもう。
- 花びらと混ぜる水の量を変えてみよう。
- 様々な種類の花びらを使って、様々な色水を感じよう。
- いくつかの色水を混ぜて、色の変化を楽しもう。

子ども
いっしょに

調べてみよう!

📌 なぜ、多彩な色の花があるか調べてみよう。

- ・虫には好きな色があるって本当かな?
- ・ツツジの花の斑点は
何のために
あるのかな?



📌 木の名前の由来を調べてみよう。

- ・ツバキは、葉に艶があり、ツルツルしてるから?
- ・サルスベリは、木登り上手なサルも滑るから?

📌 森の役割を調べてみよう。

- ・様々な種類、多くの生きものが生息
- ・木材、山菜、竹などの資源を供給
- ・二酸化炭素を吸収して、地球温暖化を防止
- ・雨水をゆっくり川に流して、土砂崩れや洪水の防止

📌 様々な植物の種を調べてみよう。

- 植物は子孫を増やすため、種を遠くに散布する方法を身に着けました。
- ・種を動物が食べて、糞と一緒に散布(柿など)
- ・種が動物にくっつく(オナモミなど)
- ・種が風の力で飛ぶ(タンポポなど)

③ 自然のつながりを感じよう!



子どもたちへの
メッセージ

- 自然の「食べるもの」と「食べられるもの」のつながりに気付こう。
- 一つひとつの生きものに個性があり、相互に支え合って生きていることに気付こう。

キツネとリスの鬼ごっこ ～「食べるもの」と「食べられるもの」の～ つながりに気付こう

遊び方

- ① 全体の3割の子どもたちを「キツネ役」に、残りを「リス役」に分けます。捕まったリス役が待つ場所「穴」(砂場や原っぱの凹み)を決めます。
- ② 終了時間を決めて、キツネ役がリス役を捕まえます。
- ③ 捕まったリス役は「穴」に入って待ちます。
- ④ リス役は木(リスの巣)に抱きつく休憩できます。(キツネ役は捕まえることができません。)
- ⑤ 終了時間、またはリス役の全員が捕まったら終わりです。



実施時期: 一年中

準備物: キツネ役とリス役を区別するもの

動物の気持ちになって遊んでみよう

気付きポイント

- キツネ(食べるもの)とリス(食べられるもの)の関係を話し合おう。
- リスは何を食べているか話し合おう。
- キツネがリスを食べ過ぎるとどうなるか話し合おう。
- 多くの生きものがつながって、支え合って生きていることを伝えてみよう。
(例) リスがどんぐりを食べ、うんちを出す。
うんちは、どんぐりの木の栄養になり、木が生長して、またどんぐりができます。
どんぐりは、リスや多くの生きものの食べ物になります。

生きものを育ててみよう ～生きものの不思議を感じよう、～ 命の大切さに気付こう

育て方のポイント

- ① 育てる生きものを決めて、園庭や公園などで捕まえます。
脱皮する生きもの: バッタ、カマキリなど
変態する生きもの: チョウ、カブトムシなど
- ② 育てる期間、餌、成虫の大きさなどを図鑑などで調べます。
- ③ 育てるルールを決めて、役割を分担します。
- ④ 死ぬまで育てるか、捕まえた場所に帰します。



実施時期: 一年中

準備物: 虫かご、土、餌など

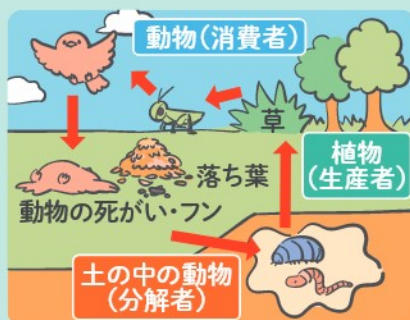
気付きポイント

- 生きものをじっくり観察しよう。
虫メガネを使って、目、口、お尻、糞を見付けよう。
- 生きものを飼育する面白さ、苦労を話し合おう。
- 生きものが死んだら、子どもの気持ちに寄り添い、命の大切さについて話し合おう。

子ども
いっしょに

調べてみよう!

- ① 「自然のつながり」について調べてみよう。
生きものは、食べたり食べられたりして互いに密接につながっています。このつながりを食物連鎖といいます。私たち人間も動植物を食べているため、植物や動物を大切にすることは私たち自身を大切にすることと同じです。



- ② チョウは成虫までに、体の形や食べ物がどのように変わっていくか調べてみよう。
- ③ どんぐりを食べる動物を調べてみよう。
・リスやネズミはどんぐりを隠して冬に食べるって本当?
- ④ 様々な形のどんぐりを集めてみよう。
・どんぐりは何種類あるんだろう?
- ⑤ カタツムリは何を食べてるんだろう。

自然のつながりを体験する取組

京都市動物園では、ゾウの糞を肥料にして動物園内で野菜や牧草を育てたり、農家や保育園(所)、幼稚園などに提供しています。ゾウの食べ物はほとんど植物なので肥料の匂いは干し草のようです。また、森の整備活動で切った木の枝を動物の餌としていただいています。これらを通して、動物たちと身近な環境とのつながりを子どもたちに伝えています。



④ 草花で遊ぼう! 生きものを見付けよう!



子どもたちへの
メッセージ

- 草花の形をじっくり見て、その美しさや不思議さを感じよう。
- 草花を使ってつくる楽しさ、草花のやさらかさ、丈夫さ、弱さを感じよう。
- 身近な生きものを見付けて、季節によって植物の色の違い、昆虫の種類や数の違いなどを感じよう。

春 草花の音を聞いてみよう



実を下に
引っ張ります。



茎を両手で
挟んで回すと
音がします。



数本まとめて
回すと、もっと
楽しくなります。



葉だけでも輪を
作ることができるよ!

花穂を束ねて
編み、輪に
します。



秋 穂の柄を短くし、穂を手でにぎったりゆるめたりを繰り返すと動きます。



ケムシみたいで
おもしろいね。



種を飛ばしてみよう
カエデの種
切り離して
投げてね。

カエデやマツの種を
投げ上げると、回り
ながら落ちてきます。

マツの種は
松ぼっくりの
間に入っ
ています。



夏 笹舟をつくろう



①ササの葉を折ります。



②図のように3等分
になるように
切り目を入れます。



③上の部分の間に下の部分を
交差させて折り込みます。



花を飛ばしてみよう



ガクの部分を取って
出てきたタマの部分を引き出します。

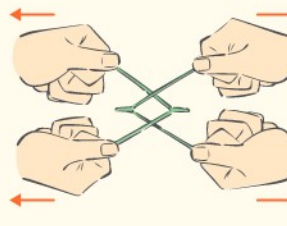
ゆっくり
投げ上げて
遊びます。



冬 葉っぱで、つなひき



2人でマツの葉を交
差して持ち引っ張り
ます。
マツの葉が切れた
ほうが負けです。
※オオバコの葉でも
同じように遊べます。



木の枝を見て、葉がついていた部分を観察して
顔や生きものなどの形を探してみよう。



虫メガネを使って
じっくり観察してみよう。



生きもの手作り図鑑を作ろう ~ みんなで生きものを見付けて ~ 記録して楽しもう

遊び方

- ① 季節(月)ごとに、園の中の生きもの(植物や昆虫、鳥などの動物)を見付けて写真を撮ります(絵を描く)。
- ② 写真(絵)を季節(月)ごとに、画用紙などに貼ります。
- ③ 貼った写真(絵)の横に生きもの(名前、見付けた場所を、記録します。



実施時期:一年中
準備物:カメラ(絵を描くもの)、印刷機、
写真を貼るもの(画用紙、ノートなど)

気付きポイント

- 季節(月)で変わったこと(生きものの数や大きさや形、植物の花や葉の色など)を話し合おう。
- クモやアリの巣、セミの抜け殻、木の実なども見付けてみよう。
- 桜の木など特定の植物を1年を通して芽や花、葉を観察し、どんな昆虫や鳥が来たか記録してみよう。

子どもたちと一緒に自然にふれて遊んだ後に、子どもたちが
もっと広く、深く感じるができる絵本を紹介しています。

詳しくは
こちら



5 エコライフにチャレンジ!



子どもたちへの
メッセージ

- 暮らしの中で、京都で大切にされてきた「もったいない」や「ありがとう」を感じよう。
- エコライフにチャレンジすることで、役に立つ喜びを感じよう。

園内でエコライフ ～ みんなで楽しみながら「もったいない」や「ありがとう」を感じよう～

エコライフの取組

- ① 園内に「もったいないこと」がないか話し合っ、みんなで楽しくできるエコライフに取り組みます。
- ② 「もったいない」の日や曜日を決めます。
- ③ 画用紙などでエコライフチャレンジシートを作成し、達成できたら★印を書いたり、シールを貼るなど、楽しく取り組みます。

実施時期：一年中

準備物：画用紙、シール、マジック

エコライフチャレンジシート(例)

“もったいない”をやめようね	できたかな?
えほんやおもちゃは、たいせつにつかおう。	★★
えほんやおもちゃは、きまったところにかたづけよう。	★★★
みずのだしっぱなしはやめよう。	★★
おべんとう(ごはん)やおやつは、できるだけのごさずたべよう。	★★
こうさくのとにのこった、またつかえるかみは、かたづけよう。	★★★★

気付きポイント

- 水がなかったらどうなるか話し合おう。
- ごはんやおやつは、何を材料に、誰が作っているか話し合おう。
- 食べ物を残すと、生きものの命や作った人の苦労などが無駄になること、食べ物への感謝をもってほしいことを伝えてみよう。
- 親子で一緒に取り組むエコライフを話し合い、実践できたら褒めましょう。

子ども
いっしょに

調べてみよう!

- ① 本来食べられるのに多くの食品が捨てられています。捨てられている量を調べてみよう。
・「毎日、市民1人当たりおむすび1個分程度の食べ物を捨てている」って本当かな?

詳しくはこちら



- ② 園内や家に水道がいくつあるか数えてみよう。
- ③ 人が飲める水は、地球上の水のどれくらいの割合か調べてみよう。
- ④ 安全な水を使えない人がたくさんいるって本当かな?

SDGs(エスディーゼーズ)は2030年までに持続可能な社会を実現するための世界共通の17の目標

水を大切にすることは、目標6「安全な水とトイレを世界中に」、食べ残しを減らすことは、目標12「つくる責任・つかう責任」、電気をこまめに消すことは、目標13「気候変動に具体的な対策を」の達成につながります。仲良く遊ぶことは、お互いの気持ちを共有し、協力しあう基礎となり、目標5「ジェンダー平等を実現しよう」の達成につながります。

詳しくはこちら



京(みやこ)エコロジーセンター

見て、ふれて、感じる環境学習施設です。楽しく学べるイベントがいっぱい!絵本や紙芝居を貸し出し(無料・団体が対象)しています。

電話:075(641)0911

詳しくはこちら



南部クリーンセンター環境学習施設「さすてな京都」

迫力満点のごみ処理を見学してみませんか。土日祝や学休期には、絵本の読み聞かせ、ピオトープの自然観察会など、充実の環境学習プログラムを開催し、環境を楽しく学ぶことができます。

電話:075(606)2548

詳しくはこちら



青少年科学センター

100点を超える体験型展示品を通して、楽しみながら理科・科学を学べます。実際に物に触れ、体を通して体感し、科学を感覚的に理解でき、理科に触れあうことができます。電話:075(642)1601

詳しくはこちら



公益社団法人 京都市保育園連盟 八瀬野外保育センター

豊かな自然に囲まれ、自然の中で遊べる野外保育施設です。幼児の団体(責任者も同行)が年間を通して遠足や宿泊保育で利用しています。

電話:075(791)1117

詳しくはこちら

