



豊かな感覚は感性を育てる？

誰もが生まれながらに持つ5つの感覚。

暮らしの中で感じるさまざまな感覚・刺激は

どんな影響を与えてくれるだろう。

直感力？心の発育？アイデアやひらめき？

今回はそんな“五感”に注目した特集を掲載します。

御伝ちゃん MAP

雨の日は、
雨の音や
匂いも楽しんで！



ゆっくり歩いて
巡ると2〜3時間

あまつぶおんでん 8体の雨粒御伝ちゃん

雨が多いイメージも松江の特長として、その魅力を伝える使者として、NPO法人松江サードブレイス研究会と松江観光協会の共創により平成25年に誕生しました。

雨粒御伝は、松江城周辺でみんなを待っています。周辺には、カフェや雑貨屋さん、地元民おすすめのスイーツなどもあるので、歩いても楽しい♪



レイクラインや
堀川遊覧船を使いながら
巡るのもおすすめ！



御伝ちゃんの
いる周辺には、カフェも
たくさんあるので、
「味覚」も楽しめるよ！



パワーストーンを集めながら巡る
「縁雲を巡る旅」もあるよ！

縁雲を巡る旅

主催：松江観光協会
料金：1,500円

詳しくはこちらをチェック！
松江観光協会HP▶
(縁雲を巡る旅ページ)

※内容は変更になることがあります。



松江に降る 「縁雲」を たっぷりたくわえた あまつぶおんでん 雨粒御伝

松江城、お堀周辺にたえずむ雨粒型の可愛らしい石像。
会ったことありますか？
縁雲をたっぷり吸い込んだ雨粒御伝は、雨の日でも、晴れの日でもみんなを元気にするパワーがいっぱい！
利伝ちゃん、笑伝ちゃん、和伝ちゃん、美伝ちゃん、愛伝ちゃん、友伝ちゃん、澄伝ちゃん、信伝ちゃんと、全8体それぞれに名前がついています。
1体1体、それぞれにストーリーとお祈りをする時の「所作」があります。
御伝ちゃんに会いに、親子でまじめくつしてみよう。



1 雨粒利伝
あまつぶりでん
仕事、金運を高め、
成功に導く



2 雨粒笑伝
あまつぶしょうでん
怒りや悲しみを取り除き、
前向きに物事を捉える



3 雨粒和伝
あまつぶわでん
心を鎮め、穏やかで寛大な
心と調和をもたらす



4 雨粒美伝
あまつぶびゅうでん
心身を癒して浄化させ、
美と健康をもたらす



5 雨粒愛伝
あまつぶめでん
結婚恋愛成就、
縁を運ぶ



6 雨粒友伝
あまつぶゆうでん
信頼、自信を与え、
人間関係を円滑にする



7 雨粒澄伝
あまつぶとおでん
感性を研ぎ澄ませ、
集中力を高める



8 雨粒信伝
あまつぶしんでん
根気強さを養い、
信念を貫く

五感 で楽しもう！

まちも、お家も
楽しみにあふれているよ！

親子で巡ろう！松江旅

見る

聴く

嗅ぐ

触れる

味わう

家族みんなで
当てられるかな？

五感あて ゲーム！

おうちにある
それぞれの味覚の
食材を準備！

準備するもの

- 甘味** 砂糖、はちみつ、
ミルクチョコレートなど
- うま味** かつおや昆布だし、
塩こんぶなど
- 酸味** 酢、レモンなど
- 塩味** 塩、醤油など
- 苦味** ビターチョコレート、
マーマレードなど

遊び方



① 当てる側の人は、目隠しをして
スタンバイ。



② スプーンに載せた食材を、当てる
人の口に運んであげましょう。



③ さあ、何の味が分かるかな？！
大人もぜひ一緒にやってみてく
ださいね。

味のシグナル

もともと好きな味と経験して好
きになる味。
舌の味覚センサーでは、食材から
さまざまな味のシグナルを受け
取っています。



味覚のお話

私たちの舌には「味蕾（みらい）」
という味を感じるセンサーが
ついています。
子どもの味蕾センサーは大人の約
3倍も敏感ともいわれています。
子どもが野菜の苦みに敏感だっ
たり、大人になると苦かったブ
ラックコーヒーがおいしくなっ
たりするのはこの味蕾センサーの
仕組みによるものです。

味覚の五味

五味のシグナル

甘味	エネルギー源のシグナル
塩味	ミネラルのシグナル
うま味	たんぱく源(アミノ酸)のシグナル
苦味	毒のシグナル
酸味	腐敗のシグナル

子どもが甘い物が好きで、苦い物
が苦手な理由もこのシグナルの
受け取り方が違うからなんです。

甘味・塩味・うま味は本能的に
好きな味です。
苦み・酸味は危険を見抜くシグ
ナルになるため、食事の経験か
ら好んでいく味になります。
これから大人になって食事を楽
しむためにも、今さまざまな食
材を食べて味覚の五味を育てる
ことは大切です。

人間の五感

子どもにも大人にも生きるために必要な食事。食事は栄養をとることだけが目的で
はなく、楽しみ・コミュニケーションの場として人生の幸せを作るうちの一つです。
一緒にスーパーへ行くことも立派な食育！家族で楽しみましょう。



触れる

食材の形やかたさ・
やわらかさ



見る

食材の色、形、
切り方、食器



味わう

甘味、塩味、苦
み、酸味、第五
の味覚と呼ばれ
るうまみ



聞く

トントん・
ジュージュ
など調理する音



嗅ぐ

食材におい

今回は、(株)さんびる
管理栄養士 持田 俣
さんに教えていただ
きました！

いつもの料理も
この五感が組み合わせあって
できている味

たこ焼き DE オムライス



材料

- ご飯400g
- 玉ねぎ1/2個
- コーン※50g
- 溶き卵5個分
- ケチャップ大5
- コンソメの素大1
- (焼き野菜用) ブロッコリー、トマ
ト、パプリカなど好みの野菜適量

※お好みの野菜、ミックスベジタブルでもOK！

POINT

アンパンマンや季節にあわせた
テーマに盛り付けてみると、さら
に楽しい！

作り方



1 みじんぎりにした玉ねぎをボールに
入れて、レンジで加熱する。



2 1にご飯、コーン、ケチャップを入
れて混ぜ合わせる。



3 たこ焼き器に油をひいて、溶き卵を
入れる。



4 たこ焼きを作る要領で、2のケチャ
ップご飯を入れてくると回す。



5 たこ焼き器の空いたスペースでお好
みの野菜を焼く。



6 お好みにケチャップをかけて召し
上げ。



持田 依菜ちゃん(5歳)・紗良ちゃん(3歳)



まちも、お家も
楽しみにあふれているよ！

食事には五感を感じる
ポイントがたっぷり！

見る

聴く

嗅ぐ

触れる

味わう



木育で学ぶ 豊かな暮らしづくり

見る

聴く

嗅ぐ

触れる

味わう



お話を伺ったのは…

木のぬくもり屋 関野 治男 さん

長年教育分野でご活躍されていた関野さん。今は木育インストラクターの資格も取得され子育て支援センターでの講座や木のおもちゃ作りワークショップなど、さまざまな年代に向けた取り組みをされています。木のおもちゃの良さに気軽に触れてもらいたいとご自分で作られたおもちゃを手頃な値段で販売もされています。地元の次世代の人々に喜んでもらえるものを作っていきたいとのこと。木のおもちゃを実際に見せていただきながら関野さんにお話を伺いました。

きっかけは孫へのプレゼント

関野さん…きっかけは3歳の孫のプレゼントに、手作りのおもちゃをあげたら喜ばれたことです。それから木のおもちゃをいろいろな作り始めるようになりました。それから中央道の子育て支援センターにおもちゃを置かせてもらいました。使ってもらって、要望を聞いて形を変えたものもたくさんあります。たとえば、コロコロというおもちゃがあります。緑色の木と、どんぐりに見立てた茶色に塗った木をセットにしたら、子どもが舐めるから茶色を塗らないでほしいと言われて改善しました。



木のおもちゃの良さ

関野さん…木のおもちゃの良さのひとつは、やわらかく触っていると安心できることだと思っています。お母さんの肌のぬくもりの次に安心する触り心地ともいわれているのだそうです。小さなお子さんは木でできたものを持つとしばらく持ち続けていますよ。

実際にみちよって取材中も、0歳の子が木のおもちゃに自分から手をのび嬉しそうに握っていました。



ゆっくり・シンプルなもの

関野さん…どんなおもちゃを作ることを心がけているかというのはやはりシンプルでゆっくり動くものを作ることですね。シンプルなものほど、持っていて温かみを感じるのではないしょうか。子どもはすぐに成長していつ、その都度興味も変わっていくので、どんどんおもちゃも変わっていきますが、シンプルなおままごとセットや木の車などは、割合長く遊んでもらえるなど感じています。



木のくるりんカー 300円



関野さん…子どもは見立て遊びが上手ですね。四角の木片を車に見立てて遊んだり、パズルのパーツをおままごとの材料に使ってみたり。完全な車の形をしていなくても車に色が付いていなくても子ども達は「これは僕の青い車だよ」など、想像力を働かせて遊んでいます。全部を大人がお膳立てしてあげる必要はないのだと思います。そこにあるものをいろいろなものに見立てて子どもは遊ぶ。想像力を育んだり発想を豊かにする、その機会を大切にしたいです。

自分から想像できる



プラスチックのおもちゃは、ボタンを押すだけで自動的にどんな音や曲が出るものも多くありますよね。

そばにいますお母さんから「確かに、おもちゃの側から話しかけてくるのではなく、木のおもちゃは子どもの方からおもちゃに話しかけることができますね。」という感想をもらいました。



取材を終えて

木のぬくもり屋
住所：松江市中央道町
東来待994-42
電話：080-5389-0853



想像力や考える力を使って自ら主体的に遊ぶことのできる木のおもちゃ。インテリアとしても素敵で大人も癒されますよね。ぜひ素朴で温かみのあるオンラインワンのおもちゃを沢山の手に取ってもらいたいと感じました。関野さん、中央道子育て支援センター様、ありがとうございました。

(記事 松本編集員)





まちも、お家も
楽しみにあふれているよ!

音に触れる！ オーケストラの世界

見る

聴く

嗅ぐ

触れる

味わう

山陰で初めてのアマチュアオーケストラとして発足し、今年創立50周年を迎える山陰フィルハーモニー管弦楽団。
演奏会にはたくさんの方々が足を運び、音楽の裾野を拡大し、街の文化を豊かにしている団体です。
そんな山陰フィルには、ジュニア部門があるのをご存知でしょうか。
1988年に子どもたちにもオーケストラの楽しみを知ってもらいたいと創立された山陰フィルジュニアオーケストラは、今年で35年目。
どんな方々が運営をされているのか、お話を伺います。

お話を伺ったのは…



かとう あきこ
加藤 阿紀子さん



うの としこ
宇野 俊子さん

ジュニアは何人くらいが活動されているのですか？

加藤さん：毎年入ったり、卒業したりと入れ替わりがありますが、大体25人前後ですね。

昨年の定期演奏会では、まだ小さいお子さんが数曲演奏をされていましたね。

加藤さん：はい、年長のお子さんも参加しました。基本は小学1年生から大学生までですが、自分で楽譜を読むことができて、自分の楽器を用意し、練習に参加できるなら未就学児でも入団できます。

お二人もジュニアに入団されていたのですか？

加藤さん：はい。小学校5年生の時に、ジュニアの演奏会を観て「私も入りたい!」と思い入団しました。

宇野さん：私は父が山陰フィルに在籍している関係で、小学校5年生の時に、ジュニア部門が創設された際に、もう自然と、自動的な感じで入っていました(笑)

運営はどのようにされているのでしょうか。

加藤さん：主に私達含め、7人で運営と指導を担当しています。練習は、月に3回ほどです。毎年8月の定期演奏会に向けて春先から練習を始め、

運営費用はどうされているのでしょうか。

宇野さん：団員から演奏会の参加費をいただいで、それを主に練習会場費、冷暖房費、楽譜代に充てています。演奏会にかかる会場や宣伝広告費、謝金などは、主に助成金で賄っています。助成金も毎年変わるので、情報収集して、いくつかを組み合わせて申請しています。

練習会場や楽譜の手配、運営費のやり繰り、団員への連絡と指導となると、手間がかかると思うのですが、ボランティアですと続けておられるのは大変ではないですか？

加藤さん：自分がジュニアの頃、先代の事務局長や、加藤団長から受けた恩があまりに大きくて。直接恩を返すことはできないので…。

恩送りをされているんですね(感動)

加藤さん：楽譜を郵送する時など家族も手伝ってくれたり、応援してくれています。

宇野さん：たとえば車を買っても楽器を運べることを考えたり、生活の中心がオケになるし、父に言われてジュニアのお世話をすることを面倒に感じることもありましたが、我が子ができて、また別の視点で見ることができるようになりました。
産後の数年間、主人の転勤で松江を離れ、県の西部に住んでいたのですが、その間子どもを連れて音楽に触れる機会が少なくて。
プラバホール、県民会館、鹿島文化ホールといったホールだけではなく、カラコ工房やフォーゲルパーク、学校など、色々な場所で子どもが音楽や楽器に触れるきっかけが多く、興味を持ったら掘り下げていける環境がある松江は恵まれていたと感じました。

オーケストラの魅力は？

宇野さん：やはり、みんなでひとつの音を奏でられるということですね。

いそがしい毎日の中で、家でやりたいことがあるのに、練習に出かけるのが億劫になることもありますが、みんなで音を合わせるたびにやっぱりオーケストラが大好きなんだと思います。

加藤さん：年代も学校よりさらに幅が広いので、上の子が下の子のお世話をしたり、下の子が上の子を目標にしたり、自然と協調性や社会性を身につけることにも繋がっていると思います。

ジュニアで育ててもらって、今山陰フィルのプレイヤーとして活動しながら、ジュニアの育成をして。県外に出た人たちも、演奏会の時には帰ってきて一緒に演奏してくれますし、帰ってこれなくなっても住んでいる別の街で音楽を演奏してくれていることで繋がっていると思っています。

取材を終えて

みんなで音を合わせて作り上げていく喜びを、小さいお子さんから大人の方まで皆さんが話してくださったのが印象的でした。そして周囲に温かく育まれた人たちが、また次の世代を育てていく優しい繋がりに感動しました。
(中澤編集員)



くりはら ゆうと
栗原 悠翼さん(中3)

2021年12月のコンサートで、初めてコンサートマスターになりました。先輩たちを見てきたけど、実際に経験してみてもなかなか難しかったんだと感じました。みんなの手本となり、必要なことを伝えられるように、ちゃんと自分の準備をしたいと思っています。

悠翼さんのお母さん後輩ができて教える立場になったり、コンサートマスターを経験することで、試行錯誤しながら成長していく姿を見ることができています。



あまが はるま
尼ヶ崎 遥真さん(年長)

みんなと一緒に弾けるのが楽しい。コンサートで僕が素敵だな、好きだなと思っていることを、(観客の)みんなにお届けできて、うれしかった。

メンバーの皆さんの声



山陰フィル・山陰フィルジュニアの最新情報は、ホームページからご確認ください。

【URL】
<http://saninphil.web.fc2.com/>



山陰フィル・山陰
フィルジュニア
ホームページ



▶練習はプラバホール、スティックビル、各公民館などで行います。

小さいお子さんも
活動中♪

◀2021年8月にプラバホールで開催した定期演奏会。