

## 特集 野鳥でヒーリング！ 羊毛フェルトで可愛い小鳥づくり

「秋の森で野鳥を感じてヒーリングバードを手づくりしよう」という新たなイベントを県内3カ所で開催しました。ヒーリングバードと名付けたのは、羊毛フェルトでつくる手のひらサイズ(ほぼピンポン玉の大きさ)の小鳥です。鳥取県のストレスオフ活動拡大事業の助成を受けてのイベントであり、一般参加者を公募して実施しました。内情を含めて概要を報告します。

(関係者の皆様、多少の脚色はご容赦願います。)



### 11月6日 ヒーリングバード大山

大山の紅葉のベストシーズンに合わせて計画しましたが、当日はあいにくの雨と風、さらに大山寺はガスのため、野外散策は中止しヒーリングバードづくりに専念しました。

参加者は、5組の母子夫婦1組男女カップル3組を含む27人。はじめに身近な野鳥の画像を見てもらい、簡単な説明を加えました。次に支部の活動を紹介し、本番のヒーリングバードづくりに移りました。

参加者の方からは、バードウォッチングができなかったのは残念であったが、ヒーリングバードの手作りはとても楽しかったと好評でした。

### 11月13日 ヒーリングバード鳥取

天候は素晴らしく、やまびこ館のロビーに集合した参加者27人は4つのグループに分かれて禰公園を散策し、その後に研修室でヒーリングバードを手づくりしました。散策からなかなか戻らないグループを待つ間に身近な野鳥の画像、支部活動の紹介を短く行いました。前回よりヒーリングバード作成の時間は短くなりましたが、説明資料もわかりやすいように作り直したこともあり、時間内に概ね出来上がりました。野外での実体験+室内手作業の組み合わせが効果絶大という感じでした。

### 12月11日 ヒーリングバード倉吉

寒い時期にもなり、朝から雨だったので無理をせず、野外散策を室内のネイチャーゲームに変更しました。

中部地区は地震の被害の大きかった地区のためか参加者は14人(うち家族2組)でした。前回までのヒーリングバードに参加できなかった人なのか、東部の八頭町、西部の境港市から参加された方もありました。室内でネイチャーゲーム(国際水教育プログラムのプロジェクトWET)などの後に、ヒーリングバードづくりを行いました。

### ブローグ 女性会員の盛り上がり

4月、鳥取県は女性のストレスオフで日本一にランクされたと民間の調査会社が公表した。これは全国の20~69歳の女性約7万人を対象に「ココロの体力測定」(ストレス指数チェック)を実施し、「ストレスオフ(ストレス指数の低い)」都道府県をランキングしたもの。

5月、県が「ストレスオフ日本一!おっとりジェンヌプロジェクト」を開始、ストレスオフ活動拡大事業を予算化。

6月、支部の定期総会+コウノトリ講演会の時、会場の片隅で女性会員が旧交を温めながら何やら井戸端会議・・・盛り上がりたらしい。

### エピソード1 事務局にお知らせメール

- 8月3日、鳥取県ストレスオフ活動拡大事業の公募を知らせるメールが届く。「コウノトリ講演会の時に一部の会員に紹介した補助金のご案内です。女性陣の間で、野鳥の声はヒーリング効果有りと盛り上がりました。応募期間は8月31日までです。」

### エピソード2 応募要件がきびしい

- 女性を対象とした探鳥会なら助成対象となりそうに思ったが、今までにない新たな取り組みであることが条件。通常の探鳥会では審査を通らない。
- 申請手続きなどを考えると、実施時期は10月～3月。山陰の冬は天候が悪く積雪もある、野外イベントに不向き。
- 飲食費は原則補助対象外。探鳥+食事会でもいいが、支部の負担が大きい。
- 事前に人数が把握できないと食事の準備、予約などが難しい。
- すでに探鳥会の日程は決まっているし、オシドリ調査、ガンカモ調査などがある。

### エピソード3 アイデアを捻り出せ

- 野鳥観察1時間、室内で何か2時間程度、朝9時開始で、食事なしで行こう。
- 参加者の満足感を考慮すると人数を制限し20人程度が望ましい。
- 県下全域ではエリアが広すぎるので、東中西の3カ所で開催しよう。
- では何をするか、ぬり絵、ステンシル、紙粘土、いいアイデアが浮かばない。
- 家中の野鳥小物を食卓に並べて検討する。水鳥公園で人気の羊毛フェルトが有望。
- 簡単に作れて、可愛い小鳥にするには、オリジナルデザインが必要だ。

### エピソード4 8月末の応募期限が迫る

- 8月は、巣箱づくり教室2回、動物のすみかづくり教室1回、カワウ調査1回、ラムサールシンポジウムもある。
- 計画書には概算金額の記載が必要である。

- 8月20日 手芸店で羊毛フェルトのスターキットを購入し、まず試作。
- 8月27日 羊毛などを追加購入し、さらに試作。何とかできるかも。
- 応募期限ぎりぎりまで頑張ってもダメなら応募を断念することもやむを得ない。

### エピソード5 採択されてしまった

- 8月29日、計画書を作成、概算事業費20万円で応募する。
- 9月27日、審査通過（採択）
- 9月29日、補助金交付申請書を提出
- 10月3日、交付決定通知が来てしまった。さあ、やるしかなくなった。

### エピソード6 鳥取県中部地震が

- 定員20人なので、簡単に集まるだろうと安易に考えていたが・・・。
- HPに掲載したが反応はいまいち。ポスター、チラシを作っては見たが、どこに貼り出すか、誰に配るのか。
- 報道に資料提供したが、秋のイベントシーズンでなかなか掲載されない。
- 10月21日に鳥取中部地震が発生でイベント中止が相次ぎ、影響が心配される。
- NHKローカル局のイベント紹介コーナーに登録したが、中部地震の発生で番組枠がなくなった。
- ローカルFM局でイベント広告、職場の昼休みに電話で生出演。
- 地元新聞のイベント紹介欄に開催直前になってようやく掲載された。

### エピソード7 最後は会員の呼びかけ

- なかなか参加者が集まらない中、最後は役員、会員が直接の人集めをした。
- ご近所さん、顔見知りの銀行員、仕事場の女性職員などへの働きかけが、最も有効な参加者集めの手段であった。
- 小さな子供連れの参加、夫婦での参加、カップルでの参加もあった。
- 新聞記事からの参加者4人。ラジオを聞いて参加した人はゼロだったが、ラジオ局の社員夫妻が参加された。

## エピソード8 大山は悪天候

- 紅葉シーズン真っ只中の大山寺周辺は観光客が多く野鳥の声も聞こえないかも。
- 参加者が野外散策をしている間に、スタッフの打ち合わせとヒーリングバードづくりの練習を行う予定であった。
- ところが、悪天候で野外散策中止でいきなりの本番となった。
- スタッフ候補者二人は、一般参加者に混じってヒーリングバードをつくった。

## エピソード9 東部は参加者数の調整

- 前週の西部のイベントが地元紙に掲載されたので、申込増加を期待したが・・・。
- 最後に頼れるのはやはり役員。個人的な知り合いにも一斉メールした。
- さすが役員の発信力、職場の同僚、友人、知人へ。申込者が5人、10人、ちょっと待って！会場に入れません。

## スタッフの感想

### 鳥取市 小林朋子さん

やまびこ館での第2回目にスタッフとして参加しました。何をするのか良く知らないまま当日朝に集合したところ、ヒーリングバードを作る方たちへのアドバイスでした。スタッフ全員が羊毛フェルト作りは未経験でしたが、開始前にジョウビタキの雌を作って練習しました。最初はうまく作ろうとあれこれ考えてしまいましたが、ちくちく針を刺していると、次第に無心で楽しめました。出来上がりは、ちょっとまぬけな感じだけど可愛い子になりました。

野外の散策から戻った参加者たちは、スライドでヒーリングバードの作り方の説明を聞いた後、10種類の中から自分の作りたい鳥を選び、作成を開始。初めはかなり真剣に作業されており、「ヒーリングバードですよ～楽しんでね～」などと声をかける

## エピソード10 最後は中部も雨

- 中部の会場は倉吉市。中部地区は人口が少なく集客に苦勞する地域である。
- おまけに中部地震の震源地、ブルーシートをかぶせた屋根が目立つ。
- NHK鳥取放送局の「ふるさと伝言板」に12月2日に出演。(米子局で収録)
- 定員に満たないまま、雨で中止になった探鳥会の参加者も飛び入り参加。

## エピソード11 新たな取り組みへ

羊毛フェルトの小鳥づくりは、探鳥会だけでは集まらなかったであろう参加者に、まず野鳥に親しんでもらうツールとしては十分に力を発揮した。

また、今回用意したヒーリングバードのキットを販売してはどうかとの意見も少なからずあった。県内に羊毛フェルトの小物を販売しているNPO法人もあるので、うまく連携することを検討したい。

と次第にリラックスされ、無心で作業に没頭されていました。作り方にも出来上がりにも個性があり、見ているだけで十分楽しめます。スタッフとしても楽しく参加させてもらえ、良い経験でした。なお作成用のキットは市販の物かと思っていたら、支部の担当者がデザインから作り、材料を一人分ずつパッキングしたとのことで、びっくり仰天でした。本当にお疲れ様でした！

### 鳥取市 岸田佳子さん

スタッフとして参加してほしいと要請があり、イベントの詳細を把握できないまま参加しました。皆さんが野外散策されている間に、研修室でジョウビタキ♀を作りながら楽しく打合せをしました。参加された方々にも、スタッフとして参加した私にも、野鳥への愛着や親しみが一層増す、すばらしいイベントだったと思います。

県支部が初めて会員以外を対象（それも女性がメイン）に開くイベントに企画立案・実行部隊として参画した。当初は野外散策（+軽くBW）+かわいいマスコット小鳥の手作り（どこからか講師を雇ってきて）で半日のイベントを・・・などとぼんやり考えていたのが、何の因果か「羊毛フェルトでかわいい小鳥を作り出してイベント時に講師を務める」羽目になってしまった。羊毛フェルトアートは巷では結構メジャーな手芸だそうだが、自分自身の経験はゼロからの危ういスタートであった。準備段階で相当試行錯誤をしたものの、最終的には他にはない（多分）支部オリジナルの「ヒーリングバード」の開発とイベントの実行にたどり着いたので、その舞台裏を支部報に残しておきたい。

「ヒーリングバード」作りにあたっては、

- ① 実際の鳥の特徴を最大限捉えること、
- ② 初心者でも1時間半の作業でできること、
- ③ 誰でも出来上がりに（それなりに）満足できること、の3つをクリアしなければならなかった。

① 実際の鳥の特徴を最大限捉える

「羊毛フェルトアート」として作った鳥でも、バーダーが見たら「キビタキ!」「オオルリ!」と間違いなくわかるようにしたい。まず、図鑑や写真をもとにパワーポイント程度でも描けるようにデフォルメあるいは単純化したデザイン図を作った。体は球形とし、色目や柄で特徴が出やすい身近な小鳥類を選び、青・灰・白・緑（ウグイス色）・黒色の5パターン、各2種ずつをデザインした（裏表紙参照）。デザイン画を元にデモ用の小鳥を試作した。試作品を作っては会員や水鳥公園のスタッフから意見をもらったが、なかなかこれぞというものができなかった。試行錯誤の結果、支部会員の小学生1君に見せた時に間髪入れず鳥種名を告げられたのを機に、試作は完了?と

② 初心者でも1時間半の作業でできる

まず、1人分ずつ必要な材料をシール付きポリバッグに詰めてキット化した。キットは色別に5種類作り、1キット内には同色で2種類の鳥どちらでも作れる材料を入れた（写真1）。参加者は好きな色のキットを1つ選び、さらにキット内の2種どちらの鳥を作るかを決めてもらう。鳥の体は丸めた羊毛（4g程度）を針でつついてピンポン玉大程度の球体を作るが、この作業は事前に済ませ、当日は「羊毛玉」としてキットに入れた。刺しつけ作業は特徴づけの色羊毛を頭や腹など部分的に乗せるだけにしておき、羽、嘴、尾はアップリケ用のフェルトを切って貼り付け、目はプラスチックの市販品を利用した（写真2,3）。見本としてのデザインパターン図や羽・嘴・尾の型紙、作り方説明書（図1）も入れた。作業は4人1組のグループで行うことにして、道具（はさみ、目打ち、ピンセット、接着剤など）は共用とした。

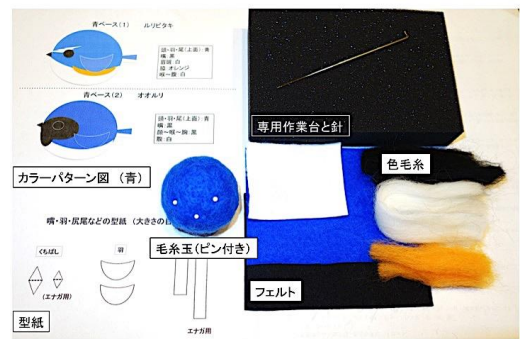


写真1 青セット（ルリビタキまたはオオルリ用）のキット内容



写真2 作り方例：灰色セット・ゴジュウカラの顔・腹・過眼線のつけ方



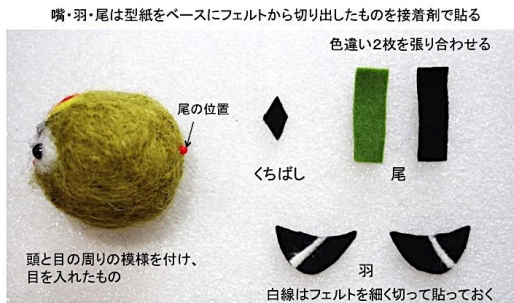


写真3 作り方例: 緑セット(キウイタダキ)

### ③ 誰でも出来上がりに満足できる

1キット・1色ベースで2種類作れるようなキット内容にしておき、自分でどちらか(かわいい、または好きな+簡単な、または凝った)を選べるようにした(選択肢があると出来上がりに納得しやすいはず)。試作段階で、刺しつける作業がどうであれ、どの種類の鳥であれ、目と嘴をつければその途端にかわいらしく見えることに気づいた。そこで、「両目一嘴黄金比」になるように、虫ピンを羊毛玉に刺したものを準備することにした(写真2)。このガイドに基づ

いて目を入れると、誰がどのように作るのかもかわくなる? イベント当日は、ディスプレイコーナー(リースや木の実を準備して秋らしい雰囲気を作った)に持ち寄って飾り、全員(全鳥?)の記念撮影をすることにした。きっと自分の小鳥が一番かわいいと密かに考えるだろう、と期待しながら…。で、結局イベントの実際はどうだったかということ…。アンケート結果をご覧ください!! ほぼ3つのミッションは達成できたのでは? 同じキットを使って作っても、作った人それぞれの個性が出たヒーリングバードになっていたのが興味深かった。

今回のイベントで、「探鳥会」という呼び込みではおそらく人が集まらないものの(それはそれで悲しいが)、ヒーリングバード作りとセットにすることで、生きている鳥にも関心を持ってもらえることがわかった。また、フェルトアート自体多種多様な鳥を表現できる可能性を持ったおもしろいツールであることも実感した。これを機に、支部の仲間を増やす新たな仕掛け作りを考えてみたい。皆さんも一緒にいかがですか?

## 日本野鳥の会鳥取県支部オリジナル



### “ヒーリングバード”の作り方

- 1 羊毛(4g)を刺し固めてピンポン玉大の芯玉を作る
- 2 目・嘴・尾の位置に目印の虫ピンをつける
- 3 特徴を示す部分(頭、過眼線、喉、腹など)に色羊毛を刺しつける
- 4 目の位置に目打ちで穴をあけ、接着剤をつけた刺し目を押し込む
- 5 嘴・羽・尾(上下色違い2枚)をフェルトから切り取る
- 6 尾は2枚を接着剤で貼り合わせる。
- 7 嘴・尾の位置に和バサミで横に切り込みを入れる
- 8 嘴と尾の根元に接着剤をつな、切り込み部にピンセットで押し込む
- 9 目一尾間のバランスをみて羽を接着剤でつける

\*目一くちばしの間隔・角度、嘴の大きさや開かせ方で個性が出る  
\*市販の刺し目の大きさ(4,5,6 mm)によっても顔の感じが変わる