



多摩センターで体験 ～昔の人のサステナブルな暮らし～

SDGs発見ブック 教師用解説書

●本プログラムについて

持続可能な開発目標「SDGs」とは、誰一人取り残さない、より良い社会の実現を目指し、世界が一丸となって達成すべき17の国際目標として採択されました。

このプログラムは、多摩センターならではの施設や体験を通して、多摩の歴史を知ること、SDGsについて考えるきっかけにもらいます。そして、過去の取り組みから学んだSDGsのタネを、より良い未来のために一人一人が自分のできることを考え行動できるきっかけになることを目的に作成しました。

こども達の柔軟な考え方と、様々な視点で感じたSDGsにつながる先人たちの知恵を、大切にいただき、楽しいプログラムとして活用ください。



●見学時のポイント

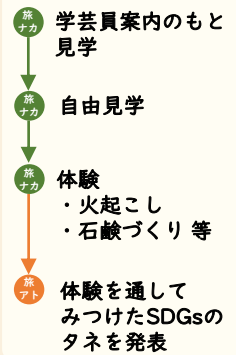
当施設では、展示を観察して、古代の人々の暮らしからSDGsのヒントを探します。学芸員の案内のもと、当時の人がどのような生活を送っていたのかを解説いただき、その後自由に展示を見学してください。

その際「衣服」「食」「住」「生活」の視点で、SDGsにつながるポイントを探してもらいましょう。体験コーナーで実際に体験することで、より多くのSDGsのタネを見つけることができるので、最後は体験をさせてください。

SDGsにつながることを、自由に想像する過程が大事なので、決まった答えがないワークとなっています。

最後はそれぞれ、見つけたSDGsのポイントを発表することで、他者の視点も共有でき、新しい視点を感じることがができますので、ぜひ共有の時間を作ってあげましょう。

見学の流れ（一例）



多摩ニュータウンの遺跡

日本最大級の計画市街地、多摩ニュータウン。この丘陵地からは旧石器時代から江戸時代までの約1000か所の遺跡が見つかっています。遺跡からは当時の人々の暮らしを知ることができます。

多摩ニュータウンに住んでいた人々「丘陵人（おかびと）」の歴史は32,000年前に始まります。彼らは大型獣を求めて移動していました。やがて土器の出現により生活が一変します。人々は限りの資源を有効活用して、協力しながら争いのない平和な暮らしをしていました。この時代は一万年以上続き、丘陵に多くの遺跡を残しました。

古墳時代の集約や有力者の墓、奈良時代の武蔵国の国府・国分寺に関連する瓦や須恵器などを焼いた窯跡など、江戸時代にわたるまで約3万年にも及ぶ丘陵人たちの文化や知恵を出土品から学ぶことができます。

多摩ニュータウンNo.471遺跡
出土の土偶（多摩ニュータウンのヴィーナス）



多摩ニュータウンNo.72遺跡出土品
（丘陵人（おかびと）の肖像）

縄文の村

東京都埋蔵文化財センターに隣接する遺跡庭園「縄文の村」は、多摩ニュータウンNo.57遺跡（縄文時代集落）に盛土をして、当時の多摩丘陵の景観を復元したものです。

遺跡庭園内には、5,000年前に縄文の村の周辺に生えていたと考えられるトチノキ・クルミ・クリをはじめ50種類以上の樹木やゼンマイ・ワラビ等を植栽して、当時の植生を再現しています。

当時この地域には、豊かな森が広がっていたと推測されています。この縄文の森は、自然にあるものから生活道具を作り出していた当時の人々にとって、日々の食糧を得る為の場所であると同時に、道具や住居の材料を得る為の場所もあり生活に密着した大切な森であったといえます。



SDGsのタネ（一例）

衣服

昔の人々のファッション



- ・ 麻やカラムシの植物の繊維を編んで縄文人は服を作っていた。植物から作られた衣類は環境に優しく、土にかえる。
- ・ 電気を使わない道具で硬い石や骨、角を使ったアクセサリーを作っていた。
- ・ おしゃれとして、ネックレスなどで身を飾っていた縄文人は個性も大事にしていた。

食

昔の人々の料理



- ・ 縄文時代には土器を発明したことによって煮炊きができるようになり、加工して保存できる食料が増えた。

住

昔の人々の家



- ・ 穴を掘り、そこに木や植物などの自然にある材料を使って住居を建てて暮らすことで、生活レベルが向上した。
- ・ いくつかの家族が集まり集落を形成していた。水汲み場などがあり、人々が協力して村を作っていた。

生活

昔の人々の暮らし



- ・ ムクロジ（植物）の皮を水の中でもおと、せっけんになる。水を汚さず自然に優しい。
- ・ ガスや電気を使わずに火をおこす道具が発明された。
- ・ 多摩ニュータウン遺跡からはムラがみつかり、そこからは土偶などの祭りの儀式につかわれた道具が発見されている。

この一例以外にもSDGsのタネはたくさん考えられます。その時代を想像しながらたくさんのタネを出しあってみましょう。



めかい作り体験（多摩めかいの会）

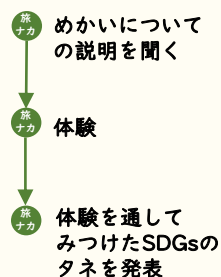
●体験時のポイント

めかい作りの体験を通して、昔の人のくらしの知恵や、どのような生活をおこなっていたかを学びます。

めかいの会の方の冒頭の説明では、現代の生活との違いや、めかいの材料についてなど、お話しいただきますので、SDGsにつながるポイントをメモをとりながら聞くように促してあげてください。

終了時に体験を通して見つけたSDGsのタネをここで何人かに発表してもらうことで、新たな気づきに繋がりますので、お勧めいたします。

見学の流れ（一例）



多摩めかいの会の成り立ち

丘陵部の多い多摩エリアには、かつて多くの篠竹（シノダケ）が自生していました。このシノダケを利用して、江戸時代後期には、日常生活用具としてのザルやめかいが製造・販売をされるようになり、農閑期の副業として盛んに生産され、多摩の特産品として知られていました。日用品でもあったため、誰もが練習をすれば作ることができる人々の身近にあった技術でもありました。

その後、プラスチックなどの工業製品の普及などにより、産業としてのめかいづくりは徐々に衰退していましたが、めかいの技術を伝承したいという思いを持つ地域の人々により、自主的なサークル活動や講座などが行われてきました。しかし、近年めかい作り経験者が高齢をむかえ、このままでは伝統文化が消えてしまう危機にさらされています。

そこで、2013年に市民活動きっかけづくり事業で「多摩のめかいづくり」講座が開かれ、その後も修了生やスタッフが「多摩めかいの会」というグループを作り、「めかい」文化を継承していく活動を行なっています。

月に2度、経験者が集まって情報交換やめかいづくりを行う他、毎年11月には「多摩のめかいづくり講座（全5回）」を多摩市グリーンボランティア連絡会と共同で開催しています。



篠竹（シノダケ）を活用するメリット

シノダケはアズマネザサが成長したタケ科の植物です。里山の維持のためには、伐採をして廃棄していた植物でしたが、めかい作りにより、再利用されるようになりました。また、適正な数のシノダケが育つ環境を作ること、めかいづくりに適切な良いシノダケが育つようになるという良い循環を生み出しています。



SDGsのタネ（一例）

環境 素材など



- ・ 里山を維持するために伐採する必要があったシノダケを再利用して製作している。
- ・ 冬の農閑期に大量生産されることで、農家にとっては貴重な現金収入源だった。

伝承



- ・ 地域に伝わるめかい作りを、文化として後世に残していくために、市民が保存のための団体をつくった。
- ・ 芸術的な工芸品ではなく、日用品としてめかいが活用されていたため、練習すれば誰もが作れる民族技術だった。

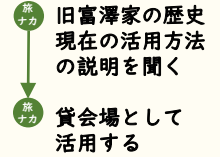
旧富澤家

●見学時のポイント

当施設の主な展示内容は旧富澤家の歴史に関する情報であるため、自由見学ではSDGsのタネを探すワークは難しいと想像されます。よって、施設の人からのお話の中からSDGsのタネを探すようにしましょう。

また、この施設は貸し会場としても利用可能ですので、1日を通しての感想の共有や、まとめワークの場としても使用できますので、ツアー申し込み時にご相談ください。

見学の流れ（一例）



旧富澤家の歴史と現在

18世紀中頃から後半に建てられたとされる今川義元の家臣、富澤政本の子孫の家です。代々連光寺村（現多摩市連光寺周辺）の名主を世襲した旧家で、明治天皇などが行幸した際には御小休所として利用されました。1990年5月、多摩市連光寺富澤政宏氏より寄贈を受け、復元後現在の場所へ移築をしました。なお、移築にあたっては、屋根の茅葺を銅板葺に変えるなど完全な復元は困難な部分もあり、一部変更し施設の充実に努めました。歴史的建造物を保存し、個性を活かせるように周りの風景や庭が設計されています。多摩市では保存をしていくためにより効果的な活用を目指し、観光スポットとしての開放やイベントの実施等を行っています。



SDGsのタネ（一例）

古民家の 保存と活用



- 歴史的建造物を観光スポットとして活用することで、空き家にならず、保存にもつながっている
- 古民家を活かしたイベントを実施するなど地域の人々のコミュニティスペースとして使われている。