

## 森のにおい

森に入ったら体いっぱい深呼吸<sup>しんこきゅう</sup>してみましょう！  
きっと「おいしい空気」がわかるはず。

いったい何のにおいなのかな？

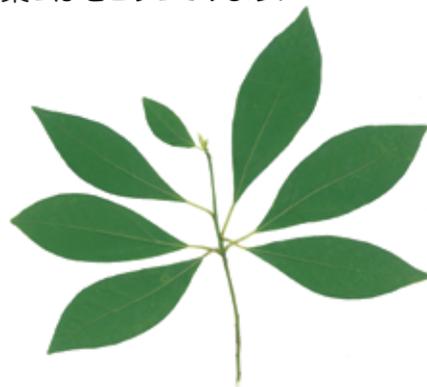
葉っぱのにおい、落ち葉のにおい、  
木の幹<sup>みき</sup>のにおい、土のにおい、  
草のにおい、花のにおい…

色んなにおいをさがしてみよう♪



## やってみよう

葉っぱをこすってみよう！



**オオバクロモジ**  
葉や枝をちぎったり  
こすると、とてもよ  
い香りがします。

木によって、葉<sup>みき</sup>っぱや幹のにおいが少しずつちがいます。このにおいのもとには「フィットンチッド」とよばれていて、森の空気をすがすがしく、おいしくしています。

## 寝ころがってみよう！

気もちよさそうなところをさがして、寝ころが  
ってみよう。目をとじると…色んなところから  
色んなにおいがします。

体ぜんたいで森を感じ<sup>かん</sup>てみましょう。