



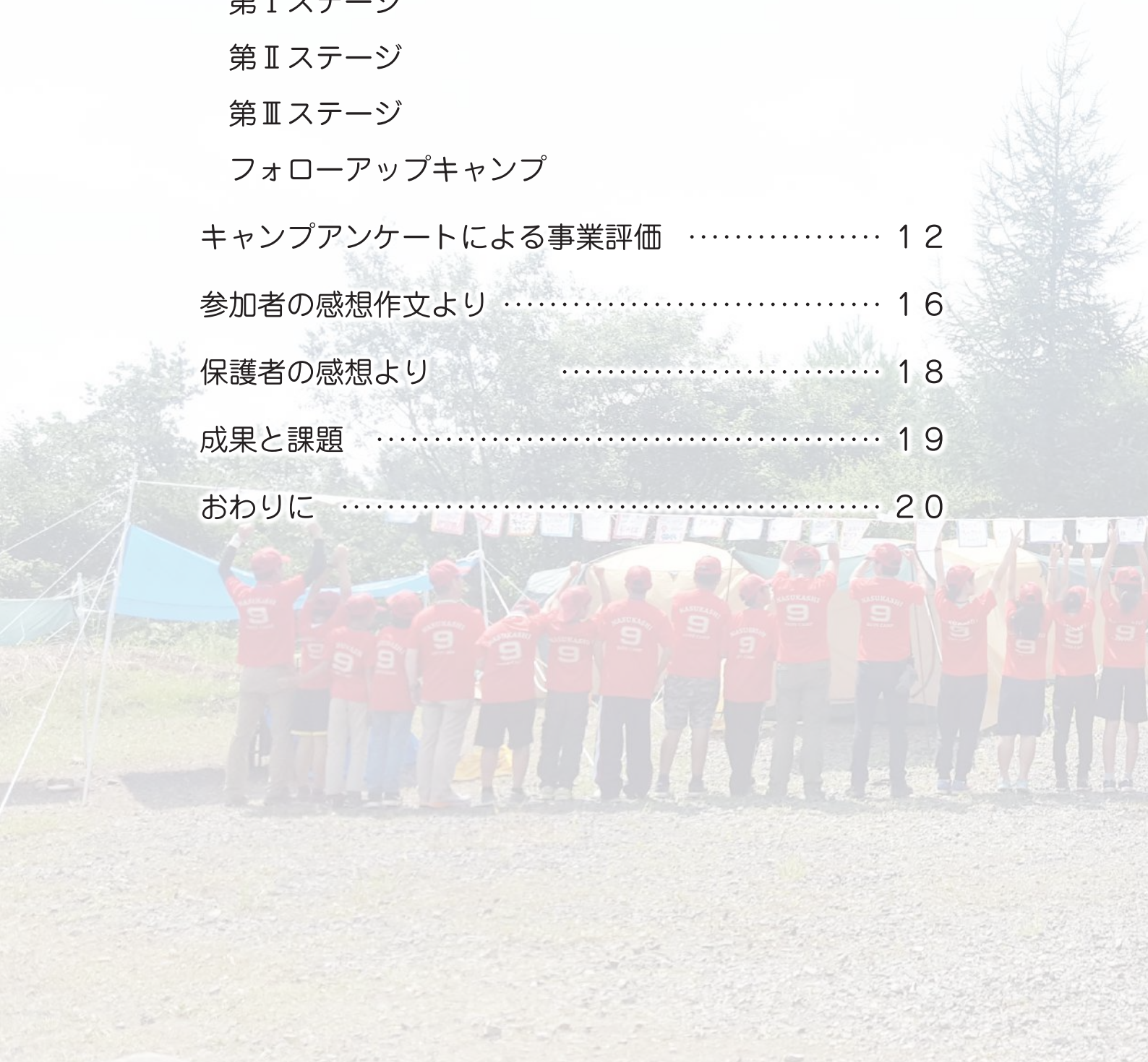
なすかしの森 9DAYSキャンプ2019 報告書



独立行政法人国立青少年教育振興機構
国立那須甲子青少年自然の家
令和元年度教育事業 地域力向上事業

も く じ

はじめに	1
事業概要	2
プログラムデザイン	4
各キャンプ・ステージ	7
ウォーミングアップキャンプ	
第Ⅰステージ	
第Ⅱステージ	
第Ⅲステージ	
フォローアップキャンプ	
キャンプアンケートによる事業評価	12
参加者の感想作文より	16
保護者の感想より	18
成果と課題	19
おわりに	20



はじめに

長期キャンプである「なすかしの森9DAYSキャンプ2019」にチャレンジしてくれた子供たち、そして子供たちの参加を認め、送り出してくださった保護者の方々に感謝申し上げます。9日間親元を離れることになるのはとても不安だったろうと思いますし、送り出す側の保護者も本当に大丈夫なのかと心配したことと思います。

さて、今年度も自然災害に見舞われ大きな被害が生まれました。当所のある福島県においても同様で、今なお懸命に復興に取り組まれている方が多い状況です。異常気象は通常とは異なるから異常であって、既に異常とは言えなくなって来ているようにも思われます。また、社会に目を向ければ人工知能(AI)の普及により、今後10年で既存の仕事の70%が無くなるとも言われ、予測不能な社会の到来などと言われていています。今を生きる子供たちはそのような状況の中で、力強く、たくましく、未来を切り開き、生き抜いていかなければなりません。

今回の長期キャンプは「仲間意識を高める」「協働する喜びを感じる」「自己肯定感を高める」ことを主眼としました。このような力は、「社会を生き抜く力」として不可欠なものあり、8泊9日で身に付くものではありませんが、子供たちに気づきを促し、実感してもらえよう企画・実施しました。

企画段階では、外部の実践者の参画を得た委員会を設け、

- ①安全性の確保について
- ②子供たちが楽しく活動することを通じて身に付けられるプログラムについて
- ③子供たちが超えるハードルをどの程度の高さにするか

などを中心に検討し、事業実施後も検証・評価を行い、次回に向けた成果と課題について整理しました。

今回、キャンプ場でない不便なところでのテント泊(8泊中7泊)、24時間の使い方を子供たちが主体的に検討、決定、実施するプログラムを盛り込むなど新たな試みも行いました。子供たちにとっては負担が大きかったことと思いますが、事業全体を通じて感じたことは、子供たちの成長が著しかったことと、たくましさです。子供の成長速度は大人とは比べものにならないこと、柔軟性・適応能力の高さをあらためて実感しました。最初寂しそうな顔をしていた子供たちが、最終日にはとうとうと保護者の前で成果を発表し、徐々に保護者と会い日焼けした顔にちょっと照れたような笑みを浮かべ、誇らしそうにしている姿がとても印象的でした。

子供たちの成長を糧に、さらに充実した事業となるよう努めてまいりたいと思います。

結びに、事業の企画段階から実施・運営にまでご協力いただきました当施設研修指導員の高田雅雄様、NPO法人那須高原自然学校の真山高士様、そして子供たちの良きお兄さん、お姉さんとしてサポートしてくれた学生等ボランティアの皆さん、協賛品の提供などで活動を支援していただきました各企業様に感謝と御礼を申し上げます。本当にありがとうございました。

国立那須甲子青少年自然の家 所長 津久井 賢

事業概要

(1) 趣旨

小中学生が、ボランティアスタッフと9日間にわたって様々な自然体験活動に取り組みながら、課題解決していくことを通して、達成感や協働する喜びを感じ、助け合いや課題解決に取り組める力を身につけることをねらいとする。なお、実施に当たっては、地域の教育資源を生かし、地域の教育力の向上にも努める。

(2) ゴール

- ・参加者全員が無事に9日間の日程を終え、**仲間意識**をもつ。
- ・力を合わせて、課題解決に向かう体験を通して、**協働する喜び**を感じる。
- ・9日間の自分を振り返ることで、達成感を感じ、**自己肯定感**を高める。



(3) 期間(ねらい)

【ウォーミングアップキャンプ】令和元年6月30日(日) 日帰り
事業の内容を参加者・保護者に説明し、事業の円滑な実施と保護者の理解を得る。
参加者の関係性が構築できるようアイスブレイクを実施して、交流を図った。

【メインキャンプ】令和元年8月4日(日)～11日(日) 8泊9日

第Ⅰステージ「生活設計」①Design

- ☆これから協働する仲間との出逢いを大切にする。
- ☆生活環境を整えながら、キャンプスキルの習得をめざす。
- ☆仲間で、生活する上での課題を見つけ解決方法を見いだす。

第Ⅱステージ「冒険」②Adventure

- ☆長距離ウォーク・登山という課題を仲間とともに乗り越え、自信につなげる。
- ☆達成のための手段を考え、協働する喜びを感じる。

第Ⅲステージ「振り返り」③Your Success

- ☆実践したことや感じたことなどを伝え合いながら9日間を振り返り自分を見つめる。
- ☆9日間で得たことを、日常生活へつなげるきっかけとする。

【フォローアップキャンプ】令和2年1月11日(土)～13日(月) 2泊3日
再会を祝い、メインキャンプを振り返るとともに、各自の志を立てる。

(4) 参加者

小学5年生から中学2年生 25名

	小学5年生	小学6年生	中学1年生	中学2年生	合計
男子	8	5	3	1	17
女子	5	3	0	0	8
合計	13	8	3	1	25

(5) 参加費

28,000円(食費、保険代、シーツ等洗濯料、ユニホーム代、レンタル等教材費)

(6) 募集方法

- ・平成31年度及び令和元年度当施設利用の小・中学校へ要項・チラシの配布
- ・平成30年度長期宿泊体験事業(チャレンジキャンプ)の参加者へ要項・チラシの配布
- ・当施設及び当機構本部でのチラシ配架
- ・近隣市町村広報誌への掲載(7誌)
- ・当施設webサイトへの掲載及びFacebookに投稿
- ・その他、職員が直接広報。

○チラシ合計約10,000枚配布

- *定員20名 応募総数30名
- 全員当選としたが5名キャンセル



募集期間	募集対象	募集人数	募集場所	募集方法	募集料	募集要項
8月1日～8月31日	市内小・中学校	30名	市内小・中学校	要項・チラシの配布	28,000円	1. 市内小・中学校へ要項・チラシの配布 2. 市内小・中学校へ要項・チラシの配布 3. 市内小・中学校へ要項・チラシの配布

(7) 情報発信方法

- ①毎日Facebookにて、1日の活動の内容や参加者の様子を配信。基本的に写真にコメントをつけて投稿。
@だれもが閲覧可能とし、当施設の事業を広く発信することを目的とした。
- ②Instagramにて、ライブ配信。
写真に加えて、活動の様子を動画にて配信。24時間で削除される機能を活用。
@参加者の保護者に閲覧者を限定し、配信頻度を高めた。



①Facebook



②Instagram

(8) 協賛品

株式会社ヨークベニマル	・レトルト食品等 多数 ・行動食等 多数
株式会社ヤオコー	・緑茶500ml×72本 ・ウーロン茶500ml×72本
大塚製薬株式会社	・ポカリスエット300ml×72本 ・OS-1パウダー50袋
コカ・コーラ ボトラーズジャパン株式会社	・アクエリアス500ml×360本
イオン白河西郷店	・緑茶500ml×144本
有限会社村上運動具店白河店	・帽子40個
有限会社あぶくま教育	・三色ボールペン30本 ・蛍光ペン6箱 ・模造紙1巻 ・レールファイル40枚 ・虫取り網10本 ・原稿用紙1包



プログラムデザイン



これからの変化の激しい社会に求められている「社会を生き抜く力」を身につけるため、左に示した3つの意識を高めることが重要と考え、今までの、長期宿泊体験事業を見直し、より効果的になるような事業を企画・運営していくこととした。

【経緯】

当施設の長期宿泊体験事業は、東日本大震災の復興支援の取り組みとして、平成24年度から平成27年度までは「なすかしドリームプロジェクト」を行い、平成28年度からは那須連山の縦走登山を中心とした事業を行なってきた。これらの事業で培ってきたものを活かしつつ、復興の取り組みから次の段階へ移行する時期と考えた。

そこで、これからの予測不能な社会に対応できる力を身につけることを重点に、自ら気づき考え、実践する力、被災県として避難時に求められる生き抜く力の育成を目的に実施することとした。

【長期宿泊体験事業企画評価委員会】

今回、事業の企画に際して、「長期宿泊体験事業企画評価委員会」を立ち上げた。

地域の物的資源・人的資源を活用し、安全管理を重視したプログラムの企画運営をしていくために、当施設研修指導員の高田雅雄氏と、「NPO法人那須高原自然学校」の理事長である真山高士氏(当時事務局長)を委員として招聘した。

委員会にて、前年度までの事業の課題を整理・検討し、上記の意識を高めることをねらいとするキャンプを実施することになった。

さらに、事業評価のための調査に関しては、國學院大学の青木康太郎氏にご指導・ご助言をいただいた。

〇ねらい

仲間意識

個性が重視される社会へ変革している。多様な個性を認め合える社会を生きるために、まず身近な友達に対して仲間意識を持つことが重要と考える。このキャンプを通して人間関係構築の大切さを実感することをねらいとした。

協働する喜び

一人一人の力には限界があり、多様な他者と一緒に取り組むことが課題解決の可能性を広げることになる。このことに気づくためには、協働することに喜びを感じることを重要と考える。このキャンプを通して、力を合わせることを楽しいと実感することをねらいとした。

自己肯定感

日本人は自己肯定感が低い傾向にある。しかし、自分自身を認めることが多様な個性を認めることに繋がり、自己肯定感を高めることが重要と考える。このキャンプを通して自分を認めることのよさを実感することをねらいとした。

〇手立て

仲間意識

毎日の振り返りの中で、自分の言動だけでなく、友達の言動に目を向けるように促し、そこから感じたことを伝え合うようにした。

協働する喜び

プログラムの大枠を示すのみとし、具体的な目標や分担などの手立てを参加者同士が決めて実施し、その際の感情を振り返るような機会を持たせた。

自己肯定感

班旗を作成し、良かった言動を加筆していくように促すとともに感謝を伝え合う場を設定した。また、他者の良さに目を向けることにより、自分に返ってくることを実感できるようにした。

ウォーミングアップキャンプ

日程	活動	ねらい	手立て
6月30日(日)	説明会 アイスブレイク	仲間意識	写真を使って概要を説明することで、キャンプの見通しを持ち、希望を持って参加できるようにする。また、参加者同士が知り合うことで、キャンプへの期待を高める。
	保護者面談		参加者の家庭での様子や、保護者の願いを聞くことで、実態を把握したり、事業のねらいを確認したりする。

メインキャンプ

第Ⅰステージ「生活設計」①Design

日程	活動	ねらい	手立て
8月 4日(日) ～ 7日(水)	なすかし冒険ラリー フラッグ作り	仲間意識 自己肯定感	班での行動を意識していくための導入として、課題解決ゲームをラリー形式で行う。また、班から全体にも意識を向けるためのツールとしてフラッグを作成する。フラッグは4枚合わせるとテーマが完成するよう工夫した。
	キャンプサイト設営 ロープワーク タープ/テント張り 炊事場づくり 野外炊事	仲間意識 協働する喜び	自分たちの生活拠点を自分たちの手で創りあげる。そのためのスキルとしてロープワークやバーナー、火起しなどを実践的に学んでいく。テントやタープ、炊事場の設置場所などを考えながら作ることで、仲間と過ごすテントサイトに愛着を持てるようにする。
	みんなのプログラム	協働する喜び	24時間の行動を自分たちで計画し、実行する。自然体験などのプログラムや食料(レトルト)も与えるが、それらをどのように実行に移すかは、参加者にゆだねている。こうすることで、自主性・主体性が育つことをねらった。

第Ⅱステージ「冒険」②Adventure

日程	活動	ねらい	手立て
8月 7日(水) ～ 10日(土)	長距離ウォーク 茶臼岳登山	協働する喜び 仲間意識	茶臼岳近くにテントサイトを構え、そこを拠点に登山活動を行う。テントサイトまでも、歩いて行くことで自分たちの力を実感し、達成感を得られるようにする。テントサイトでは、第Ⅰステージで身につけたスキルを活用する。また、登山はグループ登山を中心にを行い、声を掛け合いながら活動することで、3つの意識がより高まる。

第Ⅲステージ「振り返り」③Your Success

日程	活動	ねらい	手立て
8月10日(土) ～ 12日(月)	思い出作文 フェアウエルパーティ キャンプファイヤー 保護者向けプレゼン	自己肯定感 協働する喜び 仲間意識 自己肯定感	手作りのパーティやキャンプファイヤーを行うことで、仲間との関係を確認し合う。また、作文で自分の思いを振り返り、保護者向けのプレゼンで、成長した姿を見せることで、これからの生活に向けての自信につなげる。

フォローアップキャンプ

日程	活動	ねらい	手立て
1月11日(土) ～ 13日(月)	再会パーティ 雪中活動 志共育	仲間意識 協働する喜び 自己肯定感	再会を祝したパーティを自分たちの手で創りあげる。また、仲間と過ごしたテントサイトで雪中活動をしなが、メインキャンプを思い起こすことで、日常の変化を見つめる。さらに、自分の志を立てることで、明日への意欲を持つ。

9DAYSキャンプ日程(メインキャンプ)

日 (曜)	4 (日)	5 (月)	6 (火)	7 (水)	8 (木)	9 (金)	10 (土)	11 (日)	12 (月)	
ステージ	I「生活設計」 ①Design				II「冒険」 ②Adventure			III「振り返り」 ③Your ④Success		
活動	出逢い 仲間作り	住環境づくり (ベースキャンプ設営)			茶臼岳登山 長距離ウォーク			お別れ パーティ	振り返り プレゼン	
7:00		つどい 朝食	つどい 野外炊事	つどい 野外炊事 レトルト	野外炊事 レトルト		野外炊事 レトルト	つどい 野外炊事 レトルト	つどい 野外炊事	
8:00		スキル テント・ バーナー・ ロープワーク	計画立案	計画実行			片づけ	作文 プレゼン CF準備	プレゼン準備	
9:00					Dサイト発		一望閣発			
10:00						茶 臼 岳 登 山			プレゼン プレゼン	
11:00	集合 アイズブレイク								片付け 保護者懇談会	
12:00	保護者と別れ 昼食	弁当	弁当	野外炊飯	弁当			弁当	弁当	
13:00	仲間づくり 冒険ラリー 班旗作成	テント設営 炊事場・ トイレ設置	計画実行	登山準備 靴慣らし パッキング					パーティー 準備	弁当
14:00					一望閣着			Dサイト着	閉会行事	
15:00									解散	
16:00		野外炊飯	野外炊飯				登山 振り返り	入浴		
17:00	つどい			つどい	野外炊事 レトルト		野外炊事 レトルト	スタッフ炊事	パーティー	
18:00	夕食・入浴	入浴	ドラム缶風呂	入浴 スタッフ炊事						
19:00	係決め	計画立案						花火	キャンプ ファイヤー	
20:00										
21:00	本館泊	Dサイト泊	Dサイト泊	Dサイト泊	一望閣泊	一望閣泊	Dサイト泊	Dサイト泊		

ウォーク・登山中の食事は、弁当やアルファ米など。

ウォーミングアップキャンプ

令和元年6月30日(日) 日帰り

内容：説明会と参加者のアイスブレイク、および保護者面談



参加者と保護者に対して、事業の基本方針やプログラム内容、持ち物などを写真や具体的な資料を用いて説明し、意欲を持たせることができました。

また、保護者に対しては二者面談を行い、身体的な配慮事項や願いなどを聞き取り、安心して参加できるようにしました。

当日は曇天で、小雨も降っている瞬間もあったが、参加者とスタッフで、メイン会場となるキャンプサイトを見に行ったり、アイスブレイクとなるようなゲームを行ったりして、メインキャンプへの期待を高めることができました。また、一人一人の旗(タルチョー)を作成し、意気込みを書き留めました。



どんなキャンプになるのだろうか、楽しみだ！
仲良くできるか、不安だ。
一緒にゲームをしたり、タルチョーを作ったりして、緊張がほぐれてきた。
この仲間と、9日間を乗り切るぞ！

仲間意識

メインキャンプ 第Iステージ「生活設計」Design

1～4日目：令和元年8月4日(日)～7日(水)午前

内容：なすかし冒険ラリー・キャンプサイト設営・野外炊事・みんなのプログラム



25人の仲間作りと生活設計のステージです。

冒険ラリーと班旗づくりで仲間意識を高め、キャンプサイトや野外炊事で協働する喜びを味わいました。

また、24時間の行動を自分たちで計画し、微調整しながら活動することで、このステージを達成しました。

仲間意識



冒険ラリーで仲間と打ち解けた気がした。
新しい友達ができうれしくて、不安な気持ち
がなくなった。
「楽しみだね」という言葉がうれしかった。

ロープワークが難しかったけど、自分たちの手で
テントを立てたのがうれしかった。
仲間の行動が頼もしかった。
荷物の整理が大変だった。

協働する喜び



「手伝おうか!」という仲間の積極的な言葉に、
頑張ろうという気になった。
「ありがとう」の言葉に勇気づけられた。
水の大切さがわかった。

自己肯定感

24時間の計画が時間通りにいくように、協力した
ら、仲間の良さが見えた。
調理やお風呂の火がつかなくて苦労した。
やりたいことができたのが楽しかった。

仲間意識 協働する喜び



メインキャンプ 第Ⅱステージ「冒険」Adventure

4～7日目：令和元年8月7日(水)午後～10日(土)夕方

内容：長距離ウォーク・茶臼岳登山



茶臼岳山頂を目指し、キャンプサイトから、ベースキャンプまでの長距離ウォークを含めた登山を行うステージです。

第1ステージで培ったキャンプスキルと仲間意識で、グループ登山にも挑戦しました。

全員が2泊3日の冒険から無事に帰ってくることができました。



ベースキャンプまでの道のりは長かった。荷物が重く、なかなか声が出ない中、「がんばろう！」の声掛けがうれしかった。(徒歩13.5km、最大高低差230m)

仲間意識

ペース配分や休憩のタイミングをグループで考えながら登山できたのがうれしかった。話し合いを繰り返しながら、さいごまで歩き続けられてよかった。(茶臼岳、標高1,915m)

協働する喜び



班旗に、うれしかったことや友達のすてきなと思う言動を書き記しました。ペースを合わせてくれたこと、励ましあったことなど、仲間の良さにたくさん気づきました。

自己肯定感

ベースキャンプ地を提供してくださった改修前休業中の「一望閣」。夜は強風となってしまったので、急遽建物の中で夜を明かしました。第Ⅰステージでのロープワークなどを活用しました。

仲間意識



メインキャンプ 第Ⅲステージ「振り返り」Your Success

7～8日目：令和元年8月10日(土)夜～12日(月)

内容：フェアウエルパーティ・キャンプファイヤー・保護者向けプレゼン



キャンプのまとめとして、ここで学んできたものを振り返るステージです。

自分たちで、調理をして計画を立てて臨んだフェアウエルパーティとキャンプファイヤーでは、思い出を語り合いました。また、最終日の保護者向けのプレゼンテーションでは、伝えたいという気持ちがとてもよく表れていました。

協働する喜び



雨の中だったけど、最高だった。班員だけでなく、ほかの班のことも気にかける仲間がいたことが素敵だった。美味しくて、楽しかったけどさみしくなった。



自己肯定感

「ステージごとの班の様子」と「個人が班のために取り組んだこと」を発表する。発表形式は自由！ただし、全員が発表すること。
*自分の言葉で表すことで、学びを自信とした。

*片付けの間に保護者懇談会を行う。表情を見て、自信がついたのかなと感じた。FacebookやInstagramがあったので安心して9日間私たちもすごせた。



仲間意識

*別れのつどい…
所長から修了証をいただき、スタッフからのコメントを真剣に聞くその顔は、9日前とは別人の顔。僕たちのキャンプはまだ終わらない…。



フォローアップキャンプ

令和2年1月11日(土)~13日(月)

内容：再会パーティ・雪中運動会・スノーキャンドル・志共育



メインキャンプから5ヶ月後に、キャンプを振り返り、今後の生活を考えるきっかけとするために、再び集まりました。

20人の参加でしたが、手作りの再会パーティをしたり、思い出のDサイトを見たり、雪中活動をして楽しみました。

最後に、一人一人が志を立て、これからの自信につなげることができました。



久しぶりで緊張したけど、うれしかった。みんなでのゲームはなつかしくて、楽しかった。スライドショーを見て、いろいろと思い出せた。虫刺されの跡がまだ残ってるよ！

仲間意識



班での協働作業でキャンプを思い出した。みんなで作った手巻き寿司は、おいしかった。協力できて、楽しく食べられた。洗い物少なくして、節水だよ。

協働する喜び



*雪遊びでは、積雪量は少なかったが、自分たちで遊びを工夫して楽しい時間を過ごした。
*冬のDサイトも見学。落葉のため印象が違う。こんなに、道路が近かったんだ！眺めもいいね。

仲間意識

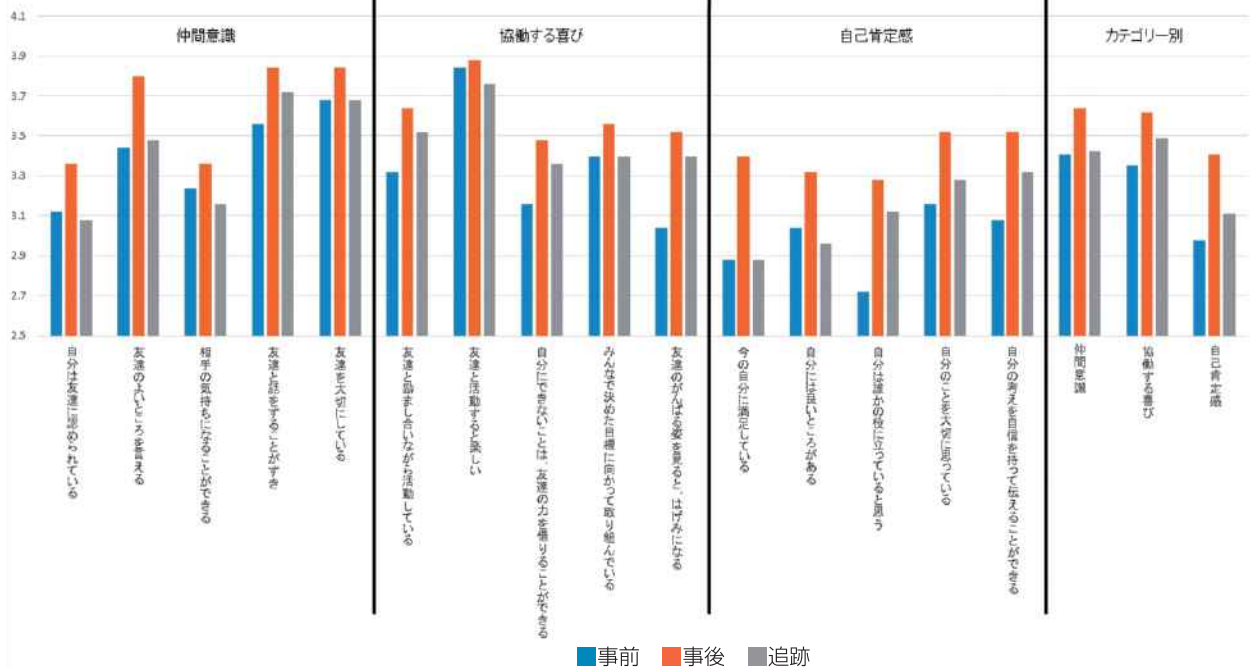


*一人一人が志を立てる志共育。これからの目標ができた。自分のことを考えるのは難しい。まだやりたいことは、決まっていないけど、がんばりたい。

自己肯定感

キャンプアンケートによる事業評価

9DAYSキャンプ意識調査



分析結果

変数	(a)事前		(b)事後		(c)追跡		一要因分散分析	効果量	多重比較
	M	SD	M	SD	M	SD	F	η_p^2	bonferroni
仲間意識	3.41	0.42	3.64	0.37	3.42	0.40	5.301 **	0.181	a<b
協働する喜び	3.35	0.47	3.62	0.38	3.49	0.45	3.858 *	0.138	a<b
自己肯定感	2.98	0.67	3.41	0.56	3.11	0.54	11.524 ***	0.324	a<b, c<b

変数	質問項目	(a)事前		(b)事後		(c)追跡		一要因分散分析	効果量	多重比較
		M	SD	M	SD	M	SD	F	η_p^2	bonferroni
仲間意識	自分は友達に認められている	3.12	0.44	3.36	0.57	3.08	0.64	3.362 *	0.123	
	友達のよいところを言える	3.44	0.77	3.80	0.50	3.48	0.59	6.325 **	0.209	a<b
	相手の気持ちになることができる	3.24	0.66	3.36	0.70	3.16	0.62	1.058	0.042	
	友達と話をすることが好き	3.56	0.58	3.84	0.37	3.72	0.54	3.376 *	0.123	a<b
	友達を大切にしている	3.68	0.48	3.84	0.37	3.68	0.48	1.150	0.046	
協働する喜び	友達と励まし合いながら活動している	3.32	0.63	3.64	0.49	3.52	0.51	2.933	0.109	
	友達と活動すると楽しい	3.84	0.37	3.88	0.33	3.76	0.52	0.771	0.031	
	自分にできないことは、友達の力を借りることができる	3.16	0.75	3.48	0.51	3.36	0.76	1.879	0.073	
	みんなで決めた目標に向かって取り組んでいる	3.40	0.58	3.56	0.51	3.40	0.58	0.939	0.038	
自己肯定感	友達のがんばる姿を見ると、はげみになる	3.04	0.94	3.52	0.65	3.40	0.65	3.831 *	0.138	
	今の自分に満足している	2.88	0.78	3.40	0.82	2.88	0.73	9.990 ***	0.294	a<b, c<b
	自分には良いところがある	3.04	0.68	3.32	0.69	2.96	0.79	3.511 *	0.128	a<b
	自分は誰かの役に立っていると思う	2.72	0.98	3.28	0.74	3.12	0.60	8.936 **	0.271	a<b, a<c
	自分のことを大切に思っている	3.16	0.85	3.52	0.65	3.28	0.61	2.690 *	0.101	a<b
自分の考えを自信を持って伝えることができる	3.08	0.91	3.52	0.65	3.32	0.75	3.586 *	0.130		

* p<.05 ** p<.01 *** p<.001

数値が高いほど効果が大いことを示している

調査項目

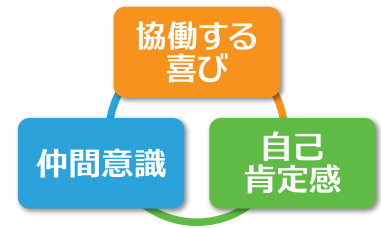
「仲間意識」「協働する喜び」「自己肯定感」に関する意識の変容を調査するため、独自の調査項目を設定した。

各カテゴリには5つずつの質問項目を用意し、4件法にて回答させた。

尚、本調査については、國學院大学の青木康太郎准教授に、ご指導、ご助言をいただきながら行ったものである。

(1) 調査方法

メインキャンプ初日(事前)と、最終日(事後)に調査を実施した。さらに、追跡調査として約2ヶ月後に郵送で実施した。回答率は100%である。なお、追跡調査を2ヶ月後としたのは、参加者の地域によって夏休み明けにはばらつきがあり、全員が通常生活をしてから1ヶ月以上経ってからが良いと考えたためである。



(2) 分析について

本調査については、國學院大学の青木康太郎准教授より、以下のように分析していただいた。

- ・一要因分散分析を行った結果、仲間意識、協働する喜び、自己肯定感のいずれにも有意な変容が認められた。そこで、後の分析として、測定時期(事前、事後、追跡)の多重比較(bonferroni)をそれぞれ行ったところ、いずれの変数にも事前から事後にかけて有意な得点の向上が認められた。このことから、9DAYSキャンプの体験を通じて、仲間意識、協働する喜び、自己肯定感の得点が有意に向上したことが明らかとなった。しかし、事前と追跡を比較したところ、いずれの変数にも有意差が認められなかったことから、それらの向上効果は2ヶ月後までは持続していないことも明らかになった。
- ・仲間意識、協働する喜び、自己肯定感の効果量(η^2)を比較したところ、自己肯定感の効果量が最も高い値となっていた。9DAYSキャンプでは、仲間意識、協働する喜び、自己肯定感の効果をねらいとしていたが、その中でも、自己肯定感を高める効果が最も高いということが明らかとなった。
- ・自己肯定感の各項目の分析結果をみたところ、いずれの項目にも有意な変容が認められた。そこで、多重比較の結果をみてみると、「自分の考えを自信を持って伝えることができる」を除いたすべての項目において事前から事後にかけて有意な得点の向上が認められた。特に「自分は誰かの役に立っていると思う」については事前と追跡の比較でも有意な向上が認められたことから、9DAYSキャンプで高まった「自分は誰かの役に立っていると思う」という意識は2ヶ月後も維持しているということが明らかとなった。
- ・自己肯定感の各項目の効果量を比較したところ、5項目中、「今の自分に満足している」の効果量が最も高く、次いで「自分は誰かの役に立っていると思う」の効果量が高くなっていた。先の結果では、9DAYSキャンプでは自己肯定感を高める効果が最も高いということが明らかとなったが、9DAYSキャンプでの体験を通じて「今の自分に満足している」「自分は誰かの役に立っていると思う」という意識が向上したことが影響しているのではないかと考えられる。
- ・9DAYSキャンプでは、自己肯定感を高める手立てとして「感謝を伝え合う場面を設定したりし、他者の良さに目を向けることが、自分に返ってくることを実感できるようにした」とある。こうした手立てを意識した活動を取り入れたり、指導を行ったりしたことで、「今の自分に満足している」「自分は誰かの役に立っていると思う」という意識が高まり、自己肯定感の向上につながったのではないかと推察される。

(3) 考察

(ア) 仲間意識

事前から事後を比べると0.23向上しているが、事前と追跡を比べると元に戻っている。これは、9日間の充実した時間を共に過ごした仲間に対して感じるができる意識なのだと考える。寝食を共にするなど、濃密な時間を共有したとは言え、9日間という短い時間でも、良さを見つけるように意識するように働きかけ、伝え合う場の設定などの手立てを講じることで、「仲間意識」の醸成に繋がったと考えられる。



また、個別の項目では「友達の良いところを言える」がやや向上している。このことから、毎日の振り返りで意識してきたことを、キャンプ後も意識し出すようになったということだろう。このキャンプをきっかけに、友達の個性を良さとしてとらえられるようになったと言えるであろう。

(イ) 協働する喜び



事業後にはすべての項目で向上している。個別の項目では、「友達のがんばる姿を見ると励みになる」の向上が0.48と顕著である。協働することで、友達の姿を見ることができ、自分の力にしていきたいと感じられるようになった者が多いことが分かった。

しかし、「友達と活動すると楽しい」の向上が見られなかったことから、プログラムの内容を参加者それぞれの長所を活かせるような

方向で検討する必要がある。

また、一人ではできないことが仲間と一緒に活動したからこそ達成できたという感覚を持てるような、プログラムを提供できれば、より「協働する喜び」を実感できるのではないだろうか。

(ウ) 自己肯定感

このカテゴリーの事業後の向上は0.43もあり非常に大きい。他のカテゴリーに比べて事前調査が低いということもあるが、ご指導いただいた青木准教授の分析の通り、この事業の大きな成果と言える。

特に、「自分は誰かの役に立っていると思う。」の項目は大きく向上しており、追跡でもほとんど低下していない。毎日の振り返りで、友達の良いところを伝え合うことで、キャンプ終盤では、振り返りに限らず感謝し合う姿が見られたことが要因になるだろう。

自分の良さを伝えられることを素直に受け取り、自信につなげたことが「自己肯定感」を向上させたと考えられる。





参加者の感想作文より

仲間意識

- ・最初は友達ができるか不安だったけど、次の日になったら友達がたくさんできました。
- ・1日目でたくさんの友達ができただけが、ハイポイントです。
- ・ぼくはこのキャンプを通して、仲間との友情を学びました。9日間でけんかもあったけど、チーム以外にも友達もたくさんできました。
- ・友達の言葉のおかげでうれしくなったり、緊張がほぐれたりしました。「ありがとう」と言ってくれたのがうれしく、「楽しみなね」と言ってくれて緊張がほぐれました。「お前ならできる。」「あきらめるな」「がんばれ」「元気に行こうぜ」という言葉で励まされました。
- ・みんなでミサンガを作ったので、ミサンガを見たらキャンプを思い出せると思います。
- ・誰もリタイアせずに山頂にたどり着いてすごいと思いました。ぼくらはもう歩けないくらい足ががたがたしていました。でも、みんな満足していました。また、山頂にみんなで行きたいです。
- ・登山では、くじけそうになったことがありましたが、自分のガッツと全員のはげましで無事に登頂したときは感無量でした。
- ・6人でチームになって一緒に過ごしてきて、チームワークが深まるようになりました。そこで6人のいいところを紹介します。(作文には一人一人の良さが記されています)
- ・1月にあるフォローアップキャンプで、信頼し合えるチームとまた会いたいです。
- ・この信頼し合える仲間、協力し合える仲間、一緒にいて楽しい仲間と出会えて、とても楽しかったです。また、この仲間と会いたいです。



協働する喜び

- ・仲間づくりの冒険ラリーをしたから、緊張はなくなりました。
- ・冒険ラリーで点数は低かったけど、友達が「絆が深まれば満点だ」といってくれたのがとてもうれしかったです。
- ・テントを立てるときはみんなとの協力が必要でした。息を合わせないと布が広がらなかったり、へんな形になったりしてしまうのが難しかったです。それでもなんとかテントが立ちました。そのときはすごくうれしかったです。
- ・テントの立て方を覚えたり、バーナーの使い方を覚えたりするのは大変だったけど、仲間がいるとすぐできるんだと思いました。班で立てた計画を実行したのが楽しかったです。
- ・テント生活の始まり。みんなでテントを立てたことが、仲間になった感じがして楽しかったです。

- ・ 人生初めてのドラム缶風呂に入りました。火を大きくするのに時間がかかり大変だったけれど、チームワークを発揮できて良かったです。温度もちょうど良くて気持ちよかったです。
- ・ 食材を洗ったり、なかなかつかない火をがんばって起こしたり…。何も分からない中、どうにか、みんな協力して作り、完成させることができたカレーは今までで一番おいしく感じられました。
- ・ グループでの計画行動の時、ハンモックで寝たり沢歩きをしたりしたのが楽しかったです。
- ・ 24時間の計画行動では、みんなで遊んだりして楽しかったです。
- ・ 第Ⅱステージの山登りでは、行くときも帰るときもつらくて痛かったです。肩やおなかや足首、太ももが痛かったです。でもそんなとき、仲間が荷物を持ってくれたり「大丈夫」と言ってくれたりしました。とてもうれしかったし、自分もがんばろうと思いました。みんなのおかげだし、自分もがんばったからゴールできたと思いました。
- ・ 第Ⅰステージで学習したロープワークが第Ⅱステージでも、一望閣でレインウエアを干すところを作ったときなどに応用できました。
- ・ パーティーで、私の班で作った料理は、みんなからおいしいと言われて、班のみんなと喜びました。



自己肯定感

- ・ ご飯を作るときは、火起しと味付けと野菜切りが大変でした。他の班から火をもらっても、すぐ消えてしまうし、しょっぱすぎたり甘すぎたりしないように調整したり、野菜を大きく切りすぎないようにとたくさんがんばりました。でもだんだんなれてきて上手になりました。
- ・ うまいかないことはたくさんありましたが、ふだんできないことができたり、自分が普通だと思っている事へのありがたさや、家族と一緒にいることのありがたみが分かりました。
- ・ 第Ⅱステージの長い道のりを歩いたことが一番成長したことです。
- ・ 41.6kmも歩いたのですごくつらかったです。でも自分の心の中は達成感でいっぱいでした。
- ・ 9日間でたくさんの個性があることが分かったので、これからはこのことを活かしていきたいと思います。
- ・ 8泊9日のキャンプ。終わった後は自分に少し自信ができました。このキャンプで経験したこと、仲間のこと、感じたこと、このすべてが私の思い出となりました。
- ・ 僕は9DAYSキャンプで色々なことを学びました。友達との協力性や信頼性、思いやりや相手意識など、個人から相手、全体に対する気持ちについてとても分かりました。



保護者の感想より

子供の成長

- ・ 息子は、以前まで、返事がはっきりしない態度が多く、「反抗期なのだろう。」という言葉で、私も自分を納得させていました。キャンプを終えて5日くらいは、会話をしているとも、とても良い返事が返って来て、素直だなと感じさせてくれる言動が、多く見られました。
- ・ キャンプが始まると、家族(特に妹たち)は、姉を懐かしみ、寂しく思うことが多かったのですが、お忙しい中インスタ配信などで随時状況を報告してくださることで、元気に過ごしている様子があり、安心しました。
- ・ 普段学校のことも自分からは話してくれず、キャンプ後も同様でした。しかし、InstagramやFacebookに載った自分の姿を見て、いつもより会話が弾みました。息子が自分の仕事を精一杯務めているとわかり、息子が誇らしかったです。
- ・ 自信ができました。持久走記録会の練習で、早く走れるかは別問題ですが、自信を持って挑戦する気持ちが芽生えたと嬉しく感じました。
- ・ 水を大切にできるようになり、家庭の中で節水に心がけています。

学力向上

- ・ 学校の成績表(2学期制のため、10月に前期を交付)は、大幅に向上し、「大変良くできる」の数が倍になりました。「特に学習への熱意を感じられる」という印も前回まではほぼ0でしたが、今回3つもつきました。そのほか、遅刻回数も減りました。

生活習慣

- ・ キャンプに参加し、娘の生活態度は大きく変わりました。これまでは、夜更かしをして、タブレットでYoutubeを見るが多かったのですが、こうした時間が激減しました。早起きをすることで、1日にできる活動がずっと増えることがわかったようです。これまでも、運動は好きでしたが、毎日の運動や食事、睡眠といった基本的な生活態度が日中の活動に大きく影響することが、キャンプ生活を通じて、より良く分かったようです。「自分が今、何をすべきか。」「何を優先して、どうすべきか」を娘自身で考える習慣がついたように見受けられます。

家族の成長

- ・ 家の手伝いは、よくしてくれるようになりました。私が誉めることをほとんどしないので、感謝の気持ち等、素直に伝えていければと、振り返ってみて考えさせられました。
- ・ これほど長い期間、娘と離れて過ごすことは初めてでしたので、この9DAY Sキャンプへの参加は、娘の成長におけるステップだけでなく、家族にとって、子育て期間における新たなステージや子供の成長に応じた家族のあり方について、考えるきっかけとなりました。
- ・ 親として、野外活動の経験や団体活動での協調性など、娘に教えることができなかった未熟さを反省しつつ、こうした機会を頂けたことに心より感謝しております。親のできないこと、親では教えられないことを沢山娘に伝え、授けてくださったこと、本当にありがたいと思います。本当に素晴らしい体験をありがとうございました。

成果と課題

成 果

- ・ 企画評価委員会を設置し、研修指導員やNPO法人から、全面的な協力をいただいたことにより、地元団体との連携も深まり、活動範囲の確保にもつながり、有意義な事業となった。
- ・ 営火場Dをテントサイトとして活用したことで、活動場所として新しい使い方を試行することができた。
- ・ テント設営や野外炊事に直結するスキルとして、ロープワークや火起しを行ったので、キャンプ中の生活の中で、各自が考え活かすことができた。
- ・ 毎日の振り返りの中で、自分だけでなく、友達の言動にも目を向けたことでより仲間を意識して生活することができた。また、横断幕にもよかった言動を書き込んでいたことも効果的であった。
- ・ 24時間の計画行動では、各班で話し合いながら工夫のある充実した時間を過ごすことができ、協働する喜びを強く感じることに繋がった。
- ・ 登山では、声を掛け合いながら全員無事に登頂することができ、一望閣への往復も重いザックを背負いながらも、無事にテントサイトに帰還することができた。
- ・ 最終日の発表会に向けた準備では、各班工夫を凝らし、自分自身や仲間との活動を振り返ることができた。また、実際の発表では、保護者が見守る中、各班の創意工夫のある発表が行われ、今後生きる力にするためにも、この体験を言語化することができた。
- ・ FacebookとInstagramを併用したことで、広報としての情報発信と保護者への情報提供を明確に分けることができ、保護者に対しても安心感を与えることができた。
- ・ 参加者が片付けをしている時間に保護者懇談会を設けたことで、保護者同士の交流ができ、好評であった。
- ・ フォローアップキャンプでは、再会を喜ぶと共に、夢を語り合うことで今後の生活の糧となるような各自の志を立てる事ができた。

課 題

- ・ キャンプ未経験の参加者がほとんどであり、キャンプサイト設営と初めての野外炊事に時間がかかってしまった。テント生活を始めるまでの日程にもっとゆとりが必要であった。
- ・ 24時間の計画行動に関して、キャンプサイトの外に行く場合は、安全面から、職員の動向が必要であり、職員の配置を手厚くすることができればより自由度の高いプログラムになったであろう。
- ・ 登山では、グループ登山の形式をとったため、先頭と最後尾の班で最大30分の差があった。すべての班にスタッフはついており、スケジュールにもゆとりがあったが、スタッフ間の共通認識を明確にすべきであった。
- ・ 登山のためのベースキャンプとして、当施設の別館である那須ロッジをキャンプ期間中も活用できるようにすれば、より効率的な運営ができたであろう。今回、一望閣というリニューアルに向けた休館中の旅館をお借りできた事は幸運であった。
- ・ フォローアップキャンプでは、雪の活動を計画していたが、積雪量が足りず予定していた活動ができなかった。

おわりに

企画評価委員会の外部委員のお二人より

今までの長期キャンプは、登山がメインで参加者がキャンプ用品や食料までリュックサックに入れ、重い荷物を背負い、山を歩き、体力の限界・気力・忍耐・協力・助け合いの精神が培われました。私は、プログラムの安全遂行と時間配分を大事にしてきました。参加者達は、自分の体験したことがその後の学校生活・家庭生活に生かされていると思います。

今回は、今までなかったキャンプを中心としたプログラムでした。家庭の自由な生活から、与えられた物でグループで相談して協力し合い、話し合ったことを工夫し実践し、不自由な生活を乗り越えました。失敗しても自分たちなりの工夫で生きる力を探して、キャンプ生活を通してみんなで話し合ったルールを守ったり、時間の使い方を大切にしたりして、自然の中で楽しく生活の知恵を身につけられたと思います。家に帰っても体験した不自由を工夫して生活に活かしてもらいたいと思います。

最後に、今年为天候不順の中、保護者の皆様、所長を初め職員の方々、那須高原自然学校の皆様、ボランティアの学生さんに感謝します。

ありがとうございました。

国立那須甲子青少年自然の家研修指導員 高田 雅雄

「子どもたちに考え、体験する機会を提供しよう」このキャンプの企画立案の時にスタッフで共有した目的でした。実際、この9日間は自分で考え、みんなで考え、やることを決める場面が多くあり、ある子にとってはやりたいことをやる自己決定・自己実現の楽しさを感じることができ、またある子にとっては余裕がなくなっていく精神状態の中で仲間と意見の食い違いや自然環境の厳しさ等、辛さを感じた日々だったかもしれません。そういう意味では、今年の長期キャンプは、体力よりも気持ちや精神力が鍛えられたキャンプだったと思います。また今後の生活の中で、子どもたちが辛い場面や厳しい場面に立った時に、きっとこの9日間の経験が役に立ち、乗り越えてくれると信じています。

最後に参加してくれた子どもたち、見守ってくださった親御様、企画から実施まで全てを担当した自然の家職員の皆様、様々な場面でサポートしてくださった高田さん、子どもたちに寄り添い班をまとめてくれたボランティアの皆様、そしてこのキャンプが無事に終わるために関わってくださった全ての皆様に感謝いたします。

NPO法人那須高原自然学校理事長 真山 高士

なすかしの森 9DAYSキャンプ2019

～みんながつくる この夏の冒険～

主 催／独立行政法人国立青少年教育振興機構 国立那須甲子青少年自然の家
長期宿泊体験事業企画評価委員会／

高田雅雄(国立那須甲子青少年自然の家研修指導員)
真山高士(NPO法人 那須高原自然学校 理事長)

後 援／福島県教育委員会

福島民報社
福島民友社
福島テレビ
福島中央テレビ
福島放送
テレビユー福島
ラジオ福島
ふくしまFM

協 賛／株式会社ヨークベニマル

株式会社ヤオコー
大塚製薬株式会社
コカ・コーラ ボトラーズジャパン株式会社
イオン白河西郷店
有限会社村上運動具店白河店
有限会社あぶくま教育

協 力／NPO法人那須高原自然学校(四谷多弥・加瀬佑一朗・牧口未和)
絶景の宿一望閣

ボランティアスタッフ／

堀川菜都子・森宮 楓・設楽 遥
山田純平・渡邊一雄・蛭田優介

令和元年度国立那須甲子青少年自然の家職員

所 長 津久井 賢

次 長 蓮見直子

主 幹 大野秀幸

総括企画指導専門職 西村孝幸

企画指導専門職 矢内淳仁・江口俊文・増田直人(事業担当)

事業推進係主任 湯川 枢・宮崎一彰

事業推進係 岩谷 香(事業担当)・古谷洋祐(事業担当)・芳賀晃彦
折内雅俊(事業担当)・藤本 樹・山田礼次郎・白石幸子

総務管理係長 白岩 悟

総務管理係主任 矢吹幸男・石黒奈々

総務管理係 三河 収・穴澤清一・仁平 隆

●発行日／令和2年3月

●発行者／独立行政法人国立青少年教育振興機構 国立那須甲子青少年自然の家
〒961-8071 福島県西白河郡西郷村大字真船字村火 6-1

TEL：0248-36-2331 FAX：0248-36-2150 <https://nasukashi.niye.go.jp/>

●印 刷／ふじ印刷株式会社

