

平成30年度 教育事業

# 登山

## キャンプ

# 赤



今年の夏は  
新たな自分と  
出合える!!



独立行政法人 国立青少年教育振興機構  
国立赤城青少年交流の家

〈黒檜山登山中〉

# 目 次

1. 事業概要	1
2. 限界突破キャンプ委員会	4
3. アンケート調査結果	5
4. 毎日のふりかえりカードの言葉	7
5. アンケートからの参加者の声・保護者の声	8
6. 限界突破キャンプ企画委員から	9
7. 限界突破キャンプ班付きリーダーから	10
8. 限界突破キャンプ担当者から	11
9. 「限界突破キャンプ」の今後の方向性 国立赤城青少年交流の家 所長 松村 純子	12

## <資料>

- ①アンケート調査用紙
- ②ふりかえりカード
- ③中間ふりかえりカード
- ④最後のふりかえりカード



<鍋割山山頂>



<ビーイング作り>

# 1. 事業の概要

## (1) 趣旨

7泊8日の移動型キャンプで、登山・自炊などの活動を、仲間と共に、最後までやり抜くことを通して、何事にも自信を持って取り組める力を育む。

## (2) 期日

事前キャンプ 平成30年7月15日(日)～16日(月)(1泊2日)

本キャンプ 平成30年8月4日(土)～11日(土)(7泊8日)

## (3) 対象

①参加対象 小学校5、6年生 中学校1、2年生 ②募集人員 18名

③参加人数 21名 (応募総数28名)

群馬県前橋市8名、桐生市3名、榛東村2名、高崎市1名、吉岡町1名、みどり市1名、みなかみ町1名、東京都町田市1名、埼玉県久喜市1名、千葉県柏市1名、栃木県栃木市1名

## (4) 企画運営のポイント

①登山をメインとしたプログラムで、長七郎山・黒檜山・駒ヶ岳・鍋割山・榛名富士の6つの山を登り、赤城山から榛名山まで徒歩で移動する。(総距離約70km、標高差約3,000m)

②生活体験を重視し、自分のことは自分でやることを徹底する。

③毎日振り返りシートで、テーマ「挑戦・協力・感謝」を意識させながら振り返りを行い、自分と向き合う時間を十分にとる。

④生活面においては、「あいさつ・食事・うんち」の3つのテーマで基本的な生活態度を養い、規則正しい生活を送れるようにする。

⑤ボランティアの事前研修(7/7-8)で、安全管理も含めた登山講義や実地踏査を実施する。

日程

7月7日(土)	・前橋市赤城少年自然の家～鍋割山登山～国立赤城青少年交流の家 ・事業概要説明 ・長期キャンプのボランティアの役割 ・登山講義
8日(日)	・国立赤城青少年交流の家～榛東村創造の森キャンプ場(徒歩)



<創造の森キャンプ場間近>



<本キャンプ中間の振り返り>



(5)プログラム内容

①事前キャンプ

日	月	4:00	5:00	6:00	7:00	8:00	9:00	10:00	11:00	12:00	13:00	14:00	15:00	16:00	17:00	18:00	19:00	20:00	21:00	宿泊場所
1	7月15日	日					受付	事前説明会 ※保護者も参加	オリエンテーション 自己紹介 アンケート	昼食		A あかぎアドベンチャープログラム			入浴	夕食	B スプーン・フォーク 名札作り	荷物整理	就寝	国立赤城 青少年 交流の家
2	7月16日	月	起床	荷物整理	朝のつどい	朝食	清掃	退所点検	テント設営研修	野外炊事研修(カレー&ご飯)			解散							

②本キャンプ

日	月	4:00	5:00	6:00	7:00	8:00	9:00	10:00	11:00	12:00	13:00	14:00	15:00	16:00	17:00	18:00	19:00	20:00	21:00	宿泊場所
1	8月4日	土					受付	開校式	アイスブレイク ビーイング作り	昼食	テント設営 練習	野外炊事(ご飯&豚汁)			入浴	登山 講義	ミーティング 振り返り 健康観察	荷物整理	就寝	国立赤城 青少年 交流の家
2	8月5日	日	起床	荷物整理	朝のつどい	朝食	清掃	退所点検	車移動 (交流の家～ 小沼駐車場)	長七郎山(1,579m)登山 (小沼駐車場～長七郎山～自然の家)		テント設営	荷物整理	入浴	休憩	夕食	ミーティング 振り返り 健康観察	荷物整理	就寝	
3	8月6日	月	起床	朝食	おにぎり作り				C 黒檜山(1,828m)・駒ヶ岳(1,685m)登山 (自然の家～黒檜山・駒ヶ岳～自然の家)			入浴	ミーティング 振り返り	荷物整理	夕食				就寝	前橋市 赤城少年 自然の家
4	8月7日	火	※雨天により 地藏岳 日の出登山 中止	起床	1日の 計画立案	野外炊事 (洋食モーニングセット)	休憩	これまでの 振り返り	野外炊事 (ハンバーグセット)	D フォトフレーム作り	休憩	入浴	E 野外炊事 (焼きそばセット)	ミーティング 振り返り 健康観察	荷物整理	就寝				
5	8月8日	水	起床	朝食	おにぎり作り	F テント 撤収			鍋割山(1,332m)登山 (自然の家～鍋割山～交流の家)			休憩	荷物整理	入浴	夕食	ミーティング 振り返り 健康観察	荷物整理	就寝	国立赤城 青少年 交流の家	
6	8月9日	木	起床	荷物整理	朝食	健康観察		G 徒歩移動(24km) (交流の家～榛東村創造の森キャンプ場)			休憩	入浴 (しんとう温泉 ふれあい館)	夕食	ミーティング 振り返り 健康観察	荷物整理	就寝				榛東村 創造の森 キャンプ場
7	8月10日	金	起床	朝食	おにぎり作り			徒歩移動(15km) (榛東村創造の森キャンプ場～榛名富士登山口)		H 榛名富士(1,391m)登山	バス 移動	入浴 (伊香保温泉 石段の湯)	バス移動 (交流の家へ)	夕食	ミーティング 振り返り 健康観察	キャンドル ファイヤー	就寝			国立赤城 青少年 交流の家
8	8月11日	土	起床	荷物整理	朝のつどい	朝食	清掃	退所点検	振り返り・アンケート	I 開校式	解散									

ボランティア事前研修の効果(7/7-8)

1泊2日で担当職員とボランティアスタッフが現地を下見し、移動ルートを実際に歩いた。安全管理も含めた登山講義や実地踏査を実施することで、本番に備えた準備を入念にすることができた。



A 参加者同士、初めての出会いの中、あかぎアドベンチャープログラムで、仲間づくりを行った。



B 本キャンプに向けて、それぞれ工夫を凝らして、自分用のスプーン・フォーク・名札作り。

登山講義の内容

5日からの登山実施に向けて、安全管理も含めた登山講義を実施した。体調管理や登山中の約束事など、安全第一での登山を心がけるように、講義を進めた。長七郎山登山の中でも、この講義で学んだことを振り返りながら、登山を行った。



I 閉校式での個人の振り返りの発表。「挑戦・協力・感謝を大事にして、これからの生活に生かしたい。」と力強く発表していた。



H 榛名富士登頂。参加者21人全員が榛名富士を登頂し、キャンプ中の約70kmの全行程を終えた。



C 日本百名山であり、赤城山最高峰の黒檜山登頂へ向けて、登山中。

休息日の効果

長期の事業のため、4日目に休息日を設けた。準備、調理、片付けの流れを自分達で考えることで、主体的・対話的に活動ができていた。自分のことは自分ですることはもちろん、仲間のことを考えた行動がたくさん見られ、ゆっくり体を休めることもできた。



D 限界突破キャンプの思い出づくりとして、フォトフレームを作製。フレームには、参加者同士でサインを書き合うなどの様子が見られた。



E 火起こし、食材切りなど、全て班ごとで協力しながら、焼きそばを作り、みんなで美味しく食べた。



F 自分のことは自分でやるねらいのもと、限られた時間内で、素早くテント撤収を実施。



G 交流の家から榛東村創造の森キャンプ場(24km)に向けて、徒歩移動中。写真は、中間地点の新坂東橋(利根川)にて。



## (6) アンケート結果

### ①参加者の満足度（アンケート回収率100%）

設 問 事 項	満 足	やや満足	やや不満	不 満
キャンプ全体をとおしてはどうでしたか。	95%	5%	0%	0%

事業後に行ったアンケート調査の集計結果は、「満足」が参加者全体の95%と高い割合を占め、この事業はおおむね好評であったと考えられる。プログラム内容、スタッフやボランティアの参加者に対する関わり方や助言・アドバイス等が適切であったと推察される。

## (7) 成果

- ①「あいさつ・食事・うんち」の3つのテーマを掲げたことで、特にあいさつができるようになった。
- ②登山講義や登山中での実際の登山の仕方を指導することで、参加者が安全に登山をすることができた。
- ③毎日「挑戦」を意識しての振り返りを行うことで、総距離約70kmの行程を自分の足で移動することができた。
- ④仲間とテント設営や野外炊事などをして、寝食を共にすることで、協力すること・感謝することなどを学ぶことができた。

## (8) 課題

- ①キャンプのテーマを設け、キャンプ後にはテーマに沿った変容が見られるようにプログラム内容を見直していく。
- ②詳細な雨天時プログラムを、次年度は作成する。
- ③今夏の猛暑のことを考えると、熱中症など懸念事項が生じるおそれがあるため、次年度は公道を歩く行程について検討する必要がある。

## 2. 限界突破キャンプ企画委員会

### (1) 企画委員（5名）

今 泉 真 悟 氏      前橋市赤城少年自然の家 所長  
岩 瀧 大 樹 氏      群馬大学教育学部 准教授  
劔 持 雅 信 氏      ぐんま山森自然楽校 代表  
瀧      直 也 氏      信州大学教育学部 講師  
船 引 忠 雄 氏      群馬県教育委員会生涯学習課 課長

### (2) 限界突破キャンプ企画委員会日程

第1回      5月17日（木）      企画検討、チラシ・開催要項の検討  
第2回      6月29日（金）      参加申込状況、細案の検討、アンケート調査の検討  
第3回      11月 1日（木）      事業報告、アンケート調査の考察、報告書作成について

### 3. アンケート調査結果

#### (1) アンケート調査の概要

「限界突破キャンプ」の参加者21名を対象に、事前キャンプ1日目（Pre）、キャンプ最終日（Post）、キャンプ終了1ヶ月後（After）の計3回アンケート調査を行った。有効回答数は、全ての回答を得られた20名である。

質問項目の選定は企画委員会で検討し、平石（1990）が作成した「自己肯定意識尺度」のうち、対自己領域の一つ「自己実現的態度」の7項目と、岩瀧ら（2008）が作成した「中学生の教師への援助要請スキル尺度」から7項目の計14項目のアンケートを作成した。

事前、事後については、プログラムの中で質問紙に記入し、1ヶ月後は郵送にて調査を行った。

#### (2) 「自己実現的態度」の考察

信州大学教育学部 講師 瀧 直也

表1は、3回の調査結果を分散分析により比較した結果である。多重比較の結果、「前向きに物事に取り組んでいる」において、PreからPostにかけて有意な向上傾向があった。

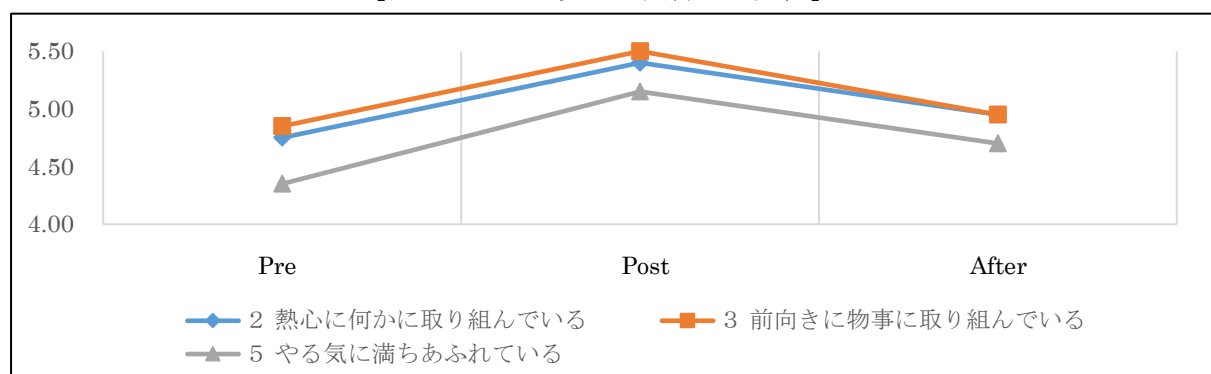
また、全ての項目においてPreからPostにかけて平均値は増加し、PostからAfterにかけては減少している傾向がみられる。特に図1に示す「2. 熱心に何かに取り組んでいる」「3. 前向きに物事に取り組んでいる」「5. やる気に満ちあふれている」の3項目は、PreからPostにかけて向上しており、これらは本キャンプがねらいとしていた「最後までやりぬくこと」を達成したことにより変化が現れていると推察できる。約70kmの距離を仲間と共に歩き通したことにより、達成感を味わい、自分に自信を持たれたことにより、「熱心に」「前向きに」「やる気」といった要素に影響をもたらしたことが考えられる。今後、この経験を日常生活につなげていくことで、自分の夢や目標に対しても積極的に関わっていくことが期待できる。

【表1 自己実現的態度の各項目の比較】

No.	質問項目	平均値（標準偏差）						F値	多重比較
		Pre		Post		After			
1	自分の夢を叶えようと意欲に燃えている	4.55	(1.05)	4.85	(1.27)	4.75	(1.02)	0.37	
2	熱心に何かに取り組んでいる	4.75	(0.97)	5.40	(0.94)	4.95	(1.00)	2.36	
3	前向きに物事に取り組んでいる	4.85	(0.93)	5.50	(0.95)	4.95	(1.10)	2.88	事前<事後†
4	自分の良いところを一生懸命伸ばそうとしている	4.75	(0.97)	5.20	(0.95)	4.90	(1.21)	0.95	
5	やる気に満ちあふれている	4.35	(1.27)	5.15	(1.09)	4.70	(1.17)	2.31	
6	自分のやりたいことが何なのか分からない	4.95	(1.19)	5.20	(1.32)	4.80	(1.54)	0.44	
7	自分には目標というものがない	5.30	(1.26)	5.45	(1.15)	5.05	(1.57)	0.46	

† p<.10

【図1 自己実現的態度得点の変化】



### (3) 「援助要請スキル」の考察

群馬大学教育学部 准教授 岩瀧 大樹

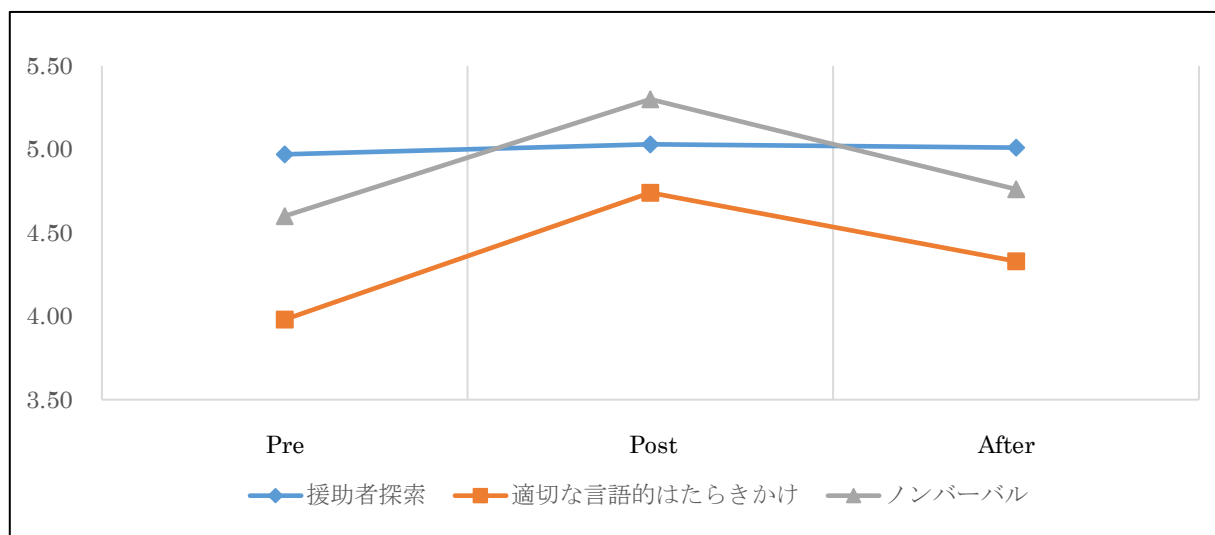
いくつかの項目で天井効果、フロア効果が確認されたが、これらに関しては先行研究にて既に十分な信頼性が示されていることから、使用に問題はないと判断した。

各因子については、上記も含め、全体的にキャンプスタートの時点から高い平均値が確認された。本尺度は特に生活適応との高い関連性が明らかにされている。そのため、今回のキャンプ参加者は、スタートの時点である程度以上の生活適応を保ち、適切に周囲に援助を求めたり、援助を活用したりすることが可能であった背景が推測される。

「援助者探索」に関しては、明らかな得点の差は確認されなかったが、一定の高い水準を維持していたといえる。「適切な言語的はたらきかけ」に関しては、キャンプ直後の Post で最も高く、Pre と After とは有意な差があることが示された。また、「ノンバーバル」に関しては、Pre と Post においてのみ、得点の差が確認された。(図2参照)

有意差の確認された両因子では Post での得点が最も高いことから、今回のキャンプのプロセスにおいて、参加者たちが適宜言語的、非言語的に他者に援助を求め、活用していた様子が見えてくる。しかし、After においては、共に Pre の段階に戻る傾向が示された。ここから、参加者はキャンプ中、共通した課題達成に向け、適宜コミュニケーションを図りつつ、協力や協働のできる関係を形成していたことが推察できる。そして、日常生活に戻ると、従来の状態に近づいていることが読み取れる。得点は下がっているが、参加者たちのもともとの援助要請スキル水準は高い。ゆえに、参加者はキャンプの実施中、日常生活より密なコミュニケーションを構築し、援助要請スキルを活用していた、と判断できるだろう。

【図2 援助要請スキル得点の変化】



#### 4. 毎日のふりかえりカードの言葉

【1日目 8/4 (土)】

- ・今日から、限界突破キャンプが始まり、少し不安が残るけど、みんなと会えて少し不安がなくなり、前よりもっと頑張ろうと思うことができました。
- ・明日からの登山を頑張りたいです。挑戦・協力・感謝のめあても大事にしたいです。

【2日目 8/5 (日)】

- ・今日初めて登山をしました。初めて登って少しきつかったけど、助け合ったりして、頑張れました。明日はもっときついので、もっと皆で協力したいです。
- ・足慣らしとは言え、かなりきつかったです。ただ、覚満淵が写真で見た尾瀬みたいで、とてもきれいでした。

【3日目 8/6 (月)】

- ・今日は、赤城山で一番高い黒檜山と駒ヶ岳を登山して、みんなで声をかけ合いながら、「ここ、危ないよ。」とかみんなで助け合って登山できたので、とてもよかったです。
- ・黒檜山を登っている時に、男子たちがしりとりをしていて、楽しそうに聞こえました。
- ・日本百名山を登ることができ、よかったです。

【中間振り返り 8/4~6】

- ・初日はみんなそれぞれ不安な気持ちや楽しい気持ちで迎えました。2日目にグループで初めて協力して登って、みんなが1つになった気がしました。
- ・皆で協力して声をかけ合ったら、皆と心が合った気がした。だから、声をかけ合った方が良かったと思った。危なかったら、注意したい。

【4日目 8/7 (火)】

- ・朝食、昼食、夕食を自分たちで作って、協力がたくさんできました。すごく楽しかったです。
- ・自炊で、みんなの意見を聞いて、ちょうど良い火加減にできて、よかったです。
- ・かまど係を、責任をもってしっかりやることができました。
- ・朝と夕方、きりが晴れた景色がきれいでした。

【5日目 8/8 (水)】

- ・今日が一番足が痛くなってすごく大変だったけれど、自分が成長したことが感じられて、とてもいい1日でした。
- ・もう無理と思ったけど、あきらめずに最後までできました。励ましてくれた友達にも感謝したいです。
- ・登山中、みんなで「ここ危ないよ」と言えた。

【6日目 8/9 (木)】

- ・昨日の足の疲れが残っていて、最初からずっときつかったです。遅れてしまった時、後ろから押してくれた人がいたので、そこは感謝したいです。
- ・道路の上は硬いので、足がすごく痛かったです。だけど、24kmを歩いた後の達成感がとても得られました。

【7日目 8/10 (金)】

- ・最後まであきらめずにやり切ることは、すごく大切だと改めて感じることができました。最後の登山をして、山頂に着き、悲しい気持ちとうれしい気持ちがあり、とても不思議な気持ちになりました。
- ・登山に慣れたけど、まだ遅れる人がいたので、「頑張れ！」と声をかけることができました。



## 5. アンケートからの参加者の声・保護者の声

### (1) 事前キャンプ (参加者)

- ①仲間作りでは、はじめて会う友達だったけど、たくさん話すことができたし、とても仲良くなれたのでよかったです。また協力してアドベンチャーをできてよかったです。
- ②最初の仲間作りはとても緊張したけど、みんなと仲良くなったら、とても楽しくなりました。
- ③山登りで使うスプーンを愛情を込めて作ることができました。
- ④事前キャンプでは、私にとって野外炊事が一番協力できた場面でした。

### (2) 本キャンプ (参加者)

- ①登山はつらくて大変でしたが、頂上に着いたときの景色がきれいで、足の痛みを忘れてしまいました。
- ②黒檜山を登った時に、岩がたくさんあって大変だったけど、山頂についた時にとっても達成感がありました。
- ③鍋割山の登山はきつかったけど、雲海を見ることができ、とてもよかったです。
- ④友達と協力することの大切さを知ることができたので、これからの生活では、友達とたくさん協力して、もっと良い仲間にしていきたいと思いました。
- ⑤規則正しい生活をするので、これからの生活習慣がもっとよくなると思いました。
- ⑥これからは何事にもあきらめない。
- ⑦限界突破キャンプに参加して、これから何でも新しいことに挑戦すること、仲間と協力すること、人に感謝することができる人になりたいです。

### (3) 1ヶ月後 (保護者)

- ①協調性がUPしました。今までは、自分の思い通りにいかないことがあると、すねたり、感情をむき出しにして怒ったりしていました。一呼吸おいて、我慢する力が身についたのだと思います。キャンプを通して、みんなで協力して生活し、目標を目指して登山する中で身についたのだと思います。
- ②キャンプ後、お手伝いや頼まれたことを嫌がらずにやってくれます。とても頼もしくなりました。1ヶ月続いた今も変わらず、少し大人っぽくなりました。困っている人の役に立てるようになりたいと言っていたことを本人なりに実践しているようです。
- ③帰宅後、お手伝いをしてくれる機会が大変増えていきます。今までも手伝いが大好きな子でしたが、茶碗洗い、調理など、より興味をもって自ら動いてくれています。親が忙しそうにしていると、そっと手を貸してくれることも増えました。優しさと協力を学ばせていただいたのだと思っています。また、そのスキルも確実に上がっており、生活力が身についたと実感しています。
- ④キャンプ後、学校での行事にも積極的に取り組み、くじけずに頑張っているようです。大学生になったら、班付きリーダーをやりたいと話していました。そのためにいろいろなキャンプに参加したいと思っています。大きな変化ではありませんが、生活や気持ち、行動に少しずつ変化が見えてきています。

## 6. 限界突破キャンプ企画委員から

限界突破キャンプのプログラムに関する運営手法やプログラム活用について

前橋市赤城少年自然の家 所長 今泉 真悟 氏

赤城山から榛名山への長距離歩行をする活動を行う際、「楽しそう」と思う反面、「心配・不安」も大きいのではないかと思います。「心配・不安」を極力減らし「仲間と挑戦する楽しさ」を感じてもらうためには、事前の準備やスタッフ間の情報共有が必要になります。

運営マニュアルに、緊急時の連絡体制・対策（避難場所の確保やスタッフ配置など）の詳細が記載されていたのが良かったです。参加者へのセーフティトークをすることも重要なことであり、前橋市赤城少年自然の家でも活用したいと思います。

大切なお子様を無事に保護者のもとへお返しする際に、担当スタッフから保護者様へキャンプ中の様子をお伝えすることは、とても大切で、細心の注意を払わなくてはならない時間だと思います。この時間を設けることも実践したいと思います。

挑戦・協力・感謝

群馬県教育委員会生涯学習課 課長 船引 忠雄 氏

限界突破キャンプは、登山を中心としたプログラムでした。6つの山を登り、総距離約70kmを歩ききるといふ、まさに自分自身の限界にチャレンジした子供たち。

キャンプ中には、彼らの生き生きとした笑顔がたくさん見られました。大自然の中で感動や驚きをたくさん味わえたようです。長い日程ですから大変なこともあったと思いますが、仲間と共に困難を乗り越えていくことは、貴重な体験として心に残ります。最終日の振り返りにも、仲間と協力して生活できた喜びと、楽しく生活できた感謝の気持ちが綴られていました。サブテーマにもあるように、参加した多くの子供たちがこのキャンプを通して新たな自分に出会えたようです。

人や自然と触れ合う体験を通じて、豊かな人間性や社会性、主体性が育まれていきます。まさに子供たちの「生きる力」の育成に寄与したキャンプであったと感じています。

限界突破キャンプを共に過ごして

ぐんま山森自然楽校 代表 劔持 雅信 氏

限界突破キャンプも大詰めを迎えた8月9日の全ルート24kmと、10日の榛名富士登山を子ども達と共に歩きました。仲間との何気ない会話、ゆっくりと移り変わる風景、すれ違う地元の方々とのあいさつ、「歩く」ということで生まれる空間や時間の流れ、「歩く」ことで生まれる「五感」をくすぐる体験、人間にとって最も原始的な移動手段「歩く」、一日の大半を歩いて移動する、今となってはこれも「非日常」の世界。

ゴールの榛名富士山頂に到達した時の日焼けした“笑顔”には、限界を突破した中にどことなく照れくささが混じっていたように感じました。

この夏、確かに7日間を仲間と共に過ごし「喜怒哀楽」が混じった中、最後までやり通したキャンプは一人ひとりのこれからの人生の“肥やし”になったことでしょう。貴重な時間を共有出来たことに感謝いたします。



## 7. 限界突破キャンプ班付きリーダーから

### 子供たちの可能性（1班）

群馬大学2年生 山本 周吾

限界突破キャンプは一言で言えば「キツイ」キャンプでした。子供たちのケアと並行して慣れない登山に挑むことは精神的にも肉体的にも負担の大きい行程です。大人である私でさえこうなのだから、子供たちは言うまでもありません。そこで、私は担当した1班に対して、意図的にあまり指示をしないスタンスを心掛けました。子供の自立心を育むためにあらかじめ決めていたことでもありましたが、最初のアイスブレイクの段階でこの班なら大丈夫だという確信もありました。結果的に試みは成功し、最後の2日間にもなると私が言わなくても子供達で判断して行動することが出来ていました。1週間という短い期間で成長した子供たち。そしてそれを間近で見、支えることができたことで、自分にできることは何かを考えて、積極的に行動できるようになりました。

### 子どもたちから学ぶ（2班）

ぐんま国際アカデミー高等部11年生 織田 雛妃

限界突破キャンプのような長期ボランティアは初めての経験であり、私にとってもこのキャンプは大きな挑戦でした。キャンプを通して最も苦労したのは子供達に対する注意の仕方でした。キャンプ4日目、中間の振り返りを書いている時、書き終わった男の子が遅れをとっていた女の子を急かし、女の子が泣いてしまうトラブルがありました。男の子達を集め、話をしましたが、どうして自分が呼ばれているのか分かっていない様子の子も居て、子供達自身に考えさせる事の重要性を学びました。それからは、彼ら自身に自分の行動を振り返ってもらい、間違いに気づいてもらえるような注意の仕方を心がけました。彼ら以上に、ボランティアとして参加した私が子供達から多くのことを学び、大変貴重な経験になりました。

### 限界突破キャンプを終えて（3班）

東洋大学4年生 寺門 史恵奈

私はこの限界突破キャンプで、人を見ることの大切さを学びました。班付きリーダーとして、子供たちと過ごす7日間は、それぞれが持つ個性を知ることのできた期間であり、途中から悪いことが目立って見えることもありました。私は、その中でなかなか言うことを聞かない子をどうしたらいいか悩んでしまいました。ある時に、けがで歩けなくなった子が車に乗り、それを「ずるい」とほかの子がつぶやいている状況で雰囲気が悪くなってしまった時、「戻ってくるといいな、会いたいな」とつぶやいたのが、いつもは言うことを聞かないその子でした。私は目につく悪いことを見てしまい、その子の持つ思いやりや優しさに気付けなかったことに気付かされました。この経験があり、私はこれから人と関わっていく上で、その人の本質や良さに目を向け良好な人間関係を築いていきたいと思えます。

## 8. 限界突破キャンプ担当者から

### ふりかえりカードの活用

企画指導専門職 小倉 祐司

キャンプでは、7泊8日のキャンプを通して、自ら「挑戦」する心・仲間と「協力」する心・相手を思いやる「感謝」の心を身につけてほしいという願いから、「挑戦・協力・感謝」というテーマを掲げました。そして、常に「挑戦・協力・感謝」を意識しながら、毎日過ごすべく、ふりかえりカードにも、この3つのことを振り返ることができるように工夫をしました。振り返りの時間も、じっくりと自分と向き合えるように、十分な時間を取っていき、また振り返りから、翌日にはどんなことを心掛けていったらよいのか、明日のめあても立てるようにしました。参加者それぞれが、毎日振り返りをする中で、自分の課題とめあて達成をしっかりと受け止め、そして日々たくましく成長していく姿がありました。振り返りの重要性を改めて感じるキャンプとなりました。

### ボランティアとのかかわり、そして課題と方策

企画指導専門職 田村 文明

全日程を班付きリーダーとして参加したボランティアは3名、5日目からサポートスタッフとして1名参加という少人数での体制でした。少数でしたが、ボランティア事前研修（1泊2日）や参加者との事前キャンプ（1泊2日）を経験したことで、キャンプに必要な知識や技術等を学んだり、子供達とかかわったりしたことで、本キャンプへ向けての心と体の準備を十分に行うことができました。本キャンプでは、毎日スタッフミーティングを行い、子供達一人一人の心と体の変化や状況等について情報共有を図ることで、翌日のかかわりに活かしました。

課題は、「人手不足」です。開催時期が、大学の授業との兼ね合いで参加できる学生が限られていました。施設側の問題もあることから、大学側に合わせることは難しいです。

方策は、「ボランティアコーディネーターとの連携」です。日程や内容等が決まり次第、早めに募集案内をボランティアコーディネーターから周知してもらうとともに、ボランティア経験有の人材情報を関係者（職員、研修指導員等）からピックアップしておくことが必要であると考えます。

### 食事のサポートと課題

事業推進係 渡邊 あゆみ

キャンプ中に大切にしたことは「食事」です。交流の家から榛名山へ向かう道のりは炎天下で長距離の公道移動ということで、山道以上に子供たちの体力が消耗されることは間違いありませんでした。途中の休憩スポットではスイカを提供して、熱中症予防をし、榛東村キャンプ場では、疲労回復や消化を助ける効果がある食材を使い、子供たちが食べやすいメニューにしました。

子供たちは休息日の自炊で、朝失敗してしまっても「どうすれば上手くいくか」を班で考え、お昼には改善できるよう工夫をしており、とても良かったと思います。撤収に関しては、「立つ鳥跡を濁さず」ではありませんが、使った場所やモノに「感謝」をする意味でもテント片付けを最後までする時間、ゴミ拾い等をする時間を含めたプログラム内容に改善する必要があると感じました。



## 9. 「限界突破キャンプ」の今後の方向性

国立赤城青少年交流の家所長 松村 純子

平成24年度から、赤城山山麓の山々を制覇することを中心に6年間実施してまいりました「赤城やまなみキャンプ」を平成30年度新たに上毛三山（じょうもうさんざん）と言われる群馬県内にある「赤城山」・「榛名山」・「妙義山」の三つの山のうち、「赤城山」と「榛名山」の二山を制覇する内容に変更するとともに事業名も「限界突破キャンプ」に変更しました。

豊かな人間性を育む長期自然体験事業を推進するためには、職員だけで企画するのではなく、県内の様々な機関と連携し、実施することが必要であり、リニューアルするにあたって、今まで設置していなかった「企画委員会」を設置し、企画の段階から委員の先生方にご意見を頂きました。

本年度は、参加者の事前研修（1泊2日）を行うだけでなく、ボランティアの事前研修（1泊2日）も実施しました。

本事業の「ねらい」に沿ったプログラムを運営するには、職員だけでなく、ボランティアの学生も実地踏査を行うことが重要だと考えるからです。

今後についてですが、リニューアルしたプログラムについて「PDCA」を回し、よりよいプログラムに改善していくことが、次年度の企画立案に必要です。

そして3年目には、残る上毛三山の一つ「妙義山」を追加し、「赤城山」と「妙義山」の二山を制覇することにより、3年間で三山制覇を目指したいと考えております。

また、報告書作成にあたり青少年教育関係者の方々に活用される報告書を目指し、実際に使用した「振り返りシート」等を資料に掲載いたしました。

本報告書が、長期自然体験事業を実施する青少年教育施設の一助になることを願っています。

最後に、本事業実施にご協力いただきました委員の皆様には厚くお礼申し上げます。

# アンケート

名前			( 男 女 )
学年	小学校( 5年生・6年生 )	中学校( 1年生・2年生 )	

## アンケートの考え方

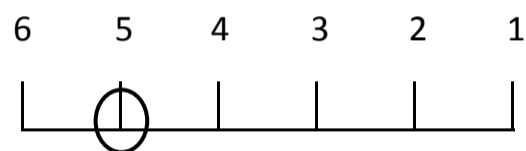
- 下の質問をよく読み、**現在の自分**にあてはまるかどうか、「とてもよくあてはまる」から「まったくあてはまらない」までの6段階で教えてください。
- 自分が、もっともあてはまると思うところに、(例)のように○印をつけてください。
- 考えすぎると答えられなくなることがあります。あまり考えすぎずにドンドン教えてください。

- アンケートの結果と、学校の成績やキャンプの指導はまったく関係ありません。
- ひとりひとりのことを調べるのではなく、キャンプに参加した子どもたち全体のことを調べています。
- ひとりひとりの結果を発表したり、他人に言ったりすることはありません。

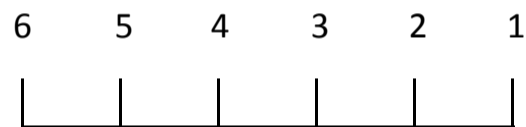
とてもよく  
あてはまる

まったく  
あてはまらない

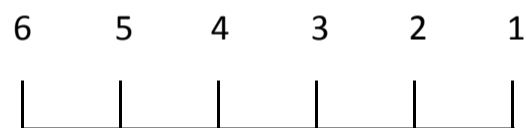
例. <sup>ひと</sup>人との<sup>やくそく</sup>約束が<sup>まも</sup>守れる



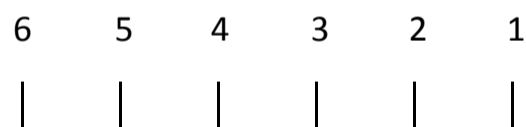
1. <sup>じぶん</sup>自分の<sup>ゆめ</sup>夢を<sup>かな</sup>叶えようと<sup>いよく</sup>意欲に<sup>も</sup>燃えている



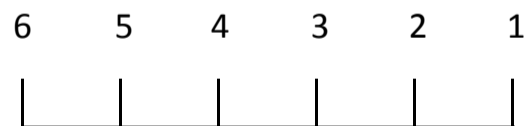
2. <sup>ねっしん</sup>熱心に<sup>なに</sup>何かにと<sup>と</sup>取り組んでいる



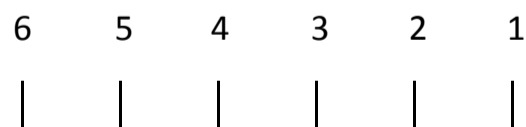
3. <sup>まえむ</sup>前向きに<sup>ものごと</sup>物事にと<sup>と</sup>取り組んでいる



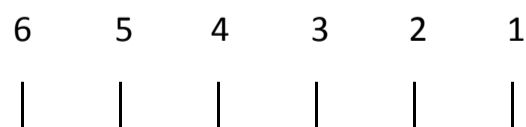
4. <sup>じぶん</sup>自分の<sup>よ</sup>良いところを<sup>いっしょうけんめい</sup>一生懸命<sup>の</sup>伸ばそうとしている



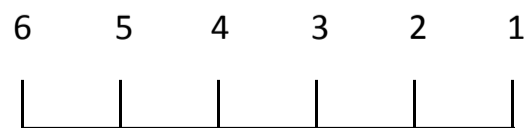
5. やる<sup>き</sup>気に<sup>み</sup>満ちあふれている



6. <sup>じぶん</sup>自分のやりたいことが<sup>なん</sup>何なのか<sup>わ</sup>分からない



7. <sup>じぶん</sup>自分には<sup>もくひょう</sup>目標というものが<sup>ない</sup>ない





出典

1-7 平石(1990)より「自己実現的態度(7項目)」を使用

8-16 「中学生の教師への援助要請スキル尺度(岩瀧・山崎,2008)」をもとにワーディング等を検討し使用

とてもよく  
あてはまる

まったく  
あてはまらない

8. 不安なことがあるとき、相談できる友だちを探すことができる

6 5 4 3 2 1  
| | | | | |  
|\_|\_|\_|\_|\_|

9. 困ったとき、どの友だちが助けてくれるかを定めることができる

6 5 4 3 2 1  
| | | | | |  
|\_|\_|\_|\_|\_|

10. 相談の内容によって、相談できる友だちを探すことができる

6 5 4 3 2 1  
| | | | | |  
|\_|\_|\_|\_|\_|

11. 困っていることを、しぐさなどで友だちに伝えることができる

6 5 4 3 2 1  
| | | | | |  
|\_|\_|\_|\_|\_|

12. 友だちに声をかけてもらいたいとき、表情で伝えることができる

6 5 4 3 2 1  
| | | | | |  
|\_|\_|\_|\_|\_|

13. 友だちに相談をするとき、目を合わせるなどで、問題の深さを伝えることができる

6 5 4 3 2 1  
| | | | | |  
|\_|\_|\_|\_|\_|

14. 相談したいことがあるとき、友だちの様子を見て話しかけることができる

6 5 4 3 2 1  
| | | | | |  
|\_|\_|\_|\_|\_|

15. 友だちに相談をするとき、話を始めるタイミングを決めることができる

6 5 4 3 2 1  
| | | | | |  
|\_|\_|\_|\_|\_|

16. 感情的にならずに、自分の気持ちを友だちに伝えることができる

6 5 4 3 2 1  
| | | | | |  
|\_|\_|\_|\_|\_|

月 日 ( )

## 「限界突破キャンプ」 ふりかえりカード

氏名 ( )

◆今日の1日の活動をふりかえってみましょう。

挑戦	① 自ら進んで、話したり、自分の意見を言ったりすることができたか。	
	② あきらめずに最後までやり抜くことができたか。	
協力	③ 友達の立場になって話を聞いたり、行動したりすることができたか。	
	④ 友達のよいところを見つけたり、感じたりすることができたか。	
感謝	⑤ 友達への思いやりの気持ちをもって行動することができたか。	
	⑥ 友達を大切に思うことができたか。	

※番号を自分で書きましょう。

<5…よくできた 4…まあまあできた 3…どちらとも言えない 2…あまりできなかった 1…できなかった>

<感想>

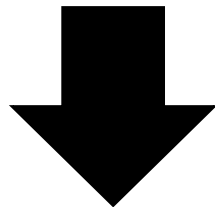
<明日のめあて>

月 日 ( )

## 「限界突破キャンプ」 中間ふりかえりカード

氏名 ( )

①8月4日(土)～7日(火)までをふりかえろう。(感じたこと・学んだことなど)



班で、お互い発表した後

②お友達の発表から気づいたこと、これから最終日まであらためてがんばりたいなど思ったことなどを  
書きましょう。

月 日 ( )

## 「限界突破キャンプ」 最後のふりかえりカード

氏名 ( )

①限界突破キャンプを終えて、最後のふりかえりをテーマごとにしましょう。

【挑戦について】

【協力について】

【感謝について】

②これからの生活にいかしたいことを書きましょう。





平成 31 年 3 月

## 限界突破キャンプ スタッフ

国立赤城青少年交流の家

所長	松村 純子		
次長	穴澤 忠弘		
企画指導専門職	小倉 祐司	田村 文明	
事業推進係	渡邊あゆみ	丸山 峰樹	鈴木 和子
総務係	間瀬咲樹花		
管理係	岡 一成		
法人ボランティア	山本 周吾	寺門 史恵奈	
	織田 雛妃	秋元 翼	

## 協力

前橋市赤城少年自然の家  
榛東村創造の森キャンプ場

独立行政法人国立青少年教育振興機構  
国立赤城青少年交流の家

〒371-0101 群馬県前橋市富士見町赤城山27  
TEL: 027-289-7224 FAX: 027-289-7226  
Email: akagi-kikaku@niye.go.jp  
URL: <https://akagi.niye.go.jp/>