

仲間と共に踏み出す
「自分の一歩」



令和6年度文部科学省委託事業

チャレンジ キャンプ 2024

報告書

統合型長期キャンプ



独立行政法人国立青少年教育振興機構
国立妙高青少年自然の家

令和6年度 国立妙高青少年自然の家 文部科学省委託事業
主催：独立行政法人国立青少年教育振興機構 国立妙高青少年自然の家
後援：新潟県教育委員会 妙高市教育委員会 上越市教育委員会 糸魚川市教育委員会

チャレンジキャンプ 2024

仲間と共に踏み出す「自分の一歩」

7.27 SAT

8.4 SUN



概要

このキャンプは、海や山が近い国立妙高青少年自然の家の立地を生かし、海から山へと約100kmの道のりを自分の力で踏破するキャンプである。「歩く」活動をメインとして移動しながら、9日間で野外炊事、テント泊、カヤック・SUP、登山などの様々な活動に挑戦する。また、統合型キャンプとして、一人ひとりが自己を見つめ、他者と協働しながら課題に立ち向かうことで自己肯定感を育み、これからの生活につながる「自分の一歩」を踏み出す後押しをすることを目指して実施した。統合型キャンプとは、心理的な課題や発達障害などを含む様々な個性や特性をもつ子供たちが、性別や障害の有無に関係なく、自然への挑戦や他者との協働を通して、成長し合うことを目指したインクルーシブキャンプである。

ねらい

このキャンプを通して、一人ひとりが自己を見つめ、他者と協働しながら課題に立ち向かうことで、自己肯定感を育むことをねらいとする。

このキャンプでは、自己肯定感を次の2点として捉える。

- 自己を見つめ、自分の長所と短所、自信のあるところとないところの両方を受容し、体験をもとに、自らの成長を振り返り、自分を好きになること。
- 他者とのかかわりを通じて、他者の感性や考え方に触れ、理解したり、他者から学んだりして、自らを高めていくこと。

実践研究事業

このキャンプは独立行政法人国立青少年教育振興機構の教育事業等方針により、青少年の健やかな成長と自立を推進するため、青少年教育に関するモデル的事業の「実践研究事業」として実施している。チャレンジキャンプ2024は、これまで妙高青少年自然の家が行ってきた長期キャンプのノウハウを生かし、スーパーバイザーである筑波大学教授 坂本昭裕先生のご指導のもと、「自己肯定感を高める」ことをテーマに行った実践研究事業の4年目である。キャンプ中に見られる子供たち及び保護者の言動や記述から分析を行った質的分析（P8～11）と、事前キャンプ、本キャンプ、キャンプ後のアンケートを分析した量的分析（P12～13）をもとに、このキャンプにおける成果と課題について考察を行った。



CONTENTS

■ 目次

P. 2-3	概要 ねらい 行程表
P. 4-5	出合いのステージ 協力のステージ 自立のステージ
P. 6-7	挑戦のステージ 未来につなげるステージ
P. 8-9	チャレンジキャンプ2024 成果1 個人の変容
P.10-11	チャレンジキャンプ2024 成果2 グループの変容
P.12	チャレンジキャンプ2024 成果3 自己肯定感尺度調査
P.13	チャレンジキャンプ2024 成果4 子育て意識の変化尺度調査
P.14	チャレンジキャンプ2024 4年間で得られたこと プログラムデザイン
P.15	チャレンジキャンプ2024 4年間で得られたこと スタッフの支援・評価方法
P.16	チャレンジキャンプ2024 4年間で得られたこと 振り返り手法
P.17	謝辞
P.18-19	チャレンジキャンプ4年間の取組 について

■ 期 日

事前キャンプ
令和6年7月6日(土)～7日(日)
本キャンプ
令和6年7月27日(土)～8月4日(日)

■ 参加者

小学5年生～中学3年生までの14名
(心理的な課題や発達障害などを含む様々な
個性や特性をもつ参加者が数名)

■ グループ編成

1グループ7名の2グループ
(各グループにチーフカウンセラーと
サブカウンセラーのスタッフが1名ずつ同行)

■ 帯同スタッフ

国立妙高青少年自然の家の職員3名
学生スタッフ2名
妙高自然の家ボランティア2名
※スーパーバイザー兼臨床心理士1名(筑波大
学教授)は事前キャンプ、本キャンプ初日と
最終日のみ参加
※その他、物資運搬、緊急車両などのサポートと
して自然の家の職員が複数名参加

ステージ(日にち)		主な活動内容
事前 キャン プ	出合いのステージ	7/6(土) 全体会・テント設営・野外炊事
		7/7(日) 藤巻山登山・全体会
本 キャン プ	協力のステージ	7/27(土) 開会式・ 歩き(船見公園～平山キャンプ場)
		7/28(日) 歩き(平山キャンプ場～自然の家)
		7/29(月) 歩き(自然の家～野尻湖～ 湖楽園キャンプ場)
	自立のステージ	7/30(火) カヤック・SUP体験(選択制) ソロテント泊・ソロ飯
		7/31(水) 歩き(湖楽園キャンプ場～笹ヶ峰)・ バックキング
	挑戦のステージ	8/1(木) 歩き(笹ヶ峰～火打山～高谷池ヒュッテ)
		8/2(金) 歩き(高谷池ヒュッテ～妙高山～燕温泉) 自動車(燕温泉～自然の家)
	未来につなげる ステージ	8/3(土) 片付け・振り返り・ゴールパーティー
8/4(日) 閉会式		

事前キャンプ(本キャンプ3週間前)

出会うのステージ

自己肯定感観点

自己を見つめる : 本キャンプに向けた話や体験活動を通して、見通しをもつ。
 他者とのかわり : 初めて知り合った仲間と様々な活動に取り組む。

主な活動内容

- 7/6(土) ・開会式、全体説明会①
 (自己紹介・キャンプについて・装備)
 ・アイスブレイク
 ・グループワーク
 (キャンプにおけるリスク)
 ※保護者はキャンプ説明会に参加
 ・テント設営、シュラフ準備
 ・ネームタック(名札)作り
 ・野外炊事(カレー作り)
 ・登山の歩き方
 ・テント泊
- 7/7(日) ・テント撤収、シュラフ片付け
 ・藤巻山登山
 ※保護者は自然の家職員と面談
 ・全体説明会②
 (持ち物と服装について)
 ・閉会式

ステージの
重点ポイント

- 子供と保護者の不安や心配を軽減し、本キャンプへの意欲を高める。
- 本キャンプで行う活動を実施し、子供たちに活動の見通しをもたせるとともに、個々の特性やスキルを把握する。
- 子供同士のかかわりを観察し、本キャンプのグループ分けの参考にする。

スタッフの基本姿勢

- 子供たちの緊張が和らぐように、スタッフが積極的にかかわり、笑顔と受容的な態度で接する。
- 活動の基礎知識や技術などを分かりやすく丁寧に伝え、個々の経験や知識を把握しながら、けがのないようにサポートする。
- 活動を通して、様々な参加者とかかわり、人とかかわり方、特性などの理解に努める。



初めての出会いを大切に

歩 き

- ・自然の家の活動プログラムの一つである「藤巻山登山(全長約7.6km)」を実施。
- ・全体を2グループに分け、スタッフを先頭・真ん中・最後尾に配置する。
- ・歩くペース、休憩回数などは、スタッフがリードする。

野外炊事(夕食)

- ・参加者と保護者が分かれて調理をする。
- ・ファイルに綴じたレシピを提示し、それを見ながら作り方を確認したり、役割を決めたりできるようにする。

宿 泊(テント泊)

- ・宿泊は家族ごとでテント設営、テント泊をする。



テント設営に挑戦!



チャレンジキャンプとは!?



課題をみんなで解決!



自然体験に親しんで



本番に向けて講義も大切



いざ藤巻山へ!



1~3日目

協力のステージ

自己肯定感観点

自己を見つめる : 活動の中で、身に付けた知識や技術、失敗を活かして成功体験を重ね、自信をつける。
 他者とのかわり : 様々な活動を通して、グループの仲間とかかわり合い、他者を認めながら活動に取り組む。

主な活動内容

- 7/27(土) ・開会式
 ・歩き(船見公園~平山キャンプ場 約13.5km)
 ・野外炊事(夕食)
 ・全体ミーティング
 ・アンケート ・テント泊
- 7/28(日) ・野外炊事(朝食)
 ・歩き(平山キャンプ場~自然の家 約28.0km)
 ・野外炊事(夕食)
 ・全体ミーティング、グループ及び個人の振り返り
 ・テント泊
- 7/29(月) ・野外炊事(朝食)
 ・歩き(自然の家~野尻湖~湖楽園キャンプ場 約16.6km)
 ・夕食の買出し
 ・野外炊事(夕食)
 ・全体ミーティング、グループ及び個人の振り返り
 ・テント泊

ステージの
重点ポイント

- 一人一人がグループの所属感をもてるようにする。
- 慣れや個性が始めることでトラブルが起ころうと、心理的に脱落しないように支援する。

スタッフの基本姿勢

- 子供たちの様子を見取り、自己決定を大切にしながらも無理をさせすぎないようにする。
- 一日の流れについて見通しをもたせつつ、時間を意識させて行動を促す。
- 子供同士で協力して活動し、やり遂げることができるように、スタッフが介入する割合を減らしていく。ただし、子供たちの体調をよく観察し、確実に水分や補食の補給ができるようにする。



いよいよスタート!

歩 き

- ・スタッフは安全を確保しながら参加者の後方を歩くが、歩くペース、休憩回数などは、スタッフがリードする。
- ・ルートの途中で夕食の食材を購入する活動を設定する。グループメンバーの好みを知ったり、何を購入するか相談したりできるようにする。

野外炊事(夕食)

- ・グループごとに調理する。
- ・ファイルに綴じたレシピを提示し、それを見ながら作り方を確認したり、役割を決めたりできるようにする。
- ・夕食の材料を購入させ、自分たちでメニューを工夫できるようにする。

宿 泊(テント泊)

- ・4人用テント1張を2~3人で設営する。



踏み出した一歩



みんなで決める道



心をひとつに



マンモスたちと



ほっと一息、休憩タイム



火おこし担当



みんなで協力して野外炊事

4～5日目

自立のステージ

自己肯定感観点

自己を見つける : 活動の中で、自分が助けてほしいことを伝えたり、どのようにしたら問題が解決するかを考えたりする。

他者とのかわり : 様々な活動を通して、自分らしさを出しながら、グループの中で合意形成を図る。

主な活動内容

- 7/30(火) ・野外炊事(朝食)
・野尻湖でカヤック
・SUP体験(約3.6km)
・ソロ飯(夕食)
・全体ミーティング、グループ及び個人の振り返り
・ソロテント泊
- 7/31(水) ・野外炊事(朝食)
・歩き(湖楽園キャンプ場～笹ヶ峰 約21.0km)
・全体ミーティング、グループ及び個人の振り返り
・パッキング
・スタッフによるおもてなし夕食
・テント泊

ステージの
重点ポイント

- 子供同士がお互いの理解を深め、お互いを認め合い、高め合えるようにする。
- グループメンバーで合意形成を図り、解決しながら活動に取り組みさせる。
- ソロテント泊、ソロ飯を通して個人の時間を確保するとともに仲間の大切さを知る。

スタッフの基本姿勢

- 一日の流れについて見通しをもたせつつ、時間を意識させて行動を促し、スタッフの指示を減らす。
- 子供同士で協力して活動し、やり遂げることができるように、スタッフが介入する割合を減らしていく。
- 意見の衝突やトラブルが起きた時には、子供たちがグループの課題としてその問題を捉え、グループで主体的な解決ができるようにする。

歩 き

- ・スタッフは、グループの様子や見られる範囲で先頭を子供たちに任せ、できる限り介入しない。

野外炊事(朝・夕食)

- ・グループごとに調理する。
- ・ファイルに綴じたレシピを提示し、それを見ながら作り方を確認したり、役割を決めたりできるようにする。
- ・7/30 ソロ飯(夕食)

宿 泊(テント泊)

- ・7/30 ソロテント泊 ・7/31 4人用テント1張を2～3人で設営する。



SUPに挑戦!



カヤックに挑戦!



ドキドキの野外炊事



包丁の扱いも慣れてきたよ



仲間とテントを立てるぞ!



仲間と協力して



一步一步前に進むぞ!



笹ヶ峰に到着!

6~7日目

挑戦のステージ

自己肯定感観点

自己を見つめる : 困難な状況においても、自分を信じ、あきらめずに乗り越えていく。

他者とのかわり : グループの仲間と声を掛け合い、助けが必要な場面で適切に仲間を支え、互いに協力して活動に取り組む。

主な活動内容

- 8/1(木) ・登山(笹ヶ峰~高谷池ヒュッテ~火打山~高谷池ヒュッテ 約10.4km)
 ・全体ミーティング、グループ及び個人の振り返り
 ・家族からの手紙
 ・ヒュッテ泊
- 8/2(金) ・登山(高谷池ヒュッテ~妙高山~燕温泉 約10.5km)
 ・自動車で自然の家に移動
 ・全体ミーティング、グループ及び個人の振り返り

ステージの重点ポイント

- 自信や自己肯定感を高めることができるようにする。
- 自分を支える仲間や仲間を支える自分に気付かせるようにする。

スタッフの基本姿勢

- 標高の高い山への挑戦となるため、子供たちの健康状態はその都度把握する。
- 子供たちが自分を信じて活動に取り組めるように見守る。
- 歩くことが困難な状況になった場合、様々なことを想定し、その中から自己決定をして活動に臨ませる。

歩 き

- ・スタッフは、グループの様子や見取れる範囲で先頭を子供たちに任せ、できる限り介入しない。
- ・全体の先頭と最後尾にスタッフを配置する。危険箇所については、スタッフがグループの先頭を歩き、十分に安全を確保しながら進む。

野外炊事

- ・なし

宿 泊

- ・8/1 ヒュッテ泊
- ・8/2 自然の家 スバルホール泊



みんなで目指せば怖くない



大丈夫ゆっくりゆっくり



信じあう心



高谷池ヒュッテにて



本日のお宿



立ち向かう



さあ最後!



やりきった!ゴール!



山頂

未来につながるステージ

自己肯定感観点

自己を見つめる : 自分の頑張りを見つめ、自分の成長を振り返る。
 他者とのかわり : グループの仲間への感謝の気持ちをもつ。

主な活動内容

- 8/3(土) ・野外炊事(朝食)
 ・片付け
 ・まとめの時間
 ・ゴールパーティー内容検討
 ・ゴールパーティー
 ・全体ミーティング、グループ及び個人の振り返り
- 8/4(日) ・片付け
 ・アンケート
 ・閉会式

ステージの重点ポイント

- 自分の頑張りを振り返ることができるようにする。
- グループの仲間と一緒に活動してきたことを振り返る。

スタッフの基本姿勢

- キャンプの様子や頑張りを想起できるように、画像を印刷したり、具体的なエピソードを伝えたりする。
- 子供たちの主体的な活動を引き出すため、スタッフはできる限り介入しない。

歩 き

- ・なし

野外炊事(朝・夕食)

- ・グループごとに調理する。
- ・ファイルに綴じたレシピを提示し、それを見ながら作り方を確認したり、役割を決めたりできるようにする。
- ・ゴールパーティーで食べたいものを相談し、自分たちで調理する。(8/3)

宿 泊

- ・8/3 自然の家 スバルホール泊



お好み焼き上手に焼けるかな



薪に火をつけたよ



思い出に浸りながら



みんなで力を合わせて!



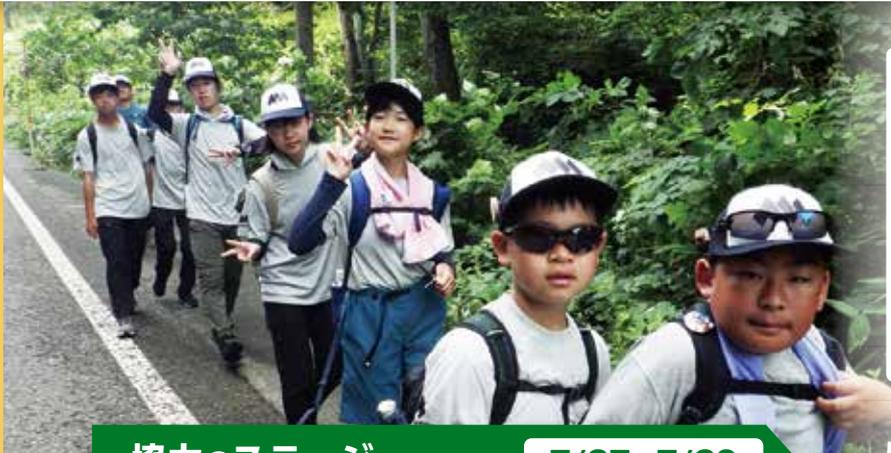
こんなことがあったんだ!



チャレンジキャンプ後の嬉しい姿



写真で振り返りながら



チャレンジキャンプ2024に参加したAさんの変容について、2つの視点から考察する。

- ①本人の視点/
活動後の振り返りの記述、発表資料、アンケート、活動中の発言や行動の様子
- ②スタッフの視点/
スタッフによる参与観察の記録

協力のステージ

7/27~7/29

1日目は約13kmを徒歩で移動した。Aさんは、活動中に積極的に仲間話し掛け、自身も「声を掛けあって進むことができた」と述べるほど順調に進んでいた。しかし、夕食の片付け後に一人で泣いている姿が見られ、話を聞くと「自分は学年や相手を考えずに話しかけてしまった。相手は傷ついていないだろうか」と内心の葛藤を抱いていた。この出来事をきっかけに、Aさんは他者から自分がどう思われているか考えるようになった。

2日目は約28kmを徒歩で移動した。上級生との体力差から、時折間が空くこともあったが、Aさんは最後までしっかりと歩き切り、振り返りシートでは、「声を掛け合って、話し合えてよかった」と振り返った。自然の家への到着時には暗くなってしまったが、一緒に歩いていた中学生のBさんが手をつないでくれ、心強さを感じたことが振り返りシートから感じられた。

3日目は約16kmを徒歩で移動した。最初は仲間と楽しく話しながら歩いていたが、前日までの疲労と暑さからか、仲間に対する言葉がネガティブなものになってしまった。夕食の野外炊事では班でチキンカレーを作ることになり、意欲的に取り組んでいたが、ボウルを洗う際に調味料が入っていたことを知らずに洗ってしまった。周囲からは責められなかったものの、Aさんの表情から、少し責任を感じているように見られた。



考察

Aさんは意欲的に活動し、学年を超えて他者とコミュニケーションをとることができるが、1日目の夕食後に自分の他者へのかかわり方に疑問を持ち始めた。特に上級生との交流の中で、その感情が強くなったようで、班に貢献したいという気持ちと周囲の視線を気にする自分との間で悩むようになった。また、事前キャンプで仲良くしていたCさんと班が分かれたことも影響し、若干の寂しさと不安を感じていた可能性がある。しかし、Bさんからの声かけによって感謝の気持ちが芽生え、上級生との体力や精神面での成長の違いを前向きに捉え始めたと考えられる。

自立のステージ

7/30~7/31

4日目はカヤック・SUP体験であった。Aさんはカヤックを選び、事前キャンプで仲良くなったCさんと一緒に楽しい時間を過ごした。ソコ飯では自分で材料を選び、調理を楽しんだが、夕食後に体調を崩し、腹痛を訴えた。これは大雨により体が冷えたことが原因と思われ、ソロテントで寝るため不安な夜を過ごすこととなった。

5日目は笹ヶ峰までの約21kmを徒歩で移動した。腹痛が続いていたものの、Aさんは歩きたいと希望し、仲間の励ましを受けながら楽しく歩くことができた。振り返りシートでは「仲間になれた度」という項目に、最高の自己評価を付けたが、この頃からキャンプが終わることを悲しむ気持ちが芽生え、時折涙を見せることもあった。

考察

4日目は、事前キャンプで親しくなったCさんと一緒に過ごすことで楽しい時間を持ち、リフレッシュすることができた。腹痛を感じながらも休まず歩き続けたのは、今のチャレンジをあきらめたくないという強い気持ちや、班のメンバーに迷惑をかけたくないという思いがあったと考えられる。また、「終わってほしくない」という言葉からは、仲間と一緒にいたいという気持ちが強く伝わってきた。



挑戦のステージ

8/1~8/2

6日目は火打山登山。中学生が小学生をサポートするためにグループの配置を工夫してスタートした。Aさんは仲間の励ましを受け、笑顔で登り始めたものの、暑さや疲労の影響で辛そうであった。しかし、最後まであきらめずに登り切った際の表情は晴れやかであった。数日前には「キャンプが終わってほしくない」と思っていたものの、「終わりは悲しいことじゃない」と振り返りシートに記し、自分を奮い立たせていた。

7日目は妙高山登山。6日目と同様にメンバー同士で声を掛け合いながら登頂に成功した。頂上に立ったときの達成感を感じたAさんは、全員で肩を組んでゴールに達した瞬間には感動の涙を流した。また、これまで支えてくれたBさんに対する感謝の気持ちを伝えていた。

考察

1日目は、自分が他者からどう見られているか、上級生とどう接すればいいか悩んでいたが、様々な活動を通じて、自分が辛い時に励まされる経験をすることで、仲間の存在の大切さに気付いてきた。また、あきらめずに最後までやり遂げたことで自信を得たようである。



未来につなげるステージ

8/3~8/4

8日目には、9日間のキャンプについて保護者に伝える資料の作成とゴールパーティーが行われた。資料作成では、多くの写真を用いてこれまでの行程を振り返りながら、自分の想いを表現したが、時間が足りず次の日の朝も作業を続ける姿が見られた。ゴールパーティーでは、A班とB班全員が集まり、夕食のメニューやレクリエーションの内容を考え、買い物班と遊び班に分かれて活動した。Aさんは遊び班として缶蹴りなどを楽しんだ。また、夕食作りでは他の班と協力してポテトサラダを作った。終わることへの寂しさはあったものの、今日を心から楽しむことができた振り返りシートに記した。また、振り返りシートにはキャンプメンバー全員のイラストが描かれていた。

考察

キャンプの初めは周囲の目を気にしていたが、それが自身の行動を見直すきっかけとなった。途中から、「このキャンプが終わってほしくない」と感じるようになり、それは仲間との絆を深めたいという思いから来ているようだ。仲間の存在が非常にありがたく、辛い時や怖い時には「自分には仲間がいる」と思うことで、今後も頑張り続けたいという気持ちに変わっていった。



協力のステージ

1日目

直江津船見公園での開会式では、参加者たちは事前キャンプ以来3週間ぶりの再会となり、表情には緊張や期待、不安が入り混じっていた。13.5kmの徒歩移動が始まったが、積極的なコミュニケーションは少なく、個々での行動が目立っていた。道中でルートを外れることが何度かあったが、特定のメンバーに頼る場面が多く、他のメンバーは意見を出せない様子だった。最終目的地の平山キャンプ場には予定より遅れて到着したものの、野外炊事では料理に腕をふるうメンバーもいて、徐々に個性が見え始めた。一方で、まだ遠慮がちで緊張が解けていないメンバーも多く見られた。この段階では、グループの関係性はできてきておらず、グループの中での役割や立ち位置を探しているように思われた。



協力のステージ

3日目

3日目は、スーパーで食料品を購入し、自分たちのオリジナルカレーを作ることが目的だった。道中では、具材選びについて話し合いが活発に行われていた。また、しりとりやクイズを通じてメンバー同士が交流を深めていた。湖楽園キャンプ場に到着後、全員でカレーを作り、焚火を囲んでマッシュマロを食べながら和気あいあいとした楽しい時間を過ごした。振り返りでは「昨日よりも仲が深まった」「みんなと話せて楽しかった」といった声が上がリ、グループ全体の一体感が見られるようになった。



自立のステージ

7/30

協力のステージ

7/27

協力のステージ

2日目

2日目は、28kmの徒歩移動というキャンプ中でも特に過酷なプログラムが予定されていた。前日の経験を踏まえ、メンバーたちは少しずつ協力し合う姿勢を見せ、地図を共有しながら全員で確認し合い、進む意識が生まれ始めていた。気温も高く、長い道中で体調を崩すメンバーやペースダウンする場面もあったが、全員が最後まで諦めずに歩き続け、なんとか自然の家に到着することができた。到着は20時を過ぎていたが、「チームになれたと感じることがたくさんあった」と、振り返りシートには前向きなコメントが多く書かれていた。苦労して歩いてきたことによってグループの結束が強まってきたことが感じられた。

自立のステージ

4日目

4日目は、野尻湖でのSUPとカヤックの活動が行われた。この日は参加者がそれぞれ選んだアクティビティを通じて、3日間の疲れを癒しつつ、それぞれが自分らしさを発揮しながら楽しんでいる姿が見られた。その後、各自がソロ活動に取り組む時間が設けられた。ソロ飯では、自分でメニューを決め、食材を選び自力で調理を行った。この日は突然の豪雨にも見舞われ、自然の厳しさを体感する一日となったが、個々が自立して対応する力を養う良い機会ともなった。この日の夜は、ソロテント泊で寝るという挑戦があり、参加者たちはそれぞれの思いを胸に就寝した。



自立のステージ

5日目

5日目は、再び徒歩で長距離を移動する日だった。翌日の登山に備えて遅れることなく目的地に到着したいという思いを共有していたが、途中で休憩を巡る意見の対立が生じた。休憩を多く取りたいメンバーと、時間通りに進みたいメンバーとの間で衝突があった。しかし、最終的には全

員で話し合い、仲間の思いに寄り添いながら進むことができた。衝突はあったものの、笹ヶ峰に近づくくと自然の風景に心躍らせ、メンバー同士が和気あいあいと楽しみ合う姿が見られた。21kmと長い道のりではあったが、振り返りでは「楽しくてあっという間だった」「距離が短く感じた」という声があり、仲間の存在の大きさを感ずる1日だったように思われた。



未来につなげるステージ

8/4

8/3

8/2

8/1

7/31

挑戦のステージ

挑戦のステージ

6日目・7日目

6日目は、火打山登山の日だった。快晴の中、全員が期待に胸を膨らませてスタートしたが、上りの途中でペースが落ちるメンバーも出てきた。仲間たちはお互いに励まし合いながら進み、これまでの経験が挑戦の力として表れていた。しかし、長い上り坂で疲労が蓄積し、精神的に余裕がなくなると、メンバー同士で衝突する場面も見られた。頂上に到達すると、広がる絶景に全員が感動し、疲れも忘れて達成感を味わった。下山時には笑顔が戻り、楽しく下山することができたが、山小屋での振り返りでは意見の対立が再燃し、言い争いが起きる場面もあった。ぎりぎりの挑戦の末に、心も体も疲れているようだった。それでも、翌日の妙高山登山に向けて協力し合い、全員でゴールするという挑戦への意識が高まった。

7日目には妙高山登山にチャレンジした。前日の反省を踏まえて全員が協力し合いながらゴールを目指した。途中でペースが落ちたメンバーもいたが、周りのメンバーが励まし合い、全員が無事にゴールに到達することができた。振り返りでは、「みんながいたから乗り越えられた」や「100km歩き切れて嬉しい」など達成感と共に、仲間への感謝の気持ちが湧き上がっている様子が見られた。

未来につなげるステージ 8日目・9日目

8日目は、これまでの活動を一人一人が振り返り、画用紙に思い出や学びをコラージュとして作った。キャンプ中の写真を眺めながら、これまでの道のりを思い返し、自分の成長や仲間との体験を楽しそうにまとめている姿が印象的であった。ゴールパーティーでは、計画から準備まで全員で話し合いながら決め、活動を心から楽しむ様子が見られた。夜の焚火を囲んで行われた振り返りでは、参加者それぞれが思い思いの気持ちを率直に表現していた。

未来につなげるステージではグループが解体され、2つの班が混ざり合って過ごす時間となった。そのような時間を楽しむ一方で、グループで過ごす時間を恋しがるメンバーもいた。

100kmの道のりを共に乗り越えた仲間をかけがえのない存在として、自分の中に内在化していくように思われた。



自己肯定感尺度調査 [チャレンジキャンプ2021・2022・2023・2024]

1 調査の概要

平石 (1990) が作成した、自己肯定意識尺度を加藤 (2013) によって小学生にも適用できるよう改訂された尺度である。「対自己領域」と「対他者領域」からなり、質問項目に対して「あてはまる (5点)」～「あてはまらない (1点)」の5件法で回答を求めた。調査は、事前キャンプ (Pre)、本キャンプ終了時 (Post1)、事業終了1ヵ月後 (Post2) の合計3回行った。

自己肯定感尺度質問項目(28項目)

表1

対自己領域	意欲	自分の夢をかなえようと意欲に燃えている
	意欲	情熱をもって何かにとりこんでいる
	意欲	自分の良い面をいっしょうけんめい伸ばそうとしている
	意欲	やる気が持てない
	自己受容	自分なりの個性を大切にしている
	自己受容	自分の個性をすなおに受け入れている
	自己受容	自分を見失うことなく自分の道を進んでいる
	自己受容	わだかまりがなく、スカッとしている
	自信	やれば何かできるというそんな自信がある
	自信	自分のよいところも悪いところもそのままに認めることができる
	自信	自分にはよい面が全然ない
	自信	自分には他人に負けたいと思える部分がある
	充実感	すごく楽しいと感じる
	充実感	気持ちの面では楽な気分である
充実感	満足していない	
充実感	好きなことにうちこめている	

表2

対他者領域	自己表明・対人的積極性	人前でもありのままの自分をだせる
	自己表明・対人的積極性	友だちをすぐにつくれる
	自己表明・対人的積極性	自分から友だちに話しかけていく
	自己表明・対人的積極性	疑問だと感じたらそれをどうこうと言える
	自己閉鎖性・人間不信	自分はひとりぼっちだと感じる
	自己閉鎖性・人間不信	人とのつきあいをめんどくさいと感じる
	自己閉鎖性・人間不信	他人に対して優しくできない
	自己閉鎖性・人間不信	友だちと一緒にいてもどこかさびしく悲しい
	被評価意識・対人緊張	人に対して、自分のイメージを悪くしないかとおそれている
	被評価意識・対人緊張	人から何か言われないう、変な目で見られないかと気にしている
被評価意識・対人緊張	自分は他人より負けているか勝っているかを気にしている	
被評価意識・対人緊張	人に気をつかすぎてつかれる	

※色付きの項目は、反転項目

2 2024の分析結果

2024年度の参加者14名を対象に、領域ごとに得点を算出し、調査実施時期における得点の変化について一要因分散分析を行った。その結果、対自己領域においては、調査実施時期に有意な差が見られた ($F(2.26) = 3.41, p < .05$)。多重比較によるとPreとPostにおいて有意に高い結果となった ($MSe = 82.45, p < .05$)。対他者領域においては、調査実施時期に有意な傾向が見られた ($F(2.26) = 2.85, p < 0.1$)。火打山・妙高山登山のビッグチャレンジに加え炊事や身の回りの整頓などを自分の力で行うなどの小さな成功体験も参加者の自信に繋がったのではないだろうか。また、事業1ヵ月後の保護者アンケートでは食材の選択から片付けまですべてを1人で行ったソロ飯の料理を家庭で披露してくれたことや学校での活動に自信をもって取り組む様子等も書かれており、事業終了後もチャレンジキャンプでの経験が参加者の心に残っている様子を見ることができた。またPreに実施した調査の対他者領域の得点は2024年は4年間の中で最も低い得点であったが、Post1は例年と同様の得点増加であった。8泊9日間、仲間と衣食住を共に過ごす中で他者を理解することやグループの中にいる自分を肯定することができたのではないだろうか。どのような参加者であっても成果を見出すことのできるプログラムであると4年間の調査を通して証明できると考える。

3 4年間を通した分析

4年間の合計参加者52名を対象に、領域ごとに得点を算出し、キャンプ時期における得点の変化について一要因分散分析を行った。その結果、対自己領域 (表1) においては、調査実施時期に有意な差が見られた ($F(2.102) = 9.30, p < .01$)。多重比較によるとPreとPost1及びPreとPost2の得点が平均よりも有意に高い結果となった ($MSe = 45.66, p < .05$)。対他者領域 (表2) においては、調査実施時期の有意な差が見られた ($F(2.102) = 7.49, p < .01$)。Holm法を用いた多重比較によるとPost1の平均とPost2の平均がPreの平均よりも有意に高い結果となった ($MSe = 27.70, p < .05$)。また、4年間の調査の中で、今年度は対自己領域、対他者領域共にPreからPost2にかけてはじめて有意な差が見られた。チャレンジキャンプの経験が参加者の大きな糧になり、参加者の自己肯定感を育むことに繋がったと考える。また、チャレンジキャンプを運営する中で前年度の反省を次年度に生かし、参加者の気持ちを最優先に考え、新しいチャレンジキャンプを作りあげたことが参加者の自己肯定感を育む要因の一つになったのではないかと考える。

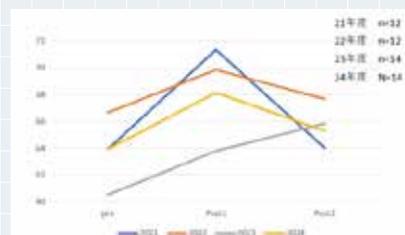


図1 21-22-23-24年度参加者の対自己領域得点の比較

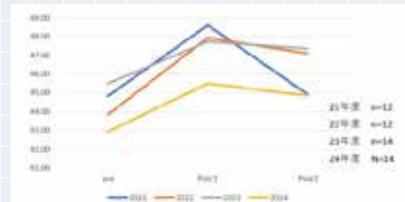


図2 21-22-23-24年度参加者の対他者領域得点の比較

子育て意識の変化尺度調査

1 調査の概要

子育て意識の変化尺度（前川2019）は、キャンプ中やキャンプ終了後における、保護者の「子ども理解の変化」「子育て不安の変化」「共育意識の変化」を捉える尺度である。質問項目に対して、「まったくあてはまらない（1点）」～「とてもそう思う（5点）」の5件法で回答を求めた。調査は、事業終了1ヵ月後にチャレンジキャンプ参加者の保護者に対して行った。また、14項目の得点の個人内平均をもって「子育て意識の変化」の尺度の得点とし、各下位尺度の得点の平均をもって下位尺度の得点とした。

2 調査の結果

表1 子育て意識の変化得点（n=14）

下位尺度（得点）	項目内容（得点）
子ども理解の変化 (4.27)	子どもの成長について見守ることができるようになった。(4.14)
	キャンプ後の子どもの変化に気付けた。(4.43)
	親の知らなかった子どもの新たな一面を知ることができた。(4.50)
	子どものことを考える機会になった。(4.36)
	子どもの見方が改善された。(3.93)
子育て不安の変化 (3.80)	子どもから離れる不安が軽減した。(3.86)
	子育てへの不安が軽減した。(3.71)
	子育てに対して気持ちが楽になった。(3.71)
	子育てを頑張ろうという意欲が増強した。(3.93)
共育意識の変化 (3.76)	子どもを預けることに対する抵抗感が軽減した。(3.79)
	1人で子育てをする意識が軽減した。(3.71)
	安心して外出することができるようになった。(3.86)
	子育てに対して感じていた不安を他人と共有することができるようになった。(3.64)
	一緒に子育てをやっていける人たちがいることを実感できるようになった。(3.79)

キャンプ1ヵ月後の子育て意識の変化の項目において、全ての項目において平均得点は3.6以上と、「どちらでもない（3点）」より「変化した」という認識を持っているという値を示した。以下の4項目は平均得点が4以上で特に高い値を示した。うちすべての項目は、「子ども理解の変化」の下位尺度であり、子供がキャンプに参加したことにより、子供に対する見方や考え方に変化があったことが顕著に表れる結果となった。（表1）

- 子ども理解：子どもの成長について見守ることができるようになった。(4.14)
- 子ども理解：キャンプ後の子どもの変化に気付けた。(4.43)
- 子ども理解：親の知らなかった子どもの新たな一面を知ることができた。(4.50)
- 子ども理解：子どものことを考える機会になった。(4.36)

3 考察

保護者からの自由記述の中には、次のようなものがあった。

「子供の生活や学力、将来など心配することが多く、つい先回りしがちだったがもっと本人を信頼してもよいと思えるようになりました。良い意味で、好きな事を好きな様に精一杯、一生懸命やればよいと思えるようになった。」

「今まで発達障害があるので人に迷惑をかけないようにとすごく力が入った子育てをしていて正直つらかった。キャンプから帰ってきた息子は自信がついていた。少し私の子育てへの考え方も楽になりました。」

以上のことから、一時的ではあれ、キャンプ参加者である子供と離れることにより、その保護者にとっての子育て意識による変化があったと考える。

国立妙高青少年自然の家 高橋

プログラムデザインについて

チャレンジキャンプでは不登校や発達障害など様々な個性や特性をもつ子供たちを積極的に受け入れ、「自己肯定感の育成」をねらいとしながら、効果的なプログラムを編成してきました。

プログラム編成においては、参加者が主体的に考え、協力しながら解決策を見出せるような体験を仕組む。全行程を5つのステージに分け、その中で体験が次の学びに活かされるようにプログラムを構成し、参加者が自分の成長を実感できるようにすることをポイントとしてきました。

具体的には、徒歩での移動や野外炊事など、同じ活動を繰り返すことで、その経験が蓄積され、参加者が主体的に取り組むことにつながると考え、特に野外炊事では、メニューや調理方法、食材の選択、買い出しなど、同じ野外炊事でも、ステージの変化とともに段階的に活動の難易度や主体性が高まるよう設定をしています。

また、大変さの中にも SUP やカヤックなど心がほっとする時間を取り入れ、予定したスケジュールにとらわれすぎず、参加者の状態や天候の変化等に柔軟に対応するようにしました。

1 妙高の土地を活かしたフィールドの活用

このキャンプでは、直江津船見公園～妙高自然の家～野尻湖～火打山・妙高山登山という長距離を徒歩で移動する活動がメインである。大自然の中をチームに分かれ徒歩で移動するので、疲れや自然による過酷な環境、そしてなによりも仲間との信頼関係やコミュニケーションなどたくさんの課題を乗り越える必要があります。はじめはごちなく会話の数や内容も乏しかった参加者も、カウンセラーからのアドバイスや支援により時間をかける中で仲間とのつながりや充実感が得られるようになりました。

2 ステージ制の活用

ステージ制の導入は、キャンプテーマの達成に向けて段階的に活動を組み、次のステージへとつながるシステムであり、段階に応じたステージを準備しました。

「出会い」「協力」「自立」「挑戦」「未来につなげる」この5つのステージ毎にねらいを定め、活動場所や内容を変えていくことで、意欲の持続と多様な活動を体験できるようになると考えています。さらに、プログラムが進むにつれ、子供の主体性や自主性が表れる場面を多く設定しながら自己肯定感を上げるようにしています。

3 4年間を通した分析

各ステージは2～3日間、同じような活動が繰り返されます。この同じことを繰り返すことで子供たちは様々なことを体験的に学び、知識、技能として身に付けていくことができます。

はじめは思うようにいかななくても、仲間と相談しながら知識を共有したりすることで徐々に個人でもうまく行ったり、成功体験した方法を仲間と共有することを積み重ねることで、個人はもとよりグループの成長を促すことができます。



スタッフ支援について

参加している子供たちにとって、スタッフとの関わりは大変重要です。スタッフは、筑波大学教授坂本昭裕氏からオンラインでのキャンプセラピーについて学び、以下の4点に留意しながらチャレンジキャンプの支援の在り方について理解を深めました。

1. 安全第一を原則として、安全に関する介入は最優先されること。
2. 少人数のグループに信頼できるキャンプカウンセラーが常にそばにいる環境で、安心感が得られるプログラムを展開すること。
3. プログラムの中では、安全の範囲内において、個人、グループの自己決定、自己責任を重視すること。
4. 毎日のキャンプ活動後に行われる個人の主張や価値観を最大限尊重すること。

特にチャレンジキャンプで大切にしてきたことは、子供たちが野外活動をしている間は、即座に停止させるような危険な行動を除いて、行動の規則や厳しい指導などの介入をするのではなくできるかぎり個人、グループに主体性をもたせて解決できるようにすることです。

子供同士の問題行動であっても、すぐには制止し収めることはせずに、子供の反応や表現を許容しながら対応することに重きを置き、子供の考えや発言を大切にしてきました。

その効果は、子供たちの自己肯定感の向上につながると考えています。



チャレンジキャンプ2024 4年間で得られたこと③



評価方法

子供たちの変容を見とるために、チャレンジキャンプの4年間では、以下のような方法で評価を行いました。キャンプによって子供たちの成長を確かめるために重要な役割を果たしています。

自己肯定感尺度 (2021-2024)

概要: 平石 (1990) の「自己肯定意識尺度」をもとに、加藤 (2013) が児童用に改訂したものを使用しました。「自分が自分をどうみているか」という感情を調査する7因子28項目からなる尺度です。

調査期間: キャンプ前、キャンプ最終日、キャンプ1ヵ月後の3回実施しました。

個人志向性・社会志向性尺度調査(2021-2023)

概要: 発達上の2側面である自分独自の基準を尊重し個性をいかした生き方への志向性である「個人志向性」と、他者あるいは社会の規範に則した生き方への志向性である「社会志向性」を捉える尺度です。

成果: 2021-2023の3年間にわたって行われたこの調査では、社会志向性よりも個人志向性への影響が大きいことが明らかになった。チャレンジキャンプの場では、挑戦的な活動を通じて、自分の在り方や個性に対する自信を深める機会になっていると考えられます。

振り返り方法について

チャレンジキャンプでは、子供たちの成長を支える支援方法として、以下のような振り返り活動を行ってきました。グループや個人がよりよく成長し自己肯定感を高めるためには、振り返り活動の充実が不可欠であると考えています。

1 グループでの活動の振り返り

1日毎にグループのメンバーとカウンセラーで振り返りを行います。この振り返りは、参加者が1日の活動の中で、感じたことや気付きや学び（よかったこと、大変だったことなど）を話します。どの子供の発言に対しても肯定的な態度で受入れ、頷いたり、話す子供の目を見ながら聞いたりすることで本音をしゃべることができ、受け入れてもらっている雰囲気を作り出すことを大切にしています。子供によっては、なかなか話ができず話し出すまでに時間がかかり、短時間で話が終わってしまうこともあります。キャンプ終盤になると自分の思いはもちろん、自分やグループに対する悩みや自信などを言葉で表現できるようになっていきました。



2 振り返りシートの記入

振り返りシートは4年間かけて、毎年書式を変更してきました。子供たちの気持ちを素直に表現できることや文章にとらわれず絵やグラフで気持ちを表現できるシートを模索してきました。

振り返りシートには子供の思いに対して、カウンセラーから肯定的な返事を返すことでカウンセラーとのよりよい人間関係や自己肯定感が上がることが期待できます。

3 カウンセラーとの振り返り

振り返りシートを基にカウンセラーとの1対1の振り返りもキャンプ中、毎日実施してきました。子供たちは、グループでは言いにくいことや悩みをカウンセラーとの信頼関係の中でゆったりと話すことでカウンセラーに受け入れてもらえ、居心地の良い時間となっています。





謝 辞

子供が 100km 先のゴールを目指して歩き続けることは困難を極めます。まして夏の日差しが照り付ける炎天下で、ラスト2日間が火打山と妙高山の 2,400 m 超級2座の縦走登山となっている本事業は、文字通り「チャレンジキャンプ」であったと言えます。それでも、今年参加した 14 名の小・中学生は、全員が最後まで歩き切りました。誰もが自分の限界に挑戦し、やり遂げることができたのです。

国立妙高青少年自然の家では、2021 年からの4年間、一人ひとりが自己を見つめ、他者と協働しながら課題に立ち向かうことで自己肯定感を育むことをねらいとして、本事業を実施してきました。誰一人取り残さず、全ての青少年に感動体験を届けたという思いから、様々な個性や特性をもつ子供たちが成長し合える機会とした「統合型キャンプ」にも位置付けてきました。

4年目の集大成として実施したチャレンジキャンプ 2024 の初日、筑波大学教授の坂本昭裕様から子供たちへ「早く行きたければ一人で進め、遠くまで行きたければみんなで進め」（アフリカの言い伝え）という言葉が贈られました。「自分だけでは成し得なくても、仲間とならできるよ、応援しているよ」というエールでした。キャンプでは、この言葉通り子供同士が支え合い、スタッフが見守りながら、みんなで一緒に歩き続けました。時には励まし合い、時には背を向け合い、最後は前を向いて進み続けたからこそ、100km 先のゴールという「遠く」まで行くことができたのだと思います。この背景には、送り出してくださった保護者の

思いや願いがありました。過去のキャンプによって明らかになった成果や課題、先輩スタッフが築き上げてきた地域や人、関係機関等とのつながりもありました。キャンプ中、応援に駆けつけてくれた OB もいました。子供たちは、多くの人に支えられ、安全な環境の中で安心して過酷なチャレンジに臨むことができました。だからこそ、誰もが自分の限界に挑戦し、やり遂げることができたのだと思います。

最後に、このキャンプを企画し、運営、評価するにあたり、国立妙高青少年自然の家運営協議会の委員長で妙高里山保全クラブ顧問の濁川明男様を始めとする委員の皆様、委員と兼ねてチャレンジキャンプ 2024 運営委員を務めていただいた信州大学理事・副学長の平野吉直様、筑波大学教授の坂本昭裕様、国際自然環境アウトドア専門学校副校長の植木潤様、一般社団法人新潟県子ども会育成連合会顧問の武士俣昭司様、元環境省妙高高原地区パークボランティアの会副会長の澤田賢一様から、多大なるご指導をいただきました。中でも坂本教授からは、スーパーバイザーとしてキャンプに一部帯同していただき、具体的なアドバイスをいただきました。また、本事業の実施にあたり、関係機関・団体・企業の皆様から多くのご支援やご協力をいただきました。深く感謝申し上げます。

国立妙高青少年自然の家 所長 水澤 哲

チャレンジキャンプ4年間の取組について

2021年から4年間取り組んだ「チャレンジキャンプ」。
その4年を振り返る座談会を筑波大学教授 坂本昭裕氏をはじめ、
歴代のチャレンジキャンプ主担当とともに振り返りました。



参加者

坂本 昭裕 (筑波大学体育会系教授)

水澤 哲 (国立妙高青少年自然の家所長)

村松 研一 (2021年主担当/現上越市立大湊小学校教諭)

反町 悟 (2022、2023年主担当/現長岡市立宮本小学校教頭)

高橋 希 (2024年主担当/国立妙高青少年自然の家 企画指導専門職)

4年間のプログラム編成の変遷

【進行】 今回の座談会では、4年間のチャレンジキャンプのプログラム構成や、子供たちの様子などを振り返っていきたいと思います。はじめに、各年のプログラム構成についてお話いただければと思います。

【村松】 2021年（以下、21年）から新たな長期キャンプを企画するための準備を進めていたのですが、新型コロナウイルス感染症（以下、コロナ）の影響で中止となりました。さらに、長期キャンプを経験したスタッフがなくなり、経験のないスタッフだけで計画を進めることになりました。計画の初期段階では、妙高を中心に山、海、夕日などの良好な立地を活かしつつ、何泊できるかを考慮して日程を調整しました。その中で、登山やメガサップ、シャワークライミングなどの体験を取り入れることを目指し、ソーシャルディスタンスを確保するためにマウンテンバイクも利用する計画を立てました。



【坂本】 コロナのことがあったから致し方なかったんだけど、その中であって日数が限られた中でよく長期キャンプを続けてくださったなと思いましたね。

【反町】 当時、県をまたいでの活動が、世間的にはばかられるみたいなどころがあり、自然の家を拠点に日本海まで行く、山に登る、そういった活動を取り入れてやっていました。

【水澤】 コロナを機に長期キャンプをやめていいのでは、という話にはならなかったんですか。

【村松】 私たちだけの問題ではなく、坂本先生や筑波大学のスタッフの支援を受けてキャンプを行っていて、一度でも中止して

しまうと、次回に繋がるのが難しくなります。もう一度、願うするのも難しい。それじゃまずいと思ったので、まずはやれることをやろうと思いました。

【反町】 22年は、21年を振り返って、「もう少し参加者である子供たちにコミュニケーションを取らせたいよね」「チャレンジキャンプの「売り」になるものを作りたいよね」と考えました。そこで、「合計100kmを徒歩で移動する」という「売り」を作ろうとなりました。日本海の海岸をスタートし、100kmを移動しつつ最後は火打山、妙高山登山をするという流れをつくり、その中にどんな活動を盛り込むかと考え、プログラムを構成しました。

【水澤】 「100km」って子供たちも保護者にとっても印象的なキーワードですよね。今年の感想を見ると、本当に100km歩けるのだろうか、でも、「本当にできた!」という事実から、親子で自信をもって「あの100kmを歩き切った!」って感じで話したり書いたりしているのを見ると非常に力のある「売り」だなと感じました。



【反町】 23年は22年のものを大きく変化させるというよりも、少しずつマイナーチェンジを加えていくようなチャレンジキャンプにしたいなと思っていました。例えば、ルートを少し変えてあまり日差しの強くないところを選ぶとか、キャンプ場を変えようとか、また子供たちの接し方を変えようとかですかね。

【水澤】 子供たちへの接し方を変えようと思ったのはどんなことからですか。

【反町】 21年と22年で私の意識が大きく変わって、21年は子供たちを行程通りに目的地まで連れて行けないう意識が強く働き、全行程をチーフカウンセラーが先導しました。



そうではなくてもっと子供たちを信じて、子供たちが自らルートを選択して目的地まで歩く方が、自己肯定感や主体性を育むというチャレン

ジキャンプのねらいに合っているのではないかと考えました。同様の思いから、チーフカウンセラーの関わり具合を減らし、「子供たちに任せる」部分を多くしました。準備はしても、あまりお膳立てをしないようにしました。

【村松】 妙高山を下山した後のパーティーも、ここまで自分たちでやってきたから、最後まで任せてもいいかな、というか、落ち着いてゆっくり振り返ることだってあっていいのではないかなと考えました。「自分たちで」という雰囲気はかなり出てきたので、自分たちでメニューを考えたり、買い出しに行ったりなど、そういったところが増えてきたかなと思っています。

【高橋】 24年は大きく4つの点を変更しました。①まず、体力的に負荷のかからない4日目にソロの時間を設けました。一人でテントを立てたり、料理を作ったりすることで、自立心を育むと同時に仲間の大切さを再認識することを目的としました。②次に、ステージ制の見直しを行い、事前キャンプを「出会いのステージ」と位置付けました。事前キャンプは準備の段階だけでなく、参加者同士の出会いの場としての意義を持たせました。さらに、③自然の家のボランティアの活用も行い、充実したプログラムを目指しました。今年は2人のボランティアが参加し、そのうちの1人は小学校時代に長期キャンプに参加していた経験者です。④最後に、カウンセラーとしての能力向上にも力を入れ、坂本先生とのオンライン勉強会を通じて、子供たちとの関わり方について深く学ぶ機会を持ちました。これらの取組が今年の大きな変化として挙げられます。



【坂本】 ステージ制は妙高自然の家がプログラム構成を重要視した結果で出てきたものですが、子供たちにステージのねらいや意義をしっかりと伝えて動機付けすることが非常にプログラムの運営に役に立っているなと感じています。

今後の長期キャンプに期待すること

【進行】 今後の妙高の長期キャンプについて期待することやアドバイスをお願いします。

【村松】 今まで妙高が大事にしてきたものが盛り込まれるといいと思います。それはプログラムというよりは、カウンセラーとの関わりを一つ一つ見ていくといいのかなと思います。夏の暑い中、街中を歩いてきたので、そろそろ森を歩いてもいいんじゃないかなと思っています。信越トレイルも延伸していることですし、新た

なルート開拓っていうのも手なのかなと思っています。

【反町】 視点が変わるかもしれませんが、担当の職員が入れ替わることで、これまでの取組がゼロベースになってしまうのはもったいないと感じています。妙高での長期キャンプにおけるステージ制やスパイラルといった良さを活かしつつ、過去の報告書を確認しながら計画していく必要があると思います。今後は新しいキャンプのアイデアを考える良いタイミングであると村松さんと同じ意見を持っていますが、これまでの4年間で私たちが築いてきたチャレンジキャンプは概ね成功したと感じており、その3年間に関わることができたことに感謝しています。



【高橋】 街中を歩く際の安全面への配慮が必要であると考えています。最近の気象状況等を踏まえて、活動や経路を設定していくことが大切だと思います。村松さんの「森を歩く」というのは盛り込んでもよいかもしれません。また、何をさせたいのか、どのような活動が有益かというノウハウや知識は徐々に蓄積されてきました。その中で、子供とカウンセラーの関わりはこれからも大切にしていきたいです。子供たちが充実したキャンプを送れるように温かく関わっていければと思います。

【坂本】 今までの話から、主担当の違いによってキャンプの雰囲気や子供たちへの影響が大きいと感じました。特に閉会式では、明るく終わる場合や涙が流れる場合があり、主担当の思いがキャンプの印象を大きく左右することが分かります。そのため、プログラムの内容が少し変わっただけでも、主担当が異なることでキャンプの体験が大きく変わるのだと思いました。



次に、自然科学の発展によって失われたものを取り戻す体験が必要だと感じました。チャレンジキャンプのような活動を通じて、子供たちがプリミティブな体験をすることで、成長につながると思います。特に、100kmの歩行などのチャレンジを通じて子供たちの可能性を広げるプログラムが、自然の中で実施されることが意義深いと思います。

さらに、「統合型キャンプ」という点も非常に重要です。発達障害の子供たちが学校では弾かれてしまうことが多い中、このキャンプではスタッフや他の子供たちが母性的に接し、個性的な子供たちと共に活動できる環境が整っています。このような経験を通じて、新たな人間関係を築くことができる意義があり、今後もこうした取り組みを続けてほしいと願っています。自然には父性的な側面がある一方で、キャンプではスタッフや仲間、子供たちの母性的な側面が重要であり、これが子供たちを変える力を持っていると感じました。このような環境での活動が、子供たちにとって非常に大切であることを再確認しました。

【進行】 4年間のチャレンジキャンプは今年で一旦一区切りになります。今日の会を受けて、来年に向けてキャンプを計画していければと思っています。本日はありがとうございました。

チャレンジ キャンプ 2024

報告書



お世話になった皆様

チャレンジキャンプ2024のために、たくさんの関係機関や団体・企業の皆様よりご協力やご協賛をいただきました。皆様からの温かいご支援のおかげで事業が充実し、無事に終了することができました。本当にありがとうございました。

チャレンジキャンプ2024運営委員会 兼 国立妙高青少年自然の家運営協議会委員

平野 吉直(信州大学理事・副学長)

坂本 昭裕(筑波大学体育系教授 臨床心理士)

植木 潤(国際自然環境アウトドア専門学校副校長)

澤田 賢一(元環境省妙高高原地区パークボランティアの会 副会長)

武士俣 昭司(一般社団法人新潟県子ども会育成連合会 顧問)

後援

新潟県教育委員会／妙高市教育委員会／上越市教育委員会／糸魚川市教育委員会

協力企業(五十音順)

有限会社 アークプランニング／株式会社 伊藤園／志賀スポーツ／株式会社 スノーピーク／
dancing snow／燕温泉宿 花文／株式会社 橋詰商会／平山キャンプ場／株式会社 モンベル／
有限会社 山田損保事務所／LAMP



スタッフ体制

- スーパーバイザー
坂本 昭裕(筑波大学体育系 教授)
- キャンプディレクター
高橋 希
- チーフカウンセラー
藤川 萌(筑波大学大学院生)
山田 一樹
- サブカウンセラー
松本 真也
橋場 涼太(筑波大学生)

令和6年度

国立妙高青少年自然の家職員

- 所長 水澤 哲
- 次長 桑山 宗大
- 主任企画指導専門職 … 玉木 政彦
- 企画指導専門職 …… 山田 一樹
高橋 希
志賀 亮太
相澤 文哉
- 事業推進係長 …… 滝澤 義明
- 事業推進専門職 …… 東條 秀大
- 事業推進係 …… 松本 真也
狩野 美月
飯吉 陽子
丸山 信男
新井 烈
古江 康江
- 総務・管理係長 …… 市村 渉
- 総務・管理係 …… 毛見 悠人
成清 裕史
新田 絢
岡田 和則



独立行政法人国立青少年教育振興機構
国立妙高青少年自然の家

令和6年度文部科学省委託事業

チャレンジキャンプ2024～仲間と共に踏み出す「自分の一歩」～

発行日 令和7年2月

編集・発行者 独立行政法人国立青少年教育振興機構 国立妙高青少年自然の家

印刷所 株式会社 桐朋

「体験の風をおこそう」運動



お問い合わせ／独立行政法人国立青少年教育振興機構 国立妙高青少年自然の家

〒949-2235 新潟県妙高市大字関山6323-2

TEL 0255-82-4321【担当:高橋】 FAX 0255-82-4325

URL <https://myoko.niye.go.jp/>



ホームページ



Facebook



Instagram



YouTube