

元気いっぱい、感動いっぱい、友達いっぱい！ 踏みだそう最初の一步「オープン・ザ・ドア！」

Open the Door!

国立妙高青少年自然の家
コミュニケーションマガジン

Vol.18

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
コミュニケーションマガジン

Open the Door!

最新情報は…

国立妙高青少年自然の家

検索



RE:CONNECT コロナを超えて再びつながる

特集1 つながる魅力

特集2 ボランティアでつながろう！



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 FAX 0255-82-4325
<https://myoko.niye.go.jp/>



Open the Door! Vol.18 令和6年3月発行



リアルな体験の重要性

国立妙高青少年自然の家
所長 小林 朋広

コロナを超えて再びつながる

「子供の頃の『体験』は、未来社会を担う子供たちの健やかな成長を確かなものにするために必要な要素である。」青少年の体験活動などの効果について経年的な視点から見てきたことを文部科学省が令和3年度に示しました。そして、令和4年度を体験活動推進元年として、企業と連携した子供たちの「リアルな体験」機会の充実を全国規模で推進することを当時の末松文部科学大臣が宣言されました。

当施設でも、地域とのつながり、行政、関係機関、団体、企業とのつながりを求めて、より体験活動を充実させようと努力して

まいりました。企業等に訪問すると、多くの方が「自分が若い時に自然の家で体験活動をしたことがあります。あの時のことは今でも心に残っています。そしてあの時の体験がその後の成長につながっています。」とおっしゃいます。実際に、生の声をお聞きすればするほど、質の高い「体験活動」を全ての子供たちに提供しなければという使命感が一層高まってきました。

この3年間は、文部科学省の委託を受け「全国青少年体験活動推進フォーラム」を毎年開催しました。そこでは、Withコロナ・Afterコロナ時代の中で、質が高くウェルビーイングを実現させる体験活動の内容や手立て、そして誰一人残さず全ての子供たち（青少年）に体験活動を提供する方法について、議論し、その成果や提案を報告書にまとめ全国に広く発信しました。コロナ禍や予算の削減、大人の働き方改革、家庭の状況、様々な理由で以前のように子供たちが存分に体験活動をする時間が減少しています。しかし、理由はいかなるものであっても、子供たちにとって失ってしまった体験すべき適齢年齢を取り戻すことはできません。全ての子供に体験活動を提供

できるのは、私たち大人です。私たち施設職員、行政職員、学校職員、社会教育団体の方、企業、そして保護者の皆さんが未来を担う全ての子供のためにつながり、実践意欲をもって、体験活動を提供していかなければ子供たちに申し訳なく思います。そのためには、使命感と覚悟をもって、日程や時間の調整、人との交渉や説得を行うことが必要です。以前本誌オープンザドアでも掲載されたキーワード「かわい子には体験をさせよ」の精神を、大人にもっともって波及させなければなりません。

さて、子供の成長に必要なリアルな体験には、大きく「自然体験」、「生活体験」、「社会体験」があります。当施設は「自然

の家」という名前ですが、「自然体験」だけでなく、この3つの全ての体験を青少年に届けています。「教育事業」の中で「体験活動」として提供するものと、「研修支援」の宿泊体験等の中で「体験」してもらうものがあります。「早寝早起き朝ごはん」、「思いやりのリレー」、「つどい」、「奉仕活動」などは、利用者の皆さんが、当施設でできる貴重な「生活体験」「社会体験」と言えるでしょう。

今年度も多くの教育事業を展開しました。本誌にいくつかの事業の成果を掲載しました。担当者の思いも込められていますので、ぜひご覧ください。

全ての教育事業の中で、私は「リアルな体験の重要性」を感じ取りました。

その一端を紹介します。チャレンジキャンプとして、8泊9日の移動を伴う統合型長期キャンプを実施しました。海から山まで100kmを歩き、最後は火打山と妙高山を制覇します。また、湖でのサップやカヤック体験もします。宿泊は全てテント泊。料理も作り、買い物もします。自分たちで地図を見ながら歩き、問題や困ったことが生じると話し合い、決断しながら活動を進めていきます。最後は、自分たちの企画によるパーティーをし、活動を振り返ります。このような活動を傍らで見ていると、参加した子供たちが日に日に変化していくことに気が付きます。まず、自分の力で衣食住に挑戦します。後片付け、整理整頓ができないと



次の活動に支障を来すことに気が付き、改善します。自分一人ではできない活動については、他者を頼ったり、反対に他者を助けたりします。喧嘩もありますが、いざ決断しなければならぬ状況になれば、真剣に自分の考えを仲間へ伝え、意見が分かれた時は歩み寄ります。自分で決めたことは、責任感をもってがんばりますし、やり遂げた時は何倍もの喜びや成就感を抱いています。結果的に自己肯定感を持ち、その自己肯定感がキャンプ終了後1か月たつて、さらに高まったという事例も確認しました。前述のフォーラムの分科会の中でも、「幼児に自然の中で木登りをさせ、自分の力で登ったと自覚させると次の難しい木にも挑戦する。

このように、次々に高い目標に挑戦するようになる。そして、それが木登り以外の日常の生活の中でも主体的に活動するようになる。」という報告を発表者の園長先生からいただきました。いかにリアルな体験が子供の成長に欠かせない重要なものかということが教育事業の一端や指導者のお話からも分かるのです。

子供の成長のため、幸せな未来のために、子供にとって体験活動ができるその年、その季節、その瞬間が大切なのです。ありがたいことに、今年度を振り返ってみると、自施設だけではできない体験活動を、多くの皆様とつながり、実施できました。新潟県青少年教育施設連絡協議会と連携し実施した「地域ぐるみで体験の風をおこそう運動推進事業」では、各所属施設や地域の施設と連携した「つながろうキャンプ」、妙高青年会議所（妙高市の企業）と連携した「ジョブランドみょうこう」、県内の青少年教育施設やNPO指導者会、地域の皆さん、法人ボランティアの皆さんと連携した「感謝祭」などを開催しました。県内の養護施設などと連携実施した「自立支援事業」なども、家庭の状況によって体験が難しくなっている子供たちを支援できる重要な取組と考えます。つながっていたいただいた皆様に感謝の気持ちで一杯です。

今後とも、社会全体で子供たちの成長を支えていきたいと思います。



つながる 魅力

特集1

妙高アドベンチャー プログラム

対象
小学校中学年以上
実施可能人数
1グループ10〜16名程度



妙高アドベンチャープログラム（通称MA）は、「プロジェクトアドベンチャー」の考え方を基本理念として、妙高の自然の中で人と人が関わる体験を通して、信頼構築や課題解決に取り組み力を育むプログラムです。

自然の家を利用する多くの小中学校に実施していただいています。それは、このプログラムが自分自身への挑戦・仲間との協力・達成感など自らの成長に気付かせてくれる、今までにない学びの場となっているからではないかと思っています。

活動の実際は、エレメントと呼ばれる器具等を使いながら行います。例えば、浮島わた



浮島わたり（写真1）



ジャイアントシーソー（写真3）



電柱でござる（写真2）

り（写真1）や、電柱でござる（写真2）、ジャイアントシーソー（写真3）などがあります。

指導員はファシリテーターとして課題を設定します。当然のことながらすぐに課題解決できるわけではありません。そこで生まれるのが仲間同士のつながりです。失敗を繰り返しながら、どうすれば成功するかを試行錯誤することにより、協力する姿勢や他の参加者への思いやりの気持ちが芽生えます。課題を解決できた時に上がる子供たちの歓声や、達成感や充実感に満ちた表情は、子供たちにとって特別な活動になったことを物語っています。

コロナ時代が終わりを告げ、学校教育の場面では他者と関わる場面が増えてきているように感じます。今回は改めて体験活動の意義や他者との対話、他者につながることの重要性をお伝えし、当施設における他者と深く関わることでできる活動についてご紹介します。

野外炊事

対象
小学校中学年以上
実施可能人数
1グループ8名程度

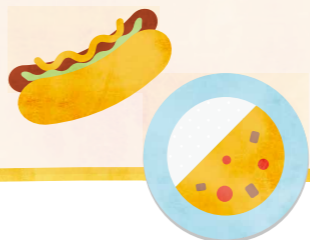


野外炊事は、かまどで起こした火で、焼く・煮る・炒めるなどの調理を行う活動プログラムです。仲間と協力して作った料理の味は格別なものとなり、活動そのものが、子供たちにとってかけがえのない思い出となります。

野外炊事のメニューもバラエティに富んでいます。子供たちの定番と言えば、やはりカレーライスでしょうか。

〈野外炊事の献立例〉

- カートンドック ● お好み焼き
- カレーライス ● 豚汁
- 煮込みうどん ● 焼きそば
- ライスピザ



様々な工程がある野外炊事では、グループメンバーの持ち味を生かした役割分担ができるかどうかということがカギを握ります。火

を起こす、野菜の皮をむく、お米を研ぐ、食器を洗う等の役割に責任をもって取り組むことで、思い出の皿がでかあがるのです。たとえば、スープカレーや焦げたご飯になったとしても…。

そして、思いやりのリレーとして行う後片付けも大切な活動です。使った鍋を次に使う人たちのためにきれいに磨くことで、思いやりの気持ちを育みます。

「同じ釜の飯を食う」という言葉にあるように、一連の活動を通して、仲間とのつながりを深めることができる活動の一つと言えるでしょう。



ストリートハイク

対象
小学校中学年以上
実施可能人数
1グループ5名程度



ストリートハイクは、文字通り、設定したスタート地点（出発地）から、コンパスを頼りに森の中をかき分け道なき道をまっすぐに歩き、ゴール（目的地）までたどり着く活動です。

子供たちがまず驚くのは、スタート地点の目の前に広がる森の景色です。道と呼べるようなものはありません。子供たちは不安な気持ちを抱きつつ、コンパスが指し示す方向に進みます。

途中、川や植物、岩に進路をふさがれ、まっすぐに進むことが困難となる場面に遭遇します。そのような場面を乗り越えるために頼りになるのが仲間の存在です。どうしたら決められた方向通りに進むことができるのか、グループ内で相談する必要性が生まれるのです。

長い長い森の中の冒険を終え、ゴールとなる場所にたどり着けたときの安堵感と達成感は、

何ものにもかえがたいものとなります。

コンパスの角度をずらしてしまったり、扱いた方を間違えてしまったりすると、ゴールにたどり着けず、森の中で迷ってしまう可能性もあるチャレンジ的なプログラムではありますが、季節を問わず実施でき、仲間の大切さに気付くことができる活動です。



つながる魅力



上越市立有田小学校
栗田 大敬 先生



妙高アドベンチャープログラム

他者との関わりが多く、現場で見られる3つのプログラムについて、実際に取り組んだ小学校の先生から、活動の様子やその後の学校生活における変容についてコメントをいただきました。

有田小 妙高アドベンチャー

仲間と協力する力を高めることを目的として妙高アドベンチャーに取り組みました。あるチームでは、仲間と手をつなぎ、立ち上がる課題に挑戦。16人で輪を作って立ち上がるうとしましたが失敗しました。異なる意見が対立したまま挑戦した結果でした。もやもやの残る中、次の課題に挑戦。ルールをつなげて玉を転がしゴールに入れる活動です。何度も失敗し、その都度諦めずと考え、作戦を二つに絞って繰り返し試しました。結果、大成功。喜びの声があがりました。「最初はすぐに玉が落ちてしまったけれど、何で落ちたのかみんなで考えてレーンを作ったら成功した。うれしかった。」と子供たちは振り返りました。協力するためには、お互いの折り合いを付けることも大切であることを学びました。

野外炊事



野外炊事活動での子供の様子や変容

バス出発時刻も決まっている限られた時間で「何とかしなければいけない」という子供たちの焦り、責任感、使命感を強く感じました。「おいしく作って食べる」とは過程で、「使う前より美しくすること」がゴールであることを、子供たちがしっかり認識してくれたことがたくましく思いました。「家で料理しているから包丁使える」「家族でキャンプして火起こししたことがある」「家でカレー作りの練習をしてきた」「皿洗いは毎日している」といった普段の学校生活では見られない子供の得意不得意を見ることができました。意外な子がリーダーシップを発揮する場面があり、担任として驚きました。

子供たちの感想にもありますが、子供同士の関わりの中に、互いを思いやる姿が見られたことが一番の収穫です。苦手な子に指導するミニ先生、休憩するように声をかける子、自分の役割を超えて手伝い続ける子。思いやりのリレーが団体内でもちゃんと発生していました。

非日常体験が日常体験にどれほど生かされているか、因果関係を明らかにして推し測ることは難しいですが、学校生活で小さな心遣いを感じる場面は確実に増えたと思います。

- ・給食で隣の人の机を拭いてあげる。
- ・教室のドアを譲ってあげる。
- ・重い体操マットを一緒に持ってあげる。
- ・教師の授業の準備を手伝ってくれる。

自分の仕事ではない些細なことを、すつとでき優い子が(少し)増えたと思います。

子供たちの感想(一部)

かまどのけむりで目が痛いときに、「大丈夫？代わるよ」と声をかけてもらい、火の番を交代してくれた。きつかったからともうれしかった。

「次に使う人が気持ちよく使えるように」きれいにすることは、家で料理するときでも同じだと思った。

役割分担をしていたけど、自分の役割じゃないのに手伝ってくれた人がいてすごかった。

弥彦村立弥彦小学校
安田 一平 先生



ストレートハイク



高田西小 ストレートハイク

事前に職員で体験したり子供たちが学校でコンパスを使う練習をしたりして、ストレートハイクの本番を迎えました。当日は小雨の中での活動になりましたが、子供たちはコンパスを見つめながら、班ごとに草木が生い茂る森の中へ力強く進んで行きました。1つの班が時間内にゴール付近に出てくることができ、服に泥が付いたり合羽が破れたりしていても達成感で笑顔いっぱいでした。「前の友達が自分のために木の枝を押さえてくれた」「沢に落ちた時、みんなが助けてくれた」「心細かったけど、友達が励ましてくれた。」など、子供たちの振り返りから、助け合いの場面がたくさんあったことが分かりました。子供たちのたくましさや優しさを引き出した活動になりました。



上越市立高田西小学校
本間 陽子 先生



おわりに

妙高青少年自然の家には、利用者がオモイ描いている自然体験活動を力タチにできるプログラムを利用者の特性に合わせて実施できるように支援しています。

子供たちが、五感をフル活用して自然を感じ、他者との関わりを経験するいいきっかけになるように、これからも様々なプログラムを提供していきたいと思えます。

ポランティアの活動&活躍

MYOKO ハロウィンキャンプ

令和5年10月28日(土)~29日(日)



この事業は「ボランティア自主企画事業支援プロジェクト」として、ボランティアが中心となって企画運営を行い、自然の職員がそれをサポートするという形で実施しました。

国立青少年教育振興機構では各発達段階に応じた教育プログラムを設けています。主に大学生年代の若者に対しては、社会に主体的に参画する態度や社会人としての技能を養う場としてボランティア活動の機会を提供しており、「事業を企画運営する」ことは青少年機構のボランティア活動の中でも最もレベルの高いものです。

今回は4人のボランティアが「コアメンバー」として事業の約2か月前から何度も何度も打合せを重ね、とても素敵な事業を作り上げてくれました。

企画のスタートは、この事業の「目的・ねらい」を設定することから始まります。自分たちの「想い」・子供たちが何を望んでいるか・妙高の環境をどう活かせるかなど、様々な観点を分析し、作り上げていきます。各メンバーが様々なアイデアを出しあい、時には意見をぶつけ合いながら、よりよいものを作り上げるために本気で取り組み姿が見られました。

事業本番は「ハロウィン」をテーマとした各種レクリエーションなどが実施され、子供たちの笑顔あふれる2日間となりました。参加者からは「すごく楽しかったです。大学生のボランティアさんに遊んでもらってうれしかったです。また来たいです。」といった声が聞かれました。

MYOKO法人ボランティア養成キャンプ

令和5年 5月20日(土)~21日(日)



国立青少年教育振興機構のボランティア養成共通カリキュラムに基づき、1泊2日の日程で実施しました。このキャンプに参加し、登録すると全国の国立青少年教育施設でボランティアとして活動ができます。まさにボランティアとしての「はじめのいっほ」となる事業です。

キャンプでは、発達段階に応じた体験活動の必要性を理解する講義を受けたり、野外炊事を行う中で火起こしやナタの使い方を学び、自然体験活動のボランティアならではのスキルを身に付ける演習を行いました。なお、各種講義では、ただ話を聞くだけでなく、「妙高体験学習法」の考え方をもち、グループでの話し合いやふりかえりの時間を設け、より主体的な学びとなるような工夫がされています。

参加者からは、「普段の大学では経験できない学びがたくさんあり、実践的な知識や技能を身に付けることができ、とても楽しく有意義な1泊2日間を過ごすことができた」とや「仲間と協力するのは本当に楽しくて、すぐに仲が深まっていい経験だった」といった声が聞かれました。

「はじめのいっほ」を踏み出したボランティアのみなさんの今後の活躍を期待しています！

令和5年度指導者養成事業 自然体験活動指導者養成研修

(①NEALリーダー・②コーディネーター)

①令和5年 5月20日(土)・6月17日(土)~18日(日)
②令和5年 11月30日(木)~12月3日(日)



今年度の養成研修においては、自然体験活動を実践している地域の方や、現場の第一線で活躍されている民間の指導者の方、大学の先生や元妙高青少年自然の家職員の方々に講師をしていただき、充実した養成研修を実施することができました。講師を務めていただいた皆様にご場を借りて御礼申し上げます。

今後は自然体験活動指導者養成事業を開催する予定です。ぜひ、当施設で自然体験活動指導者としての基礎を学び、子供たちが安心・安全に活動するための一助となる人達が増えただけだと思います。

全国体験活動指導者認定委員会 自然体験活動部会における自然体験活動指導者養成カリキュラムに則り、自然体験活動指導者養成研修を実施しました。

国立妙高青少年自然の家では、自然体験活動を提供するとともに子供達が安心・安全に自然体験活動を実施できるように指導する指導者の育成を行っています。今年度は5・6月にNEALリーダー養成研修、12月にNEALコーディネーター養成研修を実施しました。

NEALリーダー養成研修では、11名の参加者が指導者としての心構え、振る舞いをはじめ、自然環境下での緊急事態に対するリスクマネジメントの基礎、基本的な救命措置法などを学びました。NEALコーディネーター養成研修では全国から13名が参加し、自然体験活動を企画・運営・評価し、コンプライアンスについて理解することを学び、自然体験活動プログラムだけではなく、自然体験活動事業全体を統括することについての理解を参加者同士で深めました。

国立妙高青少年自然の家ではこのように自然体験活動指導者養成カリキュラムに則り、段階的に指導者を養成することで、養成研修に参加した指導者が活躍できる機会や場を提供していくとともに体験活動の拡充を目指しています。



「コアメンバー」の感想

Q. この事業の企画運営をとおして学んだことは何ですか？

・時間が押したら、何分までをOKにするのか「もし子供たちが空き時間に追いかけてこられたらどこまでOKにするのか」など、もしもの事態に対する対策などを先に決めておくことが、円滑な進行に繋がるということを学びました。

・クラブの時に、子供たちの個人差が大きく取り組みの差がありました。時間をはつきり決めて「これは〇時に終わり、これは〇時に終わりだよ」と声をかけを頻繁に行ったり、作り方をもっと簡単な内容で丁寧に教えたりした方がよかったです。

・初めて活動の企画だけではなく、1からの事業づくりでしたが、日程決めやしおり、細案など今までやったことのない経験ができ、大変さもありましたが楽しかったです。

Q. 今回の経験を今後どう活かしていきますか？

・想いを共有し、目的を考え、企画を作り上げていくことは、大学を卒業して社会に出ても必ず役に立つことだと思つので、今回の経験や反省点などを忘れずに今後も企画などに取り組んでいきたいです。



今年度も多くの方から当施設の主催事業等にご参加いただきました。



みんなのお祭り!

感謝祭

年に一度のビッグイベント、毎年恒例の「感謝祭」を10月7日〜8日に実施しました。今年度は「光」と「風」をテーマに前夜祭から様々な企画を実施しました。

前夜祭では「光」をテーマとしてアロマキャンドルづくり体験を行いました。約100個の手作りのキャンドルに火を灯したときの風景はとても幻想的でした。感謝祭当日は「風」をテーマとして妙高市が進んでいるドローンを使った企画を実施しました。実際にドローンを操作したり、ドローンが撮影する映像をライブで楽しんだり、音楽や光とコラボしたドローンショーを楽しんだりしました。また、新潟市の動物ふれあいセンターや中郷区の縄文学校など、たくさんの方からブースを出展していただきました。たくさんの方の体験を通じて、親子の触れ合いが深まっている様子が見られました。総勢約500名の方々から楽しんでいただきました。ご協力いただいた団体の方々、ご参加いただいたご家族の皆様、ありがとうございました。

ぜひ、来年も楽しいイベントを企画しますので妙高へお越しください!



幼児の自然体験!

キッズアドベンチャー

幼少期の自然体験活動は、子供の健全な成長に大きな影響をもたらします。キッズアドベンチャーは、幼児期における子供とその保護者に向けて自然体験活動の普及を目的とした事業です。

今年度も参加者が自然を思う存分楽しめるよう企画しました。また、絵本専門士と協働し、親子で絵本に親しむとともに絵本の世界から広がる出来事が現実体験へとつながる時間を味わってもらえるよう、事業全体を通して工夫しました。

夏の「源流探険」では、水温16℃の川の源流をたどりながら、岩や木などの障害物乗り越えたり、水中生物に出会ったりしました。

冬の「深雪探険」では、ふかふかの雪が積もった森の中を体が雪で埋まりながらも、必死にかき分けながら前に進み、五感を使って妙高の冬に親しみました。



夏の活動

源流探険

令和5年8月19日(土)〜20日(日)
1泊2日で11家族35名の参加がありました。4グループに分かれて冷たい川の源流探険にチャレンジしました。岩場を力強くよじ登ったり、水中生物の発見に親子で喜んでしながら妙高の大自然に親しみました。



スケジュール



参加者の声

保護者向けの絵本ワークショップでは、いろいろなお話しができてよかったです。絵本に隠れた物語についても楽しく学ぶことができました。

源流探険では沢登りをしたり、生き物を見つけたりすることができて楽しかったです。

「絵本の中から飛び出した」そんな物語を感じたのでストーリー性がありました。クラフトでは、木材で作った虫を森に隠して、親子で遊ぶ...というのはとても良い体験でした。



冬の活動

深雪探険

令和6年1月13日(土)〜14日(日)
1泊2日で7組19名の参加がありました。2グループに分かれて、60cmほどの新雪をかき分けたり、ジャンプしたり、そり滑りをしたりするなどして五感を使い、妙高の雪を楽しみました。



参加者の声

とても楽しい2日間でした。最高の天気で深雪探険ができて幸せでした。

ワークショップでは絵本の中から飛び出したかがみもちがにげている絵をかいていてびっくりしました。

子供がたくましく、積極的になっていき、成長を感じました。大人も大喜びの活動でした。



今 年度も文化庁芸術家派遣講師などを務めている柳澤魁秀さんを講師にお招きし、親子巨大書体験を実施しました。当日は、親子12組38人が参加しました。初めに柳澤さんから書道パフォーマンスを披露していただきました。柳澤さんの全力で大筆を操る姿に参加者は目を輝かせていました。パフォーマンスでは「夢の歩」という素敵な作品を書いていただき、会場がとても感動的な雰囲気になりました。その後、参加者はグループに分かれて

順番に「巨大書制作」と「繭玉飾りづくり」を楽しみました。巨大書制作では、親子で110cm×250cmもの巨大紙に自分の書きたい字や絵をかきました。親子でダイナミックに大筆を操る姿が印象的でした。繭玉飾りづくりでは、親子で協力して作った団子をミスキの枝に飾りました。色とりどりの団子や様々な形の飾りができ、とても楽しい活動となりました。事業全体を通して親子で日本の伝統的な文化を味わうことができました。

一緒に伝統文化



親子巨大書体験

令和5年12月17日(日)

親子で走ろう!

国小カップ



親子トレイルラン教室



11月4日・5日に、日本を代表するプロトレイルランナーである石川弘樹さんを講師にお招きし、小学生を含む親子(7家族22名)を対象にトレイルランニング教室を行いました。

1日目に、石川さんからトレイルランニングで必要とされる走り方やトレーニングの仕方について教えていただきました。靴ひもの結び方から整地されていない道の走り方、レースに臨む上で大切な心構えなどを丁寧に教えていただきました。

2日目にはレースを開催しました。レースでは、2.5kmと4.3kmの2コースを設定しました。森の紅葉に包まれる素晴らしい景観の中、参加者は落ち葉を踏みしめながら自然の中を走ることの気持ちよさを実感しました。トレイルランニングの魅力が存分に味わうことができ、参加者全員が笑



石川 弘樹氏

1975年生まれ。神奈川県出身 東京農業大学卒。日本初のプロトレイルランナー。アスリートとして世界中のレースやトレイルを駆け巡り、国内ではトレイルランニングの健全な普及を目指してレースやイベントなどをプロデュースしている。



顔でゴールしている姿が大変印象的でした。親子の絆の深まりはもちろん、参加者自身で大会を盛り上げるアットホームな雰囲気に包まれた事業となりました。

心もお腹も大満足!



親子でXmasケーキづくり

令和5年12月9日(土)・10日(日)

今 年の「親子でXmasケーキづくり」はご家族25組75名の皆さんからご参加いただき実施しました。

1日目は絵本専門士の渡辺麻美さんによる絵本の読み聞かせと(社)妙高市グリーン・ツーリズム推進協議会の方々に講師を務めていただきクリスマスクラフトづくりを行いました。絵本の読み聞かせでは渡辺さんの多彩な表現に引き込まれ、笑顔溢れる時間になりました。クリスマスクラフトでは、キラキラ輝くジェルライトを作りました。親子でどんな色にするのか、どんなイラストを描くのか相談しながら楽しく作ることができました。

2日目は講師を(株)ニッコトラストの皆様を務めていただき、ブッシュ・ド・ノエルとケイク・サレを作りました。講師の説明を真剣に聴き、子供たちが率先してケーキ作りや片付けを行いました。「見てみて、できたよ」と嬉しそうに報告していた姿がとても印象的でした。お腹も心もたくさん満たされた2日間になりました。



令和5年度
文部科学省委託事業

チャレンジ キャンプ 2023

仲間と共に踏み出す
「自分の一歩」



●事前キャンプ
令和5年7月8日(土)～9日(日)
●本キャンプ
令和5年7月29日(土)～8月6日(日)

「チャレンジキャンプ2023」は、海や山に近い国立妙高山青少年自然の家を立地を生かし、海から山へと100kmの道のりを自分の力で踏破する統合型キャンプです。「歩く」活動をメインとし、その他にも野外炊事、テント泊、水上アクティビティ、登山などの様々な活動に挑戦しました。

今年小学5年生から中学3年生までの男女14名が、9日間の本キャンプに、2日間の事前キャンプを加えた計11日間のチャレンジキャンプに参加しました。

事前キャンプは「準備のステージ」として、参加者が安心して本キャンプに臨めるように、必要な心構えやスキル(山の登り方、野外炊事、テントの設営、テント泊など)を学びました。すぐに仲間と打ち解け合う子供たち。親も一緒に参加し、キャンプの説明を聞いたり、子供たちの活動の様子を見守ったりしました。

いよいよ本キャンプ。日本海を臨む船見公園で開会式を行い、9日間にわたるチャレンジキャンプがスタートしました。「出会のステージ」では、地図を頼りにいくつかのチェックポイントを通って約13.5kmの道のりを歩きました。「協力のステージ」は2日間で約43.6kmを移動します。真夏の太陽が照り付ける中、仲間と励まし合いながら歩き続けました。「自立のステージ」では、野尻湖でカヤック・SUP体験を行い、自分で選択した方の活動を楽しみました。途中雨が降りましたが、その後きれいな虹が現れ、自然の美しさに触れることができました。火打山・妙高山を縦走する「挑戦のステージ」は、文字通り山を越え、自分を超える最終チャレンジとなります。仲間と声を掛け合いながら山頂を目指し、無事全員で山頂に立つことができました。子供たちの表情は、疲労感の中にも達成感と充実感に満ち溢れていました。「未来につなげるステージ」では、キャンプ全体を振り返り、自分自身の頑張りや成長を画用紙にまとめたり、自分たちでゴールパーティーを企画運営したりしました。閉会式では、前日にまとめた成果物を誇らしげに家族に紹介する子供たちの姿を見ることができました。

チャレンジキャンプを通して、日を追うごとにたくましく成長する子供たちがいました。自分の力で100km歩いたという自信を胸に、「未来につなげる一歩」を一人一人が踏み出してくれることを願っています。



令和5年度
文部科学省委託事業

全国青少年 体験活動推進 フォーラム

ウェルビーイングを
実現させる体験活動
～全ての子供たちに～



平野 吉直氏



上松 恵理子氏



種田 恵氏

令和5年11月18日(土)に「全国青少年体験活動推進フォーラム」を開催しました。

ウェルビーイングを実現させる体験活動、全ての子供たちに～をテーマに103名の方々に参加を頂きました。

第1部の鼎談は「ウェルビーイングを実現させ、夢や希望を与える体験活動」をテーマに、信州大学理事・副学長 平野 吉直氏をコーディネーターに、北京オリンピック水泳競技選手の種田 恵氏、東京大学先端科学技術研究センター(株)スノーピーク社外取締役の上松 恵理子氏の3名の講師から、ウェルビーイングをご自身の体験から捉えなおした話題を提供して頂き協議を行いました。また、夢や希望を与える体験活動について会場参加者を交えて意見交換を行いました。いくつかポイントを紹介いたします。

○「ウェルビーイング」はとても幅広い概念ですが、「多様な個人がそれぞれの幸せややりがいを感じる状態」と捉え、体験活動を通して全ての子供たちに喜びや感動、やりがいや達成感を提供するため、多くの青年に質の高い体験を積極的に提供するという意識を持ち、体験活動を提供していくことが大切だと考えています。

○ウェルビーイングは、体験をした時、その場のものであっても良いけれど、将来のものであっても良いと思います。その時は雨の中の辛い体験活動だったけど、ふりかえってみると良かったということがよくあります。ウェルビーイングが将来につながる体験活動になるように工夫するということが大切だと思います。

○水泳(体験)を続けてきて、それを続けることで学ぶことがたくさんあります。努力や体験を積み重ねることで自分に自信が持て、相手への尊敬の念を持つことができます。負けても次の意欲につながります。体験を積み重ねることがウェルビーイングにつながると思います。

第2部の分科会は「全ての子供たちに豊かな体験活動を」をテーマに3つの分科会を設け各講師から発表を頂きました。(発表内容ポイント1つ抜粋)

第1分科会



学校教育における体験活動を見直そう！
リアルな体験活動は可能か？

○リアルな体験活動は児童生徒の意識や行動の変容、多様な気づきや学びにつながる。その意義について学校現場で理解を得ていく必要がある。

第2分科会



幼児教育における自然体験活動には学びがいっぱい！
不自由な体験から学ぶ

○子供たちは豊かな自然環境の中で、「暑い」「寒い」「しんどい」「汚れる」「触れる」「嗅ぐ」などの諸感覚を通して皆さんの直接体験をすることで困難を乗り越える力が育まれていると感じている。

第3分科会



体験活動の感動を高める伝えるICTの活用

○学校などの教育現場でのICT活用は時代と共に変化し、その活用場面や活用方法は拡大してきた。新たな価値を創出するためには、教師が生徒とともに「学ぶことを楽しむ」ことが重要である。

企画委員会の皆様

(年間4回の企画委員会を開催し、様々な企画をしました。)

- 企画委員会委員長 明石 要一氏 (千葉大学名誉教授)
- 企画委員会副委員長・鼎談ファシリテーター 平野 吉直氏 (信州大学理事・副学長)
- 企画委員・第1分科会コーディネーター 坂本 昭裕氏 (筑波大学教授)
- 企画委員・第2分科会コーディネーター 伊野 亘氏 (上越市立高田西小学校介護員)
- 企画委員・第3分科会コーディネーター 中野 充氏 (新潟青陵大学准教授)

分科会講師の皆様

- 第1分科会 二瓶 昭夫氏 (上越教育事務所社会教育課長) 近藤 和久氏 (上越市立城西中学校教頭)
- 第2分科会 笠原 千鶴留氏 (社会福祉法人ときわこども園長)
- 第3分科会 上松 恵理子氏 (東京大学先端科学技術研究センター 上席研究員・(株)スノーピーク社外取締役)



地域探究プログラム

高校生対象！



高 校生対象の「地域探究プログラム」は実施して3年目となりました。昨年度に引き続き、個人募集型と学校連携型の2つの方法で事業を展開し、「探究学習」を通じて高校生は地域の新たな魅力や課題を見つけ、地域への理解を深めました。

まず個人募集型では、7月15日〜16日と22日で、オリエンテーション合宿を実施しました。今年は上越市にある新潟県立直江津中等教育学校と新潟市にある新潟青陵高等学校の生徒に募集をかけ、合計23名の参加となりました。

1日目の講話とフィールドワークでは、妙高市にある山崎建設の代表取締役社長山崎健太郎さんから講師を務めていただきました。山崎さんは廃材を活用して、より価値の高いものを生み出したり、空き家をリノベーションして新たな住民を獲得したりするなど、アップサイクルの考え方から地域の活性化を目指したプロジェクトを紹介していただきました。山崎さんが講話の中で話された、「自分が思っているように上手くいくことの方が少ないが、そこであきらめずに取り組んでいくかどうかが大切である」という言葉が、高校生にとって大きな

学びとなりました。講話の後はフィールドワークに向き、リノベーションされた空き家を見学し、廃材を活用してそこで使うベンチの製作を行いました。

2日目には、同じく妙高市にある有限会社アサツブの代表取締役小川克昌さんから妙高産食用ほおずきのブランド化の取組について学びました。新たな特産品として価値を高めるために工夫されてきたことは、高校生が実践活動を考える上で参考になる内容でした。また、妙高市内で食用ほおずきの露地栽培に挑戦されている塩崎さんからもお話を聞くことができました。塩崎さんの農業に対する熱い思いからも新しいことに挑戦することの素晴らしさを学ぶことができました。

その後は、高校生自身が地域のためにできる活動を考えました。高校生らしい視点から魅力的なアイデアがたくさん生まれました。このアイデアを生かし、これから来年度にかけて活動している参加者もいます。もし地域のために活動している高校生を見かけたらかご協力いただけると幸いです。

また、学校連携型では昨年度と同様に新潟県立久比岐高等学校の1学年を対象に「探究学習」の活動を支援しました。講師も昨年に引き続き地域おこし協力隊の任期を終え、柿崎区にお住いの筒井惇貴さんにお話をしました。講義では筒井さんが感じる柿崎区の魅力についてお話をいただきました。フィールドワークでは実際に来年



度復田する予定場所の用水をきれいにする作業や、筒井さんの家の外壁塗装体験をしました。昨年アメリカから移住してこられたご夫婦からケーキの思わぬサプライズプレゼントもいただきました。人口減少が進む集落で生活することの大変さと楽しさを学ぶことができました。地域を活性化していくためには、そこに住む人たちの想いを大切にして、継承や創造を繰り返していくことが必要なのだ改めて実感しました。



10 月1日に日帰りで実施した「ジヨブランドみょうこう」は、子供たちに仕事に関連した体験活動を幅広く提供したいという思いで企画した事業です。企画と運営には、妙高青年会議所の皆様からもご協力いただき、共同開催という形で実施することができました。

内容としては、「イラストレーター体験」「かべぬり体験」「くるまや体験」「美容師体験」「電気工事体験」「荷物運び体験」「野球選手体験」「探偵体験」「宝探し体験」の9つの体験ブースを準備しました。中でも「かべぬり体験」や「美容師体験」は青年会議所に所属している専門家の方々からご協力いただき、本物に近い体験を提供することができました。施設の広さや特性を生かして、真つ暗な部屋で電気を付けたり、長い廊下を活用して荷物を運んだりして参加者が楽しめるように内容を工夫しました。それぞれのブースで真剣に取り組む子供たちの姿が見られました。

参加者は仕事体験を終えるとシールがもらえて、そのシールをたくさん集めると最後にお給料の代わりとしてお菓子をもらえ

るというシステムで実施しました。頑張った後には、良いことがあるという体験にもなりました。

午前の部と午後の部に分けて実施し、子供と保護者を合わせて200名を超える方からご参加いただきました。ご参加いただいた皆様、そして企画から運営までご協力いただいた妙高青年会議所の皆様、ありがとうございました。

子供仕事たいけん！

ジヨブランドみょうこう



つながろう！ キャンピング

五頭・ たいない キャンピング

8月19日(土)~
8月20日(日)



五 頭連峰少年自然の家、新潟県少年自然の家と連携し、「つながろう！五頭たいないキャンピング」を開催しました。1日目は、五頭連峰少年自然の家で沢登り体験をしました。ひんやりした沢の水が気持ちよく、子供たちは岩や急流もなんのその、ぐんぐん沢を登っていききました。最後には滝つぼに向かってジャンプ！子供たちの歓声が森の中に響き渡りました。夜はたき火を囲んでキャンプファイヤーをしました。コロナ禍のため学校でのキャンプ体験がなく、これが初めてという子供たちもいて、セレモニーやゲームで大いに盛り上がりました。

2日目は新潟県少年自然の家に向かい、胎内川河口でカヌー体験をしました。始めは緊張した面持ちも見られましたが、「隊長」たちに教わりながらカヌーに乗ってみると、自由に川を滑る心地よさにみんな夢中になっていました。

充実した体験活動を通じて子供たちの人間関係が広がり、施設間の交流も深まった2日間でした。



わんぱく キャンピング

9月23日(土)~
9月24日(日)



つ ながろう！わんぱくキャンピング」は新潟県柏崎市にある新潟県立子ども自然王国と連携して実施した事業です。新潟県内の小学校5年生から中学校3年生が参加し、子ども自然大園のフィールドを生かした体験活動を通して、参加者同士の交流を行いました。

1日目はカヌー体験やたき火体験を行いました。バランスをとりながら進みたい方向に進むことが難しいカヌーですが、子供たちはパドルを巧みに操りながらスイスイとカヌーを乗りこなしていました。そして、カヌーに乗りながらみんなで手を取り合い素敵な写真を撮影することができました。夕食後のたき火は舞ぎり式火起こし器に挑戦！なかなか火がつかず苦戦しましたが、ゆれる火を見ながらみんなで会話を楽しみました。

2日目はウォークラリーに挑戦しました。1日目は会話がごちない場面もありましたが、全員で意見を出し合い、チェックポイントのクイズを解くことができました。様々な活動を行う中で関係を深め、最後の自由時間は職員も一緒にバレーボールを楽しみました。

2日間、体験活動を通して子供たちの交流や職員同士の交流を図ることができました。



社会が便利で豊かになる一方、子供たちの自然体験活動の機会が減少していく中で、体験がいかに重要であるかを広く発信し地域で体験活動を推進していくため、新潟県内の自然体験教育施設と連携して事業を実施しました。

ゆいぽーと キャンピング

8月26日(土)~
8月27日(日)



ゆ いぽーとと連携し、「つながろう！ゆいぽーとキャンピング」を開催しました。

1日目は、親子で協力して身体を動かしながら「にいがたアドベンチャー」を楽しみました。その後、アキグミの染め物体験を行いました。草木から染め物ができることの不思議さを体験しながら思い思いのオリジナルの手ぬぐいを制作しました。

夕食では、親子で協力して火起こしやカレーライス作りに挑戦しました。参加者全員が笑顔でカレーライスを食べている姿がとても素敵でした。

2日目は、Eポートで海に出かけました。講師からライフジャケットの着方から漕ぎ方などを丁寧に教えていただいたから海に出かけました。体験が終わった後も、「子供たちは元気がいっぱい」「もう一回乗りたい」と振り返っており、海辺の自然体験を満喫している様子がみられました。

2日間を通して、海と緑に接しているゆいぽーとで、周囲の自然にふれ親子共に新たな交流の輪を深めました。



アグリ キャンピング

10月28日(土)~
10月29日(日)



新 潟市南区にあるアグリパークと連携し、「つながろう！アグリキャンピング」を実施しました。新潟県内の小学3年生から6年生が参加し、農業に関わる様々な体験を通して参加者同士の交流を深めました。

1日目は、アグリパークで実践している循環型農業について理解を深めたのち、牛の搾乳体験、アイスづくりを行いました。牛の搾乳では、牛の大きさやびっくりし、最初は恐る恐るお乳をしばっていました。乳が出たときには達成感を感じている様子も見られました。エサやり体験では、実際に牛の顔の前まで自分の手でエサを運ぶのですが、こわくて地面にエサを放り投げる参加者もいました。

アイスづくりでは、グループに分かれ、牛乳と生クリームでムースを作り、かき混ぜながら氷で冷やして固めていくという手順で行いましたが、参加者はボウルにくっついたアイスをはがすことに苦戦していました。

2日目は、カレーライスを作りました。最初にコメを脱穀した後には不要となるもみ殻を再利用して火をおこす「ぬか釜」でご飯を炊きました。カレー作りでは、女子が中心となってジャガイモなどの食材を切り、協力しながらおいしいカレーライスを作りました。

2日間を通して、アグリパークのフィールドを活かした農業体験を経て、子供たちの交流や職員間の情報交換も行うことができ、大変有意義な時間となりました。





妙高を支える人たち



金巻知子さんが文部科学大臣表彰

このたび、当施設の妙高アドベンチャーの指導者である金巻知子さん（NPO法人妙高山麓自然体験活動指導者会所属）が、長年にわたり当施設の発展に寄与された功績を称えられ、社会教育功労者として文部科学大臣から表彰されました。金巻さんは体験教育の普及活動をする中、当施設に平成9年にプロジェクトアドベンチャーの設備が整備されたのち、指導者養成講習会や体験会等に参加するなどして、自ら指導者としての資質



金巻 知子さん

向上に取り組みました。毎年新年度を迎えた4月から7月の期間に、多くの学校から国立妙高青少年自然の家をご利用いただけます。そのうちほとんどの学校が「仲間づくり」、「学級づくり」をねらいとして、妙高アドベンチャーを取り入れていますが、優しい人柄な金巻さんですが、活動前後の学校教員との打合わせや振り返りでは、学校での子供たちの様子を聞き取り、それに合わせた指導を行い、活動後の子供たちの変容を的確に伝えるなどして、学級づくりに大きく貢献しています。これまでに指導した人数は約4万人になるそうです。

協賛企業紹介

国立妙高青少年自然の家を応援してくださる企業や団体、地元の商店の皆様には、日ごろから子供たちの活動や自然の家の活動にご支援、ご協力を賜り感謝申し上げます。

令和5年度

【協賛金・支援金をいただいた企業等】

有限会社アイビート、有限会社アイクラブニング、朝日酒造株式会社、有限会社イシノ、株式会社イデア、糸魚川市教育研究会、伊那美装株式会社、岡本石油、株式会社雲田商会、高坂防災株式会社、公孫生涯学習協議会、コイー株式会社妙高営業所、小林商店、酒の力ワカミ、新星建機工業株式会社、株式会社スワロースキー、株式会社DIPalette上越支店、株式会社高館組、有限会社中央モータース、株式会社桐朋、永田印刷株式会社、新潟県労働金庫新井支店、新潟サンリン株式会社上越支店、新潟みらい建設株式会社上越営業所、株式会社西脇電気商会、日本曹達株式会社二本木工場、株式会社バツプロダクション、株式会社浜田材木店、株式会社藤田建設、株式会社丸山酒造場、株式会社渡辺リネン、有限会社安田商会

【編集後記】

新型コロナウイルスが5類に移行し、「4年ぶりの〇〇」という言葉があちこちで聞かれ、長いトンネルを抜け、ここ妙高青少年自然の家でも子供たちの元気な声が戻ってきた1年でした。コロナ禍で人々の生活や習慣が変化したことはもちろんですが、体験活動のあり方を改めて見直す期間であったと感じています。今年度の体験活動推進フォーラムでは「ウェルビーイングを実現させる体験活動」をテーマに実施しました。成功体験や失敗体験など様々な体験により感じたり、気付いたりすることは、人それぞれ違いがありますが、その体験からの学びがウェルビーイングに繋がると確信しています。これからもたくさんさんの体験活動の機会と場を作っていきます。

また、今年度新たな取り組みとして、クラウドファンディングに挑戦しました。予算が縮減される中、圧雪車復活プロジェクトとして多くの方々からご支援頂き、目標額を達成し圧雪車を更新することができました。本当にありがとうございました！

4年ぶりに妙高の次長に戻り、コロナを超えてRECONNECT再び地域の皆様とつながりながら青少年の体験活動を推進してまいります。

国立妙高青少年自然の家

次長 桑山 宗大

国立妙高青少年自然の家 SNSで情報発信中です！

国立妙高青少年自然の家では公式ホームページをはじめ、Facebook、Instagram 及び YouTube により様々な情報を発信しています。ぜひ登録、フォローをお願いします。

公式ホームページ

施設紹介、活動プログラム、利用料金等を紹介しています。
<https://myoko.niye.go.jp/>



Facebook

スタッフからの投稿で毎日更新しています。
<https://www.facebook.com/profile.php?id=100053854163094>



Instagram

スタッフからの投稿で毎日更新しています。
<https://www.instagram.com/myokoshizen/>



YouTube

施設の利用方法、活動プログラムや教育事業の様子などを動画で紹介しています。
<https://www.youtube.com/channel/UCqPHP4Vfw3nccOfutGyQtaA/featured>



本号では令和5年度に実施した事業がSDGsのどの項目に関連するか分かるようにしています。

圧雪車復活プロジェクトクラウドファンディングの取り組みについて

令和5年1月のとある日、30年以上の間、フィールドを整備し雪プログラムを支えてきた圧雪車が壊れて動かなくなっていました。

妙高青少年自然の家にとって雪のプログラムは自慢であり、「たくさんの子供たちに雪を体験して欲しい！圧雪車を更新する何か良い方法はないだろうか？」と全職員でミーティングしたところ、「クラウドファンディングを活用すれば、必要な資金の一部を集めることができるのではないだろうか」と提案がでてきました。そこでクラウド



ドファンディング（CAMPFIRE）のサイトに登録し目標額を130万円に設定、広く資金を募ることにしました。本当にこれだけの金額が集まるのだろうか？ 支援して下さる方々はどうなるのだろうか？ と不安を抱えながらのスタートでしたが、96名の方々から目標額の130万円をご支援頂くことができました。

お陰様で今シーズンのフィールド整備に大活躍し、子供たちの雪プログラムの充実につなげることができました。これもひとえにご支援くださった方々をはじめ、妙高青少年自然の家を応援して下さる皆様のおかげです。誠にありがとうございました。