

## 「能登まるごと体験！若者交流 スローライフ IN のと」

---

- ◆期 日 平成21年9月1日（火）～7日（月）【6泊7日】
- ◆会 場 羽咋市（国立能登青少年交流の家、永光寺）  
穴水町（ふるさと体験村「四季の丘」、能登ワイン株式会社、穴水町農家・漁家）  
輪島市（舳倉島内、舳倉島民宿「つかさ」）
- ◆対 象 大学生・社会人 20名
- ◆参加者 11名（大学生5名、社会人6名）
- ◆指導助言 金沢星稜大学 人間科学部教授 池田 幸應
- ◆講 師 ふるさと体験村「四季の丘」支配人 森岡 善弘 外3名
- ◆主 催 国立能登青少年交流の家
- ◆後 援 穴水町、新潟・富山・石川・福井・滋賀各県教育委員会
- ◆協 賛 JAおおぞら、能登ワイン（株）

### 1 趣旨

- (1) 能登半島の豊かな自然・風土・文化の中で、農業・漁業体験や地域の方々との温かな交流を通して、社会性やコミュニケーション能力を身に付ける。また、集団の中における自分自身の役割や存在感を自覚し、責任感や自己肯定感を高めたり、相手に対する思いやりを深めたりなど、社会的自立を促進する。
- (2) 青年の社会性やコミュニケーション能力を高めるためのプログラムを探る。

### 2 ねらい

- (1) 能登半島の豊かな自然・風土・文化の中で、農業・漁業体験や地域の方々との温かな交流を通して、社会性やコミュニケーション能力を高めることができる。
- (2) 集団の中における自分自身の役割や存在感を自覚させることにより、責任感や自己肯定感、相手に対する思いやりを意識して行動することができる。

### 3 活動の概要

【9月1日（火）】 場所…国立能登青少年交流の家

15:30 開講式

16:00 講義「能登まるごと体験！若者交流の意義」

講師…金沢星稜大学 人間科学部教授 池田 幸應

日程確認

17:00 アイスブレイク

19:30 自炊の計画作成



#### 開講式

主催者を代表して坂所長の挨拶の後、講師、スタッフの自己紹介などを行った。



「能登まるごと体験！若者交流の意義」について金沢星稜大の池田教授にこの事業の趣旨や意義についてご講義していただいた。



#### アイスブレイク

お互いを知るために、個々で考えた質問を参加者全員に尋ねて交流を深めた。



#### 自炊の計画作成

班ごとに、カレーやオムライスなど、予算内でできる料理を考えた。

【9月2日（水）】 場所…能登ワイン工場、四季の丘 他

10:00 自炊の買い物（スーパー「どんたく」）

10:50 能登産ぶどう収穫体験

13:45 能登ワイン工場見学

15:00 農作業体験（メロンを収穫したハウスの撤収作業）

20:00 舩倉島についての事前学習



#### 自炊の買い物

前日に計画したメニューに従い、決められた予算内で買い物をを行った。



#### 能登産ぶどう収穫体験

能登ワインの原料になるぶどうの収穫を行った。味見をして、同じぶどうでも、糖度によって味が違うことを確認した。



#### 能登ワイン工場見学

ワインの製造過程を詳しく教えていただいた。試飲をして、熟した年数によって味が違うことを確認した。



#### 農作業体験

（メロンを収穫したハウスの撤収作業）

足下が悪く、暑い中での力作業を通じて、農業の大変さや苦労を実感した。また、お互いに協力することの大切さを知ることができた。



### 舢倉島についての事前学習

舢倉島について記載されている新聞記事や、「今昔物語」で述べられている舢倉島を舞台にした説話を読んだ。

【9月3日（木）】 場所…舢倉島内

9:00 輪島船乗場より定期船「ニューへぐら」に乗車

10:30 舢倉島船乗場到着

13:00 班別散策活動

17:00 夕食（民宿の方も交えて）



### 定期船「ニューへぐら」に乗車

途中、七ツ島を横切り、輪島港から出発して1時間半後に舢倉島に到着した。



### 班別散策活動

班ごとに、舢倉島内を自由に散策した。島にある託児所の職員の方や診療所の医師、海士（あま）さんに島での仕事の実態についてうかがうことができた。また、託児所では、島に住んでいる子どもたちと一緒にかわりながら、楽しく時間を過ごすことができた。（次ページへ写真続く）







### 夕食

お刺身やさざえの壺焼きなど、島ならではの料理が出された。民宿の方とも語り合いながら、有意義に時間を過ごすことができた。

【9月4日（金）】場所…舢倉島内、四季の丘 他

9:00 レクリエーション活動（ビジュアルオリエンテーリング）

15:00 舢倉島船乗場より定期船「ニューへぐら」に乗車

16:30 輪島船乗場到着

17:00 自炊の買い物（スーパー「どんたく」）

18:00 参加者交流会（バーベキュー）



### レクリエーション活動（ビジュアルオリエンテーリング）

班ごとに、舢倉島の自然や風土、文化にも触れながら、事前に写真で示された神社やヘリポートなどの場所を探した。

【9月5日（土）】場所…四季の丘、穴水町農家・漁家

9:00～17:00 農村交流1班（指導…森岡 善弘）農村交流2班（指導…高尾 良雄）

漁村交流1班（指導…松村 政揮）



### 農業班①

農家の方に操作方法を教えてください、実際にコンバインを使って稲刈りを行った



### 農業班②

ハウスメロンの茎を、ひもに巻き付けて伸ばす作業を行った。



### 漁業班

船に乗り、牡蠣が養殖されている様子を見ることができた。また、養殖中の牡蠣を取り出し、汚れてしまった牡蠣の表面をきれいに洗い落とした。



【9月6日（日）】 会場…永光寺、国立能登青少年交流の家

10:00 坐禅体験

14:00 体験活動のまとめ①

20:30 参加者交流会



### 坐禅体験

羽咋市にある「永光寺」で行った。これまでの活動だけではなく、自分自身の生き方についても見直すいい機会となった。



### 体験活動のまとめ

交流の家にて、活動した様子の写真を見ながら、1週間を振り返った。その後、体験したことを模造紙を使って、日ごとに学んだことや感想等を写真付きでまとめた。

【9月7日（月）】場所…国立能登青少年交流の家

9:00 体験活動のまとめ②

11:00 体験プレゼンテーション

11:50 閉講式



### 体験プレゼンテーション

日ごとに学んだことや感想等を発表した。参加者からは、「仲間や能登地方の方々とのよい出会いがあり、学ぶことがいっぱいあった」や、「農業・漁業に携わっておられる方々の苦勞を知るいい機会であった」と述べられた。

## 4 事前・事後調査による事業分析

事業評価を目的とし、参加者11名を対象に事前・事後における変容を把握するため、調査を実施した。有効回答数は10名分である。調査項目は事業の趣旨をふまえ、「自己肯定意識尺度」41項目を使用した。

本調査項目は、対自己領域と対他者領域に分けて測定するものである。対自己領域としては、「自己受容」、「自己実現的態度」、「充実感」、対他者領域としては、「自己閉鎖性・人間不信」、「自己表明・対人的積極性」、「被評価意識・対人緊張」と、それぞれ3つの小領域がある。したがって、それぞれの領域ごとに合計得点の平均値を算出し、事前事後で比



較した。(結果の表・グラフは、次ページにて。)

結果より、対自己領域としては、3つの小領域すべてにおいて、事業後に平均値が上がったということがいえる。

「自己受容」では、「自分なりの個性を大切にしている」、「私には私なりの人生があっていいと思う」、「自分の良いところも悪いところもあるままに認めることができる」、「自分の個性を素直に受け入れている」の4項目から構成されている。昨年度とは異なり、今回の事業で平均値が上がったということは、少人数で行ったことで、一人一人の参加者とお互いに質の高いコミュニケーションを深め、新たな自分自身のよさを発見することができたからだと思われる。

「自己実現的態度」については、「自分の夢をかなえようと意欲に燃えている」、「情熱を持って何かに取り組んでいる」、「前向きの姿勢で物事に取り組んでいる」、「自分のよい面を一生懸命伸ばそうとしている」、「張り合いがあり、やる気が出ている」、「本当に自分のやりたいことがなんなのか分からない(逆転項目)」、「自分には目標というものがない(逆転項目)」の7項目で構成されている。この平均値が上がったということは、厳しい条件の中で働いている舳倉島の島民の方や、穴水町の農家、漁家の方々との交流を通じて、何事もあきらめないで取り組むという態度が身についたからだと思われる。

「充実感」については、「生活がすごく楽しいと感じる」、「わだかまりがなく、スカッとしている」、「充実感を感じる」、「精神的に楽な気分である」、「自分の好きなことがやれていると感じる」、「自分はこのびのびと生きていくと感じる」、「満足感がもてない(逆転項目)」、「ここから楽しいと思える日がない(逆転項目)」の8項目で構成されている。この平均値が上がったということは、舳倉島での生活や農業・漁業体験、坐禅体験など、1週間かけて行ったそれぞれのプログラムで、満足感を得て、生きていく上で、やり遂げることのよさに気づくことができたからだと思われる。

ところで、他者領域については、どの項目においても、統計的に事業後において、平均値が上がった項目はなかった。昨年度、平均値が上がった「自己表明・対人的積極性」について、今回の事業で結果が見られなかったのは、共同生活をする上において、昨年度よりも、参加者が多人数で関わる機会が少なかったからではないかと考えられる。しかし、参加者の声やアンケートより、「少人数で行ったからこそ、まとまりがあって仲良くすることができた」や、「参加者全員の価値観を知ることができてよかった」等の意見が出された。

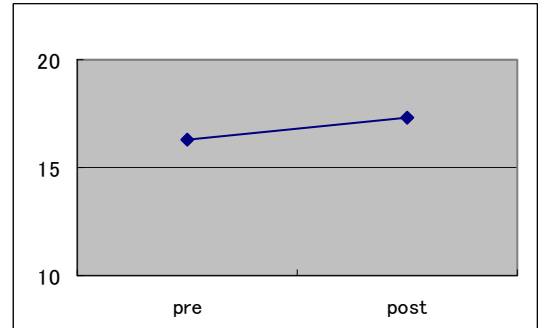
#### 〔参考引用文献〕

堀 洋道・山本 眞理子、心理測定尺度集 I 人間の内面を探る〈自己・個人内過程〉、サイエンス社、p16-p22

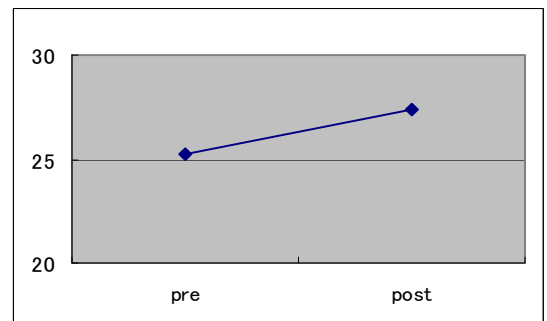


## 【对自己領域】

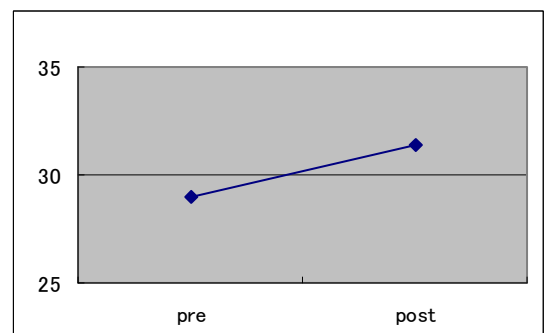
自己受容			
	pre	post	difference
mean	16.3	17.3	1
varp	10.01	8.01	1.4
var	11.1	8.9	1.56
自由度			9
差標誤			0.39
t值			2.53
t 確率			0.015



自己實現的態度			
	pre	post	difference
mean	25.2	27.4	2.2
varp	34.56	40.84	9.96
var	38.4	45.4	11.1
自由度			9
差標誤			1.05
t值			2.09
t 確率			0.033



充實感			
	pre	post	difference
mean	29	31.4	2.4
varp	58.4	60.24	10.24
var	64.9	66.9	11.4
自由度			9
差標誤			1.07
t值			2.25
t 確率			0.026



## 5 成果と課題

### (1) 成果

- ・ この企画事業を通じて、参加者の「対自己領域」を向上させることができた。
- ・ 舳倉島の方や、農家・漁家の方々と交流や体験活動を行うことで、地域の温もりや、人と人との関わりのよさに気づき、まとめや振り返り、アンケートの中で表すことができた。
- ・ 若者同士が1週間、生活を共にすることで、自分の役割や存在感を認識することができた。中でも、自炊活動では、日が経つごとにお互いに協力してできるようになり、スタッフの指示が少なくても自主的に行うことができた。
- ・ 舳倉島のプログラムでは、のどかな環境の中で、ゆとりを持って時間を過ごせたことにより、“スローライフ”を満喫することができた。また、日々の生活について見直すいい機会となった。

### (2) 課題

- ・ 舳倉島へ行くプログラムを入れたことにより、昨年度より1泊分長くなった。また、参加費も船の運賃代や宿泊費が追加されて高くなった。社会人にとっては、時期が9月であり、期間が長かったということ、大学生にとっては、参加費が高かったということから、当初の募集定員に満たなかったと考えられる。そこで、今後計画するのにあたっては、時期（8月中：参加者の意見より）や期間（5泊6日以内：参加者の意見より）、参加費（10,000円程度：参加者の意見より）を見直す必要がある。
- ・ 長期プログラムの参加者は、経験があり知識や技能が高い人もいれば、初めての人もいる。この両者をどのように共有していけばよいのか考える必要がある。具体的には、参加者全員に事前アンケートをとり、意識調査をした上で班編制を行ったり、振り返りや事後アンケートを行う際には、質問内容を別にして行ったりするなどの工夫が求められる。

## 6 参考（参加者の感想）

### 【舳倉島について】

- ・ 活気にあふれ、人の香りがする島だった。また、コミュニティが小さく、まとまっていて、島民同士が顔の見える関係であった。
- ・ 舳倉島は、「今昔物語」の舞台にもなっており、様々な伝説があるようで、とてもおもしろい島だと思った。
- ・ 島で働く漁師や海士（あま）さんだけでなく、託児所で働く職員の方や診療所の医師とも話げできたのはよかった。島での働く人の苦勞を知るいい機会であった。

### 【農業・漁業体験から】

- ・ 作業を教えて下さった方は、優しく、明るくていい人であった。1つ1つのメロンを

大切に扱っておられたのが印象に残った。

- ・ 農業・漁業に携わっておられる方の大半は、高齢者であるため、多くの青年に体験をさせて、実態を知る機会があればよいと思った。
- ・ 農業や漁業に携わる方の仕事に対する情熱や誇りを強く感じた。
- ・ 身近な地域で農作物を作って、その地域で食べるようにすれば（地産地消）、コストが削減されて、地域活性化につながるのだということを知るいい機会であった。
- ・ 今回の体験を機会に、その他の農作業体験や自給自足の生活をしてみたいと思った。

#### 【企画事業全体を通して】

- ・ 初めて能登を訪ねた。とてもいい場所でまた来てみたい。特に、地元の方々とお会いし、様々な場面で、「食」について考える機会があり、学ぶことができてよかった。
- ・ 1週間のプログラムだと、5、6日目くらいになると、仲間との絆が深まり、協力することができるようになってよい。中でも自炊活動では、買い物の時も含めて、役割分担が自然と決まって、それぞれ自分の責任を果たしていた。
- ・ 地域の大人の方々との交流だけでなく、託児所にいる子どもたちと交流を深めて、楽しく時間を過ごせたのはとてもよかった。