

石川縦断キャンプ ACTIVE 2018



平成30年度 青少年の体験活動の推進「体験活動推進プロジェクト」(文部科学省委託事業)



「自己肯定感を高め、主体的に生き抜く子供の育成」を目指した取組！

独立行政法人国立青少年教育振興機構
国立能登青少年交流の家

はじめに

グローバル化の進展や絶え間ない技術革新により、社会構造は大きく、急速に変化しており、予測困難な時代となっている。今の子供たちが成長して社会で活躍する頃には、厳しい挑戦の時代を迎えていると予想される。このような時代に、子供たちには他者と協働して課題を解決していくことや、困難な状況の中で目的を再構築することが求められている。

本事業は、「自己肯定感を高め、主体的に生き抜く子供の育成」を目指した、10泊11日の長期移動型のキャンプである。そのために負荷をかけるプログラムデザインを設定し、ねらいを明確にしながら自己肯定感を高める取り組みを行ってきた。子供たちは「自分の壁を乗り越えたい」、「主体的に行動したい」などそれぞれの目的をつかむため、雄大な自然の中で厳しさを感じながら仲間との存在に助けられながら、自分の存在感を強く感じとり成長していく。このような経験を通して培った力が社会を生き抜く力となり、これからの激動の社会を切り開くたくましい子供に成長することを願っている。

「自己肯定感を高め、 主体的に生き抜く子供の育成」 を目指した取組

目次

行程図	1
事業のねらい	2
連携・協力	3
プログラムデザイン	4
キャンプの概要(4つのステージ)	6
教育効果の検証	14
主なプログラムの装備・安全面	24
事業の成果と課題	25
ACTIVE2018に携わって	26
所長あいさつ	28





10日目
サイクリング
約34km

⑧



8日目
サイクリング
約74km

⑥



7日目
サイクリング 約45km

⑤



6日目
サイクリング 約78km



荒天のため美川臨海公園～
国立能登青少年交流の家まで
サイクリングを中止 (バス移動)



2・3日目
白山登山 2,772m

— 登山

— サイクリング

— バス移動



4日目
サイクリング 約20km

①

②

③

④

登山 (別当出合、室堂・御前峰)

① 別当出合



② 室堂 御前峰



③ 県立白山ろく少年自然の家



④ 県立白山青年の家



⑤ 国立能登青少年交流の家



⑥ 松島オートキャンプ場



⑦ 県立能登青少年自然の家

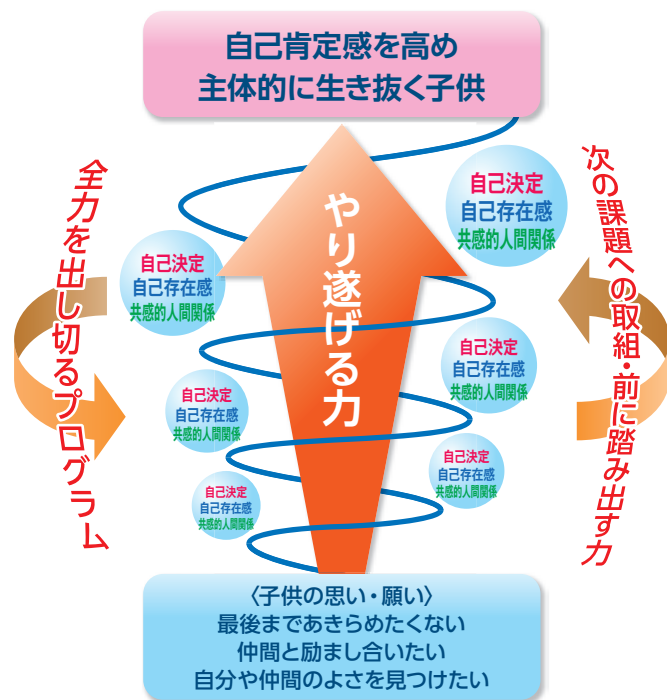


⑧ 禄剛崎



サイクリング (白山ろく少年自然の家、禄剛崎) 約251km

ACTIVE2018 構想図



ACTIVE2018の柱を「困難に直面しても目標を達成しようと実行する力=『やり遂げる力』とした。

この『やり遂げる力』を育成するためには、日常的な「体験」だけでなく、意図的な「体験」が重要である。それには、子供たちに負荷をかけ、対象（友達や自然など）に積極的にかかわる中で、自分の成長を実感できるプログラムを組むことが大事である。仲間と共に小さな挑戦と達成を積み重ねることにより『やり遂げる力』も徐々に大きく、強くなっていく。

ACTIVEでは、意図的に困難な状況をつくり、主体的に困難を乗り越えるプログラムをデザインしている。その実践において仲間と共に小さな挑戦と達成を積み重ねることにより、やり遂げる力の高まりを検証できた。その検証の過程において、自己肯定感の高まりが見られた。

自己肯定感を高めるためには、自己有用感を獲得することが大切であり、そのためには、他者とのかかわりが必要不可欠である。「友達と励まし合って活動に取り組む」「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る」という自己評価をとおして仲間から自分の存在が認められたという実感を得ることで、自己有用感を獲得していく。その道のりは、試行錯誤と切磋琢磨の繰り返しによるものである。時には、意見

見をぶつけ合い、納得がいかにくやし涙を流し、一步を踏み出す力を仲間からもらい、仲間の言動に憧れ、深く自己を見つめる力が増していく。そして得た自己有用感、物事に取り組む意欲を一層高めた。

本年度は事業を通して主体的な姿勢を育成し、さらに自己肯定感を高めるにはどのような工夫、評価が有効かを検証した。

「やり遂げる力」を支える3つの機能「自己決定する・自己存在感を実感する・共感的人間関係を育成する」

「やり遂げる力」を支える3つの機能を「自己決定する・自己存在感を実感する・共感的人間関係を育成する」と定める。これは、人が生きていくためには、課題解決に向け他者を大切にしながら自己決定すること、他者や自然を含む周辺環境の中で自己存在感を実感すること、相互に尊重し、信頼し合いながら共感的人間関係を育成すること、この3つが必要不可欠だと考えたからである。

構想図にあるように、『やり遂げる力』は、この3つの機能に支えられながら大きくなっていく。「やり遂げる力」を高めるためには、子供たち自身がこの3つの機能を自覚し、その過程を螺旋的に繰り返していくことが大切である。「自己存在感を実感する」の中で特に「自分自身のよいところを見つけることができる」姿を大切に、仲間との励まし合いの中で自己肯定感を高め、主体的に生き抜く子供の育成を図った。また、量的評価として、9つの評価項目とともに自己肯定感尺度を用いて成長の変容を見取り、評価に生かすこととした。

ACTIVE2018 3つの機能と9つの評価項目

自己決定する			自己存在感を実感する			共感的人間関係を育成する		
具体的 な 子供の姿 (評価項目)			具体的 な 子供の姿 (評価項目)			具体的 な 子供の姿 (評価項目)		
自分から進んで友達や指導者に話することができる			自分自身のよいところを見つけることができる			友達と励まし合って活動に取り組むことができる		
指示されるだけでなく、自分で考えて行動することができる			仲間の存在の大切さを感じることができる			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る		
あきらめないで最後まで頑張り抜くことができる			自然の素晴らしさや厳しさを感じることができる			相手の気持ちを考えながら話を聞いたり、行動したりすることができる		

連携施設との企画会議

この事業は、今年度が3年目であり、引き続き石川県内にある公立青少年教育施設の3施設（白山ろく少年自然の家・白山青年の家・能登少年自然の家）及び石川県教育委員会生涯学習課との連携のもと、「企画委員会」を設立し、昨年の課題をもとに企画段階からともに計画を練った。

このことは、ナショナルセンターとして公立施設に対し、活動の運営方法や安全管理、さらに教育的意義等について、普及啓発していくこともねらいとしている。

本年度は文部科学省の「体験活動推進プロジェクト」の委託を受け、推進会議も行った。



	日時	主な協議内容
第1回 全体会	3月15日(木)	29年度キャンプの報告 30年度キャンプのねらい・構想の共有 - 事業の趣旨を踏まえた公立施設プログラムの検討
第2回 部会	4月20日(金)	- プログラムデザイン・評価 - 必要物品・必要経費・チラシ・開催要項の検討
	4月26日(木)	
第3回 全体会	5月15日(火)	- 活動日程の具体化 - 公立施設利用確認・役割分担（連携の在り方）・必要物品
第1回 推進会議	7月2日(月)	- 体験活動推進プロジェクト - 自己肯定感を高めるためのプログラムの実施方法、評価 - 自己肯定感尺度の検討
実地踏査(登山)	7月5日(木)・6日(金)	- 登山事前研修 - 実際のルートでの登山 - 職員のスキルアップ、安全面への配慮、装備の検討
第4回 全体会	7月24日(火)	- 細案の共通理解 - 事前準備 - 実地踏査、事前説明会での参加者の様子を受けての打ち合わせ
第2回 推進会議・ 第5回 全体会	11月22日(木)	- 事業の反省 - 報告書について - 次年度の方向性

白山登山における外部機関との協力体制

1. 事前協力

○職員・ボランティアへの登山研修

登山経験豊富な石川工業高等専門学校ワンダーフォーゲル部顧問より職員・ボランティアへ服装・携行品・安全面・登山行程でのチェックポイント等の研修を行った。

○参加者の健康チェック

白山登山に帯同する看護師に、参加者の健康状態について相談し、必要に応じて事前に医師の診断を受けるよう参加者へお願いするなどした。

2. 白山登山行程における協力

登山ガイド1名、看護師1名と石川高専ワンダーフォーゲル部より顧問1名、部員7名が帯同した。看護師及び顧問と2名の部員は昨年度も帯同しており、参加者とコミュニケーションを図りながら安全に登山できた。



白山登山実地踏査



石川高専ワンダーフォーゲル部と
看護師による白山登山帯同



公立施設職員による
イワナつかみ指導



公立施設職員による大型カヌー指導

作成のPoint

- 全体のねらい達成に向け、長期間のキャンプを4つのステージに分けて設定する
- ステージのねらいに合わせ、主体的に生き抜く力を育成する活動のポイントを明確にする
- ひと目で分かるように1枚のシートにまとめる

「自己肯定感を高め、主体的に生き抜く子供の育成」のため、次の3つの機能をととして、「最後までやり遂げる力」を螺旋的に養う。

自己決定する **自己存在感を実感する** **共感的人間関係を育成する**

1 Encounter Stage 出合いのステージ

これからの活動に対し、新しく出会った仲間とともに、前向きに取り組んでいこうとする意欲をもつ

自己肯定感を高め、主体的に生き抜く力の育成

◇自己決定する

- 初めて出会う仲間とかかわり、進んで話をする
- 指示を聞き、自分で考えて登山の準備をする

◇自己存在感を実感する

- 自分が目的をもって参加していることを意識する
- 今何ができるかを考え、自分たちで決まりを守って行動できるようにする

◇共感的人間関係を育成する

- チームで団結して登山しようという気持ちをもつ
- チームの仲間とともに、目当てについて話し合う

プレ 7/22 ① 8/11

- 事前説明会
 - キャンプの概要
 - サイクリング練習
- 開講式
- グループワーク
- 登山指導
 - 歩き方指導他、パッキング

スタッフのかかわり方

- ☐ 意図的にグループに入り、子供同士の積極的なかかわりを促す声かけをすることで緊張をほぐす
- ☐ 子供たちに笑顔で接し、ともに頑張っていこうという前向きな言葉をかける
- ☐ スタッフ同士、子供同士、スタッフと子供でキャンプネームで呼び合う雰囲気を作る
- ☐ 旗作りや振り返りカードへの記入の仕方を指導し、継続的な振り返りを充実させる
- ☐ 集団生活のルールや公共マナーについて指導し、意識付けを行う
- ☐ 個の特徴をつかみ、記録を取る

2 Team Building Stage チーム作りステージ

同じ班の仲間と励まし合い、目的を共有しながら登山することにより、仲間意識を高め、その意識をサイクリング行程へつなげる

自己肯定感を高め、主体的に生き抜く力の育成

◇自己決定する

- 指示されなくても、しおりを見て行動する
- 登山では、最後まであきらめず、頑張り抜く

◇自己存在感を実感する

- 自分らしさを発揮するとともに、周りとは異なる考えや得意なこと大切にして、「集団」から「チーム」へと意識を高める
- 登山行程で互いの考えや行動の良さを肯定的に認め合えるようにする

◇共感的人間関係を育成する

- 積極的に声をかけ合い、登山をする
- リーダーシップ、フォローシップを発揮する(固定的ではない役割分担)

② 8/12 ③ 8/13 ④ 8/14

- 登山
 - 山小屋泊(室堂)
 - 白山山頂アタック
- 白山ろく少年自然の家プログラム(イワナつかみ)
- サイクリング
 - 白山ろく少年自然の家→白山青年の家

スタッフのかかわり方

- ☐ 登山行程では、安全面に特に留意する
- ☐ 積極的に子供を励ます。また、子供同士が励まし合っている場面を見付け、認める
- ☐ 子供の体力的な様子に目を配り、連絡を密にし体調の変化の把握に努める
- ☐ 「集団」から「チーム」へ転換させることを意識しながら支援する
- ☐ 登山行程で身に付いた力が、イワナつかみやサイクリング行程につながっているか着目する
- ☐ 子供の人間関係について実態把握し、スタッフ間の連絡を密にして支援する
- ☐ 登山行程を終えた達成感を共有し、サイクリング行程への意欲につなげる

活用のPoint

- ・全スタッフが持つ「記録用ノート(野帳)」に貼り付け、常備する
- ・参与観察や活動支援の際、ねらいに沿った対応を心がける
- ・スタッフミーティングの際、特にステージの切り替わりで、ねらいやスタッフのかかわり方等を確認する

自己肯定感を高め、主体的に生き抜く子供の育成

4 Starting Stage 旅立ちのステージ

全日程をやり遂げた達成感を感じるとともに、自分の成長を見つめ、これからの自分の生き方について考える

自己肯定感を高め、主体的に生き抜く力の育成

- ◇自己決定する
 - ・周囲の支えを意識しながら、自分の言葉で感想を伝える
- ◇自己存在感を実感する
 - ・最後まで頑張り抜いた自分を見つめ、成長を実感する
 - ・困難なことや悩んでいることは仲間も同じようにあることに気づき、これから仲間を大切にしていこうという気持ちをもつ
- ◇共感的人間関係を育成する
 - ・最後のサイクリングを、仲間と声をかけ合ってゴールする

⑩ 8/20 ⑪ 8/21

- サイクリング
 - ・能登少年自然の家→禄剛崎灯台
- ふりかえり
- 閉講式
- 最後の昼食

スタッフのかかわり方

- 子供の気持ちがゴールに向けて高まっていくような言葉がけを心がける
- キャンプ当初のころの自分を想起させ、やり抜いたことに対する自信をもたせる
- 片付けを通して、最後まで感謝の気持ちをもってやり遂げる気持ちを高める
- キャンプが終わっても、これからの自分に対し、どのように生かしていきたいか、しっかりと考えさせる機会を充実させる。
- これからも、何事に対しても主体的に生き抜くよう言葉をかける

3 Challenge Stage チャレンジステージ

困難なサイクリングに対し、あきらめずに挑戦する。また、仲間と話し合ってルートを決め、やり抜くことにより、仲間の大切さを実感する

自己肯定感を高め、主体的に生き抜く力の育成

- ◇自己決定する
 - ・あきらめないで、最後までやり遂げる
 - ・チームで話し合って選択ルートを決め、自分たちで判断して行動する
- ◇自己存在感を実感する
 - ・仲間の励ましや助けがあって頑張れたことを実感し感謝する
 - ・やり抜いた自分の頑張りに気付く
- ◇共感的人間関係を育成する
 - ・困難なことに対し、仲間とともに立ち向かっていることを実感し、互いのよさを認め合う
 - ・仲間と励まし合いながらサイクリングに取り組む

⑤ 8/15 ⑥ 8/16 ⑦ 8/17 ⑧ 8/18 ⑨ 8/19

- 白山青年の家プロ(オリエンテーリング、野外炊飯)
- サイクリング
 - ・白山青年の家→国立能登青少年交流の家
 - ・国立能登青少年交流の家→能登島キャンプ場(選択ルート)
 - ・能登島キャンプ場→能登少年自然の家(選択ルート)
- 能登少年自然の家プログラム(大型カヌー)
 - ふりかえり、ボランティア企画

スタッフのかかわり方

- オリエンテーリングでは、自分たちで考えて行動できるよう支援する。
- 公道の安全な走り方を指導し、安全面に留意する
- 子供の体力的な様子に目を配り、体調の変化の把握に努める
- 子供の意欲を高め、自発的な励まし合いが出るような支援方法を探る
- 選択ルートでは、子供たちの話し合う姿を見守り、その決断を尊重することを前提に支援に当たる。ここでの判断力の育成を念頭に置き、子供の様子を観察する
- 仲間、家族、スタッフへの思いを巡らす時間を意図的に設定することにより、自己肯定感をもったり、周囲の人と支え合っている自分に気付いたりするように促す

出合いのステージ

7月22日(日)・8月11日(金)
～事前説明会、開講式～

ステージのねらい

これからの活動に対し、新しく出会った仲間と共に取り組んでいこうとする意欲をもつ。



本ステージのポイント

- 事前説明会およびグループ編成について
 - ・キャンプの概要、支援体制等を参加者と保護者に説明することで、キャンプへの期待や安心感をもつ機会とする。
 - ・6人グループを決めるにあたり、体力面や学びの面を配慮するため、事前説明会での子供の様子を考慮した上で、グループ編成を行う。
- 1日目(8/11)のプログラムについて
 - ・6人グループで11日間やり遂げることを意識するために、キャンプ初日は、アイスブレイクやチームフラッグ作りなど、ボランティアスタッフも交えた班の交流の機会を多く設定する。
 - ・全員、初対面の参加者が、共に11日間を生活する仲間として、お互いの思いを感じること、安全かつ、安心できるキャンプにすることを常に意識させながらプログラムを進める。

7月22日 事前説明会 能登青少年交流の家



新しい仲間との出合い

2018年7月22日、事前説明会当日、応募者114名の中から選び抜かれた参加者18名が国立能登青少年交流の家に集まりました。緊張と不安、そしてこれから始まる石川縦断キャンプACTIVE2018への期待に胸を膨らませている様子でした。

初めて出会う仲間たちと顔を合わせ、不安や緊張を浮かべていた参加者の表情がレクリエーションを行うことで、次第に笑顔が増えていきました。これから活動を共にする仲間との心の距離を縮めていきました。

そのほかにもキャンプの行程説明や、大塚製薬の方からの熱中症対策の話、サイクリング活動のための自転車選び、ギアチェンジ等の自転車の乗り方の練習、サイクリング試走を行いました。

本番までに準備しておかなければいけないことをしっかりと聴き、本番への期待を胸に事前説明会を終えることができました。

8月11日 開講式 白山ろく少年自然の家



開講式

キャンプ本番。受付に集まる子供達は元気いっぱいです。いよいよ開講式が始まりました。能登青少年交流の家の中山所長が激励の言葉を述べ、6名のボランティアスタッフと登山行程に同行してくださる石川工業高等専門学校ワンダーフォーゲル部の方々が自己紹介を行いました。その後、子供達は家族に「行ってきます」の挨拶をしました。子供達は少し寂しげであったり、照れくさそうにしていたりと様々でしたが、これから始まる10泊11日への期待と不安で緊張しているようでした。

アイスブレイク

開講式の後、外に出てレクリエーションをしました。ボランティアスタッフのお兄さんお姉さん、同じ班の仲間たちと交流を深めました。

それからチームフラッグの作成です。班全員の手形をつなげて1つの輪を作りました。自分の手形にこのキャンプで頑張りたいことを書きました。同じ班の仲間達がどんな思いで参加しているのかが少し分かったようでした。

そのあとは班のメンバーと一緒に最初の夕食。陶板焼きを囲んで、班員やボランティアスタッフと仲良く食事をしました。自分達で役割分担をして準備から片付けまでしっかりと行いました。



明日に向けて

夜にはいよいよ明日の白山登山に向けて準備です。体調管理や安全な歩き方、登山をする上で気をつけなければいけないことをワンダーフォーゲル部顧問の團野先生に説明してもらいました。

説明の後、自分達で荷物のパッキングを行い、明日のチャレンジに向けて、就寝しました。



ステージのねらい

同じ班の仲間と励まし合い、目的を共有しながら登山することにより、仲間意識を高め、その意識をサイクリング行程へつなげる。



本ステージのポイント

○白山登山について

- ・初めての仲間とともに困難を乗り越え、ゴールまでたどり着いたという達成感をもつことで、ここから頑張っていけるという自信につながり、次のサイクリングプログラムへ期待を膨らますようにする。
- ・安全確保を第一に考え、看護師の帯同や石川高専ワンダーフォーゲル部に協力を依頼し、急な事故や病気には専門家に助けを求めることができるようにする。

○イワナつかみについて

- ・チーム力を高めるための手立てとして、「チームで10匹、必ず1人1匹」を捕まえることを条件とし、チームでの団結力を高めるようにする。

○サイクリング行程について

- ・サイクリングロードが中心となる。ゆっくりとしたスピードと休憩を多く取ることで、自転車に慣れるとともに、安全な走行の仕方ができるように意識させる。

8月12日 登山 白山ろく少年自然の家～別当出合～室堂

白山登山

登山初日、天候は曇り。別当出合登山口で準備体操をし、先導してもらう三谷さんから説明と激励の言葉をもらいました。

班ごとに「絶対に登りきるぞ!」と円陣を組み、室堂に向けて出発しました。

傾斜が急な場面や浮石、濡れた石があるたびに先頭の方から順に「気をつけて」「ここ危ないよ」といった声が繋がっていきました。前日の注意が生かされています。

途中、雨に降られる場面もありましたが、子供達は元気いっぱい。班の仲間達はもちろんのこと、すれ違う登山者とも励ましの言葉を自然とかけあうようになりました。

登山も終盤にさしかかり、疲れ訴える子供もいましたが、仲間の励ましの言葉に助けられ、一步一步確実に進んでいきます。

6時間以上かけて全ての班が無事に室堂に到着しました! 終始、曇り空ではありましたが、少しの晴れ間に見える景色や、山の水の味、植生の変化、白山の自然に感動しました。

夜は山小屋に一泊。みんなで一緒にの部屋になり、仲間と会話を弾ませていました。翌日早朝の山頂アタックに備え、しっかりとご飯を食べ、早めの睡眠をとりました。



8月13日 山頂アタック・下山 室堂～別当出合～白山ろく少年自然の家



山頂アタック下山

早朝4時。空はあいにくの雨もよう。それでも山頂を目指そうと眠たい目をこすりながら出発しました。雨の降る中、懸命に山頂を目指しました。空は徐々に白んでいき、山頂に全員到達する頃にはお互いの表情が見えるくらいに明るくなっていました。残念ながら、ご来光は見ることが出来ませんでした。子供達は登りきった達成感を感じているようでした。「今度またご来光を見に来ればいい」と子供達から前向きな言葉がありました。

その後の下山中も次第に、雨がひどくなっていきました。登りの時と同様に、後ろの仲間に声をかけながら進みますが、雨に体力を奪われ、声が聞こえなくなる場面が何度かありました。それでも小休憩のときは「あと少し」「最後まで頑張ろう」と声を掛け合い、仲間同士励ましあいながら一步一步進んで行きました。途中、激しい土砂降りの雨の時間もありましたが、子供達は諦めずに全員無事に下山する事が出来ました。

別当出合登山口に到着したときには仲間と抱き合い、白山登山をやりきった達成感と喜びを分かち合いました。



8月14日 イワナつかみ・サイクリング 白山ろく少年自然の家～白山青年の家



イワナつかみ

白山ろく少年自然の家で過ごす最終日。近くの川まで降り、イワナつかみをしました。自然の家の職員さんにイワナの捕り方、捌き方を説明してもらい、みんなで協力してイワナを捕ります。班の仲間にイワナの場所を教えたり、仲間が捕るために岩を持ち上げたりと白山登山を経て班の団結力がいっそう高まった様子でした。自分で捌いたイワナ。命をいただくことに感謝し、みんな残さずきれいに食べました。

サイクリング～part1～

お世話になった白山ろく少年自然の家の方々にお礼とお別れを告げ、いよいよサイクリングが始まります。約20kmを走行し、白山青年の家を目指します。円陣を組み、気合いを入れて出発しました。比較的なだらかな道をそれぞれの班でペースを守りながら進みます。

白山青年の家の前、最後の登り坂では後から来る仲間達に「頑張れ！あとちょっとや」と声をかけたり、一緒に並走する姿がありました。キャンプ4日目になり、班の中はもちろん、参加者全員の団結力も高まってきました。



チャレンジステージ ～サイクリングプログラム～

8月15日(水)～19日(日)

ステージのねらい

困難なサイクリングに対し、あきらめずに挑戦する。また、仲間と話し合っ



本ステージのポイント

- サイクリング行程について
 - ・徐々に負荷がかかるようルートを作成した。16日は勾配が緩やかな長距離、17日は勾配が急な短距離、18日は勾配が急な長距離というように段階を踏むことで、困難度を上げ、1日ごとに達成感を得られるようにする。
- 能登島選択ルートについて
 - ・能登島では、子供たちが地図を手掛かりに自分たちでルートを考え、走行する。この間、スタッフは子供たちの意見を尊重することを前提に支援にあたる。
- 滞在施設でのプログラムについて
 - ・フォトオリエンテーリング、大型カヌー、ボランティアスタッフ企画は、コミュニケーションを促進し、チームワークをより高めることを目的に行う。
 - ・18日夜のふりかえりや、19日夜の保護者からの手紙など、子供たちが他者をとおり自分自身を見つめ直す時間を設定し、自己肯定感をもつとともに、周りの人と支え合っている自分に気付くようにする。

8月15日 白山青年の家

フォトオリエンテーリング

班ごとに施設周辺の地図を見て指定ポイントを探すフォトオリエンテーリングを行いました。班で話し合いをしながら進む中で、意見がまとまらないときもあり、地域の人に話を聞いたりもしながら、全員で意見を調整して進みました。帰りはみんなで白山比咩神社にお参り。今後のACTIVEの無事を祈りました。



野外炊飯

夕食はカレーライス。班ごとに野菜を切る係、火をおこす係など役割分担をして協力しながら作りました。自分達で作ったカレーの味は格別です。他の班の作ったカレーを少しずつ味見してみても、やっぱり1番は自分達の班のカレーでした。

食べた後はみんなで後片付け。「鍋洗うよ!」「じゃあ机拭いとくね」など役割分担や声かけが自然とできるようになってきました。



8月16日 白山青年の家～能登青少年交流の家



トラックで雨宿り



サイクリング～part2～

白山青年の家の方々にお礼とお別れを告げ、次は能登青少年交流の家を目指します。約78kmの道のり。前日からの天気予報は大荒れの予報でした。強い風が吹き付ける中、懸命に進みますが、途中約20km進んだ時点で台風による大雨と強風のため、サイクリングを中断しバスでの移動となりました。とても悔しい思いをしました。

夜は振り返りと翌日の選択ルートの話し合い。気持ち新たに班ごとで相談しました。

8月17日 能登青少年交流の家～松島オートキャンプ場 能登島選択ルート1日目



サイクリング～part3～

前日とはうってかわって、青空の広がる快晴。能登青少年交流の家を元気よく出発しました。前日の話し合いで決めた選択ルート。能登島大橋ロードパークから先は、子供達が先頭で走行します。前日走れなかった気持ちをバネに、あえて困難なルートを選ぶ班もありました。困難を乗り越えてこそそのACTIVE! [LET'S ACTIVE] のかけ声で進みました。途中、何度も足を止めて、話し合います。つきつといい方をしてしまう、意見を聞いてもらえない、わからないまま進む、陰湿な空気が漂うこともありました。しかし班がバラバラになりそうになりにながらも、それでも全員でゴールをしたい気持ちは崩れませんでした。

あたりを夕日が染める中、最後の班が目的地に無事到着した時はみんなで喜びました。

8月18日 松島オートキャンプ場～能登少年自然の家 能登島選択ルート2日目



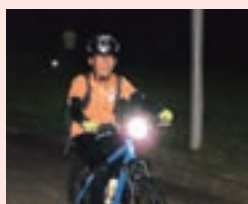
サイクリング～part4～

早朝6時。能登島選択ルート2日目。能登少年自然の家まで途中急勾配のある約74km。選択ルート1日目を振り返り、一層協力して進む班、前日からの課題を引きずりながら進む班、「三班三様」の姿を見せながら、最も過酷な1日が始まりました。

話し合いがうまくいかず、ぶつかり、泣き、それでも班全員でゴールに向かって進む中で、お互いを理解し、少しずつ相手に寄り添うことができました。

能登島を出てからの約60km、きつい登り坂を懸命にこぎ続け、諦めそうになることもいっぱいありました。班の誰かが後ろ向きな言葉を吐く度に、仲間が励まします。お互いの存在が力になっていることを実感しました。

辺りが真っ暗になるころ、最後の班が能登少年自然の家に到着します。待っていた仲間たちは、大きく手を振って出迎えました。



8月19日 能登少年自然の家



ゴールに向けて

能登少年自然の家では大型カヌー体験、ボランティア企画を行いました。最終ゴール、禄剛崎に向けて、チームワークを更に高めました。

夜、保護者からの手紙を読みました。9日間も離れている家族からの手紙。自然に涙が溢れてきました。いつも見守ってくれている家族の存在に改めて気づき、温かい気持ちでいっぱいになりました。

ステージのねらい

全日程をやり遂げた達成感を得るとともに、自分の成長を見つめ、これからの自分の生き方について考える。



本ステージのポイント

- サイクリング最終日の行程について
 - ・時間、距離ともに余裕を持たせ、休憩を多くとるように設定した。参加者に10日間の道のりを想起させ、支えてくれた人たちへの感謝の気持ちや達成感を味わい、残りわずかとなった仲間と過ごす時間を大切にしながら、ゴールに向かう気持ちを高めていくことができるように配慮する。
- ふりかえりについて
 - ・禄剛崎にゴールした直後のふりかえりの時間を長めに設定し、仲間との達成感を共有し、周囲と自分とのかかわり合いを改めて感じることができるようにする。また、事業当初の自分と現在の自分を対比し、自己の成長を実感できるようにする。
- 閉講式について
 - ・保護者の前で事業の感想とこれからの目標を発表する場を設ける。家族に11日間に渡る自分の頑張りと成長を伝えるとともに、本事業での経験を自分の未来にどのように生かしていきたいかを考える機会とする。

8月20日 サイクリング 能登少年自然の家～禄剛崎



ラスト サイクリング

サイクリング最終日。能登少年自然の家にお礼とお別れを告げ、約34km先の最終ゴール、禄剛崎を目指しました。

今までと比べると、途中で休憩を多くはさみながら、ゆっくりとした行程です。

白山ろく少年自然の家から10日間。ずっと一緒に過ごしてきた仲間達。いつの間にか当たり前になっていた時間も残りわずか。子供達は笑顔いっぱいでしたが、時折寂しそうな表情をみせていました。「あと少しで終わってしまう。禄剛崎で折り返してあと10泊しよう」という子供もいました。

昼食をみんな揃って食べた後は、最後になる円陣を組み、最終ゴールへ向けて気持ちを高め合いました。最後の難関、標高約80mを一気に登れば、あとは下るのみです。

最後の坂を今までで1番大きな声で励まし合いながら、全員で登りきりました。

道の駅狼煙では先頭から順にみんなで列を作って、後から来る仲間達を迎え入れていました。サイクリングをやりきった気持ちを仲間と分かち合い、達成感でいっぱいになりました。



禄剛崎ゴール

最後、禄剛崎灯台までは歩いて向かいました。ついにゴールです。

最後の一步は、班で揃えて踏み出しました。約200kmの長い旅路のゴール。10日間の思い出が一気に溢れ出てきます。

禄剛崎で各班振り返りをしました。濃密な10日間を過ごし、思いを共有してきた仲間の言葉を静かに真剣に聞きます。辛かったこと、苦しかったこと、嬉しかったこと。ある子は将来の夢として「今度は自分が子供達を登山に連れて行きたい。」と語っていました。様々なことを話すうちに、自然と笑顔、そして涙がこぼれてきました。

バスで交流の家に戻り、夜はチームフラッグの中央に「班で大切だと思う言葉」を相談して書きました。

8月21日 閉講式 能登青少年交流の家



閉講式

8月21日。キャンプ最終日。朝、約200kmの行程を一緒に走った自転車の整備をしました。雑巾を手に持ち、一拭き一拭き心を込めてきれいにしていきました。

その後、キャンプの感想文を書きました。楽しいこと、辛いこと、仲間の笑顔、キャンプ中に起こった様々なことを思い出しながら言葉を綴りました。

いよいよお別れの時、閉講式が始まります。後ろでは、10日ぶりに会う保護者の皆さんが見守っています。

家族の前で発表する子供達。仲間の大切さ、協力とは何か、励まし合うこと、将来のこと、自分自身の飾らない言葉で発表し、これからの生活へと旅立っていきました。

ふりかえりの時間



【ふりかえり】

日々の活動によって得た「学び」を文字にして残す。「学び」とは、その時に感じたことや考えたこと、新しく知ったこと等、全ての事柄である。

とりわけ、ACTIVE2018で目指す「自己肯定感を高め、主体的に生き抜く子供」を育成するため、自分自身に強く働きかけ、変化していこうとする子供自身のエネルギーとなる「学び」を残したい。評価で大切なことは、子供が真摯に自分自身と向き合い、仲間とともに自己の成長を実感することである。そのためには、事業全体をとおして、統一生のある評価をする必要があると考えた。

自己肯定感を高める工夫！

今年は4つのステージ制の中で自己肯定感を高める具体的な手立てを考え、プログラムを主体的に取り組める工夫を行った。「やり遂げる力」を支える3つの機能「自己決定・自己存在感・共感的人間関係」を通して、その取組と評価の一体化を図った。子供たちは毎日の振り返りの中で、考えて行動し、最後まであきらめないという自己決定ができているのか。また、仲間との協働の中で自分が役に立っている、支えられているという自己存在感が感じられているかなどを、自己評価していく。こうした振り返りをしていくことで3機能の評価を高め、自己肯定感の向上へと結びついていくと考えた。そのため、自己存在感の評価として「自分が役に立っている」「仲間から支えられている」という観点を取り入れた。

いいところ見つけで肯定的なフィードバック！

自己肯定感を高めるためには、肯定的な関わりが欠かせない。そのような関わりをスタッフからだけではなく、子供達同士で行うことで、さらに関係が深まり、一体感が生まれる。そこで「いいところ見つけ」を取り入れ、相互評価として、自分のいいところを仲間やスタッフからフィードバックしてもらった。このことにより自分が役立っている、仲間から支えられているという実感が高まり、自信になり、自己肯定感を向上させることをねらいとした。

【参加者に提示したふりかえりカード】

①【評価項目の設定】

ACTIVE2018の根幹である構想図(P.2参照)にあるように、「自己肯定感を高め、主体的に生き抜く力」を育成するためには、3つの力「①自己決定 ②自己存在感 ③共感的人間関係」が大切だと考えた。この3つの力を、プログラムの特性と照らし合わせ、子供の姿を想定し、それぞれの力に3観点の評価項目、全9観点の評価項目(以下「付けたい力」)を設定した。

②【チャート式評価】

付けたい力について、5段階で自己評価し、チャート図に表すようにした。9つの点を線で結び、評価全体の様子を視覚的に捉えやすくすることで、観点間の比較ができるようにした。また、日ごとのチャート図を図形的に比較することで、前の自分から今日の自分がどのように変化したかが見て取れるようにした。

③【自由記述欄】

自由記述の欄には、チャート図から感じたことを書くようにした。そうすることで、具体的にどのようなことがあったのか、事実に基づいて記述するようになるのではないかと考えたからである。特に書く量に指定はなく、書きたいことがある場合は、裏面に書いてもよいことにした。また、「明日の自分へのメッセージ」を書く欄を設け、明日の自分の目当てをもてるようにした。

「石川縦断キャンプACTIVE2018」 ふりかえりカード () 月 () 日

氏名 ()

※今日の1日の活動を終えて、今の自分について振り返ってみよう。

自分	自分	自分
①自分から進んで友達やスタッフに話そうとしたか。	②指示されるだけでなく、自分で考えて行動することができたか。	③あきらめずに最後までがんばりぬくことができたか。
④自分自身のよいところを見つけたことができたか。	⑤自分が役立っていることを感じる事ができたか。	⑥周りの仲間から支えられていることを感じる事ができたか。
⑦友達と協力して活動に取り組むことができたか。	⑧友達のよいところを見つけた、感じたりすることができたか。	⑨相手の気持ちを考えながら話を聞いた、行動したりすることができたか。

評価点 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

◆評価点を下のチャート図に表そう！

9つの点を線で結んでみましょう！

＜今日の活動を振り返って：チャート図を見て気づいたことを書こう＞

学びを支える活動

いいところ見つけと自己肯定感

「自己肯定感」とは、「自分に対する評価を行う際に、自分のよさを肯定的に認める感情」である。また、自尊感情とは「自分のできることできないことなどをすべて包括した意味での『自分』を他者とのかわり合いを通してかけがえのない存在、価値ある存在としてとらえる気持ち」である。

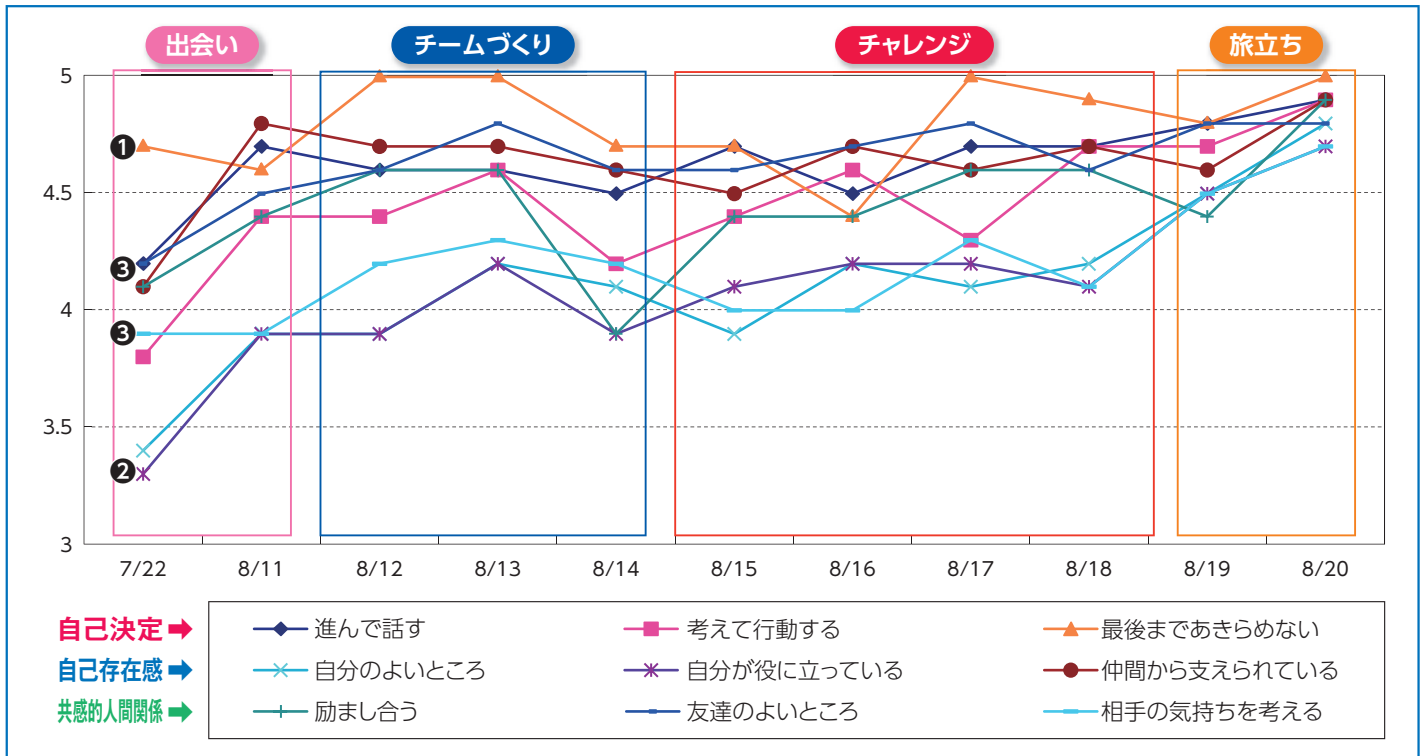
自分のよさを見つけることは容易ではない。このキャンプでのいいところ見つけでは、つらい時、苦しい時にお互いに支え合ったことへの感謝の言葉が多く書かれていた。自他を尊重しながら他者も自分と同じように大切にしようになっていった。そして、自己をかけがえのない存在として認めプラス面の感情として自己肯定感の向上につながった。さらに、うまくいかなかった体験においても肯定的なフィードバックがあり、自分の否定的な面も含め、ありのままを受け入れることができる自尊感情を育てることもつながっていったと考えられる。



ふりかえりの検証①

【統計による検証】

ここでは、子供たちが、日々の「ふりかえりカード」に記載した付けたい力の評価点を集計することで、事業全体の子供の変容を見取る。調査は、最終日を除き、毎日実施した。下のグラフは、3つの力・9つの観点の評価項目が11日間どのように変化したか、各観点の平均の推移を表したグラフである。



<自己決定>

①「最後まであきらめない」の観点が、白山登山の日(8/12・13)、サイクリング行程の能登島選択ルートを行進した日(8/17)、禄剛崎にゴールした日(8/20)にそれぞれ高得点を示している。このことから、生き抜く力の3要素の高まりは、最後まであきらめないでやり遂げ、達成感を味わったことと関連があると考えられる。

<自己存在感>

②「自分のよいところを見つける」「自分が役に立っている」の観点では、上昇率はどちらも1.4ポイントと9観点のうちで一番大きく向上した。これは、仲間と支え合いながらともに困難なキャンプをやり抜いたことが、自分自身への自信となったものだと考える。長期のキャンプだからこそ、継続的な自己評価・相対評価の場を設定することができる。そして、仲間との関係性の中で自分自身をじっくりと見つめ、自己肯定感を高めていくことにつながったと言える。

<共感的人間関係>

③「友達の良いところを見つける、感じる」は、「最後まであきらめない」と同様に8/13、8/17、8/20に4.8ポイントを示している。また、「相手の気持ちを考える」も、この3日間で高い数値に推移している。チーム力の向上を目指したキャンプの中で、困難なプログラムを通して個から集団へと成長し、共感的な仲間を意識することでその大切さを実感する姿につながったと言える。

心の指針～仲間との絆を形に～ チームフラッグ作り

チームフラッグには、自分の思いや目標を言葉に記した。また、仲間が何を考え何を目標にしているのかを理解し、共に困難を乗り越えていくための目標を形にした。一人ひとりの思いが詰まったチームフラッグは、心の支えとなり、仲間との深い絆を象徴する存在になっていった。

- 8/11…このキャンプで頑張りたいこと
- 8/13…白山登山を終え、大事なこと
- 8/15…サイクリング78kmを走るために大事なこと
- 8/17…能登島選択ルート2日目に向けて大事なこと
- 8/19…翌日のサイクリング行程ゴールに向けて大事なこと
- 8/20…キャンプを終えて今感じること



ふりかえりの検証②

仲間の良さに憧れ、自分の目標に向けて取り組んだことで、他者ができるようになったY児

Y児の振り返りと見取り・スタッフの見取りと考察

キャンプ前

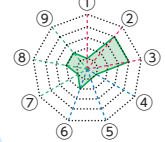
私はこのキャンプで自分から行動できるようになりたい。そのためには、初めから小さなことからやっていきたい。登山やサイクリングでは、「登り坂だよ」や「気をつけて」などその場所の様子や声掛けをすると思う。その時、他の人に任せず、自分で伝えられたらいい。**それができるようになったら、一緒にこのキャンプに参加している仲間と自分から話しかけたり、質問したりできるようになりたい。**言葉は大切だが、行動することも大切だ。私は9月に運動会で応援をする。その時には大きな声も大切だが、自分で行動しないとよい応援にはならない。**このキャンプで少しでもいいから自分からできることが増えたらいい。**

自己肯定感尺度(事前)	Y児の得点	参加者平均得点
自己決定	3.30	3.5
自己存在感	2.47	3.5
共感性	3.37	3.7

➡事前に行ったY児の自己肯定感尺度は全体的に低い傾向にある。特に「何かを自分一人で決めることが不安」「自分が嫌になることが多い」「自分が必要とする人間はいない」の項目で大いにあてはまると回答している。Y児は自分に自信がなく、自分を変えたいという強い思いをもってこのキャンプに参加していることが分かる。

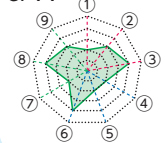
出会いのステージ (7/22・8/11)

7/22



アイスブレイクでは2人や3人のグループをつくる時に、自分で誘うことができなくて、誘われることの方が多かった。**初めて会った人たちののに、すぐに仲良くなれる人が多くてすごいと思った。**私は今回のアクティブでもっと自分からできるようになりたい。そして、自分のことが好きになれなくても、少しでも長所を見つけていきたい。

8/11



チームフラッグづくりでは、**みんな案を言っていてすごかった。**陶板焼きでは、いろいろな話をして、「どこに住んでいるのか」や「習い事は何をしているのか」など知れて楽しかった。自分のいいところを仲間に見つけてもらえたおかげで2になった。でも、みんなみたいにたくさんの人に話することができなかった。ので、めあてを達成できるように少しずつ色々な人に自分から話しかけるようにできたらいい。

★「すぐに仲良くなれる人が多くてすごい。」「みんな案を言っていてすごい。」

★Y児のチームには、よく発言する児童が多い。キャンプ初日の陶板焼きでは習い事についての話で盛り上がる中で、Y児はあまり自分から発言することはなく、ボランティアスタッフや仲間から問いかけて話することが多かった。また、女子3名のうちY児以外の2名と一緒に行動することが多かった。(8/11 班付きスタッフ)

➡出会いのステージでは、チームでの話し合いにおいて、ほとんど発言せずに傾きながら一生懸命に聞こうとするY児。周りの友達がどんどん発言する姿に感心する一方で、聞いてばかりの自分に対する悔しさをますます増幅させている。しかし、7/22の事前説明会の自己評価では1が3つあったが、初日のアイスブレイクや陶板焼きでチームの仲間と少しずつ話せるようになり、1の項目がなくなった。少しずつ自分の成長を感じながら取り組もうとするY児の前向きな気持ちが読み取れる。

仲間の良さに憧れをもち

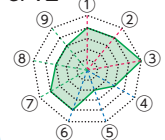
自分を見つめ直すY児

チームのみんなが積極的に発言する中で、物静かなY児。本当はもっと発言したい気持ちがあるができない。一方で、チームの仲間はY児を仲間として受け入れ、話しかけてくれるなど、よい雰囲気の中で活動ができている。その様子からスタッフはY児の気持ちを汲み取り、自分の意見がしっかり言えるように肯定的な働きかけを積極的に行っていくと考えた。



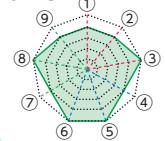
チーム作りステージ (8/12～8/14)

8/12



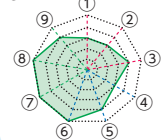
今日は**自分から話しかけることができたので、『自分から進んで話す』評価が4になった。**ボランティアスタッフから「Yの掛け声はみんな助かっていたよ」とあったけれど、もっと自分からできるようになって5の高い評価になったらいい。

8/13



今日はみんなで声を掛け合って下山したこと、チームフラッグをみんなで作ったことによって**自分が役に立つことができたと感じることができた。**下山では自分から話しかけたり、仲間とゲーム(言葉)をしたりできて、いつも以上に楽しかった。バスの中でも、自分のことを話してたくさん笑った。

8/14



今日のサイクリングで**心配してくれる仲間がいることに気づき、うれしかった。**だから、自分には優しい仲間がいるんだと思った。しかし、自分から進んで、自分から考えて等の自分のめあてに必要なことはできなかった。次は勇気を出して自分からできるようになりたい。

★「自分から話しかけることができた」「自分が役立つことができたと感じた」「心配してくれる仲間がいる」

★登山前の話し合いでは、Y児は小さな声で話をするが、チーム全員が一生懸命に聞こうとする雰囲気があった。(8/12 班付きスタッフ)

★下山中のY児はどんどん仲間に話すようになった。帰りのバスの中では完全に仲間と打ち解けていた。(8/13 班付きスタッフ)

➡チーム作りステージの登山では積極的に友達に声をかけ、自分の壁を乗り越えようとする強い気持ちが出てきたことが分かる。また、仲間との会話が進む中で、チームの大切さを感じるようになり、自信をもって行動できるようになっていった。

仲間やスタッフの支えの中で

自分を表現できるようになったY児

Y児の変容が見え始めたのは登山である。登山では過酷な登山道ではチームで大きな声を掛け合うが必要になる。チーム内の温かい雰囲気の中で、Y児はチーム内でも自然に発言できるようになったと考える。また、班付きスタッフが物静かなY児に積極的に声をかけたり、発言する機会を与えたりすることがY児の前向きな姿勢に繋がったと考える。

ら認められ、自分に自信をもって行動

3つの力

<自己決定>

- ①進んで話す
- ②考えて行動する
- ③最後まであきらめない

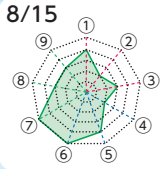
<自己存在感>

- ④自分のよいところ
- ⑤自分が役立っている
- ⑥周りから支えられている

<共感的人間関係>

- ⑦友達と励まし合っている
- ⑧友達のよいところ
- ⑨相手を考えて行動する

チャレンジステージ (8/15～8/19)

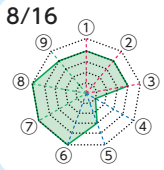


今日のフォトオリエンテーリング(フォトOL)では、人任せにしたり、意見のくい違いがあったりした。きっとこれからも選択ルートなど自分たちだけでやることもあると思うから、その時は**みんなが考え、意見を言えるようにしたい**。

★「**みんなが考え、意見を言い合えるようにしたい**」「**みんなが意見をもち、挑戦できる道になった**」「**みんな互いの意見を聞いていた**」

★サイクリング選択ルート1日目はチームは道を間違えてしまう。悪い雰囲気が出る中で、Y児は「終わったことはしょうがない。これからどうするか皆で話し合えばよい」と前向きな発言でチームを元気づけていた。(8/17 班付きスタッフ)

➡前ステージまでは自分のことを記述することが多いY児であったが、チャレンジステージからは「みんな」や「チーム」のことを記述することが多くなった。そして、チームが全員で意見を言い合えることにY児はチームとしての成長を感じている。このことは、チームの一員という所属感を感じ、チームのために貢献したいという気持ちの表れだと考える。

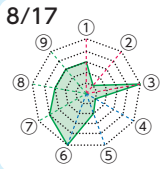


サイクリングではみんな「大丈夫?」や「サドルカバーずれているよ」など声掛けをしてきて、励ましあうことができた。また、選択ルートの話し合いでは、**フォトOLの失敗を生かしたのか、みんなが意見をもち、挑戦できる道になった**。

★「『Yが一番成長しているよ』と言ってくれた」

★「仲間はずっと大切な存在だと分かった」

➡チームの中でも積極的に声を掛けたり、話し合いで発言できるようになったY児。班付きスタッフから自分の成長を認める言葉を掛けられ、自分の行動に自信がもてるようになった。さらにチーム内だけでなく他のチームとの交流の中で、自分のよさを見つけることができた。このように成長できたのは仲間の存在があったからこそだとY児は感じている。



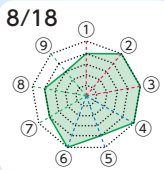
今日のサイクリングではフォトOLよりは成長したと思った。それは、フォトOLでは全員で考えることができなかったけれど、今回は**みんなが意識して、互いの意見を聞いていた**。また、目標の「挑戦」もできた。

他者からの認められることで

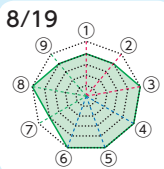
自信をもって行動できるようになったY児

チャレンジステージでは、フォトOLやサイクリング選択ルート等、チームで話し合い、相談しながら課題に取り組むプログラムがある。活動を進めていく中で、チーム内で意見が対立することが多々あった。そのようなチームの状況で、冷静に判断し、適切で前向きな発言を言えるようになったY児。チームが困難を乗り越え、達成感を得られることでチームのよさを感じながら、共に頑張ろうとする気持ちが強くなったと考える。

また、スタッフから成長を認める声掛けをされ、チームの仲間から頼りにされる存在となったY児は自分にも自信をもって行動できるようになったと考える。

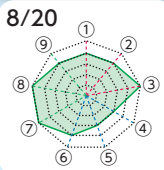


今日とてもうれしかったことは、班付スタッフがいいとこ見つけをいっぱい書いてくれたこと。「**声掛けがいいよ。Yが一番成長しているよ**」と言ってくれた。また、ほかのチームの友達からたくさん話しかけられた。



今日はいろいろな人と関わることができた。話をしたらたくさんの人に「やさしい」と言ってもらえてうれしかった。**仲間はとて大切な存在だと分かった**。話をして楽しく、明るくなれる。そんな人達と会えてよかった。

旅立ちのステージ (8/20・21)



今日は最後のサイクリングで止まることを伝えたり、挨拶したりすることができた。また、何人かが声をかけてくれた。自分へのメッセージでも書いたけど、チームの仲間と明日で最後だけれど、笑顔でいたい。

★「このキャンプでたくさん褒めてもらえた」

➡毎日の仲間やスタッフからの「いいところ見つけ」や声掛けが自分のよいところを見つけることに繋がった。そのことが自分に自信をもち、積極的な発言に繋がったのだろう。



最終日は感想文



私はこのキャンプに参加できてよかったと思った。それは、普通ではできないことを通して、できたことや知ったことがあったからだ。できたことは、めあての「自分から行動する」ことだ。事前説明会やペアづくりや1日目は一人で行動していたり、誘われたりする方だった。でも、登山やサイクリングでは伝わったことをしっかり次の人に伝えたり、応援したりできた。そして、最終日の今日、自分から部屋の片づけをしてゴミを自分のものでもなく持ち帰ったり、一人で歩いていた友達に声をかけたりすることができた。少しだけれど、目当てが達成できたと思うのでよかった。知ったことは「仲間の大切さ」だ。仲間がいると話して笑って楽しくなれた。まだ、みんなと仲良くなっていなかった1日目、2日目よりはいろいろな人と話せる時が楽しい。やっぱり、意見が違ったり、別のことを思ったり、違うところもたくさんあったけれど、協力して頑張ることができた。そして、**このキャンプでたくさん褒めてもらえた。まだ自分では自分のことが好きにはなれないけれど、普段以上に自分のいいところを感じることができたので、自信になった**。本当に、仲間ができて自信にもつながったキャンプになってよかった。

<事業全体を通して>

このキャンプでのY児の変容はスタッフ誰もが大きく感じたのではないだろうか。始めは物静かな女の子が、最後のステージでは一番大きな声で仲間に声をかけている。まさしくY児が課題とした「自分から行動できる」が達成された証である。要因として考えられることは、Y児が毎日自分のことを見つめ、課題をもって毎日を過ごしていたからであろう。また、チームの仲間やスタッフ、また他の仲間たちからの励ましの言葉や温かな関わりがY児が行動しようとしたときに後ろ盾になってくれたものだと考える。右表の自己肯定感尺度の結果からも、チームの仲間やスタッフから認められ、自分のよさを感じることがY児の自己存在感を高め、自分に自信をもって行動することに繋がったものだと考える。

自己肯定感尺度(事後)	Y児の得点	事前と事後の差
自己決定	3.40	+0.10
自己存在感	3.11	+0.64
共感性	3.68	+0.31

ふりかえりの検証③

男女が共に協力できるために知恵をしばり、自ら率先して声掛けをすることで自己存在感を高めていったB児

B児の振り返りと見取り・スタッフの見取りと考察

キャンプ前

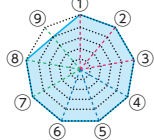
私は今回のキャンプでは自分ひとりで行動せず仲間と協力していきたい。理由は、一人では絶対にできないことがあるから。例えば、けがをしたときに一人では誰も手当や励ましをしてくれない。それだけ仲間の存在は助けになると思う。家族で登山した時に、下山がきつかったけれど、周りの人が励ましてくれたおかげでやりとげることができた。だから、私は周りの人を励ましたり、助けたりできるように成長したい。そのために(1)周りの様子を見る(観察)。(2)その人が何を求めているのか聞く(理由)。(3)その人のためにできることをする(行動)。この3つのことを実行していきたい。助けてもらうことは恥ずかしいことではないと思うので、そのことも伝えていきたい。

自己肯定感 尺度(事前)	B児の 得点	参加者 平均得点
自己決定	3.80	3.5
自己存在感	3.47	3.5
共感性	3.68	3.7

B児はこれまでの自分の経験から仲間との協力を課題として、このキャンプに参加している。また、仲間との関わりを3つの段階【(1)観察(2)理由(3)行動】で実行しようと考えている。事前の自己肯定感尺度では、「他者の意見を聞かずに発言する」に大いに当てはまると評価している。B児は独りよがりな決めつけたり、他の人に強く意見を言ってしまうたりして失敗することがあると話していた。そんな自分を振り返り、仲間との関わりの中で、課題に向き合おうとしている。

出会いのステージ (7/22・8/11)

7/22



今日はあきらめないことや友達ができたと、考えて行動することはできたけれど、相手の気持ちを考えることができなかったで、ACTIVEが始まるまでにはその力をつけておきたい。

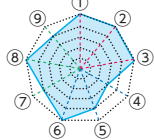
★「相手の気持ちを考えることができなかった」

★「明日は自分自身のよいところを見つけよう」

★B児は後片付け等の仕事を率先して行うなど、チームのリーダー的存在である。また、同じチームの女子や班付きスタッフによく話しかけていたが、男子にはあまり話しかけなかった。(8/11 班付きスタッフ)

➡B児は振り返りの時間を大事にしている。毎時間、9つの観点の評価について振り返り、自分なりに細かく分析している。また、反省を明日に生かそうという記述が多く、積極的にキャンプに取り組もうとしていることが分かる。

8/11



チャート図を見ると自分の存在を感じるところが少ないと思う。特に④がダメ。明日は自分自身のよいところを見つけようと思う。そのために登山で一つ一つの行動がみんなに役に立っているか考えたり、周りをよく見たりしていきたい。

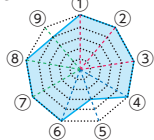
チームの課題を見つけ、取り組もうとするB児

B児はまじめな児童である。また、リーダー的な存在としてチームの中心となって活動している。しかし、活動する中で男子と女子とが分かれることが多く、いかにチームとしてまとまっていけばよいかを探った。スタッフとしては、周りの仲間を考えて行動しようとしているB児のよさを認め、肯定的な働きかけを積極的に行いながら、チーム全員が達成感を味わえるようにしていきたいと考えた。



チーム作りステージ (8/12～8/14)

8/12

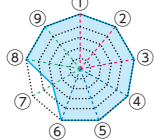


チャート図を見ると⑤だけが低い。自分が役立っていることを感じる事ができない。自信がない。私は明日そこを頑張る。そのために明日は登山の時に「(1)観察(2)理由(3)行動」をやりたいと思う。

★「自分が役立っていることを感じる事ができない」

➡登山ではチームの声掛けが少なく黙々と歩いていた。B児はこのような雰囲気を変えようとしていたが、できなかった。その反省を明日生かして、みんなに役立つことを実行しようとする意欲が感じられた。

8/13



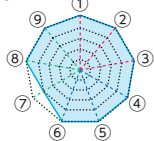
⑦がへこんでいるのは今日の登山であった男女関係。登山では、「女子と男子で列が離れる」「ゲームやっても女子と男子が分かれる」など最悪。男女関係なく楽しめる10泊11日するために女子からも男子からも積極的に話しかけてほしい。でも、自転車の順番を男女交互にしたのはよかった。

★「女子からも男子からも積極的に話しかけてほしい」

★チームの話合いでは、B児の声が前よりも大きくなるとともに、男子に話しかけるようになってきた。また、話合い中、男女で交互に座るなど、男女分け隔てなく意見を言い合えるチームを作ろうとしている。(8/13 班付きスタッフ)

➡B児は男女関係なく何でも言い合える雰囲気をつくることを望んでいる。そのためにどうしたらよいかをチームの中で話し合うなど工夫しようとする姿が見られた。

8/14



サイクリングでは男女仲良くできているけど、前からの伝言を途中でやめてしまい、しかも、自転車こぐのをやめたらみんな無言。目標の笑顔にはほど遠い。それをどう直すか。私は応援や声掛けをして明るくなるようにする。

★「目標の笑顔にはほど遠い」

★チーム内の話合いでは、班付ボランティア抜きで進めたいと申し出があったので、子供たちに任せることがあった。(8/14 班付きスタッフ)

➡B児が所属するチームには「笑顔」という共通した目標がある。チームの課題が達成した時に、自分の課題が達成できるのだと考え、意欲的にチームのために取り組んでいる。また、チーム内で、自分たちの課題は自分たちで解決したいという雰囲気が高まりつつあった。

男女が協力するための知恵をしばるB児

B児は、このチームがよりよくなるためには男女が共に協力し合えることを重要課題として捉えている。自分の思いをストレートに発言することを抑え、チーム全員にいろいろな提案をしながら、みんなで納得して決めようとしていた。自分たちからミーティングを行うこともあったが、状況によってスタッフがチームを呼び、ミーティングをすることも行った。さらに、次第にB児はスタッフの力をできるだけ借りずに自分たちの力で問題を解決することで達成感を味わいたいと感じるようになった。

し、チームがまとまる過程を実感す

3
つの
力

<自己決定>

- ①進んで話す
- ②考えて行動する
- ③最後まであきらめない

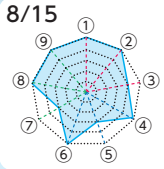
<自己存在感>

- ④自分のよいところ
- ⑤自分が役立っている
- ⑥周りから支えられている

<共感的人間関係>

- ⑦友達と励まし合っている
- ⑧友達のよいところ
- ⑨相手を考えて行動する

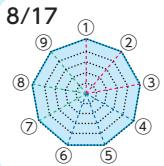
チャレンジステージ (8/15～8/19)



私は今日この5日間で仲間の支えを一番感じた。私が歩いているとH児が荷物をもってくれた。お腹が痛くて元気がなかったH児も「頑張ろう」と声をかけてくれた。大人たちも体調を心配してくれた。私は**みんなの優しさと気遣いが申し訳なかった**。明日は、みんなを励ましたり助けたりしたい。



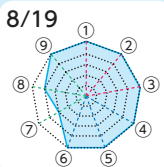
サイクリングは昨日よりもかけ声が多くて、「**みんなのことを考えて行動しているな**」と思った。チーム的には声掛けはできるけど、笑顔が少ないと思う。だから、明日は大人の力を借りずに自分たちだけで乗り越える嬉しさをいっぱい感じたいと思う。



今日は**今までで一番チームワークが良かった**。今までなかった「ファイト!」とか「あとちょっと!」とか言っていたし、みんな笑顔でゴールして、しかもハグをしてすごく達成感があった。



みんなの行動を見ると**男女関係なく遊ぶことができるようになった**。例えば、みんなで歌を歌ったり、鬼ごっこしたり。だんだん良くなってきているから、この調子で明日も大型カヌー頑張るぞ。



今日の大型カヌーはあまりみんな掛け声がよくなかった。最近では人任せにみんななってきたから、ちゃんと男子と女子で話を合わせなければいけないと思う。それと**人のせいにしてしまう自分の癖と向き合いたい**。明日はその2つに気をつけてサイクリングを頑張りたい。

★「みんなの優しさと気遣いが申し訳なかった」「みんなのことを考えて行動しているな」「今までで一番チームワークが良かった」「男女関係なく遊べるようになった」

★サイクリング中は一定の区間を順番を変えて進んでいた。その中でB児が先頭になった時は適切な注意や励ましの声を出し、リーダーシップを発揮していた。(8/16 班付きスタッフ)

⇒チャレンジステージではB児の文章には肯定的な意見が多く書かれている。8/15にB児が体調を崩した時にチームの仲間が心配してくれたことが、チーム同士の信頼感を高めるきっかけになったと考える。

★「人のせいにしてしまう自分の癖と向き合いたい」

★サイクリング選択ルート2日目でH児が指示したルートが間違い、道を迷うことがあった。チーム全員がH児を責める場面があった。(8/18 班付きスタッフ)

⇒キャンプも終盤にさしかかり、チームの状態がよい方向に進んでいる一方で、B児はチームの仲間との関わりで見え隠れする自分の癖をなくそうとしている。

実践した成果を実感し、前向きに行動するB児

男女の関わり方を工夫しながら実践した成果がチャレンジステージでは表れ、男女が協力できるようになってきた。B児はリーダー的存在としてチームの中で取り組んできたいことに達成感を味わっているのだと推測される。その一方で、責任を人に押し付けてしまう自分に向き合い、さらによりチームを目指し、自分も成長していきたいと考えている。スタッフからも、「いいところ見つけ」でB児の頑張りを認められることで、自分のよさを自覚し、自信をもって行動できるようになった。



旅立ちのステージ (8/20・21)



みんなで伝言して動けるということはみんなを信頼しているという証拠。坂の時も私が転んだ時に心配してくれた。文句も言わなくなり、最初の時よりもみんな成長していると思う。みんなは信頼できるいい仲間だと思う。仲間がいたからこそ、たくさんの人の支えでゴールできたということを胸に刻みたい。

★「みんなで伝言して動けるということはみんなを信頼しているという証拠。」

⇒B児はこれまでの登山やサイクリングなどの活動でできなかった仲間との信頼ができるようになったことを実感しているのだと考える。また、チームとして困難にも立ち向かってきたことに達成感を強く感じている。

最終日は感想文



この10日間では仲間の大切さと周囲の人達の支えを学んだ。この10泊を振り返るとだんだんランクがアップしているように思う。白山登山は諦めずに自分と向き合い、岩魚つかみはみんなの協力、フォトオリエンタリングは話合い、サイクリングは声掛け。どれもしっかり成長した。始めは3班は他の班よりも声掛けが少なく、男女がバラバラに分かれていてこの班でやっていけるか不安だったが、能登島選択ルートから一気に男女が声を掛け合い、みんな自分と向き合いながら頑張れるようになった。みんな成長したと感じた。仲間の大切さが今はよく分かる。声掛けがあったからこそ諦めなかった。諦めなかったからこそ、ゴールできた。すごくチームっていいなと思った。



<事業全体を通して>

B児は「チームの仲間との協力」を課題としてキャンプが始まった。始めはバラバラのチームが、最後にはお互い助け合えるチームとなることができた。それは、B児がチームの話合いの場を設けたり、サイクリングの隊形を順番に入れ替えたりして工夫した成果であると考えられる。また、自分自身も仲間に対して肯定的な言葉かけを心掛けて温かい人間関係を作ろうと努力していた。このようにB児がチームのために取り組んだことで、チームや自分の成長を感じ、その結果、自己存在感を高めることにつながったと考える。(右表の自己肯定感尺度【自己存在感+1.16】)

自己肯定感尺度(事後)	B児の得点	事前と事後の差
自己決定	4.80	+1.00
自己存在感	4.63	+1.16
共感性	3.95	+0.27

【統計による「自己肯定感」の検証】

自己肯定感を評価するために、児童には58項目からなるアンケートを実施した。調査はキャンプ前(事前)とキャンプ最終日(事後①)、終了1か月後(事後②)の3回実施した。

<評価項目について>

評価項目は、自己肯定感を構成する3つの因子と関わりがある。それが3機能である自己決定、自己存在感、共感的人間関係である。自己決定では5つの評価観点で20項目、自己存在感では3つの観点で19項目、共感的人間関係では3つの観点で19項目から構成されている。

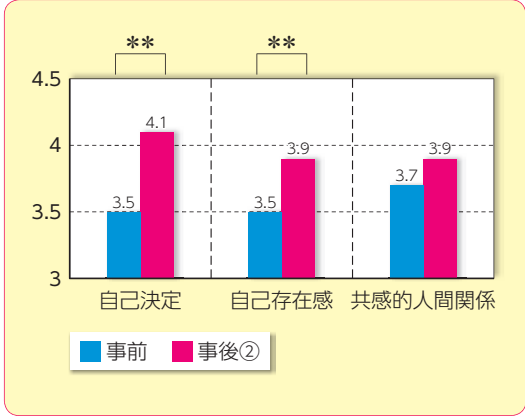
この評価項目の選定に当たっては、新井・佐藤¹⁾(2000)の自己決定意識尺度、谷本・笠井²⁾(2008)の自己存在感尺度、長谷川・堀内・鈴木・佐渡・坂元³⁾(2009)の共感性尺度を参考にし、5段階で評価するものとした。

3 機能	評価の観点	児童・保護者 評価項目数	担任評価 項目数
自己決定	自己決定志向性	5項目	2項目
	他者決定選考の少なさ	4項目	2項目
	自己不安の少なさ	3項目	2項目
	自己決定マ決定イナス感情の少なさ	4項目	2項目
	自己決定の効力感	4項目	
自己存在感	価値感	6項目	2項目
	目標感	6項目	2項目
	受容感	7項目	2項目
共感的人間 関係	共感的関心	6項目	2項目
	視点取得	7項目	2項目
	苦痛共有感	6項目	2項目

1)新井邦二郎、佐藤純 2000 児童・生徒の自己決定意識尺度の作成 筑波大学心理学研究 第22号
2)谷本泰子・笠井達夫 2008 青年期における人間信頼感・自己存在感と攻撃性の関係 徳島文理大学研究紀要 第76号
3)長谷川真里・堀内由樹子・鈴木佳苗・佐渡真紀子・坂元章 2009 児童用多次元共感性尺度の信頼性・妥当性の検討/パーソナリティ研究 第17巻 第3号

評価点の統計

* キャンプ中の3つの機能、11の観点別の評価点の平均をグラフに表すと、下のような推移が見られた。



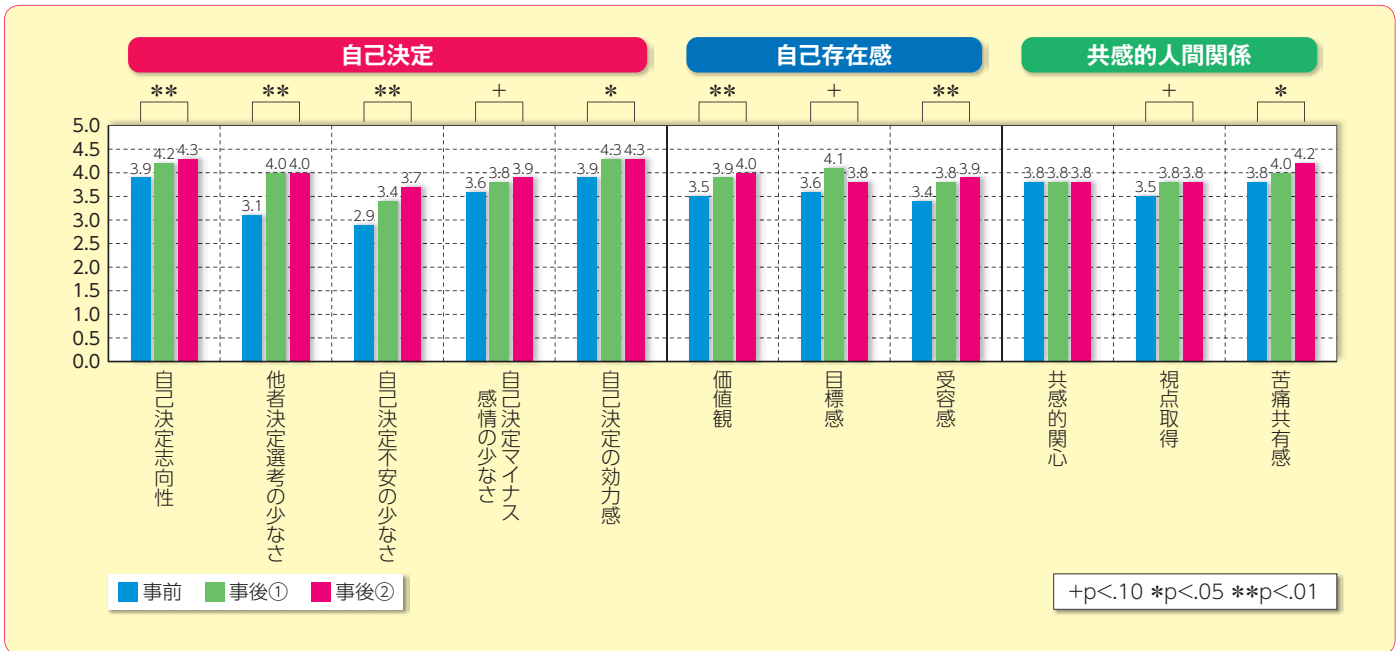
1 要因被験者内分散分析

* 下の表1は児童の評価点をもとに、1 要因被験者内分散分析を行った結果である。

表1 自己肯定感の比較 (児童)							
	事前		事後①		事後②		F
	M	SD	M	SD	M	SD	
①自己決定	70.56	7.42	78.81	9.08	81.31	9.61	20.96 **
②自己存在感	66.56	10.83	74.50	9.88	74.00	10.08	14.42 **
③共感的人間関係	70.18	9.98	72.43	7.72	73.43	7.99	2.33 ns

+p<.10 *p<.05 **p<.01

①自己決定、②自己存在感において1%水準で有意であった。③共感的人間関係においては有意差は見られなかった。「自己肯定感の向上」において1%水準で有意であった。



+p<.10 *p<.05 **p<.01

【児童自己評価の考察】

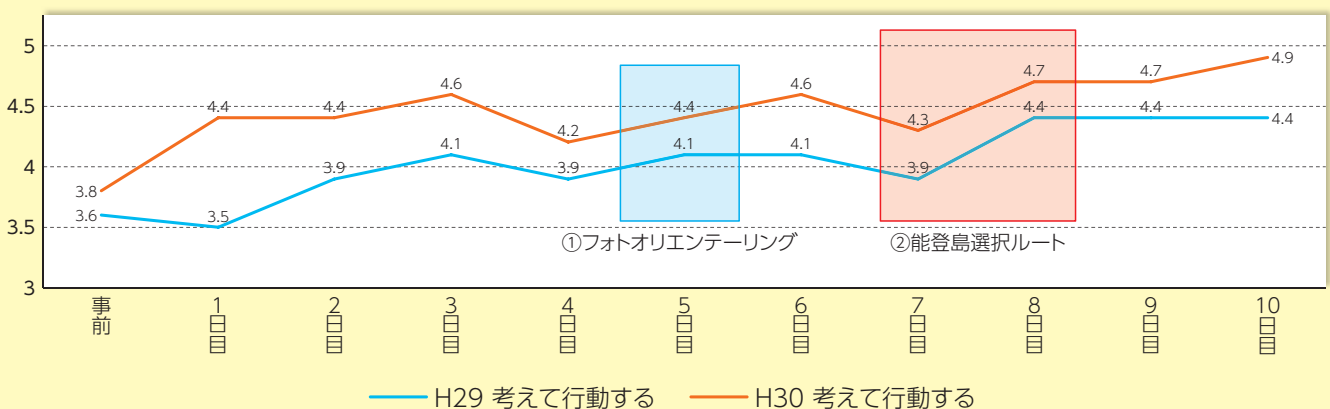
- 1要因被験者内分散分析から、事前から事後①にかけて自己肯定感に有意な向上が認められ、事後②においても得点の向上が維持された。キャンプに参加した児童の自己肯定感はプログラムによって向上し、1か月後もそれが維持されたことが分かる。
- 1要因被験者内分散分析から、共感的人間関係は合計得点では有意差が見られなかったが、視点取得では10%水準で、苦痛共有感では5%水準で有意差が認められた。これは、困難なプログラムを通して仲間で協力しながらつらい体験を乗り越えていったことで向上したと考えられる。
- 評価点を見ると、「自己決定」が一番大きく向上していることが分かる。観点別評価では、自己決定の機能の中では「他者決定選考の少なさ」の観点で0.9ポイント、「自己決定不安の少なさ」で0.8ポイント、「自己決定マイナス感情の少なさ」では0.6ポイントの上昇が見られた。自己存在感の中では「価値観」で0.5ポイント、「受容感」で0.5ポイントの上昇が見られた。プログラムを通して自己決定し、自分の思いや考えを主体的に出すことで自信をつけ、自己肯定感を高めていったと考えられる。

自由記述より（成長が見られたエピソード）

- このキャンプを終えて思うのは、僕たち18人を支えてくれた人への感謝です。この人たちがいなかったらこのキャンプは成功しなかったと思います。同時に、仲間って大切だと思いました。「一人じゃ乗り越えられない壁も、仲間がいると乗り越えられる」、それを体感しました。一人の声がみんなの心に響き、みんなの感謝が一人の心に響き、一つになっていきました。チームは一つになってしまえば、どんな大きな壁でも戦えると思います。そしてACTIVE2018は連戦連勝、壁に勝ち続けて、全員で最終日の振り返りを行うことができました。
- 私はこのキャンプに参加して3つのことを学びました。1つ目は、仲間の大切さです。一人ではできないことも仲間とやればできるということです。つらいとき、疲れたとき、そんなときに仲間が励ましてくれました。2つ目は、努力する楽しさです。どんなにつらくても努力すればやり遂げれば、自分にとっていいことがあるということです。上り坂で頑張って登り切ったら、仲間が待っていてくれてうれしかったです。3つ目は周りの人に支えられているということです。ACTIVEはボランティア、スタッフ、家族の人に支えられてできています。もし皆さんがいなかったら、全員でゴールできなかったと思います。私はACTIVE2018で学んだこの3つのことを大切に、学校生活を送りたいです。

自ら判断し行動する力の育成

チームで決めた目標を具現化しやり遂げることで自己肯定感を高めるためには、自分で考え判断し行動する場の設定が大切である。そのため今年度も、子供たちが自ら考え判断する場を意図的に仕組む必要があると考え、「フォトオリエンテーリング」「能登島選択ルート行程」を取り入れた。この2つの選択コースではスタッフが先導せず、チームでルートを考え、子供たちだけで話し合いながらゴールを目指すというプログラムを実施した。チーム内対話が増え、主体性を発揮することが期待される。



フォトオリエンテーリングの翌日は前日と比べて0.2ポイント、能登島選択ルート2日目（8日目）では、前日と比べて0.4ポイント上昇した。チーム内で主体的・対話的に考え、行動する場面が多くあり、その効果が現れたためだと考えられる。フォトオリエンテーリング、能登島選択ルートは、子供たちの「自ら考え判断し、行動する力」を育むためにとても有効なプログラムであった。

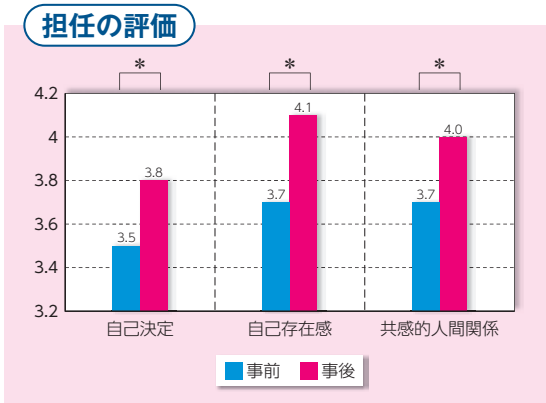
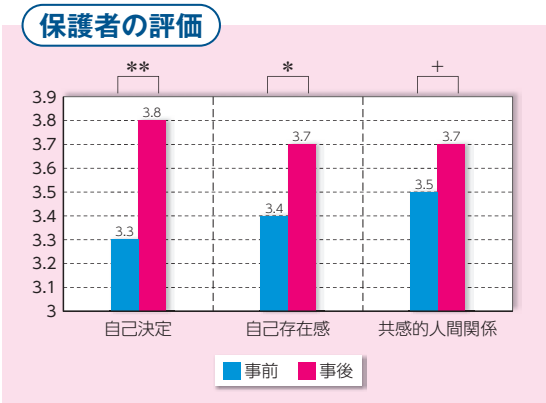
【統計による「自己肯定感」の検証】

自己肯定感を評価するために、保護者は58項目、担任は20項目からなるアンケートを実施した。調査はキャンプ前とキャンプ終了1か月後に実施した。

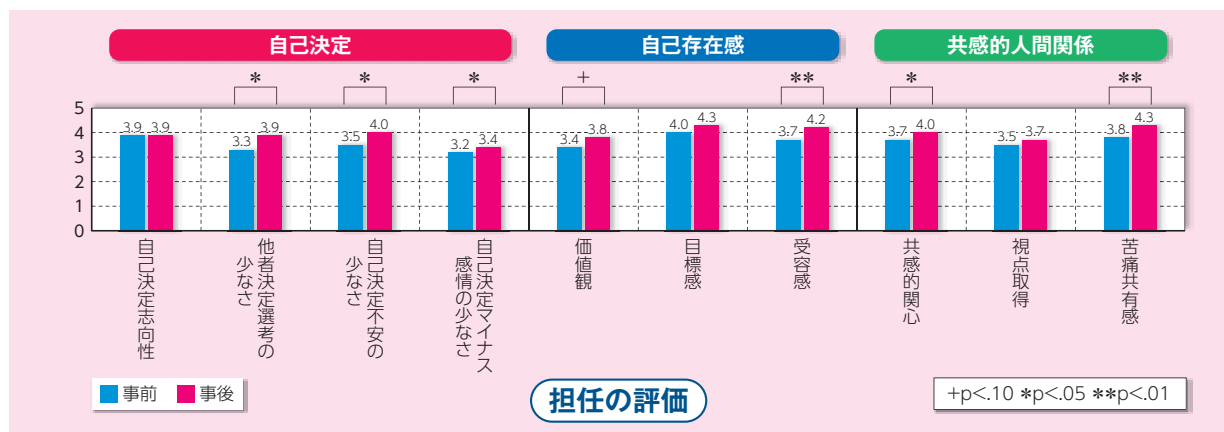
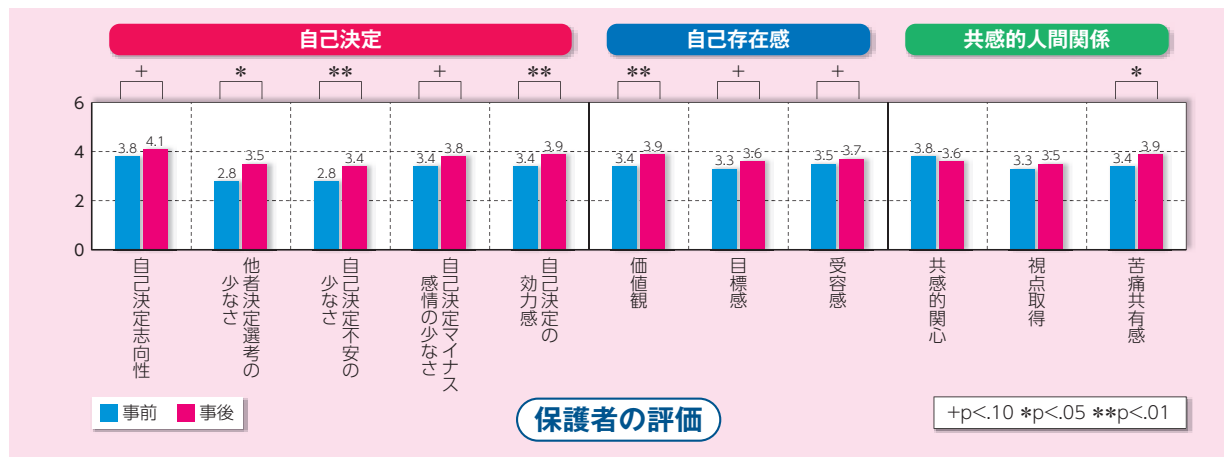
【保護者・担任アンケート（保護者：58項目、担任：20項目）】

※は逆転項目

自己決定	自己決定志向性	1	自分のことは自分で決めたいと思う。
		2	自分で決めるときの方がやる気が出る。
		3	自分のことはささいなことでも自分で決めたいと思う。
		4	将来は、自分の考えや意志によって決まると思う。
		5	まわりから反対されても自分がとてもやりたいことは、たぶんできると思う。
	他者決定選考の 少なさ	6	大事なことはだれか（親・先生・友達）に決めてもらいたいと思う。※
		7	自分で決めてよいことでも、だれか（親・先生・友達）に決めてもらった方がよいと思う。※
		8	自分で決めるよりも、だれか（親・先生・友達）に決めてもらった方がよい結果をうむと思う。※
		9	難しいことにぶつかったときには、だれか（親・先生・友達）にまかせた方がうまくいくと思う。※
	自己決定不安の 少なさ	10	何かを自分一人で決めるときには不安になる。※
		11	自分一人で決めたことは、うまくいかないことが多いと思う。※
		12	だれか（親・先生・友達）に指図されないと、なまけてしまうと思う。※
	自己決定マイナス 感情の少なさ	13	だれか（親・先生・友達）に指図されるのが嫌いだ。
		14	何かを自分で決めることは面倒なので好きではない。※
		15	自分で決めることは責任を持たなければならぬので好きではない。※
	自己決定の効力感	16	自分で決めて行ったことには、責任を感じる。
		17	幸せになれるかどうかは、だれか（親・先生・友達）によって決まってしまうと思う。※
		18	自分で決めても、どうせだれか（親・先生・友達）に反対されると思う。※
		19	幸せになれるかどうかは、自分しだいであると思う。
		20	将来は、だれか（親・先生・友達）の考えや意志によって決まると思う。※
自己存在感	価値感	1	自分が嫌になることが多い。※
		2	自分では何をやってもダメだと思うことがある。※
		3	これまでの生き方に自信が持てない。※
		4	劣等感に悩まされてばかりいる。※
		5	自分には、自慢できるところがあまりない。※
		6	自分が何者であるかわからない。※
	目標感	7	将来やりたいことが何なのかはっきりしない。※
		8	自分には、生きていくうえでめざす目標がある。
		9	現在の生活になんらかの目標を持っている。
		10	本当は何をしたいのかよくわからない。※
		11	現在、心から打ち込んでいるものはない。※
		12	自分の信念に基づいて生きている。
	受容感	13	自分には気を許せる親しい人たちがいる。
		14	周囲の人は自分のことを理解してくれている。
		15	自分は他人に必要とされている人間だと感じる。
		16	自分は親しい仲間たちの中で欠くことのできない存在である。
		17	周りの人は、自分のことを信用してくれているだろう。
		18	不安なことがあっても、最後には「なんとかなる」と思える。
		19	自分を必要としてくれている人間などいない。
共感的人間関係	共感的関心	1	自分より恵まれていない子はかわいそうに思う。
		2	他の人に起こったことでも、自分は悲しくなったり、うれしくなったりする。
		3	友達や家族が困っていても、あまり気にしない。※
		4	悲しそうにしている友だちをみると自分まで悲しくなってくる。
		5	人が困っていたり悲しんでいても、あまりかわいそうに思わない。※
		6	ちょっとしたことで人のことをかわいそうに思う。
	視点取得	7	だれかをせめる前に、自分がその人だったら、と考える。
		8	おこっている人がいたら、どうしておこっているのだろうと考える。
		9	友だちの嫌なところをその友だちにいう前に、自分が友だちにそんなことをいわれたらどう感じるんだろうと考えてみる。
		10	勉強や活動のとき、自分とは違う考えを持っている人の意見にあまり左右されない。※
		11	友だちがよいあらそっているとき、だれが正しいのかを決める前に、わたしはみんなの意見を聞こうとする。
		12	友だちが自分のことをどのように思っているかを考えることがある。
		13	友だちからはそのことがどんなふうに見えるか考えることで、友だちのことをもっとわかろうとする。
	苦痛共有感	14	ころんで大けがをした人を見ると、そこから逃げ出したくなる。※
		15	だれかがけがをするようなたいへんなときに、助けを求められると、あわてて何もできない。※
		16	困っている人を見ると、どうしていいかわからなくなる。※
		17	だれかがおおけがをしたり困っていたら、こわくて落ち着かない。※
		18	具合が悪くなったりパニックになったりしている人を見ると、こわくて落ち着かない。※
		19	だれかがけがをするようなたいへんなことが起こったら、どうしていいかわからなくなる。※



+p<.10 *p<.05 **p<.01



1 要因被験者内分散分析

* 下の表1、2は参加者の保護者と担任の評価点をもとに、t検定を行った結果である。

	事前		事後		t
	M	SD	M	SD	
①自己決定	63.31	11.10	75.43	11.56	21.18 **
②自己存在感	64.62	13.07	70.43	14.68	7.55 *
③共感的人間関係	66.37	4.07	69.43	7.71	3.56 +

+p<.10 *p<.05 **p<.01

	事前		事後		t
	M	SD	M	SD	
①自己決定	27.92	3.57	30.85	2.47	7.00 *
②自己存在感	22.21	3.34	24.57	2.66	7.06 *
③共感的人間関係	22.00	3.40	23.92	3.53	5.42 *

+p<.10 *p<.05 **p<.01

保護者では①自己決定において1%水準で、②自己存在感において5%水準で、③共感的人間関係において10%水準で有意であった。

「自己肯定感の向上」において1%水準で有意であった。

担任では、①自己決定、②自己存在感、③共感的人間関係において5%水準で有意であった。

「自己肯定感の向上」において1%水準で有意であった。

【保護者・担任評価の考察】

- ・t検定から、保護者、担任とも事前から事後にかけて自己肯定感に有意な向上が認められた。保護者・担任の評価から見てキャンプに参加した児童の自己肯定感はプログラムによって向上し、1か月後もそれが維持されたことが分かる。
- ・t検定から、保護者では「自己決定」が一番大きく向上している。これはキャンプでの主体的に考えて行動することが自己肯定感の向上により、家庭でも自信をもってできていることを表していると言える
- ・評価点を見ると、保護者では「自己決定」、担任では「自己存在感」が一番大きく向上していることが分かる。特に保護者、担任とも、「他者決定選考不安の少なさ」や「自己決定不安の少なさ」が大きく上昇している。また、保護者の「価値感」「目標感」、担任の「受容感」が大きく上昇しており、事業をとおして培った力が、家庭や学校においても生かされていることがわかる。
- ・共感的人間関係では、「苦痛共有感」が保護者(3.4→3.9で0.5ポイント上昇)、担任(3.8→4.3で0.5ポイントの上昇)ともに、ポイントの上昇率が高い。霧の白山登山に始まり、雨の影響によるテント泊中止、台風によるサイクリングの中断など自然の厳しさを感じたこと、イワナを自分でさばいて食べるという命をいただくという体験が、その後の生活で、他者にも伝わるほど行動に表れているのだと考える。

主なプログラムの装備・安全面

緊急時の対応について（共通）

- 統括の指示に基づいた組織的な連携、行動
- ・状況確認し、関係機関へ連絡（警察、消防等）
- ・現場運営スタッフに確認後、本部、連絡担当者、各家庭に連絡
- ※事業前に緊急時の対応チャート図を作成し、運営スタッフ及び各家庭への周知



登山 白山（標高2,702m）山小屋1泊2日

装備

【個人装備】

- ・ひさしのある帽子
- ・防寒着
- ・厚手の靴下
- ・雨具（セパレートタイプ）
- ・行動食
- ・動きやすい長袖、長ズボン（速乾性のあるもの）
- ・水分（500mL ペットボトル3本分）
- ・ネッククーラー（熱中症対策）
- ・手袋（軍手やグローブ）
- ・はき慣れた底が厚い靴
- ・パッキング用ジップロック等
- ・汗ふきシート等衛生用品
- ・デイバック及びザックカバー

【団体装備】

- ・地図、コンパス
- ・登山用ポール 30本
- ・熊鈴 10個
- ・目印テープ
- ・無線 7台
- ・パルスオキシメーター（血中酸素濃度測定器） 1台
- ・装備補修材料（結束バンド等）
- ・予備用飲料水（10L）
- ・プラティパス 3本
- ・ヘッドランプ 30個
- ・救急セット 3セット
- ・携帯電話を職員全員

安全面

- ・宿泊の実地踏査
- ・白山に精通した公立施設職員及び石川高専ワンダーフォーゲル部、看護師に同行依頼
- ・石川高専ワンダーフォーゲル部顧問より、職員・ボランティアへの装備・安全面等への事前指導（7/21）
- ・天候及び水源状況の確認（携帯電話・山小屋にて情報収集）
- ・パルスオキシメーターの数値目安として、
「SpO₂ 90%を下回った場合下山を検討」
- ・準備運動、整理体操の実施



サイクリング 石川県白山市から禄剛崎までの約251km

装備

【個人装備】

- ・帽子
- ・ヘルメット
- ・タオル
- ・日焼け止め
- ・活動用の服
（速乾性があり、日焼けや怪我を軽減できるもの）
- ・水分（500mL ペットボトル5本）
- ・デイバック及びザックカバー
- ・手袋（軍手やグローブ）
- ・サングラス
- ・サドルカバー
- ・肘当て
- ・雨具（セパレートタイプ）

【団体装備】

- ・予備自転車 5台 ・無線 7台
- ・スピードメーター 4台
- ・自転車修理用具、工具
（パンク修理補修剤、空気入れ、ペンチ、六角レンチ等）
- ・水分補給用ジャグ 3台（10L）
- ・緊急車両
（乗用車1台、2tトラック1台、マイクロバス1台）
- ・救急用品
（救急セット、冷却スプレー、消毒剤、絆創膏、冷却用湿布等）

安全面

【自転車の乗り方及び整備について】

- ・体格に合った自転車を選定
- ・走行スピードはスタッフが管理
- ・無線で本部と状況確認
- ・注意事項は最後尾まで確実に伝達
- ・事業前、事業中に一斉点検日を設定
- ・準備運動、整理体操の実施

【休憩について】

- ・こまめに水分補給、塩分補給を行う
- ・休憩の種類を以下の3つに分類
 - ・大休憩……昼食等（1時間程度）
 - ・中休憩……水分補給、トイレ等（体を冷やさぬよう15分程度）
 - ・小休憩……水分補給のみ（自転車にまたがったまま5分程度）

成果1 「自己肯定感」を高めることができた

主体的に生き抜く力の基礎を3つの機能「自己決定・自己存在感・共感的人間関係」とし、プログラムや評価の観点の見直しを図った。結果、どの観点も最終的には、高い数値へと上昇したことや、内面を振り返る記述より、子供が確実に成長し自己肯定感を高めることができた。

①自己肯定感を高めるためのために

自己肯定感を高めるために、4つのステージ制の中でねらいを明確にし、子供が主体的にプログラムに取り組める工夫を行った。活動のねらいをスタッフ・参加者が共有し、粘り強くやり抜いていく過程で個の主体性、チーム力、考えて行動する力、協働して解決する力は段階的に上昇し、共感的な人間関係のなかで自己肯定感を向上させることができた。

②取り組みと評価の一体化を図った「3つの機能」とするために

学校現場で使われる生徒指導の3機能を、長期キャンプにあてはめてねらいに組み込み、4つのステージの中の各プログラムと評価の一体化を図ったことは、指導のねらいがスタッフ、子供に共有しやすく、評価においてもわかりやすいものになった。特に、日々の振り返りにおける課題を次のプログラムに生かすことができ効果的であった。

成果2 肯定的な関わりは、生き抜く力を育む

①ボランティアスタッフの関わりより

ボランティアスタッフは、3つの機能をとおしてねらいに即したや子供へのかかわりや、見取りを行った。また、その情報を共有するとともに、班や個人への支援に生かした。また、ボランティアスタッフの肯定的なかかわりが子供とボランティアスタッフの信頼関係を深め、互いに影響し合うことで子供の成長につながった。

②いいところ見つけの効果

自分のいいところを仲間やスタッフからフィードバックしてもらう「いいところ見つけ」を毎日の振り返りの時間に行った。そのことが自信になり、「自分が役に立っている」「仲間から支えられている」という自己存在感を高め、自己肯定感の向上につながった。

成果3 3機能（自己決定、自己存在感、共感的人間関係）を用いた評価は有効であった

児童・保護者・担任に対して、事前・事後アンケートを実施した。3機能において評価の観点を設定し、客観的な評価となるようにした。結果、児童・保護者・担任共に、統計結果では、有意性が認められ、キャンプをとおして3つの機能により培った力が、その後の家庭生活や学校生活においても、維持されていることが分かった。

成果4 公立施設との連携を図ることで、効果的なプログラムが展開できる

県内3公立施設と連携し、昨年度の成果と課題をもとに企画会議を計画的に開催した。事業の趣旨やねらいに沿ったプログラムの構築、支援体制等について議論することができた。新しいプログラムを考案したり、この事業に沿った指導方法を取り入れたことで、より教育効果を高めた。

課題1 重点的に高めたい力を意識して、プログラムを検討する

4つのステージ制の中で、「チーム」での活動を通して「個」の自己肯定感を高め、主体的に生き抜く力を育成することをねらいとしたプログラムであるが、チームの中で主体的に考え協働的に取り組むという点などを意識し、それに合わせたプログラムを検討していく必要がある。

課題2 危機管理マニュアルの整備

登山やサイクリング行程において天候や時間の遅れにより、計画の変更が必要な場面がある。安全面での危機管理マニュアルの事前準備や、各施設との連携を密にした支援体制等を、より整備していく必要がある。

石川縦断キャンプACTIVE2018に携わって

昨年度のACTIVEは副担当として、本年度は主担当としてこの事業に携わることができ、とても光栄に思っています。「自分の壁を乗り越えたい」「消極的な自分を変えたい」、今年で3年目になったこのキャンプには、そんな様々な思いを持った小学校5・6年生の児童18名が参加しました。今年のテーマは「自己肯定感」です。子供たちの思いに応え自己肯定感を高めるために、主に次のことに取り組みました。

その一つが、プログラムデザインの工夫です。前半では白山登山や野外炊飯等で仲間意識を高め、後半では1日約80kmのサイクリング等の困難なことに挑戦する体験をすることで、段階的に自己肯定感を高めるねらいに迫るプログラムにしました。子供たちは日を追うごとに個から集団へ成長し、後半の起伏の激しい困難なサイクリングにもあきらめず挑戦する姿は、印象的でした。

もう一つは、振り返り時間の充実です。仲間からいいところを付箋に書いてもらう「いいところ見つけ」を取り入れました。互いの良さを認め合うことで自己存在感を実感し、自己決定の力を高めたと考えています。子供たちにとって、このような体験活動はこれからの人生で大きな財産になるだろうと信じています。この事業にあたりご協力いただいた関係各位の皆様、保護者の皆様に心より感謝を申し上げます。



国立能登青少年交流の家
企画指導専門職 釜谷 剛

『石川縦断キャンプ ACTIVE』2016年にこの事業が立ち上がりしました。石川県の縦に長い地形を活かし、10泊11日間をつかい、自転車で縦断する中で子供達の生き抜く力を育むという試みにワクワクしたことを覚えています。

今年、初めてこの事業に携わらせていただき、子供達のたくましさ、貪欲さを感じました。今年は悪天候に見舞われることが多く、白山の下山時、サイクリング初日の雨に加え、白山青年の家から能登青少年交流の家に向かう道中は大雨で途中からサイクリングを中止せざる終えない状況にまでなりました。そんな中でも子供達は挫折することなく、『続けたい』、『行けるところまで行こう』など挑戦したいという前向きな言葉を発していました。また、ゴールの禄剛崎に近づく中で、『もっとこのキャンプが続けばいいのに』、『次はここから白山を目指そう』など、挑戦することの楽しさ、仲間の大切さを感じているようでした。

このキャンプでの経験が今後の子供達の『生き抜く力』となり、今後さらにたくましく成長してほしいと感じています。最後になりますが、ACTIVE2018を運営するにあたりご協力いただいた皆様、連携先である県立施設の皆様、子供達を送り出していただいた保護者の皆様、なにより参加した子供達に深く感謝申し上げます。



国立能登青少年交流の家
事業推進係 成清 裕史

本年度、初めて石川縦断キャンプ「ACTIVE2018」に企画委員として参加させていただきました。10泊11日の壮大な企画に、子供心を思い出し、ワクワクするような魅力を感じました。実際、キャンプに参加させていただいたのは、7日目の能登島ロードパークから松島オートキャンプ場まででした。途中には、上り坂がたくさんあり、決して楽なものではありませんでした。しかし、子供達は、グループで相談してルートを決める際、自分の意見を主張したり、仲間の意見を受け入れながらも上手に修正したりして、活動に主体的に取り組んでいました。7日目ということもあってか、子供達からは自信に満ちたものを感じました。また、ゴール地点で他のグループに声援を送りながら迎える姿に感動しました。今回のキャンプで「自己肯定感を高める」という目標の1つが、達成されたのではないかと思います。このように子供達の力を引き出すと共に、参加者に感動を与えていただいた、スタッフ、ボランティアの皆様にご感謝申し上げます。



石川県教育委員会生涯学習課
社会教育主事 奥村 康一

何回か進めてきたこの縦断キャンプ。今までで一番、自然の厳しさを体感するキャンプになったのではないのでしょうか。10泊11日と長い長いこのキャンプの中には思い通りにことが運ばないことが出てきます。むしろ、順調に全日程が行われること自体が稀なことであるのかもしれません。そして、自然の厳しさや現実を前にしたとき、その自然に挑むのか、はたまた撤退や中断を決断せねばならないのか、ということを感じと判断していく必要性を痛感させられるキャンプでもありました。

能登少年自然の家へ到着してからの参加者の皆さんは、予定通り大型カヌーに乗り、体育館でレクリエーションを行い、そして、長いキャンプを振り返る貴重な時間に充てて過ごしているようでした。決して平坦ではなかった今回のこのキャンプ。一人一人が日常に帰った時に、今すぐでなくてもいいです何かしらの心揺さぶるための1つのきっかけとなってもらえればなあ、と思います。



石川県立能登少年自然の家
課長補佐 奥 敏彦

白山青年の家では到着後、すぐにテント設営の予定でしたが、荷物を建物に運び入れた途端にどしゃ降りの雨となりました。滞在2日目の活動はフォトオリエンテーリングで始まりました。チームで話し合いながら目的地を目指して行動する様子は前半4日間で培われた自己志向性が発揮され、苦痛共有感を感じることができました。

夕方からは野外炊飯でカレー作りをしました。初めて火起こしをした子も多かったと思いますが、皆で協力しながら火を起こし、調理をしていました。飯ごうで炊いたご飯は炊飯器に比べて格段に美味しいと感じたはずですし、家庭で食べるカレーの味とは一味も二味も違ったのではないかと思います。この経験を糧に今後の人生において何事にも粘り強く取り組み、積極的に働きかけていくことを望みます。



石川県立白山青年の家
専門員 宮永 正則

白山ろく少年自然の家での主な活動は「白山登山」と「イワナつかみ」でした。当所では、自然をより楽しむために「五感のアンテナ」というキーワードを大切にしています。人間が本来持っている五感ですが、便利な生活の中で、知らず知らずのうちに使う機会が減ってきているものもあります。けれど、五感をフルに使うことで自然がより身近に感じられたり、その素晴らしさや怖さをも実感することができたりするのです。生きていく上でも五感はとても大切なものです。私はイワナつかみでみなさんと活動しました。溪流の水の冷たさ、つかんだ時のぬるぬる感、裁く時にナイフでイワナの腹を刺す感触、焼けてきた時のにおい、骨まで食べたイワナの味…など、活動の中でいろいろなことを感じてもらえたとしたらとても嬉しく思います。ここでの活動をスタートとして10泊11日という長いキャンプ生活を乗り切った参加者のみなさん、スタッフのみなさん、お疲れさまでした。



石川県立白山ろく少年自然の家
専門員 野口 理

自分は初めてのボランティアスタッフで緊張と不安でいっぱいの中のスタートでした。自分達の班は最初なかなか意見を言える子がいませんでした。しかし10泊11日の活動を終え、日に日に成長していく子供達を見てこの活動の凄さを感じました。初めは自分の意見を言えない子やなかなか皆に合わせるができない子も最後の日には見違えるほど成長していたと思います。ゴールの禄剛崎までは大変辛く苦しい道のりでした。約250kmの距離、長く急な上り坂、夏の暑さ、溜まっていく疲れ。どれも子供達には辛いものだと思います。しかし全員が無事ゴールできたのは皆で協力し支え合ってきたからだと思います。

自分も子供達と一緒にこのキャンプを楽しみ、そして成長できたと思います。子供達もこれから、この体験で学んだ様々なことを大事にし、もっともっと成長して欲しいなと思います。



ボランティアスタッフ
加藤 大智

私はACTIVEが人生初のボランティアでした。あの10泊11日を終えた私を一言で表すとすれば、人生最高！ボラ最高！です。ACTIVEを終えてから私の人生は今までの100倍楽しく、100倍ACTIVEになりました。ボランティアを今までできなかった私にとって、ボランティアへの印象は、子供達のサポート、補助みたいなものだろう、そんな真剣じゃないのだろうというものでした。しかし、ACTIVEに参加し日を経っていくごとにただお手伝いをしていくわけじゃない、ということに気がつきました。真剣に子供と向き合い、悩み、心の底から笑い、楽しみ、子供や職員の方々にサポートする、とてもやりがいのある素晴らしいものだという身を学ばしました。

私はこの10泊11日で本当にたくさんのことを、自然からも子供達からも学びました。ACTIVEに参加したからこそ得られたことがたくさんありました。子供達のサポートの仕方や声のかけ方に悩み、答えが見つからず心が折れそうな時もありました。しかし、子供達が辛くても困難を乗り越えようと頑張る姿を見ると、私も折れてはいられない！と奮闘することができました。

私もACTIVEを通して大きく成長することができたな、と感じます。こんな素敵な事業にボランティアとして参加できて本当に良かったです。ボランティアという道に私を誘ってくれた友達や、お世話になった能登の職員の方々に本当に感謝しています。



ボランティアスタッフ
中島 理佐

ACTIVEはすごいキャンプだと思いました。

子供達は11日間で大きく変わりました。11日間ずっと一緒に生活し、苦楽や達成感をともに感じるうちに打ち解け合い、協力や励まし合いが多く見られるようになりました。自分達の課題を解決しようと試行錯誤し、後半の自発的なかけ声が多くなった子供達の姿はとてもたくましく、これが成長だと思いました。途中、ぶつかり、悩み、良くない雰囲気になることもありましたが、このような経験をしたからこそ、あれほど惜しい別れとなる絆が生まれたのだと思います。

ACTIVEはボランティアである私にとって貴重で大切な経験となりました。本来私が子供たちを支援する側なのに、たくさん足を引っ張り、自分ががんばることに精一杯になってしまうこともありましたが、みんなに励まされ、仲間を感じる度に頑張る活力が湧きました。仲間の力はすごいと感じました。1人では

ACTIVEの行程はこなせませんでした。子供達、ボランティア、職員の方々に感謝の気持ちでいっぱいです。この素晴らしいキャンプに関われたことをとても幸せに思います。本当にありがとうございました！



ボランティアスタッフ
天野 沙奈美

私は10泊11日の長期キャンプ「ACTIVE」にボランティアとして参加して本当に良かったと思います。参加者の子供達と顔を合わせ、グループが3つに分かれ、本番が近づいていくにつれ、私は最初、子供達が11日間の活動を通して心も体もたくましく成長する姿を見守り支えていく立場にあるんだという責任感と使命感を持っていました。しかしキャンプが始まって子供達と関わりを深めていくうちに、向上心を持ち続け仲間とともに乗り越えようと日々変化していく一人ひとりの子供達のまっすぐな姿から吸収することが多いことに気がつきました。口には出さずとも子供達の心の中には不安や辛さがあったと思いますが、登山やサイクリング、共同生活を通して深めていった仲間との絆や、辛く大変なことで全力で向き合っていく力は目標を達成できて仲間と満面の笑みで喜び合う11日目の子供達一人一人の表情にすべて表れていたと思います。そんな子供達の小さな変化を見届けたり、関わり方に悩んだり、共に支え合ったりしたボランティアとの出会いも私を成長させてくれました。子供達を成長「させる」のではなく子供達とボランティアと

いう立場の垣根を越えた「共に成長できる」とても充実した11日間になりました。様々な出会いと学びに感謝の気持ちでいっぱいです。ありがとうございました



ボランティアスタッフ
藤岡 あい

「地域との連携」をとおして、子供達にもっと元気を！

自然は何でも素晴らしい教材になります。この事業は、「自己肯定感を高め、主体的に生き抜く子供の育成」を目指した3年目の取組みです。県立青少年教育施設と連携し、石川の豊かな山・海を舞台に、子供たちがアクティブにチャレンジする石川縦断キャンプを企画しました。

石川の特徴は「白山山系と南北に長い海岸線」があることです。次世代を担う子供たちに、普段はできない石川の豊かな自然を活用したよくばりな体験をさせてあげたいという思いを込めました。

この白山登山～能登半島の先端「緑剛崎」までの登山・サイクリングプログラムは、子供たちにとって貴重な体験であると同時に過酷な行程であったと思いますが、このことが辛いことに挑戦する忍耐力や持久力を育む機会となりました。励まし合うことの意味、納得いくまで話し合うことの大切さを理解していくことで、「グループ」から「チーム」へと変化し、さらに主体的にチャレンジしていく様はまさに子供たちの成長そのものでありました。

11日間寝食をともに過ごし、チームで行動し発見し感動を共有する。そして、ねばり強く取り組み、主体的に生き抜く子供に必要な自信を培い、自己肯定感を高めるキャンプにすることができました。

また、これまでの課題を生かした国立・県立の施設との連携は、プログラムをさらに工夫することにつながるとともに、事業の目的やねらいの共有、事前踏査などの入念な準備及び天候や時間の遅れなどに対する危機管理など、事業を安全にそして円滑に行う様々な情報の共有と互いの協力をとおし、一つの施設だけでは気づかない事柄や新しい発見を感じることができ、職員にも大きな成長をもたらしてくれました。

今回の事業の成果や課題をもとに、今後とも地域の自然環境と人的資源の特性を生かした連携事業を展開したいと考えています。この事業実施に当たり、ご指導、ご支援、ご協力いただいた筑波大学体育系教授 坂本昭裕先生をはじめ、多くの方々に心より感謝を申し上げます。

平成31年3月

独立行政法人国立青少年教育振興機構

国立能登青少年交流の家 所長 中山 敏泰



「石川縦断キャンプACTIVE2018」のために、たくさんの関係機関や団体・企業の皆様より後援や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。

「石川縦断キャンプACTIVE2018」スタッフ一同

後援 石川県教育委員会
富山県教育委員会

協賛 大塚製薬株式会社 名古屋支店 金沢出張所

協力 一般財団法人白山市地域振興公社
石川工業高等専門学校 ワンダーフォーゲル部
能登島 松島オートキャンプ場

プログラム指導

【イワナつかみ】

石川県立白山ろく少年自然の家

〒920-2331 石川県白山市瀬戸ワ 29 番地
TEL 076-256-7114 FAX 076-256-7115

【フォトオリエンテーリング・野外炊事】 石川県立白山青年の家

〒920-2113 石川県白山市八幡町戌 142 番
TEL 076-272-3695 FAX 076-272-3694

【大型カヌー】

石川県立能登少年自然の家

〒927-0604 石川県鳳珠郡能登町字九里川尻 16 字 20 番
TEL 0768-72-2200 FAX 0768-72-2074

石川縦断キャンプACTIVE2018 スタッフ

国立能登青少年交流の家

企画指導専門職 釜谷 剛
事業推進係員 成清 裕史

企画指導専門職 堀田 俊宏

石川県立白山ろく少年自然の家
専門員 野口 理

石川県立能登少年自然の家
課長補佐 奥 敏彦

石川県立白山青年の家
専門員 宮永 正則

石川県教育委員会生涯学習課
社会教育主事 奥村 康一

加賀市医療センター
看護師 丸小 順子

NPO 法人ネイチャープロジェクト白山
事務局長 三谷 幹雄

ボランティアスタッフ (五十音順)

天野 沙奈美 沖 恵美
加藤 大智 中島 理佐

梶原 拓真
藤岡 あい

推進会議委員長

筑波大学体育系教授 坂本 昭裕



主催／国立能登青少年交流の家

〒925-8530 石川県羽咋市柴垣町14-5-6
TEL 0767-22-3121 FAX 0767-22-3125

共催／石川県立白山ろく少年自然の家

石川県立白山青年の家

石川県立能登少年自然の家