




長期キャンプ 2回に分けるとどうなる？

国立乗鞍青少年交流の家
実践研究報告

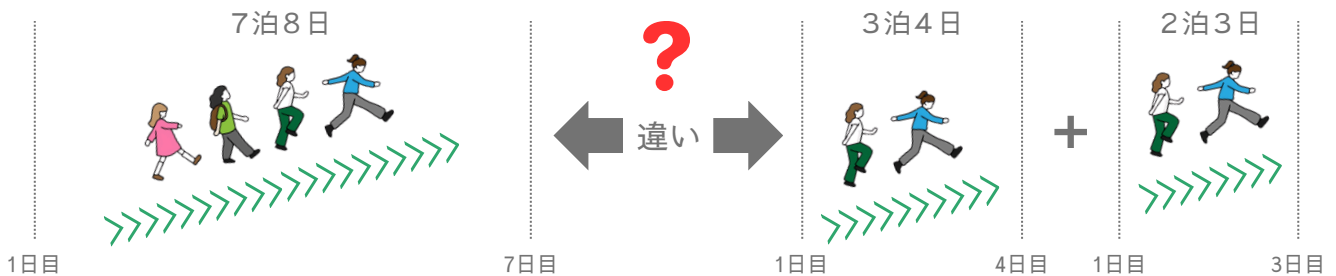


どうなるの？

I. 背景と目的


野外教育の世界では「長期キャンプ」が参加者にもたらす効果が高いことは、以前から研究が進んでいるものの、キャンプ等の事業を主催する企業や団体を取り巻く環境は目まぐるしく変わってきている。特に政府が推進している「働き方改革」は、これまでの長期キャンプの運営方法を見直すターニングポイントとなり、主催者の参加者に対する思いと、スタッフへの思いとのバランスが事業成功の重要な要素となってきている。

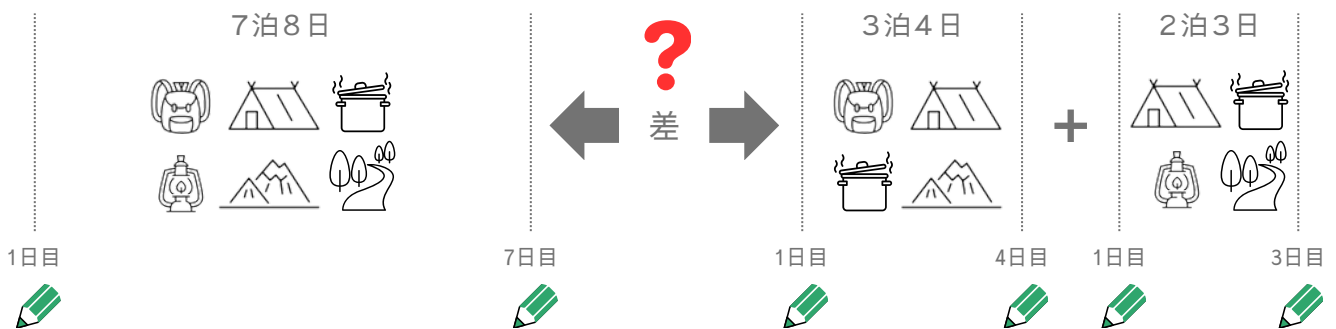
そこで、国立乗鞍青少年交流の家ではこれまで7泊8日で実施してきた主催キャンプを3泊4日と2泊3日に分けて実施することで、参加者にもたらす効果（ここでは「生きる力」に着目）や運営上のメリット、デメリットについてどのような違いがあるのかを明らかにするために調査、分析することとした。




II. 調査方法

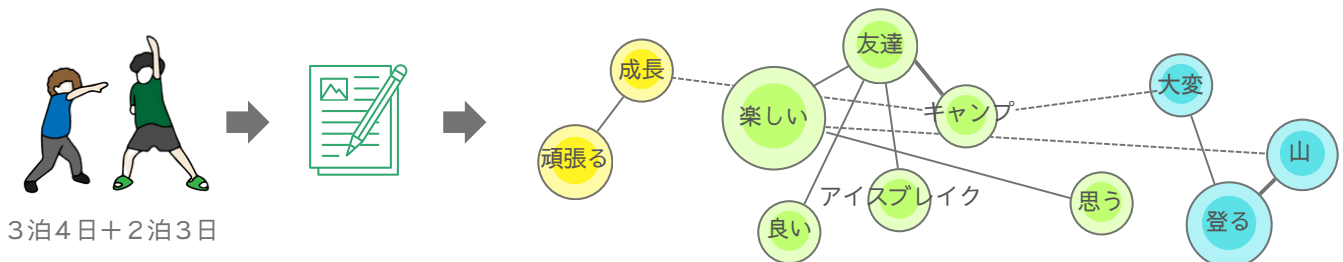
① I K R 評定用紙（簡易版28項目）を用いた変容の差

7泊8日のキャンプの参加者と、3泊4日+2泊3日のキャンプの参加者に「I K R 評定用紙（簡易版28項目）」を用いたアンケート調査（）を事前・事後に実施し、その変容の差を分析した。なお、7泊8日のキャンプでは開会時と閉会時の2回、3泊4日+2泊3日のキャンプでは、開会時と3泊4日の終了時、2泊3日の開始時と閉会時の計4回聴取した。



② 感想文の共起分析

参加者がキャンプ最終日に書いた感想文（）からKHCoderを用いて共起ネットワーク図を作成し分析した。共起分析とは、テキストやデータの中で特定の単語やフレーズと一緒に現れる頻度やパターンを分析する手法で、本調査では3泊4日+2泊3日のキャンプ参加者が書いた感想文を用いた。



③ 運営スタッフへの聴き取り

7泊8日以上長期キャンプの運営経験のあるスタッフ、3泊4日+2泊3日のキャンプを運営したスタッフ両者に運営上のメリットやデメリットについて聴き取り整理した。

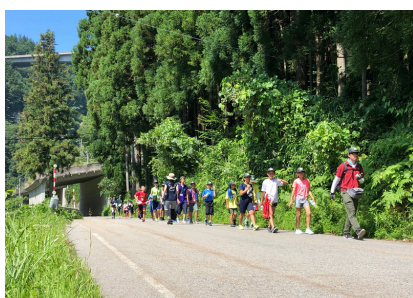


Ⅲ. 調査対象とキャンプの内容

①アドベンチャーキャンプinのりくら（7泊8日）

- ・日程 令和元年8月1日～8日
- ・参加者 小学5～6年生 18人

	午前	午後	夜間
8月1日	開会式	交流・目標設定	岐阜市少年自然の家泊
8月2日	川下り事前研修	野外炊事	岐阜市少年自然の家泊
8月3日	川下り	川遊び	岐阜市少年自然の家泊
8月4日	ロングトレイル	川遊び	キャンプ場泊
8月5日	ロングトレイル	ジップライン	キャンプ場泊
8月6日	登山	バス移動	国立乗鞍青少年交流の家泊
8月7日	乗鞍岳（剣が峰）登山	乗鞍岳（剣が峰）登山	国立乗鞍青少年交流の家泊
8月8日	閉会式		

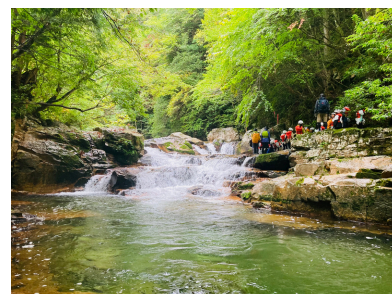
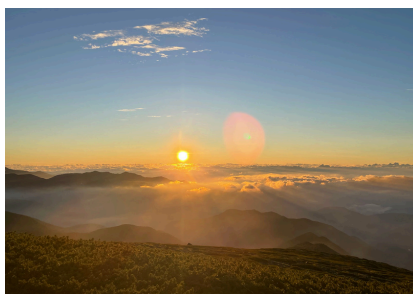


②アドベンチャーキャンプinのりくら（3泊4日+2泊3日）

- ・日程 令和6年8月1日～4日+9月14日～16日
- ・参加者 小学5～6年生 14人

	午前	午後	夜間
8月1日	開会式・交流	テント設営・野外炊事	キャンプ場泊
8月2日	野外炊事・バス移動	乗鞍岳畳平周辺散策	山小屋泊
8月3日	乗鞍岳（剣が峰）登山	バス移動・野外炊事	キャンプ場泊
8月4日	野外炊事・閉会式		

	午前	午後	夜間
9月14日	開会式・交流	テント設営・野外炊事	キャンプ場泊
9月15日	野外炊事	木地谷溪谷沢登り	野外炊事
9月16日	野外炊事・閉会式		



IV. 調査結果と考察

① I K R 評定用紙（簡易版28項目）を用いた変容の差

7泊8日のキャンプと3泊4日+2泊3日のキャンプの得点結果は表1, 2、得点推移は図1, 2のとおり。

表1. 7泊8日のキャンプにおける I K R 得点 (n=18)

Pre		Post	
M	SD	M	SD
126.50	25.96	144.56	20.45

(M:平均、SD:標準偏差)

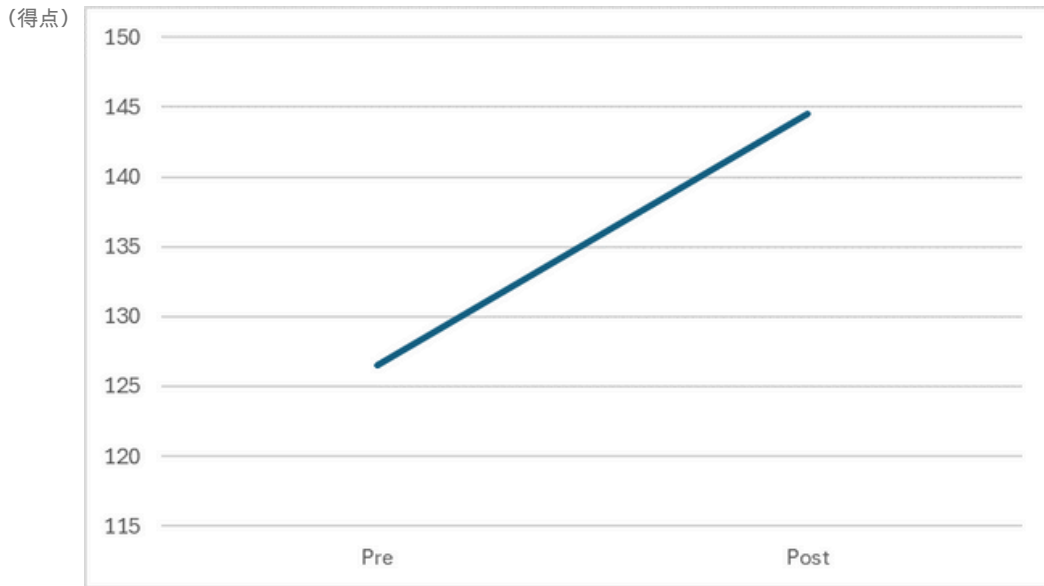


図1. 7泊8日のキャンプにおける I K R 得点推移

表2. 3泊4日+2泊3日のキャンプにおける I K R 得点 (n=14)

1stPre		1stPost		2ndPre		2ndPost	
M	SD	M	SD	M	SD	M	SD
124.64	31.63	141.50	19.03	129.43	22.00	134.36	21.11

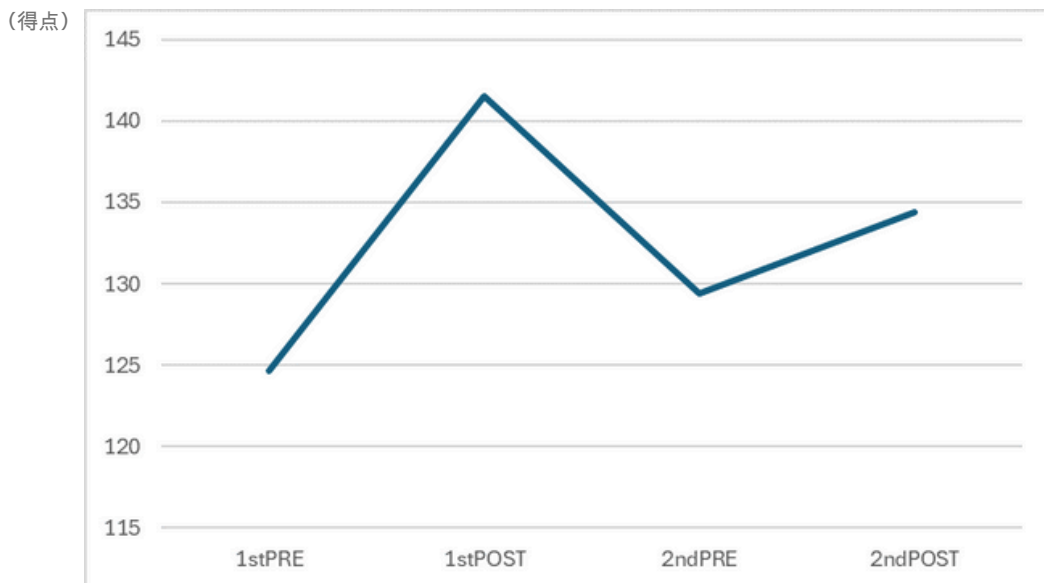


図2. 3泊4日+2泊3日のキャンプにおける I K R 得点推移

ここでは、7泊8日のキャンプと3泊4日+2泊3日のキャンプでIKR得点に及ぼす効果に違いがあるかどうかについて検証するため、7泊8日のキャンプのPreとPostのデータと、3泊4日+2泊3日のキャンプの3泊4日のPre (1stPre) と2泊3日のPost (2ndPost) を比較した結果が、表3及び図3のとおり。

表3. 7泊8日のキャンプと3泊4日+2泊3日のキャンプにおけるIKR得点の分散分析結果

	1stPre		2ndPost		交互作用	調査時期
	M	SD	M	SD		
7泊8日 (n=18)	126.50	25.96	144.56	20.45	0.89	9.84***
3泊4日+2泊3日 (n=14)	124.64	31.63	134.36	21.11	n.s.	PRE < POST

*** p < .001

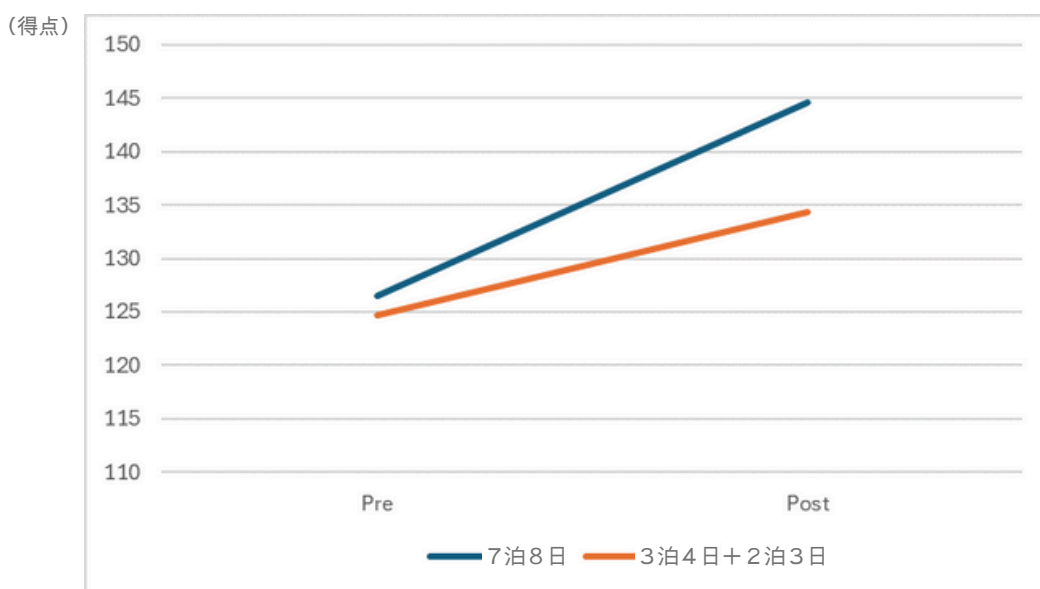


図3. 7泊8日のキャンプと3泊4日+2泊3日のキャンプにおけるIKR得点推移

分析の結果、7泊8日のキャンプ、3泊4日+2泊3日のキャンプともにPreからPostにかけて統計的に有意に向上していることがわかった。また、一見すると3泊4日+2泊3日のキャンプに比べ7泊8日のキャンプの方が向上しているように見えるが、統計的には向上具合に差が無い(交互作用が無い)という結果となった。

このことから、2回に分けた3泊4日+2泊3日のキャンプは、7泊8日のキャンプと同様に効果が得られたことがわかった。

次に、図4のとおり、7泊8日のキャンプと3泊4日+2泊3日のキャンプの3泊4日のみを比較すると、3泊4日+2泊3日のキャンプでは、3泊4日のみで7泊8日のキャンプとほぼ同様の得点向上がみられるが、図2のとおり、3泊4日+2泊3日のキャンプでは、3泊4日終了時から2泊3日開始時まで(約1カ月間)に数値が落ち込んでおり、効果の持続性に期待できないことが推察される。

しかし、本調査では7泊8日のキャンプ終了後1カ月程度経過した後の追跡調査を行っていないため言及できないものの、仮に7泊8日のキャンプ終了後も効果が持続しないと仮定すると、3泊4日+2泊3日のキャンプでは数値の向上の機会が2度あるという結果に大きな価値を見出せるのではないだろうか。




共起ネットワーク図（図5）からは、スタッフがメインイベントだと考えていた「乗鞍岳（剣が峰）登山」及び「木地谷溪谷沢のぼり」に関する記述よりも、テントでの宿泊や野外炊事、景色等の生活に関わるものが多いことがわかる。また、「大変」に「楽しい」と「テント」がつながっていることから、登山やテント設営が参加者にとって適度なストレスやプレッシャーとなっており、それを乗り越えた達成感から「楽しい」につながっていると推察できる。これらのことから、メインイベントでの適度なストレスやプレッシャーを乗り越えた達成感や高揚感によって生活等の時間の満足度が高まる「心の余裕」が生まれたと考えられる。



③運営スタッフへの聴き取り

7泊8日以上長期キャンプの運営経験のあるスタッフ、3泊4日+2泊3日のキャンプを運営したスタッフ両者に運営上のメリットやデメリットについて聴き取った結果、表4のとおり整理された。

表4. 運営上のメリット・デメリット

	メリット	デメリット
7泊8日	<ul style="list-style-type: none"> ・一度に長い時間を参加者やスタッフが共有できる（一体感） ・8日間の中でダイナミックなプログラムを企画しやすい ・天候にあわせてプログラムを組み替えやすい ・成長を実感しやすい 	<ul style="list-style-type: none"> ・準備を含めると連続勤務が10日程度 ・体力的な負担が大きい ・ボランティア参加のハードルが高い（9日間拘束されるため） ・事前準備の負担が大きい 
3泊4日 + 2泊3日	<ul style="list-style-type: none"> ・体力的な負担が軽い ・事前準備の負担が軽い ・テント設営や野外炊事等、1回目と2回目で成長を実感できる ・参加者の性格や特性等を把握し2回目の準備ができる（フォローできる） ・1回目から2回目が終わるまでの長期間（1カ月以上）参加者に関わることができる ・体験を実生活に適應するチャンスが2回ある 	<ul style="list-style-type: none"> ・曆的に2回目のキャンプが最大2泊3日（3連休を活用）となり尻すばみ感がある ・2回目のキャンプの内容が天候に左右されやすい ・参加者が2回目を欠席しやすい ・ボランティア参加のハードルが高い（2回とも参加が条件のため） ・各回の集合解散や会場設営等の時間がもったいない

V. まとめ

① I K R 評定用紙（簡易版28項目）を用いた変容の差

7泊8日のキャンプと3泊4日+2泊3日のキャンプのいずれも参加者への効果は高い

② 感想文の共起分析

メインイベントでの適度なストレスやプレッシャーを乗り越え達成することで、生活に関するプログラムやそれ以外の時間を楽しむ「心の余裕」が生まれる

③ 運営スタッフへの聴き取り

7泊8日のキャンプと3泊4日+2泊3日のキャンプのいずれも運営上のメリット・デメリットがあるが、働き方改革につながる



長期キャンプ、2回に分けるとどうなる？

内容次第で
長期と
同様の効果



効果向上の
チャンスが
2回ある



負担軽減
働き方改革
心の余裕



研究協力：福富 優氏（至学館大学）