

Feel the Wind

～のりくらで 感じよう!自然・仲間・自分～

事業の紹介

高山市および近隣市町村の適応指導教室や、児童養護施設、母子生活支援施設の課題を様々な課題を抱える小中高生を対象に1泊2日で実施している事業である。事前に研修を受けた青年とともに、自然の中でストレスから開放された自由な時間を過ごすことをねらいとしている。

活動は、様々な課題を抱えた小中高生に対応するために複数を用意し、原則フリータイムというかたちをとっている。日帰りでの参加も可能としている。

今年度の第1回は7月2～3日(青年は7月1～3日)に実施され、小中高生32名、青年20名の参加があった。



【青年対象】

不登校の子どもを抱えた経験のある講師から不登校の子どもや家族の心について話を聞き、不登校に悩む子どもへの理解を深めた。

【青年対象】

子どもに寄り添うための「傾聴」について学び、役割分担をしてカウンセリングの実習を行った。課題を抱える子どもへの接し方をトレーニングした。

日程および主な活動プログラム

DAY	7:00	8:00	9:00	10:00	11:00	12:00	13:00	14:00	15:00	16:00	17:00	18:00	19:00	20:00	21:00	22:00	23:00
7/1(金) 〈青年1日目〉						13:35～青年参加者迎え 13:45～受付 14:15～開講式	開講式	アイスブレイク	講義I 「悩みを抱える子どもに寄り添って」	夕べついでい	夕 食 入 浴	講義II 「カウンセリングの手法」	ミーティング	交流会 G討議	就寝準備	就 寝	

(小中高生1日目)7/2(土)	7:00	8:00	9:00	10:00	11:00	12:00	13:00	14:00	15:00	16:00	17:00	18:00	19:00	20:00	21:00	22:00
DAY 2	起床・朝の集い 清 掃・朝 食	実習I 「森での安全な 楽しみ方」	打合せ	昼 食	子ども 迎 え 開講式	Free time① ＜ツリークライミング＞	夕べついでい	夕 食 入 浴	Free time② ＜星空観察＞	就寝準備	就 寝					

【青年対象】

子どもたちにツリークライミングの楽しさを伝え、安全に体験できるように青年が事前研修を行った。ハーネスのつけ方や登り方、さらには森の木への接し方などを、体験を通して学んだ。

【小中高生対象】

宮崎アニメのような木の上からの景色、両足が地面から離れ1本のロープに身を任せ自分の力で登っていく体験をした。ほとんどの子が興味を持ち、楽しくクライミングをすることができた。

【小中高生対象】

天候が悪く、天の川の観察はできなかった。体育館遊びや、卓上ゲームで、消灯時刻まで思い思いの時間を過ごした。

(小中高生2日目)7/3(日)	7:00	8:00	9:00	10:00	11:00	12:00	13:00	14:00	15:00	16:00
DAY 3	起床・朝の集い 清 掃・朝 食	Free time③ ＜森を探検しよう＞ ※おやつづくり	片付け	昼食	振返り 閉講式	解散 小中高生送り 青年参加者送り	※Free timeでできること ・自然散策 ・ディスクゴルフ ・工作 ・折り紙 ・お絵かき (雨天:体育館遊び) など			

【小中高生対象】

森の博士と一緒に探検に出かけた。不思議な葉っぱや生き物を発見して歩いた。その後、ほとんどの子どもがキャンプ場に集まり、笹茶やハーブティーを入れ、焼きマシュマロなどのおやつを食べ、のどかな時間を過ごした。

小中高生の活動は原則フリータイムであるが、子どもたちにとって魅力的な中心活動を組み込み、子どもたちを少しでも自然の中へ誘い出すことができるよう工夫している。また、グループごとに担当の青年を決めることで子どもたちに安心感を与え、青年から自然の中へ誘い出す意図的な働きかけを行った。

それにより、ツリークライミング体験、自然の中でのおやつタイムには、フリータイムでありながらも9割の小中高生が参加した。



子ども(個)の変容

この事業は、子どもたちに心を開放しリラックスした時間を過ごしてもらうことがねらいであることから、唾液アミラーゼ検査によるストレス度の測定を行った。1泊2日の開講式、初日の活動後、閉講式の3回行った。なお、母子生活支援施設の参加者においては、普通の施設における事前測定も行った。

また、課題を抱える子どもは自尊感情が低い傾向があることから、自尊心にかかわる10項目のアンケート調査を1泊2日のはじめと終わりに行い、その変化を見た。



【唾液アミラーゼ検査】

～ストレス度～

なし 0～30 KU/L
ややあり 31～45 KU/L
あり 46～60 KU/L
だいたいあり 61 KU/L～



【自尊心にかかわるアンケート内容】

- ①私は自分について、ほとんどの点が好きです。
 - ②家族にとって、私は大事な一員だと思います。
 - ③他の友達が私のことを好きだと思っていてくれるかどうか気になります。
 - ④私は自分の顔立ちが気に入っています。
 - ⑤私は家族と一緒にいると気持ちが楽になります。
 - ⑥私は他の友達と一緒にいると気持ちが楽になります。
 - ⑦私は今の自分とちがっていたらいいのと思います。
 - ⑧私はひとりぼっちだと思います。
 - ⑨私はいい人だと思います。
 - ⑩私は失敗しても別に気になりません。
- いつもそう思う(3点)
時にはそう思う(2点)
ほとんどそう思わない(1点) から一つを選択
※ただし、③⑦⑧は点数が逆

B子(小5)児童養護施設より参加

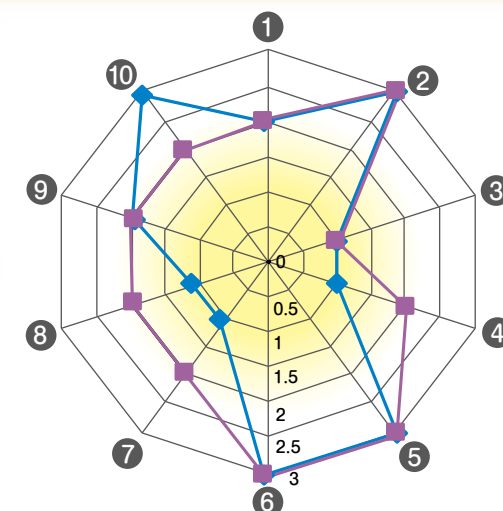
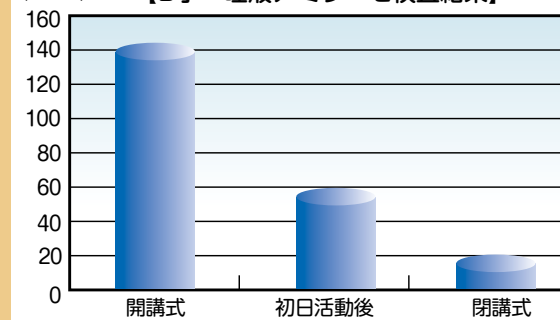
～1日目～

- 青年と目線を合わせて話せない。コミュニケーションが苦手な様子。
- 同じ施設の友達を独占しようとする。
- 同じ施設の女の子に対抗心が強い。
- ツリークライミングに誘っても反応が薄い。

～2日目～

- 外で積極的に友達と遊ぶ姿が見られた。笑顔が増えた。対抗心を持っていた子とも楽しく遊ぶ。
- 遠慮なくたくさんおやつを食べていた。
- 時間を意識して行動するなどリーダー的な一面も。
- 青年と目を合わせて話ができるようになった。

【B子 唾液アミラーゼ検査結果】



【B子 自尊心にかかわるアンケート結果】

担当の青年や周りの友達から声をかけてもらえたことで、徐々に安心感が生まれてきたものと思われる。また乗り気ではなかったものの、ツリークライミングを体験したり友達のクライミングを見たりすることで、少しずつ自分の中の壁を取り払い、心を開放することができていったようである。唾液アミラーゼ検査からも、はじめの強いストレスが、どんどん軽減されていることが分かる。

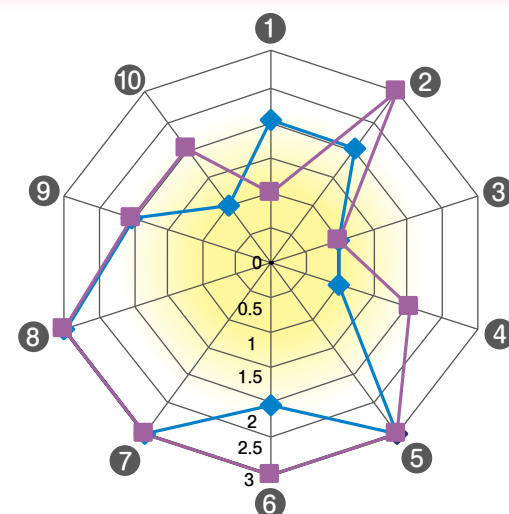
A子(小2)母子生活支援施設より参加

～1日目～

- 初めから個人での行動。ツリークライミングでも自分が終わったら室内に帰ってしまう。
- 「母親がいなくて楽しい」と話す。
- 口が悪く、けんかの原因をつくる。小4と対等に口げんかする。
- 明日のことが気になって眠れない。

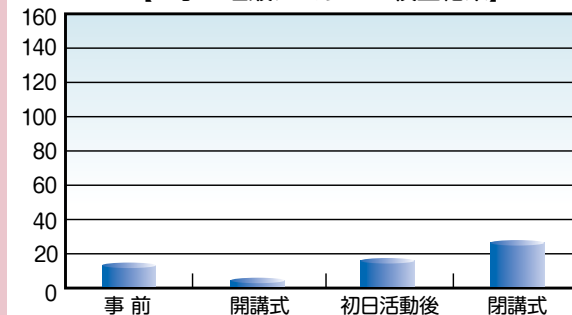
～2日目～

- 食事で友達のお皿まで配ったり、片付けたりするが、断られトラブルになることも。
- 「母親が一番好き」と話す。
- グループの子と一緒に行動することが多くなった。



【A子 自尊心にかかわるアンケート結果】

【A子 唾液アミラーゼ検査結果】



安定してリラックスした時間を過ごしていることが分かる。本人の言動やアンケートからも、初日は自分本位の意識であったが、2日目に周りの友達に積極的に関わってこうとする様子がうかがえる。「ちょっとだけだけ友達ができうれしかった。また来たいです。」と感想を記入している。母親と離れ1泊2日を過ごすことで、母親に対する素直な感情も芽生えたようである。

全体のデータより

<唾液アミラーゼ検査 参加者平均> (KU/L)

	開講式	初日活動後	閉講式
H22第1回	32.3	34.1	23.8
H22第2回	35.3	33.5	26.4
今回	41.9	38.3	35.5

<自尊心アンケート 合計点参加者平均>

	開講式	閉講式	得点上昇項目
H22第1回	21.2	20.6	①③⑧
H22第2回	21.4	21.8	①②⑤⑥⑨⑩
今回	21.9	22.0	④⑥⑦⑨⑩

開講式より初日活動後、初日活動後より閉講式というようにストレスが減少する傾向が確認できる。人間関係への慣れもあるが、フリータイムの中での自然体験がよい効果を与えているものと考えられる。

自尊心アンケートにおいては、前回と今回において、前後での微増が見られる。また、3回の平均点を比較すると、徐々に高くなっていることが分かる。これは、続けて参加する小中高生がいること、また、小中高生の興味を喚起する自然体験プログラムの実施や充分な活動時間を確保できていることが要因ではないかと推測する。

まとめ

～事業後の保護者アンケートの記述より～

「帰宅時の車中、ツリークライミングのこと、お姉さんと話したことなど聞かせてくれました。次の週、初めて友達と遊びに出かける計画をしました。親はドキドキでしたが、本人は「楽しかったよ!」と満足気でした。」

「知らない人のいる活動に参加するのが嫌で習い事もしない子でした。楽しかったことをテンション上がりっぱなしで話してくれました。秋に地元であるイベントに参加すると言っています。活動的になってうれしいです。」

参加した小中高生にとって、活動を広げたり人と進んで関わろうとしたりするなど、わずか1泊2日の体験も、小中高生にとっての大きな自信やきっかけになっていることが伺える。

本プログラム開発は2年目であり、毎年2回のデータを蓄積してきた。参加小中高生には連続参加者も複数存在することから、連続参加者における継続的なデータ収集や観察を行い、本事業が小中高生に対し長期的に与える影響について検証していきたい。