外遊びが制限されている子どもたちを自然の中に！

みんなが成長する『ネイチャー&レクリエーション楽宿』

［日本レクリエーション協会］

日本レク協会では、東日本大震災の影響で外遊びが制限されている福島の子どもたちを対象に、『ネイチャー&レクリエーション楽宿（がっしゅく）』を、２０１１年から3年間にわたり開催しました。

震災直後、福島の子どものほとんどが外出時にマスクをしており、外で遊んでいる子は全くと言っていいほど見かけません。家でじっとしている状況では、必然的にストレスが溜まっていきます。日本レク協会でも福島の子どもたちに何かできないか？と検討をしていたところ、福島県レク協会や福島県教育委員会の協力やスポーツ振興くじ（ｔｏｔｏ）の助成を受けることができ、実施に向けてスタートしました。

募集にあたり、福島県教育委員会を通して、相馬やいわき、福島市内の小学校へ募集チラシを配布。毎年多数のキャンセル待ちが出るほどの申込みがあり、3年間に渡り2泊3日のプログラムを3期実施、毎期90名を超える子どもが参加しました。プログラムには、「自然の中でのびのび遊ばせて、ストレスを発散させたい！」「レク協会なら、レクやニュースポーツを取り入れたい！」という想いが落とし込まれていきました。

子どもたちは自然の中で思いきり遊び、他の子やボランティアとの交流を楽しむ反面、お互いにぶつかることもありました。彼らにとって、どんなかけがえのない体験があったのでしょう。

試行錯誤と協力、成功体験が子どもを成長させる。

学年の違う子どもたちが、一つのことを一緒にやり遂げる体験は、学校ではなかなかできません。今回実施した「ニュースポーツラリー」では、班毎に協力してニュースポーツのコーナーポイントを周り、得点に挑戦していきました。その中で徐々に芽生えてくる、協力する力。〝むかで競争〟では、早く歩く方法や、声のかけ方などを相談し合いました。1回目よりタイムが良ければ、みんなでガッツポーズ！達成感がどんどん高まります。

山頂のポイントでは、「山を登るのはムリ」と駄々をこねていた子が、班のみんなから励まされることでしっかり登りきり、笑顔で集合写真を撮影しました。

中には、なかなか一緒に行動できないなど、集団行動になじめない子もいました。班の子たちにも徐々に不満が募り、チームワークがなくなりかけたとき、声をあげたのはボランティア。「今の状況について、みんなで意見を出し合おう」という提案から、話し合いが始まりました。「片付けや準備も、一緒にやってほしい」「1人でどこか行か

［笑顔 Again］プロジェクト
ネイチャー&レクリエーション楽宿（がっしゅく）

ないで班で行動してほしい」など、みんながなじめない子へ一言ずつ意見を出し合うと、その後は一緒に活動できるように。その子は、周囲に迷惑をかけていたことを改めて知ることができ、頑張ろうという思いが芽生えたのでしょう。

自然の中で仲間と励まし合いながら、一つの目標に向かう体験は、楽宿やキャンプの醍醐味。それを乗り越えて得る感動や楽しさは、子どもたちへ良い影響を与えます。自然と生まれる思いやりの気持ちも大切。楽宿には子どもたちの成長に欠かせない、人と関わる体験がたくさんあるのです。

学生ボランティアも子どもから学ぶ。

今回の楽宿では、レクの学習を設置する大学・大学専門学校（課程認定校）の学生がボランティアとして参加。一つの班について、子どもたちと寝食を共にしました。ほとんどが子どもキャンプ初参加でしたが、得難い体験だったようです。

班毎に行動する際、大切なのは「何をする（しなければいけない）のか？」を子どもたちに明確に伝えること。上手く伝わらないと、「どうしてやる（やらなければいけない）の？」となり、活動が遅れがちになります。最初、多くのボランティアがなかなか上手く伝えられず、戸惑っていました。

楽宿では、班で協力してカレーを作ります。ボランティアは前日に練習し、ある程度の段取りを理解しますが、当日子どもたちへの伝え方が悪く、準備が進まない班がありました。本来なら最初にお米を研ぎ、野菜を洗って切り、カレーの準備が出来てから薪に火をつけるはずが、野菜を洗うことばかりに気を取られ、お米を研ぐことを忘れてしまったり、火おこしに夢中になり、カレーの準備ができないうちに火をおこしすぎて焚き火になってしまい薪が無くなってしまったり。段取りの悪さに気づいたボランティアは、どのような順番で何のためにやるのかをきちんと伝え、そのために今何をすべきかを考えさせるようになっていきました。

ある班では、キャンプファイヤーのスタンツを考えていた時、突然高学年の女の子が泣き出してしまいました。彼女は主役になりたかったのですが、低学年の子たちに、役を譲ってくれたのです。カレー作りの役など他の場面でも、みんなを最優先に考え譲ってくれており、我慢ができなくなって泣いてしまったそうです。その後、ボランティアは彼女と話す時間を持ち、気持ちを聞き、自分の配慮の足りなさを伝えることにより、お互いの距離がぐっと近くなりました。その後は、班のコミュニケーションが一層強くなり、相手を思いやる気持ちが芽生えてきたそうです。

ボランティアは、コミュニケーションの取り方や物事を伝える難しさを、子どもとの活動を通して学びます。あるボランティアは、「ダメなものはダメってちゃんと説明して伝えると、子どもたちが理解してくれることを学びました」と語ってくれました。

楽宿で一緒に生活することで、子どももボランティアも集団生活のルールや人との接し方、思いやりを学びます。子どもの成長に良い影響を与え、ボランティアの貴重な経験になっていることを実感しました。

●プログラム

1日目						11:00	12:00	13:00		14:30				18:30	19:30			21:30		
						開村式	昼食	ランタンづくり		野外炊飯				入浴	ナイトハイク			就寝		
2日目	06:00	07:00		09:00			12:00	13:00				17:00	18:30			20:30	21:30			
	起床	朝食		ニュースポーツラリー			昼食	水鉄砲づくり／水鉄砲大会				夕食	キャンプファイヤー			入浴	就寝			
3日目	06:00	07:00		08:30	09:30		11:30	12:30		14:00										
	起床	朝食		荷物整理チェックアウト	凧づくり／凧上げあそび		昼食	閉村式		会場発										

●特集●
東日本大震災
子どもたちへの
レク支援

●子どもの成長を実感。

スイカ割りでは、みんな参加したかったので班で代表を1人ジャンケンで決め、負けた子は悔しかっただろうけど、代表の子を応援していたときに成長を感じました。
（東海学園大学　山中智雅）

2日目のニュースポーツラリーの時、今までは低学年の子のサポートはボランティアが行っていたのですが、徐々に高学年の子たちがしてくれるようになりました。高学年と低学年の子が一緒に手を繋いで歩いている姿を見た時には、成長を感じました。（立教大学　田邊みゆき）

自分がやりたいという気持ちから、子ども同士の喧嘩がありました。しかし、後半は1番年上の男の子が、いろいろ我慢してくれて本当に助けられました。班のチームワークも生まれ、子供たち自身も初めより楽しく参加できているようで、成長を感じました。
（国際武道大学　狩野淳記）

●ボランティアの姿勢を体験。

スケジュールをきっちり把握することで、広い目で子どもたちを見てあげられました。自分がしっかりすれば、子どもたちだって頼ってくれるし、信頼関係を築くのに大切な努力なんだと学びました。（東京福祉大学　井上七菜）

子ども一人一人の考え方も違い、人見知りをしない子もいれば、人見知りする子もいます。その中でボランティアの役割というものが重要だと感じましたし、やりがいもありました。
（日本体育大学　藤井春樹）

子どもたちは、最初はなかなか言うことを聞いてもらえませんでしたが、時間が経つにつれ、受け入れてもらえるようになっていきました。集まるのも、最初はどの班よりも遅いくらいでしたが、最後にはどの班よりも早く集まり、静かに待てるまでなりました。
（東海学園大学　鈴木衆作）

泣いた！★笑った！★みんなに会えて良かった！
ありがとう「ネイチャー&レクリエーション楽宿」。

●想いが伝わる大切さを学ぶ。

ニュースポーツラリーで集合写真ポイントへ行こうとしたとき、初め「山を登るのは無理」と、かなりダダをこねていた子が、しっかり自分の足で最後まで登りきり、笑顔を見せてくれたときは、「やればできる！」って誉めてあげました。（東海学園大学　鈴村華子）

伝える難しさを学びました。好奇心旺盛なので接し方はもちろん言葉づかいにも気を付けなければいけません。やって良いこと悪いことの判別も、頭ごなしに言ってもなかなか理解してくれません。その難しさを改めて学びました。（立教大学　菅野恵理子）

●学生の成長を実感。

子供達との触れ合い、そして他校の学生やボランティアスタッフとの交流を通して、心身ともに学生が一段も二段も成長していることが分かります。「参加して良かったです！」と研究室を笑顔で訪れる学生達の自信に満ちた表情がとても印象的です。
立教大学准教授　石渡貴之

参加した学生達は、口々に「楽しかった」と、嬉しそうな表情で報告してくれます。ある学生は、他大学の学生と仲良くなり、帰ってきてからも何回か会う機会を設けたようです。２年連続で参加した学生は、前年度のボランティアさんと再会できて嬉しかった…と言っておりました。今後も、このような場を企画していただければありがたいです。
埼玉学園大学准教授　坂田知子

ボランティア達の成長は目を見張るものがありました。夜泣きをした子どもの気持ちに寄り添うことで、翌日は夜泣きが無くなりました。初日にはふざけ過ぎた子どもたちを怒っていましたが、その後は自分の感情をコントロールし、諭し叱れるように変化していました。自分の成長に気付き、理解し自覚をすることに意味があると私は考えています。
中央福祉医療専門学校教員　大森孝憲

楽宿を現場実習として生かせる、経験に長けたレク協の方の企画実践の中で活動できる、現場で全国の学生と交流できるなど、学びの多い体験になると考え、学生に参加を勧めました。結果、純粋な子どもたちに囲まれ、他校の学生とも交流を深めて帰ってきました。今でも子どもたちの名前が出ますし、他大学の学生とも連絡を取り合っているようです。
神戸女子大学教授　中山ふみ江

楽宿参加後は、勉学への姿勢が皆明らかに変わり、様々な活動に積極的に携わるようになります。教員採用試験の面接では楽宿経験を熱く語り、思う存分主張できたと胸を張る者や、難関の試験を見事突破し、既に教壇に立って活躍している者もいます。このように、教員として送り出す側の思いは、学生達の熱い心を刺激し成長してくれることにあります。
国際武道大学教授（大学院研究科長）中島　一郎

子どもたちの笑顔は福島の未来です。

【NPO法人福島県レクリエーション協会】

3・11に続く原子力災害により、福島県の子どもたちは外遊びが制限され、肥満、体力低下など様々な問題を抱えています。

福島県レク協会は、震災後、子どもたちの体力向上を図り笑顔を取り戻すために、多くの事業に取り組んでいますが、その多くは震災前から継続し、準備してきた土台の上に積み上げた事業です。

福島市レク協会は、あそびの城を実施して今年で8年目になります。外遊びが制限され、他県へ避難する子供たちも多い中、平成23年度も当初の計画通り5月から事業を再開し、初めてのキャンプにも挑戦しました。

福島県レク協会でも、平成23年度当初事業に、協会直営で行う子どもたちのキャンプを計画していました。これらに加え、日本レク協会の『ネイチャー&レクリエーション楽宿』も行われ、震災直後の子どもたちへの大きな支援事業となりました。

直接、キャンプを実施すると様々なことに気づきます。23年度の子どもたちは、例えれば電池が切れるまで走り回り、休めば熟睡という感じで、野外活動に飢えていたのがよくわかりました。一方、情緒的には不安定な子も多く、言葉もなく泣き続けている子を3時間抱き続けていたこともありました。次の年は、鼻血を出す子が多くいました。被ばくを防ぐため、ずっとマスクを着用していた影響だとも考えられました。今年度も募集をかけるとあっという間に定員を超える状況で、野外活動へのニーズの高さを感じました。

県協会主催のキャンプは小学校1年生から中学生まで、県内全域から一般公募します。初めて出会った子どもたちが、キャンプで行う様々なことに協力して取り組みます。時にはケンカもあり、時には大声で注意することもありますが、レクリエーション・ワークを駆使する中で、子どもたちは結束し、期待以上の結果を出してくれます。「子供たちの力を信じていいんだ」と感じる瞬間です。

また、野外活動には、予測できない出来事もつきものですが、安全管理や運営ノウハウなどは、日本レク協会主催の「楽宿」からたくさん学ばせていただきました。継続することで蓄積されたこれらのノウハウは、そのほかの様々な事業に応用できるものです。

私たちは、あそびの城を継続することで一般公募のキャンプを実施することができるようになり、震災にも対応できる有資格者のスキルアップを図ることができました。今後もレクリエーションの力を信じて子どもたちの事業を展開して参ります。

新潟県レク協会に福島県の子どもたちが招待されたキャンプ。沢登りは素晴らしい経験と自信を与えてくれました。

●特集●
東日本大震災
子どもたちへのレク支援

ネイチャー&レクリエーション楽宿。水鉄砲ではじけました。

野外調理はキャンプの楽しみの一つ。真剣に挑戦します。

感動のキャンプファイアー。インストラクターのスキルも磨かれます。