

自然の中で活動する意味を探る

Searching for the meaning of outdoor activities

永吉 英記

Hideki NAGAYOSHI

はじめに

都市化の進展に伴って、都会地から急速に自然が失われつつある日本社会の現状や、アジア地域での急速な経済発展と環境問題、さらには地球温暖化問題などグローバルな視点で考えると、自然の中での活動は人間としての本質的な生き方や考え方を深める教育的価値の高い活動といえる。

自然の中での活動は、学校教育や社会教育場面では野外活動として、体育、レクリエーション、また環境教育として理科や総合学習の時間でも活用されている。野外活動は主に、自然環境の中での共同生活や自然体験学習、キャンプ、ハイキング、サイクリング、オリエンテーリング、スキー、スケート、登山、水泳、植物・昆虫採集、農作業などの各種の活動を主に集団で行うこととされ、近年では、健康改善効果（高血圧や生活リズム改善効果）、コミュニケーション能力の向上、自己概念の向上、集団凝集性の向上等の効果が認められ、医療機関による野外運動指導、企業研修やスポーツチームにおけるチームビルディングにも活用されている。

私は、年間を通じ、幼児キャンプ（3泊4日）、児童キャンプ（4泊5日）、小学校長期自然体験活動（4泊5日）、沖縄キャンプスクール（11泊

12日）、スキー教室（2泊3日）、プレーパーク（毎月2回）、健康体力づくりを目的としたアウトドアフィットネス（月1～2回）など様々な野外活動を学生たちと共に、学校と地域と連携して企画・運営している。これら様々な野外活動実践を通じ、野外活動の普及、調査研究、指導者資質の向上に励んでいる。

本報告では、これまで私が実践してきた野外活動実践について紹介すると共に、その目的や意義について説明を加えたい。野外活動の教育的意義について、また、野外活動における自然の中で活動する意味について考えが深まっただけなら幸いである。

1. 幼児期・児童期のキャンプ

幼児期や児童期は、神経系の著しい発達をする時期である。神経の発達は、心の成長や様々な動作の習得とも大きく関わっており、人間の心と体の基礎となる精神的能力や運動能力を身につけるには幼児期と児童期が最も大切であるといえる。したがって、この時期の野外活動で重要なことは、自然環境の変化や様々な人との関係において、視覚、聴覚・平衡覚、嗅覚、味覚、皮膚感覚、触覚・温覚・冷覚、筋覚、運動感覚、内臓感覚などの感覚器を十分に刺激させた直接体験を通じ、生体機

能調節などの体の発達、感性や情緒的発達、精神発達を促すことが重要であるといえる。

一般的に幼稚園や保育園などの宿泊活動は1泊2日や2泊3日、小学校では2泊3日や3泊4日の期間で実施が一般的であるが、筑波大学の野外運動研究室が中心となって実施しているキャンプや、山梨幼児野外教育研究会が実施しているキャンプでは30年以上も前から幼児期のキャンプを3泊4日、児童期のキャンプは4泊以上の長期間で実施し、教育効果を検証しながら実施している。私は山梨幼児野外教育研究会（以下「山梨野外研」と呼ぶ）に所属し、学生の頃から幼児期や児童期のキャンプの具体的な指導方法と、様々な教育的効果について学んできた。

写真1はキャンプ出発時の集合場所で、参加するのがいやになって泣き出した子どもを保護者が見守っている様子である。参加する子どもだけでなく、送り出す保護者も不安になる場面である。子どもや保護者が安心して参加できるように、事前説明会で必要事項等詳細に連絡しておくことや、出発時は必要以上に時間をかけないことも重要である。

写真2は自分の荷物を自分で背負ってバスに乗車している様子である。保護者や指導者が持ってあげるのではなく、出来るだけ自分の荷物は自分で持たせることで、これからのキャンプ生活に対する自主性を意識化させていく。指導者にあまえ

てくる子どもに対して、必要以上に保護的に接すると、仲間集団に入れなくなったり、活動に対する積極性がなくなり、夜泣きなどに結びつくこともある。

写真3、写真4はキャンプ中の食事作りに関わる活動の様子であるが、指導者は活動の様子を観察し、安全の範囲内であるかを常に確かめながら、出来るだけ子ども達が自分で作業するよう見守っている。危険と隣り合わせの活動もあるため、どうしても指導者が作業をしてしまうことが多くなりがちであるが、長い時間をかけて、失敗を繰り返しながら様々な作業方法を学んでいく。

写真5は登り2時間30分、下り1時間30分程の軽登山時の様子である。歩くスピードを整えた



写真2 自分の荷物は自分で持つ



写真1 キャンプ出発時の保護者との別れ



写真3 野外調理場面

り、興味や関心のある話をしたり、また励ましたりと指導者や仲間同士との関わりがより密接になっていく活動である。

幼児期と児童期における自然の中で活動する意義の一つとして、自然と人間との密接な関わりから生じる多様な刺激やストレスを伴う直接体験の提供があげられる。

これまでの幼児キャンプと児童キャンプにおける実践と研究から、過去の自然体験活動の多い子どもは「感性」「問題解決能力」「生きる力（IKR 評定用紙による）」などの評価得点が高いことや、多様な体験活動の中で、自然に触れる体験をしたとき勉強に対してやる気になるとの報告があることなどから、現在の学校教育の中では、単なる移

動教室として集団宿泊活動を実施するのではなく、野外活動を積極的に取り込んだ活動が推進されるようになってきている。

2. 小学校長期自然体験活動

平成20年3月に告示された「小学校学習指導要領」では、「生きる力」の育成というこれまでの教育理念の継承のもとに、教育内容の主な改善事項として「体験活動の充実」が盛り込まれ、「道徳教育を進めるに当たっては、(略) 集団宿泊体験やボランティア活動、自然体験活動などの豊かな体験を通して児童の内面に根ざした道徳性の育成が図られるよう配慮しなければならない」と明記され、また、「特別活動解説」には、「児童の発達の段階や人間関係の希薄化や自然体験の減少といった児童を取り巻く状況の変化を踏まえると、小学校段階においては、自然の中での集団宿泊活動を重点的に推進することが望まれる。(略) 集団宿泊活動については、望ましい人間関係を築く態度の形成などの教育的な意義が一層深まるとともに、高い教育効果が期待されることなどから、学校の実態や児童の発達の段階を考慮しつつ、一定期間（例えば1週間（5日間）程度）にわたって行うことが望まれる」と自然の中での長期集団宿泊活動が推奨された。しかし、実際の学校教育場面においては、授業時間数の問題、予算確保、保護者理解、教員の理解、専門指導者の確保、業務負担などの課題があり、21年度「全国学力・学習状況調査」によれば、3泊4日以上で長期集団宿泊活動を実施している小学校は7.3%と極めて少ないのが現状である。このように、小学校における長期自然体験活動が推進され、課題も明確にされてきた中で、文部科学省の委託事業として平成20年度は「居住地域近郊の自然環境を活用した小学校自然体験活動プログラムの開発」として、平成21年度は「地域中高年齢者を対象とした自然体験活動指導者養成」を受託し、実際に多摩市教育委員会と連携して国士舘大学多摩キャンパス近郊の小学校で長期宿泊活動「多摩の自然学校」



写真4 ナタを使った薪割り



写真5 4時間の軽登山の様子

を始めた。

平成22年度で3年目になる多摩の自然学校には、これまで、子ども57名、スタッフ30名の参加があり、16名のキャンプインストラクター及び文部科学省全体指導者の育成を行ってきた。

参加者の保護者アンケートより、「内容・活動」の満足度評価において、10点満点中平均9.8点、「指導者」の満足度評価において、10点満点中、平均9.9点と高い総合評価を得た。

また、「参加者における日常生活の変化」において、指導者に関わる内容で記載されていたのは「指導者が丁寧に教えてくれて食事作りが好きになった。」「昨年と同じ指導者で安心して参加できた。」「近くの大学生（若い）指導者が関わってくれて子どもが大変喜んで、また一緒に遊びたい。」などの意見が多く得られた。多摩の自然学

校では普段通う学校施設内でキャンプを行ったことにより、きわめて安い参加費での実施が可能となることや、教職員や地域の方々がスタッフとして協力できる点などから、小学校長期自然体験活動を全国的に実施して行く上での新たなプログラム展開として期待されている。

3. 沖縄キャンプスクール（無人島生活体験）

学校や家庭では提供できないような、大自然の中での生活体験による教育的効果は、これまでの調査や研究から、きわめて高いことが報告されている。その中で、愛媛県宇和島にあるおいつ御五かみじま神島での無人島生活体験（森田勇造・主催）では、小学校5年生から高校生までの異年齢集団の男子・女子約80名を、10泊11日のプランで、1980年代半ばから10年にわたり、夏休みに生活



写真6 学校内中庭を活用した野外調理活動



写真8 学校内中庭での夕食



写真7 地域の自然環境学習の様子



写真9 グラウンドでのビバーク体験

体験をさせた試みであり、大きな成果と無人島生活を行うことによる集団行動や人間関係の変容が明確化された。

無人島生活のように、きわめて非日常的な生活体験や、大自然の厳しい環境下での活動には多くのストレスが生起するが、何が必要で、そのために何をしなければならないのかといった欲求充足のプロセスが明確化されることで、集団行動の目的がはっきりとし、欲求充足の課題を解決していくことで人間関係は親密化する。

このような効果を活用した取り組みを平成18年から、春休みは5泊6日、夏休みは11泊12日間、年間2回の沖縄キャンプスクールを国士舘大学ウエルネスリサーチセンター主催で実施してきた。世田谷区教育委員会と連携し世田谷区全小・中学校にチラシを配布し30名の募集により実施してきた。指導スタッフは国士舘大学体育学部に所属する野外活動部員が中心となって、教育委員会関係者、看護師を含めて、約10名で引率する体制で運営している。学生が運営の中心となり、チラシ制作から配布、備品準備、食料計画、プログラム作成、バスやフェリーの手配、リスクマネジメント、説明会や報告会といった一連の作業を分担して行い、企画運営のスキルを高めるようにしている。

学校や家庭では提供できないきわめてインパクトのある活動を提供することが重要であるため、旅行で行きにくい沖縄や鹿児島（奄美大島）の離島やチャーター船で行く無人島を選びプログラムを展開している。

無人島でのキャンプでは飲料水を含めたすべての食材を運び、トイレ作成やテントやかまど設営などを子どもたちと一緒に行う。また、スノーケリングや釣り用具、生活備品なども含めた大量の荷物を船に乗せて運搬し、無人島に自分たちの村を形成していく。地元教育委員会の協力で魚や貝などの捕獲を環境と生態系に配慮する条件で認めていただき、捕獲した魚や貝、カニやシャコなどを食材とした。

これまで300名以上の子どもたちが参加したことになるが、参加者の中から、「将来指導者として参加したい。」との要望があり、中学生や高校生の指導者養成プログラムも22年度からスタートした。また、日常的な学校生活において不適応



写真10 無人島でのテント泊の様子



写真11 無人島での野外調理の様子



写真12 スノーケリングプログラムの様子

傾向の子どもや仲間作りが苦手な子どもが多く参加するようになり、保護者のニーズも拡大している。

4. 野外運動あそび広場（プレーパーク）

沖縄キャンプスクール等のように非日常的な生活体験や自然体験活動は、そういったことに意識の高い保護者も持つ子どもか、きわめて積極的な思考を持つ子どもの参加が多いのが特徴で、全国的にも野外活動経験の豊富な子どもは、様々な活動に参加し、リピーターが高いことが報告されている。したがって、経験豊富な子どもとそうでない子どもが二極化しているのが現状である。自然の中での活動が、キャンプ、スキー、登山等のように特定の期間に、日常的にみれば特別な活動として認識されることは、自然の存在が非日常的で特別な生活環境のままであることを意味し、グローバルな視点に立ったときに、自然と人間の密接な関係を築くための活動にはならないといえる。このような野外活動における参加者の実態や、未だ提供できていない野外活動プログラムデザインとして、日常的な自然と関われる場を提供する必要がある。そこで、地域の自然環境豊かな公園を活用した野外運動あそび広場（大谷戸プレーパークTAMA）を平成20年から多摩市教育委員会の主催事業として、多摩市大谷戸公園で月2回（第2・第4土曜日）実施することとなり、現在でも継続している。

いつでも、誰でも、気軽に参加できるよう、会員や登録などの手続きなく、自由に参加できるようにし、自然の中での遊び方を知らない子どもや大人が多くなっている現状をふまえ、ボール、ラケット、フライングディスク、竹馬、駒、などの様々なスポーツ用具や昔遊びの用具を自由に使えるようにし、自然環境を活用した運動あそびや昔あそびをきっかけに、虫とりや火おこし、ネイチャークラフトや顕微鏡による自然観察、自然に関わる絵本を置く図書コーナーにも参加できるようにした。プレーパークとは、子どもたちが自主的、

自発的にやりたいことを自由にやれる広場として、全国的に広がっている遊び場であり、その基本的な運営方法として「自分の責任で自由に遊ぶ」ことをモットーに展開され、怪我や事故などは自己責任であることを認識したうえで利用させた。

21年度の参加者数は子ども625名、大人323名、国士舘大学学生（野外活動部員その他）や地域協力者121名の計1069名であった。年間23回の実施予定回数のうち4回が雨天中止となったため、1回あたり56名の参加者がある活動となった。

身近な自然との関わりや、日常的な野外活動としての意義に加えて、プレーパーク参加者の中か



写真13 大谷戸プレーパークTAMAの様子①
(ボール遊び、ターザンロープで遊ぶ子ども達)



写真14 大谷戸プレーパークTAMAの様子②
(焚き火を楽しむ参加者)

ら、小学校長期自然体験活動である「多摩の自然学校」や「沖縄キャンプスクール」に参加する者がおり、より専門的で冒険的な野外活動へのきっかけづくりとしての意義も見出すことも出来た。

5. 自然の中で活動する意味を探る

人間は約600万前のアフリカで誕生したといわれ、自然豊かな環境下で生活しながら進化を遂げてきた。自然からの恵みをもらい、また様々な問題に挑みながら、人間としての身体を作り上げると同時に、新しい生活方法や文化を築きながら生存領域を広げてきたのである。このように、人間が本来生活してきたのは自然環境下で、人間の長い歴史からみれば、都市が出現したのはごく最近のことといえる。生理人類学者の佐藤は「人間の生理機能は、脳も、神経系も、筋肉も、肺も、消化器も、肝臓も、感覚系も、すべてが自然環境のもとで進化し、自然環境用につくられている。」と述べているが、現代の都市生活で問題視されている生活習慣病や精神病をはじめとする様々な病気が、便利で物質的に豊かな都市生活の発展に伴って増加している状況を見ると、都市生活は人間の心身にとっては不自然な環境であるといっているのではないだろうか。これまで紹介してきた野外活動の様々な取り組みからみられる子どもたちの生き生きとした表情からも、自然の中で遊ぶことが、子ども本来の姿であり、最も適している教育環境であるのではないだろうかと考えてしまう。

人間にとって、自然の中での活動と人工的な施設内での活動と比べて心身にどのような違いがあるのか？自然の何が要因となって子ども達の生き生きとした姿が現れるのか？人間はどうして自然から離れて暮らすようになってしまったのか？このような、自然と人間との関係から見られる、様々な疑問や問題点が私の研究活動の出発点となっている。今後も自然の中での実践活動を通じて、人間にとって、自然の中で活動する意味について探っていききたい。

参考文献

- 1) 伊東俊太郎編：日本人の自然観，河出書房，東京，1995.
- 2) 国立青少年教育振興機構：学校で自然体験を進めるために，独立行政法人国立青少年教育振興機構，東京，2010.
- 3) 吉田正昭編：都市環境と住まいの心理学，彰国社，1980.
- 4) 山田英美，川村協平：幼児キャンプ，春風社，2001.
- 5) 渡辺重行編：共生の文化人類学，学陽書房，東京，1995.