

事業報告

文部科学省委託事業 青少年の体験活動の推進「体験活動推進プロジェクト」

平成30年度 教育事業

アルプスチャレンジキャンプ

～仲間とともに南アルプス踏破へ～

平成30年8月5日(日)～8月13日(月)

【対象】小学校5・6年生及び中学生

【場所】国立信州高遠青少年自然の家他

～趣旨～

長期自然体験活動を通して仲間と協力して困難を乗り越える力や協調性を養い、自己成長の機会とするとともに、困難を乗り越えた時の達成感を味わい自己肯定感の向上を図る。
また、南アルプスの雄大な自然環境を生かして、自然の偉大さ、厳しさを感じる。

～主催～

独立行政法人国立青少年教育振興機構 国立信州高遠青少年自然の家

～後援～

長野県教育委員会・愛知県教育委員会・山梨県教育委員会・伊那市・伊那市教育委員会

～協賛～

大塚製薬株式会社長野出張所・株式会社朝日スポーツ・株式会社長野サイン
ハチ食品株式会社駒ヶ根工場・ベルシャイン伊那店

～企画委員会～

信州大学教育学部 講師 瀧 直也 氏
長野県山岳総合センター職員 傘木 靖 氏
山梨県北杜市立高根清里小学校 教頭 小澤 亮 氏

～活動日程～

日程	月日	曜日	4:00	5:00	6:00	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	宿泊地		
第1日目	8月5日	日											受付	開会式	仲間づくり 事業フラッグ作り	タベの つどい	入浴	夕食	1日の まとめ 登山装備 確認	就寝 準備		就寝	自然の家	
第2日目	8月6日	月			起床	朝のつ どい	朝食	荷物 整理 準備	登山チャレンジ トレーニング			昼食	課題解決ハイキング			野外炊事			活動準備 休憩	入浴	1日 の まとめ	就寝 準備	就寝	自然の家
第3日目	8月7日	火			起床	野外炊事 (カートドック)		活動 準備	守屋山登山 (自然の家～守屋山山頂～自然の家)					荷物整理 休憩	タベの つどい	入浴	夕食	登山につ いてのガ イダンス	1日の まとめ	就寝 準備	就寝	自然の家		
第4日目	8月8日	水			起床	朝のつ どい	朝食	清掃	洗濯	リフレッシュタイム (流しそうめん)			洗濯物 取り込み	登山チャレンジ 準備	タベの つどい	夕食	休憩	入浴	1日の まとめ	就寝 準備	就寝	自然の家		
第5日目	8月9日	木			起床	朝のつ どい	朝食	活動準備	登山チャレンジ(1日目)				テント 設置 休憩	夕食づくり		1日の まとめ		就寝 準備	就寝	長衛小屋キャンプ場 (テント泊)				
									【自然の家～歌宿バス停～北沢峠(長衛小屋)テント設置】															
第6日目	8月10日	金			起床	朝食	活動準備	登山チャレンジ(2日目)				グループ ワーク	夕食づくり		1日の まとめ		就寝 準備	就寝	長衛小屋キャンプ場 (テント泊)					
								【北沢峠(長衛小屋)～栗沢山～北沢峠(長衛小屋)】																
第7日目	8月11日	土		起床	朝食	登山チャレンジ(3日目)							休憩	夕食		1日 の まとめ	就寝 準備	就寝	長衛小屋キャンプ場 (テント泊)					
					【北沢峠(長衛小屋)～小仙丈岳～仙丈ヶ岳山頂3,033m～北沢峠(長衛小屋)】																			
第8日目	8月12日	日		起床	朝食	テント撤収 奉仕活動		登山チャレンジ (4日目)	入浴 (仙流荘)	昼食	ファイナルパーティー 材料購入		荷物 整理 休憩	ファイナル パーティー				1日の まとめ	就寝 準備	就寝	自然の家			
							【北沢峠～仙流荘】																	
第9日目	8月13日	月		起床	朝のつ どい	朝食	清掃 荷物整理	キャンプのまとめ			昼食	閉会式	解散											
日程	月日	曜日	4:00	5:00	6:00	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	宿泊地		

～参加者～

男子17名、女子6名 計：23名（応募者数 男子：23名、女子：13名 計37名）

【小学5年生：10名、6年生：5名、中学1年生：6名、2年生：1名、3年生：1名】

【長野県：10名、東京都：3名、京都府：3名、新潟県：2名、神奈川県：2名、千葉県：1名、茨城県：1名、静岡県：1名】

～活動トピックス～

1日目 開会式・仲間づくり

初めて会った仲間と打ち解けるためにアイスブレイクを行った。はじめは緊張した表情も様々なゲームを通してにこやかな表情になり、最後は班ごとの協力も見られるようになった。



2日目 登山チャレンジトレーニング・課題解決ハイキング・野外炊事

テント設営、バーナーの使用方法についてトレーニングを行った。その後、課題解決ハイキングを行い、グループで課題解決に取り組んだ。また、協力して野外炊事（カレーライス作り）を行うことで仲間意識を高めることにつながった。



3日目 朝食作り・守屋山登山・登山についての講義

牛乳パックを使用して、簡単にホットドックを作るカートンドック作りを行った。

登山チャレンジへ向けてのトレーニングを兼ねて守屋山登山を行った。守屋神社登山口から山頂（東峰・西峰）、立石口～自然の家までのコースを踏破した。天気にも恵まれ、山頂からは雲の間から諏訪湖などの景色を見ることができた。夜のプログラムは、登山についての講義を行った。長野県山岳総合センターの傘木氏より、守屋山登山を踏まえて、歩き方や登山チャレンジに向けて不安に思ったことなどに対し、指導助言をいただいた。実際に経験したことを1人ひとりが考えながらお話を聞くことで、より具体的に登山についての知識・技術を学ぶことができた。

4日目 リフレッシュタイム

登山チャレンジに向けて休養を図るため、リフレッシュタイムとして、「流しそうめん」をして全員で楽しんだ。半分に割った竹をノミとハンマーを使い節をとり、流しそうめんを流す竹の準備からみんなで協力して行った。そうめんが流れてくると、みんな真剣な表情でキャッチしていた。ときには、ゼリーなども流れ笑顔あふれるリフレッシュタイムとなった。



5日目 登山チャレンジ①（自然の家～歌宿～北沢峠【長衛小屋テント場】）



登山チャレンジ 1 日目は、仙流荘からバスにて歌宿バス停まで移動し、そこから約3時間かけて北沢峠（2,030m）まで歩いて移動した。長衛小屋テント場にて、4日間生活をするテント設営を行った。夕食は、レトルトカレーをバーナーとコッヘルを使って温め夕食とした。

6日目 登山チャレンジ②（長衛小屋テント場～仙水峠～栗沢山（2,714m）～長衛小屋テント場）



登山チャレンジ2日目は、栗沢山（2,714m）の山頂を目指す。天気は曇り、ガスも多く出ていたが、晴れ間からは、甲斐駒ヶ岳が顔をのぞかせ、厳しい岩場の難所も声をかけ合いながら、一步一步進んでいくことができ、全員で登頂することができた。山頂からは次の日にチャレンジする仙丈ヶ岳を望むことができ、3日目に向けての意識の高まりにつながったと感じる。

7日目 登山チャレンジ③（長衛小屋テント場～小仙丈ヶ岳～仙丈ヶ岳～長衛小屋テント場）



登山チャレンジ3日目は、いよいよ仙丈ヶ岳（3,033m）の山頂を目指す。ベースキャンプの北沢峠からの標高差は約 1,000m。厳しい道のりもお互いに声をかけ合い励まし合いながら進み、全員で登頂することができた。山頂では雷鳥をみることもできた。テント場まで無事に下山したとき、登山開始から9時間がたった。参加者はこれまで経験したことがない長い道のりを仲間とともに一步一步自らの足で歩ききることができた。

8日目 登山チャレンジ④（長衛小屋テント場～仙流荘～ベルシャイン伊那店～自然の家）

テント場の撤収作業をし、ファイナルパーティーの食材の買い出しに行った。各班考えたメニューを確認しながら食材を選んでいた。

各班ともオリジナリティあふれるメニューで、ピザやビーフシチュー、チーズフォンデュ、焼き鳥など、それぞれの班で工夫した料理が出来上がり、お互いの班の料理も試食した。



9日目 キャンプのまとめ

最終日は、キャンプのまとめをした。9日間で学んだことや感じ、考えたことをまとめ、1人ひとり発表した。その後、色紙にみんなからのメッセージを書きあいキャンプの思い出とした。閉会式では、各班の代表者がキャンプの感想を発表した。



～参加者の声～

- ・「3,033mの山に登ることは大変だったけど、登った時の達成感が大きかった。仲間に支えられて山に登ることができた。この体験をいかして仲間と助け合うことの大切さが分かった。」
- ・「みんなで一つの目標に向かって、それをみんなでやり遂げた達成感はとても大きかった」
- ・「仲間がいたから登りきれた。みんなの応援の言葉で頂上まで歩ききれた。みんながいなかったら登りきれなかったと思う。」

～成果と課題～

- 事前のアンケートにおいて登山に対して「登りきれるか心配」と不安を持つ参加者もいたが、全員が3つの山へ登頂でき、最終日の感想発表では困難な状況を乗り越えた達成感を感じ自己肯定感の向上につながったと感じる。また、仲間と声をかけ合いながら登ることで仲間の大切さを感じることができたとの感想が多く聞かれ、参加者同士の仲間意識を育むことができたと感じる。
- 守屋山登山の実施後に登山についての講義を行ったことで、自分たちの体験をもとに具体的に登山についての技術・知識を学ぶことができ、学んだ知識・技術を栗沢山、仙丈ヶ岳の登山に活かし全員で登頂することができた。
- 今年度の参加者数をプログラム内容、ボランティアスタッフの人員配置を考え、定員を超える人数であったが受入可能な最大数とした。今後更により多くの方に参加いただけるようにプログラムの内容、ボランティアスタッフの確保について検討したい。
- 事業期間中に台風の接近がありプログラムの実施について直前まで台風の進路情報を得ながらの判断となった。今回は変更なく実施できたが、ねらいの達成に向けたより効果的な荒天時プログラムについて検討したい。