

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」

令和元年度 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～

令和元年8月8日（木）～8月17日（土）

【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

南信山岳協会ガイド

笹川 隆広 氏

～活動日程～

日程 時刻	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	
1日目 8/8 (木)							13:30~ 受付	開会式 仲間づくり			夕食	入浴	休憩	1日の まとめ	就寝準備	就寝	
2日目 8/9 (金)	起床	朝食 野外炊事	入笠山ハイキング			昼食	テント設営 トレーニング		夕食 野外炊事			入浴	1日の まとめ	就寝準備	就寝		
3日目 8/10 (土)	起床	朝食	守屋山登山						荷物整理 休憩	登山の 反省	夕食	入浴	登山 事前学習	就寝準備	就寝		
4日目 8/11 (日)	起床	朝食	ビパーク体験学習			昼食	サバイバル クッキング学習		サバイバル クッキング		入浴	休憩	1日の まとめ	就寝準備	就寝		
5日目 8/12 (月)	起床	朝食	リフレッシュタイム						翌日の 活動準備		夕食	入浴	休憩	1日の まとめ	就寝準備	就寝	
6日目 8/13 (火)	起床	朝食	活動準備	登山チャレンジ（1日目）					テント 設営	夕食 野外炊事		1日のまとめ グループ活動	就寝準備	就寝 【テント泊】			
7日目 8/14 (水)	登山チャレンジ（2日目）								夕食 野外炊事		1日のまとめ グループ活動	就寝準備	就寝 【テント泊】				
8日目 8/15 (木)	登山チャレンジ（3日目）								夕食 野外炊事		1日のまとめ グループ活動	就寝準備	就寝 【テント泊】				
9日目 8/16 (金)	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 準備			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	
10日目 8/17 (土)	起床	朝食	清掃	アルプスキャンプのまとめ アンケート記入		昼食	発表会 閉会式	解散									

～参加者～

男子12名、女子9名 計：21名（応募者数 男子：31名、女子：18名 計49名）
【小学5年生：3名、6年生：9名、中学1年生：2名、2年生：5名、3年生：2名】
【長野県：6名、東京都：1名、山梨県：2名、新潟県：1名、神奈川県：1名、愛知県：2名
岐阜県：4名、茨城県：3名、富山県：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。はじめは緊張した様子であったが、様々なゲームを通して交流を深め、最後は班ごとの協力も見られるようになった。



2日目 入笠山ハイキング・テント設営トレーニング・野外炊事

入笠山ハイキングで足慣らしを行った。班の中で励まし合う姿が見られた。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。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 守屋山登山・登山についての講義

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。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一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 ビバーク体験学習・サバイバルクッキング学習

登山チャレンジへ向けてのトレーニングを兼ねてビバーク体験学習を行った。南信州山岳ガイド笹川氏を講師に招き、ブルーシートを使った簡易テントの作り方や自然を利用した休憩場所の確保の方法を学んだ。午後からは、班で協力して竹を加工し、調理器具や箸を作る活動を行った。身近な自然物を使って調理をする方法を学ぶことができた。



5日目 リフレッシュタイム

班で仕事を分担して野外炊事（焼肉）を行った。薪を使って火を起こすことにも慣れてきた様子であった。火加減を自分たちで調節しながら行うことができた。登山の前日にしっかりと栄養を摂り、英気を養うことができた。



6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）まで徒歩で移動した。長衛小屋テント場にて、荷物移動を行い、これから自分たちが生活する環境を整えた。夕食は、レトルトカレーと包装米飯をバーナーとコッヘルを使って温めて、カレーライスにした。

7日目 登山チャレンジ②（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2日目は、栗沢山（2,714m）に挑戦する予定であったが、台風10号の接近に伴い、急きょ予定を入れ替えて、仙丈ヶ岳（3,033m）を目指すプログラムに変更した。ベースキャンプの北沢峠からの標高差は約1,000m。悪天候の中、険しい道のりも互いに声をかけ合い励まし合いながら進み、無事登頂することができた。山頂では風雨の中、参加者たちの強い希望により、レインコートを脱ぎ、オリジナルTシャツで記念写真を撮った。過酷な環境だったからこそ、仲間の大切さをより一層強く感じられ、それぞれの班の絆が深まった。

8日目 登山チャレンジ③（長衛小屋テント場～自然の家）

登山チャレンジ3日目は、台風10号の影響により、林道バスが運休となるため、撤退を行った。参加者の中には悔し涙を流す者もいたが、「次は個人的に踏破する」という目標を立てていた。下山後は、天候が回復してきたため、全員でテント干しを行った。



9日目 ファイナルパーティー準備・ファイナルパーティー

9日目は、プログラムを変更し、午前中はファイナルパーティーに向けた計画を立て、午後からは食材の買い出しに出かけた。参加者は皆真剣に考え、会計が予算内に収まるように何度も話し合いを行っている姿が見られた。調理もこれまでの野外炊事での経験を生かして、自分たちで火を起こし、安全に気を付けて楽しそうに活動していた。夜のファイナルパーティーでは、それぞれの食事を持ち寄り、班の垣根を超えて交流し、大変な盛り上がりを見せていた。



10日目 キャンプのまとめ

最終日は、キャンプのまとめを行った。10 日間で学んだことや感じ、考えたことをまとめ、一人ひとり発表した。閉会式では、各班の代表者がキャンプの感想を発表した。会の最後には、参加者が自分たちで企画した、職員やボランティアに対して感謝の気持ちを伝えるサプライズが計画され、感動的なフィナーレを迎えることができた。



～参加者の声～

- ・「南アルプスに行く前に班で何度も話し合い、より良くしようと思いました。本番はみんなが山頂で笑って写真を撮れたことがとても嬉しかったです。」
- ・「仙丈ヶ岳に登るときに、班長として皆のことを気にしながら登頂できた事がとても嬉しかった。」
- ・「班の皆で一生懸命頑張って仙丈ヶ岳に登りきり、班の仲が深まった。」

～成果と課題～

- 参加者たちが毎日反省の中で、明日の活動目標を自分たちで立てることにより、次の活動に対する意識を向上させることができた。それを継続させることで、活動意識が向上していったと考えられる。
- 参加者たちは、キャンプ中仲間に支えられながら様々な苦難を乗り越えていくことで、周りに人に対する感謝の気持ちをもつようになっていった。その感謝の気持ちを班活動で共有したり、ボランティアを通して伝えたりしたことで、感謝の気持ちが育っていった。
- 今回の日程では、お盆の時期と重なり、登山講師の確保が難しかった。今後はキャンプの日程も含めて検討していきたい。
- キャンプ中の登山チャレンジ期間をより柔軟に対応するため、昨年度より 1 日延ばしたプログラムとしたが、実際は林道バスや登山ガイドの日程変更が難しいため、フレキシブルに変更することができなかった。