

## 令和5年度 事業報告

### 信州高遠青少年自然の家 教育事業 「信州高遠サマーキャンプ」

令和5年8月5日（土）～11日（金）

【対象】小学校5年生～中学生

【場所】国立信州高遠青少年自然の家

#### 1. 趣旨

自然体験活動を通して、自然のすばらしさや偉大さを感じるとともに、仲間と協力してさまざまな活動に挑戦することで参加者の生きる力を育む機会とする。また、規律正しい生活習慣を送ることで参加者に「早寝早起き朝ごはん」の生活習慣を身に付けさせる機会とする。

#### 2. 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

#### 3. 研究概要

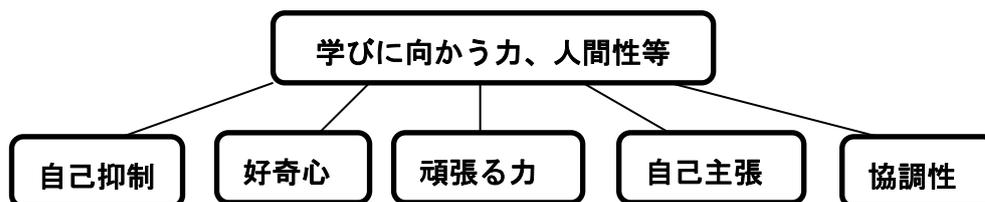
##### (1) 実践研究事業のテーマ

「学びに向かう力、人間性等を育成する体験活動」

##### (2) 体験を通じて育成したい力

- ・主体的に学習に取り組む態度も含めた学びに向かう力
- ・自己の感情や行動を統制する能力
- ・自らの思考のプロセス等を客観的に捉える力
- ・多様性を尊重する態度と互いのよさを生かして協働する力
- ・持続可能な社会づくりに向けた態度
- ・リーダーシップやチームワーク
- ・感性、優しさや思いやりなど、人間性等に関するもの

先行研究による分類等を参考にし、ここでは学びに向かう力、人間性等を以下の5つとした。



##### (3) 調査方法について

上記の5つの項目に対応する質問内容を、事前・事後・追跡と3回のアンケート調査を行い、変容を分析した。また、今回は保護者に対しても同様のアンケートを行い、保護者（他者）目線からの子どもの変容（他己評価）も合わせて分析した。

##### (4) 企画委員（順不同）

傘木 靖 氏（長野県山岳総合センター 所長）

瀧 直也 氏（国立大学法人信州大学 教育学部 准教授）

笹川 隆広 氏（南信州山岳ガイド）



## 5. 活動の様子

【1日目】 テント張り、仲間づくり、事業フラッグづくり



【2日目】 守屋山登山（登山トレーニング）、野外炊飯、登山講義



【3日目】 竹を使ったクラフト活動、川遊び、野外炊飯



【4日目】 パッキング、山小屋へ移動



【5日目】 仙丈ヶ岳登山



【6日目】 ご来光、仙丈ヶ岳登頂・下山



【7日目】 テント撤収、ふり返し、閉会式



## 6. 分析

### (1) 学びに向かう力の調査について

【好奇心】【協調性】【自己主張】【自己抑制】【がんばる力】の5つの項目に対応する質問内容を、事前・事後・追跡と3回のアンケート調査を行い、変容を分析した。また、今回は保護者に対しても同様のアンケートを行い、保護者（他者）目線からの子どもの変容（他己評価）も合わせて分析した。

「信州高遠サマーキャンプ」アンケート

（別紙1）

名前： \_\_\_\_\_

本事業では、子どもの体験活動に関する調査研究を行うこととしています。参加者の現在の様子についてアンケートの回答をお願いします。

また、事業中や事業後もアンケートのご協力をお願いします。

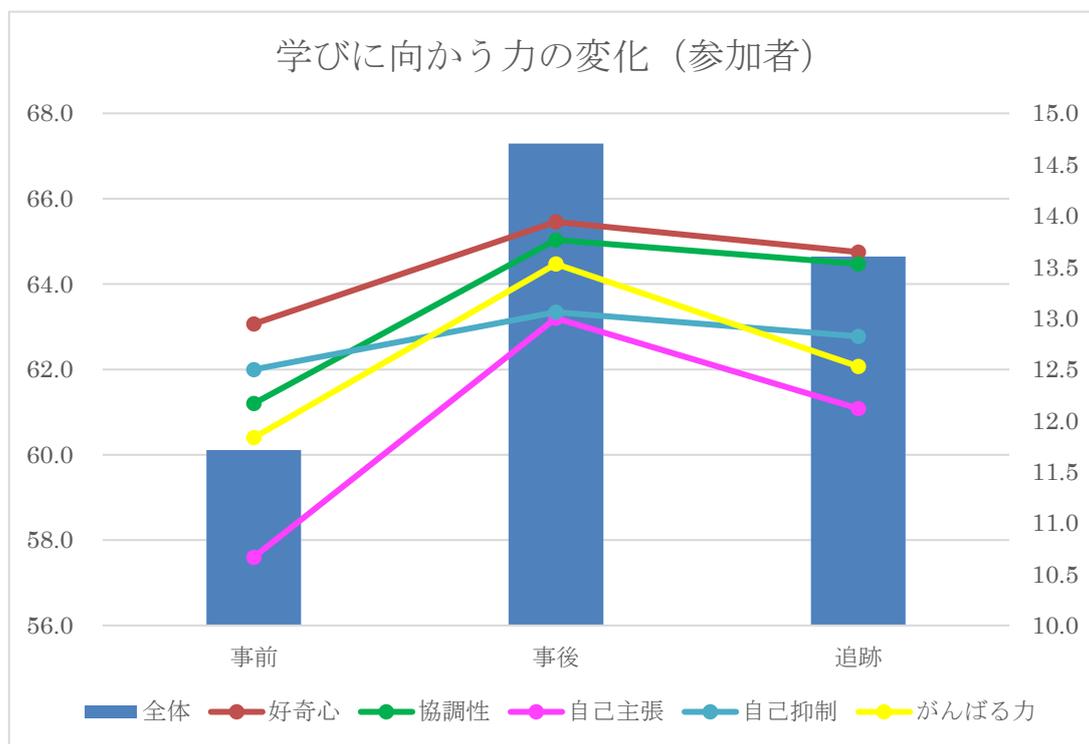
5=よく当てはまる 4=当てはまる 3=どちらともいえない

2=あまりない 1=ほとんどない

- ①新しいことにワクワクして取り組むことができる（好奇心）  
（5.4.3.2.1）
- ②友だちと協力して取り組むことができる（協調性）  
（5.4.3.2.1）
- ③自分が何をしたいかを言うことができる（自己主張）  
（5.4.3.2.1）
- ④人の話が終わるまで静かに聞くことができる（自己抑制）  
（5.4.3.2.1）
- ⑤物事をあきらめずに挑戦することができる（がんばる力）  
（5.4.3.2.1）
- ⑥好きなことに集中して取り組むことができる（好奇心）  
（5.4.3.2.1）
- ⑦人に自分の気持ちを伝えたり、相手の意見を聞いたりすることができる（協調性）  
（5.4.3.2.1）
- ⑧ほしいもの、してほしいことを本人に頼むことができる（自己主張）  
（5.4.3.2.1）
- ⑨夢中になっていることでも、時間がくれば、次のことに移ることができる（自己抑制）  
（5.4.3.2.1）
- ⑩どんなことに対しても、自信を持って取り組むことができる（がんばる力）  
（5.4.3.2.1）
- ⑪わからないことについて自分で調べることができる（好奇心）  
（5.4.3.2.1）
- ⑫友だちとけんかしても、謝るなどして仲直りができる（協調性）  
（5.4.3.2.1）
- ⑬友だちから嫌なことをされたら、「いや」「やめて」などと言える（自己主張）  
（5.4.3.2.1）
- ⑭自分がやりたいと思っても、人の嫌がることはがまんできる（自己抑制）  
（5.4.3.2.1）
- ⑮一度始めたことは最後までやり通すことができる（がんばる力）  
（5.4.3.2.1）

質問項目は以上になります。ありがとうございました。

①参加者



参加者	事前(8/5)n18		事後(8/11)n18		追跡(9/12)n17		F値	p値	$\eta^2$	多重比較
	平均値	SD	平均値	SD	平均値	SD				
全体	60.11	9.60	67.29	4.44	64.65	6.48	4.45	0.017	0.154	pre<post1**
好奇心	12.94	1.98	13.94	0.83	13.65	1.41	2.06	0.138	0.078	
協調性	12.17	2.43	13.76	1.39	13.53	1.46	3.88	0.027	0.137	pre<post1*,pre<post2†
自己主張	10.67	3.29	13.00	1.17	12.12	2.09	4.33	0.019	0.150	pre<post1**
自己抑制	12.50	1.69	13.06	1.60	12.82	1.67	0.51	0.606	0.020	
がんばる力	11.83	2.26	13.53	1.33	12.53	1.33	4.34	0.018	0.151	pre<post1**

†p<.10 \*p<.05 \*\*p<.01 \*\*\*p<.001

$\eta \geq 0.14$  効果量大、 $\eta \geq 0.06$  効果量中  $\eta \geq 0.01$  効果量小

事前と事後の結果を比較すると、事業を通してどの項目も数値が上昇していることが分かる。「学びに向かう力」全体において、事前から事後にかけて有意な向上が見られた。

項目別に見ると、「協調性」「自己主張」「がんばる力」において、有意な向上が見られた。さらに、「協調性」については、事前と追跡調査にも有意差が見られ、事前から事後に上昇した値が、追跡時にも継続していることが分かった。

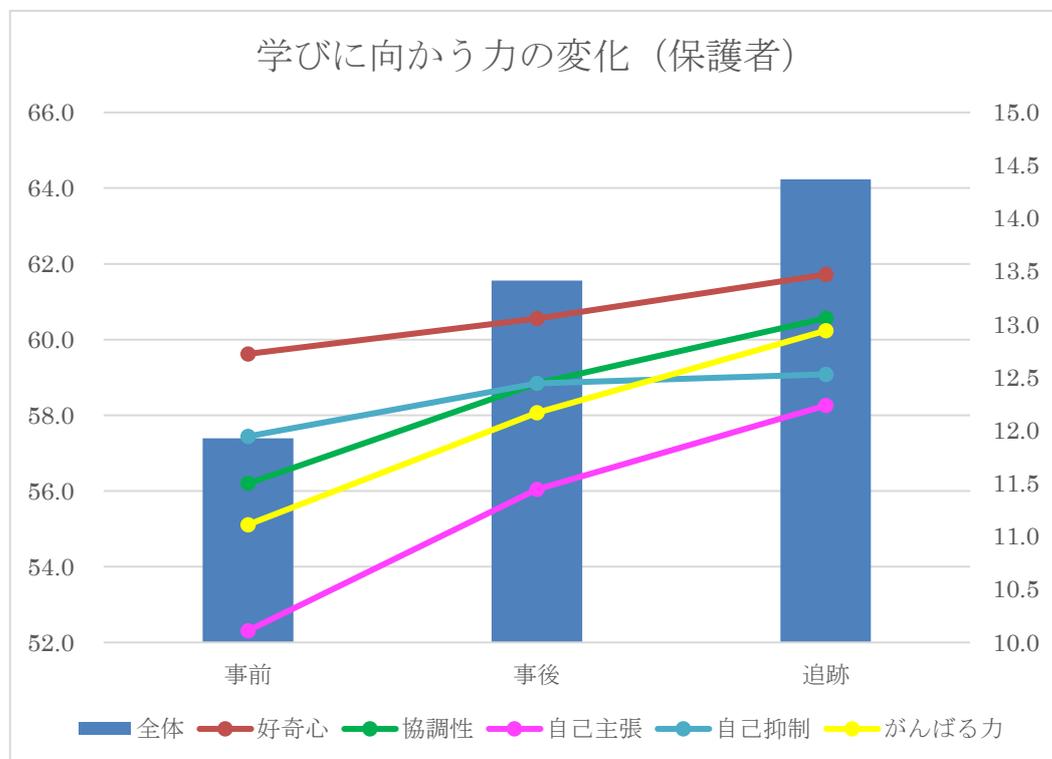
「好奇心」については、有意な結果はみられなかったものの、事前から事後にかけて数値は上昇し、追跡時にも同程度の値であることが分かる。

「自己抑制」については、ほとんど変化は見られなかったものの、高い値を維持していることが分かる。

以上の結果から、本事業を通して、「学びに向かう力」が向上し、特に「協調性」「自己主張」「がんばる力」

る力」の向上に効果があったと考えられる。本事業のねらいである、「仲間と協力してさまざまな活動に挑戦する」ことがこのような結果につながったのは、日程の組み方や天候が良い時も悪い時もあったことなどが影響を与えているのではないかと考えられる。

## ②保護者



保護者	事前(8/5)n18		事後(8/11)n18		追跡(9/12)n17		F値	p値	$\eta^2$	多重比較
	平均値	SD	平均値	SD	平均値	SD				
全体	57.39	8.78	61.56	6.35	64.24	5.85	4.11	0.022	0.141	pre<post2*
好奇心	12.72	1.74	13.06	1.51	13.47	1.42	1.00	0.375	0.038	
協調性	11.50	2.55	12.44	1.62	13.06	1.71	2.68	0.078	0.097	pre<post2†
自己主張	10.11	2.83	11.44	1.79	12.24	1.79	4.20	0.021	0.144	pre<post2*
自己抑制	11.94	1.92	12.44	1.85	12.53	1.70	0.53	0.593	0.021	
がんばる力	11.11	2.49	12.17	2.28	12.94	1.98	2.88	0.066	0.103	

†p<.10 \*p<.05 \*\*p<.01 \*\*\*p<.001

$\eta \geq 0.14$  効果量大、 $\eta \geq 0.06$  効果量中  $\eta \geq 0.01$  効果量小

保護者についても、参加者と同じような傾向で有意差が見られた。子どもたちにとって身近な保護者にも、本事業の効果を感じてもらえたのではないかと考える。

参加者と違う点は、追跡調査においても「好奇心」「協調性」「自己主張」「がんばる力」の数値が上昇し続けた点である。事業終了から1ヵ月が経った段階でも、身近にいる人が成長を感じているという点はとても意味があることだと考える。

## (2)参加者の活動意識の変容

活動意識の変容を測るため、1日の活動に対する意識を自己採点する形で調査を行い、事業全体の子どもたちの活動に対する意識の変容を観察した。最終日はキャンプ全体を振り返って回答した。

なお、今年度は、子どもたちの意識の変容をより細かく見取るために、2日目以降は前日の同じ項目を基準として、「+2」～「-2」の中から選ぶ形で自己採点させた。

### 一日のまとめ ～明日の自分の成長のために～



8月9日(水) 名前[ ]

今日の自分と昨日の自分と比べてみよう!

	昨日より かなりできた	昨日より すこしできた	昨日と同じ	昨日より少し できなかった	昨日よりぜんぜん できなかった
1 自分から友達に考えや思いを伝えることができたと思う	+2	(+1)	0	-1	-2
2 グループの友だちの考えを聞き、理解したり、一緒に考えたりしたと思う	+2	(+1)	0	-1	-2
3 グループの目標達成のために積極的に活動することができたと思う	(+2)	+1	0	-1	-2
4 これまでの生活で自分が気付いたり、考えたりしたことを今日の活動で生かすことができたと思う	+2	(+1)	0	-1	-2
5 自分の立てた目標に向かって活動することができたと思う	(+2)	+1	0	-1	-2

○ 上の数字にした理由を書きましょう。

登山の目標のための3つのことをしっかり守れたと思うし、自分の目標も達成できて、すごく充実した登山になった。3班として、1人1人が意識したこと、だれもケガせず、楽しく登れて良かった。

○ 班で立てた登山の目標は達成できましたか。ふり返ってみよう。

当たり前のようにすべてできていました。特に、3班が1番目に歩いていたとき、みんなで7イイレナから、1人1人が伝言して歩いて、すごく良かった。おかやんやめあさるが言ったこと以外に、自分たちで考えていて、こぼれていないなど、思った。

○ 明日の下山の目標を書きましょう。

下山は登っていく時よりもはやく行けると思いますが、危険なところ、メリハリをつけながら下山していきたい。登りの時のように、班や個人での目標を意識しながら、みんなでこまめに歩きたい。

☆ スタッフから

### <選択肢>

初日：初日を終えた時点での実感を点数化

- 1…すごくあてはまる      2…わりとあてはまる      3…あてはまる  
4…あまりあてはまらない      5…全くあてはまらない

2日目以降：前日を基準とした加点方式

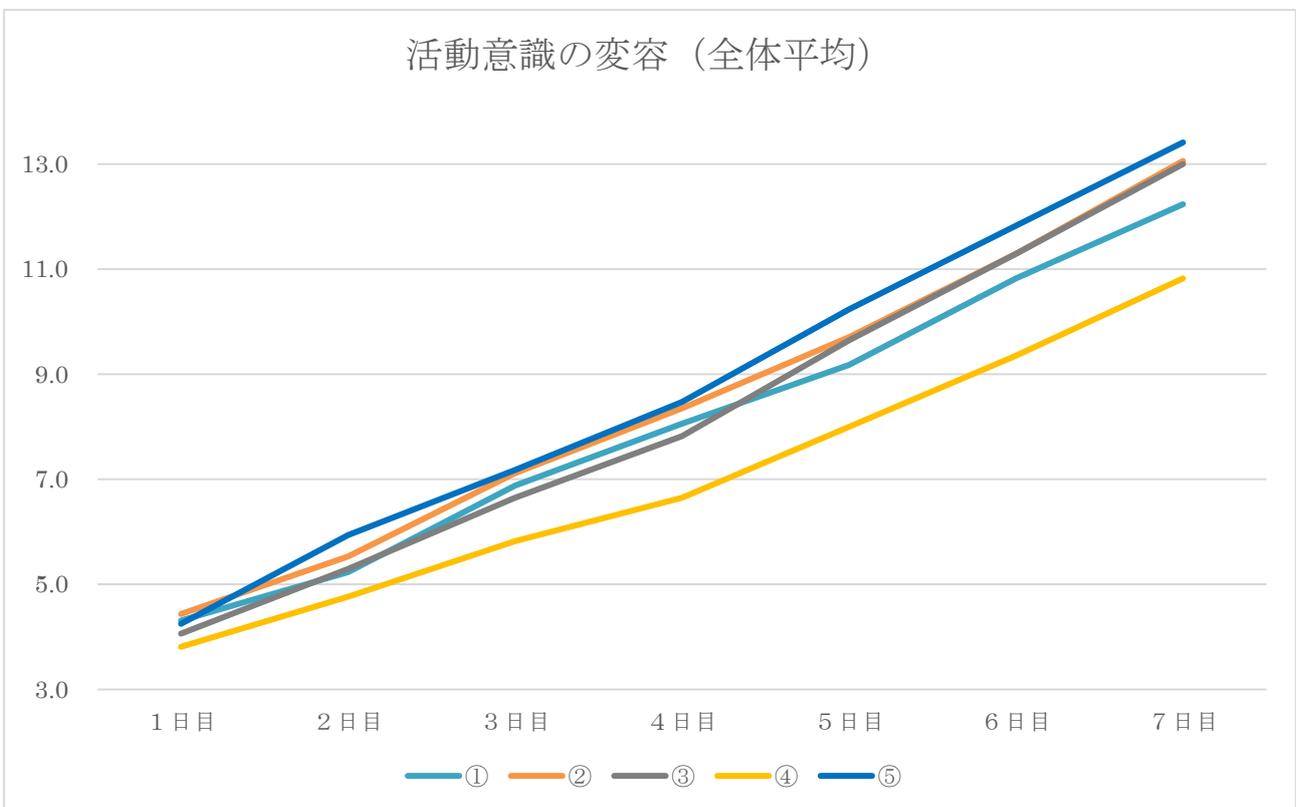
- +2…昨日よりかなりできた      +1…昨日より少しできた      0…昨日と同じ  
-1…昨日より少しできなかった      -2…昨日よりぜんぜんできなかった

## <分析方法>

分析する際には、初日の数値を点数化し、2日目以降はその数値に「+2」～「-2」を加算していく形で分析を行った。

## <分析結果>

系列	質問項目	選択肢の平均値						
		8/5	8/6	8/7	8/8	8/9	8/10	8/11
①	自分から友だちに考えや思いを伝えることができたと思う。	4.3	5.2	6.9	8.1	9.2	10.8	12.2
②	グループの友だちの考えを聞き、理解したり、一緒に考えたりしたと思う。	4.4	5.5	7.1	8.4	9.7	11.3	13.1
③	グループの目標達成のために、積極的に活動することができたと思う。	4.1	5.3	6.6	7.8	9.6	11.3	13.0
④	これまでの生活で自分が気づいたり、考えたりしたことを今日の活動で生かすことができたと思う。	3.8	4.8	5.8	6.6	8.0	9.4	10.8
⑤	自分の立てた活動の目標に向かって活動することができたと思う。	4.3	5.9	7.2	8.5	10.2	11.8	13.4



どの項目も最終日まで数値が上昇し続けた。これは、各活動や日程の構成が、当初のねらい通りに作用したことを表していると考えられる。また、活動の内容や構成を工夫することで、最終日に向けて参加者の意識を高め続けていくことができることも表しているとも考えられる。今後も、活動の内容や構成を熟考し、参加者が成長し続けられるプログラムを用意していきたい。

細かい部分に目を向けると、項目①②③が3日目に大きく伸びている。3日目は竹を使った創作活動や野外炊飯、花火、班の仲間へのメッセージなど、仲間同士の絆を深めることに重きを置いた活動を多く取り入れた。協働作業やお互いの思いを伝えあう場面を作ることで、①②③の意識が上昇したといえる。また、3日目に上昇した数値は、4日目以降も下がることなく上昇し続けた。3日目に深まった仲

間意識が4日目以降も高い水準であり続けたことが、仙丈ヶ岳登山における仲間を鼓舞するような声掛けにつながったのではないかと考える。(「6-(3)参加者振り返りシートおよびボランティア、担当者の見取り」参照)

大きな伸びではないものの、パッキングや山小屋への移動といった“登山への準備”の意味合いが強かった4日目も参加者の意識は上昇していた。翌日に仙丈ヶ岳登山を控え、気分が高揚していたのではないかと予想される。加えて、2日目に守屋山登山を経験し、登山は予想以上に体力が必要なことを体験した参加者にとって、それ以上の高低差となる仙丈ヶ岳登山への心構えや挑戦しようという意欲の高まりがあったのではないかと考えられる。また、この日の振り返りシートには「(2日目夜の)登山講義の内容を忘れずに〇〇したい」という内容の書き込みが多数見られた。登山講義で得た知識を、実際の登山で実践しようという意識も高まっていたと推察する。

項目③⑤は5日目にも大きな伸びを見せている。5日目は仙丈ヶ岳登山をした日であり、班や各自で立てた登山の目標を達成するために、各班で励まし合う姿が多く見られた。こうした言動から、「班のみんなで登る」「みんなで目標を達成する」という意識をより高めることができたのではないかと考える。

### (3)参加者振り返りシート(○)およびボランティア、担当者(◆)の見取りより

#### 【好奇心】

- たくさんのきのこや鬼が城にあった置物が心に残っている。
- (登山講義で)どんな山なのか、どう登ったらいいかなど質問できてよかったし、より山に登ることがワクワクしてきた。
- 山の上から見た諏訪湖は、近くで見たときよりもきれいだった。
- 竹ってこんなことにも使えるんだと知った。(水鉄砲、水羊羹の筒)
- 川遊びは冷たい水でとても楽しかったし、花火はとても盛り上がった。
- ◆どんな活動にも興味をもって、積極的に取り組む姿が多く見られた。

#### 【協調性】

- みんなでテントを建てたのが楽しかった。協力しながら建てたから、とても達成感があった。初めて会って緊張したけど、みんな笑顔で話してくれてうれしかった。
- 野外炊飯で、友達に自分がすることを伝えて、お互いに役割を分担しながら、おいしいタコライスができた。
- (3日目の野外炊飯)前回よりもすごく仲良く作れたり、もっと協力できたりして、ぼくはもっと班のみんなが好きになりました。
- 竹のクラフトは一人じゃ難しいことも、みんなで協力したり、応援したり、教え合ったり、一緒に考えたりして作ることができた。みんなで作った水鉄砲で遊んで楽しかった。
- (仙丈ヶ岳登山前日)個人の目標を言い合ったときに、一人一人がよい目標をもっていて、みんなと共有することで、5つの個人目標と班の目標に真剣に向き合うことができた。
- 班で立てた「浮石を伝える」は前の人から後ろの人まで伝えられた。みんなに元気か聞いたり、

「がんばろう！」とか「もう少し！」と声をかけて応援できたりした。

- （登山について）完璧！よくできたと思う！！浮石があったら伝えられたし、声をかけたり応援したりできたし、（人と人との）間かくも空けられたと思う。
- （6日目バーベキュー）最後の夜だから寂しかったけど、楽しまなきゃ損するから思い切り楽しめた。最後の最後までみんなと一緒に楽しみたい。
- ◆初日から協力して行うプログラムがあったことで、声をかけあい、楽しそうに活動していた。
- ◆一緒に頑張っているメンバーを大事にしようとする参加者が多かった。仲間を一人も見捨てないという気持ちやメンバーシップの高さを、行動や言葉から感じる場面が多かった。

#### 【自己主張】

- 野外炊飯では、やりたい役割に自分から手を挙げた。
- （登山講義で）先生のお話を聞いて、自分の思ったことを、手を挙げて聞くことができ、答えてもらいスッキリした。
- クラフトと野外炊飯で班の仲間と一気に仲良くなった気がする。仲間の名前を呼ぶ機会が増えたりして話す内容も増えていった。自分の意見を言い、仲間の意見も聞けてよかったと思う。
- 自分の考えを伝えるだけでなく、相手の考えを聞いて、それに対しての自分の考えを言えるようになってきた。
- 「□合目が見えたよ！がんばれ！！」と自分の思いを伝えられた。私はたくさんの「危険」をみんなに伝えられた。
- ◆互いの意思が通じ合っていないのかなと感じる場面もあったが、それぞれの考えていることをはっきり伝え合っている場面が多くあり、いい関係が築けているのではないかと感じた。

#### 【自己抑制】

- これまでの経験から、こういうことをした方がいいかなと思ったことは言ったり行動したりできたと思う。
- 品数が多かったこともあるが、ごはんを作り終えたとき、机の上が汚かったので、自分でできる片付けをしっかりとやろうと思った。おかげで夜を楽しく終えることができた。
- みんなで気持ちを合わせ、明るく頂上まで行くことができてよかった。自分的には山小屋まで「疲れた」と言わなくてよかった。
- ◆守屋山登山では弱音が聞こえる場面もあったが、仙丈ヶ岳登山ではそういった姿は減り、互いを鼓舞する姿が随所に見られた。守屋山を経験したことや創作活動や野外炊飯での班活動で絆を深めたこと、4日目夜に各班の目標を確認したことなどから、どういった言葉がけが自分たちの目標達成にプラスになるかを各自が考え、行動に移した結果であると考えている。

#### 【がんばる力】

- （守屋山登山は）疲れたけど、がんばって山頂まで行けて、みんないい雰囲気になったと思う。
- 最後まであきらめずに、頂上まで行くことができた。すごく自分はずれしくなった。
- パッキングが難しかった。水を逆さまにして入れるとか、袋の空気をぬいて入れるなどの工夫を

してなんとか詰めることができた。

○仙丈ヶ岳に登ることができて、栄養の補給の間かくも短くすることができた。登山の時「登る！」という気持ちで登ることができた。

○みんなと協力しながらやれば高い山でも登れるんだなと思った。達成感がすごかった。

◆仙丈ヶ岳から下山してきたときに、みんなでハイタッチした。自然と「がんばったね!」「イエーイ!」「ナイス!」と互いを称え合っていて、本当にいい仲間関係ができていると感じた。

◆毎日のふり返りだけでなく、実際の登山の様子や班のメンバーに声を掛け合う姿から、一番の目標である仙丈ヶ岳踏破への意気込みを感じた。

## 7. 成果と課題

(1) 参加者アンケート結果 アンケート回収18名(回収率100%)

事業全体を通して	満足 : 18名	100%
	やや満足 : 0名	0%
	やや不満 : 0名	0%
	やや不満 : 0名	0%

(2) 成果(○)と課題(●)

○「6- (1) 学びに向かう力の調査について」や「6- (3) 参加者振り返りシートおよびボランティア、担当者の見取り」から分かるように、本事業が「学びに向かう力」の向上につながることを実証することができた。今回行ったプログラムや日程の組み方などを参考にして、次年度以降も参加者の「学びに向かう力」を向上させられるような事業を実施し、青少年育成のための実践・研究を行っていききたい。

○参加者の活動意識の変容をより細かく見取るために、今年度は前日と比較して「+2」～「-2」の数値を選ぶ形に変えた。これにより、昨年は途中で頭打ちになったように見えていた項目も、実際は意識が上昇し続けていることが分かった。各活動プログラムやボランティア・職員の関わり、毎日の反省などが参加者の意識の上昇に効果的に働いたといえるのではないかと考える。

○毎日のふり返りシートの記述式の質問項目を、その日のプログラムに合わせたものに変えたことから、各プログラムにおいて参加者が何を感じたのか、プログラムそのものをどのように受け止めているのかを見取ることができた。(「6- (3) 参加者振り返りシートおよびボランティア、担当者の見取り」参照) これは各プログラムの有用性を検証する上で大変有意義であり、次年度以降の計画を立てる上での参考にしていききたい。

○今年度は、仙丈ヶ岳登山の前日に登山口近くの山荘に前泊した。登山自体は天候不良により厳しいものになったが、時間的なゆとりがあったおかげで参加者の体調変化や天候に合わせて登っていくことができた。また、今年度は高山病の症状がほとんど見られなかったため、高度順

応という観点からも前泊は効果的だったといえる。次年度も可能な限り前泊を取り入れる形で登山を行っていききたい。

- 今回の仙丈ヶ岳登山前には、台風の接近による天候不良が予想され、天気予報をつぶさに確認しながらの「登山決行」の判断となった。結果として、目立った体調不良やけがはない中で登頂することができた。また、6日目にはご来光を見ることができ、下山も稜線からの景色を見ながら実施することができた。一方で、山の天気は変わりやすく、参加者の健康状態への影響は大きいため、今後も登山プログラムを実施する場合は、天候の変化には十分に気を配り、慎重に判断していききたい。
- 日程がややタイトになってしまい、次のプログラムに影響が出るのが度々あった。プログラムを厳選したり、時間調整できるプログラムを入れたりして、ゆとりのある日程を考えていきたい。
- ボランティアの休憩時間がなく、体力的にも精神的にもハードな状況があった。職員と同様に休息日を入れる、プログラムによって担当ボランティアを細かく決めて休憩時間を確保するなどを検討して、ボランティアの体調にも配慮した運営を心掛けたい。
- 今年度は登山保険への加入を任意とした（すでに加入している参加者がいる可能性や加入条件などを鑑みた）が、それによって「もしものときの不安」を残してしまう形になってしまった。次年度は参加費に保険料を加え、自然の家を通して加入する、または事前調査で加入状況を把握した上で対応するといった方法を検討し、有事の際に全員が登山保険を適用できる状況を作りたい。