「おおくら葉山塾」

大蔵村

1　はじめに

「おおくら葉山塾」とは

自然体験事業を通じて、自然に対する価値観や感性、郷土への愛着心を養い、『生きる力』を育むことを目的に、大蔵村青少年育成推進員会が主体となり実施している自然体験事業である。

平成10年からスタートし、今年で25年目を迎え、昨年、一昨年は新型コロナウイルスのため中止を余儀なくされたが、今年度は3年ぶりに開催することができた。

2　事業のねらい

大蔵村は総面積の約８割を林野が占めている。自然に囲まれた大蔵に生まれ育ち、近くに天然の遊び場が豊富にある中で、現代の子どもたちはスマートフォンや家庭用ゲーム機の発展により外で遊ぶ機会が少なくなっている。そこで、大蔵の自然の魅力を再発見し、地元を見つめ直す機会として開催している。

さらに、小学生同士の学年を超えた交流、家族と離れての活動を通して、子供たちの自立や助け合いの心を育むことを目的としている。

★テーマ★

《大蔵村の豊かな自然の中で、動植物を触って、観察して、大蔵村をもっと大好きになろう！》

3　具体的な取り組み

・対　　象：大蔵小学校５・６年生
・参加者数：５年生　７名
　　６年生　１名　　計　８名
・実 施 日：令和４年９月３日（土曜日）
・活動場所：大蔵村肘折地区　大蔵鉱山跡地
・学習内容：・大蔵鉱山跡地探検、生き物調査、川遊び

「肘折地区に昭和（初期）まで存在した大蔵鉱山についての学習」

「河原でのバーベキュー」　　「川遊びと川の生き物調査」

4　成果と課題

①成果

○村の歴史や文化、自然の動植物について興味を持ってもらうことができた。

○子供たち同士が、遊び方や道具の使い方を工夫して行うことにより、協力することの大切さや１人では考えつかないアイデアの共有を図ることができた。

○子供たちに危ない場所の見極め方、人の迷惑になる行動などを自分で判断する方法や、危機管理能力を身につけてもらうことができた。

②課題

●日帰りの事業となったため、当日、失敗したことや出来なかったことに再挑戦する機会が無く、学習をさらに深めることが出来なかった。

●川遊びを実施したが、水温が冷たかったため開催時期を再検討する必要がある。

●子供たちが体験を通して学んだことを発表する機会がないため、来年度以降は地域の人へ発信する機会を作りたい。

5　終わりに

今年度、おおくら葉山塾を行うことが叶い、青少年育成推進員を含め我々も安堵している。現状では、まだコロナ禍以前のような活動を行うことができない状況であるが、今回のように活動内容の見直しや時期の変更などにより、より良い事業を展開していきたいと思う。

また、大蔵村では体験活動の際に、村民の方へ講師を依頼している。しかし、年々講師の方々も高齢化のために、一緒に活動することができる方が少なくなっている。今後の大きな課題として、村の歴史や文化に詳しい人、野外活動に関する知識や技術を持った人材の発見と育成を目指していきたいと思う。

この活動によって、村の歴史や自然を代々子供たちが受け継いでいき、語り継がれていくような生涯学習事業を続けていきたいと思う。

「大蔵村健康体力づくり講習会」

大蔵村

１．はじめに

本村の生涯学習の重点である「ひとり一学習一スポーツ」の実践に向けた生涯スポーツの推進を図るため、村の社会体育事業として「大蔵村健康体力づくり講習会」を開催してきた。

現在は、ＮＰＯ法人Ｏｈ蔵ＳＰＯＲＴに業務を委託し、総合型地域スポーツクラブによる、住民主導によるスポーツの推進が図られ、幅広い世代の住民や会員が専門的なスポーツ分野の知識を学習し様々なスポーツを実施している。

２．事業のねらい

令和４年度大蔵村健康・体力づくり講習会は、いつまでも若く美しさを保つために、「成人期からの身体の動きを支える効果的な健・美運動」をテーマに掲げ、競技者や一般成人の方々が運動、トレーニングを実施するうえで無理なく安全かつ効果的に行うための理論と実践の両面から、理解を深めることを目的として開催した。

３．具体的な取り組み

・主　　催：ＮＰＯ法人Ｏｈ蔵ＳＰＯＲＴ
・共　　催：大蔵村教育委員会、大蔵村スポーツ協会
・テ ー マ：「成人期からの身体の動きを支える効果的な健・美運動」
・講　　師：理学療法士・（公財）日本スポーツ協会公認アスレティックトレーナー
　　現職：東京女子体育大学　体育学部　教授　覚張　秀樹　氏
　　兼職：東京大学教養学部身体運動科学　講師
　　早稲田大学教育学部　講師　他
・対 象 者：一般村民、Oh 蔵 SPORT の会員、貯筋運動の指導者、実践者
　　村内小中学生、スポーツ関係団体の指導者　等
・参加者数：５０名
・参 加 料：無料
・実 施 日：令和４年１２月１７日（土曜日）
・場　　所：大蔵村中央公民館
・日　　程：

13:20　13:30　15:00　15:10　16:00　16:20

受付	開会 行事	理論・実技	休憩	理論・実技	質疑応答 閉会行事

4．学習内容

①「呼吸」を考慮した運動（自立神経の働きを整える）

・呼気と吸気の構成と「呼気」の重要性について
・意図的な呼吸を意識した呼吸法の習慣化について
・交感神経と副交感神経の働きとバランスについて
・呼吸筋のストレッチの実践！

②「自分の脚で歩き続ける」ための運動

・スクワット運動における動作のスピードについて
・椅子に座って行う運動の実践！（大腿四頭筋訓練）
・仰向けの状態で行う運動の実践！（下肢伸展挙上訓練）
・歩行スピードと健康寿命について
・柔らかいふくらはぎの重要性（筋膜リリース）
・ゴルフボールを利用した運動の実践！

③「望ましい食生活」と「機能性食品やサプリメント」他

・日常生活における食事について
・機能性表示食品（トクホ）について
・各栄養素の役割と大切さについて
・サプリメント（健康補助食品）について
・水溶性と蓄積性の栄養素について
・骨粗しょう症や認知症の予防のためには？
・「身土不二」とは？

5．成果と課題

①成果

○総合型地域スポーツクラブの活動会員やスポーツクラブ関係者を中心に、一般の村民の方や各地区の活動グループ、理論に基づきトレーニングを効果的に行いたい方や健康増進を目的とした方など多様な参加者となり、日頃から実践できるトレーニング方法や理論などを学ぶ貴重な機会となった。

②課題

●幅広い世代の方が講習会に参加したが、６０代～７０代の方が中心の為、もっと若い世代の参加者も増えるよう、周知や呼びかけを行う必要があった。

6．終わりに

様々な年代の方が、「成人期からの身体の動きを支える効果的な健・美運動」についての理解を深め、日常生活での正しい呼吸法や食生活を意識することで、健康・体力づくりを行えることを学ぶことが出来た。今後も村民や参加者が、健康・体力づくりについて学び、実践出来る機会の提供を継続していきたい。

川でつながるボランティア　～『ＳＡＫＥＫＫＯ』の取組～

鮭川村

１　はじめに

本村の高校生ボランティアサークル『ＳＡＫＥＫＫＯ』は、昭和５４年に設立され、以来４３年にわたり歩道のごみ拾い、保育所等施設訪問、子ども向けイベントの開催など多種多様な活動を行っている。近年は新型コロナウイルス感染症の影響があったものの、予防策を講じながら途切れることなく活動を継続している。

これまでに多くの高校生が村内を中心に活動を行ってきた。今年度新たな取組としてボランティアサークルの地域を越えた交流及びＳＤＧｓの取組への参画を目的に、河川清掃活動を他地域のボランティアサークルと協働で行った。

２　事業概要

活動を企画する際、令和３年度に海ごみ・川ごみの問題について東北公益文科大学と協働活動を行った三川町中高生ボランティアサークル『来夢来人』と連携した。下流域の『来夢来人』と上流域の『ＳＡＫＥＫＫＯ』がお互いの川や地域の様子を理解したり、活動を通じて交流したりすることを目的に、６月には三川町で、７月には鮭川村でそれぞれ河川清掃を実施し、相互に参加した。その他実施に際し、東北公益文科大学、ＮＰＯ法人パートナーシップオフィス、全国川ごみネットワークから協力を得た。

◎６月２５日（土）赤川河川敷公園　パルク赤川　参加者１２名

下流域のごみ調査及び清掃を行った。

ごみ拾いの様子

収集されたごみ

集合写真

◎７月１７日（日）鮭川河川敷　清流さけまるひろば庭月河川公園　参加者３７名

上流域のごみ調査及び清掃を行った。

グループに分かれて活動

ごみの仕分け

集合写真

３　成果（○）と課題（●）

○成果

初めて最上郡外のサークル・団体と連携・協働活動を行うことができ、サークル会員に新しい刺激を与えることができた。また、青少年ボランティアの広域的な交流ができ、ネットワーク拡大の契機となった。地域による河川の様子や、ごみの質と量の違いを知ることにより、より深く地域を知ることやＳＤＧｓの取組に参画するきっかけづくりとなった。

●課題

この活動では村内小中学生にチラシを配布し参加者を募集したが、申込みが小学生３名のみとなった。近年、サークル会員以外で活動に参加する子どもが減少し、サークル会員減少の一因となっていると考えられる。子どもたちが活動に参加しやすい環境づくりと、参加して喜びと楽しさを感じられる、魅力ある活動を考えていかなければならない。

４　今後について

今年度、河川清掃を通じて庄内地域と最上地域のボランティアサークルにつながりができた。感染症や会員減少といった理由で活動を縮小せざるを得ない状況のなか、青少年ボランティアの広域的なネットワーク構築と交流促進は必要不可欠と考える。この活動を村山地域、置賜地域にも広げていき、ＳＤＧｓの取組への参画を促進するとともに、「一つの活動で」、「青少年ボランティアが」、「地域を越えてつながる」ことを目指していきたい。

さけすぽ祭の開催

鮭川村

1　はじめに

さけすぽ祭は、本村曲川地区で開催されていた「トトロの里マラソン大会」が、周辺地区住民の負担や参加者の減少に伴い廃止となったことを受け、新たに村民向けのスポーツイベントとして開催することとなった。

鮭川村中央公民館を健康づくりの拠点としており、多目的運動公園や１級河川「鮭川」の堤防を利用しスポーツはもちろん、景色も楽しめるイベントを企画することとした。

イベント名は多目的運動公園の愛称である「さけすぽ」からとり、村スポーツ推進委員を中心に企画をし、第１回さけすぽ祭を開催することができた。

2　事業のねらい

村民の健康増進、健康寿命の延伸を目指し、運動習慣をつける一環として軽スポーツを中心とした種目を体験していただいた。子供から大人まで、多世代、地域での交流を楽しめるイベントとするため最後はいも煮を振舞った。

3　事業の概要

開 催 日　令和４年９月２５日（日）

参加者数　１１１名

会　　場　中央公民館・多目的運動公園・鮭川中学校（グラウンド）

開　　会

競技開始

（1）　ソフトボール

（2）　エアバレー

（3）　ウォーキングサッカー

（4）　グラウンドゴルフ

（5）　モルック

（6）　輪投げ

（7）　ウォークラリー

（8）　サイクリング

競技終了

・抽選会

・いも煮の振舞い

4　評価

・新型コロナウイルス感染症の影響もあったが、各種目楽しんでいただいた。
・競技ではなくレクリエーションということで順位は付けなかった。
・時間差で種目を行うことによって数種類参加できるようにした。
・家族で参加したり、お年寄りが子供たちに教えたりする場面もあり、ねらいであった多世代での交流が実施できた。
・本来は終了後に芋煮会を開催する予定であったが、新型コロナウイルス感染症の影響により持ち帰りのできる容器を使用し配布した。
・当日は進み具合を見て終了時間を１時間早め、臨機応変に対応した。
・日程が稲刈り時期と重なり、今後は調整が必要と感じた。
・参加集約の開始がコロナ蔓延期と重なってしまい、十分な周知ができなかった。

5　今後の展望

小学校・中学校との連携、スポ少などの呼びかけもより行い、参加者が増えるように取り組みたい。今年度は、１回のみの開催であったが、年間を通したイベントを企画することで、継続した運動習慣を身につけることにつながるので、今後、実施に向けて検討していきたい。

令和４年度　とざわスケッチ大会

戸沢村

１　はじめに

子どもたちにとって、計算能力を高めることや知識を増やすことも当然重要であるが、絵を描くことによって自身の目で見たものや心で感じたことを表現する能力を養うことも同様に重要なものと考える。そこで、令和３年度を第１回目とし、戸沢村を流れている最上川とそれを取り巻く自然や地域を題材にした本事業の開催を企画した。

２　事業の実施内容

期　日：令和４年９月２５日（日）
場　所：道の駅とざわ　「モモカミの里　高麗館」
対　象：小学生の部（小４～小６）
　　中学生の部（中１～中３）
　　ファミリーの部（園児年少～小３と保護者）
内　容：テーマ「最上川」
　　柿崎健戸沢学園教頭による描き方指導
日　程：　9：00～9：30　受付
　　9：30～　　開会式　主催者あいさつ（市川重保教育長）
　　来賓あいさつ（鈴木富士雄戸沢村観光物産協会会長
　　兼芭蕉ライン観光株式会社社長）
　　絵の描き方について（柿崎健戸沢学園教頭）
　　日程説明
　　9：40～　　写生開始
　　12：30　　写生終了・撤収

表彰について：１０月８日（土）村民フォーラムにて表彰及び作品展示

３　成果と課題

令和３年度にコロナ禍で始めた新規事業であり、保育園年少から小学３年のファミリーと小学４年から中学３年までと制限し募集したこともあり、ファミリー２組、中学生１人の１０人に満たない人数だったが、保育園年少・年長・小３児童とその保護者、中学３年と幅広い年齢層の方々に参加いただくことができた。

当日は、天候にも恵まれ、爽やかな秋晴れのもと、戸沢学園の柿崎教頭先生に描き方の指導を受けながら、クレヨンや絵具を使って思い思いにスケッチを楽しんでいた。

完成した作品は、どれも個性があふれ、高麗館から見える緑豊かな自然と雄大な最上川が上手に描かれていた。

当初は、小学生の部、中学生の部、ファミリーの部として、３つの部門を設定し、それぞれに、最優秀賞と優秀賞を設けていたが、参加者が少なく、学年によってレベルに違いがあるため、参加者全員に贈ることができるように以下の賞を設けた。

「ほのぼの賞」……あなたは、とざわスケッチ大会において、自由な表現で、楽しそうにスケッチしていました。その笑顔に、スタッフ一同とても癒されましたので、ここに、ほのぼの賞を贈ります。

「グッドジョブ賞」…あなたは、とざわスケッチ大会において、筆や絵具やクレヨンを上手に使い、最上川の流れる様子をとても上手に描いていましたので、ここに、グッドジョブ賞を贈ります。

「きらり賞」……あなたは、とざわスケッチ大会において、最上川と緑豊かな自然を素敵に表現され、キラキラと輝くような風景画を描き上げましたので、ここに、きらり賞を贈ります。

表彰式は、１０月８日（土）に開催された村民フォーラムにて行うなど、本事業や参加者と作品を村民に広く紹介することがでた。

今後は、より多くの人に参加していただくため、時期や場所、部門やテーマの設定を検討していく。

とざわジュニアスポレク祭

戸沢村

1　はじめに

戸沢村には計 28 回まで及ぶ「とざわスポーツレクリエーションフェスティバル」が既存の事業としてある。しかし、小学生競技の参加者が著しく減少傾向にあり、7 月開催であると各スポーツ少年団の大会とも重なり毎年 10 名ほどしか参加できない状況にあった。

この課題を解決すべく、戸沢村スポーツ推進委員会が主催者となり、令和 2 年度から、戸沢村の小学生を対象としてスポーツレクリエーションフェスティバルを毎年 1 月に実施している。また、戸沢村スポーツ推進委員会の課題として、自主事業がないことがあげられていた。企画、運営をスポーツ推進委員会が中心となって行うことで、一団体としての成長を願っている。

2　事業のねらい

勝敗のみを競うのではなくニュースポーツ、軽スポーツを通して、学年や単位団の枠を超えた交流、また、戸沢村スポーツ少年団及び未加入小学生の交流、親睦を深めることを目的としている。

スポーツ推進委員会だけでなく、戸沢村スポーツ少年団、とざわスポーツクラブにも協力を仰ぎ、競技の審判や各チームの引率をお願いしている。

3　具体的な取り組み

(1) スポーツレクリエーション

令和 2 年度は、ドッヂビーとピンポン玉リレー、令和 3 年度は、しっぽ取りゲームとドッジボールを実施した。

(2) 大抽選会

参加者の交流を目的としているため、既存のとざわスポーツレクリエーションフェスティバル同様に大抽選会を実施している。

（3）アンケート調査

参加者へ向けてアンケート調査を行い、事業の振り返りを行っている。実際のアンケート結果では、令和２年度と令和３年度を比較すると、「楽しかった」と回答した参加者が約 6.3 割から約 7.1 割へ増加、「来年も参加したい」と回答した参加者が約 5.3 割から約 7.5 割まで増加した。割合が増加した要因として、競技種目に参加者が希望した種目を取り入れたことや大抽選会を実施したことで交流が深まったことがあげられる。また、役員にも実施後にアンケート調査を実施し、より良い事業にアップデートするよう運営の際の改善点を洗い出している。

４　成果（○）と課題（●）

○コロナ禍ではあったが、令和２年度は 65 名、令和３年度は 56 名が参加し大いに盛り上がった。

○各チームの引率をスポーツ少年団の指導者、保護者へ協力を仰ぐことで連絡調整がスムーズに行えると同時に、子どもたちと指導者、保護者のコミュニケーションが増えた。

○参加者を確保するために、各スポーツ少年団に協力を要請したことに加えて、令和３年度からは、スポーツ少年団に未加入の児童も数名参加することができた。

○競技のルール説明の際は、スポーツ推進委員が中心となってデモンストレーションを交え、工夫して行っていた。そのため、ルールが明確になり参加者も楽しみながらスポーツに親しんでいた。

●各スポーツ少年団のシーズンを懸念すると、開催日が１月下旬になってしまう。冬期間の開催になるため、駐車場の除雪等の問題があげられた。よりよい開催時期があるか検討が必要。

●今後も新型コロナウイルス感染症対策に留意しながらの開催となることが懸念される。

５　おわりに

標記事業について、とざわスポーツレクリエーションフェスティバルの小学生競技の参加者が少ないという課題に対して、小学生に対象を絞り新たに企画した新規事業だったが参加者及び協力役員からも前向きな意見が多数寄せられた。また、競技の選定やルール、時間配分等、課題はあるが学年の枠を超えて交流できている。中には、「昔のとざわスポーツレクリエーションフェスティバルの光景が戻った」という声もいただいている。まだ歴史が浅い事業であるが、既存のとざわスポーツレクリエーションフェスティバルに負けないくらいの盛り上がりを今後も見せていけるようにアップデートを繰り返す必要がある。

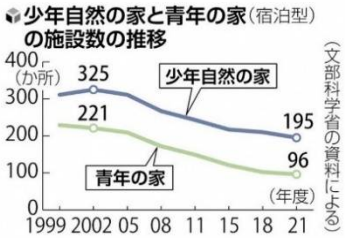
あらためて神室少年自然の家の存在意義を考える

～主催事業「アドベンチャーキャンプ 2022」を通して～

山形県神室少年自然の家

1 はじめに

全国的なニュースではあるが、少年自然の家など宿泊を伴う野外活動や合宿などで利用する青少年教育施設の廃止が相次いでいる。少子化による利用者の減少や建物の老朽化のほか、野外活動に対する意識の変化などもあり、２０年間で２５０か所以上が廃止されているという。もちろん神室少年自然の家もその渦中にある。あらためて自然の家の存在意義である役割を、アドベンチャーキャンプを通して考えていきたい。



2 受け入れ団体の課題

（１） 実施期間の短さ

宿泊期間別利用者数は、１泊の利用が全体の９割以上を占めている。また、宿泊を伴う活動は教員の負担が大きいなどとし、日帰りで終わらせるなど、活動時間を短くするケースも出ているのが現状である。

（２） 一貫したプログラム作り

子ども達が喜べばよいとか、単に体験することが大切であるとして、活動種目の羅列になったり、実際の指導の場面でも、時間内に次々と活動をこなしたりと、何のために、どのような方法でという点が軽視されがちである。

（３） 若手教員・ボランティアの育成と確保

若手教員、ボランティア等は、子ども達にとって最も身近な模範であり、良き相談役であり、その存在は極めて重要である。優秀な若手教員・ボランティアの育成・確保は重要な課題である。

3 「アドベンチャーキャンプ」事業のねらい・日時・参加者・活動場所・内容

（１） ねらい

① 大自然の中で、長期の自然体験活動をすることで、たくましく生きようとする態度を養う。
② 仲間と協力し、様々な体験や困難に立ち向かい、仲間や新たな自分の良さに気づく。
③ 仲間や自然と向き合う中で、自らの力で困難を克服する力を育む。

（２） 日時 令和４年７月３１日(日)～８月６日(土)

（３） 参加者数 ２１名［小学生４年生～中学生３年生(男子８名、女子１３名)］

（４） 活動場所 神室少年自然の家 ベースキャンプ：ならの木キャンプ場

（５） 活動内容

＜１日目＞ ７月３１日（日）
○11km 入所ロングウオーク ○出会いの集い ○ソロテント準備 ○テント泊
＜２日目＞ ８月 １日（月）
○川遊び（ボート遊び） ○野外炊飯（カレー） ○ドラム缶風呂 ○テント泊
＜３日目＞ ８月 ２日（火）
○野外炊飯（牛丼） ○野外炊飯（サラダうどん） ○ドラム缶風呂 ○星空泊
＜４日目＞ ８月 ３日（水）
○野外炊飯（中華丼） ○源流探検雨天で中止 ○山屋セミナーハウス泊
＜５日目＞ ８月 ４日（木）
○登山口まで徒歩移動 ○杢蔵山登山・山頂夕食 ○杢蔵山ビバーク
＜６日目＞ ８月 ５日（金）
○ＴＶ塔で朝食・下山 ○キャンプファイヤー ○星空泊
＜７日目＞ ８月 ６日（土）
○キャンプ場撤収（テント片付けと掃除） ○振り返り ○別れのつどい

4 企画・実施の配慮事項

○寝食を共にする長期共同生活体験を、野外活動（川や山をステージにした自然体験活動、野外炊飯等の調理体験等）を通じて行うことで、他者意識、仲間意識、協調性等に気づけるようにプログラムを仕組んだ。

○活動エリアの下見、実地踏査を行い、様々な状況に対応できるように備えた。

5 成果（○）と課題（△）

○１週間というゆとりのある期間だからこそ、杢蔵山での源流探検や雲海の中での杢蔵登山などダイナミックな自然体験活動ができた。それらの活動を通して、自然の素晴らしさや神秘を感じることができた。【実施期間の短さ対応】

○目標、体験、振り返りの PDCA サイクルを大切にし、自己肯定感が高まるような流れを工夫した。また、登山のためのロングハイキング、杢蔵山ビバークのためのスキー場ビバークなど、一貫したプログラムで絶えず目的意識をもたせることが、子ども達のやる気につながった。　【一貫したプログラム作り対応】

○アドベンチャーキャンプの若手ボランティアスタッフについては、実際に子ども達と一緒に活動を体験させることで、各種自然体験活動の指導技術と共に、カウンセリングやグループワークに関する知識・技能を育成することができた。

【若手教員・ボランティアの育成対応】

△係を自分達で考えさせることは、積極的な子どもに負担が集中してしまう側面も見られた。各班にどんな係があって誰が担当しているのかといった内容を、ホワイトボード等に記入させて公表することで、お互いに刺激しあったり深く考えさせたりするなど、もっとシステムを活用する工夫が必要だった。

△登山では「自分の生活に必要なもの（寝・食）を自分で持って登り、一泊して帰ってくる」という体験を仕組んだが、特に小学校４年生には、体力的に難しいプログラムになってしまった。

6 終わりに

アドベンチャーキャンプは、６泊７日の長期にわたって非日常のダイナミックな自然体験活動と、異年齢集団による共同生活を通して、子ども達の生きる力を育むことをねらいとした事業である。また、コロナ禍の中、様々な活動に制限が加えられているからこそ、野外活動というフィルターを通した共同生活体験を行い、仲間意識を高め、自主性や協調性、自ら困難を克服する力を育成し、物事を達成した時の充実感を味わわせることができたと考える。

幼児期から思春期にかけての自然体験活動は、その後の人格形成に大きな影響を与えたり、これまでの考え方や価値観、行動を一変させたりするチカラがある。

神室少年自然の家周辺は、山や川など豊かな自然に囲まれている。このように恵まれた自然の中で、子ども達がいきいきと活動し、互いをかけがえのない存在として敬い、成長する機会を提供していくことが、当所の存在意義である。今後も皆様方よりご支援・ご協力をいただきながら、自然体験活動を進めていきたい。