



自然体験活動指導者養成講習会 参加者用テキスト

自然体験活動指導者(リーダー)版

はじめに

最近、文部科学省、環境省、農林水産省など行政において、自然体験活動関連事業が盛んに推進されるようになり、国立青少年教育振興機構等の研究報告によっても、青少年における自然体験活動の重要性やその必要性について、詳しく言及されているところです。そして、青少年には、適切な時期に、適切な自然体験活動が必要であり、体験の質や量についてもきちんと担保されることがもめられ、自然体験活動は、意図的、計画的に提供されることが重要であると言われています。そのためには、正しい知識としっかりとした経験を有するすぐれた指導者が不可欠となっています。

そこで、官民一体となった体験活動に関する指導者制度「全国体験活動指導者認定制度」を創設し、指導者の養成を積極的に行っているところであります。全国体験活動指導者認定委員会・自然体験活動部会では、自然体験活動の楽しさやすばらしさを広く知らせることのできる自然体験活動指導者（リーダー）の養成、プログラムの目的に合わせ企画、運営、評価できるような自然体験活動上級指導者（インストラクター）の養成、自然体験活動事業全体の企画、運営、評価ができるような自然体験活動総括指導者（コーディネーター）の養成を行っているところであります。

本書は、最初のステップである自然体験活動指導者（リーダー）の養成講習会において、より効率的に学習できるようにと作成されたテキストであり、それぞれの科目の最低限知っていなければならない事柄を平易に書いております。なお、本書の執筆者は、本制度開始以来、それぞれの養成講習会において講師を務めてこられた方々であります。

本書は、各科目を担当される講師が使われる資料と併用して活用して頂ければ幸いです。最後に、本制度によって養成された指導者の皆様が全国各地で積極的な活動を展開して下さることを願っています。

全国体験活動指導者認定委員会
自然体験活動部会長 **岡島 成行**

目次

第1章 ガイダンス

- 1 節 自然体験活動指導者について 4
- 2 節 体験活動指導者
認定制度について 6
- 3 節 自然体験活動指導者認定制度に
おいて認定する指導者の
種類・名称・役割について 8
- 4 節 自然体験活動指導者
養成カリキュラムについて 9
- 5 節 自然体験活動指導者の
登録申請について 10

第2章 青少年教育における体験活動

- 1 節 青少年教育とは何か 11
- 2 節 青少年教育における
体験活動の推進 13

第3章 自然体験活動の特質

- 1 節 地域の自然体験活動の
特色を理解する 17
- 2 節 自然体験活動の
意義と効果を理解する 18

第4章 対象者理解

- 1 節 対象者理解の必要性 21
- 2 節 対象者理解の2つの側面 21
- 3 節 対象者理解の方法 22
- 4 節 対象者の話を「聴く」こと 24
- 5 節 対象者への配慮事項 25
- 6 節 「問題行動」が起きたとき 25
- 7 節 各年齢期の特徴 27

第5章 自然体験活動の指導

- 1 節 指導者としての
基本的な心構え 30
- 2 節 指導の実際 31
- 3 節 指導上の留意点 31

第6章 自然体験活動の技術

- 1 節 基本的な技術とその習得 34
- 2 節 様々な自然体験活動の
アクティビティについて 35
- 3 節 雨天への対策 40
- 4 節 自然体験活動のプログラムの
流れや構成の理解 40

第7章 自然体験活動の安全管理

- 1 節 自然体験活動における
安全管理の基本を理解する 44
- 2 節 自然体験活動に潜む
危険を理解する 45
- 3 節 ファーストエイドを
理解する 49

【この時間の目標】

自然体験活動指導者認定制度の仕組みと自然体験活動指導者（リーダー）の役割を理解する。

- (1) 自然体験活動指導者認定制度の仕組みを理解する。
- (2) 自然体験活動指導者（リーダー）の役割を理解する。

1 節 自然体験活動指導者について

1. 自然体験活動の必要性

人が成長していく過程では、たくさんの体験や経験を重ね、それらをフィードバックしながら、生活に必要な技能や習慣を身につけている。価値観はもちろん、言葉や運動することさえも、体験や経験を通して身につけているのである。特に乳児や幼児は、五感を使いながら「遊び」や「直接体験」を通し、楽しみながら、学んでいる。それは、児童、生徒や青少年についても同じことが言えるだろう。しかしながら、昨今、青少年の置かれている生活環境では、遊びや体験の機会や場が極端に減少しているばかりか、主体的に又は自主的に体験を重ねるような機会が少なくなってきた。それに伴い、自ら考え、自ら判断し、すすんで行動するような「生きる力」が育まれにくい状況が続いている。

体験活動の中で、特に、自然体験活動は、キャンプ、登山、ハイキング、フットパス、沢登り、カヤック、自然観察、農林漁業体験など、多様なフィールドや活動を通して、五感をフルに使い、自然の中で感性を磨き、土地の伝統文化や食文化に触れるような貴重な体験や経験の機会を提供している。

自然体験活動の効果については、生きる力、自己概念、自己肯定感、向社会性、社会的スキル、環境認識、協調性等の能力が向上するという調査結果の報告があり、青少年には適切な時期に適切な体験活動を提供される必要があり、体験の質や量についても担保される必要がある。

2. 自然体験活動指導者の役割とは

自然体験活動指導者の役割にはどんなことがあるだろうか？以下に示してみる。

- 自然の中に連れ出す
- 自然の中で遊ばせる
- 自然の素晴らしさを伝える
- 自然はかけがえのない、大切なものであると教える
- 自然の中で五感を通して感性を育てる
- 自然体験活動の素晴らしさを伝える
- 自然体験活動は楽しいことだと伝える
- 自然体験活動を通して、感動する心を伝える
- 自然体験活動を安全に実施する
- 自然体験活動を実施する目的を理解している
- 活動の目的に合わせて、自然環境を整える
- 活動の目的に合わせて、自然体験活動のプログラムを作る
- 自然体験活動を通して個人の成長を図る
- 自然体験活動を通して、人と人をつなげる
- 自然体験活動を通して、地域を活性化する
- 自然体験活動を通して、人生を豊かにする

などをあげることができる。

自然体験活動指導者とは、簡単に言えば、青少年等を自然の中に連れて行き、安全に楽しく、活動を提供する人である。そのためには、自然や自然環境に対する知識を持っていること、連れて行こうとしている対象者を理解していること、自然体験活動に対する指導方法や技術を持っていること、自然体験活動を安全に実施できること、自然体験活動を事業として企画・運営・評価できること、自然体験活動に関わるスタッフを管理できること、などの資質能力を自然体験活動指導者は有していなければならない。

3. 自然体験活動指導者の活躍する場

講習会で自然体験活動指導者として知識や技術を身につけた後は、どんなところで活躍できるだろうか？講習会に参加し、資格を取得したからといってすぐに活躍できるわけではないが、少しずつ指導の経験を重ねることにより、前項のような役割を担っていけるものとする。

自然体験活動指導者が輝く場は、あなたのまわりのあらゆるところに存在している。家庭、地域、学校、職場など、人と人が関わる場所には、自然体験活動指導者は必要とされるのである。

自然体験活動指導者は、自然と人をつなげるだけでなく、人と人、人と社会をつなぐ仕事もする。フィールドは自然であるが、自然体験自体が目的ではない。自然と向き合うことで、個人の成長、チームの成長、組織の成長、コミュニティの成長を目指していく。

ぜひ、自然体験活動指導者の資格を取り専門性を高めるとともに、これまでの知識や経験を生かして、様々な場面で活躍をして欲しいと思う。

自然体験活動指導者は、以下のような場で活躍をする可能性がある。

(1) 青少年教育施設

全国には国公立で約 1,000 の青少年教育施設がある。少年自然の家や青年の家だけでなく、青少年センターや野外活動センターなども含まれる。多くの施設でボランティアが活躍し、また、募集している。

(2) 家庭

実はもっとも身近なのは、家庭ではないだろうか？もしも、自然体験活動指導者であるあなたが、小さなお子さんをもつ父親や母親だったら、子どもたちを自然のフィールドに連れ出してみよう。野山を歩き、テントを張り、たき火をして、満天の星を眺める。できるだけ自由に、好きなことを子どもたちにさせてあげたい。そのためにはフィールドをよく知ること、安全を確認すること。また、子ども達が興味を示したことに寄り添い、関わっていくことが大切である。きっと子どもたちは自然の中で遊ぶ楽しさやうれしさを感じ、また連れて行って欲しいと思うに違いない。そうして、幼少年期の自然体験活動の経験は、一生の宝となっていくのである。

(3) 地域

自然体験活動指導者であるあなたは、地域で実施される行事に積極的に参加する必要があると思う。子ども会の活動や運動会、お祭り、公民館や行政が実施する夏休みのキャンプなど、子どもたちの生きる力を育むような行事のお手伝いができるだろう。最初は参加者として、次にボランティア・指導者として、さらに企画者として関わることもできる。地域には、自然体験活動指導者としての企画力やアイデアやコーディネート力を生かすチャンスがあることを知っておきたい。さらに、地域との関わりが深くなると、地域にある課題が見えてきて、その課題を解決するような働きかけもできるようになる。

(4) 学校

自然体験活動指導者であるあなたは、学校教育にもっと活躍の場を広げる必要があると思う。新学習指導要領において、「主体的・対話的で深い学び」という観点から、各教科と体験活動に関連づけて、カリキュラム作りを考えるようになってきた。例えば、社会科では、農業体験、漁業体験、林業体験など、また、理科では、天体観測、自然観察、登山、さらに、図工では、クラフト、写生など。自然環境の中で、教科学習を行うためには、自然に対する専門性を持つ自然体験活動指導者の支援が必要なのは言うまでもない。学校の活動に関わるためには、現在進行中の「地域学校協働活動」の仕組みを通して活動する方法や国公立の青少年教育施設のボランティアに登録し活動する方法もある。

(5) 自然学校

全国には自然学校が3,700団体もあると言われている。自然学校の役割は、主に青少年に自然体験活動と場を提供することであり、自然体験活動の質と量を十分に確保し、提供することが役割の一つである。また、地域と連携し地域に存在する課題等を明らかにし、それらを解決していく「地域づくり」という観点も大切となる。自然体験活動指導者として、これらの自然学校の門戸をたたき、活動の幅を広げて欲しいと思う。

(6) 森のようちえん

近年、幼児を対象とした森のようちえんの活動が盛んになってきている。幼児を野山や公園に連れて行き、幼児の主体性を尊重しながら、自然の中でのあそびを見守り、支援するような活動が活発だ。森のようちえん全国交流フォーラムが毎年開催され、森のようちえんのプログラムや運営などが議論されているところである。自然体験活動指導者の活躍の場はここにもあると思う。

(7) 全国の指導者とのネットワーク

全国の自然体験活動指導者が集うフォーラムや研修会や交流会がいろいろな所で実施されるようになった。それらに参加することで、活動団体や専門分野を超えたネットワークづくりや情報交換が可能となっている。新しいプログラムの開発や新たな事業を他団体と連携して、企画運営するような事例も増えてきている。自然体験活動指導者が活躍できる場を発見するには、このようなフォーラムに参加し交流を深めてほしい。

(8) まとめ

自然体験活動指導者の仕事は、子どもたちに夢を与え、子どもたちの未来をつくることである。専門的な知識と技術をもって自然体験活動の普及や振興に貢献するのが「自然体験活動指導者」のミッションでもある。自然体験活動指導者として、様々なフィールドで自然の素晴らしさを伝えるとともに、青少年の未来をつくるお手伝いをさせていただきたいと思う。

2 節 体験活動指導者認定制度について

1. 全体概要

家庭、地域、学校のあらゆる場で、体験活動の機会を提供するため、国立青少年教育振興機構とNPO法人自然体験活動推進協議会(CONE)との官民協働による新たな指導者養成カリキュラムとその認定制度を創設し、自然体験指導者(Nature Experience Activity Leader)を体系的なカリキュラムに基づき養成している。

その仕組みとしては、全国体験活動指導者認定委員会の下、自然体験活動部会が設置され、養成団体が実施する養成講習において、自然体験活動指導者を養成するものである。

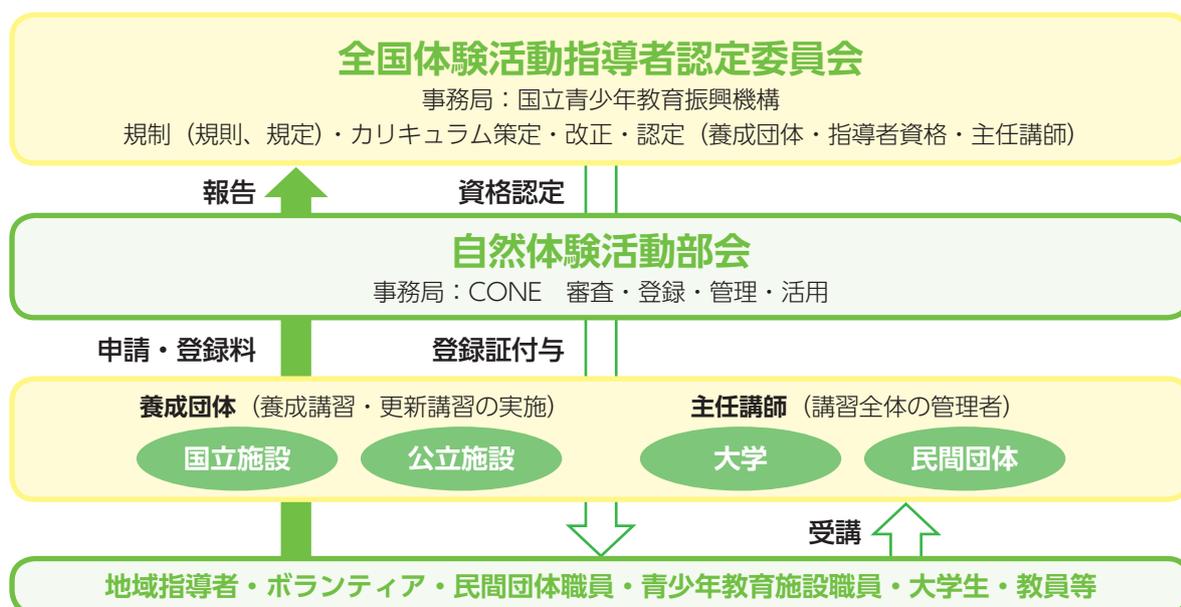


図 1 体験活動指導者養成制度

2. 全国体験活動指導者認定委員会

全国体験活動指導者認定委員会は、青少年をはじめとする多くの人々の体験活動を推進するため、体験活動指導者にかかる資質と指導力向上を図ることを目的に体験活動指導者認定制度を定めた。全国体験活動指導者認定委員会の主な仕事は、制度の規則および規定の制定、体験活動指導者養成カリキュラムの策定、体験活動指導者・養成団体・主任講師の認定、などである。

3. 自然体験活動部会

認定委員会の下に、体験活動の中で、特に自然体験活動について、その指導者にかかる資質と指導力向上を図ることを目的に設置された。自然体験活動部会の主な仕事は、養成講習における養成カリキュラムの作成、養成団体・指導者・主任講師の登録などである。

4. 養成講習

自然体験活動の指導者を養成するためには講習会を開催する必要がある。養成講習は、全国体験活動指導者認定委員会が策定する養成カリキュラムに沿っていること、また、養成講習は指導者の種別ごとに概論と演習で構成されること、などが定められている。

5. 養成団体

養成団体は、自然体験活動の指導者を養成する講習会を開催することができる団体であり、養成団体に登録するためには全国体験活動指導者認定委員会で認定を受けなければならない。また、養成団体の認定要件は、専従職員がいること、保険に加入していることなどを、別に定めている。

6. 主任講師（講習管理者）

主任講師（講習管理者）は、養成講習会の管理者であり、認定委員会によって認定される。主任講師（講習管理者）の役割は、①養成カリキュラムに従って、養成講習の企画・運営を行う。②概論に全日程参加し、監督・確認を行う。③概論の「ガイダンス」を担当する。④概論の「修了試験」又は「履修試験」の責任者となる⑤演習における履修の確認者となる。などである。

3節 自然体験活動指導者認定制度において認定する 指導者の種類・名称・役割について

自然体験活動指導者の種類については、自然体験活動指導者（リーダー）、自然体験活動上級指導者（インストラクター）、自然体験活動総括指導者（コーディネーター）の3種類がある。

1. 自然体験活動指導者（リーダー）

指導者像：自然体験活動上級指導者（インストラクター）や自然体験活動総括指導者（コーディネーター）のもと、活動の支援や指導にあたる。

役割：①プログラムのねらいを理解し、参加者及び担当するグループのメンバーの支援を行う。

②プログラムの実施の際、基礎的な指導にあたる。

③参加者及び担当するグループのメンバーの安全に留意する。

更新：終身制

登録料：5,000円（学生は3,000円）

認定要件：満18歳以上※1

2. 自然体験活動上級指導者（インストラクター）

指導者像：自然体験活動総括指導者（コーディネーター）のもと、自然体験活動におけるプログラムの企画・実施者になるとともに、自然体験活動指導者（リーダー）を指導する。

役割：①自然体験活動におけるプログラムを企画・運営・評価する。

②リーダーに対して、自然体験活動におけるプログラムのねらいを伝え、指導方針の共通理解を図る。

③自然体験活動におけるプログラムを直接指導する。

④自然体験活動におけるプログラムの安全管理を行う。

更新：3年毎の更新制

登録料：6,000円（更新料：3年毎に6,000円）

認定要件：①NEALリーダー資格を有する者※2

②演習Ⅰ、概論Ⅱの履修及び演習Ⅱを修了した者

3. 自然体験活動総括指導者（コーディネーター）

指導者像：自然体験活動事業の企画・実施の総括責任者になるとともに、リーダー及びインストラクターを指導する。

役割：①自然体験活動事業を企画・運営・評価する。

②リーダー及びインストラクターに対して、自然体験活動事業のねらいを伝え、指導方針の共通理解を図る。

③自然体験活動事業全体の安全管理を行う。

更新：3年毎の更新制

登録料：6,000円（更新料：3年毎に6,000円）

認定要件：①NEALインストラクター資格を有する者

②概論Ⅲの履修及び演習Ⅲを修了した者

※1 2023年度より、年度末年齢16歳以上の受講が可能となった。ただし満18歳未満のリーダーは補助的役割に限定する。
※2 概論Ⅱの受講は満18歳以上のリーダー

4節 自然体験活動指導者養成カリキュラムについて

1. 基本カリキュラム

カリキュラムは自然体験活動に関する 8 科目で編成され、また、「概論」（講義及び実技）及び「演習」（実務経験）で構成されている。

各科目の時間数は、表 1 と図 2 のとおりである。

表 1 自然体験活動指導者養成カリキュラム

| 科目 | 自然体験活動指導者 (NEAL リーダー) | 自然体験活動上級指導者 (NEAL インストラクター) | | 自然体験活動総括指導者 (NEAL コーディネーター) | | |
|---------------|--------------------------|--------------------------------|---------|--------------------------------|--------|---------|
| | 概論 I | 演習 I | 概論 II | 演習 II | 概論 III | 演習 III |
| ガイダンス | 1 時間 | - | 1 時間 | - | 1 時間 | - |
| 青少年教育における体験活動 | 1.5 時間 | - | - | - | 1.5 時間 | - |
| 学校教育における体験活動 | - | - | 1.5 時間 | - | 1.5 時間 | - |
| 自然体験活動の特質 | 3 時間 | 3 時間 | 1.5 時間 | 3 時間 | 3 時間 | 3 時間 |
| 対象者理解 | 1.5 時間 | 3 時間 | 3 時間 | 3 時間 | 4.5 時間 | 4.5 時間 |
| 自然体験活動の指導 | 1.5 時間 | 3 時間 | 3 時間 | 3 時間 | 3 時間 | 3 時間 |
| 自然体験活動の技術 | 6 時間 | 6 時間 | 3 時間 | 4.5 時間 | - | - |
| 自然体験活動の安全管理 | 3 時間 | 3 時間 | 3 時間 | 7.5 時間 | 3 時間 | 3 時間 |
| 自然体験活動の企画・運営 | - | - | 6 時間 | 6 時間 | 9 時間 | 9 時間 |
| 試験 | 0.5 時間 | - | 0.5 時間 | - | 0.5 時間 | - |
| 合計時間 | 18 時間 | 18 時間 | 22.5 時間 | 27 時間 | 27 時間 | 22.5 時間 |

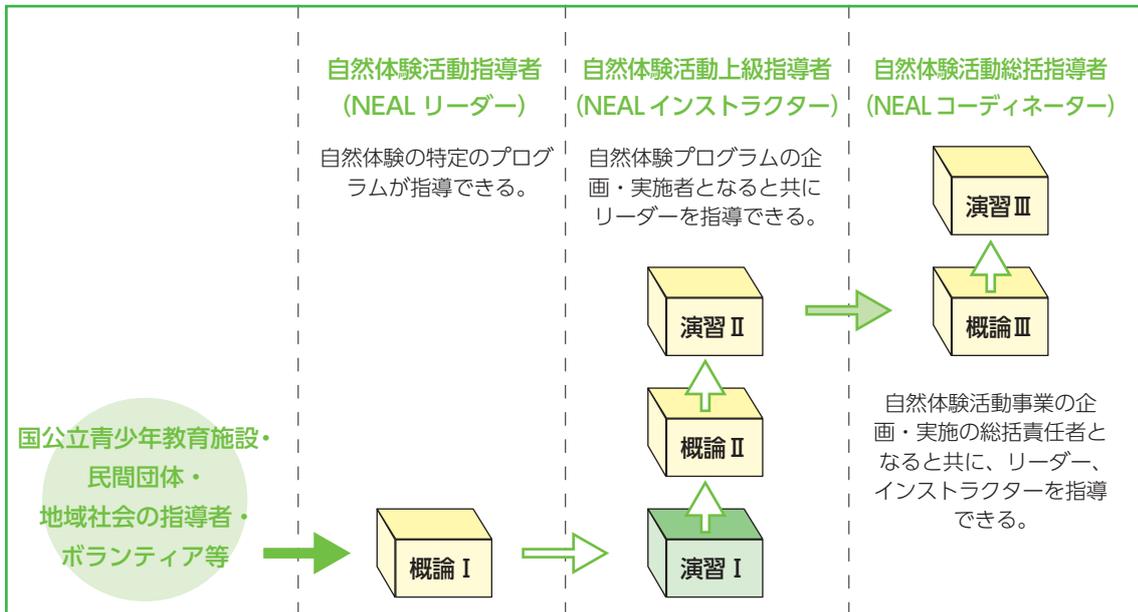


図 2 自然体験活動指導者養成カリキュラムの構造

2. 概論と演習

リーダーは概論 I を受講し、認定試験に合格することで資格の登録申請が可能である。インストラクターは演習 I を受講した後、概論 II、演習 II を履修し、認定試験に合格することで資格の登録申請が可能となる。さらにコーディネーターは、概論 III、演習 III を履修した後、認定試験に合格することで資格の登録申請ができる。

5節 自然体験活動指導者の登録申請について

自然体験活動指導者の登録申請方法について説明する。(表2)

1. 自然体験活動指導者（リーダー）

リーダーの養成講習（概論Ⅰ）を修了し、半年以内に定められた様式を自然体験活動部会に提出する。提出書類は、申請書および登録料納付を証明する書類の写しである。登録料は、一般 5,000 円、学生 3,000 円とする。また、リーダー資格の有効期限は、終身である。

2. 自然体験活動上級指導者（インストラクター）及び 自然体験活動総括指導者（コーディネーター）

インストラクター及びコーディネーターは、各概論後の演習を履修した後に登録申請が可能となる。履修証の交付日から2年以内に演習を終え、資格取得申請書を直接自然部会事務局に提出する。併せて指導者登録料も提出日に近い日程で振り込むものとする。

表2 自然体験活動指導者の登録申請

| 資格種別 | 資格申請期限 | 提出物 | 登録料 | 期間 |
|-----------------------|---|--|--------------------------|-----|
| 自然体験活動指導者（リーダー） | 概論Ⅰ修了証 発行日から 半年以内に申請 | 申請書 登録料納付を証明する書類の写し ※学割の場合は学生証の写し | 5,000 円 学割 3,000 円 | 終身制 |
| 自然体験活動上級指導者（インストラクター） | 概論Ⅱ履修証 発行日から2年 以内に演習Ⅱ 全科目を履修し、 申請 | 申請書 登録料納付を証明する書類の写し 概論Ⅱ履修証又は 履修表（受講票）写し 演習Ⅱ履修表写し | 6,000 円 | 3年間 |
| 自然体験活動総括指導者（コーディネーター） | 概論Ⅲ履修証 発行日から2年 以内に演習Ⅲ 全科目を履修し、 申請 | 申請書 登録料納付を証明する書類の写し 概論Ⅲ履修証又は 履修表（受講票）写し 演習Ⅲ履修表写し | 6,000 円 | 3年間 |

(久保田 康雄)

参考文献

- 1) 自然学校全国調査 2010 調査報告書（2011）、公益社団法人日本環境教育フォーラム 自然体験活動学校全国調査委員会
- 2) 自然体験活動指導者養成講習主任講師（講習管理者）テキスト（2018）、全国体験活動指導者認定委員会自然部会、1-9
- 3) 阿部治・川嶋直（2012）、ESD 拠点としての自然学校 持続可能な社会づくりに果たす自然学校の役割、みくに出版

【この時間の目標】

青少年教育における体験活動の意義を理解する。

- (1) 青少年教育の目的・目標を理解する。
- (2) 青少年教育の内容と青少年の問題や青少年教育の現代的な課題を理解する。
- (3) 青少年教育の方法と体験活動の「定義と分類」「意義と効果」について理解する。

1 節 青少年教育とは何か

1. 学校以外の場で行われる教育

「教育」と聞くと、学校で行われる教育がイメージされることが多い。教育に関する仕事といえば、多くの人は学校の教員のことを思い浮かべるし、いじめや不登校といった青少年に関する問題も、多くの場合、学校の問題と結び付けて論じられる。

しかし、社会の中には、学校教育以外にも青少年の成長を支援するためのさまざまな仕組みがある。たとえば、放課後や休日に青少年が活動するための施設や、青少年がスポーツや文化活動などを行う団体の多くは、青少年の成長を支援するという教育的な目的のもとで運営されている。地域の子ども向けの行事や夏休みのサマーキャンプなど、施設や団体によって活動の趣旨や内容は多様であるが、そこで行われているのは、学校とは異なる形の教育活動であるということが出来る。「青少年教育」とは、このような学校(および家庭)以外の場で行われる青少年を対象とした教育の総称である。

学校や家庭以外の場所で行われる教育は「社会教育」と呼ばれる。社会教育は、子どもから大人まであらゆる年齢層を対象とするものであり、青少年教育は、青少年を対象とした社会教育であるということもできる。

振り返ってみると、私たちは、自分自身のことや友人との付き合い方のこと、住んでいる地域のことや身の回りの自然や文化のことなど、学校以外のさまざまな場面で実に多くのことを学んできたはずである。青少年教育には、こうした学校以外での体験や学びの機会を提供することを通じて、青少年の豊かな成長を実現していく役割が期待される。特に近年では、いじめや不登校といった学校教育をめぐる問題や、子どもの貧困や生活習慣の乱れといった家庭教育をめぐる問題が指摘されている。学校も家庭もさまざまな課題を抱えている中で、青少年の豊かな成長を実現していくためには、青少年の教育を学校や家庭だけに委ねるのではなく、学校や家庭以外の場で行われる青少年のための教育活動を充実させ、学校や家庭とも連携・協力しながら青少年の成長をトータルに支援していくことが求められている。

2. 青少年教育の仕組み

(1) 青少年教育施設

国公立の青少年教育施設は、1960年代以降、「青年の家」「少年自然の家」「青少年〇〇センター」などの名称で整備が進められてきた。これらの多くは、青少年が団体で共同生活をしながらさまざまな活動をするための施設として設置されたものであったが、近年は施設の名称や機能が多様化している^{*}。平成27(2015)年度に実施された文部科学省の社会教育調査によると、全国の国公立の青少年教育施設は941施設となっており、内訳は表1の通りとなっている(ここで挙げた国公立の施設の他に、民間の青少年教育団体によって設置される研修施設やキャンプ場もある)。

表1 国公立青少年教育施設数(平成27年度)

| 少年自然の家 | 青年の家(宿泊型) | 青年の家(非宿泊型) | 児童文化センター | 野外教育施設 | その他 | 計 |
|--------|-----------|------------|----------|--------|-----|-----|
| 217 | 121 | 69 | 41 | 61 | 432 | 941 |

いずれの施設においても、単に建物や設備といったハード面だけでなく、そこでできる活動や、活動を支援する指導者などのソフト面が重要な意味を持っている。

なお、「児童館」や「勤労青少年ホーム」などの施設は、制度上は厚生労働省が管轄する福祉施設であり、一般には青少年教育施設に含まれないものの、学校や家庭以外で青少年の成長を支援するという点では、青少年教育施設と多くの共通点を持っている。

^{*}全国に28箇所を設置されている国立の青少年教育施設は、2001(平成13)年度に独立行政法人化され、現在は独立行政法人国立青少年教育振興機構が管理・運営を行っているほか、公立施設においては、指定管理者制度の導入により、管理・運営を企業や民間団体等が行うケースが増えているなど、近年は国公立施設の運営形態が多様化している。

(2) 青少年教育団体

青少年教育のための代表的な団体としては、子ども会やスポーツ少年団などの地域ごとに組織される団体や、ボーイスカウト・ガールスカウト、YMCA・YWCAなどの各種の青少年団体などが挙げられる。キャンプやボランティア活動など、青少年を直接的に支援するプログラムを提供する団体だけでなく、青少年教育に関する啓発活動を行ったり、指導者の資格を認定したり、青少年教育団体に財政的な援助をしたりするなど、青少年教育の振興を目指す団体などもある。比較的規模が大きい団体には、有給の職員が置かれている場合もあるが、規模が小さい団体では、スタッフ全員がボランティアであることも珍しくない。近年では、NPO法人や企業によってもさまざまな事業が展開されるようになっており、青少年教育団体のあり様も多様化しているが、行政には、こうした青少年教育団体が活動しやすい環境を整えるとともに、さまざまな面で青少年教育団体と連携しながら、青少年教育の振興を図っていくことが求められる。

(3) 青少年教育指導者

青少年教育施設や青少年教育団体の指導者には、講師やインストラクターといった直接何かを教える立場の指導者だけでなく、青少年を対象とした事業を企画・運営する立場や、グループリーダーとして青少年と関わる立場など、多様な立場の指導者が含まれる。

青少年教育においては、施設や団体に勤務する職員だけでなく、多くのボランティアが指導者として活動している。青少年教育が多くのボランティアによって支えられ

てきたのは、①教員や保護者とは異なるさまざまな立場の指導者との関わりが青少年の成長にとって有意義だと考えられてきたことや、②指導者が活動を通じて新たに学んだり、自分の経験を活かしたりするといった、ボランティア自身の成長を支援することも青少年教育の意義の1つだと考えられてきたためである。特に②について、青少年教育においては高校生や大学生といった成長過程にある青年たちが指導者になることも多く、事業の参加者だった少年がのちに指導者となることも多いため、参加者と指導者の双方の成長という視点は、特に重要な意味をもっている。

3. 青少年教育に求められる役割

(1) 体験を通じた成長の機会

学校教育は、学年や教科ごとに学ぶ内容が詳細に定められているほか、教室での座学が中心であり、学んだことにはテストや成績評価が伴うなど、教育がさまざまな制度やルールのもとに展開されている。青少年教育は、学校教育とは異なり、教育活動の目的や内容、方法、評価についても教育する側が比較的自由に設定することができる点に特徴がある。

そのため、青少年教育においては、青少年がさまざまな体験を通じて、学校では学べないことを学んだり、さまざまな人と出会い、交流する中で成長することが伝統的に重視されてきた。そこでは、青少年が「受け身」になりがちな学校での学習とは異なり、青少年が自主的かつ主体性に活動することが大切にされてきた。さらに、こうした強みを生かして、学校の宿泊学習を青少年教育施設で行うなど、学校教育を外側から支援していくことも青少年教育の重要な役割だと考えられてきた。

(2) 青少年の課題への対応

学校教育に比べて比較的自由な青少年教育の領域では、時代や地域の特性に応じて、青少年の課題に柔軟に対応した教育活動を行うことが可能である。

近年、青少年をとりまく環境がめまぐるしく変化する中で、自己肯定感やコミュニケーション能力の向上、グローバル化や情報化に対応した能力の育成などが求められることも多い。また、貧困や障害、不登校やひきこもりといった特定の課題やニーズを踏まえた青少年の支援の必要性も指摘されている。青少年教育においては、こうした近年の青少年をとりまく環境の変化を踏まえて、青少年の課題に対応した教育を展開していくことが求められる。

ただし、青少年の課題にはさまざまな要因が複合的に関係しているため、従来の教育の枠内に収まらない課題も多く、青少年教育の取り組みだけでは解決できない問題も多い。そのため、学校や家庭との連携だけでなく、福祉、医療、就労、非行対策といった教育以外の分野の関係機関とも連携しながら、青少年の支援をしていくことがこれまで以上に求められるようになっていく。

2 節 青少年教育における体験活動の推進

1. 体験活動が求められる背景

青少年の体験的な活動は、青少年教育の分野では従来から伝統的に重視されてきたものであるが、1990年代の後半以降、政策的にも青少年の体験活動の推進が目指されてきた。青少年の体験活動が推進されてきた背景としては、以下の2点が挙げられる。

第1に、以前と比べて、青少年の体験が減っていると考えられるようになったことである。たとえば、マッチを付けたことがない子どもや、包丁を使ったことがない子ども、木登りをしたことがない子どもの存在がマスメディアなどで紹介されるなど、青少年の自然体験や生活体験の不足が指摘されることも多い。

実際、国立青少年教育振興機構が2009（平成21）年に20代～60代の男女を対象に行なった調査によれば、「自然体験」や「友だちとの遊び」に関する項目で、若い世代ほど子どもの頃に体験した割合が減っている傾向が見られた。「自然体験」や「友だちとの遊び」は、以前のように身近に自然環境が残されており、周囲に年齢の近い子どもが多くいれば、特に意識しなくとも、自然に体験できる環境があったものであろう。しかし、都市化や情報化、少子化が進んだ現在においては、こうした体験ができる環境が徐々に減ってきており、結果として、体験したことがある青少年の割合が減ってきていると考えられる。

第2に、こうした体験が、青少年の成長に不可欠なものであり、青少年の体験を充実させることが近年の青少年の課題の解決にも有効であると考えられてきたことである。

たしかに、近年の青少年の課題として挙げられるような、自己肯定感やコミュニケーション能力などは、知識として身につけられるものではなく、実際の体験を通じてこそ身につくものといえる。そのため、青少年のさまざまな課題が生じた原因の1つとして、青少年の体験不足が捉えられるとともに、こうした課題を解決しようとするような体験ができる機会の充実が求められてきた。

また、近年では学校教育の分野でもいわゆる「アクティブ・ラーニング」の必要性が指摘されており、教科ごとの学習の中に体験的な要素を盛り込むことや、学力を支える意欲や問題解決能力の育成を図るために体験を通じた学習を充実させていくことの重要性が指摘されている。体験的な活動の推進は、学校の内外を問わず、これからの教育全体で求められている要素であるといえる。

2. 推進されるべき体験活動とは

(1) 体験と体験活動の違い

こうした状況を踏まえると、近年推進されている青少年の体験活動は、青少年をとりまく環境の変化をふまえ、青少年が体験しにくくなった活動を意図的に提供しようとするための取り組みであるといえる。平成19（2007）年の中央教育審議会答申「次代を担う自立した青少年の育成に向けて」において、体験活動は「体験を通じて何らかの学習が行われることを目的として、体験する者に対して意図的・計画的に提供される体験」と定義されているように、体験活動は「体験そのもの」とは異なり、教育的な意図のもとに「体験が組織化されたプログラム」として捉えることができる。

こうした状況は、自然体験などのさまざまな体験が、「自然に（意図せずに）できること」から「わざわざ（意図的に）体験させること」へと変化したことを示している。現代において、さまざまな体験は、大人が意図的に機会を提供しなければなかなかできな

いものとなっているのであり、こうした意図的に体験を提供するための取り組みとして体験活動が位置づけられるということである。

しかし、体験が「わざわざさせること」となっている状況は、さまざまな条件によって、幅広い体験をする機会に恵まれた青少年と、そうではない青少年との間に体験の格差が生じやすくなっているということでもある。学校教育では、すべての青少年に同じ体験の機会を提供しやすいのに対して、青少年教育は、保護者の意識や住んでいる地域の状況等によって影響を受けやすく、場合によっては青少年の体験の格差をかえって拡大させてしまう危険性を有している。青少年教育には、こうした観点を踏まえ、学校・家庭と連携しながら、すべての青少年に豊かな体験の機会を提供するとともに、青少年の体験の格差を解消していくような取り組みが求められる。

(2) 体験活動の内容および意義

平成 25 (2013) 年の中央教育審議会答申「今後の青少年の体験活動の推進について」では、体験活動の主な内容として、①生活文化体験（遊びやお手伝い、スポーツ、地域行事など）、②自然体験活動（登山・キャンプ等の野外活動や、星空観察や動植物観察などの学習活動）、③社会体験活動（ボランティア活動や職場体験活動、インターンシップ）の3つのカテゴリーが挙げられていた。体験活動にはさまざまな内容が含まれるため、青少年が体験すべき体験を明確に整理することは容易ではないものの、ここで挙げられている体験は、いずれも青少年が周囲の環境や他者と直接的に関わる体験であるという点で共通している。こうした直接的な体験は、現代社会で青少年がますます体験しにくくなっているものといえる。

体験活動が青少年の成長に果たす意義としては、個々の体験と目指される学習の関係をめぐる、大きく2つの場合に区別することができる。1つは、野外炊事を通じて火起こしの仕方を身につけたり、アルコールランプを使った実験を通じて燃焼について学ぶといった場合のように、活動の内容と身につけるべき知識や技術が直接的に関係しており、その体験が、個々の知識・技術を身につけるための直接的な「教材」の役割を果たすことが期待されている場合である。もう1つは、登山を通じて自己肯定感やコミュニケーション能力の向上が目指されるといった場合のように、個々の活動を通じて、その活動とは直接的には関係しない抽象的な資質・能力の育成が目指される場合である。この場合、個々の体験はいわば成長のための「触媒」のような役割が期待されていると考えられる。

これまで、体験活動が青少年の成長に果たす役割としては、主に後者の役割が期待されることが多かったといえる。こうした抽象的な資質・能力の向上が目指される場合、指導者にとっては個々の活動（たとえば登山）は、青少年の成長をうながすための手段に過ぎず、自己肯定感やコミュニケーション能力を育むことができれば、活動の内容が必ずしも登山である必要はないことになる。こうした状況は、体験活動の指導者にとっては、青少年が「何を体験するか」以上に、その活動を「何のために体験するか」や「どのように体験するか」が重要な意味をもつことを示している。体験活動の企画などの場面では、つい「何のためにするか」ばかりが議論されがちであるが、そもそもどういった目的で体験をするのかや、その活動の中でどんな場面を生じさせたいのか、といったことを指導者自身が意識できているかどうか重要である。

(3) 体験活動の指導者に求められるもの

ここまで見てきたように、青少年教育における体験活動の推進は、これからの青少年の豊かな成長のためにも重要な意味を持つものであり、体験活動の指導者には、職員であるかボランティアであるかを問わず、教育者としての自覚と指導者としての専門性を高めるための努力が求められる。

しかし一方で、体験活動が青少年にとってあまりに教育的なものになってしまうことにも注意が必要である。たとえば、登山中の子どもたちにとっては、目の前の山を登りきれるかが重要なのであって、登山を通じて自分の自己肯定感が高まるかどうかにはそれほど関心がないはずである。体験活動を通じて抽象的な資質・能力の向上が目指される場合には、青少年の側に「教育されている」という意識がないことも多く、活動があまりに教育的になりすぎることは、かえって青少年の主体的な活動を損なうことになりかねない。

幼稚園や保育園など、子どもの遊びを指導する場面によくある失敗談として、指導者が熱心に子どもの遊びを指導しているとき、子どもから「先生、この遊びが終わったら本当に遊んでいい？」と言われてしまったといったエピソードが語られることがある。ここで示されているのは、子どもにとって遊びとは、成長のために行うものではないにもかかわらず、それを大人が教育的に活用しようと介入してしまうことで、遊びの本来もっている魅力や価値が失われてしまう危険性があるということであろう。言い換えれば、体験活動は教育的に組織されたものであるにもかかわらず、それが教育的に組織されたものであるがゆえに、教育的でなくなってしまう危険性を持っているということである。

こうした問題は、青少年にとって体験が「わざわざさせること」となった現在においては、特に重要な意味をもつものである。体験活動の指導者には、むしろ教育者として自覚をもつと同時に、活動の全てを教育的にしようとするのではなく、活動の中に「教育っぽくない」要素を合わせもっておくことが求められる。

(青山 鉄兵)

参考文献

- 1) 国立青少年教育振興機構 (2010) 「『子どもの体験活動の実態に関する調査研究』 報告書」 77

自然体験活動の特質

【この時間の目標】

- (1) 地域の自然体験活動の特色を理解する
- (2) 自然体験活動の意義と課題を理解する
 - ①自然体験活動の意義を理解する
 - ②自然体験活動の課題を理解する

1 節 地域の自然体験活動の特色を理解する

1. 自然体験活動を通じて様々な自然環境を知ること

自然体験活動は、自然の中や自然を活用して行われる、自然と人とのつながりおよび人と人とのつながりを作る教育活動の総称である。

その自然体験活動を行ううえで大切にしたいことが、「季節性」と「地域性」である。季節性は「今だからこそ」に、地域性は「ここだからこそ」と置き換えることができる。これらのことを意識することによって、自然体験活動は、ワンパターンなものではなく、地域の特色を反映したものとなるのである。

裏返せば、自然体験活動によって、地域の特色とも言える「季節性＝今だからこそ」と「地域性＝ここだからこそ」を学ぶことができると言えるだろう。季節性は、文字通り季節を指すと共に時間も含んだ概念と考えるべきである。筆者が活動する山梨県北杜市清里高原を例にあげれば、標高 1,300 ～ 1,400 m の高原に位置しているため、平地と比べると季節の進行が遅いが、水辺に出かけミソサザイの歌を聞き、ザゼンソウの開花を見ると春を感じる。また、ナイトハイクに出かけた時にフクロウの声を聞くと、夜の世界にいることを実感するのである。

いっぽう地域性は、活動を行う地域や具体的なフィールドといった場を指すと同時にその場を構成する植物や動物、土壌などそこに存在する個別の資源を含んだ概念と考えた方が良さそう。まちに近い麓の森を歩いた後に、ドングリの仲間であるミズナラ、白い肌が特徴のシラカバが生育する清里の森に入ると、改めて高原であることを実感する。また、北に八ヶ岳、南に富士山と奥秩父の山々、西に南アルプスを眺めると、山梨県が山に囲まれていることを気づくのである。

「季節性＝今だからこそ」と「地域性＝ここだからこそ」が反映された自然体験活動を通じて、多様な視点で地域の自然環境を知ることができる。改めて、地域における自然体験活動は地域の特色を反映したものであることを理解した上で、自然体験活動に取り組みたいものである。

なお、地域の自然と人との関わりの中で生まれた文化や第一次産業、地場産業を体験することや調べることで、継承することも自然体験活動に含まれることからすると、自然体験活動と文化環境や社会環境も深く結びついていると言える。つまり、自然体験活動を通じて、地域の文化環境や社会環境も知ることができる点も忘れてはならないだろう。

2. 気候、地形、動植物などが様々に影響し合って 自然環境を構成していることに気づくこと

多くの動植物が見られる豊かな森も、都市部の小さな空き地も自然環境である。共通していることは、様々な要素がつながりあって構成されている点である。例えば、野草に集う昆虫類、その昆虫類を餌にする鳥類など、動植物がつながりあっていることが目につきやすいが、土壌や地形、気候も自然環境を構成する要素であることも忘れてはならない。そのつながりを示す概念を下記に挙げる。

(1) 生態系

生態系とは、様々な生き物と土壌、水、大気などの非生物の関係を総合的にとらえたまとまりを指し、英語ではエコシステム (ecosystem) と言う。森林、川、干潟など様々なタイプがあり、生産者・消費者・分解者のつながりによる物質循環とエネルギーの流れがあるとされている。分解者や生産者を土台に、第一次消費者、第二次消費者が重なる様子が三角形となることから、生態系ピラミッドという表現が使われることがある。生態系は生き物のまとまりやつながりで捉える概念のため、以下の「生物多様性」や「関係性」とも深く関係する。

(2) 生物多様性

2010年に愛知県名古屋市で開催された生物多様性条約第10回締約国会議(COP10)を契機に、自然体験活動のテーマとして挙げられることが多くなった。生物多様性とは多くの生き物のつながりと解釈できる。人間の生活は直接的・間接的に生態系から様々なものを享受することで成り立っているが、これは生物多様性が保全されることによって可能となる。生物多様性には、①遺伝子の多様性(同一の種でも異なる遺伝子によって個性があること)、②種の多様性(動植物から細菌類まで様々な生物が存在すること)、③生態系の多様性(森林、水辺、里山など様々な自然のシステムがあること)の3つがある。

(3) 関係性

「つながり」とも言う。食う・食われるや共生(相利共生・片利共生・寄生)など、ある生物と別の生物や生態系構成要素との関係性も自然体験活動で扱われる。これら関係性を扱ったプログラムも数多く開発されている。

自然環境にも影響を与えるという点では、自然と人間との関係性も視野に入れる必要がある。人間生活が生態系に支えられているという関係性はもちろん、人間生活が自然にダメージを与えていることや環境問題を引き起こしているという負の関係性にも目を向けていくことが大切である。

(4) 自然の営み

今ここで感じられる自然の背後では、様々な自然の営みが繰り返されている。雪の上に点々と続く足跡からは動物達の暮らしぶりを、寒風に耐える冬芽からは春の芽吹きや萌黄色の新緑などに思いを馳せることができる。夜の次には朝が来ること、冬の後には春が来る、四季の移ろいなど当たり前過ぎて気づき難い自然の営みも取り上げていきたい。

2 節 自然体験活動の意義と効果を理解する

1. 自然体験活動の意義

全国体験活動指導者認定委員会自然体験活動部会では、自然体験活動の意義を下記の通り整理している。

(1) 自然体験活動は、自然のほか、自然と係る人間の生活や他者への関心を高めること

自然体験活動は、自然への関心を高めることは当然であるが、それだけに止まらず自然との関わりの中で営まれてきた人間の生活や活動を共にする他者への関心を高めることも期待されている。前述の通り、「今だからこそ」の視点で自然と向き合いながらも、過去や未来の自然や生活、他者への思いを持ってもらうことも大切である。特にESD（持続可能な開発のための教育）やSDGs（持続可能な開発目標）の視点から言えば、未来を視野に入れることは忘れてはならないだろう。

(2) 自然体験活動は、自然を大切にし、守る気持ちを育てること

自然体験活動では、1で述べたように自然への関心を高めることが期待されているが、そこから自然を大切にしたい気持ちや守る気持ちへつなげていくことが求められている。環境教育には、「in / about / for」の考え方があり、特に「for」を促す環境教育が重要視されている。環境教育と方向性が重なる自然体験活動においても、自然を大切にしたい気持ちを育てる for の視点を大切にしたい。

表1 環境教育の in / about / for

- | |
|--|
| <ul style="list-style-type: none">● 環境教育 in 環境（自然・社会・文化）〈環境の中での環境教育〉<ul style="list-style-type: none">・キーワード＝感性、遊び、直接体験・自然や社会、文化への感受性を得る環境教育● 環境教育 about 環境（自然・社会・文化）〈環境についての環境教育〉<ul style="list-style-type: none">・キーワード＝知識、技術・自然や社会、文化についての知識や技術を得る環境教育● 環境教育 for 環境（自然・社会・文化）〈環境のための環境教育〉<ul style="list-style-type: none">・キーワード：行動、参加 (阿部（1993）に筆者加筆)・持続可能な社会実現のための行動力や実践力を得る環境教育 |
|--|

(3) 自然体験活動は、自己肯定感や自尊感情を高め、他者を尊重する気持ちを育てること

自然体験活動は、現代の教育全体のキーワードとも言える自己肯定感や自尊感情を高めることができる。筆者は自然体験活動の中で、よく草笛を行う。体験者は音が出ると「吹けた！」と喜び、音が出ないと「悔しい」「次は頑張ろう！」という気持ちになる。前者は成功体験を通しての自己肯定感や自尊感情と考えることができ、後者は以降の活動へのモチベーションと考えることができる。さらには、音が出た体験者からはその後仲間を応援する姿が見られるようになるが、これは他者を尊重する気持ちと言える。自然の中では、草笛にとどまらずたくさんの体験をすることができる。それらの体験を通して、上記の気持ちを高め、育てることができることを認識したうえで、自然体験活動を実践したい。

上記の意義以外にも本章の冒頭に述べたように、自然体験活動には「自然と人とのつながり」「人と人とのつながり」を作ることや「地域と人とのつながり」を作ることにも期待されている。つながりが感じられないと言われている現代社会において、様々なつながりを作ることができる自然体験活動の役割は大きいと言える。

2. 自然体験活動の効果

以前から自然体験活動の効果に関する研究は行われてきた。H. ハンガーフォードらは、「環境に責任ある行動」の形成には、エントリーレベル（入口段階）においては「環境への感性」が主要因であると述べている。環境への感性を育むには自然体験活動が大きな役割を果たすと言える。

「青少年の体験活動等に関する実態調査（平成 26 年度調査）」では、自然体験が豊富な子どもほど、自己肯定感や道徳観・正義感が高くなる傾向があるとの分析がなされた。さらに、「平成 27 年度全国学力・学習状況調査」においては、小中学生共に自然の中で遊んだことや自然観察をしたことがある子どもほど、理科の平均正答率が高い傾向が見られるという分析がなされた。

1996 年に初めて登場した「生きる力」は 2017 年に改定された学習指導要領においても学校教育の大きなキーワードとなっているが、そのためには自然体験活動が必要とも述べられている。2014 年に改定された「環境教育指導資料【幼稚園・小学校編】」においても、自然体験活動などの体験活動を通して、環境に対する感受性や思考力、実践力を育成することが期待されている。

これらの調査結果や期待の表れが、上に述べた自然体験活動の意義につながるものと理解したい。

(増田 直広)

参考文献

- 1) 津村俊充・増田直広ほか編（2014） インタープリター・トレーニング ナカニシヤ出版
- 2) 阿部治（1993） 子どもと環境教育 東海大学出版会
- 3) HAROLD HUNGERFORD et al（1980） Goals for Curriculum Development in Environmental Education THE JOURNAL OF ENVIRONMENT EDUCATION Vol.11NO.3 pp.42-47
- 4) 国立青少年教育振興機構（2017） 青少年の体験活動等に関する実態調査（平成 26 年度調査） 国立青少年教育振興機構
- 5) 国立教育政策研究所（2015） 平成 27 年度全国学力・学習状況調査
- 6) 国立教育政策研究所（2014） 環境教育指導資料【幼稚園・小学校編】

【この時間の目標】

対象者の特徴を理解する。

- (1) 対象者理解の必要性和方法を理解する。
- (2) 各年齢期の特徴を理解する。
- (3) 対象者への配慮事項を理解する。

1 節 対象者理解の必要性

自然体験活動指導者（リーダー）の役割は、参加者が、安全で、安心できる環境の中で、自然の中での生活と活動を楽しむことができるように支援することである。自然体験活動プログラムの成否は、その目的が十分にかつ効果的になされたかどうかによるところが大きい。プログラムやアクティビティを企画・運営し、目的の達成により近づくためには、対象者の正しい把握と理解が重要である。

本稿では、「参加者」と「対象者」という用語を使い分けている。自然体験活動に参加する人のことを一般的に捉える場合に「参加者」、その中で、リーダーがまさに理解し、支援しようとする人のことを「対象者」と呼ぶことにしたい。

2 節 対象者理解の2つの側面

人は、身体的な成長とともに、運動能力、認知機能、対人関係能力などさまざまな能力を身につけていき、発達の道筋やその順序に共通して見られる特徴がある。これは発達段階と呼ばれ、各年齢期に特有の特徴がみられる。

その一方で、一人ひとりが異なる資質や個性を有しており、その成長にも個人差がある。例えば、同じ小学校5年生であっても、身体的特徴、性格、興味関心など一人ひとりが異なっており、それぞれがユニークな存在であることを忘れてはならない。

つまり、対象者の理解にあたっては次の2つの側面から理解していくことが必要である。ひとつめは一般的な理解である。これは、対象者の年齢や発達段階によって共通に見られる特徴や行動の法則性を理解することである。

もうひとつは、個別的な理解である。これは、対象者一人ひとりの個性や行動の特性を理解することである。

自然体験活動の目的が、「体験したこと」「体験してできたこと」であるならば、指導者の役割は、安全管理が主なものになるであろう。しかし、自然体験活動を通して、参加者の心身の成長に寄与することが目的であるならば、「体験した」「できた」という目に見えるものだけではなく、そのことに対して参加者がどう思っているのか、何を考えているのか、行動の背景に着目する必要がある。

例えば、グループでチャレンジが必要な活動に取り組み、それを成し遂げたとする。ある参加者は、そのことに深い達成感を感じている一方、別の参加者はその課題を達成するプロセスに満足しておらず、あまり達成感を感じていないというケースが往々にして見られる。

したがって、自然体験活動が、参加者の全人的な成長を狙いとするならば、何をすべきか（内容）だけでなく、参加者の個別的な理解が肝要になると言えよう。

3節 対象者理解の方法

対象者を理解するにあたっては、(1) 事前に対象者の情報を収集する、(2) 活動中の行動や言動から情報を得る、の2つが挙げられる。

1. 事前に対象者の情報を収集する

自然体験活動のプログラムを実施する際に、主催者は健康調査票やインタビューカードと呼ばれる参加者の様々な情報を収集するための調査用紙を用意している（表1参照）。

調査票には、①身長、体重などの身体的な特徴、②既往症などの健康に関する項目、③食物アレルギーに関する項目、など必要不可欠な項目の他に、④食事や睡眠などの生活に関する項目、⑤好きなこと、嫌いなことなど興味関心に関する項目、⑥参加者の性格に関する項目を加えることで、対象者の特徴を事前にある程度入手することができる。

参加者と生活及び活動をともにするリーダーは、まずこういった調査票をしっかりと読み込んで、どんな人がプログラムに参加するのかをイメージすることで、リーダー自身の不安を軽減することもできる。また、参加者の年齢層から、参加者全体の一般的理解を深めておくことも必要なことである。

2. 活動中の行動や言動から情報を得る

ただ、事前に収集した情報にとらわれすぎて、対象者のイメージを固めてしまうと、誤った理解のまま対象者に接してしまい、うまく関係づくりができない恐れがある。そこで、必要となるのが、活動中の行動や言動から情報を得ることである。

まず、初めて対象者と会って、あいさつしたり会話したりした時に、どのような表情や仕草か、コミュニケーションのスタイルはどうか（積極的に話しかけてくる、こちらから話しかけてもあまり応答がないなど）など第一印象をチェックすることが重要である。

さらに、プログラムや生活中的様子を観察することで、対象者の個別的な理解を更に深めることができる。観察の視点としては、①運動面の様子（歩く、走るなどの大きな筋肉を使う運動、手先の細かい動きなど）、②モノや人との関わり方（集中度、ルールへの適合度など）、③情緒表現（喜び、悲しみ、嫌悪、怒り、恐れ、驚きなど）、④同じ世代の参加者とのギャップ、⑤コミュニケーション（発話、言語理解、積極的・消極的などのスタイル）、⑥活動中の服装、生活習慣の様子が挙げられる。

観察にあたっては、対象者の行動（発話、遊び、行為）の意味を幅広く捉えていくことが重要である。また、自分の視点だけでなく、場合によっては他のリーダーやインストラクター、コーディネーターからの意見も合わせることで、さらに幅広さと奥行きを持った対象者の理解につながっていく。

表 1 参加申込書 (例)

参加申込書 (個人票)

(事前に保護者が記入し主催者に提出)

| | | | | | | | | |
|------------------------------|---|-----------------------|----|-------------|----------------------|----------------|---|--|
| 事業名 | | | | 期間 | 平成 年 月 日() ~ 月 日() | | | |
| ふりがな | | | | 男 ・ 女 | 生年月日 | 昭和・平成 年 月 日生 歳 | | |
| 参加者名 | | | | | | | | |
| 身長 | kg | 体重 | cm | 平熱 | ℃ | 血液型 | 型 | |
| 学校名・学年 | | 学校 年生 | | | | | | |
| 住所 | 〒 | | | | | | | |
| TEL | () | | | | 保護者名 | | | |
| FAX | () | | | | | | | |
| 緊急 連絡先 | 日中 | 自宅・その他 () 勤務先 () | | | TEL | () | | |
| | 夜間 | 自宅・その他 () 勤務先 () | | | TEL | () | | |
| e-mail | @ | | | | | | | |
| 健康状態 | <p>*参加される方の健康状態について教えてください。 ●体質について (あてはまる項目を○で囲んでください)</p> <p>・乗り物に酔いやすい ・かぜをひきやすい ・おなかをこわしやすい ・熱を出しやすい ・頭が痛くなりやすい ・疲れやすい ・鼻血が出やすい ・貧血をおこしやすい ・便秘しやすい ・傷が癒みやすい ・夜尿症である ・ぜんそくきみである ・その他 ()</p> <p>●アレルギー症状について ・あるかたは、具体的な内容を記入ください。(例えば、食べ物、薬、環境の変化など)</p> <p>[]</p> <p>●常備している薬について</p> <p>[]</p> <p>●既往症などがあれば記入ください。</p> <p>[]</p> <p>●その他、気になる点など自由に記入ください。</p> <p>[]</p> | | | | | | | |
| この事業に参加する動機 | ・本人の意思で ・保護者のすすめで ・知人のすすめで ・その他 () | | | | | | | |
| 一緒に申し込んでいる人 | ・いない ・いる (名前) | | | | | | | |
| *参加にあたり、当方が留意する点や要望など記入ください。 | | | | | | | | |

*この参加申込書はこの事業の目的にのみ使用いたします。
 *この情報の管理には細心の注意を払い、外部に提供することはありません。

4節 対象者の話を「聴く」こと

対象者と関わっていくにあたり大切なことは、リーダーがカウンセリング・マインドを持つことである。狭義のカウンセリングは知識とスキルを持った専門家が解決的・治療的に行うものであるが、広くは対象者の「話し相手になる」、「相談する」という過程の中で行われる、対象者に対するさまざまな援助ととらえることができる。

カウンセリングの基本的態度として、「受容」「傾聴」「共感」が挙げられる。

「受容」とは、相手をそのまま、否定も肯定もせず、評価も加えず、受け入れることである。「傾聴」とは、相手の話をただ聞くのではなく、注意深く、正確に、真摯に耳を傾けることである。「共感」とは、他人である自分が、価値観の違う相手とその世界を、相手の立場にたって、理解しようとすることである。

いずれも専門的なトレーニングを受けることでその能力を高めることができるが、まずは、対象者を否定も肯定も評価もせず、そのまるごとを受け止めようとする姿勢が必要である。

また、対象者の話を「聴く」にあたっては、コミュニケーションの種類を知っておくことが必要である。ひとつは、話す言葉の内容、手話、筆談といった言語的コミュニケーションである。もう一つが、身振り、手振り、体の姿勢、表情、視線、相手との距離、服装、髪型、声のトーンや声質といった非言語的コミュニケーションである。声の調子、しぐさ、表情などの無意識な意思表示に言葉では表されていない思いが現れており、他人から受け取る情報の60%～90%が非言語的コミュニケーションだと言われている。

非言語的コミュニケーションの例を表2に示す。(表2参照)

表2 非言語コミュニケーションの例

| 関心 | 同意・理解 |
|---|-----------------------------------|
| 自分の体を正面から相手にむける イスから身を乗り出す 相手の目、口、顔に焦点を合わせる | タイミングよくうなづく ほほえむ 「フン、フン」と音を発する |
| 無関心 | 退屈 |
| 視線を外す 長くうつむく あたりを見回す 天井を見る ほおずえをつく | いたづら書きをする 指先や足でコツコツ拍子をとる |
| 不安 | 不賛成 |
| 片手で首をこする 手を後頭部の髪の中につっこむ | ひんぱんに首をふる 目を細める あごをひく |

5節 対象者への配慮事項

重ねて強調するが、自然があり、指導者がいて、活動が用意されていても、そこに参加者がいなければ、自然体験活動は成立し得ない。すべての教育的活動に共通することであるが、「参加者ファースト」であることが、最も重要なことである。

以下に、自然体験活動実施にあたって指導者が配慮すべき事項をあげる。

1. 対象者との良好な関係を築く

対象者理解のためには、対象者との良好な関係づくりが必要不可欠である。まずは、リーダーが心を開くことによって、対象者が心を開くきっかけを作る必要がある。さらに、「受容」「傾聴」「共感」といったカウンセリング・マインドを持って接することによってさらに良好な関係を築くことができる。

2. 対象者には多様性があることを理解する

心理的・身体的な支援が必要な人、社会的養護を要する人、異文化圏からの人など、多様な対象者が参加していることを理解する必要がある。例えば、発達障害のある人でも、必要となる支援や配慮の内容は一人ひとり異なり、「個別性」があることに留意する必要がある。

3. 倫理的配慮

たとえ対象者が幼児であろうとも、ひとりの人間として尊重し、言葉づかいや関わり方に配慮する必要があることを忘れてはならない。

また、リーダーは、事前資料やプログラム中の観察等で得た個人情報等の守秘義務を遵守しなければならない。また、自分の連絡先を交換したり、写真を SNS 等に投稿したりすることも厳に慎まなければならない。

さらに、さまざまな文化、人種、宗教、LGBT など、マイノリティー（少数者）に対しても十分に配慮する必要がある。

4. 自己理解を深める

リーダー自身が自己理解を深めることが大切である。プログラムを通して対象者と関わっていく中で、自分の欠点や弱점에直面する場面があるかもしれない。指導者がスーパーマンである必要はない。指導者もひとりの個性的な人間であることを受け入れることで、対象者とともに成長していくことができるのではないだろうか。

6節 「問題行動」が起きたとき

プログラム中に、ある対象者の「問題行動」が起きたとき、その問題を起こした行動に焦点を当てると、その問題を解決することが困難になることがよくある。このときに、必要なのは、そのような行動を引き起こし、維持している問題自体に注目することである。これを「行動問題」と呼ぶ。「行動問題」は、問題とされる行動が対象者のせいでは起きただけではなく、問題を引き起こした環境要因や、行動の背景に原因があるという考え方である。

ここで解決のための一つの方法として、「冰山モデル」の活用がある。冰山モデルは、アメリカ・ノースカロライナ州で自閉症のある人とその家族、関係者、支援者を目指す専門家を対象とした包括プログラムである TEACCH プログラムの中で、自閉症の障害特性を理

解し、支援に活かして行く際に紹介されているものである。これは障害がある人だけでなく、人はすべてそれぞれ違った個性を持っていると考えたときに流用可能な考え方である。

問題のある行動が氷山のように水面上に見えるとき、水面下にはそれを引き起こす要因が隠れている（図 1）。例えば、プログラム初日の夕食の時間、リーダーが食事に誘いに行くと、A君が突然泣き出してしまった、という問題が起こったとする。このときにA君が泣き出してしまった要因をできるだけ多くあげ、その対処方法を考えることで（図 2）、行動の理由となる問題に焦点を当てて解決しようとするものである。

子どもが泣き出してしまった場合、泣き出してしまったその子に問題があり、これを泣き止ませようとすることにリーダーの意識が向いてしまうことが多い。しかし、A君は何らかの理由があって困って泣いていると想像できる。その背景や要因を考え、それに対処することが対象者を理解し、支援するということなのである。

もうひとつ、ここで重要なことは、たとえ「同じ行動」をしていても、対象者やその時の状況によって「理由はさまざま」である。また、「同じ理由」でも、対象者やその時の状況によって「行動の出方はさまざま」であり、そこに個別性があるということを忘れてはならない。

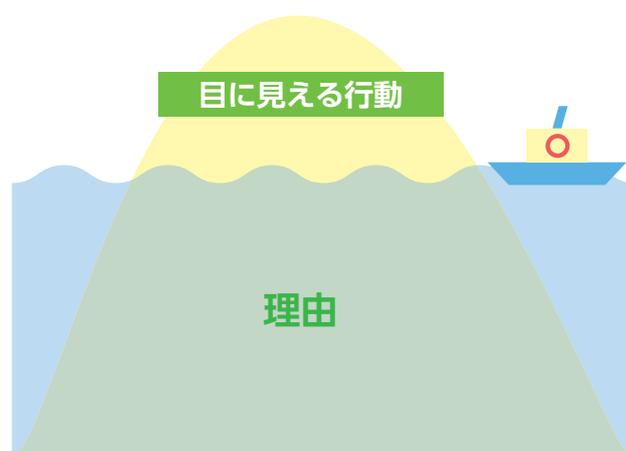


図 1 氷山モデル



図 2 理由と対処方法を考える

7節 各年齢期の特徴

対象者の一般的理解を深めるために、各年齢期の特徴を下記に記す。

1. 幼児期

幼児期になると、身近な人や周囲のもの、自然などの環境と関わりを深め、興味関心の対象を広げ、認識力や社会生成を発達させていくとともに、食事や排泄、睡眠といった基本的な生活習慣を獲得していく。また、子どもどうしでの遊びを通じ、豊かな想像力を育むとともに、自ら違う他者の存在や視点に気づき、相手の気持ちになって考えたり、時には葛藤を覚えたりする中で、自分の感情や意思を尊重しながら、共同的な学びを通じ、十分な自己の発揮と他者の受容を経験していく。こうした体験を通じ、道徳性や社会性の基盤が育まれていく。

【重視すべき課題】

- ・愛着の形成（人に対する基本的信頼感の獲得）
- ・基本的な生活習慣の形成
- ・道徳性や社会性の芽生えとなる遊びなどを通じた子どもどうしの体験活動の充実

2. 学童期（小学校低学年）

小学校低学年の時期の子どもは、幼児期の特徴を残しながらも、「大人が『いけない』と言うことは、してはならない」といったように、大人の言うことを守るなかで、善悪についての理解と判断ができるようになる。また、言語能力や認識力も高まり、自然等への関心が増える時期である。

また、この時期に限らず、家庭における子どもの徳育にかかわる課題として、都市化や地域における地縁的つながりの希薄化、価値基準の流動化等により、保護者が自信を持って子育てに取り組めなくなっている状況がある。さらに小学校低学年の時期においては、こうした家庭における子育て不安の問題や、子どもどうしの交流活動や自然体験の減少などから、子どもが社会性を十分身につけることができないまま小学校に入学することにより、精神的にも不安定さをもち、周りの児童との人間関係をうまく構築できず集団生活になじめない、いわゆる「小1プロブレム」という形で、問題が顕在化することが多くなっている。

【重視すべき課題】

- ・「人として行ってはならないこと」についての知識と感性の涵養や、集団や社会のルールを守る態度など、善悪の判断や規範意識の基礎の形成
- ・自然や美しいものに感動する心などの育成（情操の涵養）

3. 学童期（小学校高学年）

9歳以降の小学校高学年の時期には、幼児期を離れ、物事をある程度対象化して認識することができるようになる。対象との間に距離をおいた分析ができるようになり、知的な活動においてもより分化した追求が可能となる。自分のことも客観的にとらえられるようになるが、いっぼう、発達の個人差も顕著になる（いわゆる「9歳の壁」）。身体も大きく成長し、自己肯定感を持ち始める時期であるが、反面、発達の個人差も大きく見られることから、自己に対する肯定的な意識を持たず、劣等感を持ちやすくなる時期でもある。

また、集団の規則を理解して、集団活動に主体的に関与したり、遊びなどでは自分たちで決まりを作り、ルールを守るようになる いっぽう、ギャングエイジとも言われるこの時期は、閉鎖的な子どもの仲間集団が発生し、付和雷同的な行動が見られる。

【重視すべき課題】

- ・抽象的な思考への適応や他者の視点に対する理解
- ・自己肯定感の育成
- ・自他の尊重の意識や他者への思いやりなどの涵養
- ・集団における役割の自覚や主体的な責任意識の育成
- ・体験活動の実施など実社会への興味・関心を持つきっかけづくり

4. 青年前期（中学校）

中学生になるこの時期は、思春期に入り、親や友達と異なる自分独自の内面の世界があることに気づきはじめるとともに、自意識と客観的事実との違いに悩み、様々な葛藤の中で、自らの生き方を模索しはじめる時期である。また、大人との関係よりも、友人関係に自らへの強い意味を見いだす。さらに、親に対する反抗期を迎えたり、親子のコミュニケーションが不足しがちな時期でもあり、思春期特有の課題が現れる。

また、仲間どうしの評価を強く意識する反面、他者との交流に消極的な傾向も見られる。性意識が高まり、異性への興味関心も高まる時期でもある。

【重視すべき課題】

- ・人間としての生き方を踏まえ、自己を見つめ、向上を図るなど自己の在り方に関する思考
- ・社会の一員として自立した生活を営む力の育成
- ・法やきまりの意義の理解や公德心の自覚

5. 青年中期（高等学校・大学）

親の保護のもとから、社会へ参画し貢献する、自立した大人となるための最終的な移行時期である。思春期の混乱から脱しつつ、大人の社会を展望するようになり、大人の社会でどのように生きるのかという課題に対して、真剣に模索する時期である。

青年中期が、こうした大人社会の直前の準備時期であるにもかかわらず、自らの将来を真剣に考えることを放棄したり、目の前の楽しさだけを追い求める刹那主義的な傾向の若者が増加している。さらには、特定の仲間の集団の中では濃密な人間関係を持つが、集団の外の人に対しては無関心となり、さらには、社会や公共に対する意識・関心の低下といった指摘がある。

【重視すべき課題】

- ・人間としての在り方生き方を踏まえ、自らの生き方について考え、主体的な選択と進路の決定
- ・他者の善意や支えへの感謝の気持ちとそれにこたえること
- ・社会の一員としての自覚を持った行動

(野口 和行)

参考文献

- 1) 独立行政法人国立青少年教育振興機構（2010）学校で自然体験活動をすすめるために
－自然体験活動指導者養成講習会テキスト－、独立行政法人国立青少年教育振興機構
- 2) 坂本昭裕（2013）参加者理解、自然体験活動指導者養成研修資料
- 3) Thomas, J.(2010)Autism spectrum disorders: Building understanding., Camp Royall summer camp training manual
- 4) 文部科学省（2009）子どもの発達段階ごとの特徴と重視すべき課題、子どもの徳育の充実に向けたあり方について（報告）、http://www.mext.go.jp/b_menu/shingi/chousa/shotou/053/gaiyou/attach/1286156.htm

自然体験活動の指導

【この時間の目標】

自然体験活動指導者としての基本的な心構えを理解する。

- (1) 基本的な心構えを理解する。
- (2) 倫理観について理解する。

1 節 指導者としての基本的な心構え

自然体験活動を行ううえで、重要なのが指導者である。

第1章でも、指導者の役割についてふれられているが、指導者は、参加者の成長のために指導・支援をするのが役割である。その場に応じて様々な役割を果たす必要がある。良い指導者との出会いが、参加者にとって一生の経験となることが自然体験活動ではよくある。一期一会の気持ちで、参加者にかかわることが必要だろう。

よくあることだが経験を積んでいくと、指導者自身の理想に参加者を近づけていこうとすることがある。主役は参加者なのだ。「参加者ファースト」で参加者にかかわることを忘れてはならない。

指導者に必要な力は、確かな知識とスキル、人間性、そして全体を見渡す力である。研鑽を常に積んでスキルアップを目指すとともに、様々な経験を積んで人間性を高める努力をし続けることが大事である。指導者はとにかく参加者から「見られて」いる。立ちふるまい、服装、話し方には特に気を配ってほしい。

指導者はその場に応じて様々な役割を果たすと述べた。ここで学ぶ資格の名称は「リーダー」だが、指導者をさす呼び方は様々だが、リーダーでもその時々でふるまいを変える必要がある。どのような役割があるのかをはじめに理解しておこう。

例えば、火や刃物など野外活動のスキルを教えてくれるのは「インストラクター」としての役割である。班などの小集団（グループ）では、キャンプの初期においては先頭に立って参加者を引っ張っていく「リーダー」としての役割を果たすだろう。班での話し合いを促進するときには「ファシリテーター」としての役割が求められる。班になじめない子どもがいたり、雰囲気がいざしくしゃくしたようなときには「カウンセラー」としての役割を果たすこともあるだろう。目標に向かって参加者を導くときは「コーチ」、参加者の安全を守るときは「セーフティリーダー」や「ライフセイバー」的な役割もあるだろう。その場その場で、参加者のことを考え、どう自分がふるまうのが良いのか常に考えるとよい。

レイチェルカーソンが書いた「センス・オブ・ワンダー」に次のような一節がある。

「生まれつきそなわっている子どもの『センス・オブ・ワンダー』をいつも新鮮にたもちつづけるためには、わたしたちが住んでいる世界のよろこび、感激、神秘などを子どもといっしょに再発見し、感動を分かち合ってくれる大人が、すくなくともひとり、そばにいる必要があります。」

ここでいう、「大人」が指導者のことをそのまま指すわけではないが、でも、指導者の心構えを示すひとつの姿だと思う。

自然体験活動は、教室の中ではなく、野外で行われることが多い。それは心の動きが多

くなる、様々な個性の表現の機会が増えるということだ。参加者（対象者）を大切なかけがえのない存在としてとらえ、常にその存在を大切に扱うことから、指導者としての一歩は始まると考えてほしい。指導者としての第一歩を踏み出すことに、不安を感じる方もいるかもしれない。まずは、その参加者とともに歩む姿勢ではじめていこう。どんな素晴らしい指導者も、はじめはみんな初心者だったのだから。

2節 指導の実際

自然体験活動の場面で、指導者が実際にどのような動きをするのか紹介する。

1. 活動前

まずは参加者の情報を得ておこう。健康調査票（インテークカード）などで、アレルギーや持病、幼児や低学年の参加者では夜尿の情報など、事前にわかることは、ディレクターや主催者から情報を得ておこう。

自分自身の服装や装備は大丈夫だろうか。参加者が帽子をかぶっているのに、指導者が帽子をかぶっていないのでは、何の信頼関係も生まれない。参加者を守る前にまず自分自身が、大丈夫な状態にしておこう。

2. 活動中

まずは笑顔を大切に。不安な時であればあるほど、笑顔を心がけよう。大きな声で、はっきりと、あまり早口でなくゆっくり話すとういだろう。「話さなきゃ」という思いが強くなると、どうしても「言うこと」に意識が向いてしまう。「伝わったか」を大切に。落ち着いて、参加者の表情を見ながら話せると、伝わっているかどうか、その反応でよくわかる。

ゲームの進行などプログラムのことも気になるが、まずは担当の班の参加者にしっかりかかわることが大切。名前を覚えることはもちろん、たくさん会話をしよう。きっかけはリーダーから話しかけ、参加者がたくさん話せるようになったら、目を見てうなずいて聴いてあげよう。信頼関係はそこから生まれてくる。

3. 活動後

活動後は、しっかり参加者に関われたか、参加者の話をしっかり聴き、自分の想いは伝えられただろうか、メンバー一人ひとりとの活動中の関わりを振り返ってほしい。次に同じ活動があったときに、どのようにすれば理想の関わりに近づけるだろうか、そのように活動ごとに振り返って、次の機会をイメージしておく。そういう習慣をつけておくと、次の活動の時に余裕が生まれる。過ぎ去ったことにこだわる必要はあまりない。次をどうすればよいか、に切り替えて考えよう。

3節 指導上の留意点

1. 参加者ファーストな指導を

参加者に話をするとき、どんなことに気を付けたらよいだろうか。ここも「参加者ファースト」で考えたらよい。参加者の気持ちになって考えよう。

- ・話は長くなりすぎずに、できるだけコンパクトに。
- ・言葉だけでなく、イラストや文字など視覚も使って分かりやすく。

- ・暑いときや寒いときは、話をする「場所」も考慮する。
- ・日差しの向き、風の向きを考えて、参加者が集中して聞きやすい方向を見つける。
(指導者が太陽に向かって立つ、指導者が風下に立つ)
- ・幼児や小学校低学年の児童は行動に時間がかかるのは当然。それもふまえて指導・企画する。「急げ!」「早くしなさい!」はプログラムにこそ問題がある。

2. つねにスキルアップを

自分自身が「できる」ことと、「指導できる」ことは違う段階の話である。まずは、活動で指導する可能性があるものをできるようになることが重要である。「指導できる」のは自分がその活動が「できる」うえで、それをわかりやすく人に伝えられることで「指導できる」といえる。先輩指導者の指導のしかたを参考にしながら、自分なりの指導方法を身につけよう

3. 参加者に良い印象を

参加者にさわやかな印象を。服装や身だしなみに配慮しよう。ジャンパーのチャックが開けっ放しではだけていたり、背中からシャツがはみ出していたり、汚れた服装はそれだけでイメージダウンである。また当然のことだが、参加者の前で堂々とタバコを吸ったり、唾を吐いたりする行為はしてはいけない。

4. 個人情報の取り扱い

活動で得た個人情報は、リーダーがいつまでも持っていてはいけない。基本的には健康調査票や参加者名簿などは、活動終了時に主催者が回収するようになっている。

また、参加者とメールアドレスやLINEのIDなどを交換することもしてはいけない。

活動中、撮影した写真を個人のSNSに上げることもしてはいけない。主催者（団体）ごとにルールを決めてあるはずなので、その方針に従おう。

(高瀬 宏樹)

表1 キャンププログラムの実際（リーダーの動きを中心に）

わくわくキャンプスタッフ進行表

3月30日（土）1日目

| | プログラムの内容 | プログラム担当 | リーダーの動き | 留意点 |
|-------|-----------------|---------------|---------------------------|------------------|
| 9:00 | スタッフ集合（〇〇駅北口） | | | |
| | スタッフミーティング | | 最新の参加者情報を確認 | |
| 10:00 | 参加者集合 | 全体進行 | 各班の人数確認 | 通行者の邪魔にならないように |
| 10:30 | 出発式 | | 明るく笑顔であいさつ | 名札の配布 |
| 11:00 | バス乗車 | 最終人数確認 | トイレに行かせること 必ず着席させること | もう一度人数確認 |
| 12:00 | | | | |
| | 〇〇サービスエリアで休憩・昼食 | 移動の注意を伝える | 必ず班で移動する | 走らない！を徹底 |
| 13:00 | | 道路を渡るときの安全確認 | 子どもの様子（食欲など）確認 | ゴミは捨てずに持ち帰る |
| | 出発 | 最終人数確認 | 出発前にトイレに行かせる | |
| 14:00 | | 人数確認 | | |
| | 〇〇キャンプ場到着 | 利用手続き | 子どもを広場に誘導 | バスの忘れ物確認 |
| 15:00 | 管理人さんへ挨拶、ロッジへ移動 | はじめの会進行 | 子どもをロッジへ移動 | |
| | | | 子どもの健康チェック | |
| 16:00 | （ロッジで休憩・班の時間） | 班の様子を把握する | 落ち着いたら班の時間へ移行 名前の確認 | |
| 17:00 | | | 班のルール、方針を決める | 自由な時間にケガ多い！注意 |
| 18:00 | 夕食（食堂） | 全体進行 | 楽しい雰囲気でもみんなに話しかけるように | 体調の確認 |
| 19:00 | | | | |
| | キャンプファイアー（広場） | 全体進行 | 人数確認 | |
| 20:00 | | | 子どもたちへの声かけを | |
| | 入浴 | | できるだけ一緒に入る | 着替えをしたか確認 |
| 21:00 | 班の時間 | 最後の忘れ物チェック | 一人一人の感想を聞く | |
| | 就寝準備 | | | |
| 22:00 | 就寝 | | | |
| | スタッフミーティング | 全体進行 | 子どもの様子の報告 | |
| 23:00 | | リーダーへのフィードバック | | （スタッフのリラックスタイム） |
| | | | トイレが不安な子どもは指定の時間に起こしてトイレへ | スタッフも0時までに就寝すること |

3月31日（日）2日目

| | プログラムの内容 | プログラム担当 | リーダーの動き | 留意点 |
|-------|-------------------|------------|----------------|---------------------------------|
| 6:00 | | | | 朝早く起きた子どもへの対応 （時間まで部屋にいること） |
| | 起床 | | 子どもの健康状態確認 | |
| 7:00 | 朝のつどい（広場） | 全体進行 | 広場への誘導 | |
| | 朝食（食堂） | | 食欲の確認 | |
| 8:00 | | | | |
| | 部屋の清掃、荷物まとめ | 忘れ物チェック | 荷物整理のフォロー | 忘れ物の確認、清掃状態の確認 |
| 9:00 | 研究室へ部屋移動 | | | |
| | 野外炊事（炊事場） | 全体進行 | 班での話し合いをフォロー | 走り回らない |
| 10:00 | | 説明後、安全確認 | 安全チェック | 刃物の扱い注意 |
| | | | 全員がかかわるような声かけを | 軍手の使用徹底 |
| 11:00 | （完成目標） | | 一緒に作る雰囲気 | リーダーは個別にかかわりすぎない |
| | できた班から食事 | | 時間の意識 | →班全体の確認を |
| 12:00 | | | | |
| | 片づけ終了目標 | | トイレに行かせること | 忘れ物再確認 |
| 13:00 | 出発式・管理人へあいさつ（広場） | 全体進行 | 人数確認 | 人数確認 |
| | バス乗車 | | | |
| 14:00 | | 人数確認 | | |
| | 〇〇サービスエリア休憩 | 全体進行 | 必ず班で移動 | 人数確認 |
| 15:00 | | 横断時の安全確認 | | |
| | 〇〇駅北口到着、解散式 | 全体進行 | 子どもを誘導、人数確認 | 忘れ物チェック |
| 16:00 | | キャンプの様子を親に | | ケガをした子どもの親への対応 全員を親に引き渡すまで対応 |
| 17:00 | スタッフミーティング・スタッフ解散 | | 引き渡し時に何かあれば報告 | |

自然体験活動の技術

【この時間の目標】

様々な自然体験活動のプログラムを体験する。

様々な自然体験活動にはそれぞれ必要な基本的な技術や適切な活動場所があることを理解する。
自然体験活動のプログラムの流れや構成を理解する。

1 節 基本的な技術とその習得

1. 基本的な技術の習得と指導実施団体別のルール

野外炊事（野外炊爨・すいさん）などの活動は昔から数多く行われている。そこでおこなわれる刃物（ナタやナイフ）、火の取り扱い（マッチ、たき火）については、日常生活ではあまり使う機会がなくなっており、講習会に参加して初めて体験するという参加者も少なくはないだろう。それらの技術は、各主催者（団体）や施設により指導のしかたが少しずつ違っている。最近では安全管理の視点からマニュアル化されていることが多くなっている。自分の技術を過信せず、まずは関わる主催者（団体）などのルールや手法を理解し、指導できるようになることが必要である。

2. 安全な指導基準

ナタによる事故は大きなケガにつながるため、近年は薪割りをしなくてもよい細い薪（木っ端）を用意している施設が多くなっている。都市型の日常生活の中では大きな刃物を使う機会は皆無な社会に過ぎしており不慣れなのは当然で、数十年前とは違った指導法や道具が必要なはずである。残念ながら指導技術が向上しなければ事故が起こるのは必然である。事故が起こるから、ナタは使わないというのも一つの考え方というわけである。

キャンプなどの自然体験活動が非日常性の経験というのであれば、反対に、事故が起こらないようにどのような指導や装備が必要なのかという探求も必要だろう。

ナタは事故になるから使わないが、「マッチで火を着ける」という指導を続けているところは多いように感じる。マッチも日常生活の中で使わなくなってしまった道具の一つである。マッチの火で「熱い思い」をすることは許容範囲で、ナタを使うことは許容範囲ではない、ということである。この辺りは各主催者（団体）の考え方（基準）になるのでこれから指導者になれる方はしっかり共有しておくべきである。

2節 様々な自然体験活動のアクティビティについて

自然体験活動のプログラムを構成する一つ一つの活動を「アクティビティ」などと呼ぶ。アクティビティには様々なものがあり、それぞれ意味や手法がある。下の表1は学校や青少年教育団体の活動の中で見られる代表的なアクティビティとそのねらい（効果）についてまとめたものである。

学校行事として行われる自然体験活動は、教科との関連性という前提があるので、学校側のねらいを把握し十分な準備が必要になる。

表1 自然体験活動のアクティビティとねらい

| | ねらい アクティビティ | 自然の中で 仲間と親睦 を図る | 個人、グ ループで挑 戦する | 自然に親し む | 自然のもの を使って創 作する | 観察や実験 を通じて自 然を理解す る | 地域の理解 を深める |
|----------|--------------------|-----------------------|----------------------|------------|-----------------------|------------------------------|---------------|
| 移動する | 登山 | ◎ | ◎ | ○ | | ○ | ○ |
| | トレッキング | ◎ | ◎ | ◎ | | ○ | ○ |
| | ハイキング | ◎ | ○ | ◎ | | ○ | ○ |
| | オリエンテーリング | ◎ | ◎ | ○ | | | |
| | ウォークラリー | ◎ | ◎ | ○ | | ○ | ○ |
| | サイクリング | ○ | ◎ | ◎ | | | ○ |
| 自然と触れ合う | 自然活動（植物、野鳥など） | | | ◎ | ○ | ◎ | ○ |
| | パッケージド・プログラム | ○ | ○ | ○ | ○ | ◎ | |
| | 採集活動（きのこ、昆虫など） | | ○ | ○ | | ◎ | ○ |
| | 星空観察 | ○ | | ○ | | ◎ | |
| | ナイトハイク | ◎ | | ○ | | ○ | |
| 人と関わる | イニシアティブゲーム | ◎ | ◎ | | | | |
| | 冒険活動 | ◎ | ○ | ○ | | | |
| | 野外ゲーム | | | | | | |
| 生活文化体験 | 地域学習・生活文化体験 | ○ | | ○ | ○ | ○ | ◎ |
| | 創作・芸術活動 | ○ | ○ | ○ | ◎ | ○ | ○ |
| | 野外炊事 | ○ | ◎ | | ○ | ○ | ○ |
| 水辺活動 | 川遊び | ○ | ○ | ◎ | ○ | ○ | ○ |
| | 海遊び、磯遊び | ○ | ○ | ◎ | ○ | ○ | ○ |
| | 釣り | | ○ | ◎ | | ○ | ○ |
| | カヤック、カヌー | | ◎ | ◎ | | | |
| | ヨット、カッター | | ◎ | ◎ | | | |
| | シュノーケリング、スキndaイビング | | ○ | ◎ | | ○ | ○ |
| | | | | | | | |
| 雪上（冬季）活動 | アルペンスキー | ○ | ◎ | ◎ | | | ○ |
| | 歩くスキー、スノーシュー | ○ | ◎ | ◎ | | ○ | ○ |
| | 雪遊び（かまくら、雪合戦など） | ◎ | ◎ | ◎ | ○ | ○ | ○ |
| | スケート | ○ | ◎ | ◎ | | | |

◎ = 効果の高い活動 ○ = 効果が期待できる活動

1. 移動するアクティビティ

登山、ハイキング、オリエンテーリング、サイクリングなどがある。山道や里山、街中などを地図やコンパスを使って移動するプログラムである。参加者の年齢や獲得したい効果によって、運動強度や難易度を意識して選択する。

山道や里山、長距離を仲間と励ましあいながら移動し、豊かな自然を体感する。登り坂のきつさや1日の行程など難易度や運動強度によって、達成感など得られる要素が変化する。目的がはっきりせずただ移動しているだけでは成果が得られない。また、一番大切なことは「安全に楽しく」行うことである。そのためには下見をし、計画を立て、天候や安全面に配慮し、自然へのインパクトにも配慮して活動をおこなう必要がある。サイクリングでは、参加者の自転車への慣れや地域の交通事情にも配慮する必要がある。

(1) 登山

登山は「山に登ること」の全般を示す。高い山でも低い山でも登るという活動をすれば登山という。山の途中から登る場合でも、麓から山頂まで登りきる場合でも同じである。一般的には山頂を目指して山に登るという行為を指すことが多い。

(2) トレッキング・ハイキング

トレッキングは山に登りもせず下りもせず、「山道を楽しむ」という活動も含まれる。歩くことや風景を楽しむことなどに主眼が置かれていることが多い。散歩というよりはしっかりと距離を歩く。

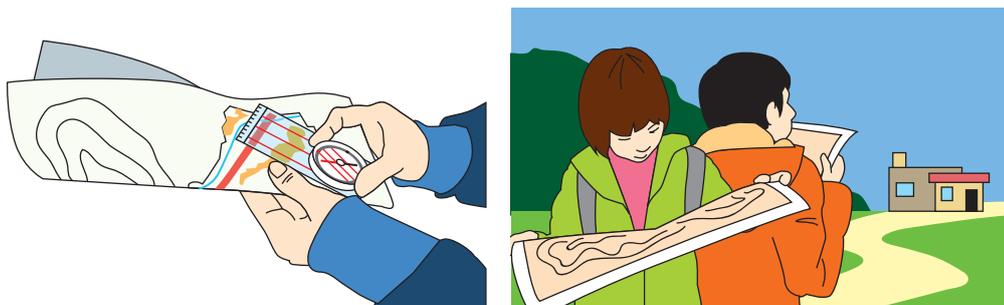
ハイキングは「自然に溢れた山野を歩くこと」であり、自然を楽しむのが目的になる。必ずしも山に入る必要はなく、高原や公園などでも行うことができる活動である。登り降りを避けて平坦な道を歩くことを表すのが一般的である。歩くことで自然の様々な姿を楽しむことが目的になる。



(3) オリエンテーリング・ウォークラリー

オリエンテーリングは、地図とコンパスを使用して自然の中で定められたポイント(コントロール)を順番に通過する活動がポイントオリエンテーリングであり、道がついている場所を通過するとは限らず、決められた時間内でより多くのポイントを回るのがスコアオリエンテーリングである。活動を通じて計画性や読図技術が獲得できる。

ウォークラリーは、コマ図と呼ばれる略図を使って指定されたポイントを回っていく。コース中にはチェックポイントが設けられ課題が与えられる。課題の内容は、自然観察的なものや、グループの協力が必要なもの、歴史や文化に目を向けるものなどが目標に合わせて設定される。



(4) サイクリング

自転車を楽しむことを目的とした行為全般をサイクリングと呼ぶ。スポーツとして目的地まで長距離を1日～数日間かけて移動（旅行）する「ツーリング」や目的地を決めず、街中での食べ歩きや名所・旧跡巡りを楽しむ「散歩」的な活動をポタリングと呼んだりする。サイクリングは様々な野外活動やスポーツと結びつき、移動型キャンプや自転車を使って多くのポイントを回ることを目的としたラリー形式の活動も見られる。スピードの出る乗り物なので、指定されたサイクリングコースの有無や交通の状況などしっかりとした下見やヘルメット・グローブなど安全装備も欠かしてはいけない。

2. 自然と触れ合うアクティビティ

自然の中での体験を通じて「自然は美しい」「不思議だな」「自然は人間の力の及ばないすごさがあるな」などと、人が自然に興味を持つことにつながる。また、これらの活動によって環境保護（保全）について考えるきっかけにもなる。

自然と触れ合うアクティビティには、自然そのものを観て感じ考える視点を重視した自然観察（野鳥、植物、動物、昆虫など）や採集活動、効率よく効果的に自然を理解するようにまとめられたパッケージド・プログラムがある。

(1) パッケージド・プログラム

パッケージド・プログラムとは、体験学習型のアクティビティで、獲得したい概念別に必要な内容がまとめられており、短時間でも効果的に活動ができるようになっている。ねらいにより、感性にうったえかけるもの、環境や資源の保護について考察するものなどがある。代表的なものとしてネイチャーゲームやプロジェクトワイルド、プロジェクトウエット、GEMS、IORE シートといったものがある。

パッケージド・プログラムには、活動に必要な要点がまとめられているが、マニュアルどおりに進めればよいというものでもなく、参加者の興味関心の変化を観察し学びにつなげることが大切になる。



3. 人と関わるアクティビティ

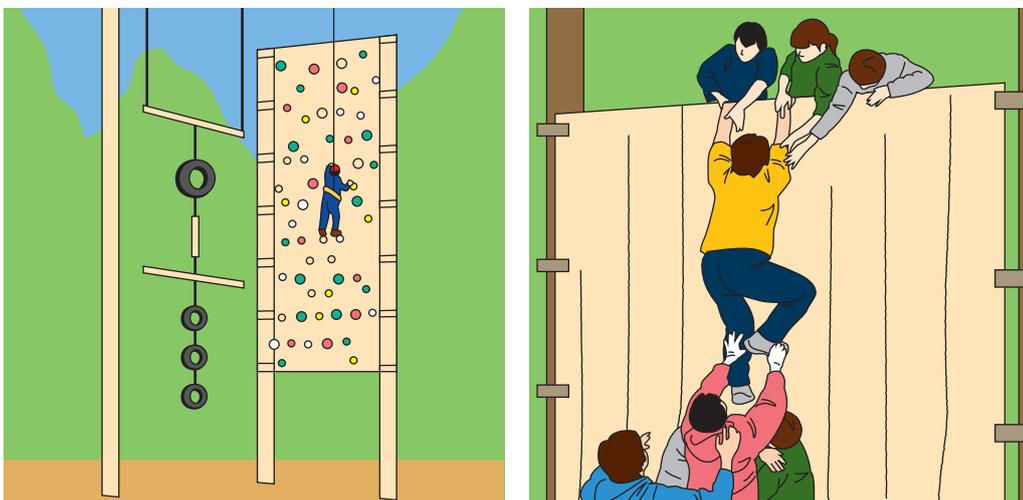
豊かな社会と人間関係の希薄化は無関係とは言えないだろう。たくさんの物や情報に囲まれて生活していると、人との密なつながりを感じる機会が失われてしまう可能性がある。

(1) イニシアティブゲーム

個人では解決できない様々な課題を8～12人程度のグループで協力しながら解決することにより、人間関係に必要な信頼や協調性を育むものである。ただ解決するだけでなく、解決までのプロセスをふりかえり心の動きや相互の働きかけなどを確認共有する。ふりかえりの時間は解決する時間と同じくらい重要な時間となる。

(2) プロジェクト・アドベンチャーなどの冒険的な活動

自然体験活動は自然の中で行われるため、非日常的で、不確実な部分がある。活動の中に個人や集団へストレスがかかる状況を意図的に作り出し、あるいは利用しておこなわれる教育を冒険教育と呼ぶ。困難な状況や自身が限界と思っていることに、仲間と励ましあいながら、勇気を出してその困難を克服した時、自信や信頼関係が築かれる。



4. 生活文化体験

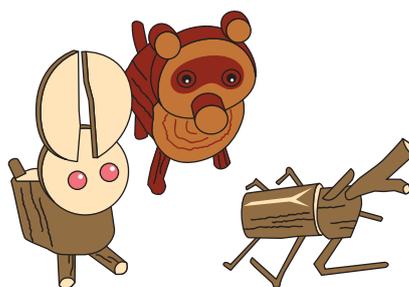
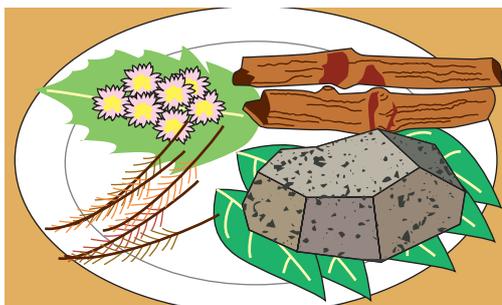
地域の方々と触れ合ったり、地域固有の歴史や文化を調べたり体験しながら地域への理解を深める地域学習、また、自然と関わりながら地域の生活を築いてきた先人の知恵を学び、体験する生活文化体験などがある。

(1) 地域学習・生活文化体験

地域学習では、事前学習、実際の見学や体験、地元の方へのインタビューを元にマップを作製したり、報告書にまとめるなどアウトプットまでをプログラムにする。生活文化体験では、ものづくり（竹かご、彫り物、染め物など）や食べ物（そば、うどん、郷土料理など）、勤労体験（田植え、稲刈り、収穫体験、家畜の世話、林業体験など）、地域に伝わる遊びや祭りへの参加などがある。地域の方々の協力が不可欠であり、受け入れ側との十分なコミュニケーションが必要になる。

(2) 創作、芸術活動

自然の素材を使って作るネイチャークラフト、詩や俳句をつくる文芸活動、自然の風景を描く絵画活動、即興劇や寸劇をおこなうスタンツ、キャンプソングや歌を歌う音楽活動がある。自然の中では、内なる創造性を解放しやすいので、表現活動を行うには最適な場と言える。



(3) 野外炊事

自然体験活動では野外炊事をおこなうことが多い。単に空腹を満たすということではなく、協力して食事を作ること、共に食べることを通じて参加者が交流するという利点がプログラムとして取り入れやすい理由のようである。事前準備として活動のねらいや活動時間の確保、炊事施設の確認、メニューの選択と手配、調理備品の準備などのプロセスがある。活動のねらいによって様々なメニューや調理方法があるので、活動時間や施設の状況にあわせて設定する。

また、野外炊事では刃物や火を扱う。刃物の扱い方、火の取り扱い、服装、食中毒予防のための食材管理など事故なく活動するために配慮することが多くある。火起こしの方法や基本的な技術については、活動団体ごとに少しずつ違いがある。自己流ではなく各主催者（団体）のルールにのっとって実施することで事故を防ぐことができる。

主催者（団体）のルールから逸脱した行為をしてしまい、ケガや事故が起きてしまった場合には賠償責任保険などに加入していても、保証が受けられない可能性もあることを理解しておくことも必要である。



5. 水辺活動

日本は四方を海に囲まれ、川や湖、池といった多くの水辺がある。水辺には様々な生き物が生息し、それを観察したり、釣りなどの体験もできる。水の上を移動するカヤックやカヌー、水面や水中に潜るシュノーケリングやスキンドайビング、源流を求めて沢を登ったりと様々な活動を行うことができる。

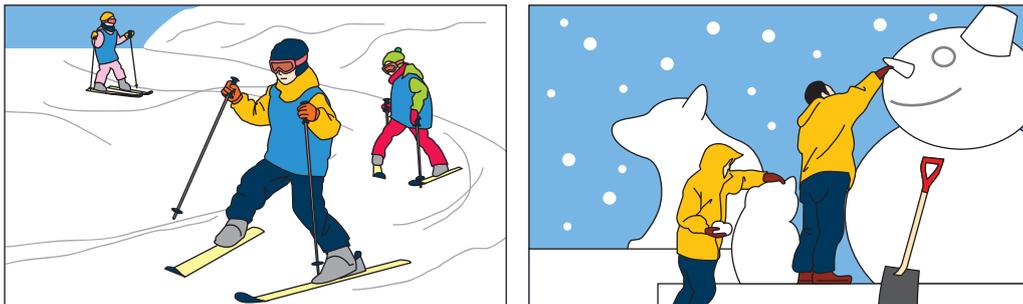
反面、水中は息ができないというリスクがあり、水辺の事故は命の危険に直結する。十分な下見をおこない、監視・救助の体制など安全対策を万全にして実施する必要がある。



6. 雪上活動

冬には雪に覆われる地域があるのも日本の自然の象徴と言える。リフトを利用してゲレンデを滑るアルペンスキー以外にも、雪上を移動しながら観察活動などをおこなう歩くスキーやスノーシュー、かまくらやイグルー・雪像を作る活動、そりや雪合戦など遊びを通じた活動などたくさんの活動がある。

低温に適した服装装備や天候の急変への備えなど万全の準備と創作物の撤収や濡れたものの管理など後始末もしっかり行う必要がある。近年、スキー教室などでの衝突重大事故が起きているので、ゲレンデマナーの徹底や、ヘルメットの着用など安全への配慮も十分に行う必要がある。



3節 雨天への対策

自然体験活動を実施するにあたって、天候の変化、特に雨には悩まされることがある。雨による河川の増水や土砂崩れなどの自然災害への注意はもちろんだが、参加者が雨に濡れることでおこる体温の低下が体調不良を引き起こすことを忘れてはならない。

しかし、雨天だから必ず室内プログラムに変更しなければならないということではない。レインウェアや長靴などしっかりとした雨具を準備することで、天候変化に気をつけつつ、晴れた日と違った自然の美しさを見ることができ。また、内容によっては悪条件の中で仲間と共に困難を乗り越えた時の達成感は晴れた日の何倍にもなる。参加者の体力や様子を観察しながら負担のかからない程度に、また活動後着がえをし、乾いた空間に入れるなど事後フォローを確保することで雨天での活動を行うことができる。

「雨天プログラム」＝「雨だから仕方なしに実施するプログラム」ではなく、晴れた日と同じように作りこんだプログラムを準備すること。

4節 自然体験活動のプログラムの流れや構成の理解

リーダーのカリキュラムでは、プログラムやアクティビティ（活動）の企画は行わないが、全体がどのように構成されているかを理解してほしい。

一つひとつのアクティビティを体験するだけでは効果的に自然体験活動を実施しているとは言えない。その活動の目的に向かっていくつかのアクティビティをつないでいき成果を出すことが求められる。目指すべき『成果』は何なのかを明確にしてプログラムを組み立てる必要がある。

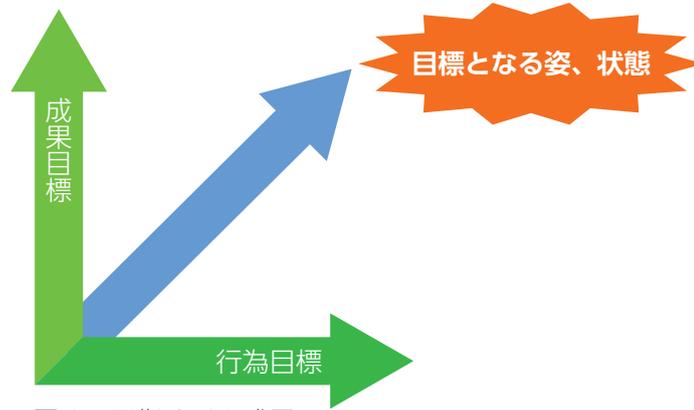


図2 目指すべき成果

1. プログラム企画（デザイン）の考え方

「誰（ターゲット）にどのようなになってほしいのか」考える方法の一つとして「～という活動（行為）を通じて（行為目標）、～を得る（成果目標）」と目標を明確化してプログラムを組み立てる方法がある。この考え方は、プログラム全体だけでなく、アクティビティのそれぞれにもあてはまる。それぞれのアクティビティに「～という活動を通じて、～を得る・考えるようになる」といった目標があり、それらを時間の経過と共に積み重ねていくことで、プログラム全体の目標に近づけていくようにするのが、プログラムデザインの考え方と言える。

登山や野外炊事といった以前から体験活動の中で行われてきたアクティビティのほかにも、パッケージド・プログラムや創作芸術活動などのアクティビティを駆使して、ねらいとなる成果につなげる組み立てが必要となる。

2. プログラムデザインは目標までの道しるべ

プログラムデザインは目標（成果）までの道筋を示した地図のようなものである。それを時間軸で並べ、見える化したものが計画書になる。

プログラムをストーリーとして考えるならば、導入→本体→まとめといった要素に分けられる。四コマ漫画であれば、起承転結であったり、ドラマであれば、結論を先に見せてストーリーを展開していくという手法もある。（図3）

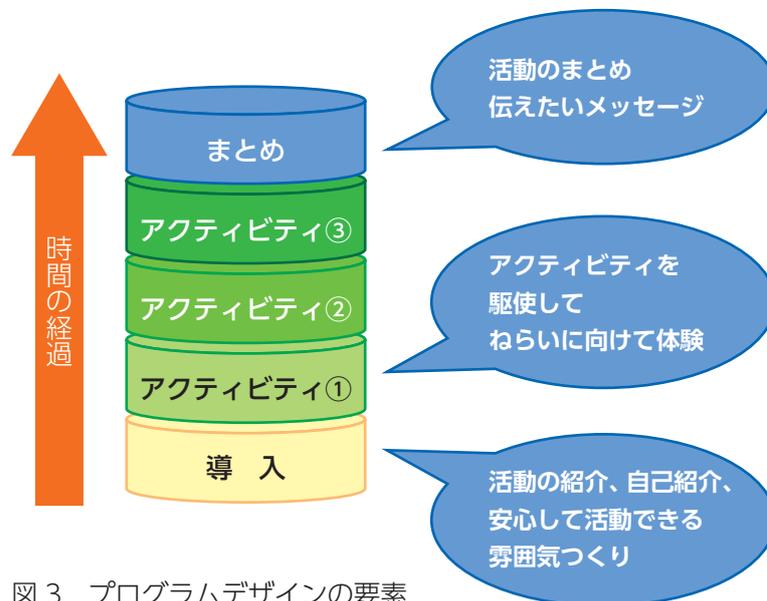


図3 プログラムデザインの要素

3. プログラムの流れ

プログラムを組み立てるのに大切なことは、参加者に何を伝えたいかという目標（成果）が明確になっていることである。この目標が定まらないまま実施すると、プログラムがスムーズに進行しないばかりか、参加者に十分な自然体験活動を提供できなくなってしまう。ともすると、指導者が技術や知識を自慢しているような展開になりかねない。ここでは、「シュノーケリングを通じて、海と生き物を知り、保全の意識を育む」と決めて考える。

表2 プログラム例

| | プログラム | 内容 | 成果 |
|---|------------|-------------------------------|---|
| ① | オリエンテーション | スタッフ紹介、参加者の自己紹介、活動の説明 | 安心安全な中で活動する雰囲気を作る。目的の共有 |
| ② | 準備体操、安全対策 | 心と体の準備、PFDの装着。バディシステムを理解する | 安全な活動の為の理解と体の準備 |
| ③ | 水慣れ、道具になれる | 浮いてみる。マスクのつけ方、スノーケルの使い方を身につける | 道具に慣れる、特性を知る |
| | | | 海に親しむための準備 |
| ④ | シュノーケリング① | 道具に慣れながら、徐々に活動範囲を広げる。生き物を観察する | 生き物との出会い |
| | | | 恐怖心から楽しさ、興味関心への移行 |
| ⑤ | 休憩、生き物調べ | 体を休める。観察した生き物を図鑑で調べたり、説明を受ける | 「見た」から「知った」への変化。関心の高まり |
| | | | 体を休める |
| ⑥ | シュノーケリング② | 生き物を観察する。互いに見たものを共有する。教えあう | 生き物との出会い、興味関心が深まる |
| ⑦ | 休憩、生き物調べ | 体を休める。観察した生き物を図鑑で調べたり、説明を受ける | 関心の高まり |
| | | | 体を休める |
| ⑧ | 道具のかたづけ | マスクやPFDを水で洗い干す | 活動を楽しむルールを知る |
| | | | 自分の事は自分でする。 |
| ⑨ | まとめ | 講師のレクチャーと参加者の感想の共有 | 水文化にかかわる話や資源保護、生物保護についての理解と体験を自身にしみこませる時間 |

●プログラムの流れ

- ① オリエンテーションで、参加者どうしが初めて顔を合わせることもあるので自己紹介からうちとけあうようなアイスブレイクが必要になる。また、参加者にとってこの場が安心安全な場所なのだという心の安全を感じる時間になる。
- ② 準備体操、安全対策は、海に入るための体の準備と安全な活動をするための装備やルールについて理解する時間になる。伝えるだけでなく、参加者が困っているときにどのようにすればよいか、などもしっかり伝える時間であり、参加者の集中力や個性を理解するためにも重要な時間である。
- ③④⑥ 「シュノーケリング」の時間は、この活動の中心になる。「浅いところから徐々に深みへ」「砂地から岩場へ」など場面展開をしながら参加者を海の世界へ引き込んでいく。夢中になると集団から外れてしまう参加者も考えられるので、十分な監視と救助の体制を確保しながら進める。2回実施することで1度目の確認や更なる関心の高まりにステージが変化する。
- ⑤⑦ 「休憩、生き物調べ」は、体を休めつつ、参加者の興味関心を高めるために使う。指導者が一方的に解説するだけでなく、図鑑や魚のカードなどを使って参加者自身が調べ活動を行うことでより効果が高まる。
- ⑧ 「道具のかたづけ」は、ただ楽しい体験をするだけでなく、片付けや準備が体験活動にとって必要なことを学ぶ時間とする。やらされている雰囲気ではなく、次の人が楽しむためにしっかり片づけるという雰囲気が重要になる。
- ⑨ 「まとめ」指導者が一方的に話すだけでなく、参加者が今回の体験を通じて何を得たのか「感想を書いたり、発表したり」することで気づきが行動につながる次のきっかけづくりにつながる。指導者は、当日観察できた生き物についての話にとどまらず、海と人の暮らしのつながりや自然環境保全の必要性などについてもメッセージを送るとよい。参加者がこの体験を通じて考えていくことにつながる。

自然体験活動はこのように、プログラム全体が行為目標と成果の連なったストーリーを持っていなければならない。ストーリーがあることで、効果的に自然体験活動がおこなわれる。一つ一つのアクティビティが行為の目的化にならないようにすることが大切である。

(佐藤 繁一)

参考文献

- 1) 独立行政法人国立青少年教育振興機構「学校で自然体験をすすめるために」
- 2) 公益社団法人日本キャンプ協会「キャンプ指導者入門」
- 3) 公益社団法人国土緑化推進機構「参加体験型森林環境教育活動・組織づくりガイドブック」
- 4) 財団法人キープ協会「自然体験活動企画・運営ハンドブック」

自然体験活動の安全管理

【この時間の目標】

- (1) 自然体験活動における基本的な安全管理を理解する。
- (2) 応急処置を理解する。

1 節 自然体験活動における安全管理の基本を理解する

1. なぜ安全管理が必要なのか

自然という不確実な要素が多い環境の中で行われる自然体験活動には、突発的な事故によるケガや急病のリスクがつきものである。そのため、自然体験活動の指導者は、活動の指導や支援を行うだけでなく、参加者が安全に活動できる環境づくりにも配慮しなければならない。このことを安全配慮義務といい、自然体験活動の指導に伴う指導者の重要な責務の一つとなっている。指導者が安全配慮義務を尽くすためには、自然体験活動で起こり得る様々な事故や傷病について理解を深め、それらに対する安全対策の立て方やいざという時の対処の仕方をあらかじめ身につけておく必要がある。

自然体験活動の指導は安全という土台があってはじめて成り立つことから、指導者には安全管理に対する高い意識と行動が求められる。

2. 指導者に求められる安全管理能力とは

指導者に求められる安全管理能力には、危険を予知する力と危険を回避する力がある。危険を予知する力とは「自然体験活動に潜む危険を理解し、活動中に起こりうる事故やケガを事前に想定したり、活動現場で事故やケガにつながる危険を察知できる力」であり、危険を回避する力とは「大きな事故やケガを起さないための活動方法や指導方法を理解し、それを実行する力や、万一大きな事故が起きても適切に対処できる力」である。(図1)

自然体験活動の安全管理を行う上で注意しなければならないことは、「安全を意識し過ぎてしまう」ことである。安全に気を配ることは大切であるが、過度に活動を制限したり禁止し過ぎてしまうと、活動に対する満足度が下がるだけでなく、安全に対する参加者の自主性や主体性もはぐくまれず、自然体験活動の教育効果が薄れてしまうことになりかねない。そのため、安全管理を行う上で大切なことは、想定される多少のケガを超えるような「重大事故の発生を防ぐ」ことと、万一事故が起きてもできるだけ「被害の拡大を防ぐ」ことである。

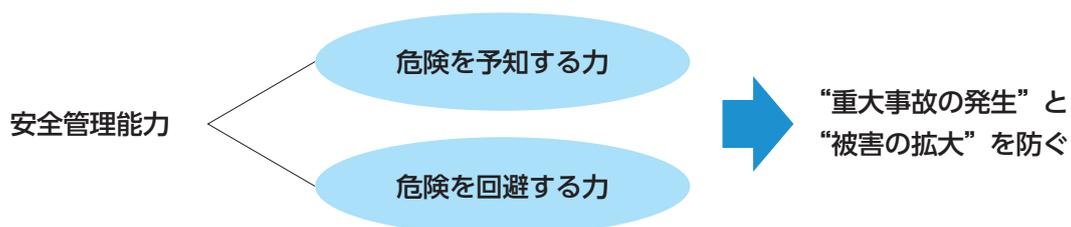


図1 指導者に求められる安全管理能力

2節 自然体験活動に潜む危険を理解する

できるだけ多くの危険を発見・把握するためには、「自然体験活動にはどのような危険が潜んでいるのか」ということをあらかじめ理解しておく必要がある。事故やケガを誘引する危険を理解することで、活動中に起こりうる事故やケガを予知することが容易になり、それらの危険を回避するための手立ても講じやすくなる。

ここでは、自然体験活動によくある危険として、動植物や自然現象がもたらす主な危険を紹介する。

1. 動植物による危険

(1) スズメバチ

ハチによる被害は夏から秋にかけて起きやすいといわれている。なかでも被害が一番多いのはスズメバチである。(図2)

スズメバチは、巣に近づいたり、周りで騒いだりすると攻撃してくるので、ハチが近くにいる時はできるだけ不要な刺激を与えないように注意する。特に、スズメバチは、木や建物だけでなく、地面に巣を作ることもあるので、複数のハチが飛びかかっているところは足元にも気をつけなければならない。また、ハチに気づかず、手すりに触ったり、イスに座って刺されることもよくあるので注意が必要。ハチはにおいに敏感で、香水やシャンプー、汗のにおい、お酒、弁当、ジュースはハチを寄せたり興奮させたりする原因になる。活動時は、においが強いものを身につけたり、持参することはできるだけ避けるようにしたほうがよい。

スズメバチに刺されると激痛が走り、刺された部位は赤く腫れあがる。刺された時は、流水で傷口を絞るようにして洗い、抗ヒスタミン剤含有のステロイド軟膏を塗るようにする。ただし、場合によっては「アナフィラキシーショック」(血圧低下、呼吸困難、意識喪失等の全身症状)を起こして死に至ることもあるので、刺された人の様子を見ながら必要に応じて病院に行くことが大切である。

(2) マダニ

マダニは主に森林や草原に生息しており、春から秋(3~11月)にかけて活動が活発になるといわれている。(図3) マダニの大きさは2~5mm程度で、普段は植物の葉っぱなどに潜んでいる。やぶこぎをしたり、背丈の高い草むらの中を歩いたりすると、マダニが付着することがある。マダニに咬まれないようにするためには、長袖・長ズボンを着用して肌の露出をできるだけ少なくし、シャツの裾はズボンの中に入れるなどしてマダニの侵入を防ぐようにする。

マダニが危険といわれる理由は、マダニが媒介する感染症(ライム病、日本紅斑熱、SFTS等)にある。マダニに咬まれたら、数週間程度は体調の変化に注意し、発熱、頭痛、筋肉痛、倦怠感といった症状が現れた場合は早めに病院へ行くようにする。マダニが体に付着している場合、無理に取ろうとするとマダニの刺口が皮膚の中に残り、感染を増長させる恐れがある。そういう時は、自分で取ろうとせず、病院の皮膚科で切除してもらうようにする。

(3) 毒ヘビ

国内にいる毒ヘビは、マムシ(図4)、ヤマカカシ、ハブの三種類で、どの種類も猛毒を持っているため、咬まれると命に関わることもある。

ヘビは刺激しない限り襲ってこないが、気づかずに近づきすぎたり、踏んづけたり

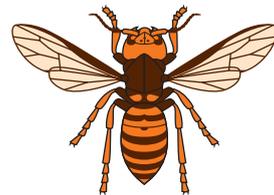


図2 スズメバチ

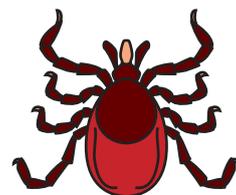


図3 マダニ

して咬まれることがある。ヘビに咬まれないようにするためには、ヘビが好む場所（倒木、岩陰、湿地、暗がり等）や藪の中に入る時は杖などでつつきながら歩くようにし、ヘビを見かけた時は1.5m以上の距離をとって通過するようにする。

毒ヘビに咬まれた時は、流水で傷口を絞るようにして洗い、一刻も早く病院で治療を受けるようにする。以前は「心拍数が上がらないようにゆっくり行動すること」とされてきたが、最近は「走ってでも病院に行き、少しでも早く治療を受けること」が推奨されている。なお、咬まれたヘビの色や模様、形などを覚えておくと、病院で治療を受ける時に役に立つ。



図4 マムシ

(4) クマ

日本には、北海道に生息するヒグマと本州以南に生息するツキノワグマの二種類のクマがおり、最近は人里やキャンプ場にも出没するようになってきている。

クマ対策で一番大切なのは、クマとの遭遇を避けることである。クマと出くわさないようにするためには、クマの出没情報やフィールドサイン（糞、爪痕、足跡等）に注意して危険な場所には近づかないようにしたり、クマの行動が活発になる早朝や夕方の時間帯の活動はできる限り避けるようにする。また、クマよけの鈴やラジオを鳴らして自分たちの存在をクマに伝え、クマのほうから人間を避けるように仕向けることも大切である。

クマを見かけた時は、慌てずそっとその場を立ち去るようにする。もしクマがこちらに気づき近づいてきたら、クマの動きから目を離さず、持ち物や帽子、衣類等を静かに地面に置きながらクマの注意をそらし、ゆっくり後ずさりをしながらその場を離れるようにする。万一クマに襲われた時は、ダメージを最小限に抑えるため、うつ伏せに寝て、顔や頭、首を両手で守りながら防御姿勢を取るようにする。（図5）

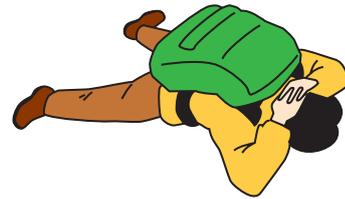


図5 防御姿勢

(5) ウルシ・ハゼノキ・ヌルデ

日本の林や森の中には、触れると皮膚がかぶれる植物が多く存在する。なかでもツタウルシ（図6）やヤマウルシ、ハゼノキ、ヌルデなどウルシ類の樹液にはウルシオールという有毒成分が含まれており注意が必要である。これらの植物に直接触れないようにするためには、長袖、長ズボン、軍手などを着用し、できるだけ肌の露出を少なくすることが大切である。

ウルシ類に接触すると、激しいかゆみとともに皮膚が赤く腫れ、大小さまざまな水疱ができる。なお、ウルシオールは気化するため、皮膚が弱い人やウルシオールに敏感な人はウルシ類のそばを通っただけでもかぶれてしまうことがある。かぶれてしまった時は、流水でよく洗い、抗ヒスタミン剤含有のステロイド軟膏を塗るようにする。症状がひどい場合は、皮膚科の病院を受診したほうがよい。

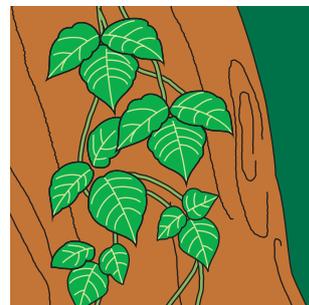


図6 ツタウルシ

(6) 毒キノコ

キノコによる食中毒の主な原因は、食用キノコと外見がよく似た毒キノコを間違えて食べてしまうことである。間違えやすい主な毒キノコは、ツキヨタケ（図7）、クサウラベニタケ、ニガクリタケなどが挙げられる。また、死に至ることもある猛毒のキノコとしては、ドクツルタケ、タマゴテングタケ、シロタマゴテングタケなどがよく知

られている。

食用キノコを正しく知っていれば食中毒を起こすことはないが、不慣れな人が毒キノコかどうか外見で見分けるのは難しい。キノコの食中毒を防ぐためには、見分けがつかないキノコを安易に採って食べないようにすることである。

毒キノコを食べた場合、大方は食後1～6時間くらいで嘔吐、下痢、腹痛などの消化器系の症状が現れる。軽症の場合、その症状がしばらく続いた後軽快するが、猛毒あるいは重症の場合は肝・腎機能障害、意識混濁、けいれんなどを起こし、死亡に至ることも少なくない。誤って食べてしまった時はすぐに吐き出し、直ちに病院で治療を受けるようにする。

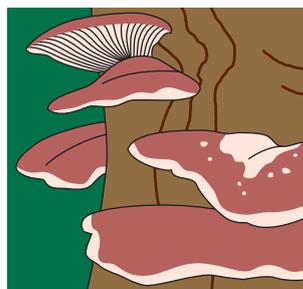


図7 ツキヨタケ

2. 自然現象による危険

(1) 落雷

積乱雲（鉛直方向に著しく発達した雲）が発達してくると雷が発生する。昼間に稲光が見えたり、雷鳴が聞こえた時は既に雷が10km先に近づいていることが多く、次の瞬間、自分のところに落雷することもある。雷による事故は、雷鳴が聞こえるか聞こえないかという段階で発生している場合が多いといわれている。

雷は高いところに落ちやすい性質があるため、周囲に何も開けた場所（山頂、尾根、海面等）にいと、積乱雲から直接人に落雷する危険がある。これを直撃雷といい、直撃雷を受けた人の約8割は死亡するといわれている。また、落雷を受けた樹木等のそばに人がいと、その樹木から雷が飛び移ることがある。これを側撃雷といい、木の下で雨宿りをして死傷する事故のほとんどはこの側撃雷が原因である。

稲光が見えたり雷鳴が聞こえ始めたら、できるだけ早く安全な場所（建物や車の中等）に避難し、雷が止むまで待機する。森林帯など近くに安全な避難場所が無い場合は、4m以上の高い木などを探し、そのてっぺんを45度以上の角度で見上げる範囲で身を低くする。（図8）そうすれば直撃することはないといわれているが、木に近すぎると側撃雷を受ける危険があるため、最低でも2m以上は離れるようにする。やむを得ず屋外で避難する場合は、できるだけ低く乾燥した場所を選び、そこで低くしゃがんで待機する。その際、頭を下にかがめて両手で耳をふさぎ、可能な限り地面との接点を小さくするため、両足のかかとを地面から浮かせてつま先立ちをする。（図9）ここで大切なのは、両足のかかとをくっつけることである。万が一、雷の電気が地面を伝って流れてきても、かかとをくっつけることで片足から反対側の片足に電流をUターンさせ、上半身まで流れないようにすることができるといわれている。

雷を避けるためには、天気予報や山小屋などの現地情報を確認し、落雷に遭う確率の低い時期や時間帯に活動することが大切である。特に、夏の山地は午後に雷雨が起りやすいため、その時間帯に山頂や尾根で活動するのはできるだけ避けるようにする。

(2) 熱中症

熱中症は高温多湿な環境で生じる健康障害の総称で、軽症の熱失神・熱けいれん、中等症の熱疲労、重症の熱射病がある。

熱失神とは暑さのせいで一瞬の「立ちくらみ」が起きることで、運動をやめた直後

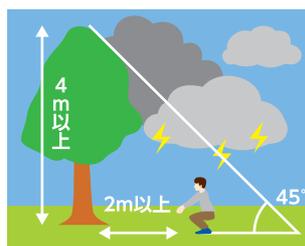


図8 避雷姿勢1



図9 避雷姿勢2

に起こることが多いとされている。熱けいれんは、暑さと疲労と脱水が重なって筋肉の一部（ふくらはぎ等）が「こむら返り」を起こすことで、発汗に伴う塩分（ナトリウム等）の欠乏によって生じる。どちらも熱中症の初期のサインとしては重要で、これらの症状が現れたらすぐに涼しい場所で休み、冷たい水分やスポーツドリンクを摂るようにする。



図 10 熱中症の対応

熱疲労は、大量の発汗によって脱水状態に至り、頭痛、吐き気、嘔吐、倦怠感、虚脱感などの症状が現れる。体がぐったりする、力が入らないなどの症状もあり、「いつもと様子が違う」程度のごく軽い意識障害を認めることもある。放置したり誤った判断を行えば重症化し、熱射病に移行する危険がある。熱射病は、脱水症がすすみ、体温を調節する働きが追いつかなくなることで40℃を超える高体温になり、脳の体温調節中枢機能が麻痺して起こる。意識障害やショック状態になることもあり、死亡に至ることもまれではない。

これらの症状が見られた時の処置としては、木陰など涼しい場所に寝かせ、体が熱い場合は、水をかけたり、おでこや首筋、脇の下、足の付け根にアイスパックや濡れたタオルをあて、風を送りながら体温を下げるようにする。(図 10) 意識があればスポーツドリンクや経口補水液などを飲ませて様子を観察し、意識障害が見られる場合は速やかに病院へ運ぶようにする。

熱中症は条件次第で誰でもかかる危険性がある。特に、初夏や梅雨明けなど体が暑さに慣れていない時期に、気温や湿度が急上昇する時は危険である。しかし、正しい予防方法（こまめな休憩と水分補給、涼しい服装、暑さ指数の確認等）を学び、普段から気をつけることで熱中症は予防することができる。

(3) 低体温症

低体温症とは、低温や風、濡れ等によって体温が低下し、中心体温が35℃以下になった状態のことである。

人間の身体は、寒冷にさらされると末梢細動脈が収縮し、皮膚血流を低下させて熱の放散を抑えながら、震えなどの発熱反応（ジンバリング）が起こるようになる。唇が青くなり、歯がガタガタ鳴り出したり、体の震えが止まらないのは軽い低体温症の現れである。体温が30℃以下になると、震えすら起こらなくなり、加速度的に体温が低下していく。体温の低下が進むと意識障害や不整脈などの危険な状態になり、時には命を失うこともある。

低体温が疑われる時は、雨風のない暖かい環境に移動させ、毛布などで保温しながら、温かい飲み物を飲ませて体を温めるようにする。カイロや湯たんぽなどで、首筋や脇の下、足の付け根を温めることも有効である。衣服が濡れている時は、体を拭いて乾いた衣服に交換させる。34℃以下の低体温が続くと、自力での回復が難しくなるため、一刻も早く病院へ運ぶようにする。

低体温症を防ぐためには、アウターは保温性、防水性、透湿性、下着は速乾性があるものを着用し、雨や汗による体の濡れを防ぐように心がける。また、発熱できるパワーを体内に蓄えるため、こまめにエネルギー補給を行うようにする。

(4) 高山病

高山病とは、低酸素状態に置かれた時に体が順応できずに起こる症候群のことで、一般的に標高2000m以上で発症するといわれている。ただ、症状が出現する標高やその高さに慣れるまでに要する時間には個人差があり、発症しづらい人でも体調によって発症することもある。

高山病の初期にみられる症状は、頭痛やめまい、ふらつき、吐き気、嘔吐、食欲不振、

疲労感、全身倦怠感、睡眠障害などである。このような状態を山酔い（急性高山病）といい、放っておいて重症化（意識障害、運動失調等）すると高所肺水腫や高所脳浮腫になる危険性がある。

高山病の症状が現れた時は、それ以上は登らず、しばらく休んで体の順応を待つ。休憩する時は体が冷えないように保温し、水分補給をしっかりと行うようにする。横たわったり寝てしまったりすると、呼吸が浅くなり、酸素不足が改善されないので、ストレッチしたり周辺を散策したりしながら少し体を動かし、酸素を取り込みやすくするとよい。

高山病を予防するには、徐々に高度に体をならすため、ペースを抑えてゆっくり登ることが大切である。また、脱水を予防するためにこまめに水分補給を行い、酸素不足にならないよう定期的に深呼吸を行いながら、酸素をたくさん取り入れることを心がけるようにする。

3節 ファーストエイドを理解する

1. ファーストエイドとは

ファーストエイドとは、急なケガや病気をした人を医療機関に引き渡すまでの間、その状態の悪化を防ぎつつ、現状を維持するために行う応急手当のことである。

ただし、心肺蘇生（胸骨圧迫、人工呼吸）やAEDによる救命措置、気道異物除去は一次救命処置といわれ、ファーストエイドには含まれない。

2. ファーストエイドの実際

NEALリーダーに求められるファーストエイドの実際として、ここではファーストエイドを行うまでの流れや主な応急手当、搬送法について解説する。

(1) ファーストエイドを行うまでの流れ

ア. 状況確認と安全確保

傷病者が発生した場合、まずは落ち着いてその場の状況を把握することが大切である。どういう状況で傷病が発生したのか、傷病者は何名いるのか、近づいても大丈夫な場所なのか、自分たちの手に負えそうか、救助要請が必要かなどである。この時に大切なのは、救助の可能性を検討するだけでなく、二次被害が起きる可能性も考慮することである。二次被害の可能性がある場合は、無理せず救助隊の到着を待つようにする。

救助に当たる際は、ビニール手袋やマスクなどを着用し、傷病者の血液等による感染症を予防する。また、子どもを連れている場合は、救助者以外の大人と一緒にいるようにするか、子どもの安全を十分確保した上で救助に当たるようにする。

イ. 意識・呼吸の確認と一次救命処置

傷病者に近づき、「どうしました？大丈夫ですか？」などと声をかけ、意識の確認を行う。傷病者が倒れている場合は、傷病者の頭のほうに行き膝をつき、傷病者の肩をたたいて意識の確認を行いながら、頸椎保護①を行う。

意識がない時は、気道確保を確保し、胸の動きを見たり呼吸音を聞きながら呼吸の有無を確認する。呼吸がない場合は、すみやかに心肺蘇生（胸骨圧迫、人工呼吸）やAEDによる救命処置を行う②。なお、呼吸がある場合は、嘔吐による窒息を防ぐため回復体位③にする。

意識がある時は、脈や手のひらの冷汗を確認し、頭から足先まで出血がないか全身を確認する。大量の出血がある場合はショックを起こす危険があるため、すみやかに出血箇所を圧迫止血する。

ウ. 通報

傷病者にはっきりとした反応がなかった場合は意識障害があると判断し、すみやかに119番（山岳遭難は110番）に救助要請を行う。その際、所在地や事故の発生時刻、傷病者の現在の様子などを分かる範囲で伝えるようにする。

エ. ファーストエイド

心停止や呼吸停止、大出血、意識障害などがみられない場合、頭から足先まで全身を触って、外傷や腫れ、変形などの異常がないかを確認する。異常がみられる場合は、適宜応急手当を行う。手当した後は、傷病者が楽に感じる姿勢にし、寒さを感じるようであれば保温する。

①頸椎保護

転落や滑落事故のようにスピードのついた外傷は「高エネルギー外傷」といわれ、首の骨（頸椎）を損傷している可能性がある。そのような場合、傷病者の首が大きく動かないようにするため、傷病者の頭を両手で支え、頸椎のニュートラル位に保持し、固定する。（図11）一人で処置する場合は、ザックや岩などを頭の左右において固定する。この時、頭を引っ張ったり、曲がっている首を戻そうとしたりせず、そのままの位置で保持するようにする。



図11 頸椎保護

②一次救命処置

呼吸がみられない場合は、心肺蘇生（胸骨圧迫、人工呼吸）やAEDによる一次救命処置を行わなければならない。

脳は酸素供給が4～6分止まっただけで死滅し始めるため、呼吸停止から約4分で蘇生のチャンスが約50%になるといわれている。また、心停止が起きた際、救急隊が到着するまでに心肺蘇生やAEDによる救命処置を行うことで、1か月後の社会復帰率が2倍以上になるといわれている。

救急車の平均到着時間は8.6分（平成26年）であるが、自然体験を行う場所では到着までさらに時間がかかることが予想される。そのため、自然体験活動の指導者は、救急隊に引き渡すまでの間に空白の時間をつくらぬよう、適切に救命処置ができる正しい知識と技術を身につけておく必要がある。ファーストエイドの講習会は公的機関や民間団体で行われているので、指導者は定期的に講習会を受講し、常に最新の救命処置を習得しておくことが大切である。

③回復体位

意識はないが、呼吸がある傷病者に対し、喉の奥の空気の通り道が狭まったり、吐物で詰まったりすることを予防するため、横向きに寝た姿勢にすることを回復体位という。（図12）回復体位では傷病者の下になる腕を前に伸ばし、上になる腕を曲げ、その手の甲の上に傷病者の顔を乗せるようにする。横向きに寝た姿勢を安定させるために、傷病者の上になる膝を約90度曲げ前方に出すようにする。

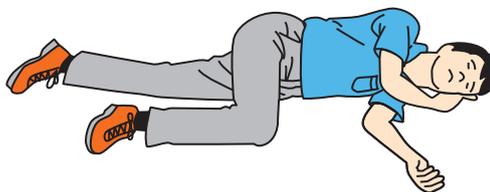


図12 回復体位

(2) 主な応急手当

ア. 出血の対応

外傷による出血の基本的な止血法は直接圧迫止血法である。出血している部位にガー

ぜやハンカチ、タオルなどを当て、その上から手で直接圧迫して止血する。(図 13) 出血が多い時は命の危険があるので、できるだけ迅速に止血を行うようにする。長い時間圧迫しても止血しない時は、圧迫している位置が出血部位からずれていたり、圧迫する力が弱いことなどが考えられる。止血の処置をする際、傷病者の血液による感染症を予防するため、救助者は必ずビニール手袋（なければビニール袋）を着用し、直接血液に触れないように注意する。



図 13 直接圧迫止血法

〔すり傷、切り傷〕

土や砂などで汚れた傷口をそのままにしておく、傷の治りに支障をきたす場合があるだけでなく、化膿したり、場合によっては破傷風になる恐れもある。ケガをした時はすみやかに清潔な流水で傷口を洗い流すようにする。深い傷や汚れがひどい傷は、洗浄後は傷口の清潔を保ち、すみやかに医師の診察を受けるようにする。

〔鼻血〕

椅子や床に座せ、鼻血が喉に流れないように顔をやや下に向けさせる。小鼻をつまみ、5～10分ほど圧迫する。(図 14) その際、氷や冷たいタオルで鼻を冷やすと血管が収縮し、止血しやすくなる。ティッシュを鼻に詰めると、かえって血管を傷つけることがあるので入れないほうがよい。



図 14 鼻血の止血

イ. ねんざ、打撲、骨折の対応

ねんざや打撲をした場合、内出血や腫れを抑えるため、ケガをした部位にアイスパックや冷却パックなどを当て冷却する。冷却パックを直接皮膚に当てると凍傷になる恐れがあるため、使用する際はタオルなどにくるんで使うようにする。

ケガした手足が変形している場合は骨折が強く疑われる。骨折かどうか分からない時は骨折として処置し、すみやかに病院へ運ぶようにする。転落や滑落事故の場合、2か所以上同時に骨折していることもあるため、必ず全身を確認するようにする。変形した手足を添え木や三角巾などを使用して固定することで、移動する際の痛みを和らげたり、さらなる損傷を防ぐことができる。(図 15) 骨折自体は緊急性の高いものではないので、手当は落ち着いて確実に行うようにする。



図 15 骨折の対応

・RICE 処置

ねんざによる内出血や外傷による出血を止めるために行う処置。

RICE 処置を行うと、患部の痛みや腫れの悪化を防ぎ、治りも早くなる。

Rest (安静)

患部を安静に保ち、ケガの悪化を防ぐ。

Icing (冷却)

冷却することで内出血や腫脹を抑え、痛みを和らげる。

Compression (圧迫)

弾性包帯やテーピングで患部を圧迫し、内出血や腫脹を抑える。

Elevation (挙上)

患部を心臓よりも高い所に持ち上げることで、内出血や腫脹を抑え、痛みの軽減を図る。



図 16 RICE 処置

ウ. やけどの対応

やけどした時は水道の流水で痛みが和らぐまで 10 分以上冷やすようにする。すみやかに冷やすことで、症状の悪化を防ぎ、治りを早めることができる。ただし、冷却し続けると体温が極端に下がることがあるため、過度な冷却には気をつけるようにする。やけどによってできた水疱（水ぶくれ）は傷口を保護する効果がある。水疱ができている場合はそっと冷却し、その後、ガーゼやタオルで覆って水疱が破れないように保護する。やけどの範囲が広い場合はできるだけ早く病院に運ぶようにする。

(3) 搬送法

応急手当を終えた傷病者が自力で動けない時は、医療機関に引き継げる場所まで傷病者を搬送しなければならない。搬送方法は、一人で搬送する方法から複数人で搬送する方法、ザックやトレッキングポール、ザイルを使った方法など様々な方法がある。（図 17、18、19）

搬送に当たっては、誤った方法で症状を悪化させないように、傷病者の状態（意識の有無、負傷部位の状態等）や現場の状況（協力者、資材の有無等）、搬送ルート等を適切に把握し、正しい搬送方法を選択しなければならない。また、搬送中はできるだけ動揺や振動を少なくし、傷病者に苦痛を与えず安全に搬送することを心がけることが大切である。また、登山道など狭い道や足場が悪いところで搬送する場合、搬送者自身が事故を起こしたり、ケガをしたりしないように気をつけなければならない。

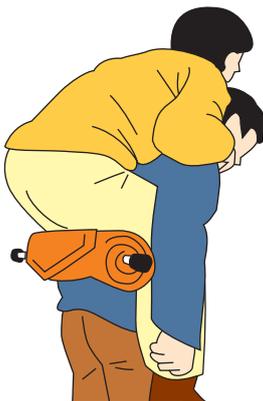


図 17
ザックとポールを
使った背負子

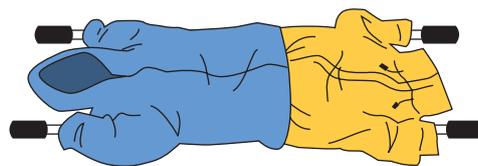


図 18
アウターウェアと
ポールを使った簡易
担架

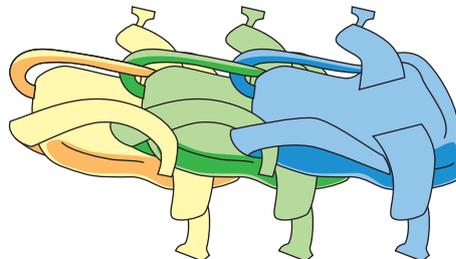


図 19
ザックを連結させた
簡易担架

（青木 康太郎）

参考文献

- 1) 日本キャンプ協会（2011）キャンプ指導者入門、日本キャンプ協会、東京
- 2) 日本オリエンテーリング協会、日本キャンプ協会他（1999）野外活動指導者養成 専門共通科目テキスト、杏林書院、東京
- 3) 日本キャンプ協会（2008）安全なキャンプためにPART9 ～役に立つファーストエイド～、日本キャンプ協会、東京
- 4) 日本キャンプ協会（2009）キャンプを企画する人のためのリスクマネジメントのてびき 安全なキャンプためにPART10、日本キャンプ協会、東京
- 5) 厚生労働省（2015）救急蘇生法の指針 2015 市民用、厚生労働省
- 6) 星野敏男、金子和正監修（2011）野外教育入門シリーズ第2巻 野外教育における安全管理と安全学習ーつくる安全、まなぶ安全ー、杏林書院、東京
- 7) 西海太介（2017）：子どもにも教えたい ハチ・ヘビ危険回避マニュアル～刺される咬まれるには理由がある～、ごきげんビジネス出版、東京
- 8) 金田正樹（2017）ファーストエイドには順序があります | 正しい山のファーストエイド No.02、Sherpa、<https://sherpajp.com/article/9>、2018年12月24日閲覧

全国体験活動指導者認定委員会 自然体験活動部会
自然体験活動指導者養成講習会参加者用テキスト編集委員会

【編集委員】（五十音順）

（委員長）久保田康雄 自然体験活動部会 副部会長／国立日高青少年自然の家 所長
 青木康太郎 国立青少年教育振興機構 青少年教育研究センター 研究員
 佐藤 繁一 国際自然大学校 事務局長
 高瀬 宏樹 国立曽爾青少年自然の家 事業推進係長兼企画指導専門職

【執筆分担】

| | | |
|------|-------|------------------------------|
| はじめに | 岡島 成行 | 自然体験活動部会 会長／青森山田学園 理事長 |
| 第1章 | 久保田康雄 | 自然体験活動部会 副部会長／国立日高青少年自然の家 所長 |
| 第2章 | 青山 鉄兵 | 文教大学 准教授 |
| 第3章 | 増田 直広 | キープ協会 環境教育事業部 主席研究員 |
| 第4章 | 野口 和行 | 慶應義塾大学 准教授 |
| 第5章 | 高瀬 宏樹 | 国立曽爾青少年自然の家 事業推進係長兼企画指導専門職 |
| 第6章 | 佐藤 繁一 | 国際自然大学校 事務局長 |
| 第7章 | 青木康太郎 | 国立青少年教育振興機構 青少年教育研究センター 研究員 |

自然体験活動指導者養成講習会参加者用テキスト—自然体験活動指導者（リーダー）版—
 2019年3月発行

編集 全国体験活動指導者認定委員会 自然体験活動部会

発行 全国体験活動指導者認定委員会 自然体験活動部会

〒151-0052 東京都渋谷区代々木神園町3-1 自然体験活動推進協議会気付

電話 03-6407-8240 FAX 03-6407-8241

本書の内容を許可なく複製・転載することを禁じます。