



野外運動研究室ニュースレター

編集：筑波大学野外運動研究室広報係
発行：筑波大学野外運動研究室
〒305-8574 つくば市天王台 1-1-1
TEL/FAX 029-853-6339
URL <http://yagai.tsukubauniv.jp>

写真：「羊蹄山山頂より」佐藤撮影

【巻頭言】

夏を終えて思うこと 飯野亜耶奈 (MC1)



大学院入学そして野外運動について学び始めて、半年が経とうとしています。学群時代はインドアでバレーボールに打ち込み、これまで野外とはほとんど関わりのない人生を送ってきました。とりあえず行くことにした大学院。でも私って何が勉強したいんだろう？研究室は体育科教育かアダブテッドかなあ、、、いまいち自分が何をしたいかがはっきりせずに悩んでいる時、同期の吉沢から野外研への誘いを受けました。新しい分野への好奇心とやっつけられるかどうかの不安が入り混じり、野外研に入るかどうかは直前まで悩みました。しかし最後の決め手は勢いだったと思います。「思い切って全く知らない世界に入ってみよう。」と、そう自分で決意して野外研の門を叩きました。思い切った方がいいが、野外に触れていくうちに、「本当に2年間やっつけられるのだろうか」「途中で投げ出したりしないかな」「てゆうか性に合わないのでは？」みるみるうちに不安に駆られ、「研究室間違ったかな」と悩む時期もありました。

そんな私ですが、野外研での初めての夏を越え、今思うことは「野外研で間違ってたなかったかも」ということです。大学院生活は、野外に関する知識をほぼマイナスから0にするところからのスタートでした。何が分からないことなのか分からない状態。まずは自分が野外を好きになることが一番の課題でした。そんな中でも、キャンプや実践を重ねていくうちに、「もっともっと野外を知りたい」と考えている自分に気がつきました。「野外って何？」状態だった4月の私と比べると、野外が自分の専門なんだという自覚が少しずつ芽生えてきたように思います。そして何よりもくじけそうになっても何とか頑張ろうと思えるのは、いつも一緒にいる仲間が存在がとても大きいです。今年の夏は、2年間私はここでやっつけろんだ、と決意を固めたそんなMC1の夏でした。

大学院生活も、もう4分の1が終わったのかと思うと、残された時間はそんなに多くないように思います。ただ勢いで野外研に来た人、で終わりにたくない。

限られた時間の中で少しでも多くのことを吸収して、ここを出る時には野外を伝える人になりたいと思います。

【正課事業報告】

○第2回卒業研究・修士論文中間発表

東野友哉 (UG4)

[期日]2016年6月23日

[場所]5C507

[発表者]川原田、木持、東野、前川、新井、佐藤

上記の日程で第2回中間発表が行われた。卒業研究は川原田、木持、東野、前川の4名、修士論文は新井、佐藤の2名が発表を行った。内容や進捗状況は様々であったが、先生方からのアドバイスや学生からの質問などもあり、それぞれが一步前進したように感じた。質疑応答の時間には、10人の新専攻生が積極的に手を挙げて質問している姿が見受けられた。きっと彼らにとっても有意義な時間になったと思う。論文生全員が笑って卒業できるよう、研究に励んでいきたいと思う。



発表をする新井

○UG 野外運動論演習Ⅰ (キャンプ実習)

小西諒 (UG3)

[期日]2016年7月25～31日

[場所]福島県南会津郡南会津町鳴沼及びその周辺

[指導者] 渡邊、佐藤 (TA)

[参加者] 小西、堀、小川、有馬、高田、跡部、加藤、船倉、草薙、川辺

UG キャンプ実習では例年のようにグループプロジ

エクト、マウンテンバイク、燧ヶ岳・至仏山登山、個人別自由活動、アドベンチャーキャンプ補助など種々の活動を通して野外生活技術や、指導法、安全管理等について実践的に理解を深めた。

グループプロジェクトでは5人のグループに分かれて名の無い山の山頂を目指し、山頂を整備するという活動を行った。活動の中で小熊に遭遇し、焦って鉦を紛失する小川や、すさまじいスピードで逃げ出す加藤など室員の意外な一面に触れることができた。沢登りや藪漕ぎ、急斜面の移動も体験でき、改めて野外運動研究室の一員になったと強く感じる体験であった。

グループプロジェクト時の落石、マウンテンバイク時の落車による怪我もあり、大事には至らなかったものの事故の恐ろしさを痛感するとともに、指導時の心構えも学べたことは非常に印象に残った。

燧ヶ岳・至仏山登山での帰り道の雷雨や、温泉入浴後に「20分ぐらい」と言われ漕いだ50分の帰り道のマウンテンバイクなど、苦しく辛いことも少なくなかった。今後の自分の大きな糧となるものであったと胸を張って言える。男10人の最高の暑い夏が過ぎた。10人の絆が生まれたことが何よりも大きな財産であり、このメンバーでこれから何事にも頑張っていきたいと思えた。



マウンテンバイクでの様子

○MC 野外教育実習（キャンプ）

飯野亜耶奈（MC 1）

〔期日〕2016年8月26日～9月2日

〔場所〕福島県南会津郡南会津町鳴沼及びその周辺

〔指導者〕渡邊、新井（補助員）、藤田（補助員）

〔参加者〕体育学専攻大学院生12名

今年のマスター実習は、様々な研究室から元気な12人の受講生が集まり、終始賑やかなキャンプとなりました。台風の接近という不安定な天候に見舞われ、沢登り、マウンテンバイクは予定通りの日程で行いましたが、4日目の朝には鳴沼ベースキャンプを撤収し、ほしっぱの家に移動しました。4日目と5日目に行うはずであった尾瀬登山は、6日目と7日目に日程を変更し、その間早めの個人別活動と予定にはなかったクラフトを行い、アロマキャンドルを作って台風が過ぎ去るのを待機しました。尾瀬登山はルート短縮し、燧ヶ岳のみの登頂となりました。登山の興奮冷めやらぬまま、キャンプの終わりを迎え、帰宅

して家に一人がとても寂しく感じました。キャンプが終わった後も、顔を合わせると必ずキャンプの話になり、それぞれの心に残るキャンプになったのではないかと思います。また、このメンバーでキャンプに行けることを願っています。



MC キャンプの様子

【課外事業報告】

○日本サッカー協会 役員・管理職野外研修

前川真生子（UG4）

〔期日〕2016年7月1日

〔場所〕筑波大学野外運動実習場「野性の森」

〔参加者〕日本サッカー協会役員・管理職 31名

〔指導者〕坂本、坂谷、向後、大友、佐藤、飯野、前川

リオオリンピックのサッカー日本代表選手が決まったあの日、日本サッカー協会（JFA）の役員・管理職の皆さんと筑波大学野性の森でASEと野外パーティーを行いました。

ASEが始まると、グループ内で真剣に解決策を話し合う姿や大きな歓声が森の中から聞こえてきました。活動後のふりかえりでは活発な意見交換が行われ、はじめに野性の森に入ってきた時と比べて、とても充実した表情をしていました。どのグループに関しても、課題に積極的に立ち向かう積極性とサッカー界を牽引している皆さんの力強いパワーを感じました。ASE後には、熊本地震の復興を願い、『熊本』をテーマにした野外パーティーが開催



役員・管理職研修の様子

されました。田嶋幸三会長も記者会見を終えて駆け

つけて下さり、大いに盛り上がりました。また、ASE研修の力を信じ、「会長になったら役員の方々に体験してほしいんだ」と話して下さった田嶋会長の思いを聞き、嬉しさと、私自身の未熟さに身が引き締まる想いを感じました。

○平成28年度 藤村女子高校八ヶ岳キャンプ実習

新井洗真 (MC2)

[期日]2016年7月4日～8日

[場所]藤村女子中学・高等学校八ヶ岳学習舎

[指導者] 渡邊、坂谷、新井、吉沢、佐藤、藤田、大友、飯野

[参加者]スポーツ科学コース1年生 63名 引率教員 4名

今年も、八ヶ岳の素晴らしい自然の中で、女子高生が、助け合い、協力しながら4泊5日のキャンプに取り組みました。天気にも恵まれ、冷たい水の沢遊びも、自分達でルートファインディングをする西岳登山も、若さがあふれ出たような笑顔で取り組んでいる姿がとても印象的でした。嫌な撤収作業も、みんなでワイワイと、テキパキと！まさに、「終わり良ければすべて良し」という言葉がぴったりなキャンプで、撤収の姿を見ているだけで「良いキャンプになったな！」と実感できました。野外研の夏はいつもこの藤村キャンプから始まりますが、素晴らしいスタートを切ることができました。



沢で遊ぶ女子高校生

○人間総合科学研究科学生の集い

飯野亜耶奈 (MC1)

[期日]2016年7月22日

[場所]筑波大学野外運動実習場「野性の森」

[指導者] 坂本、渡邊、坂谷、吉沢、飯野

[参加者] 人間総合科学研究科学生約50名

人間総合科学研究科に所属する学生が、野性の森に集まりました。アイスブレイキング、ASEを行った後、グループごとに野外炊事をして、懇親会という流れで行われました。大学院生生活の中では、体育学専攻以外の学生との交流がありません。人間総合科学に属する様々な分野の学生との交流は、新鮮な場となりました。

○南会津アドベンチャーキャンプ

吉沢直 (MC1)

[主催]TOEL

[期日]2016年7月31日～8月5日

[場所]福島県南会津郡南会津町針生地区周辺、尾瀬国立公園

[指導者]渡邊、新井、佐藤、飯野、吉沢、藤田 (TOEL事務局)、末代 (H19卒)、松澤 (みなみあいづ森林ネットワーク)、奥村 (体育科教育 MC)、須々木俊介 (運動生理学 MC)、原 (スポーツ産業学 MC)

[参加者]福島、茨城、千葉県の小学生 計45名

今年度も、渡邊先生がキャンプ長を務める南会津アドベンチャーキャンプが行われ、今年で5回目を迎えました。昨年度9月に南会津に大きな被害をもたらした水害の影響で、例年とは少し異なるプログラム実施することになりました。具体的には、登山プログラムを七ヶ岳登山から変更し、UG実習で事前に開拓した根岸山という登山道の整備もされていないような山に登りました。また、高学年キャンパーの憧れである一泊登山は、針生地区を離れ、尾瀬の燧ヶ岳を周遊するコースに変更しました。南会津のありのままの自然の厳しさ、尾瀬の雄大な自然から多くを感じてもらえたようでした。



アドベンチャーキャンプの様子

また、今年度は渡邊先生のMCの授業を受講した

キャンプ指導経験をもつ他研究室の院生3名がカウンセラーとして参加しました。そのおかげもあり、45名という数のキャンパーにも、十分な対応ができたと感じます。学会シーズン直前の忙しい時期にも関わらず、キャンプ指導に関わってくれたことや、そして何より「野外教育」の意義を実感してくれたことが私個人的に、とても嬉しく感じました。

私自身、今回が3回目のアドベンチャーキャンプとなり、初めてPDを務めて、大きな充実感を得ることができました。しかし実際の運営に関しては、至らない点もあり、仲間のスタッフに迷惑かけてしまう場面もありました。改善が今も多く頭に浮かびます。今後は、PDを経験したからこそ、組織キャンプについて今までとは違った見方ができるような気がしています。この経験を活かしていきたいです。

○南会津チャレンジキャンプ

佐藤冬果 (MC2)

[主催]TOEL

[期日]2016年8月7日～10日
[場所]福島県南会津町針生地区 ほしっぱの家周辺
[指導者]渡邊、坂谷、向後、佐藤、藤田、新井、吉沢、飯野

[参加者]小学1年生～4年生23名
渡邊キャンプ長のもと、南会津で子ども対象キャンプを始めて5年目。ついに、念願の低学年向けキャンプである南会津チャレンジキャンプが今年発足し、先生方&院生陣の固いスタッフ編成で沢遊びや嶋沼ビバークなどを行い、1年目のキャンプを無事に終えました。低学年の子どもたちが集まると、想像もつかないアクシデントや事件の連続。久々の低学年キャンプの様子を本部スタッフとして眺めながら、子どもたちに振り回されつつも頼られているカウンセラーと、その周りで笑顔を爆発させている子どもたちの姿に、「これこれ、これが好きなの」と思われました。自分の経験上、低学年の頃にカウンセラーに遊んでもらった思い出、仲間たちと大自然を感じた思い出はずっと残ると思っています。そんな素敵な思い出の種を蒔くことのできるちびっこキャンプの温かい魅力を、最近低学年キャンプから離れていた野外研に伝え残したいと勝手に思っていたので、なんだか勝手にひと安心した夏でもありました。

○市立船橋高等学校女子サッカー愛好会野外研修プログラム

大友あかね（非常勤研究員）

[期日]2016年8月23日
[場所]筑波大学野外運動実習場「野性の森」
[指導者]渡邊、藤田、大友
[参加者]女子サッカー愛好会部員18名 引率2名
次週に大切な一戦を控えて野性の森を訪れた部員の皆さん。暑い盛りの中ASEでしたが、終始活気ある雰囲気の中で行われました。昼食づくりでは顧問の先生も驚くほどの調理技術を見せてくれました。顧問の先生は私にとって大学の部活の先輩であり、お世話になった方に微力ながら恩返しできることの嬉しさを感じた一日となりました。みなさんの今後のご活躍をお祈りしています！

～その他の課外事業報告～

○筑友会春の野外パーティー

[期日]2016年5月18日
[場所]筑波大学野外運動実習場「野生の森」
[スタッフ]新井、佐藤、飯野、吉沢、前川、木持
[参加者]大学の教員、職員120名

○34th International Conference on Biomechanics in Sports 野外パーティー

[期日]2016年7月12日
[場所]筑波大学野外運動実習場「野性の森」

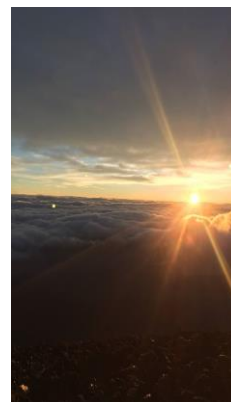
[指導者]坂谷、佐藤、新井、飯野、吉沢
[参加者]ISBS参加学生（約100名）
○Tsukuba Summer Institute 野外パーティー
[期日]2016年7月10日
[場所]筑波大学野外運動実習場「野性の森」
[指導者]佐藤、飯野、吉沢、堀
[参加者]TSI参加研究者、学生（約120名）

【個人実践報告】

○富士山登山

吉沢直（MC1）

[期日]2016年7月16日～17日
[場所]富士山
[参加者]新井、佐藤、吉沢
夏のキャンプの準備をしながら、なんとなく天気予報を見ていると、翌日から2日間、富士山の天気がいいことに気づきました。私が研究室で軽い気持ちで発した「明日、富士山天気いいみたいですよ。」という言葉にM2の2人が便乗し、富士登山を行うことが決まりました。



富士山の朝日

翌日の夕方からつくばを出発し、20時半ごろに須走口に到着しました。山頂での日の出を目指して、俗に言う「弾丸登山」行いました（無論、推奨されるべきものではありません）。須走口の山小屋のお兄さんに「普通に登ったら、間に合わないよ」と言われたこともあり、全体を通して非常にハイペースで登って行きました。その努力のおかげで、無事山頂に到着し、寝袋ビバークを2時間ほどして、ご来光を見ることができました。また、その後も快晴の中の下山では、富士山特有の「全てが下にあるような景色」を堪能することができました。しかしながら、私が高山病、佐藤がバテ、新井が膝の痛みと、メンバーのそれぞれが何らかの不調を感じていました。身をもって、弾丸富士登山の危なさを感じてしまう登山となりました。

～その他の個人実践～

○笠間山ボルダリング

[期日]2016年8月19日
[場所]笠間山
[参加者]新井、吉沢

○羊蹄山一人旅

[期日]2016年8月20日
[場所]羊蹄山
[参加者]佐藤



羊蹄山山頂のふゆりん

「レギュラーコラム～OB・OGからのメッセージ～」

2006 年度修了
東山昌央さん
山梨学院大学講師



私の近況

みなさん、こんにちは。東山昌央といいます（キャンプネームは忘れしました）。東京女子体育大学で8年間を過ごし、現在、山梨学院大学に勤めています。この4月に新設されたスポーツ科学部で、野外活動の授業を担当しています。

よく「東京から何でわざわざ山梨へ？」と、聞かれます。学生時代から愛着がある場所で、野外活動・教育のフィールドに恵まれていることを説明しますが、地元の人あまりピンと来ない顔をします。県内の人からすれば、周りの自然環境はあまりにも当たり前の存在で、文化、教育資源としての魅力はどうしても意識しにくいようです。大学の山岳部に部員が10人ほどいますが、県内出身の学生が一人もいないのも、なんだかこのことを象徴しているようにも感じます。

さて、この夏、キャンプ実習を瑞牆山でおこないました。実習の立ち上げにはさまざまな苦労がありましたが、同僚の教員、野外研OBの外部講師、地域の方々の理解と協力を得ながら、なんとか実施に至りました。魅力を感じる環境で、思い描く実習が少しずつかたちになっていく喜び、先頭に立つやりがいと苦労、学生とともに自然の厳しさを全身で味わった時間でした。

実習後、学生たちからは、「きつかったけど充実していた」「登山はもういいかな」「ぜひまたやりたい」など、さまざまな感想がありました。その中で、「18年間山梨で過ごしてきましたが、こんなに面白い場所が県内にあったんですね」「地元の魅力を発見した」という感想がありました。山梨は観光立県を目指しており、県の魅力をいかにして発信していくかを課題としています。その下支えには、自分たちの地元へ愛着と誇りを感じ、その魅力を追求して掘り下げていく人が不可欠です。人と自然との接点を生み出す野外活動、野外教育は、この課題に対して大きな貢献可能性を持つとあらためて感じました。授業、実習では、活動を通じて地元の魅力を発見し、そこに誰かを連れてきたいという思いと行動にまでつながっていくような場をつくりあげていきたいと考えています。

南アルプスで感じたこと

数日前に、北岳、間ノ岳、農鳥岳の白根三山をひとり歩いてきました。MC実習でこの道を歩いてから10年経ちます。当時、目の前に伸びていく明瞭な稜線とは対照的に、先が見えない将来に不安を感じていたことをよく覚えています。その実習で登山の楽しさを知って、自分ひとりでも登るようになり、ゆるやかに続いて今に至ります。ただただ楽しくて続いていたのですが、活動をくりかえしていくと、フィールドとなる自然環境の歴史や背景、地域社会が抱える問題などを、より身近な問題として捉えることができるようになっていくことが不思議で、そこにまた面白さを感じています。

北岳山荘で、ひょんなことから地元の芦安地区の方と知り合いになりました。小学校、中学校がおこなっている南アルプスでの学校登山をサポートしている方で、よき伝統、文化を残すために地域で協力しながら山に向かう実態を教えてくださいました。自分自身の実践との接点、野外教育の分野が貢献できること、これらの点がまたゆるやかにつながっていったら、研究関心の芽を感じた瞬間でした。

学生のみなさんには、自分の心に耳を澄ませ、自分が面白いと感じる活動を重ねていってもらいたいと思います。登山やクライミングなどで山梨に来るときは、ぜひご一報ください。

【編集後記】今回初めてニュースレターを担当させていただきました。事務作業が改めて苦手であると実感し、来年から社会人になる自分への不安がさらに積もってしまいました。しかし、佐藤さんや吉沢さんの手厚いサポートにより、今回完成することができました。この研究室で過ごす残りわずかな時間を大切に、これからを過ごしていかななくてはと思ったこの頃でした。（UG4 川原田）