

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：筑波大学体育科学系野外運動研究室
〒305-0005 つくば市天王台 1-1-1
TEL/FAX 029-853-2729
URL: <http://yagai.taiku.tsukuba.ac.jp/>

＜巻頭言＞

「今、スタンプいくつ？」

准研究員 栗本 宣和

「皆さん旅券は持っていますか？」旅券と聞くと、どこか旅に行く時の乗車チケットのように聞こえますが、実はパスポートのことです。私が野外研の学群生だった時に、よく指導されたことが、「グローバルな視野を持ちなさい！」ということでした。大学卒業後も意識して物事を広くとらえるよう、また特に海外に目を向けることに心掛けたものです。自分が教師としても、生徒に“グローバル”を教え伝えるようにしました。その結果、海外に働き場を見いだす者も現れほどです。少し話はずれましたが…。外国で飛行機が着陸した後に、降機してボーディングブリッジを渡る。そこで最初に「フワッ」と香る匂いを、いつもその国のファーストインプレッションとして期待する自

分がある。これは、毎回違う感がありかなり楽しく興味深い。この事に限らず、海外には言語、食物、雰囲気、文化、宗教、歴史など、五感で感じるモノの全てが異文化実体験であり、それが異なる栄養素として体内に蓄積される。今年、2～3月にイタリア・ハンガリー、チュニジア、5月にオーストリアとスロバキアに訪問し、ドバイにも10時間程度滞在した。これまでに20カ国(述べ31カ国)訪れ、旅券に各国のスタンプが押された。

皆さんは、“野外運動研究室パスポート”の所持を認められた人たちです。「今、いくつスタンプが押されていますか、あなたの野外研パスポート？」

小生もスタンプの数(訪問国数)と、吸収した栄養の量が比例するように、今後も精進していきたいと思えます。

第6回

（リレーコラム） 野外研のOBの方からのコラムを載せていきます

くりこま高原自然学校主宰 佐々木 豊志

（筑波大学 1981年卒業）

私が筑波大学を卒業してから8年になるつもりです。ふるさとの岩手県教員になることを志して3年10月入学、8年3月卒業しました。今、あらためて振り返ると在学中はあらゆる点で充実し、本当に濃く学生生活を送りました。しかし、ある出来事をきっかけに私の教員に思いは変化していました。ある出来事は、当時飯田先生をCDに研究室が主催していたバラキキャンプでの出来事でした。夏は、バラキキャンプに参加してスタッフやキャンプカウンセラーの指導経験を積んでいました。8年の夏、小学5年生のキャンプの出来事です。冒険的な活動がメインでキャンプサイトを離れ、テントなしで青シートとロープを使ってシエルトアを作って一晩待つというプログラムがありました。この日は、低気圧が近づき確実に夜は雨になるという状況でした。ビバークは中止になるのかなと思いましたが決行されました。実は、このキャンプで初日から私を担当している一人の子供にも手ずつていました。テント設置、食事づくりなど、私の指導力のなさが、思うようにならなかったとコミュニケーションをとることができなかったのです。そしてビバークの日、この子はシエルトア作りもしっかりと取り組んでくれました。このままでは夜中にびしょ濡れになるとは必至でした。この子との関わりが、溝が深まるばかりでした。……この結果は、いかでお話しましょう。

大学を卒業してから5年ほど経たず岩手・秋田の3県またがる奥駒山の中腹、独立自営の個人事業としてくりこま高原自然学校を開校しました。東京での5年間のサラリーマン生活、ヒリヒリと打ち、脱サラでの自然学校設立でした。家族とともに新たなチャレンジでした。8歳での人生の冒険です。子どもも入でき、会社でも中堅になり家庭も充実していましたが、周囲の疑問をよみかかると結果が保証されない人生の冒険にチャレンジしました。

私自身が自然体験・冒険体験を通して得た生き生きとした姿勢、そして私自身もキャンプの中子ども達と薄く伝わりながら自ら行動する、このことが、自分で施設を建てる、自分で自然学校をつくる、という無謀とも思える行為に、無く踏み切らせていました。

自然体験・学び、野外教育・冒険教育の場を二人でも多くの子ども達提供したいと開校した自然学校の役割は、開校以来、年を追うごとに変化してきました。青少年の健全育成を様々なキャンプ、悩みを抱える青少年を受け入れ、不登校や引きこもり、ニートのための養成制度、エコツアーズや自然ガイド、指導員養成講座、持続可能な社会をくらしの実践のための取り組み、安全な食事を自然習得する農的暮らしの美観・地域づくりでの役割……様々な取り組みにチャレンジしてきました。

一年前に遭遇した、岩手・宮城内陸地震では、大きな被害を受けましたが、これまでに実践してきた「冒険教育」からの学びに力がかかったと感じました。先が見えないこと、結果が保証されないこと、容易ではないこと、リスクがあること……こんな状況でも自らの意志で踏み出す、解決していく姿勢を自然学校のスタッフや生徒が示すことができたという、専らに野外教育の力を感しています。

これからの野外教育・冒険教育を担う筑波大学の後輩諸君に、どんな自分保障をされようとも結果が保証されなくても困難な課題を解決するために自分の意志で取り組み姿勢をいつまでも忘れないで人生を拓いてほしい……先輩の一人として、学生諸君にエールを送りたい。



<研究室関連授業 (1 学期) / 研究室連絡>

- 学群関連科目
 - ・ 野外運動方法論演習 I (キャンプ) 集中
7/31~8/6 宮城県栗駒市花山
- 大学院関連授業
 - ・ 野外教育・スポーツ実習 I (キャンプ)
8/17~24 宮城県栗駒市花山
 - ・ 野外教育・スポーツ指導実習 II (水辺)
6/24~27 沖縄県

<授業関連報告>

- 実技理論・実習 I (野外運動) T F

岡田成弘 (DC3)

平成22年度1学期の野外運動の授業も、無事終わりを迎えようとしている。毎回の授業で指導にあたるレギュラースタッフや ASE・ディキャンプでカウンセラーをやってくれた野外研のみんなのおかげで、これまで有意義な授業を行なうことができた。

私は、昨年度に引き続き、今年度もティーチング・フェロー (TF) という形で、授業担当の岡村先生のかわりに授業を任せてもらうこととなった。これは、大学教員を目指す大学院博士後期課程の学生にとっての教育実習のようなものである。昨年度改善してよかったものは今年も継続し、そうでなかったものは新たな方法を考えたり昨年度以前のやり方に戻す等、試行錯誤を重ねた。その一つとして、今年度は新たな試みとしてクラフト活動を取り入れた。学生が将来野外教育の指導をする際の活動の一つとして紹介できたことや授業全体をふりかえることができたのは大きな成果であると考えている。しかし、多様な学習内容を含む野外運動の授業において、しかも10回しか授業回数がない中で、「何を学生に伝えるべきなのか (優先順位をどうおくのか)」、「本当にその活動がベストなのか」という問いに対する答えはまだはっきりとは出ていない。毎回の授業の中でのやり方においても、この3年間は様々な方法で行なって来ており、それぞれのやり方にメリット・デメリットがあると感じている。今回は、「総合的に判断して何がベストなのか」という判断が難しくもあり、それが授業の質や学生の満足に直結することを強く感じた。

もうすぐ自分も本当の大学教員として学生の前に立つ時が来る。その時は、全て自分で判断し、自分で評価しなければならない。そのための有意義な経験を積み重ねてもらえて、岡村先生や野外研のスタッフ、そして受講生のみんなに、とても感謝している。

- 野外運動方法論演習 I (キャンプ)

辻野里奈 (UG3)

毎週木曜4, 5限に野外運動方法論 I の授業が行われ、学群3年生6名が参加した。

授業では7月31日~8月6日のキャンプ実習に向けた知識や技術などを学んだほか、5回のクライミングと3回のカヌーも体験した。

クライミングでは経験者はいなかったが、回数をこなすうちに上達した。クライミングの理論、技術、指導法だけではなく、ロープワークや事故が起こった場合の自己脱出や救助法も学んだ。カヌーでも基本的技術を身に付けた後、沈脱やレスキューの方法も学んだ。技術を習得し楽しむことはもちろんだが、野外で活動するという事は危険と隣り合わせであり、活動中に起こりうる事故を想定しそれに対処する能力を身につけることの重要性を学んだ。これから野外で活動するための心構えを持つことができた。この授業で学んだことをしっかりと活かし、安全で楽しいキャンプ実習にしたい。

<課外活動関連報告>

- 1 学期勉強会

岩谷優志 (UG3)

今年度も一学期間を通して学生の企画による勉強会を実施した。

5月から6月にかけて毎週火曜日 17時から2時間、「夏に向けてスキルアップしていこう!」というテーマのもとに興味・関心からお互いに知識を深めあった。

実施内容は、工具メンテナンス・ファーストエイド・地図とコンパス・つくば地域を題材としたプログラム開発などを行った。野外研で唯一の3年として勉強会に参加している。授業で扱わないものや、深く掘り下げた内容など、自分にとっては毎回の勉強会が新鮮である。特に印象深いものはファーストエイドで、野外活動には必要不可欠の知識である。これらの知識を夏の実習や指導に生かしていきたいと思う。

- JFA アカデミー福島アウトドアトレーニングプログラム

江越喜代竹 (MC2)

4月18日(日曜日)、大学構内の野性の森で JFA アカデミー福島のグループワークトレーニングが実施された。野外運動研究室からは、統括坂本先生のもと、向後、江越、志賀の3名がスタッフとして参加した。天気も良く、普段指導する機会の多い大人向けの研修とはまた違った雰囲気での活動が展開された。

毎年この時期に JFA アカデミー福島から、入学したての子どもたちが筑波大学にやってきてグループワークを展開している。「長期的視野に立ったサッカー選手の育成」という趣旨のもと、活動を行っている JFA アカデミー。将来、日本のサッカー界をけん引していくであろう子どもたちの活動は、新鮮な時間だった。私が担当したグループは、比較的静かな子どもたちが多かったように思う。それでも、今までに見たことがないような課題を目の前にして、試行錯誤しながら、課題の解決に向けて真剣に取り組んでいた。子どもたちが活動に取り組む様子を見て、子どもたちを支えてきた家族のことが頭をよぎった。子どもたちも大変だろうけれど、支えているご家族の方々も、大変なん



だろうな、と思う。そんな家族の想いに支えられている子どもたち。彼らが将来、日本のサッカーを引っ張っていきける選手となるように、今、できることはなんだろうか。そう考えながら、指導にあたった。どれほど力になれたかは分からないが、少しでも子どもたちの成長に関わることができたことを嬉しく思う。

○ クーバーサッカースクール「Outdoor Training Program」 志賀亮太 (UG4)

2010年4月17日、クーバーサッカースクールのアウトドアトレーニングプログラムの研修が筑波大学にて行われた。スクールの参加者は24名。野外研からはスタッフとして、坂本先生をはじめ、向後、江越、藤岡、志賀がファシリテーターとして、また小田先生、梶田が食料係として参加した。

当日は天候が優れなかったため、午前中はクラブハウスで、天候の回復した午後から野性の森にてASEの研修を行った。

私自身、こういった社会人の方を対象とするASEの指導をするのは初めてであり、言葉遣いや活動中の関わり方について、少し戸惑う面もあったが、参加者の方々はサッカーの指導をやられているということで身体能力も高く、活動にも積極的に参加してくれていた。ASEについても、その効果や方法に関して興味を持ってきていたようである。昼食中なども、お互いにどんな活動をしているのかなどの情報交換を多くすることができ、様々な刺激を受けることができた。

○ 八甲田バックカントリースキーツアー

梶田 歩 (UG4)

5/1~4の日程で立山でバックカントリーツアーを行った。岡村先生とご家族と研究室員5名に加え、研究室OBの片山さんや花山・孀恋のキャンパーも加わり、とてもバラエティに富んだメンバー構成となった。主な活動としては、2日に足慣らしとしての剣御前小屋ツアーと選択学習、3日目には今回のツアーの目玉である一ノ越→黒部平のツアーを行った。2日目には目の前にそびえる剣岳に感動し、3日目には後立山連峰の大パノラマや広大な斜面を堪能することができた。立山連峰はとても雄大で圧倒的だった。夏の剣岳にも挑戦してみたいと思った。また2日目の選択学習では、イグルーづくりを学ぶグループと運搬法を学ぶグループに分かれてそれぞれ活動を行った。各々のニーズに応じた活動を行うことができたと思う。

今回のツアーは、タイムスケジュールやルート等の共通理解、装備関係での反省が多かったように思う。今後の活動で同様なミスを繰り返さないよう気を付けたい。

○ JOC ナショナルコーチアカデミー 野外研修

藤岡良仁 (MC2)

2010年6月1日 筑波大学野性の森にてJOCナショナルコーチアカデミーのASEが行われた。当日は25名のナショナルチームコーチの方と5名のJOCスタッフの方が来ら

れた。

野外研からは坂本先生のもと、岡田、藤岡、江越がファシリテーターとして、また小田、志賀、沖田、中川が懇親会係として関わり運営した。参加者の方々は前日に初対面の方が多かったようだが、さすがはナショナルチームでコーチをされている方々だけあって、コミュニケーションも活発に非常に意欲的に活動に取り組んでおられた。特に自分の担当したグループでは目隠しラインナップが最も印象深いものとして残ったようだった。活動後の懇親会も皆さん非常に楽しみにされていたようで、美味しい食事とサーバーからのビールを堪能しつつ、情報交換も盛んに行われていた。活動に対しても好印象を持っていただき、グループ競技はもちろん、個人スポーツでもチーム力向上に生



かせないかなど様々な話がなされていた。我々スタッフにとっても、トップ選手のコーチをされている方々と関わる中で様々な刺激を受けることの出来るとても有意義な研修となった。

○ 第14回キャンプ会議

沖田啓二 (UG4)

平成22年5月22日に国立オリンピック記念青少年総合センターで、「第14回日本キャンプ会議」が行われた。今回は、

口頭発表で実践報告が6題、研究報告が7題、ポスター発表で8題の合計21題が発表された。また、発表の他にもワークショップ、全体会、懇親会などが行われた。野外運動研究室からは学生5名と教員1名が参加し、その内4名が発表を行った。

口頭発表やポスター発表を通して、様々なキャンプの論文に触れることができたり、今までに聞いたことがないキャンププログラムなどを知ることができ、とても勉強になった。

また、キャンプ会議後に行われた懇親会では発表者から直接話を聞くことができ充実した時間を過ごすことができた。

○ 2010 春 野生の森ゆめキャンプ

中川佳美 (UG3)

幼少年キャンプ研究会の主催する2010年春野性の森ゆめキャンプが行われた。参加者は小学4~6年生の28名。第一回は5月16日(日)に筑波大学の天久保池で行われ、カヌーの基本的な動作と沈脱の方法を習得した。第二回は5月30日(日)に一回目と同じ天久保池で行った。カヌーポロの元全日本選手を招き、一緒にポロの試合をし、遊びの中で技術を向上させた。キャンパーは皆、真剣にポロの試合をしており、真剣な顔や笑顔がたくさん見られたので、いい企画であったと思った。第三回は6月12(土)~13(日)に栃木県から茨城県へと流れる那珂川へ遠征し、行った。那珂川には瀬があり、流れの中でカヌーをすることは天久保池での体験と異なり、参加者全員、カヌーの面白さを感じられた2日間であった。

私はカウンセラーはまだ2回目であったし、カヌーも初心者であったため、予想以上に難しいプログラムであった。特に那珂川でのプログラムは風邪を引いた後で、声も出ず、カヌーの知識や技術もまだまだな状態で挑んだので学ぶこ

との多いプログラムであった。しかし、カヌーの魅力を体験でき、キャンパーの楽しそうな笑顔やカヌーボロの試合での真剣な表情を見れたので、全体を通してすごく楽しいゆめキャンプだった。今回見つけた課題を忘れずに次回参加予定の花山キャンプで活かしていき、体調管理もしっかりしていきたいと思う。

○ 水泳日本代表 ASE

林 丈 (MC2)

2010年4月21日水曜日、筑波大学野性の森実習場にて、水泳日本代表のチームビルディングを目的としたASEが行われた。天気予報を見事に裏切り、野性の森上空には気持ちのいい晴れ空が広がった。全体で少しゲームを行い軽く緊張をほぐした後、参加した48名の代表選手は6グループに分かれ、各グループのカウンセラーと共にいくつかのASEを行った。

選手達は午前中に練習を終えてからつくばへと移動し、ASEを行った後はすぐにグアムでの合宿に向かうという。今日に限ったことではないが、とにかく怪我には気をつけたい。積極的に声をかけあい、和やかな雰囲気ながらも集中を切らさず、事故なく各グループとも活動を終えた。

選手達の感想やNHKでの放送から察するに、普段とは少し違う活動を通し、コミュニケーションの促進がはかれたものと思う。ASEで結束が高まった水泳日本代表選手たちの今後の活躍に、注目と期待を寄せたい。

○ 日本野外教育学会第13回大会

荒木恵理 (DC3)

2010年6月18日(金)～20日(日)の日程で、日本野外教育学会第13回大会が、山梨大学甲府キャンパスで開催された。

18日は、プレ大会ワークショップということで、野外研のD3岡田が企画し、ハイキングスキルのワークショップが行われた。塩山温泉にある「塩の山」という低山を用いて、遠征の装備・食料計画、山の歩き方、環境配慮行動、山での救急搬送法などを実践をもとにみんなで考えようという内容だった。私は、半分参加者、半分補助スタッフのような関わり方であったが、海外からのゲストのお2人や参加してくれていた信州大学の大学院生たちといろいろと話すことができ、とてもいい時間が過ごせた。

また、19日(土)からの本大会では、自主企画ワークショップとして、「学校教育における野外教育の役割」というテーマのワークショップを実施した。たくさんの、とは言えませんが、学校関係者にとどまらず、大学関係者や大学生、民間指導者など様々な人たちが参加してくださった。ワークショップの中で、私の母校の後輩たちで、学校現場で働いている2人に、自分と野外と学校について話をしてもらい、今の現状や自分たちにできることなどを考える機会としてのいい時間が持てたのではと思う。参加してくれていた大学生から、「学校教員を目指しているなかでいろいろな迷いがあったが、話を聞いてとても刺激になった」などの感想をいただいたことが何よりの成果と、嬉しく思った。

<課外活動関連告知>

○ 日本体育学会 第61回大会

日時：9月8日(水)～10日(金)

会場：中京大学 豊田キャンパス

担当：(社)日本体育協会 東海支部

○ キャンプインストラクター養成講習会

日時/会場：7月～10月にかけて全国7カ所で開催

参加費：10000～18000円(テキスト代の有無要確認)

問合：各会場都道府県のキャンプ協会

http://www.camping.or.jp/2010/05/post_134.php



<スタッフ・参加者募集>

○ 古賀志山フリークライミングツアー

夏の日差しの中、野外のフィールドに飛び出そう！日時：7月14日(水)～15日(木)1泊2日

場所：栃木県古賀志山

宿泊：宇都宮森林公園キャンプ場 テント泊

内容：古賀志山でフリークライミング

経費：2000円前後

問合：野外運動研究室 江越喜代竹

[/tsukuba.climbing@gmail.com](mailto:tsukuba.climbing@gmail.com)

○ ジョモニックサッカースクールキャンプ

期間：8月22日(木)～26日(月)

場所：両神山キャンプ場

対象：小学校4～5年生

内容：キャンプ生活、冒険

登山指導

募集：若干名

問合：岡田/080-5642-4028

○ 花山キャンプ

日程/対象：

- ・ Bコース 8/8～8/12 幼年長～小学4年
- ・ Cコース 8/17～8/24 小学5年～高校3年
- ・ 順天堂大学実習 8/26～8/30 大学生

内容：キャンプ指導

問合：Bコース 荒木/090-5136-9798

Cコース 岡田/080-5642-4028

順天堂 荒木/同上

<編集後記>

もうすぐ夏休み！ニュースレターを作成しながら、話題とともに季節の移り変わりを感じます。課外活動関連告知については様々な団体が企画がありすぎて載せられませんでした。ちょっと調べればいろんな活動があります。いろんなことに挑戦していきましょう。

志賀亮太 (UG4)