

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：筑波大学体育系野外運動研究室
〒305-8574 つくば市天王台1-1-1
TEL/FAX 029-853-6339
URL <http://yagai.tsukubauniv.jp/>

【巻頭言】

春風に吹かれながら

渡邊 仁

春は、別れの季節であります。

我が野外運動研究室を無事に巣立つ卒業生4名（高橋君、中野さん、藤田さん、渡君）、そして修了生2名（清水君、加藤君）の皆さん、心からお祝い申し上げます。おめでとう。さて、皆さんにとって、この研究室で学んだこととは一体何であったか、今一度ふりかえってみてください。それは、火のおこし方、山の歩き方、キャンプカウンセリングですか、あるいは笑いのとれるスタンプの極意？でしょうか。皆さんのこれからの現場において、直接的に役に立つものではないかもしれませんが、どれも野外独自の大切な知識や技術です。応用の仕方によっては、複雑な現代社会を生きる上において、しなやかな武器になるものと確信しています。

さて、学び得たものが何であるかは、個人によって実に異なることと思います。先に挙げたものは、スキルとしての側面が強いものですが、野外教育の根幹となるスピリッツをいつまでも心の中に留めてほしいと願います。それは、人智を越えた自然というものの中で、我々は生かされているということ。その事実を受け入れつつ、何ができるかを仲間とともに懸命に考えること。そして決断し実行していく勇気を持つことでしょうか。この先の皆さんの人生において、何が待ち構えているか誰も分かりません。山あり谷あり、土砂降りの雨だったり、容赦ない日差しだったり、まるで実習と同じ状況に違いありません。しかし、そんな時は、野外で学んだ姿勢を思い出して進んでいってほしいと思います。

そして、春は、出会いの季節でもあります。4月からは正式に、4名の新たな仲間（大関君、西島君、吉沢君、大友さん）が加わります。きっと彼らを感じている胸の奮えは、期待と不安の両方からのものでしょう。その初心の思いを大切にしながら、彼らには野外の世界に2年間没頭してほしいと思います。教員および研究室員は、全力で皆さんに関わっていくに違いありません。

最後に、本年度は研究室50周年の記念すべき年になります。室員総勢で、研究室に忘れられない1ページを刻んでいきたいと思っています。優しい春風に吹かれながら、そんな決意をさせられた休日でした。

【正課事業報告】

○野外運動論演習Ⅱ（雪上）

[期 日]2013年12月21～26日

[場 所]長野県 菅平高原

[報告者]川崎 渉 (UG3)

長野県菅平高原において専攻生雪上実習を実施した。天候に恵まれ、初日の雪上運動会からアルペン講習、そしてソロ活動などすべてのプログラムにおいて充実した活動を行うことができた。夜の講義では、テキストの説明やスキーの回転技術についての説明、そしてディベートを行い、特にディベートでは事前学習に多少不足はあったものの活発な議論を行うことができた。すべてのプログラムにおいて自分たちで準備やマネジメントを行い、事前準備の段階でつまづくことが多々あったが、無事に実習を終えることができた。また、実習を通して研究室の先生方や先輩方との関係を深めることもでき、様々な刺激を受けることができた実習であった。



実習の様子（菅平）

○実技理論実習「野外運動（雪上）」

[期 日]2014年1月10～14日

[場 所]長野県 菅平高原

[報告者]渡 元春 (UG4)

今年度も菅平高原にて実技理論実習雪上が行われた。75名の参加者と筑波大学他様々な大学から講師、スタッフが来てくださり、無事に実習を終えることができた。前半の講習では天気にも恵まれ、最高のコンディションでスキーを堪能した。根子岳は前日の雪でふかふかの新雪に恵まれた。空には雲が残ってしまい、頂上での晴れ間はとぎれとぎれであったが、雲の垣間にときより見える下界の光景もまたよしであった。根子岳を無事登頂した実習生も充実した表情を浮かべていた。記録動画を見た1年生からも「楽

しそうで、ぜひ行きたい！」との声をもらい、必修ではなくなる来年度以降も人気の実習になることは間違いない。論文生でありながらも、この実習にスタッフとして参加し、至らない点多々あったはずだが、先生方と大学院生の先輩方にフォローしていただき、私自身も大いに楽しんで仕事をする事ができた。感謝申し上げたい。



根子岳登山 (菅平)

○2013 年度卒業論文発表会

[期 日]2013 年 1 月 25 日

[場 所]筑波大学

[報告者]佐藤 冬果 (MC2)

平成 25 年度卒業研究・修士論文発表会が開催され、5 名の卒論生と 2 名の修論生、合わせて 7 名の論文生がこの 1 年間の研究の成果を発表した。来賓として 5 名の先輩方も駆けつけて下さり、論文発表会だけでなく、その後の懇親会含め、貴重な交流を持つことができた。

全体の運営をして、私たちが想像している以上にたくさんの卒業生の方々が、この研究室のことを気にかけて下さっていると感じた。出欠とともに寄せられた多くのメッセージを一つ一つまとめる中で、幅広い世代の卒業生が、幅広い分野において活躍されていること、そしてその方々が、我々の活動に期待し、応援して下さいていると感じた。今、この野外研に居る我々が、これから繋がる活動をしっかりとしていかねばいけないと改めて思う機会となった。

発表会後の懇親会でプレゼントと花束を受け取り、晴れ晴れとした表情で論文生活を振りかえる論文生の皆を見て、大好きな皆と過ごせる時間はあと僅かなのだととてつもなく寂しい気持ちになって涙が溢れてきたことはナイショである。論文生の皆さん、お疲れさまでした。



論文発表会集合写真 (大学会館前)

○体育センター集中授業「スノースポーツ」

[期 日]2014 年 2 月 13～17 日

[場 所]新潟県 岩原スキー場

[報告者]加藤 拓史 (MC2)

岩原スキー場において体育センター集中授業「スノースポーツ」が実施された。野外運動研究室大学院生の佐藤、山川が TA をするなか、自分は受講生として実習に参加した。昨年 3 月の実習以来のスキーということで一抹の不安を抱きつつも実習がスタートしたが、さらにその不安を加速させるかのように実習中は毎日雪が降り続けた (青空がのぞいたのは 30 分にも満たなかった)。そのために寒さや視界の悪さと戦い、手本で滑る先生が吹雪で途中から見えなくなったり、班員が次々に深雪に飲み込まれ身動きが取れなくなったりといったハプニングもあったが、ハプニングも笑いにかえて天気負けず明るく楽しく講習が行われた。

今回の実習で昨年よりわずかばかりではあるがスキーが上達したと思うが、もっと上手に滑りたいという気持ちもさらに高まった。大学院生活はこれで終わるが、これからもスキーだけでなく様々なことを自分なりに学び続けていきたいと感じた。



最終日の様子 (岩原スキー場)

【課外事業報告】

○大学スキー指導者研修会

[期 日]2014 年 1 月 3 日～6 日

[場 所]長野県 菅平高原

[報告者]向後 佑香 (筑波大学特任助教)

大学スキー研究会 (DSK) の主催する研究集会が 1 月 3 日～6 日に菅平高原にて開催され、学内からハンドボール研究室の山田永子先生と一緒に参加してきた。この研究集会は冬季における大学体育を充実させるため、大学教員のスキー・スノーボード技術や指導力の向上を図る研修会で、全国からたくさんの大学の先生方が参加していた。

お互い大学でスノースポーツを指導している立場ということもあり、実技講習のグループ内では非常に面白い話が出来た。特に印象に残っているのが、体育専攻の学生にイメージしやすい動作の伝え方というテーマで、例えば陸上競技でよく用いる“起こし回転”という動作を用いた次のターンの入り (クロスオーバー) の練習法などが紹介された事だった。スキーのある動作 (または感覚) をいかに指導者と

受講生が共通理解していくかは指導において非常に重要な観点である。それを様々な種目の動きを用いてイメージしやすいように伝える事というのがとても面白い学びであった。

実技講習の他にも教育講演やワークショップなども多種多様なプログラムもあり、ゲレンデでも宿舎でも白樺でも充実した時間を過ごすことができた。

○ロアッソ熊本グループワーク研修

[期 日]2014年1月31日

[場 所]熊本県 国立阿蘇青少年交流の家

[報告者]清水 啓一 (MC2)

国立阿蘇青少年交流の家にてロアッソ熊本のグループワーク研修が行われ、坂本先生をはじめ野外運動研究室員がスタッフとして指導にあたった。ロアッソ熊本は現在、日本プロサッカーリーグ(J2)に所属しているプロサッカーチームであり、今回はチームのホームタウンである熊本県にて研修を行った。

対象がプロスポーツ選手ということで、ASE の課題に対してとても積極的に、1人1人が盛んに意見を出し合ったり、誰かのアイデアを受け入れたりするやりとりが、とてもスムーズに行われていると感じた。今回のプログラムによって、今季加入の選手とそれまでに在籍していた選手の親睦が深まるためのお手伝いのできたのではないだろうか。

今回のような出張 ASE 研修では、現地にある施設の状況に合わせて、どのようなプログラムが提供できるのか、事前の段階で考える必要があり、柔軟な対応が求められる。いつも慣れ親しんだ野性の森と違うことも多い中、新鮮な気持ちでファシリテーターをすることができ、充実した時間になったと思う。

○下條整形外科医院グループワーク研修

[期 日]2014年2月27日

[場 所]福島県南会津町

[報告者]山川 晃 (MC1)

福島県南会津郡南会津町の針生地区で下條整形外科医院のグループワークが行われた。針生地区の冬の自然の中でスノーシューやクロスカントリースキーを履いて活動をすることで、自己や他者の理解促進、チームワークの形成、心身のリフレッシュといった目的を達成するために行われた。昨年と同じようにグループワークを行ったため、今年はコースを少し変更するとともに、5種類のコースを用意して各グループ内のコミュニケーションをより促進することを目指した。

昨年に比べややコース自体の難易度が高かったこと、昼頃に少し雨が降ってきたことなどもあり、予定していた鳴沼までのハイキングは叶わなかったが、参加者は皆普段体験できない冬の自然に飛び出している活動をととても楽しんでもらったようであった。特に、積極的に林道から外れて林の中の新雪を踏みに行こうとする姿が印象に残った。

【その他の課外事業一覧】

○立正大学サッカー部 野外研修・筑波山登山

[期日]3月10日・12日

[場所]筑波大学野性の森・筑波山

[指導]渡邊、清水、山川、藤田

○栃木 SC 野外研修

[期日]3月21日

[場所]筑波大学野性の森

[指導]渡邊、向後、清水、佐藤、山川、藤田、大友

○とわの森三愛高校テニス部 野外研修

[期日]3月22日

[場所]筑波大学野性の森

[指導]坂本、向後、佐藤、山川、大友

【個人実践】

○アメリカキャンプ協会 (ACA) 2014 年次大会

[期 日]2014年2月5日～8日

[場 所]フロリダ州オーランド

[報告者]藤田 花子 (UG4)

アメリカキャンプ協会 (ACA) 2014 年次大会が、2月5日～8日の日程でフロリダ州オーランドにおいて開催された。計140を超えるセッション(キャンプに関する研究発表やワークショップ)が行われる、活気にあふれた大会であった。筑波大学野外運動研究室からは、向後先生と藤田 (UG4) が参加した。アメリカにおける「キャンプの捉え方」を日本とは違った次元から、更には多方面から覗くことができたように思う。特に、キャンプに対するニーズの違いから、それに伴って展開される市場の広がり様をみたことには感動を覚えた。ぬいぐるみの綿詰めが、いちアクティビティとして扱われている、と紹介されたときには衝撃を受け、疑問を感じたが、全てを含めて興味深いものであった。

復路において、日本の悪天候が原因で一晩飛行機の出発が遅延した。人力の及ばない「自然」という存在を改めて感じる出来事であった。

【その他の個人実践一覧】

○白馬スキーツアー

[期日]3月1日～2日

[場所]長野県白馬 47 スキー場

[参加者]渡邊、清水、藤田、吉沢、栗本(元技官)

○日本スキー学会第24回大会

[期日]3月15日～18日

[場所]新潟県 妙高関温泉スキー場

[参加者]坂本、渡邊、向後、山川



リレーコラム～OB・OGからのメッセージ～



リレーコラム NO. 16
株式会社IWNC シニアコンサルタント
宮川 敦さん（平成元年卒業）

「想いと期待」よき人生に向けて

株式会社IWNCという組織開発、人材開発を生業としている会社に所属して25年になります。

最近担当しているのはクライアント企業のトップマネジメントの関係性の質の改善やビジョン構築のワークショップ、また企業文化改革／浸透のプロジェクトのオーガナイズなどがあります。現在の組織には筑波を卒業する前からかかわりだしましたが、当初は山、海、ロープコースやASEを使って会社員に野外研修を提供していました。

提供するものは変わってきている部分もありますが、今でもチャレンジすること、それを応援すること、それらの為に協力すること大切にしてクライアントと関わっています。何か似たようなことを聞いたことがあるぞって思ってますよね。それだけ研究室での経験が自分自身の人生に影響しているんだと思います。また現在の仲間には、この野外運動研究室出身の成田（ちんぱん）や増澤（ぼん）がいます。成田とは北極点に無補給徒歩で到達する旅もしました。

そんな自分自身に影響を与えてくれた研究室だからこそ私の持っている期待もあります。

それは野外教育の「広がり」です。「イノベーション」を起こすことが注目を浴びていたりするからというわけではありませんが、今あるものを広めるということではなく新しいものを生み出したり、そのために全く違う分野で成果を上げている人たちと本気でぶつかりあったり、さらに実践的な活動、学内ベンチャー企業なんていうものもあるかもしれませんね。ソマティック心理学が広がりを見せているように心と体の関係はこれからも人間が生きていくことにおいて重要になっていると思いますので、野外運動研究室の果たせる役割も広げていけるのではないのでしょうか。

自分を棚に上げて、皆さんの奮闘活躍も知らないままに言わせてもらう形になってしまいましたが、研究室での知識経験をベースによき人生、社会の為に広がってほしいと思います。あっ私もですね。

最後になりましたが私のキャンプネームはゴキブリでした。

私も楽しく広がりを持って頑張ります。

【編集後記】

長らくこのNLの編集を担当してまいりましたが、今年度ついに(?)修了できる運びとなりましたので、編集担当を後輩に引き継ぐこととなりました。

これからは、研究室OBとして、現役室員の活躍を、このNLを通して垣間見ることが、私にとって一つの楽しみとなるでしょう。

至らぬ点の目立つこのNLではございますが、読んでいただいた全ての方へ感謝申し上げます。今後とも本NLをよろしく願い申し上げます。

文責：清水（M2）