



# 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

## 【巻頭言】

### 夏休みを前に思うこと

坂本昭裕

東日本大震災から3ヶ月が過ぎた。この3ヶ月間、野性の森の整備に始まり、新歓、授業、講習会などこれまで通り行ってきた。中身についてはそれぞれに課題もあるが、このような状況の中よくやって来られたと思う。研究室の先生方をはじめ、大学院生、学群生それぞれが理解し協力的に、献身的に関わってくれたからであろうと思う。特に、大学院生は、慣れない中様々なことを支えてくれたと思う。この場をかりてお礼を述べておきたい。

ひとつ残念なことは、6月に筑波大学が主管で開催する予定だった日本野外教育学会大会を延期せざるを得なくなったことである。メイン会場の大学会館講堂が使用できなくなったことが大きな理由であるが、やはり、社会の自粛ムードも少なからず影響していたように思う。震災では、建物などの物理的な被害だけでなく、目に見えぬ心も影響を受けるのである。このような大きな震災では、被災した人もそうでない人も抑うつ的になり、心が委縮してしまうのであろう。美しく見えるはずの風景も、これまでと同じようにやればできることも、そうでなくなってしまうのである。10月に開催されることになった学会大会では、元気になった筑波大学をお見せしたいし、災害に貢献できる野外教育をアピールしたいものである。

さて、筑波大学はやや長い夏休みとなる。個人的には、1学期はどちらかと言えば授業、体育センターのプロジェクト、被災者支援、講習会など社会や人のお手伝いをするが多かった。この夏休みは気持ちを切り替えて、自分に目を向けて自分のことをしたいと思う。再び社会に目を向けるために充電し自分の研究、実践にも取り組んでおきたい。学生諸君も是非とも自分に目を向けて、自分を磨いておいてほしい。節電の夏と言われているが、このようなエネルギーは遠慮なく使ってよいのだからと思う。



## 【リレーコラム～OB・OGからのメッセージ～】

### 「野外運動研究室は私の原点」

京都教育大学 野外教育研究室  
准教授 遠藤 浩 (1986年修士課程修了)



筑波大学に1977年に入学、1986年3月に修士課程を修了しました。その後1988年から1年半は文部技官(準研)としても研究室に関わりました。現在は京都教育

大学で野外教育研究室を担当し、野外活動関連の実技や講義、また学校教育における総合的学習の時間などに関わる授業を担当しています。

野外運動研究室には学生で9年、技官も合わせると10年以上もお世話になったこととなります。私の原点は筑波大学の野外運動研究室であり、研究室との出会いが私の人生を決定したといえます。

京都教育大学に勤務して20年が過ぎました。筑波大学の野外運動研究室のような研究室にしたいと思いつけた20年でした。恩師の飯田先生(現在はびわこ成蹊スポーツ大学・学長)が主宰していたような子供キャンプをしたくて、「マメさんキャンプ」を設立したのが今から18年前です(学生時代のキャンプネームが「マメ」であり現在も「マメさん」として引き続けている)。それから毎年、子供キャンプを8月に3～4本、冬休みと春休みには子供対象のスキーキャンプや雪上キャンプを独自に企画し、近年では毎月1回1泊程度の月例キャンプも行うことができるようになりました。学生をカウンセラーとして独自のキャンプを主催できるようになったのは、筑波大学時代の恩師や仲間から得たものが土台となっているのです。

1977年の5月、大学に入学したての私は野外運動研究室の先輩と出会い、キャンプの世界に引きずり込まれました。キャンプの魅力にとりつかれた私は毎月1人で山登りに出かけたり、夏休みはずっと子供キャンプの指導、年間80日を超えるほどスキーにも熱中しました。大学3年になる春には大学を休学して、仲間3人と「シルクロード2万キロ」のキャンピングカーでの冒険旅行(約7ヶ月)にも行きました。ヨーロッパから中近東まで約20カ国の旅で多くの出会いがありました。その時にはエベレストのベースキャンプ(標高5200m)まで1ヶ月かけてトレッキングもしましたが、ベースキャンプでの植村直己との出会いは感動的なものでした。大学に復学してからは、飯田先生のキャンプを中心に子供キャンプの指導、運営を勉強させてもらい、また多くの野外実習で様々なタイプの野外活動技術を習得することができました。本当に野外三昧の学生時代で、多くの刺激を受け、楽しくてしょうがない学生時代でした。

学生時代に東京大学名誉教授の竹内均先生の講演を聞く機会があり、その中で理想的な就職の話伺いました。理想的な就職とは、「①好きなこと、やりたいことを仕事とすること。②それで十分に生計がたつこと。③その仕事人が人のためになること。」であり、この3つがそろっていることはとても幸せなことだと述べていました。私にとって①の好きなことはもちろん「野外」でした。それで飯が食えるようになりたいとそればかり考えていました。

私は運良く大学の教員として就職でき、それも野外教育研究室という理想的な居場所も得ることができました。かつて夢としてあこがれていた「飯田先生のようにになりたい」に少し近づいて来ていることを本当に幸せに思っています。自分の学生や子供キャンプに参加してくれる多くの子どもたちと過ごす野外での活動は、もちろん大変なことだらけではあ

りますが、最高に幸せな時間をもたらしています。

「本当になりたいと思って、努力していれば必ずその夢はかなうものです」という文章を学生時代に読んだ記憶があります。その時は、そんなに人生甘くないのではないかと思いましたが、今になって本当にそうなんだと確信しています。大切なのは好きなことをあきらめずに最大限に努力して、どん欲に学び、謙虚になって多くのことを吸収していくことなのです。

私は自分の学生に「大変なこと、苦勞すること」と「嫌なこと」と区別しなさいと話をします。自分の好きな「野外」を学び、苦勞していくことは「大変なこと」ではあるが、決して「嫌なこと」ではないはず。「嫌なこと」は排除しなさい。しかし「大変なこと」は乗り越えるよう努力しなさい。それが大好きなことを行う原動力となるのです。

筑波大学の後輩諸君、「野外」で飯を食いたと思っているのなら、その夢をあきらめずに、「大変さ」を楽しみながら努力してください。そうすれば必ず夢はかないますから。

※ 「マメさんキャンプ」の活動内容は下記のブログで見ることができます。良かったら一度見てみてください。(検索サイトで「マメさんキャンプ」で検索すればすぐ見つかります)

<http://yaplog.jp/mamecamp1992/>

### 【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  
7/22～7/27 新潟県妙高山
- 大学院関連授業
  - ・ 野外教育・スポーツ実習 I (キャンプ)  
7/29～8/4 南アルプス (暫定)
  - ・ 野外教育・スポーツ指導実習 II (水邊)  
7/11～7/15 沖縄県

### 【授業関連報告】

- 実技理論・実習 I (野外運動) TA

清水啓一 (MC1)

体育専門学群 2 年生対象の実技理論実習 I <野外運動>が水曜 1・2 限と金曜 1・2 限に渡邊先生の指導の下実施された。水曜日の男子の授業は日比野が TA を担当、私は金曜日の女子の授業の TA を担当し、他の二人の院生が補助員として参加した。内容としては ASE によるグループのコミュニケーション向上や、テント設営、火起こし、ロープワークなどの野外活動技術、さらにはネイチャーゲームを通した環境教育プログラムを行った。

そもそも、野外活動経験の乏しい自分が TA としてどの程度役に立てるのか、毎回の授業を不安な気持ちで迎えていたのだが、渡邊先生や他の院生に支えられ、なにより、若い学生のエネルギーに後押しされながら、なんとか無事に授業を終えることができたように思う。

また、この大学にやってくるから学内で顔見知りの人などほとんど居なかった私であるが、TA として授業に参加することを通して、たくさんの学生と触れ合うことができたことをとてもうれしく思う。

- 野外運動方法論演習 I (キャンプ)

○ 山川晃 (UG3)

平成 23 年 7 月 22 日から 27 日まで 5 泊 6 日の日程で、妙高市小濁地区を中心としたキャンプが行われる。これには野外運動方法論研究室の UG3 年が 3 人、UG4 年が一人参加し、火打山と妙高山の縦走登山を行うほか、自然体験、環境教育、地域理解といったテーマに沿った様々な活動を行う。このキャンプに向け、4 月から毎週木曜日 4、5 限に授業担当である渡邊仁先生の指導のもと様々な



キャンプ技術について学んできた。その中でも、各履修生が指導者役となりロープワークや野外救助法、テント設営などについて学んだ指導実習では、指導するための勉強を行うことで理解をより深めることができ、指導する側にとってもされる側にとっても非常に有意義な実習となった。6月に入ってから実際のキャンプ計画を全員で話し合い、決定してきた。夏休みのキャンプ本番まで残り約1カ月だが、この演習で学んできたことをもう一度整理し、準備を良くして万全の状態です高に乗り込みたい。

### 【課外活動関連報告】

#### ○ 1学期勉強会

清水啓一 (MC1)

2011年5月17日、本年度第一回目となる野外研勉強会が行われた。各室員の予定などに配慮が及ばず、院生が中心となる形で行われた。

テーマを「キャンプ実習に向けた必要スキルの向上」とし、基本的な野外活動技術をリストアップし、それぞれを各自が担当する形で勉強会を行った。私はテント設営の回を担当した。これまで家形テントを建てた経験がなかったため、手探り状態で準備を進め当日を迎えた。実際の設営にはとても苦労したが、なんとかテントが自立しそこに生活空間が生まれると、言いようのない満足感を覚えた。このように、1学期中は勉強会に限らず様々な場面で初となる体験や学習をすることができ、毎日が貴重な経験の連続であった。活動を通して少しずつではあるが野外研の一員としての自覚も芽生え、充実した1学期を過ごすことができた。



#### ○ クーバーサッカースクール A.S.E 講習会

日比野功宜 (MC1)

2011年4月23日(土)に筑波大学野外運動実習場「野性の森」にて、クーバーコーチングサッカースクールの研修が行われた。スクールの参加者はスタッフを含め17名であった。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の活動となった。しかし、昼食の時間になると次第に天候も上向きになり、午後からは野性の森を中心に研修を行った。今回、私はファシリテーターとして

参加することとなり、外部の方々にA.S.Eの指導をするのは初めてであった。研修ということで参加者に対して指導を行ったのだが、自分にとっても非常に勉強になった1日であった。参加者の方々の年齢層も自分に近いということもあり、

気負いすぎることなく指導を行うことが出来た。活動内容に関しては、やはりスポーツ選手ということもあり、身体能力も高く、意見交換も積極的で感心するばかりであった。個人的には大学院の生活の上でいいスタートが切れたと思うので、今後の生活も気を抜くことなく日々精進していきたいと思う。

#### ○ JOC ナショナルコーチアカデミー 野外研修

梶田歩 (UG4)

2011年5月31日、筑波大学野生の森にてJOC ナショナルコーチアカデミーのASEが行われた。当日は23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、渡邊先生、日比野の3名がファシリテーターとして、久米、清水、梶田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るようだった。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頂けたようで、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。懇親会係としては食事準備のタイミング等至らない点もあったが、いいものを提供できたのではないかと思う。今回の反省は来年やその他の活動に生かせるようにしたい。

トップ選手のコーチをされている方々ということもあり、今回唯一学生で指導に当たった日比野が少しうらやましく感じた。今年に入って ASE 指導を行う機会が増えたが、いろいろと勉強になることが多いのでこれからも積極的に取り組んで行きたいと思う。

#### ○ 筑友会

沖田啓二 (UG4)

5月25日に筑友会が行われた。今年は天候に恵まれ野性の森での開催となった。野外運動研究室からは久米、清水、日比野、岩谷、沖田、梶田、中川の7名が運営、食事作りに携わった。他の研究室の院生、学群生も10名ほどお手伝いをしてくれ、一緒に活動した。

今年の筑友会は被災地への復興支援をテーマとして行われた。おにぎり、野菜、網焼き、ラーメン、飲み物のそれぞれのブースでは被災地産の食材や飲み物を用意し、先生方に振る舞った。自分が担当した飲み物ブースでは、被災地産の日本酒、ワインを用意した。多くの先生方に飲んでいただ

いて、被災地産の物はすべて無くなった。

会ではたくさんの先生方とお話しさせていただくことができ、楽しく、貴重な時間を過ごすことができた。

#### ○ JFA アカデミー福島アウトドアトレーニングプログラム

久米あゆみ (MC1)

2011年6月11日土曜日、筑波大学野性の森実習場にて、JFAアカデミー福島グループワークトレーニングが行なわれた。本来ならば5月に開催される予定であったが、福島を拠点に活動しているため震災の影響を受け、開催時期を1カ月遅らせての実施であった。

あいにく当日は雨であったが、参加者の中学1年生たちはみんな朝から元気に活動していた。2グループに分かれて挑戦した A.S.E. では、午前中はクラブハウスで活動に取り組んだ。お昼は野性の森で野外炊事を行ない、薪割りや飯盒炊飯、調理を一生懸命がんばり美味しい昼食を作ることができた。午後は天候も回復し、野性の森でエレメントを使って、午前中の分まで思いっきり体を動かしてチャレンジを行っていた。

今回の講習会を通して、成功して嬉しかった体験や、あと少しでクリアだったが悔しい思いをした体験など、様々な思いが少年達の胸に刻み込まれたことと思う。最後にみんなの前で感想を述べる子ども達の顔が、朝とは違う表情だったのが印象的であった。仲間と共に悩んで課題のクリアを目指したこと、差し出された手の力強さ、ふと触れた肩の温かさ、夕日に照らされた友の笑顔…これからの少年達のサッカー人生において、この体験がいつの日か糧になることを心から願う。

**【課外活動関連告知】**

- 日本野外教育学会第14回大会  
期間：2011年10月21日～23日  
場所：筑波大学
- 藤村女子高等学校 キャンプ実習  
期間：2011年7月4日～8日  
場所：八ヶ岳学習舎

**【編集後記】**

たくさんの室員の協力を得て、なんとかニュースレターを発刊することができました。ご協力いただいた方々に感謝申し上げます。過去のニュースレターに比べ、掲載する内容・量ともに満足できるものにはなりませんでした。編集にあたり、自分の中で改善点がいくつもみつかったので、広報係主任として今後のニュースレターにそれが生かせるようにしてゆきます。次回以降どうぞご期待下さい。

清水啓一 (MC1)

