

自然体験活動を通して 子どもたちの心身の健全育成に貢献



▲カヌーを操れるようになって笑顔がこぼれる



寺田氏▶

NPO法人ナップこども自然学校校長
健康運動指導士
寺田 憲生 氏

子どもの健全育成を目的とした自然体験活動に携わってきた寺田憲生氏は、神奈川県川崎市にNPO法人ナップこども自然学校を設立。校長として、宿泊キャンプ、日帰りキャンプ、アウトドアスポーツ教室などを運営している。自然体験活動の魅力を発信するとともに、これらの活動の指導者育成にも力を入れている。

自然体験活動を 子どもたちに届けたい

小学校2年生で初めて子どもキャンプに参加した寺田憲生氏は、屋外で遊ぶこと、自然と触れ合うことの楽しさを知り、子どもキャンプに繰り返し参加するようになった。キャンプには学生のボランティアがリーダーとして参加して一緒に遊んでくれた。子どもたちの安全に配慮しながら、さまざまな活動を用意して行動してくれるリーダーの姿にあらがれた寺田氏は、中学3年生のときにジュニアリーダーになり、リーダーの手伝いをするようになる。

大学生になった寺田氏は、リーダーとして子どもキャンプに参加。大学卒業後は子どもキャンプの主催団体の運営を手伝い、子どもの健全育成を目的とした自然体験活動の知識と経験を深めていく。

自然との触れ合いは子どもたちにさまざまな驚きや喜びをもたらす。キャンプでの仲間たちとの遊びを通して、健康な体づくりや心の成長にもつながる。こうした活動の魅力を、より多くの子どもたちに伝えたいと

考えた寺田氏は、所属団体からの独立を決意し、平成8年にナップの前身団体である「Nature & People」と自然の健康支援センター」を設立した。

寺田氏は、平成6年に健康運動指導士の資格を取得した。仕事の幅を広げたいと考えてのことで、ジムやスタジオでインストラクターとして、子どもから高齢者までの指導もを行い、運動指導者としての経験も深めていった。「健康運動指導士の資格を取る過程で専門知識を学んだことは、子どもたちのキャンプを実施することにも役立つ」と言う。平成28年、団体の事業をNPO法人に移行し、「ナップこども自然学校」(以下「ナップ」と名称を改めて再スタートした。

遊びを通じた実体験が
子どもたちを成長させる

ナップでは、新型コロナウイルス感染症の流行前は、年40回程度の日帰りキャンプ、年20回程度の宿泊キャンプを実施してきた。対象は未就学児、小学生、中学生で、参加者は毎回20〜40名だ。



リーダーと一緒に竹を利用したバームクーヘン作り

寺田氏は、「ナップの運営ポリシーは共学と共育」と話す。ナップでは、子どもたちだけでなくリーダーたちも一緒に学び、一緒に育つという姿勢で子どもたちと接する。多様な年齢、性格の子どもたちとリーダーが遊びを通じて共に考え、さまざまな問題を解決していくことは、コミュニケーション能力や創造力を育てる。年齢や性別を超えて、自然の中で時間を共有することで、子どもたちは心身ともにたくましく成長

していく。

ネガティブな状況をポジティブに変える

自然は人間の思いどおりにはならない。「予想外の状況をどう乗り越えていくかを考え、工夫する力が育つことが自然の中で行うキャンプの魅力」と言う寺田氏は、ネガティブな状況を受け入れて、ポジティブに考えられるように子どもたちの意識を変えていくのもリーダーの大切な役割だと考えている。

たとえば、日帰りキャンプで雨が降ってくると、子どもたちはすぐに「やだ、つままない」とこぼす。そこでリーダーは声がけの工夫をし、「雨が降って残念だ」というネガティブなことは口に出さずに子どもたちに接する。すると子どもは自分たちで雨でもできる遊び方を創造するようになる。

寺田氏は、うまくいかない状況に出合えば出合うほど、それを乗り越える方法を見つけて賢くたくましくなる

子どもたちを何度も見てきた。「子どもたちが変わり、仲間のことまでも配慮できるように成長する姿を見るのがうれしい」と笑顔を見せる。

興味を引く企画が満載の日帰りキャンプ

日帰りキャンプは川崎市教育委員会の後援を受けており、小学生を対象に毎週日曜日に開催している。表のように、季節に合わせて、アイススケートやそり遊び、海釣りやカヌー体験を企画。ボルダリングやアスレチックなどのアウトドアスポーツのほか、秘密基地づくりやピザ作りなど、子どもの興味を引くイベントを多数用意している。

実施会場の最寄り駅を集合場所にし、参加者4、5名に対して1名のリーダーが加わり、寺田氏とナップのスタッフ1名が帯同する。

ツルツルと滑る氷の上に立つ、釣り上げたばかりの生きた魚をつかむなど、初めての体験にドキドキしたり、何度も挑戦してうまくできたときの喜びを感じたり、走り回って思い切り体を動かす日帰りキャンプは、子どもたちに人気で繰り返し参加す

表●日帰りキャンプの一例

冬季	アイススケート、そり遊び、スノーモービル体験
夏季	海釣り、川遊び、カヌー
ボルダリング、アスレチック、いちご狩り、ハイキング、秘密基地づくり、ピザ作り、ナップ版“逃走中” ほか	

る子どもも多い。

達成感を大切にした宿泊キャンプ

宿泊キャンプは5泊6日、2泊3日、1泊2日の3種があり、春・夏・冬の学校の長期休暇時に実施している。対象は小・中学生だ。冬と春はスキーキャンプで、スキーのレッスンをを行い、3日目にはグループ滑降とスキー検定を実施している。夏季は山や川、海での遊びをテーマにしたキャンプで、カヌーや川遊び、富士

