

山から君へのメッセージ

～仲間とチャレンジ、感じて、挑んで楽しもう～

- 1 趣 旨 冬の高隈山縦走を通して、自然の厳しさや偉大さを体感するとともに、最後までやり遂げる忍耐力や協力心を培い、青少年の自立を支援する。
- 2 期 日 令和元年12月25日（水）～28日（土）3泊4日
- 3 参加対象 小学校5年生～高校生（不登校など心に悩みをもつ児童・生徒を含む。）
- 4 募集定員 24人
- 5 参加者 22人（小学生10人 中学生12人）
- 6 指導者 南竹 成己 氏（鹿児島県山岳・スポーツクライミング連盟）
新栢 希美 氏（鹿児島県山岳・スポーツクライミング連盟）
国立大隅青少年自然の家職員
ボランティア11人

7 日 程

	12月25日（水）	12月26日（木）	12月27日（金）	12月28日（土）
活動内容	9:00 受付 9:30 出合いのつどい 10:00 登山学習 12:00 昼食（弁当） 13:00 登山学習の発表 13:30 パッキング 15:00 テント設営練習 16:00 太陽の家へ移動 16:30 野外炊飯 18:30 グループミーティング 20:00 就寝	5:00 起床・朝食 7:00 マイカバス移動 8:00 26番出発 8:50 25番着 9:00 テント設営 ※荒天のため、待機 11:30 野外炊飯 ※荒天のため、待機 16:30 野外炊飯 18:30 就寝	3:00 起床・朝食 テント撤収 5:00 25番出発 7:00 御岳 8:40 妻岳分岐 10:20 大笹柄岳 昼食（行動食） 14:00 垂桜登山口 14:30 マイカバス移動 15:30 本館着 16:40 バーベキュー 20:45 キャンプファイヤー 22:00 就寝	6:00 起床・清掃等 6:30 朝食（弁当） 7:30 用具片づけ 9:00 グループミーティング ふりかえり 10:00 入浴 11:10 アンケート記入 グループ発表 11:30 別れのつどい 11:50 解散

8 事業運営について

- （1）参加者が安心してグループで縦走に挑み、グループで相談しながら頂上を目指すという段階的なチャレンジを通して自己決定感が高くなることと安全に活動できることを目標として、活動内容を計画した。また、1日目にテント設営やパッキングの練習をする時間を確保することで、2日目以降の参加者の動きがスムーズに行えるようにした。
- （2）参加者自身が安全面を意識するように、1日目に縦走の様子、山の景色などの写真を見ながら話を聞き、これから始まる活動のイメージを持たせるとともに、登山や体調管理の学習を計画した。
- （3）活動はグループ単位で行い、目的に向かって各自が自分の役割を果たすことができるようにした。また、グループ付きボランティアを意図的に配置して、個に応じた支援が手厚くできるようにした。

9 事業の実際

- （1）1日目は、夕方以降の雷予報のため、テント泊を断念し太陽の家で宿泊した。午前の登山学習時にグループに分かれ、①食べたい食事・②迷った時の対処法・③防寒・④急斜面の克服方法・⑤雨対策についてアイデアをまとめ発表した。午後は個人装備のパッキング、テント設営の練習、ガスバーナーを使用しての野外炊飯を行い、翌日からの行程に備えた。

参加経験がある者や中学生がグループの中心となって話し合いや作業を進め、活動のイメージを膨らませるとともに、一緒にチャレンジする仲間とコンセンサスを重ねることができた。



- (2) 2日目は、午後の雨と夕方以降の強風予報のため、午前中に25番ポイントまで移動してテント設営を終え、翌日の縦走に向けて待機し、山中泊(25番ポイント)することとした。短い距離の慣らし登山、山中でのテント設営や野外炊飯を経験し、登山に対する心構えや見通しを持つことができた。

長い時間の待機となったが、ボランティアがゲーム参加の声をかけ、雨天時もテント内の密集した状況でゲームを続ける等、男女、年齢を超えて盛りあがっていた。また、ゲームに参加しない者も個々や数人での時間を選択して過ごしていた。



- (3) 3日目は、25番ポイントから御岳・妻岳分岐・大笹柄岳と縦走した。早朝3時に起床後、強風と寒さの中でテント撤収を済ませ、5時に暗闇の中を全員がヘッドランプを頼りに出発した。時折、雪が舞う中、次第に明るくなる空を感じながら、御岳頂上での日出を目指した。残念ながら太陽は見ることはできなかったが、頂上からの海岸線や登ってきた急坂、これから目指す大笹柄岳までの稜線を眺め、気持ちを新たに再出発した。



途中には前日までの雨で滑りやすい場所やロープなどで降りる急斜面等もあったが、足場を確認しながら進み、長時間の疲れを歌やしりとりで乗り越えて、全員無事に垂桜登山口へ到着することができた。夜はキャンプファイヤーを行い、スタッフやボランティアを含めた全員で交流を深め、最後の感想発表では、全員が自分の言葉で3日間に感じたこと、意識の変化を語り合った。

- (4) 4日目は、3日間のグループ活動の楽しさ、達成感を日常に活かすため、「グループ活動で大切にしたいこと・注意したいこと」をまとめて発表した。起こった出来事や感想をきっかけとして、日常生活の場面に置き換えて考え、グループで意見を出し合いまとめた。

各グループからは大切にしたいこととして、「助け合い・笑顔・ポジティブ・周りを見る・みんなでゲーム」、注意したいこととして、「無関心・無視・暴言・不平等・悪口・ふざける」等のキーワードが上がった。



10 成果

- 1日目は雷予報のため、太陽の家での宿泊とし、登山学習やテント設営の説明とした結果、他者と相談する機会が増え、グループの成長段階は例年より進んだ。また、縦走後の最終日にグループで楽しく活動するために大切にしたいことを考える時間を確保できた。
- 冬の縦走登山後の体調面を考慮し、これまでキャンプ場泊だった3日目を本館泊に、屋外だったバーベキューを屋内に変更した。その結果、体調不良で不参加となる者も居らず、キャンプファイヤー時に全員で感想を共有できた。
- 登山時には、年齢差や体力差があったが、グループでお互いの様子を気づかいながら、ペースを合わせたり、積極的に声をかけたりする姿が見られた。