

大自然で深める家族の絆 ～チャレンジ！森のアドベンチャー～

日時：令和5年10月14日（土）10時～15時
場所：十種ヶ峰青少年自然の家
講師：十種ヶ峰青少年自然の家 ファシリテーター
受講生：小学生親子 5組（17人）

親子や他の親子と協力して、同じ目標に向かうことで、協調性や互いに思いやる心を養います。また、チャレンジ精神を鍛えて、成功体験を重ねることで自己肯定感を高められます。大自然の中で親子の絆を深められる、素晴らしい体験でした。

【体験内容】

5家族が家族単位で2グループに分かれて（自然の家の方で分けていただいた）、2人の青少年自然の家のファシリテーターにそれぞれついていただき、森のチャレンジコースに挑戦しました。

◆ウォーミングアップ（アイスブレイク）

初対面で、年齢も様々の子もたちの気持ちをほぐすために、ウォーミングアップ（アイスブレイク）をします。まずは、自分が今日呼んでもらいたい名前で名札を作り、胸に貼ります。



お互いを知ることで、簡単なゲームなどでも自然に応援できたり、相手を思いやる気持ちが芽生えます。

緊張していた子どもたちの気持ちがほぐれ、笑顔が見えるようになります。ファシリテーターさんが一つ一つの動作に対してほめてくださり、自信を持てるようになります。

◆野外に出て「森のチャレンジコース」へ



手つなぎトラバース

丸太から丸太まで1本のロープの上を渡ります。上からぶら下がる何本かの補助ロープと、つないだ仲間の手が支えです。



渡るロープは地面から30センチほどの高さですが、グラグラ揺れるのでバランスをとるのがとても大変でした。



外から見てくれている仲間からの助言や応援も大切！

キャットウォーク

地上約10メートルのところに設置されている丸太を渡ります。補助ロープはありますが、体に付けられた安全ベルト、そして安全を確保されているという安心感に身をゆだね、仲間を信頼し、恐怖心に立ち向かいました。



最初にお互いに声を掛け合います。そして自分の達成したい目標を伝えてもらい、その目標に向かってみんなでサポートします。途中でくじけそうになっても、仲間の大きな声援が力になります。



Jタワー

そびえたつタワーに上っていきます。命綱を仲間全員で支えます。上る人は下の仲間に、どのように手や足を丸太に掛けたらいいのかをアドバイスしてもらいます。



日常では得られない達成感を味わうことができました。また、自分が誰かの助けになっていることで自己肯定感を得られることができました。

受講者の皆様のご感想を一部ご紹介します



〈大人の感想〉

★普段、親子で身体を動かすようなふれあいをしないので、楽しかったです。

少し勇気を出して「チャレンジしてみる」気持ちや人と協力して目標を達成する心地よさを学べたことがよかったです。

★普段できない体験を子どもとすることで、ほかの参加者と協力しながら普段の生活だけでは得られないことを体験できました。

★親子で初参加させてもらいました。

指導員の方の一生懸命のレクチャーが素晴らしかったです。「チャレンジする」十種ヶ峰青少年自然の家でしかできないことを親子で体験させてもらい、大変良い学びや経験をさせて頂きました。かかわってくださった方々や十種ヶ峰の自然に感謝いたします。

★指導員の方の楽しく分かりやすい、子どもの気持ちを大事にされた進行や話に感心させられました。子どもも親も一緒に、ほかの家族とも声を掛け合い、楽しむことができました。子どもが「できないと思ったけど、やったらできた」と言っており、チャレンジすることを体験できました。

★森のチャレンジコースは2回目でしたが、子どもたちの熱い希望で申し込み、今回もとても楽しく参加できました。子どもたちが主体的に活動しようとする姿が見られて、とても嬉しかったです。他の家族の方々とも交流でき、よい時間を過ごすことができました。またぜひ参加したいです。

〈小学生の感想〉

- ★ローエレメントが見た感じは簡単そうだったけど、やってみると意外にむずかしくて、何回も落下した。ハイエレメントでは、クライミングをやって登るときにまわるところが難しかったけど、一番上まで登れたからうれしかった。上からおりる時には丸太に立ったのが怖かったけど、無事に下りられて、下りた時にはとっても疲れていた。疲れたけど、全体的に楽しかったから、また参加したい。
- ★初めてだったけれど、思ったよりも楽しかったです。高いところからも、一步も動けないと思っていたけれど、みんなが「がんばれ！」とはげましてくれたので少しでも進むことができました。これからもチームワークを大切にしたいと思いました。
- ★たのしかったです。(どちらも)
ともだちとふだんできないことができてよかったです。ありがとうございました。
- ★今日の自然教室ははじめてだけど、とても楽しかったです。つなわたりもぐらぐらしてはくりょくがありました。みんながおうえんしてくれてとてもうれしかったです。
- ★つなわたりみたいだったのがたのしかったです。
- ★午前中にやった島わたりと、まるたわたりを協力してやっていて楽しかった。声をかけ合う場面が多く一緒にやった人と仲良くなれてよかった。とにかく参加できてよかった。またこういうきかいがあったら、参加してみたいと思った。
- ★うみわたりがたのしかった。みんなとなかよくなれてうれしかった。
- ★たのしかったことは、ターザンロープです。なぜかというとみんなできょうりょくして、はなしてこうどうしてたのしいからです。
- ★たのしかったことはターザンロープ。りゆうはみんな楽しく行動して、1人ひとりやくめができたからです