自然の中で
野外教育情報
2017 第6号
◆今号の特集◆
「自然は偉大」
平成29年7月15日発行
公益財団法人 日本教育科学研究所

自然にはかなわない…(でもニヤリ)～ かなわない自然を、自然に受け入れる～

桜井 義維英(よしいえ)(NPO法人 国際自然大学校 理事)

雷が鳴ると、早く安全を確保できるところに避難しなくては！と考えます。夕立が来ると、川が増水すると危ない！と考えます。雪が降ると、交通混乱が心配になります。みな、大人の私の思いです。

かなわない自然に対しての対処を考えるわけです。そして、その対処が科学と共に進むと、雨を降らせないようにするには…とか、雷を決めた場所に落とす…とかを考え始めるでしょう。しかし、そんな大人の私の配慮とは別のところに、わくわくしたり、にやにやしたりする自分がいることも感じています。

小さいときに、自然にはかなわないと思える、叩きのめされるような体験をたくさんしました。仕方がないというあきらめも味わいました。しかし同時に、あきらめつつ、雨の中にたたずんでいると、その雨粒に興味がわいて、わくわくしたり、ドキドキしたり、そして、愛おしくなったりしたのです。それは、雨粒が見え、音も聞き、匂いもかぎ、打たれてもみて感じたのでしょう。この感覚は、子どものときの豊かな感性を持っているからこその経験なのでしょう。雨に服が濡れるとか、滑って転ぶと危ないといった大人の配慮を上回る『感性』を持っている時だから感じられることなのでしょう。小さいときに、「自然にはかなわない…困ったぞ。」から、「自然にはかなわない…でもニヤリ。」という思いまでを体験しておくと、雨もまた楽しいと思うことが、大人になっても少しはできるのではないでしょうか。

すると、かなわない自然を拒んだり、毛嫌いしたりする感覚に襲われて、自然をねじ伏せようと思うのではなくて、ある程度は自然に受け入れることができるようになるのではないでしょうか。

私の大好きな まど・みちおさんの詩に「いつから」(詩集『人間のうた』)というのがあります。まるで土と水と太陽と空気から逃げ出さないと幸せになれないと信じたかのように、いつのまにか汚れたり、濡れたりすることを嫌がって、靴を履き、コートを着て、傘をさすようになった自分を思い返すという内容です。自然を受け入れ、土で汚れても、水に濡れても幸せでいられる私たちでいたいものです。

● 1957年生まれ。交通遺児育英会を経て、1983年に国際自然大学校を共同設立。自然体験活動推進協議会'CONE'事務局長、国立赤城青少年交流の家所長、あしなが育英会事務局長などを経て現職。ブログなどでの自然体験活動に関する思いも積極的に発信。
http://yoshiiesakurai.blogspot.jp/?zx=d09561b0b8b18ddc

自然の美しさとは？

多田　聡

美しい自然

2017年3月末からノルウェーに滞在しています。この時期に到着したのでまずはスキーへ。こちらではノルディクスキーが中心で、「go to ski」といえばクロスカントリースキーで散歩に出かけることになります。先日ノルウェー人の友人に連れられて、氷河のある山にスキーに行ってきました。これまでに見たことがないような、一面の雪山が連なっています。文句なく「美しい」場面です。

ここで「果たしてこの美しさをどう表現したらいいのか、どう伝えればいいのか」考えてしまいました。私の乏しい語学力では「Beautiful」くらいしか出てきません。しかもこれって英語です。ノルウェー語ではなんていうか、などと考えていました。最後は「ウォー」とか「ヘェー」とか、見とれているしかありませんでした。

こんな特別な状況ばかりではなく、年を重ねてきたからか、自然の景色に目を奪われることが多くなっています。海山川の風景はもちろんのこと、街中でも見られる四季の中で、新緑、花、紅葉、そして中でも夕焼けは一番好きです。心の底から「きれいだな～」と感じてしまうのです。

絶対に美しいのか

ところで私が感じているこの「美しさ」は絶対的なものなのでしょうか。美しいという感覚は非常に個人的なもので、ある人が美しいと感じたものが、またある人にとってはそうでないことも往々にしてあります。

小林秀雄のエッセイ「当麻（たえま）」に「美しい花はあるが、花の美しさというものはない。」という文章があります。ここでいう「花」は、能でいうところの「花」で、芸のあるべき姿を示しています。そして「肉体の動きに則って観念の動きを修正するがいい、前者の動きは後者の動きよりはるかに微妙で深淵だから」と言っています。

つまり、美しいという観念が先にあって、「花」があるのではなく、実際にある「花」をみて、美しいという観念が生じるのだということと理解しました。

バックカントリースキーでフィヨルドを見おろす

自然はありのまま

さあそこで「花の美しさ」を「自然の偉大さ」に置きかえてみると「偉大な自然はあるが、自然の偉大さというものはない」となります。

あるがままの自然を、自分自身で直接感じ取ることこそがまず重要で、自然が偉大かどうか、ということは、観念（言葉）として後から生まれてくるのではないかということです。野外教育の中でもまずは体験することが大切だ、ということにつながります。

ただし「美しい」に気づいた自分の気持ちもすごく貴重です。この気持ちは自分だけのものだからこそ、自分を動かす強い意志につながっています。野外教育の中で得るべき重要な感覚の一つではないかと考えています。

● 多田　聡［ただ さとし］
明治大学教授　UiT The Arctic University of Norway客員教授

1968年東京生まれ東京育ち。筑波大学入学後、初めてキャンプを体験して以来、野外教育に携わっている。関心領域は、ろう・難聴の子どものキャンプ。現在、北極圏に位置するノルウェー北極大学に滞在し、北欧のOutdoor Lifeを実践、調査している。

自然と冒険教育

藤岡 良仁

自分と冒険教育との出会いは高校３年生の時。日々の学校生活に息苦しさを感じ、もっと自由になりたい、何かに熱中したい、自分はどんな生き方をしたいのかと自分自身を模索していた、そんな時期でした。初めてアウトワード・バウンドスクール（ＯＢＳ）の話を聞きに行った時の興奮は今でも良く覚えています。こんなワクワクするような教育があるんだ。是非体験してみたい。自分を試してみたい。まさに探していたものを見つけた、そんな感覚でした。

このような出会いから始まった冒険教育との関わり。教育というと少し堅苦しい感じはしますが、人の成長に繋がるものという信念をもって今も取り組んでいます。

ではなぜ、あえて自然の中での冒険なのでしょう。冒険教育も色々ありますが、ここでは改めて自然の中で冒険教育を行う意義を少しだけ考えてみたいと思います。

まず自然の中で活動していて実感するのは、厳しさ、美しさ、安らぎなど、人工的ではなく、まさにあるがままの自然な形で五感や感性に強く訴えかけるものがあることです。必死に雨の中を歩く登山といったリアルで逃げ場のない厳しさがあるかと思えば、雲海からの日の出など心を揺さぶられる美しさもあります。それは時に、人にとって「真」や「美」といった価値に触れ、自己を見つめる機会を与えてくれるようにも思います。

最近は、参加者の中からは、「自然の中はシンプル」「スマホや携帯がなくても大丈夫なんだ」という声も良く聞きます。社会とは切り離された自然の中は、ある意味、不便であるけれども、その場や人に集中しやすい環境なのでしょう。そういう中だからこそ、自分の素が出しやすいという側面もあるのかもしれません。

自然ならではの自由さ、おもしろさというのもまた魅力の一つです。例えば雪は厳しい環境であると同時に、人をより自由にもします。森も雪に覆われると、どこを歩くも自分たち次第、キャンプをする場所も夏よりずっと自由です。創意工夫で椅子やテーブル、寝床など色々なものを作ることも出来ます。

その一方で、自然ならではの難しさがあるのも事実です。環境が変化しやすく想定通りにいかないことが多いこと。チャレンジに合う自然環境が必要なこと。それに見合った装備や指導者が必要なこと。何かあったときに避難が大変なこと、などなど、時間やお金のかかる要素ばかりです。

そのような中、あえて自然の中で行うからには、自然の中だからこその冒険教育を実践していきたい。強くそう思うと同時に、もっと多くの人にその魅力と価値を伝える必要性も感じています。

偉大なる自然と共に、どのように人の成長に関わっていけるのか。これからも仲間と共に実践していきたいと思っています。

● 藤岡 良仁［ふじおか よしひと］
公益財団法人日本アウトワード・バウンド協会　長野校職員

筑波大学大学院修了。高校３年生の時にＯＢＳを知り冒険教育と出会う。大学の山岳部にて本格的に登山を始め、2001年OBSの指導者養成コースJALT修了。その後、米国Prescott Collegeにて冒険教育を専攻。帰国後、フリーの野外活動指導者、大学院生、スキーインストラクター等を経て現職。

自然とのつながり

イヒ・ヘケ　Dr. Ihi HEKE

マオリは、私たちの先祖が意図的に選び取ってきた「すばらしいものが凝縮された結晶」です。大変興味深く思うのは、日本人も同じだということです。日本はマオリよりもずっと長い歴史を有しますが、よく似ている部分があります。日本は明治以降に西欧化されるずっと前から、伝統的な宗教観と自然がつながり、非常に高度化された社会をつくっていました。このことは、私がマオリと日本人の共通性を感じる根拠となっています。

マオリの自然の捉え方を考える場合、その始まりを知る必要があります。これは神（Atua）とのコミュニケーションを通じて行われましたが、マオリにとってのAtuaはキリスト教などの神である唯一神ではありません。Atuaはマオリの特徴をかたちづくってきた先祖たちであり、その場で繁栄するために必要なことがらを表す事物です。「あなたはあなたの食べたものでできている」という比喩を聞いたことがあると思いますが、それは「生まれ育った場所があなたをかたちづくる」ということでもあります。

「Whakapapa（つながり）」もまた、重要な視点です。私たちは環境や健康などの「改善」について考えるとき、知識の追求を中心に置きがちです。しかし、マオリとしてあるいは日本人として、その場の影響を理解することによって、自然とのつながりを理解することができるのです。自然を自分の家族にみなせば、環境汚染は自分を汚染することだと感じてしまい、悪影響をとても小さくできるのではないでしょうか。

次に「Huahuatau（隠喩）」について考えてみましょう。たとえば、山は身体的運動を連想させるだけでなく、「忍耐」「不屈の精神」などを暗に示します。隠喩はその人の生まれ育った特定の環境でかたちづくられたレンズを通して、それぞれ異なるものになります。自然からから受け取る隠喩を理解するには、自然が語りかけようとしていることにより気づくことが必要だと思います。

最後は「Whakapakari Tinana（実行）」です。運動はなんのために行うのでしょう？あまり深く考えないですよね。しかし、マオリの歴史を振り返れば、その主な目的が食料を見つけ出すことであったコミュニティもあります。大体において「運動のための運動」は続かないものですが、もしマオリの運動の目的が運動そのものであったのなら、マオリの肥満率は今ほど高くなかったでしょう。自然の中での活動を身体的な健康と結びつけるためには、まず自然に対して畏敬の念を持つことが重要なのではないかと思います。

写真は、第二次世界大戦に参加した第28マオリ大隊です。この隊は真冬のアルプスを移動するためにスキーを学びました。南太平洋から来たマオリにとって、アルプスの自然はまったく異質なものですが、それを理解することによって、マオリ大隊の活動が可能となりました。これは「まず自然について考えてみる」ことの大切さを示すよい事例だと、私は考えています。（訳：金山竜也）

● Dr. Ihi HEKE［イヒ・ヘケ］
健康・教育アドバイザー：オタゴ大学心理学博士

少数民族の健康問題への取り組みを主な研究テーマとし、ニュージーランドの先住民族であるマオリ族のための健康指導活動を展開している。

♪海は広いな 宇宙だな！

大貫 映子

伊豆の下田から伊豆諸島の大島（直線で42キロ）までを泳いだことがある。英仏海峡を泳いで横断するための国内での練習の一貫でだ。

1981年の５月、冬の間に静岡の初島から熱海まで12キロを何度か泳ぎ、本番英仏海峡前の力試しに８時間以上かかりそうな場所を選んでみた。伴走船を出してくれる漁師さんに、「途中で黒潮に乗って斜めに押されるから大丈夫だ」と言われた。

その「黒潮」、実際その中に入ってみると横にいた漁船が二階建ての建物かというほど持ち上げられたかと思うと、今度は自分が持ち上げられて、船が下へ。船上の人たちの足が見えて…またその次の瞬間に、ドーンと逆転。波の頂点から一瞬、自分が空中に浮いたか？と思ったとたん、水をかくはずの手が空を切り、海に落ちる。すごすぎて思わず笑ってしまうほどのうねりの中でもみくちゃ。泳いでいるというより、木の葉のようにゆられて翻弄されているよう。

人間ってちっぽけだなあ～と強烈に感じた最初の経験だった。そんなちっちゃい人間が日頃悩んでいることなんて、どうってことないなあとすっきりしたのを覚えている。

大海原の下の深い碧さにも感動。「群れた青」群青色とはよく言ったものだ。深い、青い色の塊にきらきらと太陽の光が差し込む。底に向かって一点に集まっていくいくつもの筋がきれいだった。

童心に返る「海って宇宙みたーい！」

最近、大人の海遊びツアー引率で、この碧さを求めて、ダイナミックな地形でのスノーケリングポイントを企画に入れることも多い。

珊瑚礁と切り立った深い海との境「ドロップオフ」の上を泳ぐ。眼下の景色が美しく、海に溶けていくような心地よさを感じる。きれいな魚やカメやイルカに遭遇して素潜りすると呼吸をするのも忘れそうになる海との「一体感」もたまらないといったら大げさか。「宇宙にいるみたい！」と表現した参加者の方の喩えに納得する。

そこまで壮大な場所に行かなくても、自然の力は充分感じられる。ニッパーボード（ジュニアのライフセーバー体験用ボード）で波遊び三味の海キャンプ「うみんちゅきっず」でも、日常の狭い人間関係を引きずったまま仲間をからかい、大人への反発を繰り返した子が、波と遊ぶ時間を積み重ねると不思議に優しくなっていく。

一方、日頃穏やかな米寿を迎えたというMさん。ケア付きホームに引っ越した後も、スポーツクラブに通い、プールで泳いだりスノーケリングを習ったりしているという。先日パラオの海を楽しむツアーで久しぶりにご一緒した。最終日は、ホテルのビーチで海を泳ぐアットホームな大会があった。当初見学予定だったMさんだが、「米寿記念に出ようかしら…」と前日に250mのクラスに参加を決めた。本番は余裕で完泳！しかも女性３位に入るおまけつき！いくつになっても人の可能性って素晴らしい。謙虚にしたり、やる気を引き出したり。海は偉大！

● 大貫 映子［おおぬき てるこ］
海人（うみんちゅ）くらぶ代表

1982年英仏海峡横断泳に成功。日本人初。療育センターでのプール療育を含めて、幼児～80代までと幅広い層にプールや海の楽しさを伝える活動に従事。（公財）日本水泳連盟OWS（オープンウォータースイミング）委員。

自然は自己成長の偉大なメンター

吉岡 秀晃

私は、遠征教育（エクスペディションラーニング）の一環として、海外・国内の自然に出向き、旅を通して、自分を見つめ、気づき力を増し、自己洞察を行い、新しい自己開発、自己形成をする、自己成長のためのファシリテート・メンタリングを行っております。

室内でも自己研鑽をする場はたくさんありますが、どうしても小さくまとまりすぎる、気づきも範囲の狭いところにとどまるように感じられます。

海外遠征では、ヨセミテ、シャスタ、イエローストーン、セドナ、ハワイなどに訪れ、プログラムを提供しています。

室内では、心の開放さが小さいが、このようなスケールの大きな大自然の中に入りますと、自然と心の扉が開放され、人の心に澄み切った、清らかな風が心地よく吹き、身体の中に大きな器が形成され、穏やかな気持ちになります。このことにより、自分の内なる声に耳を傾け、自己を深く見つめ、気づきが増していきます。私も参加メンバーに対して、気づきの支援をしますが、自然は、身体を楽にさせ、安定をさせてくれます。今でいう、マインドフルネスの状態を作ってくれます。

ヨセミテエクスペディション
メインプログラムのバックパッキングでゴールしたメンバー。困難を乗り越え大きな気づきと自信がみなぎる瞬間で、大きな変容の始まりでもある。

国内遠征では、熊野三山、出羽三山、伊勢、出雲などに訪れます。古道を歩いたり、山を駆けたりと、自然の中へはいり体験学習を行います。

もともと日本は、自然崇拝、山岳信仰の文化です。すべての自然には神が宿り、人に生きる力を気づかせてくれます。

こちらでは、日本人のルーツ、自分のルーツについて気づく旅です。歴史ある場所を訪れると、大きな木であったり、岩であったり（ご神体）が私達の五感を通して、訴えかけ、気づきを与えてくれます。おのずと、自分は、様々な恩恵をもらい生きていると感じ、心が豊かになっていきます。何千年も昔からその場にあり、その存在感、雄々しさを目の当たりにすることにより、自分の今を感じさせ、ルーツを考えさせられるのです。

自然は、人々に生きるためのヒント、アイデア、自分とは何か？を気づかせ、自己の活性化を図り、自己認識を深めさせ、人が近代によって失われつつある五感を磨いて、感性を豊かにしてくれます。

この偉大な行為は、メンターであり、カウンセラーでもあります。この偉大な恩恵により、人は、心の豊かさと身体の豊かさを増していく、そして世の中が豊かになっていく。まさに自然は自己成長の偉大なメンターです。

● 吉岡 秀晃［よしおか ひであき］
ネイチャーアドベンチャージャパン代表

岩手県盛岡市出身　日本総合研究所から人材教育の仕事へ転身。アドベンチャー教育をOBS、PA、NOLSで学び、自己成長の心理アプローチを元横浜国立大堀之内先生と協同研究した。

自然と人をつなぐ インタープリテーション

増田 直広

キープ協会が位置しているのは、八ヶ岳南麓の山梨県清里高原です。標高1,250～1,450mのフィールドは、森と牧草地と渓谷とで構成され、子どもから大人まで訪れる人々に感動を与えてくれます。そのお手伝いをしているのが、インタープリターです。四季を通して、清里の旬の自然や生き物のつながり、歴史などを伝えています。

3月のある日、子どもキャンプの際に日の出を見に行こうと富士山と牧草地を望む展望台に出かけました。きれいに染まる空や雪原を眺めていると、ある子どもが遠くにキツネを発見しました。みんなで観察していると、そのキツネは忍び足で歩いたと思うと、ほぼ垂直にジャンプ！ネズミらしき小動物を捕らえました。子ども達が感動したのは勿論ですが、我々にとっても驚きの体験となりました。テレビや図鑑で生き物同士のつながりや狩りの仕方を知ることはできますが、本物の自然には勝てない！と思った出来事でした。

またある時は、初夏の森のガイドウォークに出かけました。ご家族連れを主な対象とした1時間の森のお散歩でした。5～6月の清里の森では、ツツジ類やズミが咲き競うように訪れる人々を楽しませてくれます。この時もピンクの釣鐘型の花が特徴のサラサドウダンがたくさん咲いていました。花期の楽しみはその甘い蜜を味わうことです。花の下に手を置き、そっと揺すると蜜の粒が落ちてきます。その蜜をなめてみると皆さん目を見開いて「甘い！」とびっくりします。もっと味わいたい！との声も出てきますが、「人が楽しみにしている以上に森に棲む生き物達が楽しみにしているのではないでしょうか？」と伝えると、美味しさを体感した皆さんは理解をしてくれます。

ナイトハイクという夜のお散歩に出ることもあります。歩く距離はわずかで、草原や森の中、時には雪上でごろんと寝転がる時間の方が長いプログラムです。皆さんに感想をうかがうと、満天の星や流れ星、フクロウや虫達の歌に感動したとの声や自然と比べると自分の存在が小さく感じたという声もありました。

清里高原の森と牧草地とキープ協会の施設群

八ヶ岳や富士山の雄大な光景、天然記念物ヤマネの可愛らしい姿、赤や黄色の葉に彩られる森、氷の世界となる渓谷。指導者が語らずとも、清里を訪れる人々は多くのことを感じてくれます。

自然にはそのものが持つ美しさや力強さ、反対に繊細さや弱さがあります。ただし、これらのことに気づき難い人もいることからインタープリターが必要なのだと思います。自然と人をつなぐためにも、インタープリター自身が時に大自然の中へ出かけることや身近な自然を楽しむことを通して、自然の素晴らしさや不思議さを体感することが大切です。自分自身の心が動く体験がないと、人の心を動かすお手伝いはできないからです。

それでは、そろそろ僕も森に出かけてきます。

● 増田 直広［ますだ なおひろ］
（公財）キープ協会環境教育事業部主席研究員
都留文科大学非常勤講師

1970年群馬県生まれ。埼玉大学・同大学院で環境教育を学んだ後にキープ協会入職。現在は主に環境教育指導者養成事業、CSR事業などを担当している。普段着インタープリター（インタープリター的センスを持って日々を生きる人）を増やすべく日々活動中。

アイオレ講習会に参加して

阿部 晴代

平成25年10月栃木県「国立那須甲子青少年自然の家」、27年10月群馬県「国立赤城青少年交流の家」で開催されましたアウトドアゲーム指導法講習会に合わせて２回参加致しました。

働きやすい環境作りという観点から、介護職員に対するセミナーやカウンセリングを通したメンタルヘルスケアに携わっていた頃、「アウトドアゲーム指導法講習会」を知りました。

「野外教育の指導者／指導者をめざす方のための」との文言もあり、直接的な仕事に携わっていない私は個人での参加だったため、不安が全く無かった訳ではありません。

ただ、何かのヒントに繋がる予感と具体的なストレス解消法の糸口になること、私自身自然が大好きなので参加することに決めました。

アウトドアのプロフェッショナルである６名の講師陣が、私たち参加者に対して、同じ目線で指導・助言をしていただきながら進められたプログラムは、分かりやすく大変充実した内容でした。

ワークショップは、参加者自らの五感と全身をフル活動させるアクティビティです。

そのフィールドに相応しいゲームを行うという柔軟な発想にも、「なるほど」と感心致しました。

創作ゲームはワークショップ形式により「課題解決型」「自然体験型」「自然学習型」「創造イメージ型」を選択し、指導を受けながらチームワークで盛り上がりました。それぞれの得意分野を活かし協力しながら進めるので心配ご無用です。

ワークショップ　スタート！

講師陣の温厚かつフレンドリーな性格と分かりやすい説明にも随分助けられました。

目配り・気配りで講師陣そして私たち参加者を全力でサポートしてくださった補助スタッフの皆様にも感謝です。私がこの講習会に参加したからこそ、改めて気付いたこと・得られたことが沢山ありましたし、伝えられることも増えました。

あっという間の２泊３日でしたが、久しぶりに脳と身体をフル活動させていただいたこの経験は、自然に対する畏敬の念がますます強くなったと共に、講習会の主旨を深く理解するに至りました。

２人の子ども達を通し経験した通算９年間の社会活動歴では、お世話になった学校の校長先生をはじめ先生方や保護者と協力しながら、学校運営のお手伝いや広報誌制作に携わりました。

目標に向かい共に成し遂げるという経験は今回の講習会と同様で、関係者と充実感や達成感を共有できた上、大きな喜びと感謝の念を抱かせてくれました。

今後も仕事やボランティア活動を通し、得てきたことを役立てて参りたいと存じます。

芝生の丘で創作ゲーム「創造イメージ型」

● 阿部 晴代［あべ はるよ］
団体職員

1964年生まれ。神奈川県出身、茨城県在住。
需給調整機関にて、長期療養しながら就職を希望している方や外国人の就職支援を行っている。

子どもを真ん中に

長尾 高明

保育士時代の大失敗のひとつに「勝手に片付けちゃった」があります。

室内で友だちとブロックを組み立てあそび、広く作りあげたため、昼食後まだ続きをしたくて取っておいたTくん。そこへ保育園の行事の関係で、急遽その部屋を使用することになり、慌てて部屋を片付けました。

すると、食べ終えてやってきたTくんは「なんで壊しちゃったんだよ！」と怒りと悲しみいっぱいで、それまで見たことのない姿でした。その場ですぐに謝り、事情を説明しましたが、今振り返っても、自分の浅はかさに悔いが残ります。

そんな私だからこそ「子どもを真ん中に」という想いを大事にするようになりました。おとなの都合で、あそびや生活、保育を進めてしまうのではなく、主役はあくまで子どもたちです。

子どもが自ら手を伸ばしたり、進んで取り組んだりする主体性こそが、この子らにとって、この先の長い人生を進むために欠かせない「生きる力」だと思ったのです。それを確信させてくれたのは、子どもたちであり、保育現場であり、現在所属する「つながりあそび・うた」なのです。

活動を始めて3年目ですが、全国各地であそびやうたを通して、人とかかわることの心地よさや楽しさを感じられるよう取り組んでいます。

そこへ、同じように全国各地で楽しいことをしている尊敬する先輩、荒牧光子さん（千葉・遊び塾はらっぱ主宰）に教えていただいたのが「アイオレシート」を用いた「アウトドアゲーム指導法講習会」でした。保育を通して、野外での活動や自然とふれ合う体験がもたらすものの大きさは感じていたし、荒牧さんが「楽しいよ～」と勧めてくれるなら間違いないと思いつつも、私自身は野外での活動・依頼はほぼないため、不安を抱いての参加でした。

ところが、プログラムはどれも楽しく、子どもたちとやってみたいと思うものばかりでした。

また、はじめましての人とも一緒に取り組むことで、あっという間に距離が縮まりました。野外活動を通しての仲間づくりに感動しつつも、私が一番、心揺さぶられたのは想いです。

特に、ナイトハイク開始前の「子どもたちにとって夜を怖いものとならないようにしてほしい」という願いには、子どもたちの可能性を摘んでしまわず、世界を広げたいという想いが込められていました。

子どもたちが、自然や仲間と共に、自分の人生を謳歌できる何かになればと願う、この想いこそがおとなのできる数少ないことであり、「子ども＝いのちを真ん中に」する人だからこその心地よさが、安心となって充実した2泊3日でした。

● 長尾 高明［ながお たかあき］
つながりあそび・うた研究所 所員

だいきっつぁん。1983年2月静岡県生まれ。静岡市の公立保育園で保育士として11年間つとめた後、2015年4月から「つながりあそび・うた研究所」へ仲間入り。元気で明るいキャラクターと子どもたちの中から生まれたあそびは、子ども・親や保育者に人気。保育実技研修会をはじめ、大小問わず全国の保育現場をかけ巡っている。

2017年6月ついに1stアルバム『こんにゃくロボット』を発売！

困ったときのアイオレシート

仲澤 ゆき乃

「あのゲームって、どういう内容だったかな」、「自然物を使ってできるゲーム、なにか良いやつないかな」、「小学生とできるゲームないかな」。

こんなことを考えた時、私はアイオレシートを開いています。

アイオレシートは、子どもたちの興味や関心に応じてゲームを組み合わせることにより、私たちが伝えたいことを無理なく提供できるものです。ゲームの種類がとても豊富なため、毎回「これだ！」というものが見つかります。

アイオレシートを開き、ゲームを探している時、「このゲームやりたいけど、今回の対象者には少し合わなそう」と感じることもあります。そんな時はもう少しアイオレシートを見てみます。アイオレシートの中には、内容は異なるものの、目的が類似しているゲームがいくつかあります。それも把握しておくことで、対象者に合わせたゲーム選びをすることができます。

他にも、「このゲームは少し難しそうだなぁ」と、こんな風に感じることもあるかもしれません。
そんな時には、対象者に合わせてルールなどを少しアレンジすることもあります。アイオレシートを忠実に再現しようとするあまり、対象者に無理をさせてしまっては大変です。

アイオレシートの名作の一つである
「スカイライト・ギャラリー」

また、アイオレシートのゲームを実際におこなわなくても、アイオレシートを開くことでゲームに関するヒントをもらうことがたくさんあります。まさに、困ったときのアイオレシートです。

しかし、アイオレシートを開き、「これ、どんなゲームだろう」、「今回に適しているかな」と、パラパラ目を通していると、気づいたら６３もあるシートほぼ全てに目を通していた、なんていうことがたまにあります。全部のゲームを把握して、頭の中で整理できていれば良いのですが、それはなかなか難しいことです。

よりスムーズに、探したいゲームを見つけるためのひとつの方法として、アイオレシートをカテゴリーに分けておくのも便利です。

例えば、「対象年齢別」や「人数別」、「目的別」など、自分がゲームを探すときに意識しているものが良いと思います。細かく分ける必要はないので、大まかで構いません。そうすることで、自分のアイオレシートが出来上がります。一度分けてしまえば、その後はずっとそのカテゴリーで使えるので、おすすめです。

これを機に、アイオレシートを開き、フィールドへ出かけてみてはいかがでしょうか。

● 仲澤 ゆき乃［なかざわ ゆきの］
NPO法人 信州アウトドアプロジェクト（SOUP）

千葉県出身。信州大学大学院修了。学校・企業・スポーツチーム等の自然体験活動の企画・運営に携わる。長野県栄村在住。

IOREシートは自然を楽しみ学ぶための“アイデア”

中丸 信吾

今年度より自然体験活動推進委員を担当することになりました中丸です。

どうぞよろしくお願いいたします。

私は普段、大学で野外教育に関する科目の指導をしていますが、この委員会が主となって開催しているアウトドアゲーム指導法講習会へ参加者として参加したことが、自然の中で遊ぶ楽しさや自然からの学びについて、立ち止まってじっくり振り返る機会になりました。

初めて講習会に参加した時の話です。私は自然を感じ楽しみながら学べるゲームの“ネタ”を吸収したいと思い講習会に参加しました。

講習会では、自然体験型、自然学習型、創造イメージ型、課題解決型というカテゴリーの異なるいくつかのゲームを体験すると、“ネタ”はそこそこにして、参加者で新たなゲームを創り出す時間が始まります。“ネタ”を吸収しに来ているのに、新たなゲームを創り出す？はじめは疑問に感じていましたが、グループでディスカッションをしていくうちに、ふと気づくと自然の中で楽しむ子どもの姿を想像しながら夢中になってゲームを創っているのです。

ゲーム創作の過程では、自然の中で遊ぶことの“何が”楽しいのか？自然から“何を”学ぶか？といったことを深く考えるようになりました。

アウトドアゲームの本質はゲームをすることではなく、ゲームをツールとして自然を感じること、自然を楽しむこと、自然を学ぶことだと考えています。

つまり、IOREシートは単なるインスタントなゲームシートではなく、指導者が対象者に伝えたいメッセージを表現するための、いわば“アイデア”であると捉えられます。

IOREシートのゲーム内容は、書いてある通りにしないといけないというものではなく、書いてあるゲーム内容をベースに指導者自身が工夫していくことに面白さがあります。

私は講習会に参加してから、「こんなゲームがあったら面白いな」「このゲーム、自分だったらこんな風に展開しようかな」と考えるようになりました。そして、委員になった今は、多くの方がこの講習会に参加すればするほど、自然を楽しんだり学んだりするための“ゲーム＝アイデア”がどんどん増えていく！と考えています。

皆さんもアウトドアゲームのエッセンスを体験し、新たな“ゲーム＝アイデア”を創り出し、そして私たちと一緒に共有しませんか？

平成29年度アウトドアゲーム講習会は、国立乗鞍青少年交流の家で開催します。

多くの方々と新たなアイデアに出会えるのを楽しみにしています！

ゼミ生の作った「モンタージュ」とともに

● 中丸 信吾［なかまる しんご］
順天堂大学スポーツ健康科学部 野外教育研究室 助教

1978年生まれ。千葉県出身。順天堂大学スポーツ健康科学部卒業後、同大学大学院スポーツ健康科学研究科を修了。陸上競技のアスリートとして活動していた20代に野外教育（きっかけはキャンプとスキー）に出会い、野外というフィールドとそこに関わっている人々の多様な価値観に魅力を感じ没頭。現在は仲間や学生と共にフィールドに出かけ、楽しみながら野外教育を実践している。

思い通りにならないという学びの機会

野口 和行

自然の中で活動をしていると、当初予定していた通りにいかないことがたくさんあります。私には、天候、特に雨のことで忘れられない思い出が2つあります。

ひとつは、まだキャンプのスタッフとして駆け出しの頃、大学生を対象とした4泊5日のキャンプにスタッフとして参加したときのことです。台風が接近するさなかで始まったそのキャンプは5日間本当によく雨の降り続くキャンプでした。ところが、3日目の夜だけ雨がやみました。そこで、ベテランスタッフAさんの発案で、みんなで展望台まで言葉を話さずにナイトミニハイクに出かけることにしました。展望台に着くと、頭上には星空、眼下には町の夜景、ただみんなでその光景をそれぞれの心の中に焼き付けました。キャンプ中に晴れたのは、後にも先にもその時だけでした。

もうひとつは、発達障がいのある子どもたちとのキャンプでの出来事です。初参加の高校1年生のB君は、初めての場所が苦手、バスでキャンプ場に着いたものの、自分たちのキャンプサイトに入ることができません。マンツーマンでつく学生ボランティアを連れて、ひたすらキャンプサイトの周りを歩きます。歩いている間は落ち着くことができるようなので、スタッフで交代しながら、ひたすら一緒に歩き回りました。状況が変わったのは2日目の夜、夕食後大きな雷鳴と共に、激しい雷雨がありました。全員で食卓のある屋根の下で雨宿りをしていたのですが、B君はよほど疲れていたのでしょう。激しい雷鳴や雨の音をものともせずに私の膝に頭を乗せて眠り始めました。それが契機となったのでしょうか、その晩バンガローでぐっすり眠ったB君は、グループのメンバーと同じ食卓でごはんを食べられるようになり、3日目のキャンプファイアーでは、みんなと一緒にゲームを楽しめるようになりました。

私たちが作り上げてきた便利で快適で安全な社会の中では、全て人間の思い通りになる、何もしなくても生きていけるという錯覚に陥ることがあります。しかし、私たちが自然の中で活動するとき、そこには絶対に思い通りにならないことがあることに気づかされます。その「思い通りにならないこと」と向き合い、それを乗り越えることで、私たちの可能性をさらに広げることができるのだと思います。

私たちは大昔から自然の脅威にさらされながら、それ以上に自然の恵みを受けながら、これまで生き抜いてきました。自然の中に入っていくことで、私たちの心の奥深くに眠っている「野性」が目覚めるのかもしれません。自然は「偉大」です。

● 野口 和行［のぐち かずゆき］
慶應義塾大学体育研究所 准教授
日本教育科学研究所 自然体験活動推進委員
1967年生まれ。東京学芸大学教育学研究科修了。
1994年からアイオレシートの制作と普及に携わる。現在は発達障がいのある子どもたちを対象とした自然体験活動の実践にも取り組む。

野外教育情報　2017 第6号　　平成29(2017)年7月15日発行
発行所　公益財団法人　日本教育科学研究所
Japan Institute of Scientific Research for Education
〒104-0028 東京都中央区八重洲2丁目3－12 オンキヨー八重洲ビル
TEL. 03-3273-6552　FAX. 03-3273-6553　http//www.zaidan-kyoiku.or.jp/
編集委員　野口和行、金山竜也、鎌田晴美（自然体験活動推進委員会 機関誌・情報部会）
印刷所　株式会社サンワ
デザイン＝寺澤彰二