

# 野外活動の楽しさと学びと共にいきいきライフ

～障がい者の野外活動を通じた生涯学習～



霧島おむすび自然学校 壹岐博彦  
(宮崎県小林市)

# 今日の発表内容について

## ◆霧島おむすび自然学校の歩み(体験の紹介)

- おむすび登山会の活動
- シーズン&チャレンジ企画、その他の企画
- 2020年度(4~12月)の事業紹介

## ◆これまでの実践がもたらしたもの

- 本人の変化、保護者の思いから振り返る
- 体験の意義と自然学校の役割について

## ◆野外活動を通じた学びを支えるために

- 学びの担い手の成長と地域のネットワークの活用

# 「おむすび登山会」のおもな活動

---

- 1995.10 第1回登山開催
  - 1997. 8 第1回台日親善登山会(台南)  
〈2回1998(御池)3回1999(台北)4回2001(北海道)〉
  - 1998.10 霧島縦走はじまる
  - 2000.12 双石山(鏡洲)に初めて登る
  - 2002. 5 中岳登山はじまる
  - 2004.12 冬キャンプ(10周年記念行事)
  - 2005. 8 北アルプス遠征登山
  - 2006. 8 夏キャンプ(須木、ままこ滝キャンプ場)
-



# おむすび登山会から『霧島おむすび自然学校』へ



障がい(主に知的障がい、発達障がい)のある人たちに、登山をはじめさまざまな野外活動の楽しみを広げ、一人ひとりが持っている力とその可能性を見い出してほしいという願いを込め、「霧島おむすび自然学校」として新たに生まれ変わることになった。

# 障がい者の野外活動に対する見方や対応は…

- ・ 戸外での活動は危険を伴うため避ける傾向
- ・ 活動場所や活動内容の制限を設けるなど、安全に管理しやすい環境の整備



- ・ 危険に対する認識のずれや理解不足
- ・ 安全対策と具体的な対応を行うことの難しさ
- ・ 危険な活動≠教育内容(学校教育)  
→ 指導(学習活動)対象外

# 障がい者にとっての野外活動の意義

野外活動には、

身体能力や心理・精神面、言語能力等、人がたくましく生きていくために必要な力を引き出す力がある。経験不足になりやすい障がい者には、適切な支援を行うことで大きな成果が期待できる。

学びという視点で言えば、

将来、野外活動(自然体験活動)を趣味や余暇として楽しむ障がい者が増える可能性がある。活動を継続させる工夫や、しくみづくりが必要になる。

# 『霧島おむすび自然学校』の目的

- 知的および発達障がいを中心とした障がいのある人たちの**楽しみや趣味**につなげる。  
(生活を楽しむ手段 ⇒ 余暇活動の充実)
- 野外活動を通じた障がい者の**社会参加と自立**をうながす。
- 障がいがあるなしにかかわらず、**共に体験を  
楽しみながら学び合う関係**（インクルーシブな関係）を生み出す。

# 「霧島おむすび自然学校」の組織等

## ◆ 役員

- ・ 代表1名、副代表1名（いずれも保護者）
- ・ 事務局代表（現在、代表を兼務） 1名
- ・ 会計含む事務局協力員2名
- ・ 協力員（保護者2名）

## ◆ 活動を支えるスタッフ(ボランティア)や協力者

- ・ 支援学校及び高校の教諭や福祉施設職員、一般の社会人のほか、高校生や大学生等30数名
- ・ 障がい児・者をもつ保護者

～活動内容に応じて適宜協力できる体制～



# 対象(参加者)その他

- 主に知的障がいや発達障がいのある子どもや大人その他、きょうだいや知人等の健常児・者  
〔特別支援学校及び小・中学校、高校、大学(ボラ)、福祉施設、就労支援事業所、一般就労〕
- 学童、成人に至るまでの幅広い年齢層
- 年間の事業(8~12回)の参加者数は、のべ100~160名

# 活動地域等

## えびの市

(霧島山系)

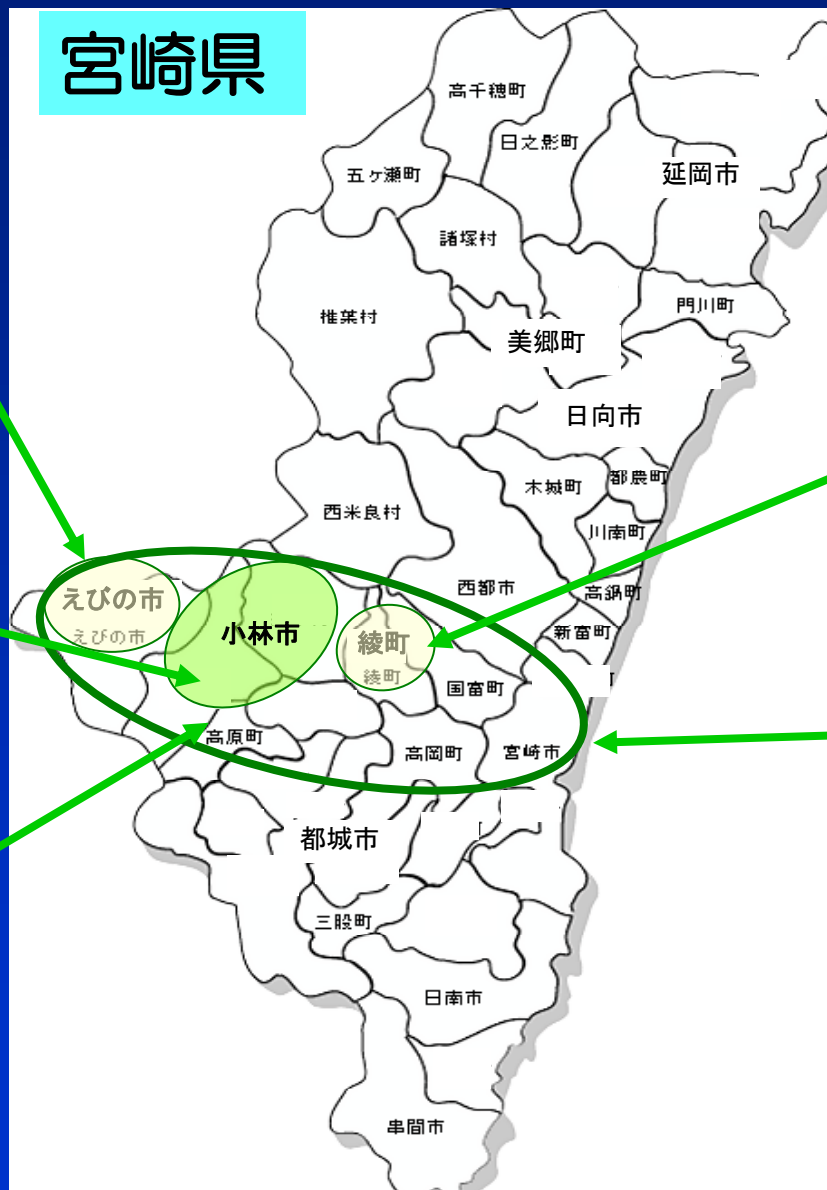
- ・登山
- ・沢登り

## 小林市

- ・カヤック
- ▼キャンプ場利用
- 自然体験
- 野外料理
- ・ウォーキング
- ・梨狩り

## 高原町

- ▼キャンプ場利用
- 自然散策
- 野外調理



## 綾町

- ・カヤック
- ・自然散策
- ・野外調理

## 宮崎市

- ・登山(双石山)

# これまでの団体の活動の経緯

- ▼ 『おむすび登山会』 発足（1995年）  
1995年～2007年…13年間
  - ・登山（霧島山系ほか）を中心
    - \* 台湾との交流登山会、北アルプス遠征等も
  - ・ハイキングの他、さまざまな自然体験等
- ▼ 『霧島おむすび自然学校』 として再出発  
2008年～現在  
『チャレンジ』と『シーズン』の企画  
年間11事業14回（同一事業複数回含む）

# 事業の概要

- ◎ チャレンジ、シーズンの2つの企画
- ◎ 年間を通して11事業(14回)  
(毎月1事業実施、同一事業複数回含む)

# 事業のねらい (心理・教育的効果とともに)

## ▼チャレンジ企画

- ・挑戦する心(勇気)、冒険心をかき立てる。
- ・運動能力や体力を活かす。(引き出す)
- ・危険の理解、危険予知・回避能力を養う。

## ▼シーズン企画

- ・季節をあじわう(四季折々の自然、食)。
- ・親子の対話や家族間の積極的交流。
- ・精神(情緒)の安定(心のケア)



# チャレンジ企画（おもな活動）

## ▼霧島山系およびその他の地域での登山

高千穂峰、中岳、霧島縦走、甑岳…霧島山系  
双石山…宮崎市

## ▼カヤック体験（2008年から開始）

7・8・9月 各月1回（複数回もあり）

## ▼沢登り（2010年開始）

7～8月（2回）

# シーズン企画（おもな活動）

## ▼高原などのハイキング、ウォーキング

ネイチャーゲーム（個人のもつ感覚で自然を直接体験する活動）や野外遊び等交えながら

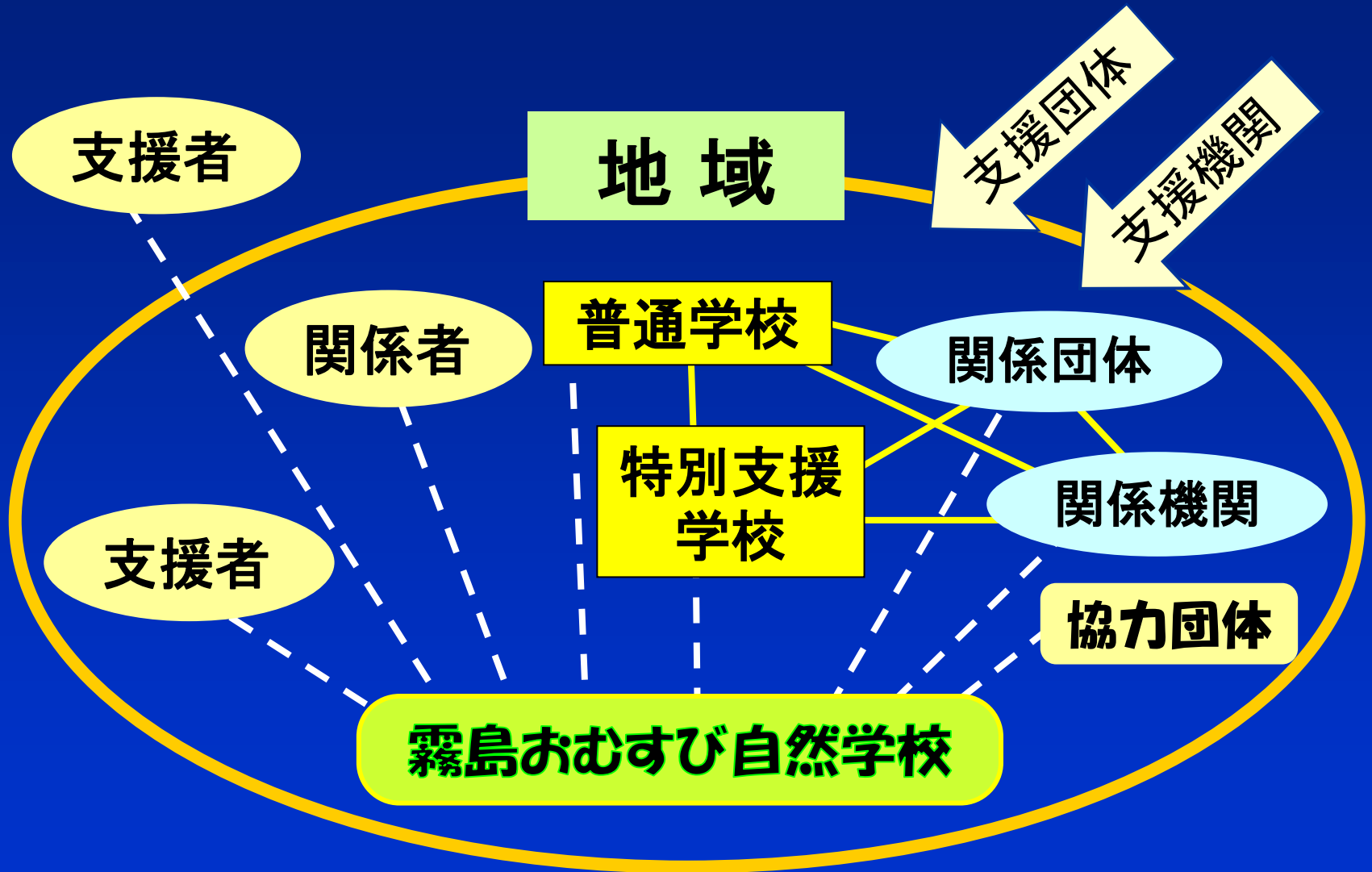
## ▼デイキャンプ（日帰り体験）

野外料理、クラフト（物づくり）、そば打ち、その他単独の内容を組み合わせる活動など

## ▼地域の観光農園や農家との協働

梨狩り&自然体験、田植えや稲かり等農業体験

# 地域のネットワークの活用



# 2020年度(4~12月)の事業紹介

# 2020年度の実施事業

---

- 6.14 田んぼのがっこう～田植え体験
- 8. 2 8/30 チャレンジ!“シャワークライミング”
- 8. 23 9.12 わくわくカヤック体験
- 10. 4 田んぼのがっこう～稲刈り&かけ干し
- 10.11 おむすび山(高千穂峰)登山
- 10.24 おむすびデイキャンプ～ウォーク&ピザづくり
- 11. 1 あじわい体験～ネイチャーゲーム&梨狩り
- 12.20 えびの高原ハイク～白鳥山&二湖展望

---

※ 2021.2～3 釈迦ヶ岳(国富町)、双石山登山(予定)



◆これまでの体験をふり返る

～保護者(本人)の思い・感想を通して

## ◆12歳男子(自閉症スペクトラム) 参加歴:4年

### 保護者の思い・感想

・親だけではできない体験をいろいろと企画してもらえてありがたい。いつも楽しみにしている。

・いろんな野外での体験をとおして(我が子が)成長していくことを願って参加している。わがままさはまだあるが、言葉も増え、成長やたくましさを感じている。

4歳ごろに登った山を数年ぶりに訪れた際、本人からはっきりした口調で当時の様子を聞くことができた。我が子の成長を実感でき、うれしく思った。一つ一つの体験を(成長につなげるという意識で)大事にしていこうという気持ちがいっそう強くなった。

## ◆22歳女性(自閉症スペクトラム) 参加歴:13年

### 保護者の思い・感想

・体験では、本人が動くのを待つ(ペースを合わせる)、寄り添うなどの関わりがあるからか、一人でできることや持っている(秘めた)力などに気づくことがある。

～体験が本人の成長や発達を発見する貴重な場に

今年の高千穂峰登山では、自分の意志で歩くコースを選択しているのを見て驚いた。ペースは遅いが、初めての参加からこれまでずっと最後まで登り切れていることがうれしい。今回は昨年に比べ、笑顔も多かった。

・今までいろんな体験に参加してきたが、嫌がったり拒んだりしたことがない。本人なりに楽しんでいる。

## ◆47歳男性(自閉症スペクトラム) 参加歴:18年

### 保護者の思い・感想

・北アルプス(奥穂高岳)登山や栗駒山登山に参加した時の写真やビデオをときどき視聴し、当時の思い出をふり返ることがある。

・本人の気分や体調のよさもあるのか、ここ数年事業参加に積極的である。仕事の張り合いにもなっているのか、毎回体験を楽しみにしているようである。

事業が近づくと、事務局に「母親に事業の案内をしてほしい(文書案内を含め)」と連絡が入ることがよくある。

◆これまでの体験がもたらしたものの  
（事例をふまえて）



- 自立心や精神面の強さを育てている。
- 家族の絆を深めている。
- 趣味になる。次の楽しみにつながる。
- 成長を確かめる場になっている。  
(これまでも確実に変化していることを実感)
- 成長や発達にとって大切な体験ができる。
- 自然と一体となつての体験は、心や情緒の変化につながっている。
- 野外活動における人との関わり方が身につく。
- 表現力が広がる(言葉の理解と広がり)。
- 仲間意識が芽生え、家族間のつながりも深まる。

# 野外活動を行う上で大切にしてきたこと

- 自然を楽しむこと。
- プログラムの工夫～落としどころ(楽しみ)を考えて
- 小さな挑戦を求める。～達成感、自信
- 本人が「楽しかった」と思える(言葉や表情で読み取る)場を一つでも見つける。～楽しさの余韻
- 仲間とのふれあい～異年齢交流、保護者間交流
- 安全・安心を得るための体制(スタッフ・参加者の協力)
- 長期にわたる成長の見守り(家族とのわかち合い)
- 保護者への感謝

# 野外活動を行う上で大切にしてきたこと

自然と一体とな  
って体を動か  
すことの楽しさ  
(厳しさも経験)

年齢にかかわ  
らず一人一人  
の成長や発達  
を支える学び

\* 家族や本人からの信頼⇒生涯のパートナー

# 体験の意義と自然学校の役割

- 学校生活や社会生活(就業を含めた)に、元気ややる気をもたらす原動力になる。
- 野外活動を通じた一人一人の成長や発達を促している。
- 地域の資源を活かすことで障がい者の楽しみを広げ、地域における障がい者への理解にもつながるきっかけをつくっている。

**野外活動を通じた学びの支援のために  
必要なこと**

指導者(学びの担い手)として取り組んできたこと

- ・ 障がい児・者への適切な支援
- ・ 野外活動の専門的な指導と豊富な経験
- ・ 活動する地域の人的及び物的資源(ネットワークを通じて)の確保と活用
- ・ 安全管理に対する(体制づくり含む)対応
- ・ バリエーションのある豊富な体験内容



学びの担い手としての成長を求めていくこと  
(人材としての価値を高める)

## 有機的なネットワークの構築と支援のためのしくみづくり

- 障がい児・者の学びを継続して支援ができるための手立てや方策が必要。
- 行政や関係団体等との有機的なつながりを活かした取り組みを進め、実績を重ねる。

- 事業の担い手は、指導者としての資質向上
- 協力者による支援体制の確立（人材育成を含め）

楽しさや学びと共に、生き生きとした生活を送る

# 地域のネットワークの活用

