

ディレクター日誌（活動・子ども達の様子）

期 日：令和元年8月18日（日）～8月26日（月）【8泊9日】

場 所：十種ヶ峰青少年自然の家及び周辺山域（山口市阿東）

参加者：県内の中学生・高校生（男子16名・女子8名）

1日目「開会行事・仲間づくり・ダッフルシャッフル・バックパッキング」

令和元年8月18日（日）

ルート：十種ヶ峰青少年自然の家～筋ヶ岳登山口 泊

テーマ：出会いの日（ふれあいの日）

今年度も、県内から24名の中・高生が十種ヶ峰青少年自然の家に集まった。子ども達の表情には緊張や不安とともに、これから始まる冒険への大きな期待も感じられる。

開会式では、「港に停泊された船は安全であるが、そのために造られた船はない」というこのキャンプの原点となる言葉を紹介した。このキャンプは「心の冒険」である。9日間を過ごす中で、子ども達の心の中にはさまざまな感情が渦巻くことであろう。その感情（自分自身）と向き合い、仲間と向き合い、大いなる自然と向き合い、たくさんたくさん心を動かして仲間と共有してほしいと願っている。

今年のサマースクールのスタートは、周南市である。周南市から、島根県と山口県の県境を通りながら、山口市阿東まで歩いて戻ってくるロングコースである。このロングコースを歩き切ったとき、子ども達の中には大きな大きな自信がみなぎっていることであろう。また、ともに過ごした8人が互いを仲間として意識し、同じように悩み、励まし合ってやり抜いたとき、チームとしての誇りを感じているはずである。その自信と誇りを手に入れたときにこそ、子ども達はさらなる1歩を踏み出す勇気を手に入れることができるはずだと信じている。さあ、これから始まる9日間、どんな「心の冒険」が待っているのだろうか。



開会式が終わると、班のメンバーとスタッフで輪を作り、話し合いが始まった。バスの出発時刻は13時。出発の準備も大切だが、この話し合いが重要となる。9日間に子ども達は何度、この輪を作るのであろうか。8人は、これから多くの壁にぶつかる。その壁を乗り越えるのは子ども達自身である。今、何が起きているのか、どうしたいのか、自分には何ができるのか。正しい答えというものはなく、子ども達が話し合ったこと、決めたこと、それが答えである。旅立ちの準備は、ザックなどの

装備だけではない。気持ちを整えることで、その1歩を踏み出すことができるのだと思う。

13時30分、十種ヶ峰青少年自然の家をバスが出発した。およそ40分間バスに揺られ、周南市大朝にある筋ヶ岳登山口入り口に到着した。子ども達はどんな気持ちだったのだろうか。これから、この道のりを歩いて戻るのである。バスが進めば進むほど、不安も膨らんだのではないだろうか。

バスを降りた子ども達は、出発組と昼食組に分かれた。出発組は、ザックの担ぎ方や靴紐の結び方などを確認し、その第一歩を踏み出した。ここからおよそ4km、重たいザックを背負い、筋ヶ岳登山口駐車場まで道路を歩いていくこととなる。その歩みは確実だがゆっくりとしたもので、互いの体力や気持ちを探りあいながらのスタートとなった。

今日の天気は、曇り時々雨の予報である。テン場（テントを張る宿泊地）につき、夕食準備に取り掛かるまで、雨に降られないことを祈るばかりである。

さて、昼食組の2グループはいずれも、1時間余りを登山口入り口で過ごしていた。なかなかそこからの一歩が踏み出せない状況なのであろう。バスで来た道のりを、これから歩いて戻るのか……。考えれば考えるほど絶望的な気持ちになるのは否めない。仲間たちに励まされ、なだめられ、なんとかその1歩を踏み出せたグループ。その1歩が確実に出たものの、不安の表情がより濃くなったグループ。インストラクターたちは、その子ども達の気持ちも汲み取りながら、確



実に歩みを進めることができるように、声をかけ、手をかけ、目をかけていた。だれもが、未知の世界へのはじめの1歩は不安である。でも、その1歩は間違いなく踏み出された。何よりも、その場に留まるのではなく進むことを決断したのは参加者自身である。どの班も、2時間～3時間をかけて4kmを歩ききった。この4kmという距離は、最終日に子ども達の自信を高める距離となる。



テン場に到着すると各班、テントとタープの設営に取り掛かった。このキャンプは、自然と共存することも大切である。小雨が落ちる中、すばやく自分たちが快適に生活できるよう場を整えることが求められる。テントとタープの設営が終われば、夕食の準備である。食事を作りながら、また食事を摂りながら、これから9日間を過ごす仲間たちとすいぶん打ち解け、会話が弾んだようである。

また、山での生活は天気との共存だけではない。日の出とともに行動し、日の入り後できるだけ早く就寝できるように行動する必要がある。自然の中では、自然に逆らうことなく、できるだけ自然に合わせて生活することが基本となる。インストラクターは、子ども達が徐々に自分たちだけでスケジュールリングができるように、山での生活の基本をしっかりと伝える。基本がしっかりと身に着けば、その後自分たちだけで主体的に行動することができるようになっていくからである。

このプログラムは4つのフェーズからなり、最初の3日間は、「トレーニングフェーズ」と呼ばれる。ここでは、グループの機能、責任、協力のあり方、自然の中での生活の技術などの習得をめざす。野外での生活への身体的適応ができるようにする時期でもあり、インストラクターは、参加者に直接的指導を行い、山を歩くためのスキルだけでなく、グループにおけるコミュニケーションのとり方など、必要なトレーニングを歩きながら行っていく。

さて、このキャンプの大切な要素のひとつである食後のミーティングは、今日の活動を振り返り、自分たちの心の揺れ動きについて話し合う時間である。初日のミーティングでは、まずこのキャンプに参加しようと思った理由や自分の目標、グループとしての目標などについて共有を図った。相手を知ることは、ともに励ましあい、仲間としてまとまっていくために重要なことである。さらに、今日の歩き方について振り返った班は、「自分のペース」と「グループのペース」の違いについて話し合っていた。体力的に余裕のある子どもと、ぎりぎりでがんばっている子どもがいる。グループ内に個人差があるのは当然である。キャンプに参加する理由やモチベーションもさまざまである。では、体力的に余裕のある子どもが、多くの荷物を持てばよいのだろうか。多くの荷物を持つことで、相手からチャレンジのチャンスを奪うことにはならないのか。インストラクターからの投げかけはどのように伝わったのだろうか。

それぞれの思いにどのように折り合いをつけ、どのようにグループとしてまとまっていくのか、「心の冒険」はまだ始まったばかりである。

2日目 「バックパッキング：筋ヶ岳ピークアタック（登山）」

令和元年8月19日（月）

ルート：筋ヶ岳（1004m）登山口～筋ヶ岳ピークアタック～屋敷川林道奥 泊
テーマ：旅立ちの日（協力の体験）

各班、5時起床。7時出発をめざす。慣れない生活でなかなか寝付けず、朝起きられない子どももいた。5時はまだ薄暗く、子ども達の動きもゆっくりである。天気予報は、曇りのち雨。雨が降り始める前に出発し、できることなら雨が降り始める前に今日のテント場についてほしいと空を見上げる。本日のルートは、筋ヶ岳（1004m）をめざす。初めての山道歩きである。

さあ、出発！のとき……。しかし、その足が前に出ない……。心が全力で拒否しているのが伝わってくる。仲間が大きく葛藤している。同じグループの仲間を見捨てることはできない。でも、納得していない心では、その一歩を踏み出すことは厳しい。時間をかけて、言葉をかけて、知恵をしぼって、グループは歩みを前に進める決断をすることができた。

互いのザックの重さを確かめ合うことは、自分だけでなく仲間のチャレンジを知ることにもなる。前日のミーティングで、体力に余裕があるからと自分が重たい荷物を持つことが、グループのチャレンジになるのかというインストラクターからの問いかけを考える瞬間である。持てるけど、できるけど、我慢する。これも立派なチャレンジなのではないだろうか。

さて、トレーニングフェーズでインストラクターは子ども達に、山の生活の基本と併せて、歩き方の基本も伝える。歩くペース、休憩の取り方、声のかけ合い方、地図と地形の見方、コンパスの振り方、危険な動植物から身を守る方法など、いずれも自分と仲間の安心安全を守るために必要な知識である。人ごとでなく、自分のこととして身につけてほしい知識を確実に伝えていく。

天候は徐々に悪化していく。10時過ぎから降り始めた雨は12時を迎えるころには大雨となり、遠くに雷鳴が聞こえるようになった。それぞれの班が自分たちのペースで確実に今日のテント場へと歩き続けた。ほぼ同時に降りてきた男子2班と男子3班は、近くにある屋敷川で汗と泥を洗い流した。ディップ（水浴び）は、体を清めるだけでなく心のリフレッシュにもつながる。雨に降られ、泥だらけになりながら降りてきた子ども達の表情は決して明るいものだけではなかった。しかし、ディップを終えるとすっきりとした表情に変わっており、子ども達の心の強さを垣間見た瞬間でもあった。

下山のルートは、急降下の山道である。雨が降っていることに加えて、最終グループで下山した女子班は、道も荒れており、半ば滑り落ちるように下山してきた。ずいぶん怖い思いもしたようである。

この日のミーティングは各班、今日の歩みについてであった。雨にも降られ、滑り落ちるような下山であったため、子ども達のテンションは下がり気味である。これが今から1週間続くのかと思えば、さらに気持ちが沈むのも当たり前である。そして、翌日も雨の予報が出ている。しかし、この状況をどのように捉え、どうすれば少しでも「楽しく」「8人で」歩くことができるのだろうか。自然と共存するために、8人が仲間になるために、知恵を出し合うミーティングとなった。「声をかけ合う」「歌を歌う」「伝言を伝え合う」「荷物の配分を考える」「歩くペースに気を配る」など、具体的な意見が飛び交う。少しでも明日からの希望につながるミーティングとなったことを願うばかりである。

夕方には一時やんでいた雨も、ふたたび雨脚を強め始めていた。子ども達は、次の日のルートを確認し、就寝した。



3日目 「バックパッキング：弟見山ピークアタック（登山）」

令和元年8月20日（火）

ルート：屋敷川林道奥～弟見山ピークアタック～仏峠 泊

テーマ：発見の日（探求の意欲）

本日も、雨である。それも、大雨。夜半から降り続く雨も、起床時刻である5時頃には止んでいたのだが……。テント、タープを片付け、朝食、パッキングを済ませ気持ちよく出発したいところであったが、出発しようとした8：00過ぎからバケツをひっくり返したような大雨が降り始めた。

昨日のミーティングで「声をかけ合おう」と目標をたてた女子班は、手際よくパッキングを済ませ、8：45に出発した。遅れること5分、8：50に男子3班の出発である。実は男子3班はその20分前には準備を整え、出発するはずであった。しかし、心の準備が十分に整っていなかったため、出発の第1歩が出なかったのである。その1歩が出ない気持ちは、だれよりも仲間が知っている。声をかけ、声をかけ……。知恵を絞った。その1歩を出すために、仲間が荷物を持つ、という決断をし、歩き始めた。

一番に出発した女子班にも心配があった。朝食の様子である。会話があるわけでもなく、互いに背中を向け合って義務のように食事を摂っている姿に今日の行程を乗り切れるのか、不安を感じていた。昨日のつらい経験は、思った以上に子ども達の心に重くのしかかっている。そして、この雨である。子ども達にかかっているストレスは想像以上であろう。雨が降れば、荷物も雨を吸って通常の2倍近くの重さになるのである。歩き始めて30分。一人の子の歩みが止まった。どうするのか。止まってもしょうがない、それでも足は出ない。8人で前に進むためにはどうしたらいいのか、と考え、女子班もダブルザック（2つのザックを持つ）を選択し、再び歩き始めた。



最後の出発となった男子2班。この班も第1歩を出すために心の準備を整えていた。出発は9：50。ほかの班から遅れること1時間である。ただ、この班は、決めたら速い。いかに人の気持ちが、行動のモチベーションとなるのかを教えられるグループである。もちろん、班のメンバーの中にも葛藤もある。「どうせ歩くのなら、その出発前のうだうだはいるのか」という思いである。8人で歩くとはどういうことなのか、この班はファイナルツアーまで考え続けることになる。

さて、ダブルザックの選択をした男子3班と女子班だが、いつまでも仲間に荷物を持ってもらっていたわけではない。仲間だって疲弊していく。仲間ががんばっている様子に心を動かされないわけではない。再び、心の準備を整え「自分で持つ」と宣言し、自分で荷物を持つことができた。

出発時は大雨だった天候も、徐々に回復し小雨から曇りへ変わっていた。しかしザックの重さは変わらない。そして、2日続けての雨で靴はぐっしょりとぬれ、子ども達も大人も足の裏がふやけている状態である。想像以上のストレスが子ども達にかかっていた。各班13：30～14：30の間に弟見山山頂を通過。弟見山は、本日の行程の2／5程度。これからが長いのである。今日のテン場到着時刻は、17：00を越えることになるであろう。日の入りが18：57。17：00を越えるということは、テントやタープを張る時間を考えると、ぎりぎりの到着時刻である。自然と共存するということは、時間との戦いでもある。

私たち本部スタッフは、ゴールとなる仏峠で子ども達の到着をただただ、待っていた。すると、どこからともなく子ども達の元気な声が聞こえてきた。先述のと



おり、足は限界を迎えているはずである。それなのに、子ども達の声は途切れない。なんと、笑顔で降りてきた。17:30男子3班の到着である。文字通りどろどろの状態で降りてきた。しかし、歌っていた。なぜかテーマソングは「千の風になって」だった。この日のミーティングで「弟見山までの登りはしんどかったけど、それからは楽しかった」という話が出たという。それは「みんなで歩く」ことについて考えながら歩けたからである。好きな食べ物、好きな動物、好きな歌、しりとりなど、会話を途切れさせることなく歩き続けたという。互いの好きな〇〇を知ることが、共通点探しにもなり、意外なつながりが生まれることがある。そのつながりや会話の中から、「月夜のウサギ団」というかわいいグループネームが決定した。理由は「夜になると元気になるうさぎだから」だとか。雨に降られ、つらく長い行程であったが、その明るい表情に鳥肌が立った。

男子2班が18:00頃到着した。この班も、笑顔で降りてきた。8人がそろって離れることなくゴールしたのである。もちろん、テンション低めの表情の子どももいる。しかし、ここまで歩いてきたのはこの子達のチーム力である。1時間近い遅れを巻き返し、この時間にゴールすることができるのは、このグループの心の強さである。この日のミーティングでは「帰りたいて思ったり、言ったりしてもいいけど、行動に移されると気持ちが下がるから嫌だ」という話が出てきたという。みんな「帰りたいて、歩きたくない」と思っているのである。その中で、その気持ちとどのように向き合い、「歩いて前へ進む」という気持ちに切り替えるのか、どの子も葛藤している。そのときに、後ろ向きな行動に移す仲間を見ると、自分の心が揺らぎそうになる、その負の気持ちを仲間の前で言えたこと、共有できたことは、このグループが8人で歩くために生まれ変わるきっかけとなる心の叫びだったと思う。これからが楽しみとなるミーティングであった。

女子班が19:00頃到着する。この班のテーマは、「全力で声を出す」であった。声が聞こえる。本部としてできることは子ども達の名前を呼ぶことである。呼んでみた。応える声が聞こえた！8人ともがしっかりとした声で返事を返してきた。出発が8:45。到着19:00。約10時間のバックパッキングである。あの重たい荷物を10時間も背負い、歩き続けた子ども達。うれし泣きなのか、辛さ泣きなのか、子どもも大人も泣きながら、笑いながらのゴールであった。表情筋も心も大忙しかったことだろう。よくがんばった。よく歩いた。・・・しかし、これで今日はこれで終わり、とはいかないのがこのキャンプである。自分たちが寝るテントとタープを設営し、夕食を作らなくてはならない。到着した時刻と子ども達の疲れ、天気の流れを考え、本部も手伝いに入り、夕食を20:00に開始することができた。こんな日だからこそ、ミーティングは重要である。明日から8人で楽しく歩くためにはどうすればいいのか、一人ひとりができることを具体的に考え実行する。そして、何よりも、一人ががんばればよいということではない。8人が辛かった思いやがんばりたい気持ちを共有し、折れかかった気持ちを立て直す。それができるのは、子ども達同士の生の言葉であると思う。女子班のテーマは「8人」と「全力」。まだまだ「心の冒険」は始まったばかりである。



子ども達の心を投影したのか、この日の夜も大雨。雷鳴がとどろいていた。

4日目 /バックパッキング:三ツ頭ピークアタック(登山)・ソロ入り

令和元年8月21日(水)

ルート:男子班:仏峠~三ツ頭ピークアタック~桐ヶ峠~QV(クオーツバレー) 泊(ソロ入り)

女子班:仏峠~古江堂~桐ヶ峠~QV 泊(ソロ入り)

テーマ:挑戦の日(困難の克服)

4日目は、3日間のトレーニング期間から子ども達が主体的な活動に少しずつ移行していく時期であり、「エクスペディションフェーズ」と呼ばれる。グループ内に強い信頼関係ができる反面、衝突が発生しやすい時期でもある。昨日まで、精神的にも肉体的にも追い詰められた子ども達の中には、すでにいくつものモヤモヤが生まれている。それがどのように表面化してくるのか、どのようにグループとして解決していくのか、楽しみである。子ども達は、インストラクターに教わった山道の歩き方やテント等の設営・撤収なども自分たちの判断で行っていく。ファイナルツアーに向けて、グループの転換期となる。

今日の行程は、三ツ頭(989.4m)を通過点として、桐ヶ峠、クオーツバレー(QV)をめざす。夜にはソロに入るため、できるだけ早くテン場に着きたいが、本日もかなりハードなコースである。女子班は、前日までの歩きの様子や疲労の蓄積を考え、古江堂経由で、桐ヶ峠、QVをめざすことにした。もちろん、8人が全力で歩き切るためである。

どの班も予定通り5:00起床であった。エクスペディションフェーズに入ったこともあり、子ども達自身が声をかけ合いテントやタープをたたんだり、バックパッキングのための荷物分けをしたりする様子が見られるようになった。さて、本日の天気も雨である。前日の夜から明け方にかけての大雨も子ども達の睡眠を妨げたであろう。そして、連日の雨に心が折れかけている子ども達の動きは鈍い。出発予定時刻を大きく過ぎた8:00、女子班が出発した。男子3班は8:30、男子2班は9:00の出発であった。



女子班は、出発してすぐ歩みが止まった。理由は、我慢し続けたためである。前日の10時間バックパッキングは子ども達の体を痛めつけていた。不安を抱えながらスタートしたその子の足が、限界を訴えたのである。足のケアを十分に行い、しっかりとその不安を取り除くと、子どもの表情が明るくなった。改めて、心と体は強く結びついていると感じさせられた出来事であった。体の不安も減り、天気も回復傾向にあったためか、心が前向きになった女子班は、途中、冷たい滝水にバンダナを浸すなど、さらに元気を回復させていく。桐ヶ峠(昼食)まで、子ども達は声をかけ合い8人が前向きに歩くことができていたという。また、昨日まで歩けなくて涙することが多かった子が泣いていなかった



ので、理由を聞いてみると「もう、泣かないって決めたんだ」と答えたという。気持ちのモチ様が大きく歩きに影響する。様々なエピソードがそれを物語っている。しかし、順調だった気持ちも、桐ヶ峠で変わる。桐ヶ峠までの歩きと、桐ヶ峠からの歩き、子ども達の気持ちは間逆で、それが歩きに表れた。桐ヶ峠を下りきったときの子ども達の表情は4日間で一番暗く沈んだものだった。いつも元気な女の子が、目に涙を溜めて降りてきた。確かに、彼女の足は腫れており、一歩踏み出すごとに激痛であっただろう。8人で歩くためにと、いつも以上に荷物を持ち、気持ちでがんばっていた彼女の心はもう限界であった。それを救うのは、同じ経験をしてきた仲間である。ある子は肩を抱き、ある子は声をかけ、ある子は心配そうに見つめていた。まずは、体と心を休めるため、女子班初のディップを済ませ、20:00にソロへ

と入っていった。

男子班は、確実に一步、一步、歩みを進めていく。長い道の中で、何度となく立ち止まることもあったようである。しかし、大人たちが積極的にグループに介入することはない。子ども達同士、声をかけ合いながら一步一步、歩き続けた。桐ヶ峠からの下りは、谷を下るルートである。連日の雨で足元がぬかるんでいることや、増水した沢をいくつも渡ることなどから、子ども達にかかる心理的ストレスは高い。下りを苦手とする子もいる。その中で、早く進みたい子（進める体力がある者）と進みたくても進めない子の間で、衝突も発生する。早く進みたい子たちにも、もう待ってあげる余裕はないのである。追い打ちをかけるように、桐ヶ峠を下りきった後の延々と続く林道が、精神的に追い込んでいく。17:30男子2班、18:00男子3班、テン場に着いたときの子ども達の表情は、歩き切った達成感と、とてつもない疲労感と、仲間へのいらだちとが混ざった複雑なものであった。それでも、ディップでしっかりと汗を流し、気持ちを切り替え、20:00にソロへ入っていった。

この日は、このキャンプで初めて夜に雨が降らなかった。たいへん美しい星空であった。



5日目 ソロ・ソロ明カ

令和元年8月22日(木)

ルート：QV(クオーツパレー) 泊

テーマ：思索の日(克己と反省)

ソロは、それまでの「動」に対して「静」のプログラムである。子ども達にとって、疲れた体と心を休める時間であるとともに、「自分」や「仲間」「それまでの出来事」そして「家族」について考え、自分を振り返る貴重な時間である。子ども達はここで、保護者の方々からの手紙を受け取る。家族からの手紙を読んだりその手紙に返事を書いたり、これまでの様々な出来事を振り返って日記を書いたり各自が思い思いの時間を過ごす。ソロは、前日の夜～翌夕方まで。夜をまたいでのおよそ24時間近い時間を独りで過ごす。ソロサイトで子ども達が動くことができる範囲は、自分で設置したソロトップ(小さなタープ)下の半径2m程度である。



子ども達はおよそ丸1日誰とも話さないため、ソロ後のフルーツパーティーとディップは、大盛り上がりである。グループの距離が大きく縮むイベントである。



女子班は、ソロ明け、ゆっくりディップの時間をとった、その後、お待ちかねのフルーツパーティーである。女子班のフルーツパーティーでは、女子班のテーマ「全力」が形作られており、大興奮であった。この日のミーティングでは、昨日の歩きについて振り返っていた。1日、ゆっくりと休んだことで、体力が回復し、自分の気持ちや考えとしっかりと向き合うことができたのであろう。ソロには、体力の回復とともに、自分を客観的に捉えることができるという良さがある。桐ヶ峠への上り

と下りとの違いを考えてみると、「声のかけ合いが少なくなった」「お昼ご飯をしっかりと食べられていなかったのではないか」という意見が出たという。明日からの歩きについて、自分たちにできる具体的なことを話し合い、前向きに捉えられたことで、この日は明るい気持ちで眠りにつくことができたようである。

一方男子班は、ディップで心からの笑顔がはじけていた。フルーツパーティーでは、大人たちが「食べられるかな?」と心配するほどの量であったにもかかわらず、あっという間に完食であった。ミーティングの中では、自然と自分の話となり、家族のこと、自分自身の将来のことなど、心を許した仲間だからこそ話せる深い内容が飛び出した。思春期真っ只中の子ども達。多くのことを感じ、多くのことを考え、多くのことを悩み、一生懸命今を生きているのだな、と感じさせられる生の言葉が飛び交うミーティングであった。明日からの行程を確認し、就寝した。テントに入っても、にぎやかな話し声が聞こえる夜であった。

ソロを挟み、各班が後半に向けて、自分たちの思い描く仲間像を確かめることができたようである。明日からは、セミファイナル。グループが仲間同士の力で歩みを進める段階に入っていく。

この日も、夜は大雨。合わせて雷鳴が轟いていた。

6日目「グループツアーとしてのバックパッキング：白井トンネル越え」

令和元年8月23日（金）

ルート：男子班：QV（クオーツバレー）～白井トンネル越～上宇津根 泊

女子班：QV～福谷池奥 泊

テーマ：冒険の日（責任と信頼）

6日目は、ファイナルツアーを意識しての活動となる。ファイナル・エクスペディションフェーズと呼ばれ、インストラクターの手を借りずに、グループだけで目的地をめざす。生活や活動のすべてを自分たちだけで話し合い、決定し、行動していくことになる。仲間同士で困難を克服するため、それだけ大きな成功体験を味わえる。そして、仲間に対する信頼も揺るぎないものになる。インストラクターは、翌日の十種ヶ峰ピークアタックに向けて、安全に関する必要最低限のことだけ直接的な指示を行う。目は離さず、近づきすぎず、離れすぎず、子ども達の安全が把握できる適度な距離を保って、見守っていく。子ども達は、これまでインストラクターから教わったことをもとに、自分たちの判断で活動を展開していく時期である。

7：45女子班、8：15男子2班、男子3班が出発した。実は、どの班も5：00起き、7時台の出発をめざしているのである。それが叶わないのは、天気のせいか……。さて、今日の天気は、曇り。午前中に雨が降る予定はない。道路を歩くため、熱中症対策を万全に行程を進めていく。



男子班は、12：00頃白井トンネル下（入り口）へたどり着いた。行動食で軽く昼食を摂って、白井トンネル越えをめざして、急登を攻める。男子2班は、出発の合言葉となった「しゅっぽっぽー」で気合いを入れなおし、白井トンネルへと向かっていった。白井トンネルは、踏み跡のない山道を登る初めてのルートである。今まで教わってきた、地形を読み、現在地を的確に捉え、コンパスを振ること、8人が一丸となって道を選び取る必要がある。男子両班とも、県境に向かう急登を登り切った。実は、迷うのは上りではなく、下りである。ひとつ尾根を踏み外しただけで、まったく違うルートを選択することになる。

男子3班は、下りの第1歩は地図上予定通りであったのだが、広い尾根（なだらかで尾根筋が分かりづらいところ）に出たときに、ルートを南に外してしまったようである。この班も、インストラクターはルートを外したことに気づいていたが、そのまま子ども達の選択した道を信じてついていく。16：30頃、どこからともなく声が聞こえ始め、元気な歌声とともに、とてつもない断崖を8人が続々と降りてきた。満足げな表情であった。



男子2班、下りの1歩を右に踏み外し、予定していたルートとは違う道を下り始めた。インストラクターはそれでも止めない。子ども達が選んだ道が、このグループの軌跡となるからだ。地図上には、歩きやすい道が示されているが、それが「正解」という意味ではない。8人が納得し、選び取った道ならば、信じて歩くのみである。ただ、突き進むだけでなく、戻ることも大切な選択肢である。8人がおよそ1時間以上かけて、尾根をほぼ下りきったとき、とても降りられない崖にたどり着いた。ここで「戻る」と言われれば、絶望しそうであるが子ども達は強かった。あっという間に小ピークまで引き返し、地図上に引かれたルートを選択し、降りてきたのである。18：00、今までで一番の満ち足りた表情でのテン場到着であった。

男子両班とも、すぐにテント・タープの設営に取り掛かる。さすが6日目。夕刻から夜にかけて、雨が降ることを身にしみて理解している。そして、雨が降らないうちに夕食を済ませ、テントに入る

ことが、自然と共存することだともよく分かっている。どちらの班も、雨を意識した、美しいフォルムのタープが張られた。



一方の女子班は、今までの歩きの様子から、当初予定していたルートを変更し、福谷池奥をめざすこととした。ファイナルを8人で歩き切るなら、この女子8人に合うルートは福谷池から攻めるルートであるとの判断である。ロード（道路）を順調に進み、福谷池の林道に差し掛かった12:00頃、子ども達の歩みが止まる。昼食後は、気持ちが折れやすいタイミングである。また、林道は景色に変化がないので、歩いてても歩いてても終わらない気がしてくる。精神的に追い込まれやすい景色なの

である。しかし、地図を見れば、今日のテン場まで、40m（実際の約1km）である。1kmは、女子班の今までの歩みから行くと、30分の距離である。そのことに気づいたとき、子ども達の目の色が変わった。「行ける。できる。」すばやくパッキングを済ませ、子ども達は再び歩き始めた。14:30福谷奥、今日のテン場に到着した。ゆっくりとディップをすませ、ゆっくり夕食を作り、たっぷりミーティングを行い、早めに就寝することができた。山の生活の理想的なリズムである。ファイナルを前にこのリズムを具現化できたことは、女子班のモチベーションを高めることにつながったようである。

さて、この日のミーティングでは、ファイナルツアー（翌日の十種ヶ峰ピークアタック）のルート確認が行われた。併せて、めざすべき時刻（タイムリミット）についてもインストラクターから伝えられた。子ども達の安全を守るためには必要なリミット設定である。明日は、十種ヶ峰の山頂を越えて、さらに十種ヶ峰青少年自然の家のキャンプ場まで下り切らなくてはならない。起きる時刻に加えて、出発の時刻、各ポイントの通過時刻も重要になってくる。

3班とも、子ども達のモチベーションは高い。明日歩き切れれば、次の移動はない。今日一日、迷ったり、立ち止まったりしたけれど、いい雰囲気ですべて歩き切った。この8人なら歩ける気がする。様々な思いが交錯する中、子ども達は眠りについた。

この日も、夜から明け方にかけて雨が降った。

7日目「グループツアーとしてのバックパッキング：十種ヶ峰ピークアタック」

令和元年8月24日（土）

ルート：男子班：上宇津根～作業小屋～十種ヶ峰ピークアタック～十種ヶ峰青少年自然の家キャンプ場 泊
女子班：福谷池奥～作業小屋～十種ヶ峰ピークアタック～十種ヶ峰青少年自然の家キャンプ場 泊
テーマ：覚醒の日（実行力と協調性）

今日は、いよいよファイナルツアーである。グループの様子は、どの班もやる気に満ちている。毎日のように明け方降る雨など、もうこの子たちには関係ない。午前中は雨の予報はないものの、午後からの天気は保障できない。これも、子ども達は分かっていることである。タイムリミットの意味も十分に理解し、出発の準備は着々と進んでいく。

女子班は、なんと4：00起床、6：50出発。男子班も、いつも通りの5：00起床ながら、男子2班は7：50、男子3班は7：20と、初めての7時台の出発目標を達成した。子ども達の強い思いが感じられる。

男子3班のルートは、まず急登を30～40分上り続けることから始まる。8人がまとまり、ずんずんと進んでいく。あっという間に急登を攻略し、ほぼ休むことなく稜線を進んでいく。そして、9：30頃には両班とも作業小屋に到着する。作業小屋からのルートは2つ。確実に山頂へと続く林道ルート。コンパスを信じて、ひたすら上り続ける県境ルート。男子3班に迷いはなかった。「県境の壁」といわれるほどの猛烈な急登を、はい登った。登り続けること2時間。壁を攻略し、最後の稜線へ。昼食を軽く摂り、エネルギーを補給した後、稜線を1時間。13：30山頂へ到着した。山頂では、一人ひとりが思いのたけを叫んでいた。達成感に満ち溢れた表情に、大人も笑顔と涙があふれる。

男子2班。弾丸グループと言われ、山頂一番乗りかと思われていた。順調な歩みに見えていたが、子ども達の心は正直であった。しんどいときは、本音が出る。本音が出ればぶつかる。昼食後の坂道の途中で時間をかけ緊急ミーティングが行われていた。しかし、山頂にたどり着いたときは笑顔、笑顔、笑顔！山頂に待機していた本部とも明るいハイタッチが繰り広げられる。数日前には、テン場到着時のハイタッチを拒否していたこともあったのだが……。8人そろって、ゼリー飲料を掲げポーズをとって記念撮影。改めて、心の声をしっかりと出し合うこと、それを受け止め合うことの大切さを痛感させられた瞬間であった。

女子班は、6：50にテン場を出発した。前日のミーティングで、自分たちのこれまでの朝の準備を思い出し、どうすれば早く出発することができるのかについて、とことん話し合った結果である。今までにない時刻に出発できたことは、自信になったはずである。そして、谷を登り続け、9：25頃、作業小屋に到着する。男子班に合流である。他の班と競争



することが目的ではないのだが、女子班にとってはこれも小さな自信として積み重なった。今まで、後から出発した男子班に、ことごとく途中で抜かされ、なんとなくモヤモヤした感情を積み重ねていたのである。女子班は林道を確実に歩むルートを選択した。くじけそうになったとき、地図を計り「あと2cm」「あと15分」と声をかけ合い、歩き続けた。最後の稜線で、再び男子班に出会う。自分たちを信じて進めば、大丈夫。でき



ないことを嘆くのではなく、できるようにするために何ができるかを一生懸命考えた8人の「全力」が実を結んだ結果である。13:20、山頂に到着。一番乗りであった。競争ではない。でも、自分たちを信じて歩み続けることの尊さを感じるピークアタックだったのではないだろうか。最後の1歩は8人で。8人がそろいのを待って、手をつないで、ピークアタックを決めた。「全力で笑って泣いて、8人でやりぬくゾ!!」今日の地図に大きく書かれた目標が輝いていた。山頂では、女子班でおそろいのポーズを決め、写真撮影を行った。素敵な笑顔だった。

ただただ残念なのは、天気である。12時過ぎまで晴れていた山頂も、小雨が降り始め、子ども達が登ってきたときは一面真っ白な雲の中。それでも、子ども達は満足げな表情であった。この天気も含めて、2019年のクエストプログラムなのである。子ども達は、しっかりと自然（天気）をありのままに受け止めていた。

さて、山頂はゴールではない。あくまで通過点である。大人も子ども達も気持ちを切り替え、下り始める。まだまだ、今日のテン場は先である。

16:00頃、男子2班、男子3班共に十種ヶ峰青少年自然の家キャンプ場に到着。誇らしげな表情であった。一方女子班は、17:50到着。下りながら、緊急ミーティングが開かれていたのだ。下りは、体力差が出やすく、精神的にも余裕がなくなりやすい。このとき、本音が出る。本音がぶつかる。十種ヶ峰青少年自然の家にたどり着いたときの女子班の表情は、山頂で見たときとはちょっと違っていた。これもよし。明日からは、移動がない。子ども達が冷静に自分の心や仲間と向き合う絶好の機会でもある。女子班の「心の冒険」はまだまだ、続いている。



8日目「装備のクリーンナップ 入浴 ラストナイトミーティング」

令和元年8月25日（日）

ルート：十種ヶ峰青少年自然の家キャンプ場

テーマ：決意の日（達成感と自信）

8日目の朝を迎えた。この日の天気は曇り時々晴れまたは雨。できることなら、雨はご勘弁いただきたい。7日間子ども達のチャレンジを支えてくれたテントやタープ、ザックなどを丁寧に拭き清め、乾燥させる日なのである。7日間の雨で、泥や汗があちこちに染み付いている。これら、仲間の「心の冒険」を支えてくれた物品を「ありがとう」の気持ちをこめて、ひたすら拭き清め、洗い清め、丁寧に乾かし、来年の参加者へ受け継いでいくのである。途中、8日ぶりの入浴もした。なかなか石鹸が泡立たないほどに苦勞と汗にまみれた身や心を、温かいお風呂でさっぱりとリフレッシュ。夕食は、釜飯。ラストナイトディナーである。みんなでご飯を炊いて食事を作るのも、これが最後である。



今夜は、このキャンプで生活を共にした仲間との最後の夜である。ラストナイトミーティングは、このキャンプでどんなことを感じ、何を考えたのか、じっくりと振り返るミーティングである。初日から今日までの軌跡を地図で振り返り、自分の目標の達成度やグループで起こった様々な出来事も、今では笑い話となり、あちこちから笑い声が聞こえる。でも、次第に声のトーンが落ち着き始め、自分たち思いを語り始める。あんなに帰りたいのに、今は別れが名残惜しいのである。女子班でも、昨日の下りのモヤモヤについて語られ始めた。自分が感じたこと、それに仲間も気づいていながら、そのときはどうもしてあげられなかったこと、負の感情をここまで語り合える仲間って、本当に素晴らしいと感動する。

この8日間を共に乗り越えた仲間だからこそ言える本音がある。等身大の自分が自然で心地よいと思える。この心地よさは、キャンプという非日常だからこそ感じられるものでもある。しっかりこの本音が語り合える関係、受け止めてもらえる幸せを感じてほしい。そして、そんな仲間が確かに存在したことを覚えていてほしい。今後、日常生活で迷ったり辛い思いを抱えたりしたとき、思い出してほしい。自分には、自分を受け入れてくれた仲間が確かにいたことを。そして、そんな仲間は、自分の働きかけや気持ち次第で見つけられることも。

ミーティングもクライマックスを迎え、各班のインストラクターから子ども達へのメッセージも聞こえ始めた。

女子班。「伝えるって大切だね。」何度もインストラクターが繰り返していた。「一人で抱えていても解決できないね。困っている友達、見ているだけじゃ助けてあげられないね。伝えるって難しいね。でも、何をどう伝えるか、大切だよ。」全力少女の8人が、今こうして笑い合っていることは、伝え合った結果である。いいことも、いやなことも、伝え合い、受け止めた、そんな8人の笑顔が女子1班にはあった。

男子2班。「同じ悩みを繰り返したり、途方に暮れたりするより、どうしよう、どうやって乗り切ろうかな、と考えたい。」なるほど、今日の前にある現実が変わらないなら、今自分にできることを一つでも見つけて、前向きに立ち向かってほしいと、心から感じる言葉だった。

男子3班。「自分は、急には変わらない。変化をする手助けをしてくれる人に気づいて、想ってほしい。自分を大切にできない人は、人を幸せにすることはできない。もっと自分を褒めてあげて。」9日間頑張ったこと、やり抜いたこと、これは事実。絶対に変わらない。自信にしてほしい。私も強くそう思う。

この日は、満天の美しい星空。天の川も見える星空の下で、子ども達は思う存分語り合った。

9日目「クリーンナップ・個人ラン・閉会式」

令和元年8月26日(月)

ルート：十種ヶ峰青少年自然の家キャンプ場

テーマ：新たなる旅立ちの日(自立と奉仕)

最終日、晴れた！プログラムを振り返ると、雨に降られ続けたキャンプであった。しかし、最後の最後で晴れた。子ども達の旅立ちを祝福しているようである。最終2日間は、コンクルーディング・フェーズと呼ばれ、身体的・精神的な挑戦のクライマックスとして個人ランを行う。個人ランにはキャンプ終了後もキャンプの効果が持続するように、個人で体験の内面化を図る目的がある。

いつも通り5：00起床。クリーンナップの総仕上げである。点検を受けて、乾いた物品から倉庫にしまっていく。同時に、感想文を記入したりバンダナにお互いのメッセージを書き込んだりと、班での残り少ない時間を惜しむように過ごしていた。

8：30頃から、インストラクターと保護者との面談が行われた。9日間の子どもの様子を具体的な出来事とともに伝えていく。これから日常生活で子ども達を見守る保護者が、子ども達の9日間の心の揺れや頑張りを知ることは、大きな意味を持っている。

さて、いよいよ新たな旅立ちとなる個人ランである。距離は4km。そう、初日に歩いた距離と同じである。それを伝えると、子ども達からは「え？」驚きの声が上がった。でも、だれも「嫌だ」と言わなかった。「走り切ってやる」強い気持ちに切り替わったのを感じた。あの時は、8人で歩いた距離。あの時は、ひたすら辛かった距離。今日は、個人で挑戦する。それぞれが競争ではなく、自分の決めた目標に向かって登り2km、下り2kmのコースに挑戦するのである。大丈夫。走るのは1人だけど、同じように自分の目標に向かって、走っている仲間がいる。自分の可能性をあきらめないで挑戦し続けてほしい、そんな願いが個人ランにはこめられている。

10：30、スタートである。延々と続く坂道に心がくじけそうになったことだろう。それでも止まらない。大丈夫、きっとできる。一步一步、踏み出せば、必ずゴールにたどり着く。9日間、あきらめず歩いてきた子ども達だからこそ実感できる思いを噛みしめながら走りきった。30分～1時間をかけて、すべての子どもが走り切った。早くゴールした子は、仲間の到着を信じて待った。大きな声で仲間を呼んでいる。ゴールを通過した子ども達は迷わず呼ばれた方へ、自分のグループへと走っていく。満面の笑顔である。毎年、この笑顔に私は元気と勇気をもらう。ありがとう。ここへ戻ってきてくれて！！9日間、あきらめず歩き続けてくれてありがとう。



さあ、閉会式。閉会式では、子ども達一人ひとりが「心の冒険」で発見したものについて一言ずつ発表した。本音で話すことの心地よさ、仲間がいるからこそがんばれること、家族に支えられていること、当たり前が当たり前であることのすばらしさなど。9日間でそれぞれの子供達が得たものは何か。それは、自分だけのものであり、何にも代えがたい「宝物」である。

最後に、ディレクターの私から子ども達へエールを送った。2019心の冒険サマースクールは幕を閉じたけれど、「心の冒険」は終わらない。一生続いていくものである。生きるとは、いつも自分の心に問いかけ、誰かの心と向き合い、自分と相手について考え続けることだと思う。同時に、生きるとは、自分の可能性を信じ挑戦し続けることだと思う。



今、この瞬間から新しい「心の冒険」へ旅立つ24人の子ども達。どうかよい旅を。ボン・ボヤージュ。スタッフ一同、あなたたちの「心の冒険」をその「第1歩」を心から、応援しているよ！！