

リフレッシュキャンプ徳地 2015 報告集



発行：リフレッシュキャンプ実行委員会

camp@sosjapan.org

リフレッシュキャンプとは

「遊び」は子どもにとって無条件に楽しい活動であると同時に、知識や対人関係スキルをはじめ自主性や思いやりなど、多くのことを自発的に学び取る場であることは、教育学、発達心理学、文化人類学など様々な分野で言われています。また、国連子どもの権利条約第31条にも遊びは子どもの権利であることが謳われています。

しかし、そのような環境が保障されず、里親のもとにやってくる子どもたちの多くは、とにかく必死で生き抜くことにエネルギーを費やしてきています。安全が守られること、安心できる環境が最優先されなければならず、子どもらしくのびのびと遊ぶ機会を奪われてきました。

このリフレッシュキャンプでは、セミナーを受けたボランティアサポーターが日常を離れた大自然の中で、子どもとともに遊び、食べ、語り、長い時間を過ごします。寄り添い続ける大人の良質な関わりが、子どもの安心感につながり、心から楽しんで遊べる環境が保障されます。

ここでは、**子どもたちの主体性を徹底して尊重**することで、子どもが本来持っている**遊び心**を最大限に活性化させ、厳しい環境を生き抜いてきた力強いエネルギーを、創造的な遊びに変えていくことをめざします。サポーターはキャンプ中ずっと、子どもたちから起こってくる「こんなことをしてみたい」「もっとこうしたい」という遊びのエネルギーに最小限の手助けをしながら、寄り添っていきます。

しかし、子どもたちの中には、発達の問題や対人関係の困難などを抱え、マンツーマンで関わらなければならない子どももいます。安全を守りながら、一人ひとりの気持ちに寄り添い、ゆったりとした時間の中で、心から楽しめるキャンプにするためには、子どもたち一人ひとりの背景や特徴を理解し、配慮しながら、なおかつ子どもと対等に遊ぶことができるサポーターの養成が不可欠です。このサポーター養成は、キャンプ後も里親・里子の理解者として地域に点在する里親・里子支援者づくりにもつながっていると実感しています。

子どもたちはワクワク・ドキドキ、時にはモヤモヤしたりムカッとしたり、様々な感情体験をボランティアサポーターや里子仲間と共有し、里親家庭や学校以外の豊かな人間関係をつくっていきます。里親、里子、ボランティア、キャンプに関わるすべての人間が遊び、交流しながら、関係をつくり、非日常の遊びの空間だからできる新しい自分や他者との出会いによって、自分や家族内の関係性をもリフレッシュさせていく、これまでにない新しい里親・里子支援を目指しています。

リフレッシュキャンプ実行委員会

キャンプ参加 14 里親家庭（大人 24 名、子ども 34 名）、サポーター55 名

リフレッシュキャンプの全体タイムテーブル

9月19日

時間	活動内容
10:30	サポーター全体ミーティング
12:30	受付開始
13:00	始まりの始まりの会 オリエンテーション
14:00	【昼の遊びタイム】 (この指とまれボード)
17:00	
17:30	夕食
18:00	お風呂
18:30	
19:00	夜の遊びタイム (この指とまれボード)
21:00	お風呂
21:30	各自就寝
22:00	

9月20日

時間	活動内容
早朝	早朝遊び
6:30	起床
7:00	朝の集い (自由参加)
7:30	朝食
8:00	【朝の遊びタイム】 (この指とまれボード)
12:00	昼食
12:30	
13:00	最後の遊びタイム
15:00	直感6感 チャレンジャー & 森のレストラン
18:30	スピリッツジャンボリー
19:00	
19:30	
20:00	
20:30	お風呂
21:00	
	各自就寝

9月21日

時間	オモイデ写真 プログラム
早朝	
6:30	
7:00	朝食
7:30	
8:00	
8:30	宿泊棟 片づけ
9:00	上映会 (家族単位で) 新聞づくり 家族写真 (サポーター) キャンプ場片付
11:30	おしまいの始まりの会
12:00	昼食
13:00	送迎バス出発 解散
14:00	サポーター アフターミーティング

<今年のファンタジープログラム> テーマ：多彩と多様

レベルファイブ徳地に棲むスピリッツ(人間ではない何か)、「ユッキヤ」と「デューイ」は、子どもたちのワクワク・ドキドキや楽しい気持ちを感じると、どんどんカラフルになっていきます。「ユッキヤ」と「デューイ」のカラフルは子どもたちやボランティア、さらにはキャンプ場全体へと伝染し、みんなもフェイスペインティングで楽しさを表現していきます。そして「ユッキヤ」と「デューイ」のカラフルが最高潮に達した時、スピリッツの長老パンバラパーンが姿を現します。

1日目（9月19日）

13:00 始まりの始まりの会

遊びの伝道師ジミーから、プロップ財団から送られてきた今年のミッションが告げられます。ユツキヤとデューイの写真も回され、それを目にした子どもたちは大興奮。スーパーナス（看護師さん）による健康チェックのあとは、いよいよキャンプの幕開けです。



（写真：遊びの伝道師ジミーと、スーパーナス ももレンジャー）



（里親会 天久会長）

【この指とまれボード】

今年は、“この指とまれボード” というものを作りました。このボードには、その日にすることのできる遊びが書かれた紙が貼られ、子どもたちはその中にしたいことがあれば、その紙に自分の名前を書いたふせんを貼ります。自由に参加できる活動はもう一つのボードに貼り、どんなことがあるのかを子どもたちが把握できるようにしました。2日目には、自分たちがやりたいことを紙に書いて貼ることもでき、ボードを使って仲間を集めます。おさんぼや栗ひろい、虫取り、サッカー、釣りなどたくさんの遊びが貼られて、あれもやりたい、これもやりたいと、みんなとても楽しそうでした。自分が提案した遊びが実現する時の子どもたちのワクワク・ドキドキが伝わってきました。



14:00~17:00 昼の遊びタイム

【この指とまれボード】に提案された遊び

- マウンテンバイク
- バームクーヘンづくり
- ディスクゴルフ
- 草スキー

マウンテンバイクと草スキーを選んだ子どもたちは、拠点遊び場の【キャンプ場】から少し離れた丘の方に皆で移動です。もちろん行く道中も遊びながら♪



【キャンプ場では】

キャンプ場には4つのゾーンが作られ、子どもたちは好きな時に好きな場所で思いきり遊びました。大自然の中で走り回ったり、夢中で虫取りをしたりする姿も見られました。

バームクーヘンやドラム缶ピザづくりをしました。火おこしや生地づくりから始め、サポーターと一緒に、竹に生地を少しずつぬって丁寧に焼いていき、きれいな層のとってもおいしい手作りバームクーヘンができました。できたてを他のゾーンのみんなに配達する子どもも現れ、甘くてほかほかのバームクーヘンも焼き立てのピザも大人気でした。

【キャンプ場】

うまか
ゾーン

ずんずん
ゾーン

もえる
ゾーン

できる
ゾーン

カラフルな太鼓や、めずらしい楽器がたくさん並べられ、子どもたちは自由に音をならして遊べます。「ユッキヤ」と「デューイ」を呼び出すリズムをドラムマスターに教えてもらい、みんなで一緒に演奏したりもしていました。「ユッキヤ」「デューイ」が現れた時には、子どもたちは大興奮でした。

夕方からはキャンプファイヤーがはじまり、ずんずんゾーンの太鼓たちも火の回りにあつまり、子どもたちは思い思いの時間をすごします。落ちていた栗やマシュマロを火で焼いて食べたりもしました。

ダンボールやキラキラシールなど様々な材料があり、家やお店屋さん、車などを作ったり、飾りつけをしたりしていきました。「ここで寝るから、日が暮れるまでに仕上げなきゃ」と真剣な表情で家づくりに取り組む子、「私のお家遊びに来ていいよ」と案内してくれる子、あいにく、寒さが厳しくダンボールハウスで寝ることはできませんでしたが、みんな日が暮れてもなんとか家に屋根をつくろうと頑張っていました。カッターを持ったサポーター“カッターマン”も大活躍でした。



『ドラム缶ピザの下地完成♪
できたら皆に配達しよう』

『わたしのおうち、かわいいでしょ。
あとでお茶しに来てね』



『生まれて初めてほんとの栗みつけたよ。
こんなとげとげの中にあるんだね』



19:00~20:30 夜の遊びタイム



【この指とまれボード】に提案された遊び

- ナイトウォーク
- 天体観測

(うまかゾーンともえるゾーンが合体して、おつまみの館に)

●夜のキャンプ場

お昼に作った段ボールの家作りに夢中になって取り組んでいました。最後にはジミーに透明の屋根をつけてもらい、ドアがついていたり、中から星が見えたりなど、大人が驚くほどの工夫がされたとっても素敵なお家ことができました。夜は、キャンプ場の気温が下がり、実際に泊まることはできませんでしたが、みんなは完成したお家に入り、とても楽しそうにしていました。おつまみの館では、マシュマロやウィンナーを焼いて食べました。

2日目（9月20日）

8：00～14：30 朝・昼の遊びタイム



（紙ランタン）

【この指とまれボード】に提案された遊び

- 輪ゴム鉄砲づくり
- 紙ランタン
- 釣り
- ドラム缶ピザ
- 青空ヨガ

●キャンプ場にて

1 日目に作ったお家に飾りや家具を付け加えたり、新たに木陰に移動した作るゾーンでは、紙ランタンお姉さんが来てくれて、キャンプファイヤーで使う紙ランタンに絵をかいたり、輪ゴムてっぽうを作ったりしました。気が付くとほとんどの男の子が輪ゴムを飛ばして遊んでいました。フェイスペインティングのコーナーもできて、カラフルな顔をした子どもたちやサポーターが徐々に増えていきました。

ずんずんゾーンでは、「ユツキヤとデューイ」を呼び寄せるリズムを覚えてもらった子どもたちは、周りをキョロキョロ見渡しながらか、みんなで息を合わせて太鼓演奏しました。「ユツキヤとデューイ」が遠くに現れた時には、みんな大興奮しました。



（ずんずんゾーンの様子）

●釣り

この指とまれボードに貼られた「釣り」が大人気で、午後から2班に分かれて近くの川に釣りに行きました。釣りといっても、まずは釣竿を作ることからスタートです。子どもたちはそれぞれ良さそうな木の棒を探してきて、麻ヒモを釣り糸にして、自分の釣り竿を準備しました。エサも自分たちで準備します。お弁当の残りや、自分で見つけて来たクモをエサにしている子もいました。魚は釣れませんでしたか、カニを見つけて大興奮。初めて生きたカニを見た子もいたようです。他にも、石の裏には生き物がたくさんいることに気付いた子どもたちは、協力して生き物探しに夢中になりました。



（自分たちでつくった釣竿で）

15:00~18:30 直感6感チャレンジャー&森のレストラン

一緒にカレーを作るグループをつくり、キャンプ場のあちこちに隠された“カレー材料カード”を探します。カードをゲットしないと、野菜もお肉もカレールーもお鍋もありません。みんな走りまわって一生懸命探していました。

鍋がないグループ、お肉が少ないグループ、じゃがいもがたくさんあるグループなど様々でしたが、各グループの獲得結果発表の後に、カードの交換タイムを設けると、お互いにカードを交換したり、少ないグループに分けてあげたりする姿が見られ、どのグループもカレーに必要な材料をすべて集めることができました。

そのあとは、集めた材料を受け取ってカレー作りです。サポーターと一緒に、包丁を使って野菜を切ることにチャレンジしたり、煙で目が痛くなりながら具材を炒めたり、スペシャルカードをゲットしたグループは、チョコレートやスパイスなども入れてオリジナルの美味しいカレーができました。野外で仲間とわいわい食べるカレーの味は格別だったでしょう。たくさんおかわりをして、ご飯が足りなくなるほどでした。



(里親さんたちも自分たちでカレー作り)

19:00~20:30 スピリッツジャンボリー

辺りもすっかり暗くなり、みんなでキャンプファイヤーの火を囲んでいると、カラフルになったユッキヤとデューイ、そして長老パンパラパーンが、みんなのおかげでカラフルになれたと、お礼を言うために姿を現しました。あちこちで楽器が鳴り出し、火の回りをリズムカルな音楽に合わせて踊りだす3つの生命体につられて、子どもたちもサポーターも一緒になって火の回りを踊ったり、楽器を鳴らしたりして、とても賑やかな宴となりました。

最後はパンパラパーンから“不思議な実のなる木”や“竹のコップで飲む不思議な飲み物”がプレゼントされ、子どもたちはそれを食べたり飲んだりして最後の夜を楽しみました。



(紙ランタンに点灯)



(カラフルになったユッキヤとデューイ)



(不思議な実のなる木)

ユースプログラムをサポートして

サポーター しょう

ユース（10才～中学生）の子どもたちは、1日目は、2日目のカヌーに向けての説明を受けた後、各々自分の行きたいゾーン行きました。ゾーンでの遊びに参加して家作りやバームクーヘン作りを楽しむ子どももいれば、遊びには参加せずに、スタッフや子どもたちとおしゃべりや追いかけっこなど関わりを楽しむ子どももあり、それぞれがそれぞれの楽しみ方をしている様子でした。

2日目は、カヌーにのりました。午前中は、近場で漕ぎ方の練習をし、午後からは少し遠いところまで湖の探検に行きました。最初は慣れない様子で、オールの扱いが難しそうだったり、お互いのボートがぶつかったりしていましたが、徐々にコツをつかみ、ボートを上手に動かし、日頃なかなか味わうことのないカヌーならではの風景を味わっていました。夜は、暗闇の中で火が燃え、楽器の音がドンドコになっているスピリッツジャンボリーの雰囲気、スピリッツと一緒に踊ったり、楽器を鳴らしたりして楽しんでいました。

全体的にプログラムが小学生以下を主体に考えられている部分が多かったため、今後は、ユースの子どもたちも、本当にやりたい・楽しいと思えるようなプログラムに工夫していく必要があります。プログラムの自由度を少しあげ、ある程度の枠の中で、子どもたち自身がプログラムを作っていけるようにすることや、夜の活動にユースだからこそできるような特別プログラムをつくったりすることなど、ユースの子どもたちが主体となることのできるようなプログラムにすることで、よりユースの子どもたちが楽しいと感じることにつながっていくと思いました。

私は、スタッフというより友達という感じで、ユースの子どもたちと2泊3日ほとんどの時間を一緒に過ごしたように思います。その中で、私は、子どもたちの色々な顔に出会うことができました。友達とはしゃぐ楽しそうな顔、カヌーにのれてよかったという嬉しそうな顔、スタッフを気遣う優しい顔、年下の子の面倒を見ているお姉さんの顔、親に話しかけられた時の少し恥ずかしそうな顔、注意されて意味分かんないと怒った顔、夜寝る前の少し寂しそうな顔。ユースの子どもたちは、思春期に差しかかっていることもあり、素直に気持ちを表現できずに強がっているなあと感じることも多かったのですが、ふとした瞬間に見せる「この子、こんな顔をするんだ」というありのままの姿は、とても愛おしく感じられました。

ユースの子どもたちと過ごした時間は私自身にとっても、とても楽しく、色々なことを教えてもらえたかけがえのない貴重な経験となりました。



写真集



親プログラムについて

里親 たけちゃん

親のためのプログラムは、森林ヨガとノルディックウォーク、カヌーの3つでしたが、実際は子どものプログラムに親も参加し、マウンテンバイク、野外調理、カヌー、ドラムワークなど、子どもたちと一緒に楽しむことができました。

ヨガは、青空の中、マットを敷いて、ゆったり寝転び、静かに呼吸。リラクゼーションのあとは、いくつかポーズを教えていただきました。最後におまけで気になる部分を1つ皆が言って、それぞれほぐしてもらったり、ちょっとしたコツを教わったりして、全体的にのんびりと和気あいあいとした時間を持つことができました。(写真がないのが残念です)

ノルディックウォークは、「基本の教習だけかと思ってたら、実際に森の中をかなり歩きました。しっかり汗をかいたけど、楽に歩いて気持ち良かったです」との参加者の声。

野外調理は初日のバームクーヘン作り、二日目のピザ作り。バームクーヘン作りは子ども主体でしたが、大人もいっしょに楽しめました。竹の筒に塗る作業は大人でも難しく、失敗も大切な経験だと思いながら頑張りました。

カヌーは天候に恵まれたこともあり、とてもいいリラクゼーションになりました。カヌーの操作には一定の緊張感がありましたが、もっと多くの人に参加を呼びかければよかったと思いました。メニューは基本の乗り方、進む、曲がる、止まる等、パドルの操作方法、水面下の障害物を避けて進路を取る練習、流れに逆らって進む練習、仕上げとしてダム湖の秘境を探索しました。短時間ながら充実した内容で、ボランティアガイドの原さんに感謝します。

ずんずんゾーンに参加した親は、「無心に(ドラムを)叩いているうちにストレスが発散されるというのか、癒される感じがあった」と言っていました。もともとドラムは、遠くにいる仲間に、何らかの情報を伝えるための伝達手段であったと言われていいますので、仲間の応答を求める本能が、遠い記憶の中で呼び起こされるのかも知れません。

このキャンプで提供される子どもと別々に過ごす時間は、まず第一に自由な時間を使えると言う意味で有難いものです。親子でいると、どうしても親として子どもに接そうとしてしまいますが、子どもから離れることで、親もまた自由に遊び、子どもの境地に近づくことができました。このことが最も私たちに必要なことではないかと感じています。子どもとほとんど離れたことのない里親にとっても、親子ともども良い体験になったようです。里親によっては「キャンプの間、ワガママを聞いてもらって、その後の反動が大変」と言う人もいますが、里親には大変な状況を抱えた人も多く、体を動かす楽しさや、日常と違う風景や他者との出会いは、日常の気持ちを少しは豊かにし、リフレッシュにつながると思っています。

3日目（9月21日）

9：00～11：30 オモイデ写真プログラム

思い出写真隊によって撮影された2日間の写真が長机に並べられ、子どもたちは、自分や一緒に過ごしたサポーターの写真を見つけては喜びながら、写真を見て回っていました。全員が集まったところで上映会の始まりです。スライドには、自然の中で子どもたちが見せる様々な表情が映し出され、この2日間本当にいろいろなことがあったことを物語っていました。

参加者全員で参加する上映会が終わった後は、家族単位の時間です。好きな写真を5枚まで選び、オモイデ新聞をつくっていきます。新聞の名前も「リフレ新聞」「たのしかった新聞」など子どもたちがそれぞれ考えます。

新聞ができたら、最後は家族写真の撮影です。家族で一番気に入っているところに行き、カメラマンが一家族ずつ丁寧に写真を撮ってくれます。



(上映会)



(オモイデ新聞づくり)



11：30 おしまいの始まりの会

最後にふたたび、全員であつまり、このキャンプは終わったけれども、また新たな日常がはじまることを告げ、キャンプは終わりました。

最後には里親さんたちの車をお見送りです。

「また来年もくる?」「じゃあ、僕もこよう」

そんな会話が交わされながら、子どもたちは日常へと帰って行きました。

2015年度のサポーター養成セミナー

今年度は、以下の通り研修を行いました。のべ162名のサポーターが参加し、54名がキャンプに参加しました。

- ① 7月18日(土) 9:30~18:00 32名
セミナー内容:「遊びを通した子どものケア」「ワクワク・ドキドキ子どもプログラム体験ワーク」「遊びを通したチームビルディング」など。
- ② 8月29日(土) 9:30~18:00 41名
セミナー内容:「発達障害・愛着障害の理解」「遊びの中のリスクマネジメント」「遊びを通して自分を振り返る」など。
- ③ 9月12日(土) 13:00~17:00 45名/20:00~21:30 11名
セミナー内容:全体ミーティング、ネイチャーゲーム、リスクマネジメント
- ④ 9月13日(日) 9:00~12:30 11名
セミナー内容:現地でのリスクマネジメントについて
- ⑤ 10月17日(土) 17:00~21:00
セミナー内容:振り返りミーティング



キャスティング2015

キャンプディレクター：ねーさん

プログラムディレクター：ジミー

➤ K(幼児)グループ

リーダー：まつつん サブリーダー：えまえま・ふうちゃん

いっくん・ぴろ・ゆっこ・つき・ゆい・ゆっきー・ぐりさん・ひなたん・ももこ
・ちひろん

➤ U(小学生)グループ

リーダー：きよにい・さっちゃん サブリーダー：きんちゃん・うめちゃん

けんすけ・こうへい・しんちゃん・はやみ・あや・かおり・りっちゃん・やわていー
・あつし

➤ ユースグループ リーダー：しょう やましょう・りな

➤ もえるゾーン リーダー：なかもん ともちゃん・はな

➤ できるゾーン リーダー：しげぞう ようこ

➤ うまかあゾーン リーダー：ひろさん クイーン

➤ ズンズンゾーン ファシリテーター：あまのっち

リーダー：たまちゃん えりりん・えいみー

➤ ファンタジープログラム

リーダー：やっしー ユツキヤ：あけひ デューイ：まさし

ゆーみん・なつ・ぴよた・かず

ドングリット4世(声)：ゴルゴ (特別出演) パンパラパーン：ざっきー

➤ オモイデ写真隊 リーダー：タッキー もずく

➤ フリー(キャンプ場) どんぐり

➤ スーパーナス ももレンジャー

➤ 本部 ゆきさん・まき・ザッキー・ともさん・ももちゃん・はるか・りなこ

