

「英彦山ファミリー登山」HP 原稿

○ 主催事業名

平成29年度主催事業「英彦山ファミリー登山」～家族で目指せ1188～

○ ねらい

家族で行う英彦山登山において、目標達成に向けた子どもの頑張りを家族で認め合う「鍛ほめ福岡メソッド」を取り入れた活動を通して、子どもの自己肯定感やチャレンジ精神を育成するとともに、家庭の教育力の向上を図る。

○ 期日

平成29年11月12日（日）

○ 参加者

9家族（22名）

○ 講師

日本体育協会山岳マスター上級コーチ 園川 陽造 氏  
 日本山岳会北九州支部 縄手 修 氏

○ プログラム

【11月12日（日）】

日 程	内 容	場 所
9:00～9:20	受付開始	ひこさん花工房
9:20～9:35	出会いのつどい	ひこさん花工房
9:35～9:50	説明：自然体験活動と「鍛ほめ福岡メソッド」について	ひこさん花工房
10:00～15:15	各登山コース 昼食：山頂 DE クッキング A ひこさん花工房→三日月池→奉幣殿→中岳→奉幣殿→ 三日月池→ひこさん花工房（約7.0 km） B ひこさん花工房→三日月池→ボッカ道→中岳→ ボッカ道→三日月池→ひこさん花工房（約7.4 km）	
15:15～15:50	活動の振り返り・別れのつどい・アンケート記入	ひこさん花工房
15:50～	解 散	

○ 活動の様子

【説明：自然体験活動と「鍛ほめ福岡メソッド」について】

秋晴れのもと、「英彦山ファミリー登山」を開催することができました。今回の事業には、講師2名の他に日本山岳会北九州支部の3名の方がボランティアとしてサポートしてくださいました。

出会いのつどい後、本事業のねらいが達成できるように、自然体験活動のよさや福岡県教育委員会が進めている福岡県独自の指導法「鍛ほめ福岡メソッド」について、青年の家職員が説明を行いました。

まず、国立青少年教育振興機構の調査を基に、幼少期に自然体験活動を多く経験した子どもの方が、自己肯定感や道徳観・正義感が高くなることや学力向上にも関係することを説明しました。次に、「鍛ほめ福岡メソッド」の仕組みを説明しました。「鍛ほめ福岡メソッド」は、子どもたちが「目標を立て」、目標達成に向けて「挑み」、その頑張りを「認め合う」という3つの活動を行い、次の活動への原動力を高め、新たな目標を設定するというサイクルで行われます。最後に、この3つの活動を使って実施する本日のプログラムについて説明しました。

### 【登山】

説明後、「英彦山中岳山頂を家族で目指す」という目標達成に向けて、2つのコースに分かれ登山しました。登山コースは、子どもたちの体力や経験を考慮して選択してもらいました。登山中は親子で声を掛け合いながら登山する姿が見られました。また、休憩中には、親子で発見した生きものについて話したり、子どもの頑張っていた様子を保護者が認めてあげたりする姿が見られました。そして、全ての家族が、目指していた中岳山頂(1188m)へたどり着くことができました。参加した子どもたちからは「疲れたけれど、うれしかった。」「気持ち良かった。」「生まれ変わった気分だった。」などの達成感を味わう声が聞かれました。



家族で声を掛け合い登山する参加者



元気よく登山する子どもたち



休憩中に家族や参加者同士で声を掛け合う参加者



### 【山頂 DE クッキング】

全家族が山頂に到着したところで、みなさんが楽しみにしていた昼食作りを行いました。少し困難が伴うような活動を仕組むことで、子どもたちの達成感を高められるように、子どもたちにも調理器具や食材を山頂へ運んでもらいました。レトルト食品を使った簡単な料理でしたので、子どもたちも積極的に調理に参加していました。参加者からは「自然を楽しみながら調理するという貴重な体験ができました。メニューも簡単でおいしかったです。」「温かい料理があんなにもおいしいとは思いませんでした。」などの声が聞かれました。自分たちで調理器具や食材を運び、調理した料理を食べることで、山頂でのひとときが充実した時間となったようです。



家族で協力して昼食づくりを行う参加者

### 【振り返り活動】



今日の振り返りをする参加者

下山後、頑張りを認め合う振り返りの活動を行いました。子どもたちには「頑張ったこと」を付箋紙に書いてもらい、保護者には「ほめてあげたいこと、子どもたちの姿を見てうれしかったこと」を付箋紙に書いてもらいました。書いたものを基に家族で交流を行いました。子どもたちは、「きつくて山頂まで登れたこと」や「山頂での料理作りの手伝いを頑張ったこと」などについて伝えていました。保護者は、「たくさんのすれ違う人にあいさつをしていたこと」や「転んでも

泣き言を言わずに頑張れたこと」など、登山中の子どもの姿をいろいろな視点からほめていました。ほめられた子どもたちは、にこやかな笑顔を見せていました。



みなさん目標を達成して下山することができました。

#### ○ 全体をとおして

今回の事業では、「鍛ほめ福岡メソッド」を生かして、子どもたちに、自己肯定感やチャレンジ精神を高めることと家庭の教育力の向上を図ることをねらいとしていました。参加した子どもたちからは、「登山をがんばってほめられたからうれしいです。これからもいろいろな山に挑戦したいです。」「いろいろなことに挑戦してできることを増やそうと思います。」という感想があり、子どもたちの自己肯定感やチャレンジ精神を高めるきっかけとなったと思います。また、保護者からは、「今後も自然体験活動に参加したいです。また、家族でも登山、キャンプ等を実施していきたいです。」「普段は子供をほめることなど、あまり意識していないのでこの機会に考えることができました。」といった感想があり、自然体験活動のよさを実感し、鍛ほめ福岡メソッドについての理解を図ることにつながったものと考えます。

今後も、家族で自然体験活動の魅力を味わうとともに、「鍛ほめ福岡メソッド」について理解を図ることができる事業を企画していきたいと思います。



中岳登頂を喜ぶ参加者のみなさん