



「リフレッシュ・キャンプ」参加者アンケート調査報告

平成23年11月7日

国立青少年教育振興機構では、東京電力福島第一原子力発電所の事故の影響により、外遊びやプールの利用を控えるなど、日常生活の中で多くのストレスを抱えている福島県の児童・生徒を対象に、心身の健全育成やリフレッシュを図るために、7月21日から8月31日の間に実施した「リフレッシュ・キャンプ」（主催：文部科学省、国立青少年教育振興機構）の参加者に対して、夏休み前の余暇時間の過ごし方や、キャンプに参加する前とキャンプに参加した後の意識や気持ち等を調査するアンケートを実施した。

<主な調査結果>

結果① 夏休み前、「リフレッシュ・キャンプ」の参加者の多くは、余暇時間を室内で過ごしていた。

■室内で「友だちとおしゃべりをしていた」小学生、中学生が多く、その他も「トランプやおセロ、将棋などをした」、「読書をした」と学校の休み時間も下校してからも静的な過ごし方が上位を占めた(p8~11 図1~4)。

■過ごす場所は、小学生も中学生も教室の比率が最も高い。次いで、廊下、体育館が挙げられる。グラウンドについては、小学生も中学生も2割にも満たず、室内が遊んだ場所として上位を占めた(p12 図5・6、p13 図7・8)。

結果② 「リフレッシュ・キャンプ」への参加後は、子どもたちの意欲が向上した。

■「無気力」、「愛他性」、「うつ反応」、「精神的混乱」、「不安反応」各カテゴリにおいて、キャンプ参加後の得点が向上しており、キャンプ前とキャンプ後の間には有意な差がみられた。特に、「無気力」のカテゴリについては、「いろいろなことにやる気がある」等の得点の向上が著しく、児童・生徒の無気力が解消あるいは改善しており、意欲が向上したと考えられる(p15・16 表7、図10)。

結果③ 「リフレッシュ・キャンプ」の参加者は、体を動かす活動のニーズや満足度が高く、もう一度参加したいという要望も高い。

■事前調査において、リフレッシュ・キャンプで企画された活動内容への興味や「どこかに行きたい」、「からだを動かしたい」といった欲求が参加動機になっている。それに対し、事後調査の「楽しかったこと」として、リフレッシュ・キャンプにおいて企画された活動や体を動かすことができた活動が上位であった(p21 図17、p22 表14・図18)。

■「また参加したい」と回答した比率は全体の92%と高かった。また、期間についても「3泊4日よりもっと長い方がよい」と回答した比率は52%であり、「同じく3泊4日がよい」と回答した比率が26%であったことから、「また参加したい」、「もっと長い期間がよい」という参加者の要望が高かった(p23 図20・21)。

【お問合せ】独立行政法人国立青少年教育振興機構 青少年教育研究センター
担当：中村

〒151-0052 東京都渋谷区代々木神園町3番1号
[TEL] 03-6407-7742 (直通) [FAX] 03-6407-7689

1. 調査概要

(1) 目的

「リフレッシュ・キャンプ」の参加者を対象に、被災後の子どもたちの余暇時間の過ごし方や心身への影響等の実態を調べるとともに、それらが「リフレッシュ・キャンプ」に参加したことでどのように変容したかを調べ、体験活動が心身にもたらす意義の一側面を提示する。

(2) 調査内容

- ① 夏休みが始まる前の学校内外での余暇時間の過ごし方に関する調査項目
- ② 体や心の状態の変容に関する調査項目
- ③ 「リフレッシュ・キャンプ」の参加動機や満足度に関する調査項目

(3) 調査方法

調査対象：小学校4年生以上のリフレッシュ・キャンプの参加者

(注) リフレッシュ・キャンプ参加者中で小学校3年生以下及び保護者は調査対象から除外している。

調査方法：質問紙を用いた事前事後調査（初日と最終日に回答、その場で回収）

(4) 回収率

回収率は98%である。

表1 回収率内訳

	参加者人数	有効回答数	回収率
小学校4年生	673	650	97%
小学校5年生	664	634	95%
小学校6年生	622	586	94%
中学校1年生	190	189	99%
中学校2年生	105	101	96%
中学校3年生	35	35	100%
合計	2289	2258	98%

※学年のみ無回答の63名を有効回答数に加えている

(5) 調査研究協力者

明石 要一（千葉大学教育学部教授）

2. 「リフレッシュ・キャンプ」事業概要

(1) 趣旨

自然体験活動やスポーツは子どもの心身の健全育成のために極めて重要であるにもかかわらず、福島県の子どもたちは、東京電力福島第一原子力発電所の事故の影響により、外遊びやプールの利用を控えるなど、日常生活の中で多くのストレスを抱えている実態がある。

そこで、一定期間、外遊び、スポーツ及び自然体験活動等ができる機会を提供し、福島県の児童・生徒の心身の健全育成やリフレッシュを図ることを目的として実施する。

(2) 主催

文部科学省、独立行政法人国立青少年教育振興機構

協賛

コカ・コーラ

(3) 実施場所・期日・参加人数

国立磐梯青少年交流の家 計1,131名

B-1	第1回	平成23年7月23日(土)～7月26日(火)	96名
B-2	第2回	平成23年7月26日(火)～7月29日(金)	242名
B-3	第3回	平成23年8月1日(月)～8月4日(木)	126名
B-4	第4回	平成23年8月14日(日)～8月17日(水)	108名
B-5	第5回	平成23年8月17日(水)～8月20日(土)	244名
B-6	第6回	平成23年8月23日(火)～8月26日(金)	175名
B-7	第7回	平成23年8月28日(日)～8月31日(水)	140名

国立那須甲子青少年自然の家 計2,692名

N-1	第1回	平成23年7月21日(木)～7月24日(日)	323名
N-2	第2回	平成23年7月24日(日)～7月27日(水)	333名
N-3	第3回	平成23年7月27日(水)～7月30日(土)	319名
N-4	第4回	平成23年7月30日(土)～8月2日(火)	279名
N-5	第5回	平成23年8月2日(火)～8月5日(金)	259名
N-6	第6回	平成23年8月6日(土)～8月9日(火)	118名
N-7	第7回	平成23年8月11日(木)～8月14日(日)	171名
N-8	第8回	平成23年8月16日(火)～8月19日(金)	313名
N-9	第9回	平成23年8月21日(日)～8月24日(水)	194名
N-10	第10回	平成23年8月24日(水)～8月27日(土)	280名
N-11	第11回	平成23年8月27日(土)～8月30日(火)	103名

(4) 対象

福島県内の小学校1年生～中学校3年生

(N-7は、就学前～小学校2年生までの子どもとその保護者対象)

(5) プログラム

(1) 小学1～3年生対象基本プログラム

	午前	午後	夜
1日目		仲間作りレクリエーション	ボラと遊ぼう(自主活動)
2日目	室内オリエンテーリング	プールでの水遊び	語りの会
3日目	創作活動	パノラマハイキング	キャンプファイヤー
4日目	チャレラン(小3は竹とんぼ)		

(2) 小学4～6年生対象基本プログラム

	午前	午後	夜
1日目		仲間作りレクリエーション	ボラと遊ぼう(自主活動)
2日目	アスリートと遊ぼう	沢歩きハイキング	熊打ちの話
3日目	うどん打ち	プールでの水泳・水遊び	キャンプファイヤー
4日目	創作活動(竹とんぼ)		

(3) 中学生対象基本プログラム

	午前	午後	夜
1日目		仲間作りレクリエーション	ボラと遊ぼう(自主活動)
2日目	アスリートと遊ぼう	沢歩きハイキング	熊打ちの話
3日目	プールでの水泳・水遊び	うどん打ち	キャンプファイヤー
4日目	創作活動(焼き板)		

(4) 就学前の子ども及び小学2年生までの児童とその保護者対象基本プログラム

	午前	午後	夜
1日目		親子でゲーム	
2日目	屋内プールでの水遊び	自然観察	自主活動
3日目	そば打ち	親子でスポーツ	キャンドルファイヤー
4日目	創作活動		

※ 創作活動(竹細工、わら細工、焼き板工作など)

※ 自主活動(星空観察、ナイトハイキング、絵本読み聞かせ、紙芝居などスタッフが様々なコーナーを設置し、子ども達が自主的に参加する活動)

(6) 指導体制

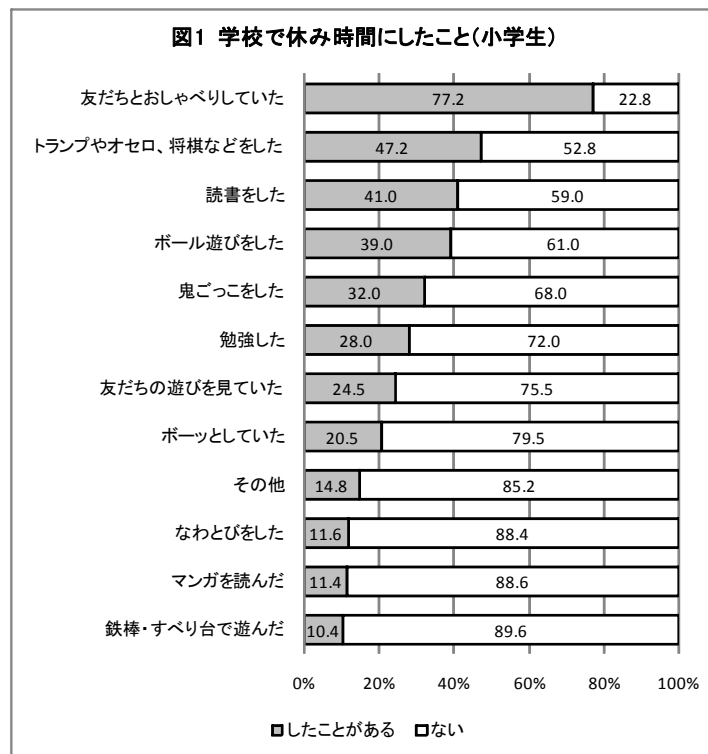
期間中2カ所でキャンプを実施するにあたり、スタッフとして、文部科学省職員、国立青少年教育振興機構本部及び地方施設職員延べ260名、そして公募したボランティア延べ353名が生活場面の指導及び活動指導に当たった。特に、班を引率したスタッフは、子どもたちと同じ部屋で寝泊まりし、安全の確保とともに心理面の安定が図られるように配慮した。

3. 調査結果の概要

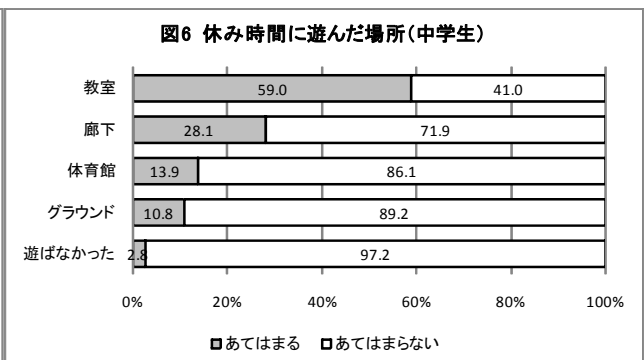
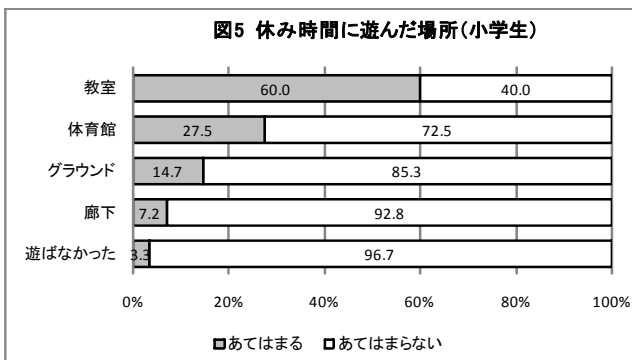
結果① 夏休み前、「リフレッシュ・キャンプ」の参加者の多くは、余暇時間を室内で過ごしていた。

- ・室内で「友だちとおしゃべりをしていた」小学生、中学生が多く、その後も「トランプやオセロ、将棋などをした」、「読書をした」と学校の休み時間も下校してからも静かな過ごし方が上位を占めた(p8~11 図1~4)。
- ・過ごす場所は、小学生も中学生も教室の比率が最も高い。次いで、廊下、体育館が挙げられる。グラウンドについては、小学生も中学生も2割にも満たず、室内が遊んだ場所として上位を占めた(p12 図5・6、p13 図7・8)。

〔夏休みがはじまる前1週間の学校内外での余暇時間の過ごし方結果の一部〕



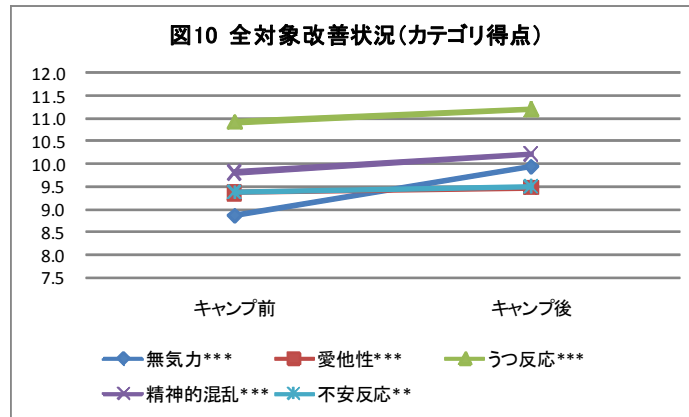
〔学校種別夏休みがはじまる前1週間の学校内外での余暇時間を過ごした場所(よく遊んだ場所)〕



結果② 「リフレッシュ・キャンプ」への参加後は、子どもたちの意欲が向上した。

- ・「無気力」、「愛他性」、「うつ反応」、「精神的混乱」、「不安反応」各カテゴリにおいて、キャンプ参加後の得点が向上しており、キャンプ前とキャンプ後の間には有意な差がみられた。特に、「無気力」のカテゴリについては、「いろいろなことにやる気がある」等の得点の向上が著しく、児童・生徒の無気力が解消あるいは改善しており、意欲が向上したと考えられる(p15・16 表 7、図 10)。
- ・男女別では全体得点では差がみられなかったが、カテゴリ得点において、「無気力」、「愛他性」、「うつ反応」において、男女の得点間に有意な差がみられた(「うつ反応」についてはキャンプ後のみ有意な差がみられた)。それらのカテゴリについては、男子もキャンプ後に得点が向上しているものの、「無気力」、「愛他性」、「うつ反応」については、男子より女子の得点が高かった(p17 表 9、図 12)。
- ・地域別では得点に多少の違いがあるものの、すべての地域において同様の得点の傾向を示した。地域別の比率が大きく異なるので、得点によって比較することはできないが、その傾向から、この地域区分では、児童・生徒の変容に差が見られない(p19・20 表 13、図 16)。

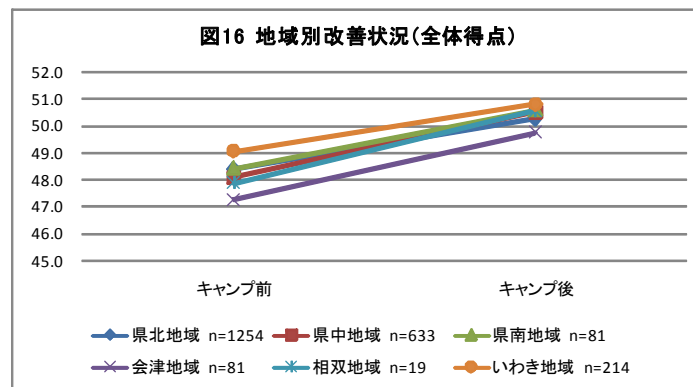
[心や体の状態等の変容について (全対象、男女別、地域別改善状況)]



カテゴリ	性別	キャンプ前	男女差	キャンプ後	男女差	t値	有意差
無気力	男子	8.8	1.9*	9.9	2.8*	18.9	***
	女子	9.0		10.1	19.3	***	
愛他性	男子	9.1	7.9***	9.2	8.2***	2.5	*
	女子	9.7		9.8	2.1	*	
うつ反応	男子	10.9	-	11.1	1.4*	5.8	***
	女子	10.9		11.2	6.6	***	

男女差はt値と有意差

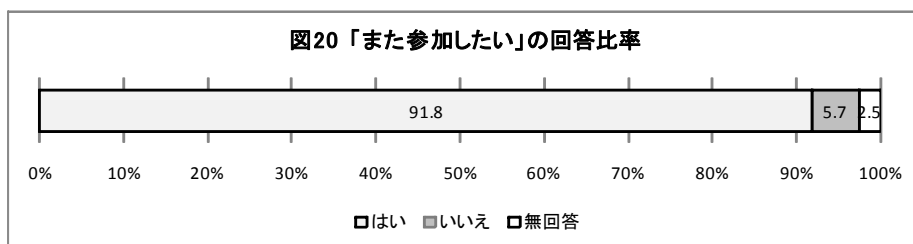
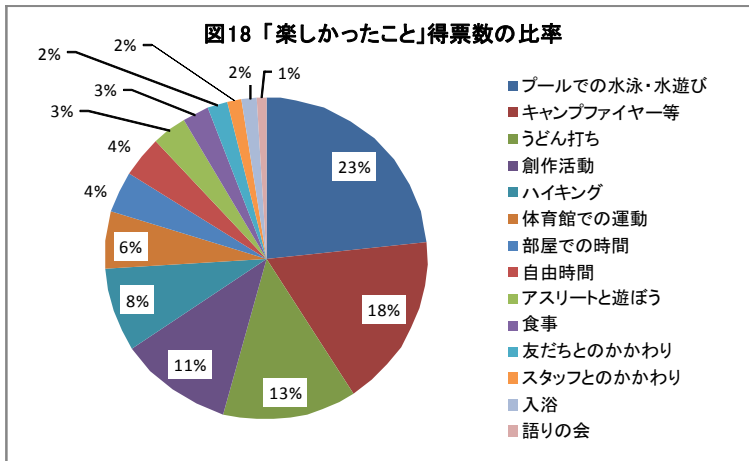
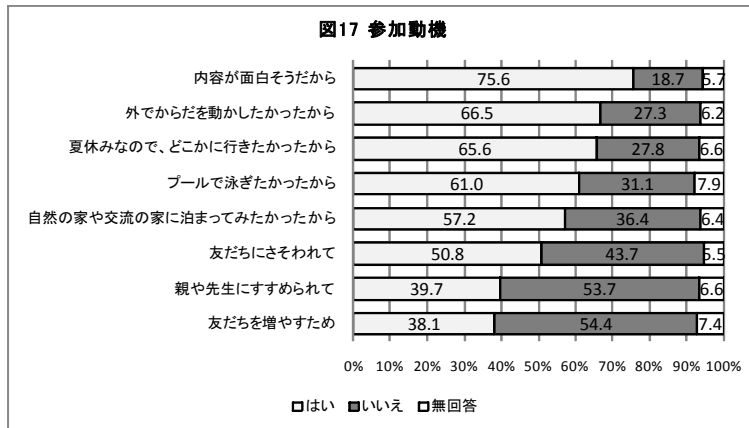
***p<.001 *p<.05



結果③ 「リフレッシュ・キャンプ」の参加者は、体を動かす活動のニーズや満足度が高く、もう一度参加したいという要望も高い。

- ・事前調査において、リフレッシュ・キャンプで企画された活動内容への興味や「どこかに行きたい」、「からだを動かしたい」といった欲求が参加動機になっている。それに対し、事後調査の「楽しかったこと」として、リフレッシュ・キャンプにおいて企画された活動や体を動かすことができた活動が上位であった(p21 図 17、p22 表 14・図 18)。
- ・「リフレッシュ・キャンプは楽しかったですか」に対し、「とても楽しかった」、「楽しかった」と回答した比率は 96%、「班のリーダーは親切でしたか」に対し、「とても親切だった」、「親切だった」と回答した比率は95%であり、キャンプ全体やスタッフのかかわりに対し、高い満足度を示した(p23 図 19)。
- ・「また参加したい」と回答した比率は全体の 92%と高かった。また、期間についても「3泊4日よりもっと長い方がよい」と回答した比率はその倍の 52%であり、「同じく3泊4日が良い」と回答した比率が 26%であったことから、「また参加したい」、「もっと長い期間がよい」という参加者の要望が高かった(p23 図 20・21)。

〔参加動機、「楽しかったこと」得票数の比率、「また参加したい」の回答比率〕



4. 調査結果の詳細

(1) 有効回答者数

リフレッシュ・キャンプの参加者のうち、小学校4年生～中学校3年生の児童、生徒が回答した。その内訳は以下のとおりである。

男女では大きな差はないが、小学生と中学生では小学生の比率が高く、地域では県北地域と県中地域の比率が高い。

表2 性別有効回答者数

	度数	パーセント
男	1205	53.4
女	1049	46.5
無回答	4	0.2
合計	2258	100

表3 学校種別有効回答者数

	度数	パーセント
小学校	1874	83.1
中学生	324	14.3
無回答	60	2.6
合計	2258	100

表4 学年別有効回答者数

	度数	パーセント
小学校4年生	650	28.8
小学校5年生	634	28.1
小学校6年生	586	26.0
中学校1年生	189	8.4
中学校2年生	101	4.5
中学校3年生	35	1.6
無回答	63	2.6
合計	2258	100

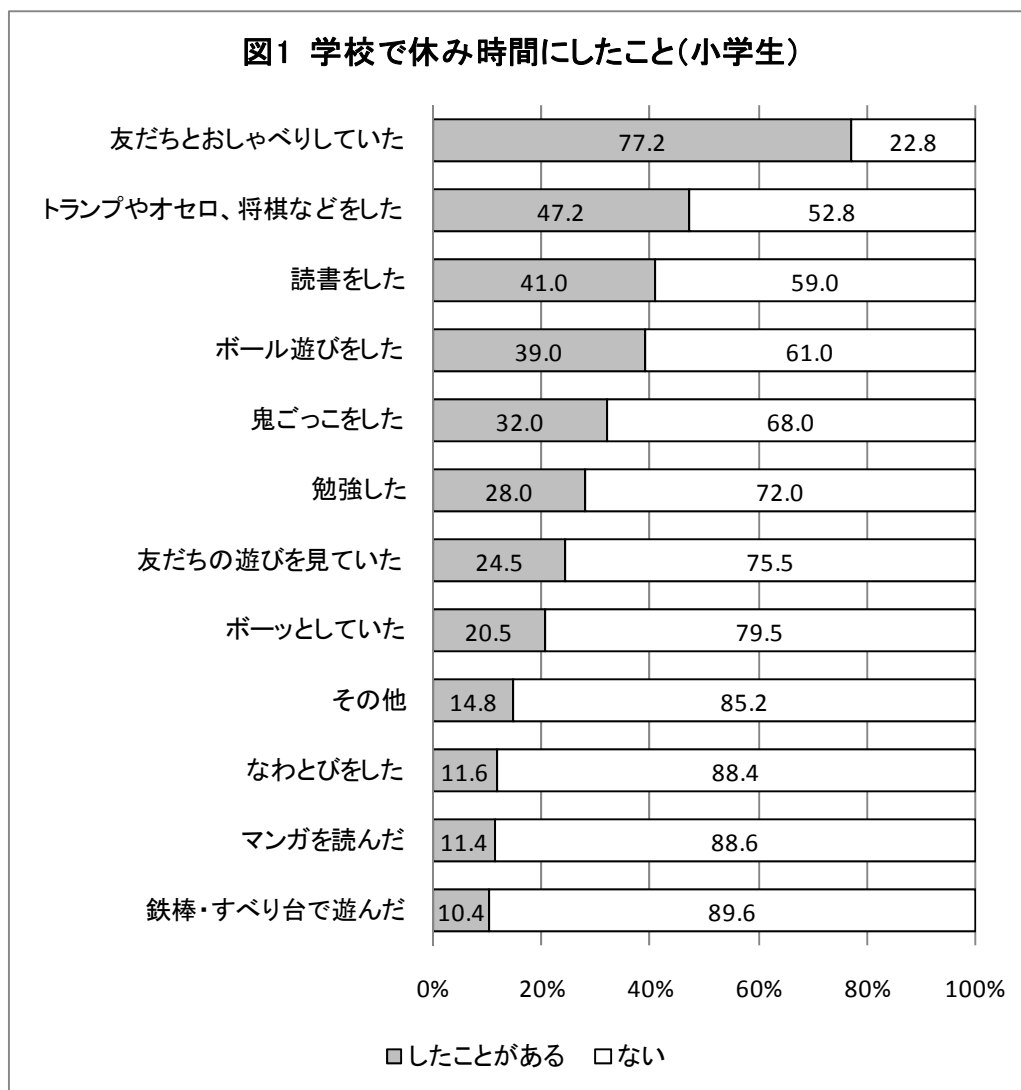
表5 地域別有効回答者数

地域	度数	パーセント
県北地域	1254	55.5
県中地域	633	28.0
いわき地域	214	9.5
県南地域	81	3.6
その他地域	38	1.7
会津地域	19	0.8
相双地域	19	0.8
合計	2258	100

(2) 学校内外での余暇時間の過ごし方について

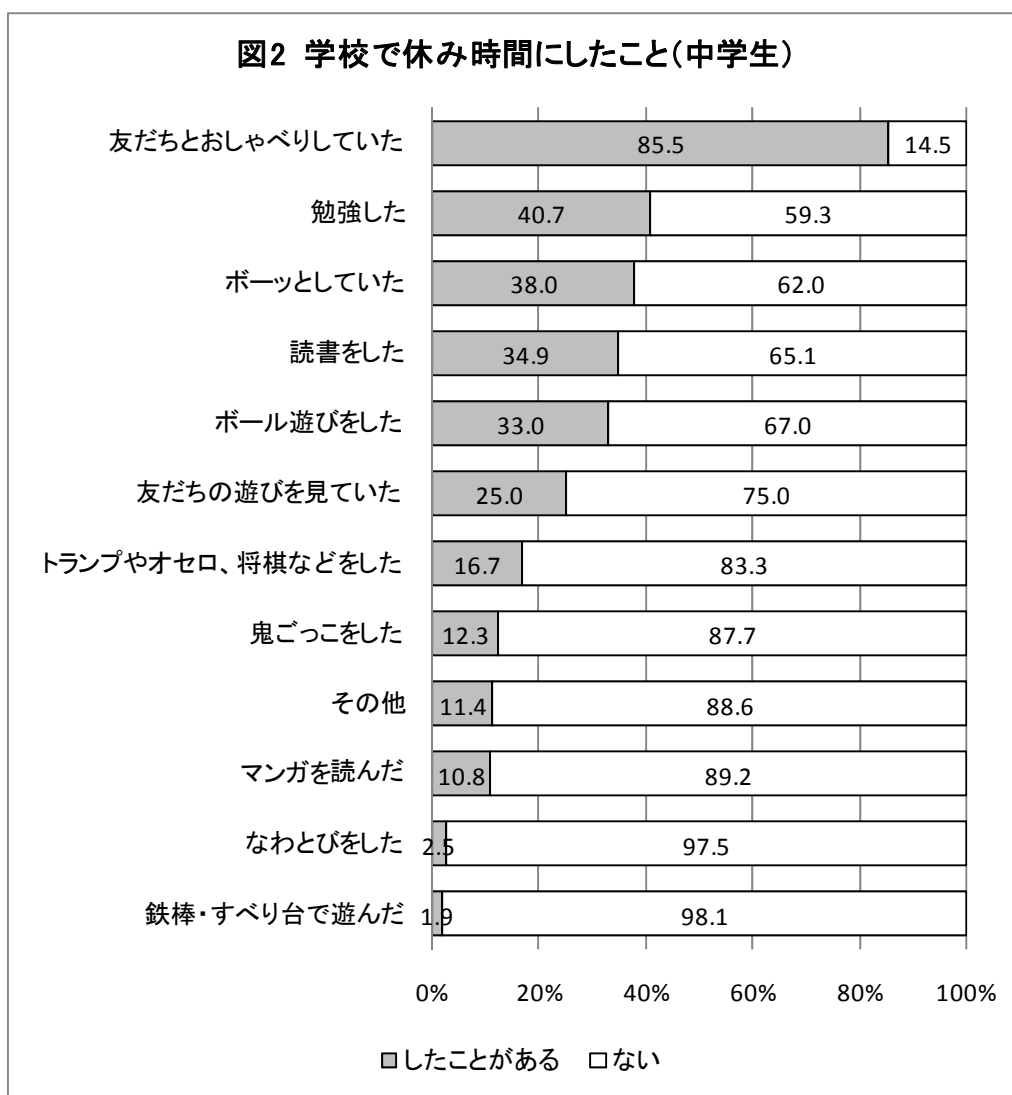
① 過ごし方（したこと）について

「夏休みが始まる前の一週間について、学校で、休み時間にしたことがあるものすべてに○印をつけてください」という質問に対し、その度数を比率で示したものが図1、2である。



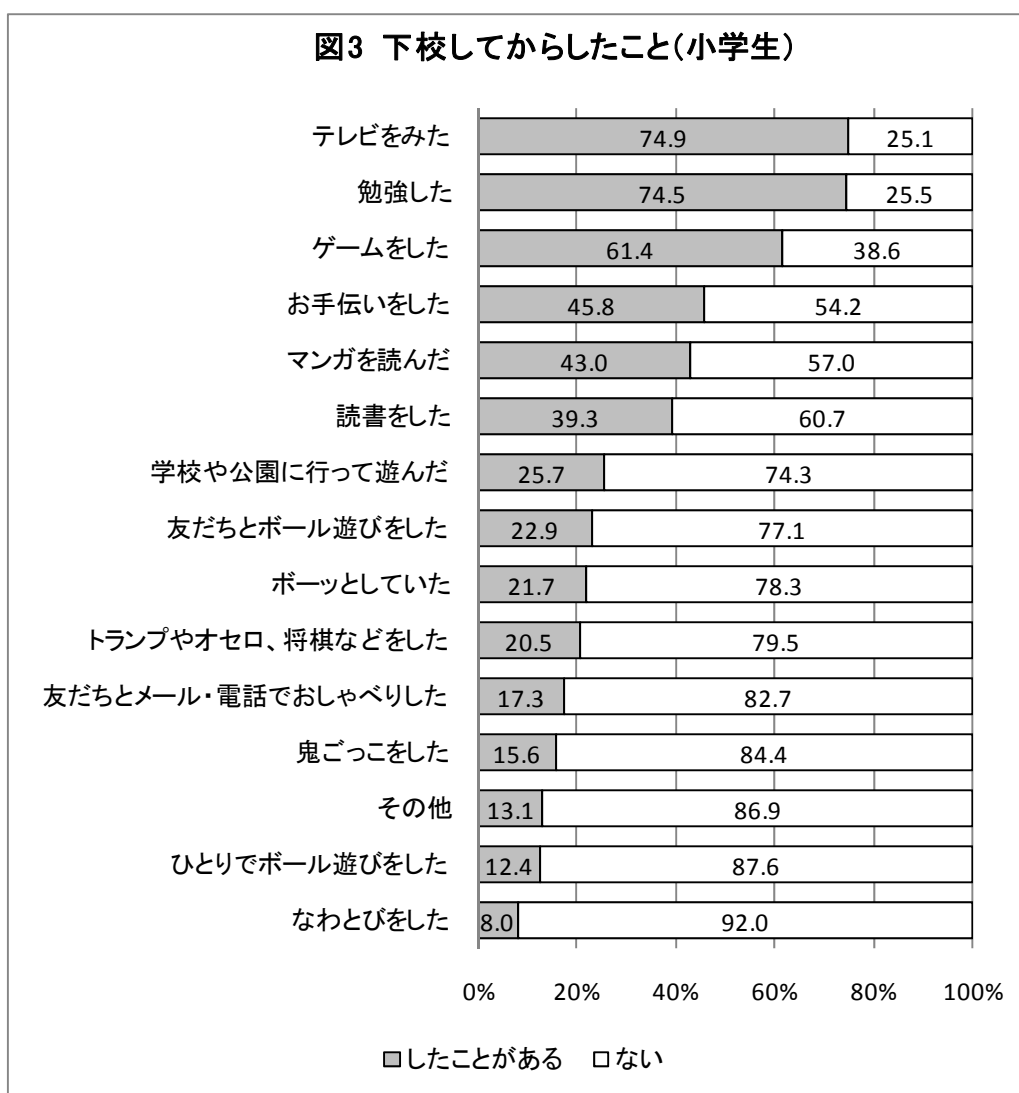
「友だちとおしゃべりをしていた」に○印をつけた小学生は 77.2%で、次いで「トランプやオセロ、将棋などをした」47.2%、「読書をした」41.0%と静的な過ごし方が上位を占める。

図2 学校で休み時間にしたこと(中学生)



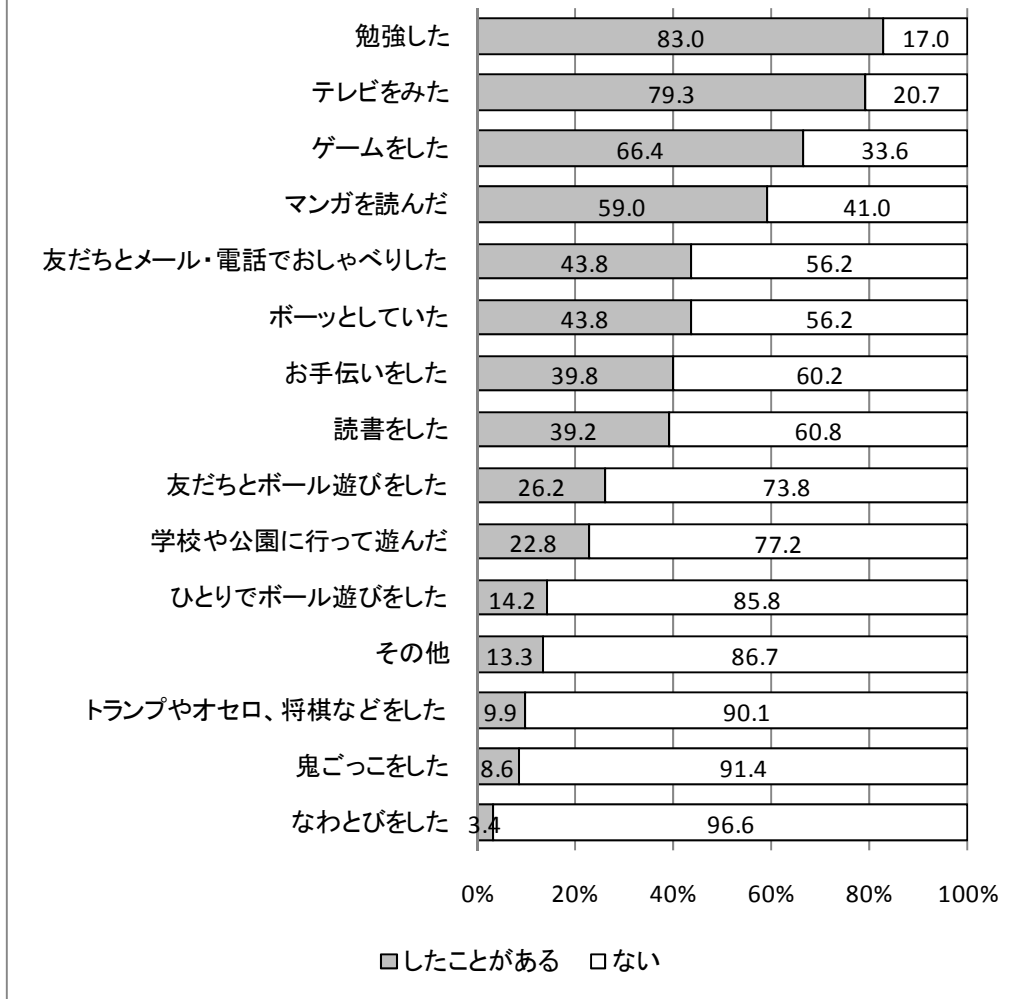
小学生と同じく、「友だちとおしゃべりをしていた」に○印をつけた比率が 85.5%と一番高く、次いで「勉強した」40.7%、「ボーッとしていた」38.0%と続き、中学生も静的な過ごし方が上位を占める。

「夏休みが始まる前の一週間について、下校してからしたことがあるものすべてに○印をつけてください」という質問に対し、その度数を比率で示したものが図3、4である。



「テレビを見た」に○印をつけた小学生は 74.9%で、次いで「勉強した」74.5%、「ゲームをした」61.4%と、下校してからも静的な過ごし方が上位を占める。

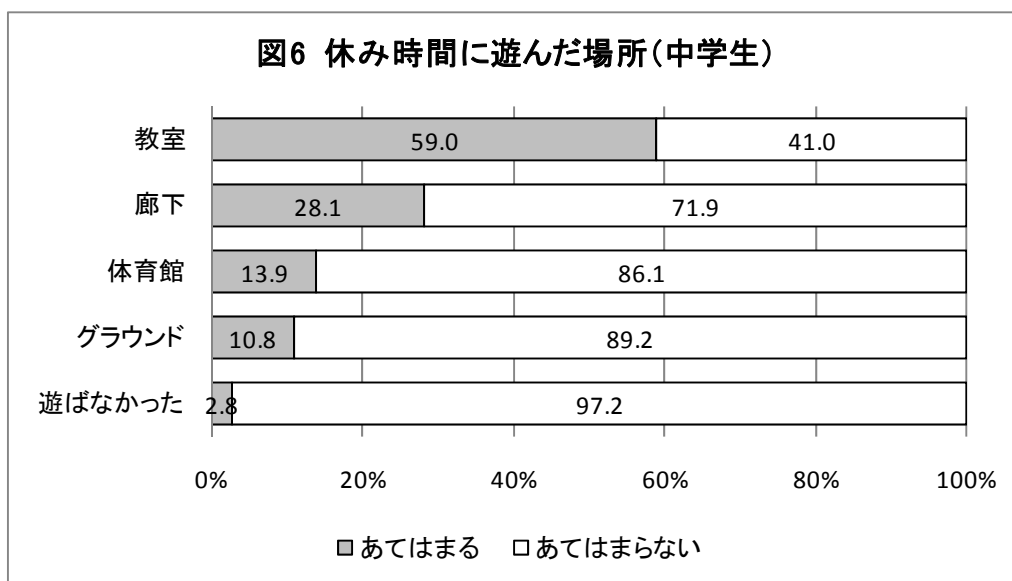
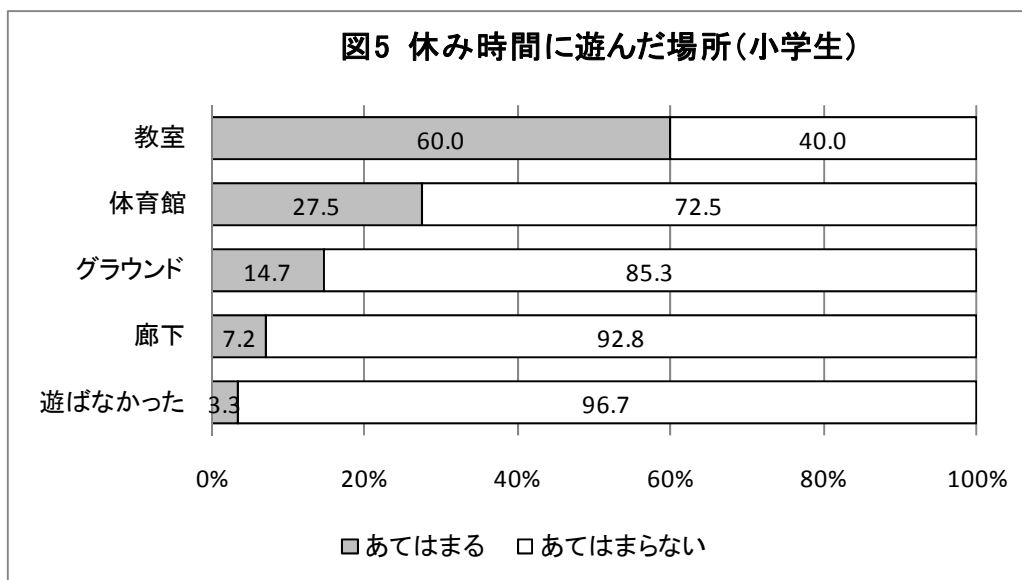
図4 下校してからしたこと(中学生)



小学生と同じく、「勉強した (83.0%)」、「テレビをみた (79.3%)」、「ゲームをした (66.4%)」の3項目が上位で、中学生も同様の傾向が見られる。

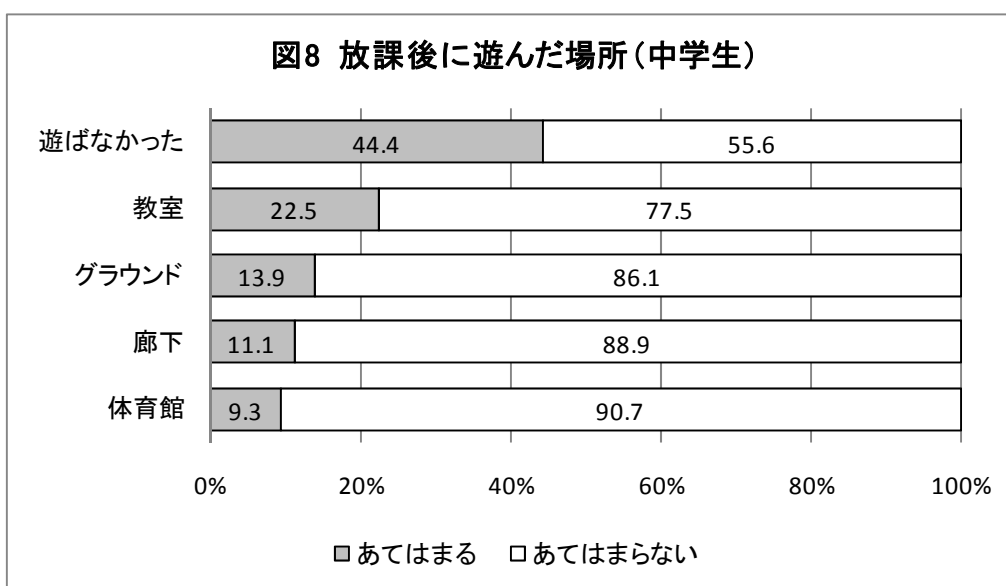
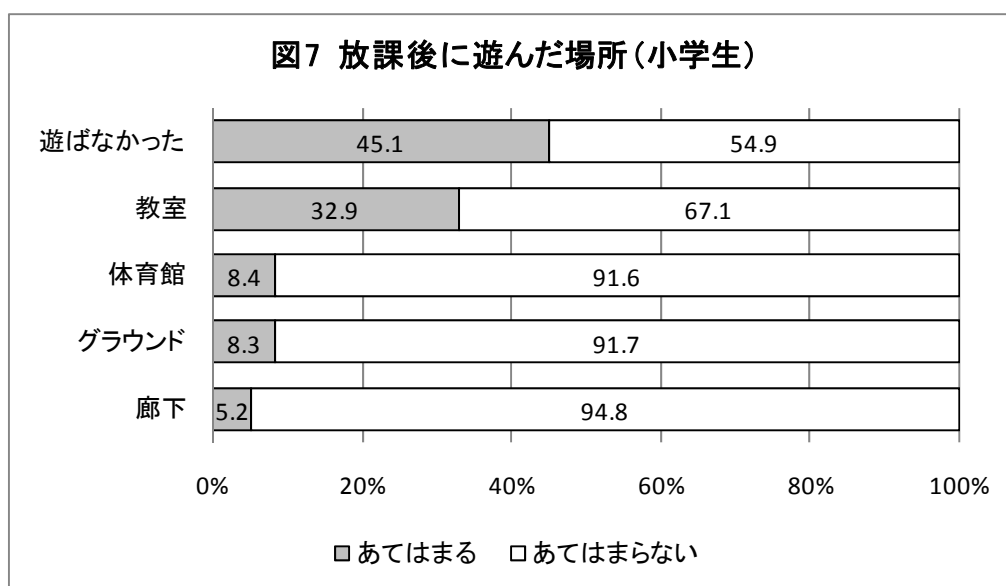
② 過ごした場所（よく遊んだ場所）について

次に、「夏休みが始まる前の一週間について、休み時間はどこで遊ぶことが多かったですか」という質問に対し、その度数を比率で示したものが図5、6である。



小学生 60.0%、中学生 59.0%と、両者において教室で過ごす比率が最も高い。次いで、廊下、体育館が挙げられる。グラウンドについては、小学生 14.7%、中学生 10.8%と、2割にも満たず、室内が遊んだ場所として上位を占めた。

また、「夏休みが始まる前の一週間について、放課後はどこで遊ぶことが多かったですか」という質問に対し、その度数を比率で示したものが図7、8である。



小学生 45.1%、中学生 44.4%と、両者において「遊ばなかった」という比率が最も高い。次いで、教室が挙げられる。それ以外の、グラウンド小学生 8.3%、中学生 13.9%、体育館小学生 8.4%、中学生 9.3%、廊下小学生 5.2%、中学生 11.1%についてはいずれも低い比率であり、「遊ばなかった」あるいは、室内が遊んだ場所として上位を占めた。

(3) 心や体の状態等の変容について

本調査において、リフレッシュ・キャンプに参加する前の児童・生徒がどのような心と体の状態なのか、そこから、リフレッシュ・キャンプによって変容がみられるのかに着目し、調査項目を作成した。

調査項目は、阪神大震災の際に小学生を対象として開発された「自分を知ろうチェックリスト」¹⁾及び、同じく小学生を対象として開発された「小学生用ストレス反応尺度」²⁾を参考に作成した。

「自分を知ろうチェックリスト」を構成する「不安反応」、「うつ反応」、「精神的混乱」、「愛他性」から各3項目計12項目を用いた。ただしそれら12項目では、心身の状態について触れているものの、児童・生徒のやる気といった、ポジティブな側面についてはあまり触れられていないため、「小学生用ストレス反応尺度」を構成する「無気力」の項目である「いろいろなことにやる気がある」、「やろうと思っても、なかなか手につかない」、「体から、力がわかない」の3項目を用いた。

以上のことから、計15項目を用い、プログラムが始まる前を事前、プログラム終了時を事後として、調査を行なった。各項目は質問の仕方によって2通りあり（下記表6にa、bで表示）、(a)は「よくあった」を「4」、「ときどきあった」を「3」、「あまりなかった」を「2」、「まったくなかった」を「1」と得点化し、(b)はその逆で「よくあった」を「1」、「ときどきあった」を「2」、「あまりなかった」を「3」、「まったくなかった」を「4」とし、キャンプの前後で比較した際に、数値の向上によって改善・解消状況が示せるようにした。表6は各回答の比率を示したものである。

表6 心や体の状態等の変容について各回答の比率 (%)

カテゴリ	調査項目	事前事後	よくあった	ときどきあった	あまりなかった	まったくなかった
無気力	いろいろなことにやる気がある(a)	キャンプ前	31.8	48.1	16.7	3.3
		キャンプ後	50.2	39.6	7.9	2.2
	やろうと思っても、なかなか手につかない(b)	キャンプ前	20.4	35.8	26.1	17.7
		キャンプ後	7.5	21.5	34.1	36.9
	からだから、力がわかない(b)	キャンプ前	3.8	15.0	21.7	59.5
		キャンプ後	2.6	8.0	20.8	68.6
愛他性	人に対してありがたいという気持ちになる(a)	キャンプ前	39.6	41.8	14.1	4.5
		キャンプ後	42.1	43.1	11.1	3.7
	困っている人の世話をする(a)	キャンプ前	15.6	36.2	32.2	16.0
		キャンプ後	17.5	36.7	31.5	14.4
	みんなと仲良くしたいと思う(a)	キャンプ前	76.3	16.2	5.1	2.4
		キャンプ後	74.2	19.2	3.7	2.9
うつ反応	わけもなく悲しくて何もしたくない(b)	キャンプ前	2.5	7.2	20.0	70.3
		キャンプ後	1.1	5.3	17.1	76.6
	味や痛さを感じない(b)	キャンプ前	3.7	5.0	11.0	80.3
		キャンプ後	2.6	2.8	7.4	87.2
	誰とも話したくない(b)	キャンプ前	2.3	7.4	13.5	76.8
		キャンプ後	2.1	5.4	13.3	79.2
精神的混乱	むしゃくしゃしてすぐかっとする(b)	キャンプ前	7.7	19.4	28.9	44.1
		キャンプ後	3.8	9.6	24.9	61.7
	好きなことに熱中する(a)	キャンプ前	61.7	23.1	9.8	5.4
		キャンプ後	55.3	27.0	10.8	6.9
	頭痛や腹痛など体の具合が悪い(b)	キャンプ前	5.5	15.5	23.9	55.0
		キャンプ後	4.4	12.0	17.3	66.3
不安反応	心配でイライラして落ち着かない(b)	キャンプ前	5.9	13.4	24.3	56.3
		キャンプ後	3.9	7.4	20.3	68.4
	眠れなかったり、途中で目が覚める(b)	キャンプ前	20.7	24.0	22.2	33.1
		キャンプ後	25.9	29.2	19.9	25.1
	小さな音にビックリする(b)	キャンプ前	8.1	10.7	19.5	61.7
		キャンプ後	5.9	7.7	16.0	70.4

- 1) 「自分を知ろうチェックリスト」：服部祥子・山田富美雄編(1999)阪神・淡路大震災と子どもの心身、名古屋大学出版
- 2) 「小学生用ストレス反応尺度」：堀洋道監修(2008)心理測定尺度集IV、サイエンス社

② 全対象者の結果

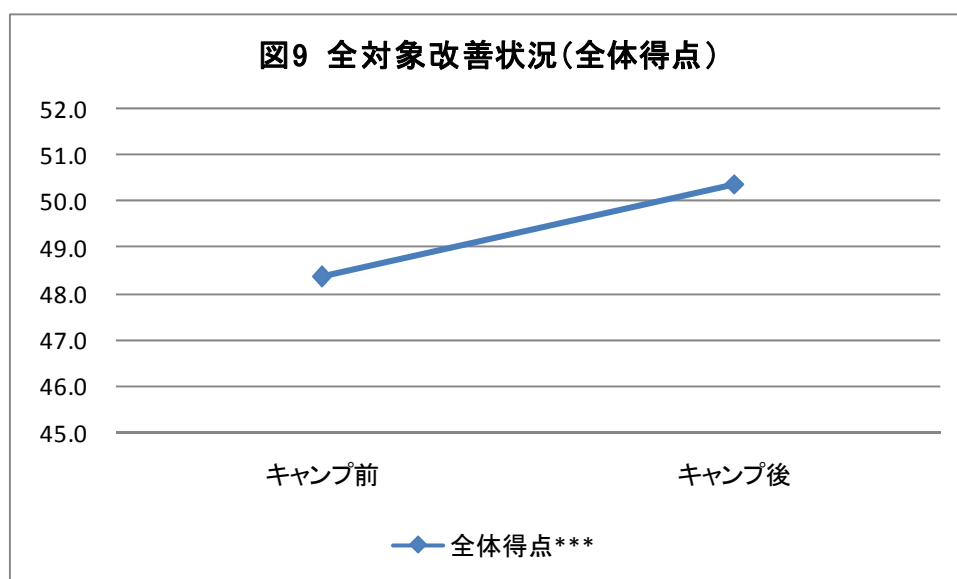
表 7、図 9 に示したのは、全対象者の結果である。

全体得点をもても、「無気力」、「愛他性」、「うつ反応」、「精神的混乱」、「不安反応」各カテゴリにおいても、改善・解消上教を示す数値が向上しており、キャンプ前とキャンプ後の得点には有意な差がみられた。したがって、参加者は「リフレッシュ・キャンプ」に参加したことで、心身の状態等に何らかの望ましい変容がみられたと捉えられる。

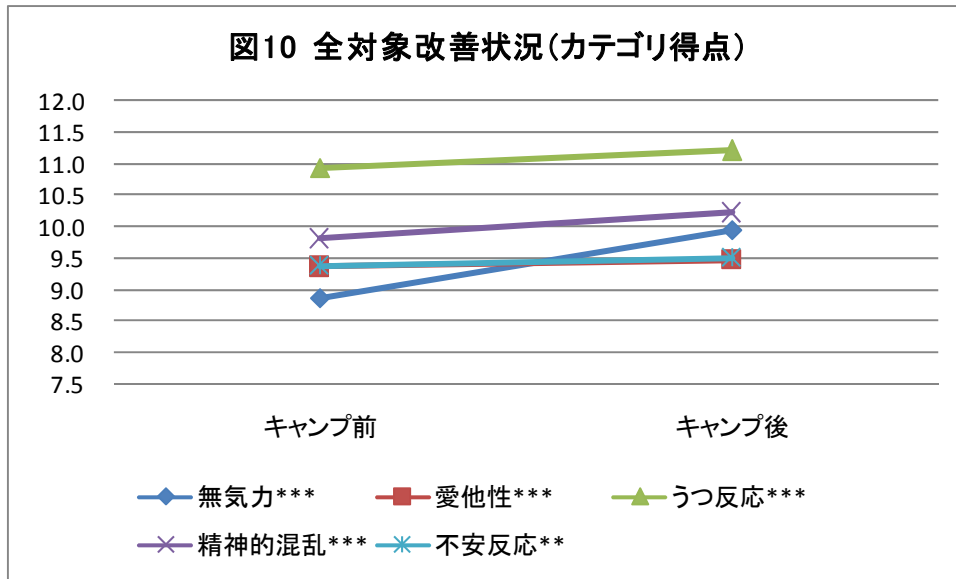
表7 全対象改善状況(全体得点)

	キャンプ前	キャンプ後	t値	有意差
全体得点	48.4	50.4	18.0	***
無気力	8.9	10.0	27.1	***
愛他性	9.4	9.5	3.3	***
うつ反応	10.9	11.2	8.7	***
精神的混乱	9.8	10.2	11.1	***
不安反応	9.4	9.5	2.8	**

***p<.001 **p<.01



カテゴリ別にみても、すべてのカテゴリについて得点が向上したが、特に、「無気力」のカテゴリについては、「いろいろなことにやる気がある」等 3 項目の合計得点が顕著に向上していることがわかる。そのことから、「リフレッシュ・キャンプ」に参加後、児童・生徒は「無気力」が解消あるいは改善しており、意欲が向上した、と捉えることができる(図 10)。



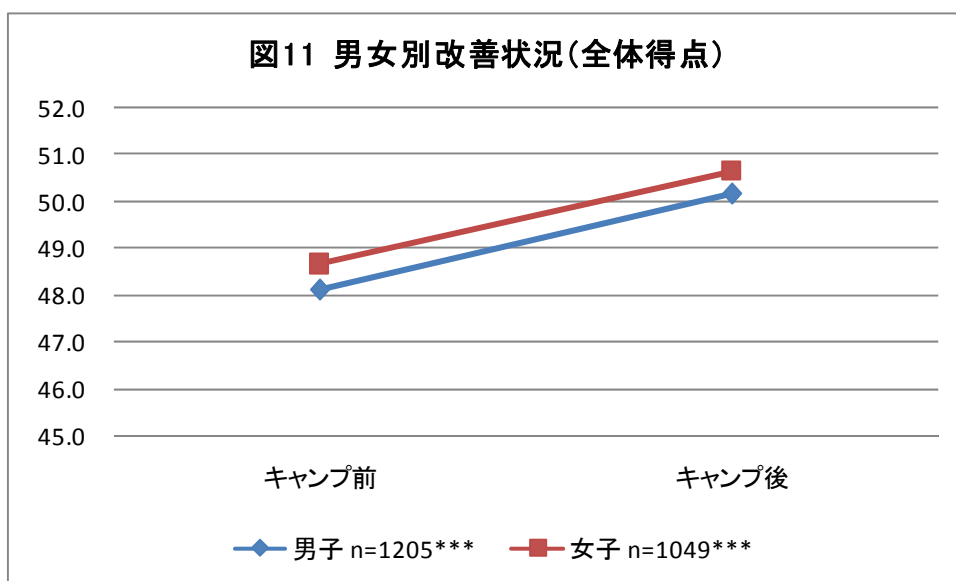
③ 男女別の結果

表 8、図 11 に男女別に結果を示した。全体得点については、同様の傾向が捉えられ、女子のほうが数値としては若干高いが、男女間の得点には有意な差がみられなかったことから、全体得点としては、男女に違いはなく、それぞれ得点が向上したことがわかる。

表8 男女別改善状況(全体得点)

性別	キャンプ前	キャンプ後	t値	有意差
男子 n=1205	48.1	50.2	12.9	***
女子 n=1049	48.7	50.6	12.5	***

***p<.001

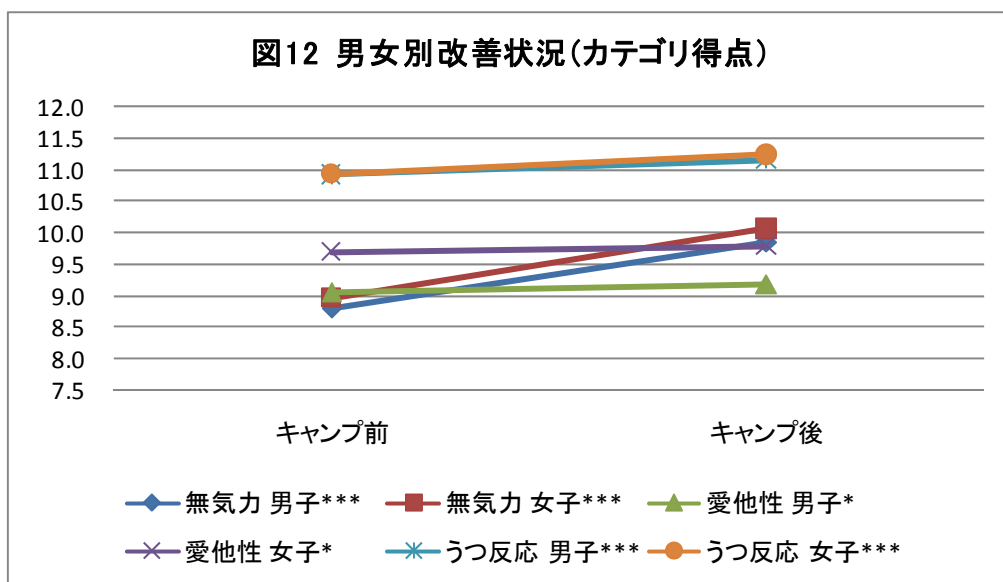


次に、カテゴリに着目すると、男女同様の傾向が捉えられたものの、「無気力」、「愛他性」、「うつ反応」、「精神的混乱」、「不安反応」のうち、「無気力」、「愛他性」、「うつ反応」については、男女の得点間に有意な差がみられ(「うつ反応」はキャンプ後のみ)、男子もキャンプ後に得点が向上しているものの、男子より女子の得点が高かったと言える(表 9、図 12)。

表9 男女別改善状況(カテゴリ得点)

カテゴリ	性別	キャンプ前	男女差	キャンプ後	男女差	t値	有意差
無気力	男子	8.8	1.9*	9.9	2.8*	18.9	***
	女子	9.0		10.1		19.3	***
愛他性	男子	9.1	7.9***	9.2	8.2***	2.5	*
	女子	9.7		9.8		2.1	*
うつ反応	男子	10.9	-	11.1	1.4*	5.8	***
	女子	10.9		11.2		6.6	***

男女差はt値と有意差 ***p<.001 *p<.05



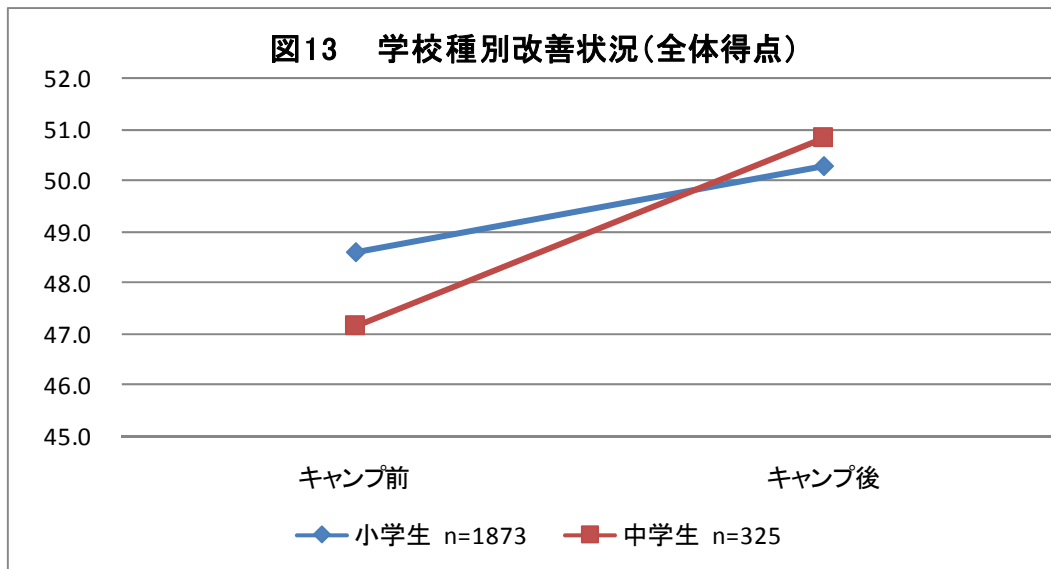
④ 学校種別の結果

表 10、図 13 に小学生と中学生に分けた結果を示した。それぞれ得点が向上し、そこには有意な差がみられる。また、得点の傾向に着目すると、中学生は得点の向上が顕著であるが、すでに述べたように、小学生と中学生の比率は異なるため、得点によって比較することはできない。

表10 学校種別改善状況(全体得点)

	キャンプ前	キャンプ後	t値	有意差
小学生 n=1873	48.6	50.3	13.8	***
中学生 n=325	47.1	50.8	12.4	***

***p<.001

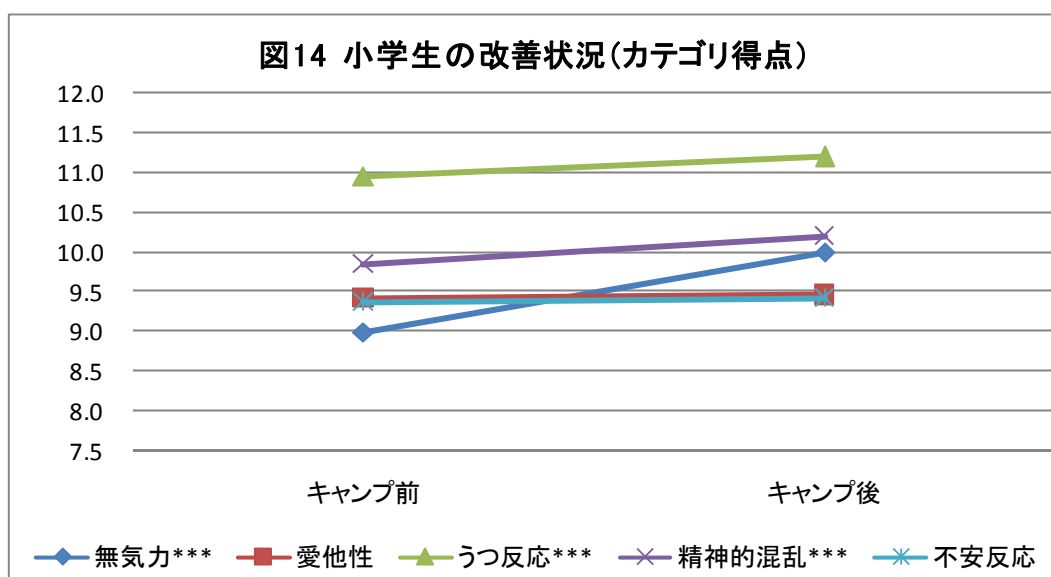


小学生のカテゴリ得点を示したものが、表 11、図 14 である。特に、「無気力」のカテゴリについては、「いろいろなことにやる気がある」等 3 項目の合計得点が右上がりの改善傾向が捉えられる。その他にも、「うつ反応」、「精神的混乱」において、キャンプ前とキャンプ後の得点には有意な差がみられたが、「愛他性」と「不安反応」には有意な差がみられなかった。

表11 小学生の改善状況(カテゴリ得点)

	キャンプ前	キャンプ後	t値	有意差
無気力	9.0	10.0	22.9	***
愛他性	9.4	9.5	1.2	—
うつ反応	10.9	11.2	6.8	***
精神的混乱	9.8	10.2	8.5	***
不安反応	9.4	9.4	1.0	—

***p<.001

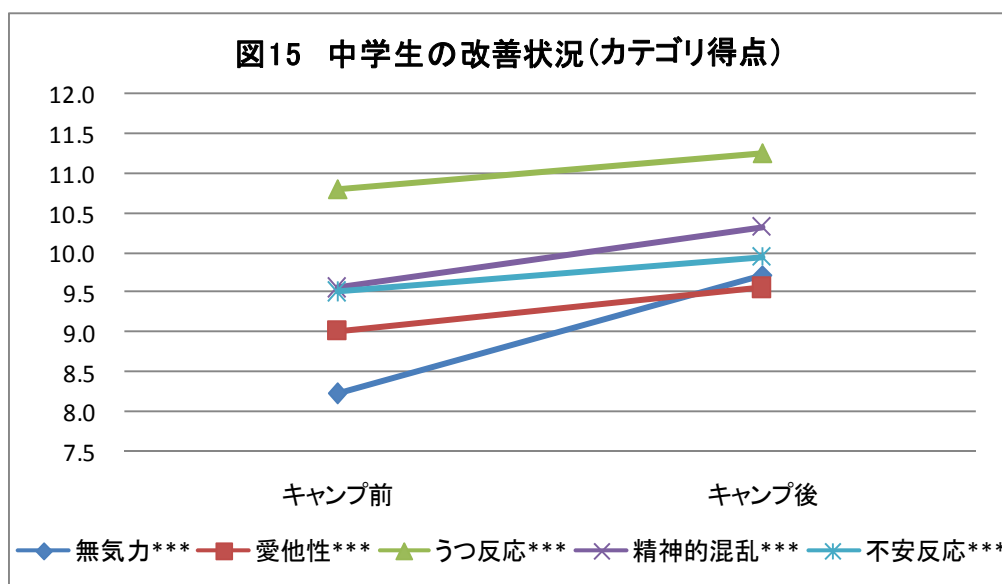


中学生のカテゴリ得点を示したものが、表 12、図 15 である。すべてのカテゴリにおいて、右上がりの改善傾向が捉えられ、キャンプ前とキャンプ後の得点には有意な差がみられた。特に「無気力」のカテゴリについては、「いろいろなことにやる気がある」等 3 項目の合計得点が 1.5 ポイント向上しており、他のカテゴリに比べて顕著であった。

表12 中学生の改善状況(カテゴリ得点)

	キャンプ前	キャンプ後	t値	有意差
無気力	8.2	9.7	14.6	***
愛他性	9.0	9.6	6.0	***
うつ反応	10.8	11.3	5.4	***
精神的混乱	9.6	10.3	8.0	***
不安反応	9.5	10.0	4.0	***

***p<.001



⑤ 地域別の結果

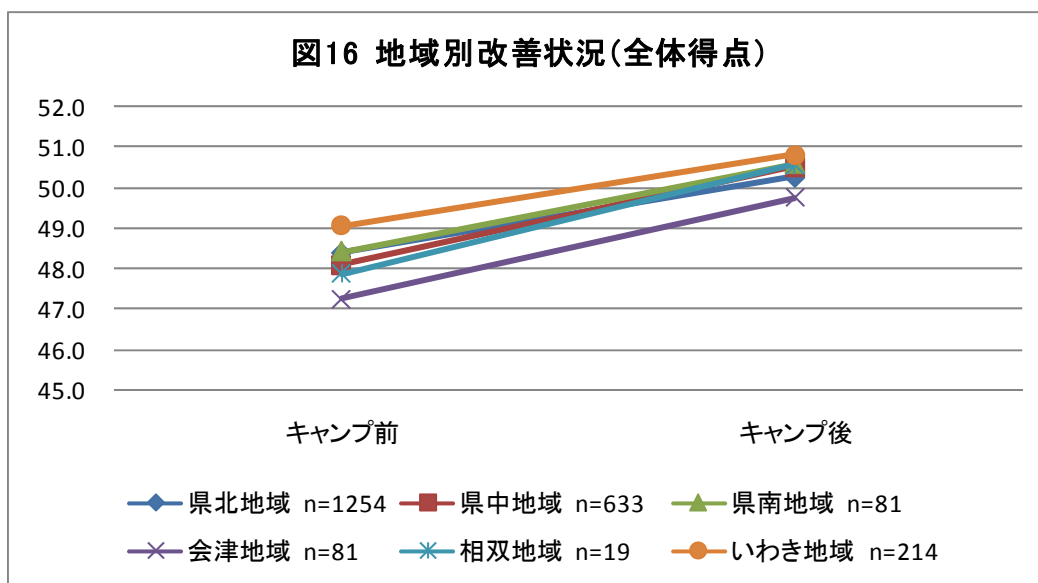
表 13、図 16 に示したのは、地域別の結果である。得点に多少の違いがあるものの、すべての地域において同様の得点の傾向を示した。地域別人数の比率が大きく異なるので、得点によって比較することはできないが、その傾向から、この地域区分では、児童・生徒の変容に差が見られないと捉えられる。

表13 地域別改善状況(全体得点)

	キャンプ前	キャンプ後	t値	有意差
県北地域 n=1254	48.4	50.3	12.7	***
県中地域 n=633	48.1	50.5	11.2	***
県南地域 n=81	48.4	50.6	3.4	***
会津地域 n=81	47.3	49.7	1.8	-
相双地域 n=19	47.9	50.6	2.7	*
いわき地域 n=214	49.1	50.8	4.5	***

***p<.001 *p<.05

図16 地域別改善状況(全体得点)



注

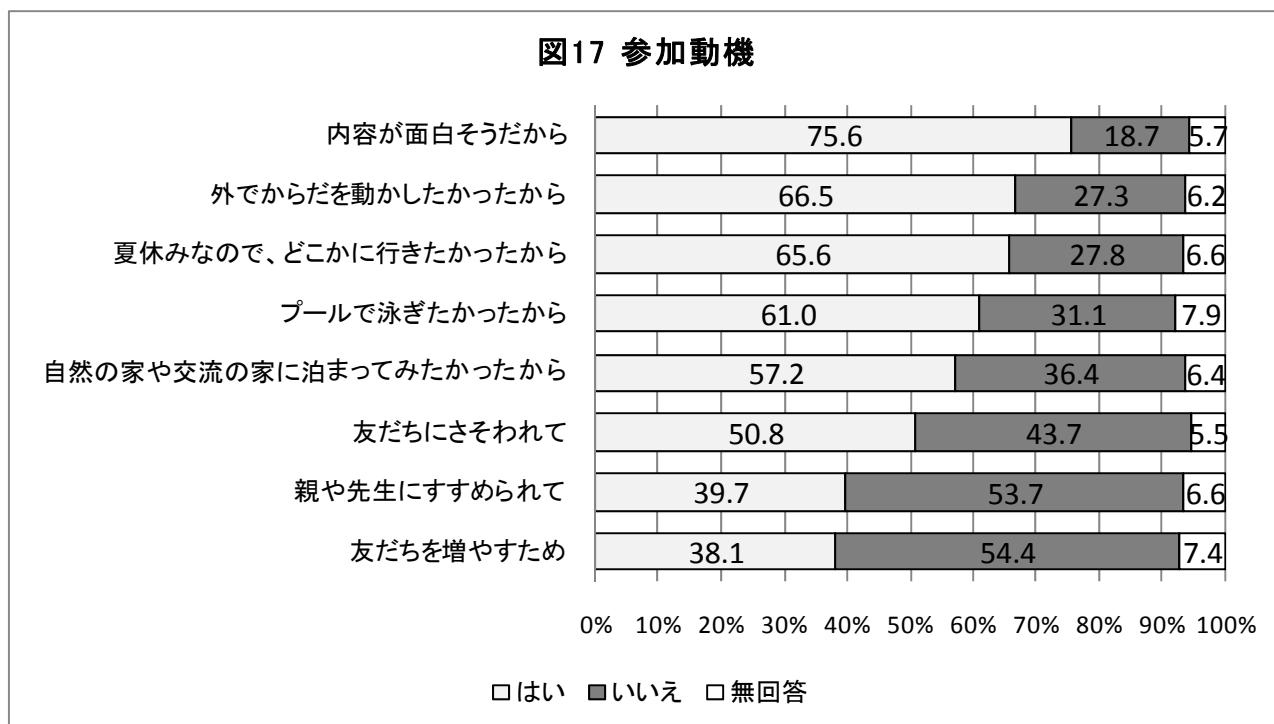
t 値：2つの集団の平均に差があるかどうかを統計的に調べる手法である「t検定」によって得られた数値。数値が大きいほど有意差がある可能性が高い。

有意差： $p < \alpha$ （ここでは.001または.05）の α は有意水準を表す。例えば、 $\alpha = .05$ （つまり5%）で有意という場合には、「実際には『差が無い』のに『差がある』という誤った判断をしている可能性はせいぜい5%に過ぎない」ということを示す。*が多いほど、誤った判断の可能性が少ないことを示している。

(4) 参加動機、楽しかったこと、感想について

① 参加動機

事前調査において、「どうしてリフレッシュ・キャンプに参加しようと思われましたか」という質問に対し、「はい」、「いいえ」の回答の比率を示したものが図 17 である。



「内容が面白そうだから」、「外でからだを動かしたかったから」、「夏休みなので、どこかに行きたかったから」、「プールで泳ぎたかったから」といった、リフレッシュ・キャンプで企画された活動内容への興味や「どこかに行きたい」、「からだを動かしたい」といった欲求が参加動機になっていると捉えられる。

② 楽しかったこと

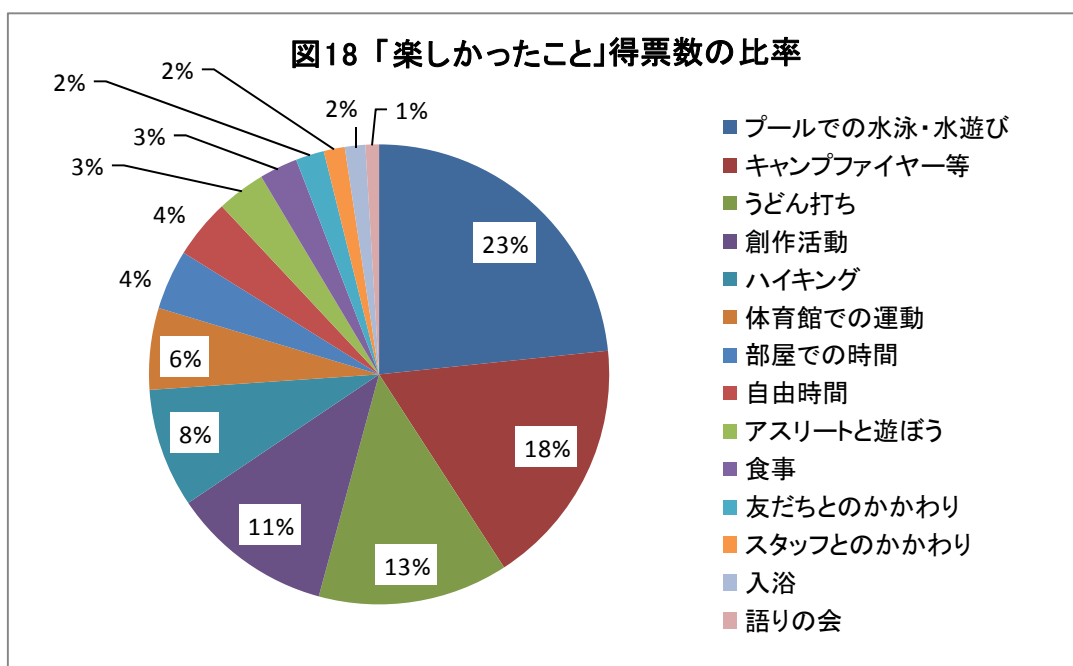
事後調査において、「リフレッシュ・キャンプで楽しかったことを3つ以内であげてください」という質問に対し、得られた回答1つにつき1票とし、得票数とその比率を示したものが、表 14、図 18 である。

ここでも、プール活動やキャンプファイヤー、うどん打ち、創作活動、ハイキング、体育館での運動など、参加動機においても上位であった、体を動かす活動が上位に位置している。

表14 リフレッシュ・キャンプで楽しかったこと得票数

活動内容等	得票数
プールでの水泳・水遊び	1469
キャンプファイヤー等	1100
うどん打ち	841
創作活動	713
ハイキング	526
体育館での運動	361
部屋での時間	264
自由時間	263
アスリートと遊ぼう	214
食事	169
友だちとのかかわり	126
スタッフとのかかわり	93
入浴	90
語りの会	60
その他	165
合計	6454

※創作活動には「赤べこ」、「焼き板」、「竹とんぼ」が含まれる

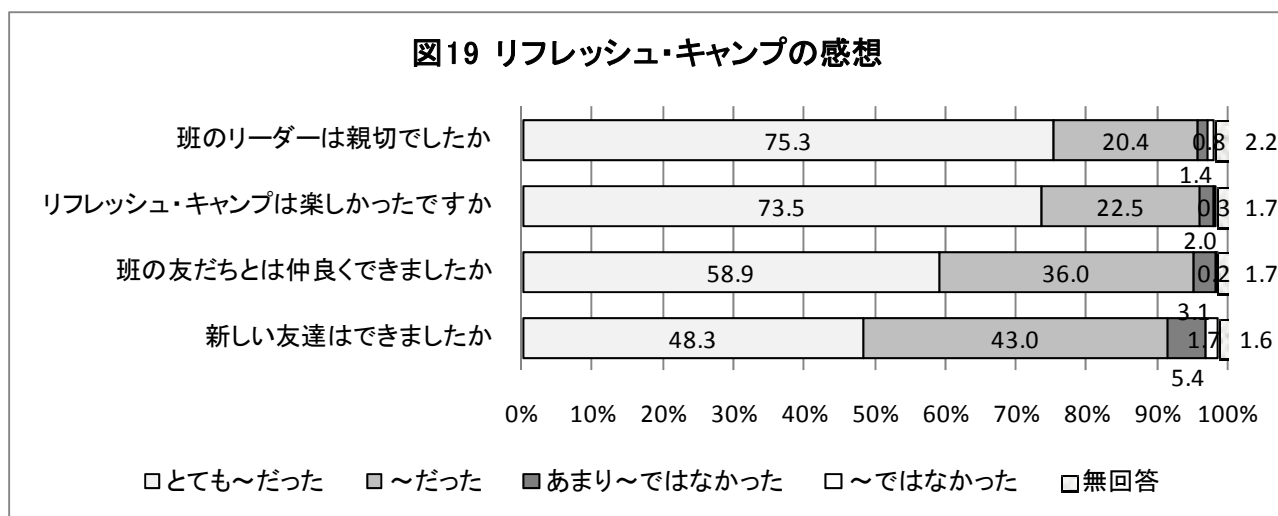


③ 感想

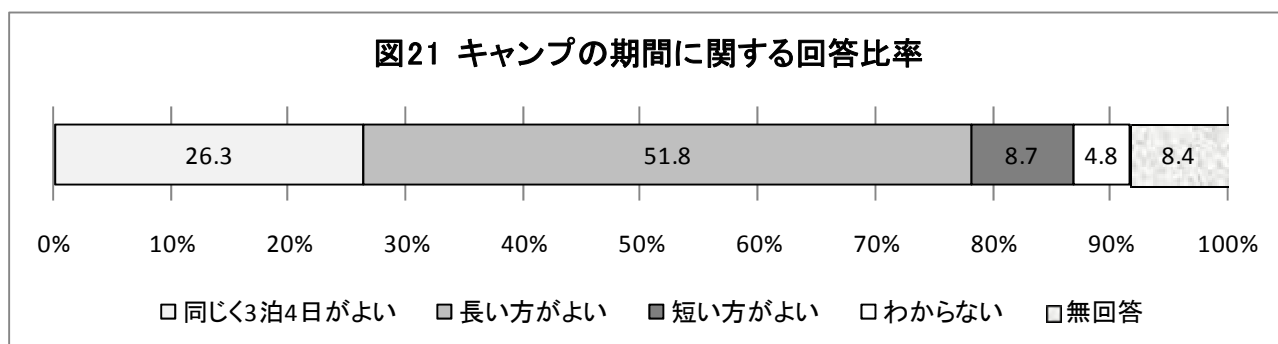
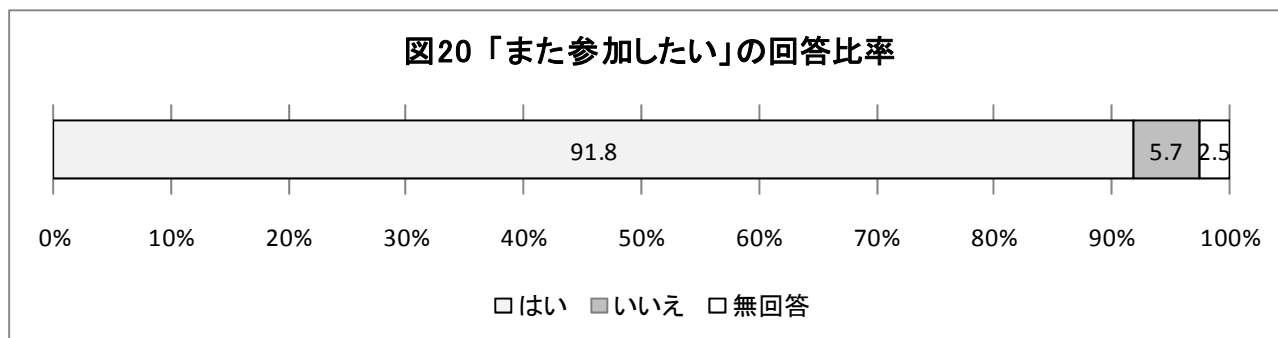
同じく事後調査において、「リフレッシュ・キャンプは楽しかったですか」、「班の友だちとは仲良くできましたか」、「新しい友だちはできましたか」、「班のリーダー(スタッフのお兄さん、お姉さん)は親切でしたか」という質問に対し、「とても～だった」、「～だった」、「あまり～ではなかった」、「～ではなかった」の4段階での回答の比率をまとめたものが図19である。

「リフレッシュ・キャンプは楽しかったですか」に対し、「とても楽しかった」、「楽しかった」と回答した比率は96%、「班のリーダーは親切でしたか」に対し、「とても親切だった」、「親切だった」と

回答した比率は 95%であり、キャンプ全体やスタッフのかかわりに対し、高い満足度であることを示している。



さらに、「今後もリフレッシュ・キャンプがあったらまた参加したいですか」という質問に対し、「はい」、「いいえ」の回答の比率を示したものが図 20 である。重ねて、「はい」と回答した人に対し、「キャンプの期間はどう思いますか」という質問をした回答の比率を示したものが図 21 である。



「また参加したい」と回答した比率は全体の 92%と高く、さらに期間についても「同じく 3 泊 4 日がよい」と回答した比率が 26%、「3 泊 4 日よりもっと長い方がよい」と回答した比率はその倍の 52%であったことから、「また参加したい」、「もっと長い期間がよい」という参加者の要望が高いことが窺える。

5. 本調査の考察

「リフレッシュ・キャンプの調査結果を読み解く」

千葉大学教育学部教授 明石 要一

3月11日の東日本大震災から7ヶ月が過ぎた。子どもたちは元気な生活を送っているであろうか。国立青少年教育振興機構は大被害を受けた福島の子どもたちが少しでも元気になるように、今年の夏休みに国立那須甲子青少年自然の家と国立磐梯青少年交流の家で「リフレッシュ・キャンプ」を実施した。参加してくれた子どもたちの中で調査に協力してくれたのは2,258名である。参加した子どもたちはどのようになったのだろうか。調査結果を報告する。

1 参加の動機は何か

子どもたちの参加の動機は多様である。その中で、6割を超す子どもたちは次の理由から参加している。

一位・・・キャンプの活動内容が面白そう（75.6%）

二位・・・外で体を動かしたかった（66.5%）

三位・・・夏休みなのでどこかに行きたかった（65.6%）

四位・・・プールで泳ぎたかった（61.1%）

友達に誘われて、親や先生に勧められて、という、消極的な動機ではなく、安心安全な場所で体を動かしたいという積極的な意図を持って参加している。

2 参加する前、どんな生活行動をしていたか

子どもたちは夏休みになる一週間前、学校の休み時間どんな行動をとっていたのだろうか。11項目を挙げて答えてもらった。図1が示すように四割を超す小学生がしていた行動が次の三つである。

一位・・・友達とおしゃべりをしていた（77.2%）

二位・・・トランプやオセロ、将棋などをした（47.2%）

三位・・・読書をした（41.0%）

友だちとのおしゃべりがダントツ。それに屋内遊びや読書という教室内に限定された行動が続く。「鉄棒・滑り台で遊んだ」（10.4%）、「縄跳びをした」（11.6%）など屋外遊びは一割にとどまる。

次に放課後の生活をみる。下校してからの行動を14項目用意した。結果は図3参照。

六割以上と大半の小学生がした行動は次の通りである。

一位・・・テレビをみた（74.9%）

二位・・・勉強した（74.5%）

三位・・・ゲームをした（61.4%）

それに「お手伝いをした」（45.8%）、「マンガを読んだ」（43.0%）が続く。これらは共に屋内での活動である。一方、「学校や公園にいて遊んだ」（25.7%）や「友達とボール遊びをした」（22.9%）と四人に一人にとどまる。そして「縄跳びをした」（8.0%）、「独りでボール遊びをし

た」(12.4%)「鬼ごっこをした」(15.6%)といった屋外での遊びにはほとんどしていない。

図5～図8参照。これを見ると子どもたちが休み時間と放課後どこで過ごしたか、が一目瞭然にわかる。小学生の結果から休み時間は「教室」(60.0%)がダントツ。それに「体育館」(27.5%)が続く。放課後は「遊ばなかった」(45.1%)でトップ。後は「教室」(32.9%)で過ごしている。

子どもたちは当然ながら、放課後の生活も家の中での活動にとどまっている。学校では「教室」、放課後は「家の中」という空間に閉じ込められている子どもの姿が浮かぶ。

3 3泊4日のキャンプはどんな成果をもたらしたか

1) 具体的な項目での比較

キャンプに参加する前と後では子どもたちの心と体はどう変化したのだろうか。15項目を用意して「変化」を調べた。15項目ごとの単純な変化を調べたものが表6。「変化」の数値が著しい項目は次の通りである。

- ・「いろいろなことにやる気がある」(よくあった)50.2%(後) > 31.8%(前)
- ・「やろうと思っても、なかなか手につかない」(全くなかった)36.9%(後) > 17.7%(前)
- ・「からだから、力がわかない」(全くなかった)68.6%(後) > 59.5%(前)

これらの項目は「無気力」を測定したものである。

キャンプ後には無気力の数値が少なくなり、意欲を取り戻している。

- ・「わけもなく悲しくて何もしたくない」(全くない)76.6%(後) > 70.3%(前)
- ・「味や痛さ感じない」(全くない)87.2%(後) > 80.3%(前)

これらの項目は「うつ反応」を測定したものである。

キャンプ後には「うつ」的な気分は低下し元気になっている。

- ・「むしゃくしゃしてすぐかっとする」(全くない)61.7%(後) > 44.1%(前)
- ・「頭痛や腹痛など体の具合が悪い」(全くない)66.3%(後) > 55.0%(前) これらの項目は「精神的な混乱」を測定したものである。

「かっとする」ことや精神的な影響から生じる「頭痛や腹痛といった体調の悪さ」は減っている。

- ・「心配でイライラして落ち着かない」(全くない)68.4%(後) > 56.3%(前)
- ・「小さな音にびっくりする」(全くない)70.4%(後) > 61.7%(前)

これらの項目は「不安反応」を測定したものである。

イライラが少なくなり、小さな音にびっくりしなくなっている。ただし、気になるのは「好きなことに熱中する」項目である。事後では「熱中する」(よくあった)数値が低下している。これは何を意味するか、今後検討に値する課題である。

- ・「人に対してありがたという気持ちになる」
- ・「困っている人の世話をする」
- ・「みんなと仲良くしたいと思う」

この三項目は「愛他性」を測定する項目である。

データをみると、事前と事後の数値にあまり変化がみられない。しかし、カテゴリ別の統計的な検討では有意差がみられている。ここでもキャンプの効果が読みとれる。

2) カテゴリ別の検討

図10を参照。

これは15項目を加算し、前後の数値の変化を調べたものである。グラフからわかるように、数値は右肩上がりになっている。

表7と図10は各カテゴリ別の変化を示したグラフと有意差検定を示したものである。五つのカテゴリとも有意差がみられる。事後にプラスの効果をもたらしている。

5 子どもたちのキャンプの感想はどうであったか

①高い評価をもらう

73.5%と三人に二人の子どもが「リフレッシュ・キャンプは楽しかった」（とてもそう）と答えている。「まあそうであった」を加えると96%に達する。この種の調査ではかなり高い評価をもらっている。

②次回の参加意欲も高い

次に「このようなキャンプに参加するか」という問いに対して、92%の子どもが参加したいと答えている。

③もう少し長いキャンプを求める

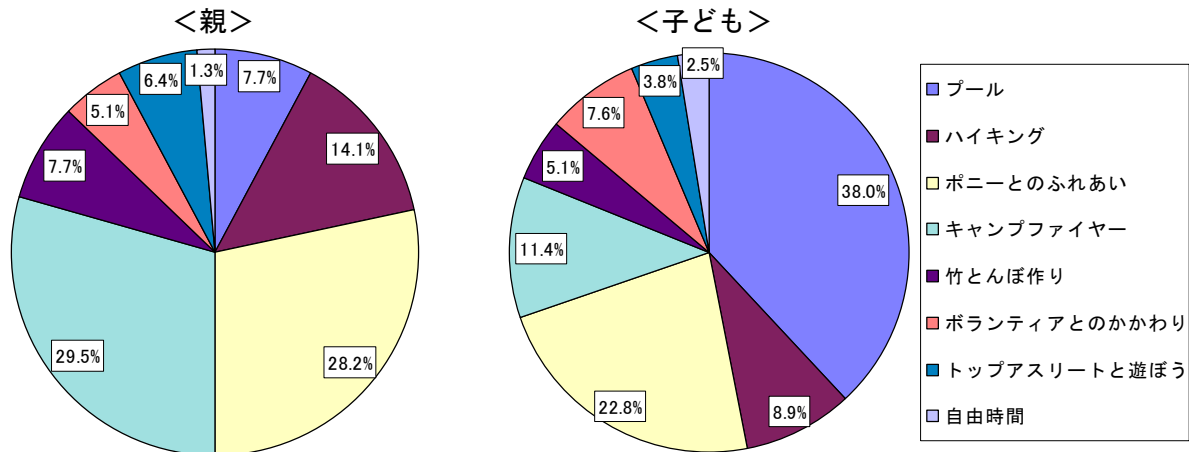
3泊4日のキャンプであったが、51.8%半数を超える子どもは「もっと長い」期間を求めている。

リフレッシュ・キャンプは子どもたちからみれば、一言でいえば「元気になる」キャンプだった、といえる。「教室」と「家」の仲に閉じこめられた生活を余儀なくされた子どもにとって、自然の中で友達と自由に伸び伸びと活動できたことは貴重な体験となっているようだ。

参考：親子キャンプ（N-7第7回国立那須甲子青少年自然の家）の感想等について

①アンケート回答数：43件

②一番楽しかった活動について



③ 感想・思い出・意見等について（主な記述）

- 友達ができたことがうれしかったようでまだ帰りたくないと言っていました。キャンプの間、放射能のにおいや体にのしかかる圧力みたいな感じを忘れることができました。子どもたちが元気に、笑顔で過ごすことができ、とても感謝しています。これからまた、現実と向き合って頑張ります。
- 福島は例の事故で県外のイベントに行くといよいよと心配でしたがスタッフ、ボランティアの皆さん、対等にしてくれてありがとうございました。親だけの話し会みたいなのがあってもよかったかと思えます。みんなためています。
- 日常の生活が今までどおりにできない状況で言いたくないけどダメと制限してしまい、子ども親もストレスがあると思います。でもこの3泊4日間、制限なく過ごし、とても充実しました。
- リフレッシュ・キャンプに参加することで子どもが思いきり楽しめればと思い応募しましたが、思っていた以上に素敵なプログラムや皆さんとのふれあいがありました。夏休みの最大の思い出になったと思います。
- プログラムは子どものペースで作っていただいていたので、焦ることなく、みな安全に楽しくできたのがよかったです。いつも家でテレビばかり見ている子どもたちが全くテレビの話などせずに4日間過ごせたのは親として、驚きの発見でした。
- 県内で参加できなかった方々がたくさんいます。同じように大変な思いをされていると思います。今回参加できなかった方々のために、違った日程でも開催していただきたいと思います。

④ スタッフ・ボランティアについて（主な記述）

- 積極的に子どもと接していただき、とてもありがたかったです。日常では触れ合えない年齢のお兄さん、お姉さんたちと関わりあえて、子供はとても良い刺激になったし、親の私のリフレッシュになりました。
- 皆さん、子どもたちにとても優しくしてくれました。正直言ってここまで親しみを持って接してくださるとは思っていなかったのもとても嬉しく思いました。
- やさしくて、子どもとよく遊んでくれました。私から離れて遊ぶことが少ないのに今回のキャンプでは私がいなくても遊べていたのでびっくりです。

参考：保護者からの手紙

○ 国立磐梯青少年交流の家のキャンプに参加した子どもの保護者より

この度は娘がリフレッシュ・キャンプで大変お世話になり、ありがとうございました。

家を離れて4日間過ごすことは、本人も親も不安でしたが、帰りのバスから降りてきた娘の表情は明るく、充実した4日間だったことがわかりました。家に向かう車の中でも楽しかった活動の数々について話が止まりませんでした、何よりも、一緒に過ごした各地の友達、頼れるリーダーさん、個性豊かな交流の家の職員の方とのふれあいが一番うれしかったようです。

その姿を見て、単に放射線から逃れるためだけに行ったのではなく、たくさんの人と交流することで、心も満たされたのだと実感し、うれしくなりました。

聞くところによると、リーダーさんの多くは、県外からきているとのこと。このような福島の地に、子どもたちのために遠くから来てくださって、本当に感謝しております。風評で差別を受けている一方で、たくさんの方が福島を応援してくれているのだと、心強く思いました。

まだまだ原発の方は、収束しそうにもありませんが、このキャンプでの思い出を胸に、親子共々これからもがんばっていきたいと思います。

どうか交流の家の皆様も御身体に気をつけてご活躍ください。

○ 国立那須甲子青少年自然の家のキャンプに参加した子どもの保護者より

この度は、リフレッシュ・キャンプに参加させていただき、ありがとうございました。

3泊4日のキャンプを終え、大きく成長し元気に戻ってまいりました。受付の時から涙し、仲間の支えを借りて、バスに乗った娘です。

でも、帰ってきて、いろいろな話をしてくれ、とても楽しかった時間を過ごすことができたのだと、関わったすべての方々に感謝しております。

10食もの食事を作ってくくださった方、ボランティアの方々、みなさま本当にありがとうございました。手作りクッキーのお土産、コカコーラの赤ぼうし、竹とんぼなど、思い出を出逢いをありがとうございました。

「リフレッシュ・キャンプ」アンケート（キャンプ前）

国立青少年教育振興機構

- ・アンケートの結果と、学校の成績やキャンプの指導はまったく関係ありません。
- ・ひとりひとりのことを調べるのではなく、キャンプに参加したみなさん全体のことを調べています。
- ・ひとりひとりの結果を発表したり、他人に言ったりすることはありません。

名簿番号 _____ (男 ・ 女)

市町村名 _____

学 年 小学校（４年生・５年生・６年生） 中学校（１年生・２年生・３年生）

1. 夏休みが始まる前の一週間についておしえてください。

(1) 学校で、休み時間（業間休みや昼休み）にしたことがあるものすべてに○印をつけてください。

- ア. ボーツとしていた イ. 友だちとおしゃべりをした ウ. 友だちの遊びを見ていた
 エ. 読書をした オ. 勉強した カ. トランプやオセロ、将棋などをした
 キ. マンガを読んだ ク. ボール遊びをした ケ. 鉄棒・すべり台で遊んだ
 コ. 鬼ごっこをした サ. なわとびをした シ. その他（ _____ ）

(2) 下校してから、したことがあるものすべてに○印をつけてください。

- ア. ボーツとしていた イ. 友だちとメール・電話でおしゃべりをした ウ. 読書をした
 エ. 勉強した オ. トランプやオセロ、将棋などをした カ. マンガを読んだ
 キ. ゲームをした ク. 友だちとボール遊びをした ケ. ひとりでボール遊びをした
 コ. 学校や公園に行き行って遊んだ サ. 鬼ごっこをした シ. なわとびをした
 ス. テレビをみた セ. お手伝いをした ソ. その他（ _____ ）

2. 夏休みが始まる前の一週間、学校でよく遊んだ場所についておしえてください。

(1) 「休み時間（業間休みや昼休み）」はどこで遊ぶことが多かったですか。一番多かった場所を一つ選んで○印をつけてください。

- ア. 教室 イ. 廊下 ウ. 体育館 エ. グラウンド オ. 遊ばなかった

(2) 「放課後（授業が終わってから下校するまで）」はどこで遊ぶことが多かったですか。一番多かった場所を一つ選んで○印をつけてください。

- ア. 教室 イ. 廊下 ウ. 体育館 エ. グラウンド オ. 遊ばなかった

うらへつづくー

3. リフレッシュ・キャンプに参加する前、1週間くらいの間の自分の様子についておしえてください。

下に書いてある質問を読んで、この1週間くらいの間の自分の様子を思い浮かべてください。当てはまると思うところを一つずつ選んで○印をつけてください。

この1週間くらいの間に		1. よくあった	2. ときどきあった	3. あまりなかった	4. まったくなかった
①	いろいろなことにやる気がある				
②	わけもなく悲しくて何もしたくない				
③	むしゃくしゃしてすぐかっとする				
④	心配でイライラして落ち着かない				
⑤	人に対してありがたいという気持ちになる				
⑥	やろうと思っても、なかなか手につかない				
⑦	味や痛さを感じない				
⑧	好きなことに熱中する				
⑨	眠れなかったり、途中で目がさめる				
⑩	困っている人の世話をする				
⑪	体から、力がわかない				
⑫	誰とも話したくない				
⑬	頭痛や腹痛など体の具合がわるい				
⑭	小さな音にビックリする				
⑮	みんなと仲良くしたいと思う				

4. どうしてリフレッシュ・キャンプに参加しようと思いましたか。それぞれ「はい」か「いいえ」に○印をつけてください。

- ① 内容がおもしろそうだから [はい ・ いいえ]
 ② 友だちにさそわれて [はい ・ いいえ]
 ③ 親や先生にすすめられて [はい ・ いいえ]
 ④ 友だちを増やすため [はい ・ いいえ]
 ⑤ 外でからだを動かしたかったから [はい ・ いいえ]
 ⑥ 自然の家や交流の家に泊ってみたかったから [はい ・ いいえ]
 ⑦ 夏休みなのでどこかに行きたかったから [はい ・ いいえ]
 ⑧ プールで泳ぎたかったから [はい ・ いいえ]
 ⑨ その他（ _____ ）

◇◇◇ ありがとうございます ◇◇◇

参考：調査票

「リフレッシュ・キャンプ」アンケート（キャンプ後）

国立青少年教育振興機構

- ・アンケートの結果と、学校の成績やキャンプの指導はまったく関係ありません。
- ・ひとりひとりのことを調べるのではなく、キャンプに参加したみなさん全体のことを調べています。
- ・ひとりひとりの結果を発表したり、他人に言ったりすることはありません。

名簿番号 _____ (男 ・ 女)

市町村名 _____

学 年 小学校（4年生・5年生・6年生） 中学校（1年生・2年生・3年生）

1. リフレッシュ・キャンプの間の自分の様子についておしえてください。

下したに書いてある質問しつもんを読んで、リフレッシュ・キャンプの自分の様子じぶんのようすを思い浮かべてください。
 当てはまると思おもうところを一つずつ選えらんで○印しるしをつけてください。

	リフレッシュ・キャンプの間に	1. よくあった	2. ときどきあった	3. あまりなかった	4. まったくなかった
①	いろいろなことにやる気がある				
②	わけもなく悲しくて何もしたくない				
③	むしゃくしゃしてすぐかたとする				
④	心配でイライラして落ち着かない				
⑤	人に対してありがたいという気持ちになる				
⑥	やろうと思っても、なかなか手につかない				
⑦	味や痛さを感じない				
⑧	好きなことに熱中する				
⑨	眠れなかったり、途中で目がさめる				
⑩	困っている人の世話をする				
⑪	体から、力がわかない				
⑫	誰とも話したくない				
⑬	頭痛や腹痛など体の具合がわるい				
⑭	小さな音にビックリする				
⑮	みんなと仲良くしたいと思う				

うらへつづくー

2. リフレッシュ・キャンプの感想をおしえてください。あてはまると思うところを一つずつ選んで○印をつけてください。※ ()の中は自由に書いてください。

- (1) リフレッシュ・キャンプは楽しかったですか。
 1. とても楽しかった 2. 楽しかった 3. あまり楽しくなかった 4. 楽しくなかった ()
- (2) 班の友だちとは仲良くできましたか。
 1. とても仲良くできた 2. 仲良くできた 3. あまり仲良くできなかった 4. 仲良くできなかった ()
- (3) 新しい友だちはできましたか。
 1. たくさんできた 2. できた 3. あまりできなかった 4. できなかった ()
- (4) 班のリーダー（スタッフのお兄さん、お姉さん）は親切でしたか。
 1. とても親切だった 2. 親切だった 3. あまり親切ではなかった 4. 親切ではなかった ()
- (5) リフレッシュ・キャンプで楽しかったことを3つ以内であげてください。
 (1つめ:)
 (2つめ:)
 (3つめ:)

3. 今後もリフレッシュ・キャンプがあったらまた参加したいですか。「はい」か「いいえ」に○印をつけてください。

[はい ・ いいえ]

「はい」とこたえた方にお聞きします。

- ① キャンプの期間は どう思いますか
 ア. 今回と同じように3泊4日がよい イ. 3泊4日よりもっと長い方がよい
 ウ. 3泊4日よりもっと短い方がよい エ. わからない
- ② 今回の活動以外にしたいことを1つあげるとしたらどのようなことですか。
 ()

◇◇◇ ありがとうございます ◇◇◇