

令和5年度文部科学省委託事業 体験活動等を通じた青少年自立支援プロジェクト
「海からのメッセージ」（国立大隅青少年自然の家）

試行・検証等のテーマ

- 長期自然体験活動が小中学生の生きる力に及ぼす影響
- カヌー活動における小中学生の水分補給状況と適正水分摂取量の解明

背景 ・ 課題

新型コロナウイルス感染症の感染拡大及び長期化により、子供たちの日常生活において、自然体験活動の場やリアルな体験活動の機会の減少や格差が課題である。

事業の ねらい

不登校や発達障害などの困難を抱える子供を積極的に参加させることにより、ウェルビーイングが阻害されている状況を打破し、子供の幸福度や自己肯定感を向上させたい。

事業内容

<実施に係る体制>

講師：4名
施設ボランティア：4名
国立大隅青少年自然の家職員：8名
鹿屋体育大学実習生：4名

<テーマに基づいた試行、検証等の方法>

1. 長期自然体験活動が小中学生の生きる力に及ぼす影響
2. カヌー活動における小中学生の水分補給状況と適正水分摂取量の解明

<活動の内容>

実施期間：8月16日（水）～8月18日（金）（2泊3日）
実施場所：新城海の家、鹿屋体育大学海洋スポーツセンター、荒平天神、根占公民館
参加者属性、人数：心に悩みを持つ児童生徒を含む、小学5年生～中学3年生、16名
具体的なプログラム内容：アイスブレイク、カヌー操船練習、レクリエーション、
カヌー（新城海の家から荒平天神）6.2km、磯観察、SUP、軽石クラフト



成果

1. 長期自然体験活動が小中学生の生きる力に及ぼす影響
 - (1) 生きる力および3つの上位能力は、全て事業後に向上した。
 - (2) 徳育的能力については、心に悩みを持つ参加者の方が大きく向上していた。
 - (3) 効果量検定の結果、身体的能力については、中及び大と評価された。
 - (4) 身体的能力の2項目は、心の悩みの有無に関わらず顕著に向上した。
2. カヌー活動における小中学生の水分補給状況と適正水分摂取量の解明
 - (1) 体重が大きい参加者ほど、脱水量が多いことが分かった。
 - (2) 飲水量が少なくとも体重減少率が低い参加者も見られた。これは運動量や運動強度の違い、汗を掻きやすい体質などの個人差が要因の一つであることが分かった。

今後の 展開

【計画策定及び活動選定のための視点（試行・検証テーマは継続）】

1. 身体的技術的能力の観点に基づいた雨天時の活動
2. IKRの初期値分析及び個別の実態に応じた活動
3. 長期横断的視点に立ち年度間比較（2016年度から174名分）
4. 適正水分摂取量の指標
5. 十分な休息及び快適な睡眠
6. 協力体制の確保
7. 目標を達成可能な時期設定
8. 参加者の事前研修実施