

12 キャンプの下見は何回するものでしょうか。



子ども会で夏のキャンプの担当になりました。まだキャンプをする場所が決まっていなようなので、探すところから始めなければなりません、下見はどのぐらい行けば良いのか心配です。あと何に気をつけて下見をすれば良いのでしょうか。

(子ども会役員)

ひろしのヒント



キャンプの下見は安全管理上、必須です。下見をしないまま、キャンプに臨む団体はあまりないのではないのでしょうか。では下見は、何回するのが良いのでしょうか？これには、残念ながら明確な答えはありません。キャンプ運営の不安が取り除けて、安全に実施できるイメージがつくまで、でしょうか。

とってしまうと、なかなか難しいので、強いて言うなら、理想は3回。もしかしたら、3回でも多く感じた人やそんなに時間を取ることができない人もいるかもしれません。でするので、あくまでも理想とします。ではなぜ3回なのか。

STEP1 場所決めの下見

まず1回目は、どこのフィールド、施設を使うかの下見です。すでに何回も同じフィールドや施設を利用しているところがあるなら、この下見は省くことができます。この時は、トイレは洋式か和式か、最寄りの駅（バス停）からどのように行くのか、歩くと何分かかるのか、貸出物品はあるのか、どんなプログラムができるか、危険な動植物はいるのか、緊急時の対応はなど実際にキャンプ地として適しているかどうかの下見です。事前にチェック項目などを作っておくと便利でしょう。

STEP2 当日を想定した下見

実際にキャンプ地が決まったら、2回目の下見です。実際の移動手段で、同じ時間、曜日の下見をすることをお勧めします。理由は、交通状況のイメージがつかみやすいからです。またこの時は、事前にイメージしておいたプログラムもできると良いです。施設内の移動時間もイメージがつかみます。

STEP3 直前の下見

3回目は、キャンプ実施日の1週間前にできると良いです。これは気温や自然状況の確認のためです。キャンプを行う場所は、自然豊かな場所です。自然は2週間や3週間で大きく変化していきます。そのため寒くないか暑くないか、危険な箇所は増えていないかなど確認が大事です。

また下見をする際は、キャンプ地のスタッフや自治体から安全に関する情報を仕入れておくことを忘れないでください。その土地特有の気をつけるべき情報は、スタッフや自治体を持っていることが多いです。

【下見チェックリスト（例）】

| | |
|---|--|
| <input type="checkbox"/> トイレの有無（洋式、和式、多目的等） | <input type="checkbox"/> 危険箇所（活動場所、移動ルート）の確認 |
| <input type="checkbox"/> 歩行ルート（最寄り駅からの歩行）時間 | <input type="checkbox"/> 最寄りの病院の確認（日中、夜間、休日） |
| <input type="checkbox"/> 雨天時の活動場所 | <input type="checkbox"/> A E D（自動体外式除細動器）の有無 |
| <input type="checkbox"/> 主なプログラム | <input type="checkbox"/> 食材の持込、ゴミ処理について |
| <input type="checkbox"/> 荷物の配達受取は可能か | <input type="checkbox"/> 冷蔵庫、飲用水の有無 |

13

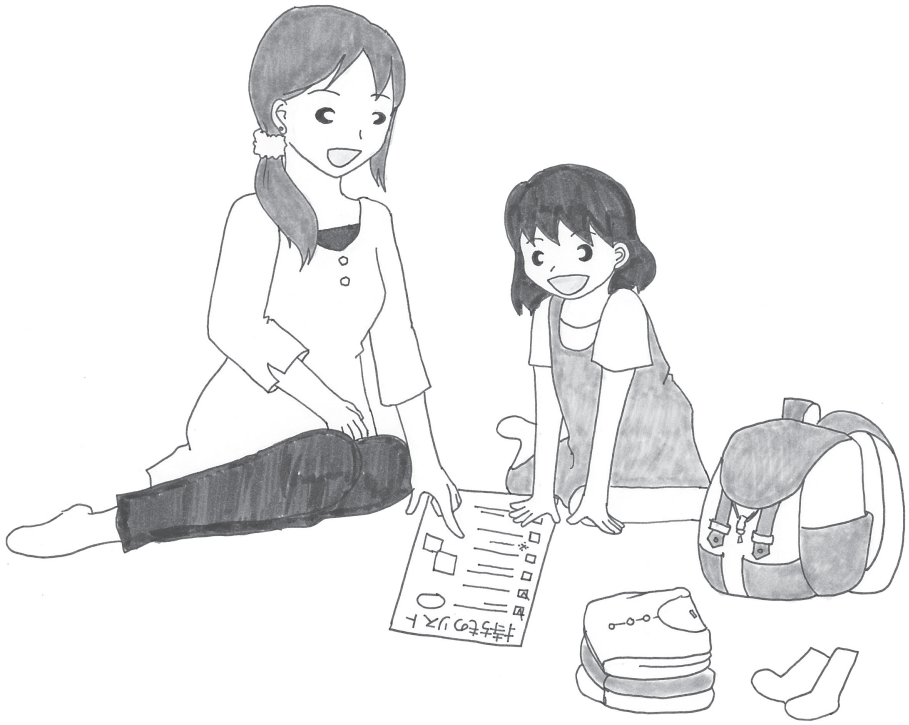
キャンプの参加者に持ち物のイメージが伝わりません。

イベント

キャンプ

子ども施設

スタッフ・ボランティア



キャンプ前に、参加者（保護者）から当日の持ち物等の問い合わせが多くありました。そしてキャンプ当日、実際に持ってきたものが違って困った経験があります。

（キャンプ担当者）

ひろしのヒント



宿泊を伴うキャンプで参加者から事前によく問い合わせがあるのは、持ち物についてです。人によってイメージすることが違うため、仕方がないですね。

事前説明会がある場合

参加者向けの事前説明会をする団体の場合は、その時に『持ち物の実物』を準備しておく、視覚でイメージが伝えやすくなります。またキャンプ当日の好ましい服装（野外炊事、川遊び、登山時の服装など）も伝えられます。それをやるだけでも、キャンプに慣れていない参加者にとっては、安心につながります。

事前説明会がない場合

事前説明会ができない場合は、キャンプ参加者に発送する資料で持ち物を伝える場合が多いと思います。その際に、文字だけでなく、写真やイラストなどを用いると、よりイメージが伝わりやすくなります。また「これは持ってこないで！」も写真などで伝えるとわかりやすいです。例えば、サンダルなどはケガするのでダメなど。

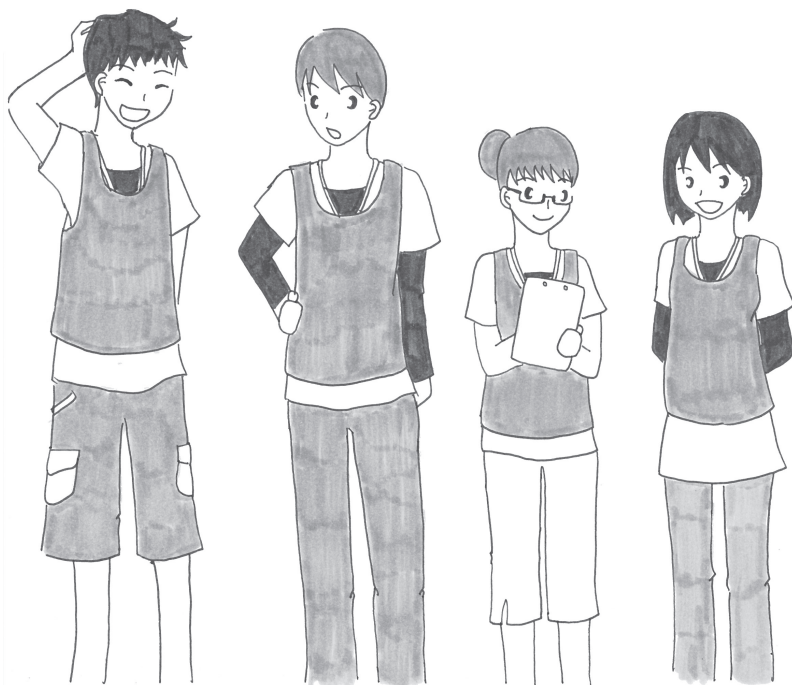
さらに、ただ単に持ち物を書くよりも、どういう場面で、どのように使うかも記入することで、よりイメージが伝わりやすくなります。例えば「軍手は、野外炊事の時に使用します。綿100%のものが望ましい」などです。また持ち物の問い合わせで多いのが、どういうところで購入できるかという質問で、その情報もつかんでおくことで、より丁寧に参加者に情報が提供できると思います。

主催者側もイメージと違う持ち物で来られると困ることがあるので、わかりやすく伝わる工夫を心掛けることが大事です。

【持ち物チェックリスト（例）】

| 持ち物 | 数 | 備 考 |
|--|------|--|
| <input type="checkbox"/> 1日目のお弁当 | 1つ | ごみの持ち帰りをお願いします。お弁当のアルミホイル・空き容器等も持ち帰りの対象となります。弁当箱・水筒を水洗いすることは可能です。 |
| <input type="checkbox"/> 水筒 | 1つ | ペットボトルでも可。1ℓ程度のもので。 |
| <input type="checkbox"/> タオル | 2枚 | 汗拭きや入浴時に使います。 |
| <input type="checkbox"/> 雨具 | 1着 | 上下セパレートタイプのカッパがあると便利です。 |
| <input type="checkbox"/> 室内履き | 1足 | 屋内での活動の際に使います。 |
| <input type="checkbox"/> 着替え類 | 日数分 | 野外活動に適した服装（スカート不可）、履きなれた運動靴など ※長袖、長ズボンは、虫よけなどに便利です。 ※事故防止の観点から綿素材の長袖、長ズボンがお勧めです。野外炊事やキャンプファイヤー時では、化学繊維のものは火に近づけると溶けて大やけどの原因となりますので避けてください。 |
| <input type="checkbox"/> 軍手 | 1組 | 野外炊事で使います。（綿100%で手のひらに滑り止めがついていないもの） |
| <input type="checkbox"/> 入浴セット 洗面用具 | 1セット | 石鹸・シャンプー・歯ブラシ・歯磨き粉・ポケットティッシュ等。 ※ドライヤーはありません。 |
| <input type="checkbox"/> 懐中電灯 | 1つ | 夜の移動時に使用します。予備電池もお持ちください。 |
| <input type="checkbox"/> 常備薬 | 適宜 | 常備している薬があればお持ちください。虫除けスプレー・虫さされ用軟膏等必要な方はお持ちください。 |

14 スタッフの目印はどのようなものがありますか。



親子のキャンプで、誰がスタッフかわからないと言われてしまいました。
(キャンプスタッフ)

ひろしのヒント



スタッフとして統一の服装や目印となるものがあれば、一目で子どもにもわかりやすいし、一体感も生まれやすいのではないのでしょうか。子どもだけのキャンプの場合は、集合解散時に保護者の方の目印にもなるのでわかりやすいです。

服をチョイス！

服であれば、ベストがオススメです。ベストなら、季節に関係なく、上に羽織ることができるので良いです。お揃いのユニフォームを揃えるのが難しければ、スタッフが着ている服の色を揃えるのも一案です。夏場だと、Tシャツよりも同じ色のポロシャツを着ているだけでもピシッと揃っている雰囲気が出るかもしれませんね。

服以外では！

服を揃えるのが難しい場合は、名札の色や名札ケースの細色、ハンダナなどの目印で揃えることもあります。ただし一見してわかりにくい難点があります。会議室などの限られた空間であれば、上記のような目印でも十分でしょう。

ただスタッフとしての目印が無くてもキャンプとしては成立します。何が何でも揃える必要はないと思います。要は参加者や周りにいる人に『スタッフ』というのが理解されれば良いと思います。何度も関わっているスタッフになると、子どもも顔を理解しているので、問題はないでしょう。初めてスタッフをする人だと、スタッフの目印を付けることで子どもたちや保護者にもまずは安心感を与えることができるのではないかと考えます。

コラム

移動時に子どもたちを見失わないために

し〜ちゃん

公共交通機関の利用や観光地等に出かけたりする場合に、子どもたちから目を離すと、人混みの中に子どもたちがまぎれてしまうことがあります。当然離れないよう話をしたり、集団での歩行を練習したりする場合がありますが、突然の出来事に動揺したり、歩く速度が遅くなったりした時に子どもたちを見失うことがあるかもしれません。

そのようなことが起きる前に、アウトドアでよく安全を確認し合うパディ（2人一組）を作って、一人で行動させないようにすることも一つの方法です。

また目印として名札をつけることがあるかもしれませんが、上着等に隠れてしまったり、背後からではわからなかったりする場合もあるので、リュックサックの肩の部分等にリボンやハンダナ等をつけることも工夫の一つです。

何はともあれ、まずは見失わないようにするには、どのようなスタッフ体制、歩行などをしたら良いか、そして子どもを見失ってしまったらどのように対処するのか、考える機会を持つことが大切かもしれません。

活動に必要な道具のレンタルができる場所
はありませんか。



キャンプの活動で川遊びを考えています。安全上ライフジャケットが必要だと思
っていますが、購入する予算がありません。レンタルする場所がありますか。

(キャンプスタッフ)

ひろしのヒント



キャンプをするとすると、それなりに道具が必要になります。テント泊をするなら、テント、寝袋、マットなど。野外炊事を行うなら、鍋、お玉、包丁、まな板など。団体が自前で道具を持っているなら、活動に支障はきたさないうえでしょう。無い場合は、道具のレンタルが可能なキャンプ場や施設を探すのが、手っ取り早いでしょう。公共の施設の場合は、レンタル料も安価にすむことが多いです。

川遊びの場合

キャンプが多い夏のメインプログラムとして、取り入れられるのが川遊びではないでしょうか。川遊びは、楽しい反面、命に直結するプログラムなので、ライフジャケット（以下PFD※1）などの安全対策はしっかりとることが主催者側、指導側の責任になってきます。利用施設でPFDの貸し出しがあるところなら借りることは可能でしょうが、貸し出しを行っている施設はあまり多くはありません。PFDは、『NPO法人 川に学ぶ体験活動協議会（通称RAC）』やネットサイトで貸出のサイトがあるので、問い合わせしてみてください。PFDの他にヘルメットや救助用のスローロープ※2などの貸出もあります。ただし講習会等に参加して、正しく道具を使う知識を得ておくことも必要でしょう。

また使用頻度が高い道具などは、助成金（『子どもゆめ基金』や『日本財団』など）をうまく活用して揃えていくのもいいかもしれません。その際は、保管場所が別途問題にはなってくると思いますが・・・。

安全にキャンプを実行するには、道具も大事な要因であることは間違いありません。

※1 PFD：Personal Floatation Deviceの略。直訳すると、個人用浮力装置となるが、日本では一般的にライフジャケットや救命胴衣と呼ばれている。

※2 スローロープ：落水者を救助するための水に浮くロープ

【レンタル・助成金情報】

| | |
|---------------------------------|---|
| NPO法人 川に学ぶ体験活動 協議会（通称RAC） | 川に関する情報提供や研修などの他、川での活動に必要なライフジャケット、スローロープ等の貸出も行っています。 |
| 神奈川県立 青少年センター | グループワークやコミュニケーションゲームの冊子やDVDの提供、用具の貸し出しも行っています。 |
| 子どもゆめ基金 | 国と民間が協力して子どもの体験・読書活動などを応援し、子どもの健全育成の手助けをする基金です。 |
| 日本財団 | 幅広い分野で年間を通じて複数の助成プログラムを行っています。 |

※詳細については、各団体にお問合せください。

キャンプの安全対策はどこまですれば良いのですか。



キャンプの引率をすることになったのですが、他のお子さんを連れていくので、事故などいろいろと心配してしまいます。どのようなことに気が付いたら良いのでしょうか。

(引率の保護者)

ひろしのヒント



キャンプに対する安全意識は高まりつつあります。下見を行う、ケガをした時の対応、ハチに刺されないために気をつけること、万が一刺された時の対応、その他危険な動植物への対応、保険への加入、救急法のトレーニング、救急病院までのルート、ファーストエイドの準備など、もしもの時に備えてキャンプを行う団体が増えてきました。ケガを出さない工夫はもちろん行いますが、万が一のことが起こるのがキャンプです。リスクマネジメントを徹底し、万が一事故が起きた時のためにスタッフ用の事故対応マニュアルを作っておくことが必要です。

災害時の対応

当日のケガ等への対応の意識は高まりつつありますが、それ以外にもキャンプを行う上で考えておかなければならないことがあります。それは、災害時の対応です。

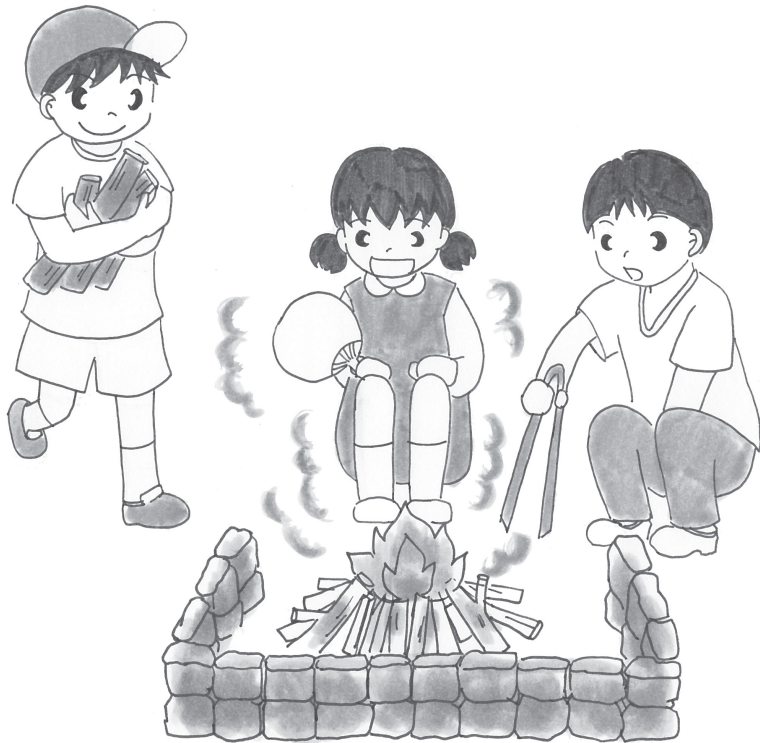
キャンプ中に地震が起きた、台風、降雪等で公共交通機関が止まってしまったなど、キャンプ地から帰れない場合を想定しておくことも必要です。電話が不通の場合は、災害伝言ダイヤルや SNS を活用するなど考えられるでしょう。ブログなどを通じて、保護者に現状を伝えることで安心感を与えることもできます。

またキャンプ地では問題がない状況でも、参加者の自宅が被災した場合はどうするかなど、対応を考えておく必要があります。突然やってくるのが天災です。いろいろな場面を想定して、事前にシミュレーションしておくといいでしょう。

【安全チェックリスト（例）】

| 項目 | 内容 |
|------------------------------------|---|
| ＜ 事 前 ＞ | |
| <input type="checkbox"/> 傷害保険の加入 | 参加者、スタッフの万が一に備えて、保険へ加入する。その際は活動内容と保険内容を確認しておく。国内旅行傷害保険など。 |
| <input type="checkbox"/> 下見の実施 | 下見チェックリスト (P.26) の項目を参照。 |
| <input type="checkbox"/> アレルギー等の確認 | 食物アレルギーやその他疾患、既往病の有無を確認。可能な範囲で対応を行う。 |
| ＜ 当 日 ＞ | |
| <input type="checkbox"/> 体調不良者の確認 | 宿泊の翌朝にそれぞれに確認する。口頭での確認でも良いが、宿泊が長くなると、確認項目を書いた紙を用意しておくことで参加者自身が申告しやすくなる。 |
| <input type="checkbox"/> 便通の確認 | |
| <input type="checkbox"/> 睡眠の確認 | |
| <input type="checkbox"/> 食事量の確認 | |
| ＜ 災 害 時 ＞ | |
| <input type="checkbox"/> 避難経路の確認 | 火災、地震を想定して、利用施設からの避難経路の確認及び、非常時の集合場所も含めて参加者への周知を行う。なお災害の有無を問わず、緊急連絡先の確認は必須。 |
| <input type="checkbox"/> 集合場所の確認 | |
| <input type="checkbox"/> 参加者の緊急連絡先 | |

17 野外炊事で気をつけることはありますか。



キャンプで野外炊事の担当になり、野外炊事＝カレー作りのイメージで考えていますが、気をつけることはありますか。

(子ども会役員)

ひろしのヒント



キャンプの王道プログラムと言えば、野外炊事ではないでしょうか。定番のカレーの他にはうどんやピザ、パン作りなど、薪を使ってみんなでご飯を作る活動は楽しいものです。

王道のプログラムだからこそ、考えておくことがあります。それは、『何のために』野外炊事を行うのか、それはキャンプの目的においてどういう位置づけなのか、です。

ついつい口出しや手出しをしてしまう

子どもたちに体験させたいとしながらも、手際が悪い、プログラムが押してしまうなどの理由から、薪のくべ方、火付けにスタッフが手出し口出しをして、子どもたちの体験の機会を奪ってしまっているケースがあります。

- ① そうならないためには、薪のくべ方、火のつけ方を実演して、子どもたちに教える必要があります。
- ② プログラムが押してしまうということに関しては、そもそも最初から時間設定に問題があるからです。失敗もできる（成長できる）時間を見越して野外炊事のプログラム時間を設定しておく余裕を主催者側は持っておきたいですね。

炊事中に子どもたちが遊びに行ってしまう

野外炊事中に子どもが遊びに行ってしまうケースがあります。これにはいろいろな理由があるとは思いますが、よくあるのが「やることがないということ」です。役割を持て余すと違うこと（遊びに行ってしまうなど）をしてしまうのは、ある意味仕方がないことだと思います。そんな時は叱るのではなく、「ご飯を食べるところの掃除をする」「食器を準備する」「薪を片付ける」など、子どもたちに役割（仕事）を与えることです。野外炊事の1グループの人数、役割分担を事前に考えておくことが大事です。

役割に没頭してしまう

例えば薪割りや火係りなどをずっとやり続ける子の場合、他にやりたい子がいない、状況が許されるのであればさせてあげても良いと思います。夢中にやれることがあるのは、良いことだと思います。ただし他の子たちにも経験を積ませたいと考えるのであれば、例えば「あと何本ね」や「あと何分ね」のように具体的に終わりのことを告げると良いです。そしてその子には、また違う役割を与えることが大事です。

野外炊事ひとつとってもいろいろなケースがあるので、事前にそういうケースをスタッフ間で想定しておいて、実際に起きた時にどうするかシミュレーションしておくことで当日の活動がスムーズに進むことでしょ。

18 早起きしすぎる子どもがいます。



キャンプに小学生を引率した時、何の気なしにトイレに行ったところ、（外にトイレがある宿泊施設だった）まだ夜明け前だというのに、外を散策している子どもたちに遭遇したのです。「まだ起床時間じゃないから、時間まで部屋にいてね」と声をかけたところ、「別にうるさくしているわけじゃないからいいじゃん」と切り返されてしまいました。どう対応すれば良いのでしょうか。

（キャンプボランティア）

あぞさんのヒント



気持ちが高揚してしまい、早起きしてしまう参加者は、大人子ども関係なくいると思います。特に子どもの場合、起床時間の数時間前に起きてしまい、外を歩き回ったり、大声で話をしたり、寝ている参加者を起こしにかかる場合もあります。

引率するスタッフとしては、自分たちの睡眠時間も取りたいし、目を離すわけにはいかないし、頭の痛い問題ですね。しかしキャンプなど宿泊を伴うイベントは、参加者にとって非日常の世界なのです。

＜起きてしまった参加者への対応＞

起きてしまった参加者に、「まだ起床時間の前から寝ていなさい」と言ってもムリな相談です。早番を決めるなどして、「まだ寝ている人や寝たい人がいるから起こさないように静かにすごしましょう」と言葉をかけ、日の出を見るときか、夏に冬の星座を眺めるときか、日常にはない体験をさせるチャンスととらえましょう。コミュニケーションをとれる時間でもあるので感想や困りごとがないかなどを聞いてみましょう。スタッフの手伝いをしてもらうのも参加者にとって特別感があります。ただ、その日の活動に支障が出ないように配慮しましょう。

【言葉かけの例】

| コメント | 補 足 |
|---------------------------------------|--|
| まだ寝ている人や寝たい人もいるから起こさないように、静かにすごしましょう。 | 同室の参加者が全員起きている場合に有効です。他の部屋の参加者に配慮します。 |
| 他の人を起こしてしまうから、こちらに来て話をしようよ。 | 同室の参加者が寝ている場合、室内で静かにしているのは難しいので、外や別室に誘いましょう。 |
| 星が見えるよ。観察しようか。それにもうすぐ日の出だから、一緒に見ようよ。 | 夜明け前は夏なら冬の、冬なら夏の星座が見られます。子どもには珍しく感じるようです。 |

ホームシックになる子どもへの対応は
どうすれば良いですか。



2泊3日のキャンプで、班の中で一番年下の参加者がホームシックになってしまいました。どのように対応したら良いでしょうか。

(キャンプボランティア)

ひろしのヒント



宿泊を伴うキャンプは、非日常体験です。普段しないテント泊や、家族や友達とも違う仲間と一緒に過ごす体験は、ワクワクすることもあり、新たな発見があり、楽しくもあります。そのキャンプの経験が、子どもたちを成長させていきます。

しかし普段と違う環境では、ふとした瞬間に不安に襲われることがあります。それがホームシックにつながっていきます。キャンプだと夜の活動中に起こることが多いです。日中の野外炊事やレクリエーションのように『動』のプログラムでなく、夜になって景色の雰囲気も変わり、落ち着いた『静』のプログラムになることや、また日中の疲れが出てくるのも要因の一つです。

ホームシックになる前に

まずは子どもに、このキャンプが楽しいと思ってもらうことが大事です。そのためには日中の活動で、楽しい雰囲気を作り出すことです。プログラム自体の楽しさはもちろん、同じグループの人間関係も楽しさを作り出す要因なので、グループが円滑に回っているか（うまく溶け込めているか、話をする相手がいるか、一緒に行動している相手がいるかなど）を班につくスタッフはもちろん、周りにいるスタッフが気を配る必要があります。

ホームシックになってしまったら

ホームシックになった場合は、他の子どもの輪から離れて、スタッフが寄り添ってよく話を聴いてあげることです。「何が不安なのか?」「どうしてほしいのか?」など。対応するスタッフとホームシックの子どもの間で関係づくりをする必要があります。そのためには、話をよく聴いて、少しでも不安を取り除いてあげることが大事です。そして少しずつ勇気を与えるように声をかけてあげ、サポートしていくことです。結局ホームシックを乗り越えるのは、子ども自身です。スタッフは、そのサポートをすることしかできません。

「お母さん（お父さん）に会いたい」と子どもが泣き続けるので、電話をして子どもがお母さんと話をしてしまうと、『日常』に戻ってしまいます。そうなると一層帰りたい気持ちを増幅させてしまうこともあるので、注意が必要です。

ホームシックを乗り越えたという経験は、子どもにとって更なる成長につながるの、良い機会だと思って、乗り越えることができるようにサポートしていきましょう。

【言葉かけの例】

| コメント | 補 足 |
|----------------------------|----------------------------------|
| さびしくしていないか家族の人も心配していると思うよ。 | 家族の言葉を代弁する気持ちで |
| 実は、私もさびしがりやなんだ。 | 子どもに慰めてもらう気持ちで |
| 笑顔で帰ってきたら、家族の人も喜ぶと思うよ。 | 帰宅後の気持ちを考えさせて |
| 今日の活動で楽しかったことや頑張ったことは何だった？ | 楽しいことを思い出させるのと頑張ればできることを応援する気持ちで |