

A close-up photograph of a child with dark hair drinking water from a blue water fountain. The child is wearing an orange t-shirt. Water is splashing around the child's head and hands. In the background, another child in a pink shirt is partially visible.

母子家庭を元気にする 野外活動の機会提供事業

— 2015年度 活動報告書 part.1 —



正しいことを、楽しく。
森のライフスタイル研究所

独立行政法人福祉医療機構 社会福祉振興助成事業
Supported by Social Welfare Assistance Project (Welfare And Medical Service Agency)

母子家庭を元気にする 野外活動の機会提供事業

「事業概要」

シングルマザーが体力・経験・経済の3点から子どもに対して野外活動の機会をつくる事が難しいという現状に対して、母子家庭家庭支援 NPO と野外活動 NPO がお互いの専門性を相互共有しながら「定期的に母子家庭の子ども向けに野外活動の機会を提供する」ことで、子どもたちの健やかな成長を促すとともに母親の1人の時間をつくる事で苛つき軽減と虐待防止に寄与する為の事業をおこなうものです。

「活動への想い」

森のライフスタイル研究所は、2003年に設立されたNPO団体です。これまで、植林や間伐等の森づくりプログラムや森林や湖畔での自然体験キャンプ、昆虫採集などたくさんの野外活動に取り組んできました。2014年4月これまでのノウハウを活かして、母子家庭の子どもたちがより積極的に野外活動に参加できるように支援を始めました。

NPO法人 森のライフスタイル研究所
代表理事 所長
竹垣 英信

野外活動は子どもの成長を 促してくれます。

野外活動は子どもの成長に関して言語能力や認識能力、知能指数が向上するという好影響を与えられています。また、野外での様々な体験を通じて新しい事を体験し、それが出来るようになれば、自信が生まれ、それらの経験の蓄積によって、成功や失敗というもののが実は自分の努力次第という事に気づいていきます。結果、他人のミスや失敗を理解できる人間性が形成され、豊かな人格を育てていきます。



野外で活動を続けてきたからこそ出来ます。

女性であるお母さん。男性に比べれば体力も少ないですし、野外活動の経験もきっと少ない事と想像されます。国（厚生労働省）は「子育て・生活支援」「就業支援」「養育費確保支援」「経

済的支援」の4本柱により母子家庭等へのサポート施策を推進していますが、野外活動とつなぐ支援は含まれていません。私たち森のライフスタイル研究所は、これまで植林や間伐等の森づくりプログラムや自然体験キャンプ、昆虫採集など野外での活動を数多く実践してきました。私たちだからこそ出来る、「野外活動を通じた支援」があると思っています。

お子様を預かります。

森のライフスタイル研究所が行う野外活動は、バスを借りて遠足のようにみんなで出掛けるスタイルが特徴です。集合場所までお子様を連れてきていただければ、あとはお任せ下さい。スタッフが帰りの到着まできちんと対応していきます。野外での活動になるので、時には怪我をするかもしれません。その場合、活動に同行する救急救命士などの救護スタッフが適切に対処いたします。お母さんは、1人になった時間を有意義にお使いください！もちろん、活動にご一緒いただく事も大歓迎です。





母子家庭の支援団体と連携しています。

森のライフスタイル研究所は、母子家庭の支援を日常的に行っている団体と連携して活動を進めます。お互いの専門性を相互共有していく事で創意工夫に溢れる活動が実現します。2つの分野の団体が手を取り、支え合いながら、子どもたちが成長していく姿を見守っていきます。

負の連鎖を断ち切りたい

子ども時代に野外活動を行った経験が多いほど、学歴や年収が高い事が国立青少年教育振興機構の調査で明らかになっています。母子家庭で育つ子どもたちに野外活動の機会を継続的に提供していく事で、「負の連鎖（＝貧困・格差拡大）」を断ち切る事にも貢献していきます。



参加者の声

KHさん

子どもをアウトドアに連れて行ってあげられないのがストレスでした。でも、森ライさんの活動に出会って、それが解消できています。

SFさん

はじめて会ったお友達と仲良く遊んでいる姿を見ると、毎日がんばってよかったなーとしみじみ思っています。

KKさん

危ないことをしたときに、竹垣隊長が真剣に子どもを叱っていました。それを見て、うれしく思いました。

SYさん

初めて海に来ることができました。興奮した子どもを見て、わたしも興奮しました。

AAさん

この活動が、単なる遊びじゃなくて、奉仕の心も養えるというのが気に入っています。津波のあとの森づくり。大切ですよ。

YJさん

子どもがず〜と希望していた「釣り」がやっと、できました。普段はツライことばかりですが、今日はたのしかった！



山里体験～竹を伐って、 いろいろなものを作って遊んでみよう！

〔開催日〕 2015年7月12日 〔場所〕 千葉県鴨川市大山千枚田 〔参加人数〕 57名

竹林で竹を伐り出すなかなかできない体験と、その竹を利用して、お昼の流しそうめんの樋（とい）から、つゆの器、箸までつくる工作がセットに。日本の棚田百選（農林水産省選定）にもなっている、千葉県鴨川市の大山千枚田を見下ろす絶好のロケーションは、お母さんたちも楽しみにしていました。棚田での自然観察と虫採りも楽しんで、めいっぱい五感を使う一日に。空は晴れ晴れ、汗をかきかき、少し早い夏休みの思い出ができましたね！

「海ほたる」でも遊ぶ

早起きした日曜日、60人乗りが満席になったバスは、東京湾アクアラインのパーキングエリア「海ほたる」で、ちょっと長めの休憩です。バスが故障してしまったため、急遽バス会社が代車を用意し、そのバスが到着するまで待つことになりました。「海ほたる」には、キッズエリアも用意されていて、ここでそんなに遊んでこの先体力は持つかしら…というちびっこ数名。お母さんたちは、しばしおしゃべりに花を咲かせました。みんなこの日を、楽しみに待っていてくれたのです。

圧巻の、棚田の景色！

いよいよ到着！晴れた空、絵のように美しい棚田と、森の緑が眩しい！「わー、棚田がすごい！」「気持ちのいい景色！」お母さんたちが、笑顔で口々に。子どもたちは、変わった案山子のほうに興味を引かれたようです…。お世話になる地元のNPO 法人大山千枚田保存会の方や、地域の手仕事の達人の方々が聞かせてくれた地域の生き物のお話の流れで、本物のマムシのサンプル（生きていますが、安全な容器入り）が登場し、みんなで、おっかなびっくり、興味津々。動物の骨にもさわらせてもらうなど、好奇心をそるオリエンテーションでした。



- ・竹の伐採体験
- ・切り出した竹を使って、お箸と器づくり
- ・虫採り体験
- ・情報交換（お母さん同士）

竹の伐り出し大作戦！

ワクワクしながら、ひんやりとした竹林に。チームに分かれて、それぞれに達人の指導の下、すらーっと生えている竹を切ります！始めは躊躇していた子どもたちも、達人がノコギリで伐り倒す様子を見るうちに、自分でもやってみたくなりました。1本伐るも数人がかり。みんなで協力しながら、万が一にも事故につながらないよう、慎重に。長い生の竹を持ち上げると、意外に重いとわかります。伐り倒した竹の肌をさすってみたり、切り口の感触を確かめたり、匂いをかいでみたり。自分の手でやってみると、いろんなことを学びますね。



伐り出して来た竹を、加工します

よいしょ、よいしょと運んで来た竹。今度は別の道具を使って器や箸にしてゆきます。今回は、縦に半分に割って、流しそうめんの桶にもするのです。「竹を割ったような」との言葉のごとく、繊維にそって気持ちよく真っすぐに割れ（切れ）る竹。お手本を見せてくれる達人の手さばきに、感嘆の声が漏れます。器はギコギコとのこぎりで横に切り、箸はほどよい長さの竹を縦に細く切ってからさらにナイフで削り、どちらも紙ヤスリで仕上げます。



流しそうめん、大盛り上がりのお昼ごはん！

自分でつくった食器を手に、お楽しみの流しそうめん大会です！縦に割った竹をつなげた桶で、斜面を利用した距離の長い流しそうめん。お腹も空いたし、大興奮！そうめんのほか、ときどきミニトマトやソーセージも流れて来ました。そのたびに、歓声があがります。用意されていた唐揚げもいただいて、大盛り上がりのお昼ごはんです。年長の子もたちが、しっかりお手伝いしてくれましたよ。



棚田で虫採り！カエルもいたね

お腹がいっぱいになったら、お次は棚田に繰り出して、自然観察と虫採りです。虫採り網を手に、みんな張り切って出かけました。子どもに虫採り網が似合うのは、今も昔も変わらないみたいです。棚田と子どもたちの、日本の夏休みらしい光景を遠目に見ながら、お母さん同士、再びおしゃべり。子どもたちはスタッフに任せて、息抜きしてください！虫を捕まえられた子も、そうじゃない子（それでぐずる。笑）もいましたけれど、一日目いっぱい、五感をフル動員させて遊びました。来月また会おうね！



母と子で森づくりとスイカ割りと 森林学習！バーベキューもやるよ。

- ・森林体験
- ・森林学習
- ・バーベキューとスイカ割り
- ・情報交換（お母さん同士）

〔開催日〕 2015年8月23日 〔場所〕 千葉県山武市蓮沼殿下海岸防災林 〔参加人数〕 32名

森ライのフィールドとして、おなじみになりつつある千葉の蓮沼殿下海岸。3.11の津波で被害を受けた海岸林を再生するための活動に、今回はちびっこも参戦です。森づくりの中でも骨の折れる、しかしとても重要な作業である下草刈り、果たしてちびっこは戦力になったのでしょうか！頑張ったあとには海の家でのバーベキューと、楽しいスイカ割り大会が待っています。この日の海は8月としては肌寒いくらいでしたが、ものともせずに走り回り、全力で遊ぶ子どもたち。ママ同士は楽しいおしゃべりタイム。充実の一日でした！

初めての、草刈り鎌

夏季の炎天下が、その作業の過酷さを倍増させる下草刈りの作業ですが、この日はほど良く曇ってくれました。この時期としてはずいぶん涼しくて、いわば草刈り日和です。現地ではまず、万一の地震・津波の際の避難場所を習います。そして、危険が伴う鎌の使い方について、事前に何度も確認。まだ小さな子は、鎌を使わず、背の高い草を両手で引っっこ抜くことでお手伝いです。

雑草に埋もれたクロマツくんが、こんにちは

鎌を使うのは、子どもたちはもちろん、お母さんだって多くは初めて。最初は慣れない手つきでも、「やってみると楽しい」との声多数。それにしても、あまりに勢い良く繁茂した雑草には手を焼きます。トゲトゲの植物や、丈夫でなかなか切れない大きな草もたくさんあって、終わる気がしません。「見てー、こんなに大きな抜いたよー！」手で引っっこ抜く役割を与えられた小さな子たちが、ときどき誇らしげに叫びます。クロマツの苗木を、一本一本確認しながら、地道な作業が続くのでした。



頑張って、お腹が空きました

麦茶で休憩を取りながら、もくもくと作業を続ける一同。次第に飽きてきた子どもたちは、散策モード（笑）に入ります。「終わったらバーベキューだよ！頑張らないとお肉食べられないよ！」という、竹垣隊長のあたたかい励ましにも、もはやモチベーションが上がらないちびっこ草刈り隊もちらほら。そろそろ終了の時間がやってまいりました。それでもずいぶん、苗木がすっきりと見えるようになりました。頑張りました。お疲れさまでした！



バーベキュータイム～！

お腹ペコペコで海の家に到着。すぐに準備が開始されるも、もう待てないよ～。ジュウジュウジュウジュウ、頑張って焼くスタッフ。そんなにお腹が空いていても、独り占めをする子はなく、焼けたものを載せた大皿を、順にテーブルに置いていきます。少しずつ、みんなの口に入るようにね。配膳に大活躍の子だっているんです。じきにどんどん焼けてきた、お肉に、お野菜、そして焼きそば！精力的に平らげます。

砂浜を走り、びっしょびしょ スイカ割りで、もうひと盛り上がり

お腹が満たされると、放たれた矢のように砂浜に繰り出す子どもたち。少し肌寒いくらいでしたが、なんのその。楽しくてなにより。でも、海の怖さを甘く見てはいけません。波には近寄らず、海の家近くでキャッキョと遊び始めましたが、汗をかき、スイカを冷やしていた水も掛け合って、びしょびしょのちびっこ続出です。お次はスイカ割り！歓声が響きます。最後まで、よくぞそんなに元気が続くと感心させられるほどみんな元気！下草刈りから始まった一日、たくさん食べて、お友だちと遊んで、体をいっぱい動かして、満喫しました！お母さんたちも笑顔です。新宿で、「またね～！」と元気にさよならしました。



母と子の釣り体験。釣った魚はさばいて食うぞ〜&子育て交流会

【開催日】2015年9月26日 【場所】山梨県都留市鹿留「FISH ON 鹿留」 【参加人数】32名

- ・魚釣り体験
- ・魚のさばき及び野外料理体験
- ・火起こし体験
- ・環境学習
- ・情報交換（お母さん同士）

秋の一日、山梨県都留市で釣り三昧！森ライが度々催しているシングルマザー家庭の親子を対象にした人気のツアー、今回は「釣り体験」です。都会の釣り堀とはひと味違う、木々に囲まれた釣りの施設「Berry Park in FISH ON! 鹿留」。利用したのは、小さな子どもでも楽しめるように放流したニジマス釣るエリアですが、自然を活かした設計で、本格的な釣り気分。子どもたちにはちょっと長めの釣り竿でしたが、慣れてくると釣るわ釣るわ、大漁です！自分たちで釣り、自分たちでさばいたお魚、お腹いっぱい食べました！

さあ、釣るぞ！

木々に囲まれ、澄んだ水が流れる、本日の遊び場に到着しました！「うわぁ、川がきれい！」総勢32名、ワクワクです。現地では、河口湖町周辺をベースに活動する、富士山アウトドアミュージアムの皆さんと合流。今日もアウトドアにまつわるいろんなことを教えてくれます。まずは安全に釣りを楽しむための注意事項。「釣竿を振り回してはいけません」「川には気をつけましょう」などなど。それからいよいよ釣りのスタート！お母さんも、子どもたちも、始めた先から釣り上げる人続出！川べりは興奮の渦です（笑）。

ニジマスが、どんどん釣れます

この日は絶好のコンディションだったようで、どんどん、本当に面白いほど釣れました！大人も子どもも、もう夢中。「釣った分は自分でさばいて食べるんだよ！」と、竹垣隊長が繰り返す中、次第に、こんなに食べられるのかと心配になるほど大漁でした。釣り上げたものの、「コワイ！」と触りたくなかったお魚を、だんだん触れるようになった子もいます。短い間でも変わるものですね！



ちびっこだって、ちゃんと自らさばくのです！

そろそろ釣ったニジマスをさばく時間。先生は、舟津夫妻の「ふなぼう」（妻）です。万一のケガへの対応のため、救急救命士の新井くんが見守る中、ちびこたち、恐る恐る、お魚の腹に包丁を入れます。参加者である中学生のお姉さんが中心となって、挑戦していましたが、成長著しく、徐々に慣れた手つきでこなせるように。素晴らしい！…でも、さばいてもさばいても、次々運び込まれるニジマス。さすがに食べ切れないから、最後は塩を振り持ち帰ることにしました！

バーベキューのはじまりはじまり！

一方、ニジマスの網焼きのための火起こしも、同時並行で行われます。こちらは舟津夫妻の「ふなっちゃん」（夫）が先生。焚き付けがわりに新聞紙を裂き、小さく丸めて煙突状に積み上げる、特別な火起こしの方法を教えてくださいました。…ところが湿った空気のおかげでうまく火が付きません。アウトドアですから、こんなこともあります。そこはプロのふなっちゃん、なんとかうまく、炭火を安定させるまで頑張ってくれました！お魚以外の食材は、鉄板でバーベキュー。お肉と野菜、最後は焼きそば！

お土産片手に、おうちに帰ろう

みんなで楽しくバーベキュー。ニジマスもとってもおいしく焼けて、ほおぼるちびこたち。ママ同士も、楽しくおしゃべりしながら、たくさん笑って、たくさん食べました！お片づけが終わったら、舟津夫妻にお礼を言って、バスに乗り込みます。渋滞に巻き込まれて少し遅くなりましたが、うとうとしたり、お話ししたりしているうちに無事に到着。お持ち帰り用のニジマスを下げて、おうちに帰りましょう。今日も楽しかったね。また会おうね。



開催日	場所	アクティビティ	参加人数
2015/7/12	千葉県鴨川市	<ul style="list-style-type: none"> ・竹の伐採体験 ・切り出した竹を使って、お箸と器づくり ・虫採り体験 ・情報交換（お母さん同士） 	57名
2015/8/23	千葉県山武市	<ul style="list-style-type: none"> ・森林体験 ・森林学習 ・バーベキューとスイカ割り ・情報交換（お母さん同士） 	32名
2015/9/26	山梨県都留市	<ul style="list-style-type: none"> ・魚釣り体験 ・魚のさばき及び野外料理体験 ・火起こし体験 ・環境学習 ・情報交換（お母さん同士） 	32名

