

ぎふあおぞらキャンプ(岐阜県)

ネットの利用を見直したい県内の小・中学生を対象に、一定期間ネットから離れ、仲間とともに、体験活動や認知行動療法等を通して、自分の日常生活を見つめ直すとともに、コミュニケーション能力や社会性の向上、インターネットの利用を自分でコントロールする力を身に付け、ネット依存を回避するきっかけとする。

- (事業検討委員会)
- ・岐阜女子大学教授 横山 隆光(委員長)
 - ・医療法人杏野会各務原病院医師 天野 雄平
 - ・ネット安全・安心ぎふコンソーシアム会長
 - ・岐阜県小中学校長会長
 - ・岐阜県PTA連合会副会長
 - ・岐阜県教育委員会学校安全課
 - ・岐阜県健康福祉部保健医療課
 - ・岐阜県精神保健福祉センター
 - ・岐阜県環境生活部私学振興・青少年課(事務局)

事業の概要

- 1 事業検討委員会の実施(2回)
- 2 大学生メンター事前研修会の実施
- 3 ぎふあおぞらキャンプの実施
プレキャンプ・メインデイキャンプ・メイン宿泊キャンプ・フォローアップキャンプ
- 4 参加対象: ネットとのつきあい方を見直したいと望む児童・生徒(小学校高学年~中学生)
- 5 参加者: 12名(申込者30名)
- 6 会場: 岐阜女子大学、関市立中池自然の家、岐阜市少年自然の家

事業のねらい

- ・一定期間、ネットから離れた環境で、仲間とともに体験活動や認知行動療法等を実施することを通して、これまでのネットとのつきあい方や生活習慣を見つめ直すとともに、コミュニケーション能力や社会性の向上、ネットの利用を自分でコントロールする力を身に付けることができる。
- ・今後のネットとのつきあい方や生活習慣について、新たな目標を設定するための機会とすることができる。
- ・ネット依存の専門家による講義などを家族向けに実施し、保護者にネット依存や子どもへの対応の仕方などについて理解を深める機会を提供し、参加者たちの生活の基盤である家庭環境を整えることができる。

事業の内容

【プレキャンプ】 令和3年7月24日(土)

- ・内容
- ①キャンプ説明会 キャンプのねらいや内容等について理解し、目的をもって参加して頂けるよう説明会を実施した。
 - ②チームビルディング活動 仲間のことを理解し、安心して参加できることを目的に、グループで活動した。
 - ③保護者向け講話 臨床心理士よりネット依存、支援のあり方の話を聞き、ネット依存について理解した。

開講式	キャンプ説明会	昼食	チームビルディング活動	終わりの会
			保護者向け講話	

【メインデイキャンプ】 令和3年10月31日(日)

- ・内容
- ①オリエンテーリング グループでポイントを探しながらゴールを目指した。豊かな自然を感じながら歩いた。
 - ②講話「ネット・ゲーム依存について考えてみよう」 ネットやゲームへの依存がもたらす弊害について学んだ。
 - ③講座「ネットとのつきあい方を見つめる①」 ネットやゲームをすることのメリットとデメリットについて考え、どのようにネットに関わるのか目標を立てた。

開講式	オリエンテーリング	昼食	講話	講座	振り返り	掃除	終わりの会
-----	-----------	----	----	----	------	----	-------

本事業の問い合わせ先

岐阜県環境生活部私学振興・青少年課

〒500-8570 岐阜県岐阜市藪田南2-1-1

TEL:058-272-8238 FAX:058-278-2612 E-mail:c11151@pref.gifu.lg.jp

POINT1

■新たな魅力の発見

野外体験学習や創作活動を通して、新たな魅力を発見し、ネット以外に夢中になれることをつくり出す。

POINT2

■自分を見つめる

認知行動療法や大学生メンターとの振り返りを通して、自分の日常生活やネットのつきあい方を見つめ直し、新たな目標づくりのきっかけとする。

POINT3

■改善に向けた家族ぐるみの取組

ネット依存傾向にある子の支援には、家族の支えが不可欠。親子一緒になって改善に向けて取り組むきっかけづくりをする。

【メイン宿泊キャンプ】 令和3年11月6日(土)、7日(日)

- ・内容
- ①レクリエーション グループの仲間と協力して活動した。互いにアイデアを出し合いながら取り組んだ。
 - ②グループワーク エンカウンター活動を行い、話し合いの中で、合意形成を図ることの大切さを体験的に学んだ。
 - ③創作活動 竹とんぼづくりを行った。よく飛ぶ竹とんぼにするために考えながら、一片の竹を削り出していった。
 - ④講座「ネットとのつきあい方を見つめる②」 前回キャンプで立てた目標に対して、「達成できたこと」と「達成できなかったこと」を明らかにし、自分自身のネットとの関わりを見つめ直した。
 - ⑤野外炊事 カレーライス作りを行った。グループ内で役割を分担し、手際よく進めることができた。
 - ⑥振り返り 2日間のネットから離れた生活を送って感じたことを振り返り、次のキャンプまでの目標づくりを行った。

1 日 目	開講式			レクリエーション	昼食	(参加者) グループワーク	創作 活動	夕食	振り返り	入浴 自由時間	消 灯
						(保護者) 講話					
2 日 目	起床	掃除	朝食	講座	野外炊事	振り返り	終わりの会				

【フォローアップキャンプ】 令和3年12月5日(日)

- ・内容
- ①創作活動 キャンプの思い出として、スプーンづくりを行った。一本の小枝から、オリジナルスプーンを作った。
 - ②講話「ネットとのよりよいつきあい方について考える」 キャンプを通して学んだことを振り返り、これからの目標を記念の葉っぱと共にラミネートした。
 - ③グループワーク 仲間との最後の活動を行った。大学生メンターの進行で、ゲームを行った。

開講式	創作活動	昼食	講話	グループ ワーク	振り返り	掃除	終わりの会
-----	------	----	----	-------------	------	----	-------

事業のねらいに対する成果

- キャンプ前後のスクリーニングテストの結果では、ネット依存リスクの数値が全体的に下がる傾向が見られた。特に、参加者2名が「高リスク」から「中リスク」に、参加者1名が「中リスク」から「リスクなし」にそれぞれ改善した。また、他の参加者においても、同一範囲内においては、ネット依存リスクの数値が下がった。
- 参加者同士、大学生メンターとの、グループ活動や体験活動等を行い、仲間と協力して取り組むことの楽しさを実感したり、自然の素晴らしさに目を向けることができたり、「ネットやゲームがなくても楽しく生活できる」という気づきに至った参加者の様子がアンケートの記述に見られた。
- 講話や認知行動療法を通して、参加者がこれまでの自分のネットやゲームとのつきあい方を見つめ直し、つきあい方について具体的な目標をもって生活するきっかけづくりをすることができた。また、目標を意識した生活を通して、自分のネットのつきあい方について、変化を実感することができた参加者が見られた。
- 家族とネットやゲームとのつきあい方を話題にして話をすることのきっかけづくりをすることができた。また、ネットとのつきあい方についての目標を共有し、親子一緒に改善に取り組んでいくきっかけもつくり出すことができた。

課題と今後の展望

- 事業初年度、そして新型コロナウイルス感染症の影響下の事業実施であったが、一定の成果をあげることができた。今後の事業実施に向け、以下のように考える。
- ・参加者を対象とした講話や認知行動療法について、より系統立てて実施できるようにしていく。
 - 事業検討委員会を受けて、実務者レベルでのより詳細な検討の機会を設置し、内容をより充実させていく。
 - ・本事業について、県内関係機関に周知するとともに、成果を広めていくことができるようにする。