平成30年度　文部科学省委託
青少年教育施設を活用したネット依存対策推進事業

人とつながる
Off-Line Camp 2018
報告書

平成３１年３月

公益財団法人
兵庫県青少年本部
Hyogo Youth Services Administration

ふり返り

平成30年度　文部科学省委託　青少年教育施設を活用したネット依存対策推進事業
「人とつながるオフラインキャンプ２０１８」事業概要

兵庫県では、青少年のインターネット利用対策として、従来より青少年愛護条例で義務づけているフィルタリング利用や、「スマホサミットinひょうご」の開催等を通じたルールづくりの啓発を積極的に展開している。

また、近年社会問題化しつつあるネット依存の防止対策にも取り組んでいるが、(独)国立病院機構久里浜医療センターから提供を受けたＹＤＱ（Diagnostic Questionnaire for Internet Addiction, Young K,1998）を用いた実態調査（平成29年７・８月）では、ネット依存傾向の青少年が8.0%(前年比＋0.3pt)にのぼり、県内青少年のネット依存の深刻化を認識している。

ネット依存の防止のためには、青少年を中心とした自主的なルールづくりが効果的と考えられることから、兵庫県では、平成28年４月に青少年愛護条例を改正し、「県内全ての人々で青少年のルールづくりを支援する」ことを規定した。この改正を契機に、当本部では、県や関係機関等と連携し、県民運動としてさらなる対応の強化を図っている。

その一環として、平成30年度も引き続き、ネットをやめられない県内青少年を対象に、携帯電話の電波がほとんど入らない離島で、ネットから離れて自然体験等を行うキャンプを実施することにより、ネット依存の実態や危険性、回避方策等を調査・研究し、広く啓発を行うこととした。

１　成果目標

(1) キャンプ参加者が、リアルの充実を感じながらネット利用等の日常生活をふりかえり、改善するきっかけとし、保護者・家族にも子どもへの関わり方の見直しを働きかける。

(2) ネット依存の実態把握や危険性、回避方策等についての研究を深める。特に、フィルタリングやルールづくりとネット依存との相関関係や、防止や早期改善のための効果的な活用方法等について検討するとともに、これまで２年間の参加者に対するフォローアップにも取り組む。

(3) 産官学民言の連携により、他の地域でも実施可能なプログラムの構築や周知啓発に引き続き取り組むとともに、必要に応じて医療や福祉、教育などの適切な支援につなげられる体制を検討し、青少年が健全にネットを利用できる環境の構築の一助とする。

２　日　　程

(1) プレキャンプ　　平成30年７月８日(日)　※西日本豪雨により中止

(2) オフラインキャンプ　　平成30年８月16日(木)から20日(月)　４泊５日

(3) フォローアップキャンプ　平成30年11月18日(日)

※　７月８日(日)、８月16日(木)、８月20日(月)、11月18日(日)は保護者同伴要

３　場　　所

兵庫県立いえしま自然体験センター（兵庫県姫路市家島町西島）

４　参加対象

ネットをやめられない、原則として県内在住の青少年
20名程度(小学５年～18歳以下)

5　参 加 料

(1) プレキャンプ　　1,000円
(2) オフラインキャンプ
(3) フォローアップキャンプ　　あわせて9,000円

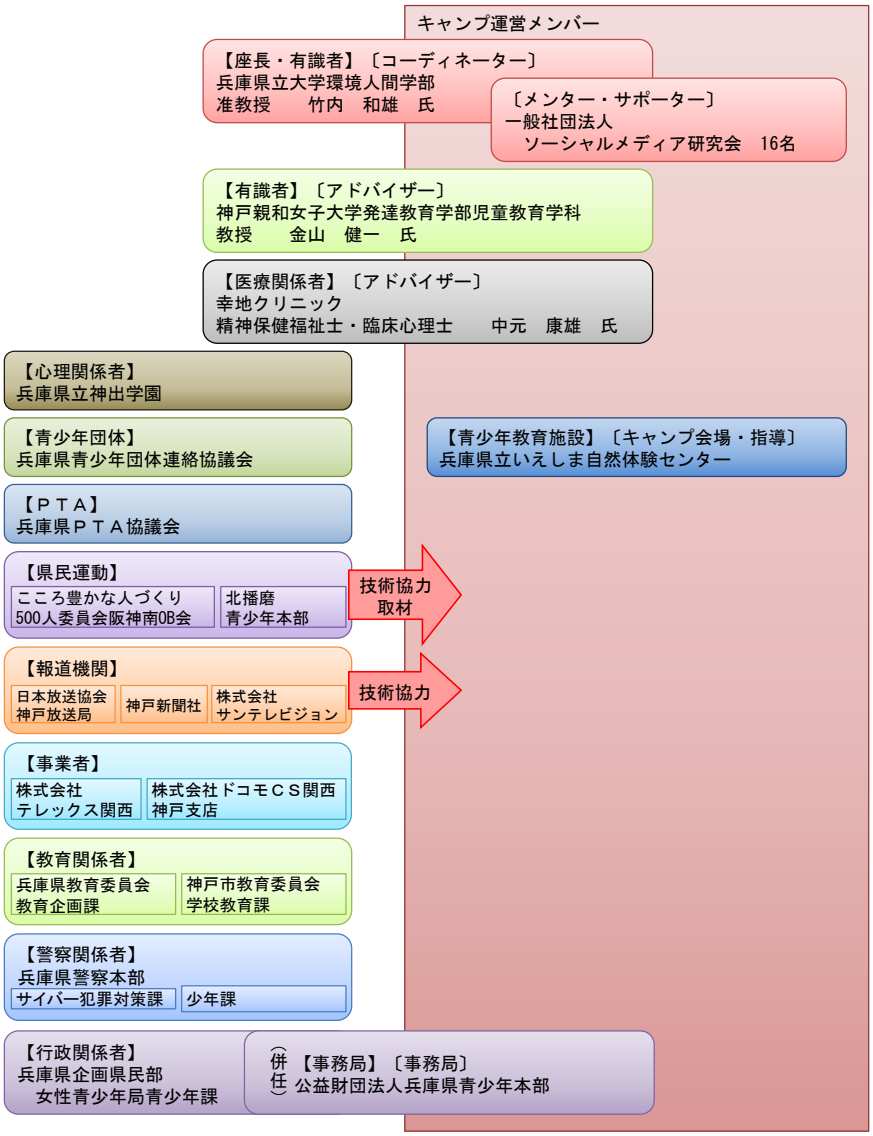
※ 様々な家庭環境の青少年を受け入れるため、できるだけ低廉な参加料を設定。

6　主催者等

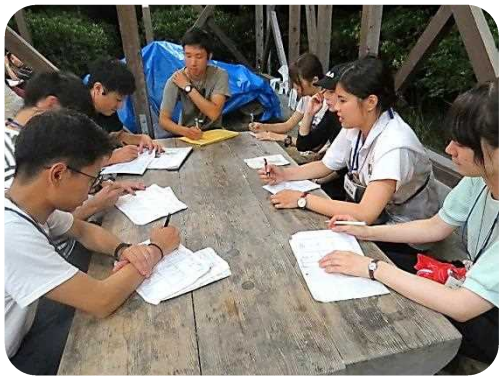
主　　催　公益財団法人兵庫県青少年本部、兵庫県
共　　催　兵庫県教育委員会、兵庫県警察
　　青少年のネットトラブル防止大作戦推進会議
　　一般社団法人ソーシャルメディア研究会
技術協力　株式会社サンテレビジョン
　　株式会社ドコモＣＳ関西神戸支店

7　体 制 図

青少年のネットトラブル防止大作戦推進会議



【　】検討委員会等での役割
〔　〕キャンプでの役割



8　特　　徴

(1) コミュニケーションを深めるための食事づくり、カヌーやキャンプファイヤー等の自然体験活動など、人とのつながりを通じ、リアルの充実を感じられるプログラムを実施

(2) 認知行動療法の考え方を取り入れたワークシートを用いて自身の日常生活をふりかえるとともに参加者同士で考えを共有、また、自分を見つめ直すための面談（①個人面談 ②メンター面談 ③スマホ部屋面談）を実施

(3) リアルの充実を感じている中で、スマホやゲーム機を使うか考えさせるため、毎日１時間のフリータイムにスマホやゲーム機に接続可能な「スマホ部屋」を開室

(4) 保護者・家族が子どもとの関わりを方を見つめ直すための面談、ネット依存の実態やネット依存者との家族として付き合い方等について理解を深めるため、医療関係者による講義を実施

(5) 参加者の個人情報保護に慎重に配慮しながら、保護者の承諾の下、報道機関の取材を受け入れ、ネット依存の実態や回避方策、参加者の変化等を広く啓発。あわせて面談等の記録映像を、事後分析に活用

(6) 継続した支援が必要と思料される参加者・保護者に対する電話相談等の実施

9　参 加 者

(1) オフラインキャンプ（うち過年度参加者２名）

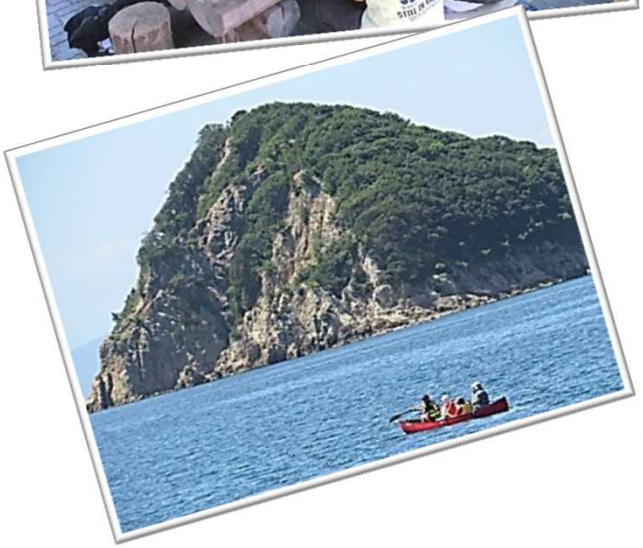
小５～高２　　９名

（男：６名、女：３名　小学生：男２女１、中学生：男２女１、高校生：男２女１）

(2) フォローアップキャンプ（うち過年度参加者２名）

小５～高２　　８名

（男：５名、女：３名　小学生：男１女１、中学生：男２女１、高校生：男２女１）



「人とつながるオフラインキャンプ2018」プロ

❶１日目のフリータイム。昨年に引き続き、スマホ部屋にはNTT docomo様のご協力で電波増幅器等を設置。

❷１対１のペアで半構造化面接法を用い、１日の感想やスマホ、日常生活のことなどを話す時間を設けた。

❸モーニングコミュニケーションでは認知行動療法の考え方を取り入れたふりかえりや目標の共有を実施。参加者同士で考えを共有。

❹(一社)ソーシャルメディア研究会の大学生による教室を開催。インターネットの危険性や正しい使い方などを学ぶ。

❺ワークシートに沿って１日のふりかえりを行う。普段の生活やスマホの使い方、キャンプ中の目標についても考える。

1　プレキャンプ　平成30年７月８日(日)　※ 西日本豪雨により中止

時	7	8	9	10	11	12	13	14
分	0 15 30 45	0 15 30 45	0 15 30 45	0 15 30 45	0 15 30 45	0 15 30 45	0 15 30 45	0 15 30 45
		姫路港集合	坊勢汽船乗船	いえしまへの船旅	徒歩移動	同席 / はじめの会	家族会	見学
						アフタヌーンコミュニケーション ☆ぶたといかのミックスカレー		個人面談 アンケート

2　オフラインキャンプ　平成30年８月16日(木)から20日(月)　４泊５日

時	7	8	9	10	11	12	13	14
分	0 15 30 45	0 15 30 45	0 15 30 45	0 15 30 45	0 15 30 45	0 15 30 45	0 15 30 45	0 15 30 45
1日目		姫路港集合	坊勢汽船乗船	いえしまへの船旅	同席 スマホタイム / 徒歩移動 ・植物のはなし	はじめの会 ・はじめの言葉 ・アイスブレイク ・うた練習 ・班長決め ・スマホ預り	昼食(食堂)	家族会 個別面談 / スマホ・ケータイ安全教室 by docomo
2日目	起床・部屋の整理整頓 / 朝の集い	❸モーニングコミュニケーション ☆棒焼きパン ★みかんゼリー ・ふりかえりと目標の共有		クラフト ・竹おはしづくり / アフタヌーンコミュニケーション ☆ちらし寿司 / 個人面談		❹産官学連携 スマホ・ケータイ教室	チームビルディング	昼食(食堂) / オリエンテーション ・ワークシート説明 ・キャンプ中の目標決め
3日目		モーニングコミュニケーション ☆おにぎり ☆みそ汁(玉ねぎ・じゃがいも・ねぎ) ★ももゼリー ・ふりかえりと目標の共有		カヌー		アフタヌーンコミュニケーション ・流しソーメン	昼寝タイム	
4日目		モーニングコミュニケーション ☆ホットドッグ ・牛乳 ・ふりかえりと目標の共有		❻海水浴 シュノーケリング		アフタヌーンコミュニケーション ☆豚丼 ・かき氷	昼寝タイム or フリータイム スマホ部屋開室	買い出し講座
5日目	起床・部屋片付け	モーニングコミュニケーション ・ごはん ☆みそ汁(豆腐・わかめ) ★一夜干し ・ふりかえりと目標の共有 ・On-Line目標決め	思い出クラフト ・写真立てづくり	アフタヌーンコミュニケーション ☆シーフードバーベキュー			おわりの会 ・通知表手交 ・目標発表 ・スマホ返還 ・終わりの言葉 ❾	
			集合	船	移動	家族会 / 主催者からキャンプ中の様子報告 / 保護者面談	見学	同席

3　フォローアップキャンプ　平成30年11月18日(日)

時	7	8	9	10	11	12	13	14
分	0 15 30 45	0 15 30 45	0 15 30 45	0 15 30 45	0 15 30 45	0 15 30 45	0 15 30 45	0 15 30 45
		姫路港集合	坊勢汽船乗船	いえしまへの船旅	同席 / アジ釣り / はじめの会 / アジ釣り / 個人面談(ワゴン車使用)	徒歩移動 / オリエンテーション / 徒歩移動	アフタヌーンコミュニケーション / 保護者(3者)面談	アフタヌーンコミュニケーション ☆アジの刺身 ☆アジの唐揚げ ☆豚汁 ・ご飯

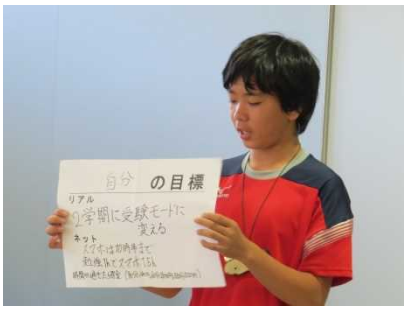
認知行動療法の要素を取り入れ　家族向けプログラム　☆コミュニケーションを深めるための食事作り　★前日作ったメニューをいただく

グラム

⑥家島のきれいな海で、シュノーケリングや海水浴、カヌーなどのマリンスポーツも仲間とともに楽しんだ。

⑦坊勢島の仲卸店へ買い出し。水揚げされたばかりの魚を、自ら値段交渉して買い付ける。

⑧キャンプファイヤーでは、班ごとに火を囲み語らいをした後、全体で大きな火を囲み、最後はうたで締めくくる。



⑨最終日の終わりの会。メンター手作りの通知表を一人一人が受け取り、５日間のキャンプで感じたことや今後の目標を発表した。

⑩フォローアップキャンプでは、久しぶりに再会する仲間との交流を楽しんだ後、これからの目標を発表し、決意を新たにした。

事業検討委員会
青少年のネットトラブル防止大作戦推進会議

本事業を実施するにあたっては、(公財)兵庫県青少年本部が事務局となり、青少年のネットトラブル防止に向けた保護者等に対する普及啓発強化策や、県民運動展開の実施方策を検討している「青少年のネットトラブル防止大作戦推進会議」を事業検討委員会に位置づけ、事業内容等について検討を行った。

1　青少年のネットトラブル防止大作戦推進会議 構成団体

- 兵庫県立大学環境人間学部 竹内 和雄 准教授【座長】
- 神戸親和女子大学
- 幸地クリニック
- 兵庫県立神出学園
- 兵庫県立いえしま自然体験センター
- 兵庫県青少年団体連絡協議会
- 兵庫県ＰＴＡ協議会
- こころ豊かな人づくり500人委員会阪神南ＯＢ会
- 北播磨青少年本部
- 株式会社神戸新聞社
- 株式会社サンテレビジョン
- 日本放送協会神戸放送局
- 株式会社ドコモＣＳ関西神戸支店
- 株式会社テレックス関西
- 兵庫県教育委員会事務局教育企画課
- 神戸市教育委員会事務局学校教育部学校教育課
- 兵庫県警察本部生活安全部サイバー犯罪対策課
- 兵庫県警察本部生活安全部少年課
- 兵庫県企画県民部女性青少年局青少年課
- 公益財団法人兵庫県青少年本部【事務局】

2　検討経過

回	日　時	検討内容 主な意見等
第1回	5月18日（金）	①推進会議の運営について　②事業概要について　③募集方法等について ・映像で子どもの変化を伝えるには、子どもの言葉や表情が欠かせない。マスコミ各社にはキャンプの趣旨を理解していただいたうえで配慮して報道していただき、子どもたちの心情に配慮し、報道を受入れることとする。 ・依存対象（ネット）との付き合い方を、当事者だけでなく、家族など周りの者が一緒になって考えることが重要であるが、周りが理解できていないことが多い。 ・ネット依存については、本人の問題はもちろん、保護者の問題も大きいということが、一昨年、昨年のキャンプを通じて見えてきた。しかし、本人に対してはキャンプで様々なことを伝えられるが、保護者対策は非常に難しいため、保護者に対するアプローチ方法については、今後考えていく必要がある。
第2回	7月13日（金）	①プレキャンプの中止について　②オフラインキャンプに向けて（スマホ部屋の設置、報道対応等について） ・プレキャンプ（７月８日）は大雨の影響で中止となった。 ・参加者の状況確認については、これまでプレキャンプで行っていたが、今回はプレキャンプが中止となったためできていない。事前に保護者アンケートを実施することで対応する。 ・医療で行っている事業ではないため、重度の発達障害がある場合、参加は難しい。ネット依存の結果として発達障害が顕在化することは多いが、重度の発達障害の参加者を受け入れるとなると、キャンプの趣旨が変わってしまうため最低限の選考は必要。 ・事前アンケートでできる限りの情報は得ておき、安全性等からどうしても受け入れが困難な場合は、お断りするというのも選択肢の１つであるが、可能な限りは受入れる方向でいきたい。
第3回	11月26日（月）	①オフラインキャンプ・フォローアップキャンプ実施報告　②現時点での総括 ・今回の参加者については、行きつ戻りつの波はあるが、９名全員が前に進んでいると思う。 ・過去の参加者については、徐々に良くなっているという報告を受けている子もいるが、全員をフォローできているわけではない。その辺りは課題であると認識している。 ・過去の参加者の検証も行うと事業として更に意味のあるものになるかと思う。 ・キャンプはあくまでもきっかけであり、帰った後に何かを見つけられるかどうかが重要である。そのためには、家族のサポートが必須であるので、家族の中にまで関わっていくことが必要だと思う。 ・学校現場では、ここまで１対１で関わることはできない。この取組みが、もっと敷居の低いものになればと思う。 ・フォローアップキャンプでは、８月のキャンプに比べて、家族の方の笑顔が増えていたのが印象的であった。家族の変化は子どもにとっても良い影響をもたらすので、非常に素晴らしいと感じた。
第4回	2月18日（月）	①事業総括　②成果と課題について　③報告書の作成・提出について　④今後の展望について ・今年度は、保護者向け面談の実施、医療関係者による講義など保護者向けプログラムの強化した。キャンプ後の保護者アンケートでは、参加者の生活の変化、改善が確認できた。 ・保護者に問題があるケースが多いため、保護者向けプログラムの強化は非常に重要である。 ・キャンプに参加している家族は、クリニックで関わる家族と比較すると健康度が高い印象があった。健康度が高いうちは、少し関わり方を変えるだけで改善が見られることも多い。オフラインキャンプは、保護者と子供の関係が拗れてしまう前に対策ができる良い機会となっていると感じた。 ・今後は、家族向けプログラムの充実、必要に応じて医療や教育など適切な支援に繋げる体制の構築や、ネット依存の回避方策、キャンプを通じた参加者の変化等、ネット依存の実態や危険性について広く啓発することが必要である。

「人とつながるオフラインキャンプ」３年目を終えて

コーディネーター／推進会議座長
兵庫県立大学環境人間学部　准教授　竹内 和雄

１　はじめに

「人とつながるオフラインキャンプ」は、３年目の実施であった。

過去２年間の積み重ねがあったので、かなりスムーズに運営できたと思う。

しかし、実際のキャンプでは、過去２回とは比較にならないほどの困難に直面した。詳しくは後述するが、参加者の抱える問題が、多様化、深刻化してきている。参加者自身の課題も大きいが、それ以上に家庭や地域の問題が象徴的にスマートフォン（以下、「スマホ」という。）やインターネット（以下、「ネット」という。）の問題として表出している。

私はこのキャンプに、研究室の学生たちとともに、コーディネーターとして全体計画から関わり、キャンプ本番の進行状況の確認等も行った。県青少年本部等の手厚いバックアップあってのことだが、子どもたちに直接関わるメンター、運営補助として関わるサポーターといった学生たちの活躍も重要であった。学生共々、今回のキャンプを本当の意味で社会的に意義のあるものにしたいと願っている。

２．今回のキャンプで見えたこと

前回２回に比べた大きな変化は、１）さらなる低年齢化、２）ネット問題の一般化、である。

まず、「１）さらなる低年齢化」について、近年、小学生が、保護者のスマホや家庭用タブレットを通して、当たり前のようにネットに接続している。また、彼らの多くが、幼児の頃からネットへの接続を日々行っている。

それが「２）ネット問題の一般化」を引き起こしている。大人も、子どもたちのネット接続を当たり前のように容認している。参加者の多くが、「テレビよりＹｏｕＴｕｂｅ」と答えた。生まれたときから身近にネットがあり、「水道で水を出すように当たり前にネットに接続」している（参加者の保護者）。大人が、子どもたちのネットへの接触を特別なこととして対策を始めた段階で、子どもたちの多くは、ネットをすでに当たり前のこととして認識している。

加えて、彼らは自分のネット問題を「特別なこと」と思っていない。このことは、私がふだん感じていることと同じで、このキャンプは社会情勢を鏡のように映していると感じた。

「ネット依存」の研究はまだ始まったばかりで、私たちの社会は多くの知見を持ち合わせていない。今回参加の９人について丁寧に分析することは、これから高度情報化社会を生き抜いていく子どもたちにとって、非常に意味あることだと痛感している。少人数の結果だけで多くを語ることは危険だが、私たちの社会の今後のために、そういった危険を恐れずに言及したい。

１）さらなる低年齢化

今回のキャンプで、ネット問題の「さらなる低年齢化」を痛感した。子どもたちの日常に、ネットが普通に存在している。これまでの「低年齢化」は、高校生から徐々に、中学生、小学生と「上から下へ」下がってくることを指してきたが、今回私が指摘したいのは、「下から上へ」上がってきた子どもたちである。わかりやすく書くと、育児スマホ等で乳幼児期からスマホに慣れ親しんできた子どもたちが小学生になったということである。

彼らの特徴は大きく２つある。１つはネットに慣れ親しんでいること。もう１つは、保護者の多くがスマホネイティブであること。後者の影響が特に大きく、つまり彼らは「スマホネイティブ２世」である。よく、乳幼児がテレビ画面をスワイプすることが話題になるが、彼らが最初に接するのはスマホやタブレット等による動画で、遅れてテレビに触れる。私たちの世代と全く逆なのである。彼らは３歳くらいでＹｏｕＴｕｂｅの操作に熟達する。保護者の動きを見てパスワードの解除方法を覚え、ＹｏｕＴｕｂｅアプリをプッシュし、「おすすめ動画」で延々と視聴できる。「我が子自慢」「孫自慢」としてよく聞く話だが、決して珍しいことではなく、日本中の多くの家庭で起きている。自分で動画サイトに接続できる子どもたちが、これから大挙して保育園や幼稚園、小学校に押し寄せてくる。最先端の子どもたちが徐々に増えてきている状況である。

①保護者のスマホ、タブレットからのインターネット接続

日本の携帯電話での「子ども対策」は、上記のうち「上から下」を想定して設定されている。小学校高学年あたりで購入するスマホの対策は、いわゆるキッズスマホや子ども用フィルタリングである。危険なサイトへの接続が制限されたり、登録した番号以外と連絡が取れないようになっていたりと、かなり考えて対策がなされている。それはそれで良いと思うが、今、必要なのは「下から上」の対策である。

「下から上」の子どもたちは、保護者のスマホや家庭用タブレットを使ってネットに接続している。それらは乳幼児の接続を想定していないので、危険なサイトへの接続等への対策がなされていない。様々な危険がある中に子どもたちが放置されている。この問題は非常に深刻である。子どもが最初に接触するメディアの影響は非常に大きいと考えている。

昭和以降の子育てにおけるメディア利用は、絵本の読み聞かせから始まり、徐々にテレビやビデオに移行していった。静止画から動画への移行である。それに対して、今の子どもたちは最初から動画である。「子どもが絵本に興味を示さない」、最近、育児中の母親から頻繁に聞く言葉である。「うちの子には、絵本よりＹｏｕＴｕｂｅがあっているみたい」という声も聞くが、動画には動きもＢＧＭもあるので、刺激が強い。当然と言えるだろう。

②保護者の課題

スマホネイティブである保護者は、ネット利用に長けているので、リスク回避法も熟知しており、思っているほどトラブルに巻き込まれることはない。

しかし、スマホ等での育児については、これまでだれも経験してきていないので、どこにトラブルがあるのか誰もわかっていない。今の子どもたちが犠牲にならないよう、注意深く育児スマホの功罪についてみていく必要がある。

最も危険なのは、「スマホを与えるなんて言語道断」と切り捨てることである。多くの保護者がルールを決めて有効活用していることからも、スマホを切り捨てるのではなく、長所も認めた上で、リスクについて考えていく姿勢が最も重要である。

２）ネット問題の一般化

今回、子どもたちや保護者と話していて、強く感じたことは「ネット問題の一般化」である。毎日の個別面談や保護者会で聞く彼らの日々の行動は、要注意な場合が多いが、親子ともに、「みんなそんな感じ」「どこもそんなもの」と感じている。「ネットの長時間利用」や「ネット依存」は、多かれ少なかれどの子にも起こっているので、特別な課題と思っていない場合が多い。特に保護者が、子どもの長時間利用を「まあしょうがない」と認めてしまっている場合が多い。「どうせ言っても聞かない」「言うだけ無駄」等の発言も多い。ネットに毎日２～３時間接続することが当たり前になってしまっている。よく聞くと、最初は親子でかなりのバトルを繰り広げたようだが、子どもに押されて、保護者があまり言えなくなっている場合も多い。

ネット問題を①家庭、②友だち、③本人に分けて記載する。

①家庭の問題

ネット問題と認識されているものの多くが、実は、しつけや子育て等の家庭の問題、保護者の問題である。これまでもいろいろな機会で感じたことだが、よりその印象が強くなった。

「子どもが保護者の言うことを聞かずに、ずっとゲームをしている」「スマホのやりすぎで寝るのが遅くなって困る」等、保護者の不安は大きいが、ゲームやスマホが問題というより、親子の問題であることが多く見受けられた。そのあたりがこの種の問題の中核部分と見て間違いないだろう。特に近年、ゲームやスマホに寛大な保護者（特に父親）が増えており、リスクへの接触が以前よりかなり早くなっている。少し前に話題になった、「ポケモンＧＯ」などの場合は、子どもがやりたがるというより、父親が積極的に子どもを誘って町に出ている場合が多い印象である。

さらに、両親だけでなく、祖父母等、子どもを取り巻く大人の多くが、子どもとのコミュニケーション手段として、ＬＩＮＥ等を利用している。このことが子どものスマホ使用を推進させている。

②友だちの問題

今回、特に印象に残ったのが、友だちとの問題である。特に男の子にとって大きな問題である。昨年までは、友だち問題といえば、ＬＩＮＥ等をなかなかやめられないことが挙げられていたが、今年、頻繁に子どもたちから聞いた言葉は「ゲームに誘われるので断れない」等である。最近のオンラインゲームは、多くが５人程度の集団で課題達成に挑んでいる。そのため、ゲームがうまい子（経験値が大きな子）は、引っ張りだこになる。

例えば、子どもたちの間で人気の「荒野行動」というゲームでは、５人でチームを組む場合が多い。５人で無人島に降り立ち、そこで他のプレーヤー（100人が参加）を殺していく。他のメンバーの命がかかっているので、文字通り「命がけ」である。“ボイスチャット”という機能を使って、「右に敵がいる」「危ない！」等の言葉を掛け合いながら、ゲームを進める。子どもはそれぞれの家にいて、スマホの画面上で話しながら操作していく。昔の子どもたちが、物理的に近くで遊んでいたのに対し、今の子どもたちはそれぞれの家にいるため、物理的には遠いが、実際は会話しながらゲームを進めるので、心理的距離は非常に近い。

このあたりの影響が大きく、オンラインゲームの問題は解決が難しい。2018年に、ＷＨＯでゲーム障害が疾病として認定されたことにより、このあたりのメカニズムが医療的に解明され、今後の子どもたちの生活改善に繋がると考えているが、まだ研究は始まったばかりで道のりは長い。まさに、今回のオフラインキャンプの知見が重要になってきそうである。

③本人の問題

今年のキャンプは、昨年度以上に個人面談を重視した。私が毎日、参加者と面談し、細かい心情の変化等について聞き取り、対応した。キャンプの途中でも、参加者を呼び出して個人面談をしたことは、かなり有効であった。

今回の参加者は、表面的には普通だが、こだわりの強い子が多かった。そのため、その変化を刻々メンターに伝えて、対応することが必須であった。メンターと参加者は一体となってプログラムを進めるため、メンターは客観的に参加者を見ることが難しくなる場合が多い。巻き込む力が強い参加者も多かったので、参加者の「試し行動」に巻き込まれてしまう学生も多数出てきた。そのあたりが課題であるが、今回は、運営と学生の間に入るサポーターを配置したことが功を奏した。

昨年までの私の役割は、家庭に帰ってからのルールづくりの支援であったが、今回はそれに加えて、自分の状況を客観的に見つめ直させる契機として機能した。

３．ケース検討

以下、個別のケースを記載する。個人が特定されるので、一部改変したり、複数のケースを組み合わせたりしている。

中学女子Ａさん

中学受験の失敗をきっかけに、２年近く家に引きこもっていた。なんとなく始めたオンラインゲームに夢中になり、１日に15時間以上プレイすることもあった。生活も昼夜逆転してしまい、学校にもほとんど行けていない。オフラインキャンプへの参加も、最初は頑なに嫌がっていた。

ゲーム内で知り合った友だちと協力して、オンライン上の大会にも一緒に参加している。Ａさんにとって、家族以外で唯一の社会との接点だったようで、大切に思っている。

学校について尋ねると、「友達はみんな、学校に行かずに、家でスマホやパソコンで授業を受けている。自分もそうしたい」と話していた。

ここまで重度の場合は、プレキャンプの段階で参加の可否について検討する場合が多かった。しかし、今年度は西日本豪雨によりプレキャンプが中止となり、事前に保護者から聞き取った状況だけでは判断できなかったため、参加することとなった。結果的には、学生たちとのコミュニ

ケーションもうまくとれ、状況はかなり改善されたが、綱渡りであった。

Ａさんは、３日目の夜にオンラインゲームの大会に出場する予定だったため、途中で切り上げて帰宅するつもりだった。ゲームのために帰るかキャンプに残るか悩んだ結果、“自分で”キャンプに残る選択をしたことは、本人にとって大きな選択だったようだ。４日目あたりから、「ネット以外にもおもしろいことがある」「同年代の人と接するのはやっぱり楽しい」と発言するようになった。

後で分かったことだが、Ａさんは小学校低学年の頃、父親に釣りや海水浴に頻繁に連れて行ってもらっていた。今のＡさんは自己有用感が下がっているが、以前、自分がうまくいっていた時期の象徴である海を久しぶりに体験したＡさんは、自信を取り戻していった。キャンプ当初は暗い表情をしていたが、もともと明るく社交的な性格だったようで、２日目以降は終始楽しい表情をしていた。Ａさんの「回復」は、過去のリアルでの楽しい経験があったからこそであり、幼少期のリアル体験の重要性を痛感した。

キャンプ後の目標は、「ネット以外の楽しいことを探す」こととした。キャンプ前は一切家を出なかったが、キャンプ後、家族で外食をしたり、犬の散歩をしたりするようになった。フォローアップキャンプ後は、保健室等へ登校するようになっている。ゲームに夢中になって昼夜逆転しそうになることもまだあり、一進一退であるが、自分なりに社会との接点を見つけようとしていることは確かである。

小学男子Ｂくん

最近スマホを買ってもらったばかりのＢくんは、ついつい動画サイトを見すぎてしまう。気づいたら深夜になっていることもあり、保護者からは「22時には切り上げなさい」と言われていたが、保護者が仕事で帰宅が遅くなることも多々あり、Ｂくんだけで過ごす時間も多いので、つい長時間利用になってしまう。

何度か親と話し合ったが、「おすすめ動画がおもしろそうでついつい見てしまう」といった状況が続き、うまくいかなかった。

キャンプで利用時間制限について話し合い、「１日１時間まで。タイマーで時間を計る」と決めた。強い決意で帰ったため、キャンプ後しばらくの間はうまくいったが、徐々に元の生活に戻ってしまうことも多かった。

こういった事例は、iPhoneの「スクリーンタイム※」機能を使うことによって事態が良くなる例が増えている。

ルールを決めても、口約束だけではうまくいかないことが多い。スマホに夢中になる時期と反抗期が重なっている、保護者の知らない場所でこっそり使うことが多いなど、要因は様々である。保護者が子どもの生活をずっと監視できるわけではないので、子どもは保護者の隙をついてスマホを使おうとする。その点、機械的、物理的に使用不可にしてしまえば、子どもも諦めざるを得ない。

この機能を使うと成功する場合が多いが、失敗例も多い。

失敗の原因は主に２つある。１つ目は、「決めたルールが厳しすぎること」である。厳しすぎるルールには子どもが反発しやすい。２つ目は「子どもがルール設定に関わっていないこと」である。保護者が勝手にルールを決めてもうまくいかない。子どもが納得すること、時間をかけて親子で話し合うことが重要である。妥当な時間設定と親子での話し合い、この２つがあれば利用時間制限はうまくいくことが分かってきている。

※「スクリーンタイム」…休止時間の設定が可能であらかじめ決めた時間に、決まったアプリを使えなくなる機能（iPhoneのみ）

フォローアップキャンプ後、Ｂくんはスマホで時間制限を設定し、設定した時間になったらスマホが使えなくなるようにした。保護者と話し合い、どうしても必要な場合のみ、保護者に頼んで時間を延長してもらうことを決めた。

中学男子Ｃくん

半年ほど前に体調を崩してしまい、１週間近く学校を休んだことをきっかけに、教室に入れなくなり、保健室登校が続いている。体調不良を訴え、受診すると睡眠障害と診断された。保護者、本人ともに、「病気だから無理しないようにしよう」と決めて、10時過ぎに起床、11時頃保健室に登校している。給食は教室でないと食べることができないので、12時過ぎには帰宅し、それ以外の時間はほぼ全て、ＳＮＳやオンラインゲーム、ＹｏｕＴｕｂｅなどの動画視聴に費やしている。

保護者は全日制高校への進学を希望しているが、本人は、ネット上の友人の影響で「ずっと家で勉強できるから安心。１年間に５日間だけ学校に行けばいいみたいだし、自分に合ってそう」と、通信制高校への進学を希望している。

保護者も、「体調面の不安があるので無理はさせたくないが、今のようにずっと家にいたら、将来会社勤めできるのか」と心配している。学校にほとんど行けていないため、学力面の不安も感じているが、本人は「通信制高校には補習コース用の動画もあるから、もう中学校に行く理由はない」と話した。

キャンプでは、最初はおとなしかったが、慣れてくるに従っていろいろな人と話すようになった。将来の夢について自己開示してからは、「イラストレーターになるために、今からでもできる努力をしたい」と目標を発表し、絵が得意な大学生に自分から教えてもらいに行っていた。現実社会でできることを見つけたいと思ったようだが、「家に帰ったらこういうことできないなぁ」と話していた。メンターに、「学校に行ったらそういうきっかけもあるよ」と言われ、「そうだな。行ってみようかな」と答えていた。

キャンプでリアル体験を繰り返すと、ネットやゲームに夢中だった子どもたちも現実の楽しさを思い出し、「ネット以外にもおもしろいことがある」と再確認する。ここまではキャンプ等の非日常を使うと簡単だが、問題は、家に帰ってからそのような機会をどう提供するか、である。もちろん、家には大学生も同年代の友だちもいない。「リアル体験できる機会をキャンプ後も、自分で探すことができるようにすることが私たちの重要な役割だ」とメンターと日々確認していたが、なかなか難しい。

キャンプ後に、そういった時間の確保ができない場合は、帰宅後にうまくいかないことが多い。これまでの成功例から、スイミングスクール、塾、英会話など、なにか一つでも頑張る機会があれば、子どもたちの自信につながることが分かっている。Ｃくんの場合は、長く疎遠になっていた友だちを誘って映画に行ったり、家に遊びに行ったりするようになった。「友だちを遊びに誘うこと」を頑張り、成功したことは、Ｃくんにとってかなりの自信になった。

高校女子Ｄさん

生徒会や部活で活躍し、成績も良かったが、学校等でのストレスを発散するために始めたネットに夢中になってしまった。受験を控え、「このままではいけない」と思いつつも、一度ネットやゲームを始めるとなかなか止められず、保護者と決めたルールを破ってしまうことも度々であった。結果、スマホを触ることを止められず夜更かしをし、寝不足になるという悪循環に陥り、成績も下がってしまった。

Ｄさんは、キャンプの中で、他の参加者や大学生との話し合いで刺激を受け、「ネットは便利だし、ネットが悪い訳ではない。今回のキャンプをきっかけに、自分でルールを決めて頑張ってみたい」と話した。最終日の決意表明では、「頑張って大学生になって、オフラインキャンプのメンターになりたい」「自分たちのために頑張ってくれている大学生がキラキラしていた。自分もそういう存在になりたい」と話した。

大人が「ネットの問題」としている問題の多くが、実はリアル社会の問題の投影である。逃げ場としてのネットを取り上げてしまうだけでは事態は良くならない。特に、女子生徒でＳＮＳに夢中になっている場合は、リアルでいじめ等の被害者になっている可能性もある。今、子どものトラブルに、何らかの形でスマホやネットが関係しているが、だからといって「スマホ禁止」で解決するほど簡単ではない。

大学生メンターの存在は、参加者にとって非常に大きかったようだ。大人でもない、子どもでもない、「斜めの関係」としての大学生が一生懸命頑張っている姿は、彼女らの１つのロールモデルにもなっているようで、複数の高校生がＤさんのような意欲を示した。しかし、本キャンプは「大学生ありがとう」という趣旨ではないため、大学生が前に出すぎず、子どもたちを支援する立場を完結できるように指導していくこともポイントである。

高校生男子Ｅくん（過年度参加者）

２年前の参加者で、当時は中学生だったが、順調に高校へ進学している。時には、スマホで長時間オンラインゲームをすることもあるが、キャンプをきっかけにネットの利用について意識するようになり、何日も使いすぎてしまうことはないようだ。２年前のキャンプでは、人とのつながりを通して、キャンプの楽しさや大学生メンターの頑張る姿に大きく感銘を受けたため、他のキャンプではメンターとして活動しているようである。

小学生男子Ｆくん（過年度参加者）

Ｆくんは、昨年の参加者で２年連続の参加となる。今年からスマホを持ち始め、同じ習い事の友達と連絡を取ったり、音楽を聴いたりとスマホを使いこなしている。現在は、昨年のキャンプで立てた目標に対して、少し使い過ぎているようだが、今年、もう一度キャンプに参加することで、気持ち新たに頑張る決意を固め、昨年より１日あたり30分も利用時間を縮めるという高い目標を立てていた。本人曰く、決して無茶な目標ではなく、やるべきことがあれば、それほど苦にならないとのことである。将来、小学校の先生になるという夢をかなえるため、スマホを使い過ぎないように意識しながら頑張っている。

今回のキャンプでは、過去２年間のフォローアップにも取り組むため、過年度参加者を受け入れた。

今回参加した２名は、キャンプ後も行きつ戻りつではあるが、比較的順調に日常生活を過ごしている印象であった。オフラインキャンプで、人とつながる楽しさを感じ、大学生や他の参加者と日常生活のネット利用についてじっくりと考えたことが良かったのだろう。キャンプに参加した子が、皆、彼らみたいに順調にはいかないと思うが、キャンプをきっかけに改善した好例である。

４．課題と展望

オフラインキャンプは今回３回目である。今回は、これまでの良かったことを継続し、課題を修正してのぞんだので、多くの面でこれまでよりもうまくいった印象である。しかし、新たにみつかった課題もあるので、いくつかのポイントについて振り返ってみたい。

１）実施体制

今回は、西日本豪雨の影響で、プレキャンプを実施することができなかったため、ぶっつけ本番になってしまった。事前に実施した保護者アンケートの情報だけで参加者を判断することは難しいが、参加者の不利益は最小限にしたいとの思いから、メンターをほぼ一対一でつけたことに加え、メンターを補助する「サポーター」として６人を連れて行った。９人の参加者に16人の大学生と、一見贅沢な状況であったが、大きな課題を持つ参加者が多く、学生たちの負担はかなり大きかった。

長く家族以外と話したことがない子、保護者と離れることに強い不安を持つ子、睡眠に課題を持ち起床に不安を持つ子、人間関係が苦手ですぐにケンカしてしまう子など、様々なタイプの子が参加していた。

４泊５日のキャンプは参加者にとってもかなりの負担であるので、耐えうる子かどうかの見極めが重要である。

２）班のメンバー構成

本キャンプは基本的に班行動であるため、班のメンバー構成（班分け）が重要である。昨年までは、プレキャンプの情報を元に班を決めたが、今回はプレキャンプがなかったため、十分に見極められないまま決めざるを得なかった。

３）大学生の役割

「斜めの位置」としての大学生の役割は十分に果たせたように感じる。

今年度は学生を、直接子どもと接する「メンター」と、メンターの補助をしながら、必要に応じて子どもたちに接する「サポーター」に役割を分けた。対応の仕方に気を遣う参加者が多かったので、サポーターが子どもたちに接する場面が多かったが、この体制で正解だったようだ。

参加者の就寝後、翌日の打ち合わせを行ったが、子どもの現状共有だけで１時間近くかかり、さらに参加者の状況に応じて予定変更も含めて柔軟に運営しなければならないので、連日、大学生の就寝が深夜になってしまった。十分な休息が取れない状況であったが、しっかりと体制を整備できたことにより、交代で休憩を取らせることができた。

４）認知行動療法

今回も、独立行政法人国立病院機構久里浜医療センターの樋口院長のご指導により、認知行動療法をキャンプの基本理念に据えた。直接的なご指導というより、理念を活かして、オフラインキャンプにアジャストする形を模索した。久里浜医療センター作成のワークシートに改善を加えて使用したが、３回目の改訂を終え、かなり良いものになった。来年度以降、さらに良い形にしていきたい。

他にも多くの課題はあるが、参加者全員が自分とスマホについて見直すことができ、良い方向に向かっている。特に、フォローアップキャンプでは、今回は、体調不良であった１名以外全員が参加し、前向きな気持ちを表明した。参加者にとって必要で有意義な体験であったとして良いだろう。難しい問題もあるが、長く続けることで、最終的に他の地域でも実施可能なように、汎化モデルを追求していくことが私たちの使命だと再確認している。

メンター・サポーターの果たした役割

１　プログラム進行サポーターの導入

メンターは、コーディネーターの竹内准教授とともに、子どもたちが自身のネット利用について考えたり、ネット利用に関するルールづくりをする活動を、数多くサポートしている一般社団法人ソーシャルメディア研究会の大学生10名（男性２名、女性８名）に依頼した。

また、メンターの負担を軽減するため、食材や機材の準備及び片付けなど、プログラムの進行をサポートしながら、メンターを補助するサポーターを昨年度に引き続き配置し、同研究会の大学生６名（男性２名、女性４名）に交替で入ってもらう態勢とした。中には、過去２回のキャンプでメンターを務めた学生もおり、メンターにとっても参加者にとっても心強い存在となった。

２　オフラインキャンプに向けて綿密な準備

今年度も、参加者募集チラシのデザイン作成を依頼した（裏表紙参照）。

５月19日～20日には、キャンプ会場である兵庫県立いえしま自然体験センターで事前研修会を実施し、プログラムの意義や施設についての理解、基本的な技能の習得、姫路市消防局坊勢消防署による救命講習、コミュニケーションのための食事づくりやカヌー等を行い、事務局や施設の職員も含め関係者で意識共有を図った。

また、プログラムの詳細や進行、班分け等の検討も引き続き依頼した。キャンプリーダーを務める奥平さんを中心に、プレキャンプまでに13回、プレキャンプからオフラインキャンプまでの間に６回、オフラインキャンプからフォローアップキャンプまでの間に４回と、合計23回も自主的に集まり、綿密な準備を重ねてくれた。

西日本豪雨に伴うプレキャンプの中止など、昨年度以上にハプニングや課題が多かったが、そのたびに時間をかけて納得するまで話し合い、臨機応変に対応していただいた。その結果、子どもたちにとって非常に有意義で効果的なキャンプを実施できたと感じている。

３　子どもたちへの寄り添い、保護者にも好影響

班分けでは、９名の参加者を２班に分け、参加者とメンターが１対１で関わる構成とした。メンター面談については、それぞれ担当のメンターが毎回30～40分かけて、４日間（１～４日目）行った。

メンター面談のおかげか、子どもたちも日を追うごとに心を開いていき、お互いが自分の感情や考えを話し合うことで、良好な関係を築きあげていった。

キャンプ中のメンター・サポーターの献身的な働きぶりは、参加者だけでなく、保護者にも良い影響を与えたといえるだろう。

今年度も、メンター・サポーター全員に感想を寄稿していただいた。プログラムの作成から関わり、子どもたちと真剣に向き合った学生たちの視点が、他地域でのキャンプ実施の参考になれば幸いである。

奥野 朝陽〔メンター〕

今回のオフラインキャンプでは、子どもたちの素直な一面を沢山見ることができました。プライドが邪魔して素直に楽しめていなかった子が少しずつ楽しそうにしてきたり、恥ずかしがって中々話しかけられなかった子が少しずつ会話の輪に入ってきたりと、子どもたちの小さな行動の変化がとても嬉しかったです。大学生が全力で心をオープンにし、ありのままの子どもたちを受け止めようと尽くした結果だと思います。少しずつ子どもたちの中に「これでいいんだ」という感情が芽生えてきたように感じました。

それは、活動の端々で言葉としても現れていました。学校のことや進路のことなど子どもたちの心の悩みも溢れ始めました。私は一人のメンターとして、そんな参加者に対して何ができるのだろうかと悩んでばかりでした。それは他の大学生も同じで、皆参加者のことで本気で悩み、本気で向き合っていました。そんな一生懸命な大学生の姿とそれに少しずつ応えていく子どもたちの姿に何度も感動しました。このメンバーでキャンプができて本当に幸せだなと感じました。

プログラムの内容だけではわからないような大学生の小さなファインプレーの数々が子どもたちを変えていったように思います。私も大学生や子どもたちからたくさんのことを学びました。このキャンプに関わった人たちが、キャンプの思い出を忘れず、リアルの生活で充実した人生を送っていることを願っています。

奥平 夏海〔メンター〕

今回のオフラインキャンプを通して、私は、子どもたちはみんな「ありのままの自分」でいられる場所を探しているのではないかと感じました。たとえ自分の好きなことがネットの中にあったとしても、その楽しさを友だちや家族、自分を受け入れてくれる人に話したいと思っていることも強く感じました。ネット上の人にだけではなくて、目の前にいる相手に、自分の言葉で思いを伝えることの嬉しさを忘れないでほしいと思いました。

また、普段の生活ではできていないことや初めてのことに対しても、キャンプ中には、他の参加者やメンター・サポーターの声かけや存在があることで、参加者一人ひとりのやってみようかなという前向きな気持ちにつながっているのではないかと感じる瞬間がありました。「人とつながる」というのはまさにこういうことなのではないかと実感しました。参加者と一緒にキャンプを過ごし、ネットの付き合い方を考える中で、私自身もたくさん悩み、考えましたが、同時にたくさんの勇気と優しさをもらいました。

オフラインキャンプは、参加者も大学生も、悔しさ、嬉しさ、寂しさ、たくさんの気持ちと涙が溢れるとても素敵なキャンプでした。参加者にはそれぞれ自分で決めた目標や夢に向かって、一歩ずつがんばっていってほしいと思います。私も、オフラインキャンプでの経験や出会った人たちを思い出しながら、これからもがんばっていきたいと思いました。

佐々木 南〔メンター〕

私はこのオフラインキャンプで、子どもたちと対等なメンターでありたいと考えていました。

今年が初参加であり、プレキャンプも天候の影響で開催できずに本キャンプを迎え、不安な気持ちが大きかったのですが、きっと子どもたちも同じような気持ちだろうと考え、「一緒に」という言葉を大切に行動しました。

このキャンプに参加してくれた子どもたちの中には、普段の学校生活がうまくいかない子や、日常があまり楽しくないと感じている子もいました。そこでこの４泊５日のキャンプで私に何ができるのかと考えたところ、まず一緒に楽しむことだと思いました。慣れない自炊や共同生活の中で他愛もない会話をし、カヌーやキャンプファイヤーなどの非日常を味わうことができる本キャンプを通して、人とつながることが少しでも楽しいと感じてくれるように、自分自身も素直にキャンプを楽しむことを意識しました。

しかし、時には考え過ぎたり悩んだりすることもありました。そのとき私の心の支えになってくれたのは、メンター仲間や竹内先生をはじめとする大人の方々、そして生き生きとした子どもたちの姿でした。このキャンプを通して私は、子どもたちの成長を見届けられたと同時に、自分も共に成長できたのではないかと感じています。これからも私は本キャンプを思い出し、子どもたちの可能性にパワーをもらいながら、強く生きていきたいと思いました。本当にありがとうございました。

藤城 美穂〔メンター〕

オフラインキャンプで子どもたちと過ごす中で、子どもたちの変化をたくさん感じることができました。初めはあまり自分から話してくれなかった子が、少しずつ自分の話をしてくれるようになったり、何気ないことで話しかけてくれたり。口数の少なかった子が、自分から手をあげるようになったり、笑顔が増えたり。将来に悩んでいた子が、いろんな人と話す中で、将来の目標を決めたり。そんな様子を見ながら、このキャンプが子どもたちにとって居心地の良い場所になっているように感じ、嬉しく思いました。それと同時に、たった数日でこんなに変わることができるのだなと、驚かされました。そして、１人１人がそれぞれ悩みながら、ネットや自分など、いろんなことと一生懸命向き合い、立てた目標を、最後に全員の前で発表する姿は、とても輝いて見えました。

このキャンプを通して、何か少しでも子どもたちの力になれたら。キャンプが始まる前、私はそう思っていました。そして、そう思いながら子どもたちと一緒に過ごしていたのですが、振り返ってみるとそれ以上に、私自身がたくさん力をもらったように感じました。これから、このキャンプの全てのことを覚えておくことはできないとしても、心のどこかに大切なものとして、ずっと残り続けていくのだろうなと感じています。子どもたちの心にも、同じように残り続けていってくれたら、とても嬉しく思います。

松本 健吾〔メンター〕

今回で３回目となるオフラインキャンプに、メンターとして初めて参加させていただきました。どんな５日間を過ごせるのかとても楽しみだった反面、子どもたちへの声のかけ方など不安な部分もたくさんありました。

また、子どもたちも初めて会ったときは緊張していて、個人面談でもあまり話せませんでしたが、カヌーや魚釣りなどの普段できないことを体験して、日を経るごとに変わっていき。他の参加者や大学生に自分から話しかけに行ったりしていました。そして最終日には自分の目標を堂々と発表している姿を見て、その変化にとても驚きましたしとても嬉しく感じました。

今回のキャンプで感じたことは、子どもたちもスマホなどは止めなければならないと分かっているが、中々止められないということです。だからこそ、このオフラインキャンプのように、自然の中で過ごすことや面談などでインターネットと向き合う時間が重要なのではないかなと感じました。

子どもたちにとってはここからがスタートだと思うので、キャンプで感じたことを忘れずに目標や夢に向かって頑張って欲しいと思います。また私もこのキャンプで学ぶことがたくさんあり、参加できて本当に良かったです。ありがとうございました。

渡辺 鈴〔メンター〕

私がこの人とつながるオフラインキャンプで最も驚いたことは、子どもたちの成長の速さです。

今回私は初参加であったため、キャンプへの大きな期待とともに、子どもたちに寄り添うことができるのかという不安を抱えたまま本番を迎えました。そしてキャンプ初日、お互い緊張しているせいか、子どもたちとぎこちない会話しかできませんでした。

しかし、キャンプが進み、自炊やカヌー、キャンプファイヤーなどの普段体験しないようなプログラムを子どもたちと一緒に取り組むことで、ぎこちなかった関係性が、次第にうまくコミュニケーションをとれて、何でも相談できる関係性になっていきました。そしてその関係性で、毎日ワークシートや面談をすることで、最初はネットを使いすぎることはいけないと知っているけど、やめられないと思っていた子どもたちも、徐々に自分のネット利用環境・時間を見直し、最後にはうまくネットと向き合えるような目標まで設定することができるようになりました。このように、子どもたちが真剣に考え、取り組んだことで、子どもたちが本来持っている成長力を促進したのではないかと思いました。

このように、短期間で子どもたちに絶大なる影響力を与えるこのキャンプに参加できたことは光栄だと思いましたし、また、子どもたちにはキャンプで味わった充実感、設定した目標を忘れずにこれから頑張ってほしいと思いました。

池田 麻奈〔メンター〕

私はオフラインキャンプに初めて参加し、４泊５日のキャンプをメンターという立場で参加者と共に過ごしました。このキャンプを通して一番印象に残っていることは、参加者の顔つきが大きく変わったことです。最初に出会った時は、元気がなさそうな顔だったのに、一緒に過ごしていくうちに、生き生きとした顔つきに変わっていきました。参加者は５日間でたくさんの選択をしました。自分で悩み、考え、選択することで、だんだんと大きくなっていく姿を見て、私も勇気をもらいました。私にとっても参加者にとっても、このオフラインキャンプは初めての連続でした。親でも先生でもない、メンターとして参加者とどう関わったらいいか、どうしたら参加者が変わる一歩を踏み出せるのか沢山悩みましたが、私にとってオフラインキャンプで過ごした５日間は、人生が変わるきっかけであり、宝物です。

参加者にとっても、このオフラインキャンプは何か変わるきっかけであり、スタートであってほしいと思います。何か壁にぶち当たった時は、このオフラインキャンプを思い出し、自分には応援してくれる人が沢山いるということを覚えていてほしいです。そして私は参加者を一番応援し続けます。参加者からもらった勇気を胸に、私も自分から一歩踏み出していこうと思います。オフラインキャンプで過ごした日々を、私は一生忘れません。ありがとうございました。

大西 さくら〔メンター〕

私は、初めてオフラインキャンプに参加し不安と緊張でいっぱいでした。しかし、始まってしまうとあっという間でたくさんの思いが詰まった５日間になりました。子どもたちと共に喜びや達成感を味わい、これからの不安や目標について話をしました。それぞれ年齢も背景も異なる子どもたちがグループで過ごし、自然の素晴らしさに触れ日に日に変化していく様子を見ることが出来ました。

今回のキャンプを通して、子どもたちと接していると感じたことがありました。子どもたち自身、ゲームやインターネットばかりしていることが良くないことはわかっているけれど、他に逃げ場がないから行っているということです。実際にキャンプ中は、楽しいことがあるからスマホを触りたいと思わないという声もありました。

最後の個人面談では、これからのスマホの使い方だけでなく、なりたい将来像や家族や学校の悩みについても話をしてくれました。この時、人とつながっているからこそ辛いことや悩むこともあるけれど、それ以上に素晴らしいものだと思いました。子どもたちと向き合い共に悩み過ごした時間は私のかけがえのない宝物になりました。ありがとうございました。

奥田 玲子〔メンター〕

このオフラインキャンプで、子どもたちの成長していく姿を近くで見ることができ、本当に嬉しかったのを今でも思い出します。私にとってもたくさんのことを学ばせていただきました。

私自身オフラインキャンプが初めてで、仲良くなれるのか不安でしたが、早く子どもたちに会いたいという思いが大きかったです。５日間みんなと協力してご飯を作ったり、自然体験をしたり普段できないことを経験していく中で、緊張も解け笑顔が増えていきました。

毎日面談をしていく中で、外からは見えないその子自身の悩みや不安を抱えているのが分かり、一緒に考えたいと思いました。一番強く感じたことは、どんな事情を抱えた子でも、寄り添って話を聞き、将来に向けて一緒に考えていくことの大切さを感じました。子どもたち自身がスマホやネットについて考え、見つめ直す姿はとても素晴らしかったです。心のどこかではやめなければいけないと思っていても、自分だけでは難しい。だから５日間を通して今後の目標を考え、子どもたちがこのキャンプをきっかけに、ネットだけではなくリアルでも楽しさを見つけて将来に向かって頑張ってほしいと思います。

人とつながるってこんなに素晴らしいことなんだと少しでも感じてもらえたなら私はとても嬉しいです。私もそれを感じられた５日間となりました。

矢本 美咲〔メンター〕

この“人とつながるオフラインキャンプ”で過ごした時間は驚きや発見、そして学びがつまったかけがえのない時間となりました。このキャンプに参加するのは初めてで、どんな子が来るのか、などといったいくつもの不安や緊張を抱えながらも、キャンプ当日を楽しみに迎えました。

最初は緊張している子どもの様子も見られましたが、活動を通してだんだんと互いに打ち解けていく事ができ、とてもホッとしたのを覚えています。家島の豊かな自然の中で子どもたちと一緒に活動したり、面談をして過ごしていく中で、子どもたちが持つ様々な一面を見つける事ができ、子どもたちの頑張りを見つけるのが楽しみでした。また学校や友人関係、家庭の事など悩んでいる事の相談を受けました。ただスマホが目の前にあるからという理由だけでインターネットの世界にのめり込み、依存状態になったのでは無い事を知ることができました。

私自身もこのキャンプを通して、人と関わる事の楽しさや仲間と共に協力して何かをやり遂げる事の面白さを改めて感じる事ができました。また、自分たちが住んでいる世界は小さな画面の中では収まりきらないほどの発見や喜びで溢れている、という事を気づかされました。参加者の子どもたちにとっては長い夏休みのうちのたった５日間かもしれませんが、私にとっては一生忘れられない宝物になりました。子どもたちにとってこの５日間が何か１つのきっかけになって欲しいと思います。

小林 鈴香〔サポーター〕

今回で３度目となる人とつながるオフラインキャンプでしたが、今回もとても素敵なキャンプになったと思います。

今回はプレキャンプが悪天候で中止となったため、どんな子どもたちが来てくれるのかなど不安もありましたが、キャンプ初日は硬い表情だった子どもたちが、日を重ねるごとにだんだんと笑顔が増え、最終日まで全員でキャンプを楽しむことができてとても嬉しかったです。

また、今回のキャンプでは近い目標というよりも将来の目標をしっかり考えることができた子どもたちが多かったように感じました。メンターと将来の話をする中で目標が見えてきた子がいたり、メンターの姿を見てメンターになりたいと思ってくれた子がいたりと、メンターの存在はとても大きいことを改めて感じました。家族や友人、先生にはなかなか話すことができなかったことも話すことができ、それをメンターが真剣に聞いてくれたことは子どもたちにとってとても良い経験になったと思います。子どもたちが立てた夢を精一杯応援したいです。

人とつながるオフラインキャンプは子どもたちの大きなきっかけとなるキャンプだと思います。そんな素敵なキャンプに三年間参加し、多くの子どもたちの成長を見ることができたこと、また自分自身もたくさんの経験をすることができたことは忘れられない思い出です。これからもこのキャンプが一人でも多くの子どもたちのきっかけになればと思います。ありがとうございました。

坂本 満〔サポーター〕

本当に最高の体験でした。３年目の参加でしたが、毎年毎年その時にしかない体験があり、今年も印象的な瞬間の多いキャンプでした。

特に参加者の１人と、大学生と依存傾向のこどもという関係ではなく、より身近な立場で関われたのが印象的でした。私は当初、運営側のサポーターとしての参加で、キャンプが円滑に進むように雑用や準備などを担当する予定でした。しかしある参加者との関わりの中で、より深く関わってあげた方が良いではないかという提案があり、立場を変えることとなりました。

また３年間通して思うことが、依存傾向のこどもたちにはリアルに拠り所が少なく、逃げ場としてネットを選んでいて、本人達も葛藤しているということです。なので参加者との関わりでは、その子の現状をまず認めてあげること、拠り所のひとつを作ってあげることを重視しました。

サポーターであった私がこのように、こどもたちの関わりに集中でき、メンバー一丸となってキャンプがこどもたちにとって本当に良いものになったのは、学生メンバーだけでなく、事務局の方々をはじめ、様々な大人の助けがあったからこそだと思います。本当にありがとうございました。

松村 友慎〔サポーター〕

私は昨年度に引き続き２年連続で参加させていただきました。今年度のキャンプは参加者が前向きになれるようなものでした。

私はサポーターとして参加者と関わる中で、参加者が前向きになれるような瞬間をたくさん見ることができました。特に印象強く残っているのは最終日の目標発表。キャンプ後どのように生活していきたいかについて、どの参加者も前向きな目標を立てていました。今回の参加者はそれぞれに様々な課題や悩みなどを抱えているようでした。キャンプ初日はなじめていないような子もいましたが、メンターや他の参加者と関わる中で、たくさん気づきがあったのだと思います。たくさんの人に話しかけてもらい、自分のことを認めてもらえたことで、「自分にはこんなことができるんだ。」、「自分の周りには応援してくれる人がいるんだ。」と気づき、頑張ってみようかなという気持ちになっていく様子を間近でみられ、とてもうれしかったです。

もちろん参加者たちはキャンプ後、実生活で頑張っても目標通りにはいかないかもしれません。それでもキャンプで頑張れたこと、応援してくれる仲間がいることを思い出し、自分のペースで少しずつ前に進んでいってくれると信じています。このような参加者にとっての心の支えとなるようなキャンプに携われたことを誇りに思います。

このキャンプに関わってくださった皆様、本当にありがとうございました。

山本 亜依〔サポーター〕

私はこの「オフラインキャンプ」は、人の人生を大きく変えることができるキャンプであると実感しています。人というのは参加してくれた子どもたちとメンターのどちらもです。はじめ、子どもたちは、無理やり連れてこられたという子や不安でいっぱいな表情をしていました。メンターたちも初参加の子たちが多かったため、少し緊張している様子でした。しかしいざキャンプが始まり、ふれあっていくと子どもたちの表情に変化が現れました。最初は子どもたちにメンターが必死に話しかけているイメージでしたが、子どもたちからメンターに話しかけてくれるようにもなりました。特に面談担当のメンターには、家庭では話せない悩みや不安を話していたようで、サポーターの私としては少しその関係を羨ましくも思えました。４泊５日という短いこの期間で初対面同士がここまでの信頼関係を築きあげること、何か目標や夢を見つけることは容易なことでないと思います。それが達成できたということは、子どもたちにとってはもちろんメンターにとっても良い体験となり、今後の力になると思います。ネットから離れて自然を楽しむキャンプではありますが、自分自身を見つめることができる、もっと根本的なことを考えることができるキャンプであると感じました。サポーターとしては、このキャンプをメンターとして＋第三者としてのどちらの視点からでも見ることができ、とても勉強になりました。

玉岡 絵里〔サポーター〕

私は、大学の講義の関係で、今までオフラインキャンプに参加することができませんでした。

毎年、活動を終えて先輩たちが教えてくれるのは、「楽しかった。」「子どもたちの変化を見ることができた。」「自分も変わることができた。」など、私にとって魅力的な言葉ばかりでした。そして今年度初めてオフラインキャンプに参加することができました。初参加ということで、未知な部分が多く、参加者への接し方など不安と緊張でいっぱいでした。本番当日、子どもたちは当然、緊張で包まれバラバラというのが第一印象でした。このときまず自分が笑顔で楽しむようにすることそして、相手の話を傾聴することが大切だと思いました。すると参加者は緊張が溶け始め、次第に自分の趣味や心の内を話してくれるようになりました。また、メンターが参加者同士の架け橋を作ると、参加者同士の会話も増え、いつの間にか全体が一つとなり笑顔で明るい雰囲気へと変化しました。それだけでなく、最終日、参加者が自ら手を挙げて感想を述べるとき、緊張する場面であるにもかかわらず堂々と手を挙げ発表をする参加者を見て、私も負けていられないという気持ちの変化を得ることができました。このようにこの活動は、ネットとの付き合い方を考えるだけでなく、一人一人が成長し、リアルを楽しく過ごす方法や何か自分が変わるヒントを発見したり一歩を踏み出したりするきっかけとなる、素晴らしい活動だと思いました

鳥羽 綾乃〔サポーター〕

本キャンプには３年連続での参加となりました。どのような子どもたちが来てくれるのか、子どもたちにとって意味のあるキャンプにすることができるのか、緊張と不安が毎年あります。

しかし、回数を重ねるにつれ楽しみな気持ちが大きくなり、今年度のキャンプも心待ちにしていました。

子どもたちはネットやゲームの使い方を考えるために集まります。スマホ自体やネットに依存してしまう子どもたち自身が悪いのではなく、現実の他の部分に課題があることを実感します。ネットやゲームはあくまでキーワードであり、子どもたちはキャンプを通し自身の様々な葛藤や悩みと向き合っていたように感じます。その結果、ネットとそれ以外のバランスが大切であり、両立させるためにはどうすればいいのかを子どもたち自身の力で考え、導き出している姿が印象的でした。キャンプ最終日やフォローアップキャンプでは、将来に対して前向きな言葉も聞くことができ、非常に嬉しかったです。

今年度はサポーターという立場で参加したことにより、メンターである学生と子どもたちの関わり方など全体を見ることができ、私自身学ぶことが多くありました。子どもたちの変化や子どもたちの持つ力を目の当たりにし、私自身励まされたと思っています。参加した皆が日常生活に戻っても、自身の力で考えて自分らしく行動できるよう願っています。

事業成果の評価と今後の展望

1　キャンプ参加者による日常生活のふりかえり、改善

キャンプの中で、人とのつながりを通じてリアルの充実を感じられるプログラムを繰り返すことにより、ネットやゲームに夢中だった参加者たちが３次元の喜びを取り戻し、今後の生活への行動変容を促す機会となった。

オフラインキャンプ後には、「宿題を終わらせてからゲームをするようになった」「スマホで動画を観て夜更かしすることがなくなった」など、参加者に一定の行動改善が見られた。中には、キャンプ前は、ネットばかりで昼夜逆転した生活を送っていたが、キャンプでリアルの楽しさを再認識し、外食や犬の散歩に出かけるなど大きく生活が改善した参加者もいた。

また、キャンプ後に実施した保護者アンケートでは、家庭でのネット利用のルールや今後の目標等について、約８割が親子で話し合い、６割程度が改善を実感していると回答した。

2　ネット依存の実態把握と危険性・回避方策の検討

リアルで抱えている様々な問題が原因となり「ネットの問題」へとつながっていることが明らかになった。リアルの問題を解決するには、参加者の行動変容だけではなく、保護者や家族も子どもとの関わり方を見つめ直す必要がある。

キャンプ後も参加者が自身のネット利用を継続的に見直していくためにも、家族向けのプログラムを充実させるとともに、必要に応じて、医療や福祉、教育など適切な支援に繋げる体制の構築が必要である。

3　ネット依存の実態や危険性、回避・予防策の周知啓発

現在、青少年がスマホ、タブレット、ゲーム機などを通じてネットに触れる機会が増えており、県内青少年のネット依存割合は増加傾向にある。一方で、ネット依存の実態や危険性については、一般的に知られていないことが多く、ネット利用に寛大な保護者も増えている。

このような中、当本部や兵庫県がネット依存の回避方策やキャンプを通じた参加者の変化等を含めて広く啓発していくことは、ネット依存の回避・予防策を講じるうえでも必要であると考え、参加者の個人情報保護に慎重に配慮しながら、保護者の承諾の下、報道機関の取材を受け入れている。

今後も、参加者・保護者の個人情報や心情への配慮を最優先としながら、報道機関の取材を受け入れ広く啓発していくことが必要であると考えている。

4　今後の展望

３年間のキャンプを通じて、「ネットの問題」の背景には、リアルで抱えている様々な問題が原因となっていることがわかった。その解決には、参加者の行動変容だけでなく、保護者・家族も、子どもへの関わり方を見直し変えていく必要がある。

これまでの取組により、依存傾向の強い子どもたちが、日常生活を離れ、メンターや他の参加者との関わりの中で、自身に向き合い、行動改善に取り組む一定のプログラムが確立した。

今後は、保護者の行動変容を促すプログラムの一層の充実を図るとともに、青少年の誰もが陥る可能性のあるネット依存の回避方策を考える教育目的のキャンプを実施し、周知啓発を図る。

人とつながるオフラインキャンプ２０１８　スタッフ

コーディネーター

兵庫県立大学環境人間学部　准教授　　竹内　和雄

アドバイザー

神戸親和女子大学発達教育学部児童教育学科　教授　　金山　健一

幸地クリニック　精神保健福祉士・臨床心理士　　中元　康雄

事業名考案、チラシ・プログラム作成、キャンプ進行・サポート

一般社団法人ソーシャルメディア研究会

奥野　朝陽　　奥平　夏海　　佐々木　南　　藤城　美穂　　松本　健吾　　渡辺　鈴

池田　麻奈　　大西さくら　　奥田　玲子　　矢本　美咲　　小林　鈴香　　坂本　満

松村　友慎　　山本　亜依　　玉岡　絵里　　鳥羽　綾乃

キャンプ指導

兵庫県立いえしま自然体験センター

萩本　義郎　　関谷　福蔵

技術協力

株式会社ドコモＣＳ関西　　福田　啓崇

株式会社サンテレビジョン　長谷川直樹

事務局

公益財団法人兵庫県青少年本部

梅谷　順子　　坂本　好也　　市村　高子　　山内　喜夫　　笠井　信介　　板村　裕美

東　浩太郎　　小田依梨奈

本事業の問合わせ先

公益財団法人兵庫県青少年本部 企画部県民運動担当

住所　〒650-8567　神戸市中央区下山手通5-10-1　兵庫県企画県民部女性青少年局青少年課内

Tel：078-362-3142　E-mail：seishonen@pref.hyogo.lg.jp　Web: http://www.seishonen.or.jp/