

令和元年度 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

Off-Line Camp 2019

報告書



令和2年3月



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

令和元年度 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2019」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、フィルタリング利用・有効化措置の原則義務化やルールづくりの支援を青少年愛護条例に規定するとともに、スマホサミットの開催等を通じ、青少年が主体的に安全・安心なネット利用について考える取り組みを展開している。

近年社会問題化しつつある青少年のネット依存について、その防止に努めているが、県内青少年のインターネット利用の実態調査（平成30年7月）では、ネット依存傾向の青少年が9.4%（前年比+1.4pt）にのぼるなど、県内青少年のネット依存は年々深刻化している。

ネット依存防止のためには青少年が主体的にルールづくりに取り組むことが効果的であると考えことから、当本部では、産官学民言の連携のもと、県民運動として取り組んでいる。

その一環として、日常生活でのネット利用を見直した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、人とのつながりを感じながら、野外炊事やカヌー等の自然体験活動に参加することでリアルな充実を感じるとともに、自身のネット利用等の日常生活をふりかえり、今後の目標を立てることで自身の行動変容を促すきっかけとする。
- (2) 「ネット問題」の背景には、リアル社会での様々な問題が原因となっていることから、ネット依存外来を担当している精神保健福祉士による専門的な講義や保護者同士の討論会など家族向けプログラムを充実させ、青少年のネット依存への回避方策等の研究を深める。
- (3) 産官学民言の連携により、教育目的として、ごく普通の子ども達がネット依存から回避するための方策を考え、他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、青少年のネット依存対策を推進する。

2 日 程

- (1) オリエンテーション 令和元年7月7日(日)
 - (2) オフラインキャンプ 令和元年8月17日(土)から21日(水) 4泊5日
 - (3) フォローアップキャンプ 令和元年11月8日(日)
- ※ 7月7日(日)、8月17日(土)、8月21日(水)、11月8日(日)は保護者同伴要

3 場 所

- (1) オリエンテーション 兵庫県民会館
- (2) オフラインキャンプ } 兵庫県立いえしま自然体験センター
- (3) フォローアップキャンプ }

4 参加対象

日常生活でのネット利用を見直した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

10,000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。

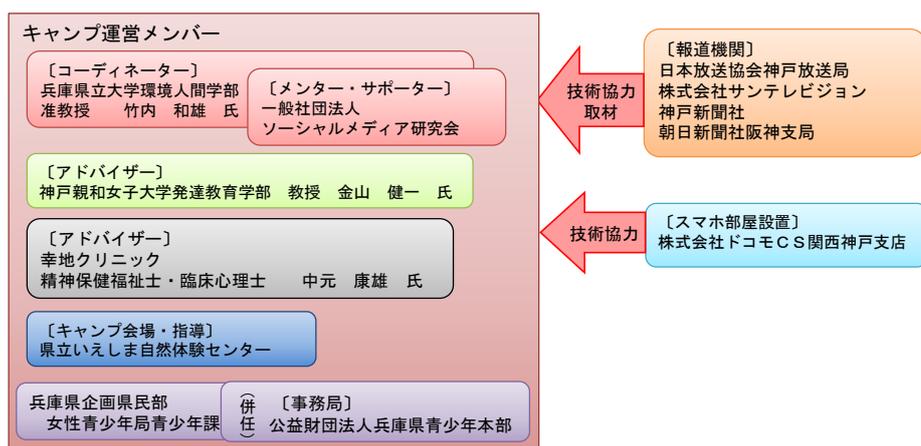


6 主催者等

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



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、楽しみながら達成感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) キャンプを通して人とのつながりを感じている中で、スマホやゲーム機を「使うか」「使わないか」を考えさせるよう、主催者で預かったスマホ等を、毎日1時間のフリータイムに利用できる「スマホ部屋」を設置
- (4) オフラインキャンプでの様々な機会を通じて、ネット依存外来を担当している精神保健福祉士による専門的な講義を行うとともに、保護者会で同じ悩みを持つ保護者同士が意見交換を行いながら、この問題への理解や家族として子どもとの関わり方について学ぶ保護者プログラムを充実
- (5) 参加者の個人情報に慎重に配慮しながら、保護者の承諾を得た上で、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
- (6) 継続した支援が必要と思料される参加者・保護者に対する家庭訪問等の実施

9 参 加 者

- (1) オフラインキャンプ
小5～高2 14名
(男：13、女：1名 小学生：男5女0、中学生：男7女0、高校生：男1女1)
- (2) フォローアップキャンプ
小5～高2 10名
(男：9名、女：1名 小学生：男5女0、中学生：男4女0、高校生：男0女1)

「人とつながるオフラインキャンプ2019」プロトタイプ



①オリエンテーション。コミュニケーションランチでは、メンターと一緒に好きな具材で巻き寿司をつくった。



②1日目のフリータイム。昨年に引き続き、スマホ部屋にはNTTdocomo様のご協力で電波増幅器等を設置。



③半構造化面談法を用い、1対1で面談。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。



④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し、参加者同士で考えや意見を共有した。



⑤チームビルディングでは、どうすれば良い記録を出せるか、みんなで相談しながら、協力して取り組んだ。

1 オリエンテーション 令和元年7月7日(日)

時	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
オリエンテーション					同席				家族会				同席							
	受付(名札づくり)				はじめの会				・主催者からのキャンプ説明 ・講義 ① コミュニケーションランチ ☆手巻き寿司 ☆じゃがりこボテサラ				・アンケート等記入 ・質疑応答 チームビルディング				終わりの会 ・歌 ・キャンプ紹介動画			

2 オフラインキャンプ 令和元年8月17日(土)から21日(水) 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							
1日目					起床・部屋の整理整頓				朝の集い				同席				同席				家族会				家族会											
					坊勢汽船乗船				いえしまへの船旅				スマホタイム				徒歩移動				はじめの会				屋食				個別面談							
					姫路港集合																								屋食				オリエンテーション			
					④				クラフト				アフタヌーンコミュニケーション				徒歩移動				はじめの会				屋食				個別面談							
					モーニングコミュニケーション				個人面談				個人面談				個人面談				個人面談				個人面談				個人面談							
2日目					起床・部屋の整理整頓				朝の集い				同席				同席				同席				同席				同席							
					坊勢汽船乗船				いえしまへの船旅				スマホタイム				徒歩移動				はじめの会				屋食				個別面談							
					④				クラフト				アフタヌーンコミュニケーション				徒歩移動				はじめの会				屋食				個別面談							
					モーニングコミュニケーション				個人面談				個人面談				個人面談				個人面談				個人面談				個人面談							
					モーニングコミュニケーション				個人面談				個人面談				個人面談				個人面談				個人面談				個人面談							
3日目					起床・部屋の整理整頓				朝の集い				同席				同席				同席				同席				同席							
					坊勢汽船乗船				いえしまへの船旅				スマホタイム				徒歩移動				はじめの会				屋食				個別面談							
					④				クラフト				アフタヌーンコミュニケーション				徒歩移動				はじめの会				屋食				個別面談							
					モーニングコミュニケーション				個人面談				個人面談				個人面談				個人面談				個人面談				個人面談							
					モーニングコミュニケーション				個人面談				個人面談				個人面談				個人面談				個人面談				個人面談							
4日目					起床・部屋の整理整頓				朝の集い				同席				同席				同席				同席				同席							
					坊勢汽船乗船				いえしまへの船旅				スマホタイム				徒歩移動				はじめの会				屋食				個別面談							
					④				クラフト				アフタヌーンコミュニケーション				徒歩移動				はじめの会				屋食				個別面談							
					モーニングコミュニケーション				個人面談				個人面談				個人面談				個人面談				個人面談				個人面談							
					モーニングコミュニケーション				個人面談				個人面談				個人面談				個人面談				個人面談				個人面談							
5日目					起床・部屋の片付け				朝の集い				同席				同席				同席				同席				同席							
					坊勢汽船乗船				いえしまへの船旅				スマホタイム				徒歩移動				はじめの会				屋食				個別面談							
					④				クラフト				アフタヌーンコミュニケーション				徒歩移動				はじめの会				屋食				個別面談							
					モーニングコミュニケーション				個人面談				個人面談				個人面談				個人面談				個人面談				個人面談							
					モーニングコミュニケーション				個人面談				個人面談				個人面談				個人面談				個人面談				個人面談							

3 フォローアップキャンプ 令和元年11月10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						
フォローアップキャンプ					起床・部屋の片付け				朝の集い				同席				同席				同席				同席				同席						
					坊勢汽船乗船				いえしまへの船旅				スマホタイム				徒歩移動				徒歩移動														
				④				クラフト				アフタヌーンコミュニケーション				徒歩移動				徒歩移動				徒歩移動				徒歩移動				徒歩移動			
				モーニングコミュニケーション				個人面談				個人面談				個人面談				個人面談				個人面談				個人面談				個人面談			
				モーニングコミュニケーション				個人面談				個人面談				個人面談				個人面談				個人面談				個人面談				個人面談			

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

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
- ・神戸大学大学院
- ・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
- ・阪神南青少年本部
- ・株式会社神戸新聞社
- ・株式会社朝日新聞社阪神支局
- ・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
- ・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20日(月)	<p>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</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ネット依存は社会経験に乏しい未成年が中心で、その多くが小中高校生である。子どもの自己肯定感を高めてあげなければ、現実が面白くなく、日常から逃げていくためにネットへの依存が高まる。 ・スマホ等を取り上げると、ネットで相談する友達と連絡が取れなくなり、逃げ場を失うので子どもは反感を覚える。 ・「ネットをやめられない」という表現はきついのので、「日常生活でのネット利用を見直したい」に改める。 ・昨年度の保護者から「4日間も保護者が家島に行くのは負担が大きい」という意見があったことから、プレキャンプをオリエンテーションに改め、神戸で実施することにする。 ・本キャンプは、教育目的のキャンプなので、保護者の同意を得た上で、今年度も報道機関を受け入れることとする。
第2回	7月22日(月)	<p>①オリエンテーションの実施結果について ②オフラインキャンプに向けて</p> <ul style="list-style-type: none"> ・新聞社のご協力もあり、定員である20名の募集があったが、オリエンテーション参加者は17名であった。 ・オリエンテーションでは、火や包丁を使う際の反応を見ることはできなかったが、参加者の状況を確認できた。 ・今回の参加者は親子の関係性ができている家庭が多く、保護者の子どもへの関わり方次第では飛躍的に改善していくと感じた。 ・説得するのではなく、納得してもらうことで子ども達は行動に移してくれる。大学生の姿は、子ども達が将来なりたい人物像としを思い描ききっかけとなる。 ・本県の教育目的のキャンプでは、カウンセリング技法を学んだ大学生が子ども達に密接に付き合い、小さな変化に気づくことで子ども達が成長していく。
第3回	11月18日(月)	<p>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</p> <ul style="list-style-type: none"> ・短い期間でも参加している子どもの表情が日々変化していく姿を見て効果のある取り組みだと感じた。 ・保護者には、子どもに対しルールを守れないから罰を与えるといったできない自分を確認させるのではなく、できる自分を確認させるような介入をしてもらいたいという話をした。 ・嗜癖行動とは、自分の身を守るための行動で、簡単には手放せないで、中長期的な関わりが必要である。 ・オフラインキャンプも4回目なので、1・2回目の参加者が現在どのような状況か確認することが必要ではないか。 ・過去参加者へのフォローは数名に対して家庭訪問等を実施しているが、それ以外の過去参加者の現況における追跡調査については、アンケート調査や電話取材などをしようという案もあるので、検討したい。
第4回	2月17日(月)	<p>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</p> <ul style="list-style-type: none"> ・新聞紙面への参加者募集案内の掲載や、密着取材番組の作成、電波増幅器の設置によるスマホ部屋の設置など、推進会議構成団体の方々からの様々なご協力により、今年のキャンプも無事実施することができた。 ・豊かな自然の中で仲間と共に集団生活を行う事が大切であり、キャンプを通して子どもたちは自分自身を解放し、自分を信頼してくれるメンターや周りの人との関わりの中で目の輝きや表情が変わっていった。 ・今年度は保護者プログラムの充実として、ネット依存への理解や家族としての子どもへの関わり方の講義など家族会を計3回実施した。最初は現状への不安や緊張から表情の堅い保護者が多かったが、回を追うごとに保護者の表情にも笑顔が多く見られるようになり、「余裕」を持つことの大切さを改めて感じた。 ・医療目的ではなく教育目的として、完全なネット依存になってしまう前の青少年へのアプローチを続けていきたい。

「人とつながるオフラインキャンプ」4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」は今回で4回目の実施となった。第1回のキャンプから、対象を小学5年生から18歳までの青少年としていたが、参加者は主にSNSやゲーム、動画視聴など、好きなことに夢中になっている高校生を想定し、小学生はあまり想定していなかった。しかし、回を重ねるにつれて、参加者の低年齢化が進み、特にオンラインゲームに夢中になっている小中学生の男の子が増えてくるなど、参加者の状況も大きく変化している。これは、子どもを取り巻くネット環境等の変化、ネットの活用方法の変化によるものと考えられるが、詳細については後述する。



子どもを取り巻く環境等は変化しているものの、「いえしま」という豊かな自然の中で、カヌーや野外炊事などの上質のリアル体験を提供することに変わりはなく、また、4回目の実施ということもあり、キャンプの運営自体は非常にスムーズであった。これまで同様、兵庫県青少年本部が文部科学省の委託を受けて行った。兵庫県青少年本部、青少年課等の手厚いバックアップのもと、私がコーディネーターとして全体の企画運営に携わり、大学生たちがメンターやサポーターとして運営の最前線で活躍した。

2 今回のキャンプで見たこと

今回の参加者は14人中13人が男子で女子は1人だけであった。また、年齢構成も、中学生が7名と一番多く、小学生5名、高校生2名という順番であった。今年も子どもたちと毎日面談を行ったが、彼らとの面談を通して子どもを取り巻く環境や子どもたちの特徴が大きく変わってきていることを強く感じた。

今回のキャンプから見えてきた特徴は様々であるが、特にあげると、1) ネット問題の一般化、2) 家庭・地域の問題、3) ネットの利便性の向上の3つである。

1) ネット問題の一般化

予想以上の早さでネットが子どもたちの間に浸透している。当たり前のことかもしれないが、今回の参加者のほぼ全ての家庭にWi-Fi環境があり、彼らは「ギガ数を気にせず家でネットができる」と話す。つまり、保護者は子どもたちが家庭で自由にネットができる環境を用意している。



問題の核心は実はこの部分である。彼らには、生まれた時から当然のようにインターネットを自由に使って良い環境が与えられている。これは今回の参加者だけの問題ではなく、今のほぼ全ての子どもたちにとっての当たり前の環境である。それにも関わらず、必要な対策が追いついていないから問題が起き、これまで社会の一部の問題であった「ネット依存」が社会全体の問題になっていると考えてよいだろう。

2019年5月、WHO（世界保健機関）が「ゲーム障害」を正式に病気に認定した。これまで、ネット依存は社会問題となっているものの正式な病気ではなかったが、これからはネット依存のうち、「ゲーム障害」は病気として扱われ、2022年からは病院で受診する際、保険が適用される。今後は、ゲームを含むインターネットが、病気を発症させるかもしれない対象となるのである。ほぼ全ての家庭において、子どもたちが気軽にオンラインゲームなどを楽しめる環境がある中で、ごく普通の子どものたちがネット依存に陥らないようにするための方策を研究するというオフラインキャンプの役割はますます重要になるだろう。



2) 家庭・地域の問題

当たり前のように各家庭にネットが普及し、保護者の多くはスマホを育児にも活用している。家事に取り組むときに子どもにYouTubeを見せると手がかからない。電車やレストランで騒ぎ出したときにオンラインゲームを与えるとおとなしくなる。善悪は別として、多くの子どもたちがそうやってネットに親しんできているのは事実である。「育児にスマホなんて言語道断」とする風潮はあるが、一方で困ったときだけスマホに頼る保護者も多い。

今回参加した子どもの多くが、「つついネットをしすぎてしまう」と話している。保護者も「いくら言ってもネットをやめない」と困っている。子どもによって課題も様々だが、多くの場合、決めたルールを守れずに親子間でトラブルになっている。このようなトラブルを引き起こす背景として次の3つに分類できる。

①ルールづくりの失敗

何となく使い始めているので、明確なルールを決めないまま過ごしてきている。保護者面談や三者面談（保護者、子ども、私）で聞いてみると、「9時には終わることになっているのに」と保護者が話すと、「10時で良いつて言っただろ！」と、子どもは反論する。つまり、意識的にルール化していない。そして、状況に危機感を覚えた保護者が一方的に「9時には終わる」と宣言し、保護者としてはルールを決めたつもりだが、子どもは納得していないのでルールになっていない。

②保護者の子どもとの向き合い方の問題

保護者と子どもが十分に意思疎通できていない場合が増えている。両親が共働きで忙しかったり、子どもが聞く耳を持たなかったりと理由は様々であるが、親子のコミュニケーションの不足が、結果としてスマホの問題に結実していると考えられる場合が多い。



保護者が共働きの場合は、子どもが留守番をしている間に長時間、オンラインゲームや動画視聴をすることが多く、保護者の知らない間に、子どもたちはインターネットにはまることが多い。また、保護者も自分で面倒を見ることができないため、子どもの自主性に任せ、結果的に長時間利用につながってしまう。

③遊び場の問題

最近の大きな問題として、子どもたちの遊び場がなくなっていることである。子どもたちの多くが「公園でサッカーしていると『ボール遊び禁止!』と怒鳴られた」と話す。彼らの多くがサッカーをオンラインゲームでしている。結局、オンラインゲームを誰もがしたい訳ではなく、それしかできないのでやっている場合が多い。



最近増えているのが、「バトルロイヤル系ゲーム」である。一般的なのは、5人程度でチームを作って、無人島等で殺し合うゲームである。子どもたちはそれぞれの家にいながらオンラインでチームを組んで戦う。ボイスチャットという機能を使って、話し合いながらゲームを進めていく。それぞれの家にいるので、大人に怒られる心配はなく、心おきなく遊ぶことができる。

3) インターネットの利便性の向上

今回のキャンプで、保護者や本人からネットの利活用事例が多く聞かれた。以前はインターネット利用が特別なもののような印象があったが、最近是一般化してきており、日常生活になくはならない機器になりつつある。

①ネットで学習

参加者の多くがタブレットやパソコン、スマートフォンを家庭学習に活用していた。最も多いのが小学生の通信教育である。以前の通信教育は、郵送された教材を使って子どもたちが勉強するスタイルであったが、最近ではタブレット等で子どもたちが学習することが増えている。誤答には復習用教材が用意されている等の工夫があり好評なようだ。

②ネットで買い物

今回の参加者の家庭の多くがインターネットで買い物をしている。文房具から部活用品、家電、ミネラルウォーター等の飲み物やお米を定期的購入している場合が多かった。理由は「送料がかからないし、玄関まで持ってきてくれるので便利」と話す。「小遣いのキャッシュレス化を検討している」と話してくれた保護者もいた。「スマホに履歴が残るので、管理が楽だし、何に使っているか一目瞭然なので」と、彼らの日常生活にスマホが深く浸透している様子がわかる。この流れを止めることはできないだろう。

③ネットで進学

参加者の一人は、「ネットで学習する形態の通信高校」に在学している。不登校気味だった参加者が自分で見つけて希望して進学したのだが、今後このような形態が増えることが予想できる。その高校は年間5日間のスクーリング以外は基本的には家のパソコンで学習できる。「煩わしい人間関係はないし、自分のペースで進められる」と好意的に受け止めている。一方で、「自分に任せられているので、強い意志がないとだらけてしまうので卒業が難しく不安」「逃げ道じゃなくて、夢のためにとかないと続かない。軽い気持ちではダメと後輩には伝えてほしい」と話していた。

3 課題と展望

オフラインキャンプは4回目の実施であり、プログラムの改良や運営上の準備を綿密に行ったため、運営はスムーズであった。しかし、1回目から4年経ち、子どもたちを取り巻く環境や子どもたちの特徴の変化に対する対応、プログラムの確実な実施を行うため、内容の最適化を図る必要がでてきた。これまでの良かったことを継続しつつ、修正すべきところは修正する必要がある。見つかった課題を記載する。

1) オリエンテーション

3回目までは、本番と同じいえしま自然体験センターで簡単な調理体験等を行う「プレキャンプ」を予定していたが、今回から県庁付近の会議室で行う「オリエンテーション」に変更した。変更理由としては、昨年度は台風のためプレキャンプが実施できず、参加者の状況確認ができなかったことから、確実に状況確認を行えるようにするため、また、保護者から「4回もいえしまの離島に行くことは負担が大きい」という意見を受けたことから、県庁周辺の会議室で実施すること



ことで保護者の負担軽減を図るためである。オリエンテーションでは、子どもたちの不安解消と子どもたちの状況確認が主な目的であるため、オフラインキャンプの概要説明のあと、グループワークを行った。屋内実施のため、天候の影響を受けない安心感があったが、船での移動や火を使った調理体験時の子どもの様子を確認することができない不安もあった。

オリエンテーションでは、昼食を子どもたちとメンターと一緒に作る「手巻き寿司」等にし、グループワークをメンバー同士の協力が必要な課題達成型にすることで、それぞれの子どもの状況を確認することができた。

2) 大学生の役割

このキャンプは、「斜めの位置」としての大学生の果たす役割が大きい。そのため、直接子どもと接する「メンター」と、運営側にいながら必要に応じて子どもたちに接する「サポーター」に分けている。メンターは、子どもたちと一緒にプログラムや生活をするだけでなく、それぞれが担当する参加者とメンター面談等を通じて真剣に向き合った。また、メンター経験のある大学生が「サポーター」となり、メンターのフォローや、プログラムが遅れないようサポートすることで、スムーズな運営をすることが出来た。



参加者の就寝後、当日のふりかえりや翌日の打ち合わせを行ったが、子どもたちの現状共有に多くの時間を要した。さらに参加者に応じて、プログラム外の対応やプログラムにおけるメンバー構成など検討しなければならない項目が多く、連日、大学生の就寝が深夜になってしまった。少し体調を崩す大学生もいたことから、大学生が交代で休養を取れるよう、運営の更なる工夫が必要である。

3) 認知行動療法

今回も、久里浜医療センターのご指導により、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が作成されたワークシートに改訂を加えて使用したが、かなり良いものになった。また、メンター面談では、半構造化インタビュー記入用紙を使用し、より参加者の状況やキャンプ中の心境の変化を把握をすることが出来るようになった。来年度以降、さらに良い形にしていきたい。

4) 家庭でのルール的重要性

キャンプでの子どもたちへの働きかけはある程度出来たが、家に帰ってからの生活への影響については課題が残っている。毎日、メンター面談と、ルールづくり面談（竹内対応）を行っている。子ども自身で自分の課題を見つけてルールづくりをする手伝いをし、保護者に伝え、その後に活かしていく形である。また、今回から、ネット依存外来を担当している精神保健福祉士に、①オリエンテーション、②オフラインキャンプ（1日目）、③フォローアップキャン



プと複数回に分けて、保護者が子どもとどう接すればよいか講義をしていただいた。これまで、ネットやオンラインゲーム等を長時間してしまう子どもに対する接し方について専門的な講義を受けたことがない保護者が多く、保護者自身のふりかえりを行う良いきっかけになったと感じて



いる。家庭でのルールがうまくいかないとキャンプで出きた良い流れが台なしになる。そのために、子どもだけでなく、保護者への対応も重要となり、ますます参加者や保護者に対する面談の重要性が高まってきている。メンター面談とルールづくり面談、精神保健福祉士による面談等が、より効果的なものになるよう実施手法や実施時期等についても再検討していくことが必要である。



「人とつながるオフラインキャンプ2019」における 家族の支援とその課題

幸地クリニック 精神保健福祉士・臨床心理士

中元 康雄

1 はじめに

今回の「人とつながるオフラインキャンプ2019」（以下オフラインキャンプ）では、コーディネーターの兵庫県立大学竹内和雄准教授、そしてソーシャルメディア研究会の学生たちを中心としたネット依存傾向にある小中高校生に対する取り組みだけでなく、その子どもたちの家族の相談支援も行われてきた。そこで、今回初めて、私も家族の相談と心理教育を担当させていただいた。



私の勤める幸地クリニックでは、院長幸地芳朗がアルコール依存症専門医であることもあり、アルコールや薬物依存症といった物質依存だけでなく、ギャンブル依存など行動嗜癖の相談や受診が多く、近年はネット依存やゲーム障害に関する受診と家族の相談が増えている。ネットやゲームへののめり込みは、好奇心旺盛で、新しいものに目がない未成年者に圧倒的に多く、家族は自分たちが子どもの頃に存在しなかった未知なる「道具」とその影響力に不安を感じ、その「道具」の良し悪しをつかみ切れないまま、その魅力にとりつかれ、次第に学業や日常生活がおろそかになる子どもの姿に日夜ないし日々翻弄されている。我々は関係がこじれた家族の関係修復と本人の回復に尽力をしている。

このオフラインキャンプの取り組みでは、保護者も一部参加・同席するということなので、ネットやゲームにまつわる家族関係の対立は散見されていても、比較的親子間の対話がなされている家族が参加されているので、依存症（行動嗜癖）の家族介入法（CRAFT）を下にした簡易介入の心理教育が効果的であったと思われる。

2 「オフラインキャンプ」参加の子どもたちの家族の不安

オフラインキャンプに参加する子どもたちの家族としては、この取り組みに参加することで子どもたちが変わってくれるのではないかという期待と、短期間での取組みで果たして効果が見込めるのかという複雑な思いが入り混じっている。当然、今までネットやゲームに没頭する子どもが、ガラッと生活態度を改めるところは不可能であるとしても、何か少しでもいい方向へ向かう可能性があるのではないか、またそのために家族としてできることは何か、少しでもヒントを得たいという強い思いでいっぱいである。



そこで、7月のオリエンテーションでは、行動嗜癖としてのネット依存・ゲーム障害の基本的な説明を行い、その後、時間をかけて質疑応答を行った。家族の抱える子どもの将来への不安、焦り、そして何度注意しても態度を改めようとせず、怠惰な生活を続ける子どもに対する苛立ちといった様々な思いに寄り沿いながら、ネットやゲームへののめり込みといった行動嗜癖の「自己治療」的な意義についての理解を深めてもらい、そうした行動を修正するための姿勢やルール作りのポイントについて時間をかけて説明を行った。終了後、家族一人一人に、自分たちでも上手く対応できるかもしれないという期待の表情を窺うことができた。

その後、子どもたちが夏休みに入り、自宅での自由な時間が増えると同時に、必然的にネットやゲームの使用時間が通常よりも増え、家族の不安や焦りがますます募ってくる。そんな折に、8月の本キャンプが開催された。キャンプ初日、子どもたちと同伴する家族の険しい表情が散見された。家族各々が、ネットやゲームへののめり込みの問題に対する対処の難しさを実感され、困難に直面している様子であった。家族の心理教育では、改めて「自己治療」としての行動嗜癖の特徴の復習と、簡単なコミュニケーションスキルの紹介と介入のタイミングについて重点的に講義を行った。一日目の帰りの道中や船中にて、家族の方々と日頃の生活模様や、今後の対応について話し合いながら、中長期的な働きかけを行うように支持的な対応を行った。また、最終日には、ネットやゲームと離れ、メンターの大学生や仲間と楽しく過ごした笑顔いっぱいの子どもと再会して、二学期以降の期待も膨らんだと思われる。

しかし、新学期に入るというプレッシャーは、今の子どもたちにとって我々大人の予想以上に大きい。すなわち、新学期前から頑張ってネットやゲームの利用時間を減らし、生活のリズムを整えて、区切りとして始業式の日から学校へ行くことができるようになるというのは、大人の描く一方的な図柄であり、むしろ新学期前後にネットやゲームへののめり込みがエスカレートする子どもたちがほとんどである。

したがって、およそ三か月後11月のフォローアップキャンプでは、子どもたちの二学期以降の生活模様にバラつきがみられたので、家族の様子もさまざまであったが、家族の表情に多少の余裕が見受けられた。というのも、オリエンテーションと本キャンプの二回にわたって家族の心理



教育を行ったことで、「自己治療」としてのネットやゲームへののめり込み行動という行動嗜癖の理解が家族に浸透したようである。それを裏付けるように、面談時に参加者の子どもと家族の関係が本キャンプ以降良くなったという意見が多数あった。そこで、最後の心理教育では、家族が健康な生活のモデルになることと、本人に対する「変化」への動悸づけの介入法を講義し、キャンプ終了後の家族からの継続的な働きかけを呼び掛けた。

3 「オフラインキャンプ」での家族支援における感想と今後の課題

今回私が参加させてもらって感じたことは、2点あげられる。一つ目は、キャンプ参加時点で家族関係が維持されている点である。親子の関係がこじれ、接点を持つのが難しい状況では、行動嗜癖への介入は困難だからである。二つ目は、オリエンテーションからフォローアップキャンプまで4か月3回にわたって家族の相談や心理教育に当たれたことである。オリエンテーションでの一回きりの心理教育では、分かったつもりにとどまってしまうが、本キャンプ、フォローアップキャンプと間隔をあげながら複数回の心理教育を実施したことにより、家族は子どもたちの経過を追いつつ、その「変化」を見ながら嗜癖行動の特徴を掴み、介入のタイミングを学ぶことができたのではないかと思われる。

今回のキャンプでは、ファーストコンタクトのオリエンテーション時に、参加する子どもたちのネットやゲームへののめり込み具合や家族構成、そして現時点での家族関係についての情報が不十分な中での実施となった。今後の課題として、事前に質問紙形式などで、そうした情報を収集する機会があると、より後半の本キャンプとフォローアップキャンプが機能的で有意義なものとなるのではないかと思われる。何より、オフラインキャンプに参加された家族の熱意が、子どもたちにとって心身ともにより成長促進的な関わりにつながり、それが子どもたちの将来に活かされるようになるのではないかと思う。

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11名（男性2名、女性9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として同研究会の大学生5名（男性2名、女性3名）を昨年度に引き続き配置した。

中には、初回から連続でメンターを務めた学生もおり、初めてキャンプに参加するメンター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一般社団法人ソーシャルメディア研究会の大学生に依頼した（右図参照）。

5月25日～26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メラ等を行い、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佐々木さんを中心に、学生での綿密な打合せ、面談の技能を習得する半構造化インタビュー講習会、オフラインキャンプ直前に実施したリスクマネジメント研修の実施など綿密な準備を重ねてくれた。



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、14名の参加者を3班に分け、参加者とメンターが基本的には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15～20分かけて、4日間（1～4日目）行った。

メンター面談では、最初は1対1の面談に恥ずかしがる子もいたが、プログラムを通じて、大学生との信頼関係ができていくと、子どもたちも日を追うごとに心を開いていき、自分の感情や考えを話すようになった。

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、参加者にいい印象を与えただけではなく、保護者からも、非常に高く評価されていた。

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。

佐々木 南〔メンター〕



今回のキャンプを振り返ってみると、子どもたちからたくさんのパワーをもらえたと思います。私にとって2度目のオフラインキャンプは、進行役として昨年とは違う立場で参加しました。一人の子どもと密に関われない分、キャンプ全体の変化を強く感じました。4泊5日の本キャンプを共に過ごす中で、7月のオリエンテーションでは見せなかった表情も現れるようになり、子どもたちの新たな一面を知ることができました。うちわで仰ぎあい協力して火の番をしたり、無口でも内心はとてもキャンプを楽しんでいたりと…毎日のふりかえりの時間では、真剣に自分と向き合う子どもたちの強さも見られました。その姿に私自身も勇気をもらえた気がします。参加者の成長のスピードは一人一人違いますが、このキャンプをきっかけにそれぞれが一步でも前に進めたのなら、とても嬉しく思います。今年もキャンプに関わることができて幸せでした。

赤松 七海〔メンター〕



私は今回初めてこのオフラインキャンプに参加させていただきました。はじめは緊張と不安でいっぱいでしたが、子どもたちと過ごしているうちにそれもほぐれていきました。キャンプ中に子どもたちの笑顔を見る度、私も楽しくなるし、どんどんこのキャンプに“はまって”いきました。最初は私と同じように緊張していたり、どこか不安そうだった子どもたちが、日を重ねていくうちに成長していく様子を間近で見ることができ、とても良い経験ができたと感じています。そして、そんな子どもたちを見て、私自身も頑張ろうと思えるきっかけになりました。誰かが成長しようと思うきっかけになれるくらい、このキャンプに参加した子どもたちはみんなとても大きなパワーを持っていると思います。だからこそ彼らにはこのオフラインキャンプでつけた自信を失うことなく、自分を信じて、これからの自分の道を切り開いて行って欲しいと思います。

北村 果林〔メンター〕



オフラインキャンプは子どもたちが毎日成長していくキャンプです。初めて会った時に心を開いてくれなかった子どもたちが、日を重ねるごとにたくさん話してくれるようになったり、笑顔が増えたり、今までできなかったことができるようになったり、そして、困っている人を助けようという優しい気持ちが表れたり、毎日子どもたちの成長が見られ、私自身もとても刺激を受けた時間でした。

リアルで「人とつながる」ということは当たり前のように思えて当たり前ではありません。子どもたちはリアルでつながれる人がいないことで、ネットにつながれる人を探しに行きます。しかし、今回のキャンプを通して子どもたちはリアルで人とつながることの楽しさ、そして自分はやればできるんだということを知ってくれたと思います。そして、この経験が子どもたちが変わっていくきっかけになってくれることを願っています。

真田 美和〔メンター〕



私はこのオフラインキャンプを通して、子どもたちとネットの関わり方についての考えが大きく変わりました。このキャンプに参加するまでネット依存傾向がある子どもたちは、ネットが楽しいから、また、ネットが好きだから、依存傾向にあるものと思込んでいました。しかし、このキャンプに参加して、子どもたちと関わり、彼らの生の声を聴いていく中で、リアルの世界で特に楽しいと思うことがないから、“楽しさ”をネットに求めていることがわかりました。実際フリータイムにスマホ部屋に行かず、キラキラした目でボール遊びや人狼ゲームに参加していた子どもたちの姿は、私の脳裏に焼き付いています。ネット社会に生きる私たちも、彼らからいろいろ学ぶことができた、密度の濃い5日間になりました。参加した子どもたちにとっても、この先、生きていく上で何らかの形で記憶に残る5日間になっていけばいいなと思います。ありがとうございました。

メンター・サポーターの感想

東等 有希〔メンター〕



今回オフラインキャンプに初めて参加させていただきました。4泊5日子どもたちと密に関わる中で、子どもたちの様々な変化を見ることができました。参加当初は、なかなか心を開いてくれなかった子も時間が経つにつれて、自分から自分の話をしてくれたり、他の子どもたちと仲良くなって、楽しく遊ぶ姿が見られました。

普段のスマホやネットの使い方について、同年代の子どもたちと一緒に考えることで、素直に自分のスマホやネットの使い方について考えることができていたと思います。また、キャンプ後のネットの使い方の目標を決めました。同じような状況にある子どもたちが多いからこそ、一緒に頑張ろう、一人じゃないと思って、キャンプ後も目標達成に向けて頑張ろうと思ってくれたと思います。このキャンプが子どもたちにとって最高の思い出になってくれたら嬉しいです。

豊福 しょう〔メンター〕



私はこのオフラインキャンプで、子どもたちが毎日成長し、変わっていく姿を見ることができました。参加した子どもたちは5日間、みんなで一緒にご飯を作ったり寝泊りを行い、リアルな世界を一杯感じ、いつでも笑っていました。個人面談を通して、ネット依存は単にゲームが好きという理由だけではなく、ゲーム以外の楽しさを知らない、楽しさを共有する友達がネットの世界以外にほとんどいないということが背景にあると知りました。ゲームが出来る時間がたった1時間しか与えられない5日間の中で、気付けば子どもたちは自ら別の楽しさを見つけ、自ら友達の輪を広げていました。みんなでつないだバレーボールや早朝の釣り、声を揃えて歌ったり浜辺でダンスをした時の楽しさをずっと忘れないで欲しいです。キャンプで培ったたくさんの思い出を胸に、今後子どもたちが少しずつでも自分と向き合い、夢を叶えられることを離れた場所から応援し続けたいと思います。

中津 和〔メンター〕



人とつながるオフラインキャンプでの子どもたちとの出会いが、子どもたちに寄り添える人になりたいという私の思いを強いものにしてくれました。キャンプでの子どもたちとの関わりを通して、子どもたちをネット依存から救うためには、オンライン以上に楽しいオフラインの世界を子ども自身が肌で感じる大切だと気付きました。人と人とのつながりのある活動を重ねるにつれて、一人一人の表情や発言から、全員がみんなとの空間を自分の大切な居場所に思っているように感じました。「大人—保護者—大学生—子ども」と、オフラインキャンプに参加した全ての人がつながっていたように思います。こんな風に人と人がつながる環境が、ネット依存から子どもたちを救う架け橋になると確信しました。私はこのキャンプに参加したことで、ネットの事実や子どもたちの本音を知ることができたからこそ、子どもたちに心から寄り添い、そんな環境を作れる人になりたいと強く思いました。

松本 健吾〔メンター〕



今年もオフラインキャンプにメンターとして参加させて頂きました。今年のキャンプで一番印象的だったのは一日一時間のフリータイムで、釣りやボール遊びなど外での遊びを楽しんでいた子が多かったことです。キャンプが始まったときは外で遊ぶ子も少なかったのですが、徐々に増えて行き、フォローアップキャンプでは釣り竿まで持ってくる子もたくさんいました。「他に楽しい事があればスマホやゲームが無くても大丈夫」と言っていた子がいましたが、本当にその通りだと感じました。参加してくれた子が今後もこの楽しさを忘れずにいて欲しいと思います。

最後に、このキャンプに参加して私自身もたくさん学ぶことができ、参加できて良かったと心から思いました。本当にありがとうございました。

三浦 星〔メンター〕



私はこのキャンプで人と真剣に向き合う大切さを学びました。キャンプに参加する前は、5日間を通じて子どもたちと一緒に成長しよう！という気持ちで参加しました。キャンプが始まると休む暇もないほど元気な子どもたちに圧倒されましたが、少しずつ個性が見えてくるようになり、それぞれの子への対応を真剣に考えました。正解がわからないながらも子どもたちと一緒に過ごすなかで、子どもたちは自分の意見を主張するだけでなく周りの子の気持ちも考えようとするなど、チームの中で仲間を意識することで、目に見えて成長が感じられるようになりました。子どもたちは一人一人違った個性を持っていて、それを壊すことなく受け入れてあげることが何よりも大切なのだと感じました。五日間のキャンプを終えて、このキャンプが子どもたちだけでなく、家族や周りの大学生にも大きなパワーを与えるものだと感じました。

彌永 真由〔メンター〕



私は今回が初めてのオフラインキャンプだったので不安や緊張もありましたが、子どもたちの成長を間近で見ることができ、とても貴重な経験となりました。

最初に会った時は不安そうで緊張している様子だった子どもたちが、自然豊かな家島でみんなと協力してご飯を作り、様々な活動をしていく中で徐々に信頼関係や絆も生まれ、不安も取り除かれ、キラキラと素敵な顔をするようになりとても嬉しく思いました。特に、担当していた参加者の子が「楽しかった。」と言って涙を流した姿は一生忘れません。5日間という短い期間ではありましたが、子どもたちの変化や成長をひしひしと感じられるこのキャンプに参加できたことを光栄に思っています。日常生活でもこのキャンプでの経験やたくさんの人との出会いが子どもたちのこれからの支えとなり、一歩踏み出す勇気となってくれたらいいなと心から思っています。

山本 美月〔メンター〕



私はこのキャンプに参加することで、子どもたちにとってネットやゲームはどのような存在なのかを考えることができました。子どもたちと話しをする中で「遊ぶ友達がいない」、「勉強ができないから」というような言葉があり、子どもたちにとってネットが逃げ場になっているということがわかりました。今回のキャンプでは、学校に登校できていない子もキラキラした表情で楽しそうに遊んでいました。それを見て、このキャンプが子どもたちにとって自分らしさを出せる安心できる「ネットより楽しい、場所だと分かりました。初日はずっとゲームをしていた子どもたちも、最終日はみんなとの時間を惜しみながら遊んでいました。

このキャンプを通して、子どもたち一人ひとりが少しずつ変わろうとしていることが伝わりました。すぐに変わることは難しい。だからこそ、このキャンプで感じたことを胸に、自分のありのままを出せる居場所を見つけ、一人ひとりのやり方で前に進んで欲しいと思います。

奥野 朝陽〔サポーター〕



今回のオフラインキャンプでは、キャンプを自分の居場所だと感じてくれた人が多かったように思いました。最初の2日間はギクシャクした子もいましたが、「席替えをしよう」「面談でこれを聞こう」という大学生の工夫のおかげで、子どもたちは少しずつ周りを受け入れ、「居心地がいい」「楽しい」と言った声を聞くことができました。警戒していた子たちも、実は人と仲良くなるきっかけを求めているように感じました。仲良くしたいけれど、どうすれば良いかわからない。そんな時に大学生が悩んで出したアイデアがきっと彼らのきっかけになったのだと思います。進行役として全体を見る立場だったからこそ、大学生の関わりを含めた参加者の心の変化を見ることができました。子どもたちが成長するきっかけづくりに大学生が一丸となって貢献できたことを誇りに思っています。彼らがオフラインの世界でも新しい人と繋がってたくましく生きてくれることを切に願っています。

藤城 美穂〔サポーター〕



子どもたちに初めて会った時は、元気いっぱいだなという印象でした。8月のキャンプ初日も、走り回ったり少し口の悪い子もいたり、かわいらしくもあると同時に、協力するプログラムが多い中で子どもたち同士上手くやっていけるのかという心配もありました。しかし、日が経つにつれて、子どもたちから「ありがとう」「お疲れさま」という言葉が増えたり、何か頼み事をすると快く引き受けられたり、頼む前に自分から率先して動いてくれることが増えていきました。その変化には、メンターの存在が大きかったと思います。メンターからもらった温かい気持ちが子どもたちの心に伝わり、次はその温かさを自分が誰かに渡したいと思うようになった結果が、言動に表れたように感じました。その様子を近くで見守ることができ、嬉しく思います。

子どもたちに伝わった温かさが、これから悩んだ時などの支えになり、子どもたちの背中を押せることを願っています。

松村 友慎〔サポーター〕



このオフラインキャンプは「自分の可能性」に気づくことができるキャンプだと感じました。キャンプ初日は、自分から話しかけられない、素直に気持ちを伝えられない子がたくさんいました。しかし、メンターや周りの大人が参加者と関わる中で子どもたちの表情や態度に良い変化がたくさん見られました。行動の面でも積極的に発言するなど前向きな様子が見られました。参加者の多くは日常生活の中で悩みや課題を抱えています。これまでの経験から「どうせできない」と劣等感や諦めのような気持ちを持っていました。しかしキャンプでいろいろな人と関わる中で、「自分にはこんなことができるんだ」と新たな自分に出会うことができたように感じます。「自分の可能性」に気づくことができたという経験は参加者にとってかけがえのないものだと思います。このようなキャンプに関わることができ非常にうれしく思います。関係者の皆様、本当にありがとうございました。

山田 佑奈〔サポーター〕



このオフラインキャンプは、子どもたちはもちろん、大学生にとっても心の拠り所になれたキャンプだったと思います。今回はサポーターという立場で全体の様子を見ていましたが、子どもたちは、仲間と一緒に活動することで段々と心を開き、自分の本音を話せたり、仲間との活動を楽しんだりできるようになっていました。そうなれたのは、一人一人を認める雰囲気を作っていたからだと思います。自分を認めてくれる人や場所があるということは、とても大切なことだと改めて痛感しました。また、大学生は、自分の目標に向かって頑張る子どもたちに逆に勇気をもらいました。大きな勇気とたくさんの笑顔をくれたこのキャンプは私の心の拠り所でもあり、頑張る力です。頑張る子どもたちに負けないよう、日々成長していきたいと強く思いました。本当に参加できて良かったです。このキャンプに関わってくくださった全ての方に感謝しています。ありがとうございました。

渡辺 鈴〔サポーター〕



私は昨年に引き続き、2年目の参加でした。そしてこの「オフラインキャンプ」は、参加したすべての人々が成長できた場だったのではないかと思います。

最初、子どもたちは大きな不安と少しの期待を込めて、キャンプに参加していたと思います。しかし、4泊5日での様々なプログラムを通して、子どもたちは少しずつ環境に打ち解け、私たち大学生に色々話してくれるようになりました。その中で、多くの子どもたちは現実の世界に課題があって、ネットやゲームの世界にのめり込んでしまうということを知りました。しかし、キャンプを通して、子どもたちはリアルの世界とネットの世界をどうすれば両立できるようになるかということを考えるようになり、最終的には将来に向けて前向きな言葉を聞くことができました。子どもたちはもちろん、私自身も成長することができたこのキャンプに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。

事業成果の評価と今後の展望

1 参加者がキャンプで日常生活のネット利用をふりかえり、行動を改善

キャンプでは、参加者が他の参加者や大学生と協力しながらプログラムを実施することで、リアルの充実を感じるとともに、日々のインターネット利用を見つめ直し、行動変容を促すきっかけとすることができた。

オフラインキャンプ後に、夜中まで友達とゲームをすることがなくなった、自分で立てた「夜12時までにはゲームをやめる」という目標を守っているなど参加者に一定の行動改善が見られた。

オフラインキャンプ後に実施した保護者アンケートでは、約6割が改善を実感し、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割が親子で話し合ったと回答した。

2 保護者プログラムの充実とキャンプ後の継続した支援

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となったことから、リアルの問題を解決するには、参加者だけではなく、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。

今回のキャンプでは、①オリエンテーション、②オフラインキャンプ(初日)、③フォローアップキャンプの3度の保護者会で、ネット依存外来を担当している精神保健福祉士から、保護者における子どもへの介入方法等について講義いただいた。参加した保護者は、講義後に家庭で実践し、その中で生じた問題点を次回の家族会で相談するなど、キャンプを通じた継続的な支援ができた。

今回のキャンプに参加した保護者の中には、オフラインキャンプを通じて知り合った医療関係者に、オフラインキャンプ後も相談するなど、保護者が対応に困らないように適切な医療機関への支援につなげることができた。

3 ネット依存の実態や回避・予防策の周知啓発

現在、青少年はスマホ、タブレット、ゲーム機などを通じて日常的にネットに触れており、県内青少年のネット依存割合は増加傾向にある。一方で、なぜ子ども達がネット依存に陥ってしまうかという実態については、一般的に知られていないことが多い。

このような中、当本部や兵庫県がネット依存が生じる実態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ため、参加者の個人情報に慎重に配慮しながら、保護者の承諾を得た上で、報道機関の取材を受け入れている。

4 今後の展望

これまでいえしまで実施していた「プレキャンプ」を神戸で実施する「オリエンテーション」に変更したり、保護者プログラムの充実を図るなど、効果的なプログラムの見直しはできた。今後は、限られた時間の中で、ひとつひとつのプログラムをより効果的に実施できるよう、事前事後のアンケートのあり方などの更なる見直しを検討したい。

参加者の募集については、教員研修会で本事業を紹介したり、報道機関に積極的に周知いただくなど、広報に力を入れた結果、昨年度よりも参加者は増えた。しかし、キャンプ後すぐに、今後のキャンプの実施予定に関する問い合わせもあるので、キャンプを必要とする人にしっかりと周知できるような、効果的な広報の手法についても引き続き検討していきたい。



人とつながるオフラインキャンプ2019 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

佐々木 南 赤松 七海 北村 果林 真田 美和 東等 有希 豊福 しょう

中津 和 松本 健吾 三浦 星 彌永 真由 山本 美月 奥野 朝陽

藤城 美穂 松村 友慎 山田 佑奈 渡辺 鈴

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 神崎 敏道 竹谷 貴子 大西 正子 笠井 信介 板村 裕美

河合 康裕 大田 君香

本事業の問い合わせ先

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 : <https://www.seishonen.or.jp/>