

令和5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°2023

## 報告書

令和6年3月



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

# 事業概要

青少年のネット依存防止の一環として、日常生活でのネット利用を見直したい青少年を対象に、ネットから離れて自然体験等を行うキャンプを実施し、ネット依存の実態や回避方策等を調査・研究し、広く啓発する。

## 1 成果目標

- (1) 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、リアルの実感を覚えるとともに、他の参加者や大学生との交流を通じて、自身のネット利用等の日常生活を振り返り、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、現実社会での様々な問題が原因となっていることがわかっており、問題の解決には参加者だけでなく家族で取り組む必要があることから、保護者会をはじめとした保護者向けプログラムのさらなる充実を図り、青少年のネット依存の予防方策等の研究を深める。
- (3) 関係機関の連携により、教育目的として、ごく普通の子どもがネット依存を回避し、ネットとうまく付き合うための方策を確立するとともに、関係者それぞれの役割を明確化し、持続可能な体制の構築に取り組むことで、他地域での実施を促進する。
- (4) 過去参加者アンケートを継続実施し、より正確な事業検証に基づく事業の改善や本事業の成果に基づく新たな施策の展開を図る。
- (5) 過去参加者がスタッフ（メンター・サポーター）や自身の経験を語る先輩としてキャンプに戻るシステムを構築することで、プログラムや個別エピソードの収集による事業検証の充実を図る。

## 2 日程

- (1) オリエンテーション 令和5年7月9日（日）
  - (2) 本キャンプ 令和5年8月16日（水）～20日（日） 4泊5日
  - (3) フォローアップキャンプ 令和5年11月12日（日）
- ※ 7月9日、8月16日、8月20日、11月12日は保護者同伴

## 3 場所

- (1) オリエンテーション 兵庫県学校厚生会館
  - (2) 本キャンプ
  - (3) フォローアップキャンプ
- } 兵庫県立いえしま自然体験センター



## 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年生～18歳以下)

## 5 参加費

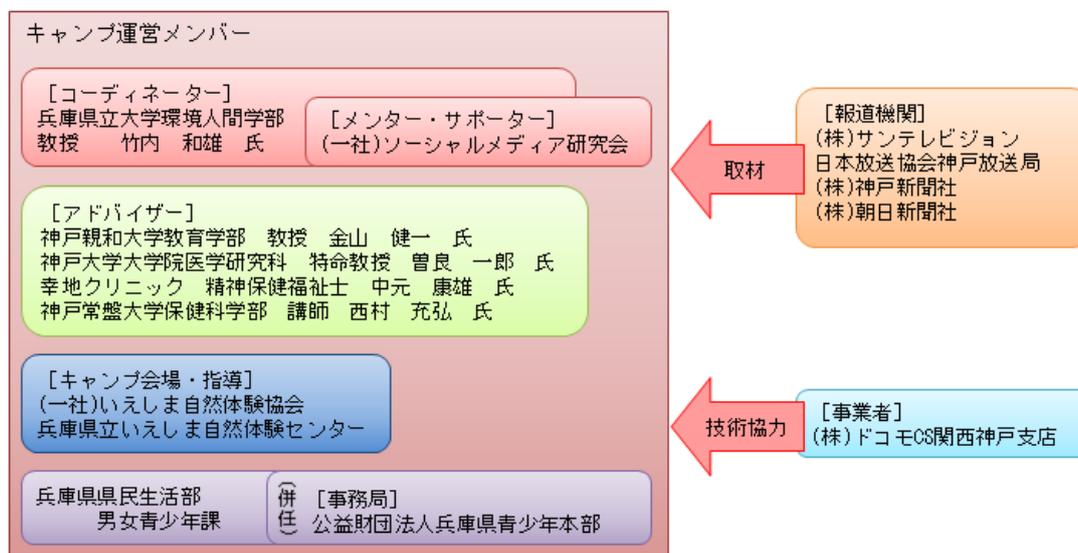
15,000円

※ 様々な家庭環境の青少年を受け入れるため、できるだけ低廉な額を設定

## 6 主催者等

主 催 (公財)兵庫県青少年本部、兵庫県、(一社)ソーシャルメディア研究会  
共 催 「青少年のネットトラブル防止大作戦」推進会議

## 7 体制図



## 8 特徴

- (1) 野外炊事やカヌー、キャンプファイヤー等の自然体験活動を中心に、人とのつながりを通じて、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日常生活を振り返るとともに、個人面談（①コーディネーター・アドバイザー面談、②メンター面談）を実施
- (3) 電波の届きづらい島の中で、ネットを利用できる環境（スマホ部屋）を整備し、1日1時間のフリータイムにスマホやゲーム機を「使うか」、「使わないか」を考え、選択できる機会を提供
- (4) 問題の解決には参加者だけではなく、家族で取り組む必要があることから、全3回の保護者会を開催し、ネット依存外来を開設しているクリニックの精神保健福祉士によるネット依存に関する講義や子どもへの関わり方の意見交換等を実施
- (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) キャンプをきっかけに変化した先輩を身近に感じてもらうため、過去参加者がキャンプに参加した経緯や思い出、現在の状況、参加者に対するアドバイスを伝える機会を提供

## 9 参加者

- (1) 本キャンプ 20名
- (2) フォローアップキャンプ 14名

(単位：人)

	小5	小6	中1	中2	中3	高1	高2	高3	合計
本キャンプ	5	6	3	1	3	2	0	0	20
フォローアップキャンプ	4	4	2	1	2	1	0	0	14

# プログラム

## POINT 1

### ■保護者プログラムの充実

問題の解決には、参加者だけではなく、家族で取り組む必要があることから、全3回の保護者会を開催した。会では、ネット依存外来を開設しているクリニックの精神保健福祉士によるネット依存に関する講義や子どもへの関わり方の意見交換等を実施した。

## POINT 2

### ■スマホ部屋の設置

電波の届きづらい島の中で、ネットを利用できる環境（スマホ部屋）を整備し、1日1時間のフリータイムにスマホやゲーム機を「使うか」、「使わないか」を考え、選択できる機会を提供した。

## POINT 3

### ■過去の参加者からのアドバイス

過去参加者がキャンプに参加した経緯や思い出、現在の状況、参加者に対するアドバイスをを行った。キャンプをきっかけに変化した先輩を身近に感じてもらえる機会を提供した。

## 1 オリエンテーション（参加者選考） 令和5年7月9日（日）

時	13			14				15			
分	15	30	45	0	15	30	45	0	15	30	45
	開会式			家族会				閉会式			
				ワークショップ							

…保護者向けプログラム

①家族会では、保護者へキャンプの目的や内容、ネット依存への講義を実施した。

②ワークショップでは、参加希望者の仲を深めるため、おりがみタワーや伝言ゲームを実施した。



## 2 本キャンプ 令和5年8月16日（水）～20日（日）

日	16	17	18	19	20
1日目	集合・乗船 姫路港 ↓ いえしま	移動	はじめの会	家族会	移動
2日目	朝食	チームビルディング	フリータイム	夕食	釣り
3日目	朝の集い	目標の共有 ふりかえり	海水浴 スイカ割り	夕食	坊勢島 買い出し
4日目	朝の集い	目標の共有 ふりかえり	カヌー	夕食	フリータイム
5日目	朝の集い	目標の共有 ふりかえり	写真立て づくり	夕食	おわりの会

…保護者向けプログラム  
…認知行動療法を取り入れたプログラム

①食事づくりでは、火おこしや下準備などの担当を決め、コミュニケーションをとりながら、楽しく調理した。



②メンター面談では、半構造化面接法を用いて、学生と参加者が毎日面談した。



③目標の共有・ふりかえりでは、認知行動療法の考え方を取り入れたワークシートを活用した。



④スマホ部屋では、インターネットを利用できる環境を用意し、参加者への選択の機会を提供した。



⑤フリータイムでは、カードゲームや釣り等で、参加者同士の交流を深めた。



⑥海水浴では、家島の豊かな海を楽しむとともに、スイカ割りで盛り上がった。



⑦カヌーでは、参加者と学生が力を合わせて、目標地点を目指した。



⑧キャンプファイヤーでは、このキャンプでの思い出や参加者自身のこと等を本音で語り合った。



⑨終わりの会では、保護者等が見守る中、ネットとリアルでの目標を全員が発表した。



### 3 フォローアップキャンプ 令和5年11月12日(日)

時	9				10				11				12				13				14				15				16				17				18							
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	0	15	30	45	0							
	姫路港集合 ↓ いえしま				魚釣り				移動				はじめの会				昼食				家族会				おわりの会				移動				いえしま ↓ 姫路港				解散式							
																	保護者面談																								メンター面談			
																	個人面談				昼食																							

…保護者向けプログラム

①魚釣りでは、釣り上がるたびに歓声が上がり、とても盛り上がった。



②昼食では、自分たちで釣った魚を調理し、煮魚やフライにして食べた。



③保護者面談では、保護者がコーディネーターやアドバイザーに現状や不安等を相談した。



④ふりかえりでは、本キャンプで設定した目標と現在の生活とを比較し、改めて今後の目標を設定した。



⑤おわりの会では、改めて設定した目標を自分の言葉で伝えた。



⑥解散式では、キャンプに関わった多くの人から応援の言葉が送られ、それぞれの生活に戻った。



# 青少年のネットトラブル防止大作戦推進会議

(公財)兵庫県青少年本部では、「青少年のネットトラブル防止大作戦」を展開し、青少年が安全に安心してインターネットを利用できるよう、青少年愛護条例の趣旨を踏まえ、様々な主体が連携・協働して、青少年等による主体的なインターネット利用のルールづくりの支援等を推進するとともに、インターネット利用に関する県民のさらなる関心喚起を図るため、保護者等を対象としたネットトラブルに関する学習及び啓発を強化している。

この目的を達成するための具体的な取組方策等を検討するため、関係機関・団体等で構成する推進会議を設置しており、本事業の実施にあたっては、事業検討委員会に位置づけ、事業内容等の検討を行った。

## 1 構成団体等

兵庫県立大学環境人間学部教授 竹内 和雄 氏【座長】	(株)サンテレビジョン
神戸親和大学教育学部教授 金山 健一 氏	日本放送協会神戸放送局
神戸大学大学院医学研究科特命教授 曾良 一郎 氏	(株)神戸新聞社
幸地クリニック 中元 康雄 氏	(株)朝日新聞社
兵庫県立神出学園	(株)ドコモCS関西神戸支店
(一財)野外活動協会	(一社)いえしま自然体験協会
淡路市ICTクラブ協議会	兵庫県教育委員会事務局教育企画課
A-TECあわじ次世代テック推進会	神戸市教育委員会事務局学校教育部学校教育課
兵庫県PTA協議会	兵庫県警察本部サイバーセキュリティ・捜査高度化センターサイバー企画課
阪神南こころ豊かな人づくり委員会	兵庫県警察本部生活安全部少年課
東播磨青少年本部	兵庫県県民生活部男女青少年課・ (公財)兵庫県青少年本部【事務局】

## 2 会議開催

- 第1回 日時：令和5年5月15日(月) 9:30～11:30  
場所：兵庫県学校厚生会館3階西会議室  
内容：オフラインキャンプ事業計画 等
- 第2回 日時：令和5年10月2日(月) 9:30～11:30  
場所：兵庫県学校厚生会館3階西会議室  
内容：オフラインキャンプ実施状況 等
- 第3回 日時：令和6年2月19日(月) 9:30～11:30  
場所：兵庫県学校厚生会館3階西会議室  
内容：オフラインキャンプ実施結果 等

## 1 はじめに

今、子どもとインターネットは、大きな転換期を迎えている。

まず重要なのは、インターネット利用の急激な低年齢化があげられる。私に関わっている内閣府の調査では、2歳児のインターネット利用率が6割を超えている。これまで私たちの国は、「インターネットは危険なので、できるだけ遅く子どもたちにインターネットを与えよう」としてきたが、もはや乳幼児期からネット利用している現状がある。また同じ調査では、スマホ所持が急増する時期が前倒ししていることもわかっている。令和元年度の調査では、スマートフォンを親と共用する割合を自分専用を所持する割合が逆転するのは12歳であった。巷では「中学校になったらスマホ」が一般的であったが、令和4年度調査では10歳で逆転する。しかも、所持率は6割を超える。「小学校高学年になったらスマホ」に世の中が変わってきていることがわかる。

さらに、この動きに拍車をかけているのは、政府が打ち出しているGIGAスクール構想である。2019年から小学校1年生が学校で情報端末を文房具として活用するようになった。もともとは5年の準備期間を経てからの実施のはずであったが、コロナ禍で社会全体のインターネットの恩恵を受けるようになり、当時の政府が前倒しの判断を下した。学校で小学校1年生が情報端末を活用する時代なので、「使わせない」とは言えない状況である。

社会全体が「禁止・制限」から「利活用」に大きく舵を切っている時期である。まさに歴史的な転換期である。そういう時期に実施したオフラインキャンプであるので、考えなければならぬことはこれまで以上に多かった。

このキャンプは、8年前に兵庫県青少年本部とともに、年々深刻になる子どもたちのネットの長時間利用解決のために始めたものであるが、当時は、「スマホの危険から子どもたちを遠ざけよう」という意図で参加を促す保護者が多かった。もっとわかりやすく書くと、当時、参加を促した保護者の多くは、我が子に「ネット断食」、つまり「ネットを一切使わせない」を求めていた。しかし私たちは、そういう方針を示さなかった。

オフラインキャンプの大きな特徴は、「1日1時間、スマホ部屋でスマホが使える」ことである。キャンプを行う、家島諸島の西島は、ネット環境が劣悪だが、NTTdocomoの協力で、スマホ部屋に増幅器を設置してもらい、ネット環境が抜群である。私たちの意図は、「葛藤の中で、子どもたちにネット利用について考えさせたい」というものだったが、当時の保護者は「禁断症状が出た子のための部屋」くらいの認識が多かったようである。私たちの説明不足もあるが、当時の保護者にとっては、いくら説明しても理解しがたかったのかもしれない。「葛藤の中で学ぶ」とは、使える環境でネットを利用するかどうか、自分で考えることである。保護者にはいくら話しても伝わらなかった。保護者がそういう感じであるから、子どもたちにはもっと伝わりにくかった。「1時間だけなんて無理」「スマホ利用をとやかく言われたくない」、そんな声が多かった。

時代が流れ、インターネットを利用すること自体は推奨すべきことになった。しかし、子どもたちの課題がなくなったわけではない。そういう時代の大人として、子どもたちにインターネットの関わり方をどう伝えていくべきか、簡単なようで難しい問題である。

## 2 今年度のオフラインキャンプ

場所 いえしま自然体験センター

日程 2023年8月16日～20日

### (1) 場所

これまで通り、いえしま自然体験センターで行った。ここは海を満喫できるので、非日常を体験するには好都合である。また、慣れたスタッフの方々が臨機応変に対応してくださるので、スムーズに進行することができた。

しかし、海の天候は急変することも多く、計画が特に難しい。海水浴、カヌー、坊勢漁港への買い出しなど、「海」に左右されることが多いが、天気情報、周辺の状況等を勘案して、的確なスケジュール調整に対応してくださるので、助かった。また、参加者は、キャンプの特性上もあり、心身の不調を訴えることが多い。そこへの対応含めて、臨機応変さが求められるキャンプなので、慣れた施設で、柔軟なスタッフに恵まれることは非常に重要である。

### (2) 日程

参加者にとって、部活動などの日程とかぶりにくいので、盆明けのこの時期が良いようだ。部活動等に参加できなくなった参加者が多いとはいえ、保護者としても、休む前提で予定を立てづらいので、そういう予定から解放されることが多いことを考えるとこの日程が望ましいと考えている。ただ、参加者が坊勢漁港に買い出しに行く日が定休日にぶつかる、例年この時期に天候が難しいことなど、課題も山積している。ケースバイケースで臨機応変に対応していくしかない。

## 3 今回のキャンプで見えたこと

### (1) スマホ部屋

このキャンプの特徴の「スマホ部屋」は、重要な意味を持った。1日1時間、子どもたちはフリータイムに「スマホ部屋」でネット利用をすることを許されているのだが、その時間をどう使うかを葛藤の中で考えていた。

この時間は、スマホ等のネット利用をするための時間ではなく、フリータイム、つまり何をしてよい時間である。子どもたちは、この時間を思い思いに活用している。トランプ、釣り、ギター、雑談…。子どもたちの意向に応じて大学生は一緒に時間を過ごす。

一部は、スマホ部屋に行ってYouTubeをみたり、SNSに書き込んだり、ゲームをしたりする。大学生はネット利用をさせないような言動は絶対にしないルールになっている。この時間に何をするか、葛藤の中で選び取ることが重要だと考えているからである。乳幼児からのネット利用が当たり前になってきた今、このような選択は非常に重要である。

今年度も初日は利用者が多かったが、日が経つにつれて利用者が減っていった。大学生メンターや参加者と仲良くなるにつれて、スマホ部屋でのネットよりも仲間とのトランプやギター演奏等を選んだ参加者が増えた。

一方、毎日少しだけスマホ部屋に来ては帰っていく参加者がいて、聞いてみると「連続ログイン記録を途切らせたくないから」と言う。毎年、こういう参加者がいる。ゲーム会社が利用者獲得のためにしていることだと思うが、非常に有効に機能していることがわかった。このあたりの仕組みについて、大人は知っておく必要があるだろう。

## (2) 応募者、参加者から見たこと

### ア 応募者からわかったこと

8回目の実施だが、参加者層が大きく変化してきている。当初は高校生主体であったが、どんどん低年齢化して、小学生が多くなっている。また、家でのネット利用は「オンラインゲーム」と答える場合が多い。

子どもたちのSNS利用は、実はある程度落ち着いてきているようで、「夢中でやめられない」というケースはむしろ珍しく、課題がゲームに絞られてきた印象がある。

### イ 日常生活への浸透

面談等での子どもたちとの会話から、彼らの生活にネットが今まで以上に浸透している印象が強まった。子どもたちにとってネットは、特別なものではなく、生まれたときから当たり前前に存在している。テレワーク、オンライン授業、ネット通販、キャッシュレス購入等、日常生活に驚くほどのスピードでネットが浸透している。そういう状況を踏まえて、子どもたちの課題について考える必要がある。子どもだけの課題ではなく、社会全体の課題として捉えるべきだろう。

## (3) 課題のありか

ネット利用が過度になってしまった結果として、いわゆる「ネット依存」のような状態になってしまった参加者は実はあまりいない。大きく2つの場合が見えてきた。

### ア 家庭の課題

参加者と話していて、まず課題として気づくのが、保護者との関係性である。保護者との関係性が良好な場合は、ネットについての取り決めはスムーズにできるが、崩れてきたときに親子関係の課題にネットが急浮上してくる、という場合が多い。つまり、ネットが最初から課題という家庭は少なく、親子関係がおかしくなってきた、結果として子どものネット利用が課題になる場合が多い印象である。

### イ 本人の課題

自分自身で課題を抱えてしまったときの「逃げ場」がネットになっている場合が多い。「勉強がうまくいかない」「友達とけんかした」「部活でレギュラーになれない」など、自分では処理しきれないことが起きてしまったとき、ネットに逃げ込んでいる場合が多い。参加者は目を背けたい気持ちが強いが、そこを解決していく方向性が見えてこない、好転しないことがわかってきた。メンター面談、私との面談と1日の多くの時間を面談に費やしている中で課題が浮き彫りになってくる参加者は、ずいぶんと良い方向に向かっている。

さらに、今年度見えてきたのは、発達特性で、ネットに強いこだわりを持ってしまうことも多い。このあたりは研究が必要な分野だろう。

### 3 課題と展望

コロナ禍の中のオフラインキャンプが3回目だったが、課題が見つかった一方、新しい気づきも多くあった。成果と課題を記載する。

#### (1) 成果

##### ア 面談時間の確保

キャンプの目的のため、面談時間の確保は絶対条件である。参加者は、メンター面談30分に加えて、私とも毎日面談している。その中で自分の課題とも向き合うようになるが、それでも時間が足りない。メンターからは、「中高生は1日に2回くらいの時間が必要」という声も多いが、小学生がもたない可能性もある。このあたりは、成果でもあるし、課題でもあると考えている。

##### イ 楽しい時間の共有

キャンプも8回目を迎えて、スケジュールが洗練されてきた印象である。自炊、カヌー等、同じことをやっても、学生メンターの働きかけの重点が変わってきたので、ずいぶん印象が変わってきている。具体的には、大学生が最初から補助するのではなく、参加者が困ったり、支援を求めてきたりしたときに手を差し伸べることである。学生や大人の「待つ姿勢」が何より重要である。

#### (2) 大学生への事前トレーニングの重要性

年々、大学生メンターの役割が重要になってきていると感じる。

最初の理由は、参加者が自分で自分のネット問題について、最初から改善したいと思っている場合が多いことである。明確な改善の意思を持っているので、大学生に具体的な相談をしてきている場合が多い。そのため、「一緒に楽しむ」「参加者に寄り添う」等の基本的なスタンスさえ事前に確認しておけばよかったが、最近は具体的なネット利用の改善方法の具体的な提案まで求められるようになってきている。

もう一つの理由は、参加者の低年齢化である。以前に多かった高校生の場合、ある程度自分で考えたうえで行動していることが多かったが、小学生などは自分でもよくわからないまま、何となくインターネットに傾倒していつている場合が多い。そこへ切り込んでいくのは、難しい。

このあたりが今後重要になってくる。一般的にインターネットをやめられない子の中には、発達に偏りがある子が多くいることはいろいろな場面で指摘されていることである。これまでの取り組みでも、そのことには私たちも感じているので、そういうことに対する事前研修会も必要だろう。

これまでも、キャンプを迎えるまでに、大学生は面談のためのワークショップだけでなく、子どもたちとの接し方、各アクティビティで配慮すべきこと、班編成上の課題等について、事前に打ち合わせを20回以上行ってきたが、さらに課題が増えている。

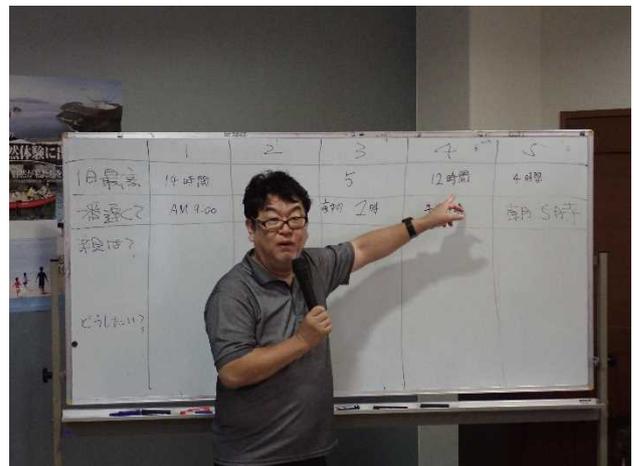
### (3) 認知行動療法

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ている。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ているが、年を重ねるにつれて、よりよいものになってきた。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できるようになってきている。来年度以降、さらに良い形にしていきたい。

また、これまでの活動の中で、オフラインキャンプは、「集団精神療法」のかたちをとってきている。このあたりを明確にしていくことも必要である。

### (4) 卒業生の存在

今回のキャンプも、昨年度に引き続き、以前のキャンプの参加者（以下、「卒業生」）が何人かキャンプに参加してくれた。「卒業生」が自分の言葉で、自分がキャンプで何を感じ、今どうやって過ごしているかを、参加者に伝えてくれた。「キャンプでみんなの前で目標を話したから、目標実現のために頑張った」「大学生に協力してもらってルールができたのがよかった」。自分と同じ境遇だった「先輩」が、課題を克服してきた過程を、胸を張って語る姿は彼らの希望になった。長く続けてきた意味と感じているので、今後も継続していきたい。



## 1 はじめに

「人とつながるオフラインキャンプ」は、コーディネーターの兵庫県立大学竹内和雄教授、そしてソーシャルメディア研究会の大学生らを中心として、ネット依存傾向にある小中高校生に対する集団的取り組みがメインである。今回の「オフラインキャンプ2023」においても、筆者はそのサポート役として、参加する子どもたちの家族の相談援助や心理教育といった家族支援に従事した。本キャンプの特徴は、メインは言うまでもなく、ネット依存傾向にある子ども達の支援であるが、生活を共にする家族に対する相談支援も並行して行っている点である。

## 2 「オリエンテーション」での家族教室の意義

オフラインキャンプに応募・参加する家族の思いとして、ネット利用によって日常生活が乱れがちな我が子に健全な学生生活を取り戻して欲しいという強い願いがある。また、家庭内での長時間のネット利用は家族関係の不和までもたらししてしまうため、その改善への期待が大きい。ただ他方で、昨今のICT普及は目まぐるしく、教育現場でGIGAスクール構想が進む中で、子ども達のネット利用に制限をかけることも困難である。こうした状況でオフラインキャンプのような短期間の取り組みで、子どもの生活が改善するのかという強い不安もある。

「オリエンテーション」では、こうした家族の期待と不安が入り混じった状況を真摯に受け止め、一つずつ問題を整理していく意義はとても大きい。このキャンプに参加される家族の特徴は、以前も指摘したが、そもそもネット利用に制限を設ける目的であるオフラインキャンプへの参加を、わが子に提案でき、その提案を子どもが受け入れるだけの家族関係が保たれていることである。筆者は普段の業務において、家族の関係が悪化した患者やその家族への対応が多い。その点、家族の関係性が保たれていることは、今後の家族による働きかけ次第で、子どもたちの行動に変化をもたらす可能性が高い。

したがって、「オリエンテーション」での家族教室では、家族の思いに寄り沿いつつ、「行動嗜癖」としてのネット依存についての基本的な説明を丁寧に行った。子どもたちがネットにハマるのは、単なる怠惰や享楽というより、むしろ子どもたちなりの日常生活におけるフラストレーションの解消であり、生きづらさの現れとしての「自己治療」的な利用という意味合いが強いことを解説し、したがって、強引なネット利用の制限や禁止といった介入は、今までにない強い反発として返ってくることを伝えた。講義後は質疑応答で家庭での困りごとを汲み取り、対応法について助言を行い、家族の不安の解消に努めた。

## 3 「本キャンプ」とその後の家族の変化

8月の「本キャンプ」では、夏休みも中盤を過ぎて後半に差し掛かり、子どもたちの生活が乱れがちな時期であるため、参加家族の表情はやや不安気な様子が散見された。ただ、参加決定した子どもたちはほぼ全員が参加しており、子どもたちなりの問題意識の現れといえる。

本キャンプの家族教室では講義形式ばかりにせず、「ネットに依存する理由」を知るワークを取り組んでもらった。その上で本キャンプ最終日に、どのような働きかけが有効かグループで意見交換する機会を持った。子どもにとっての「止められない」理由について理解を深め、「オリエンテーション」で行った「自己治療」的な利用について確認した上で、現時点での家族としての心配や困りごとを拾い上げ、子どもたちの緊張度が高まる二学期開始前後の関わり方の注意点を伝え、子どもとの対立場面を最小限に留めるように助言を行った。

3か月後の11月の「フォローアップキャンプ」では、まず集合場所の姫路港で8月にキャンプ生活を共に過ごした仲間たちとの再会を喜び合う子どもたちの姿からスタートした。参加家族の姿を見渡すと、表情がとても穏やかであったのが印象的であった。当然、本キャンプ終了後、日常生活の改善を果たして順調に登校できた子どももいれば、なかなか安定した生活が実現できなかった子どももあり、変化は様々であった。しかし、大半の家族の表情に余裕が感じられたのは、本キャンプ以降子どもとの関係を悪化させることなく、過ごせた現れであろう。

そこで家族教室では、ネットの依存など「行動嗜癖」の問題は、一進一退がつきものであることを伝え、子どもの行動習慣の改善を周囲が焦らないことの重要性を説明した。そして、日常場面を想定したワークを用いて、子どもとの関係を悪化させない介入のタイミングと効果的な声掛けの練習を行い、適宜筆者が助言を行ったことで、今後の子どもとの関わりに対する自信にもつながった様子であった。最後の解散式ではオフラインキャンプを通してのわが子の「成長」を窺い知る機会となり、その姿を見て、子どものネット依存云々に関わらず、家族としての「成長」の喜びと感動を共有されていた様子がとても印象的であり、兵庫県のオフラインキャンプの魅力が再確認できたと思う。

#### 4 課題と展望

以上、今回のオフラインキャンプも多くの参加者があり、子ども達のみならず、家族も変化と成長が確認できたといえる。そうした成果は、多くのスタッフやメンターの大学生たちが従事し、手厚いフォローがなされたことで実現できたものである。

それは反面として、参加の人数を決めざるをえず、今回も残念ながら運営の都合上、応募者全員のフォローができなかったのは心残りである。それだけネットに依存する子どもや、その対応に苦慮する家族が増えている現れであり、このオフラインキャンプという取り組みへの期待の大きさが窺える。したがって、多くのネット依存傾向のある青少年やその家族に対する幅広い支援の提供が、今後の課題となってくるのは言うまでもない。

しかし、オフラインキャンプのような手厚い実戦的な取り組みの実績の蓄積があつてこそ、青少年のネット依存問題に役立つ介入の手掛かりが見つかるといえる。この「人とつながるオフラインキャンプ」による我々の貴重な経験が、全国の生きづらさを抱えた青少年の支援に役立つことを信じ、この取り組みが途絶えることのないように尽力していきたいと思う。



# メンター・サポーターの果たした役割

## 1 関心の高い学生

メンターには、コーディネーターの竹内教授のもと、ネットとの関わり方を学生の立場で青少年とともに考える取組を行っている、(一社)ソーシャルメディア研究会の学生に依頼した。

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学生を配置した。

今年度が初参加となる学生が多かったが、昨年度のキャンプに参加した学生もあり、初めてキャンプに参加する学生にとっては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(一社)ソーシャルメディア研究会の学生に依頼した。

5月27日～28日には、キャンプ会場であるいえしま自然体験センターにおいて事前研修を実施し、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、コミュニケーションのための食事づくり等を行い、事務局や施設の職員も含めた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。リーダーを中心に、オンラインミーティング等を活用しながら、綿密な準備を重ねていただいた。

## 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、20名の参加者を5班に分け、メンター1名につき、参加者1～2名の構成とした。メンター面談については、毎日行った。最初は1対1の面談に慣れない様子を示す参加者もいたが、プログラムを通じて、学生との信頼関係ができていくと、日を迫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。メンター面談の時間が一番楽しかったとの声も聞かれた。

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、参加者によ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・サポーター全員にキャンプの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、参加者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。



## メンター・サポーターの感想

### 池山 晃太郎（リーダー・サポーター）

私は昨年度に引き続き、2年目の参加でした。今年度は学生リーダーとしての参加だったので、昨年度とは違った角度でオフラインキャンプと向き合うことができました。総合して一番感じたことは『学生が楽しむことが子どもたちが楽しむことに繋がる』ということです。子供を楽しませる、ということに注目しがちですが、まずは学生が思い切り楽しむことで、その空気が子どもたちにも良い影響を与え、目の前にある環境を目一杯楽しむことができると学びました。このような貴重なキャンプが来年度以降も続いていくことを心からお祈りします。

### 竹山 美空（メンター）

子どもたちの人生について真剣に考え、全身全霊で向き合った4泊5日間でした。学校生活で苦しい思いをしていて、自分の人生に諦めかけていた子が、「キャンプで子ども同士や大学生と絆を深めたりしたことで、“世界は広いんだ。今は苦しくてもこれから先きっと報われる時が来る”と希望を持つことができた」という言葉を伝えてくれたことがとても嬉しかったです。一方で、今の自分にまだ足りない部分に数多く気づかされるきっかけにもなりました。1年かけて成長した自分で、来年もまた子どもたちを迎え入れたいと強く思いました。

### 笠井 英見（メンター）

4泊5日リアルな世界でたくさんの体験や協働作業を通して、子どもたちと共に笑い、泣き過ごした時間はこの夏の宝物です。1日30分行われるメンター面談で、キャンプのことや普段なかなか打ち明けられない思いや悩みについて一緒に考え、話す時間はかけがえのないものでした。解決することを目的にするのではなく自分の感情の共有・抱え込まなくてもいい場所だと思ってもらえるように取り組みました。この先、壁にぶつかることがあるかもしれませんが、そんな時はこのキャンプのことを思い出して前に進んでほしいと思います。

### 岸本 麻由（メンター）

私は2回目の参加でしたが、去年メンターをした女の子が今年も参加してくれ、成長した姿を沢山見ることができ、感銘しました。今回メンターをした2人は、どちらもしっかりしており、副リーダーの私のサポートまでしてくれるようなとても良い子達でした。勉強や学校生活に悩みを持っているようで、スマホとの両立について一緒に考えることができました。日が経つにつれ、子どもたちとの間に信頼関係が生まれ、慕ってもらえたことが何よりも嬉しかったです。彼らの生活や考え方が少しでも良い方向に進むことを願っています。

### 大坪 聖（メンター）

今回のオフラインキャンプを通して感じたことは、多くの方々に支えられて開催されているのだと改めて実感することのできたキャンプでした。多くの方々に支えられているから、私たち大学生は子どもたちのことを考えることに集中していられたと思います。普通の大学生をしていればこのような経験をするのもなかったと思いますが、このキャンプに参加したことによって、自分自身の成長に繋がったと強く感じています。このキャンプに参加できたことが光栄に思い、多くの方々に感謝の気持ちがあります。ありがとうございました。

### 宮家 佑奈（メンター）

私は初めてオフラインキャンプに参加させていただきました。初めての経験でどのように子どもたちと関わっていけばいいのかが分からず、不安な気持ちになることもありましたが、キャンプ中に見せてくれる子どもたちの笑顔や何気ない一言で私自身が救われた場面が沢山ありました。少しずつ変化していく子どもたちの姿を目の当たりにすることができて本当に嬉しかったです。フォローアップキャンプまでの約8か月間全力で子どもたちと向き合うことができるとても良い経験になりました。

### **眞鍋 優也（メンター）**

私はオフラインキャンプに初めて参加しましたが、この4泊5日間は子どもたちの成長に驚かされてばかりでした。このキャンプで、子どもは1人1人何かしらやりたいことや目標を持ち、それを成し遂げるために試行錯誤して、達成できた時の達成感やできなくても次どうしたらできるのかを考えていました。その姿は、本当に“チャレンジする”という言葉が体現されていると感じました。この経験が子どもたちにとってこれから様々なことに“チャレンジする”ための心の支えになればと思います。

### **倉知 更良（メンター）**

オフラインキャンプは子どもも大学生も成長できる場です。5日間のキャンプは子どもたちのことで沢山悩みました。それでも、子どもたちに真摯に向き合ったことで、担当した子どもは目に見える成長を遂げました。1人の子は人前で話せるようになり、もう1人の子は楽しくなかった学校生活が明るくなったとフォローアップキャンプで教えてくれました。そして私自身も、もともと子どもを苦手な思っていたが、最後には別れの涙を流すほどでした。このように、オフラインキャンプには人を変える力があり、今年参加できて本当に良かったです。

### **林 咲良（メンター）**

思い通りにできないことやどう接すればいいのか分からないこともありましたが、そのたびに試行錯誤し、子どもと向き合うことができた4泊5日間はとても貴重な経験だったと感じます。子どもたちが周りの仲間や大学生との交流やメンター面談などを通して自身の生活の課題を見つけ、自分の言葉で目標を発表していた姿にとっても勇気をもらいました。子どもたちが私たちを「いつでも話を聞いてくれて、絶対に自分を否定しないお兄さん・お姉さん」という安心できる存在だと思っていてくれたら嬉しいです。

### **東尾 悠以（メンター）**

教師を目指しているので、学校内の様子を目にしたり接したりする機会は多かったけれど、今回学校外の様子やどういったことを考えているのかを知ることができて貴重な経験になりました。担当の子でなければ何か問題を抱えているように思えなかったのが、学校でも1人1人が生き生きできるようになるには、今回のメンターのようにしっかりとその子自身に向き合い、認めることが重要だと感じました。このような経験から自分にもどんな教師になりたいかが明白になり、子どもを支えているつもりでいたけれど、自分自身も成長したことに気づきました。

### **永瀆 杏華（メンター）**

本キャンプ、そしてフォローアップキャンプは本当に楽しかったです。本キャンプでは、子どもたちの中であまり人見知りのない子や2回目の参加の子が、話すことが苦手な子に声をかけたりと、意識的なのか無意識なのか子どもたちは優しさで溢れていて、どんどん仲良くなり、学生も巻き込まれていったようでした。私が担当した子は感情をはっきり示す性格ではなかったのですが、本キャンプの最後に泣いてしまいました。その様子を見て、5日間楽しんでくれたことを実感することができました。貴重な機会をありがとうございました。

### **仲本 ころこ（メンター）**

私が2023年のオフラインキャンプに参加しての感想は、第一に悔しい思いが強いです。私は、体調不良により本キャンプに参加できず、フォローアップキャンプでしか子どもたちと関わることはできませんでした。フォローアップキャンプでは、少しの時間でしたが子どもたちとなるべく話をしようと思い、たくさん関わることを意識して頑張りました。すると、最後には手紙をくれた子や「来年は一緒にキャンプ行こうね!」と話してくれる子もいたり、とても嬉しい言葉をたくさん子どもたちにかけてもらいました。嬉しい気持ちと同時に、本キャンプに参加できていればという気持ちも大きく、悔しかったです。来年もぜひ参加したいと思っているので、来年こそは今年の悔しさを晴らせるように頑張りたいと思います。

### **前平 紬希（メンター）**

自身は、初参加の子どもと複数回参加してくれている子ども2人をメンターとして担当させていただきました。複数回の参加を通し、新しい姿を見せてくれたことが感慨深く、オフラインキャンプが子どもの人生に与える影響の大きさを実感いたしました。過去のキャンプでの出会いが長い時間子どもを支えるといった、キャンプが繋ぐ縁を感じることもできました。初参加の子どもも「また来たい」と言ってくれて、子どもたちが帰ってこられる場所としてキャンプを守り続けたいと感じました。貴重な体験をさせていただきありがとうございました。

### **梶原 純夏（メンター）**

私はオンラインキャンプに参加して2泊3日だけでしたが子どもと寄り添うことができました。私は将来、特別支援学校の教諭を目指しているのですが、子どもにどう寄り添い、どのような声かけをしたら良いのかを考えることができました。やはり不登校の子どもであったりすると言葉の使い方や言葉の声かけを考えるの、で自分が教師になったときに声をかけ方を学べてよかったです。

### **木村 百花（サポーター）**

参加した子どもたちが最後の目標発表で堂々としている姿を目にして、彼らにとって良い思い出になっていると確信しました。2023年夏の思い出を聞かれると「オフラインキャンプ！」と答えてしまうくらい、子どもたち、また彼らのメンターのおかげで、サポーターの私にとっても濃い時間でした。メンターと共に子どもたち一人一人が少しずつ変わっていく場面に、サポーターとして沢山遭遇することができ、本当に微笑ましかったです！

### **米満 美雅（サポーター）**

私にとって2度目のオフラインキャンプで、今回はサポーターとしての参加でした。子どもたちと深く関わる機会は少なかったものの、何事にも一生懸命に取り組む姿や「ありがとう」という言葉にたくさん力をもたらしました。また、個人的に嬉しかったのは、昨年メンターを担当した子が今年も参加してくれ、「去年のキャンプをきっかけにこんなことを頑張っている」と直接報告してくれたことです。オフラインキャンプでの経験を支えに、子どもたちが自分のペースで素敵な人生を歩んでくれることを祈っています。ありがとうございました。

### **松田 胡桃（サポーター）**

今回、3度目のオフラインキャンプへの参加でしたが、4泊5日という短い期間での子どもたちの成長には毎年驚き、その姿に勇気をもらいます。今年は4日目の夜に、みんなでキャンプの終わりを名残惜しそうにしながら、感謝し合っている姿が印象的でした。そんな素敵な子どもたちと関わらせていただけたこと、とても嬉しく思います。ありがとうございました。これから子どもたちが、人生で立ち止まったり迷いそうな時に、このオフラインキャンプでの経験が、少しでも支えになったり背中を押すような存在になってくれることを願っています。

### **八幡 璃音（サポーター）**

去年は本キャンプに参加することが叶わず悔しい思いをしましたが、今年は全日程参加して子どもたちの成長を見ることができたことが何よりも嬉しかったです。また、自分にできること、自分に与えられた役割の意味を考えて動くことで、子どもたちのためにできることが見えてくるだけではなく、自分自身が今後何かに挑むときにその姿勢や行動力などに反映されるような大きな学びを得られました。子どもたちのためにと行って行動していたはずなのに、いつのまにか子どもたちのおかげで自分自身の成長にも気づくことのできたキャンプでした。

# 事業成果と今後の展望

## 1 事業成果

- ・大自然の中で全力で活動する楽しさや、現実世界で人とつながることの良さを参加者自身が感じ、考える機会を提供することができた。
- ・1日1時間、好きなことができるフリータイムの中で、スマホやゲーム機を「使うか」、他の遊びをするかを自分自身で考え、選択する機会を提供できた。
- ・ネット問題や参加者との関わり方について、家族会やコーディネーター等との面談など保護者プログラムの実施により、参加者だけでなく家族で考えることの重要性への理解を深めることができた。
- ・過去参加者が先輩としてキャンプに戻り、参加経験者でしか語ることができない思いや経験を伝える機会を通じて、今後の自分の姿を具体的にイメージするきっかけづくりにつなげた。

## 2 課題と今後の展望

- ・定員20名のところ、45名の応募があり、キャンプに参加できない申込者がいたことから、これまでに培った知見やノウハウを横展開し、多くの自治体や団体で実施できるように広く啓発をする必要がある。
- ・過去参加者アンケートの結果を分析し、より良いキャンプのあり方を引き続き検討する。
- ・過去参加者がスタッフ（メンター・サポーター）や自身の経験を語る先輩として、参加者へ語る機会を設け、キャンプを通じて意識や行動が変わったきっかけをリアルな声として参加者に届け、刺激を与えられるような取組を継続する。



人とつながるオフラインキャンプ2023  
報告書

令和6年3月

公益財団法人兵庫県青少年本部企画部（県民運動担当）

〒650-8567 神戸市中央区下山手通5-10-1 兵庫県県民生活部男女青少年課内

Tel : 078-362-3142

E-mail : danjoseishounen@pref.hyogo.lg.jp

Web: <https://seishonen.or.jp/honbu/>