

ふるぎの宝

里山

つるがしまの

子ども達は自然体験で
大きく成長します

自然体験の大切さについて

NPO 法人つるがしま里山サポートクラブ

子ども達の自然体験のすすめ

森と自然を活用した保育・幼児教育の非認知能力の重要性

人は2つの能力を持って生まれるそうです。1つは、天から与えられた才能で(非認知能力)、2つは、社会的知識などを学ぶ才能とされています。

天から与えられた独自の才能は、創造力、イメージ力、疑問を持つ能力、問題解決能力、コミュニケーション能力等で、自然の中で能力が高まります。

子どもの頃からの自然体験は、個人や集団が自然環境で直接ふれあい、学び、体験する事によって、成長に多くの利点をもたらすとされています。



ツリーイング

ハンモック

綱渡り

幼児の自然体験がもたらす、いくつかの効果

幼児期に自然体験を積極的に取り入れることは、身体的、感情的、認知的な側面に多くの利点をもたらすことが知られています。

1. **身体的健康:** 自然での遊びや活動は、幼児の運動能力を向上させます。走ったり、登ったり、跳んだりすることで全身運動を促進し、筋力やバランス感覚を発達させます。
2. **感情の安定:** 自然の中で過ごすことは、ストレスを減らし、幼児の感情の安定に役立ちます。静かな自然の環境はリラックスを促し、落ち着きや安定した気分をもたらすことがあります。
3. **感覚の発達:** 自然は五感を刺激する素晴らしい場所です。幼児は草木の触り心地や匂い、鳥のさえずりや風の音など、自然のさまざまな刺激を通じて感覚を発達させます。
4. **想像力と創造性:** 自然の中での遊びや探索は、幼児の想像力と創造性を刺激します。枝や葉っぱを使って遊んだり、石や木の棒で新しい遊びを考えたりすることで、子どもたちは自分の創造性を発揮します。
5. **学習への興味:** 自然環境は幅広い学びの機会を提供します。生物多様性、季節、天候などの概念を理解し、観察力や探求心を育むことができます。
6. **集中力と問題解決能力:** 自然の中での活動は、幼児の集中力や問題解決能力を養います。例えば、木登りや岩の上を歩くなどの活動はリスクが伴いますが、その際に自ら考えて行動する力を育みます。
7. **環境への関心:** 自然との触れ合いを通じて、幼児は環境への関心や保護意識を育みます。自然の美しさや大切さを体験することで、将来的に環境に対する責任感を持つことができます。

これらの効果は、**幼児期に自然体験を積極的に取り入れることで得られるものです。**

そのため、自然環境での遊びや学びを幼児に提供することは、総合的な健康や発達に良い影響を与えることが期待されます。

幼児が森の中で得られる可能性のある体験について

幼児が森の中での体験は、彼らの感覚を刺激し、自然との触れ合いを通じて多くの学びや発見をもたらします。

幼児が森の中で得られる可能性のある体験について、以下の考えがあります。

1. **自然の観察**: 森の中では、様々な植物や虫や魚などの生き物を観察できます。幼児は、葉っぱ、花、木の実などを触ったり、匂いを嗅いだりし、新しい物を学ぶことができます。
2. **感覚の刺激**: 森は五感を刺激する素晴らしい場所です。幼児は木々のざわめきや風の音、川のせせらぎなどを聞いたり、柔らかな苔や木の表面を触ったりすることで、感覚を発達させます。
3. **自然とのつながり**: 森の中で遊ぶことで、自然とのつながりを感じることができます。幼児が自然に触れることで、環境に対する興味や尊重を育むことができます。
4. **運動の促進**: 森の中での遊びは、幼児の運動能力を向上させます。木登りや走り回るなど、自然の地形を利用した運動が可能です。
5. **想像力と創造力の育成**: 森は冒険や想像力をかき立てる場所でもあります。木々や岩、枝などを使って遊ぶことで、幼児の創造力が刺激されます。
6. **リスク管理の学び**: 自然の中での遊びは、幼児が自らの限界を試し、リスクを計りながら行動する機会を提供します。このような経験は、リスクを適切に評価する能力を育むのに役立ちます。
7. **心の安定**: 自然の中で過ごすことは、幼児の心の安定やリラックスにつながる場合があります。静かな環境や自然の風景は、ストレスを軽減し、集中力を高める助けとなる場合があります。

ただし、森や自然の中での活動には安全面を十分に考慮することが重要です。必要な監視や保護を確保し、危険な場所や植物に関する知識を身につけることが大切です。

また、幼児の健康状態や年齢に応じた活動を選ぶことも重要です。



幼児向けの竹細工の役割や効果

1. **手先の発達**：竹細工をすることで、幼児の手指の動きや器用さが向上します。竹を切ったり、組み立てたりすることで、細かい筋力や手の動きを養うことができます。
2. **想像力と創造性の促進**：竹細工は創造性を鍛える素晴らしい手段です。幼児は自分のアイデアを形にするために竹を使い、想像力を育みます。物事を自分の手で作ることで、自己表現や創造力を発揮する機会を得ることができます。
3. **忍耐と集中力の向上**：竹細工は、幼児が長時間集中して取り組むことを可能にし、忍耐力を養います。複雑な作業を完成させるためには、注意を集中させる必要があります。
4. **手先の協調性と空間認識能力の向上**：竹細工を行うことで、幼児は手と目を連携させ、物事の配置や構造を理解するための空間認識能力を向上させることができます。
5. **環境教育**：竹は自然の素材であり、その使い方を通じて環境に対する理解を深めます。

幼児にとり、自然の素材を使って何か新しいものを作ることは楽しく学ぶ機会になります。幼児の竹細工は、身体的、認知的、感情的な側面を育むために非常に有益です。ただし、安全を最優先に考え、適切な指導者や大人の監督のもとで行うことが重要です。



市民の森がなくなってしまう可能性があります。

市内には、市が地主さんから借り上げた、6カ所の市民の森があります。NPO つるがしま里山サポートクラブは、その内3カ所を維持管理しています。

活動開始から、約20年を超える時間が経ちました。地主さんの高齢化により、相続が発生しており、契約を解除される森も出てきました。

NPO つるがしま里山サポートクラブは、次の世代の子ども達に里山を残していくことを目的として、活動に取り組んで来ました。2020年には市内の里山(300m²以上の樹林地)が105haあると言われます。毎年3~4haが消失しています。このままだと、20~30年後には、ほとんど無くなってしまいう可能性があります。今の子ども達が大人になって、自分たちの子どもを森に連れ来て欲しいと活動してきた私たちの想いが、実現しないかも知れないと思っています。

里山の森を再生するには、植樹して、50年~100年の時間が必要です。現在の里山を残していく事が、子ども達の成長にとって、宝のような自然資源と思っています。

この、大切な自然資源の里山を残していく取り組みを、皆さんと始めたいと思っています。市民の皆様の、支持と応援をお願いします。

NPO 法人つるがしま里山サポートクラブ

代表理事 小澤 邦彦

資料：子どもの頃の体験活動の重要性について

(文科省の調査研究結果報告より抜粋)

2001年に出生した2万人以上の子供を対象に文科省が行った追跡調査のデータ分析から、小学生の頃に自然体験や社会体験など体験活動の機会に恵まれた子供は、家庭の経済状況に左右されることなく、高校生の頃の自尊感情（自分に対して肯定的な感情）などが高くなる傾向が見られることが9月8日、分かった。こうした大規模な調査で「体験」と効果の関連性を検証した調査研究は同省初。分析に当たった専門家は「家庭の経済状況にかかわらず、子供の成長には多様な体験が必要であることが示された。家庭や地域、学校が協力して、子供を支える環境づくりを進めていくことが大切だ」と指摘している。

今回の調査研究は、2001年に出生した子供とその保護者を18年間にわたり追跡した「21世紀出生児縦断調査」のデータを基に、体験活動が成長に及ぼす影響を分析。

自然体験（キャンプや登山など）、社会体験（農業体験、ボランティアなど）、文化的体験（動植物園見学、音楽・演劇鑑賞など）に分けて調べたところ、

- ① 自然体験が多い子供は**自尊感情や外向性**（自分を活発だと思う）が、
- ② 社会体験が多い子供は**向学的な意識**（勉強・授業が楽しい）が、
- ③ 文化的体験が多い子供は**向学的な意識、自尊感情、外向性、精神的回復力**（新奇性追求、感情調整、肯定的な未来志向）、**心の健康の全てが高くなる**という結果が得られた。

また、「遊び相手」による成長への影響を分析したところ、異年齢の子供や家族以外の大人など多様な相手と遊ぶ機会が多いほど、**自尊感情や外向性などに良い影響**が見られることも分かった。

さらに家庭環境の要因も影響していないかを調べるため、世帯収入の水準別に分けて体験と意識を分析した。世帯収入が高いほど社会体験や文化的体験の機会が多い傾向はあるものの、例えば小学生のときに自然体験の機会に恵まれていた子供は、**収入の水準が高い低いに関わらず、同じ傾向でその後の自尊感情に良い影響が見られることが示された**（グラフ参照）。

令和2年度青少年の体験活動に関する調査研究結果報告 ～21世紀出生児縦断調査を活用した体験活動の効果等分析結果について～（文部科学省 令和3年9月8日）

3. 研究結果の概要

- (1) 小学生の頃に体験活動（自然体験、社会体験、文化的体験）や読書、お手伝いを多くしていた子供は、その後、高校生の時に**自尊感情**（自分に対して肯定的、自分に満足しているなど）や**外向性**（自分のことを活発だと思う）、**精神的な回復力**（新しいことに興味を持つ、自分の感情を調整する、将来に対して前向きなど）といった項目の得点が高くなる傾向が見られました。
- (2) 小学生の頃に異年齢（年上・年下）の人とよく遊んだり、自然の場所や空き地・路地などでよく遊んだりした経験のある高校生も上記と同様の傾向が見られました。
- (3) 経験した内容（体験活動や読書、遊び、お手伝い）によって影響が見られる意識や時期が異なることから、一つの経験だけでなく、多様な経験をすることが必要であるということも見えてきました。

- (4) 小学校の時に体験活動などをよくしていると、家庭の環境に関わらず、高校生の時に自尊心や外向性、精神的な回復力といった項目の得点が高くなる傾向が見られました。

4. 研究結果から言えること

今回の研究により、これまで直感的に捉えられてきた「体験活動は、子どもの成長にとって大切な要素だ」という感覚を、確かな分析方法により裏付けることができたと考えます。例えば、キャンプやスポーツ観戦、音楽鑑賞や絵本の読み聞かせなど、様々な体験を子育てに取り入れてこられた家庭の取組や、CSR活動等の一環として教育的事業を実践されてきた企業等の取組が、確かに必要なものであったことを裏付ける結果となりました。

これを契機として、全ての子供たちが置かれている環境に左右されることなく、体験の機会を十分に得られるように、家庭ではお手伝いや読書の習慣を身に付けるようにする、地域では放課後などに地域の大人と遊びを通じて交流する機会を設ける、学校では社会に開かれた教育課程の実現を目指して地域と連携しつつ体験活動の充実を図るなど、地域・学校・家庭が協働し、「多様な体験を土台とした子どもの成長を支える環境づくり」を進めていくことが、よりよい社会創りにつながると考えます。

5. 自然体験活動が成長に及ぼす影響

自然体験（キャンプや登山など）、社会体験（農業体験、ボランティアなど）、文化的体験（動植物園見学、音楽・演劇鑑賞など）に分けて調べたところ、

- ① 自然体験が多い子供は自尊心や外向性（自分を活発だと思ふ）が、
- ② 社会体験が多い子供は向学的な意識（勉強・授業が楽しい）が、
- ③ 文化的体験が多い子供は向学的な意識、自尊心、外向性、精神的回復力（新奇性追求、感情調整、肯定的な未来志向）、心の健康の全てが高くなるという結果が得られた。

また、「遊び相手」による成長への影響を分析したところ、異年齢の子供や家族以外の大人など多様な相手と遊ぶ機会が多いほど、自尊心や外向性などに良い影響が見られることも分かった。

さらに家庭環境の要因も影響していないかを調べるため、世帯収入の水準別に分けて体験と意識を分析した。世帯収入が高いほど社会体験や文化的体験の機会が多い傾向はあるものの、例えば小学生のときに自然体験の機会に恵まれていた子供は、収入の水準が高い低いに関わらず、同じ傾向でその後の自尊心に良い影響が見られることが示された（グラフ参照）。

◇ 子どもの頃の体験が豊富な大人ほど、学歴が高い・収入が多い・読む本の冊数が多い・結婚している・子どもの数が多い、という割合が高い。

【成人調査】

クロス集計の結果、子どもの頃の体験が豊富な大人ほど、最終学歴が「大学や大学院」と回答した割合が高く、その他、現在の年収が高かったり、1ヶ月に読む本の冊数が多くなる傾向がみられる。

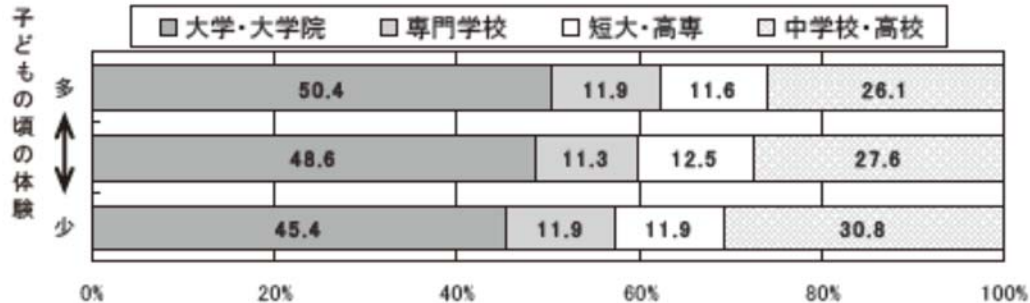
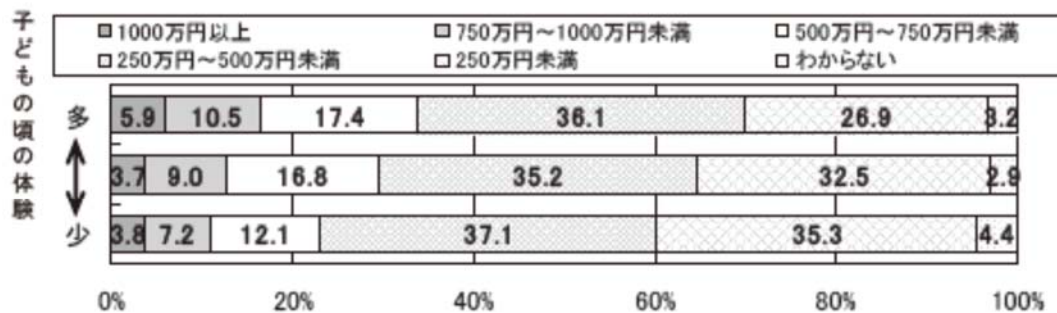


図 3-5-1. 子どもの頃の体験の多寡と「最終学歴」との関係



就業者(3,527人)のみ

図 3-5-2. 子どもの頃の体験の多寡と「現在の年収」との関係

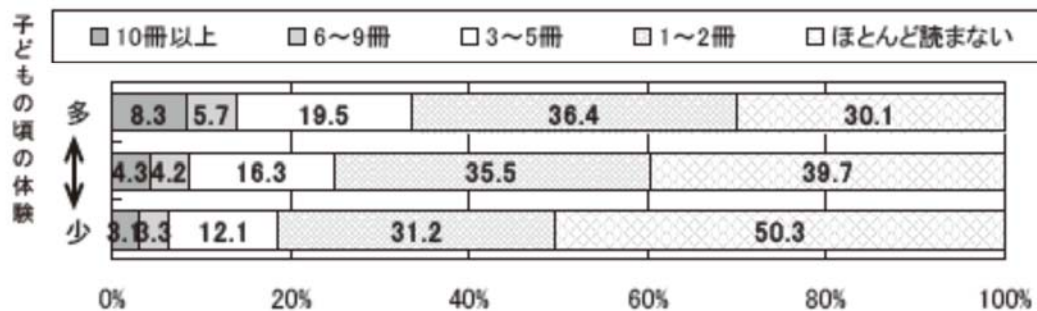


図 3-5-6. 子どもの頃の体験の多寡と「1ヶ月に読む本の冊数」との関係

今後の対応

文部科学省としては、現在、新型コロナウイルス感染症の影響により青少年の体験活動が減少していることから、短期の自然体験活動における感染症対策に関する調査研究を行うとともに、体験活動の機会の提供、CSR活動等により体験活動の提供を实践する企業の表彰といった取組を通じ、青少年の体験活動の推進に努めていきます。



NPO法人 つるがしま里山サポートクラブ

NPO つるがしま里山サポートクラブのアドレスです。

[・ facebook](#)

[・ twitter](#)

[・ 里山 URL](#)



NPO 法人 つるがしま里山サポートクラブ
350-2201:埼玉県鶴ヶ島市富士見 4-15-2-A103
TEL:080-3588-7868

この冊子は公益財団法人イオン環境財団の助成を受けて印刷しています