

いろんな体験をさせたいんだけど

身近な公園など、子どもたちが安全に遊べる場が少なくなったことに加え、ゲーム機やスマートフォン等の普及、塾通いの増加などから、子どもたちが外で遊ぶ機会は減ってきています。

外で友だちと遊ぶことは、体を動かすことを気軽に楽しむ場というだけでなく、友だちなどとのコミュニケーションを通じて豊かな人間関係を築く方法を学べる場でもあります。

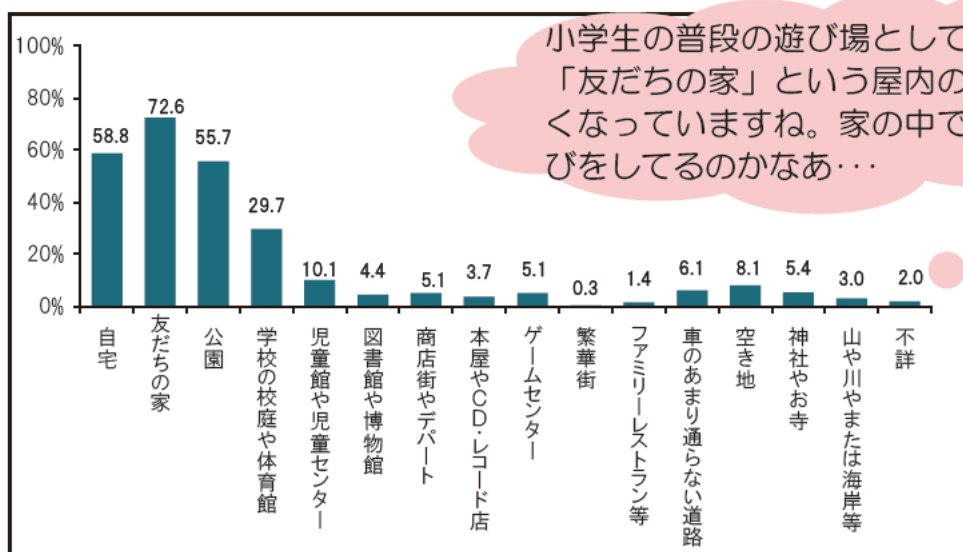
子どもが外で遊ぶ機会が減ってきている今だからこそ、保護者が体を動かす遊びの楽しさを積極的に子どもに伝えていくことも大切です。

また、自然にふれ合うことも、体験を通じて、豊かな感受性を育むとともに、自然や環境を大事にする心や忍耐することの大切さなどを学ぶことにつながります。子どもの頃の体験活動が豊富な人ほど、自己肯定感が高いという関係も明らかになっています。

エピソードのように、両親にキャンプの経験がない場合などは、子どもとキャンプをすることも敷居を高く感じてしまうかもしれません。しかし、三重県は温暖な気候・風土のもと、海・山・川など豊かな自然がすべてそろっており、身近な場所に子どもが楽しめる自然があるはずです。

まずは、子ども会や行政など身近に募集している親子で参加できるキャンプに申し込んでみるなど、手頃なところからチャレンジしてみてもはどうでしょうか。

<小学生の普段の遊び場>



資料：厚生労働省「全国家庭児童調査」(平成 21 年度)

なかなかカヌーを体験することがなく、自然の中で親子2人とも初体験で協同作業というのも新鮮でした。

**体験してみた！
だからこそ
感じる気持ち**

外での遊びが子どもにとって非常に楽しめるものだと改めて気づきました。

自分も楽しんで子どもと共有すれば良さそうだ！

マスつかみは、うまくいかず大泣きしましたが、何でも上手くいくよりは個人的には良いかなと。

キャンプを通して結構子どもは何でもできると思った。ついつい手を出して手伝ってしまいがちでしたが、自力でできることを見守ってあげるようになった。



子どもの「出来た！！」や満足した顔がみれた。

キャンプで不自由さを楽しみ、力を合わせないとできないこと（例えばテント設営）もあり、子どもと一緒に一つのことをやりとげることで、自信がついた

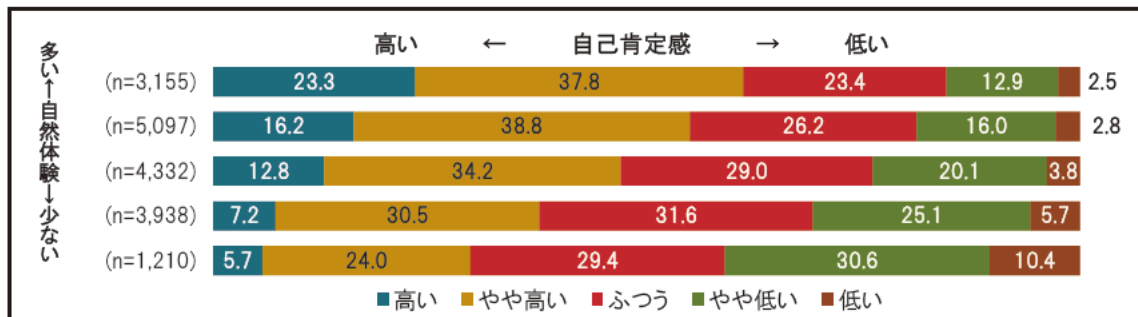
平成 28 年度 みえの育児男子親子キャンプ 参加者の感想より抜粋

自然体験ぷち情報

自然体験などを多く経験した子どもほど、自己肯定感（自分を好きになる気持ちなど）が高い傾向にあることを示しています。隙間の時間にでも 近くの海や山、川へ出かけてみませんか？



<自然体験と自己肯定感の関係【小4～6、中2、高2】>



資料：国立青少年教育振興機構「青少年の体験活動等に関する実態調査（平成 26 年調査）」