



夏休みは親子で自然体験を！

この春、新型コロナウイルス感染症対策で学校が臨時休業となり、室内での生活を余儀なくされた子どもたち。そのストレスを少しでも解消させてあげたいと、「おうちキャンプ」を試み、室内や庭にテントを張ってあげたところ、子どもたちが大喜びしたという話題が脚光を浴びました。

さて、下記は、かなり以前になりますが、南日本新聞「ひろば」欄に掲載された「思い出つくる家族キャンプ」という投稿記事です。

四年前からわが家の趣味は、キャンプです。昨年七月に年の離れた三人目の子宝に恵まれたため、ゴールデンウィークが一年ぶりのキャンプとなりました。

電気もガスもない、シーンとした静かな山の夜に、ランタンだけの灯で炭やまきに火を入れ、夕食の支度を父親の指示で、小五の息子と小二の娘が手伝います。

テレビもラジオもパソコンもない夜。子供たちは、いろいろな話で盛り上がります。学校でのこと、友達のこと。へえーこんなふうに思い、考えているんだ」と毎回、聴き入っています。

うちに赤ちゃんがいることが夢のよう。それだけで幸福」という娘。雨が降り出し、テントの中で雨音が激しくなると、家がある、ありがたさがわかる」と大人びたことをいう息子。子供の成長に胸が熱くなります。

心から三人の子供に 私たちの子に生まれてくれてありがとう」と、そっと思い、このまま素直に成長してくれることを願っています。

キャンプに行くたびに、子供との対話や一緒に汗を流し労働することの大切さを実感しています。キャンプで静かな夜を過ごしながら、思い出を増やしていこうと思っています。

鹿兒島市 三七歳 主婦)

子どもの頃に自然の中で遊んだり、体を使って友達と一緒に遊んだりした経験が多い人ほど、コミュニケーション能力が高いというデータがあります。それは、たっぴりと外で遊び、たくさんの太陽を浴びることで癒しのホルモンであるセロトニンの分泌が高まり、友達としっかり遊ぶことでコミュニケーション能力が培われ、人間関係を学べるからだと言われています。また、子どものときの自然体験活動が豊かな人ほど、成人後も「やる気や生き甲斐を持って生活している人が多く、学歴や年収が高い」という調査結果も公表されています。

さらに、自然の中で活動すると、五感が刺激され、探求心や好奇心が育まれることで学習意欲が喚起されるだけでなく、道徳観や正義感が醸成され、美しいものを美しいと感じる感受性も育まれるということが国立青少年教育振興機構が行った「青少年の自然体験活動等に関する実態調査（平成18年）」で報告されています。自然体験活動が青少年の健全育成に大きな効果を与えることを、改めて実感した内容でした。

このように、自然の中で活動したり、外で友達と一緒に遊んだりする体験が子どもの成長に良い影響を与えていることが分かっているにもかかわらず、最近の子どもたちは、テレビやゲームなど屋内での遊びが中心となり、家の中で閉じこもり気味の生活を送る傾向が高くなっています。

それならば、せめて夏休みぐらいは、投稿記事にあるような家族キャンプや自然体験活動を親子で楽しみたいものです。

