

特集 自分の足で

今号の特集は、体験から得た発見や気づきなどを中心に記事を集めてみました。

文中に出てくる「塩の道班」は、新潟県糸魚川市から長野県大町市のやさかセンターまで、いにしえの道として残る「塩の道」を、子どもたちが地図を見ながら5日間かけて歩くもの。また「サバイバル班」は、3日間、電気・ガス・水道のない森の中で、自身の力だけで自炊生活を組み立てるもので、どちらも夏休みの短期山村留学の活動です（塩の道班は2012年で終了となりましたが、今でも惜しむ声が聞かれます）。この二つに共通しているのは「大人の助けがない」ということ。指導者は最低限の安全管理のみ行い、あとは子ども自身の力で活動を乗り越えていきます。ですから、成功と失敗、悔しきや喜びなど様々な積み重ねを経て活動最終日を迎えた子どもたちの顔には、疲労とともに大きな自信がみなぎっています。

もう一つ、「個人体験発表」というものも文中に出てきます。これは一年間の山村留学生在が、自分の興味関心に沿って自由なテーマ設定をし、そのことについて11月の収穫祭で発表するというものです。短期間では見えてこない、長い時間をかけ体験とともに作り上げられた発表は、実に奥深いものが多くあります。

特集テーマの「自分の足で」とは、自分自身の心と身体で体験することの大切さをあらわしています。自分でやってみる、考える、工夫する、仲間と協力する、ものを作り上げるなど、目に見えること見えないことも含めてその全てが、人生を豊かにしてくれる真の蓄積となるのではないのでしょうか。

夜道をあぐるく

小3女子

八月二一日「夜道をあぐるく」と先生が言ったのでびつくりしました。わたしは「えー」と言いました。先生が「どうして」と言いました。わたしは「だつてこわいもん」と言いました。先生が「へいき」といったけど、「でもこわい」とわたしは言いました。

くつをはいて外にでたらドキドキしてたまりません。一ぱんと三ぱんがさきにいききました。KさんとTちゃんとわたしが手をつないで歩いていききました。

かえりは一人ずつあるくと言ったので「やだ、やだ」と言いました。一人ずつなんてぜったいいやだよ。とつてもこわいもん。

Kさんのつぎにあるきました。さいしょKさんにおいつこうと思いました。だから走りました。でもやめました。うずくまってあるくのをやめたけど、心の中で「あるける、あるける」と言つてあるいていききました。だんだん早あるきになりました。そのうちにこわくなくなつて、スキップをしていきました。

KさんやEさんや男の子がいました。とけいがみえてきたのもうあんしんしました。あまりこわくなくなり、センターにつきました。

(出典1)

ハードだったサバイバルキャンプ

サバイバル班 小5男子

今回は初参加だったにもかかわらず、サバイバルはようしやしてくれませんでした。

サバイバルキャンプに来て分かったことは、まず食べられることのありがたさです。ぼくらの班は、7回の食事中2回断食でした。いつも空腹でたいへんでした。

今回ヤバかったことは、とにかく歩き回ったことです。4日間で歩いた距離は約30キロでしたが、ぼくらはもう50キロ以上歩いた気分でした。それに平らな道ではなく、命がけで登った山道が多かったことにうんざりしました。このような予想外な出来事に正直びっくりしたけれど、これに乗る越えてぼくの目標だった精神的にも肉体的にも強くなることができたと思いま

す。もし、次来ることになったら、マッチを増やして、歩く距離をへらしてほしいです。

(出典4)

超ヤバかったサバイバル

サバイバル班 小5男子

今回のサバイバルはとにかくヤバかった。ぼくは今回で4回目のサバイバルだったけど、こんなにハードなサバイバルは初めてでした。

今まではキャンプ場は一か所だけでサバイバルしていたけど、三泊で三回も長い距離を歩いたのは、このサバイバルだけです。とくに西の窪から女犬原までは、空腹で急な山道を登るのは、泣きそうになりました。筋力より、むしろ精神力で重い荷物をしょって登りました。しかも雨!! 服はぬれて、くつもぬれて、最悪でした。これを持ち越えた時、オレすげーとマジ感動しました。こんなとにかく厳しい状況で生きていくのは、すごくしんどかったです。これおかしんじやねーの!? って思うことがすげー多かったです。4

回目だったけど、いつもよりしんどいサバをやったことで、また成長できました。

(出典4)

塩の道の厳しさ

塩の道班 中1男子

僕は、この塩の道で歩く厳しさと歩く楽しさを感じました。初日、電車に乗って糸魚川から出発しました。やっぱり初日なので、坂を上ると少し息が切れました。宿に着いたときは、もうくたくたで、13kmでもきついんだなあと思いました。

三日目は、大峠という峠を越えました。大峠はともきつくて、もう死ぬかと思いました。でもその大峠を登り終えたら、「よつしやー」ときげびました。

四日目と五日目は、20kmを歩きましたが、初日とは全くちがって、着いても余裕でした。

最後の日は朝から気合が入って、あつという間に八坂のセンターに着きました。その時は、うれしく「100km歩いたぞ」という感動がおこりました。



塩の道を歩いてきつ
と思つたことは何度もあ
りましたが、それを乗り
越えてここまで着いた感
動は、何よりも大きかつ
たと思います。他にも歩
いたことによつて、いろ
んな発見がありました。

(出典4)

八坂村まで歩く

高校生男子 (サブリーダー)

育てる会の行事、とくに塩の道や上級総合体験に参
加してしまつた者としては、単なる移動にもサバイバ
ル精神を発揮する、ようするに歩くことの味をしめて
しまつたのです。ガスで水道の水をわかすことがあた
り前になっているこの世の中で、ためにしに新聞紙から
ふうふう吹いておこした火で、川からよつこらせとく
んできた水をわかしてみると、何かが見えてきます。

電車でひとねむりしている間に300km移動でき
しまうところを暑い中うんうん言いながら歩くと、こ
れまた何か見えてきます。時間も費用も5〜6倍もか
けてまで歩くのは、その数字などでは見えない「何
か」を見る喜びを知っているからです。

(出典1)

ふるさとへの道

山村留学まとび学園 (秋田県合川町) 中1男子

「田沢湖から合川まで自転車で」。これが、夏休み最
後の僕の計画でした。休みで実家の福島に帰省して、
「まとび学園」に戻る際に、中学生になつたので、昨
年以上のことを、思い出に残ることをしたいと考え
て、この挑戦を実行に移しました。

姉に田沢湖まで送ってもらい、そこで自転車を降ろ
し、点検をしてスタート、「さあ、帰るぞ!」力をこ
めて、ペダルをふみ始めました。

田沢湖から合川への道のりは平坦ではありませんで
した。カーブの多い峠道で、上り坂では何度も自転車

を降りては押し歩き、進み続けました。道にも迷いそうになりました。以前のままの僕だったらきつと途中で投げ出したに違いありません。

でも、道をたずねる僕に合川町への道を親切に教えてくれたり、「どこまで行くんだ」「ガンバレよ」と僕を励ましてくれる人の温かさに触れ、緑の香りや小鳥のさえずり、川のせせらぎといった自然をいっぱい体に受け、夏の風を感じ、とてもすがすがしい気持ちで僕はペダルを踏み続けました。

阿仁町、森吉町、米内沢を過ぎて、四時間かけて合川町の摩当に入りました。その時は、「帰って来た」という感じになり、うれしさと同時に安心感がわいてきました。知っている道、建物、風景、風の匂い。すべてになつかしさを覚えました。いつもの通学路に差しかかり、友達や先輩とすれ違う。ペダルをふむ足にもなげか力が入る。すいうん公園の大きな立て看板が見え、左に入る。坂を上る。まどび学園につき、「ただいま！」と元気よく中に入り、まずは母に到着の電話をかけました。

この一年半、僕は本当にいろいろな経験を重ねるこ

とができました。自然との触れ合いや、合川町の人たちとの触れ合いで、本当の意味で心を成長させることができたとように思います。

今では、センターは僕の家でセンターの人を家族のように感じています。そして何よりも合川町は僕の心のふるさとだと思っています。福島に戻る日がやってくるでしょうが、そうなるまでいつまでも楽しかった合川町での思い出はいつまでも大事にしていきたいと思えます。

(出典2)

塩の道を走る！

〜 日本海を目指して 〜

八坂学園 小5男子

▽きっかけ

ぼくは、去年とおととしと「走る」をテーマに個人体験をやりました。トレイルランの大会に出たり、20キロほどの長距離にも挑戦しました。そして今回も『走る』をテーマにしました。

今年日本海を目指して塩の道を走りました。塩の道は、昔、海から内陸へと塩や海産物を運んだ道で、今も残っている古道です。この挑戦をしようと思ったきっかけは、去年までの挑戦で大会に出てタイムを競うよりも景色を楽しみながら、走ることのほうが好きだと気付き、とにかく長い距離を走りたかったからです。

塩の道は、新潟の日本海から長野の松本へとつながっていますが、今回は、信濃大町駅から日本海まで約100キロを3回に分けて走り切りました。

▽感想

3日間を振り返って、僕がやりたかった景色を楽しみながら走ることができました。峠は紅葉が美しく、自然の豊かさを感じました。湧水もおいしかったです。登りはつらくて景色どころではなかったけど下りは景色を楽しみながら走れました。

そして3日間かけて日本海にたどり着けたことは本当にうれしかったです。この達成感はずっとええものなものでした。この経験は一生忘れないと思います。3日間走れて楽しかったです。

(出典6)

Let's Go 八坂たんけん

八坂学園 小4女子

▽きっかけ

生活しているうちに、継続生が八坂の地域の話をしていてうらやましくなつて、自分も八坂の地域のことを知りたい、学校みんながどんなところに住んでいるのか知りたい、と思ったから。

▽感想

・こんな時（コロナとか）なのにどこに行っても地域の人が話を聞いてくれて嬉しかった。八坂の人は優しい。

・野平は八坂の中では都会だと思った。信号があるし、トラックがいつぱい通るし、人がいつぱいいるから。でも、前住んでいた所と比べると、いなか。

・梨平は学校の近くのなのに、人があまりいない。

・川手は川のおいがる。平。柿がいつぱいあった。犀川の霧があるからよく育つと聞いた。渋柿の活用法がたくさんあった。

・山手は山がある。坂が多い。動物が川手よりたくさん

ん出そう。

・八坂は都会より自然がいっぱいあって楽しい。食べられる植物があつたり（春はヒメオドリコソウばかり吸っていた）、遊べる植物（草笛とか）があつたり、鳥も都会で見るハトやスズメ、カラスだけじゃない鳥もいるから。

（出典）

八坂絶景見つけ旅

八坂学園 中1女子、中2女子

▽きっかけ

今年は今クマの出没が多く、通学路も歩けないので歩く活動がしかなかったです。熊鈴に熊スプレー、そして大人と必ず一緒に行くという完全装備で八坂の地域内を歩きました。

▽感想

今年、熊が出ていたので歩けるかどうか心配しましたが、装備を万全にして歩いてよかったです。アルプスだけではなく、八坂には春夏秋冬素晴らしい景色

がいっぱいあります。これからもたくさん八坂の中を歩いてすてきな景色を探していきたいと思えます。

今年、バス通の期間が長くあまり歩いていません。だから久しぶりに長距離を歩いたら足がガクガクでした。それに、歩かないとストレスもたまると、ご飯も美味しくありません。週末歩いて本当に楽しかったです。歩いたのは晴れてる時だけではありませんでした。雨の日だって歩きましたが、本当にそれぐらい歩きたい！と飢えていたし、改めて「通学路」のありがたさ、歩くことの大事さを教えてもらいました。

（出典）

一歩一歩

会社員 女性

数年前、半分つきあい登ったことがきっかけで、「ああ、世の中にはこんなに楽しいことがあつたのか！」と、山の魅力にとりつかれてしまった。なぜと聞かれても答えることができない。一番びつたりくるのは、「自分に合っている」ということ。こんなに自

分に合っているものに出あえて、ああ幸せだなあと思う。ひよつとしたら、気付かずに人生を終えてしまっただかもしれないのだから。

登りは、いや下りだつて、きついことの連続。その時は、腹が立つ。「なんで来ちゃつたのだろう」「山なんてやめればよかつた」「ああ、なんて体力がないんだ、自分は」と、マイナスのことばかり考える。それでもまた山へと向かつてしまうその理由は、やっぱりありきたりだけれど達成感、爽快感だと思う。頂上に立った時のあの気持ちは「征服感」とも言える。

山の魅力をわかってくれない人も多い。一緒にスポーツをやっていた知人を誘つても、「やだやだ、無理」とあっさり断られる。彼女の体力があれば、絶対大丈夫なのと思うのだけれど。そう考えると、やっぱり向き不向きなのかなと思う。

天候のこと、ルートのこと、時間配分など、頭を使わなければならぬことはたくさんあるけれど、その部分はおんぶにだつこの私なので、基本は「一歩一歩歩くこと」だと思つている。どんなにつらくてマイナスの気持ちになつたとしても、足を一歩前に出す、

それを続けたら頂上にたどり着けるのだ。お花畑があつたり、雪渓があつたり、歩きづらい道だつたり、暑かつたり、雨が降つたり、いろいろなことがある。それでも一歩、一歩である。

それから、もうひとつ、大好きなことがある。それは、山小屋で過ごす時間。テレビもないし、新聞すらない。そんなシンプルな環境で、誰もが同じ目的のために体を休める。無駄のない時間。ひたすら眠るあのひたむきで貪欲な感じが、いいなあと思う。

若いときから登っていたわけではないし、知識もないし、体力は年々なくなつていくだろうし、無理はできない。でも、一歩一歩歩みをすすめて、ひとつひとつ頂上を踏んでいけたらと思う。次は、どんな山に登れるかな。二千メートルから三千メートルへ、私の夢はふくらんでいる。

(出典5)

山と教育

育てる会職員

昨年度、ブナの原生林が美しい雨飾山に、学園生の希望者を連れて行ったときのこと。ある中学生が山景色を見て、「生きてて良かった」と言いました。このことは、私に大きな励みと自信を与えてくれました。この仕事をしていて嬉しい瞬間はたくさんありますが、このように子どもが生きる喜びや楽しさを実感できたときは、私たちもこの上なく幸せな気持ちになります。

子どもに「生きてて良かった」という感覚や気持ちを持たせてあげるのは、大人の大きな使命です。もし、これを実感できていれば、目を覆いたくなるような悲惨な事件や事故を起こすなんて、あり得ないでしょう。

私の大好きな「センス・オブ・ワンダー」（レイチェル・カーソン著）という本の中に、「子どもにとつても、どのように子どもを教育すべきか頭を悩ませている親にとつても、『知る』ことは『感じる』こ

との半分も重要でないと固く信じています」という一節があります。私は、この一文に、子育てや教育への重要な示唆が秘められていると思うのです。

（出典5）

道草の効用

育てる会職員（育てる会シンポジウム記事より）

山村留学では、一年を通していろいろな自然体験活動を行っています。春のキャンプや、夏の川の体験、冬のスキーなど、たくさんあります。しかし私が一番重きをおいているところは、つまり子どもたちが一番自然体験をしているところはどこかということを考えてみると、実は我々が年間計画を立てて土曜日・日曜日に活動を組んで、今日は山へ行く川へ行くとうとやっていることよりも、実は日々の生活の中の登下校の時です。売木村の場合は、だいたい三キロ、往復で六キロです。その中で、一番自然体験をしているのではないかと確信しています。

我々がセッティングした活動の中には、こういうね



大きいと思うのですが、行きだったら三十分で行かれる距離を、帰りは一時間、二時間、ひどい時は三〜四時間かけて帰ってきます。その目的と中身というのは、ほとんどが遊びです。その中で遊びについては、私たちはこうしなさいあしなさいとは言いません。あくまで、暗くなる前に帰って来いよと言うくらいです。子どもたちは自分たちで寄り道をし、遊んでくるわけです。

たとえば木の実ひとつでも、初めてきた一年目の子は二年目の子にいろいろなことを教わります。キイチゴやノイチゴ、イチイの実など、二年目の子はぽいぽい食べます。そうすると、一年目の子の中には時々「洗わないでいいの?」という言葉が出る場合があります。また「それ食べられるの?」と聞く、そういう

らいがあつて、こうなつてほしいということがあつたのですが、子どもたちの生活の中ではそのようなことはありません。特に登校よりも下校の方が

子が必ずいます。二年目の子に「だいじょうぶだよ」と言われて自分も食べてみて、「あ、ほんとだ。食べられる」とわかります。」そのことについて、最初の頃は日記にも書いたりします。そして必ず「これ食べられたよ」と言つて、指導者のところにもつてきてくれます。これひとつを見ても、いい体験をしているなあと思います。その二時間、三時間かけた中で遊ぶことが、子どもの中で一番いい体験になつていると思います。

センターに帰つてきて、私たちに見せてくれるものは、子どもたちの体験のほんの一部でしかない、氷山の一角だろうと思います。その十倍二十倍の体験を、寄り道の中でしてくれているのだらうと思います。

(出典3)

●出典:

- 1 …「育てる」通巻243号(昭和63年9月)
- 2 …「育てる」通巻340号(平成8年11月)
- 3 …「育てる」通巻343、344合併号(平成9年3月)
- 4 …「育てる」通巻482号(平成20年9月)
- 5 …「育てる」通巻483号(平成20年10月)
- 6 …八坂美麻学園収穫祭個人体験発表報告書(平成31年)
- 7 …八坂美麻学園収穫祭個人体験発表報告書(令和2年)

再掲載を受けて――

己の足で「歩く」「走る」

大山 楽人（現・山村留学指導員）

人が生まれてから、誰もが最初に目指す動作は「歩く」だと思う。初めて赤ん坊が歩くと「歩いたよ！」と周りの人々は歓声をあげる。

人が行う動作には、立つ、座る、走る、投げる、けるといった様々な動作がある。その中でも「歩く」は人が移動するために一番必要な動作だろう。

会として「歩く」ことの位置づけ

今や歩く必要のない場面が多い中、育てる会では、この「歩く」ということを大切にしている。私のいる八坂美麻学園の通学路は、片道2キロから5キロほど。そして、週末の活動でも多い時は20キロほど歩いたこともある。山村留学をしている子たちは、地元で歩いてきた距離と比較すると一体何倍になるのだろうか。歩く以外にも便利な移動手段はたくさんある現代

で、「歩く」ことをここまで大切にするのには理由がある。例えば、同じ道を通ったとして、車に乗ってあつという間に通りすぎた場合と、歩く場合とでは、景色を眺める時間や、動植物を観察する時間、仲間と語り合う時間など、五感を使う時間（情報量）があまりにも違いすぎる。この情報量こそが体験であり、歩くことを大切にする理由ではないかと思う。

「歩く」「走る」にはまる

子どもだけではなく、育てる会職員の中にも「歩く」や「走る」が好き、または入職してからはまるまった人が多い。私もその一人だ。

私は歩くこと、走ることが好きで、特に未舗装の道を歩くのが好きだ。アスファルトやコンクリートではなく、砂利、土、落ち葉など足の裏に伝わる感触は様々。舗装道路は常に一定の感触しか味わえないが、未舗装の道の場合はいろいろな感触に出会える。それがどれも心地よい。最近、林道や登山道などの未舗装路を走るトレイルランニング（トレラン）にも挑戦中だ。

そのきっかけとなったものが、再掲載の中にある、

「塩の道を走る」という個人体験だ。この体験は私が同伴したもので、子どもが主体の体験であったが私にとつても非常に貴重な経験だった。大町から糸魚川の海まで約100キロを3回に分け、何度も峠を越えるような道をひたすら走り続けた。日によっては標高差が最高と最低で約1000mのときもあった。なんとなく楽しそうだと思つて付き添つたこの個人体験。自分の足のあちこちが痛くなり、毎度筋肉痛になりながらも子どもと一緒に最後まで走り切つた。最後の行程で糸魚川の海が見えた時の感動は今も忘れないう。この体験を通して感じたトレランの魅力、それは、景色と爽快感だった。

それからは、個人的にもトレランをする機会が増えた。トレイルコースは登りと下りがある。登りは、本当にきついのが、リズムよく、自分の呼吸を感じながら、地面を踏みしめ上に登っていく。その感覚が癖になる。平地や下りは、森の中を駆け抜けていく疾走感がたまらない。登りでじっくり耐えたリズムを一気に解放し、スピードに乗り、風を切る。そんなトレイルコースの変化が楽しいと感じるのだろう。そして、辛

い道のりに耐えた先にある景色の美しさに、息をのむほどの感動を覚えるのだ。そこには心地よい疲労感と最高の達成感もある。

登山も同じような感覚だ。山頂にたどり着いた先にある、最高の景色を目指して厳しい登山道を登っている。そんな感覚に魅了され、私自身も歩くこと、走ることにどつぷりはまつたわけである。

私は、自分の足を使つて歩いた（走つた）先に様々な景色や達成感に出会えることがあると思う。車で同じ行程を移動したところで、きつとこの感動を味わうことはできないだろう。

学園生たちは普段、そんなに深くは考えずに歩いているだろうし、便利な乗り物があれば乗りたくなるだろう。でも、いつか振り返つた時、時間をかけて歩いたあの道のりに、すごく意味があつたのだと気づくかもしれない。そんな、いつかがあることを祈つて、歩く機会をたくさん作つてあげよう。そして自分自身も「歩く」「走る」を続けていきたい。