



どんぐり

No.87

内 容

- 自然学校の充実に向けて
- 「自然学校リーダーバンク」の活用について
- 研修だより①「自然学校指導者スキルアップ研修」
- 研修だより②「冬の自然学校体験講座」
- 特色のある自然学校実施例
- 令和8年度 講座・研修会のご案内



「竹飯ごうづくり」(令和7年度 三田市立藍小学校)

兵庫県立
南但馬自然学校

HYOGO KENRITSU MINAMI TAJIMA SHIZEN GAKKO

Nature Education Center

自然学校の充実に向けて ～「自然学校プレ体験」でドキドキをワクワクに～

兵庫県立南但馬自然学校 主任指導主事兼指導課長 西口 元浩



施設見学



「南但馬自然学校ってどんな所だろう?」「4泊5日も家族と離れて過ごせるかな?」。小学校5年生の子どもたちにとって、初めて親元を離れて過ごす自然学校は不安でいっぱいです。とりわけ、学校に行きづらさを感じている子や、特別な配慮を必要とする子にとって、この長期宿泊体験活動は非常に高いハードルです。

令和7年度、県立南但馬自然学校(以下本校)には、兵庫県内から92校、4,634人の小学校5年生が訪れました。事後アンケートの結果、「行く前に不安があった」と答えた子は59.2%(n=4,046)。また、「不安を感じていたこと」については、「お父さんやお母さんと離れること」「4泊5日過ごせるかどうか」「お風呂やトイレは上手に使えるか」「ヤマビルやムカデ、熊が出ないか」等、施設や生活環境の変化が多くを占めました。

こうした子どもたちの不安を少しでも和らげたいと、本校では、令和6年度から「自然学校プレ体験」事業を始めています。施設見学やアクティビティ体験等、事前に本校での生活を体験することによって、児童が本番の自然学校をより安心して迎えることがねらいです。本事業は年間2回実施し、どちらの回に参加しても差異が出ないよう、内容は同じメニューとしています。

令和7年度の「自然学校プレ体験」事業は、第1回を4月19日(土)、第2回を8月23日(土)に開催し、第1回が25人、第2回が21人、計46人が参加しました。当日は施設見学からスタート。2班に分かれて、職員の解説を聞きながら、実際に使用する宿泊棟のベッドや浴室棟のお風呂等を見学します。自分の目で見て、手で触れることで、子どもたちの表情も自然と和らいでいきます。続いて、野外キッチンで「火おこし」と「野外炊事」体験です。事前に活動を経験することで、本番への見通しが持てるようになり、心にもゆとりが生まれます。午後からは工作室で「自然物クラフト」体験です。子どもたちは「木ホルダー」や「小枝の鉛筆」等、思い思いのクラフトづくりに没頭し、あっという間に時間は過ぎていきます。

この「自然学校プレ体験」事業の最大の特徴は、子どもたちに無理をさせないことです。途中参加や途中退出OK、疲れたら午後から早めに帰宅しても構いません。たとえ短時間であっても、ここの生活を肌で感じ、「これなら行ってみようかな」と前向きな気持ちが芽生えたならば、それが子どもたちの大きな一歩に繋がると私たちは考えているからです。参加した子どもたちからは、「寝るのが心配だけど施設がきれいだった」「火おこしが難しかったけどまた挑戦したい」「自然学校がとても楽しみ」との感想がありました。また、保護者からは、「施設の見学や体験を通して、実際の自然学校に向けて見通しが持てました」「子どもが『ここなら泊まれそう』と嬉しそうに言っていました」との声を頂きました。

本番の自然学校に来た子が、「プレ体験で見たことのある先生だ」と声をかけてくれることがあります。子どもたちとの再会を喜び合う嬉しい瞬間です。令和8年度も、「自然学校プレ体験」事業を計画しています。「不安」が「楽しみ」に変わる第一歩として、本校では、これからも子どもたちが安心して自然学校に参加できるようサポートを続けていきます。



アクティビティ体験

R7の内容

| 時間 | 内容 |
|-------------|--------------------------|
| 9:00 | 受付 |
| 9:30~ 9:40 | 開会行事 |
| 9:40~10:40 | 施設見学 |
| 10:45~13:30 | 火おこし体験 野外炊事(棒焼きパン)・昼食 |
| 13:30~14:30 | 自然物クラフト |
| 14:30~14:45 | 閉会行事 |



【選択実習の様子】

仲間と協力を主体的な体験活動
～隠れ家づくり～



五感を使った自然にふれる体験活動
～自然散策と小枝の鉛筆づくり～



活動のつながりを意識した体験活動
～薪割りからの火おこし体験～

研修だより① 令和7年度 自然学校指導者スキルアップ研修

本校では、兵庫型「体験教育」の柱の1つである自然学校推進事業における指導者養成、指導力向上を目的とした「自然学校指導者スキルアップ研修」を実施しています。

午前の選択実習では、3つのコースに分かれ、実際に児童が実施するプログラムを体験しました。午後からは、本校指導主事によるプログラムデザインについての講義後、グループに分かれ、4泊5日のプログラムをデザインする演習を行いました。

1日を通して、本研修のねらいである指導力及び資質の向上を図りました。

ホームページはこちら→



【演習の様子】

自然学校プログラムデザイン

【参加者の感想（一部抜粋）】

- ・計画を立てる際、プログラムを詰め込む傾向があるが、ゆとりを持ってデザインすることの大切さを感じた。
- ・いつも例年の流れを元にプログラムを考えていた。こんなにしっかりとプログラムを考えたのは初めてだった。
- ・つながりを考えたり、時間のことを考えたりと難しかったが、児童の姿をイメージし、作成することは楽しかった。また、活発な意見交流ができ、学びの多い研修だった。
- ・アクティビティに対し、自分の思い込みや固定観念があったが、他校や他地域の考えを知ること、プログラムのつながりや、個からグループへのつながりを意識することも大切だと感じた。

【研修を終えて】

午前の選択実習では、先生方自身が選んだ活動に取り組みました。その姿を見ると、児童が主体的に活動に取り組むために何が大切なのか、その一端を感じました。

午後からの演習では、自分でプログラムを考え、その後グループで練り上げたのち、ワールドカフェ方式で全体交流をしました。地域による取り組み方の違いを感じ、また自身では思い浮かばなかった視点でプログラムを考えることなど、実り多いと感じている参加者が多数でした。

「この経験をもとに、自分の学校のプログラムを考え直したい」と、参加者にとって、自然学校プログラムデザインへの意欲がより高まった研修となりました。

(佐藤 貴康)

手作りピザを段ボール窯で焼こう



ダンボール窯づくり

ピザづくり

焼きマシュマロ

火おこし体験

研修だより② 令和7年度 冬の自然学校体験講座

冬季に自然学校を実施するなど、時期にとらわれない子どもたちの体験活動について研修し、指導力向上を図ることをねらいとして、本校では、「冬の自然学校体験講座」を実施しています。今年度は12月26日（金）に実施しました。午前は、段ボールを用いてピザ窯を製作し、ピザづくりを行いました。午後は、自然物クラフトを行いました。前日から雪が降り続き、自然散策ができなくなったり、活動場所を変更したりしましたが、1日を通して、時期にとらわれない活動を体験してもらうことができました。

自然物でクラフトをしよう

小枝の鉛筆



オリジナルかご



オリジナルリース



講座の様子は
こちらから↓



【研修を終えて】

冬の自然学校で野外炊事をするとなると、水の冷たさを避けることができません。そこで今回の講座では、水にあまり触れなくてよいピザづくりを提案しました。例えば、洗い物はボールと包丁のみとし、まな板には牛乳パックを用いました。また、火おこしから炭に火をつけたり、焚き火をしたりすることができます。そこから今回のようにマシュマロを焼いたり、焼き板づくりをしたりと活動をどんどん広げることができます。

冬の自然物クラフトにおいても、様々なものを製作することができます。小枝は校内にたくさん落ちています。校内を歩けば、冬でも元気に花や実をつけている植物に出会うこともできます。体調管理や防寒対策など、暖かい時期に比べ配慮しなければならないこともありますが、冬の自然学校も魅力がいっぱいです。

(深田 東磨)

特色のある自然学校の実施例

はじめに

令和7年度に自然学校で県立南但馬自然学校を利用した学校（以下、利用校）は、59団体92校でした。今年度も、それぞれ工夫を凝らした多種多様なプログラムを通して元気に活動する児童の姿を多く目にすることができました。

各学校においては、自然学校の充実に向け、活動内容や指導方法等をふり返っていることと思います。引率する先生方のお話を聞いていると、「もっといろいろ工夫してみたいが、結局毎年同じような内容になってしまう」という悩みをよく耳にします。

そこで、「いつもの自然学校」に少し変化をもたらすことができそうなヒントとして、特色ある活動を取り入れている学校の様子をご紹介します。

事例①



「竹飯ごう炊飯」

三田市立藍小学校

三田市立藍小学校（児童数10人、2班編成）は、竹飯ごうでご飯を炊きました。

児童はまず、竹を適当な大きさに切って米を入れる穴と蓋を作ります。次に、でき上がった竹飯ごうに米と水を入れます。既製品の飯ごうとは違い、竹によって太さや容積が異なるため、水の量の調整が難しく、児童は指を浸けたり、何度もリーダー（指導補助員）に確認したりしながら、慎重に量を計っていました。

準備ができたらカレー鍋と一緒に竹飯ごうを火にかけます。火おこしから実施して疲れた児童は、火を見守りながら、しばし休憩です。

しばらくして、ドキドキし

ながら蓋を開けると、ふっくらと炊けた白いご飯が姿を現しました。児童から「いいにおい！」と歓声が上がります。竹飯ごうで炊いたご飯には竹の香りに移り、「いつものご飯よりおいしかった」と、児童は口を揃えていました。

この活動の良さは、何ととっても「いつものご飯（＝炊飯器で炊いたご飯）」と「竹の香り（＝自然）のご飯」の違いを直に感じることにあります。竹を加工する過程で体感する竹の質感や重み、切るときの音、匂いもまた児童の感性を刺激します。「五感を使って自然を感じる」ことは、まさに自然学校の醍醐味の一つです。

また、飯ごうに用いた太くて立派な竹は、藍小学校の地域の方に提供いただいたようです。地域との関わりという面でも、特色のある活動であるといえます。



事例②

「テント泊」と「チャレンジウォーク」

小野市立下東条小学校

4泊のうち1泊を1人用テントで過ごすという活動です。小野市立下東条小学校（児童数10人、2班編成）では、2泊目にテント泊を行いました。

児童は3～4人で協力して全員分のテントを設営します。設営する場所も向きも自由ですが、多くの児童は夜に対する不安のためか、複数のテントの入口が向かい合うようにする等、自分たちで工夫していました。

翌日は「チャレンジウォーク」と題し、校外散策に出かけました。「チャレンジ」という名のとおり、長距離かつアップダウンのあるコース設定です。一番の目的は、地元では「夏谷（なったん）の名水」と呼ばれる湧水を採取すること。4日目のカレーづくりに用いるためです。児童は友だち同士声をかけ合いながら、あるいはリーダーに励まされながら、おいしい水もしっかり確保した上で、全員が踏破することができました。



このプログラムの良さは、事前学習から一つの流れになっていることです。テント泊については、自然学校実施前に出前事業（本校の職員が要請のあった学校に出向いて事前学習を行う）により、児童はテント設営を一度経験しています。そこでの学びを生かして、当日はより効率よく設営できていました。また、不安な夜を仲間と過ごした後にチャレンジウォークという順序、そして採取した名水を翌日の野外炊事に使うという点も、活動同士のつながりが意識された設計になっています。

おわりに

いかがでしたか。両校とも児童数が10人程度の小規模校であり、少人数ならではの強みを生かした活動でした。

全く同じことを、たとえば規模の大きな学校で実施するとなると、実際には難しいかもしれません。しかし、「地域との関わり」や「プログラムにつながりを持たせる」という点においては、参考にできる部分があるのではないのでしょうか。より充実した自然学校の実施に向け、少しの工夫で改善できる点がないか、あるいは学校や地域に活用できそうな資源がないか等、例年のプログラムを一度見直してみてもはどうでしょうか。

（福岡 麻衣）

令和8年度 講座・研修会のご案内

自然学校出前事業

実施時期：令和8年4月～令和9年3月（実施日は各学校等の要請をもとに調整します）
対象：県内の公立小学校及び義務教育学校前期課程
内容：◎プログラムデザインにすること
◎自然学校に関すること
自然学校についての説明・事前学習
※出前授業として、県立南但馬自然学校で展開されるアクティビティの一部を行うことができます。
（ロープワーク実習、火おこし体験、1人用テント設営等）

自然学校プレ体験

期 日：第1回 令和8年4月18日（土）
第2回 令和8年8月22日（土）
対 象：令和8年度利用校の児童とその保護者
（保護者同伴でご参加ください。）
募集定員：各回上限25組
内 容：施設見学、野外炊事、自然物クラフト
参加費：800円程度（野外炊事材料費及び保険料）

自然学校指導者スキルアップ研修

期 日：令和8年7月28日（火）
対 象：県内の公立小学校及び義務教育学校前期課程教員
（初任者研修及び中堅教諭等資質向上研修としても受講可）
募集定員：20人
内 容：アクティビティ指導の基礎基本 選択実習
①「五感を使った自然にふれる体験活動 ～自然散策と小枝の鉛筆づくり～」
②「仲間と協力する主体的な体験活動 ～隠れ家づくり～」
③「活動のつながりを意識した体験活動 ～薪割りからの火おこし体験～」
プログラムデザインの基礎基本 演習「自然学校プログラムデザイン」

プレ自然学校・アフター自然学校

期 日：日帰り又は1泊2日
(1) 自然学校受入期間中 金曜日・土曜日受入れ可
（金曜日から土曜日にかけての1泊2日も可）
(2) 自然学校受入期間以外 全日（日曜日～土曜日）
受入れ可（ただし休校日を除く）
対 象：県内の公立小・中学校及び義務教育学校の児童・生徒
※環境体験事業にも最適です
内 容：自然散策、朝来山登山、自然体感ゲーム、自然物クラフト、
野外炊事、隠れ家づくり、星空観察、テント泊等
経 費：食事代（弁当持参可）、施設使用料、活動材料費等が必要です。

親子で自然学校 ～豊かな自然の中で親子のふれあいを深めよう～

期 日：第1回 令和8年7月18日（土）～7月19日（日） 第2回 令和8年12月19日（土）～12月20日（日）
第3回 令和9年3月6日（土）～3月7日（日）
対 象：自然体験活動に関心のある小学生とその保護者
募集定員：各回10組
内 容：自然物クラフト、キャンプファイヤー、テント泊、火おこし体験、野外炊事、薪割り、焚き火、
星空観察、自然散策、アウトドアクッキング等
参加費：宿泊料、食事代、リネン料、保険料、活動材料費等が必要です。

遊友体験活動 ～南但馬自然学校の自然を五感で感じよう～

期 日：第1回 令和8年6月27日（土）「初夏の里山を楽しもう！ ～夏の生き物さがし～」
第2回 令和8年10月24日（土）「紅葉の里山を楽しもう！ ～いも掘りと秋の生き物さがし～」
対 象：自然体験活動に関心のある方（小学生以下は保護者同伴でご参加ください）
募集定員：各回30人程度
参加費：100円（保険料）

大人の自然教室 ～大人には大人の自然の楽しみ方がある～

期 日：第1回 令和8年4月29日（水）「校内に咲くキンランやギンランなどを探し、春の自然を楽しもう」
第2回 令和8年12月5日（土）「冬の校内を散策して採取した植物で、オリジナルのリースやかごをつくらう」
対 象：自然体験活動に関心のある方
募集定員：各回20人程度
参加費：100円（保険料）

※天候等により中止または内容等が変更になる場合があります。
※詳しくは、兵庫県立南但馬自然学校指導課までお問い合わせください

自然学校講座

期 日：令和8年8月26日（水）～8月28日（金）
対 象：大学生、県内在住の方、県下の公立学校教員、
その他自然学校に関心のある方
募集定員：35人程度
内 容：兵庫型「体験教育」とは、指導補助員の心得、
キャンプファイヤー指導の基礎基本、
アクティビティ「隠れ家づくり」指導の基礎基本、
自然学校・野外活動におけるリスクマネジメント、
野外炊事指導の基礎基本等
参加費：9,000円程度
（宿泊料、食事代、リネン料、保険料、活動材料費）

冬の自然学校体験講座

期 日：令和8年12月28日（月）
対 象：県内の公立小学校及び義務教育学校前期
課程教員（初任者研修及び中堅教諭等資質
向上研修としても受講可）
募集定員：20人
内 容：冬の里山散策、火おこし体験、野外炊事、
自然物クラフト
参加費：1,000円
（野外炊事材料費及び保険料）