

2022 年度 「地域活性化に向けた海洋センター の新たな活用に関する調査研究」

調査報告書

2023 年 9 月
B&G 財団 企画広報課

○はじめに

B&G財団では、「地域力の活用計画」に基づき、地域活性化に向けた海洋センターの新たな活用を見出すため、トライアル事業の実施や関係者へのヒアリング、視察等の調査を調査研究事業として行っている。

2022年度調査研究事業は、「地域力の活用計画」に基づき、“「海」「海洋センター」における“心の健康”促進事業”及び“多国籍防災キャンプ”について調査およびパイロット実施をする。以下に各調査の詳細を報告する。

I. 調査目的

①「海」「海洋センター」における“心の健康”促進事業

心の状態把握および心の健康づくりプログラムの構築と、実施するための指導員への研修を構築するため、有識者へのヒアリング調査やプログラムの視察等を行うほか、海洋センター所在自治体の教育長及び教育委員会学校教育担当者への質問紙調査を実施し、事業の仕組みや監修内容等を構築することを目的とする。

②多国籍防災キャンプ

外国人の避難所での心身のケアにも対応した海洋センターの避難所運営を視野に入れるため、防災キャンプ等の情報収集と視察を行い、実施のスキームや内容から事業の構築を行うことを目的とする。

II. 調査仮説

①「海」「海洋センター」における“心の健康”促進事業

現在、児童のメンタルヘルス不調による不登校や自殺が増加している中で、児童の自殺原因が不明である事例が全体の6割であること、児童のストレスの解消はセルフケアであることから、現在の小中学生のメンタルヘルス不調の予防に対し、ストレスチェック等の心の状態把握とストレス解消プログラムの実践が効果的であると仮定した。その上で、児童のメンタルヘルスに関しては認知行動療法等の専門的知見が多く含まれることから、事業の構築に係る調査を実施する。

また、学校教育の現場において、児童のメンタルヘルス問題は大きな課題であると仮定しており、学校からの事業ニーズ等をアンケートにて調査する。

②多国籍防災キャンプ

現在被災時の外国人対応が課題とされている中で、現状避難所にされる海洋センターでは外国人に対し十分な対応が準備されていない。そのため、避難した外

国人へのケア不足による心身の不調も考えられる。海洋センター所在自治体において、平時から外国人に対応できる避難所運営の準備の他、外国人との防災コミュニティを形成することが重要であると仮定した。本事業の構築のため、事例等の調査・視察を実施する。

Ⅲ. 調査内容および調査先

以下の計画の通り、調査を実施する。

①「海」「海洋センター」における“心の健康”促進事業

1. 新規事業創出調査

- (1) 有識者や自治体教育長等へのヒアリング
- (2) 小中学生における児童・生徒のメンタルヘルスに対する取り組み等についてのアンケート
- (3) 海洋センターでの取り組みの現地調査

2. パイロット実施

- (1) 海洋センター及び隣接施設利用者児童を対象としたメンタルヘルス不調予防プログラム「こころアップタイム」の実施
- (2) 海洋センターにおけるメンタルヘルス不調予防プログラムの試験開発・実践・調査

3. 課題や問題の抽出、事業効果等の検証

- (1) 海洋センターにおけるメンタルヘルス不調予防プログラム試験実施結果のフィードバック

②多国籍防災キャンプ

1. 新規事業創出調査

- (1) 先進的取り組み等の現地調査

①「海」「海洋センター」における“心の健康”促進事業

1. 新規事業創出調査

(1) 有識者や自治体教育長等へのヒアリング

以下専門機関や自治体の教育長等に対し、ヒアリング調査を行った。

○専門機関又は団体

団体名および担当者	日程	概要
東京メンタルヘルス	2023/1/11	学校現場でのメンタルヘルス対策の取り組み 簡易的な心の状態確認「スクールコンケア」について
株式会社 MELON	2023/1/19	小学校にマインドフルネスを導入した概要 指導者へのレクチャーや必要な技能等について
同志社大学心理学部石川研究室	2023/1/20	子どものストレス解消・メンタルヘルス不調予防プログラムの内容等について ストレス対策における効果的な時期
千葉大学子どもの心の発達教育研究センター	2023/1/26	子どものストレスチェックについて フィードバック方法やその他不調対策等
同志社大学心理学部石川研究室 伊藤研究支援員	2023/2/7	実際のプログラムにて使用する教材やプログラム「こころアップタイム」に係る研修会等について

○自治体

自治体名および担当者	日程	概要
茨城県五霞町 B&G 指導員	2023/3/10	海洋センター指導員におけるメンタルヘルスの対策や知見獲得の意義
福岡県築上町 教育長及び学校教育担当者	2023/3/27	小中学生のメンタルヘルスに関する問題意識 既存の取り組み、自治体としての事業の実現可能性等
鹿児島県南大隅町 教育長及び学校教育担当	2023/4/25	小中学生のメンタルヘルスに関する問題意識 既存の取り組み、自治体としての事業の実現可能性、先進事例等
北海道東神楽町 教育長	2023/5/24	小中学生のメンタルヘルスに関する問題意識 既存の取り組み、自治体としての事業の実現可能性等

(2) 小中学生における児童・生徒のメンタルヘルスに対する取り組み等についてのアンケート調査

《 I 》調査目的

「海」「海洋センター」における“心の健康”促進事業の実施に先立ち、海洋センター所在自治体の子どもの心の健康に対する意識や事業ニーズ等を調査し、今後の事業構築に向けて参考とする。

《Ⅱ》背景及び調査仮説

各自治体の教育長及び学校教育担当者から意見や要望を収集することにより、自治体としての意向や展開、実施候補地の見込み等が把握できるほか、本事業の不足している要素等についても検証することができる。

《Ⅲ》アンケート調査の実施

◆アンケート実施内容

- ・ 対象者：全海洋センター所在自治体 教育長及び学校教育担当
- ・ 実施期間：2023年2月2日～2月24日
- ・ 実施内容：自治体へ郵送し、郵送で回答をいただく
- ・ 回答数：【教育長】163自治体 【学校教育担当】193自治体
- ・ 回答率：【教育長】45% 【学校教育担当】50%

◆アンケート結果 ※無回答については記載しない

(教育長)

【問1】小学生のメンタルヘルス予防や心の健康づくりについて、どのようにお考えですか？以下から1つ選んでお答えください。

	N	%
全体	163	100.0%
1 ①非常に重要だ	135	82.8%
2 ②重要だ	27	16.6%
3 ③どちらともいえない	0	0.0%
4 ④重要ではない	0	0.0%
5 ⑤まったく重要ではない	0	0.0%

【問2】現在、貴自治体にて行われている、小学生向けのメンタルヘルス・心の健康づくりへの取り組みや工夫について当てはまるものすべてお答えください。また、その他を選択した方は、自由記述欄に取り組みについてご記入ください。

	N	%
全体	658	403.7%
1 ①小学校へのスクールカウンセラー配置	143	87.7%
2 ②担任教師による見守りや声掛け	160	98.2%
3 ③相談窓口等の設置(電話も含む)	99	60.7%
4 ④学校でのストレスチェックの実施 ※	36	22.1%
5 ⑤学校でのストレスチェック以外の、心の状況を見守る施策の実施	73	44.8%
6 ⑥心の健康づくりを目的とした授業の実施	106	65.0%
7 ⑦心の健康づくりを目的とした課外活動の実施	33	20.2%
8 ⑧その他	7	4.3%

【問3】今後、貴自治体にて計画している、又は実施したいと考えている小学生向けのメンタルヘルス・心の健康づくりへの取り組みとして当てはまるものがあれば、当てはまるものすべてお答えください。またその他を選択した方は、自由記述欄に計画している取り組みについてご記入ください。

	N	%
全体	481	295.1%
1 ①小学校へのスクールカウンセラー配置	79	48.5%
2 ②担任教師による見守りや声掛け	83	50.9%
3 ③相談窓口等の設置(電話も含む)	61	37.4%
4 ④学校でのストレスチェックの実施	45	27.6%
5 ⑤学校でのストレスチェック以外の、心の状況を見守る施策の実施	62	38.0%
6 ⑥心の健康づくりを目的とした授業の実施	76	46.6%
7 ⑦心の健康づくりを目的とした課外活動の実施	42	25.8%
8 ⑧その他	11	6.7%

【問4】中学生のメンタルヘルス予防や心の健康づくりについて、どのようにお考えですか？以下から1つ選んでお答えください。

	N	%
全体	163	100.0%
1 ①非常に重要だ	135	82.8%
2 ②重要だ	22	13.5%
3 ③どちらともいえない	3	1.8%
4 ④重要ではない	1	0.6%
5 ⑤まったく重要ではない	0	0.0%

【問5】現在、貴自治体にて行われている、中学生向けのメンタルヘルス・心の健康づくりへの取り組みや工夫について当てはまるものすべてお答えください。また、その他を選択した方は、自由記述欄に取り組みについてご記入ください。

	N	%
全体	660	404.9%
1 ①中学校へのスクールカウンセラー配置	140	85.9%
2 ②担任教師による見守りや声掛け	155	95.1%
3 ③相談窓口等の設置(電話も含む)	99	60.7%
4 ④学校でのストレスチェックの実施	38	23.3%
5 ⑤学校でのストレスチェック以外の、心の状況を見守る施策の実施	74	45.4%
6 ⑥心の健康づくりを目的とした授業の実施	109	66.9%
7 ⑦心の健康づくりを目的とした課外活動の実施	34	20.9%
8 ⑧その他	8	4.9%

【問6】今後、貴自治体にて計画している、中学生向けのメンタルヘルス・心の健康づくりへの取り組みとして当てはまるものがあれば、当てはまるものすべてお答えください。またその他を選択した方は、自由記述欄に計画している取り組みについてご記入ください。

	N	%
全体	473	290.2%
1 ①中学校へのスクールカウンセラー配置	74	45.4%
2 ②担任教師による見守りや声掛け	82	50.3%
3 ③相談窓口等の設置(電話も含む)	58	35.6%
4 ④学校でのストレスチェックの実施	44	27.0%
5 ⑤学校でのストレスチェック以外の、心の状況を見守る施策の実施	61	37.4%
6 ⑥心の健康づくりを目的とした授業の実施	77	47.2%
7 ⑦心の健康づくりを目的とした課外活動の実施	38	23.3%
8 ⑧その他	12	7.4%

【問7】現在 B&G 財団では、小中学生を対象とした心の健康づくりを目的とした事業の実施を企画しています。その中で以下の内容について、実施等への意識として当てはまるものを1つ選んでご回答ください。

(1) 小中学校でのストレスチェックの実施

	N	%
全体	163	100.0%
1 ①自治体負担でも実施したい	7	4.3%
2 ②一部助成・補助があれば実施したい	6	3.7%
3 ③全額助成・補助があれば実施したい	130	79.8%
4 ④実施したくない	14	8.6%

(2) ストレスチェックを活用した学校での子どもたちの見守り

	N	%
全体	163	100.0%
1 ①自治体負担でも実施したい	7	4.3%
2 ②一部助成・補助があれば実施したい	8	4.9%
3 ③全額助成・補助があれば実施したい	126	77.3%
4 ④実施したくない	16	9.8%

(3) ストレス解消や心の健康づくりにつながる学校での活動（授業含む）

	N	%
全体	163	100.0%
1 ①自治体負担でも実施したい	12	7.4%
2 ②一部助成・補助があれば実施したい	16	9.8%
3 ③全額助成・補助があれば実施したい	119	73.0%
4 ④実施したくない	12	7.4%

(4) ストレスチェック等、子どもたちの心の健康づくりやそれらに対応する見守りと連動した海洋センターを活用したストレス解消プログラムの実施

	N	%
全体	163	100.0%
1 ①自治体負担でも実施したい	3	1.8%
2 ②一部助成・補助があれば実施したい	14	8.6%
3 ③全額助成・補助があれば実施したい	126	77.3%
4 ④実施したくない	17	10.4%

(5) ストレスチェックは基本的に年に1～3回ほど実施し、定期的に子どもたちの心の状態を詳細に判定し、見守りに活かすことができるもので、一回当たり500～1000円/1人ほどの費用がかかります。一方、簡易的ではあるが子どもたちの心の状態を毎日判定するツール（以下毎日把握ツール）もあり、1か月あたり500円/1人（初期費用別途あり）の費用がかかるとされています。上記の条件において、子どもの心の状態把握手法の導入について、どのように考えますか。最も近い考えを1つ選んでご回答ください。

	N	%
全体	163	100.0%
1 ①ストレスチェック・毎日把握ツール両方とも導入したい	15	9.2%
2 ②ストレスチェックは導入したい	66	40.5%
3 ③毎日把握ツールは導入したい	11	6.7%
4 ④どちらも必要とは思わない	37	22.7%
5 ⑤もっと有効な手段がある	18	11.0%

(学校教育担当)

【問1】小中学生のメンタルヘルス予防や心の健康づくりについて、どのようにお考えですか？以下から1つ選んでお答えください。

	N	%
全体	193	100.0%
1 ①非常に重要だ	155	80.3%
2 ②重要だ	38	19.7%
3 ③どちらともいえない	0	0.0%
4 ④重要ではない	0	0.0%
5 ⑤まったく重要ではない	0	0.0%

【問2】現在、貴自治体にて行われている、小中学生向けのメンタルヘルス・心の健康づくりへの取り組みや工夫について当てはまるものすべてお答えください。また、その他を選択した方は、自由記述欄に取り組みについてご記入ください。

	N	%
全体	784	406.2%
1 ①小中学校へのスクールカウンセラー配置	180	93.3%
2 ②担任教師による見守りや声掛け	190	98.4%
3 ③相談窓口等の設置（電話も含む）	113	58.5%
4 ④学校でのストレスチェックの実施 ※	64	33.2%
5 ⑤学校でのストレスチェック以外の、心の状況を見守る施策の実施	80	41.5%
6 ⑥心の健康づくりを目的とした授業の実施	119	61.7%
7 ⑦心の健康づくりを目的とした課外活動の実施	29	15.0%
8 ⑧その他	9	4.7%

【問3】 今後、貴自治体にて計画している、又は実施したいと考えている小中学生向けのメンタルヘルス・心の健康づくりへの取り組みとして当てはまるものすべてをお答えください。またその他を選択した方は、自由記述欄に計画している取り組みについてご記入ください。

	N	%
全体	577	299.0%
1 ①小中学校へのスクールカウンセラー配置	103	53.4%
2 ②担任教師による見守りや声掛け	101	52.3%
3 ③相談窓口等の設置(電話も含む)	70	36.3%
4 ④学校でのストレスチェックの実施	63	32.6%
5 ⑤学校でのストレスチェック以外の、心の状況を見守る施策の実施	65	33.7%
6 ⑥心の健康づくりを目的とした授業の実施	89	46.1%
7 ⑦心の健康づくりを目的とした課外活動の実施	40	20.7%
8 ⑧その他	15	7.8%

【問4】 現在 B&G 財団では、小中学生を対象とした心の健康づくりを目的とした事業の実施を企画しています。その中で以下の内容について、実施等への意識として当てはまるものを1つ選んでご回答ください。

(1) 小中学校でのストレスチェックの実施

	N	%
全体	193	100.0%
1 ①自治体負担でも実施したい	8	4.1%
2 ②一部助成・補助があれば実施したい	7	3.6%
3 ③全額助成・補助があれば実施したい	149	77.2%
4 ④実施したくない	23	11.9%

(2) ストレスチェックを活用した学校での子どもたちの見守り

	N	%
全体	193	100.0%
1 ①自治体負担でも実施したい	4	2.1%
2 ②一部助成・補助があれば実施したい	9	4.7%
3 ③全額助成・補助があれば実施したい	150	77.7%
4 ④実施したくない	25	13.0%

(3) ストレス解消やメンタルヘルスづくりにつながる学校での活動(授業含む)

	N	%
全体	193	100.0%
1 ①自治体負担でも実施したい	8	4.1%
2 ②一部助成・補助があれば実施したい	13	6.7%
3 ③全額助成・補助があれば実施したい	147	76.2%
4 ④実施したくない	22	11.4%

(4) ストレスチェック等、子どもたちの心の健康づくりやそれらに対応する見守りと連動した海洋センターを活用したストレス解消プログラムの実施

	N	%
全体	193	100.0%
1 ①自治体負担でも実施したい	1	0.5%
2 ②一部助成・補助があれば実施したい	14	7.3%
3 ③全額助成・補助があれば実施したい	155	80.3%
4 ④実施したくない	20	10.4%

(5) もし、心の状態把握手法(ストレスチェック・毎日の心の状態把握ツール等)を貴自治体にて導入するとなった場合、課題・ハードルとなりえることについて、以下から2つまで選んでご回答ください。

	N	%
全体	388	201.0%
1 ①財政への負担増加	142	73.6%
2 ②教員の多忙化	148	76.7%
3 ③教員等の心の健康に対する専門知識の不足	27	14.0%
4 ④個人情報の取扱い	45	23.3%
5 ⑤保護者とのトラブル懸念	7	3.6%
6 ⑥導入による効果を議会等で説明しにくい	10	5.2%
7 ⑦その他	5	2.6%

(7) 【(1)～(4)のどれかで③または④と回答した方はお答えください】学校にてストレスチェック等、子どものストレス対策を(自治体負担で)実施したくない理由として当てはまるものすべてお答えください。

	N	%
全体	372	204.4%
1 ①財政への負担増加	140	76.9%
2 ②教員の多忙化	114	62.6%
3 ③教員等の心の健康に対する専門知識の不足	31	17.0%
4 ④個人情報の取扱い	37	20.3%
5 ⑤保護者とのトラブル懸念	13	7.1%
6 ⑥効果が見込めない	0	0.0%
7 ⑦その他	24	13.2%

【問5】自治体内の小中学校にて、スクールカウンセラーを配置していますか。

【配置の有無】

	N	%
全体	193	100.0%
1 ①配置している	178	92.2%
2 ②配置していない	13	6.7%

【1校への出勤頻度】

	N	%
全体	178	100.0%
1 ①ほぼ毎日	1	0.6%
2 ②1週間で1～3回程度	42	23.6%
3 ③1か月に1～3回程度	126	70.8%
4 ④学期に1～3回程度	2	1.1%
5 ⑤1年に1回程度	1	0.6%

《IV》. アンケート結果の分析と今後の方針

- ・ 小中学生のメンタルヘルスに対して多くの自治体にて重要度の高い問題ととらえているものの、現状の取り組みとしては、担任やカウンセラーの見守り等であり、ストレス解消やストレスに強くなる養育等は行われていない。
- ・ また、事業としてストレスチェックやプログラムのニーズが高いことが分かった。一方で財源の確保や教員の多忙化も課題として挙げられた。
- ・ 本アンケートを基にヒアリング対象者を選定した。その結果、海洋センター等における子どもたちのストレスケア・メンタルヘルス不調予防が実施できる人材育成も求められていることが分かった。
- ・ 「プログラム開発」「人材育成」の2点を主題として調査・事業構築を検討する。

(3) 海洋センター等での取り組みの現地調査

団体名および担当者	日程	概要	様子
同志社大学 心理学部石川研究室 こころあっぷ交流会	2023/2/25	「こころアップタイム」の実施者に対する定期研修会の視察と参加 定期的な人材育成について調査	
埼玉県久喜市栗橋 B&G 海洋センター	2023/3/9	海洋センターのプログラム「癒しのヨガ教室」視察と体験	
埼玉県幸手市 B&G 海洋センター	2023/3/9	センターで独自に実施されているセルフトレーニングサーキットや施設の視察	
茨城県五霞町 B&G 海洋センター	2023/3/9	海洋センターの適応指導教室としての活用事例と施設の視察	
群馬県玉村町 B&G 海洋センター	2023/3/10	本海洋センターで盛んなフロアプログラムを体験・視察し、プログラムの新規開発等について情報収集	

海洋センターでのプログラムや専門機関が実施している研修会に参加した。海洋センターにおいて、子供向けのプログラムはニーズが高く、要望があるものの、指導者の負担も大きく、新規の内容や運動を覚え子どもに伝えることは非常に労力がかかることであることが分かった。一方研修会では、現在実施しているプログラムについて、定期的（2か月に1回）に研修を実施しており、実施者の知見・技能の向上を図りつつ、実施者のコミュニティ形成にもつながっており、現場で実践している中で抱いた不安や課題を仲間や専門家に相談しながら解決することができていた。

プログラム実施にも人材育成は必要となってくるだけでなく、子どもたちの志向・傾

向は少しずつ変化していくため、接し方等も更新していく必要がある。人材育成については、継続性とコミュニティ性を持たせることが重要となってくる。

2. パイロット実施

(1) 海洋センター及び隣接施設利用者を対象としたメンタルヘルス不調予防プログラム「こころアップタイム」の実施

心の状態把握および心の健康づくりプログラムの構築と、実施するための指導員への研修を構築するため、現在同志社大学心理学部石川研究室と連携する方向である。そのうえで、石川研究室が独自に開発した児童向けのメンタルヘルス不調予防プログラムである「こころあっぷタイム」の体験会を実施、視察することで、プログラム構築の知見獲得や、構築のための連携の方向性及び監修体制などについての検討材料の収集を行う。

日 時：2023年6月19日（月） 16：00～17：40（途中10分休憩あり）

場 所：子ども第三の居場所 胎内拠点 大広間（2F）

参加者：16名（3年生：10名 4年生：6名）

講 師：同志社大学心理学部石川研究室 松原先生 伊藤先生

視 察：6名（BG：3名 胎内市：3名）

内 容：



1 コマ目【こまった「きもち」をつかまえよう！】（45分）

はじめに「きもち」について考えてみる。また、きっかけとして登場人物の気持ちを考えてみて、自分の感じたことがある気持ちや、今日のいい気持ちを言葉にしてみることで、きもち・こころに対する理解をする内容。

2 コマ目【あたたかい言葉をかけよう】（45分）

対人関係の中で、言葉が気持ちに大きく影響を与えることから、人に投げかける言葉について、感じる気持ちを考え、実際に使う練習をすることで、やさしい言葉を使えるようになる。また、優しい言葉を使うことで自分もいい気持ちになれることを感じてもらう。

・様子

	
会場	当日使用教材

<p>導入</p>	<p>プログラムを進行する松原先生</p>
<p>登場人物のロールプレイング</p>	<p>友達同士で意見出し</p>

パイロット実施後の調査ヒアリング調査

時 間：2023年6月20日 11:15～12:15

場 所：子ども第三の居場所 スタッフルーム 2階

参 加 者：胎内市 学校教育課 浮須氏

子ども第三の居場所 胎内拠点 佐藤氏

同志社大学心理学部石川研究室 松原先生、伊藤先生 (講師)

B&G 財団 西村 計5名

【調査概要】

- ・ 座学形式で最初参加者の子どもたちがしっかり受けられるか不安であったが、みな集中して取り組んでおり、これは松原先生の技量と思う。感心した。いつもならすぐに歩き回る子もいたため驚いた。
- ・ 内容は非常に興味深く、特に第三の居場所に通う要支援の子は特にストレスやメンタルヘルスによる不調を引き起こすリスクが高いとも言われていることから、このようなプログラムに取り組めるよう働きかけができればよいと思った。
- ・ 平日の放課後だったため、2コマ目は疲れていた子もいた。また、保護者からも「宿題ができなくなる」「迎えの時間はいつもと同じにしたい」等の要望もあり、平日に

プログラムを実施することは難しいと感じた。平日は保護者の理解を得ることがハードルとなってしまった。

- ・ また、人材不足は課題。放課後児童クラブによっては、運営で手一杯な場所もあり、内部だけで新しいプログラムを実施するのは困難である。
- ・ ただし、非常にニーズの可能性は感じた。参加者の子どもの中には、自主的に「イライラすることがあるから…」と参加希望を出してきたように、子供の中には心に対する居場所やBG側のフォローを必要とする子もいる。
- ・ 夏休みのような休暇期間であれば、子どもたちへのプログラムとして1コマほど継続して実施できるほか、保護者にも理解を得やすい。また、夏休みは職員が毎回悩みながらプログラムを考えている状況であるため、選択肢としてプログラムがあるととても良い。
- ・ BGの指導者が実施できるプログラムの提供は非常にありがたいものになると思う。休暇中の提供プログラムになる上に、胎内市は第三・放課後倶楽部と海洋センターが繋がっているため、遊び時間としても楽しみながら、心の健康につながるのはとても良い。
- ・ 人材不足の観点からも、センター指導者がプログラム提供をしてくれるのは、大変ありがたいと、BGとも連携を取りやすい当市としては非常に魅力的である。
- ・ BG指導員側からすると、新しいプログラムとなると業務的にもハードルがあるので、既存のカヌーやプールでの取り組みの延長でできるとやりやすい。

(2) 海洋センターにおけるメンタルヘルス不調予防プログラムの試験開発・実践・調査

小中学生の心の健康づくりを目的としたプログラムを開発するため、本分野の専門家である同志社大学心理学部石川研究室の知見・助言を得たうえで、プログラムを試験開発する。また、開発したプログラムの、試験実践後の調査等に対し、同専門家からの意見を頂戴し、作成したプログラムの検証や今後のプログラム開発に対する方向性を構築していく。

日 時：2023年8月28日（月） 13：00～16：00（12：40参加者集合）

場 所：五霞町 B&G 海洋センター 体育館およびプール

参加者：8名

スタッフ：B&G 財団 西村・鴻巣、五霞町 菅原氏 他1名

視 察：同志社大学心理学部石川研究室 研究支援員 伊藤史織 氏

内 容：

時間	内容	メイン担当
12：40	参加者集合・受付 こころとからだのメモリシート記入	西村・菅原
13：00 ～14：00	ココロゲンキプログラム メンタルヘルス不調予防プログラム実施	鴻巣
14：00 ～14：20	休憩・着替え	
14：20 ～15：00	救助ボート 乗船体験プログラム	西村
15：10 ～15：50	水辺レクリエーション	菅原
16：00	終了・解散	

ココロゲンキプログラム概要

- (1) プログラム前のシート記入（実施前のこころの状態をスタッフが把握し、声掛けに活かす）
- (2) 準備体操（軽く体をほぐす）
- (3) パワー体操（体に力を入れ緊張を緩和する“筋弛緩法”を活用したプログラム）
- (4) リズムジャンプ（普段慣れない動き・考えを動きながら行い、不安感・疲労感を低減）
- (5) スキップチームづくり（スキップ移動により楽しい気持ちになれる）
- (6) フラフープくぐり（チャレンジへの達成とチームビルディングからモチベーション向上）
- (7) まとめ（全体的に声掛けをした後、シートを実施後にも記入してもらう）

・様子



ココロゲンキプログラム 会場（体育館）

シート記入で使用したシート



準備運動

パワー体操



リズムジャンプゲーム

まとめ



水辺レクリエーション

・パイロット実施後の調査

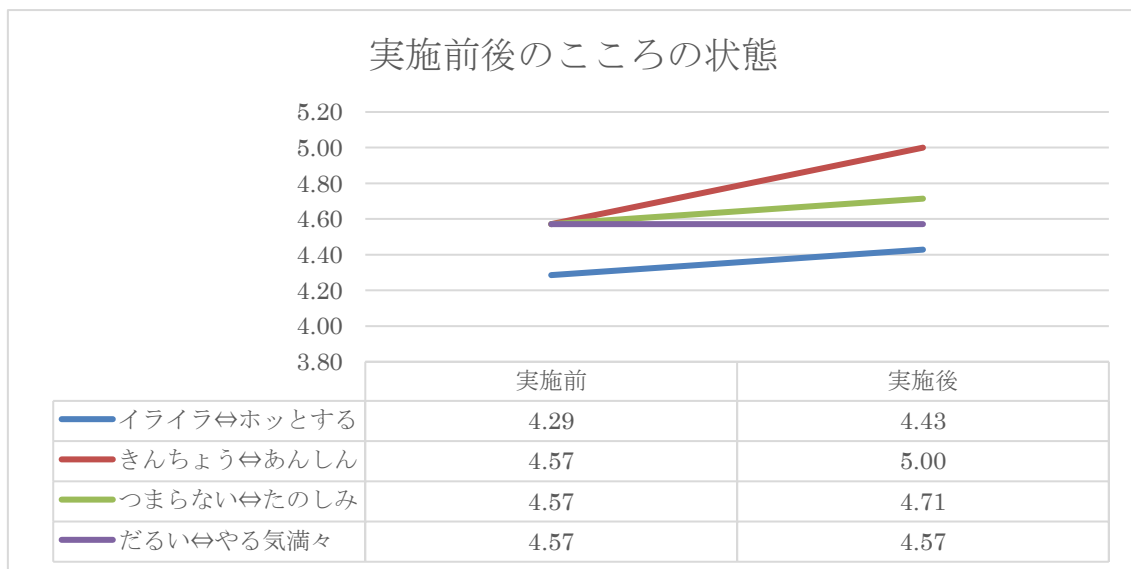
A.プログラム前後における「こころとからだのメモリシート」の結果

調査概要：プログラム前後に同シートを記入してもらい、数値の変化を見る。

調査対象：プログラム参加者 7 名（1 名は事後アンケート未記入のため対象外とした）

調査手法：参加者自身でのシートへの記入

調査結果：5 項目中、主に“こころ”についての調査事項である 4 項目において、参加者の心の状態が改善傾向にあることが確認された。（1 が最も悪い状態、5 が最も良い状態）



B. “ココロゲンキプログラム” 実施後ヒアリング調査

時 間：2023 年 8 月 29 日 9：45～11：00

場 所：五霞町公民会 応接室

参加者：五霞町教育委員会 菅原氏 他 1 名 計 2 名

B&G 財団 岩井常務、西村 計 2 名

【ヒアリング概要】

- ・初対面で最初は緊張している子もいたが、プログラムを通して、緊張が解けて、さらに活発になっていることが分かった。ココロゲンキプログラムを実施した後のプログラムも非常に実施しやすかった。
- ・今までも、「やる気がない」「元気がない」「声掛けに反応しない」子どもがイベント等にいた経験もあることから、冒頭にシートを使った状態の確認と、それを活用した声掛けは非常に有効と感じた。一方で、ケアできる声掛けの内容や手法を知らないため、プログラム実施以外にも指導員のスキルアップには非常に有効である。
- ・今回は自主的に応募してくれた子ども達や家庭であったため、非常にやる気をもって参加してくれた子が多く、海洋センター利用頻度も高い児童であった。B G 塾のよう

な上記手法では、元気な子どもだけが集まってしまう。希望制や応募ではなく、広く児童に受けてもらえるような事業展開が必要。

- ・ 児童館や学童、適応指導教室等と連携し、指導員が海洋センターに限らず活動できると、効果的に事業展開が可能と思われる。ただ、実施に費用がかかるような内容であれば、現場での実施に対しても支援がないと普及は難しいと思われる。
- ・ 人材育成（研修会）についても、予算獲得ができるかどうかかわからず、7月頃から次年度予算の見当が始まるため、そのころに研修会のお知らせがないと厳しい。財源的にも厳しいため、研修参加に対する補助があると自治体としても指導員を研修に出しやすい。
- ・ 子どものこころを扱う事業については、こども家庭庁が設立されたこともあり、児童福祉関連は自治体として非常にニーズの高い事業。この事業が本格化したらぜひとも実施したい。
- ・ 今回のプログラムにおいて、対象年齢を広くとってしまったため、対象年齢は少し狭めたほうが実施しやすいと思う。

3. 課題や問題の抽出、事業効果等の検証

(1) 海洋センターにおけるメンタルヘルス不調予防プログラムの試験実施結果のフィードバック

2. (2) について現地調査を実施した同志社大学心理学部より、フィードバックをいただくことで、本事業内容の構築の一助とし、本事業の概要を完成させる。

日時：2023年9月26日 10:00～11:00

場所：同志社大学東京サテライトキャンパス 会議室

参加者：同志社大学心理学部石川研究室 伊藤支援員

B&G 財団 西村、鴻巣

【フィードバック・検証結果概要】

- ・ プログラムの内容については、子どもたちも楽しく全体を通して参加ができていた。ただ、やる内容以上に子どもたちへのフォローや気配りが、子どもたちの心理に対して影響が大きいことが分かった。接し方一つで、気持ちが上向きになることもあれば、大きく下向きになってしまうこともある。「心理的安全性」を確保しながら接することが重要である。

<心理的安全性を高めるために>

指導者、児童ともに、しっかりと目的を把握する必要があり、事前の準備をかかすことができない。また、指導者は以下の点に気を付け、指導を行うことで、子どもたちの心理的安全性が高まり、参加しやすい状態を作る必要がある。

i 参加者には目的と内容の詳細を伝える

- ・ 心の準備ができる
- ・ 親子での会話が増える
- ・ 参加する意義を感じる

ii 初対面の児童でも同じ目的に向かって仲間意識が生む

- ・ 意見の交換ができる

- ・共通の話題を持つ
- iii それぞれの実力を見極める時間を持つ
- ・異年齢の子どもたちの関係性を作る
 - ・チームづくりにおける役割
- iv 目的を明確にし、挑戦する気持ちを高め合う
- ・勝ち負けではなく、相手の個性を認める
 - ・できることできないことを相手に伝え、互いを助け合う

指導の難しい点としては、それぞれの地域によって誰がどのように担当するのか違いがある他、現場のスタッフなどで、心理的安全性の高まる子どもへの接し方について、知見・技能が不足している。

解決法：指導者が研修などにより技術を身につける、定期的な知見の獲得や困りごとの共有ができる環境を整えることも重要である。

また、参加する子どもに対して学校の授業として行う場合はよいが、地域によって初対面で学年が混在する子どもをまとめることは難しいため、あらかじめ参加者の情報を把握する必要も考えられる。これにより、フォローの方法や手厚さなども変わってくる。



例)


- 学校
- 学年
- 施設利用回数
- 参加者の友人・兄弟関係
- 水泳経験
- 事前共有 目的・内容

② 多国籍防災キャンプ

1. 新規事業創出調査

(1) 先進的取り組み等の現地調査

自治体名 団体名	日程	概要	様子
北海道鷹栖町（自治体）	2023/2/24	冬季における子どもたちが楽しく学べる防災運動会の手法等の調査	
岩手県久慈市（自治体）	2023/2/26	防災キャンプの内容・プログラム情報の収集	

岡山県 多国籍防災 キャンプ	2023/3/4 ～3/5	外国人との交流も兼ね備えた防災キャンプの視察調査	
----------------------	------------------	--------------------------	---

IV. 考察

① 「海」「海洋センター」における“心の健康”促進事業

上記調査・検証結果から、最優先事項として「人材の育成」に取り組むべきであると考えられる。従来海洋センターは心身の健康づくりの場として活用されている。一方で近年の子どもたちの多様化や社会的ストレスの高まり、メンタルヘルス不調リスク等から、子どもたちと接する「指導員」の【接し方】によって、海レクや水泳等が子どもたちの心に良いものにも悪いものにもなる可能性が考えられた。

また、近年海洋センターは「第三の居場所」をはじめとする居場所を利用する児童に対し、海レク・水泳を提供する機会も増加している。居場所を利用する子どもの中には、心理的なリスクが高い子どもや不登校予備軍の子どもも含まれていることから、より専門的な【接し方】の知見や技術が必要になってくる。

その他、海洋クラブ等で日々指導する指導員は技術だけでなく、メンタル的なサポートもできるようにすることで、海レクの効果がさらに高まることが予想される。

全国の BG 指導員に対し、子どもたちの「心理的安全性を高める」「メンタルを強靱にする」など、メンタルヘルス不調を防ぎ、心を鍛えることができる知見を研修していくことが必要であると考えられる。

② 多国籍防災キャンプ

平時から外国人に対応できる避難所運営の準備や外国人との防災コミュニティを形成する上で、以下が重要であることがわかった。

- ① 在日外国人の防災に関する知識の向上⇒自助
- ② 外国人も含む地域住民間の関係性構築⇒共助・近所
- ③ 行政と外国人の把握とつながりの構築⇒公助

上記を満たすため、B&G 財団の強みである「自治体とのつながり」を活かした実施形態を構築し、防災教育的な要素や地域住民間交流を多く含む他国籍防災キャンプを計画していきたい。