

わくわくウィークin霧ヶ峰フィールド ～自然の中で共同生活・共有体験～

主な活動内容・デイリースケジュール・留意事項等

これまでの経過（蓼科保養学園事業）

- ▶ 諏訪市が運営してきた蓼科保養学園（茅野市北山地籍）は、市内小学5年生を対象に、一定期間（約70日）親元を離れ仲間と寝食を共にする生活のなかで、自然体験、スポーツ体験、社会体験などのプログラムを数多く組み込み、児童の心身の健康・たくましさの体得などに資する健全育成事業に取り組んできました。
- ▶ 現代の子どもたちは、肥満・痩身、生活習慣の乱れ、メンタルヘルスの課題、自尊感情の低下などのほか、多様で直接的な原体験の機会が減少していることなどが指摘されており、未来を生きるためには、自らの健康に興味を持ち、日常的に起こり得る健康課題やストレスに対して適切に対処できる力や、心身の健康にとって望ましい行動を選択する力を身につけるための学びが重要です。
- ▶ 社会の変容とともにコロナ禍における生活制限などが加わり、多くの市民・関係者に惜しまれつつ、令和4年度末をもって閉園となりました。



わくわくウィークin霧ヶ峰フィールドがめざすもの

- ▶ 健康課題を抱える子どもたちの支援として、蓼科保養学園の運営を通じて培ってきた健康教育のノウハウを生かしながら、子どもたちが生涯にわたって健康で活力ある生活を送るための力を実践的に学ぶ機会が必要であると考え、“蓼科イズム”を継承する「新しい健康教育事業」を新しいフィールドで取り組むこととしています。
- ▶ 試行的事業として、令和8年3月に1週間程度の宿泊体験学習を計画しました。この試行的事業では、蓼科イズムを踏まえ、規則正しい生活（早寝・早起き・朝ごはん、時間を見て動くなど）に取り組みつつ、この事業ならではの体験になるような学習や体験プログラムを組み込み、事業を実施していきます。



期間・対象・募集人数など

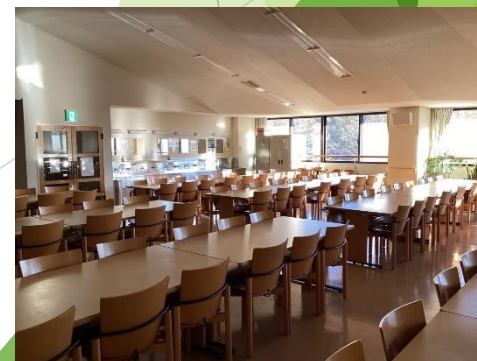
- ▶ 期間：令和8年3月23日（月）～29日（日）※市内小学校春休み期間

23日(月)13：30より入寮式（於：諏訪市霧ヶ峰体育館）

29日(日)11：00より退寮式（於：諏訪市霧ヶ峰体育館）

※集合・解散の場所は諏訪市霧ヶ峰体育館となります。

- ▶ 対象：市内小学校在籍の小学5年生（集団生活が可能な児童）
（※ご家庭・学校よりお聞きする日常生活の様子により、ご参加いただけない場合があります。）
- ▶ 募集人数：最大40名（※希望者多数の場合は、抽選を行います。）
- ▶ 場所：台東区立少年自然の家 霧ヶ峰学園（霧ヶ峰高原スキー場近く）
（※東京都台東区所管の保養施設です。）
- ▶ 主催：諏訪市教育委員会・諏訪市
- ▶ 協力：諏訪市医師会、信州大学ほか



デイリースケジュール

時刻	日程
6:30～6:50	起床、着替え、洗面
7:00～7:30	朝の体操
7:45～8:15	朝食
8:30～8:40	部屋の整理整頓
8:40～8:50	健康観察
9:00～9:50	朝学習
10:00～12:00	体験プログラム①
12:15～12:45	昼食
13:00～15:00	体験プログラム②

時刻	日程
15:10～15:25	おやつ
15:40～16:40	探求の時間（自分時間）
17:00～17:50	入浴
18:00～18:30	夕食
18:50～19:50	夕学習・明日の予定確認
19:55～20:25	自由時間
20:30～20:50	生活日記
20:50～21:00	消灯準備（着替えなど）
21:00	黙想・消灯

※講師による体験プログラムにより、若干の日程変更が生じる場合があります。
※基本的な生活習慣を知るきっかけ作り、ネットから解放される体験をします。
→朝 6 時半起床、夜 9 時就寝の生活をします。スマホ、ゲーム機等は使用しません。
※信州大学学生スタッフが生活や学習をサポートします。
→朝と夕に学習（宿題等）の時間を確保し、スタッフがサポートします。

充実した体験プログラムを実施予定

▶ 自然体験活動（講師：株式会社アポルタ）

3月24日午前 オリジナルバッジ（ネームプレート）作り→期間中着用します。

3月25日午前 ハイキング→スキー場だけじゃない！冬の霧ヶ峰高原を散策します。

※積雪が多い場合は、スキー場にて雪上体験

3月26日午前 オリジナルフォトフレーム作り→自分だけのフォトフレームを作ります。

3月26日 夜 星空観察→冬の高原の澄んだ空で星を観察します。（※天候により実施日前後）

▶ コミュニケーション・表現活動（講師：株式会社AtoZ（ALT））

3月24日午後 自己紹介してみよう、えいごでビンゴ

3月25日午後 モンスターを描こう、えいごでお買い物

3月26日午後 えいごでトレジャーハント、うちわを作ろう

3月28日午後 数を数えてボムゲーム、体験の振り返り

▶ 科学探究活動（講師：公立諏訪東京理科大学 学生サークル チノリカ）

3月27日午前 理科実験教室（公立諏訪東京理科大学で楽しい実験！学食もいただきます。）

▶ 小規模集団・問題解決活動（信州大学 学生スタッフ）

3月28日午前 ウォークラリー



職員体制について

- ▶ 寮長・副寮長

全体を統括しながら、場面に応じて児童の生活をフォローします。

- ▶ 看護師

急な体調不良等に備え、常駐し、必要に応じて手当・受診対応をします。

- ▶ 学生スタッフ

通学合宿などの体験プログラムの経験のある信州大学学生スタッフが児童の朝晩の生活が円滑に行えるようフォローします。

- ▶ 支援スタッフ（教員OBなど）

体験プログラムは、講師により行われますが、児童を見守りながら、必要に応じて、活動をフォローします。

費用負担・留意事項

▶ 費用負担

生活に直接的にかかる費用（主に食事代・保険代等）を実費徴収金として、徴収します。金額は6泊7日で15,000円になります。

▶ 留意事項

- ・ ネットから解放される体験もこのプログラムの一部であるため、スマートフォン、ゲーム機等は持ち込むことができません。
- ・ 原則、アレルギー除去、代替食の対応はできませんが、ご相談ください。
- ・ 集団生活が可能な児童が参加できます。友だちや施設等に危害を加える可能性がある場合には、ご参加いただけない場合があります。
- ・ 最後まで頑張りぬくことは成長過程で重要なことと捉え、体調を崩した場合等を除き、原則、途中帰宅はできません。