

セカンドフォローアップキャンプ プログラム内容

●プログラム企画のポイント

- ・平成26～30年度メインキャンプ参加者が規則的な生活時間で過ごせること、近況を語れるようにゆったりとしたスケジュールとした。
- ・メインキャンプ後、インターネットとの付き合い方が変わったきっかけやキャンプ後に新たなスタートを踏み出せるように目標を立てられるプログラムとした。
- ・現在抱えている悩みや葛藤等、セカンドフォローアップキャンプまでの生活の様子を分かち合った。

		6:00	7:00	8:00	9:00	10:00	11:00	12:00	13:00	14:00	15:00	16:00	17:00	18:00	19:00	20:00	21:00	22:00
1 日目	21 土	電車で移動・集合							荷物検査	① はじま りの会	② 思い出の会 (1～4回の ふり返り) アイスブレイク	フリー タイム	③野外炊事 (カレーライス)			入浴	認知行動 療法	消 灯
2 日目	22 日	起 床	清 掃	朝の つどい	朝食	④ 認知行動療法		ワーク ショップ (みんな で語 ろう)	昼食	移 動	⑤ 富士見ウ ォークラ リー		移 動	BBQパー ティー		⑥ 焚き火 の会	入浴	消 灯
3 日目	23 月	起 床	清 掃	朝の つどい	朝食	片付け ・清掃	終わ りの会	フリー タイム	昼食	バス・電車 で移動・解 散								

※色塗り部分のプログラムは久里浜医療センターが担当、その他は国立青少年教育振興機構が担当し、運営した。



①参加者を迎えるために、ウェルカムボードを作成し、温かい雰囲気づくりを心掛けた。



②キャンプの序盤には、キャンパーとメンター含めて、アイスブレイクを行った。最初はぎこちなかったキャンパーも徐々に緊張が解けている様子であった。



③火の扱い方等、以前のキャンプで体験したことを思い出しながら、協力して野外炊事を行った。

④認知行動療法では、前回のキャンプから今回のキャンプまでの自身の生活や考え方の変化をふりかえった。全体で報告をしようことにより、他者の意見も共有することができた。「うまくいかなかった」という参加者の発言も、否定されることがなく、分かち合うことができた。
最後に、これから1年間で取り組みたいと思うことを各自発表した。



⑤会場施設周辺の町である富士見町にゆかりのある偉人に関する情報を集めながら、ゴールへと向かう富士見ウォークラリーを行った。グループで協力しながら取り組んだ。



⑥焚火の会では、自分の近況を報告し合ったり、これからどうしていきたいなど、将来のことも含め、自由に語り合った。