



学校外の子供の多様な学びに関する

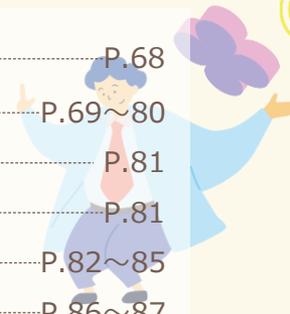
調査研究事業 (付属資料)

令和7年度各ラボの 具体的な活動





目次



索引.....P.2～4

慶應義塾大学ラボ.....P.5

（1）各回の活動内容.....P.6～22

（2）全回を通じた狙い・支援ポイント（環境設定）.....P.23

（3）全回を通じた安全対策.....P.23

（4）子供の特徴・特性と全回を通じた子供の変化.....P.24～31

（5）フリースクール等で実践する際の留意点.....P.32～35

（6）まとめ.....P.36～38

帝京大学ラボ.....P.39

（1）各回の活動内容.....P.40～56

（2）全回を通じた狙い・支援ポイント（環境設定）.....P.57

（3）全回を通じた安全対策.....P.57

（4）子供の特徴・特性と全回を通じた子供の変化.....P.58～63

（5）フリースクール等で実践する際の留意点.....P.64～65

（6）まとめ.....P.66～67

東京家政大学ラボ.....P.68

（1）各回の活動内容.....P.69～80

（2）全回を通じた狙い・支援ポイント（環境設定）.....P.81

（3）全回を通じた安全対策.....P.81

（4）子供の特徴・特性と全回を通じた子供の変化.....P.82～85

（5）フリースクール等で実践する際の留意点.....P.86～87

（6）まとめ.....P.88～90

日本体育大学ラボ.....P.91

（1）各回の活動内容.....P.92～107

（2）全回を通じた狙い・支援ポイント（環境設定）.....P.108

（3）全回を通じた安全対策.....P.108

（4）子供の特徴・特性と全回を通じた子供の変化.....P.109～115

（5）フリースクール等で実践する際の留意点.....P.116～117

（6）まとめ.....P.118～119

明治学院大学ラボ.....P.120

（1）各回の活動内容.....P.121～140

（2）全回を通じた狙い・支援ポイント（環境設定）.....P.141

（3）全回を通じた安全対策.....P.141

（4）子供の特徴・特性と全回を通じた子供の変化.....P.142～145

（5）フリースクール等で実践する際の留意点.....P.146～147

（6）まとめ.....P.148～149





【索引①】

子供の特性、活動の内容、活動の効果の視点から、**具体的な活動のページを参照できる索引**を掲載しております。フリースクール等に通う**子供に合った活動を見つける**際の参考としていただけますと幸いです。なお、索引は一部の事例をもとに作成しております。子供の特性・活動の内容が同様でも**同じ効果が保証されるものではない**点、ご注意ください。

子供の特性・特性	活動の内容	活動の効果	活動ページ	
環境に左右されやすい	環境変化による負荷で発話が控えめに(P.25:慶應ラボ④)	草木の色をまっとってみよう	意見を自発的に提示	P.17
	感覚や感情の起伏・繊細さがある(P.28慶應:ラボ⑩)	・街の中の「気」をキャッチできるか！？ ・気の向くままに、森の賢者へ	気持ちを自分で調整するようになる	P.8 P.19
	特定の相手や同性には安心感が強い(P.109:日体ラボ②)	・からだを使って遊ぼう①(モノを使って遊ぼう) ・屋外で活動しよう①(屋外を感じて遊ぼう)	安心できる環境設定により発話や自己表現が増加	P.94 P.98
繊細(視覚、聴覚、その他)	音への繊細さがあり、大勢での活動が苦手(P.84:家政ラボ⑥)	スクイグル法での制作	主体性と対人意欲が向上	P.75
興味の移り変わりが激しい	興味の移り変わりの激しさもあり、集中力が持続しない(P.58:帝京ラボ①)	未来を創造しよう！②(AI画像生成:今の自分と将来になりたい自分の紹介)	創作活動で高い意欲と集中力を示す	P.46
拘りが強い	強制や急かされることに抵抗(P.27:慶應ラボ⑧)	桑の木が生糸にへーんしん!?	集中力の発揮	P.12
自由さへの戸惑い	全く自由だとアイデアが浮かばない(P.62:帝京ラボ⑩)	未来を創造しよう！②(AI画像生成:今の自分と将来になりたい自分の紹介)	独創的な作品制作	P.46

※索引は一部の事例をもとに作成しております。子供の特性・活動の内容が同様でも**同じ効果が保証されるものではない**点、ご注意ください。
※本付属資料への掲載に同意いただけたラボの報告書を参照して、東京都とアデコ株式会社で作成しました。

【本事業の実施主体】 東京都子供政策連携室企画調整部

【お問い合わせ窓口(令和7年度)】 アデコ株式会社(本事業受託会社) 電話番号 050-4560-7557(受付時間:平日9時~17時30分)

メールアドレス ade.jp.kodomomanabi@jp.adecco.com



【索引②】

	子供の特徴・特性	活動の内容	活動の効果	活動ページ
慎重	不安や失敗を回避したい気持ちが強い (P.24:慶應ラボ②)	桑の木が生糸にへーんしん!?	表現活動に没入したり、積極的に他者と作品を共有	P.12
	不安感が強い (P.29:慶應ラボ①)	・桑の木が生糸にへーんしん!? ・君もULTLA — 自分学応用	活動に没頭し、制作物について意欲的に発表	P.12 P.21
	人見知りが強く、不安が高い (P.143:明学ラボ④)	・ボッチャ&モルック体験 ・多様な他者との出会い	自己開示や挑戦する機会の増加	P.123 P.129
自己表現が 苦手	人前での表現が苦手・慎重 (P.24:慶應ラボ①)	・君もULTLA — 自分学応用	作品を他者と共有できるようになる	P.21
	読み書きへの苦手意識がある (P.83:家政ラボ④)	スクイグル法での制作	自分なりの表現で主体的に他者と意思疎通	P.75
	言葉で表現することが苦手 (P.60:帝京ラボ⑤)	創造する①(ブロック創作:未来の自分の部屋)	自分の言葉で作品を発表	P.49
	特定の人以外と話せない (P.61:帝京ラボ⑦)	未来を創造しよう!②(AI画像生成:今の自分と将来になりたい自分の紹介)	自分から他者へ話しかける	P.46
	自己表現、想像することが苦手 (P.63:帝京ラボ⑩)	創造する①(ブロック創作:未来の自分の部屋)	自分で作りたいものを見つけ、熱中して取り組む	P.49
	自己表現が苦手、緊張が身体に出やすい (P.110:日体ラボ③)	・みんなでモノづくり①(からだを使って絵を作ろう) ・仲間のからだを感じよう	気持ちの言語化、緊張状態の自覚	P.102 P.106

※索引は一部の事例をもとに作成しております。子供の特徴・活動の内容が同様でも同じ効果が保証されるものではない点、ご注意ください。

※本付属資料への掲載に同意いただけただけのラボの報告書を参照して、東京都とアデコ株式会社で作成しました。

【本事業の実施主体】東京都子供政策連携室企画調整部

【お問い合わせ窓口(令和7年度)】アデコ株式会社(本事業受託会社) 電話番号 050-4560-7557(受付時間:平日9時~17時30分)

メールアドレス ade.jp.kodomomanabi@jp.adecco.com



【索引③】

活動
ページ

子供の特徴・特性		活動の内容	活動の効果	活動 ページ
自己抑制的	気を遣い過ぎることがある (P.143:明学ラボ③)	・ボッチャ&モルック体験 ・共創ゲーム	会話が増え、社会性が成長	P.123 P.125
	集団に苦手意識 (P.144:明学ラボ⑥)	・ジブリ映画からの気持ち探し① ・大学生のことを知ろう②	自分からコミュニケーションを取る姿勢が顕在化	P.132 P.138
	たくさんの人と関わることへの不安 (P.145:明学ラボ⑦)	他者紹介動画作り	協力的な参加やコミュニケーション力の向上	P.127
	他人の気持ちに繊細で気疲れしやすい (P.82:家政ラボ②)	住みたい星・住みたい家	集中力の向上や交流範囲の拡大	P.71
対人関係に 苦手意識	人間不信になる時がある (P.142:明学ラボ①)	・ボッチャ&モルック体験 ・大学生のことを知ろう②	コミュニケーションに対する積極性と共感性の向上	P.123 P.138
	不安を溜め込みやすい (P.144:明学ラボ⑤)	大学生のことを知ろう②	自己開示の増加や将来に対する関心の向上	P.138
感情のコン トロールが 苦手	感情がコントロールできないことがある (P.83:家政ラボ③)	住みたい星・住みたい家	会話・交流を通して気持ちを言語化できるようになる	P.71
	活動により気分が変わりやすい (P.114:日体ラボ⑫)	・屋外で活動しよう②(屋外で 感じてみよう) ・みんなでモノづくり②(写真に 息を吹き込もう)	身体活動が情緒の安定につながり、協力行動が増加	P.100 P.104
	感情がコントロールできないことがある (P.110:日体ラボ④)	・からだを使って遊ぼう①(モノ を使って遊ぼう) ・屋外で活動しよう①(屋外を 感じて遊ぼう)	気持ちの切替が安定し、衝動的な行動が減少	P.94 P.98

※索引は一部の事例をもとに作成しております。子供の特性・活動の内容が同様でも**同じ効果が保証されるものではない**点、ご注意ください。
 ※本付属資料への掲載に同意いただけたらボの報告書を参照して、東京都とアデコ株式会社で作成しました。

【本事業の実施主体】東京都子供政策連携室企画調整部

【お問い合わせ窓口(令和7年度)】アデコ株式会社(本事業受託会社) 電話番号 050-4560-7557(受付時間:平日9時~17時30分)

メールアドレス ade.jp.kodomomanabi@jp.adecco.com



具体的な活動

慶應義塾大学ラボ



第1回 君もULTLA —自分学入門—	P.6～7
第2回 街の中の「気」をキャッチできるか！？	P.8～9
第3回 謎の木造建築のルーツを探ろう	P.10～11
第4回 桑の木が生糸にへんしん！？	P.12～13
第5回 五感で味わう、秋の味覚	P.14～16
第6回 草木の色をまとめてみよう	P.17～18
第7回 気の向くままに、森の賢者へ	P.19～20
第8回 君もULTLA —自分学応用—	P.21～22
全回を通じた狙い・支援ポイント	P.23
全回を通じた安全対策	P.23
子供の特徴・特性と全回を通じた子供の変化	P.24～31
フリースクール等で実践する際の留意点	P.32～35
まとめ	P.36～38



具体的な活動 ～慶應義塾大学ラボ～



第1回 君もULTLA—自分学入門—



○ 実施手順

- ① 事前アンケートの実施
- ② 自己紹介・活動構成と内容の説明
- ③ アイスブレイク
- ④ 児童生徒全員で立ち上がり、軽いストレッチで気分転換
- ⑤ 自分の中にどのような「気」があるかをグループ内で話し合い、シェア。活動前に児童生徒が回答した「SpaceQアセスメント」の結果をグループ内で共有、互いの結果を確認
- ⑥ アセスメント結果の見方や読み取り方について解説

○ 活動内容

自分の特性や興味を探りながら、他者との違いや個性の多様性に気づく。活動全体のテーマを共有し、自分なりの学びの視点を設定する。

○ 人数

大人11名、子供16名

○ 所要時間

60分程度

○ 安全対策

自己開示に不安を感じる参加者がいる可能性があるため、強制的な発言を避け、ペアや小グループで安心して話せる場づくりを行った。

○ 使用した設備・場所等の概要

1つの島の人数を少人数で安心できる環境とした。構造化され過ぎていない環境だと情報が入ってこない部分があるため、敢えて椅子と机を使った会議室の様な場所を使用した(本事業では公民館の会議室を使用)。

○ 狙い

自己理解の促進を目的とし、参加者が自身の特性や強みを多角的な視点から把握できる機会を提供する。多様な環境や人との関わりを通じ、自己の資質を活かせる場や対象を探索し、主体的な学びの基盤を形成する。

具体的な活動 ～慶應義塾大学ラボ～



○ 当日のタイムライン

- (9時00分)スタッフ集合 <全体打合せ・準備> 40分
 - ・参加スタッフ全員顔合わせ、当日の段取り等事前ミーティング実施。
 - ・会場のセッティング(机・椅子の配置、受付準備、使用する文具などの準備)
- (9時40分)～ 受付開始 20分
 - ・入口で名札を受け取り、呼ばれたいあだ名を記名。記名した子供はナビゲーターの誘導でグループごとに着席。
- (10時00分) 実施内容①(担当者:福本理恵) 15分
 - ・事前アンケートの実施(児童生徒は各自がスライドに投影されたQRコードを自身の携帯端末で読み取る。携帯を所持していない生徒については、コミュニケーターの端末を借用して実施した。その後、コミュニケーターの補助のもと、「今の気持ちを教えてください」や「日常生活と教科教育とのつながり」などについての事前アンケートを記入)
- (10時15分) 実施内容②(担当者:福本理恵) 15分
 - ・自己紹介・活動構成と内容の説明(スクリーンに資料を投影し、ラボメンバー及びコミュニケーターより自己紹介を行うとともに、第1・2回の活動構成とプログラム全体の内容について説明)
 - ・アイスブレイク(自分のことをどの程度理解しているかを尋ね、挙手で確認)
- (10時30分) 実施内容③(担当者:福本理恵) 5分
 - ・児童生徒全員で立ち上がり、軽いストレッチ(背伸び)を行い、気分転換。
- (10時35分) 実施内容④(担当者:福本理恵) 10分
 - ・グループワーク(自分の中にどのような「気」があるかをグループ内で話し合い、シェア。活動前に児童生徒が回答した「SpaceQアセスメント」の結果をグループ内で共有し、互いの結果を確認)
- (10時45分) 実施内容⑤(担当者:福本理恵) 5分
 - ・アセスメント結果の見方や読み取り方について解説。
- (10時50分)クロージング(担当者:福本理恵) 10分
 - ・1日に2コマ実施であるため、その後10分のトイレ休憩を挟むことを告げてクロージング
- (11時00分)休憩 10分

具体的な活動 ～慶應義塾大学～



第2回 街の中の「気」をキャッチできるか！？



○ 実施手順

- ① 「ごかん(五感・互換)マップ」を配布し、街の中で「気」を感じた場所や印象に残った風景をシートに記入してもらう。必要に応じて写真撮影も可能。併せて、本日の活動ルートを説明
- ② 関戸公民館を出発し、街歩きを開始。安全に配慮し、隊列を前・中・後の3グループに分けて移動
- ③ 関戸公民館に戻り、アンケートの回答を実施

○ 活動内容

街中や自然環境の中を歩きながら、人工物・自然物・生物・音・風などを五感で感じ取り、「気」の違いを比較・観察する現地探究活動。五感マップに記録し、地域の特徴や環境の多様性を理解することを目指した。

○ 人数

大人11名、子供16名

○ 所要時間

110分程度

○ 安全対策

屋外散策に伴うリスクに備え、事前に安全ルートを確認し、前・中・後方に引率者を配置。水分補給や当日の服装への注意も行い、移動時の安全確保を徹底した。

○ 使用した設備・場所等の概要

関戸公民館を起点に、聖蹟桜ヶ丘駅周辺の街並み、小野神社、そして多摩川河川敷など、都市的・自然的環境を巡り、多様な「気」を比較できる場を設定した。

○ 狙い

街中と自然環境の“気”の違いに気づくことで、五感を起点とした探究心を育む。また、子供ごとに異なる感じ方や興味の向きを尊重し、環境との相性や自身の感覚の特徴を理解する機会とする。さらに、多様な環境を横断することで観察・比較・記録の力を育成する。

具体的な活動 ～慶應義塾大学ラボ～



○ 当日のタイムライン

- (11時10分) 実施内容①(担当者:木村祐大) 5分
 - ・「ごかん(五感・互換)マップ」を配布し、街の中で「気」を感じた場所や印象に残った風景をシートに記入してもらう。
 - ・必要に応じて写真撮影も可能。併せて、本日の活動ルート(関戸公民館→小野神社→多摩川沿い→関戸公民館)について説明。
 - (11時15分) 実施内容②(担当者:木村祐大) 85分
 - ・関戸公民館を出発し、街歩きを開始。安全に配慮し、隊列を前・中・後の3グループに分けて移動。
 - └11:40:小野神社に到着。神社沿いの川を観察した後、小野神社の歴史について紹介。その後、全員でお辞儀をしてから境内に入場。
 - └12:10:多摩川沿いに到着。自然環境や風の流れ、音などを感じながら散策を実施。
 - (12時40分) 実施内容③(担当者:福本理恵) 15分
 - ・関戸公民館に戻り、アンケートの回答を実施。
 - (12時55分) クロージング(担当者:福本理恵) 5分
 - ・本日の活動を振り返り、どのような「気」を発見したかについて確認。また、次回の活動内容、場所や持ち物について案内。
- 子供、協力フリースクール帰宅 ---
- (13時00分) 片付け 60分



第3回 謎の木造建築のルーツを探ろう



○ 実施手順

- ① アイスブレイク
- ② 前回までの復習(第1・第2コマの復習として、自分の中にどのような「気」が存在するかを再確認)
- ③ 講師の自己紹介及び現在従事している業務の説明
- ④ 仲田の森蚕糸公園内の散策を実施(桑ハウスの外観構造の説明、公園内の雑木林や小川を巡りながら、市民が植えた植物の紹介。かつて公園内に存在した6つの蚕研究所に関する遺構の位置について説明)

○ 活動内容

昭和期の養蚕建築「桑ハウス」と周辺環境を観察し、建物構造・素材・通気性・歴史的背景を学ぶ。木造建築と環境の関係を体感しながら技術と暮らしのつながりを探究する。

○ 人数

大人20名、子供15名

○ 所要時間

60分程度

○ 安全対策

古い木造建築の見学に伴い、転倒・破損・怪我のリスクを考慮し、危険箇所への立ち入りを制限。事前の安全確認と、引率者による巡回・見守り体制を整えて実施した。

○ 使用した設備・場所等の概要

日野市「仲田の森蚕糸公園」内の養蚕研究施設「桑ハウス」と周辺の雑木林・遺構、小川などを巡り、歴史的建築と自然環境の双方を観察できる場所を使用した。

○ 狙い

昭和期の養蚕建築が、木材の使い方・通気性・温湿度調整などを通して蚕にとって“心地よい環境”をいかに生み出していたかを理解することを目的とした。建築構造と自然環境との関係性を体感し、技術と暮らしの知恵、そして「環境が生き物に与える影響」を多面的に捉える探究姿勢を育むことを狙った。

具体的な活動 ～慶應義塾大学ラボ～



○ 当日のタイムライン

●(9時00分)スタッフ集合 <全体打合せ・準備> 45分

- ・参加スタッフ全員顔合わせ、当日の段取り等事前ミーティング実施。
- ・会場のセッティング(机・椅子の配置、受付準備、使用する文具などの準備)

└ 桑ハウス入口付近に長机1台を設置し、テーブル上に前回の活動で使っていた名札を並べて受付台とした。

└ 部屋中央の壁面をスクリーンとして資料を投影。スクリーンを中心に長机2台を連結して配置し、2～5名構成の4グループ席を設けた。

└ 部屋後方には長机2台を設置し、テーブル上にIHヒーター、繭を温める鍋、水、ボウル、絹糸制布、織機などの機材を配置。また、防寒対策として遠赤外線ヒーターを2台設置。

●(9時45分)～ 受付開始 20分

- ・参加児童は入口で前回記名した名札を受け取り、ナビゲーターの誘導によりグループごとに着席。

●(10時05分) 実施内容①(担当者:福本理恵) 5分

- ・アイスブレイク(元気を10点満点で評価するワーク、前回体感した「気」に関する振り返りを実施)

●(10時10分) 実施内容②(担当者:福本理恵) 5分

- ・前回までの復習(第1・第2コマの復習として、自分の中にどのような「気」が存在するかを再確認)

●(10時15分) 実施内容③(担当者:太田陽子) 15分

- ・講師の自己紹介及び現在従事している業務の説明(蚕から繭に至る変化の過程、桑ハウスの歴史及び由緒、さらに内部構造や隣室の用途についての解説を実施)

●(10時30分) 実施内容④(担当者:太田陽子) 25分

- ・仲田の森蚕糸公園内の散策を実施(桑ハウスの外観構造の説明、公園内の雑木林や小川を巡りながら、市民が植えた植物の紹介。かつて公園内に存在した6つの蚕研究所に関する遺構の位置について説明)

●(10時55分)クロージング・休憩(担当者:福本理恵) 5分

- ・1日に2コマ実施であるため、その後5分の休憩を挟むことを告げてクロージング
- ・約5分間の休憩



第4回 桑の木が生糸にへんしん!?



○ 実施手順

- ① 講師の自己紹介、研究内容の紹介、質疑応答
- ② 絹糸・糸取り手順の説明
- ③ 糸取りグループワーク(各グループに分かれ、テーブルに用意された糸くりの材料を用いて、コミュニケーターの補助のもと糸取り作業を実施)
- ④ 観察・記録(糸の繊維を顕微鏡で観察し、配布された観察シートに記録)
- ⑤ 保存方法の説明(繭保存容器を配布し、自宅での保存方法について説明)

○ 活動内容

桑・蚕・生糸のつながりを学び、蚕の生態や繭から糸を取り出す工程を体験。糸の観察、保存方法の理解、素材と人の営みの関係を学ぶ体験型プログラム。

○ 人数

大人20名、子供15名

○ 所要時間

110分程度

○ 安全対策

糸取り作業に入る前に安全指導を実施。手袋を着用し、熱湯・器具の使用による怪我防止を徹底。事前に健康・アレルギー情報を把握し、無理のない作業参加環境を整えた。

○ 使用した設備・場所等の概要

仲田の森蚕糸公園「桑ハウス」で実施。室内にIHヒーター、鍋、ボウル、繭、スポンジフレーム、顕微鏡、糸製布、保存容器を配置し、工程ごとに使える環境を整備。

○ 狙い

桑から蚕、蚕から糸へとつながる生物学的・技術的プロセスを体験し、自然素材が産業・暮らしと関わる仕組みを理解することを目的とした。生命の循環と人の工夫に気づき、素材に触れながら科学・生活・歴史を統合的に学ぶ探究姿勢を育む狙いがあった。

具体的な活動 ～慶應義塾大学ラボ～



○ 当日のタイムライン

- (11時00分) 実施内容①(担当者:岸村和真) 20分
 - ・自己紹介及び研究内容の紹介(小学生時代から現在に至るまでの自己紹介。大学研究室で取り組んでいる昆虫に関する研究内容について説明。蚕の基礎的な紹介に加え、現代社会において蚕が人々の生活のさまざまな場面でどのように貢献しているのかについて解説)
 - (11時20分) 実施内容②(担当者:岸村和真) 10分
 - ・質疑応答(参加児童生徒からの挙手による質問に答える形で質疑応答を実施)
 - (11時30分) 実施内容③(担当者:柳元太郎) 10分
 - ・絹糸・糸取り手順の説明(絹糸(シルク)の特徴や手触りなどについて説明。繭から糸を取り出す手順について解説を実施)
 - (11時40分) 実施内容③(担当者:柳元太郎) 35分
 - ・糸取りグループワーク(参加者は各グループに分かれ、テーブルに用意された糸くりの材料を用いて、コミュニケーターの補助のもと糸取り作業を実施。作業中、コミュニケーターは随時お湯の追加を行い、作業をサポートした)
 - └糸取りの手順:生徒一人当たり2～3個の繭を、約45度のお湯を入れたボウルに浸し、繭に含まれる「のり」成分を溶かす工程を行った。その後、歯ブラシで繭をこすって糸をほぐし、取り出した細い糸の先端を黒画用紙の上で確認したうえで、六角形のスポンジ製フレームの一面にセロハンテープで固定し、糸を巻きつけていく。繭から糸が取れなくなった時点で次の繭に移る。
 - (12時15分) 実施内容③(担当者:柳元太郎) 5分
 - ・観察・記録(巻きつけた糸の繊維を顕微鏡で観察し、配布された観察シートに記録)
 - (12時20分) 実施内容④(担当者:柳元太郎) 10分
 - ・保存方法の説明(透明のプラスチック製繭保存容器を配布し、自宅での保存方法について説明)
 - (12時30分) クロージング(担当者:柳元太郎、福本理恵) 10分
 - ・機織りや布についての説明(柳元氏より機織りの仕組み及び絹糸製の布について説明)
 - ・次回活動の案内(福本理恵より次回の活動場所及び内容について案内を実施)
 - (12時40分) アンケート(担当者:福本理恵) 5分
 - ・アンケート実施(活動終了後、参加児童にアンケートへの回答を依頼し、その場で記入)
- 子供、協力フリースクール帰宅 ---
- (12時45分) 片付け 30分

具体的な活動 ～慶應義塾大学ラボ～



第5回 五感で味わう、秋の味覚



○ 実施手順

- ① 当日の活動内容紹介
- ② シモキタ園芸部の紹介・ハーブ摘み(緑の循環(植える→育てる→活かす→還す)について説明。ハーブを3種類以上摘む作業や葉の味を実際に試す活動を実施)
- ③ ハーブティー作り(使用する3種類のハーブを選び、それぞれの名前を記入)
- ④ ハーブ解説(摘んできたハーブの解説)
- ⑤ 昼食の説明(秋の具材紹介)

○ 活動内容

草木の香り・味・色・手触りなどを五感で体験し、ハーブ摘み・ハーブティーづくり、秋の食材を使ったランチを通して、季節と自然・食とのつながりを体感する活動。

○ 人数

大人17名、子供8名

○ 所要時間

120分程度

○ 安全対策

食品を扱うため、食中毒・衛生面のリスクに配慮し、食材は外部委託、子供には手洗いや手指消毒を徹底。アレルギー確認を行い、無理に食べさせず、嗅ぐ・見るなど複数の関わり方を許容した。

○ 使用した設備・場所等の概要

シモキタ園芸部(植物・ハーブ採取)、仁慈保幼稚園コミュニティスペース(ハーブティーづくり)、BONUS TRACK HOUSE(昼食)など、歩いて移動できる近接した3拠点を活用。

○ 狙い

自然の香り・味・色などの変化を五感で捉え、季節や植物と人の営みの結びつきを理解することを目的とした。視覚・味覚・嗅覚など、子供それぞれが得意な感覚を入りに主体的に関われるよう設計し、感覚の多様性や好みの違いを尊重しながら、自己理解と他者理解を深める場とする狙いがあった。

具体的な活動 ～慶應義塾大学ラボ～



○ 当日のタイムライン

●(9時00分)スタッフ集合 <全体打合せ・準備> 50分

- ・参加スタッフ全員顔合わせ、当日の段取り等事前ミーティング実施。
- ・会場のセッティング(机・椅子の配置、受付準備、使用する文具などの準備)

└ 入口付近に長机1台を設置し、テーブル上に前回の活動で使っていた名札を並べて受付台とした。

└ 部屋中央のモニターへ資料を投影し、そのモニターを中心に長机2台を連結して配置し、2～5名で構成される4グループの席を設けた。

└ 部屋後方には長机2台を設置し、荷物置きとして使用した。

●(9時50分)～ 受付開始 15分

- ・参加児童は入口で前回記名した名札を受け取り、ナビゲーターの誘導によりグループごとに着席。

●(10時05分) 実施内容①(担当者:福本理恵) 5分

- ・本日の活動内容を紹介(児童生徒には、バッジ作りやハーブの収穫、香りや味覚を体験する五感ワークに取り組むことを説明。シモキタ園芸部の紹介と、本日の2つのミッションについても案内を実施)

●(10時10分) 移動 10分

- ・移動(一部スタッフを除き、シモキタ園芸部へ移動)

●(10時20分) 実施内容②(担当者:金子結花) 40分

- ・シモキタ園芸部の紹介・ハーブ摘み(園芸部が実践する緑の循環(植える→育てる→活かす→還す)について説明。その後、香りエリアに移動し、ハーブティ作りの原材料となる葉っぱを3種類以上摘む作業や、葉の味を実際に試す活動を実施。生徒達は自らハーブに触り、匂いを嗅ぎ、味わった上で、気に入ったハーブがあれば、隣にいるコミュニケーターに依頼し、コミュニケーターは収穫用ハサミを用いて、代わりにハーブを摘むサポートを実施)

└ 配布物:生徒一人につきハーブの名前を記入する付箋、ゴルフ鉛筆、摘んだハーブを入れる紙製コップを配布。

●(11時00分) 移動 10分

- ・移動(全員で仁慈保育園コミュニティスペースへ移動)

●(11時10分) 実施内容③(担当者:金子結花) 20分

- ・ハーブティ作り(児童生徒は、自分が摘んだハーブの中からハーブティ作りに使用する3種類を選び、ハーブを紙の上に置き、それぞれの名前を記入した。摘んだハーブの名前を忘れた児童生徒は、金子氏に確認しながら記入)

(次ページへ続く)

具体的な活動 ～慶應義塾大学ラボ～



(前ページの続き)

○ 当日のタイムライン

- (11時30分) 実施内容④(担当者:金子結花) 5分
 - ・ハーブ解説(児童生徒が摘んだハーブについて、それぞれ説明)
- (11時35分) 移動 5分
 - ・移動(一部スタッフを除き、BONUS TRACK HOUSEへ移動)
- (11時40分) 実施内容⑤(担当者:夏目誠也) 5分
 - ・昼食の説明(本日の昼食である「秋のごちそうサンド」の具材について紹介)
- (11時45分) 昼食 20分
 - ・昼食
 - └11:55:旬の柿をデザートとして配布。
- (12時5分) 移動 5分
 - ・移動(全員で仁慈保育園コミュニティスペースへ移動)

具体的な活動 ～慶應義塾大学ラボ～



第6回 草木の色をまとめてみよう



○ 実施手順

- ① 当日の活動内容紹介
- ② 講師自己紹介、試着体験(デザイナーのデザインした洋服)、染色説明(服を染める材料や色の説明)、叩き染め体験(糸に色染→叩き染め→裁縫作業→刺繍入り缶バッジ作り)

○ 活動内容

植物から抽出した色素を使い、糸染め・叩き染め・缶バッジ制作などを行い、素材の違いや色の変化を観察。自然由来の色と化学染料の比較を通して、科学的理解と創造的表現を体験する活動。

○ 人数

大人17名、子供8名

○ 所要時間

110分程度

○ 安全対策

活動前に衛生・安全指導を行い、化学染料の扱いと熱源(アイロン等)の使用に注意。手洗い・消毒を徹底し、アレルギーや感覚過敏にも配慮。道具は個別に配布し、スタッフが常時見守った。

○ 使用した設備・場所等の概要

仁慈保幼稚園コミュニティスペースを中心に、染色用の材料・化学染料・糸・布・新聞紙・アイロン・缶バッジパーツを配置。制作工程ごとにスペースを分け、集中しやすい環境を整備した。

○ 狙い

植物由来の色素の仕組みや染色工程を体験し、自然素材と科学的原理のつながりを理解することを目的とした。色のにじみ・濃淡・偶然性を楽しみながら、自ら選択し表現する創造性を育てる。また、多様な素材に触れ、自分の感覚・好みに気づくことで自己理解を深める機会とする狙いがあった。

具体的な活動 ～慶應義塾大学ラボ～



○ 当日のタイムライン

●(12時10分) 実施内容①(担当者:福本理恵) 15分

・第5回活動の振り返り、活動内容の紹介

●(12時35分) 実施内容②(担当者:山岡寛泳) 70分

・自己紹介及び試着体験、染色説明、叩き染め体験(山岡氏より自己紹介の後、自身のブランドを紹介。児童生徒には、山岡氏がデザインした服の試着体験を実施。また、服を染める材料や色の種類について説明があり、その後叩き染め⇒バッチ作成の体験を実施) Lバッチ作りのステップ:

①糸に色染:ラボから用意された化学染料の色水を、児童生徒は一人当たり3つのプラスチック製スポイトで採取した。その後、新聞紙をテーブル上に敷き、配布された糸をその上に置き、スポイトで少しずつ染料を垂らして染めた。染め終えた糸は、アイロンで乾かす作業を行った。

②叩き染め:採取した葉や、金子氏が事前に用意した葉や花びらの中から、児童生徒が好きなものを選択した。選んだ葉はコミュニケーターに渡し、布の表面がすべて覆われるよう養生テープで固定した。その後、床に叩き台を設置し、皮一枚を張った上にテープで貼った布を置き、ハンマーで葉や花の色素が布に移るまで力強く叩いた。

③裁縫作業:色付けされた布を用い、乾かした縫い糸で裁縫作業を行った。児童生徒は、自分の好みに応じて模様や線を自由に縫い、完成した部分を丸く切り取ることで、バッチ作りの土台を完成させた。

④刺繍入り缶バッチ作り:丸く切り取った布とパーツを缶バッチの台座に嵌め込み、指で台座の内側へ押し込んだ。その後、打ち具の広い面で端を押し込みながらしっかり折り、テーブル上で打ち具を掌で押さえて固定した。最後に、台座裏から缶バッチを押して外し、完成。

●(13時45分) クロージング (担当者:福本理恵) 5分

・クロージング(児童生徒への挨拶とコットンの説明、並びに次回の活動内容について案内)

●(13時50分) アンケート (担当者:福本理恵) 5分

・アンケート実施(活動終了後、参加児童にアンケートへの回答を依頼し、その場で記入。協力フリースクールのスタッフが先にQRコードを読み取り、フリースクール等へ戻った後に記入する形もあった)

--- 子供、協力フリースクール帰宅 ---

●(14時00分) 片付け 20分

具体的な活動 ～慶應義塾大学ラボ～



第7回 気の向くままに、森の賢者へ



○ 実施手順

- ① 当日の活動内容紹介
- ② 講師の自己紹介及び五感を用いて相手の身体や状態を理解する方法について説明
- ③ 自分が木になったつもりで体を動かす。その後、全身の気の流れを感じ、木になったペアを押ししてみる演習を実施

○ 活動内容

森の中で身体を解放し、風・音・生き物など自然の「気」を全身で感じ取る。自分を木に見立てた身体ワークや、感じたことを表現・共有する活動を通じ、自然とのつながりを体感する。

○ 人数

大人11名、子供15名

○ 所要時間

50分程度

○ 安全対策

屋外活動のため、転倒・虫刺され・体調不良に備え、事前の体調確認、休憩・水分補給を定期的実施。引率者が巡回し、危険箇所を避けて活動を行い、応急処置用品も携行。

○ 使用した設備・場所等の概要

東京都日野市の仲田の森蚕糸公園・桑ハウスを拠点に、木々に囲まれた雑木林エリアを歩き、身体ワークや観察を実施。自然に囲まれた静かな環境で感覚体験ができる場を設定。

○ 狙い

自然の中で身体を動かし、風・音・匂い・地面の感触など多様な刺激を受けることで「感じる→気づく→表現する」の流れを育むことを目的とした。身体感覚を通して自己の状態に気づき、自然との一体感や心身の変化を捉え、自己理解・自己肯定感の向上につなげる狙いがある。

具体的な活動 ～慶應義塾大学ラボ～



○ 当日のタイムライン

●(9時00分)スタッフ集合 <全体打合せ・準備> 50分

- ・参加スタッフ全員顔合わせ、当日の段取り等事前ミーティング実施。
- ・会場のセッティング(机・椅子の配置、受付準備、使用する文具などの準備)

└ 桑ハウス入口付近に長机1台を設置し、テーブル上に前回の活動で使っていた名札を並べて受付台とした。

└ 部屋中央の壁面をスクリーンとして資料を投影。スクリーンを中心に長机2台を連結して配置。2～5名構成の4グループの席を設けた。

└ 部屋後方には長机2台を設置し、テーブル上に第8回で使用するビジョンコラージュのための雑誌類を配置。付近にその他使用備品も配置しておき、すぐに出せるように準備しておいた。また、防寒対策として遠赤外線ヒーターを1台設置。

●(9時50分)～ 受付開始 20分

- ・参加児童は入口で前回記名した名札を受け取る。ナビゲーターの誘導でグループごとに着席し、第6回で作成したバッチを服に付けた。

●(10時10分) 実施内容①(担当者: 贄川治樹) 5分

- ・導入(児童生徒は円形に座り、本日、参加者全員に「森の賢者」になっていただく趣旨で活動を進めると説明)

●(10時15分) 実施内容②(担当者: 贄川治樹) 20分

- ・自己紹介及び五感を用いて相手の身体や状態を理解する方法について説明(五感を用いて相手の身体や状態を理解する方法について説明するとともに、良き理解者となるために、西洋的理解と東洋的理解の違いを比較しながら、相手を理解する具体的手法を紹介。生き物はすべて遠い親戚であることから、生き物を通じて自己を学ぶことができる点などを説明)

●(10時35分) 移動 5分

- ・移動(一部スタッフを除き、仲田の森蚕糸公園へ移動)

●(10時40分) 実施内容③(担当者: 贄川治樹) 5分

- ・演習(まず自分が木になったつもりで体を動かさず演習を行った。膝を曲げ、反対の膝も同様に曲げ、まるで相撲選手のように足を土に強く踏みつける。その後、体を大の字に伸ばし、呼吸を意識して空気を吸い、吐くことで全身の気の流れを感じる。続いて2人1組ペアに分かれ、一方は自分を木と想像し、土に根を強く張る状態で立つ。もう一方はその木を押す役割を担当。押ししても動かない状況を感じる活動)

●(10時45分) 移動 5分

- ・移動(全員、桑ハウスへ移動)

具体的な活動 ～慶應義塾大学ラボ～



第8回 君もULTLA — 自分学応用



○ 実施手順

- ①ビジョンコラージュ準備(紙で自分が好きな木を描いた)
- ②ビジョンコラージュ作成(自身のビジョンを表現しながら作品を作成)
- ③グループ内シェア(参加者を3グループに分け、各自の作品をシェア)
- ④全体シェア(希望した3名からの発表)
- ⑤ビジョンコラージュ解説

○ 活動内容

これまでの体験を振り返り、自分の興味・特性・心地よさを可視化するビジョンコラージュ制作を中心に、自己理解を深める応用的ワークを実施。自由に素材を選び、個々の表現を尊重する活動。

○ 人数

大人11名、子供15名

○ 所要時間

110分程度

○ 安全対策

心理的安全性を重視し、評価や正解を求めない設計とした。無理な発言や発表を促さず、子供が自分のペースで制作・共有できるよう支援者が最小限の介入で見守る体制を構築した。

○ 使用した設備・場所等の概要

仲田の森蚕糸公園「桑ハウス」で実施。雑誌・色鉛筆・紙など多様な素材を自由に選べるよう配置し、グループ席と伴走者を配置した“創作の余白”がある空間を整備。

○ 狙い

これまでの活動を通して湧いた気づき・興味・感覚を整理し、「自分にとって心地よい学び方」「何に惹かれるのか」を自覚化することが目的。自由な素材選択と非評価的な環境の中で、自己像を再構築し、自己理解・他者理解を深め、主体的な学びへの意欲を高める狙いがあった。

具体的な活動 ～慶應義塾大学ラボ～



○ 当日のタイムライン

- (10時50分) 実施内容①(担当者:福本理恵) 20分
・ビジョンコラージュ準備(紙で自分が好きな木を描いた)
 - (11時10分) 実施内容②(担当者:福本理恵) 50分
・ビジョンコラージュ作成(自身のビジョンを表現しながら作品を作成)
 - └11:10～11:15:ビジョンコラージュの概要を説明し、作成手順を紹介した。
 - └11:15～12:00:参加者は部屋後方のテーブルに置かれた雑誌から各自で素材を選び、好みの絵をちぎったり切ったりして、7コマで描いた木の紙の裏面に貼り付けた。また、色鉛筆で自由に描くことで、自身のビジョンを表現しながら作品を作成した。
 - (12時00分) 片付け 10分
・片付け(各自のテーブルを片付ける時間を設けた)
 - (12時10分) 実施内容③(担当者:福本理恵) 15分
・グループ内シェア(参加者を3グループに分け、各自の作品をシェアする時間を実施。発表順はじゃんけんで決定)
 - (12時25分) 実施内容④(担当者:福本理恵) 5分
・全体シェア(希望をした個別の生徒3名が全員の前で自分の作品を発表)
 - (12時30分) クロージング((担当者:福本理恵) 10分
・ビジョンコラージュについての解説(自宅でもコラージュを作成できることを紹介。今まで読んだ本や所持している物を素材として、自分を振り返り、自己理解を深めることができる点や作業を通じて自分の中の「原石」を見つけ、新しい自分と出会い続ける意義について、児童生徒たちに伝えた)
・活動全体のクロージング(全8回の活動の中で、どの回が最も面白かったかを参加者に尋ねた)
 - (12時40分) プレゼント配布((担当者:福本理恵) 5分
・プレゼントの配布(関わった大人達がそれぞれ生徒一人ひとりに伝えたいメッセージカード1枚と、偉人の名言を書いた紙リース1枚を参加した児童生徒にプレゼント)
 - (12時45分) アンケート (担当者:福本理恵) 10分
・アンケート実施(活動終了後、参加児童にアンケートへの回答を依頼し、その場で記入)
- 子供、協力フリースクール帰宅 ---
- (12時55分) 片付け 30分

具体的な活動 ～慶應義塾大学ラボ～



全回を通じた狙い・支援ポイント(環境設定)

本プログラム全体の狙いは、子どもたちが自然・身体感覚・素材・歴史・社会・表現といった多様な実体験を重ねながら、「自分にとって心地よい環境」「自分が惹かれる対象」「自分の学び方」を主体的に見つけていく“自分学(ULTLA)”を確立することである。街歩きでは刺激の違いを五感で比較し、木造建築では構造・歴史・素材を学び、蚕や糸取りでは生命と技術のつながりに触れ、草木染めや森での身体ワークでは身体性と感覚を用いた表現を体験した。

これらの異なる領域を横断する経験は、教科横断的な学びを自然に生み出し、子どもが「自分の興味の源」を理解する助けとなる。また、全回を通じて 正解を求めない・比較しない・多様性を肯定する設計が貫かれ、子どもたちは自分のペースでの参加が許され、安心して自己表現を行うことができた。

最終的には、「自分らしさへの肯定」「他者の違いの尊重」「主体的な学びの姿勢」の3つを育むことが、本プログラムが目指す中心的な到達点である。

全回を通じた安全対策

本プログラムでは、身体的安全と心理的安全性の双方を重視した安全設計が徹底されてた。街歩き・森・雑木林・河川敷など屋外での活動では、事前の危険箇所確認、複数の引率者配置、小グループ移動、歩行ルート・速度への配慮が行われた。また、気温や身体負荷に応じて水分補給・休憩・服装指導を実施し、転倒・虫刺され・体調不良リスクに対して支援者が巡回して対応した。糸取りや染色など、熱源や薬品・器具を扱う回では、健康・アレルギー情報の事前確認、手袋着用、道具の個別化、工程ごとのゾーニングを行い、安全な操作ができる環境を整えた。

食材を扱う回では手洗い・消毒などの衛生対策を徹底し、無理に食べさせず、嗅ぐ・観察するなど複数の関わり方を許容した。

心理的安全性として、発言や参加の強制をしない、正解を求めない、個々のペースに合わせた関わり、戻れる場所を確保するといった方針が全回で共有され、緊張や不安が強い子も安心して参加できる環境を実現していた。これらの身体と心の双方を守る安全対策により、子どもが自分の感覚を使いながら探索し、主体的に表現できる学びの場が安定して成立した。

具体的な活動 ～慶應義塾大学ラボ～



子供の特徴・特性と全回を通じた子供の変化①

○ 子供の特徴・特性

中学生。人前で発表することに苦手意識。自己表現が得意ではなく、言語化に慎重さが見られる。初めての環境や人前での活動において緊張しやすい。自身の作品を他者に見せることに抵抗がある。

○ 子供の変化

活動前には、自己表現や作品提示に対する抵抗が共有されていたが、活動終盤においては、これまで避けていた自身の作品を他の生徒に抵抗なく提示するといった行為が実際に確認された。ただし、発言量や積極性といった点での変化は記録されておらず、本事例の変化は限定的かつ局所的なものである。

子供の特徴・特性と全回を通じた子供の変化②

○ 子供の特徴・特性

小学校高学年。不安や「失敗したくない」気持ちが強く、見通しが曖昧だと緊張が高まりやすい。感覚刺激の影響も受けやすいが、好きな分野では集中力が高く、五感を使う活動や自然素材・色・香りへの感受性が豊か。

○ 子供の変化

序盤は慎重に距離を取りつつ参加。回を重ねる中で叩き染めやコラージュ等の表現に没入し、自身の作品を隠す行為が徐々に減少。好きな題材(例:猫写真)を起点に自己表現が開き、満足感の言語化や他者との共有も増加。工程を絞った提示と選択尊重の関わりが有効に機能した。選択肢を提示し、直接参加以外の関わりも許容すると自分のペースで没入できた。

具体的な活動 ～慶應義塾大学ラボ～



子供の特徴・特性と全回を通じた子供の変化③

○ 子供の特徴・特性

小学校高学年。構造や仕組みへの関心が高く、説明を聞いて納得しながら進める知的理解型の側面と、空間や素材を体で確かめる体感型の側面が共存。工程を丁寧に追う集中力があり、命や倫理の話題にも感受性が高い。曖昧さには確認を重ねる。

○ 子供の変化

建築や養蚕回では説明と体験を往還しながら知識と感覚を統合。糸取りや染色などでは工程理解が深まるほど没頭度が上がり、完成度と多様な表現の両立を受容。見通しがあると安心して取り組めた。回を通じて曖昧さへの不安が低減し、主体的な選択と言語化が安定していった。

子供の特徴・特性と全回を通じた子供の変化④

○ 子供の特徴・特性

小学校中学年。環境変化や口頭指示が負荷になりやすく、発話は控えめ。見通しが立つと安心し、静かに観察しながら関わる。注意の維持が難しい場面もあるが、合う作業や表現形式では集中が続く。特定の場で話せなくなることもある。

○ 子供の変化

全体を通じて静かに参加しつつ、最終回にモノクロ表現を自発的に提示するなど、内的な気づきの外化が見られた。安心できる導入と余白のある構成、発言を強要しない姿勢により、自己感覚を言葉と結び付ける小さな発話・提示が生起。段階的な関与拡大が確認された。

具体的な活動 ～慶應義塾大学ラボ～



子供の特徴・特性と全回を通じた子供の変化⑤

○ 子供の特徴・特性

小学校高学年。感覚が繊細で、見通しを重視。興味が限定される一方、その領域では高い集中が生まれる。異性への不安があるなど対人感覚に繊細さを持つ。デジタル表現への没入が見られる。

○ 子供の変化

刺激との距離を調整しながら参加し、終盤には「木のイメージ」を起点に連続的な表現へ展開。安心できる枠組みで自己表現が伸びた。否定されない場での肯定的受容を重ねることで自信が持てるようになった。比較や評価から離れ、好きな媒体・工程で没頭できる設定が自己効力感につながった。

子供の特徴・特性と全回を通じた子供の変化⑥

○ 子供の特徴・特性

中学生。集団適応に困難があり、音への繊細さもある。言語的やり取りより非言語・制作での表現に強み。自分のリズムを崩さず、短時間でも深く没頭するタイプ。

○ 子供の変化

制作や身体作業での集中が際立つ。周囲が会話していても自分のペースで作業を継続。支援は距離を尊重し、選択の自由を担保。発言を求め過ぎない環境に適合していた。短期間でも特性と強みが明確化し、安心の中での没入が安定して見られた。

具体的な活動 ～慶應義塾大学ラボ～



子供の特徴・特性と全回を通じた子供の変化⑦

○ 子供の特徴・特性

中学生。新しい環境や刺激に不安が出やすく、異性への恐怖感や自己評価の低さも見られる。一方、イラストや推し活を軸にした関心が強く、好みを媒介に表情が明るくなる。

○ 子供の変化

距離調整を認めると場に留まり続けられ、自己像の言語化が進んだ。初期は慎重だが、推しの話題や好きな作業で活力が高まり、虫など苦手対象も距離調整で関与を継続。後半は対人関係の自発的選択が増え、自己像に関する言葉が増加。少人数・非評価的な環境が不安軽減と探究の継続に寄与した。

子供の特徴・特性と全回を通じた子供の変化⑧

○ 子供の特徴・特性

小学校高学年。強制や急かしに抵抗感。言語での自己表現より、手作業や工程に没入すると安定。清潔に関する感覚が強く、適切な道具の個別化やゾーニングが集中を支える。

○ 子供の変化

自分のタイミングで選べる環境で粘り強さが発揮された。養蚕の糸取りや染色など、工程が明確な作業で没頭が顕著。個別化された道具配置と工程の可視化により、周囲の進度に左右されず集中が継続。回を追うごとに関心対象への行動持続性と自己調整が向上し、最終回も好きな題材で高い集中を示した。

具体的な活動 ～慶應義塾大学ラボ～



子供の特徴・特性と全回を通じた子供の変化⑨

○ 子供の特徴・特性

中学生。集団で過ごすことや言語表現が負担になる場面がある。関心対象には積極的で、関係性が安心の土台になる。

○ 子供の変化

失敗回避傾向はあったが、選択を委ねる関わりと非言語的表現の尊重で「やってみる」気持ちが芽生えやすい様子だった。序盤は慎重に場へ適応し、養蚕・制作工程では没入して安定。中盤以降に試行の回数が増え、終盤は自己表現が他者に自然と開かれる流れへ。評価前提のない余白ある場づくりが、慎重→試行→開示という段階的变化を後押しした。

子供の特徴・特性と全回を通じた子供の変化⑩

○ 子供の特徴・特性

小学校高学年。身体活動・自然親和性が高い一方、感覚や感情の起伏に繊細さがある。奉仕的で他者配慮があるが、他者との衝突も生じやすい。外の空気や風、地形といった身体的・環境的要素が活動の核になりやすい。

○ 子供の変化

屋外では活動性と関与が高まり、繊細さが出る場面でも自己調整して継続。第7・8回の自由度の高い表現では、安心を共有しながら主体的な関わりが顕在化。自然・身体性を軸にした設計が持ち味の発揮と関係性の安定に寄与。

具体的な活動 ～慶應義塾大学ラボ～



子供の特徴・特性と全回を通じた子供の変化⑪

○ 子供の特徴・特性

小学校中学年。不安が強く、集団や口頭指示で緊張しやすい。安心できる人・物の存在が参加の鍵となる。押しグッズなど「安心材料」を携えると関与が安定。

○ 子供の変化

制作や好きなキャラクターを介して自己表現が立ち上がった。第3回以降、安心材料を手掛かりに安定参加。第4回では糸繰りに没頭し、最終回は押しキャラのコラージュで発表意欲が高まる。非言語的・嗜好ベースの表現を尊重したことが、自己調整と開示の進展につながった。

子供の特徴・特性と全回を通じた子供の変化⑫

○ 子供の特徴・特性

小学校中学年。興味対象に高い没頭を示す。身体感覚や実体験から理解を積むタイプで、一斉活動より自分のペースでの関与を好む。場の動きを観察し、他者を妨げない距離で行動できる。

○ 子供の変化

素材・環境への自発的関与が多く、一斉説明への参加は限定的であった。一方、支援者が行為を媒介することで、安心して継続できた。安全な見守りと行為の媒介により場に留まり続け、徐々に集団観察の時間が増加。最終回には自己表現の幅が広がり、屋内外を行き来できる柔軟な環境が効果を示した。

具体的な活動 ～慶應義塾大学ラボ～



子供の特徴・特性と全回を通じた子供の変化⑬

○ 子供の特徴・特性

中学生。学びに前向きで、体験と説明の双方で集中できる。ごかん(五感・互換)活動では無邪気さと主体性が表れ、表現活動にも強みが見られた。俯瞰しつつ他者に共感的に関わる姿があり、場の空気を読みながら自分の表現を深められる。

○ 子供の変化

全回で安定した参加を見せ、説明—体験—表現の循環がスムーズ。最終回には過去経験と現在の関心を統合する言語化・表現へと進んだ。没入と俯瞰を行き来し、他者への配慮も自然に発揮される学びの成熟が見られた。

子供の特徴・特性と全回を通じた子供の変化⑭

○ 子供の特徴・特性

小学校高学年。正義感が強く、コミュニケーション力が高い。身体性のある活動や構造を扱う課題への嗜好があり、指示・手順の細かい管理は負担になりやすい。自分のペースで没頭できる設計で力を発揮し、場への働きかけも自然に行える。

○ 子供の変化

早期から場への適応が早く、没頭を軸に周囲を支える役割が顕在化。中盤以降は主体的な行動や人前の役割も自然化し、終盤は制作没頭と場づくりの両立が見られた。指示を抑えた自由度の高い環境が作用した。

具体的な活動 ～慶應義塾大学ラボ～



子供の特徴・特性と全回を通じた子供の変化⑮

○ 子供の特徴・特性

小学校高学年。絵・ダンス・ゲームなど身体感覚に基づく活動を好む。強制や一斉指示に抵抗があり、慣れない場では引っ込み思案。不安が強く固まりやすいが、安心できる相手や同じ行為を選ぶ他者の存在で自己を出しやすい。

○ 子供の変化

初期は緊張が強かったが、回を重ねる中で自分に合う参加様式(聞く／手を動かす)を選択し制作に没頭。中断を強要しない受容的対応で安心が高まり、他者の存在が足場となって自己表現が広がった。

子供の特徴・特性と全回を通じた子供の変化⑯

○ 子供の特徴・特性

小学校中学年。昆虫・生物・自然物への関心が強く、興味対象への集中が高い。一斉活動や設定テーマへの直接参加は限定的だが、素材や環境に自発的に関与して探索・創作を進める。自己調整が利き、違和感のある場面では距離を取りつつ場に留まる力がある。

○ 子供の変化

初回から独自の探索・創作で場に関与。支援者が行為を否定せず伴走することで安心して継続し、中盤以降は関心対象への没入がより顕著に。最終回には抽象的表現へ接続し、独自の物語性が立ち上がった。屋内外を往還できる設計が功を奏した。

具体的な活動 ～慶應義塾大学ラボ～



フリースクール等で実践する際の留意点①

実践のための条件

<費用>

- ・備品・消耗品費:約20,000円(自然素材、家庭にある素材の持ち寄りなどにより抑制につながった。専門的な道具は外部施設と連携することで購入費用を掛けずに活用が可能)
- ・保険料:一人あたり500円(最低限の保険加入)
- ・外部人材(ナビゲーター)講師謝金:1名あたり20,000円(常勤ではなく、特定の回やテーマに応じて依頼)
- ・会場費:13,200円(公民館や公共施設、科学館、博物館、地域の私的スペースなど、無償または低額で利用可能な場所を探し、工夫することで、会場費を抑えることも十分に可能)
- ・支援者(コミュニケーター)人件費:時給1,500～2,500円(大学生については、ゼミや授業との連携、ボランティアとしての参画により、無償または低額で関わってもらうことも可能)

<支援者に求められるもの>

- ・フリースクールの現場で共有・実践しやすいよう、支援者の役割を三つの段階に整理
 - 第1段階:居場所としての関わり(安心して場に留まれる状態を支える)
 - 第2段階:学びへの入口の関わり(関心や行為を学びの芽として捉える)
 - 第3段階:探究・学びへの接続の関わり(行為を整理し、意味づけへとつなぐ)

<人員>

子供4名程度に対して最低限1名の支援者を配置することが望ましい。その上で、多動傾向が見られる子供や、個別のサポートが必要なケースが含まれる場合には、状況に応じて1名程度の追加配置を検討する必要がある。役割を分担することで、子供の多様な関与の仕方を同時に支えるための構造として位置付けられ、支援者の役割は固定せず、「見守る」「伴走する」「媒介する」といった機能を子供の状態や場の流れに応じて柔軟に担う体制を整えることが重要である。

具体的な活動 ～慶應義塾大学ラボ～



フリースクール等で実践する際の留意点②

当該活動により効果が表れやすい子供

- 一斉活動や評価に対して不安や緊張を感じやすい子供
- 自分のペースで関わることを必要とする子供
- 感覚的・身体的な活動を入口として関与しやすい子供
- 興味関心の偏りが強く、画一的な活動では参加が難しい子供
- 自己表現や言語化が苦手であるが、行為や制作を通じた関与が可能な子供

※明確な指示や構造化された課題を好む子供には、本ラボのような自由度の高い構成が戸惑いにつながる可能性もある。対象となる子供の特性を踏まえた上で、自由度や関与の仕方を調整することが重要である。

望ましい場所・環境

屋内外を柔軟に行き来でき、静と動が共存する構造を持つ場。屋外環境や自然に触れられる場所は子供の身体感覚を刺激し、没入や自発的な関与を促しやすい。一方、制作や休息が可能な屋内空間が併存していることで、活動の合間に落ち着いて過ごす選択肢が確保され、安心感の維持につながる。

また、同一の空間にいながらも、異なる関与の仕方が許容される設計とすることで、「別のことをしていても、また戻ってこられる場所」として場が認識され、参加の継続が促される。このような環境では、参加と離脱が対立的に捉えられることなく、子供自身が関与の度合いを調整しながら場に留まることが可能となる。

騒がしさや刺激の程度についても、一律に静かに保つのではなく、子供が自ら距離を取る、場所を移動するなどして刺激量を調整できる余地を残すことが重要である。これにより、感覚過敏や緊張を感じやすい子供にとっても、無理なく場に関わり続けることができる環境が整う。

以上の点から、望ましい場所・環境とは、特別な設備や広さを必須とするものではなく、子供の状態に応じた選択と調整が可能な構造を持つ場であると言える。このような環境設計は、安心感を土台とした支援や学びを継続的に支える基盤として機能する。

具体的な活動 ～慶應義塾大学ラボ～



フリースクール等で実践する際の留意点③

フリースクール等での実践(少額の費用・少数の人員で実践する方法)

- 活動で使用する物品は紙、筆記具、簡単な工作道具、自然物など、既存の備品や地域にある資源で代替可能なものが中心である。そのため、新たな教材購入や設備投資を行わなくても実施できる。
- 実践にあたっては、最低限2名程度の支援者がいれば成立する構成である。1名は全体の安全や環境を見渡す役割を担い、もう1名は必要に応じて特定の子供に伴走したり、行為を媒介したりする役割を担うことで、複数の参加様式を同時に支えることが可能となる。必要に応じて、地域のナビゲーターやボランティアが補完的に関与することで、より柔軟な運営が実現できる。
- 子供ごとに活動内容を細かく分けず、「選択を許容する構造」そのものが個別化の役割を果たすため、事前の綿密なプログラム設計や追加人員を必要としない。
- 活動の入口としてテーマを共有するが、必ずしもそのテーマ通りの活動への参加を強制しない。テーマは自然、身体、身近な生活素材など、特別な教材や専門的な準備を必要としない内容とすることで、準備や運営に掛かるコストを抑えることができる。
- 一斉活動に参加する、別の行為を行う、見て過ごすなど、複数の関与の仕方をあらかじめ許容する構造とする。これにより、個別対応のために追加の人員を配置せずとも、子供一人ひとりの特性や状態に応じた関与が成立しやすくなる。
- 支援者は指示や評価を行うのではなく、既に始まっている子供の行為や関心に伴走し、それを通じて関係性を築く役割を担う。この関わり方により、専門的な指導スキルを持つ人員を増やさなくても、既存の支援者が柔軟に対応することが可能となる。
- 振り返りは全員が言語化することを前提とせず、短い感想の共有や簡易的なアンケートなど、負担の少ない方法で行う。これにより、記録や評価のための追加作業や人員を最小限に抑えて実践の方向性を確認できる。この際、活動の成否を「どれだけ参加したか」「予定した内容をどこまで実施できたか」で判断するのではなく、「子供がどのように場に関わっていたか」に着目する視点を持つことが重要である。この視点を支援者間で共有することで、限られた人員体制の中でも、子供の多様な参加様式を支える実践が可能となる。/

具体的な活動 ～慶應義塾大学ラボ～



フリースクール等で実践する際の留意点④

実践に向けた留意事項

<子供に対する留意事項>

子供に対しては、無理な内省や言語化を求めず、行為や関与そのものを尊重することが重要である。参加しないことや、別の活動を選択することも含めて参加と捉える視点を持つことで、安心感が損なわれることを防ぐ。また、子供の状態によっては、自由度の高さが不安につながる場合もあるため、必要に応じて見通しや選択肢を明示するなど、柔軟な調整が求められる。

<環境に対する留意事項>

環境面では、安全が確保できない状況や過度な刺激が生じる場合、活動内容や場所を調整または中止の判断が必要。屋外活動においては、天候や周囲の状況に応じて柔軟に対応できる体制を整えておくことが重要である。

具体的な活動 ～慶應義塾大学ラボ～



まとめ

調査研究において実施された活動内容の効果

事後アンケートの集計及び質的記録を統合的に分析した結果、活動回を重ねるにつれて、「安心感」や「心のエネルギー」に関する項目の平均値が上昇する方向性を示し、「緊張感」に関する項目は低下する傾向が確認された。また、極端に低い値を示す回答の割合が減少するなど、心理的状态が安定する方向への分布の変化が見られた。

また、「自分らしい学びが見つかったか」の問いに対する回答の推移としては、活動の後半にかけて「はい」と回答する割合が高まっており、子供自身の内的基準に基づいた学びの実感が形成されつつあったことがうかがえる。

さらに、子供が本プログラムを「自分に合っている」と感じた要素について、複数回答形式で選択した結果を活動回数ごとに示したものでは、「教科書を使わない」「活動を通して学ぶ」「自分で決めることができる」といった項目において、活動の進行に伴い選択割合が高まる傾向が見られた。

また、「教科ごとの時間割がない」「答えが一つではないことを考えることができる」といった項目についても、一定の割合で選択されており、学びの構造そのものが子供に受け入れられていたことがうかがえる。

これらの結果は、本プログラムで重視してきた「一斉性や正解を前提としない学びの構造」「活動や選択を通じた主体的な関与」「日常生活と連続した学びの設計」といった特徴が肯定的に捉えられていたことを示している。

これと並行して、活動後半では、子供自身が活動を評価する際の基準が、「正しくできたか」ではなく、「自分のペースで関わられた」「無理をしなくてよかった」といった内的基準へと移行しつつある兆しが、自由記述や選択理由の語彙から確認された。

これらの結果は、質的分析と整合的であり、本ラボで重視してきた「安心感を土台とした支援・環境設計」が、子供の主観的体験としても受け取られていたことを示唆しており、心理的な安定と内省的な姿勢が相互に影響しながら形成されていった可能性を示している。

具体的な活動 ～慶應義塾大学ラボ～



まとめ

子供一人ひとりの興味関心を引き出す支援方法

行動や関心を即座に修正・統制するのではなく、既に始まっている行為を媒介として関係性を築く関わりが挙げられる。本ラボでは、設定された活動内容にそのまま参加しない場合であっても、それを「不参加」や「逸脱」として扱わず、子供が選択している関与の仕方そのものを参加として捉える支援を行った。この関わり方により、子供は場から排除されることなく関与を継続することができ、結果として安心感の形成や緊張感の低下につながっていたと考えられる。

また、指示や評価を控え、子供の関心や行為と場とをつなぐ「媒介者」として支援者が関与することで、子供の主体性を損なうことなく、内的な動機に基づいた関与が維持されていた。このような支援方法は、特に一斉活動や評価に対して不安を感じやすい子供において、参加の継続と心理的安定の両立に寄与していた。

子供一人ひとりの興味関心を引き出す環境設定

屋内外を行き来できる構成や、自然・身体感覚に訴える要素を含んだ環境設定が子供の参加や没入を促す上で有効であった。

同一の空間にいながらも、異なる関与の仕方が許容される設計としたことで、「別のことをしていても戻ってこられる場所」として場が認識され、安心感が維持されていた。これにより、活動内容への直接的な参加に限らず、行為の共有や場への同席といった多様な参加の形が成立していた。

支援者に必要な資質・能力

子供の行動を問題化せず、その行動が持つ意味や関心の方向性を読み取ろうとする姿勢である。活動への参加不参加という二分的な捉え方ではなく、「どのように参加しているか」を見る視点が、支援の質を高めていた。次に、指示や評価を控え、子供の行為と場とをつなぐ媒介者として関与する判断力である。特に複数の子供が存在する場では、全体の安全や関係性を見渡しながらか、あえて介入しない判断を含めた調整力が求められた。さらに、一対一で子供に寄り添う場合、関心や安心感に細やかに応答する姿勢が重要。一方、グループで関わる場合には、各々の参加様式が共存できるよう環境を調整する視野の広さが必要であることも明らかとなった。

具体的な活動 ～慶應義塾大学ラボ～



まとめ

総括

本調査研究を通じて、安心感を土台とした支援方法及び環境設定が、子供の心理的安定と内省的な姿勢の双方に関与している可能性が示唆された。特に、評価されない関わりや、一斉参加を強制しない構造、身体感覚を入口とする活動設計が、子供の主観的体験としても肯定的に受け取られていた点は重要な知見である。これらの結果は、特定の子供の変化にとどまるものではなく、母集団として共通する傾向と整合しており、フリースクール等における支援や環境設計を検討する上での基礎的な示唆を提供するものである。

参考リンク

ULTLAプログラム:

<https://ultla.jp/>

spaceQに関する資料:

https://www.mext.go.jp/content/20240304-mxt_shuukyo02-000027064_03.pdf



具体的な活動 帝京大学ラボ



第1回 未来を創造しよう！①（自由工作・お絵描き）	P.40～41
第2回 自然に触れる①（寄せ植え：将来住みたい家の庭）	P.42～43
第3回 自然に触れる②（植物観察：植物図鑑作成）	P.44～45
第4回 未来を創造しよう！②（AI画像生成：今の自分と将来になりたい自分の紹介）	P.46～48
第5回 創造する①（ブロック創作：未来の自分の部屋）	P.49～50
第6回 創造する②（プラネタリウム鑑賞：時空を超えて想像する）	P.51～52
第7回 未来を創造しよう！③（AI画像・動画生成：未来都市東京を可視化）	P.53～54
第8回 発表会（未来都市東京に行こう！）	P.55～56
全回を通じた狙い・支援ポイント	P.57
全回を通じた安全対策	P.57
子供の特徴・特性と全回を通じた子供の変化	P.58～63
フリースクール等で実践する際の留意点	P.64～65
まとめ	P.66～67



【本事業の実施主体】東京都子供政策連携室企画調整部
 【お問い合わせ窓口(令和7年度)】アデコ株式会社(本事業受託会社) 電話番号 050-4560-7557(受付時間:平日9時～17時30分)
 メールアドレス ade.jp.kodomomanabi@jp.adecco.com

※表現はラボからの実施報告書をもとに記載しています。

具体的な活動 ～帝京大学ラボ～



第1回 未来を創造しよう！①(自由工作・お絵描き)



○ 実施手順

- ① 活動の全体構成・第1回活動の内容について説明
- ② 子供と学生パートナーの各ペアで、趣味・好きなこと等、自己紹介を行う
- ③ 各ペアで、子供を対象にした活動前アンケートを実施
- ④ 学生パートナーと会話しながら、多様な素材を用いた自由工作・お絵描きを行い、作品にタイトルをつける
- ⑤ 各ペアより作品を全体に共有
- ⑥ 各ペアで、子供調査員による振り返りシートの記入

○ 活動内容

子供と学生パートナーがペアで自己紹介を行う。多様な素材で自由工作またはお絵描きを行い、iPadで発想を広げ、作品を介してペアで会話する。タイトルをつけた作品を全体に共有する。

○ 人数

大人11名、子供12名

○ 所要時間

100分程度

○ 安全対策

活動参加を強制せず、緊張が強い子どもには、室外で見ただけでもよいことを伝えた。保護者同席も可能とし、安心できる環境設定を徹底。学生パートナーは距離を保ちながら興味に応じてさりげなく関わる対応を行った。

○ 使用した設備・場所等の概要

me:rise立川カンファレンスルーム1室を使用。左右に長机セットを配置し、フリースクールごとに子供・学生パートナーのペアが着席。中央のテーブルには工作・お絵描きの道具・素材を並べて配置。

○ 狙い

初回の顔合わせとして、学生パートナーとの信頼関係構築を第一目的とし、自由な制作活動を通じて子どもの興味・関心・ペースを把握。安心できる環境で自己表現を促し、今後の未来創造活動につながる「関係性の土台づくり」を実施。

具体的な活動 ～帝京大学ラボ～



○ 当日のタイムライン

●(9時00分) スタッフ集合 <全体打合せ・準備> 60分

・会場準備、学生パートナーへの当日の活動説明・活動前アンケートの実施、工作・お絵描き道具の準備、子供たちの受入れ準備。

●(10時00分) 実施内容①(担当者:角南なおみ) 10分

・ラボメンバーによる自己紹介。

・活動の全体構成及び第1回活動の内容について説明。子供たちに100年後の未来を創造するプロジェクトの協力者であることを伝える。

●(10時10分) 実施内容②(担当者:角南なおみ) 10分

・子供と学生パートナーの各ペア間で自己紹介。趣味、好きなこと、好きなゲーム、したいこと、ほしいものを互いに共有。

●(10時20分) 実施内容③(担当者:角南なおみ) 10分

・各ペアで、子供を対象にした活動前アンケートを実施。iPadに回答を入力するにあたって、適宜、学生パートナーが子供を補助。

●(10時30分) 実施内容④(担当者:角南なおみ) 45分

・画用紙、水性ペン、紙粘土、絵の具セット、マスキングテープ、ひも、紙コップ、ストロー、はさみ、のり、鉛筆等を用いて、自由に工作またはお絵描きを行い、作品を介して学生パートナーと会話。適宜、iPadを活用して子供の作品制作のアイデアを拡張。

・各自作品にタイトルをつける。学生パートナーがiPadで子供の作品を撮影。

●(11時15分) 実施内容⑤(担当者:角南なおみ) 15分

・会場前方のスクリーンに作品の写真を投影しながら、各ペアより作品及びタイトルを共有し、参加者全員で鑑賞。

●(11時30分) 実施内容⑥(担当者:角南なおみ) 5分

・各ペアで、第1回活動を振り返り、学生パートナーが子供調査員から聞き取った内容をiPadに入力。

・次回活動の案内、活動終了の挨拶。

--- 子供、協力フリースクール帰宅 ---

●(11時35分) スタッフ間の振り返り 80分

・学生パートナーが各自、活動記録アンケート・活動後の学生パートナー対象の振り返りシートへ回答(各15分)

・ラボメンバー・学生パートナー全員で振り返りを共有(50分)

●(12時55分) 片付け 40分

具体的な活動 ～帝京大学ラボ～



第2回 自然に触れる①(寄せ植え:将来住みたい家の庭)



○ 実施手順

- ① 活動の全体構成・第2回活動の内容について説明
- ② 子供と学生パートナーの各ペアで、第1回と異なる内容の自己紹介を行う
- ③ 将来住みたい家の庭を想像して、各ペアで寄せ植えを行う
- ④ iPadを用いて寄せ植えにした植物の育て方を調べる
- ⑤ 工作道具・素材を用いて寄せ植え作品に装飾を施し、作品にタイトルをつける
- ⑥ 各ペアより作品を全体に共有
- ⑦ 各ペアで、子供調査員による振り返りシートの記入

○ 活動内容

子供たちが将来住みたい家の庭を思い描き、好みの苗を選んで学生パートナーとのペアで寄せ植えし、iPadで育て方を調べる。寄せ植え作品に折り紙や粘土で装飾する。タイトルをつけた作品を全体に共有する。

○ 人数

大人14名、子供12名

○ 所要時間

90分程度

○ 安全対策

土や植物へのアレルギーの事前確認を行い、使用する道具(スコップ・装飾素材など)の安全な扱いを説明。活動に参加しにくい子供には移動式パーテーションで隔てた退避スペースを用意。

○ 使用した設備・場所等の概要

me:rise立川 カンファレンスルーム2室をパーテーションで仕切り、活動スペース、退避スペースを設置。各テーブル・床にシートを敷き、中央のテーブルには、冒頭、苗、寄せ植え道具を、寄せ植え作業中に、工作道具・絵の具を配置。

○ 狙い

土に触れて安心感を得る。自然素材に直接触れて五感を刺激し、自然への関心を促す。未来の暮らしを具体的に思い描きながら表現することで、創造性を引き出し、タイトルをつけることで作品を振り返る。作品と言葉を通じて他者への共有・承認の経験を重ね、自己表現力の向上に繋げる。

具体的な活動 ～帝京大学ラボ～



○ 当日のタイムライン

- (9時00分)スタッフ集合 <全体打合せ・準備> 65分
 - ・会場準備、学生パートナーへの当日の活動説明、工作・寄せ植え道具の準備、子供たちの受入れ準備。
- (10時05分)実施内容①(担当者:角南なおみ) 10分
 - ・活動の全体構成及び第2回活動の内容について説明。
 - ・学生パートナーが適宜相談・連携できるように、大人参加者(各協力フリースクール担当者・事業プロモーター担当者)が自己紹介を行う。
- (10時15分)実施内容②(担当者:角南なおみ) 5分
 - ・子供と学生パートナーの各ペア間で自己紹介。第1回と異なる内容例をスライドで提示。
- (10時20分)実施内容③(担当者:角南なおみ) 20分
 - ・寄せ植えのテーマを紹介。鉢植えの底に石を敷き詰め、土を容れること、持ち帰り時の重量を考慮し本活動内では植物に水を与えないこと等の寄せ植えの作業方法・注意事項を説明。
 - ・子供たちが各自好みの植物を1～2苗選び、学生パートナーとペアで、将来住みたい家の庭を想像して、寄せ植えを行う。
- (10時40分)実施内容④(担当者:角南なおみ) 5分
 - ・各ペアで、iPadを用いて寄せ植えにした植物の育て方を調べる。
- (10時45分)実施内容⑤(担当者:角南なおみ) 25分
 - ・折り紙、粘土、絵の具、カラーペン、のり、ボンド等の材料を用いて、寄せ植え作品に装飾を施す。
 - ・各自作品にタイトルをつける。学生パートナーがiPadで子供の作品を撮影。
- (11時10分)実施内容⑥(担当者:角南なおみ) 15分
 - ・会場前方のスクリーンに作品の写真を投影しながら、各ペアより作品及びタイトルを共有し、参加者全員で鑑賞
- (11時25分)実施内容⑦(担当者:角南なおみ) 10分
 - ・各ペアで、第2回活動を振り返り、学生パートナーが子供調査員から聞き取った内容をiPadに入力。
 - ・次回活動の案内、活動終了の挨拶
- 子供、協力フリースクール帰宅 ---
- (11時35分)スタッフ間の振り返り 80分
 - ・学生パートナーが、各自、活動記録アンケート・活動後の学生パートナー対象の振り返りシートへ回答(各15分)
 - ・ラボメンバー・学生パートナー全員で振り返りを共有(50分)
- (12時55分)片付け 40分

具体的な活動 ～帝京大学ラボ～



第3回 自然に触れる②(植物観察:植物図鑑作成)



○ 実施手順

- ① 第3回活動の内容・実施場所・注意事項について説明
- ② 子供と学生パートナーがペアで入園し、花木園まで移動
- ③ 花木園にて各ペアで植物観察を行い、植物図鑑を作成
- ④ 花木園からみんなの原っぱまで移動
- ⑤ みんなの原っぱにて自由時間の注意事項の説明
- ⑥ 子供と学生パートナーがペアで自由に活動
- ⑦ 各ペアで、子供調査員による振り返りシートの記入

○ 活動内容

植物園で花や木を観察する。関心を持った植物を写真に撮って調べ、名前を付けて、iPad上で植物図鑑を作成する。開放的な環境で、遊具や鬼ごっこを楽しみ、自由に過ごす。学生パートナーとペアで行動し、会話を深める。

○ 人数

大人13名、子供11名

○ 所要時間

90分程度

○ 安全対策

園内での移動に備えて、事前にルート確認と緊急時の連絡体制を整備。迷子防止のため活動範囲を限定し、集合場所を明確化、参加者はリストバンドを着用。体調不良時の休憩や熱中症対策も準備。

○ 使用した設備・場所等の概要

国営昭和記念公園の花木園・みんなの原っぱを中心に活動。花木園では、各ペアに貸与されたiPadを活用して植物を撮影し図鑑を作成。みんなの原っぱでは、ペアで自由行動。休憩場所、トイレ等、園内施設を利用。

○ 狙い

大自然に触れることで、第2回の寄せ植え体験から視点を拡張する。多様な視点で自然を観察して興味関心を広げ、疑問に思ったことを調べることで主体的学びを促す。撮影した植物の画像に名前を付けて図鑑にすることで興味を引き出す。共に行動する学生パートナーとの関係性を深め、自由行動を通して子供同士の交流を促進する。

具体的な活動 ～帝京大学ラボ～



○ 当日のタイムライン

●(9時40分)スタッフ集合 <全体打合せ・準備> 20分

- ・学生パートナーへの園内での行動に関する説明や注意喚起。
- ・緊急時の連絡体制を確認、共有。

●(10時00分) 実施内容①(担当者:角南なおみ) 20分

- ・出席確認の点呼とリスバンド着用。
- ・移動ルートの確認と注意事項の説明。
- ・子供と学生パートナーがペアになって入園し、花木園まで移動。

●(10時20分) 実施内容②(担当者:角南なおみ) 25分

- ・花木園到着後に再度点呼を行い、活動内容を説明。
- ・子供と学生パートナーの各ペアで園内を散策しながら植物を観察し、気になる植物の写真を撮影する。
- ・iPadで写真に撮った植物の名前を調べる。または自分で名前を付ける。
- ・iPad上で撮影した植物の画像に名前を付けて植物図鑑を作成する。

●(10時45分)実施内容③(担当者:角南なおみ) 30分

- ・花木園出発前に再度点呼を行い、子供と学生パートナーのペアで会話しながら移動。
- ・みんなの原っぱ到着後、再度点呼を行い、自由時間の注意事項(行動範囲・時間・必ずペアで行動すること)を説明。
- ・子供と学生パートナーのペアで遊具を使って遊ぶ、広場で鬼ごっこをするなど、自由に活動。

●(11時15分) 実施内容④(担当者:角南なおみ) 15分

- ・集合時に再度点呼。
- ・各ペアで、第3回活動を振り返り、学生パートナーが子供調査員から聞き取った内容を記入。

--- 子供, 協力フリースクール帰宅 ---

●(11時30分) 移動, スタッフ間の振り返り(進行:角南) 100分

- ・振り返り実施場所まで移動(10分)
- ・学生パートナーが各自、活動記録アンケート・活動後の学生パートナー対象の振り返りシートへ回答(各15分)
- ・ラボメンバー・学生パートナー全員で振り返りを共有(60分)

具体的な活動 ～帝京大学ラボ～



第4回 未来を創造しよう！②(AI画像生成:今の自分と将来になりたい自分の紹介)



○ 実施手順

- ① 活動の全体構成・第4回活動の内容について説明
- ② 子供と学生パートナーのペアで第3回活動を振り返る
- ③ AI使用上の注意事項、AIによる画像生成方法の説明
- ④ 子供と学生パートナーの各ペアでAIを用いて今の自分、10年後のなりたい自分を表すキャラクターの画像を生成(※)
- ⑤ 2枚のAI生成画像を用いて、自己紹介カードを作成
- ⑥ 各ペアより自己紹介カードを全体に共有
- ⑦ 各ペアで、子供調査員による振り返りシートの記入

○ 活動内容

AI講師が自己紹介カードを例示し、AIによる画像生成方法を解説する。学生パートナーとのペアで、今の自分、10年後の自分を表すキャラクターの画像を生成し、自己紹介カードを全体に共有する。

○ 人数

大人15名、子供10名

○ 所要時間

90分程度

○ 安全対策

AI利用に伴う個人情報の取り扱いに配慮し、不適切な画像生成が起きた場合に備えた対応を準備。また、13歳未満の子供のAI使用制限を踏まえ、学生パートナーが子供との対話の中での意図を汲んで操作し、安全性を確保した。

○ 使用した設備・場所等の概要

me:rise立川 カンファレンスルーム2室をパーテーションで仕切り、活動スペース、退避スペースを設置。各ペアにiPad1台を配置しChatGPTを利用して画像生成を実施。会場前方のスクリーンにAI講師の説明資料を投影。

○ 狙い

AIを活用して自分の興味・趣味を含めた「将来になりたい自分」を可視化することで、未来へのイメージを広げる。学生パートナーが子供のアイデアをAIへのプロンプトに変換する役割を担い、子供の創造性を引き出す。AIという新しい技術体験を通してICTへの興味関心を促進する。

具体的な活動 ～帝京大学ラボ～



○ 当日のタイムライン

- (9時00分)スタッフ集合 <全体打合せ・準備> 60分
・会場・機材準備、学生パートナーへの当日の活動説明、AIに関する講義、学生パートナーによるAI画像生成の練習、子供たちの受入れ準備。
- (10時00分) 実施内容①(担当者:角南なおみ) 5分
・活動の全体構成及び第4回活動の内容について説明。
- (10時05分) 実施内容②(担当者:角南なおみ) 10分
・子供と学生パートナーの各ペア間で、国営昭和記念公園で撮影した写真・作成した植物図鑑をみながら、第3回活動の振り返り。
- (10時15分) 実施内容③(担当者:福島健介) 10分
・AI講師がAI生成画像を挿入した自己紹介カードを例示しながら、子供たちへ自己紹介を実施。
・子供たち自身が同様の自己紹介カードを作成することを伝え、AI使用上の注意事項・AIへのお願い(プロンプト)の書き方を説明。
①AIに役割を教える。
②AIにやってもらいたい仕事(自分が生りたいキャラクターを指定する)をはっきり書く。
③その仕事について詳しい注文を書く。
④気に入ったキャラクターができるまで、細かい注文を加える。基本のキャラクターが完成したら、動作やポーズをつける。
⑤やってほしくないこと(制限)を書く。
⑥「例えば」を出すとよい。
- (10時25分) 実施内容④(担当者:福島健介) 25分
・子供と学生パートナーのペアで、AIを用いて、今の自分、10年後のなりたい自分を表すキャラクターの画像を生成。
- (10時50分) 実施内容⑤(担当者:福島健介) 15分
・AIによって生成したキャラクター画像に今の自分、10年後の自分に関する自己紹介文をそれぞれ加えて、自己紹介カードを作成。
・各ペアで、誰がどのように自己紹介カードを全体に共有するか、相談。
- (11時05分) 実施内容⑥(担当者:角南なおみ) 15分
・会場前方のスクリーンに自己紹介カードを投影しながら、各ペアより全体に共有。
- (11時20分) 実施内容⑦(担当者:角南なおみ) 10分
・各ペアで、第4回活動を振り返り、学生パートナーが子供調査員から聞き取った内容をiPadに入力。
・次回活動の案内、活動終了の挨拶

(次ページへ続く)

具体的な活動 ～帝京大学ラボ～



(前ページの続き)

○ 当日のタイムライン

--- 子供、協力フリースクール帰宅 ---

●(11時30分) スタッフ間の振り返り 90分

- ・学生パートナーが、各自、活動記録アンケート・活動後の学生パートナー対象の振り返りシートへ回答(各15分)
- ・ラボメンバー・学生パートナー全員で振り返りを共有(60分)

●(13時00分)片付け 30分

具体的な活動 ～帝京大学ラボ～



第5回 創造する①(ブロック創作:未来の自分の部屋)



○ 実施手順

- ① 異なるフリースクールの子供たちを混合させて席替えを実施
- ② 活動の全体構成・第5回活動の内容について説明
- ③ テーブルごとに新たに相席になった参加者同士で自己紹介
- ④ 子供と学生パートナーのペアで、レゴ®ブロック(※)を用いて将来住みたい部屋を創作
- ⑤ 各ペアより作品を全体に共有
- ⑥ 各ペアで、子供調査員による振り返りシートの記入

○ 活動内容

異なるフリースクールの子供たちを混合させて席替えを行う。学生パートナーとペアでレゴ®ブロックで将来住みたい部屋や家を制作し、他のテーブルと異なるパーツを貸し借りしながら仕上げる。完成作品を全体で共有する。

○ 人数

大人13名、子供11名

○ 所要時間

90分程度

○ 安全対策

小パーツの誤飲防止に配慮。学生パートナーとのペアは維持しつつ、子供たちが場に馴染んだタイミングで席替えを実施。不安の強い子供は席替えしなかった。レゴ®ブロックの奪い合いが起きても、学び合いとして受容。

○ 使用した設備・場所等の概要

me:rise立川 カンファレンスルーム2室をパーティションで仕切り、活動スペース、退避スペースを設置。各テーブルにレゴ®ブロックセット1袋を配置し共用。あえて均一にブロックを配分せず、テーブル間でのパーツ交換を推奨。

○ 狙い

立体的な創作活動を通じて、空間認知能力と創造性を育む。未来の自分の部屋というテーマで未来への想像力を刺激する。席替えやテーブル間のパーツ交換によって、子供同士の交流の機会を増やす。

具体的な活動 ～帝京大学ラボ～



○ 当日のタイムライン

●(9時00分) スタッフ集合 <全体打合せ・準備> 60分

・会場準備、学生パートナーへの当日の活動説明、ブロック創作に用いる道具の準備、子供たちの受入れ準備。

●(10時00分) 実施内容①(担当者:角南なおみ) 2分

・入室時に、異なるフリースクールの子供たちを混合させる形で席替えを実施し、新しい出会いを創出。

●(10時02分) 実施内容②(担当者:角南なおみ) 2分

・活動の全体構成及び第5回活動の内容について説明。

●(10時04分) 実施内容③(担当者:角南なおみ) 4分

・テーブルごとに、新たに相席となった参加者同士で自己紹介、最近あったことについて共有。

●(10時8分) 実施内容④(担当者:角南なおみ) 60分

・自己紹介を終えてからテーブル上のレゴ®ブロックの袋を開き、テーブルごとに1～3セットを共用。

・子供と学生パートナーのペアで会話しながら、レゴ®ブロックで「将来住みたい部屋」を創作。庭や家へと拡張してもよい。

・異なる種類のレゴ®ブロックがある他テーブルと貸し借りも行いながら、作品を仕上げる。学生パートナーがiPadで子供の作品を撮影。

●(11時08分) 実施内容⑤(担当者:角南なおみ) 17分

・会場前方のスクリーンに作品の写真を投影しながら、各ペアより作品を共有し、参加者全員で鑑賞。

●(11時25分) 実施内容⑥(担当者:角南なおみ) 8分

・各ペアで、第5回活動を振り返り、学生パートナーが子供調査員から聞き取った内容をiPadに入力。

・次回活動の案内、活動終了の挨拶

--- 子供, 協力フリースクール帰宅 ---

●(11時33分) スタッフ間の振り返り 90分

・学生パートナーが、各自、活動記録アンケート・活動後の学生パートナー対象の振り返りシートへ回答(各15分)

・ラボメンバー・学生パートナー全員で振り返りを共有(60分)

●(13時03分) 片付け 30分

具体的な活動 ～帝京大学ラボ～



第6回 創造する②(プラネタリウム鑑賞:時空を超えて想像する)



○ 実施手順

- ① 第6回活動の内容について説明。プラネタリウム鑑賞時の注意事項について案内
- ② プラネタリウムに入場し、当日の八王子周辺の星空、「宇宙ヒストリア～130億光年 原子の旅～」という宇宙の138億年の歴史物語を鑑賞
- ③ 講座室に移動し、第5回活動時と同じグループで感想を共有
- ④ 各グループから1ペアずつ全体に感想を共有
- ⑤ 各ペアで、子供調査員による振り返りシートの記入

○ 活動内容

学生パートナーとペアでプラネタリウムを鑑賞して宇宙への興味を深め、地球の未来への想像を広げる。鑑賞後に第5回と同じグループで感想を共有し、各テーブルから1ペアが全体に感想を共有する。

○ 人数

大人13名、子供10名

○ 所要時間

100分程度

○ 安全対策

暗所や閉鎖空間が苦手な子供に向けて、事前に施設の雰囲気の写真などで説明し、途中退出も許可。迷子防止のため、館内ではペアで行動し、参加者はリストバンドを着用。体調不良に備えて休憩対応も可能とした。

○ 使用した設備・場所等の概要

八王子市のコニカミノルタサイエンスドーム(八王子市こども科学館)を団体予約して利用。子供の年齢層を踏まえて、観賞用プログラムを事前に選定。プラネタリウムドームの他、感想共有の場として講座室を確保。

○ 狙い

宇宙というスケールの大きな環境を体験することで、子供たちに日常とは異なる視点を提供し、発想力・想像力を大きく広げる。グループでの感想共有を通して、席替え後の子供同士の交流を促進。宇宙や地球の未来への興味関心を促す。

具体的な活動 ～帝京大学ラボ～



○ 当日のタイムライン

- (10時40分)スタッフ集合 <全体打合せ・準備> 15分
 - ・学生パートナーへの活動内容、施設内での行動や注意事項の説明
 - (10時55分) 実施内容①(担当者:角南なおみ) 5分
 - ・第6回活動の内容について説明。
 - ・館内スタッフよりプラネタリウム鑑賞時の注意事項について案内。
 - (11時00分) 実施内容②(担当者:角南なおみ) 50分
 - ・子供と学生パートナーがペアになって、プラネタリウムへ入場、好きな場所に着席。
 - ・館内スタッフより、当日の八王子周辺の星空の解説。
 - ・「宇宙ヒストリア～130億光年 原子の旅～」という宇宙の138億年の歴史物語を鑑賞。
 - (11時50分) プラネタリウムから講座室への移動・休憩 10分
 - (12時00分) 実施内容③(担当者:角南なおみ) 20分
 - ・第5回活動時と同じグループで感想を共有。
 - ・各グループから1ペアずつ全体に感想を共有。
 - (12時20分) 実施内容④(担当者:角南なおみ) 10分
 - ・各ペアで、第6回活動を振り返り、学生パートナーが子供調査員から聞き取った内容を記入。
 - ・次回活動の案内、活動終了の挨拶
- 子供, 協力フリースクール帰宅 ---
- (12時30分) スタッフ間の振り返り、最終回に向けた準備 80分
 - ・学生パートナーが、各自、活動記録アンケート・活動後の学生パートナー対象の振り返りシートへ回答(各10分)
 - ・ラボメンバー・学生パートナー全員で振り返りを共有(40分)
 - ・最終回に向けて、子供たちへの贈り物について検討(20分)

具体的な活動 ～帝京大学ラボ～



第7回 未来を創造しよう！③(AI画像・動画生成:未来都市東京を可視化)



○ 実施手順

- ① 活動の全体構成・第7回活動の内容について説明
- ② 子供と学生パートナーのペアで最近あったことについて会話
- ③ 各ペアで、未来都市東京のイメージを話し合い、紙面に描く
- ④ Geminiを活用したAI画像・動画生成方法について説明
- ⑤ 各ペアで、紙面に描いたイメージを基に、AI画像生成を行い、細かい修正を重ねる
- ⑥ 各ペアで作品制作の感想を話し合い、全体に共有
- ⑦ 各ペアで、子供調査員による振り返りシートの記入

○ 活動内容

100年後の東京をテーマに学生パートナーと対話しながら紙面上にイメージを描く。AI講師よりCanvaやGeminiの解説を受け、ペアで画像を生成し、プロンプト修正を重ねて仕上げる。各ペア・全体で感想を共有する。

○ 人数

大人12名、子供10名

○ 所要時間

100分程度

○ 安全対策

AI利用時の個人情報取り扱いを徹底し、生成結果が不適切となる可能性を考慮して学生パートナーが操作を補助。子供が不安や混乱を起こした場合の個別対応や、活動強制を避ける配慮も行った。

○ 使用した設備・場所等の概要

me:rise立川 カンファレンスルーム2室をパーテーションで仕切り、活動スペース、退避スペースを設置。各ペアにiPad1台を配置し、Gemini、Canvaを利用して画像生成を実施。会場前方のスクリーンにAI講師の説明資料を投影。

○ 狙い

AIを活用し、子供一人ひとりが思い描く未来都市東京を視覚化することで、創造性・発想力・自己表現力を高める。また、学生パートナーとの1対1の関わりの中で、子供の興味やアイデアを丁寧に言語化し、未来を考えるプロセスそのものを支えることで、主体性の育成と視点の拡張を促す。

具体的な活動 ～帝京大学ラボ～



○ 当日のタイムライン

- (8時50分)スタッフ集合 <全体打合せ・準備> 70分
 - ・会場・機材準備、学生パートナーへの当日の活動説明、AIに関する講義、学生パートナーによるAI画像生成の練習、子供たちの受入れ準備
- (10時00分)実施内容①(担当者:角南なおみ) 5分
 - ・活動の全体構成及び第7回活動の内容について説明。
- (10時05分)実施内容②(担当者:角南なおみ) 5分
 - ・子供と学生パートナーとのペアで、最近あったことについて会話。
- (10時10分)実施内容③(担当者:福島健介、角南なおみ) 10分
 - ・「100年後の未来都市東京を想像しよう!」のテーマに沿い、各ペアで生活、趣味、仕事、旅行、遊び等の未来都市東京のイメージを話し合い、紙面に描く。
- (10時20分)実施内容④(担当者:福島健介) 10分
 - ・第4回活動で紹介されたAIへのお願いの仕方を再確認。
 - ・Geminiを活用したAI画像生成方法について解説。
 - ・複数のプロンプトとそれらによって生成された画像・動画の違いを例示し、プロンプトに何回も修正を加えて行くことを促す。
- (10時30分)実施内容⑤(担当者:福島健介) 45分
 - ・各ペアで、紙面に描いたイメージを基にAI画像生成を行い、細かい修正を重ねる。
 - ・作業中に、AI講師より、画像に動くものを取り入れると動画化しやすい、との追加説明。
 - ・画像生成終了時、AI講師より子供に対して、パソコン操作に年齢制限はないので、ラボ活動終了後は自分で取り組むことを推奨。
- (11時15分)実施内容⑥(担当者:角南なおみ) 10分
 - ・各ペアで作品制作の感想を共有。その後、各ペアより全体に感想を共有。
- (11時25分)実施内容⑦(担当者:角南なおみ) 10分
 - ・各ペアで、第7回活動を振り返り、学生パートナーが子供調査員から聞き取った内容をiPadに入力。
 - ・次回活動の案内、活動終了の挨拶。
- 子供、協力フリースクール帰宅 ---
- (11時35分)スタッフ間の振り返り 120分
 - ・AI講師による動画生成方法に関する講義、学生パートナーによる練習(30分)
 - ・学生パートナーが、各自、活動記録アンケート・活動後の学生パートナー対象の振り返りシートへ回答(各15分)
 - ・ラボメンバー・学生パートナー全員で振り返りを共有(60分)
- (13時35分)片付け 30分

具体的な活動 ～帝京大学ラボ～



第8回 発表会(未来都市東京に行こう！)



○ 実施手順

- ① 活動全体構成及び第8回活動の内容について説明
- ② 子供と学生パートナーのペアで最近あったことについて会話
- ③ 各ペアでGemini、Canvaを用いて動画制作。
また、発表会の場でどのような話をするか話し合う
- ④ 発表会:各ペアより全体に画像または動画作品を共有
- ⑤ ありがとうの会として、各ペアでメッセージ交換などを行い、活動の締めくくる
- ⑥ 各ペアで、子供調査員による振り返りシート、活動後アンケートの記入
- ⑦ 最終回として、全体で、各ペアで、お別れの挨拶

○ 活動内容

学生パートナーとペアで、第7回で生成した画像を動画化し、発表会で作品を共有する。ありがとうの会では、子供から手紙や作品を受け取り、学生パートナーが作成したアルバムで全8回の活動を振り返った後、賞状やメダルを贈った。

○ 人数

大人14名、子供12名

○ 所要時間

90分程度

○ 安全対策

最終回特有の心理的負担に配慮し、別れの場面で強い感情が出た場合には個別対応し、安心して参加できる雰囲気づくりを行った。発表は任意・代読も可とし、子供の気持ちに寄り添う進行を徹底。

○ 使用した設備・場所等の概要

me:rise立川 カンファレンスルーム2室を使用。退避スペースは設置しなかった。各ペアにiPadを配置。発表に際しては、画像・動画作品はスクリーンで投影し、全体共有できる環境を整えた。

○ 狙い

これまでの活動の集大成として、作成した作品を発表し、各自が達成感を味わう。最後に「ありがとうの会」を設けることで、活動を振り返り、お互いに手紙や作品を贈り合い、子供を承認する場とする。また、子供同士・学生パートナーとの関係性を振り返り、今後への新たな期待につなげる。

具体的な活動 ～帝京大学ラボ～



○ 当日のタイムライン

●(9時00分)スタッフ集合 <全体打合せ・準備> 60分

・会場準備、学生パートナーへの当日の活動説明、子供たちへの賞状、アルバム、メダルの準備、子供たちの受入れ準備。

●(10時00分)実施内容①(担当者:角南なおみ) 5分

・活動の全体構成及び第8回活動の内容について説明。

●(10時05分)実施内容②(担当者:角南なおみ) 5分

・子供と学生パートナーとのペアで、最近あったことについて会話。

●(10時10分)実施内容③(担当者:角南なおみ) 20分

・各ペアで、第7回活動で制作した画像を動画化する。

・制作した動画について、学生パートナーに詳しく説明し、お話を創る。

・各ペアで、発表会でどのようなお話を共有するか、話し合う。

●(10時30分)実施内容④(担当者:角南なおみ) 20分

・発表会:学生パートナーが、iPad上の動画を会場前方のスクリーンへ投影。各ペアより全体に画像または動画作品を共有。

●(10時50分)実施内容⑤(担当者:角南なおみ) 20分

・ありがとうの会

①各ペアで、学生パートナーが事前に作成した活動写真のアルバムを見ながら全8回の活動を振り返る。

②子供から学生パートナーへ、予め準備したメッセージや工作を贈る。

③学生パートナーから子供へ、子供調査員が頑張ってくれたことを賞して、賞状、メダルを贈呈。

●(11時10分)実施内容⑥(担当者:角南なおみ) 15分

・各ペアで、第8回活動の振り返りシート、子供を対象にした活動後アンケートを実施。その後、全体また各ペアで活動終了の挨拶。

--- 子供, 協力フリースクール帰宅 ---

●(11時25分)片付け 30分

●(11時55分) スタッフ間の振り返り 80分

・学生パートナーが、各自、活動記録アンケート・活動後の学生パートナー対象の振り返りシートへ回答(各15分)

・ラボメンバー・学生パートナー全員で振り返りを共有(40分)

・心理学部、教育学部ごとのグループで学生パートナー同士の振り返り(10分)

具体的な活動 ～帝京大学ラボ～



全回を通じた狙い・支援ポイント(環境設定)

不登校傾向のある子供は、少なからず傷つき体験を経験している可能性があり、不登校期間が長い程、他者や社会的な場との関わりが減少し、内に閉じこもりやすくなることが想定される。全8回の未来創造プロジェクトは、そのような子供たちが、1対1で継続的に伴走する学生パートナーとの温かい関わりの中で、自由工作・寄せ植え・植物観察・AI画像生成・ブロック創作・プラネタリウム鑑賞・未来都市東京の可視化・発表会といった、未来をテーマにした多様な体験を重ねていき、関係性及び視点を拡張することを目的に設計された。関係性の拡張としては、学生パートナーとの安心できる関係を基盤に、子供同士の関係性、そして子供個人と全体の関係性へと段階的に他者との関係性が広がっていった。視点の拡張としては、子供の興味関心を起点に未来を想像することで、日常の枠を超えた新たな視点や活動に目を向ける契機を提供した。

全回を通じた安全対策

全体を通して、子供が安心して参加できるよう、心理的・身体的安全の双方に配慮した設計が施されている。

■ 心理的安全の確保

- ・活動参加は強制せず、見るだけ、室外にいることも可とする柔軟な参加形態を採用。
- ・パーテーションで区切られた落ち着けるスペース、休憩場所を用意し、感覚過敏や緊張への配慮を徹底。
- ・発表など不安が出やすい場面や書字が苦手な子供への対応では、学生パートナーが代弁・代行。
- ・最終回は別れに伴う感情面への配慮を行い、「ありがとうの会」を設けて全体を振り返り、学生パートナーからの承認を得ることで、希望をもって区切りを迎えられるよう配慮。

■ 身体的安全の確保

- ・土・植物・工作素材・小パーツ(ブロック等)の使用時はアレルギーや誤飲のリスク確認・説明を実施。
- ・国営昭和記念公園やプラネタリウムなど屋外・公共施設での活動時には、迷子防止のため、集合場所設定、緊急連絡体制の整備、リストバンド着用、ペアでの行動を徹底。
- ・ICT活用時は個人情報保護、不適切生成画像対策、13歳未満の年齢制限に応じて学生が操作代行または補助。
- ・全参加者は保険に加入し、緊急時に備えた体制を準備。
- ・活動実施場所に救急用具を携行。

具体的な活動 ～帝京大学ラボ～



子供の特徴・特性と全回を通じた子供の変化①

○ 子供の特徴・特性

小学校中学年。初対面でも気兼ねなく話すことができ、打ち解けやすい。他者と距離が近すぎてトラブルになることがある。興味の移り変わりが激しく、集中力が持続しない。細かく指示されると飽きてしまい、自由に制作させてもらえないと、やる気を失う傾向がある。身体を動かすことを好むが、書字、長時間座って話を聴くことが苦手。

○ 子供の変化

第3回の屋外活動では、年下の子供を気遣う様子が見られた。他方、第5回では、拘りを見せ他の子供にブロックを貸し渋る場面もあった。創作活動では高い意欲と集中力を示した。ひとりで自由に創りたい意思が強かったが、拘りを尊重しつつ言語化を促し感情を受容したことで、考えや気持ちを他者に伝えながら、テーマに沿って取り組んだ。最終回で思い通りにいかなくとも自制し、長時間最後まで座って発表を聴くことができた。

子供の特徴・特性と全回を通じた子供の変化②

○ 子供の特徴・特性

小学校中学年。対人関係に苦手意識がある。初対面では緊張して自分から話すことがなく、打ち解けるまでに時間を要する。自己表現、言葉にすることが苦手。どのように言っているかわからない場合、相手の意図がわからない場合、黙り込んでしまう。好奇心旺盛で、様々な活動に積極的に参加する。

○ 子供の変化

当初、緊張から口数が少なかったが、仲の良い子供と相席であったため安心感を得、徐々に学生パートナーとの会話量も増えた。屋内外の多様な活動により興味関心が引き出され、それらを深める質問や提案を行ったことで、自発的な発言や自己開示が促された。集中力が高く、主体的に細部にこだわって制作し、創造性を発揮した。思い通りにAI画像を生成できない理由を考え、学生パートナーと話し合い、詳細にプロンプトを作りこみ、納得のいく作品を仕上げた。当初、発表中も自分の制作を続けていたが、最終回では他の子供の作品に興味を示した。

具体的な活動 ～帝京大学ラボ～



子供の特徴・特性と全回を通じた子供の変化③

○ 子供の特徴・特性

小学校高学年。意志が強い。拘りが強く、意にそぐわないことには妥協しない。相手の気持ちに立って考えることが苦手。時事問題に関心があり、受けとめてくれる大人には自分から色々話す。話を聴くばかりだと飽きてしまう。長時間集中力を維持することが困難。ものづくりを好むが、運動は苦手で、普段フリースクールの屋外活動に参加しない。

○ 子供の変化

1対1の継続支援で関係性が安定し、会話・意思表示が増加した。第3回では、休憩を挟む等学生パートナーの配慮で、屋外活動への苦手意識を乗り越え、積極的に写真撮影を行い楽しむ様子が見られた。AI画像・動画生成には長時間集中して、粘り強く取り組んだが、作品に納得できず、発表を見送った。否定的感情も含めて受け止めてもらえた経験が自己表現の広がりを支えた。

子供の特徴・特性と全回を通じた子供の変化④

○ 子供の特徴・特性

中学生。社交性があり、誰とでも話すことができる。周りに気を遣いすぎて疲れてしまうことがある。甘えたいがしっかりしなくてはという意識が働き、自分の気持ちを我慢してしまう傾向がある。

○ 子供の変化

学生パートナーは、「優しいからこそ傷つきやすい」との理解で接し、本人の自主性を尊重することで、信頼関係を深めた。自己表現を促すのではなく、聞く姿勢を示し、安心して話せる環境を整えることで、自己表現ができるようになった。創作活動だけでなく開放感のある自然環境やプラネタリウム等の変化のある活動設定によって自分のやりたいことを表現できるようになり、最終回では将来展望を言語化し、前向きに締めくくった。

具体的な活動 ～帝京大学ラボ～



子供の特徴・特性と全回を通じた子供の変化⑤

○ 子供の特徴・特性

小学校中学年。内気でおとなしく、自分から話すことが少ない。言葉で表現することが苦手。周りに合わせてしまい、傷つきやすい。我慢しがち。慣れない場では保護者同伴でなければ不安。

○ 子供の変化

本人の興味や得意分野を手がかりに質問をすることで、自発的な発言や行動が引き出された。活動開始時に興味を示さなかった工作、寄せ植え、植物観察でも、やりたいことが明確になり、関心を持って積極的に取り組み、興味の幅が広がった。当初、中央のテーブルに創作活動の素材や道具を取りに行くことをためらう様子があったが、励ましや「一緒にやろう」という声かけが安心感につながった。第5回では、自分の言葉で作品を発表できた。後半、緊張がほぐれ表情も柔らかくなり、徐々に他の子供との関係性の広がりを見せた。

子供の特徴・特性と全回を通じた子供の変化⑥

○ 子供の特徴・特性

小学校高学年。礼儀正しく、自分の意思や意見をしっかり持っており、自分の意思で学校へ登校しなくなった。自分の意見を一方的に押し付けてくる人が苦手。保護者同伴でなければ不安が強い。

○ 子供の変化

当初、緊張していたが徐々に表情や語りが豊かになった。第6回では共通の趣味を持つ別のフリースクールの子供に自分から話しかけ、発表会前には「緊張する」と不安を言語化。屋外活動、AI画像生成、ブロック創作、プラネタリウム鑑賞等、興味のある内容に意欲的だった。苦心してAIへのプロンプトを作成し、満足のいく画像ができた。動画化に至らなかったものの、「これでも十分いい」と折り合いをつけて発表準備に向かった。学生パートナーが挑戦を後押しし、うまくいかない場面では受容的に関わることで、前向きに取り組む姿勢が引き出された。

具体的な活動 ～帝京大学ラボ～



子供の特徴・特性と全回を通じた子供の変化⑦

○ 子供の特徴・特性

小学校中学年。特定の友達以外、直接話せない。自己表現、意思表示が苦手。自分で決定することが難しい。質問に答えられず、硬直することがある。慣れない場に一人で参加することが困難。

○ 子供の変化

心を開く機会が増え、社会性の成長が見られた。仲の良い子供と同じグループとし、無理に他者との関わりを促さず、制作や発想を尊重して見守る姿勢が安心感に繋がった。創作に集中する中で徐々に自然な言動が増え、発想力や主体性が高まった。学生パートナーによる困った場面でのさりげない支援、工夫や努力を認める声かけで自信がついた。第4回以降、初めて協力フリースクールの先生に話しかけるようになり、第5回で共用ブロックを巡る対立があった時には互いに譲り合い、最終回では他の子供の発表に関心を寄せ、視野の広がりを見せた。

子供の特徴・特性と全回を通じた子供の変化⑧

○ 子供の特徴・特性

小学校高学年。様々なことに興味を持ち、積極的に挑戦する。課題を充分理解せずに独自解釈で行動することがあり、1つ完成させると終えてしまうことがある。人との関わり合いを好み、年下の子供の面倒見もよい。夢中になると自分のやりたいことが最優先になってしまい、周りが見えなくなる傾向がある。書字、騒がしい環境が苦手。

○ 子供の変化

活動内容が明確になると、最後まで集中を切らすことなく取り組んだ。リンゴをイメージした寄せ植え、三国志をテーマにした植物図鑑など、独創性を発揮し、作品の写真の撮り方にも拘りを見せた。工夫や拘りを肯定的に受け止めることで、意欲的な取り組みが引き出された。屋外の開放的な空間やAI画像・動画生成では、活発さが増したが、同じグループの子供を圧倒してしまう場面もあった。AI動画生成では、思い通りにできなかったことがむしろプラスに働き、最後まで熱心に取り組み、2つも作品を完成させた。

具体的な活動 ～帝京大学ラボ～



子供の特徴・特性と全回を通じた子供の変化⑨

○ 子供の特徴・特性

小学校高学年。場に慣れるまでに時間を要する。親しくなると自分から積極的に話す。他者に過剰に関わる傾向があり、物をあげることがある。自分や他者が怒られたり、注意される場面では気持ちが落ち込み、切り替えに時間を要する。自由な創作に戸惑う。書字、マルチタスク、先の見通しをつけることが苦手。

○ 子供の変化

創作活動を通して徐々に表情や発話が増え、学生パートナーが長所をわかりやすく伝えることで、関係構築に繋がった。寄せ植えにする植物の検討では、思慮深さが見られ、思い切り身体を動かす屋外活動は気持ちの発散となった。机に突っ伏して自己紹介を拒否する場面があったが、代替案・選択肢を示すと自分のペースで気持ちを切り替えて取り組んだ。無理に発言や参加を促さず、本人の気持ちを尊重して待つ関わり方が有効だった。

子供の特徴・特性と全回を通じた子供の変化⑩

○ 子供の特徴・特性

小学校中学年。吸収力があり、新しい知識を得ることを好む。教えてもらおうと様々なことに興味を持つ。自由さへの戸惑いがあり、全く自由だとアイデアが浮かばない。慣れない環境に不安になる。知らない人たちとの集団行動が苦手。

○ 子供の変化

完成形を示さずヒントを提示することで、自ら考え工夫する姿勢を促した。第4回では、AIと質問に応じる遊びのようなやり取りを通して画像生成を行い、独創的な作品を作った。自己紹介カードの中でも「夢は自分で言いたい」と初めて自分から発表した。第7回では、手描きのイラストをAI生成画像に取り入れた。苦手な屋外活動でも図鑑作成に関心を示し、興味に合わせた課題設定が意欲的かつ主体的な取り組みを促した。信頼関係を築いた学生パートナーの存在が安心感の基盤となり、第5回の席替え後も、人見知りせず他の子供と関わりを広げた。他方、学生パートナーの不在時、感情が不安定となり、落ち着きない行動が見られた。

具体的な活動 ～帝京大学ラボ～



子供の特徴・特性と全回を通じた子供の変化⑪

○ 子供の特徴・特性

中学生。他者の長所を見つけるのが得意。自己表現、想像することが苦手。時間をかけて考える。用事のある時以外、自分からあまり話さず、声を掛けられると相手に合わせて回答することがある。気疲れしやすい。朝の起床が苦手。

○ 子供の変化

本人のペースを尊重し、作り終えるのを待つ姿勢が自己表現を促した。第5回では、冒頭、何を作ればいいのか戸惑っていたが、自分の中で作りたいものを見つけ、熱中して取り組んだ。躊躇していたが、自らブロックを借りに行った。徐々に表情が和らぎ、会話量が増え、自分から話題を振るようになった。席替え後、別の協力フリースクールの子供と共通の趣味に関する会話に興じた。フリースクールでも、自分から文化祭を手伝うなど、積極性が増し、雑談も増えた。安定して参加することができ、生活リズムが整った。

子供の特徴・特性と全回を通じた子供の変化⑫

○ 子供の特徴・特性

小学校高学年。優しく、まじめ。慣れない場では保護者同伴でなければ不安。他者と打ち解けるまでに時間を要する。傷や痛みにも敏感で慎重。拘りが強く、あまり挑戦したがない。失敗を恐れる。気持ちの切り替えに時間を要する。

○ 子供の変化

当初は強い緊張から沈黙が多く、俯いて保護者以外と話さなかったが、段階的な環境調整と1対1の継続的な伴走で場へ適応が進行した。学生パートナーが本人の興味を受容するのみならず、拡張し、積極的に評価する応答を行ったことで、発言意欲、自己表現が促され、徐々に質問に応答し、自ら発話し、最終的に会話を主導するに至った。後半は保護者と離れても安定して過ごし、他の子供との関わりも見られた。学生パートナーが自分でできるようになるための足場を提供する役割を果たした。中盤以降、フリースクールや地域の活動にも保護者の同伴なく参加し、初対面の子供に声を掛けるなど、自信ある行動が増えて新しい活動にも挑戦するようになった。

具体的な活動 ～帝京大学ラボ～



フリースクール等で実践する際の留意点①

実践のための条件

<費用>

- ・材料費(画用紙、折り紙、紙粘土、文具など)は少額で実施可能。
- ・ICT活用(タブレット・AIアプリ)は、既存機材があれば追加費用は限定的。
- ・活動場所(会議室、公園、博物館等)は低コストまたは無料の公共施設で代替可。
- ・人的コストは、地域人材、ボランティアを活用することで抑制可能。

<支援者に求められるもの>

- ・子供の興味・特性に寄り添って柔軟に応答的に関わる姿勢。
- ・無理に発言・行動を促さず、子供の可能性を信じて待つ姿勢。
- ・子供の反応・感情を丁寧に読み取り、共感的理解と受容的態度で関わる能力。
- ・自身の弱みや子供との共通点等の適切な自己開示で子供との心理的距離を縮める力。
- ・ICT・AI活用時の技術サポート(操作補助など)。

<人員>

- ・基本は1対1の継続的な伴走者の配置が効果的。
- ・必要に応じて保護者の協力を得る体制が適切。

当該活動により効果が表れやすい子供

- ・創作・ICT・工作活動などが「得意」もしくは「好き」な子供
- ・傷つき体験、他者への不信感、様々な不安等によって内に閉じこもりがちの子供

具体的な活動 ～帝京大学ラボ～



フリースクール等で実践する際の留意点②

望ましい場所・環境

- ・安心して過ごせる落ち着いた室内環境(会議室、フリースクール内の部屋など)
- ・時には刺激のある屋外・科学館・公園などの新鮮な環境も効果的。
- ・パーテーションなどで区切り、別スペース(逃げ場)を確保できる物理環境。
- ・ICT機器(タブレット等)が利用可能な安定したインターネット環境で、自由に制作できる作業スペース。

フリースクール等での実践(少額の費用・少数の人員で実践する方法)

- ・無料または安価な素材(折り紙、画用紙、粘土)と、既存のPC・タブレットを活用。
- ・学生ボランティアや地域の大人が伴走支援する方式が効果的。
- ・活動は20～30分単位に区切り、先の見通しのある構成で実施。
- ・発表会などは無理にしない、代読・動画・写真提出など柔軟な形式で対応。

実践に向けた留意事項

<子供に対する留意事項>

- ・参加の強制を行わず、本人のペース・意思を尊重する。
- ・緊張・不安が強い場合は、別室や距離を取った場所での参加も可とする。
- ・興味がない・不安が強い活動では、代替案や別メニューを用意。
- ・感情表出(落ち込み・不満)に対しては共感的に受け止める。

<環境に対する留意事項>

- ・感覚過敏(光・音)への配慮として、刺激を下げたスペースを準備し、本人が調整可能な環境を設定。
- ・パニックや身体反応が出た場合は即中止または一時中断の判断基準を明確化。
- ・安全対策として、屋外活動・公共施設利用時は小グループ制・集合場所設定・連絡体制の確保。
- ・AI利用時の個人情報保護・年齢制限に注意し、必要に応じて大人が代理操作。

具体的な活動 ～帝京大学ラボ～



まとめ

調査研究において実施された活動内容の効果

- ・コミュニケーション・他者関心・自己肯定感・他者信頼感・主体性の向上。
- ・未来への展望(具体的な目標や夢)を語ることができる。
- ・回数を重ねることで学生パートナーとの信頼関係が深まり、社会的参加能力が向上。
- ・学校・家庭での積極性向上など、活動外への波及効果も確認。

子供一人ひとりの興味関心を引き出す支援方法

- ・「教える」「変える」ではなく、子供が本来持っている力を「引き出す」という視点が重要。
- ・興味のある話題・題材から会話と活動を展開。子供の発言・興味関心への拡張的応答により意欲を促進。
- ・小さな成功体験の積み重ねが意欲・自信を高める。
- ・評価的な褒め方(「すごいね」「上手」)より、感想的な褒め方(「今にも飛び出しそう」「本物みたい」)の方が子供の自己表現を促進。

子供一人ひとりの興味関心を引き出す環境設定

- ・いつでも休める「逃げ場」(退避スペース、安全基地としての保護者)の確保、段階的に参加できる空間設計。
- ・1対1の継続した伴走支援による信頼関係の構築。保護者との段階的な距離調整。
- ・自由度の高いスペースやテーマ設定、複数の選択肢から子供が選べる環境。
- ・子供の集中力や切り替えの難しさを考慮した時間設計。全体の見通しを立て、急に変えず、予告の上で移行。

支援者に必要な資質・能力

- ・待つ力: 子供のペースを尊重し、主体的な行動を焦らず見守る姿勢。
- ・共感的理解: 子供の興味関心に寄り添い、評価せず受け止める姿勢。
- ・柔軟な対応力: 子供の興味関心に応じて予定を変更し、代替案を提示できる柔軟性。
- ・観察力: 子供の小さな変化やサインに気づける力。
- ・自己開示力: 適切な自己開示で子供との心理的距離を縮める力。
- ・省察力: 自身の関わりを振り返り、改善につなげる力。

具体的な活動 ～帝京大学ラボ～



まとめ

総括

未来創造プロジェクトは少額の費用・少人数の人員で十分に実践可能であり、特に安心できる人的支援(1対1パートナー)と柔軟な環境調整が重要であることが示されている。支援者の「待つ」・「共感的に理解する」姿勢が子供の主体性を引き出し、興味関心に沿った活動が効果を発揮しやすい。

環境面では逃げ場の確保、子供自身が調整可能な環境設定が不可欠で、ICT利用は子供の創造性・意欲を大きく伸ばす要素となる。全体として、子供が安心して挑戦できる環境づくりと子供が本来持っている力を「引き出す」という視点こそが、効果を最大化する鍵である。



具体的な活動

東京家政大学ラボ



第1回 自己紹介・名札、名刺作り・いいねカード作成	P.69～70
第2・3回 住みたい星・住みたい家	P.71～72
第4回 みんなの美術館	P.73～74
第5・6回 スクイグル法での制作	P.75～76
第7回 コラージュ法での制作	P.77～78
第8回 みんなの美術館	P.79～80
全回を通じた狙い・支援ポイント	P.81
全回を通じた安全対策	P.81
子供の特徴・特性と全回を通じた子供の変化	P.82～85
フリースクール等で実践する際の留意点	P.86～87
まとめ	P.88～90



具体的な活動 ～東京家政大学ラボ～



第1回 自己紹介・名札、名刺作り・いいねカード作成



- ① 名札作り(自分のネームホルダー用の名刺作り、他の人と交換する用の名札作り)
- ② 自己紹介(名札を見せながら、名前、好きな〇〇を発表する)
- ③ 名刺交換(自己紹介をしたグループのメンバーと名刺交換、その後グループ以外の友達と名刺交換する)
- ④ いいねカード作り(第3回と第6回で渡すいいねカードの表紙のデザインを作成する)

○ 活動内容

名札・名刺・いいねカードを制作し、自己紹介や名刺交換を行った。自由なデザイン活動を通して緊張をほぐし、安心して参加できる肯定的な場づくりと交流の土台形成を目的として実施した。

○ 人数

大人11名、子供11名

○ 所要時間

110分程度

○ 安全対策

表現に正解がないことを明示し、否定的な感想を避けるルールを共有。不安を示す子どもへの個別フォローを行い、ハサミ・カッター等の使用時は事前注意と補助を実施。活動参加の自由度を高くし、心理的負担の軽減を図った。

○ 使用した設備・場所等の概要

机・椅子を用いた制作環境を整備し、画材・文具をジャンル別に配置した。部屋の隅や別室に休憩スペースを確保し、床での作業にも対応するなど柔軟な活動空間を確保した。

○ 狙い

初回参加の緊張を和らげ、安心して活動できる心理的安全性を確保することが主目的。名札・名刺づくりや自己紹介を通じて無理のない自己表現を促し、肯定的なやり取りによって他者との関係構築を支えた。また、「いいねカード」を自由に制作することで、今後の表現活動に向けたポジティブな交流の土台づくりを意図した。

具体的な活動 ～東京家政大学ラボ～



○ 当日のタイムライン

- (12時30分)スタッフ集合 <全体打合せ・準備> 30分
- (13時00分)受付開始 10分
- (13時10分) 実施内容①名札作り(担当者:古味) 40分
 - ・自分のネームホルダー用の名刺作り
 - ・他の人と交換する用の名札作り
- (13時50分) 実施内容②自己紹介(担当者:古味) 10分
 - ・自己紹介
 - 名札を見せながら、名前、好きな〇〇(食べ物、場所、アニメ等)を発表する
- (14時00分) 実施内容②名刺交換(担当者:古味) 10分
 - ・自己紹介をしたグループのメンバーと名刺交換し、その後グループ以外の友達と名刺交換する
- (14時10分)休憩 15分
- (14時25分) 実施内容③いいねカード作り(担当者:古味) 30分
 - ・第3回と第6回で渡すいいねカードの表紙のデザインを作成する。
- (14時55分)クロージング(担当者:古味) 5分
 - ・活動終了15分前に片付けの声かけを行う
 - ・活動のみんなの様子を司会者からフィードバック
 - ・次回の活動予告

--- 子供、協力フリースクール帰宅 ---

具体的な活動 ～東京家政大学ラボ～



第2・3回 住みたい星・住みたい家



- ① 住みたい家(活動内容の説明(AIについての教育を含む)、必要な資材を各自テーブルに持ち込む、大学生やファシリテーターと相談して各自住みたい家について考えを深める)
- ② 住みたい星(住みたい家が未完成の子供は住みたい家を制作、星の作成に移れそうな子供は星を描いてもらう)

○ 活動内容

「住みたい家」「住みたい星」をテーマに、好きな空間など子供たちが表現したいものを言語化・具体化しながら制作を行った。必要に応じて、AIを補助的に活用し、住みたい家や星の発想を広げた。

○ 人数

大人14名、子供14名

○ 所要時間

第2回:80分程度 第3回:60分程度

○ 安全対策

表現に正解がないことを明示。否定的な感想を避けるルールを共有。不安を抱く子には個別にフォロー。AI利用時(※)は個人情報入力を防ぐため常に大人が付き添い操作。道具使用・スペース混雑時の怪我防止にも配慮した。

○ 使用した設備・場所等の概要

机の上に画材をジャンル別に整備し、AI活用のためPCを使用。部屋の隅や別室に休憩できるスペースを確保し、子供が自分のペースで作業場所を選べる柔軟な環境を整えた。

○ 狙い

安心して参加できる雰囲気づくりと活動の認知的枠組みを共有し、感情と価値を結び付けることで表現への動機づけを高めた。さらに、発想を視覚化・構造化する過程を通して、子供の内的イメージを深めることを促した。

具体的な活動 ～東京家政大学ラボ～



○ 当日のタイムライン

●(12時30分)スタッフ集合 <全体打合せ・準備> 20分

- ・テーブル、椅子など備品の準備
- ・使用するスライドやパソコンなどの準備
- ・手伝いに来てくださった大学生に当日の活動の流れとお願いを共有

●(12時50分)～ 受付開始 10分

【第2回】

●(13時00分) 実施内容①住みたい家(担当者:古味) 75分

- ・活動内容の説明(AIについての教育を含む)
- ・必要な資材を各自テーブルに持ち込む
- ・大学生やファシリテーターと相談しながら、各自住みたい家について深めていく

●(14時15分) 休憩 15分

【第3回】

●(14時30分) 実施内容②住みたい星(担当者:古味) 50分

- ・住みたい家が未完成の子供はそちらの作成を、星の作成に移れそうな子供は星を描いてもらう

●(15時20分) クロージング(担当者:古味) 10分

- ・片付け
- ・その日の活動の振り返り、次回の活動についての説明

--- 子供、協力フリースクール帰宅 ---

●(15時30分) スタッフでの振り返り(担当者:我妻) 15分

- ・大学生より活動内容で気になった点と有効だった声掛けについて挙げてもらった

具体的な活動 ～東京家政大学ラボ～



第4回 みんなの美術館



- ① いいねカード作り(いいねカードを作る、第2・3回に参加していなかった人たちのグループでは、住みたい家・星の作成を実施)
- ② 作品展示(作品展示の準備・作品の鑑賞)
- ③ 交流(いいねカード交換、もらったいいねカードを確認)

○ 活動内容

第2・3回で制作した作品を展示し、自由に鑑賞しながら「いいねカード」で良い点を伝え合った。鑑賞した作品や自分がもらったいいねカードの感想の共有を通して 他者の表現を受け取る体験を促した。

○ 人数

大人8名、子供13名

○ 所要時間

220分程度

○ 安全対策

表現に正解がないことを明示し、否定的な感想を避けるルールを共有。展示スペースでの混雑・衝突・作品破損を防ぐため動線を確認し、道具使用時の事故防止も徹底。また感想の数が偏らないよう調整し、心理的安全性を守りつつ実施した。

○ 使用した設備・場所等の概要

机を移動して展示スペースを作り、子供たちの作品を配置。移動・鑑賞がしやすいよう作品配置を工夫した。これまで同様、部屋の隅や別室に落ち着ける休憩スペースを確保した。

○ 狙い

作品を人に見せることを意識して表現を整え、鑑賞した作品やもらった感想の共有を通して、良さを見つける視点や、受け取る力・伝える力、安心感を強化することを目的とした。作品の共有を通じ、次回以降のグループ活動に繋がる交流体験を目指した。

具体的な活動 ～東京家政大学ラボ～



○ 当日のタイムライン

- (11時30分)スタッフ集合 <全体打合せ・準備> 15分
 - (11時45分)～ 受付開始 15分
 - (12時00分) 実施内容①いいねカード作り(担当者:古味) 125分
 - ・いいねカードを作る
 - ・第2・3回に参加していなかった人たちのグループでは、住みたい家・星の作成を実施
 - (14時05分)～ 休憩 20分
 - (14時25分) 実施内容②(担当者:古味) 20分
 - ・作品展示の準備
 - ・作品の鑑賞
 - (14時45分) 実施内容③(担当者:古味) 35分
 - ・いいねカード交換
 - ・もらったいいねカードを確認
 - (15時20分)クロージング(担当者:古味) 15分
 - ・片付け
- 子供、協力フリースクール帰宅 ---
- (15時35分) スタッフでの振り返り(担当者:古味) 20分
 - ・片付け
 - ・その日の活動の振り返りおよび、次回の活動についての説明

具体的な活動 ～東京家政大学ラボ～



第5・6回 スクイグル法での制作



- ① 活動内容の説明(スクイグル法※)について)
- ② テーマを決める(スタッフがAI利用して子供の意見を集約)
- ③ 大学生やファシリテーターと相談しながら作品を作成する

※一発書きで線を引き、線の中から絵に見えるものを探し、描き足していく手法。

○ 活動内容

AIでグループごとのテーマを明確化した後、スクイグル法を用いて、なぐり描きの線から見た形を話し合いながら色付け・装飾して共同制作を行う活動を実施した。

○ 人数

大人11名、子供11名

○ 所要時間

第5回:80分程度 第6回:100分程度

○ 安全対策

表現に正解がないことの明示や、自己表現に迷いや不安を抱く子のフォローなど、肯定的な環境づくりを徹底した。はさみ・画材等の事故防止、転倒や作品破損の回避のため動線を確保。トラブルの際には介入できる体制とし、心理的安全性を保った。

○ 使用した設備・場所等の概要

机の上に画材をジャンル別に整備し、AI活用のためPCを使用。部屋の隅や別室に休憩できるスペースを確保し、気持ちの切り替えができる環境を提供。

○ 狙い

グループ活動の初回として、実施が手軽なスクイグル法によってコミュニケーションの場を経験し、社会性を獲得することを目的とした。併せて、自分から見たことの発言、他者の意見を受け止める機会を通して、自他の考えを尊重し合い、意見を受け入れる双方向の経験を得ることを狙った。

具体的な活動 ～東京家政大学ラボ～



○ 当日のタイムライン

- (12時00分)スタッフ集合 <全体打合せ・準備> 15分
 - ・テーブル、椅子など備品の準備
 - ・使用するスライドやパソコンなどの準備
 - ・手伝いに来てくださった大学生に当日の活動の流れとお願いを共有
- (12時15分)～ 受付開始 15分

【第5回】

- (12時30分) 実施内容①(担当者:我妻) 75分
 - ・活動内容の説明(スクイグル法について)
 - ・テーマを決める(スタッフがAIを利用して子供たちの意見を集約)
 - ・大学生やファシリテーターと相談しながら作品を作成する
- (13時45分)～ 休憩 10分

【第6回】

- (13時55分) 実施内容②(担当者:我妻) 80分
 - ・活動内容の説明(スクイグル法について)
- (15時15分)クロージング(担当者:我妻) 15分
 - ・片付け

--- 子供、協力フリースクール帰宅 ---

- (15時30分) スタッフでの振り返り(担当者:我妻) 20分
 - ・片付け
 - ・その日の活動の振り返りおよび、次回の活動についての説明

具体的な活動 ～東京家政大学ラボ～



第7回 コラージュ法での制作



- ① 活動内容の説明(コラージュ法(※))について
- ② テーマを決める(AIを利用して)
- ③ 大学生やファシリテーターと相談しながら作品を作成する
(共通のテーマで、1人1枚作成した)

○ 活動内容

AIでグループごとのテーマを明確化した後、雑誌の切り抜きやステッカー、マスキングテープなど身近な素材を用いて、テーマに沿ったコラージュ作品を制作。グループで相談しながら自己表現と発想共有を行った。

○ 人数

大人9名、子供13名

○ 所要時間

180分程度

○ 安全対策

はさみ・カッター・接着剤の使用に伴う怪我防止のため、事前の注意喚起と必要に応じた補助を実施。表現に正解がないことを明示し、否定的な感想を避けるルールを共有。困り感のある子には個別に寄り添った支援を行った。

○ 使用した設備・場所等の概要

机の上に画材をジャンル別に整備し、AI活用のためPCを使用。部屋の隅や別室に休憩スペースを確保し、床での作業にも対応するなど柔軟な活動空間を確保した。

○ 狙い

コラージュ法での作品の作成過程を通じて、自己表現を行いつつ、他者と制作することにより信頼関係を構築する。また、雑誌など身近にある取り組みやすい素材使い、制作を通してグループの中での交流と社会性の向上を促進する。

具体的な活動 ～東京家政大学ラボ～



○ 当日のタイムライン

- (11時30分)スタッフ集合 <全体打合せ・準備> 30分
 - ・テーブル、椅子など備品の準備
 - ・使用するスライドやパソコンなどの準備
 - ・手伝いに来てくださった大学生に当日の活動の流れとお願いを共有
 - (12時00分)～ 受付開始 30分
 - (12時30分) 実施内容①コラージュ法の制作(担当者:我妻) 90分
 - ・活動内容の説明(コラージュ法について)
 - ・テーマを決める(AIを利用して)
 - ・大学生やファシリテーターと相談しながら作品を作成する
(共通のテーマで、1人1枚作成した)
 - (14時00分)～ 休憩 10分
 - (14時10分) 実施内容②コラージュ法の制作(担当者:我妻) 65分
 - ・大学生やファシリテーターと相談しながら作品を作成する
 - (15時15分)クロージング(担当者:我妻) 15分
 - ・片付け
 - ・その日の活動の振り返りおよび、次回の活動についての説明
- 子供、協力フリースクール帰宅 ---
- (15時30分) スタッフでの振り返り(担当者:古味・我妻) 20分
 - ・大学生やファシリテーターに効果的だった声掛けや気になった点について共有してもらう

具体的な活動 ～東京家政大学ラボ～



第8回 みんなの美術館



- ① いいねカード作り(いいねカードの表紙のデザインを作る、第5・6回に参加していなかった人たちのグループでは、スクイグル法の作成を実施)
- ② 作品展示(作品展示の準備・作品の鑑賞)
- ③ 交流(いいねカード交換、もらったいいねカードを確認)

○ 活動内容

第5回～第7回の作品を展示し、自由に鑑賞しながら「いいねカード」で良い点を伝え合った。鑑賞した作品や自分がもらったいいねカードの感想の共有の後、活動全体を振り返り、相互交流による肯定的な体験をまとめた。

○ 人数

大人7名、子供12名

○ 所要時間

90分程度

○ 安全対策

表現に正解がないことを明示し、否定的な感想を避けるルールを共有。展示スペースでの混雑・衝突・作品破損を防ぐため動線を確認し、道具使用時の事故防止も徹底。また感想の数が偏らないよう調整し、心理的安全性を守りつつ実施した。

○ 使用した設備・場所等の概要

机の移動により展示スペースを構成し、作品を机の上に配置して鑑賞しやすい導線を確認。画材・文具はジャンル別に整備し、休憩スペースを設けて子どものペースに合わせた参加を実現。

○ 狙い

作品を「人に見てもらいたいもの」として展示する経験を通じて、自己表現の価値を再確認し、自信や自己肯定感を高めることを目的とした。また、他者の作品の良さを見つけ、肯定的な感想を伝え合うことで共感的な交流を促進。活動に慣れた子どもがより主体的に参加できる場をつくり、安心感の中で自己・他者理解を深められるようにする。

具体的な活動 ～東京家政大学ラボ～



○ 当日のタイムライン

- (12時30分)スタッフ集合 <全体打合せ・準備> 30分
 - (13時00分)～ 受付開始 10分
 - (13時10分) 実施内容①いいねカード作り(担当者:古味) 50分
 - ・いいねカードの表紙のデザインを作る
 - ・第5・6回に参加していなかった人たちのグループでは、スクイグルを実施
 - (14時00分)～ 休憩10分
 - (14時10分) 実施内容②(担当者:古味) 10分
 - ・作品展示の準備
 - ・作品の鑑賞
 - (14時20分) 実施内容③(担当者:古味) 10分
 - ・いいねカード交換
 - ・もらったいいねカードを確認
 - (14時30分)クロージング(担当者:古味) 5分
- 子供、協力フリースクール帰宅 ---
- (14時35分) スタッフでの振り返り(担当者:古味) 10分
 - ・ファシリテーターと学生スタッフによる本日の活動の振り返りを行った。

具体的な活動 ～東京家政大学ラボ～



全回を通じた狙い・支援ポイント(環境設定)

本プログラムは、表現活動と相互交流を軸に、子どもの自己理解・他者理解・社会性向上・自尊感情の育成を目指すことを一貫した目的としている。AI対話を活用しながら、自分の関心や特性を言語化して作品を作成し、展示・共有を通して表現する経験を積むことで、自己表現の喜びと他者の表現を尊重し共感する姿勢を育む。また、個人制作からグループ制作へ段階的に移ることで、個人作業だけでなく、他者との共同作業を通じて、社会性の発達を促進することが目的である。

全回を通じた安全対策

● 心理的安全への配慮

- ・「表現に正解はない」ことを毎回明示し、否定しない。
- ・否定しない・比較しない・評価しすぎないという姿勢を徹底する。
- ・「途中で休んでよい」「見るだけ参加もOK」など、参加のグラデーションを全回で許容。
- ・子どものペースに合わせ、困り感がある場合は寄り添った個別フォローで不安を軽減。
- ・感想交換などで傷つきが生まれないよう、「良いところに注目する」ルールを設定。
- ・交流への負担を感じる子には、無理に話しかけず、子どもの活動を妨げない距離感を調整した関わりを実施。

● 物理的安全への配慮

- ・はさみや接着剤など道具使用時の事故防止のため、事前注意喚起と必要に応じた補助を実施。
- ・展示スペースや制作エリアでの混雑・衝突・作品破損を防ぐため、動線を事前に整える。
- ・人気素材の取り合いなどトラブル発生を防ぐため、「分配ルールの明確化」「スタッフ補助」を導入。

● AI利用時の安全対策

- ・個人情報を入力しないよう、AI利用時は必ずスタッフが付き添い・操作する。
- ・不適切な内容に触れないよう、使用時間・回数を制限し、安全なリテラシー指導を行う。

具体的な活動 ～東京家政大学ラボ～



子供の特徴・特性と全回を通じた子供の変化①

○ 子供の特徴・特性

小学校高学年。スクラッチや折り紙、工作、実験、仕掛けづくりなど創作的活動が得意。勝ち負けのある遊びは苦手で、完璧主義的な傾向があり、動き出しに時間がかかったり、思い通りにいかないと最初からやり直したりすることがある。

○ 子供の変化

第2・3回では制作に取りかかるまで時間がかかり、言語的な反応は少なかったが、独自の工夫(紙を透かす、缶の蓋を道具にするなど)が見られた。回を重ねる中で「いいねカード」のデザイン検討など自分のペースで選択する姿が増え、第5・6回では制作意図を説明する場面もあった。慎重さを保ちながらも徐々に自己表現と他者とのやり取りが増加した。

子供の特徴・特性と全回を通じた子供の変化②

○ 子供の特徴・特性

中学生。絵を描くことや動画編集が得意。活動に対しては積極的で、集中力・表現意欲が高い。人の気持ちを汲み取りすぎて負担を抱えやすい繊細さを持ち、気を遣い過ぎて疲れやすい面がある。また、まずは頭で考える傾向があり、手を付けるまでに時間がかかることがある。

○ 子供の変化

初回から積極的に制作に取り組み、具体的なイメージを丁寧に形にする姿が見られた。学生と会話を交わしながら、休憩中も制作を続けるなど没入度が高かった。後半は他フリースクールの子とも関わるようになり、活動を媒介に交流範囲が広がった。困っている子への助言など周囲への配慮も強まり、社会性の面で変化が見られた。

具体的な活動 ～東京家政大学ラボ～



子供の特徴・特性と全回を通じた子供の変化③

○ 子供の特徴・特性

小学校中学年。料理、友達と遊ぶこと、ゲームが好きで、人と関わることも基本的には好む。コミュニケーションが噛み合わないと感じがちが爆発してしまうこともある。人から指示されることが苦手。

○ 子供の変化

前半は積極的に制作し、他者へコメントしたり学生と家族の話題で会話したりと交流が多かった。疲れが出ると「疲れた」「ボールを蹴りたい」など疲労感を言語化する様子も見られた。後半は制作が止まり一人で座り込む場面があったが、丁寧な関わりにより「作りたいものがわからない」と気持ちを言語化でき、再開に繋がった。第8回では「いいねカード」を多く書くなど他者への関わりも増え、活動経験の蓄積が安定した参加につながった。

子供の特徴・特性と全回を通じた子供の変化④

○ 子供の特徴・特性

小学校中学年。工作やかわいいキャラクターが好き。読み書きへの苦手意識があり、表現の際には代筆などのサポートを利用することが多い。

○ 子供の変化

初回は同じ協力フリースクールの仲間との関わりが中心だったが、徐々に他の協力フリースクールの子とも関わるようになり交流が広がった。代筆やAI活用の要望を大人に伝えるなど、主体的な働きかけが多く、感想は言いづらくとも「いいね」を置くなど自分なりの方法で参加していた。後半はシールを張るなど表現の幅が広がり、欲しい素材を言葉で伝えたり、大人からの提案を受け入れたり、他者とのやりとりを通じた主体的な参加が増加した。

具体的な活動 ～東京家政大学ラボ～



子供の特徴・特性と全回を通じた子供の変化⑤

○ 子供の特徴・特性

小学校高学年。活動に積極的で、自分の活動を見てほしい気持ち強い。やや言葉遣いが強くなる場面があるものの、肯定的な関わりで落ち着きやすい。やりたいと思わないことを強制されることが苦手。

○ 子供の変化

前半では強い言葉が見られる場面があったが、回を重ねるごとに減少。本人にとって楽しみづらいつと感じる活動でも投げ出すことが減り、友達と共同して取り組む姿勢が増えた。後半のグループ制作では、自分の意見や好みを伝えつつ役割を引き受ける姿、相手の表現を理解しようと努める姿、他者への提案や支援的に関わる姿が見られるなど、協働的な行動が増加した。

子供の特徴・特性と全回を通じた子供の変化⑥

○ 子供の特徴・特性

中学生。ゲーム、PC、動画作成などが好き。温厚な性格。急な大声など大きな音に敏感。状況によっては「うるさい」と直接伝えてしまう可能性もあるが、必要に応じてイヤーマフを付けるなど自身で調整ができる。

○ 子供の変化

初回は途中退席が見られ、他者との関わりには消極的であった。活動によっては集中が続かず、反応も限定的だった。後半は表情が和らぎ、グループ活動に対しても意欲的に取り組む様子が確認された。質問等への応答が増え、作品を介した他の子どもとの会話や興味のある素材の説明など主体性が向上。第8回では全員分の「いいねカード」を作ろうとするなど他者関与が大きく増加し、安心感と対人関係への意欲の高まりが明確に見られた。

具体的な活動 ～東京家政大学ラボ～



子供の特徴・特性と全回を通じた子供の変化⑦

○ 子供の特徴・特性

中学生。慎重な性格。自己表現が苦手であり、自分の気持ちをうまく言葉に出せないことがある。メモを取りながら丁寧に質問へ応じるなど真面目で落ち着いた性格。

○ 子供の変化

初回は同年代のグループの中で安定して活動に参加し、質問にも丁寧に回答。第4回では鑑賞を通して「良い経験になった」と自身の感じた価値を言語化する姿が見られた。後半のグループ制作では他者の意見に耳を傾け、活動に消極的なメンバーを気にかけるなど、他者への配慮や関心の広がり見られた。自己表現だけでなく、周囲他者と協働する姿勢や周囲への気づきが育まれた。

具体的な活動 ～東京家政大学ラボ～



フリースクール等で実践する際の留意点①

実践のための条件

<費用>

- ・基本的に少額で実施可能。必要物品はA4用紙、画材(色鉛筆・クレヨン・カラーペン・サインペン)、のり、はさみ、シール、雑誌など。
- ・教室内にあるものを活用すれば追加費用を抑えられる構成となっている。

<支援者に求められるもの>

- ・子どもの行動や表現の背景を理解し、子どもの特性に応じて関わりを調整するための心理学的知識。
- ・必要なときに寄り添い、過度に介入しないバランス感覚を持ち、グループ全体の動きを見ながら、個別支援も行う多面的な視点。
- ・特性理解・心理的安全性を確保する関わり。

<人員>

- ・全体ファシリテーター:1名(活動説明・進行・観察)。
- ・各グループ(3～5人)につき支援者1名(個別支援・観察・声掛け調整)。グループ全体の動きを見ながら、個別支援も行う多面的な視点を持ち、介入のバランスを取りながら効果的な声掛けを行う。

当該活動により効果が表れやすい子供

- ・小学生(特に中学年～高学年):表現活動の楽しさや自身の獲得が起こりやすい傾向がある。
- ・中学生:グループ制作など、他者との協働や対人関係が広がりやすい傾向がある。
- ・不安が強い子供:安心できる環境かつ自分のペースで進行できる活動で自己表現が広がりやすい傾向がある。
- ・他者配慮が得意な子供:制作を媒介に自然な交流が生まれやすく、協働的な姿勢が伸びやすい傾向がある。また、他フリースクールの子との関わりも広がりやすく、対人関係の幅が拡大する傾向がある。

具体的な活動 ～東京家政大学ラボ～



フリースクール等で実践する際の留意点②

望ましい場所・環境

- ・指示を確認できるモニターがあり、不要な視覚的刺激のない部屋
- ・一人一人の作業スペースが十分に確保された机が用意できる場所
- ・心理的・物理的な安全性が確保された環境

フリースクール等での実践(少額の費用・少数の人員で実践する方法)

- ・活動を行いやすいグループ構成をフリースクール側で設定する。
- ・フリースクール職員が子供たちの周りを巡回し、声掛けを行う形で実施する。
- ・AI活用は時間・回数を制限し、拡散的思考が長引きすぎないように調整する。

実践に向けた留意事項

<子供に対する留意事項>

- ・効果的な声掛け(①作品についての質問・感想の共有・想像を広げる問い②選びやすい提案③主体性を促す受け止め)を用いた子どもの興味や主体性を引き出す関わりを意識する。
- ・安心して参加できる環境づくり、安全面への配慮を行う。
- ・「途中休憩OK・見るだけOK」など参加のグラデーションを許容する。
- ・刺激的なモチーフ(武器など)が出た場合、否定ではなく背景理解を優先するなど、対応方針を支援者間で共有。

<環境に対する留意事項>

- ・道具使用時の安全(ハサミ・のり・細かいパーツなど)を徹底し、混雑や動線の事故を防止。
- ・人気素材の取り合い防止のため、分配ルールの明確化や事前配布を行う。
- ・「制作エリア／休憩エリア」を分け、活動逸脱(ボール遊びなど)を防ぎやすい配置にする。
- ・支援者が共通ルールとして、声掛けの量・タイミング・禁止事項(否定など)を把握しておく。

具体的な活動 ～東京家政大学ラボ～



まとめ

調査研究において実施された活動内容の効果

1. 自己理解・自己表現の促進

- ・AIとの対話や作品制作を通して、自分の「興味・好き・価値観」を言語化しやすくなった。
- ・展示会(みんなの美術館)で自分の作品を見てもらう経験が、自尊感情の向上につながった。

2. 他者理解・共感的交流の増加

- ・「いいねカード」による肯定的フィードバックが、他者の良さに気づく姿勢やを育てた。
- ・グループ活動(スクイグル・コラージュ)により、他者の意見を受け入れる経験や共同作業による関係構築が進んだ。

3. 社会性の向上

- ・初対面への不安が緩和され、回を重ねるごとに表情が和らぎ、発言量や交流範囲が広がった子が多かった。
- ・自由度の高い活動でも適切な支援と環境設定により、自分のペースで関われる社会的参加の幅が広がった。

子供一人ひとりの興味関心を引き出す支援方法

1. 質問型の声かけ

- ・「これは何?」「どうしてそう思ったの?」といった関心ベースの質問が語りを引き出す上で非常に効果的。
- ・発想を広げる問い(例:「庭なら他にもどんなものがある?」)が、イメージの拡張に役立つ。

2. 肯定的フィードバック

- ・「ここが素敵」「色の使い方が面白い」など、評価ではなく興味・関心を向ける肯定が子どもの自己効力感を高める。

具体的な活動 ～東京家政大学ラボ～



まとめ

3. 小さな選択肢提示

- ・「色を一つ選ぶ?」「屋根から描く?窓から描く?」など、選びやすい問いで着手を支援。
- ・自由度が高い活動で困りやすい子に特に有効。

4. 子どものペースを尊重した見守り

- ・話しかけすぎず、沈黙や観察も「参加」と捉える関わり方。
- ・自分のタイミングで動けると安心し、表出が増えていく。

子供一人ひとりの興味関心を引き出す環境設定

1. 画材・素材のジャンル別配置

- ・色鉛筆、ペン、シール、雑誌などを使いやすく配置することで、「やってみよう」という動機づけに。

2. 休憩スペース・逃げ場の整備

- ・部屋の隅に1人で過ごせる場所を設定し、負荷が高まったときの自己調整を可能にする。
- ・安心感により、最終的に活動へ戻りやすくなる。

3. 参加グラデーションの許容

- ・「途中休憩OK」「見るだけOK」「1枚だけ貼る」「好きな素材を1つ選ぶだけ」など、多様な参加形態を認める設計。

4. 適度に自由で、適度に構造化された空間

- ・制作スペースと休憩スペースの区分
- ・展示時の動線確保
- ・グループ活動時の距離感調整

具体的な活動 ～東京家政大学ラボ～



まとめ

支援者に必要な資質・能力

1. 子どもの主体性を尊重する姿勢
 - ・指導ではなく「子どもを主語にした関わり」を重視する姿勢
2. 観察力・調整力
 - ・介入量を決める判断(話しかける／待つ、選択肢提示の有無)
 - ・子どもの表情・姿勢からニーズを察知する力
3. 心理的安全性を守るコミュニケーション
 - ・否定しない、押し付けない、強制しない子どもが傷つかない言葉を調整する力
4. 発達特性への理解
 - ・聴覚過敏、不安特性、こだわり、活動着手の難しさなど、子どもの個性を理解し柔軟に対応する力
5. AIリテラシー支援能力
 - ・個人情報を入力しない指導
 - ・発想補助としてのAI活用の適切な枠づけ

総括

調査研究における活動は、「安心できる環境 × 子供主体の支援 × 段階的な表現・交流の設計」によって、自己理解・他者理解・自尊感情・社会性の向上を総合的に促したプログラムであった。作品制作 → 展示 → 共同制作 → 展示という流れは、子供が自己表現を行い、他者を理解し、安心して関わり合うための社会的スキル向上を図って設計した。特に、否定しない関わりやAIを補助的に活用した発想支援、自由度の高い制作環境、肯定的な感想交換、自分のペースで参加できる仕組みが、子どもたちの変化と成長を支えた主な要因である。



具体的な活動

日本体育大学ラボ



第1回 自分のからだを感じよう	P.92～93
第2回 からだを使って遊ぼう①：モノを使って遊ぼう	P.94～95
第3回 からだを使って遊ぼう②：からだを感じて遊ぼう	P.96～97
第4回 屋外で活動しよう①：屋外を感じて遊ぼう	P.98～99
第5回 屋外で活動しよう②：屋外で探してみよう	P.100～101
第6回 みんなでモノづくり①：からだを使って絵を作ろう	P.102～103
第7回 みんなでモノづくり②：写真に息を吹き込もう	P.104～105
第8回 仲間のからだを感じよう	P.106～107
全回を通じた狙い&支援ポイント	P.108
全回を通じた安全対策	P.108
子供の特徴・特性と全回を通じた子供の変化	P.109～115
フリースクール等で実践する際の留意点	P.116～117
まとめ	P.118～119



【本事業の実施主体】東京都子供政策連携室企画調整部
 【お問い合わせ窓口(令和7年度)】アデコ株式会社(本事業受託会社) 電話番号 050-4560-7557(受付時間:平日9時～17時30分)
 メールアドレス ade.jp.kodomomanabi@jp.adecco.com

※表現はラボからの実施報告書をもとに記載しています。



具体的な活動 ～日本体育大学ラボ～



第1回 自分のからだを感じよう



○ 実施手順

- ① ラボメンバー紹介
- ② アイスブレイク
- ③ からだの測定と各項目の説明
- ④ おにごっこ
- ⑤ クロージング(からだの測定など)

○ 活動内容

心拍数・体温・唾液アミラーゼ等を測定し、それぞれが身体の何を示すかを説明した。測定と説明に加え、動作の指示によるおにごっこを行い、身体の変化を体感しながら仲間との関係づくりを図った。

○ 人数

大人11名、子供16名

○ 所要時間

100分程度

○ 安全対策

身体測定では、子供一人ひとりの様子を確認しながら無理のない範囲で実施した。遊びでは転倒や接触が起きないように内容を検討し、広さや人数に配慮した安全対策を行った。

○ 使用した設備・場所等の概要

東京未来大学みらいフリースクール保育実習室を使用。ActiGraph製wGT3X-BT(身体活動収集)、Onset computer製MX2202(受光量収集)、ハイラブル社製バミエル(会話量)、長さ70cm・直径2cmの棒(覚醒水準)、数取り器(覚醒水準)、ニプロ社製唾液アミラーゼモニター(唾液アミラーゼ測定ーストレス指標)、Salivette®(唾液メラトニンー睡眠導入ホルモン)。

○ 狙い

各場所にて十分な広さを確保しつつ効率よく進めるとともに、4グループ編成や参加者情報をもとに両フリースクール・性別が均等になるよう設定し、子どもたちに大きな負荷がかからないようにする。

具体的な活動 ～日本体育大学ラボ～



○ 当日のタイムライン

- (12時30分)ラボメンバー集合 <全体打合せ・準備> 45分
 - ・測定機器の設置
 - ・子供の出席状況確認、測定準備
 - ・会話量計設置
- (13時15分)受付開始 15分
- (13時30分)実施内容①(担当者:石濱加奈子、プレイワーカー、大上あずさ) 60分
 - ・(13:30~13:45)ラボメンバー紹介、アイスブレイク:リズム・指示に合わせて一斉に手と肩を叩く
 - ・(13:45~14:30)からだの測定と各項目の説明:体温、心拍数、棒反応測定、カウンター測定、唾液アミラーゼ測定、気分尺度記入
- (14時30分)実施内容②(担当者:プレイワーカー) 20分
 - ・おにごっこ
 - ◎スピード(3段階)を指示する
 - ◎肩抑えるおにごっこ(誰かに一度タッチされたら片手を肩に当てる。もう一度タッチされたら両肩に手を当てる。3回目にタッチされたらその場にしゃがむ。
 - ◎3人組でのおにごっこ:歩くのは直線、曲がるのは直角
 - ◎上腕部にはさんだクリップを取り合う
- (14時50分)クロージング(担当者:石濱加奈子、大上あずさ) 15分
 - ・カウンター測定
 - ・メラトニン測定キット、生活記録表配布・説明
- (15時05分)子供、協力フリースクール帰宅
- (17時30分)スタッフでの振り返り(担当者:全員) 30分

具体的な活動 ～日本体育大学ラボ～



第2回 からだを使って遊ぼう①:モノを使って遊ぼう



○ 実施手順

- ① アイスブレイク
- ② からだの測定
- ③ 新聞島
- ④ フラフープくぐり
- ⑤ 破った新聞紙を集めてビニールに入れてボールにし、グループごとにボールで遊ぶ
- ⑥ クロージング(からだの測定など)

○ 活動内容

新聞紙やフラフープ等の用具を使い、様々なからだの動かし方を体験する活動を行った。勝敗を目的とせず、グループで協力しながら新聞島じゃんけんやフラフープくぐり、新聞紙ボール遊びなどを実施した。

○ 人数

大人9名、子供16名

○ 所要時間

90分程度

○ 安全対策

身体測定や遊びは子供の様子を見ながら無理のない範囲で実施した。

○ 使用した設備・場所等の概要

東京未来大学みらいフリースクール保育実習室を使用。測定に使用した設備は第1回目と同様とし、追加で新聞紙、フラフープ、ビニール袋等の用具を配置した。

○ 狙い

用具を使った遊びを通じて、子供たちが様々な身体の動かし方を体感し、自分なりのからだの使い方を見つけられるようにする。また、グループでの活動を通して、仲間と協力することやコミュニケーションを取る経験を積めるようにする。

具体的な活動 ～日本体育大学ラボ～



○ 当日のタイムライン

●(12時30分)スタッフ集合 <全体打合せ・準備> 45分

- ・測定機器の設置
- ・子供の出席状況確認、測定準備
- ・会話量計設置

●(13時15分)受付開始 15分

●(13時30分)実施内容①(担当者:石濱加奈子、大上あずさ) 30分

- ・(13:30～13:40)アイスブレイク:ラッキーセブン(担当者と全員とで指で数字を出し合い、合わせて7になった人がラッキー、という遊び)
- ・(13:40～14:00)からだの測定:棒反応測定、カウンター測定、唾液アミラーゼ測定、気分尺度記入

●(14時00分)実施内容②(担当者:石濱加奈子) 40分

- ・新聞島(ジャンケンをし、負けると折り畳み、5秒間乗れたら次のジャンケンに進む)
- ・フラフープくぐり(新聞を捻った棒で全員が繋がり、それを離さずに端から端までフラフープをくぐり抜けていく)
- ・破った新聞紙を集めてビニールに入れ、ボールにする
- ・グループごとにボールで遊ぶ
- ・水分補給

●(14:40分)クロー징(担当者:石濱加奈子、大上あずさ) 20分

- ・からだの測定:棒反応測定、カウンター測定、唾液アミラーゼ測定、気分尺度記入

●(15時00分)子供、協力フリースクール帰宅

●(17時30分)スタッフでの振り返り(担当者:全員) 30分

具体的な活動 ～日本体育大学ラボ～



第3回 からだを使って遊ぼう②:からだを感じて遊ぼう



○ 実施手順

- ① アイスブレイク
- ② からだの測定
- ③ 各種遊び
 - ・ グミの味当て
 - ・ 音を聞き分けて動く
 - ・ 迷路を行う
- ④ クロージング(からだの測定など)

○ 活動内容

嗅覚を遮断して味覚を試す活動や、視覚を使わず触覚を頼りに迷路を進む遊びを行い、普段使わない感覚を研ぎ澄まし、からだの面白さを感じる。

○ 人数

大人7名、子供13名

○ 所要時間

90分程度

○ 安全対策

人前で食べることに抵抗がある子供を把握し、無理なく参加できているか随時確認した。アイマスク着用により視覚を遮る際、スタッフが動きを丁寧に補助し、安全に配慮した。

○ 使用した設備・場所等の概要

東京未来大学みらいフリースクール家政実習室を使用。測定に使用した設備は第1回目と同様とし、追加で床に養生テープを貼った迷路や、ブルーシート・毛布・スポンジを設置し、アイマスクや測定機器を用いて活動を行った。

○ 狙い

嗅覚・視覚を制限し、触覚や味覚を意識的に使う遊びを通じて、普段とは異なる感覚の働きに気づき、からだの面白さを感じられるようにする。また、五感の多様な使われ方を体験することで、自分のからだを感じ取る力を育み、感覚への興味関心を高められるようにする。

具体的な活動 ～日本体育大学ラボ～



○ 当日のタイムライン

- (12時30分)スタッフ集合 <全体打合せ・準備> 45分
 - ・測定機器の設置
 - ・子供の出席状況確認、測定準備
 - ・会話量計設置
 - ・迷路(床に養生テープを貼る、ブルーシートと毛布を固定する)を作成する
- (13時15分)受付開始、名札・活動量計・照度計装着 15分
- (13時30分)実施内容①(担当者:石濱加奈子、大上あずさ) 30分
 - ・(13:30～13:40)アイスブレイク:ラッキーセブン
 - ・(13:40～14:00)からだの測定:棒反応測定、カウンター測定、唾液アミラーゼ測定、気分尺度記入
- (14時00分)実施内容②(担当者:石濱加奈子) 40分
 - ・グミの味当て(アイマスクで目隠しをし、鼻をつまんでグミを口に入れ、味を当てる。次に、アイマスクをしたまま鼻を抓まずグミを口に入れ、味を当てる)
 - ・音を聞き分けて動く(鈴とタンバリンの音の違いによって右を向くか左を向くかを判断する)
 - ・迷路を行う(アイマスクをして様々な形状のスポンジを触る。その後床の養生テープを触りながら進む。ゴールで袋の中から最初に触った形状と同様のスポンジを探し出す)
- (14時40分)クロージング(担当者:石濱加奈子、大上あずさ) 20分
 - ・からだの測定:棒反応測定、カウンター測定、唾液アミラーゼ測定、気分尺度記入
 - ・メラトニン測定キットの配布
 - ・宿題クイズの出題
 - ・終わりの拍手
 - ・グミの配布, 活動量計・照度計外す
- (15時00分)子供、協力フリースクール帰宅
- (17時30分)スタッフでの振り返り(担当者:全員) 30分

具体的な活動 ～日本体育大学ラボ～



第4回 屋外で活動しよう①:屋外を感じて遊ぼう



○ 実施手順

- ① アイスブレイク
- ② からだの測定
- ③ 各種遊び
 - ・ 屋外(公園)に移動
 - ・ グループごとにオノマトペが書かれたビンゴカードを受け取り、順番にアイマスクを着用した人が様々なモノに触り感触を確認する
 - ・ ラボのサポートスタッフがアイマスクを着用し、子供が屋内まで誘導する
 - ・ 屋内に移動し、屋外でどのような感触のものがあつたかを発表する
- ④ クロージング(からだの測定など)

○ 活動内容

アイマスクを着用し、屋外にあるさまざまな物に触れて感触を確かめる活動を行った。グループごとに触覚ビンゴを作成し、視覚以外の感覚を使って屋外環境を感じ取る体験を実施した。

○ 人数

大人7名、子供15名

○ 所要時間

90分程度

○ 安全対策

屋外での活動では、公園内のみが活動場所であることを事前に伝えた。アイマスクを着用し視覚を遮るため、その際の動きは丁寧にサポートした。

○ 使用した設備・場所等の概要

東京未来大学みらいフリースクール(集合・測定)及び河添公園(屋外活動)を使用。測定に使用した設備は第1回目と同様とし、追加でお題カード、カメラを使用し、自然物の観察・記録を行った。

○ 狙い

屋外環境での探索活動を通して、子供が普段とは異なる視点でモノを捉える力や観察力・創造力を高めることを目的とした。また、グループで協力しながら課題に取り組むことで、コミュニケーションの活性化や気分転換、身体的ストレスの軽減も促進していく。

具体的な活動 ～日本体育大学ラボ～



○ 当日のタイムライン

●(12時30分)スタッフ集合 <全体打合せ・準備> 45分

- ・測定機器の設置
- ・子供の出席状況確認、測定準備

●(13時15分)受付開始 15分

●(13時30分)実施内容①(担当者:石濱加奈子、プレイワーカー) 30分

- ・(13:30~13:40)アイスブレイク:左右の指で異なる数を数える、耳と鼻を左右の手で掴む
- ・(13:40~14:00)からだの測定:棒反応測定、カウンター測定、唾液アミラーゼ測定、気分尺度記入

●(14時00分)実施内容②(担当者:プレイワーカー) 40分

- ・屋外(公園)に移動
- ・グループごとにオノマトペが書かれたビンゴカードを受け取り、順番にアイマスクを着用した人が様々なモノに触り感触を確認する
- ・ラボのサポートスタッフがアイマスクを着用し、子供が屋内まで誘導する
- ・屋内に移動し、屋外でどのような感触のものがあつたかを発表する

●(14時40分)クロージング(担当者:石濱加奈子、大上あずさ) 20分

- ・からだの測定:棒反応測定、カウンター測定、唾液アミラーゼ測定、気分尺度記入
- ・宿題クイズの回答、および出題
- ・終わりの拍手

●(15時00分)子供、協力フリースクール帰宅

●(17時30分)スタッフでの振り返り(担当者:全員) 30分

具体的な活動 ～日本体育大学ラボ～



第5回 屋外で活動しよう②屋外で探してみよう



○ 実施手順

- ① アイスブレイク
- ② からだの測定
- ③ 各種遊び
 - ・ 屋外に移動
 - ・ グループごとにお題カード(「顔に見えるもの」「神様に見えるもの」など)を受け取り、そのお題に見える物を探して、写真を撮る
 - ・ 降雨のため屋内に移動する
- ④ クロージング(からだの測定など)

○ 活動内容

グループごとに屋外へ出て、自然物や身の回りのモノから「顔に見えるもの」などのお題に沿った対象を探索し、観察・写真撮影を行う活動。普段とは異なる視点で屋外環境を楽しむことを目的とした。

○ 人数

大人11名、子供15名

○ 所要時間

90分程度

○ 安全対策

屋外での活動では、公園内のみが活動場所であることを事前に伝えた。グループごとに移動すること、人員の把握を徹底した。

○ 使用した設備・場所等の概要

東京未来大学みらいフリースクール(集合・測定)及び河添公園(屋外活動)を使用。測定に使用した設備は第1回目と同じとした。

○ 狙い

屋外の様々なモノをよく観察し、指示された顔に見立てながら空間を楽しむとともに、効率よく活動に取り組める環境のもと、普段見ているモノを異なる視点で捉え、仲間とコミュニケーションを図る。

具体的な活動 ～日本体育大学ラボ～



○ 当日のタイムライン

- (12時30分)スタッフ集合 <全体打合せ・準備> 45分
 - ・測定機器の設置
 - ・子供の出席状況確認、測定準備
- (13時15分)受付開始 15分
- (13時30分)実施内容①(担当者:石濱加奈子、プレイワーカー) 20分
 - ・(13:30～13:35)アイスブレイク:「キャッチ」で指をつかむ・逃げる遊び(円になって座り、左手はパー、右手は人差し指を右隣の人の左手の上に置く。「キャッチ」という声掛けで指を掴む、と逃げるを同時に行う)
 - ・(13:35～13:50)からだの測定:棒反応測定、カウンター測定、唾液アミラーゼ測定、気分尺度記入
- (13時50分)実施内容②(担当者:プレイワーカー) 50分
 - ・屋外に移動
 - ・グループごとにお題カード(「顔に見えるもの」「神様に見えるもの」など)を受け取り、そのお題に見える物を探して、写真を撮る
 - ・降雨のため屋内に移動する
- (14時40分)クロージング(担当者:石濱加奈子、大上あずさ) 20分
 - ・からだの測定:棒反応測定、カウンター測定、唾液アミラーゼ測定、気分尺度記入
 - ・質問に該当するとき(「朝ごはんはご飯派の人」「右利きの人」など)に移動するゲームを行う
 - ・メラトニン測定キットの配布
 - ・宿題クイズの回答、および出題
 - ・終わりの拍手
- (15時00分)子供、協力フリースクール帰宅
- (17時30分)スタッフでの振り返り(担当者:全員) 30分

具体的な活動 ～日本体育大学ラボ～



第6回 みんなでモノづくり①:からだを使って絵を作ろう



○ 実施手順

- ① からだの測定
- ② アイスブレイク
- ③ 各種遊び
 - ・グループごとに1枚の模造紙に何をどのように描くかを話し合う
 - ・使用する絵の具を取りに行き、掌や指に絵の具を付けて絵を作る
- ④ クロージング(からだの測定など)

○ 活動内容

掌や指に絵の具を付け、グループごとに1枚の模造紙へ共同で絵を描く活動。絵の具の感触を楽しみながら、偶然できる模様や仲間との表現を共有し、協働的に作品をつくること。

○ 人数

大人11名、子供14名

○ 所要時間

90分程度

○ 安全対策

絵の具の感触に抵抗がある子供には無理に触らせず、様子を見ながら少しずつ参加できるよう配慮。室内にはブルーシートを敷き、滑り・汚れ・事故を防止。スタッフが常に周囲を見守り、安心して活動できる環境を確保した。

○ 使用した設備・場所等の概要

東京未来大学みらいフリースクール家政実習室を使用。測定に使用した設備は第1回目と同様とし、追加で広い室内にブルーシートを敷き、模造紙・絵の具・水洗設備を使用。

○ 狙い

掌や指で絵の具に触れることで、普段とは異なる感触体験を通じた身体感覚の気づきを促す。さらに、1枚の模造紙を共有して制作することで、表現の違いを認め合いながら協力し合う経験をつくり、コミュニケーションの活性化と自己表現の拡大を促す。

具体的な活動 ～日本体育大学ラボ～



○ 当日のタイムライン

●(12時30分)スタッフ集合 <全体打合せ・準備> 25分

- ・測定機器の設置
- ・子供の出席状況確認、測定準備
- ・ブルーシートの設置

●(13時15分)受付開始, 活動量計・照度計装着 15分

●(13時30分) 実施内容①(担当者:石濱加奈子、大上あずさ) 20分

- ・(13:30～13:45)からだの測定:棒反応測定、カウンター測定、唾液アミラーゼ測定、気分尺度記入
- ・(13:45～13:50)アイスブレイク:からだを裏返す遊び(うつ伏せ状態の人を仰向けにする遊び。子供を大人が、大人が子供の順で実施)

●(13時50分) 実施内容②(担当者:石濱加奈子) 50分

- ・グループごとに1枚の模造紙に何をどのように描くかを話し合う
- ・使用する絵の具を取りに行き、掌や指に絵の具を付けて絵を作る

●(14時40分)クロージング(担当者:石濱, 大上) 20分

- ・手を洗ってから集合する。
- ・からだの測定:棒反応測定、カウンター測定、唾液アミラーゼ測定、気分尺度記入
- ・宿題クイズの回答、および出題
- ・終わりの拍手

●(15時00分)子供、協力フリースクール帰宅

●(17時30分) スタッフでの振り返り(担当者:全員) 30分

具体的な活動 ～日本体育大学ラボ～



第7回 みんなでモノづくり②:写真に息を吹き込もう



○ 実施手順

- ① からだの測定
- ② アイスブレイク
- ③ 各種遊び
 - ・ グループごとに写真(これまでの活動内での写真)と吹き出しを取りに行き、吹き出しに入れる言葉を考える。なお、取りにいくなどの移動はすべてグループの人に押しってもらったり、毛布に乗せて引っ張ってもらったりすることとし、自分では移動できないというルールを加えた
 - ・ 出来上がった作品を見て楽しむ
- ④ クロージング(からだの測定など)

○ 活動内容

これまでの活動で撮影した写真を使い、グループで写真に合う言葉や吹き出しを考えてつける創作活動。協力しながら物語的な表現をつくり、楽しみながらコミュニケーションを深める内容。

○ 人数

大人6名、子供15名

○ 所要時間

90分程度

○ 安全対策

室内活動のため、周囲の状況をよく見て安全に移動するよう声掛けを実施。グループごとにスタッフが見守り、無理強いせず個々のペースで取り組めるよう配慮。写真選びや移動時も衝突・転倒を避けるため動線を確保。

○ 使用した設備・場所等の概要

東京未来大学みらいフリースクール家政実習室を使用。測定に使用した設備は第1回目と同様とし、追加で写真・吹き出しカード・作業用机や椅子を使用。移動や遊びに毛布を活用した。

○ 狙い

写真に言葉を吹き込む創作活動を通じて、子供が自分の感じたことや気づきを言語化し共有する力を育てる。また、グループで協力して作品をつくる過程で、コミュニケーションの深化・相互理解・協働性の向上を促す。

具体的な活動 ～日本体育大学ラボ～



○ 当日のタイムライン

●(12時50分)スタッフ集合 <全体打合せ・準備> 45分

- ・測定機器の設置
- ・子供の出席状況確認, 測定準備
- ・ブルーシートの設置

●(13時15分)受付開始, 活動量計・照度計装着 15分

●(13時30分) 実施内容①(担当者:石濱加奈子、大上あずさ) 25分

- ・(13:30～13:45)からだの測定:棒反応測定、カウンター測定、唾液アミラーゼ測定、気分尺度記入
- ・(13:45～13:55)アイスブレイク:「言うこと一緒・やること反対」ゲーム(グループで手を繋ぐか、腕を組むか、して横一列に立つ。指示を聞きその指示を言いながら、逆方向にジャンプする。その後、言うことが反対、逆方向にジャンプする。最後に言うことは反対、指示方向にジャンプする)

●(13時55分) 実施内容②(担当者:石濱) 40分

- ・グループごとに写真(これまでの活動内での写真)と吹き出しを取りに行き、吹き出しに入れる言葉を考える。なお、取りにいくなどの移動はすべてグループの人に押ししてもらったり、毛布に乗せて引っ張ってもらったりすることとし、自分では移動できないというルールを追加
- ・出来上がった作品を見て楽しむ

●(14時35分)クロージング(担当者:石濱, 大上) 25分

- ・測定結果が示すからだの反応や変化を説明する
- ・からだの測定:棒反応測定、カウンター測定、唾液アミラーゼ測定、気分尺度記入
- ・メラトニン測定キットの配布
- ・宿題クイズの回答、および出題
- ・終わりの拍手

●(15時00分)子供、協力フリースクール帰宅

●(17時30分) スタッフでの振り返り(担当者:全員) 30分

具体的な活動 ～日本体育大学ラボ～



第8回 仲間のからだを感じよう



○ 実施手順

- ① 心拍数測定: グループの仲間の脈拍を触って感じる
- ② からだの測定
- ③ 各種遊び
 - ・ 全員で円になる
 - グータッチを隣の人に送るゲームを行う
 - ストローで輪ゴムを送っていくゲームを行う
 - ・ 大根抜きゲームを行う(全員でうつ伏せで腕を組んで一つの円になり、大根に見立てた誰かの足を引っ張って抜くゲーム)
 - ・ 人間知恵の輪を行う(男女に分かれ、右手をグーに、左手をパーにして、他者の左手と自分の右手、他者の右手と自分の左手を組み合わせる。その後、全員が一つの綺麗な円になるよう、からだを動かして解いていく)
- ④ クロージング(からだの測定など)

○ 活動内容

仲間のからだに触れて脈拍を感じたり、棒反応・カウンター測定を行い、遊び(グータッチ回し・大根抜き・人間知恵の輪など)を通じて他者の身体反応や動きの違いを楽しみながら理解を深める活動。

○ 人数

大人12名、子供16名

○ 所要時間

80分程度

○ 安全対策

スキンシップを伴う活動のため、子供の抵抗感や不安を丁寧に観察し、無理強いせず個々のペースで参加できるよう配慮。周囲をよく見て安全に動くよう声掛けし、痛みや不快が生じた場合は即時に対応できる体制を整えた。

○ 使用した設備・場所等の概要

東京未来大学みらいフリースクール保育実習室を使用。測定に使用した設備は第1回目と同様とし、追加でブルーシート、遊び用具(輪ゴム・ストローなど)を使用し、室内で安全にふれあい活動を実施。

○ 狙い

他者のからだに触れたり、心拍・動き・反応の違いを体験することで、子供が「自分とは同じである身体」を理解し、共感性やコミュニケーション力を高める。また、遊びの中で身体反応の変化を楽しみながら、他者との関係性・協働の感覚を育む。

具体的な活動 ～日本体育大学ラボ～



○ 当日のタイムライン

- (12時30分)スタッフ集合 <全体打合せ・準備> 45分
 - ・測定機器の設置
 - ・子供の出席状況確認、測定準備
- (13時15分)受付開始、活動量計・照度計装着 15分
- (13時30分) 実施内容①(担当者:石濱加奈子、大上あずさ) 25分
 - ・(13:30~13:35)心拍数測定:グループの仲間の脈拍を触って感じる
 - ・(13:35~13:55)からだの測定:棒反応測定、カウンター測定、唾液アミラーゼ測定、気分尺度記入
- (13時55分) 実施内容②(担当者:石濱加奈子) 30分
 - ・全員で円になる
 - ・ゲータッチを隣の人に送るゲームを行う
 - ・ストローで輪ゴムを送っていくゲームを行う
 - ・大根抜きゲームを行う(全員でうつ伏せで腕を組んで一つの円になり、大根に見立てた誰かの足を引っ張って抜くゲーム)
 - ・人間知恵の輪を行う(男女に分かれ、右手をグーに、左手をパーにして、他者の左手と自分の右手、他者の右手と自分の左手を組み合わせる。その後、全員が一つの綺麗な円になるように、からだを動かして解いていく)
- (14時25分)クロージング(担当者:野井真吾、石濱加奈子、大上あずさ) 25分
 - ・心拍数測定:グループの仲間の脈拍を触って感じる。
 - ・からだの測定:棒反応測定、カウンター測定、唾液アミラーゼ測定、気分尺度記入
 - ・グループごとにこれまでの活動を振り返る
 - ・睡眠習慣を中心とする良好な生活を作る方法とそのメカニズム「元気大作戦」について説明する
 - ・宿題クイズの回答
 - ・終わりの拍手
 - ・子供たちを送り出す
- (14時50分)子供、協力フリースクール帰宅
- (17時30分) スタッフでの振り返り(担当者:全員) 30分

具体的な活動 ～日本体育大学ラボ～



全回を通じた狙い・支援ポイント(環境設定)

本調査研究における全8回の活動は、「遊び」を媒介にして、子供が自分自身のからだを「感じて・知って・考える」ための学びの機会をつくることを中心目的として構成されている。毎回の活動には必ず、棒反応・カウンター・唾液アミラーゼ・心拍・気分尺度などの身体指標の測定が組み込まれ、子供自身が身体変化を目に見える形で理解し、身体への関心を持つための仕掛けが施されていた。屋内・屋外の多様な環境で、五感や身体全体を利用した遊び(感覚遊び・屋外探索・協働創作・スキンシップ遊びなど)を行うことで、五感刺激・身体活動量・受光量を自然に増やし、生体リズムの乱れ(特に睡眠)を整える可能性を探る意図もある。さらに、全回が「グループ活動」を基本としており、子供が他者と関わり、協力し、相互理解を深めることを通してコミュニケーション力・協働性・他者理解の発達を促す構造となっていた。また、「やってもやらなくてもよい」「自分のペースで参加できる」方針を全回で共有し、子供が安心して挑戦でき、徐々に自発的に参加していける心理的安全性の高い場をつくることも全活動の一貫した狙いに含まれている。

全回を通じた安全対策

全8回の活動において、身体的安全と心理的安全性の双方を確保するための配慮が一貫して行われている。まず、子供の状態に応じて「無理強いしない」「拒否を尊重する」「個々のペースで参加する」という方針が徹底されており、活動への抵抗感がある場合には代替案の提示や見守りなど、安心して参加できるための柔軟な対応がとられていた。屋外活動では、公園内のみを活動範囲とし、人数確認・グループ移動・天候による即時屋内切り替えなど、安全管理が徹底されていた。屋内活動では、活動内容に応じてブルーシート設置・机配置の調整・動線確保など、事故防止のための環境づくりが行われた。また、スキンシップを伴う活動では、子供の抵抗感や不安に細やかに注意を払い、無理に触れさせず、身体接触への心理的負担を軽減する関わりが実施された。測定機器(棒反応・カウンター・アミラーゼ・活動量計等)使用時は、スタッフが補助し、丁寧にサポートした。さらに、全活動で子供4～5人につきスタッフ1名程度の十分な人員を配置し、個別支援や緊急対応ができる体制を整えた。これらの安全対策により、子供が安心して活動に参加し、身体的・心理的リスクを最小限に抑えた運営が実現されていた。

具体的な活動 ～日本体育大学ラボ～



子供の特徴・特性と全回を通じた子供の変化①

○ 子供の特徴・特性

小学校高学年。初回は緊張が強く、椅子の位置や場所への入りにくさが見られる一方で、活動内容には興味を示しやすいタイプ。自分の得意な話題や場面では積極性を発揮しやすく、他者への気遣いも見られる。指示理解は十分で、場の空気をよく読む姿勢が強い。身体測定への抵抗は少なく、数値への関心も高い。

○ 子供の変化

回数を重ねるごとに安心感が生まれ、活動前の緊張はあっても徐々に自発的な会話や参加が増加。屋外活動や創作活動では意見を出す場面が増え、他校の子供との関わりも深まった。全体的に主体性と協調性が向上。活動後半ではスタッフや仲間との関係性が安定し、自信をもって活動に臨めるようになった。

子供の特徴・特性と全回を通じた子供の変化②

○ 子供の特徴・特性

小学校高学年。特定の相手や同性スタッフに対して安心感が強く、環境要因による反応差が大きい。初対面や異性スタッフには緊張しやすいが、慣れると積極的な関わりを見せる。自分の興味がある活動(創作・写真など)には高い集中力を発揮。感覚面の繊細さがあり、活動内容によっては不安が高まることもある。

○ 子供の変化

同性グループに配置されることで安心して活動に参加でき、回を重ねるごとに発話量や協力行動が増加した。活動内容によって反応が異なるが、写真ワークやモノづくり活動では特に活発で、他者へのサポートも見られた。特性に合わせた関わりにより、自分の気持ちや苦手さを言葉で表現できる場面が増え、グループ活動の中で主体性が育まれた。

具体的な活動 ～日本体育大学ラボ～



子供の特徴・特性と全回を通じた子供の変化③

○ 子供の特徴・特性

小学校高学年。自己表現が苦手で、特に競争的な遊びや外遊びには不安が強いタイプ。静かな活動や創作場面では自身のペースで取り組めるが、集団行動では緊張から参加しづらいことがある。観察力は高く、興味のあることには集中できる。苦手意識が強い場面では身体反応(緊張・ストレス指標上昇)が現れやすい。

○ 子供の変化

屋外活動では消極的なことが多かったが、創作活動では積極性や楽しむ姿勢が見られた。スタッフの声掛けやグループの雰囲気づくりにより、徐々に活動範囲が広がり、嫌なことを言語化して伝えられる場面も増加。測定への理解も深まり、活動ごとの緊張変化を自覚できるようになった。後半ではグループ内での役割を担う場面も見られ、自信の芽生えが確認できた。

子供の特徴・特性と全回を通じた子供の変化④

○ 子供の特徴・特性

小学校高学年。身体を動かす活動が得意で、リーダーシップを発揮しやすい一方で、感情コントロールが難しい場面もある。興味がない活動では集中の持続が難しいが、他者をまとめたり意見を引き出したりする積極的な姿勢が強い。行動量が多く、測定でも高い活動量が記録される。反面、急な予定変更には戸惑いが出やすく、丁寧な声掛けが効果的。

○ 子供の変化

運動系の活動では主導的な動きを見せ、仲間のサポートに回ることも多かった。創作活動や写真ワークでもアイデア出しに積極的で、グループをまとめる姿勢が見られた。回数を重ねることで場のルール理解や切り替えが安定し、衝動的な行動が減少。活動後半には、年下の子への気遣いや声掛けなど、社会的な成長が顕著に見られるようになった。

具体的な活動 ～日本体育大学ラボ～



子供の特徴・特性と全回を通じた子供の変化⑤

○ 子供の特徴・特性

小学校中学年。活動前後で気分差が大きく、最初の一步が踏み出しにくいタイプ。集団への入りにくさがあるが、安心できるスタッフや仲間がいると徐々に参加が進む。興味のある活動では集中力が高まる傾向。

○ 子供の変化

活動初期は部屋に入れず、距離を保つなどの様子が見られたが、回を追うごとに部屋滞在時間が増え、測定や遊びにも参加できるようになった。スタッフの緩急ある誘い方が効果的で、徐々に自発的な会話や活動参加が増加。創作活動や写真ワークでは役割を担い、表現が広がった。後半では年下をフォローする姿も見られ、自信と社会性の成長がうかがえた。

子供の特徴・特性と全回を通じた子供の変化⑥

○ 子供の特徴・特性

小学校低学年。運動が得意、好奇心が強く、身体を使った活動に意欲的。ただし初回は緊張が強く、スタッフとの距離が近くないと安心できない場面もあった。興奮しやすい特性があり、活動量や興奮度が測定に反映されやすい。興味ある活動には積極的だが、複数ステップの指示への理解はサポートが必要なこともある。

○ 子供の変化

活動に慣れるにつれ緊張が減り、積極的に発言・参加するようになった。屋外活動や身体を使う遊びでは特に能力を発揮し、グループの雰囲気づくりにも貢献。測定にも興味を示し、自分の記録を楽しみにする様子も見られた。回を重ねる中でスタッフとの関係も安定し、安心して挑戦する姿勢が育ち、コミュニケーションの幅も広がった。

具体的な活動 ～日本体育大学ラボ～



子供の特徴・特性と全回を通じた子供の変化⑦

○ 子供の特徴・特性

小学校高学年。気持ちの切り替えが苦手な面があるが、丁寧な受け答えができ、相手への気遣いが自然にできるタイプ。活動内容の理解が速く、全体を見ながら行動できる協調性が強い。初対面の環境では緊張が見られるものの、慣れると笑顔や発言も増え、周囲を和ませる力もある。

○ 子供の変化

初回は慎重な様子も見られたが、回を重ねるごとに活動への理解と参加姿勢が安定し、後半では他者への名札貼りなど気遣い行動が顕著に増えた。モノづくりや写真活動では自発的なアイデアを出し、活動への主体的な関わりが強まった。心理的安定とコミュニケーション力の向上が見られた。

子供の特徴・特性と全回を通じた子供の変化⑧

○ 子供の特徴・特性

小学校高学年。気分の上下がやや大きく、安心材料(ぬいぐるみなど)があると安定しやすい。感覚刺激に対して繊細さが見られる場面が見られるが、安心できる環境では集中力が高く、特定の遊びや創作活動では自分のペースで能力を発揮する。対人関係は慎重だが、少人数・固定スタッフとの関わりでは徐々に心を開きやすい。

○ 子供の変化

活動初期は緊張や消極性が見られたが、ぬいぐるみの持参や優しい声かけにより徐々に安定し、創作活動では集中して取り組む姿が増えた。屋外活動やスキンシップ遊びでも信頼できるスタッフが近くにいることで参加度が上昇。後半では他者との軽い会話も増え、活動後の振り返りにも落ち着いて参加できるなど、情緒の安定と協働姿勢の向上が見られた。

具体的な活動 ～日本体育大学ラボ～



子供の特徴・特性と全回を通じた子供の変化⑨

○ 子供の特徴・特性

小学校高学年。手先の不器用さや感覚刺激に繊細な場面があるが、興味がある活動では強い集中力を持つ。緊張しやすいが、同性スタッフや同性グループと一緒にだと落ち着きやすい。優しく、人に合わせようとする姿勢が強い反面、自己主張が控えめになりやすい。安心できる相手とのコミュニケーションでは柔らかな表現が増える。

○ 子供の変化

初回は不安が強かったが、スタッフ・友人のサポートで活動に徐々に参加。絵の具活動では手の汚れを気にしつつも、代替案(紙ティッシュ等)で参加を継続し、表現意欲が高まった。活動が進むにつれ、同性同士の会話や年下への配慮などの会話量が増え、主体的な発言も見られるようになった。

子供の特徴・特性と全回を通じた子供の変化⑩

○ 子供の特徴・特性

中学生。刺激や周囲の雰囲気の影響を受けやすい一方で、強い共感性を持つ。スマートフォン依存傾向が見られ、集中しづらい部分もあるが、興味ある話題や同年代の同性との会話では積極的に関わる。年下への配慮が自然にでき、面倒見がよい。初対面や不慣れな場の緊張は強いが、安心感が形成されると表情が豊かになる。

○ 子供の変化

活動初期はスマートフォンに意識が向きがちだったが、後半では同性グループ内の会話を楽しみ、活動そのものへの参加意欲が向上。創作活動や写真ワークでは独自の視点から意見を出す姿が増えた。また、年下を気遣う行動や自ら測定に協力する姿勢が見られ、役割意識も芽生えた。活動全体を通じてコミュニケーションの幅と自信が着実に広がった。

具体的な活動 ～日本体育大学ラボ～



子供の特徴・特性と全回を通じた子供の変化⑪

○ 子供の特徴・特性

中学生。楽観的で明るい性格だが、スマートフォン依存傾向があり、切り替えが難しい場面もある。人との距離が近く、初対面でも比較的抵抗が少ない。創作や写真撮影が好きで、表現意欲が高い。また、自分の気持ちを素直に出す一方で、周囲に合わせようとする調整力もある。

○ 子供の変化

始めはスマートフォンを手放しにくい様子があったが、活動が進むにつれ、グループ活動を楽しむ姿が増えた。モノづくりではテンション高く積極的に関わり、役割を自ら引き受けることも多い。写真ワークやスキンシップ遊びでは他者との交流も深まり、笑顔が増加。活動後半では集中力が安定し、自己表現力が大きく伸びた。

子供の特徴・特性と全回を通じた子供の変化⑫

○ 子供の特徴・特性

小学校高学年。初回は緊張が強く、感情の起伏が大きい。苦手な活動では「帰りたい」などの発言が出ることもあるが、興味のあることには積極的に参加できるタイプ。身体を動かす遊びが得意で、仲間との交流がうまくいくと気持ちも安定する。自分の意見をはっきり言えるが、時にストレートになりすぎる場面もある。

○ 子供の変化

序盤は参加拒否や不安定な気分が見られたが、スタッフの声掛けや遊びの工夫により徐々に活動に参加。屋外活動では身体を動かす楽しさが気分改善につながった。後半では測定にも意欲的に取り組み、発言も増加。自分の気持ちを言葉で伝える場面も見られ、他者との協力や会話を通じて落ち着きが広がった。

具体的な活動 ～日本体育大学ラボ～



子供の特徴・特性と全回を通じた子供の変化⑬

○ 子供の特徴・特性

中学生。初対面や集団場面で話しにくさが出やすいが、慣れた相手や場では表情や行動で積極性を示す。手先の不器用さや感覚面の繊細さもあり、絵の具などの感触に抵抗が見られる一方、観察力が高く写真活動では鋭い視点が発揮される。年下への配慮が自然に出る温かさを持つ。

○ 子供の変化

最初は発話が少なく距離を取るような様子も見られたが、活動回数が増えるにつれてスタッフ・仲間への安心感が高まり、徐々に参加度が上昇。写真や創作活動では自分の視点を表現する場面が増えた。測定やスキンシップ遊びにも少しずつ挑戦し、後半では他者を手伝い、コミュニケーションと自信の伸びが感じられた。

子供の特徴・特性と全回を通じた子供の変化⑭

○ 子供の特徴・特性

小学校高学年。細かい作業が難しいことがあるが、写真撮影や観察が得意で、自分の興味を見つけると集中して取り組む。朝が苦手で活動開始時にテンションが低いこともあるが、活動に入ると徐々に気持ちが温まりやすい。対人関係では慎重だが、年下に優しく接する姿が見られる。

○ 子供の変化

活動前は気分が安定しないこともあったが、写真・モノづくり・遊びを通して徐々に積極性が増加。自分からカメラで記録を撮るなど、主体的活動が多く見られた。後半では他者へのサポートや意見交換も行い、コミュニケーションの幅が広がった。測定も落ち着いて取り組めるようになり、自己理解の深まりが見られた。

具体的な活動 ～日本体育大学ラボ～



フリースクール等で実践する際の留意点①

実践のための条件

<費用>

- 活動に必須となる費用品は比較的少額で揃えられる。
例:①カウンター:約1,000円 ②落下棒(棒反応測定用):約8,000円 ③絵の具(8色セット):約10,000円
- 前後生活記録はスマートフォン・タブレットで代用でき、追加費用を抑えられる。専門的な生体測定機器がなくても、簡易測定(質問紙・自己評価)で十分実施可能。

<支援者に求められるもの>

- ①子供の様子に応じて「誘う/見守る」を使い分ける柔軟性
- ②声掛け・関わり方を調整する観察力・即応力
- ③子供の特性(不安・緊張など)に応じた距離感・スキンシップ・コミュニケーションの固定概念に縛られない対応
- ④フリースクール職員など、日常を理解した支援者の視点・助言を取り入れる姿勢

<人員>

- 子供の表現や変化を丁寧に観察できるため、4～5人に1人のスタッフが望ましい。簡易測定(自己評価中心)であれば、子供同士での測定補助も可能。活動全体を把握し、必要なサポートに入れる最低限の人員がいれば実施できる。

当該活動により効果が表れやすい子供

- 特定のタイプに限定されず、生活リズムの乱れ・緊張感の強さ・自己表現の苦手さなどの課題がある子供にも効果が期待できる。特に、身体・生活への関心が高まりやすい子創作活動や身体活動が好きな子安心できる環境が整うと積極性が上がる子で変化が顕著に表れやすい。

具体的な活動 ～日本体育大学ラボ～



フリースクール等で実践する際の留意点②

望ましい場所・環境

- 屋外活動は特に推奨(受光量が増え、生体リズム改善に寄与)。屋内の場合は、光を取り入れられる場所広く自由に動ける空間が望ましい。五感を使える環境(触覚・視覚・嗅覚の変化が得られる設定)を整えると効果が高まる。過度な競争を生まない場づくりが重要。

フリースクール等での実践(少額の費用・少数の人員で実践する方法)

- 専門機器なしでも実践可能。質問紙・自己評価(緊張度・気分・睡眠状況)を活用すれば十分。活動は五感遊び・協力ゲーム・軽い身体活動・生活記録を中心に構成することで、低コスト・少人数でも運営できる。移動や屋外活動時、人数確認・安全管理を徹底すれば担当者は多くなくてもよい。

実践に向けた留意事項

<子供に対する留意事項>

- 拒否権を尊重し、無理に参加させない。活動スピード・興味関心の違いに合わせ、各自のペースで取り組めるようにする。不安・疲労・気分変動がある場合は、声掛けや代替案の提示(例:別の素材を使うなど)が効果的。活動による緊張・ストレスの変化を見逃さず、丁寧にフォローする。

<環境に対する留意事項>

- 屋外活動は天候によって内容・日程変更が必要。移動時はグループ行動人数確認統一ルートの移動を徹底する。活動場所の入り口・出口の管理を明確にして、迷子や離脱を防止する。屋内では安全に動ける広さを確保し、道具の配置にも注意する。

具体的な活動 ～日本体育大学ラボ～



まとめ

調査研究において実施された活動内容の効果

- 遊びや身体測定を繰り返すことで、子供たちに身体への興味関心が芽生え、緊張の緩和・コミュニケーションの増加・自己表現の広がりが見られた。活動を通じて仲間意識や安心感も向上した。

子供一人ひとりの興味関心を引き出す支援方法

■ 個に寄り添うコミュニケーション

- 無理強いしない:「やってもやらなくてもよい」と伝え、安心して参加できる状態を作る。
- 子供の気分・体調・緊張度を見て、誘う／見守るをバランスよく使い分ける。
- 興味のある話題(お菓子・好きな遊び・得意分野)をきっかけに活動への入口を作る。

■ 観察と即時の対応

- 活動前の様子(緊張、不安、消極性)を見て、声掛けの量やタイミングを調整。
- 感覚刺激(味・触覚など)が苦手な子には別の方法を提示するなど、代替案を用意。

■ 関わる大人の安定した支援

- 担当スタッフを固定し、子供に安心できる相手をつくる。
- 女性スタッフ・信頼関係のあるスタッフが心理的安全性の面で効果を発揮したケースもあり。

■ 集団の中で居場所をつくる工夫

- 少人数グループにし、必ず居場所がある状態を設定。
- 得意な子には役割(案内、意見出し)を持たせて自己効力感を高める。

具体的な活動 ～日本体育大学ラボ～



まとめ

子供一人ひとりの興味関心を引き出す環境設定

- グループ編成の工夫
 - 性格・興味・苦手さを踏まえ、安心できる仲間と組み合わせる。
 - 女子グループ、年下と年上の混成、他校の子との組み合わせなど、交流を促す配置を行う。
- 活動場所・道具の工夫
 - 屋外・屋内の切り替えによって視覚・触覚など多様な刺激を提供。
 - 模造紙・絵の具・写真・毛布・ブルーシートなど、触れる・動く・選ぶ体験を作り出す道具を活用。
- 安心して挑戦できる空間
 - 競争性を排除した活動にし、失敗がない遊び方を設計。
 - めいぐるみ持参を許可するなど、「自分を保てるもの」の持ち込みを可とした。
 - 活動の流れが予測できるよう、終了の合図(終わりの儀式)を作る。
- 安全面への配慮アイマスク時はスタッフが密にサポート
 - 屋外活動では公園内に限定し、スタッフが常に人数管理。

支援者に必要な資質・能力

- ①観察力: 子供の変化や気分を即時に捉える
- ②即応力: 困り感に合わせた代替案や声掛けの切り替え
- ③コミュニケーション力: 距離感の調整・安心感を生む関わり
- ④環境調整力: 活動内容・グループ構成を柔軟に変えられる
- ⑤個別対応力: 特性や当日のコンディションに合わせた支援

総括

本調査研究で実施した8回の活動は、遊び・身体測定・協力作業を軸に、子供たちが自分のからだを感じる・知る経験を積み重ねる場となった。支援方法としては、個に寄り添う関わり方・安心できるスタッフの存在・無理をさせない誘い方が効果的であった。環境設定としては、少人数グループ・多様な感覚刺激・安心できる空間づくりが興味関心を引き出すうえで重要であった。その結果、子供たちには身体への興味関心の向上ストレス反応の安定コミュニケーションの増加自己表現の広がり居場所意識の向上といった肯定的な変化が見られ、活動の継続が子供の成長に寄与することが確認された。



具体的な活動

明治学院大学ラボ



第1回 大学生のことを知ろう①	P.121～122
第2回 ポッチャ&モルック体験	P.123～124
第3回 共創ゲーム	P.125～126
第4回 他者紹介動画作り	P.127～128
第5回 多様な他者との出会い	P.129～131
第6回 ジブリ映画からの気持ち探し①	P.132～134
第7回 ジブリ映画からの気持ち探し②	P.135～137
第8回 大学生のことを知ろう②	P.138～140
全回を通じた狙い&支援ポイント	P.141
全回を通じた安全対策	P.141
子供の特徴・特性と全回を通じた子供の変化	P.142～145
フリースクール等で実践する際の留意点	P.146～147
まとめ	P.148～149



【本事業の実施主体】東京都子供政策連携室企画調整部
 【お問い合わせ窓口(令和7年度)】アデコ株式会社(本事業受託会社) 電話番号 050-4560-7557(受付時間:平日9時～17時30分)
 メールアドレス ade.jp.kodomomanabi@jp.adecco.com

※表現はラボからの実施報告書をもとに記載しています。

具体的な活動 ～明治学院大学ラボ～



第1回 大学生のことを知ろう①



○ 実施手順

- ① 挨拶、本日の活動について、諸注意等
- ② グループでの自己紹介
- ③ 3名の大学生の発表と質疑応答①
- ④ 3名の大学生の発表と質疑応答②
- ⑤ 子供調査の実施(大学生が子供にインタビューしてタブレット機器に入力か子供自身が入力)

○ 活動内容

6名の大学生が、自身の大学生活で楽しかったことを子供たちに発表し、少人数グループで交流した。子供と大学生が1対1で関われるよう配置し、大学生への関心を高めるとともに、他者理解のきっかけとなる活動として実施した。

○ 人数

大人18名、子供13名

○ 所要時間

70分程度

○ 安全対策

冷暖房完備の室内で実施し、熱中症リスクを排除。体育科・スポーツ教育学専門教員によるリスクマネジメント、特別支援教育・臨床心理学専門者の事前指導により発達特性や心理面へ配慮。会場後方に退避スペースを確保し、途中で休みたくなった際には、そちらを活用できるよう配置した。

○ 使用した設備・場所等の概要

明治学院大学白金キャンパス「アートホール」を使用。外部音が少なく落ち着いた閉鎖的空間で、子供が集中しやすい環境。机・イス・スクリーン・マイクを整え、少人数グループごとに交流しやすいレイアウトで実施した。

○ 狙い

初回活動として、まず子供が「大学生」という存在を身近に感じ、日頃どのような生活を送っているのか、してもらうことを目的とした。大学生の経験や価値観に触れることで、他者への興味・関心を高め、共感能力の土台をつくることを狙った。

具体的な活動 ～明治学院大学ラボ～



○ 当日のタイムライン

- (14時30分)スタッフ集合<全体打ち合わせ・準備> 20分
 - ・出席者:6名
 - ・使用する物品の運搬
 - ・会場の準備(机、イス、スクリーン、マイク、ノートパソコン等)
- (14時50分)正門に子どもをお迎えに行く(担当者・石井)
- (15時10分)はじめに(担当者・石井) 5分
 - ・挨拶、本日の活動について、諸注意等
- (15時15分)活動①(司会A1) 25分
 - ・グループでの自己紹介
 - ・3名の大学生の報告①
- (15時40分)休憩 5分
- (15時45分)活動②(司会A1) 25分
 - ・3名の大学生の報告②
- (16時10分)インタビュー(担当者:石井) 5分
 - ・子供調査の実施(大学生が子供にインタビューして入力か子供自身が入力)
- (16時15分)おわりに(担当者:石井) 5分
 - ・挨拶、次回の活動について、諸注意等
- (16時20分)後片付け(担当者:全員) 25分
 - ・会場の撤収
- 子供、協力フリースクール帰宅 ---
- (16時45分)スタッフでの振り返り(担当者:石井) 10分
 - ・本日の振り返り、次回の活動の確認等

具体的な活動 ～明治学院大学ラボ～



第2回 ボッチャ&モルック体験



○ 実施手順

- ① 挨拶、本日の活動について、諸注意、ルール説明
- ② ボッチャ(チーム対抗戦)
- ③ モルック(チーム対抗戦)
- ④ 子供調査の実施(大学生が子供にインタビューしてタブレット機器に入力か子供自身が入力)

○ 活動内容

ボッチャとモルックのスポーツを、大学生と子供が同じチームとなり対抗戦形式で体験。身体を動かしながら自然にコミュニケーションを深め、お互いの距離を縮めることを目的に活動した。

○ 人数

大人20名、子供11名

○ 所要時間

70分程度

○ 安全対策

発達特性・心理面に配慮した事前指導を実施。冷暖房完備の室内で安全に活動し、大学生が1対1または複数名で見守る体制を確保。前回に比べて運動する機会となるため、活動中は怪我などが発生しないよう、安全性に配慮して運営。

○ 使用した設備・場所等の概要

明治学院大学白金キャンパス内の室内会場(アートホール)を使用。広く安全なフロアで、ボッチャ・モルックができるだけのスペースを確保。机・椅子・スクリーン等も整備された環境で、チームごとの活動がしやすい構造。

○ 狙い

身体活動を取り入れたゲームを大学生と一緒に行うことで、楽しみながらコミュニケーションを深め、自然と他者への関心を高められるようにする。大学生との協力・対話が増えることで心理的距離を縮め、今後より豊かな関わりが生まれやすい基盤づくりを意図した。

具体的な活動 ～明治学院大学ラボ～



○ 当日のタイムライン

- (14時30分)スタッフ集合<全体打ち合わせ・準備> 20分
 - ・出席者:6名
 - ・使用する物品の運搬
 - ・会場の準備(机、イス、スクリーン、マイク、ノートパソコン等)
- (15時10分)はじめに(担当者・石井) 5分
 - ・挨拶、本日の活動について、諸注意等
- (15時15分)活動①(司会A1) 25分
 - ・ポッチャ(チーム対抗戦)
- (15時40分)休憩 5分
- (15時45分)活動②(司会A1) 25分
 - ・モルック(チーム対抗戦)
- (16時10分)インタビュー(担当者:石井) 5分
 - ・子供調査の実施(大学生が子供にインタビューして入力か子供自身が入力)
- (16時15分)おわりに(担当者:石井) 5分
 - ・挨拶、次回の活動について、諸注意等
- (16時20分)後片付け(担当者:全員) 25分
 - ・会場の撤収
- 子供、協力フリースクール帰宅 ---
- (16時45分)スタッフでの振り返り(担当者:石井) 10分
 - ・本日の振り返り、次回の活動の確認等

具体的な活動 ～明治学院大学ラボ～



第3回 共創ゲーム



○ 実施手順

- ① 挨拶、本日の活動について、諸注意、ルール説明
- ② 変形型の「はあというゲーム」(※)を創る
(自分たちでセリフと状況を考える)
- ③ 変形型の「はあというゲーム」を行う
(自分たちでセリフと状況を実践する)
- ④ 子供調査の実施(大学生が子供にインタビューして
タブレット機器に入力か子供自身が入力)

※カードで指定されたセリフ(例:「はあ」)を異なる感情や状況で表現するゲーム。

○ 活動内容

大学生と子供がペア・グループで話し合い、変形型「はあというゲーム」を自分たちで考案し、実際にプレイした。ゲーム制作と実践を通じて、相互理解を深める活動として実施された。

○ 人数

大人21名、子供9名

○ 所要時間

70分程度

○ 安全対策

第1回と同様に、冷暖房完備の室内で安全に活動し、大学生が1対1または複数名で見守る体制を確保。活動中はスタッフがサポートをしながら、心理的安全性を最優先にした運営を行った。

○ 使用した設備・場所等の概要

明治学院大学白金キャンパス・アートホールを使用。子どもが集中しやすい閉鎖的な室内空間で、グループ活動がしやすい配置を整備。机・イス・スクリーン・PCなど、ゲーム創作や振り返りに必要な設備も確保されていた。

○ 狙い

子供と大学生と一緒に考えて、新しいゲームを創り上げる経験を通じ、大学生との対話、相互理解に自然と踏み出せるようにする。ゲームを創り上げる中、互いに意見を出し合うことでコミュニケーション量が増え、相手の考えていることや気持ちにも気づくことができる。

具体的な活動 ～明治学院大学ラボ～



○ 当日のタイムライン

- (14時30分)スタッフ集合<全体打ち合わせ・準備> 20分
 - ・出席者:6名
 - ・使用する物品の運搬
 - ・会場の準備(机、イス、スクリーン、マイク、ノートパソコン等)
- (14時50分)正門に子どもをお迎えに行く(担当者・石井) 20分
- (15時10分)はじめに(担当者・石井) 5分
 - ・挨拶、本日の活動について、諸注意等
- (15時15分)活動①(司会B1) 25分
 - ・変形型の「はぁというゲーム」を創る(自分たちでセリフと状況を考える)
- (15時40分)休憩 5分
- (15時45分)活動②(司会B1) 25分
 - ・変形型の「はぁというゲーム」を行う(自分たちでセリフと状況を実践する)
- (16時10分)インタビュー(担当者:石井) 5分
 - ・子ども調査の実施(大学生が子供にインタビューして入力か子供自身が入力)
- (16時15分)おわりに(担当者:石井) 5分
 - ・挨拶、次回の活動について、諸注意等
- (16時20分)後片付け(担当者:全員) 25分
 - ・会場の撤収
- 子供、協力フリースクール帰宅 ---
- (16時45分)スタッフでの振り返り(担当者:石井) 10分
 - ・本日の振り返り、次回の活動の確認等



第4回 他者紹介動画作り



○ 実施手順

- ① 挨拶、本日の活動について、諸注意等
- ② 他者紹介動画作りのための撮影
- ③ 撮影した動画をiPadを使い、編集作業
- ④ 他の人が作った他者紹介動画を見る
- ⑤ 子供調査の実施(大学生が子供にインタビューしてタブレット機器に入力か子供自身が入力)

○ 活動内容

子供が大学生にインタビューし、iPadで動画を撮影・編集して「他者紹介動画」を作成する活動。編集が不慣れな子供には大学生が寄り添ってサポートし、最後に全員で完成動画を鑑賞した。

○ 人数

大人19名、子供10名

○ 所要時間

70分程度

○ 安全対策

冷暖房完備の室内で安全に活動し、大学生が1対1または複数名で見守る体制を確保。活動中はスタッフがサポートをしながら、心理的安全性を最優先にした運営を行った。

○ 使用した設備・場所等の概要

明治学院大学白金キャンパス・アートホールを使用。広く静かな閉鎖的空間で、机・イス・スクリーン・PCを備え、iPadを用いた動画撮影や編集作業に適した環境。グループ作業・対話がしやすいレイアウトで実施された。

○ 狙い

大学生へインタビューし動画を制作する過程や、その後の動画作成・編集作業で分からない点があれば、大学生がサポートする、という流れの中で、子供が他者への興味・関心を高めることを目的とする。

具体的な活動 ～明治学院大学ラボ～



○ 当日のタイムライン

- (14時30分)スタッフ集合<全体打ち合わせ・準備> 20分
 - ・出席者:6名
 - ・使用する物品の運搬
 - ・会場の準備(机、イス、スクリーン、マイク、ノートパソコン等)
- (14時50分)正門に子どもをお迎えに行く(担当者・石井) 20分
- (15時10分)はじめに(担当者・石井) 5分
 - ・挨拶、本日の活動について、諸注意等
- (15時15分)活動①(司会C1) 25分
 - ・他者紹介動画作りと編集作業。
- (15時40分)休憩 5分
- (15時45分)活動②(司会C1) 25分
 - ・他の人が作った他者紹介動画を見る。
- (16時10分)インタビュー(担当者:石井) 5分
 - ・子ども調査の実施(大学生が子供にインタビューして入力か子ども自身が入力)
- (16時15分)おわりに(担当者:石井) 5分
 - ・挨拶、次回の活動について、諸注意等
- (16時20分)後片付け(担当者:全員) 25分
 - ・会場の撤収
- 子供、協力フリースクール帰宅 ---
- (16時45分)スタッフでの振り返り(担当者:石井) 10分
 - ・本日の振り返り、次回の活動の確認等

具体的な活動 ～明治学院大学ラボ～



第5回 多様な他者との出会い



○ 実施手順

- ① 挨拶、本日の活動について、諸注意等(赤ちゃんや高齢者の参加もあるため、手首消毒やマスク着用の徹底)
- ② 4つのグループに分かれ、4か所に分かれている多様な他者とそれぞれ10分ずつ活動する。活動を終わったら次の場所へ移り、同じように10分活動する。同じようにして合計4回実施する
- ③ 子供調査の実施(大学生が子供にインタビューしてiPadに入力か子ども自身が入力)

○ 活動内容

赤ちゃん・障がい者・外国人・高齢者など、多様な背景をもつ人々と直接交流する活動。4グループに分かれて10分ずつローテーションし、外国語カルタ、ピーナッツ人形作り、赤ちゃんとのふれあい、UDトークによる対話などを体験した。

○ 人数

大人19名、子供10名

○ 所要時間

70分程度

○ 安全対策

第1回と同様の安全体制に加え、赤ちゃんや高齢者が参加するため、活動場所の入口で手指消毒とマスク着用を徹底。専門教員によるリスクマネジメント、発達特性への配慮、退避スペースの確保、など、心理的安全性と衛生面を両立した。

○ 使用した設備・場所等の概要

明治学院大学白金キャンパス(アートホール)で実施。広い室内空間を用い、各グループが順に移動しやすいレイアウトを整備。iPad(UDトーク)、工作用具(ピーナッツ殻・ペン等)、赤ちゃん用マットなど内容に応じた環境を用意した。

○ 狙い

これまで大学生との交流を中心に育んできた他者理解をさらに広げるため、多様な年齢・背景・特性をもつ他者と直接関わる機会を提供することを目的とした。多様な背景、異文化に触れる体験を通して、共感能力や社会性を強化し、「自分とは違う他者」に対する理解・受容を深める。

具体的な活動 ～明治学院大学ラボ～



○ 当日のタイムライン

●(14時30分)スタッフ集合<全体打ち合わせ・準備> 20分

- ・出席者:6名
- ・使用する物品の運搬
- ・会場の準備(机、イス、スクリーン、マイク、ノートパソコン等)

●(14時50分)正門に子供をお迎えに行く(担当者・石井) 20分

●(15時10分)はじめに(担当者・石井) 5分

- ・今回は、赤ちゃんや高齢者が参加するので、入り口で、手指消毒をしてもらう。マスクをしていない人にはマスクをもらう(大学生はマスクを持参する)
- ・挨拶、本日の活動について、諸注意等

●(15時15分)活動(司会D1) 55分

(1)多様な他者

- ・各グループに以下の者がいる。Aグループ:外国人(2名)。Bグループ:高齢者。Cグループ:赤ちゃんと母親と父親。Dグループ:障がい者(聴覚障がい者)

(2)交流内容

- ①外国人の所 :外国語のカルタで外国人と子供が遊ぶ。2-3分、質問タイムを設ける(日本に来て驚いたこと、日本と外国との違い等)。
- ②高齢者の所 :「ピーナッツ人形作り」をする。高齢者の方が14個のピーナッツの殻を持ってくる。それに、子供たちが、サインペン等で、顔、鼻、口等を書き、完成させる。また、高齢者の方が、どんぐりのヘタも持参するので、それを帽子にする。2-3分、質問タイムを設ける(昔話や農業やヤギの話等)。
- ③赤ちゃんの所:床にレジャーシートをしき、長座布団に赤ちゃん(生後6ヶ月)を寝かせる。赤ちゃんのタオル遊びを見学&体験する。赤ちゃんを抱っこする。赤ちゃんの誕生直後の写真等を見る。妊娠・子育ての話。赤ちゃんと同じ重さの人形を抱っこする。4キロの鉄アレイが入ったリュックを前に背負い妊婦体験をする。2-3分、質問タイムを設ける(子育ての大変さの話等)。
- ④障がい者の所:タブレット機器にUDトーク(音声を文字にするアプリ)をダウンロード・使用しながら聴覚障がいの方とコミュニケーションをとる。タブレット機器に入っている「おしえてポン！」(アプリ)を使って、みんなでジェスチャー・ゲームをする。2-3分、質問タイムを設ける(困っていること、手話等)。

(次ページへ続く)

具体的な活動 ～明治学院大学ラボ～



(前ページの続き)

○ 当日のタイムライン

(3) 進め方

- ・多様な他者の自己紹介&活動の説明(10分～15分): (司会D1)
- ・自己紹介の後に、Aの所に外国人、Bの所に高齢者、Cの所に赤ちゃん、Dの所に障がい者がいく。
- ・活動①(10分)では、各グループの多様な他者と交流する。
- ・活動②(10分)では、Aグループの子供と大学生はBの高齢者の所に行く。他のグループも次の所に行く。
- ・活動③(10分)では、Aグループの子供と大学生は、Cの赤ちゃんの所に行く。他のグループも次の所に行く。
- ・活動④(10分)では、Aグループの子供と大学生は、Dの障がい者の所に行く。他のグループも次の所に行く。

●(16時10分)インタビュー(担当者:石井) 5分

- ・子供調査の実施(大学生が子供にインタビューして入力か子ども自身が入力)

●(16時15分)おわりに(担当者:石井) 5分

- ・挨拶、次回の活動について、諸注意等

●(16時20分)後片付け(担当者:全員) 25分

- ・会場の撤収

--- 子供、協力フリースクール帰宅 ---

●(16時45分)スタッフでの振り返り(担当者:石井) 10分

- ・本日の振り返り、次回の活動の確認等



第6回 ジブリ映画からの気持ち探し①



○ 実施手順

- ① 挨拶、本日の活動について、諸注意等
- ② 適宜動画を見ながら、発問を行い、ワークシートへ記入①
- ③ 適宜動画を見ながら、発問を行い、ワークシートへ記入②
- ④ 子供調査の実施(大学生が子供にインタビューしてタブレット機器に入力か子ども自身が入力)

○ 活動内容

アニメ「映画魔女の宅急便」のはたらくことに関わるシーンを視聴。登場人物のセリフや行動から「気持ち」を考え、同時に「はたらくこと」の意味を考える。登場人物の感情を推測したり、自分ならどう感じるかを考え、大学生との対話を通じて自己理解・他者理解を深めた。

○ 人数

大人19名、子供7名

○ 所要時間

70分程度

○ 安全対策

心理的安全性を重視し、大学生が1対1で伴走して安心して発言できる環境を確保。発達特性を持つ子供への配慮も事前に共有し、会場内に退避スペースを設置。無理に発言や記述を求めない姿勢で活動を進めた。

○ 使用した設備・場所等の概要

明治学院大学白金キャンパス・アートホールで実施。スクリーン・PCを使用してアニメ映像を提示し、グループ単位で対話しやすい座席レイアウトを配置。ワークシート記入がしやすい机・筆記用具も準備された。

○ 狙い

登場人物の感情を読み解き、他者の気持ちを想像する力を育てるとともに、自分の価値観や感情を言語化し、自己理解を深めることを目的とした。また、登場人物の働く姿や葛藤を題材に「はたらくこと」について考え、子供のキャリア意識を高めるねらいもある。

具体的な活動 ～明治学院大学ラボ～



○ 当日のタイムライン

- (14時10分)スタッフ集合 <全体打合せ・準備> 40分
・出席者:7名
・会場の準備(机、イス、スクリーン、ノートパソコン等)

- (14時50分)正門に子供をお迎えに行く(担当者・石井) 25分

- (15時15分)はじめに(担当者・日下) 5分
・活動の趣旨と流れを説明した。

- (15時20分) 実施内容①(司会:F1) 20分

適宜動画を見せながら、以下の発問を行い、ワークシートに記入させた。

発問①:Aというセリフのときの登場人物はどんな気持ちだったかな？

狙い①:登場人物の行動やセリフから内面の感情を読み取る。また、ある出来事に対して、複数の感情が同時に存在しうることに気づく。

発問②:登場人物のセリフにあなたは共感する？しない？ なぜそう思うかも書いてみよう。

狙い②:登場人物の価値観と自分自身の価値観を比較して、自分にとって「はたらくこと」がどのような意味を持つのかを考えさせる。

- (15時40分)休憩 5分

- (15時45分) 実施内容②(司会:F1) 30分

前半と同様に実施。

発問③:セリフを聞いたときのはど登場人物はどんな気持ちになったかな？ あてはまるものすべてに○をつけてみよう！！

発問④:どうして登場人物はあなたが○をつけた気持ちになったのかな？

狙い③④:はたらくことによって、必ずしもすべての人に感謝されるわけではないという経験をした登場人物の感情を味わう。

発問⑤:ドアが閉められたあと、自分が登場人物の立場だったらどんな気持ちになるかな？ 下の○に表情を書いてみよう。

狙い⑤:言葉で表現することができない感情を、絵で表現する。

発問⑥:ロールプレイしてみよう！自分が登場人物だったら、このセリフの代わりに、孫になんて言ってもらえたら嬉しかったかな？

狙い⑥:言葉の選び方によって相手の気持ちが変化することに気づかせる。

(次ページへ続く)

具体的な活動 ～明治学院大学ラボ～



(前ページの続き)

○ 当日のタイムライン

発問⑦: はたらくってなんだろう? ～お金を稼(かせ)ぐだけじゃない、はたらくことの意味～ 自分の意見・思ったことを書いてみよう。

狙い⑦: 自分にとって「はたらくこと」がどのような意味をもつのかを考えさせる。

●(16時15分)インタビュー(担当者:日下) 5分

●(16時20分)おわりに(担当者:日下) 5分
・挨拶、次回の活動について、諸注意等

●(16時25分)後片付け(担当者:全員) 25分
・会場の撤収

--- 子供、協力フリースクール帰宅 ---



第7回 ジブリ映画からの気持ち探し②



○ 実施手順

- ① 挨拶、本日の活動について、諸注意等
- ② 適宜動画を見ながら、発問を行い、ワークシートへ記入①
- ③ 適宜動画を見ながら、発問を行い、ワークシートへ記入②
- ④ 子供調査の実施(大学生が子供にインタビューしてタブレット機器に入力か子ども自身が入力)

○ 活動内容

第6回活動の続き。前回同様、アニメ映画の特定シーンを視聴し、登場人物のセリフや行動から「気持ち」を考え、同時に「はたらくこと」の意味を考える。自分ならどう感じるかを考え、大学生との対話を通じて自己理解・他者理解を深めた。

○ 人数

大人22名、子供9名

○ 所要時間

70分程度

○ 安全対策

これまでの安全体制に基づき、心理的安全性を重視した1対1サポート体制を維持。発達特性への事前配慮、退避スペースの確保、無理な発言・記述を求めない関わりを行った。

○ 使用した設備・場所等の概要

明治学院大学白金キャンパスのアートホールを使用。スクリーン・PCで映像提示し、ワークシート記入がしやすい机配置を整備。大学生と子供が対話しやすい少人数グループ配置で実施された。

○ 狙い

第6回同様、登場人物の感情を読み解き、他者の気持ちを想像する力を育てるとともに、自分の価値観や感情を言語化し、自己理解を深めることを目的とした。また、登場人物の働姿や葛藤を題材に「はたらくこと」について考え、子供のキャリア意識を高めるねらいもある。

具体的な活動 ～明治学院大学ラボ～



○ 当日のタイムライン

- (14時10分)スタッフ集合 <全体打合せ・準備> 40分
・出席者:7名
・会場の準備(机、イス、スクリーン、ノートパソコン等)

- (14時50分)正門に子供をお迎えに行く(担当者・石井) 25分

- (15時15分)はじめに(担当者・日下) 5分
・活動の趣旨と流れを説明した。

- (15時20分) 実施内容①(司会:F2) 20分

適宜動画を見せながら、以下の発問を行い、ワークシートに記入させた。

発問①:登場人物にどれくらい共感する?あてはまるのに○をつけてみよう!なぜそう思うかも書いてみよう!

狙い①:登場人物の行動やセリフから内面の感情を読み取る。また、ある出来事に対して、複数の感情が同時に存在しうることに気づく。

発問②:登場人物の行動に対して、好きが○%で得意が○%だと思おう?下の図に印をつけてみよう!()に好きと得意、それぞれ何%かも書いてみよう!

狙い②:「好き」と「得意」の軸があるということに気づかせる。

- (15時40分)休憩 5分

- (15時45分) 実施内容②(司会:F2) 30分

前半と同様に実施。

発問③:登場人物がいう「血」って自分だったら何に当てはまるかな?小さい時から好きなことや、マイブーム、ずっと続けたいことを書いてみよう。

狙い③:過去を振り返って、自分の得意なことや好きなことを整理し、自己理解を深める。

発問④:あなたは登場人物のどのタイプでしょうか?

狙い④:職業選択や、生き方の選択といったキャリア意識の向上を促す。

(次ページへ続く)

具体的な活動 ～明治学院大学ラボ～



(前ページの続き)

○ 当日のタイムライン

●(16時15分)インタビュー(担当者:日下) 5分

●(16時20分)おわりに(担当者:日下) 5分
・挨拶、次回の活動について、諸注意等

●(16時25分)後片付け(担当者:全員) 25分
・会場の撤収

--- 子供、協力フリースクール帰宅 ---

具体的な活動 ～明治学院大学ラボ～



第8回 大学生のことを知ろう②



○ 実施手順

- ① 挨拶、本日の活動について、諸注意等
- ② グループでの自己紹介
- ③ 2グループに分かれ、2名の大学生の発表と質疑応答①
- ④ 2グループに分かれ、2名の大学生の発表と質疑応答②
- ⑤ 子供調査の実施(大学生が子供にインタビューしてタブレット機器に入力か子ども自身が入力)

○ 活動内容

4名の大学生が、大学生活・専門分野・卒論内容・留学経験・就職先などを発表。発表を聞き、質疑応答や感想記入を通じて、興味のある分野や将来像を考える機会を得た。前後半で発表者とグループを入れ替え、全員が4名の発表を聞いた。

○ 人数

大人22名、子供8名

○ 所要時間

70分程度

○ 安全対策

これまでと同様、冷暖房完備の室内環境で実施し、大学生スタッフが1対1で子供に寄り添う体制を維持。質疑応答のシーンにおいては、あくまで任意とし、心理的安全性を確保のため、無理な発言を求めないようにした。

○ 使用した設備・場所等の概要

明治学院大学白金キャンパス・アートホールで実施。スクリーン・PC・マイクを用いて学生が発表。前方・後方の2スクリーンを用いて、A/BグループとC/Dグループが同時に別発表を視聴できるように配置が工夫されていた。

○ 狙い

リアルな学生生活・専門分野・挑戦経験(留学・サークル・活動など)を聞き、将来の学び方や生き方を具体的にイメージできるようにすることを目的とした。一人ひとりの経験に触れることで進路選択への視野が広がり、キャリア意識の形成を促す狙いがある。

具体的な活動 ～明治学院大学ラボ～



○ 当日のタイムライン

●(14時10分)スタッフ集合 <全体打合せ・準備> 40分

・出席者:8名

・会場の準備(机、イス、スクリーン、ノートパソコン等)

●(14時50分)正門に子供をお迎えに行く(担当者・石井) 20分

●(15時10分)はじめに(担当者・石井) 5分

・活動の趣旨と流れを説明した。

●(15時15分) 実施内容①(司会:B2、B3) 25分

(1)発表者

・主に学生生活の発表(2名)

・主に留学関係の発表(2名)

(2)発表内容

・「大学生のことを知ろう②大学生の発表を聞き、知りたい専門分野を選ぶ」。12分程度の持ち時間で、パワーポイント等を使って簡単な発表(8分)、質疑応答&感想シートへの記入(4分)をしてもらう。

①学生生活関係:どのような活動を行ったか得られたものは何か。学科(ゼミ)の紹介。卒論の紹介。就職先等。

②留学関係:どこに留学してどのような経験をしたか。学科(ゼミ)の紹介。卒論の紹介。就職先等。

(3)活動の進め方

・活動前半①:A&Bグループは、前方のスクリーンを見ながらAさんの発表を見る(8分)。質疑応答(2分)。感想シートへ記入(2分)。

・活動前半①:C&Dグループは、後方のスクリーンを見ながらBさんの発表を見る(8分)。質疑応答(2分)。感想シートへ記入(2分)。

・活動前半②:A&Bグループは、前方のスクリーンを見ながらCさんの発表を見る(8分)。質疑応答(2分)。感想シートへ記入(2分)。

・活動前半②:C&Dグループは、後方のスクリーンを見ながらDさんの発表を見る(8分)。質疑応答(2分)。感想シートへ記入(2分)。

(次ページへ続く)

具体的な活動 ～明治学院大学ラボ～



(前ページの続き)

○ 当日のタイムライン

- (15時40分)休憩 5分
- (15時45分) 実施内容②(担当者:B2、B3) 25分
・子供を入れ替えて、前半と同様に実施。
- (16時10分)インタビュー(担当者:石井) 5分
- (16時15分)おわりに(担当者:石井) 5分
・挨拶、次回の活動について、諸注意等
- (16時20分)後片付け(担当者:全員) 25分
・会場の撤収

--- 子供、協力フリースクール帰宅 ---

具体的な活動 ～明治学院大学ラボ～



全回を通じた狙い・支援ポイント(環境設定)

本プログラムは、子供たちが大学生パートナーとともに協働的な活動を行い、「社会力の基盤となる能力」となる他者への関心や共感能力を高めながら、自己理解を深めキャリア意識を向上させることを目的とした。第1回～第5回では身体活動・協働ゲーム・動画制作など、大学生や多様な他者との交流を通して他者理解を促し、子供が他者に興味を持ち、関係性を築くための「他者を意識した活動」へと進んだ。さらに中盤では赤ちゃん・外国人・高齢者・障がい者など、普段触れ合う機会の少ない多様な他者との直接交流を通して、視野を広げ、他者理解の幅を拡張する構成とした。後半のジブリ映画を用いたワークでは、登場人物の感情を読み取ることで、共感力を深め、同時に自分の気持ちや価値観に気づく「自己を意識した活動」へ移行。最終回では大学生の専門・経験・将来についての発表を聞くことで、子供が自分の未来を思い描くきっかけを得られるような構成とした。これら全体を通して子供が他者への関心と共感能力、および学びの動機づけを高められるようにする。

全回を通じた安全対策

全8回の活動では子供が安心して参加できるよう、心理的・身体的・環境的・個別的配慮を統合した安全対策が徹底した。心理的な安全性の確保として、大学生に臨床心理学・特別支援教育の専門家による事前指導を行い、子供に対し「共感的・肯定的な関わり」を全員が徹底した。また、特性のある子供への個別配慮のため、事前にフリースクールと情報共有を行い、参加中に無理をさせない姿勢を共有。必要に応じて「退避スペース」を設け、気分がすぐれない子供が自由に休める環境も常に準備された。

身体的安全面では、冷暖房完備の室内で活動した。特に体を動かす活動や道具を用いる回では、子供1名に大学生1名以上の見守り体制を維持した。環境面では、学内のアートホールを活用し、閉鎖的で静かな空間で活動を行い、個人情報保護のためニックネームを使用した。毎回の活動後にはスタッフ全員で振り返りを行い、子供が安心して参加できる場づくりを、全回を通じて確保した。

具体的な活動 ～明治学院大学ラボ～



子供の特徴・特性と全回を通じた子供の変化①

○ 子供の特徴・特性

中学生。過去の経験から人間不信に陥った時期があるが、現在は大きな不安なく活動に参加できる。素直さを持ち合わせており、色々な事への興味関心を持っている。

○ 子供の変化

今回の活動の中でも新たな人との出会いを通して、本人の中で新たな発見や知見を持つことができたとみられる。全8回の活動すべてで「とても楽しかった」と回答し、高い満足度を示し、各回の目的に沿うような形で活動を行っていた。各回の活動を通して、参加後のキャリア意識も向上している様子が見られたほか、全回を通じた大人との関わり合いを通して、全体として他者理解・共感・挑戦意欲が伸びた。

子供の特徴・特性と全回を通じた子供の変化②

○ 子供の特徴・特性

中学生。自分のペースを大切にしつつも、興味のあるテーマでは話が弾むタイプ。ずっと座っていたり、急に話し始めるような姿が見られることがあり、人懐っこい一面もある。距離の近さを求める一面があるため、境界の引き方を丁寧に提示する必要がある。話せば理解して受け止められる柔軟さを持つ。

○ 子供の変化

全8回で「とても楽しかった」という振り返りがあり、活動への安定した参加が続いた。多様な他者との出会いでは特に赤ちゃんとの関わりを深く受け止め、親への感謝の感情を感想として記述するなど、特に第5回の活動が本人の中でも深く印象に刻まれた様子がうかがえた。大学生発表にも強い興味を示した。最終的に自分の興味・関心以外の新たな興味を見つけられたような様子もあった。

具体的な活動 ～明治学院大学ラボ～



子供の特徴・特性と全回を通じた子供の変化③

○ 子供の特徴・特性

中学生。穏やかで落ち着きがある。コミュニケーション力も伸びており、適応力もあるが、最初は相手に気を遣いすぎ本音を出しにくい場面もある。友人がいる場のほうが自然体になりやすく、二人より共通の知人を交えた形で、三人で話すほうが表情が柔らかくなる。

○ 子供の変化

丁寧に話しかけると徐々にペースを合わせ、心も開いてくれるようになった。各回の目的に沿うような活動の様子が見られ、徐々に大学生と会話を広げる姿が目立った。第8回の活動回で大学生の取組を聞き、「やったことのないことにチャレンジしてみたい」という感想を持つなど、全体的なキャリア意識の向上がうかがえた。協力フリースクールのスタッフとの振り返りでは、3回目以降に「まとめ役」を意識するようになり責任感が成長したと報告されている。

子供の特徴・特性と全回を通じた子供の変化④

○ 子供の特徴・特性

小学校高学年。大人しい性格で人見知りする部分があり、また親と離れる場面で少し不安になることがある。慣れてくる事で、自ら話を広げたりしてくれるようになる。

○ 子供の変化

回数を重ねるほど関係が深まりやすく、細やかな声かけと継続的な関わりが効果的だった。第1回では参加への不安が強かったが、第2回以降は不安な様子もなくなり、自信が高まったように見られた。活動を通して大学生との会話が増え、趣味の話を共有する場面も多くみられた。活動前の大学見学では自ら手を挙げて役割に挑戦するなど成長が顕著。全体としてコミュニケーション力での変化が見られ、人間関係形成に自信がついた様子があった。

具体的な活動 ～明治学院大学ラボ～



子供の特徴・特性と全回を通じた子供の変化⑤

○ 子供の特徴・特性

中学生。人との関係に課題があると緊張や負荷が行動に表れやすいタイプ。几帳面で細やかな気遣いができ、興味のあるテーマでは会話が弾む。人懐っこさを持っている。

○ 子供の変化

全体を通して、特に大学生との関りについて感想を記述するなど、大学生との交流が印象に残っていたようだった。第8回の活動については留学や英検への意欲を示すなど、キャリア意識が前向きに変化する様子が見られた。元々コミュニケーションについては比較的得意な様子が見られたが、大学生との関わりにより徐々に自己開示が増えていく様子があった。

子供の特徴・特性と全回を通じた子供の変化⑥

○ 子供の特徴・特性

中学生。大勢でワイワイするのがあまり得意ではなく、はじめは緊張感も見られた。時折自分の思っていることを口に出しやすい一面がある。高圧的な態度をとる人は苦手としている。

○ 子供の変化

ほぼ全活動回で「とても楽しかった」と回答し、全ての活動回に出席した。全回を通じて大学生から話しかけたり、関わり合いを持てたことについてはポジティブな反応をしていた。大学生への信頼が強まり、第8回の振り返りでは「海外に行ったり、やりたいことを素直にやること」と回答するなど、キャリア意識の部分的な向上が見られた。大学生とのコミュニケーションにおいても、回を重ねていくにつれて、自らの発信でコミュニケーションを取ろうとする姿が増えた。

具体的な活動 ～明治学院大学ラボ～



子供の特徴・特性と全回を通じた子供の変化⑦

○ 子供の特徴・特性

小学校高学年。コミュニケーション力も優れており、趣味や興味に関連した話題になるとより表情が柔らかくなる。趣味が豊富で、そこを起点にすると会話が広がりやすい。礼儀正しさも持ち合わせている。

○ 子供の変化

趣味や興味のある話題を通して、大学生との距離が縮まり、空き時間にも会話が生まれた。第3回の共創ゲームでは難しさを感じつつも協力的に参加し、動画編集や手話体験では「楽しかった」と前向きに取り組んだ。本人からはコミュニケーション力、体力面での向上に対して、手ごたえを得た感想があった。

子供の特徴・特性と全回を通じた子供の変化⑧

○ 子供の特徴・特性

中学生。運動能力が高く、フレンドリーで大人との関わりにも抵抗が少ない。ただし、同年代との関わりの中で距離を誤ってしまうことがあり、そういったケースでの感情コントロールが課題になる時がある。

○ 子供の変化

第2回以降ほぼ全活動で「とても楽しかった」と回答し、第2回のボッチャ&モルック体験や第5回の多様な他者との交流を楽しんだ。大学生との関わりでは、個人的な趣味の話など自己開示が増加。第8回の振り返りでは「経験を生かした仕事に就きたい」「ロードバイクで江ノ島に行きたい」などキャリア意識の向上が見られたほか、活動を通して他者への関心や共感能力が身についた様子も見られた。

具体的な活動 ～明治学院大学ラボ～



フリースクール等で実践する際の留意点①

実践のための条件

<費用>

- ・ポッチャ・モルック道具は数千円／1泊2日レンタル、自治体によっては無料貸出も可能。
- ・iPadは 2泊3日 約3,000円／台 でレンタル可能。フリースクール等の備品やスマートフォンで代替も可。
- ・紙・鉛筆、身近な素材でできる活動(共創ゲーム等)はほぼ費用ゼロで実施可能。

<支援者に求められるもの>

- ・「不登校」という背景だけに注目せず、子供そのものを理解しようとする姿勢。
- ・子供との関わり方を学び続ける姿勢。
- ・子供との関わりを通して自らも感動するような体験を受け止める柔軟性。
- ・人と共感的・肯定的に関わる力、性格。
- ・キャリア意識の向上をテーマとした活動だったため、高校や大学に関して詳しいとなお良い。

<人員>

- ・基本は 進行役(大人)1名+子どもと同数のサポーター(大学生等)。サポーターはできる限り1対1のペア関係をつくる人数が望ましい。

<当該活動により効果が表れやすい子供>

- ・小学校高学年～他者が最も適しており、性別不問。
- ・人と会話することが前提のプログラムであるため、コミュニケーションに対して前向きであるとなお良い。

具体的な活動 ～明治学院大学ラボ～



フリースクール等で実践する際の留意点②

望ましい場所・環境

- ・静かで安全な室内空間(ホールなど)
- ・活動に応じて動ける十分な広さ(例:ボッチャ・モルック)。
- ・大学生と子どもが1対1や少人数で向き合えるスペース。
- ・閉鎖的だが安心感のある場所で、退避スペースが確保できる環境。

フリースクール等での実践(少額の費用・少数の人員で実践する方法)

- ・紙と鉛筆で実施できる共創ゲームなどはほぼコストゼロで可能。
- ・iPad mini等の機器は必要ときだけ短期レンタルで代用できる。
- ・多様な他者との出会いは、近隣住民や学生にボランティアとして参加依頼することも1つの手段となる。
- ・映画を使う活動は、子供に合わせて市販DVD／教育機関向け配信を活用できる。

実践に向けた留意事項

<子供に対する留意事項>

- ・今回で言えば、大学生と子供が1対1で沢山話すことができる環境の整備が重要。
- ・子供の発言を強制しない。「待つ」姿勢を基本とする。
- ・活動を嫌がる場合は、無理に参加させず、退避スペースで休めるようにする。
- ・子供たちの将来を考えさせることも必要なので、より年上の伴走者が望ましい。

<環境に対する留意事項>

- ・安心できる静かな空間で実施し、途中退出・休憩がしやすい導線を確保。
- ・過度な刺激(音・光・人の密度)が生じないように配慮。
- ・会場レイアウトは、子供と大学生が自然に対話しやすい距離感に整える。
- ・活動内容に応じて、必要な道具の安全性・衛生面を事前に確認する。

具体的な活動 ～明治学院大学ラボ～



まとめ

調査研究において実施された活動内容の効果

全8回を通して、子供は「楽しかった」と回答する割合が高く、量的分析では一部の子供から向上が見られた。質的分析では多様な影響が見られたことから、社会とキャリア意識の育成に一定の効果があったと言える。

子供一人ひとりの興味関心を引き出す支援方法

- **多様な活動体験を用意する**
大学生の発表、身体活動(ボッチャ&モルック)、共創ゲーム、動画制作、多様な他者との交流、アニメ映画など、幅広い活動を経験させることで、子供の「やってみたい」「知りたい」を刺激する。
- **共感的・肯定的な関わり**
丁寧な声掛け、褒める、話題を広げる、寄り添う姿勢が、子供の安心感と挑戦意欲を引き出す。
- **少し先の未来を提示する**
大学生のリアルな経験談(学校生活・進路選択)が、子供自身の興味・将来への関心を自然に引き出す。

子供一人ひとりの興味関心を引き出す環境設定

- **1対1ペアでの密なコミュニケーション**
子供が安心して話せる「対話の安全基地」をつくる。
- **静かで集中しやすい大学キャンパス・ホール等の閉鎖空間**
刺激が少なく、安心して活動に入りやすい環境が整っている。
- **少人数グループ(A～D)での活動**
個々の特性やペースに応じて関わられるように構成。
- **退避スペースの設置**
気分がすぐれない時に自由に休める環境が、子供の挑戦を支える。

具体的な活動 ～明治学院大学ラボ～



まとめ

支援者に必要な資質・能力

- ・状況に応じて柔軟な対応ができる力。
- ・子供と楽しみながら関われる姿勢。
- ・不登校経験の理解、不登校という背景だけに注目しないで接すること。
- ・子供との関わりを通して、自ら学び続ける姿勢。

総括

全8回の活動が子供たちの社会力とキャリア意識に大きく寄与したことが示されている。特に大学生との共感的・肯定的な関わりは、子供の安心感を高め、活動への積極性・挑戦意欲・他者への関心を引き出す中心的要素となった。多様な活動が“自分の興味の源泉”に触れる機会となり、映画や交流を通じて感情・価値観に気づき、さらに大学生の経験を聞くことで将来への視野が広がった。

環境面では、1対1のペアや静かな大学空間、退避スペースなど、子供が主体的に関われるための丁寧な設計が成果に結びついた。

総じて、活動内容・支援方法・環境設定の三者が有機的に作用し、子供の興味関心、自己理解、社会性、キャリア意識の多面的な向上が確認された。

学校外の子供の多様な学びに関する調査研究事業

編集・発行：東京都子供政策連携室企画調整部

〒163-8001 東京都新宿区西新宿二丁目8番1号

電話 03(5388)3812

E-mail: S1110301@section.metro.tokyo.jp



※本事業は東京都より委託を受け、アデコ株式会社が運営しています。